



「ナビ・マニラ」は毎月発行。まにら新聞ご購読者(ホテルを含む)には同時配達。

January 2019 / No. 52

naviManila

日刊まにら新聞別冊 (The Daily Manila Shim bun Extra Edition)

Monthly Free Magazine 「ナビ・マニラ」



東京海上日動
キャッシュレス
医療サービスを
取り扱っています。
海外旅行保険被保険者証を
お持ちの方が対象です

0917-867-7073

24 時間サポート・日本語でお電話ください
TOKIO MARINE OTI PHILS

新年あけましておめでとうございます。

HAPPY NEW YEAR! MAY THIS BE A HAPPY AND FRUITFUL YEAR.

幕を開けた2019年、日本においては平成31年であり、今上天皇の退位と新天皇の即位という皇位継承と新元号への改元が行われる歴史的な年の始まりということになる。ビジネスや日常生活では西暦での表記が増えている現在だが、やはり日本人にとって元号はなじみ深いもの。例えば誕生日や入学や卒業年度などは元号でなければピンとこない人も多いと思う。現に履歴書の記入は元号の使用が今でも一般的。単に数字が増え続けるだけの西暦では時代という印象が薄いが、元号はその時代の暮らしどとも人々の記憶に刻みこまれる。そして元号が変わることに一つの時代として歴史に組み込まれ受け継がれていく。新元号の発表は新天皇即位の前ということだが、既に誰もが心の準備はできているに違いない。2019年、新元号のもと日本は新しい時代を歩みだす。

2019 begins! In Japan, it is Heisei 31; it will be the historical year of the emperor's retirement and new emperor will succeed the throne. The new era is about to begin.

In the business and everyday life, the use of Christian calendar is prominent nowadays, but the Japanese era is very affiliated to its people. In an instance, not a few people will say that birthdays, admissions and graduations etc. are hard to imagine if they will not use the Japanese calendar. The welcoming of the new year is actually a common use to Japanese era even now. Although, the impression of this era usually do not influence the Christian era where the number simply keeps increasing, it is engraved in the memory of people together who lived in using the Japanese calendar. And each time Japanese era changes, it will be incorporated into period of history.

Although, the announcement of the next Japanese era is to be done before the new emperor succeed the throne, everyone must be mind ready to accept the fresh start. Under the New Japanese era in 2019, the Japanese will also experience to be part of the new history.

日頃は、ナビマニラ ph をご愛読いただき、誠にありがとうございます。ナビマニラ ph では、読者の皆様に新鮮かつ有益な情報を届けすべく、スタッフ一同日々業務に邁進しております。

昨年は、まにらアイドル祭りやまにら新聞写真大賞といった新しい試みにも挑戦し、誌面だけではなくより立体的な企画で読者の皆様と触れ合うことができました。

今年もより多くの読者の皆様にご満足いただけるよう誌面の充実を心掛けてまいります。

読者の皆様方には今年もどうかナビマニラ ph をご愛読お引き立ていただけますよう心からお願い申し上げます。

ナビマニラ ph スタッフ一同



Thank you very much for reading navimanilaph.

We are doing our best to deliver fresh information and new features to you, our readers. Last year, we challenged ourselves to new experiments such as Manila Idol Matsuri and Manila Shimbun Photography Awards, and we were able to interact with you to more stereoscopic projects than just on the paper.

This year we will continue to enrich the pages for your satisfaction.

We sincerely hope that the readers will be able to read and appreciate navimanilaph this coming year.

- navimanilaph staff

編集の眼 Editor's eye

そこには何もないように思えるが、少年の目の前には大空と無限の可能性が広がっている。フィリピンの被写体として、スラムやごみの山、街中のホームレスなど貧困の象徴が対象となることが多いが、不思議とそこに絶望感や悲壮感を映し出すカメラマンは少ない。むしろ希望や幸福感を見出す写真が多い。そしてこの写真のもその一つに違いない。少年の表情こそうかがい知れないが、力強く踏み出す躍動感に強い生命力を感じられる。少年はたくましく今を生き、未来に向かって歩んでいるのだ。少年行く手に幸多からんことを祈ってやまない。

There seems nothing there, but the infinite possibilities of the sky are spreading beyond the future of the boy. As subject of photos in the Philippines, symbols of poverty, such as slums, garbage mountains, and homeless people in the streets are often targeted, but there are few photographers who show a feeling of hopelessness and sadness. Rather, there are many photos that find hope and happiness. And this photo is one of them.

I cannot see the expression of a boy, but I feel the vitality is strong towards the dynamic feeling that he has stepped hard. The boy is living powerfully and is walking towards happiness. I pray for the blissful future of this boy.



POSSIBILITY & POSITIVITY

タイトル Title: Happiness
Open Category
by レン・ベルナルさん
(Rene B. Bernal)

“カラフルな風船を手にダンプサイトを登り家に向かう少年。A young boy climbs at the dumpsite going back to his home with colourful balloons.”



日刊まにら新聞写真大賞
2018
The Daily Manila Shimbun
Photography
Awards

主催：まにら新聞文化事業部

Canon

Delighting You Always

Sponsor



タイトル Title: Sky Flowers / Open Category
by リッチモンド・T・チーさん (Richmond T. Chi)

「フィリピン国際花火大会。音楽と花火が奏でる壮大なミュージカルだ。Fireworks presentation from the United Kingdom during the Philippines International Pyromusical Competition.」



タイトル Title: Colors
Junior Category
by ガエウス・トゥロス・オシラオさん (Gaeus Lazar Tumlos Osilao)
「私はこのカラフルな本をモールで見ました。I saw this colorful books at the mall.」



タイトル Title: A Vibrant Feast of coconuts:
Viyoyugan Festival 2018 Junior Category
by アストン・ジャルラ・B・ガルシアさん (Ashton Jalra B. Garcia)
「ニヤゴンフェスティバル 2018
The 2018 Niyoyugan Festival in August.」



タイトル Title: Woman Drying Danggit / Open Category
by アンソニー・イントさん (Anthony Into)

「漁師の妻であるマリカは、ダンギット（干したアイゴ）をチェックしています。ダンギットは、開いた魚を洗浄して塩漬けにし、それを太陽の下の乾燥ラックに広げて作られます。フィリピン人の好きな料理の一つです。Maricar, a fisherman's wife, checking on an array of danggit or dried rabbitfish. Danggit is prepared by first splitting the fish open, cleaning and salting it, and then spreading it out on drying racks under the sun. It is considered one of Filipinos' favorite comfort dishes.」

応募総数：398 作品 (122 人)
多くの皆様のご応募に心から感謝申し上げます。

Total number of entries: 398 photos (122 person)
We would like to express our sincere gratitude to many of you for your entry.

7月1日から募集を開始した“まにら新聞写真大賞”ですが、おかげさまを持ちまして多くの皆様にご応募いただきました。ニュース部門、オープン部門、ジュニア部門、いずれ劣らぬ力作ぞろいでこれを審査し各賞を決定するためにはよほど慎重にからねばなりません。毎月まにら新聞及びナビマニラ ph で応募経過をお知らせし、数点の応募作品を紹介してきましたが現時点で注目される作品はまだまだ数多くあります。そこで、まにら新聞事業部では主催者としてより公正な審査を行うために、大賞及び各賞の発表を当初予定いたしておりました1月2日から約1か月順延させていただくことといたしました。発表は1月下旬から2月の上旬となる予定で、表彰式もそれに合わせて順延させていただきます。発表を楽しみにされていた応募者各位、まにら新聞、ナビマニラ ph 読者の皆様には誠に申し訳ありませんが、何卒ご理解のほどをお願いいたします。Many photographers applied for the "Manila Shimbun Photography Awards" which was recruited from July 1. Both the news category, open category, and junior category are wonderful photographs, so judging must be done carefully. Therefore, in the Manila Shimbun, in order to conduct a more fair review as the organizer, it will be postponed for about a month from January 2 which was scheduled to announce the grand prize and each prize. The announcement will be in late January to early February, and the awards ceremony will be delayed accordingly. It's a sorry for everyone who was looking forward to the announcement, but please understand the circumstances.

注目作品のご紹介。INTRODUCTION OF INTERESTING PHOTOS.

発表は順延となりましたが、ご応募いただいた作品はいずれも素敵な作品ばかりです。そこで、新春の贈り物として“まにら新聞写真大賞”的注目作品を一挙ご紹介。ぜひじっくりとご覧ください。Although the presentation was postponed, all the photos submitted to the Photography Awards are nice pictures. So, as a gift for the New Year, we will introduce the remarkable work of the "Manila Shimbun Photography Award". Please enjoy the wonderful photograph appreciation.



