



もうすぐバレンタインデー
Navi Manila Interview

フィリピンと日本、 世界を幸せに。 ミンダナオ産カカオでつくる クラフトチョコレート

チョコレートについてネットで検索すると「チョコレートを食べると、幸せホルモンが増える」という情報や、「10人いれば9人はチョコレートが好きと答える。残りの1人はうそつき」という名言(?)に出会います。

古今東西で愛されてきたチョコレート。近年はカカオ豆からチョコレートができるまで工房で一貫して行う「Bean to Bar」製法によるクラフトチョコレートも注目を集めています。

そして先頃、英国で行われた65カ国から1400点を超えるチョコレートが出品した品評会で、フィリピン産カカオのクラフトチョコレートが受賞しました。作り手は増田恭子さん。日本でcocomas chocolateを創業した増田さんに、クラフトチョコレート、そしてフィリピン産カカオへの思いを聞きました。(聞き手・時澤圭一 / 写真・cocomas chocolate)



cocomas original 73% (rough)

Academy of Chocolate Awards 2020

Dark Bean to Bar (under 90%) 部門 銅賞

「少しざらついた粗挽きの食感と柑橘系のフレッシュな酸味。カカオ豆をすり潰すコンチングの工程を極端に短くし、フルーティーな風味を生かしています。AOC ではカカオ豆の新鮮な果実味が評価されたと思います。砂糖の粒も残り、カカオ 73% にしては甘く感じられ、とても食べやすく、食感や風味が普通のチョコレートとは違う cocomas ならではの名物です」



cocomas smooth 73%

Academy of Chocolate Awards 2020

Dark Bean to Bar (under 90%) 部門 銅賞

「rough チョコレートと原料は同じですが、コンチングの時間を長くして一般的なチョコレート同様になめらかな食感に仕上がっています。レーズンのようなドライフルーツの風味と、ヘーゼルナッツのような風味が特長。原料を知らずに召し上がった方は、必ずと言っていいほど『フルーツが入っていると思った』と言われます」



cocomas cacao nibs chocolate

Academy of Chocolate Awards 2020

Dark Bean to Bar Seasoned 部門 推奨枠入賞

「粗挽きの rough チョコレートをベースに、カカオニブ（カカオ豆を焙煎し、皮をはいて砕いたチョコレートの原料）をトッピングしたクラフトタイプ。カカオ成分は約 80% ですが、カカオニブの苦味がチョコレートの甘さを引き立て、食べやすくなっています。カカオの発酵の香りがダイレクトに感じられ、熟成した赤ワインのような味わいがあり、お酒にもよく合います」



cocomas Bean to Bar Mixed Nuts Chocolate

「なめらかな smooth チョコレート（カカオ 73%）にアーモンド、カシューナッツ、くるみ、マカダミアナッツなど、無添加のナッツ数種類と、ドライクランベリーをトッピングしたボリューム感のあるチョコレート。ナッツィでドライフルーツのような風味のベースチョコレートとナッツ類が良く合い、ワインなどアルコール類との相性もピッタリ」

フィリピンと日本、世界を幸せに。
ミンダナオ産カカオでつくる
クラフトチョコレート

フィリピン産カカオの可能性を知ってほしい

英国アカデミー・オブ・チョコレート（AOC）の品評会で昨年 12 月、2 種類のダークチョコレートが銅賞、クラフトタイプのチョコレートが推奨枠に入賞しました。クラフトチョコレート関係者にとって、この AOC や、インターナショナル・チョコレート・アワード（ICA）で受賞することは一つの目標です。フィリピン産カカオのチョコレートを多くの人に知ってもらえる機会になればと思い、今回初めて出品しました。また、自分が作ったチョコレートの客観的な評価を知りたいという気持ちもありました。

当初、昨年 3 月の AOC の締め切りに合わせてチョコレートをロンドンに送りましたが、コロナ禍によるロックダウンで受け取り先不在で戻ってきてしまいました。その後、9 月末に審査再開の連絡がありましたが、10 月下旬の提出期限まで準備期間も少なく、当時は国際スピード郵便（EMS）で日本からロンドンまで 2 週間以上かかる状況。いちかばちかで発送し、12 月にウェブサイトですべての受賞を知りました。

今回の受賞で、やっとスタート地点に立てたという感じです。2019 年の創業時、1 年目はまず地元の方に知っていただきながら様子を見て、2 年目から積極的にプロモーションをしようと計画していました。まさに 2 年目のスタートのタイミングでコロナ禍のため予定していたイベントなどが相次いで中止になり、cocomas という名前とチョコレートを知ってもらう機会がなくなってしまい……。オンライン販売に力を入れようにも、無名で味のわからないメーカーのチョコレートを買っていただくのは、ハードルが高い。そういう意味で受賞は一つの指針、そして大きな強みになると考えています。カカオの仕入れでお世話になっているミンダナオの農協

に受賞を知らせると、農家の方も喜んでいてと言われました。

仕事を辞めて、思った。「カカオを見に行こう」

私は子どもの頃からチョコレートが大好きで、航空会社で働いていた時は世界各地のチョコレート屋さんに行くのが楽しみでした。趣味としてチョコレート作りのワークショップや、短期のコースにも通いました。そして約 10 年前、ワインソムリエの勉強をしている時にチョコレートのワークショップがあり、1 種類のカカオ豆で作られるシングルオリジンのチョコレートに出会ったのです。そのベネズエラ産とインドネシア産カカオのチョコレートは、カカオと砂糖しか使われていないのに、まるでオレンジやパッションフルーツのような味。感動しました。ワインのように、将来はチョコレートもカカオの産地や品種で分類される時代が来るのではと思い、シングルオリジンのチョコレートに惹（ひ）かれていきました。

2016 年に広告代理店を退職した時のこと。ふと、「チョコレートの原料、生のカカオを見たい」と思いました。カカオの産地は中南米やアフリカが有名ですが、アジアのカカオを調べると、ベトナム、インドネシア、フィリピンなどが見つかりました。その中から英語で意思疎通ができることを考えてフィリピンに決め、16 年から 18 年まで主要生産地のミンダナオ地方ダバオで暮らしました。

