



気になるOO

THESE ARE INTERESTING!

日々生活していると、当然ながらいろいろと見聞する。しかし、そのほとんどは気にも留めずやり過ごすのが常。しかし、まれに頭の片隅に記憶され時に思い出されるモノとコトもある。そんな“気になる”モノとコトをご紹介。

Everyday, you see and hear a lot. But, most are usually forgotten. However, there are rare cases where it is memorized in one corner of the brain and sometimes recalled. So now, we are introducing some interesting topics.

Feature Editor: Kiguchi Makoto



Sail Residences / Developer: SMDC | 858-0300; 0917-500-5151 | <https://smdc.com/>



投資
INVESTMENT

気になるコンドミニアム Condominiums are a Good Investment

WOW!



好調なフィリピン経済の波に乗ってコンドミニアム購入で資産運用。インカムゲインとキャピタルゲインを目指して、いざっ!

Asset management by purchasing condominiums when the Philippine economy is growing. Aim for income gain and capital gain!

日本では東京オリンピックを来年に控えマンションバブルだとされるが、経済成長の続くフィリピンもコンドミニアムの価格上昇は続いている。中央銀行によると首都圏を中心に次々と建設が進むコンドミニアムの価格指数は、18年第4四半期から0.9ポイント増の146.3ポイント(14年第1四半期を100とした指標)。マカティ市のコンドミニアムの価格は2018年4月時点で1m²あたり10万~25万ペソと高騰(不動産情報サイトドットプロパティ調べ)。人口減少が著しい日本と違い、2028年には日本の人口を上回ると試算されるフィリピンは経済成長に人口ボーナスが相まってますますコンドミニアムの需要も高まっていくだろう。そこで、“気になる”的なのがコンドミニアムへの不動産投資だ。フィリピンの場合外国人の土地所有は認められていないがコンドミニアムやタウンハウスなら購入可能。もちろん自分で住むのもいいが、インカムゲインを得つつ機を見て売り抜きキャピタルゲインを得る。ん一つ、何て理想的! 資金のメドがつく人は一度検討してみるのもありだと思う。狙い目はやはりマカティやBGC、ケソンなどの首都圏。カジノリゾートや大型ショッピングモールMOAなどがあり開発が進むパサイの湾岸エリアも狙い目だ。これらのエリアに多数の物件を擁するSMグループの「SMDC」などは、取引にも安心感があつておすすめのデベロッパー。購入の際には同グループの国内最大手銀行BDOの住宅ロー

ンも利用も可能。居住用であれば査定価格の80%、非居住の場合でも70%までの融資が受けられる。

日本の分譲マンションの1/4程度といわれる価格だからこそ、始めやすい不動産投資。あなたも挑戦してみませんか?

In Japan, There is a condominium bubble will be ahead of the Tokyo Olympics next year. In the Philippines, where economic growth continues, the price of condominiums continues to rise. Therefore, We are interested in real estate investment in condominiums. Of course you can live on your own, but it is better that you get income gains and you will get capital gains.

The target is still the metropolitan area such as Makati, BGC, and Quezon. Also, the Bay Area of Pasay, which is being developed with casino resorts and a large shopping mall MOA. (SMDC) of SM Group, which has many properties in these areas, is a recommended developer with a sense of security in dealings. You can also use a mortgage loan from BDO, the largest domestic bank in the group, when purchasing. Loans can be borrowed up to 80% of the appraisal price for residential use and up to 70% for non-residents.

Real estate investment that is easy to start because it is said to be about 1/4 of a condominium in Japan. Would you like to take the challenge?

祭り
FESTIVAL

WOW!



気になる Coslandia 2019 Excitement and Expectation Coslandia 2019

WOW!



アイドル、漫画、アニメ、コスプレ、e-スポーツ、ゲーム、まさに日本のオタク文化の見本市。日本からのゲストも多数予定されているので絶対に見逃さないで!

The ultimate Japanese otaku culture festival is back. Get ready for a three-days activity. Entertainment and guest artist in field of idols, comics, anime, cosplay, e-sports and games. so don't miss it!

昨年ケソン市のセントリスウォークとムービースターズカフェを舞台に開催されたイベント「コスランディア」が規模を大幅に拡大して11月1~3日、BGCのSMオーラSMXコンベンションセンターで開催決定!今の日本を象徴するオタク文化、アイドル、漫画、アニメ、コスプレ、e-スポーツ、ゲームのスペシャリストがフィリピン国内外から大集結。ステージを始め様々なパフォーマンスやアトラクションが繰り広げられる。AKB48の姉妹グループMNL48を始め、REVERSE TOKYO、1-GIRLS、GRACOREX、HAZUKI TSUBASA、SAMERO、YUASA MICHIRU、FAIRYTALES、アニメ声優や歌手が登場。また、世界的なコスプレイヤーのパフォーマンス、世界で唯一のコスプレ雑誌「Cosplay Mode」のバックナンバー販売も注目。ちなみに「Cosplay Mode」はフィリピンで2020年に英語版の創刊を計画中。

アニメでは、「セイキマツブルー」の実写映画に主演したMNL48のアビーや作者のヒロタシタロウ、監督のハシテツヤ監督を招いてのパネルトークも開催される。

とにかく盛りだくさんの3日間。オタクを自認する人もそうではない人もきっと“気になる”イベントだ。

Coslandia is an annual event headed by Hallohalo Entertainment Inc. that aims to bring Japan closer to J Culture not only in the Philippines but to the world. This November 1-3 "Coslandia 2019" will be held at SMX Convention Center Aura Premier in BGC, Taguig City. Guest Artist in field of idols, comics, anime, cosplay, e-sports, and games that symbolize Japan now gather from all

over the Philippines and Japan. Various performances and attractions on stage: AKB48's sister group MNL48, REVERSE TOKYO, 1-GIRLS, GRACOREX, HAZUKI TSUBASA, SAMERO, YUASA MICHIRU, FAIRYTALES, anime voice actors and theme song singers. Also pay attention with the performance of international and local cosplayers. Cosplay magazine "Cosplay Mode" will be appear in the event, where they sell their back catalogue and magazine novelties. Also, "Cosplay Mode" is planning to launch an English version in the Philippines in 2020.

Film director Tetsuya Hashi and the cast of live-action movie adaptation "Seikimatsu Blue's" will hang out with you. Have them sign your limited English edition copies of Seikimatsu Blue's comic book that will be up for grabs exclusively during the event.

For those who are otaku, cosplayer fanatic or someone who has interest anything about J culture, don't miss the chance to be a part of the biggest J culture festival in the Philippines.



MNL48

食品
FOODS

WOW!



気になる乳酸発酵 Lactic Acid Fermentation

乳酸菌による発酵の力で低たんぱくで美味しいと、保存性も良し。さらに、パック入りで手間いらず。気になったら今すぐ注文を!

It is low protein and delicious and possibly due to long storage. Furthermore, it is packed and does not need cooking time. Order now if you are interested!

乳酸菌とは「様々な糖を原料にして多くの乳酸を生成する細菌」の総称。ヨーグルトやチーズ、味噌、醤油、漬物など古くから様々な食に用いられてきたが、近年注目を集めているのが「植物性乳酸菌」。そしてそのパイオニア、株式会社バイオテックジャパンがフィリピンに現地法人を設立し販売を開始したのが、乳酸発酵の技術を用いたレトルトパックのご飯シリーズ。使用されている米はフィリピン産だが日本米のようにふっくら、もっちりとした炊き上がりになっているのが特徴。たんぱく質を1/10にカットした“ECHIGO”やカロリーを30%減らした“GOHAN LITE”など、健康を意識する人にうれしい製品もラインナップされているので“気になる”人はぜひ試してみて。(ちなみにまにら新聞でケース単位での販売受付と配送を行っています。右記参照)

Lactic acid bacteria is a general term for "bacteria that produce a large amount of lactic acid from glucose." Although it has been used for various foods such as yogurt, cheese, miso, soy sauce, and pickles, "plant-based lactic acid bacteria" has attracted attention in recent years. Biotech Japan Co., Ltd. That is a pioneer of plant Lactobacillus, established a local

subsidiary in the Philippines and started selling the retort pack rice series using lactic acid fermentation technology. Although the rice used is from the Philippines, it is fluffy like Japanese rice.

If you are interested, try the products that are good for health-conscious people, such as "ECHIGO" with 1/10 cut protein and "GOHAN LITE" with 30% less calories. (Manila Shim bun accept sales and deliver that by case, see right photos)

申し込み先: まにら新聞顧客サービス係 Application: Manila Shim bun Customer Service Section

Tel: (02)890-8480

E-mail: jpdesk@manilashimbun.com

※支払いは代金引換

※ Payment is cash on delivery

※まにら新聞購読者(マニラ首都圏)は配達料無料! ラグーナ地区、購読者以外の方は配達料別途 P50

※ Manila Shim bun subscribers (Metro Manila) are free of charge!