タイトル Title: Hala Bira! / News Category
by メリック・ポール・タンさん (Merrick Paul Tan)

アティの戦士が戦いの体制で素早く動くと色が点滅した。熱い日差しと戦士たちが蹴りあげる砂埃も気にせず観客は熱心に見入っていた。
It was fast. Movements became a blur, colors flashed as Ati warriors were in fighting postures. They kicked up a cloud of dust but the audience were held captive, not minding the heat of the sun to those not under the shelter."

編集の眼

Editor's eye

COLOR



News category

タイトル : Festive Happiness
by マリオ・カカンさん
(Marino Caccam)

イロイロ市で毎年開催されるディナギャンフェスティバルにて撮影。This photo was taken during the Dinagyang Festival. It is a festival celebrated every year in Iloilo City, Philippines.

フィリピンはカラフルである。強い日差しによって色が鮮やかに浮かび上がるということもあるだろうが、街中も人々のファッショնもとにかくカラフルだ。中でもラスタカラー（赤・黄・緑・黒）やトリコロールカラー（青・白・赤）が目立ち、日本のように紺色や茶色、グレーなどのシックな色はあまり見られない。そんなフィリピンでいろいろな被写体にカメラを向けるとおのずと色彩が印象的な写真が多くなる。日本の冬のようなモノトーンの静けさと対照的のがフィリピンだ。

The Philippines is colorful. Sometimes the color vividly emerges due to strong sunlight, but people in the city and fashion are colorful anyway. Among them, raster color (red · yellow · green · black) and tricolor color (blue · white · red) stand out, so chic colors such as dark blue, brown and gray like Japanese are not seen much. If you point the camera to various subjects in such Philippines, there will be many photos in which color is impressive. It is the Philippines color in contrasts to the tranquility of monotone like winter in Japan.



タイトル Title: Extrajudicial Killings



タイトル Title: Devotees



タイトル Title: Taong Putik



タイトル Title: Black Nazarene

タイトル Title: Silent Night
News category
上記 5 点 (5 photos above)
by グレゴリオ・B・ダンテス・Jr.さん
(Gregorio B. Dantes Jr.)タイトル Title: Harmonious Playground / Open Category
by ベルナード・パサティエンポ・リチャード・2世さん
(Bernard Pasatiempo Recrido II)

“非日常の空間も彼らにとっては格好の遊び場だ。An unusual place. It is a home of living and dead.”



タイトル Title: Arlouie D. Tagubar
News category
左の写真 2 点 (2 photos on the left)
by アロイエ・D・タグバーさん
(Arlouie D. Tagubar)

“2018年9月超大型台風オンポンが愛すべき故郷を襲った後、私たちはサンタマーガリタ、バガオ、カガヤンの救援活動にボランティア参加した。私たちが手を差し伸べることによって彼らに笑顔が戻ってきた。”

After super typhoon Ompong hit our lovely province on September 2018, we decided to go to Sta. Margarita, Baggao, Cagayan- where typhoon Ompong (Mangkhut) landed, to give joy to my fellow victims of the disaster. I was one of the volunteers of that relief operations and I could say that it was fulfilling indeed. I was able to capture their smiles as they received some help from their fellow Filipinos.”



大賞および各カテゴリー賞の発表は 2019年1月末～2月初旬！

The Grand Prize and announcement of each category award will be from the end of January 2019 to the beginning of February!

タイトル Title: Emergency / News Category
by フリオ・リベラさん (FROI RIVERA)

“多くの人が非常階段を下りてくる中、火事から逃れるために屋根からの脱出を試みる女性。A lady jumps from a roof escaping from a fire, as some more people going down the fire escape.”



NEWS

編集の眼 Editor's eye

新聞記者は様々な情報を得てニュース現場へ向かうが、デジカメやスマートフォンなど誰もがカメラ機能を携帯する現代では、ネットを通じて飛び交い拡散するニュースも多い。今やスクープ写真とプロカメラマンだけの領域ではない。でもそれがフェイクニュースであったり、撮影者が禁を破り、危険を冒して撮影されたものであってはならない。シャッターチャンスは常に冷静な判断と行動によつて生み出されるものである。

A newspaper reporter gets various information and heads to the news site. However, in the now where many people carry camera functions such as digital cameras or smart phones, there are many news that spread through the Internet.

It is not a field of only professional cameramen now as a scoop photos.

However, it may be fake news, photographers should not be photographed at risk of breaking the rules.

Shutter opportunities are always created by calm judgments and actions.



タイトル Title: Wrath of Habagat / News Category
by レイ・タマヨ・Jr.さん (Rey Tamayo, Jr.)

“ハバガット（季節風）に襲われたパンパンガ州ボラック。人々はいかだで避難している。Aerial shot of town of Porac in province of Pampanga slammed by Habagat, residents float with belongings on makeshift rafts made from wood.”



タイトル Title: Fun in the rain / Open Category
by ブディ・ガディアノさん (Buddy Gadiano)

“雨に打たれながらも楽しそうな姉妹の微笑ましい姿をとらえた写真。マニラ市トンドの旧ウリンガ（スラム地区）で撮影。Captivating moment captured of this little sisters caught while having fun in the rain. Photo taken at old district in Tondo, Manila.”



**タイトル Title: Water Festival 2017
Open Category**
by クリストファー・ダン・エドラリンさん
(Christopher Dan Edralin)



**タイトル Title: Our Cemetery, Our Playground
Open Category**
by デオグラシアス・カーデナス・Jr.さん
(Deogracias Cardenas Jr.)

タイトル Title: Emancipation / Open Category
by アンソニー・イントさん (Anthony Into)

まさにタイトル通りの開放感が伝わってくる作品。少年の晴れやかな顔と大きく羽ばたく鳩の躍動感が印象的だ。The photo which the open feeling just as the title is transmitted. The joyful face of a boy and the dynamism of a pigeon fluttering greatly impresses.



SMILE

**編集の眼
Editor's eye**

笑顔。これほど強力な武器はない。子供も大人もお年寄りも、ましては国籍など軽々と超越してしまう。被写体の最終兵器こそ笑顔だ。フィリピンには実に多くの笑顔があふれている。それは街に出れば一目瞭然、まるで不機嫌さを漂わすかのように人々が黙々と行き交う日本の光景に比べ、フィリピンの人々はそこかしこで談笑し、過ぎ去る時を楽しんでいる。この笑顔の数こそがフィリピンに明るい未来を約束する証に違いない。

A smile. That is powerful weapon. Smiles are possible children, adults, elderly people, even more lightly transcending nationality and making people happy. The final weapon of the subject of photos is a smile. There are so many smiles in the Philippines. You can understand it as soon as you get to the town. The Philippine people enjoy talking and enjoying themselves fairly much compared to Japanese scenes in which the mood is like a people fighting for themselves. The number of this smile may be a proof that promises a bright future to the Philippines.

タイトル Title: Smile / Open Category
by レン・B.・ベルーナさん (Rene B. Bernal)

“破顔一笑。パラニャーケ市のダンプサイトで日々働く少年の笑顔。A young boy poses and smiles during his regular day-to-day work in the dumpsite, Paranaque city.”



※まにら新聞写真大賞・受賞作品写真展(2019年2月中旬～マカティスクエア内にて開催) Manila Shimbun Photography Awards Winners Photo Exhibition (to be held in Makati Square from the middle of February 2019)

EOS

Canon
Delighting You Always

**READY TO
REIMAGINE PHOTOGRAPHY**



Get rewards with every purchase through the Canon Red app

Canon Marketing (Philippines), Inc. 7/F Commerce and Industry Plaza, Campus Ave. corner Park Ave. McKinley Hill, Fort Bonifacio, Taguig City, Metro Manila, Philippines, 1634
Call: (632) 884-9090 Customer Care Hotline: Manila (632) 884-9000 | Provincial (1-800-10) 884-9000 Email: customer_care@canon.com.ph Visit: https://ph.canon

f t g+ canonphils

EOS R

IT'S READY. R YOU?