生産地でカカオに魅了 チョコで農家支援を

ミンダナオのカカオは、レモンやオレンジのような柑橘系フルーツやヘーゼルナッツの



発酵後のカカオを天日干しする。「農協などでは乾燥台で干しますが、施設がない小規模の農家は道路脇などにシートを広げて、このように干しています。満遍なく乾燥するように、写真のように定期的にかき混ぜます」



技術教育技能開発庁（TESDA）と米国の団体が開講したチョコレートセミナーで、ミンダナオの人たちとカカオの皮と実を分ける「ウィノアウイング」の作業。ザルを使って風を当て、比重の軽い皮を飛ばす。「フィリピンの魅力は『人』。ダバオは治安も良く、明るくてやさしい方ばかりでした。フィリピンは気候もよく、農作物も豊富で環境に恵まれています。もっと自分の国の魅力に目を向けて発展していってほしいと思います」

ような風味があって酸味が高め。ココナツのフレーバーもあり、ミルクが入ってなくてもミルクチョコレートのようになることがあります。

ダバオでカカオについて調べるにつれ、その品質のすばらしさに魅了されました。その一方、販路や生産者の貧困などの問題も見えてきました。在住中には戒厳令が発令され、行動制限のため産地に行けない時期

もありました。

ミンダナオ産カカオの良さをもっと多くの人に知ってもらって販路をつくり、適正価格で生産者と取り引きする。農家により良い環境でより良いカカオを作ってもらい、消費者に品質の良いチョコレートを届ける。このような社会貢献につながるチョコレート作りをしようと、帰国後に cocomas を設立しました。（4 ページにつづく）



ミンダナオのカカオ収穫期はメインクロープと呼ばれる毎年 10 月から 12 月を中心に、5 月～7 月にも収穫される（サブクロープ）。「コロナ禍で去年は生産地に行けませんでした。生産者とオンラインで会話をしていましたが、現地もロックダウンで通常の業務ができず、カカオの品質保持や原料確保に苦労しました」



チョコレートはカカオ豆の選別→洗浄→焙煎→皮むき→粉碎→精練（コンチング）→エイジング→調温（テンパリング）→型取り（モールドイング）→パッケージングの工程を経て作られる。「最も難しいのが調温。チョコレートを溶かした後、一定の温度帯まで上下させることで結晶構造を安定させ、つや良く口どけの良い仕上がりになります。温度計を見ながらの手作業です。繊細で温度や湿度に影響を受けるので、湿気や気温の変化が激しい日本では作業が大変です」



型取り（モールドイング）の作業。このあと冷蔵庫に入れて固める。増田さんは、日本とフィリピンで短期のコースなどを受講したことはあるが、チョコレート作りはほぼ独学という。クラフトチョコレートの工房が多い米国では、全くの異業種からチョコレートに魅了された人たちが起業することが多い。



ORDER ONLINE

ITADAKIMASU SET PROMO

Sukiyaki, Yakitori Platter, Futo Maki, Nigiri Platter and Tempura Mix
ALL FOR PHP 3,000 | Good for 3-5 Persons

CALL US AT: LANDLINE: 02 7759 6270
GLOBE/VIBER: 0917 3169 250 | SMART: 0939 9383 718

  /HATSUHANATEI

決して変わらないものがあります。

お客様へよりよいサービスを心がけること。
心からのおもてなしをお約束すること。
皆様にご満足いただけることが、
私たちにとっての喜びです。



Herald Suites Polaris
45 Polaris Street Bel - Air,
Makati City 1209
Tel. No.: 8816-7994 to 97
0917-315-9249
0939-938-3716

Herald Suites
2168 Don Chino Rocas Ave.,
Makati City 1231
Tel. No.: 7759-6270 to 81
0917-315-9247
0939-938-3715

Herald Suites Solana
2914 Finlandia cor. Einstein St.
Makati City 1234
Tel. No.: 5336-6151 to 53
0917-318-9248
0939-938-3717


HERALD
SUITES
Where I'd like to be

www.heraldsuites.com



フィリピンと日本、
世界を幸せに。
ミンダナオ産カカオでつくる
クラフトチョコレート



cocomas のチョコレートには、日本の伝統的な吉祥文様をミンダナオの美しい海のイメージを組み合わせた青海波のデザインが施され、包装には和の雰囲気を取り入れている。「青海波には未来永劫へと続く幸せと、平安な暮らしへの願いが込められています。ミンダナオの平和とともに、cocomas のチョコレートを手にされた方に小さな幸せを感じてほしいという思いを込めました。主力製品の rough73% の包装は青、黄色、赤（水引）のフィリピン国旗の色を使っています」。



増田 恭子さん
Kyoko Masuda

cocomas chocolate 経営。
埼玉県草加市出身。獨協大学経済学部経済学科卒。航空会社客室乗務員、広告代理店、NPO 法人勤務を経て 2019 年 2 月に cocomas chocolate を創業。「今、チョコレートの原料カカオの世界的な不足が懸念されています。店名の cocomas（ここます）は、今後も世界中の人々がおいしいチョコレートを食べることができるように、カカオ生産量が向上することを願って coco（カカオ）mas（増える）と名付けました」

実はカカオは …… 食べて驚くチョコレート

ミンダナオの現地で買い付け、発酵、乾燥したカカオ豆を輸入し、店の工房でチョコレートを作っています。基本的に cocomas のチョコレートは、フィリピン産カカオと砂糖のみを使用しています。砂糖は種子島産のきび砂糖をベースに、カカオ豆の個性がしっかり感じられるよう独自にミックスしたものです。カカオそのものの風味を最大限に楽しんでもいただけるよう、焙煎（ばいせん）や砂糖の配分に気を配って作ったフルーティーなチョコレートなのが特徴です。カカオ含有量の高いハイカカオのチョコレートは一般的に苦いと思われていますが、焙煎を浅めにし、苦味を抑え、食べやすくしています。中にはザラザラとした食感のチョコレートもあり、普通のチョコレートとの違いに「衝撃を受けた」というお客様もいらっしゃいます。