取扱店舗: 富士マート(全店)、てつべん(マカティ)



パック入りご飯『インスタライス』
1 box/20 pcs P800

腎臓病患者様向け



タンパク質1/10 (ECHIGO)
1 box/20 pcs P1,350

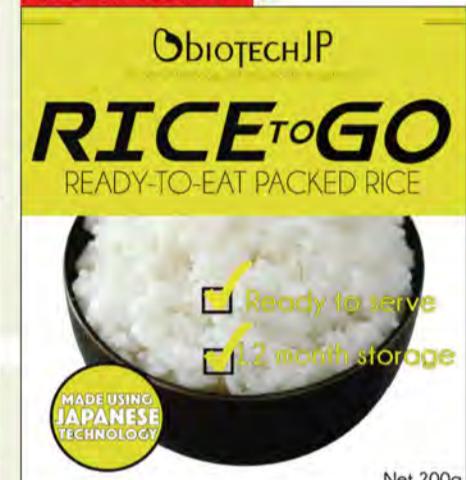
ご自宅までまにら新聞が配達。

Manila Shim bun delivery staff will deliver to your residence.



カロリー30%減『ゴハンライト』
1 box/20 pcs P1,200

災害時非常食向け



調理不要 (RICE TO GO)
1 box/20 pcs P850

健康
HEALTH

気になるブルーライト Blue Light Blocking



ブルーライトは利便性の代償? でも、手を拱いてはダメ! 目のダメージが蓄積する前にブルーライトカットメガネの着用を。

Is blue light inevitable for our eyes? But don't give up. Wear blue light blocking glasses, the best way for a healthy vision.

ブルーライトといえばヨコハマ、などとボケている場合ではない。今、パソコンやスマホの普及によって私たちの目は常にブルーライトの脅威にさらされているのだ。

そもそもブルーライトとは自然界に存在する波長が短く強い光のこと。太陽光のもと青いものが青く見えるのもこの光のおかげで、それ自体が問題というわけではない。パソコンやスマホなど至近距離でその光を目に受けてしまうことが問題なのだ。パソコンやスマホの液晶画面の光源はLEDでこのLEDが強いブルーライトを発する要因となっている。通常、光は様々な色が混じり合って白色になるが、LEDの場合青色と黄色のみで白色を作り出すためブルーライトがさらに強くなり、目にダメージを与えていたのだ。パソコンやスマホを操作していて画面がまぶしく感じたり文字がぼやけたりしたことはないだろうか? この時目は光やピントの調整を繰り返すため疲労度を増し、また、画面を凝視することで瞬きが減り眼球の渴きも引き起こしやすくなる。さらにブルーライトは睡眠ホルモンの分泌を妨げるため健康な睡眠が阻害されかねないのだ。ん一つ“気になる”。

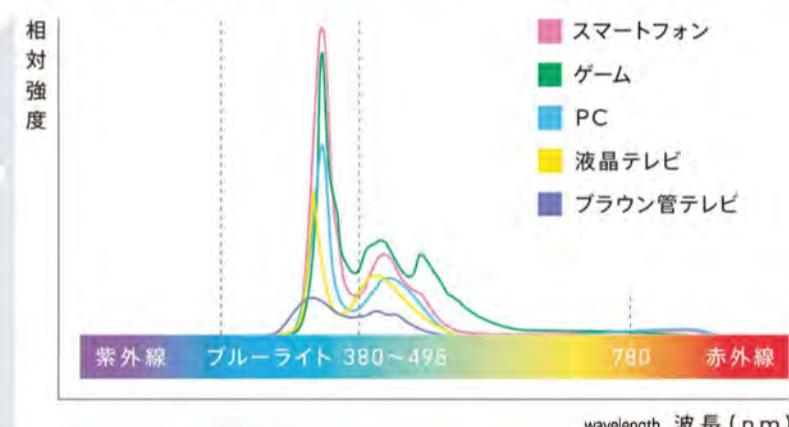
ではこんな厄介なブルーライトにどう対処すればいいのか? ズバリおすすめは

ブルーライトをカットしてくれるメガネの着用だ。たとえば、マニラでも最近積極的に店舗展開している日本国内販売本数No.1のメガネ専門店 JINS(ジンズ)では、ブルーライト 25% CUT と長時間作業する人のための 40% CUT、そして子供用の 25% CUT KIDS の JINS SCREEN をラインナップ。

日常生活の中でパソコンやスマホは必要不可欠な現代だからこそ、十分に自分の目を労わることもまた必要不可欠。目にいらぬダメージを与え続けて後から後悔しないためにも今すぐブルーライトカットメガネ JINS SCREEN の着用を始めよう。

Now, blue light sources are becoming increasingly common in today's environment. Exposure to blue light comes from a variety of technologies including computers, phones, televisions, and lights. Blue light is a range of the visible light spectrum, defined as having a wavelength a type of high-energy visible light.

The light source of the LCD screen of personal computers and smartphones is a LED, and this LED emits strong blue light. Normally, light mixes various colors and turns white, but in the case



of LEDs, the blue light becomes stronger because it produces white with only blue and yellow, causing damage to the eyes. Have you ever felt a dull screen or blurred characters while operating a computer or smartphone? At this time, light and focus adjustments are repeated by eyes, so it increases fatigue to your eyes. Staring at the screen reduces blinking and tends to cause eye dryness. In addition, blue light interferes with the secretion of sleep hormones and can interfere with healthy sleep.

So how do you deal with such a troublesome blue light? I recommend wearing glasses that block blue light. JINS SCREEN, the No. 1 eyeglasses store in Japan, which has recently been actively developing stores in Manila, Blue Light 25% CUT and 40% CUT (for those who watch LCD Screen long time), 25% CUT KIDS (for children) that is the lineup project of JINS SCREEN.

It's also essential to take care of your own eyes. Start wearing Blue Light Glasses by JINS SCREEN for a healthy vision.

JINS SM Aura Premier, JINS SM Makati, JINS SM City North EDSA, JINS Robinsons Place Manila
<https://www.jins.com/ph/>
[JINS Philippines](#)
[jins_philippines](#)



JINS
SCREEN



観光
SIGHTSEEING
WOW!

気になる世界遺産

Banaue Rice Terraces: World Heritage Site

イフガオ族の人々が2000年以上の歳月をかけ築き上げてきた彼らの財産であり、フィリピンが世界に誇る世界遺産。そこには、訪れた人々を感動させる絶景が広がっている。

It is a property that the Ifugao people have built over 2000 years and is a world heritage that the Philippines is proud of.

ルソン島北部の山岳地帯に広がる広大なフィリピン・コルディリエーラの棚田群は1995年にはユネスコの世界遺産に指定された風光明媚な景勝地。中でも、棚田観光の拠点となるバナウエはマニラからの直行バスもあり、欧米人を中心に多くの観光客が訪れている。しかし現在、自然災害による崩落や後継者不足などから休耕田が増え、その価値

を失う恐れが懸念されている。実際、2001年には世界危機遺産リストに追加されてしまった過去がある。その後、国内外の協力を得て2012年にリストから削除されるが、現在も後継者不足などの解消されていない問題が残っている。

まにら新聞ではこうした現状をより多くの人たちに知つてもらうためにバナウエツアーを計画


料理
CUISINE
WOW!

気になるオムレツ

Fantastic Omelet

マリリン・モンローも魅了された、ふわふわ、とろりのオムレツにあなたも魅了されてみませんか?

Why don't you be fascinated by the fluffy and melty omelet that artist, Marilyn Monroe was fascinated with?

フランスのモンシャンミシェルといえばユネスコの世界遺産にも登録されている世界的に有名な観光地。フランス西海岸、サン・マロ湾上に浮かぶ小島に修道院が建てられカソリックの聖地として多くの巡礼者を迎えてきた。そしてこの地で巡礼者の空腹を満たし疲れを癒してきたのがラ・メール・プルアル。ここの気になる名物はなんといっても創業以来守り続けられてきたふわふわのオムレツ。たっぷりのボリュームと口の中でとろけてゆく淡い独特の食感が特徴。フランス以外でこのオムレツが味わえるのは日本とフィリピン(BGC)の支店のみ。

まだ、味わったことがない人はぜひ一度BGCのお店を訪れてみて。“気になる”オムレツはやっぱり納得のオムレツだったと合点がいくはずだ。

Mont Saint-Michel is a world-famous tourist destination that is registered as a UNESCO World Heritage Site. A monastery was built on a small island floating on Saint Malo Bay on the west coast of France, and has welcomed many pilgrims as a holy place for Catholicism. La Mer Praar has been able to satisfy the hunger of pilgrims and heal fatigue. The specialty here is the fluffy omelet that has been preserved since its establishment. It features plenty of volume

and a unique peculiar texture that melts in your mouth. Outside of France, this omelet is only available at branches in Japan and the Philippines (BGC).

If you haven't tasted yet, please go to the BGC branch. You will immediately understand that the omelet you were interested in was a satisfactory omelet.



Open Daily: From 10:00am ~ 10:00pm
 Tel: (02) 838-1238 / (0917) 580-0137
 Email: info.lamerepoulardph@gmail.com
 Unit 172-173 UG/F SM Aura Premier McKinley Parkway, BGC, Taguig City
<https://www.facebook.com/LaMerePoulardPh/>

中。バナウエ市長やバナウエ市とパートナシップ契約を締結し、「BANAUE RICE TERRACES RESTORATION PROJECT」に尽力しているユニバーサルハーベスター社のDr.ミラ・ハウ社長との懇親会も決定。ツアー詳細は近く発表の予定なので“気になる”人は要チェック!