30.3 MEGA PIXELS CMOS DIGIC 8 4K Frame Grab

Dual Pixel AF Eye Detection AF

Made in JAPAN

■ tokhang (トクハン)

みなさんこんにちは！Kumusta kayo？
2018年の「ユーキャン新語・流行語大賞」は平昌オリンピック、日本カーリング女子チームの掛け声「そだねー」だったそうですね。銅メダルを獲得した日本代表たちの明るい「そだねー」に日本中が沸いたのが思い出されます。フィリピンでも、フィリピン語委員会(Komisyon sa Wikang Filipino)やフィリピン翻訳インスティチュート(Filipinas Institute of Translation)などから作るフィリピン語會議 Sawikaanで「今年の言葉(Salita ng Taon)」が選出されるのですが、2018年に選ばれた言葉は tokhang (トクハン) でした。

トクハンとは、ドゥテルテ大統領がダバオ市長であったころから使われてきたドラッグ対策作戦でビサヤ語の toktok (トクトク「扉をノックすること」と hangyo (ハンギョ「お願いすること、尋ねること」) を繋げた造語。つまり一軒一軒、戸別訪問して、ドラッグに関わっている人はいないかと聞き込みする手法です。ドゥテルテ氏が大統領に就任後、ダバオで自分の右腕であったデ・ラ・ロサ氏を



警察長官に抜擢、「トクハン作戦 (Oplan Tokhang)」がそのまま、全国のドラッグ対策の方法として採用されましたが、無防備無抵抗な少年が売人扱いされ殺害される事件が発生したりして批判を浴びてきました。その後もバイクに乗った二人組により銃撃されて命を落とす人がいれば「トクハン」に違いないと人々が言うようになり、一般的な用語となつたのが今回の「今年の言葉」の選に選ばれた理由です。また「我々はトクハンのように人々の自由や人権が侵害される時、黙って

いてはいけない」ということも、この言葉が選ばれた理由の一つだそうです。

「今年の言葉」第二位となったのは “fake news” (フェイク・ニュース)、そして第三位は “dengvaccia” (デンバクシア) です。デンバクシアとは、「 Dengue熱ワクチン事件」のこと。前政権時代に、公立小学校の児童を対象に、無料でDengue熱の予防接種を行ったところ、実はこのワクチンは、一度Dengue熱にかかった患者の二度目の感染の重篤化を防ぐ効果はあるものの、初めてかかる患者については重篤化することが、後からわかり、このワクチン接種により命を落とした子供達への前政権や保健省の責任に関し、上院でおこなわれた調査に関する一連の出来事を指しています。

このほかにも候補として挙げられていたのは、5段階に分けた税制改革 Train Law (トレイン法) から来た Train や、ドゥテルテ氏が関与するとされる Davao Death Squad (DDS) (ダバオ死の部隊) と同じ頭文字を当たる DDS (ディゴン・ドゥテルテ・サポーター)、そしてソーシャルメディアにフェイク・ニュー

スを流す人達 Troll (トロール) など、あまり明るい「今年の言葉」候補は無かつたのですが、それでもユーモアを忘れないのがフィリピン人。トクハンを今年の言葉として推薦した作家によると、ラカン州には「トクハン・コーナー」という小さなレストランがあり、そこはなんと、「しゃぶしゃぶ」を食べさせる店なんだそうです。ちなみに覚せい剤の隠語である「シャブ」という言葉は日本からフィリピンに輸入され、新聞の見出しにも使われるほど一般に定着した言葉なのです。

2019年にはもっと明るい

言葉が候補
になってい
ることを期
待したいも
のです。

文:デセンブランナ悦子



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



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、フィリピーノ)。
皆様のご予約をお待ちしております。

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



キッズーナ 50 店舗目、アラバンに開店 The 50th Kidzooona Indoor Playground in Alabang

日本発の子ども向け屋内遊園施設「キッズーナ」の50店舗目となる店舗が12月15日、首都圏モンテルバ市アラバン地区の商業施設フェスティバルモールにオープン。安全かつ子どもの発育を助ける遊具をそろえ、日本から「おもてなし」の心を受け継ぎ家族みんなで楽しめる。キッズーナという名前には子ども同士、親と子の「絆」を深める場所でありたいという願いが込められている。運営するイオンファンタジーグループ・フィリピンはすでに首都圏だけでなく、ルソン北部・南部、ビサヤ、ミンダナオ地方にも展開しており、今後も積極的な出店を続けていく。

Kidzooona, the indoor amusement playground operated by AEON Fantasy Group Philippines Inc. opened its 50th outlet at Alabang Festival Mall. Originally from Japan, Kidzooona offers the safe and entertaining toys for children to play with and 'Omotenashi', Japanese hospitality for families to spend quality time. AEON Fantasy plans to

further expand the number of Kidzooona outlets in the Philippines making it 200 in year 2023. As of November, 2018, there are more than 850 Kidzooona outlets in Asia.



Kidzooona Alabang Festival Mall
3F, Alabang Festival Mall, Filinvest City,
Alabang, Muntinlupa City
Admission Fee: 1Hour 250 pesos,
2 Hours 350 pesos, 3Hours 450 pesos
www.aeonfantasy.com.ph

OBEEYA
JAPANESE FOOD MART
神戸屋
日本食材

豊富な品揃えで お客様の健康的な食生活を
サポートいたします。

当営時間：10:00 ~ 22:00 (月曜日~日曜日)
Tel. 807-1107 GF Juno cor. Makati Ave., Bel Air, Makati City Email: kobeyafoodmart@yahoo.com

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

日本食レストラン経営者様、必見！
マック・エイシア食品卸売会社

Total Japanese Cooking Solution

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

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

専門家の撮影によるフレイア・コンドミニアム

360° 度、自然に囲まれた環境

FREIA
AT PICO DE LORO COVE
Junichi Machida
+63 917 8945925
junichimachida@rocketmail.com



第25回
calamansi/
kalamansi

カラマンシ

フィリピンでは料理のつけあわせに欠かせないのがカラマンシ。パンシット（焼きそば）にはもちろん、シニガンやニラガなどのスープ料理や、アロス・カルドなどのお粥にも、カラマンシと醤油、またはカラマンシとパティス（魚醤）を混ぜて自分で調味して食べるが定番です。風邪をひいたかな、と思ったら、お湯とはちみ



つを加えたホット・カラマンシ・ジュース。昔はお客様が来たら、カラマンシを絞って、水と砂糖を混ぜ、カラマンシ・ジュースを作つて出したものだそうで、「お客様にコーラを出すような奥さんになってはいけない、出すならカラマンシ・ジュースを出しなさい」とフィリピン研究者の恩師に昔言われたことを思い出します。

ミカンに似た癖のない香りは、レモンやライムのようなインパクトはありませんが、実はこのカラマンシが、今韓国で大ブームなんだそうです。ジンロやソジュ等のお酒に混ぜれば、美味しいだけでなく二日酔いしないと言われますし、カラマンシ味の炭酸飲料や飲料も次々と販売され、自分で混ぜるのに便利な、カラマンシ原液も購入できるそうです。2017年にフィリピンに入国した韓国人の数は15万人で、日本人の約



に近い部分を切れます。そして種が入らないよう、茶漉しなどを通して汁を絞ります。自家製のサラダ・ドレッシングを作る時は、酢の分量の一部をカラマンシに替えて、塩分はパティスにすると、エスニック風のドレッシングになります。果汁を絞った後の皮をそのまま、または塩をつけてステンレスのシンクをこすり、水拭きすればピカピカに。

ただし気を付ける点が一つあります。カラマンシにもレモンと同じ光毒性物質リモネンが含まれており、この汁を塗ったお肌を日光にあてると、シミになったり、皮膚ガンの原因となる可能性があるのです。肌に塗ると美白に良いという説もありますが、塗るよりも、飲料に混ぜるなどして、体の中から取り入れたいですね。（悦）

新 チーズ、ワイン、熟成肉 ヨーロッパの美味が集合

ブレラ・デリカテッセン
BRERA Delicatessen

チーズにワイン、パン、ハムなど多彩な食材が並ぶイタリアの市場をコンセプトにしたレストラン「ブレラ・デリカテッセン」がマカティにオープン。ピッツァ、パスタ、サラダ、サンディッシュなどの定番メニューはもちろん、まず注目したいのがシャルキュトリ（charcuterie）、食肉加工品。イタリア、フランス、スペイン、ドイツ、ギリシャ、トルコなどから100種以上の肉製品をそろえる。肉の乾燥熟成室を完備し、濃縮した旨味と深い味わいのステーキも当店自慢の一品だ。

36カ月熟成させたパルミジャーノや5種類のブルーチーズなど、チーズも250種類をラインナップ。チーズといっしょに楽しみたいワインはオールドワールドとニューワールド合わせて約100種類と豊富に揃う。平日午後3時から6時のハッピーアワーは、ワイン好きにはうれしい月替わりのワインが695ペソで飲み放題。事前にお店に確認をして出かけたい。ビール党はマニラでは珍しいトルコのエフェス（EFES）ビールを、薄くカリカリに焼き上がった生地がローマ式ピッツァといっしょにアルフレスコ（屋外席）でどうぞ。

Brera Delicatessen Park Terraces, Makati is a



restaurant with a unique concept- Italian market style dining. In the shop you will be amazed with its wide variety of European delicacies; over 100 charcuteries (meat products) from all over Europe, more than 250 cheeses and around 100 different labels of wine from Old World and New World. Brera's signature dishes are dry-aged beef steak, Roman style thin crust pizza cooked in a wood-fired stone oven and so on. Brera Delicatessen has a branch in Molito, Alabang and take-away shop on Yakal Street, Makati City.