カカオはフルーツです。知らない方も多いと思うので、cocomas のチョコレートを食べ

て知り、実感していただけたらうれしい。カカオは近年スーパーフードとして体に良いと注目されているので、チョコレートを楽しみながら健康になっていただけたらと思います。

カカオ豆からチョコレートとして販売できるようになるまでには、最短でも 1 カ月かかります。現在は、私 1 人で店を回しているので、1 日 10 枚から 20 枚ほどしか生産できません。卸売りのご要望もいただくのですが、今は手一杯なので生産効率の向上をめざしています。また、年間約 600 ～ 1 千キログラムのカカオを輸入していますが、もっとカカオの買取、輸入量を増やしたい。そのためにも、今後はカカオ生豆の販売やチョコレートの卸売り、BtoB にも対応していきたいと考えています。また、フィリピン産カカオのポテンシャルをもっと広く知ってもらうためにも、カカオの知識を深め、チョコレート作りの技術向上を目標に、日々研究していきます。



ここます cocomas chocolate & cafe

所在地：埼玉県草加市氷川町 709
電話：(+81)-48-954-4641
ウェブサイト / オンラインショップ：
<http://cocomas-chocolate.com/>
Facebook：
www.facebook.com/cocomaschocolate/



神戸屋 日本食材
JAPANESE FOOD MART

豊富な品揃えで お客様の健康的な食生活をサポートいたします。



営業時間：10:00～22:00（月曜日～日曜日）



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

Tel. 8807-1107 GF Juno cor. Makati Ave., Bel Air, Makati City · Email: kobeyafoodmart@yahoo.com



New Hatchin
Japanese Grocery



一生鮮食品が自慢の
日本食材店!

MAKATI店
Tel: 8519-6567
8897-7207
8836-7276
携帯: 0917-560-7298 Globe
0918-965-2178 Smart
Eメール: sales@newhatchin.com

MABINI店
携帯: 0995-419-5607
営業時間:
月～日 10am～9pm

CARTIMAR店
Tel: 8833-8905・8834-1384
Fax: 8834-1384
営業時間:
月～土 7am～5pm
日 7am～2pm

WHITE PLAINS店
Tel: 8586-7065
営業時間:
月～日 10am～9pm

 New Hatchin Japanese Grocerant
 New Hatchin Japanese Grocery Makati



北の町バギオから

支援求む！ 世界遺産 棚田を守る人工工事

「家が水没するかも」 イフガオ州の台風被害

2020年11月12日未明に上陸した台風ユリシーズにより、ルソン島北部山岳地方で最も犠牲者が出たのはユネスコ世界遺産（文化遺産）の棚田で知られるイフガオ州だった。雄大な棚田を望む展望台があるバナウェ郡で起きた土砂崩れでは、12名が生きて埋めとなった。

キアンガン郡に住むコーディネエラ・グリーンネットワーク（CGN）のスタッフから、各地で土砂崩れが起き、道路が通行止めになっていると連絡があった。フンドアン郡ハバオ村の世界遺産の棚田のツアーガイド、ジョセフさんからは「ハバオ川の壊れていた堤防から水があふれ出し、家ごと流されるところだった」と連絡が来た。ひっきりなしにやってきた台風で山森の貯水力は限界に達し、山の神様が棲むと信仰されるナブラワン山から流れてくる川は恐ろしい勢いで増水したという。「あと1日、いや数時間、雨が降り続いたら私たちの家は水没していたかも。命の糧である棚田も浸水するところだった」とジョセフさんは言う。自然と共生し、畏敬の念を抱きながら生きてきた先住民は、誰よりも気候の変化と恐怖を感じている。

ハバオ村の川の堤防は2005年に日本政府の支援で建設された。それまで棚田に浸水被害を及ぼしてきた洪水を防ぐため約1キロにわたって川の両側に3～4メートルの高さの石垣による堤防を築いた。その



氾濫したハバオ川へ魚を捕りに行き、取り残された息子を助けに行くジョセフさん。

うちの一部分が2018年に崩れ、昨年までに27メートルが決壊している。雨が降り続くとともに小さな子供たちと年老いた両親と暮らすジョセフさん一家は、眠れない夜を過ごしてきた。

ハバオ村と日本との縁 CGNとのつながり

ハバオ村は日本とゆかりがある。ハバオ村のあるフンドアン郡の隣、ティノック郡のアバタンは第2次世界大戦中、追い詰められた山下奉文大將が率いる日本軍第14方面軍が、大和基地を築いた場所だ。山下大將は1945年9月2日に投降したが、多くの日本兵や民間人がハバオを含むイフガオで命を失っている。

私たちCGNは、ハバオで今も残る世界遺産の棚田での伝統の暮らし、先住民族の文化、戦争などをテーマにスタディツアーを企画してきた。2010年には棚田の村で大戦で亡くなった人の慰霊のアートプロジェクトを行った。2018年には世界農業遺産にも指定されている貴重な伝統農法について、現地の人々がその価値を学び、継承に意欲を持ってほしいとの思いから、地域の高校生や教員を対象に、聞き書きによる環境教育事業「演劇ワークショップでアジアの農村をつなぐ」を開催した。その年にはイフガオから数人の教員を長野県上田市に招待し、国際交流と公演を行った。

日本人篤志家が支援 伝統の技法を伝える人工工事

マニラ在住の実業家・屋良朝彦氏に「ハバオ川の堤防の修復ができず、この気候変動でまた大雨や台風が来たら、世界遺産の棚田が水没しかねない」という話をした。すると、快く支援の申し出をいただいた。フンドアン郡政府の技師による修復工事計画と予算書によると、長さ27メートル、高さ4メートル、厚さ1.5メートル（上部70



人力で行われている堤防修復工事。寄付支援を募集中。詳しくはナビマニラウェブ掲載の本記事をご覧ください。

センチ）の堤防壁を建設するもので、総工事費は70万ペソ（約150万円）。

2月は田植えの時期でハバオ村の人たちは忙しい。できるだけ早く工事を終わるため、集落の人は年明け早々から建設作業を始めた。ハバオ川沿いの工事現場へは車が通れない。道路から田んぼのあぜ道を歩いてセメントや砂などの資材を運ぶ。石壁に使う石を川から運び、石を積み上げるのもすべて人力だ。