The vast Philippine Cordillera terrace rice fields spread out in the mountainous region of the northern part of Luzon is a scenic scenic spot designated as a UNESCO World Heritage Site in 1995. In particular, Banaue, the base for terraced rice fields, also has a direct bus from Manila, and many tourists are visiting trip especially Westerners. At present, however, there is a concern that the number of fallow fields will increase due to collapse from natural disasters and the lack of replacement resulting in the loss of value. In fact, in 2001, it has been added to the World Crisis Heritage List. After that, it was removed from the list in 2012 with domestic and foreign cooperation, but there are still unsolved problems.

Manila Shimbun is planning a Banaue tour to let more people know about this situation. A social gathering with the president of Dr. Mira How of Universal Harvester Inc., who has signed a partnership agreement with the mayor of Banaue and the city of Banaue and is committed to “BANAUE RICE TERRACES RESTORATION PROJECT” is also planned. The tour details will be announced soon, so check it out if you are interested!



バナウエツアーのお問い合わせ: (02) 890-8480

音楽
MUSIC
WOW!

気になる長寿バンド

At 52, The PARADOX Band Still Rocks!

結成52周年の長寿バンド「The PARADOX」のスペシャルユニットが、バタンガスの“みのり亭”でディナーライブ出演決定! 12月13日(金)は、みのり亭に集合!

A special unit of the longevity band. "The PARADOX", its 52nd Anniversary will appear live at a dinner in Batangas, Minori-tei! Friday, December 13th, everyone will gather at Minori-tei!

日本のロックシーンは戦後、進駐軍の影響を受け広まり、ロカビリーブーム、エレキブーム、GSブームを経て1970年前後からは日本語ロックやハードロック、ニューミュージック、テクノと多様化し現在に至っている。そしてその日本のロックシーンにアマチュアながら確かな足跡を残す“気になる”バンドがある。1967年結成の「The PARADOX」だ(ちなみに1967年といえば日本ではGSブームの主役となるザ・タイガースがデビューした年であり、英国のレッド・ツェッペリンのデビューは翌年になる)。バンド名のごとく時代に流されるとなく独自の音楽スタイルで様々なジャンルの曲を演奏し続けている。メンバーはリーダー和多島廣(Gt.Vo)、金子章男(Gt.Vo)、田中秀一(Per.Vo)、原田康雄(Ba.Vo)、谷口博通(Dr.Per.Vo)、そしてサポートメンバーの山田貴代(Key)の6名。今年結成52周年を迎えるメンバーも70歳代と高齢になっているが、現在もライブコンサートを中心に積極的に活動を続けている。

そんな「The PARADOX」の来比が決定。

バンドでのコンサートはプライベートパー

ティーでの演奏なので残念ながら一般公開

されないが、12月13日(金)バタンガスの

日本料理店「みのり亭」のディナーライブ

に和多島廣と金子章男のスペシャルユニット

が出演。ロックだけではなく民謡なども交えた多彩なステージをぜひご鑑賞あれ。

After the war, the Japanese rock scene spread under General Headquarters, the Supreme Commander for the Allied Powers, and after the rockabilly boom, the electric guitar boom, and the GS (Group sounds) boom, it has diversified into Japanese rock, hard rock, new music, and techno music since around 1970. And there is a band that leaves a solid footprint in the Japanese rock scene. "The PARADOX" was formed in 1967. (By the way, 1967 is the year when The Tigers, the leading role of the GS boom, debuted in Japan, and the UK's Red Zeppelin's debut is the following year). Like the band name. They continue to

play songs of various genres in his own music style without follow the trend. The members are Six members of leader Hiroshi Wadajima (Gt.Vo), Akio Kaneko (Gt.Vo), Shuichi Tanaka (Per.Vo), Yasuo Harada (Ba.Vo), Hiromichi Taniguchi (Dr.Per.Vo), and support member Takayo Yamada (Key). The members are also in their 70s with the 52nd anniversary this year, but they are still actively engaged in live concerts. And "The PARADOX" visit to the Philippines has been decided. Unfortunately, the concert by the band is a private party, so it will not be open to the general public. However, on December 13th (Friday), a special unit by Satoshi Wadajima and Akio Kaneko will do dinner live at the Japanese restaurant "Minori-tei" in Batangas. Please enjoy the various stages that include not only rock but also folk songs etc.



金子章男 Akio Kaneko (Gt.Vo) 和多島廣 Hiroshi Wadajima (Gt.Vo)



お申込み・お問い合わせ

Inquiry /

「みのり亭 Minori-tei」

(043) 405-5001 / 0917-521-6797

連載 ナビ流ゴルフ 15



ドライバー選びのポイント

シャフトの基礎知識

ドライバーを選ぶ時、シャフトは考えるべきポイントの一つ。なかには、「最も重要なのはシャフト」という人がいるほどにシャフトは大切な要素だ。しかし、シャフトにはさまざまな種類とブランドがあり、何を選べばいいのかわからないという人も多い。そこで、今回はシャフトの選び方の基本を解説。適正シャフトを選んでスライス回避＆飛距離アップを目指そう！

*記事の内容は編集部の視点によるものです。詳細は各シャフトメーカーのウェブサイト等をご参照ください。

シャフトには、ドライバーに最初から装着されているメーカー純正シャフトと、シャフトメーカーがシャフト単体で製造しているカスタムシャフトと呼ばれる2種類がある。シャフトには多くの仕様と特性があるが、まずは次の4つのポイントを知っておこう。

Point 1 硬さ（フレックス）

シャフト選びはまず硬さから、と言われるほど基本的な要素。一般にX、S、SR、R（硬い→柔らかい）で表記されている（さらに硬いXXや、女性用のSなどもある）。自分のヘッドスピードに合った硬さのものを選ぶことが重要なだけ、メーカーによって表記されている硬さ、フレックスは異なり、厳密には同じメーカーでも発売時期によって異なる。例えば、A社のドライバーのフレックスSとB社のフレックスSが同じ硬さかというと、決して同じではない。また、メーカーによって米国モデルのドライバーとアジアンモデルのドライバーで、メーカー純正シャフトの硬さが異なるケースもある。米国モデルのRがアジアンモデルのS以上の硬さに感じるということも起きる。一般にカスタムシャフトは純正に比べて同じフレックスでも硬い傾向にある。

ヘッドスピードの速い人（45以上）が柔らかいシャフト（純正Rなど）を、またヘッドスピードの遅い人（40以下）が硬いシャフト（カスタムSなど）を振ると、ヘッドが戻らずスライスすることがある。適正なフレックスを選ぶことはとても重要だ。



個性的なカスタムシャフトは個性的派

Point 2 キックポイント

元調子、中調子、先調子（これに加えてダブルキックというものもある）という具合にシャフトのどこがしなりやすいかを示すのが、キックポイント。純正シャフトには癖の少ない中調子のものが多い。

キックポイントはゴルファーの好みによる要素でもあるため、まずはキックポイントが異なるシャフトを振って自分に合うものを見つけよう。ヘッドスピードがあまり速くなく、球が上がりにくい人が先調子にしてみたらナイスショットが打てるようになった、元野球部の人でヘッドスピードが速い人が元調子を使ってみたら、シャフトがぶれず真っ直ぐな球を打てるようになったというケースも多々ある。



シャフトのフレックス表記はあくまでも目安。基準となる今のシャフトと打ち比べて最適なものを探そう！



ヘッドとのバランスを見ながら最適な重さのシャフトを探してみよう。軽い方が意外と振りやすいなんてこともある。



自然に振った時に「お！これは気持ちいい！」と思えるシャフトが適正シャフトだニヤン。



「ドライバー選びはシャフト選び」と言えるかも？

Point 3 重さ

ヘッドの重さとのバランスが影響していくので一概にはいえないが、一般に軽いヘッドには軽いシャフトが装着されていることが多い。逆に軽いヘッドのものに重いシャフトをつけるとバランスが悪くなることもある。純正シャフトのSで40～50g台、カスタムシャフトの場合重さを選べるが60gが一般的。ヘッドスピードの速い人はより重いものを、遅い人はより軽いものが合う傾向にある。ただし最近では軽くて硬い（軽硬）ものを好むツアープロもいるように、普段60g台を使っている人が50g台に変えたらラウンドの後半に疲れにくくなったり、よりヘッドスピードが上がったというケースもある。



よく比較して自分に合うドライバーを探そう。

Point 4 長さ

一般的なドライバーには45インチ台のシャフトが装着されていることが多い。中には46インチ以上の長尺もあり、一時期流行したことがあるが、今はどちらかというと短いシャフトが注目されている。長いシャフトは飛距離が出るが、その分、ミートが難しくなる。一方、シャフトを短くすると距離は落ちるが、ミート率が上がる傾向にある。シャフトを1インチカットしてみたら急に芯に当たり出し、飛距離が伸びたというケースもあるので、今使っているシャフトを短くしてみるのも一つの手といえるだろう。ただし、一度切ってしまったシャフトは元に戻らないのでくれぐれも慎重に！