Brera Delicatessen – Park Terraces
G/F Park Terraces Tower, Arnaiz Ave., San Lorenzo Village, Makati City Tel: (02) 478-7384
Opening Hours : 11am ~ 10pm

One-Stop Shop
for European
Delicacies

新 きりたんぽ、ハタハタ、じゅん菜 マニラで楽しむ秋田の美味

Local Specialty
Food from
Northern Japan

秋田屋 マカティセントラルスクエア
Akitaya Makati Central Square

variety of authentic Japanese food and specializes in local delicacies of Akita prefecture located at the northeastern region of Japan. Kiritampo, pounded rice skewer, is a must-try. Kiritampo hot pot and grilled Kiritampo are available at lunchtime, check out good value set menus.



名物きりたんぽ鍋。Akitaya's signature Kiritampo Hot Pot

AKITAYA Japanese Restaurant
Mezzanine 1, Makati Central Square (Makati Cinema Square)
Fernando St., cor. Don Chino Roces Ave., Makati City
Tel: (02) 503-3994 / 0917-106-0328
Opening Hours: 10am ~ 2pm, 5:30pm ~ 11pm
(Last Order 10:30pm)



ARMADA
HOTEL MANILA

**2019
NEW YEAR
PROMO**

STAY WITH US FROM JANUARY 1-31, 2019
AND GET 19% OFF ON OUR SPECIAL RATES.
PLUS 40% DISCOUNT AT SENSUI SPA

For inquiries, speak with us at +63 2 526 0 888 / 559 9890

Email reservation@armadamanila.com

ArmadaHotelManila

ArmadaHotelMNL

ニノイアキノ国際空港ターミナル3 (マクドナルドの裏)

The Wings
Transit Lounge
YOUR UPLIFTING TRAVEL EXPERIENCE



1,800ペソ
ツインルーム



950ペソ
ラウンジシート
1,000ペソ
カプセルルーム

上記金額は最大7時間30分のご利用パッケージです
お問い合わせは電話 +632-886-9464 | メール thewings@jipang-group.com



ベンゲットに習え！ 青年海外協力隊員たちの野菜栽培研修ツアー

フィリピンの市場で思い起こすのは大きな骨付きの肉、バラエティ豊かな屋台料理、色とりどりの南国の果物ではないでしょうか。しかし、バギオ市民の台所である市場（City Market）の野菜セクションに並んでいるのは、レタス、ササゲ、ニンジンなど日本でもなじみのある野菜。どれも新鮮で値札を見るとその安さにびっくりします。それもそのはず。これらの野菜の多くはバギオの周囲に位置するベンゲット州で高原野菜として生産されているからです。

フィリピン各地の地方自治体や大学等で有機農業の推進に従事しているJICA青年海外協力隊員と事業のカウンターパートたちがこのベンゲット州での取り組みを視察する研修ツアーを行うと聞き、同行させていただきました。

「フィリピンの野菜取引はキロ単位での取引が

一般的。消費者に供給されている野菜の品質や価格が不安定で、また化学肥料や農薬をたくさん使っているのが現状です」と、ベンゲット州で農家に技術指導を行っている国際農業者交流協会（JAEC）の技術指導員の金田さんは言います。そのような状況に対してJAECは堆肥や土の中の微生物を活性化する木酢液（木等を高温で蒸し焼きにしたときに出る煙を冷やして得られる液体）を活用した農業を広めています。また、農家の収入を安定させ、良質な野菜を消費者へ供給するために、産直販売を農家に紹介しているそうです。それは今までのキロ単位の袋詰めの取引ではなく、規格のサイズごとにコンテナに入れて売る日本式の流通も組み合わせた仕組みです。現在はワタリアジア社とダイヤモンドスター社が、ベンゲット州からマニラの日本食材店に産

直野菜を卸しているそうです。

有機野菜栽培を普及させるため、州内の自治体も堆肥や木酢を生産するための施設を各地に建設しています。今回のツアーでは、ラ・トリニダード町とトゥブライ町の施設を見学しました。大きなコンクリート製の堆肥場では、質の良い堆肥が大量に作られていました。堆肥場の隣には木酢液を作るための窯があり、煙突からもくもくと煙が上がっています。こうして作られた木酢液は、半年ほど熟成して植物に有害な物質と木酢液を分けたあと利用されます。多くの参加者にとって木酢液の製造方法の習得は今回のツアーのメインターゲットだったそうで、熱心に施設を見学していました。その一方で「この施設がどんなふうに運用され、どの程度一般の農家に役立っているのだろうか」という普及面に関する疑問も投げかけられました。

2日目は州内の先進的な有機農園を訪れました。今回訪問した農園のひとつ、リリー・オブ・ザ・バレーはラ・トリニダード町で10年以上も有機農業に取り組んでいて、研修生やグリーンツーリズムの訪問者も受け入れています。「堆肥場がなければ有機農園とはいえない」と奥さんのリサさ

ん。堆肥を使った畑では、ふっくらと柔らかになつた土で野菜がすくすくと育っていました。カウンターパートの参加者たちはここで栽培されている野菜に興味津々、さっそく苗床や堆肥について盛んに質問をしていました。

このツアーを企画したパナイ島アンティケ州で有機農業を広める活動をしている青年海外協力隊員の生駒さんは、「今回の研修を通して、カウンターパートの現地職員の皆さん、ベンゲットで学んだことを今後につなげてくれることに期待しています。彼らは実際に有機認証を得ている畑や大規模に堆肥を作る施設へ行くのは初めてのことだったので、参考になりモチベーションも向上しているところだと思います」といいます。参加した青年海外協力隊員やカウンターパートが持ち帰った見聞が生かされ、フィリピン全体で高品質な野菜が安定して手に入れることができるようになれば良いと感じました。

写真・文：高橋侑也・写真：古城日向子（シェア&ゲストハウスTALA、環境NGOコーディエラ・グリーン・ネットワークインター）、生駒忠大（青年海外協力隊（JOCV）野菜栽培隊員）

CEBU セブ日本人会からの セブ/通信

我が家のヘルパーさん

相互理解で信頼関係を構築 by: 蝶谷 正明（セブ日本人会）

今日の朝食です。これにデザートのパパイヤが付きます。ご飯は自家ブレンドの雑穀米（フィリピン産日本米、玄米、赤米等）、けんちん汁（大根、ニンジン、オクラ、ネギ、豆腐、白味噌、昆布だし）、きんぴらごぼう、キャベツと自家製油揚げの炒め物（塩味）、キムチ（韓国食材屋さんから）。これをヘルパーさんが冷蔵庫の中の材料を点検し、自分の知っているレシピと突き合わせて作り上げます。一度手取り足取りして教え、微調整していくと私たちの好みの味付けになっていきます。もちろん彼女にとって日本食なんて人生初めての出会いですが、勘がいいらしくてなかなかのものです。私たちが料理しているとその後のぞき込んだりしています。我が家はセブに来て12年目、彼女の前のヘルパーさんは8年いてくれました。銀行でのお金の出し入れまで任せていきましたが、50代半ば高齢？のためにリタイアしました。現在の彼女も3年ほどになりますが、前任者の下で修業？していたので我々夫婦の好みや性格も十分理解し、意思の疎通も問題なく助かれています。朝は5時30分から目をこすりながら仕事をはじめ、夜は決まってはいませんが夕食の跡片付けと戸締りまでよく働いてくれます。彼女は27歳、我が家家のドライバーの旦那と5歳の子供と住み込みです。この夫婦にとっては毎月決まった収入があり、自分たちだけの寝室、キッチン、リビング？、バスルームが与えられていますから、満足しているようですね。

