

Living with Pets in Manila

Feature article in English

July 2021
Vol.79

ペットと暮らす マニラ

迷ったら直行！ ジャパンタウンの和食7軒

日刊



The Daily MANILA
SHIMBUN
SINCE 1992

メガネには、実用性も、ファッションも
期待したい。OWNDAYS

フィリピン・ワールド フィリピン語アレコレ
#まにら散歩 セブ通信 北の町バギオから
[ナビマニチャンネル]「食べ物系」動画 10選





navimanilaph.com

*Angus alone doesn't
define quality, our brand does.*

Enjoy life's sizzles to the best
and finest beef in town



For reservation, please contact us at: • Tel No. 8892-5852 / 8867-3164
7431 Yakal St., San Antonio Village, Makati City

Like and follow us on  



Chesa Bianca
SWISS RESTAURANT

EXPERIENCE REAL EUROPEAN
HOME-STYLE COOKING

We serve only the best ingredients.



For reservation, please contact us at: • Tel No. 8815-1359 / 8892-7524
7431 Yakal St., San Antonio Village, Makati City

Like and follow us on  



BDOジャパンデスク

お客様の成功をお手伝いします

Let us help you succeed.

法人・個人のお取引ともに、フィリピン最大手*の商業銀行BDOにお任せください。

お気軽にBDOジャパンデスクへ日本語でお問い合わせください。

(*フィリピン中央銀行発行の業界ランキング(2020年6月30日付)により、総資産、総貸出残高、自己資本及び、総貯金額がフィリピン商業銀行の中で最大規模を誇っています)

Choose BDO, the leading bank in the Philippines based on assets, loans, capital, and deposits as published in the Bangko Sentral ng Pilipinas' Industry rankings as of June 30, 2020.
We provide both retail and corporate banking services, and BDO Japan Desk can support your requirements in Japanese.

bdo.com.ph/jp/home

We find ways®

電話番号（日本語対応）：+63(2) 8663-4001
Call

メールアドレス（日本語対応）：help-japanese@bdo.com.ph
Email

営業時間：月曜日～金曜日（土日祝除く）8時30分から18時00分まで
Business Hours: Monday to Friday from 8:30am to 6:00pm



Regulated by the Bangko Sentral ng Pilipinas.
ASC Ref No. B062P120320BS

BDO Unibank is regulated by the Bangko Sentral ng Pilipinas with telephone no. (02) 8708-7087, email address consumeraffairs@bsp.gov.ph, and webchat at www.bsp.gov.ph. For inquiries and concerns, please call our BDO Contact Center at (02) 8631-8000. Deposits are insured by PDIC up to P500,000 per depositor. The BDO, BDO Unibank and other BDO-related trademarks are owned by BDO Unibank, Inc.



Where I'd like to be

決して変わらないものがあります。

ヘラルドスイーツには、これまでも、そして、これからも変わらないものがあります。それは、お客様へのよりよいサービスを心がけることと、心からのおもてなし。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。

SEE 5 REASONS WHY YOU
WILL CHOOSE TO STAY WITH US!
SCAN THE QR CODE BELOW



WWW.HERALDSUITES.COM



TRUNKLINE: 02 7759 6270 LOC. 2124
GLOBE/VIBER: 0917 316 9250
SMART: 0939 938 3718

SCAN FOR ONLINE MENU

WWW.HATSUHANATEL.COM

WE ACCEPT TAKE OUT AND DELIVERY ORDERS!

巻頭企画

4 Living with Pets in Manila ペットと暮らすマニラ

16 迷ったら直行！ジャパントウの 和食7軒

連載

- 18 フィリピン・ワールド
デセンブラーナ悦子
- 20 #まにら散歩 マニラ子
- 22 北の町バギオから 反町真理子
- 24 セブ通信 蝶谷正明
- 26 メガネには、実用性も、ファッションも期待したい。
OWNDAYS
- 28 Navi Mani Channel「食べ物系」動画10選
- 30 魔詞フィリピン
- 31 ナビマニラ配布場所
- 32 Staff Diary @928



お問い合わせはこちら

◎「ナビマニラ」「日刊まにら新聞」への
広告掲載、店舗・会社での「ナビマニラ」
配布設置について

(02) 5310-3429
ads@manilashimbun.com (日本語)

◎記事について

(02) 5310-3429
contact@navimanilaph.com (日本語)

ナビマニラウェブサイト
www.navimanilaph.com



マニラ女子 YouTubers
ナビマニチャンネル



日刊まにら新聞ウェブサイト
www.manila-shimbun.com



2021年7月4日発行

日刊まにら新聞 The Daily Manila Shimbun



2F, 928 Arnaiz Avenue, Makati City

●本誌記事の無断転載を禁じます。●本誌掲載の内容は取材時点のものであり、
予告なく変更されている場合があります。●本誌掲載内容による損害、トラブル
等については小社は責任を負いません。

ワンちゃん大満足のドッグラン Paw Park

入場
無料

コロナ禍の中、都会育ちのワンちゃんの運動不足が心配……。そんな時は、BGCのSMアウラ
屋上スカイパーク「Paw Park」へ。フィリピンケネルクラブの基準に準拠したダブルフープジャン
プ、チューブトンネル、調節可能なハードルなど11の犬用遊具であなただのワンちゃんもご機嫌!

ご来場前にウェブサイトを
ご確認ください。下記QR
コード)

SM Aura's Paw Park
SM Aura Premier,
26th St., cor. McKin-
ley Parkway, Bonifa-
cio Global City,
Taguig City,
Metro Manila



Living with Pets in Manila



ペットと暮らす マニラ

犬や猫はその姿も動作もかわいらしくて、いっしょにしていると気持ちが和みますよね。動物が好きな人、日本でペットを飼っていた人にとっては、フィリピンでも犬や猫を飼いたいと思うのは自然なことかもしれません。コロナ禍で家にいる時間をいっしょに過ごすパートナーとして、ペットを飼う人が増えているとも聞きます。今回のナビマニラでは、フィリピンで犬や猫を飼っている方の体験談、そして、ペットを飼う時の注意点や心構えを専門家の方に聞きました。

Cats and dogs are adorable. It seems more and more people own pets in the Philippines during the pandemic. Navi Manila interviews pet dog and cat owners and pet animal experts for advice to have pet dogs and cats in the Philippines.