思いきってシャフトを切ってみる！

以上のように、シャフトの世界は実に奥が深い。実際にヘッドスピードなどの数値を測ることができるショップやショミュレーションゴルフなどで試打をしなければわからないことも多い。

例えば、練習場で知人のドライバーを借りて打ってみよう。そして、もし自分に合いそうなドライバーに出会ったら、ヘッドだけでなくシャフトにも注目してみよう。自分に合ったシャフトを探すのもゴルフの楽しみ方の一つだ。

本格「ゴルフシミュレーションバー」移転リニューアルオープン！



- ◎日本製ゴルフシミュレーター2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）

新所在地：Ground Floor, Matheus Bldg., 5382 General Luna, 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)で随时アップ。

博報堂生活総研アセアン、マニラ初の「アセアン生活者フォーラム」開催

博報堂生活総合研究所アセアン（HILL ASEAN）が8月、「アセアン生活者フォーラム」を開催し、アセアンの生活者に関する研究成果を発表した。

同フォーラムはこれまでタイのバンコクやベトナム・ホーチミン市で行われており、マニラでの開催は今回が初めて。「THINK FUTURE-FORWARD: How ASEAN Lives Evolve as Technology Gets Smarter」と題されたフォーラムではさまざまなモノがインターネットに接続され情報交換する「the Internet of things (IoT)」や人工知能「AI」など、現在のスマートフォンに代わる技術が生活者の消費活動にもたらす変化を検証。企業、ブランドはいかに備えるべきかを解説した。

博報堂は昨年、フィリピンのブランドエージェンシーである IdeasXMachina



8月1日、マカティ市で「行われた「アセアン生活者フォーラム」にて

Advertising, Inc.（アイディアズ・バイ・マッキーナ・アドバタイジング）および Beginnings Communications, Inc.、イベント会社の eNAV Logistics Management Services, Inc.（イナブ・ロジスティックス・マネジメントサービス）の3社に出資し、当地での事業を本格化させている。

ハロハロ・ノート ～とておきのフィリピン～

レチエフラン

フィリピンのカスタード・プリン「レチエフラン」はフィエスタ（お祭り）やクリスマスに欠かすことのできないスイーツです。フィリピンのかき氷「ハロハロ」のトッピングとしてもおなじみですね。Leche（レチエ）はスペイン語で牛乳、flan（フラン）はプリンのことです。フィリピンには本来Fの音は無く、よくPと入れ替わる傾向があるため、leche plan（レチエプラン）と発音されることもあります。

フランの原型となる調理法は古代ローマの時代からあったそうですが、中世になると「平たい」

という意味のある flado という名前のお菓子がスペインやフランスで作られるようになります。これがフランの語



源だと言われます。のちにフランと言えば、スペインではカラメルにカスタード材料を流し込んで蒸し焼きにするプリン、フランスではタルト生地に材料を入れて焼く菓子を指すようになりました。ちなみにフランスではカスタードを蒸し焼きにしたお菓子は crème caramel と呼んで区別しています。

このフランはスペイン植民地時代に海を渡り、メキシコ、コロンビア、キューバやフィリピンに伝わりました。中南米では「フラン・デ・レチエ」と呼ばれていますが、これらは卵白もいくらか使っているのに対して、フィリピンのレチエフランは卵黄しか使いません。卵黄しか使わないのは、石積みの教会を作る際に卵白をセメントの代わりに使ったからだという説がありますが、眞偽のほどはわかりません。

レチエフランは llanera（リヤネラ）と呼ばれ

る楕円形のアルミの型で作ります。フィリピンのレチエフランは「す」が入った物がありますが、これは調理時の温度が高すぎるため。口当たりの良いレチエフランを作るためには、静かに混ぜて気泡を作らないこと、できた気泡は取り除くこと、また一番大事なのが温度を高くしそうなことです。

レチエフランのつくり方

<材料> リヤネラ 3個分

卵黄 10個分

☆コンデンスマルク 中1缶 (300cc)

☆エバミルク (evaporated milk) 中1缶 (370cc)

☆バニラエッセンス 少々

☆ライムの皮のすりおろし少々 (お好みで)

カラメル用に白砂糖 大さじ9杯 (135cc)

<カラメルソースの作り方>

小鍋に白砂糖を入れ、中火にかけ、濃いきつね色になるまで5分程度待つ。カラメルが熱いうちにリヤネラに均等に分け入れる。リヤネラに入れたカラメルが飴状に固まつても、卵液を入れて調理すると溶けるため問題ない。カラメルを入れたリヤネラは室温で冷ましておく。

今回は筆者が義妹に教えてもらった分量をご紹介します。下記は基本の分量ですが、この典型的なレチエフランでは甘すぎると感じる場合は、お好みに合わせコンデンスマルクの量を減らして、その分を牛乳または生クリームに変えてても良いでしょう。(悦)



<フランの作り方>
卵は卵黄だけをボールに割入れ、☆の材料を加え、泡立たないように静かに混ぜる。全体が混ざつたら、ざるで濾し、リヤネラに均等に注ぎ、気泡はすくいとて、アルミ箔で蓋をする。オーブンは160度(325F)に熱し、湯煎用のバットに半分程度水を入れてリヤネラを並べ、1時間程度湯煎焼きにし、表面がツルツルとした感じになり竹串を刺してカスターが付かなくなればできあがり。蒸し器または鍋で蒸す場合は弱火で40分ほどできあがり。

マニラ日本人会ハンディクラフト同好会 第40回チャリティーバザー

毎回好評のチャリティーバザー。クリスマスグッズ、編み物、巾着袋、かわいい小物、アクセサリーなど、心を込めて作られた作品が勢ぞろい。さまざまな食品の出店や、裏千家淡交会マニラ協会による秋の茶会も開催。収益金は全額フィリピンの団体に寄付される。来場の際はエコバッグ持参にご協力を。

日時：10月19日(土)

午前9時30分～午後12時

※午前9時より整理券配布、完売次第終了。
9時以前の来場はご遠慮ください。混雑解消後、整理券がなくとも入場可能。

会場：マニラ日本人会22階大会議室

THE JAPANESE ASSOCIATION, MANILA HANDI-CRAFT - MANILA THE 40TH CHARITY BAZAAR



The Japanese Association, Manila's handicraft group 'handi-craft-manila' presents the annual Charity Bazaar on October 19. A wide variety of handicrafts such as knitted items, drawstring pouches, accessories, Christmas supplies and many more awaits you. Food items are also available. All proceeds will go to charities in the Philippines. At the bazaar, you can enjoy a touch of Japanese traditional culture to see the Autumn Tea Gathering by Urasenke Tankokai Manila Association.

Date and Time: Saturday, October 19, 2019
9:30am - Noon

Venue: The Japanese Association, Manila, Inc., 22/F, Trident Tower, 312 Senator Gil Puyat Ave., Salcedo Village, Makati City

※ Tickets will be handed out at 9:00am on October 19. No visitors are allowed to enter the venue before 9:00am. After relieving overcrowding, no tickets are required to enter the venue.

※ Please bring your own eco-bag.

魚醤「パダス」にはまり出す Addictive Salted Fish Sauce

PADAS

フィリピン人の友人から、パダス (Padas) という魚醤をもらいました。ルソン地方北部パンガシナン州産の Salted Fish Sauce、または Bagoong Padas と呼ばれるもので、体長2センチほどの小魚パダスを塩漬け、発酵させてつくられる。容器の中には魚がぎっしり詰まっている。一般的なフィリピンの魚醤パティスとは異なり、パダスは小魚の姿形がそのまま残っている。この魚はこの大きさで成魚なのか、それとも幼魚なのだろうか。

食べてみると、とにかく塩辛い。日本のイカの塩辛や酒盗のように酒の肴として楽しむには、塩辛すぎると思う。友人に塩辛さが抑えられると思って、カラマンシを絞って食べてみた。確かに塩辛さは若干感じられなくなつたようだ。

あたたかいご飯にパダスを載せて食べてみると、ご飯がすすんで Unlimited Rice でいいそなほど。この塩辛さは食べすぎると体に良くないと思いながらも、つい食べてしまう。パダス中毒に気をつけねば。(W)



パダス塩漬けフィッシュソースに使われる小魚パダスは、英語でラビットフィッシュとも呼ばれる。

A friend of mine gave me a jar of salted fish sauce called Padas, which is a popular condiment from the Province of Pangasinan. Unlike patis fish sauce, you can see countless fermented tiny fish called padas or rabbit fish in the jar.

Padas tastes very salty so that it is served with steamed rice and side dishes. A squeeze of calamansi adds a refreshing flavor to padas.

I enjoyed padas with steamed rice and felt like eating 'unlimited rice'. But be careful of salty and addictive padas.

KOBEYA
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。

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

営業時間：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

New Hatchin
Japanese Grocery

Serves You Best
ぱちん

一生鮮食品が自慢の
日本食材店!