2000年の歴史があるというイフガオ州の世界遺産の棚田。先祖代々の棚田の石垣造りの技術が、この工事で活かされている。棚田の壁は石と泥だけで積まれるが、この事業では泥ではなくセメントで固める。棚田の石垣を積み知識や技術を持つ人はイフガオの言葉で「ムントウピン」と呼ばれる伝統の専門職だ。今ではハバオでは新たな棚田が作られることはなく、ムントウピンの技術も失われつつあるという。「このプロジェクトはムントウピンの技術を若者たちに伝える機会にもなっている」と棚田ツアーガイドのジョセフさん。

頻発する自然災害にコロナ禍。誰もが心に余裕を失い、将来に不安を感じている。こんな時にふと棚田の写真をみると、イフ

ガオ州の歴史と伝統に裏付けされたその圧倒的な美しさに心を奪われるのだ。



雄大にして美しく、そして眺めると心が和むイフガオの棚田。

反町 眞理子 環境 NGO コーディエラ・グリーン・ネットワーク代表

Kapi Tako Social Enterprise CEO

・コーディネエラ・グリーン・ネットワークウェブサイト（QRコード左）

・Yagam Coffee オンラインショップ（QRコード右）



セブ日本会からの セブ通信

本好きには寂しい。セブの本屋事情

by: 蝶谷 正明（セブ日本人会）

子どもの頃から、本がなくてはならない人間です。セブに移住してきた14年前の2007年、その時もやはり本屋のことが気になりました。英語の本を読むような能力はありませんが、本屋で書物を取ると、紙とインク、かすかにほこりっぽいにおいに気持ちが落ち着きます。

マンゴーアベニューに2階建ての大型書店ナショナルブックストアを見つけた時の感動、そして一歩店内に足を踏み入れた瞬間の失望。その落差といったら。広い売り場で文房具などに押しやられるように、片隅で肩を寄せ合っている書棚。そこには海外で出版されたコンピューターや経済、外国語といった実用書ばかりが目につきました。

セブの暮らしに慣れてくると、こじんまりとして、しかし本がいっぱい詰まった店を2、3軒見つけました。建築、ミリタリー、歴史関連の本がそろった店、ソファや椅子が置いてあり「買わなくても良いから、ゆっくりして欲しい」という店主の気持ちが伝わってくるサロンのような店もありました。それらの店も1つ消え、2つ消え、代わってマニラの書店 Fully Booked や Powerbooks が登場しました。しかし、いつの間にか前者は売場面積が半分以下になり、後者は閉店。モール内のナショナルブックストアでも書籍売り場は縮小し、かつて建築や芸術、ホビー関連の写真集、料理本、旅行ガイドブックなどが並んでいた影もありません。



フロアの片隅に押しやられた書籍売り場

本屋がこんな有様なので、最近本を買うのはもっぱらアマゾン。本屋が好きな

者としては、ちょっと残念な今のセブの本屋事情です。

Filipino World

フィリピン・ワールド

第48回

Mga Salitang Chinese na Naging Filipino

フィリピン語になった中国語

フィリピン語 アレコレ

みなさんこんにちは! Kumusta kayo? 今年もまもなく2月12日に「チャイニーズ・ニューイヤー」と呼ばれる旧正月・春節がやってきます。フィリピンで「中華系の国民との連帯の意を示すため」として春節を正式な祝日にしたのは2013年のノイノイ・アキノ大統領政権の時。最近のことです。しかし、実はフィリピンと中国の関係は古く、900年代には既に交易が行われており、16世紀にスペイン人が到来した頃には既に多くの華僑がフィリピンに定住していました。そのためフィリピン語の中にも中国語の方言の一つ、福建語由来の言葉が含まれています。



フィリピンの春巻きルンピア

1. 麺や料理の名前

日本にもラーメンや餃子、チャーハンなど、日本版中華料理がありますが、フィリピンも同じで、「パンシット(焼きそば)」や「ルンピア(春巻き)」など、すでにフィリピン料理の一部となっているものもあります。petsay「白菜」や kintsay「芹菜(セロリ)」、toge「豆芽(もやし)」や sitaw「青豆(ささげ豆)」などの野菜の名前にも福建語から来ているものが多くありますし、フィリピンで朝食に食べる「タホ(taho / 柔らかい豆腐にタピオカや黒蜜をかけたもの)」も「豆花」と書かれる福建語が元になっています。ココナツミルクときび砂糖のシロップにもち米を混ぜ込んだ「ピコ(biko)」は皆が「フィリピンの餅菓子」と思っていますが、実はこれも福建語の「米糕(mi gao)」だそうです。

2. 人の呼び方

フィリピンでは自分より年上の男性や、若い男性を「お兄さん」という意味で kuya と呼びますが、これも福建語の「哥兄(kohia)」(一番上の兄の意)が語源だと言われます。「お姉さん」ate も「阿姉(achi)」が語源。フィリピンの華人は2番目や3番目の兄弟姉妹はそれぞれ別の呼び方で呼びますが、華人以外のフィリピン人は「お兄さん」「お姉さん」と呼びかける時は特に産まれた順序を気にせず kuya と ate を使います。また市場などで馴染み客を「スキ(suki)」と呼ぶのも福建語の「主客」が語源で、日本語の「好き」とは関係ありません。

3. 日用品や取引用語

その他、日常に使われる言葉にも福建語由来の名称がみられます。例えば bakya「木履(木製のサンダル)」、hikaw「耳鉤(イヤリング)」や susi「鎖匙(鍵)」などの日用品、ginto「金條(金)」や tanso「銅索(銅)」なども福建語由来。きつと貿易取引で扱われた物の呼称等がそのまま一般名称になったのでしょう。取引用語とえば、まとめて大量に仕入れることをフィリピン語では「パキヤウ(pakyaw)」と言いますが、これも福建語の「跋繳(poah kiau)」が語源で、1つに束ねるという意味だそうです。フィリピンの有名なボクシング選手で議員でもあるパキヤオ氏の名字 Pacquiao も綴りは違えど同じ言葉です。