Pet Owner Interviews

ペットオーナー・インタビュー

フィリピンで犬や猫の飼い主が語る、出会いとペットがいる暮らし。

忠犬ハチ公をきっかけに 知れば知るほど柴犬に夢中

'Hachi' in the Movie Brings a Shiba Inu in Our Life

リチャード・ギア主演の映画「HACHI 約束の犬」を見て、ハチは亡くなった飼い主が帰ってくるのを駅で待っていたという

物語にとても感動し、いつか秋田犬を飼いたいと思っていました。ただ、私とパートナーはコンドミニウムに住んでいるため

小型か中型犬を探していたところ、柴犬を知りました。その後、柴犬の性格などを知れば知るほど、大好きになりました。

柴犬は日本が原産地なので、日本語の名前を付けようというのを考えていました。ショウギという名前の由来は、頭脳が勝



ナットさん

首都圏マカティ市在住。タイ出身のナットさんと10カ月になるオスの柴犬ショウギちゃん。
Ms. Natthawadee Wongpanya from Thailand lives in Makati City with Shogi (Shiba Inu, Male, 10 months old)



負の日本のゲーム「将棋」からで、頭の良い柴犬にとっても似合うと思ったからです。ショウギはケソン市のブリーダーから購入しました。

走ると耳が後ろに下がってキツネのようでもあり、行動は忍者のようにすばやい。柴犬の特徴である丸まった尻尾もとても愛らしい。ショウギは私のひざの上で仰向けに寝転がり、お腹や頭を触ってもらうのが大好きで、いつの間にか寝ている姿を見るとかわいくて仕方ありません。

私もパートナーも在宅勤務なので、ショウギと一緒にいる時間がたくさんあります。また柴犬は毛皮が厚いので、熱中症にも気を付けています。

以前、ショウギを連れてバタンガスに日帰り旅行をしました。自然の中にいるショウギは本当に楽しそうでしたね。

We were extremely impressed by the movie "Hachi: A Dog's Tale", based on a true story of a faithful Akita Inu that waited for his owner

at the station every evening even after the owner died.

My partner and I wanted to have an Akita Inu but it's difficult to keep it in our condominium. Looking for a small to medium size dog, we found Shiba Inu and purchased a male from a breeder in Quezon City.

We named the Shiba Inu 'Shogi' which means a Japanese game like chess. As Shiba Inu is originally from Japan, we wanted to name our Shiba Inu a Japanese name. Shogi is a game that requires player's strategy. It would be great on a smart Shiba Inu.

Shogi loves to lie down facing up and to have a rub on his belly and head massage until he falls asleep on my lap. We



have traveled to Batangas with Shogi a few times. He was so happy playing in the nature.

Photos courtesy of Natthawadee Wongpanya



どんな夢をみているのだろうか？



4年かけて決心 「犬を飼おう！」

My Dream Dog Came to Me After 4 Years.

フィリピンにきた4年前から犬を飼いたいと思っていました。ただ、私がよく飲み歩くタイプだったので、家を不在にすることが多く、なかなか踏ん切りがつかず、気付くと4年の月日が経ってしまいました。

コロナ禍で家にいる生活が普通になった頃からペットを飼うことを改めて真剣に考え、思い立ったが吉日！ということですぐにブリーダーを見つけ、連絡しました。

そして出会ったのがミニチュア・シュナウザーのソニアです。ソニアが家に来てから、何かうれしいニュースがあった時は、ソニアに駆け寄ってハイタッチ！こんなふうに喜びを共感してくれる一方で、悲しいことがあって抱っこすると、「何か悩みでもあるの？」といった顔で見つめてくれます。フィリピン生活は一人暮らしの予定だったのですが、そばにいてくれるパートナーができて、

飼ってよかったと心から思っています。

とにかく24時間、全ての瞬間がかわいい。最近特にかわいいなあと思うところは、私の気を引くためにおしっこをすること。ほめてほめてほめまくって育てていることから、トイレが成功するとたくさんほめてもらえることをわかっているのですね。ないはずの尿意を振り絞って、オシッコをちょろっとします。私はこれを「ビジネスオシッコ」(笑)と呼んでいます。



小池ゆかりさん

現地メディア「マニラブ」Webメディア編集長。マカティ市在住。4月24日にやってきたミニチュア・シュナウザーのソニアちゃん(メス、6カ月)。犬を飼ってまもない新米ママ。

Ms. Yukari Koike, web media chief editor, Japanese web magazine "MANILOVE", lives in Makati City with Sonia, a 6-month-old female Miniature Schnauzer.



家に来たばかりの頃のソニア



ソニアにとって初めての友だち

Over the past four years since I came to the Philippines I have wanted to have a dog. I did not have one because I often hung out with friends after work. But I got to have more time to spend at home due to the pandemic, I decided to have a dog from a breeder.

Since Sonia, a female Miniature Schnauzer, came to my house, I share the good news with her, giving a high five. When I feel sad, Sonia looks at me as if she was asking, 'Are you OK?'. I am happy to have an adorable partner living with me in the Philippines.

Photos courtesy of Yukari Koike



出会ったチワワに一目ぼれ。 癒されて暮らす日々 Chihuahuas Relax Us and Sometimes Annoy Us

フィリピンで最初に飼った犬は、妻が独身時代から飼っていて日本から連れてきたボストンテリアのMJ（マイケル・ジャクソン）。その後、偶然訪れたオルティガスにあるモール内のペットショップで一目惚れして買ったのが、チワワのメイシーです。2匹仲良く暮らしていたんですが、MJが老衰で2020年6月、13歳になる直前に虹の橋を渡りました。私たち同様にメイシーも寂しいのではと思い、新しく家に迎えたのがチワワのキナコ。ブリーダーから買いました。

共働きなので家に監視カメラを設置し、留守番をしている犬たちを遠隔で確認することがあります。家の中をあちこち歩き、走り回って遊んでいる2匹の姿を見ているだけで安心しますし、うれしくなります。夜はベッドで一緒に寝ています。朝は犬が早起きで、午前6時頃に私たちを起こします。休みの日はもう少しゆっくり寝ていたいと思うのですが……。

家に犬がいて、言葉は通じませんが本当に癒されます。犬がこんなにかわいいと思うようになったのは、愛犬家の妻に出会ったおかげです。

ただ、ちょっとキナコには困ることがあります。時々、自分のウンチを食べたり、どこかに隠したりするのです。こん



メイシーちゃん（左）はシャイでツンデレ、一方キナコちゃんは甘えん坊で食いしん坊

な時はやっぱり言葉が通じたらいいなと思います。

We used to have a male Boston Terrier named MJ (Michael Jackson), which my wife, who likes dogs, had brought him to the Philippines from Japan before we married. One day we saw a Chihuahua at a pet shop in a shopping mall in Ortigas and loved it at the first sight. It's Meisie. MJ and Meisie were getting along together but MJ died of old age in June 2020. He was about 13 years

old. After a while we welcomed another Chihuahua, Kinako because we thought Meisie missed a friend.

While we are at work, we watch them via CCTV equipped in our house. We are happy to see them playing together at home. At night the dogs sleep with us. They wake us up around 6 am. I wish I could sleep longer on holidays.

I am grateful to my wife who made me realize how adorable dogs are... except for Kinako's behavior. Kinako sometimes hides her poop somewhere.....



池田葵さん、美幸さん夫妻
金融業。タギッグ市BGC在住。
葵さんとキナコちゃん（メス、1歳）
と、美幸さんとメイシーちゃん（メス、2歳）。

Aoi Ikeda and Miyuki Ikeda, Aoi (left) and Miyuki live in BGC, Taguig City with two Chihuahuas, Kinako (1 year old, female) left) and Meisie (2 years old, female, right).