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

MABINI店 Tel: 400-9478
Fax: 834-1384
営業時間:
月~日 10am~9pm
月~土 7am~5pm
日 7am~2pm

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

WHITE PLAINS店 Tel: 586-7065
営業時間:
月~日 10am~9pm

Eメール: sales@newhatchin.com

みなさんこんにちは! Kumusta kayo? 雨季になると蚊により媒介されるデング熱(dengue fever)が流行りますが、今年に入ってから約15万人が感染、600人以上が死亡しており、全国的な大流行が宣言されました。皆さんも虫よけスプレーを使うなど、細心の注意を払ってくださいね。デング熱は38度以上の熱が3日以上続くことが特徴ですが、それ以外の病気の可能性も考慮するため、早めに病院へ行くことを心掛けましょう。ちなみにフィリピンでは「熱、高熱」をlagnatと呼び、37度台程度は微熱sinatと呼びます。デング熱に限らず、病気になると、病院へ行かなければなりませんが、フィリピンと日本では様々な違いがあります。

Public o Private? (国公立?私立?)

医療費にお金をかけられない庶民は節約のため、国公立の病院を選ぶことが多いです。私立病院は中間層以上の富裕層が行くので設備等も最新できれいな所が多いですし、患者に対して最も扱いが丁寧です。しかし私立病院も町の病院と国際認証などを受けた大病院では内容がかなり違います。メトロ・マニラならセント・ルーカスやマカティ・メディカル等の大病院を選ぶの

Filipino World フィリピン・ワールド

第34回 Ospital/Hospital

病院 フィリピン語 アレ・コ

が良いでしょう。海外旅行保険などでジャパンヘルプデスクなどが利用できる場合もあるでしょう。国公立病院の中にもチャリティー病棟(Charity ward)とプライベート病棟(Private ward)があり、チャリティー病棟はほぼ無料で治療が受けられますが、診察待ちの列も長く、病室待機の患者が通路に寝かされており、病室に入れても、大部屋でトイレは共用だったりします。このように医療にも格差があるのがフィリピン社会の現状です。

Clinic o ER? (クリニック? 救急治療室?)

急を要する場合は救急治療室(Emergency

Room)へ直行しますが、それ以外の場合は、病院内に設けられている医師のクリニックで診察を受けます。信頼できる医師を知人などに紹介してもらって行く場合が多いのですが、病院の受付で何科の医師の診察を受けたいか伝えれば、その時間帯にクリニックの開いている医師を教えてもらいます。このように患者が医師を選ぶのが日本と違う点です。評判のいい先生の所には患者が多く来て、継続的に通い、そうでなければ患者は他の医師に移ってしまうというわけです。

Doktora o Doktor? (女医さん?男性のお医者さん?)

フィリピンは女性の医師が多くいます。大病院の部門長なども女性の医師が多く、女性の社会進出を感じられるのもこの分野かもしれません。海外で研修を受けている医師も少なくありません。

Branded o Generic?

(薬はブランド品? ジェネリック?)

フィリピンでは処方箋(reseta)を持って病院外の薬局(マーキュリー・ドラッグやワトソンズ等)で医薬品を購入します。抗生物質などはこの処方箋に書かれた個数までしか購入できません。

またジェネリック品がある場合は処方箋にジェネリック名を書くことになっていますので、薬局でも大手医薬品メーカーの「ブランド品」を購入するか、ジェネリック品を購入するか、飲む回数や値段等を確認した上で購入しましょう。

Kapag admitted (入院の場合)

入院の場合、完全看護の日本と違い、フィリピンでは付き添いが必要です。付き添いの人が書類にサインをしたり、フィルヘルス(国保にある)の書類を申請したり、また沐浴やトイレの介助などをします。

このようにフィリピンと日本では病院もかなり違いがありますが、やはり体調の悪いときは素人判断せず、病院にいくことが大切です。緊急の時どうするかなど、家庭や会社などで話し合っておくと良いですね。

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。



日本人大学生が体験した濃密なバランガイの日々 『半径50メートルの世界 フィリピンバランガイ・ストーリー』

同僚のまにら新聞記者が、本を出した。2012年秋に来比し、首都圏ケソン市のバランガイ(自治体の最小行政区)に暮らす中で遭遇した人々と出来事を克明に、そして自身の体験を赤裸々に書いている。同僚といつても私は彼の断片的な経験しか知らなかったので、今回初めて知ることが多かった。そして、こんな経験をしていたのかと驚かされた。

著者はフィリピン大学大学院(アジアセンター)で学びつつ、マニラの下町、「都会の中の田舎」と称されるバランガイにどっぷりとつかった。大学院とバランガイの路上、環境が全く異なる2つの世界に身を置き、そこに集う人々とふれあつた。多くの在住邦人にとって、バランガイは未知の世界かもしれない。また将来、都市整備によってバランガイはその姿を変えてしまうかもしれない。その意味でもこの国で生きる「マジョリティーに属する人たち」の日常が書かれた本書は、貴重な記録といえるだろう。

本書を読んで、私はベトナム戦争のサイゴン陥落時にベトナムの人々とともに生きた新聞記者、近藤紘一氏の『サイゴンのいちばん長い日』(文春文庫)を思い出した。この名ルポルタージュに小説家の高健氏が次のような序文を寄せている。「おかしくもあれば凄絶でもあり、必死であるが悠悠ともしているあの国の路上の人々の姿態が率直、公平、柔軟にスケッチされ……(中略)これは、顔もあれば眼もある本である」。

これは、そつくり本書にもあてはまると思う。(T)



著者:岡田 薫 出版社:論創社 定価:本体1,800円+税 ISBN:978-4-8460-1852-8
まにら新聞にて発売中(価格900ペソ)。まにら新聞読者には配達料無料(※配達地域等条件あり)。詳細はjpdesk@manilashimbun.com、Tel:890-8480 / 551-8238へお問い合わせください。

アマゾン、日本国内主要書店でも発売中。

読者プレゼント

抽選で3名の方に『半径50メートルの世界 フィリピンバランガイ・ストーリー』を差し上げます。

●応募方法:Eメールの件名を「ナビマニラ9月号本プレゼント」として

①お名前(日本語と英語表記)

②Eメールアドレス

③電話番号

④当選の場合の発送先(フィリピン国内のみ)を明記し、

jedit@manilashimbun.comまでお送りください

●応募締め切り:2019年9月30日(月)

●当選者には10月5日(土)までにEメールにて連絡のうえ、発送します。

※個人情報は読者プレゼントのみに使用します。



バランガイの光景(本書より)



マカティにチャイナタウン? A New Chinatown in Makati?



都心マカティ市のリトル東京界隈、マカティセントラルスクエアやコンドミニアムのザ・ビーコン周辺にチャイナタウンができる。2年ほど前に本格的な四川料理店がオープンしたと思ったら、中国料理店も増え、中国人向け美容院、ケーキ屋、ライブハウス、ネイルサロン、タトゥースタジオなどが次々と開店した。店の看板は中国語メインで書かれている。中華系スーパー・マーケットもあり、そこで買い物をするときプラスチック袋に入ってくれる。マカティは環境への配慮で紙袋使用のはずなのだが……。中には無認可営業のせいか、一時閉鎖に追い込まれた飲食店もある。規則なんてなんのその、傍若無人というか商魂たましいというか……。このまま中華街ビノンドに続く、新しいチャイナタウンがマカティにできるのだろうか。

Around The Beacon condominium in Makati, Chinese restaurants, Chinese supermarket, Chinese beauty salons, Chinese live music club are springing up like mushrooms after the rain. Their signages are generally written in big Chinese characters to attract Chinese customers. Is a new Chinatown now emerging in Makati after Binondo was established in the 15th century?

西洋占星術師 9/1~9/30

シャクティーの 今月の星占い

プロフィール:シャクティー

各国の秘術・タロット・風水・西洋東洋占星術。各種新聞雑誌、Yahoo!やLINE占いでも人気!運命研究歴25年、鑑定3万人以上のプロ占星術師。2012年渡米。Makatiにて、個人またはグループセッション&レッスンあり



★予約はこちらへQR→
shaktibless@gmail.com
http://shakti-b.jp



Scan me

おひつじ座 [3月21日から4月20日]	おうし座 [4月21日から5月21日]	ふたご座 [5月22日から6月21日]	かに座 [6月22日から7月22日]
やる気が高まりアイデアも豊富な時期ですが、プレなことが重要な時期です。本来の目標に向か、日々のルーチンを大切に。	視点を変えることで意外に楽しめる要素が満載の時期です。過去にこだわらず、新規の物事にもチャレンジ精神を発揮して吉。	影響を受けやすい時期ですが、自分らしいペースや立ち位置の確立を優先することがポイントとなる時期です。自宅に吉あり。	欲しい情報が入りやすい時期です。なるべく多くの人と会ったり出かける機会を作つて吉。言葉の選択やメモも効果があるはず。
しし座 [7月23日から8月22日]	おとめ座 [8月23日から9月22日]	てんびん座 [9月23日から10月22日]	さそり座 [10月24日から11月22日]
経済的な事柄に焦点が当たる時期です。新しい収入の道を探してみては? 節約や待つ姿勢よりも、自らアクションを起こして吉。	モチベーションが高まる時期です。成功の秘訣は、考えすぎずに楽しむこと。また、自分も他人も信じる気持ちを忘れずに。	考えを整理すると良い時期です。ただし思考力だけではなく、動いて直感や体感を得て確信することが大事。体力も鍛えて吉。	前半は人間関係の拡大が可能な時期です。新しい人との交わりから、将来的な幸運や気付きを得られる兆し。後半は聞き役が○。
いて座 [11月23日から12月22日]	やぎ座 [12月23日から1月20日]	みずがめ座 [1月21日から2月19日]	うお座 [2月20日から3月20日]
社会的な評価が出やすい時期。期待と違うものであっても、前向きを見せることが大切。一步ずつ階段を上がる意識で開運へ。	左脳的な言動にヒントが隠れる時期です。現実的な物差しを持ちながらも、獲得を志して吉。鍛錬やスキルが力になっていくはず。	バランスが崩れやすい時期です。財布の紐を締め、暴飲暴食せず、神社仏閣やお墓参りに出かけ、静かに心を清めると開運へ。	対人面がにぎやかになる時期です。あなたを頼りにしている人には、寛大ながらも相手の将来的なことを考えて導くことが大切。



～日比友好月間～

豊臣秀吉を魅了した古き良きヨーロッパの音色に酔いしれる Be intoxicated with the sound of good old Europe that fascinated Hideyoshi Toyotomi.