4. その他の言葉や習慣

腹が立つようなことが起こった時、フィリピン人たちは「ムカツク」という意味で「buwisit」と言います。実はこちらも福建語由来で「無衣食(bouisit)」ですが、本来は「衣食が足りない、つまり不運だ」という意味です。何か思うように物事が進まなかった時、「運が悪かった」と言っているうちに意味が少しずつ変化して「ムカツク」という意味になったのでしょうか。

言葉だけでなく、フィリピンと福建には、どちらも挨拶代わりに「もう食べましたか」と聞く習慣があります。交流の結果かどうかはわかりませんが、相手を気遣う気持ちが込められていることに違いはありません。故事成語に「衣食足



中国正月を迎える中華街ピンノンド

りて礼節を知る」という言葉もあるように「衣食が足りる」ということは最低限の必要が満たされているかという人類共通の関心事だとも言えるでしょう。もっとも衣食が足りたから自動的に礼節を知るというものではありません。ところ変われば礼節・マナーも違いがあることも心しておく必要があります。グローバル社会では、文化の違いはあれど、マナーの奥にあるお互いを尊重する気持ちなどは忘れないようにして、さらに相互理解を深めていく必要があります。

それでは、恭喜發財(ゴンヘイファツチャイ)! これからの1年が皆様にとって実り多きものでありますように。

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

マニラを愛するマニラブによるマニラの街歩き

#まにら散歩

日々の街歩きの中で気になったものをご紹介。
WEBでも毎日フィリピン情報を更新中!

オシャレ、コスパ抜群&フィリピンならではの「BENCH / カフェ」

クマインカナ? たくせきです。フィリピンの首都マニラには、おしゃれなカフェがたくさんあります。グローバルなチェーン店もありますが、せっかくフィリピンにいるなら、フィリピンならではのカフェに行きたいですね! そこで今回は「フィリピンならではの」「おしゃれ」「コスパ良し」の3拍子揃った「BENCH / カフェ」を紹介します。

BGCの旗艦店は楽しさいろ

BENCH / カフェは、フィリピン最大級のファッションブランド「BENCH / (ベンチ)」が展開するカフェです。ベンチは全国に店舗があり、さまざまな年代向けにファッションアイテムを扱っています。

BENCH / カフェはマニラ首都圏に数軒ありますが、その中でも特にBGCのハイストリートにある旗艦店がインスタ映えで人気を集めています。この旗艦店は複合施設になっており、ブティック、カフェのほかにビューティーサロンも併設されており、さまざまなサービスを楽しむことができます。

オススメポイント①

フィリピンならではの味わえる!

BENCH / カフェの3つのおすすめポイント、まずは「フィリピンならではの味わえる!」ことです。フィリピン料理をカジュアルかつ

イマドキにアレンジされたメニューを楽しむことができます。



また、「BENCH-O」というフィリピン料理の定食メニューがあり、日本の「弁当」にかけて名前がつけられたそう。フィリピンと日本の融合を見ることができるのもうれしいですね ^^



オススメポイント②

内装がおしゃれでインスタ映え!

次のポイントは「店内の内装がおしゃれでインスタ映え!」です。店内はパステルカラーとボタニカルなデザインを中心に、内装がオシャレ!南国っぽい雰囲気とかわいらしい色合いでテンションも上がります!



BENCH / カフェでインディーズアイドルグループ「アイドル素材」あいらさんの恋愛講座取材中。動画もご覧ください。

オススメポイント③

価格がリーズナブル&コスパ良し!

3つ目は、「価格がリーズナブルでコスパが良し!」です。ドリンクやフードメニューの価格がリーズナブルでコスパが良しのもBENCH / カフェの特長。「BENCH-TO」は200ペソ後半〜メニューがあり、ボリューム

も満点。ハロハロも100ペソ前後、コーヒーも60ペソ〜とリーズナブルなんです ^^

いかがでしたでしょうか? BENCH / カフェは、カフェとしても、レストランとしても、用途に合わせて利用できるオススメのカフェです。ぜひ行ってみてください ^^ バイバイぽ〜 またねッ



BGCハイストリートにあるBENCH / カフェはインテリアも外観もインスタ映え!



WALKER / WRITER



関口 拓大

昨年11月に1カ月間パーソナルトレーニングをし、体脂肪率が20%から15%に! 体つきがだいぶ変わりました ^^ また趣味でサイクリングも始め、検疫生活の中でも運動と楽しみを見つけて、病まないようにしています... 笑

マニラ代表。マニラ歴3年。公務員、Yahoo! JAPANを経て独立し、2017年よりマニラ移住。

マニラの生活・旅行メディア「マニラブ」

現地に在住の20・30代の日本人がお届けするマニラの生活・旅行情報メディアです。WEBメディア、YouTube、Instagramで、マニラのホットな情報を発信しています。Instagram: @manilovemedial 公式ホームページ: <http://manilove.net>



WEBメディア



YouTube



ナビマニラウェブでも公開中。
QRコードからどうぞ。

How I became an Artist: 中編

前編では、アーティストを志したきっかけと、フィリピンに来てからの1～2年の活動とそれ以来考えている創作の源ともなる思考について書きました。今回はフィリピンでの出会いや、今にいたる活動について紹介したいと思います。

フィリピンのアーティストと交流するきっかけになったライブペインティングは、画家伊倉真理恵さんとの出会い、そして、マカティでのTIUシアターのオープンとともに拡大していくことになりました。当時マニラと日本を半々に拠点にしていた伊倉さんとはマニラで出会い、一緒に壁画を描くことができました。その時の2人で描く楽しさ、そしてできた壁画が、それぞれの想像を超えた良いものになったという驚きから、2人でライブペイントをするパフォーマンスを始めました。

初の「個展」はユニークな日比交流イベント

2014年には瓜生敏彦氏がマカティにTIUシアターをオープンする際に声をかけていただき、伊倉さんとのライブペインティングショーで柿（こけら）落とし公演を行いました。その後2年にわたって、日比交流を軸にTIUシアターでライブペイントの公演を行いました。それは、毎回日本からミュージシャンを招き、フィリピンのアーティストやダンサーなどとコラボしたショーでした。