Photos courtesy of Aoi Ikeda



グルメな猫と 深夜にギターを弾く猫

Living with Picky Eater and Midnight Guitar Player

生まれた時から猫がいる環境だったので、猫がいない生活は考えられません。単身赴任で来比して約1年たって黒いペルシャのジェイをネットで見つけました。3年後、ペルシャ猫愛好家のフェイスブックで白いペルシャのアオに出会い、飼うことにしました。

アオは人懐っこい性格と大きさからペルシャではなく、ターキッシュアンゴラのようなようです。今8カ月でどんどん大きくなって4.8キロあり、4歳で2.6キロのジェイを超えました。おとなしいジェイに、遊び盛りのアオは遊びのつもりで攻撃をしています。アオは毎晩深夜2時半に私の顔に自分の顔をこすりつけ、毎朝4時にギターの低音の弦を歯で引っ張ってギューイイ〜と鳴らす不思議な行動で、私を起こしてくれます。アオには聞こえていませんが。

フィリピンで猫を飼ってから多くの人と知り合いました。猫の散歩に一緒に行ったり、自宅で猫カフェのように楽しんでもらったり。大変なのは、出張や一時帰国の時に預かってもらえぬ人を探すことです。

ジェイは好き嫌いが激しく、好物は高級ビーフ缶。アオもだんだんグルメになってきました。低温調理器を使った鶏むね肉を最



有路二朗さん 会社員。マカティ市在住。2016年4月に来比。日本でも猫4匹を飼っている。米国に10年滞在していた時には日本から猫を連れて渡米。「オレゴン州の郊外に住んでいた時、猫の天敵はアライグマ。飼っている猫が外でアライグマを見たらすぐに家に戻ってきました」

Mr. Jiro Arijji lives in Makati with two cats, Jaya, female, 4 years old (left) and Ao, male, 8 months old.

近2匹とも好んで食べます。猫を飼うということは、こうした手間をかけていつの間にか猫に飼われているということですね。

I met Jaya, a black Persian cat on the internet in 2017 and three years later I found Ao, on Persian cat lover's Facebook. I thought Ao is a white Persian cat but I am skeptical if he is a Persian cat because he is like a Turkish Angora which is big and affable. Ao weighs 8kg at 8 months old, heavier than

Jaya, 2.6 Kg at 4 years old.

Ao rubs his face on my face at 2:30 am every night and wakes me up by the sound he makes by pulling a bass string of the guitar with his teeth.

Jaya is a picky eater and likes luxury canned cat food of beef. Ao is also getting to be a foodie. I cook chicken breast meat in a sous vide cooker and they love it. I am the owner of the cats. But I feel as if I were employed by the cats to take care of them.



ジェイ (Jaya) ちゃん (メス、4歳:左) とアオ (Ao) ちゃん (オス、8カ月:右)。

「白い猫の30%は聴覚に異常があると言われ、アオも耳が聞こえないせいか鳴き声が大きい。猫は犬と違って1匹ごとに性格がバラバラ。時々甘えてくる時がかわいい」

Photos courtesy of
Jiro Arijji



ポーラ・ソウサさん アクラン州カリボ出身、マカティ市在住。銀行勤務。現在3匹の猫と暮らす。
「4匹飼っていたのですが、5月にオス猫のモンド(Mondo)を8歳7カ月で亡くしました。夜はいつも私の枕で寝るのが大好きな猫でした」
Originally from Kalibo, Aklan, Ms. Paula Sauza, working at a bank, lives in Makati City with three cats. 'I used to have four cats, but Mondo (shown with me), a male cat passed away in May at the age of eight years and seven months. I remember he loved to sleep on my pillow at night.'



いつも私のそばに。 それが猫の愛情表現

Cats Show Affection in Many Ways

今飼っている猫3匹、パイ、オラフ、チビは全部保護猫です。オラフはパイとチビと友達なのですが、パイとチビはあまり仲が良くありません。ケンカはしませんが、一方が遊んでいると不機嫌になり大声で鳴きます。

子どもの頃、親戚が猫を世話するのを見るうちに私も猫好きになりました。飼うのにそれほど広いスペースがいらず、ほとんど家で寝て過ごしているので飼いやすいのも猫のいいところ。のどを気持ちよさそうに鳴らしたり、紙袋で遊ぶのを見ると本当にかわいらしく、その仕草に笑ってしまうこともあります。また、耳の後ろの毛がとてもやわらかくて好きですね

猫は人になつかないと言われることがありますが、実際のところ、私の猫はいろいろな方法で愛情表現をします。私といつも一緒にいたいようで、私が仕事をしている部屋や、浴室にまでやってきます。朝は目覚まし時計代わりに起こしてくれます。

猫は外に出しません、コロナ禍前は日曜日に猫をアヤラ三角公園に連れて行きました。特にオラフはリーシュを付けて散歩し、あちらこちら探検するの

が好き。

旅行などで不在にする時は信頼できる友人に家に来てもらって猫の世話をしてもらうか、獣医さんに預かってもらいます。

I have three cats. They are all rescued and adopted. Olaf is a friend of Pie and Chibi, but Pie and Chibi are not friends. They don't fight but sometimes when they are playing, one of them will get irritated and meow loudly. I started to like cats because of my cousin who also took care of cats when we were kids. Cats are adorable when they are purring. My cats playing with a paper bag make me laugh. I like the fur behind their ears because those are very soft. It is said that cats are aloof, but they show affection in different ways. My cats usually want to stay in the same room where I am working and even in the bathroom. They also wake me up in the morning like an 'alarm clock'.

I keep my cats in the house and do not let them go outside. Before the pandemic, I would take a cat to the park in Ayala Triangle Garden on Sundays. Olaf loves to explore and walk around on a leash.



(上から) チビ (メス、ドメスティック・ショートヘア、7歳3カ月)、パイ (メス、ドメスティック・ショートヘア、7歳7カ月)、オラフ (オス雑種、7歳2カ月))

Photos : Gia Lara / Petograpiya (Mondo, Chibi, Pie), Paula Sauza (Olaf)



猫は究極の癒し。 わがままを聞く幸せ

Cats Have the Most Powerful Mental Healing Power

まだ生後数週間だったみそを見つけたのはアラバンのバイクの駐車場。すでに犬をたくさん飼っていたので猫を飼う気はなかったのですが、バイクが行き交う駐車場で1匹だけでいて、目脂が固まって目が見えない様子だったのを放っておけず、連れ帰ってきました。

約1歳半になったみそは、腹を出して寝たり、おもちゃを必死に追いかけたりする姿がかわいい。自分のお尻をクンクン嗅いで「くっさあ!」とでも言っているような、半分口を開けた変顔をするのも好きです(笑)。猫は究極の癒し。わがままを聞いてあげるのが至極幸せです。

フィリピンは場所によると思いますが、近所の人々がペットが多少うるさくても気にしないので飼いやすいと感じます。一方で、野良猫や野良犬も多く、車やバイクも危険なので、みそを外には出しません。雨季にはカエル中毒やネズミなどからのレプトスピラ症や、暑いので熱中症にも気を遣います。飼い主や

畠中麻衣さん
獣医師。獣医教育情報配信会社勤務。パラニャーケ市在住。雑種(ドメスティック・ショートヘア)のみそちゃん(メス、1歳半)のほか、犬4匹と暮らす。
Dr. Mai Hatakenaka is a veterinarian, working at a veterinary education service company.