バギオでは毎年、7月から8月にかけて日比友好月間とし、「バギオ七夕祭」など様々なイベントが開催されている。今年は、バギオ七夕祭が10周年、日比の友好関係が63年目を迎えたことを記念し、特別企画として長崎県天草で活動する西洋古楽器演奏グループ「コレジヨの仲間」による演奏会が、バギオのセント・ルイス大学(7月21日)とマニラの聖アグスティン教会(7月23日)で開催された。

コレジヨの仲間は、天草市河浦町にあるコレジヨ館を拠点とし、活動場所は高校、崎津天主堂チャペル、世界遺産関連イベントと多岐に渡る。1990年のコレジヨ館開館時に、展示物の古楽器をただ眺めるだけでなく生の音色を聴いてもらいたいという想いから地元の有志たちが結成したグループだ。

コレジヨの仲間代表の松村文美代さんによると、メンバーの入れ替わりや活動休止など解散の危機に陥ったこともあったが、「地域の宝を無駄にしたくない」という強い思いで、2009年に新たなメンバーとともにコレジヨの仲間を再結成したそうだ。演奏に使っている古楽器は古楽器制作者の平山照秋さんが復元を手がけたもの。平山さんは楽器を製作するにあたり、ヨーロッパの博物館を訪ねて図面を手に入れたり、自身で採寸し図面化したりしたといふ。これらの楽器は16世紀に天正遣欧少年使節によって日本にもたらされ、当時、閑白であった豊臣秀吉の前で演奏されたと伝えられている。

演奏会を主催した北ルソン日本人会(JANL)会長・小国秀宣さんがコレジヨの仲間と出会ったのは、昨年度のバギオ七夕祭りのテーマであった天草四郎に関する調査旅行でコレジヨ館を訪れた時だそうだ。そこで聞いたコレジヨの仲間の演奏が素晴らしく、その場で「フィリピンに来て演奏を披露してほしい」と依頼したのだという。

バギオでの公演ではコレジヨの仲間の演奏のほか、平山さんによる楽器製作に関する講演、セント・ルイス大学のオーケストラとの音楽交流などが行われた。音楽

交流では、コレジヨの仲間がフィリピンで親しまれている曲「バハイクボ」を、セント・ルイス大学のオーケストラが日本人になじみの深い「さくらさくら」を演奏した。コンサートの最後には会場から割れんばかりの拍手が送られ、奏者と観客が一体となった公演であった。コレジヨの仲間のメンバー安尾宣子さんは、「学生さんの明るく、心のこもった『さくらさくら』の演奏、オーケストラ編成がダイナミックなことも素敵だった。若い大学生との交流も楽しかった」と日比の文化交流を楽しんだ様子だった。

「演奏会の開催に至るまでは苦労もあったが、会場が大歓声に包まれたこと、大学生が平山さんによる講演に興味深く聞き入ってくれたことを嬉しく思う。演奏会を開催してよかったです」と小国さんも話す。

コレジヨの仲間に於ける今回の演奏会は初めての海外演奏旅行だった。中には今回が初めての海外というメンバーもいた。「私たちの素朴な音楽が国境を越えてフィリピンのみなさんに喜んでいただけて、今まで音楽を頑張ってきてよかったと感謝の気持ちでいっぱいになった」と、コレジヨの仲間のメンバー原田綾さんは話す。また、同グループ・メンバー吉岡渚さんは、フィリピンと日本の間の戦争の歴史に触れ、「音楽は時に悲しい歴史の中でも人々の心を支え、癒やしてきた。大変な想いをされた方々や出来事を忘れず、これからも音楽が、誰かを支え笑顔にするものと信じて奏で伝え続けたい」と語った。コレジヨの仲間のメンバーにとってこの演奏会は、フィリピンと日本のつながりや人々の温かさ、音楽が持つ力を感じる意味深い時間になったという。

演奏会を通して、音楽が言葉の壁を越えて心と心を繋ぐ力を持っていることを知ることができた。そして、長く続くフィリピンと日本の交流関係を知るきっかけとなつた。今回の演奏会がフィリピンと長崎・天草の交流を活発にするきっかけになると、そして日本とフィリピンの交流関係がこれからも続していくことを願う。

(Share & Guesthouse TALA インターン 石黒 歩)



マニラでの演奏会場は、世界遺産の聖アグスティン教会。バロック風の内装が演奏に見事にマッチ
The venue for the performance in Manila at St. Agustin Church, a World Heritage Site. Baroque interior matches perfectly with performance.



古楽器の1つ「クルムホルン」と呼ばれる木管楽器。チャルメラに似たおどけた音色で、ルネサンス時代に広く使われていた A woodwind instrument called "crumhorn", one of the old instruments. A unique tone similar to Charmera, widely used in the Renaissance era.



中世ヨーロッパをイメージした衣装に身を包み演奏するメンバー Members performing in costumes inspired by medieval Europe.

C E B U セブ日本人会からの セブ通信 神風特別攻撃隊第一号 セブ戦争秘話 2 by: 蝶谷 正明(セブ日本人会)

1944年は日本陸海軍が必死に戦勢を立て直すべく乾坤一擲の作戦を実施するもことごとく失敗し、敗戦必至の状況に陥った年です。

3月、ビルマからインド侵攻を計画し無数の餓死者を出し敗退したインパール作戦。

6月、マリアナ海戦では虎の子の空母機動隊が実質的に壊滅。それに伴いサイパン島、グアム島、テニアン島が陥落し、日本本土がB29の空襲圏に入ります。

10月、台湾沖空中戦はアメリカ機動部隊全滅の誤報によりレイテ島の戦いが起り、8万人が全滅する悲劇に繋がります。

同月のレイテ沖海戦で日本海軍は残っていた艦艇のほとんどを失うとともに神風特別攻撃隊が出撃、この作戦は翌年8月15日まで続きます。

神風特攻隊の最初の出撃は一般的には10月25日、ルソン島のマバラカット西飛行場を発進した関行男大尉の率いる敷島隊と言われています。しかし、現在セブ市のITパークとウォーターフロントホテルの敷地にあった海軍ラフグ飛行場を21日に発進した大和隊久納好孚中尉搭乗の零式戦闘機が時系列的には第一号になります。関大尉は初戦果を

挙げ、彼が海軍兵学校出身であったのに対し久納中尉は戦果未確認であり学徒兵であったからなどとも言われていますが、真偽のほどはわかりません。

この時期のセブはフィリピンにおける海軍航空隊の中心的基地の一つとして多い時には100機を超える海軍機が展開していました。米軍撮影の航空写真を見ると度重なる空襲により2本あつた滑走路は月面さながらの状態です。

今、私が特攻の理非を語ることは出来ませんが、この飛行場を飛び立った若干23歳の青年の胸に去来したものは何であったのでしょうか。

世界的規模のIT産業中心地セブITパーク、そして多くの観光客で賑わうウォーターフロントホテル。この地には75年前に起きた歴史的事実が秘められています。



マバラカット東飛行場跡に立つ特攻隊員の銅像



しつとりと日本の名曲「さくらさくら」を演奏するセント・ルイス大学のオーケストラ St. Louis University orchestra performing mellow and famous Japanese music "Sakura Sakura"



兵庫県丹波篠山に古楽器制作の工房を構える平山氏。フィリピン公演のために持ち運び可能なヴァージナルを新たに制作したという Mr. Hirayama has an old musical instrument production workshop in Tamba Sasayama, Hyogo Prefecture. He created a new portable Virginal for performance in the Philippines.



バギオ会場では、熊本県の「くまモン」と長崎県の「らんぱちゃん」が、浴衣姿の受付係とともに来場者を出迎えた。At the Baguio venue, "Kumamon" in Kumamoto Prefecture and "Ranba-chan" in Nagasaki Prefecture greeted visitors with a receptionist wearing a yukata.

いきなり旅行記

Spontaneous Travel Diaries

観光名所、珍スポット、ローカルグルメ…記者が思うままに綴る。

アジアな「かき氷」めぐり in マニラ

Asian Shaved Ice Desserts in Manila

日本では秋が近づくにつれて影が薄くなる、ひんやりアイスデザート。しかし、マニラではまだまだ楽しめる。そこで『ナビマニラ』がアジアなかき氷デザートを求めて調査を敢行。カラフルでインスタ映え確実なかき氷めぐりへ、いざ!