2015年には前編でお話したアーティスト、エイズ・オンの紹介で、ついにフィリピンで初めて個展を開く機会を得ました。それは、「個展」ではあるのですが、ちょっ

と変わったおもしろい機会でした。

場所はマニラから車で3時間ほどのバカン州バリワグ市（Baliwag）。会場は田舎の風景の中、ぽつんと建つ大きなショッピングモール、SMシティバリワグです。日本との交流の歴史を記念するイベントとして、バリワグ市が私の個展を開催してくれたのです。私の作品は全く歴史的でも日本的でもなく、むしろ内省的なのですが、そのあたりはあまりこだわりはないようです。

オープニングイベントで伊倉さんも招いてライブペイントを行ったり、フィリピン大学の民族音楽グループの公演があったり、にぎやかなものになりました。また当時の日本大使館公使の方にも来ていただき、テープカットを行うなど、貴重な経験になりました。

さらにこの年にはマカティスクエアのギャラリーアンダーグラウンドから声をかけてもらい、初めてギャラリーでの個展も開催。この個展をきっかけに、その後、マニラのギャラリーを中心としたアートシーンの中で活動が広がっていくことになります。

日本的な素材を使い創作に変化

2013年から考え始めた「フィリピンに住む日本人の自分とは何か」という問題。この答えを探る方法として、私は日本に関連する素材を作品に取り入れるようになりました。手すき紙、墨汁、折り紙などです。そして、その重要な素材の1つが、ベンゲット州に住む紙すき職人・アーティストである志村朝生さんの手すき紙でした。フィリピンのパイナップルやバナナの繊維から作った志村さんの紙を使い始めてから、私の表現方法が変化しました。頭で考えても答えが出ないことは、作り続けることによって何か一つの光が見えてくることがあります。私の場合、アイデンティティの問題は今もずっと持ち続けていますが、使う素材によって違う方向に思考が進み始めました。

（次号「後編」につづく）



2014年 TIU シアターの柿落とし公演でクジャクをライブペインティングで描いた伊倉真理恵さん（左）と筆者。



（上）2015年 TIU シアターでの日比交流ライブペインティングショー（左）2015年アンダーグラウンドギャラリーでの個展に展示した作品。志村朝生さんの紙を使用。



文：山形敦子 美術作家。
2012年からマニラ在住。フィリピンで個展を開くなど活動中。
<https://atsukoyamagata.com>
(QRコードからご覧いただけます)



山形敦子個展 attachment | distance

2/13・Sat. - 3/6・Sat.

Art Informal Gallery Makati

The Alley at Karrivin, 2316 Chino Roces Avenue Ext. Makati City

Gallery Hours: Tues to Sat 10 AM to 7 PM
Free Admission



（上）2015年 SM シティバリワグでの個展オープニング
（右）SM シティバリワグの個展を報じる英字紙「インクワイアラー」



PUERTO GALERA OCEAN CLUB

海と太陽と笑顔の島

プエルトガララの事なら何でもお気軽にお問い合わせ下さい M



深海のルビー オオクチハマダイ

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

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



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、種類など、和食から中華まで品揃え豊富で常連の舌も飽きさせません。日替わりランチメニューも豊富で常時10種類ほどあります。毎日少しずつ入れ替わるランチを楽しむのも好いですね。

パニラッド本店 Tel. (032) 234-0788
Crossroads Mall, Banilad, Cebu City





マカティ MAKATI MAP

**マニラ南部墓地
Manila South Cemetery**
ハロウィンシーズンには北部墓地とならんでメディアにも取り上げられる大墓地。周囲には露店がひしめき、交通規制もされて、年に一度の大賑わいになる。

**New Hatchin
Japanese Grocery**

Kiss The Tiramisu
ソウルからやってきたデザートのお店。名前の通りティラミスがフューチャーされていて、パフェ風にグラスに入ったティラミスのアイスクリームが人気のお店。抹茶ティラミスやチョコティラミスがあり、ティラミスクーキーはもちろん、ティラミス風味のラテなども。

**レガスピサンデーマーケット
Legaspi Sunday Market**
毎週日曜日の朝から午後2時ごろまで開かれている。ローカル色豊かな品々を中心に様々な製品やフードの店が出ている。一角にあるMara's Original Marketはオーガニックに特化したグループ。

**Hatsu Hana-Tei
はつはな亭**

- リトル東京周辺 店舗一覧**
- ① 牛門 ② 漁火
 - ③ 琴乃 ④ とんかつ屋
 - ⑤ 潮里奈 ⑥ 山崎
 - ⑦ 新宿ラーメン ⑧ きくふじ
 - ⑨ 関取 ⑩ Ryunite Reso Bar
 - ＜リトル東京内飲食店＞
 - 野田庄 神楽
 - 華 (はな) らーめん島田
 - おいしんぼう
 - ⑪ 山崎 ⑫ Seikyo
 - ⑬ Juju Orange ⑭ フジヘルス
 - ⑮ Pharaoh ⑯ ZOE
 - ⑰ ススキノ ⑱ Little Shiawase
 - ⑲ 平和な夜 ⑳ 美人座
 - ㉑ すばる Square ㉒ 夢の中へ

- マカティ・スクエア周辺 店舗一覧**
- ⑬ Kitayama Meatshop
 - ⑭ U-Touch
 - ⑮ まにら新聞アクリタン
 - ⑯ PRA日本人倶楽部
 - ⑰ 新日系人ネットワーク
 - ⑱ 満福 Steakhouse ⑲ 剣心 Kenshin
 - ⑳ Manmaru ㉑ XCape Bar & Restaurant
 - ㉒ UCafe
 - ＜MCS Tower内＞
 - ㉓ 日刊まにら新聞
 - ㉔ The Daily Manila Shimbun
 - ㉕ うな吉 Unakichi ㉖ 三田屋
 - ㉗ 櫻香 ㉘ ラ・ジュエラ
 - ㉙ Cartier ㉚ Geminus
 - ㉛ Amsterdam ㉜ 原宿
 - ㉝ Kanto ㉞ 真珠の森
 - ＜The Beacon内＞
 - ㉟ 花菜串 Hanagushi ㊱ 剣心 Kenshin
 - ㊲ 101Hawker ㊳ Lutgado's