我々夫婦は家事からは全く解放された毎日を

過ごせます。確かに慣れないと赤の他人が同じ屋根の下にいることに抵抗があるという話を聞きますが、我が家はそれを克服するというより、ヘルパー無しの生活は考えられない状況にあります。彼らも心得おり仕事の時以外は自分たちの居住部分にいますから、四六時中顔を合わせることもありません。もちろん、当たりはずれはあると思いまし、相性もあります。100%ということは不可能ですが、お互いを理解し信頼関係が出来れば、ちょっと目をつぶって済むところまではいくのではないかでしょうか。しかし、最近はヘルパーやドライバーを探すのが大変だと聞きます。以前のヘルパーは相当無理をしたのですが、子供二人を大学に入れました。彼女曰く、自分のファミリーがこれまでたどってきた負のスパイラルから我が子を抜けさせたい。二人ともそれなりの会社に勤め、今では母親の面倒をしっかり見ています。ヘルパーのなり手がないのは、彼女のケースが特別ではないというということを示しているのかもしれません。もちろんヘルパーとして海外に行けば、リスクはあっても数倍の収入が確保できることも現実です。世の中は確実に変化していきます。



ラ・トリニダード町の新野菜市場（BAPTO）内にあるJAECの倉庫で産直販売についての金田氏のレクチャー



ラ・トリニダード町の堆肥化施設は大規模で、機械化されている。刈り取った草と家畜のふんから作った堆肥をブレンド



トゥブライ町の木酢液を作る装置。出来上がった木酢液は、希釈して土壤改良に使用する。ラ・トリニダード町では木酢液の原料にヤシ殻を使用。木材の伐採が禁止されているため、原料に木を使うのは難しい



ラ・トリニダード町にあるJAECのモデルファームにて。アクラン州とアンティケ州で活動している青年海外協力隊員とカウンターパートの自治体や大学のスタッフ、ボホール島で活動中のNPOイカオ・アコのメンバーが参加した



リリー・オブ・ザ・バレーの畠。違う種類の野菜を混ぜて植えるのは病害虫の発生を防ぐための知恵

<マニラでベンゲット州の産直野菜が買えるお店>

New Hatchin ニュー・はっちん

（マカティ店）住所：7602 Sacred Heart Street Corner Metropolitan Avenue, San Antonio Village, Makati City 営業時間：7:00～17:00（月～土）、7:00～14:00（日） 電話番号：02-897-7207、02-890-1649

（マニラ店）住所：2119 A. Mabini St., Malate, Manila 営業時間：10:00～21:00 毎日営業 電話番号：02-400-9478

（カルティマール店）住所：Unit 6 Cartimar Plaza, Lever Street, Pasay City 営業時間：7:00～17:00（月～土）、7:00～14:00（日） 電話番号：02-833-8905、02-834-1384

Teppen てっ�ん

住所：Unit C, G/F Marvin Plaza Bldg., 2153 Don Chino Roces Ave., cor. Rufino, Makati City Tel: 02-553-7968 営業時間：7時30分～22時（土曜・日曜8時～20時） 休日：なし

BDO
We find ways*



毎月第3水曜日

無料セミナー
開催中！

詳細はジャパンデスクにお問合せください

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

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

銀行取引はBDOにお任せください。

法人・個人のお客さまともにジャパンデスクが
日本語でサポート致します。

取扱業務

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

毎月第3水曜日

無料セミナー
開催中！

詳細はジャパンデスクにお問合せください

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

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

連載 ナビ流ゴルフ⑦



「ゴルフ女子」、語る。 (後編)

前号に続いてお届けするマニラ在住日本人ゴルフ女子6人による座談会。前回よりもちょっと過激につき、一部匿名にてお届け。男子ゴルファーにとってはやや耳が痛い、しかし役立つであろう女子の意見をどうぞ。

女子は見ているあなたの行為。「楽しく真剣に」プレーすべし。

一前編では「一緒にゴルフするならこんな人」をきましたが、逆に、一緒にゴルフをしたくないと思うのはどんな人ですか？

匿名：キャディさんを見下すような態度の人。キャディさんに対する悪口や愚痴をずっと言い続けている人は、いっしょに回っていて気持ちよくはないですね。それにスコアを改ざんする人。ほかの人の打数を数えているわけではないんですけど、例えば、2回池に入れてそのスコア

でまとまるわけないんじゃない? と思うことがあります。ゴルフはスコアを自己申告するスポーツですし、目上の人に対して私たちから指摘することはないですね。

匿名：誰も見てないと思ってボールを動かす人もいる。気付いてもペナルティですよ、なんて私からは言えない。またプレー中に舌打ちする人がいると雰囲気が悪くなるし、ほかの人が気を使う。長時間いっしょにいるのはきつい。

匿名：「前の組が遅い」と文句を言う人がいると、やはり空気が悪くなる。あとお酒を飲み過ぎる人。適度に飲んでリラックスしてプレーしようという人はいいんですが、「今日はもういいや」と自暴自棄になってガンガン飲む人はスローブレーの原因にもなるし、困る。楽しい中にも真剣さがあつてほしいと思います。



座談会参加者に聞きました。あなたの今のスコアと目標は?

久美さん
現在のスコア
110。目標はコンスタントに100を切れるようになること。

山本梨世さん
現在のスコア
112。目標は父親に勝つこと。

坂田志津香さん
現在のスコア
120。楽しむことが目標。

ゆかりさん
現在のスコア
130。目標はフィリピン在住の女子だけでラウンドすること。

澤渡麻帆さん
現在のスコア
140。目標は120で回れるようになること。
前田明子さん
現在は110くらいを行ったり来たり。目標は90前半をキープすること。

本格「ゴルフシミュレーションバー」マカティにオープン!



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

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

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

※詳細は Facebook(1248gc で検索) で随時アップ。



「そうそう」「わかる」「同感」。ゴルフ女子同志、共感することは何かと多いようです。

匿名：パットしてすぐにOKを求めてくる人がいる。私は心の中で「全然OKじゃないでしょ……」って思っています。

—フィリピンでのゴルフで困ったりすることありますか？

久美：やはり日焼けですね。1年中ゴルフができるのはいいのですが、日焼け対策には気を使います。日焼け止めは日本製を使っています。スプレータイプがいい。

一同：同感。

澤渡：ゴルフ場によってはロッカールームが汚いところがあるのも、困りますね。

前田：フィリピンには女性用のゴルフ用品やウェアの数が少ないし、いいものがない。

久美：確かに。例えばボールポーチなど、女性は男性よりも必要なゴルフアクセサリーの数が多いと思うんです。でもフィリピンにはいいものが売っていない。だから日本の通販で買って持ってきてたり、一時帰国時にゴルフショップに行くと何時間もいて、あれこれ買ってしまう。

匿名：男性の方にゴルフに誘っていただいて本当にうれしいんですけど、会員権がないので出費がかさむことが悩みます。ゴルフはうまくなりたいし……。

匿名：日本でゴルフに誘われたときは、ご招待していただくことが多かったので、うれしかったです。

—皆さんにとってゴルフの魅力って何でしょう？

ゆかり：やはり年齢、性別関係なく楽しめるところ。でも、どれだけ練習しても、どんどん課題が出てくる奥深さですね。

前田：いろいろな人に出会うきっかけになると。普段あまり話すきっかけがない人とも1日いつしょにプレーすることで仲良くなれます。自然の中で運動することでリフレッシュにもなる。60歳代の人が20歳代の人に勝つこともできるスポーツで、年齢に関係なく楽しめるところもいい。

梨世：運動不足の解消をしつつ、人脈が広がるきっかけにもなる。悔しさと向き合うことになるのも、ゴルフの魅力の一つだと思います。

坂田：いろいろな方と自然を堪能しつつ、スポーツを通じて仲良くなれる。いつしょに汗を流して坂道を登り切った達成感を共有するような。

久美：一緒に回る人とのコミュニケーションが楽しいこと、そしてプレー後のビールがおいしい。

澤渡：そう。コースを回ったあのビールは格別。特にタガイタイ・ミッドランドゴルフクラブのステーキハウスは、料理はおいしいし、眺めも良くて最高!

(文中敬称略)



皆さんゴルフを
楽しみつつ
上達めざして
がんばってる
ニヤン

「シミュレーション楽しい～」。「室内だから日焼けの心配もないし、今度女子でコンペしよう!」と盛り上がったゴルフ女子の皆さん。マカティにあるゴルフシミュレーションバー「1248G.C.」にて。



Embracing the Festivity of Christianity in the Philippines

フィリピンで体験 「キリスト教行事」

フィリピンではキリスト教のイベントが多く行われ、人々にとって大切な行事となっている。国内外からの観光客を魅了する大規模なイベントもある。1月に行われる主なキリスト教の行事を紹介しよう。(※事前にイベントのフェイスブック等で最新の情報を確認のうえお出かけください)

ブラックナザレ巡行

Feast of the Black Nazarene

毎年1月に行われる黒いキリスト像「ブラックナザレ」巡行はフィリピンのカトリック教会最大行事の一つ。



マニラのリサール公園からキアボ教会への巡行にはおよそ1,000万人の信者が奇跡を願い、像に触れるために集まる。

Almost 10 million Filipinos join the procession of the Black Nazarene to remember the sacrifices of Jesus Christ's falling under the weight of the cross. The procession, also known as the "Translacion" is the allocation of

the image of the Black Nazarene from Rizal Park to the minor basilica in Quiapo. The Filipinos try to go up the statue, wipe and kiss the Black Nazarene believing that it is miraculous and can cure illnesses.