ベトナムの「チー」

氷、ゼリー、小豆、とうもろこし、フルーツ、イモ、ココナツミルクなどの具が層をつくるチー。スリムなグラスで提供され、色分けされた層を見て楽しめる。マニラで見つけた写真のチーは3色と名がついているが、実際は3色以上あるような? ベトナムでは温かいバージョンのチーもあり、こちらはかき氷というよりも、ぜんざいといったところ。

Chè Đậu 3 Màu

Nhà Em Vietnamese Cuisine
5/F, SM Aura Sky Park, BGC, Taguig City

Thaptim Krawp (Red Rubbles)

Simply Thai
G/F, Greenbelt 5, Makati City

タイの「タプティムクロープ」

レッドルビーとも呼ばれるタイのデザート。タプティムとはタイ語でザクロやレバーピーの意味だが、実際使われているのはクワイの実。赤いシロップで着色してザクロに似せているらしい。クロープはサクサクとした食感のこと。クワイの実を食べるとシャリシャリ、氷もシャリシャリ。そういういは、タイにはクワイ川という日本とも歴史的に関係が深い場所があるなあと、赤いクワイの実を食べながら考えた。

Roti Shop
L/G Floor,
Powerplant Mall,
Makati City

Chendol

シンガポール、マレーシアの「チエンドル」

碎いた氷にパンダンで着色した緑の米粉ゼリー、小豆、ココナツミルク、ブラウンシュガーをかけたチエンドル。緑色のゼリーはそのニヨロッとした形状が釣りのエサを思わせ、ツルレッとした食感はデザートかつヌードルっぽくもある。チエンドルとともにシンガポールやマレーシアを代表するデザート、アイスカチャンをマニラで探したが見つからなかった。残念。

Roti Shop
L/G Floor,
Powerplant Mall,
Makati City

It's COOL!



日本の「かき氷」

見た目のカラフルさではアセアンのかき氷にかなわないかもしれないけれど、きめ細かな氷と素朴な姿が奥ゆかしい日本のかき氷。異国で出会って日本の夏を懐かしく思い出すのも、いとをかし。マニラではJapanese Shaved Ice Dessert よりも、そのまま Kakigori で浸透しつつあるようだ。Sushi、Ramen に続き、Kakigori が世界に羽ばたく日も近い。



Matcha Kakigori

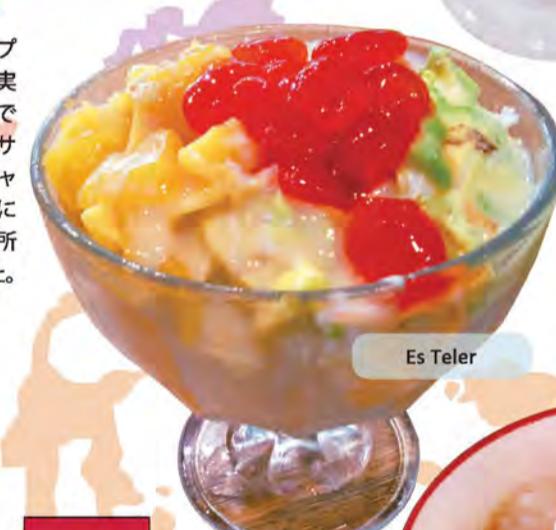
Ikigai Kakigori Café Makati Branch
UG-4 MCS Fernando, Makati Cinema Square, Fernando St. cor Chino Roces Ave., Makati City

Kuya J Duo Halo-Halo Espesyal



フィリピンの「ハロハロ」

ご存知ハロハロ。碎いた氷に練乳、フルーツ、ゼリー、サゴ、アイスクリーム、レチエフランのトッピングなど、さまざまな種類のハロハロがある。ハロハロはタガログ語で混ぜこぜという意味で、戦前に日本からの移民がつくったのが始まりという。日本のかき氷やみつ豆、あんみつを思い出してつくったのだろうか。ハロハロを食べる時は、日本人の先達にも思いを馳せてみたい。

Kuya J Waltermart Makati
G/F, Waltermart Makati, 790 Chino Roces Ave. cor. Antonio Arnaiz St., Makati City

Es Teler

Bakmi Nyonya
Eden Food Hall, 32nd St., BGC, Taguig City

Es Campur

Restoran Garuda
166 Salcedo St., Makati City

インドネシアの「エス・チャンブル」「エス・テレール」

インドネシア語でエス=氷と、フルーツにカラフルなゼリーやタピオカをチャンブル=混ぜて食べるエス・チャンブル。マカティで見つけた一品は、写真の通り氷が氷山の一角のように立っていた。一方、エス・テレールはココナツミルク、アボガド、ジャックフルーツ、ココナツの果肉などが入るフルーツたっぷりのかき氷。テレールとは「酔う」という意味だが、アルコールは入っていない。食べると夢中になってしまふということか。

マニラ湾沿い / MOA MANILA BAY AREA / MOA MAP







HERALD SUITES

ヘルラー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)。

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

Hatsu Hana-Tei
JAPANESE RESTAURANT
はつはな亭

MAKI PLATTER

巻きプラター

Available in
HERALD SUITES
Where I'd like to be

PHP 1,260.00++

For reservations please call : (02) 759 6270 local 2124 | 0917 316 9250 or 0939 938 3718

ティーセブン

深夜にしっかり食べたい時にも。

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

夜6時～朝6時まで営業！

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



ONE UPTOWN PARADE

UPTOWN PLACE MALL

Kidzania Manila

SERENDRA

SM AURA

Venice Grand Canal Mall

Legend

- Restaurant
- Food store
- Bakery
- Mall
- Bar
- School
- Spa
- Gym
- Salon
- Pharmacy
- Pet clinic
- Hospital
- Dental clinic
- Bank
- Office
- Japanese Help Desk

タイ・チェンマイにて開催

~山で祈るコムローイに願いを込めて~

ワット・ドイ・ティ
イー・ペン・ランナー 2019

33,490 PHP~

JTB

JTB トーベルサロングロリエッタ3店

Unit G3-315B, 3F Glorietta 3, Makati City
(3階マーキュリードラッグストア・クリニック近く)

Mobile No.: (+63998) 842-2118 Tel. No.: (632) 940 2970

E-mail: leisure_jtbglph@jtbap.com

PUERTO GALERA OCEAN CLUB 海と太陽と笑顔の島

ダイビング
フィッシング
ジェットスキー
パナボート
スノーケリング
ビーチホッピング
総合マリンスポーツ

浅場五目釣り ビールが美味~い!

Summer Connection Beach Resort

WHITE BEACH, PUERTO GALERA, O. R. MINDORO
電話: 0939-550-0007 / 0917-981-0077 (白石)
E-mail: pg_ocean_club@yahoo.co.jp

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ザヤ、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

萬里 BANRI NOODLE HOUSE

sushi bar and japanese restaurant

地元の人に絶大な人気を誇る

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

ラプラフ店 Tel. (032) 341-3720
Hiway Pusok, Lapu-Lapu City
月~土: 11:00am - 2:00pm / 5:30pm - 10:00pm
日: 11:00am - 10:00pm

バニラッド店 Tel. (032) 234-0788
Crossroads Mall, Banilad, Cebu City
日: 11:00am - 10:00pm