She lives in Parañaque City with a female cat named Miso, domestic short hair and four dogs.



同居犬が外から病気を持ち込む恐れもあるので完全な家猫でも予防接種を受けさせています。フィリピンは日本に比べ病気の原因となる要素が多いうえ、日本では治療できる病気もこの国ではできないこともある。「予防」が大切です。

フィリピンでは身寄りのない猫や犬がたくさんいて、助けたいと思う方もいらっしゃるでしょう。でも無理をしても、ご自身も動物たちも幸せにはなれません。全頭にまんべんなく気を配ることができ、自分とペットの生活の質を低下させず、いざという時でも経済的に養えるか。ご自身が可

能な範囲内で助けの手を差し伸べていただければと思います。

Miso was a stray cat at a motorcycle parking lot in Alabang. She was a few weeks old and her eyes were covered with eye mucus. I could not leave her alone at the busy parking lot and decided to take her to my home.

Miso is now one and a half years old. I like watching her roll over and play with a toy. So adorable. I think cats have the most mental powerful healing power to me. I am happy to give her anything she likes. I keep her indoor to protect her from stray cats, dogs, and cars. Although she is a house cat, vaccination is essential to prevent infection. Seeing stray cats and dogs, you feel sorry and think about adopting them. But it's important to think carefully if you can really afford to have them.

Photos courtesy of
Mai Hatakenaka



「美空ひばりの『美空』と名付けたはずが、みそというあだ名だけ残ってしまいました」

獣医師

インタビュー

フィリピンのペット事情と飼い主として知るべきこと

ペットにとってあなたがすべて。 責任ある飼い主になってほしい

You Mean Everything to Pets. Be a Responsible Owner

コロナ禍によるコミュニティ一防疫が始まった昨年3月、4月頃から、新しく犬、猫を飼い始めた飼い主の方がペットの検査のため来院されるケースが増えました。多くはブリーダーから購入した子犬や子猫ですが、路上で保護した子猫もいます。

フィリピンでペットを飼う場合は、ブリーダーからの購入、あるいは保護した犬猫を問わず、獣医師による総合的な健康診断を受けることを強く勧めます。初期の段階で治療できる潜在的な病気の発見だけでなく、獣医師からは必要なワクチン接種、内部寄生虫やマダニ、ノミなどの外部寄生虫に対する予防薬、ペットの世話の方法、適切な食べ物のアドバイスなどを聞くことができます。

フィリピンで人気のペット

犬はコンドミニウムでも飼いやすいシー・ズー、ポメラニアン、マルチーズなどの小型犬の人气が高く、コーギー、ビーグル、シベリアン・ハスキー、ラブラドル・レトリバー、さらにフィリピンの野良犬「アスピン」などの中型から大型犬もよく飼われています。

猫ではベルシャ、シャムが人気。しかし、野良猫の保護活動が盛んになってきていて、最近はフィリピンの野良猫「ブスピン」の里親になる人が増えています。マニラ首都圏で人気なのは圧倒的に犬と猫ですが、ハムスター、モルモット、ウサギ、ハリネズミ、中にはヘビ、クモ、カメなどを飼う人も。ペットのブタを連れて来院された方もいました。

かわいがるだけではない

コロナ禍の今、在宅勤務をしている人はペットに愛情を注ぐ時間が増え、日々、ペットと強い絆で結ばれていることでしょう。しかし、知ってほしいのは、ペットを飼うということは、抱きしめて遊ぶだけではないということ。多くの責任が伴います。例えば、フィリピンではペットも狂犬病に感染する恐れがあります。狂犬病はほぼすべての哺乳類に感染し、神経系に影響を与える致命的な感染症です。ほかにも多くの感染症があります。ワクチンを必ず接種し、散歩中でもペットの行動に注意し、放し飼いはやめましょう。



動物を世話するために必要なことを十分に理解しなくてはなりません。ペットは飼い主を頼りに生きています。ペットにとってはあなたがすべて。ペットが生きていくには、あなたがいないてはならないのです。最後まで責任を持って育ててください。

I notice more and more people have pets during the pandemic. The number of pet owners who take their pets to our veterinary clinic for checkups is increasing. For new pet owners, it is highly recommended to take your pets to a vet for checkups to find if your pet has any disease regardless of the fact that your pet from a breeder or rescued. The vet not only gives treatment for the disease but also gives you advice about taking care of pets. Having a pet requires responsibilities. Having your pets vaccinated to protect them from rabies is your duty. Before deciding to have a pet, you should understand fully what it takes in taking care of life. Animals depend on you for their life, you are everything to them.

リア・アンジェニカ・マーティン先生
DVM. Lea Angenica Martin

2016年10月からマカティ市にある動物病院アニマルハウスに勤務。現在は猫2匹と犬4匹を飼っている。犬猫だけでなく、野生動物も大好き。

Dr. Martin has been working at Animal House Veterinary Hospital Makati since 2016, living with 2 cats and 4 dogs in Makati City. She also loves wild animals as well as cats and dogs.



アニマルハウス (マカティ)

Animal House Veterinary Hospital, Makati

1986年創立。グルーミング、トリミングサービスもあり。

所在地: 16 Jupiter Street, Makati City

診療時間: 午前9時〜午後10時

(マカティ市本院は24時間年中無休)

電話: (02) 7799-6201, (02) 8403-7202

0917-847-5233, 0917-150-5244

フェイスブック: (@AnimalHousePH)

<https://web.facebook.com/AnimalHousePH/>



保護猫活動家 インタビュー

帰国する時、
フィリピンで飼っ
ている猫は……



今は里親のもとで暮らす姉妹。

猫を思う一心で里親探し。 日本ではじめてマニラで継続中

Finding Foster Parents for Homeless Cats

はなおさん Hanao

マカティ市在住。2017年3月に来比以来、個人で猫の里親探しを続け、これまで32匹の猫を保護。(ツイッター@oiui2)
Hanao has been in a cat adaptation activity personally, taking in 32 street cats since 2017.
(Twitter @oiui2)



コロナ禍により日本や欧米では保護猫、保護犬を迎える人が増えていると聞きましたが、フィリピンでは減っていると感じます。フェイスブックの保護猫の里親を募集するコミュニティーに投稿すると以前はたくさんの応募があり、1週間ほどで信頼できる里親さんと養子縁組できました。しかし、コロナ禍が生活を圧迫しているためか、昨年末から応募数が減ってきています。

私は2017年9月にマカティ市の商業施設敷地内で、ケガをして足が腐りかけた状態の猫を保護したのがきっかけで、保護活動を始めました。団体に属さず、個人でできる範囲の保護活動は日本でもしていました。理由は「猫がかわいいから」。それだけです。

フィリピンで保護した猫は各種ワクチン接種、寄生虫駆除を実施、また避妊・去勢手術が可能な月齢であれば完了させて里親さんを募集します。月齢に満たない場合は、責任を持って対応してもらえると考える里親さんに預けます。

フィリピンで好まれるのは白い猫が圧倒的な人気。サバ猫、茶トラ、日本ではあまり人気がないといわれるサビ猫もすぐに里親希望の応募があります。子猫より成猫への応募が多いと思