Venue: Quiapo Church, Manila Date: January 9, 2019

アティアティハン祭り

Ati-Atihan Festival

1月の第3日曜日に行われる「幼いイエス・キリスト」(サントニーニョ)を祝う行事。1521年4月、マゼランが世界一周中、セブで首長と家族などに洗礼を行い、首長の妻にサントニーニョ像を与えたとされる。ビサヤ地方アクラン州カリボのアティアティハン祭りでは肌を黒く塗り華やかな衣装をまとうダンサーが踊りを披露する。首都圏マニラ市トンド地区のサントニーニョ祭りも有名。

Ati-Atihan is a celebration of the "Child Jesus" or "Sto. Niño"; being the first and the oldest festival they are entitled to be "The Mother of All Festivals". This grandest festival is being held in Kalibo, Aklan, every third Sunday of January. Colorful costumes, street performers who



tinted their skin with darker color as a tribute to the indigenous people- the "Ati" or "Aetas". This allows the people to have fun, it is the only festival that permits the people to drink in the streets as a tradition.

Venue: Kalibo Cathedral, Martelino St., Kalibo, Aklan Date: January 14-20, 2019

シヌログ

祭り

Sinulog Festival

1月の第3日曜日にビサヤ地方セブで行われるサントニーニョを祝う大規模な祭り。シヌログとは「水が流れるように」の意味。大音響の中、大勢の華やかなダンサーが路上を躍り過ぎて行く様子は、まさに絶え間なく流れ続ける水を思わせる。

The Sinulog Festival, dubbed as the "Queen of the Philippines Festivals", honors the "Child Jesus" or "Sto. Niño" every third week of January in Cebu. Sinulog means "like water current movement". With loud rhythms and continuous flow of the people, sure it is like a water

movement.

Venue: Basilica Minore Del Santo Niño, Santo Niño Chapel Lane, Cebu City

Date: January 6 - February 2, 2019

ディナグヤン

祭り

Dinagyang Festival

1月第4日曜

日イロイロ市

で開催される

原住民へのキリスト教布教をテーマにした祭り。カラフルなコスチュームを身にまとったダンサーが、活気あふれる踊りを披露しながらパレードする。ディナグヤンとは、幸せにするという意味。

Colorful costumes, upbeat music and cheerful dances in honor of the Christianization of the natives, Dinagyang Festival is an annual parade, celebrated every fourth Sunday of January in Iloilo City. Dinagyang, came from the root word, "dagyang", meaning "to make happy".

Venue: Iloilo City

Date: January 25-27, 2019



身も心も引き締まる街 こんな時こそ「バギオ」

Tighten Up Your Body and Soul in Baguio 7 Reasons to Visit the Cool Highland City

12月上旬、初めてバギオに行った。2泊3日、観光名所を巡るわけでもなく、ただボーツと過ごしたので、「バギオに行くならぜひここに!」という情報は紹介できない。そこで「こんな時はバギオに行ってみたら?」をテーマに書いてみた。

①バス旅行がしたい時 A bus trip reminds you of backpacker days.

マニラからバギオまでバスで5時間~7時間。昔、米国や豪州でグレイハウンドに乗つてバス旅行をした人は、きっとバックパッカー時代を懐かしく思い出すだろう。筆者は曲がりくねった山道で気分が悪くなかった。

②めざせ、東南アジア3大高原制覇

Visit ASEAN's three cool highland cities; Baguio, Genting Highland, Malaysia and Dalat, Vietnam.

東南アジアは暑いというイメージを覆すバギオ。高原の避暑地は他の東南アジアの国にもあり、例えばマレーシアにはゲンティンハイランドやベトナムにはダラットがある。バギオ、ゲンティンハイランド、ダラットの「アセアン3大高原」(筆者命名)制覇を提案したい。

③運動不足を感じた時 The City of Slopes exercises you.

怠けた体に喝(かつ)を入れてくれるのは、ピリッと冷たい気候だけではない。坂の街・バギオはいたるところ坂道があり、歩くことを要求する。筆者はしっかり筋肉痛になった。もちろん、坂を愛してやまない「坂マニア」の人にもバギオはピッタリの街。

④生活の乱れが気になる時 Be an early bird on a cold morning to reset messed-up life.

バギオの夜は早い。中心街から離れれば夜8時には暗闇と静寂に包まれる。長旅や坂を歩いたおかげで爆睡。翌朝、二ワトリの鳴き声や犬の遠吠えを聞きながら目が覚める。ひんやりとした空気の中、いつもより早く起きる。冬を思わせる寒さだからこそ早朝がいい。「冬はつとめて」(『枕草子』清少納言)である。

いきなり旅行記 Spontaneous Travel Diaries

フィリピンの観光名所を初めて訪れた2人の記者が思うままに旅を綴る。



ジブニーも傾く坂の街バギオ

⑤ほつたぐりタクシーにこりごりな時

See how honest Baguio taxi drivers are!

法外な料金をふっかけてくるマニラのタクシーに人間不信になりかけているなら、バギオに行けば救われるかもしれない。運転手はメーターを使い、おつりもちゃんと渡してくれる。思わず「おつりはいりません」と言いたくなる心地よさ。

⑥おいしい料理とビールが欲しい時

Good food and craft beer await you.

旅行ガイド『ロンリープラネット』によると、バギオはフィリピン屈指の美食の街。ビール党にうれしいバギオ・クラフトブリュワリー(Baguio Craft Brewery)では、地ビールが180ペソから楽しめる。同店のフィッシュ&チップスはこれまでマニラで食べたものよりもおいしかった。



コーディリエラ地方の郷土料理もバギオで楽しめる。

⑦「〇〇の首都」巡りをしたい時 How many 'Capitals of PH' have you been to?

「フィリピンの〇〇の首都」と呼ばれる都市がある。バギオは3月から5月に政府機関が移転していたことから「夏の首都」と呼ばれる。パンガシナン州ダグパン市はバグス(ミルクフィッシュ)、首都圏マリキナ市は靴、ビサヤ地方カピス州口ハス市はシーフード、ミンダナオ地方ジェネラルサントスはマグロの首都である。首都巡りをテーマに旅行してみては?(T)

よみがえった「楽園」 いろいろあるがされどボラカイ My First Visit to Boracay Many Things Happened in Paradise

ホテルのパルコニーから眺める夕日



透き通った青い海が国内外の観光客をひきつけるリゾート、ボラカイ島。ドゥテルテ大統領に「肥だめ」とこきおろされて環境対策に取り組み、昨年10月末に晴れて再開した。そんなボラカイをフィリピン初上陸の母と姉を連れ、インドア派記者が11月に初めて訪れた。選中アイランドホッピング?

マニラからボラカイへは、飛行機と船を乗り継ぐ。カティクラン空港からフェリー乗り場がある港までは、マニラよりもやや大型のトライシクルで100ペソ。港で乗船料、入島料、環境税として約200ペソを支払い、5分ほど船に揺られると、ボラカイ島のお目見えである。

「素晴らしい休暇になりました。砂浜の白と海の青のコントラストに筆者の心は舞い上がったが、すぐに現実を知ることになった。船着き場からホテルまでトライシクルに200ペソを払い、母と姉を前の座席に乗せ、筆者は後部席で荷物を押さえる役を買って出た。だが、予想以上の悪路に車体が激しく揺れ、筆者の体は荷物よりも何度も投げ出されそうに。ビーチの再生に力を入れるあまり、道路は後回しになったのか。狭い車内で頭や体をぶつけながら、「島で跳ねる。これが『アイランドホッピング』か」と悟った気がした。

美食に絶景、楽園を満喫

苦労して到着したホテルの部屋からは、プライベートビーチに沈む美しい夕日がよく見えた(写真参照)。ヤシの木が多すぎるが)。

夕食は活気ある繁華街「Dモール」内のイタリアン料理店で新鮮な海の幸を使ったピザやパスタに舌鼓。世界中から観光客が集まるボラカイ

のレストランは質が高いと実感する。

翌日、いよいよ海へ。ツアーでマジックアイランドに行き、本当のアイランドホッピングを体験。シュノーケリングをしたが悪天候のため見えたのはかすかな魚影のみ。しかもクラゲに刺されてしまった。しごれるような痛みにたまらず陸に上がり、後は荒れる海を眺めて過ごした。

次の日は人気のホワイトビーチでパラセーリングに挑戦した。一気に数十メートル上昇し、大海原とそこに浮かぶボラカイ島を目にすると、高揚感が胸に押し寄せた。

パラセーリングの後は海に浮かびながらのんびり浜辺を眺めた。観光客がくつろぐヤシの木陰から数メートル先では、まだホテルなどの工事が進む。「楽園」の復旧が進み、今後さらに多くの人が訪れるだろう。ボラカイは1人旅よりは、家族や友達、恋人同士でリラックスするのにぴったりだ。道のりは山あり谷ありだったが、やはり海はいい、と浮き輪に乗って漂いながら思った。(1)

A reporter visited Boracay with her mother and sister last November for the very first time; enjoyed the island hopping, parasailing and dining out seafood dishes at an Italian restaurant. She also suffered from painful tricycle riding on rough roads and a jellyfish sting while snorkeling. What's her verdict on Boracay? She recommends couples and families to travel in Boracay rather than solo travelers.