マカティに再び ディープな中国料理店

約1年ぶりに、マカティ市アモルソロ通り沿いのザ・ギャラリー、マイルロング界限に足を踏み入れた。コロナの前までよく行っていたフィリピン料理と日本料理を出すレストランはなくなり、いつ営業しているか不明だった中国料理店らしき店もなくなっていた。そして、その中国料理店のあった場所に、別の中国料理店がオープンしていた。名前は「三八食堂」。英語で Three Eight Restaurant とある。サーティエイトでもなければ、sān bā と中国語読みでもないらしい。看板に Haiwaixiang Restaurant と書いてある。



所在地はアモルソロ通り沿いリトル東京
近く The Galley, Makati City

2年ほど前まで、マカティスクエア界限にはディープな中国料理店がどんどん開店していたが、コロナ禍で多くが閉店した。そうした中でオープンしたこの中国料理店に興味を持ち、平日のランチタイムに行ってみた。

客は私だけ。店のスタッフらしき腕に入墨を入れた男性が2人向かい合って座り、パソコンに向かってる。2人ともマスクはしていない。

ソーシャルディスタンスは保たれるだけの広さがある店なので、大きな円卓に座った。女性の店員がやってきて、いきなり私に「どこから来たの?」(と言われたんだと思う)と中国語で聞かれたので、昔中国語をかじり、シンガポールにいたこともあるので、ここは中国語だろうと、リーベン、リュベンといろいろがんばって答えてみたが通じず。ジャパンという一発で通じた。

メニューを見ると、表記は中国語のみ。しかし、肉条炒面を肉の細切り入り焼きそばと解釈し、無事注文できた。持ち帰りを頼もうと、これまた私の頭の片隅にわずかに残っている打包という中国語



プロパガンダアート??

をダーバオと言ってみたところ、今度はなんと一発OK。偶然にも声調が正しかったのだろうか? いや、私が手で持ち帰りの仕草をしたのをわかってくれたんだろう。

英語でお姉さんに「この店はいつできたの?」と聞いてもなかなか通じなかったが、お姉さんが上海から来たということはわかった。なんだ、上海出身だから私の普通話 が通じないのかと思うのは、間違いである。

壁のアートは?

ここは四川料理店ですか?と、スーチャン、シューチェン、スーチュワン、いろいろなパターンを言ったが通じず、紙に四川と書いて見せたら答えはイエス。「はい、この店は四川料理店です」という意味なのか、「はい、あなたが書いた漢字は正しいです」という意味なのかはわからない。

よく見ると、店の壁には社会主義のプロパガンダっぽいアートが描かれているように思える。ひょっとして店名の三八とは、朝鮮半島の38度線を意味するのではないかと妙な想像もしたくなる。

持ち帰って食べた炒麺は、まずタッパウェアにぎっしり詰まったそのボリュームに驚かされ、味は意外にもあっさり目だった。肉もたくさん入ってやわらかかった。コロナ禍で退屈している身には、なかなか楽しいディープなチャイニーズレストランである。(K)



細切り肉炒麺は 280 ペン

フォートボニファシオ・グローバルシティ FORT BONIFACIO • GLOBAL CITY MAP





Legend

レストラン	食品店
喫茶店	本屋
ケーキ・パン屋	モール
アイスcream店	バー
冷たい飲み物店	学校
スパ	旅行代理店
ジム	ホテル
サロン	バス・ジープ停
薬局	駐車場
ペット・クリニック	警察所
病院	建築中
歯科医院	ジャパニーズ・ヘルプ・デスク
銀行	庁舎

BGC Bus Routes

Central Route

(月~日 Mon~Sun 6am~10pm)

スクランブルエッグ? ポロ? 困惑のマニラ



マニラに住んで4年半になろうとしているのに、今も日常生活の中で新しい発見がある。先日ランチの時に、自分がこれまでの人生でオムレツ、もしくは玉子焼きと呼んできたメニューを注文したら、店のおばさんに「スクランブルエッグね」と言われた。

下の写真を見てもらおうとおわかりいただけたと思うのだが、どう見てもこれはオムレツではないでしょうか。スクランブルエッグの見た目はもっと卵をかきまぜた、まさにスクランブルな感じが残っている卵料理であって、通常はこのようには半月状の形にはなっていないはず。

この店のおばさんだけがそう言うのかと思えば、フィリピン人の同僚に見せてもスクランブルエッグと言う。日本で一般にスクランブルエッグと呼ばれる料理の写真を見せて呼び名を聞くと、これもスクランブルエッグと言う。どうやらオムレツもスクランブルエッグも区別しないのが、私の周りのフィリピン流のようである。目玉焼きもスクランブルエッグと呼ぶのではと期待したが、目玉焼きはサニーサイドアップだった。

さらに困惑したのは、私が着る白いワ



フィリピンではポロとポロシャツ

イシャツのことをフィリピン人の同僚に「ポロ」と呼ばれたことだ。フィリピンでワイシャツの正式名称はロングスリーブポロ、またはフォーマルポロ。そして、日本で一般に言うポロシャツは、フィリピンでもポロシャツ。日本人にとってのワイシャツがポロで、ポロシャツはポロシャツということである。

通販サイトのSHOPPEで、POLOと打ち込んで検索すると、ボタンが付いた半袖のシャツやアロハシャツのような服が出てきて、やはり日本人がイメージするポロシャツとは違う。ポロシャツを見る時には、POLO SHIRTSと検索する。

フィリピンに着てまだ間もない日本人が、「明日はポロ着用をお願いします」と言われ、いざ日本で言うポロシャツを着て行ったら1人浮いてしまうこともありえる。

ところ変われば呼び名も変わる。マニラにはほかにもまだまだありそうだ。(T)



フィリピンのスクランブルエッグ

エルミタ&マラテ ERMITA & MALATE MAP

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

TONG YANG (GF)