Y RESIDENCE HOTEL

パーフェクト・ハーモニー・パーフェクト・ステイ

4687 Santiago Street cor. B. Valdez & Singian St., Makati City

reservations@y2hotel.com
+632 224 3000 | 0917 527 6034
www.y2hotel.com

エルミタ&マラテ ERMITA & MALATE MAP



マニラ湾
Manila Bay

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



マニラオーシャンパーク
Manila Ocean Park

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



1

B

C

D

E

F

2

A

B

C

D

E

3

B

C

D

E

F

4

A

B

C

D

E

5

A

B

C

D

E

6

A

B

C

D

E

7

A

B

C

D

E

8

A

B

C

D

E

9

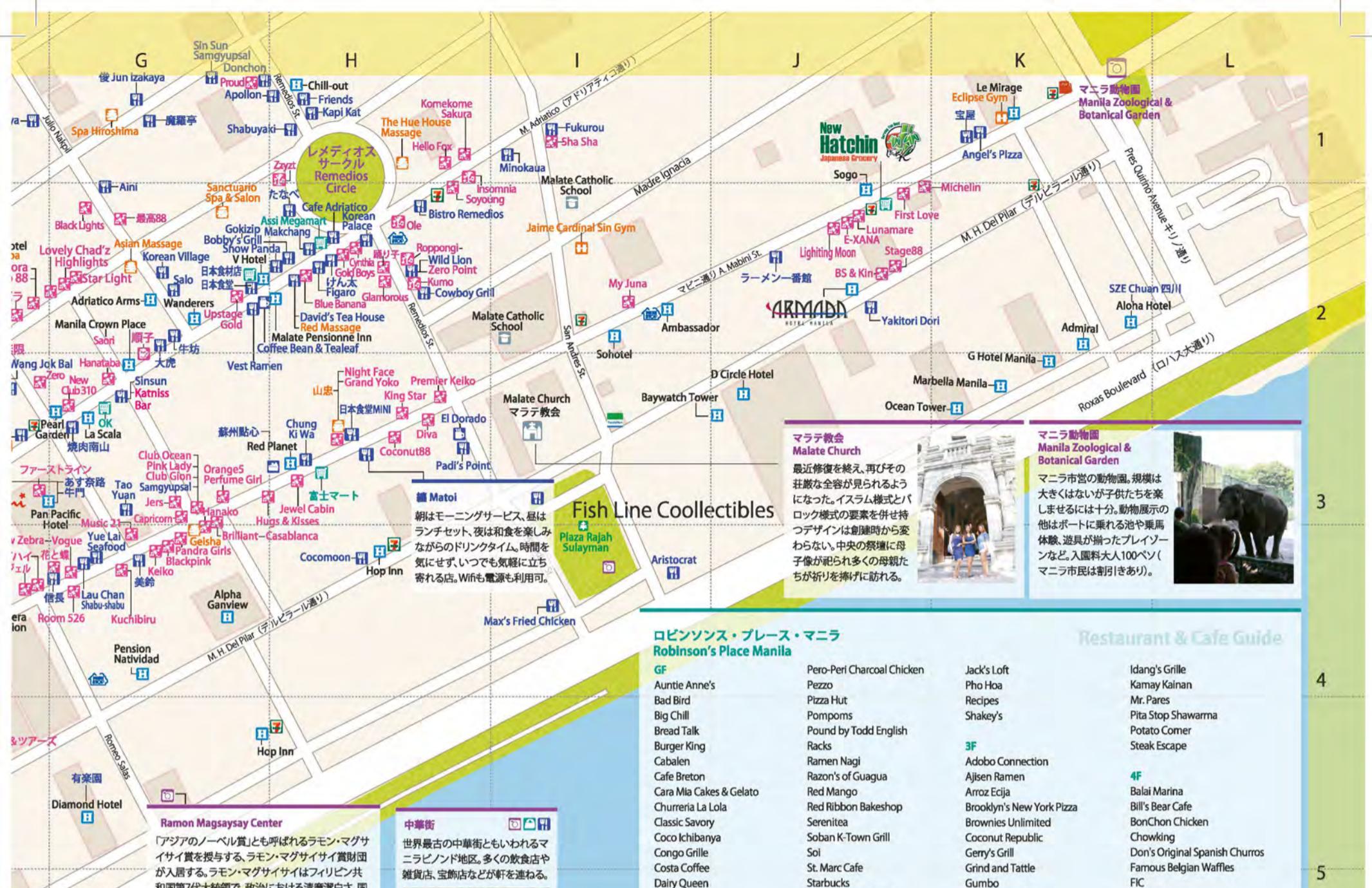
A

B

C

D

E



マラテ教会 Malate Church

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



Restaurant & Cafe Guide

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

GF	Pero-Peri Charcoal Chicken Pezzo Pizza Hut Pompoms Pound by Todd English Racks Ramen Nagi Razon's of Guagua Red Mango Red Ribbon Bakeshop Serenitea Soban K-Town Grill Sol St. Marc Cafe Starbucks Super Bowl of China TGI Fridays Tim Ho Wan Tokyo Milk Cheese Factory Tong Yang UCC Clockwork Uncle Cheffy Yabu Yasu Zagu	Jack's Loft Pho Hoa Recipes Shakey's	Idang's Grille Kamay Kainan Mr. Pares Pita Stop Shawarma Potato Comer Steak Escape
3F	Adobo Connection Ajisen Ramen Arroz Ecija Brooklyn's New York Pizza Brownies Unlimited Coconut Republic Gerry's Grill Grind and Tattle Gumbo Happy Lemon Healthy Shabu-Shabu House of Lasagna Jamaican Pattie Kim n' Chi Lydia's Lechon Paper Moon Cafe Pepi Cubano Pho Bac Plato Wraps Quickly Sbarro Teriyaki Boy The Old Spaghetti House The Shrimp Shack Yellow Cab Pizza Co.	4F	Balai Marina Bill's Bear Cafe BonChon Chicken Chowking Don's Original Spanish Churros Famous Belgian Waffles FIC Fros Tea Jollibee Karate Kid KFC Kuya J Lydia's Lechon Max's Restaurant New Bombay Pancake House Potato Giant Potdog YummyYes Delights Ta Ke Ho Me Taters The Aristocrat Turks Wendy's Yakimix
2F	Almon Marina Arya Bacolod Chicken Inasal Cafe Mary Grace Chatime Coffee Bean & Tea Leaf Conti's Crepes & Cream Cyma Hokkaido Ramen Bangaichi	3F - FoodCourt	Midtown Wing The Dessert Kitchen

地図記号

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

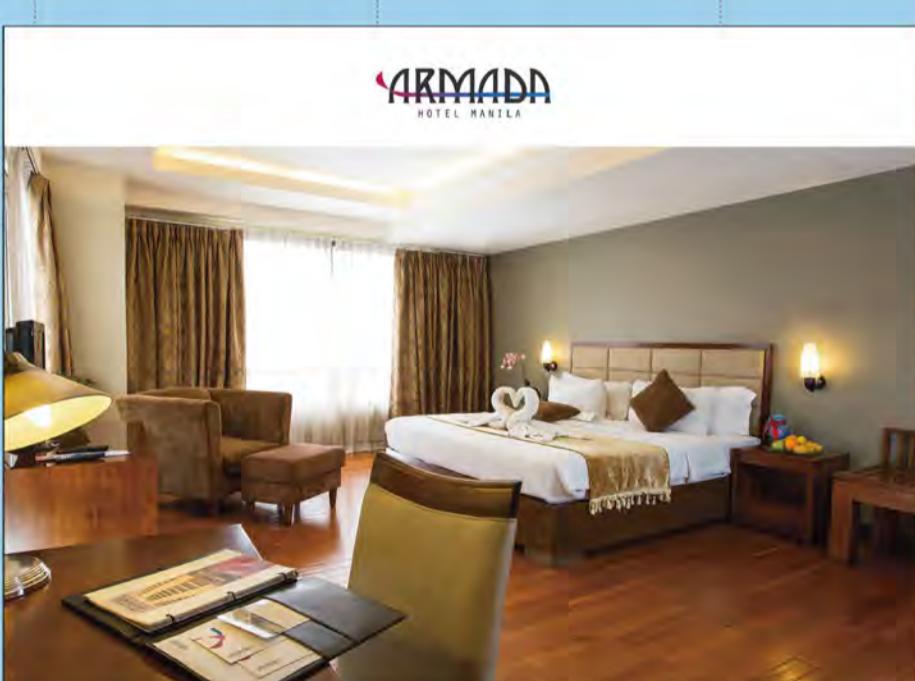
エリアマップ Area Map



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

お客様の心もお腹も満たします。

ROBINSONS
ADRIATICO ST.
PAN PACIFIC
MANILA
MABINI ST.



マニラでのあなたの家へようこそ

2108 M.H. Del Pilar St. Malate, Manila
ArmadaHotelManila (02) 526 0888 www.armadahotelmanila.com



ラ・メール・ポラールはUNESCOの世界遺産に指定された
フランスのコミューン、ル・モン＝サン＝ミシェルの
メインストリートGrand Rueに本店を構え、
欧米で最古の部類に入るモン・サン・ミシェル修道院の裏にあります。

1888年の創業以来ラ・メール・ポラールはフランスの象徴として、
ル・モン＝サン＝ミシェルと並ぶ程の存在になりました。

柔らかくなるまで溶き、たっぷりのバターで焼いた
ふわふわのオムレツで知られるラ・メール・ポラールは、
創業者が始めたフランス料理の130年の伝統を世界中に広めていきます。
当店は、創業者であるポラールおばさん (Mère Annette Poulard) が
はるか昔に自分の厨房で始めた田舎風フレンチを代表するレストランであると
自負しております。

ぜひラ・メール・ポラールにご来店いただき、
一味違ったフレンチをご堪能ください。



Unit 172-173 Upper Ground Floor, SM Aura Premier, McKinley Parkway,
Bonifacio Global City, Taguig City

T/ 63.2.838.1238 M/ 63.917.580.0137 E/ info.lamerepoulardph@gmail.com

LAMEREPOLARD.COM LAMEREPOLARDPH #LAMEREPOLARDPH

World's Famous Omelette

世界的に有名なオムレツを
お召し上がりください。



メインコースのご注文でデザート無料



GINDARA TERIYAKI
GRILLED COD FISH IN TERIYAKI SAUCE

12 KINDS SUSHI
ASSORTED 12 KINDS OF NIGIRI SUSHI

NABEYAKI UDON
SAVORY UDON WITH TEMPURA AND VEGETABLES
IN A HOT POT

CRAZY MAKI
CRUNCHY ROLL WITH MANGO CUCUMBER, CRAB
STICK TOPPED WITH CRAB MAYO IN TERIYAKI
SAUCE

First Philippine Industrial Park (FPIP) along R.S. Diaz Avenue in Barangay Sta. Anastacia, Sto. Tomas, Batangas.
Contact No. (043)405-5001 0917-521-6797



クレージー巻き