います。里親さんにもお願いしていますが、フィリピンでは猫は絶対に屋内飼い。理想としては猫の安全を確保しつつ、遊べる庭があったらいいですね。

帰国でペットを捨てる人たち

フィリピンの動物愛護団体の人から、外国人が帰国するときには飼い犬、猫を捨てていくという話を聞きます。そうした人の中には日本人もいるとのこと。私は猫の飼い方を指導するような立場ではありません。しかし、いつか帰国するかもしれないことを想定して飼育してほしいと思うのです。

Since the Covid 19 pandemic started, I feel cat and dog adoption in the Philippines decreases as the community quarantine affects the economy. In September 2017, I rescued an injured cat at a shopping mall in Makati. I started to take in street



マニラで里親探しを始めるきっかけとなった猫。腐りかけていた足の治療を終えて (2017年)

cats in the Philippines since then as I used to do in Japan. I don't belong to any organizations but rescue street cats personally and find foster homes after giving vaccines and spaying or neutering them if they are old enough. It's because cats are adorable and I like them that I am motivated to do that.

I have heard from several animal welfare groups that some foreigners including the Japanese abandoned their pets before they go back to their home countries. I want those who plan to have a pet to consider what happens to pets if you need to leave the Philippines.



避妊手術を終えて、もうすぐ里親探し。

フィリピン伝統のペット用ノミ除け？ 「マドレ・デ・カカオ石けん」

数 年前、犬猫にやさしいノミ除け石けんがあると知り、我が家のシニア犬用に購入した。価格は80ペソ。石けんの成分として、ニンニク由来のアリシン、ユーカリオイル、シトラスオイル、マドレ・デ・カカオ (Madre de Cacao) エキスなどと石けん箱の裏に表記されていた。

ニンニクは抗菌作用、ユーカリもシトラスも虫よけ効果があると言われている。犬や猫への使用は避けなければならぬハーブがあるが、獣医の監修のもと製造とあったので安心して買った。ただ、マドレ・デ・カカオが何かわからなかった。

そこでインターネットで調べると、マドレ・デ・カカオの葉にはクマリンという芳香成分が含まれ、虫よけ効果があるとノーザン・フィリピン大学の先生が発表していた。クマリンは桜の葉にも含まれている成分で、桜餅に使われる葉の香りのもとらしい。

ピンク色の花をつけるマメ科のこの木は、実はフィリピンの歴史にも関わっている。スペイン統治時代、コーヒーの木を直射日光から守るため農園の周りに植えられて影を作るシャドーツリーとして、原産地のメキシコからフィリピンにやってきた。スペイン語でマドレ・デ・カカオは「カカオの母」を意味し、タガログ語では「カカワテ (Kakawate)」と呼ばれる (ウィキペディアより)。

マドレ・デ・カカオの実力は

しかしこのタガログ語の名前は、ネット上では「カカワテ」と「カワワテ (Kawawate)」という表記が混在している。どちらが正しいのだろうと会社のフィリピン人の同僚に聞くと「カカワテ」だという。そして、その葉のエキ스는昔から人の皮膚炎や皮膚のかゆみ、虫よけとして使われており、犬や猫にも使うと判明。ペットにはマドレ・デ・カカオの葉を刻んで布で絞ったエキスを皮膚に塗布したり、葉を10分ほど煮こん



購入したマドレ・デ・カカオ入りの石けん



マドレ・デ・カカオは、乾季に落葉し、同時に花を咲かせる。花の色はうすいラベンダー、ピンク、または白色。20〜40個の花が房となって咲く。マメ科の植物らしく、エンドウ豆のような小さな愛らしい形をしている。

だゆで汁を皮膚にスプレーするという。

さて、冒頭に紹介したマドレ・デ・カカオエキス入り石けんを我が家のシニア犬に3カ月ほど使ってみたが、そのノミ除け効果は私にはよくわからなかった。

フィリピン伝統のノミ除けに後ろ髪をひかれながらも、結局は飼い主の私が使っているシャンプーよりも高価な薬用シャンプーに落ちついた。(M)

Anti Flea Soap, Madre de Cacao

A few years ago, I bought a bar soap for my pet dog to protect from fleas. It was 80 pesos. The soap contains natural ingredients such as eucalyptus oil. I was curious to find an unfamiliar ingredient named Madre de Cacao and searched it online. Madre de Cacao was introduced to the Philippines during the Spanish colonial era to keep coffee trees from being exposed to direct sunlight. The name means mother of cacao in Spanish. It has been used as an insect repellent and remedy for skin problems in the Philippines. Using the soap for my dog for three months, I was not sure if it worked. Eventually, I bought an anti flea shampoo for my dog, which is much more expensive than the shampoo I use.



入浴中の犬。(イメージ写真)

ペットとの暮らしをより楽しく。

いざという時に役立つお店 & 施設

犬だって
誕生日には
ケーキを食べたい

Crémaria

誕生日に、飼い主のあなたがうれしそうにケーキを食べるのを見つめるペット。いつもの食事でもいいけれど、ペットだってケーキを食べてみたいと思っているかもしれません。そんなペットの願いをかなえるのが、クレマリアのペット用ケーキです。誕生日のお祝いやごほうびに、犬だってちゃんと食べて楽しめます。きっと今日は特別な日だと気付いてくれて、あなたの愛情も伝わるはず。クレマリアには各種アクセサリもそろっています。

Tel & Text : 0998-996-4218
BF Resort Village, Las Pinas City
営業時間: 月～土 11am - 5pm
(DTI Registered)



ペットケーキは450ペソ (6インチ) へ。ベストセラーはケーキ、マフィン、帽子などがセットになった「Pawty Majestic Package」(1230ペソ)。

設備充実、
獣医の対応可能。
安心のペットホテル

VIP Pet Hotel and Wellness Center

旅行や出張の時、信頼できるところにペットを預けたいと思うのは、飼い主共通の思い。清潔で空調完備のVIP (Vets in Practice) ペットホテルなら安心して預けることができます。万一の時には獣医師の対応も可能。客室はスタンダード、ケネルサイズ、遠隔で確認できる監視カメラ設置のスイートルームの3タイプ。首都圏マンドラーヨンのほか、BGCにもあります。

Tel: (02) 8470-7987
0915- 352-1587
63 Maysilo Circle cor. Boni Ave.
Mandaluyong City



宿泊料金は犬の大きさ、客室のタイプによって異なる。小型犬でスタンダードルームの場合375ペソ～(1泊)。猫は1日375ペソ～。

ペットを連れて フィリピンから日本へ行くには？



ペットも出入国手続きがあるの？ 飛行機には一緒に乗れるの？

犬、猫などのペットとフィリピンから日本に渡航するには動物検疫手続きが必要となります。両国政府機関からの必要書類の作成をはじめ、マイクロチップの装着、狂犬病ワクチン接種、狂犬病抗体値の検査、180日の係留期間などの条件を満たさなくてはなりません。また日本動物検疫所にペットと入国する40日前に事前連絡をする必要があります。ペットと安心して渡航するため、早めに検疫準備を行うことをお勧めします。