JINS

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

マニラ湾 Manila Bay

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



マニラオーシャンパーク Manila Ocean Park

フィリピン初の世界トップクラスの海洋テーマパーク。多彩な海洋生物の展示やアトラクションがあり、さらに海と水をテーマにしたホテルを併設した海洋都市マニラならではの都市型リゾート。観光客はもちろん地元の人々も楽しめ、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。



神秘さを漂わせるライトアップされたクラゲの展示



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

**マニラオーシャンパーク
Manila Ocean Park**



豚肉高騰の中、レチョンを買う

1月下旬、ルソン地方の北の方の州に住むフィリピン人の友人から連絡があった。お母さんの誕生日に子豚の丸焼き、レチョンバブイを買いたいのだが、豚肉価格が高騰して買えないという。半年前は5千ペソで20人前はゆうにあるレチョンバブイ1頭を買えたが、今は値段が2倍、1万ペソ前後に跳ね上がっていると嘆く。通常はキロ単位で切り身を買うこともできるが、今は仕入れる豚肉が少ないので1頭ごとのみの注文を受け付けているという。

友人は、いかにお母さんを愛しているかを切々と私に話し、60歳の誕生日にはレチョンバブイを買おうと約束したのだという。

私が、お母様は昨年の約束を覚えていらっしゃるだろうかと言うと、友人は「母は楽しみにしているに違いない。その約束を守れなかったらお母さんは悲しむ。約束を破った娘をどう思うだろう」と反論する。

私は、豚肉価格高騰はお母様もご存知のはずなので、別のものでお祝いしたらどうか、チキンの丸焼きなら5千ペソもあれば20羽は買えると提案した。すると、フィリピンのお祝いの食卓ではレチョンバブイがいかに大切かを私に説教し、「自分も兄弟もお金を出して集めたが足りない。少し助けてもらえないだろうか」と本題を切り出してきた。

お目にかかったこともない母上のためのレチョンバブイを買うのになぜ私がお金を出す必要があるのか

と渋っていたら、向こうは3歳だか4歳の甥や姪を画面の前に立たせ、レチョンバブイを食いたいと言わせてきた。

結局私が根負けし、お母様の還暦祝いに少しばかりの気持ちを送りますと申し出るやいなや、銀行の口座番号を送ってきた。気分はフィリピンパブのC C A嬢に貢ぐ日本人男性である。

レチョンはコスパと無関係?

翌日、写真が送られてきた。家族6人で1週間食べ続けることができそうなレチョンバブイだが、誕生日パーティーがあったその日に食べ尽くしたという。近所にパンシットなどと一緒におすそわけしたと



まさに豚の丸焼きレチョンバブイ

のこと。私は1万ペソの豚が1日で消えるのはコスパが悪すぎると思ってしまっただけけれど。一方で、レチョンバブイを前にうれしそうなお母様の写真を見ると、若干ではあるが、豚の耳くらいはお役に立たかなとも思った。

私はまだレチョンバブイを丸ごと目の前に置いて食べたことがない。次の私の誕生日にはぜひ食べてみたい。私がいかにレチョンバブイを食べたいかを訴えて頼めば、この友人は資金援助してくれるだろうか。(W)

西洋占星術師 2/1~2/28
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年渡比。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QRへ→
shaktibless@gmail.com
http://shakti-b.jp



おひつじ座

[3月21日から4月20日]

予定変更が起こりやすい時期です。スケジュールは柔軟かつ余裕を持って立てておくのが無難。友人とのポリシーの相違に注意を。



しし座

[7月23日から8月22日]

対人面でのトラブルに注意が必要な時期です。誤解や行き違いが起こりやすいので、外交手腕や丁寧なやり取りを心がけて開運へ。



いて座

[11月23日から12月22日]

アンテナを立てると欲しい情報が入りやすい時期です。でもそれで満足せず、実際に使って役立てることで金運上昇に繋がるはず。



おうし座

[4月21日から5月21日]

行動力はあるものの、断りにくい仕事などで振り回される場面が多く出そう。面倒でも、より早く自分から働きかけていくと吉。



おとめ座

[8月23日から9月22日]

細部に目が行き届きやすい反面、批判精神も高まりそうな時期です。日々の生活の中で、手の届く範囲に絞ると吉。リラックス大事。



やぎ座

[12月23日から1月20日]

いつもよりも大きく、または頻繁にお金動く時期です。今必要な出費だけ、出来るだけ小出しに努め、投機は欲張らないように。



ふたご座

[5月22日から6月21日]

勇気が高まりますが、足元に危険がないかリスクヘッジを考えることも大切な時期です。一時的な興味よりも、少し先を考えて◎。



てんびん座

[9月23日から10月23日]

愛情問題に一喜一憂しやすい時期。一方通行にならないよう、複数の展開をイメージしておく◎。自分史を振り返って自信回復を。



みずがめ座

[1月21日から2月19日]

自分の中で、何かの決心がつく時期。石橋を叩きすぎず、でも開き直らず、自分の力で少しずつ前進していく意欲を持つと開運へ。



かに座

[6月22日から7月22日]

感情の起伏が激しくなる時期です。特に人間関係では、予め関係性をイメージしておくのが無難。不安解決は、夢にヒントあり。



さそり座

[10月24日から11月22日]

居心地の良い家作りを目指す幸運がある時期です。ただし家族の意見も尊重することがポイント。スマート家電の導入もおすすめ。



うお座

[2月20日から3月20日]

精神的な安定が、身体の健康面をアップさせる時期です。ニュースなどのマイナス面を避け、心が豊かになるものに多く接すると吉。

ナビマニラ Vol. 74(2021年2月号)

2021年2月7日発行

編集制作・発行: 日刊まにら新聞広告部

Room 113, Tower Ground 4/F, Makati Cinema Square

Tower, MCS Tower, Chino Rocas Ave.,

Makati City

電話: +63 (02)8551-8238 / 8807-8918

Email: jedit@manilashimbun.com

navimanila2020@gmail.com

●本誌掲載記事の無断転載を禁じます。

●本誌掲載の内容による損害、トラブル等について小社は一切の責任を負いません。あらかじめご了承ください。

naviManila 
www.navimanilaph.com