ホワイトビーチの海からは工事が進むボラカイの街の姿も見える。



METRO MANILA **CELEBRATION** WITH WILL GRAHAM

問合せ先：マニラ日本語キリスト教会（Manila Japanese Christian Church）
https://mjcc.jimdo.com/ Email : mjccph@gmail.com
Cell. 09189797963 / 09171477985

・ ウィル・グラハム師、
メトロマニラで伝道集会を初開催

イエス・キリストの福音を伝えるビリー・グラハム伝道協会よりウィル・グラハム師が来日し、2月15日（金）～17日（日）にキリノ・グランドスタンド（首都圏マニラ市）にて伝道集会を行います。

ノト（首都圏マニア）にて伝道集会を行います。世界的な伝道師であるビリー・グラハム師を祖父、フランクリン・グラハム師を父に持つウィル・グラハム師は、これまで北米、南米、オーストラリア、インド等で伝道集会を開催しており、フィリピンではビコール、タクロバン、セブで行ったことがあります。メトロマニラでは今回が初めてです。かつて祖父ビリー・グラハム師、父フランクリン・グラハム師がメトロマニラ・キリノ・グランドスタンドで伝道を行っており、3代に亘り福音を伝えることになります。

「Celebration Metro Manila」はクリスチャンだけのイベントではありません。クリスチャンでない方もぜひご来場ください。



Navi Manilaマップでさがせる! マカティMAP C-6

忘年会 新年会プロモーション

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

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

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

Hatsu Hana-Tei JAPANESE RESTAURANT はつはな亭

Navi Manilaマップでさがせる! マカティMAP C-4 / マニラMAP D-4

冬陽 YANG

あなたの好きな食べ物を、好きなだけ。
しゃぶしゃぶと焼肉レストラン
www.tongyanghotpot.com

飲み放題&食べ放題!
ランチとディナーのビュッフェ しゃぶしゃぶと焼肉
*税込み、サービスチャージ無し

SM MEGAMALL (02) 631-3637, 470-3638 JUPITER MAKATI (02) 999-3388, 897-4148 SM CITY FAIRVIEW (02) 332-5236, 351-7838
CENTRIS WALK EDSA (02) 217-9784, 217-5735 ROBINSONS PLACE MANILA (02) 354-3168, 585-7157 PROMENADE GREENHILLS (02) 463-2625, 655-7311
SM CITY GENERAL SANTOS (083) 878-0480

Navi Manilaマップでさがせる! マカティMAP C-3 (p.10)

伝統の中華料理
Mey Lin Bistro
JUPITER MAKATI
G/F Jupiter Place Bldg.
136-138 Jupiter St., Makati
Tel. 899-6688, 899-8999

Pot & Noodle
SM MALL OF ASIA
G/F North Parking
beside Hypermart,
Tel. 556-0818, 556-0828

Pot & Noodle
SM JAZZ MALL
Level 4 MEGA ATRIUM
EDSA, Mandaluyong City
Tel. 634-1261, 634-1281

海鮮麺
パタ・ティム(豚足の甘辛煮) 中華包子付き
海鮮定食

Mey Lin Bistro
JUPITER MAKATI
G/F Jupiter Place Bldg.
136-138 Jupiter St., Makati
Tel. 899-6688, 899-8999

Pot & Noodle
SM MALL OF ASIA
G/F North Parking
beside Hypermart,
Tel. 556-0818, 556-0828

Pot & Noodle
SM JAZZ MALL
Level 4 MEGA ATRIUM
EDSA, Mandaluyong City
Tel. 634-1261, 634-1281

Navi Manilaマップでさがせる! マカティMAP E-7 (p.10)

深夜にしっかりとしたものを食べたい時に有り難い店

深夜にしっかりとしたものを食べたい時に有り難い店

T7 Japanese Bar & Restaurant

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

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

ティーセブン

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

夜6時~朝6時まで営業！



マニラで迎えた誕生日、フィリピン式に従ってみた

先ごろ、ついに nth 回目の誕生日を迎えた。日本だったら、誰にも知られず誕生日をやり過ごすこともできるが、フィリピンではそもそもいかない。誕生日を迎えた者が友人や同僚をもてなさなくてはならないからである。

会社にケーキでも一つ買って行こうと思っていたのだが、フィリピン人の友人に長寿の願いを込めて麺のパンシットを職場の人数分買うように諭された。さらにピザも買って行く方がいいと言われた。かくして誕生日当日、パンシットとピザで同僚をもてなした。

思いがけぬ出費に、自分は果たして祝われる側なのか、祝う側なのかわからなくなる。しかし、これには祝福を皆と共有するという意味があるので聞かされ、そう思うことにした。人はこうして異文化を知り、成長していくのだろう。(A)

Celebrate Birthday in PH way

It was my birthday the other day. It is common in the Philippines that people treat their colleagues and friends on their birthday. I was thinking about buying a cake for my colleagues on that day, but my Filipino friend advised me to bring pancit and pizzas instead of a cake to the office. I bought pancit canton for 30 servings and some large pizzas. It was a spontaneous expense to me ... I told myself that it was a tuition fee to learn intercultural communication.



パンシット・カントンとビーフのミックス 30 人分で 850 ペソ

An advertisement for MySpace Hotel. The main image shows a modern, multi-story building with a red and purple color scheme. In the foreground, there are two inset images: one showing a bright room with a dining table and chairs, and another showing a room with four single beds. The top right corner features Japanese text: '旅行、出張、長期滞在に
「マイスペース」は
BGCにある「あなたの家」'. The bottom left contains the hotel's logo and name, 'MySpace @bgc HOTEL', along with contact information: SMART: +63 918 827 7070, GLOBE: +63 977 828 7070, Telephone Nos.: +63 2 801 7373. The bottom right has an email address: myspacedormitelbgc@gmail.com.

The advertisement features a tropical background with palm trees on the left and a spa treatment room on the right. The Island Spa logo is prominently displayed in the center. Text details the locations and contact information for three branches: Jupiter Makati, Rustans Makati, and Resorts World Manila.

PTAA TravelTour EXPO 2019

今年も出展が決定!
フィリピン最大のトラベルマート!

トラベルツアーエキスポ 2019
TRAVEL TOUR EXPO 2019

定番の商品がお得!
大人気!

1.日本行き観光ビザ、韓国行き観光ビザ
2.ジャパンレールパス
(フィリピンに10年以上在留の
日本人の方もご利用が可能!)
今年もやります!
3.桜シーズンのパッケージツアー

JTBフィリピンおすすめ新商品!!

人気のリゾート揃えています!
4.フィリピン国内ツアー
新商品も続々登場!
1.ヨーロッパツアーアー
韓国ツアーアー

その他各方面の航空券なども承ります。
お気軽にお問い合わせください!

場所: SMXコンベンションセンター (Mall of Asia 隣接)
日程: 2019年2月8日(金)~10日(日)
時間: 午前9時~午後8時 (金~土曜日)
午前9時~午後6時 (日曜日)
ブース番号: 268,269,288,289

BGC HEAD OFFICE Tel. No.: (632) 8945528

TRAVEL SALOON VERTIS NORTH Tel. No.: (632) 9325600

TRAVEL SALOON SM MALL OF ASIA Tel. No.: (632) 9948954



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

シーサイド・ダンパ



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

PUERTO GALERA OCEAN CLUB 海と太陽と笑顔の島

ペルトガレラの事なら何でもお気軽に
お問い合わせ下さい!