動物の出入国許可必要書類（輸出検疫証明書、健康証明書、輸入証明書など）のほか検疫手続きの詳細は、フィリピン農務省家畜産業局および日本農林水産省動物検疫所のウェブサイトを確認してください。



日本農林水産省動物検疫所
www.maff.go.jp/aqs



フィリピン農務省家畜産業局
www.bai.gov.ph/

動物病院のペット渡航サービス

煩雑な手続きを避けたい人や、仕事などでなかなか時間がとれない方のために必要な手続きを行う「ペット渡航サービス」を提供している動物病院もあります。金額は2万2千ペソ前後（2021年6月現在）。



「ペット渡航サービス」を提供している動物病院

- Animal House Veterinary Hospital (22 Jupiter, Makati City)
- Makati Dog and Cat Hospital (5426 Gen. Luna St. Cor, Algier St., Poblacion, Makati City)
- BSF (Beterinaryo sa Fort) Animal Clinic (1500 1st Ave., Taguig City)
- VIP (Vets In Practice) Animal Hospital (63 Maysilo Circle, Cor. Boni Ave., Mandaluyong)
- Hanna Pet Wellness Center ※日本語対応あり
(1266 P. Ocampo St., cor. G. del Pilar St., 756, Manila)

航空会社のペット搭乗サービス

多くの航空会社はペットの搭乗サービスを提供しており、運送のための条件を設けています。一般にペットは委託手荷物として預け、空調で温度や湿度を管理された専用の貨物室（バルクカーゴルーム）に搭乗します。



日本航空 (JAL)

預ってもらえない犬猫：

妊娠している。生後8週未満。呼吸器疾患がある。健康状態に問題がある。攻撃的。悪臭がある。

預ってもらえない短鼻犬種：ブルドック、フレンチブルドック

1匹の最大重量（ペットとケージ合計）：

45キロ（100ポンド）まで

運送方法：旅客機受託手荷物

料金：重量および容器のサイズから運賃を算出

ウェブサイト：

www.jal.co.jp/jp/ja/



全日空 (ANA)

預ってもらえない犬猫：

妊娠している。生後4カ月未満。心臓・呼吸器疾患がある。健康状態に問題がある。

預かってもらえない短鼻犬種（毎年5月1日～10月31日の夏季期間）：ブルドック、フレンチ・ブルドック、ボクサー、シーザー、ボストン・テリア、ブル・テリア、キングチャールズ・スパニエル、チベタン・スパニエル、ブリュッセル・グリフォン、チャウチャウ、バグ、チン、ペキニーズ。

1匹の最大重量（ペットとケージ合計）：45キロ（100ポンド）まで

運送方法：旅客機受託手荷物

料金：25000 円/ 250米ドル

ウェブサイト：www.ana.co.jp/



迷ったら直行！ ジャパントウンの和食7軒

ほっこりまったりと飲みたい居酒屋

102 Izakaya

入口に大きく書かれた「大阪」の文字が目印の102居酒屋。広い店内は木のテーブルにアットホームなぬくもりが感じられ、洒落たカウンターバーもあります。ライチサケティニーにサッポロビール、ハイボールを102スペシャル巻きやビーフ薄焼きを肴にグイッ。仕事帰りに1人で、休日は友人や家族とどうぞ。



しゃぶしゃぶ&焼肉ひとつ屋根の下

しゃぶ里 金舌ビュッフェ

Shaburi and Kintan Buffet

グループで楽しめる肉料理といえばしゃぶしゃぶに焼肉。しゃぶしゃぶの専門店「しゃぶ里」と、焼肉の専門店「金舌(キンタン)」が合体してジャパントウンに！「今日は肉！」と思い立ったら、まずここに。気分や予算に合わせて食べ放題のコースを選ぶのも◎。いろいろな和食も楽しめて満腹&満足。



自分好みで仕上げる豚骨ラーメン

三ツ矢堂拉麺食堂

Mitsuyado Ramen Shokudo

つけ麺で知られる「三ツ矢堂製麺」が手掛けるレストラン。まずはベースとなる豚骨ラーメンをホワイトオリジナル、ブラックガーリック、レッドスパイシー、グリーン抹茶から選んでから、チャーシュー、味玉、野菜などをトッピング。がっつり行くなら、かつ丼、えび天井、牛丼、鶏唐揚げ丼も。昭和レトロな店内の雰囲気も楽しんで！



ジャパニーズ・カレー、ココにあり！

CoCo 壱番屋

CoCo Ichibanya

世界に日本のカレーライスを広めているCoCo壱番屋。2015年にフィリピンに上陸してからの人気はご存知の通り。多彩なトッピングにオリジナルカレーソースの辛さを選んで、自分好みのカレーライスにアレンジできるのもココイチのお楽しみ。フィリピンのベストセラーは豚カツ野菜カレーと豚カツオムレツカレー。



左側！



ジャパントウンに入って左側に、CoCo壱番屋、三ツ矢堂拉麺食堂、しゃぶ里金舌ビュッフェ、102居酒屋

日本料理を食べたい！ ラーメン、カレーライス、寿司、いや、とんかつ、または焼肉か。鍋にもひかれる。定食もいい……。そんな時は、グロリエッタ2（マカティ市アヤラセンター）のジャパントウンにおまかせ。人気店7軒が集まるジャパントウンなら、ワンストップで、バラエティに富んだ料理がズバリ。その日の気分で一番食べたいメニューを選べます！



名古屋発、創業54年の和食

むさし丸 Musashi Maru

前菜にメイン一品料理の寿司、ラーメン、とんかつ、揚げ物、丼物、グループで楽しみたい鍋などなど、とにかくメニューの種類が豊富！ 落ち着いた雰囲気テーブル席で、幅広い本格日本料理を楽しめるのが、むさし丸のいいところ。フィリピン人の同僚や友人に日本料理を紹介したい時は、まずは定番の寿司、ラーメンがとんかつをおすすめ。名古屋で50年以上親しまれてきた和食をマニラで。



豚骨ラーメンのニューウェーブ

ラーメン凪 Ramen Nagi

凪がラーメンのニューウェーブとして煮干しラーメンとともに東京のラーメンシーンに登場したのが2006年。アジア地域では豚骨ラーメンをメインとし、マニラには2013年に進出。それからの快進撃はここで改めて書くまでもありません。オリジナル豚骨スープの豚王、ピリ辛から激辛まで選べる赤王、深い味わいの黒王、まろやかなグリーンの翠王と、見た目と味で楽しませてくれます。



お手頃価格のラーメンと定番和食

博多豚一 Hakata Ton-Ichi

お店に入ると迎えてくれるのは、漫画にインスパイアされたような、ユニークなアート。メニューを見ると、ラーメンの値段にさらに驚かされます。豚一ラーメン180ペソ、ブラック、味噌、レッドの各種ラーメンは220ペソとリーズナブル。餃子や唐揚げ、カレーや丼物もあり、ラーメンにとどまらない奥行きがあるお店なのです。



ジャパントウンへの行き方

グロリエッタ2から→エスカレーターで4階「Top of the Glo.」へ。ホリデーインホテルを正面に、右へ向かうとジャパントウン！

グロリエッタ4から→エスカレーターで4階（映画館フロア）へ。シネマ3そばの通路からルーフデッキへ。

ジャパントウンで撮影！ナビマニチャンネル動画↓



ジャパントウンに来たら「ゴジラの頭」といっしょに写真を撮りましょう！

右側！



ジャパントウンに入って右側へ行くと、博多豚一、ラーメン凪、むさし丸



navimani.ph

17

Amihan at Habagat

アミハンとハバガット

フィリピン語 アレ・コレ

みなさん、こんにちは！
Kumusta kayo? フィリピン気象庁 (PAGASA) が6月4日に今年2021年の雨季入りを宣言しました。やっと猛暑の時期が終わり、少しは涼しくなるかと思うとほっとしますが、またジメジメとした雨の季節が半年も続いて、あちこちで洪水が起きるのかと思うと、それはそれでうっとうしい気分になりますね。

フィリピンの季節を決める風

フィリピンの気候は、季節風(モンスーン)によって影響されます。南西季節風Habagat(ハバガット)と北東季節風Amihan(アミハン)のどちらが吹いているかで季節が変わります。

6月から11月にかけては南西季節風ハバガットが吹き、フィリピンの南西の赤道付近の海上から暖かく湿った空気が流れ込むため、フィリピンの西側で雨が降ります。これをtag-ulan(雨季)と呼びます。またこの時期は赤道付近の太平洋で水温が上昇するため低気圧が発生し、モンスーンのもたらす湿った空気を吸い込んで台風へと発達し、フィリピンや日本に大雨を降らせます。

北半球の冬にかけてアジア大陸の気温が下がってくると、そこで下降気流が発生し、その冷たい空気が日本を超えて南東の温かい太平洋側へ向かって流れ込みます。いわゆる西高東低の気圧配置です。その風は日本を超えたあたりから、アジア大陸のカーブに沿うような形で西へ向かって蛇行し、フィリピンの北東から南西へと流れ込みます。これが北東季節風アミハンです。この時期にはフィリピンの東側には雨が降りますが、西側は乾



(Photo: Judge floro CC0 1.0 from WikimediaCommons)

季(tagtuyo)となります。このようにフィリピンの西側は雨季と乾季が比較的はっきりと分かれた熱帯モンスーン気候ですが、ルソン島の東側からミンダナオにかけては、年中雨量が多く、アミハンの時期には若干雨量が減る程度なので熱帯雨林気候に分類されます。

季節風にまつわる2つの伝説

このアミハンとハバガットはフィリピンの伝説にも登場します。天を司る神Bathala(バツハラ)と海を司る神Aman Sinaya(アマン・シナヤ)はいつも争っていました。アマン・シナヤが嵐を天に送り込んだことにバツハラは怒って大きな岩を海に投げ込み、それがフィリピンの島々となりました。その様子を見た北東季節風アミハンは、鳥に姿を変えて天と海の間を飛び交い、2人を和解へと導きます。バツハラは和解の印として種を送り、その種から竹が生えます。竹の中から声がするのでアミハンがつつくと、2本の竹からそれぞれ最初の男性Malakas(マラカス=「強い」)と最初の女性Maganda(マガンダ=「美しい」)が産まれます。その後マラカスとマガンダは何千人という子孫を持ち、それが人類の祖先

となったというのがフィリピン版の天地創造伝説です。

また別の伝説では、天と雨を司る神ハバガットが、海を司り漁民を守る美しい女神アミハンに一目ぼれします。ハバガットはアミハンを勝ち取るため他の風を司る神々と競い勝利します。ハバガットはアミハンを天上の宮殿に招き入れ、それ以来2人で協力して風を支配するようになったという話です。

時に大雨の被害をもたらす季節風ですが、吹かなければ雨も降らず農作物も育ちません。フィリピンの人々は昔からこの季節風の変化から季節の移り変わりを感じ、農耕の時期を知り、恵みの雨に頼って暮らしてきました。自然に対する畏敬の念が、これらの伝説に反映されているといえるでしょう。

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。フィリピン人男性と1992年に結婚後マニラ在住。

Twitter:
フィリピン語ミニ講座
@FilipinoTrivia



**New
Hatchin**
Japanese Grocery



—生鮮食品が自慢
の日本食材店!—



Pâtisserie BÉBÉ ROUGE

MAKATI店

Tel: 8519-6567

8897-7202

8836-7276

携帯: 0917-560-7298 Globe

0918-965-2178 Smart

メール:sales@newhatchin.com

WHITE PLAINS店

Tel: 8586-7065

営業時間:

月~日 10am~9pm

New Hatchin Japanese Grocerant

CARTIMAR店

Tel: 8833-8905・8834-1384

Fax: 8834-1384

営業時間:

月~土 7am~5pm

日 7am~2pm

MABINI店

携帯: 0995-419-5607

営業時間:

月~日 10am~9pm

New Hatchin Japanese Grocery Makati



Japanese - Korean Grocery

てっぺん

日本・韓国総合食品



気さくな日本人が経営するお店です!

日本食材・韓国食材 品揃え豊富

電話: 8808-1140 携帯: 0917-5146814

FAX: 8843-2926 メール: Teppen.intl.philippines@gmail.com

Unit GG, Ground Floor, Marvin Plaza Bldg., 2153

Don Chino Roces Ave. corner Rufino, Makati City



マニラを要するマニラ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!



隠れスポット!

マニラ大聖堂のカフェ 「BELFRY CAFE」

クマイナカナ? たくせき (@takuseki57) です。

フィリピンの首都マニラには、まだあまり知られていないオシャレなスポットがたくさんあります。今回は有名観光スポットにあって、意外と日本人に知られていないオススメの教会カフェをご紹介します。

中世の街並みにたたずむ教会カフェ

今回ご紹介する教会カフェ「ベルフライ・カフェ」(BELFRY CAFE@the cathedral) は、マニラの有名観光スポット「イントラムロス」のマニラ大聖堂敷地内にあります。

歴史都市イントラムロス

フィリピンは約350年にわたってスペインによる統治が続いた歴史があります。その時代の



1600年代初期に完成し、スペイン統治の中心地として機能したイントラムロス。

名残が「イントラムロス」。スペイン語で「壁の内側」という意味が示す通り、軍事的理由から城壁に囲まれたエリアであり、当時の建造物が現存する歴史的な観光名所となっています。ユネスコ世界遺産にも指定されているフィリピン最古の石造教会サン・アグスティン教会や、マニラ大聖堂、サンチャゴ要塞などがあります。

マニラ大聖堂

そんな歴史地区イントラムロスにあって、シンボリックな存在の一つが「マニラ大聖堂」。フィリピンにあるすべての教会や大聖堂の「マザー(母親)」的位置づけの大聖堂です。

サン・アグスティン教会と同年1571年に創設され、第二次世界大戦で破壊されましたが、戦後1954~58年に再建されました。教会内には4500本のパイプを持つアジア最大級のパイプオルガンがあり、また、光に照らされて美しく映えるステンドグラスも見ることができます。

大きなベルがあるBELFRY CAFE

実は、現地在住の日本人やイントラムロスを訪れる旅行者にもあまり知られていないこのカフェ。フィリピン人の友人から聞いたのですが、なんとこのマニラ大聖堂の敷地内にあるんです……!