ダイビング
フィッシング
ジェットスキー
バナボート
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



水深200mでの釣果

Summer Connection Beach Resort

WHITE BEACH, PUERTO GALERA, O. R. MINDORO

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

E-mail: pg_ocean_club@yahoo.co.jp

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

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

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**

SM Mall of Asia (MOA)

CenterStage FAMILY KTV & RESTO BAR

**アリウシアター
Aliw Theater**

**スターシティ
Star City**

Leona Florentino

PICC

Magdalena Island

Kart-Trak

Pier One

Wensha Spa

Networld Hotel SPA AND CASINO

F.B. Harrison

Fortuna

San Juan

Jollibee

David

BLTB

JAC Liner

**マニラ・ベイ・クルーズ
Manila Bay Cruise**

**モール・オブ・アジア
Mall of Asia**</

TOFARMとは? What is TOFARM?

TOFARMとは、優れた農業従事者（The Outstanding Farmers）を表彰するために設立された民間団体。フィリピン国際青年会議所（JCIP）とユニバーサル・ハーベスター社が共催する卓越した活動を行った農業従事者を表彰するトファームアワードを始め、創設者 Dr. ミラ・ハウの提唱により映画・写真・音楽などの芸術分野のコンテストも“農業”をテーマに実施。広く世間の耳目を農業に集めることによって、フィリピンにおける農業の環境改善に大きく寄与している。

TOFARM is a private organization established to honor the outstanding farmers. TOFARM Philippines Awards to honor agricultural workers who performed outstanding activities organized by the Junior Chamber International Philippines (JCIP) and Universal Harvester Inc., and the founder Dr. Mira Howe advocated movies, photos, and music Contests in the field of art such as "The Agriculture" was also carried out. By turn people's interests to agriculture widely, it contributes greatly to improvement of agriculture's environment in the Philippines.



トファームの活動は、実に多岐にわたっている。優れた農業人や農家、企業、団体などの表彰に始まり、映画祭、ソングライターコンテスト、写真・ビデオコンテスト、さらに2018年は世界遺産であるバナウエ棚田群をテーマにした国際作曲コンペティションも開催された。トファームの母体であるユニバーサル・ハーベスター社が主導する農業指導や視察ツアー、奨学金、技術研究なども加味すれば、まさに行政レベルともいえるほどの活動内容だ。

そんな、トファームおよびユニバーサル・ハーベスター社を率いるのがDr. ミラ・ハウ。フィリピン大学で生物学を修めた彼女は、2013年農家の環境向上に対する多大なる貢献を認められアンヘレス大学財団より名誉博士号を授与されている。彼女の農業に向ける情熱は、自身の向

学心としても表れ、今も土壤科学の研究を続けている。

土壤改良や肥料の研究。農業従事者のモチベーションアップにつながる各賞の創立。農業環境のインフォメーションや農業従事者の文化的向上につながる芸術分野のコンテスト。いずれも農家が豊かになり、若者たちが農業を目指すようなるための重要な活動をトファームとユニバーサル・ハーベスター社は社会貢献活動として取り組んでいる。

ユニバーサル・ハーベスター社を科学的な分析力と想像力、そして強い行動力とリーダーシップで国内有数の企業に育て上げたDr. ミラ・ハウは、こうした活動はその成長に対する感謝の意を込めた恩返しだと語る。

日本でも近年、若者の農業回帰が伝えられる

が、フィリピンの若者たちが胸を張って農業に從事できるようになれば、フィリピンの未来は明るく開けていくに違いない。

2019年も続くDr. ミラ・ハウの挑戦。ともに耳目を傾け、トファームの活動を応援しよう。

TOFARM had an activity on soil improvement research and fertilizer. The establishment of each prize leads to motivating the farmers. The contest in the arts field leading to information on agricultural environment and cultural improvement of farmers. In both cases, farmers enrich important activities for young people to aim for agriculture are undertaken by Tofarm and Universal Harvester as social contribution activities.

Dr. Milla Howe, who raised Universal

Harvester, Inc. with a strong leadership, says that these activities are gratitude for appreciation of the company.

The increase in farmers of young people is reported recently in Japan, but if the young people of the Philippines actively engage in agriculture, the future of the Philippines will be bright.

Dr. Milla Howe's challenge that continues for 2019. We will attention to the activities of Tofarm.



Dr. Milagros O. Howe
President/CEO of Universal Harvester, Inc.
CHIEF ADVOCATE of TOFARM

超大型台風ヨランダの被害を受けた農地を回復を目指す、フィリピン国際青年会議所との共同プロジェクト。BACK-TO-FARM (Balik-Saka) is a joint-project of Universal Harvester, Inc. and JCI Philippines. Our main goal is to assist in rehabilitating and improving the productivity of farm communities in areas affected by super typhoon Yolanda.

地滑りや、観光客の増加、後継者不足、耕作放棄地の増加など世界遺産の“バナウエ棚田”的存続を脅かす要素から救うプロジェクト。

This project is to save the Banaue Rice Terraces, because of landslides, overpopulation, abandoned farmlands, and a dwindling source of manpower have become threats to the continued existence of the rice terraces.

世界各国の作曲家が参加した国際作曲コンペティション。2018年はルーマニア出身のレオン・ファースト氏がグランプリ受賞。In 2018, Romanian-born Leon First was selected as Grand Prix.



農業をテーマにしたオリジナル作品がエントリーされる映画祭。脚本募集を経て候補作品にはそれぞれ150万ペソの制作補助金が支払われる。2018年は7作品

が候補作として制作され、1930年代にフィリピンで発刊された日系人作家シナイ・ハマダの短編小説が原作の「七夕の妻」がグランプリを受賞した。

TOFARM FILM FESTIVAL is the only advocacy-driven film festival in the country today, with entries showcasing the lives, journeys, trials and triumphs of the Filipino farmer.



フィリピン人の高い音楽性を引き出すソングライターコンテスト。音楽を通して農業に生きる人々に活力と潤いを提供する。

Filipinos are born with an innate talent in music. This Contest find a voice through song and to use music to gain recognition for our hardworking farmers and other workers in the similar sector.



働く農民を被写体とした写真とビデオのコンテスト。活気あふれる彼らの日常や田畑を囲む美しい風景など臨場感に満ちた作品からフィリピンの今が伺える。

This contest shares the vibrant lives of the farmers and the picturesque landscape that surrounds them. Farmers and their noble work; tasked to nourish an entire nation. Each photo captures their resiliency, honors their perseverance and celebrates their ingenuity.



世界8番目の不思議。そこは、天国へ続く階段。

"EIGHTH WONDER OF THE WORLD." THERE IS A STAIRWAY TO HEAVEN.

"A BANAUE STORY" ご購入のすすめ

Purchasing "A BANAUE STORY" is always a good choice...

ルソン島北部の山岳地帯に広がる広大なフィリピン・コレディリエーラの棚田群。1995年にはユネスコの世界遺産にも指定された風光明媚な景勝地“バナウエ”。

写真集 "A BANAUE STORY" の購入がバナウエ棚田群の修復計画 (BANAUE RICE TERRACES RESTORATION PROJECT) の一助となります。

Banaue rice terraces fields of Cordillera in mountainous areas in the northern part of Luzon Island. There are scenic spots designated also as a UNESCO World Heritage Site.

When you purchase "A BANAUE STORY", it will be supporting for BANAUE RICE TERRACES RESTORATION PROJECT.



The VIP Version P25,000
The regular Version P6,000

お申込み・お問い合わせ (contact)
02-421-2378 (Jacie or Marlene)
E-Mail: banaue.restoration@gmail.com
<https://www.banauerestoration.org/>



農業を始め漁業、畜産従事者の優れた業績を称え表彰するのがトファームの基幹プロジェクト “The Search and Award for The Outstanding Farmers of the Philippines”。生産者の業績を広く知らしめ、さらなる向上への契機となることを目的とする。



2018年11月18日、マカティ シャングリ・ラ マニラで盛大に行われた授賞式 Award ceremony held at Makati Shangri-La Manila on November 18, 2018

It is the main project of TOFARM that honors the excellent achievements of agriculture, fishery, and livestock foster workers "The Search and Award for The Outstanding Farmers of the Philippines". It aims to inform people about the achievement of Winners widely and to be an opportunity to further improve the performance.

個人部門 Individual Category

FARMER	AGRI-ENTREPRENEUR
WOMAN FARMER	URBAN FARMER
YOUNG FARMER	FISHERFOLK
AGRI-INNOVATOR	LIVESTOCK

グループ部門 Group Category

FAMILY FARMER	AGRI-COOPERATIVES
AGRI-INITIATIVES	LOCAL GOVERNMENT UNIT