マニラ大聖堂の正面階段を上がって中に入る

フィリピンの保険ドットコム

各種保険のプロフェッショナルが必ず安い保険をお探しします。

毎年ローカル社員の医療保険料が値上がりし、お困りではありませんか? また、どうもローカルスタッフに任せておくには不安が? とお考えではありませんか?

当社にお任せください。すべて解決いたします。

従業員様医療保険、傷害死亡保険、工場保険、火災保険、自動車保険、船舶、船員保険、ボンド保険 等ありとあらゆる保険

下記はすべて無料にてご奉仕させていただきます

1. 同じ補償内容で現行より安価で安心な保険会社をお探しします。
2. 弊社スペシャリストを24時間対応で御社にお付けします。
3. 弊社担当者が保険クレーム処理をすべて代行いたします。

下記までお気軽にご相談ください

ジャパンデスク 担当: 大場

携帯: 0917-525-0050

Email: pphirooba@gmail.com

Web: www.trinity-insures.com

マカティ本社: 7504 Bagtikan St., San Antonio Village, Makati City Philippines 1203

Tel: +632-8810-1653

TRINITY
INSURANCE BROKERS

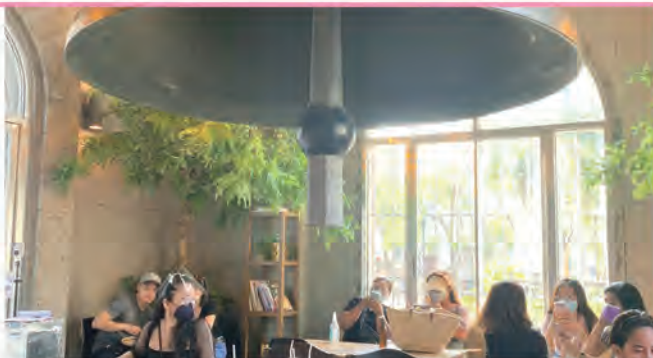
前の、左側に敷地内に抜ける道があります。そこを歩くと、すぐに石造の建物が見えます。その中に、オシャレな教会カフェが広がっています。

石造りのコンパクトな外観もオシャレでかわいくて人気の理由ですが、1番のポイントはカフェ内に大きなベル(鐘)があること。BELFRY = 鐘楼(しょうろう)の意味があります。教会内のカフェらしく、教会にちなんだベルがあるのがいいですよ^^ このベルの下で写真を撮るのがフィリピン人の間で人気があります。

カフェのメニューはシンプルで、コーヒーなどの飲み物や、パンやケーキなどの軽食もあります。

イントラムロスにはスターバックスコーヒーなどもあります。BELFRY CAFE@the cathedralでは教会カフェならではの趣が楽しめるのがいいですね。

イントラムロスには街歩きの際にゆったりと休めるところが少ないので、マニラ大聖堂を観



大きなベルが吊り下がる BELFRY CAFE。もちろんインスタ映えスポットです。



大きなベル。どんな鐘の音がするのでしょうか……。

光しつつ、この教会カフェでくつろぐのがオススメです。一度立ち寄ってみてはいかがでしょうか？



↑イントラムロス地区めぐりを動画で体験！

WALKER / WRITER



関口 拓大

2021 年も気づけば折り返しの時期が過ぎてしまいましたね。毎年思うのが、1 年って本当にあっという間……！ 長引くコロナ禍での制限生活ですが、先日取材に行ったエキゾチックアニマル店で出会ったイグアナのかわいらしさが忘れられません。以前は怖いと思っていたのに不思議。新たな自分が見つかりそうです(笑)

マニラブ代表。マニラ歴 4 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」

現地在住の 20 代・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



Hachi International Philippines, Inc.

ハチ・インターナショナル・フィリピン株式会社

Interpretation. Translation. Bilingual staff. Dispatch services
(Japanese, Filipino, and English)

For inquiries you can
reach us at:

8564 4473 / 8563 5337

0925 448 9881 / 0925 448 9861

Email us at:

hachi.international@gmail.com

Connect with us!



Hachi International Philippines, Inc.



Hachi International Phils., Inc.



[hachintlph](https://www.tiktok.com/@hachintlph)

オンラインで試験対策、留学体験 バギオ留学はハイブリッド型に進化中

留学に適した「まじめ」な街

バギオはリゾート地として名高いセブ島と並んで、フィリピンでの留学先として人気が高い。涼しい気候、治安の良さ、盛り場も少なくビーチも遠く、遊びに行くところがほとんどない「まじめ」な都市であることが、人気の理由の一つといえるだろう。

またバギオは人口40万人程度の中都市なのに、大学が6校もある文教都市で教育水準が高い。さらに、ルソン島各地やコーディリエラ山岳地域から就学や仕事での滞在者、移住者が多く、北ルソンの共通語のイロカノ語、国語のフィリピン語（タガログ語）と並んで、日常生活で英語を普通に話す人が多い。日本人を含む外国人にとっては、とて

も暮らしやすい街でもある。

このような環境がそろったバギオには外国人向けの英語学校も多い。生徒の多くは韓国人と日本人。近年はベトナム、台湾、中国、アラブ諸国などからの生徒も増えてきた。英語留学は、観光業と並んでバギオ経済を支えてきた産業といえる。

だが、コロナ禍により、多くの語学学校が海外からの新入生を受け入れることができずに休校や閉校に追い込まれた。

1年以上におよぶコロナ禍を生き延びてきた学校は、いかなる対策をしてきたのか。「パインズ・インターナショナル・アカデミー(PIA)」の日本人スタッフの河端健司氏と、留学エージェント「スクールウィズ」の太田

英基氏に話を聞いた。

英語学校のサバイバル

河端氏「PIAはもともとオンラインクラスを持っていたのが幸いしました。カリキュラム、講師、ITスタッフなどがそろっていたため、移行も比較的スムーズでした。しかしオンライン英会話自体はすでに多くあり、PIAは差別化を図るため海外留学や移住の際に必要なIELTS対策コースを開設しました。IELTSの需要増加と日本でもまだ珍しいコースであることから、生徒数は増え続けています」。

太田氏「オンラインでの『バーチャル留学』を始め、日本の中学、高校、大学に導入を提案してきました。英語の授業にとどまらず、国際交流と異文化理解のための工夫もしています。バーチャル・ツアーとして講師が市場、ジョリビー、ジブニーなどフィリピンらしいものを撮影した映像を使った授業も取り入れ、好評です。フィリピンの社会課題について英語でのディスカッションやプレゼンテーションも行いました」

ネット世代のバーチャル留学

太田氏は今年3月、通信制のN高でバーチャル留学を実施し、話題になった。私も太田氏からの誘いでN高の生徒向けに「コロナ禍バギオの現状」「何もなければ豊かなコーディリエラ山岳地方の先住民の暮らし」「環境NGOとしての20年の活動」「ソーシャル・エンタープライズを始めた理由」などをテーマにオンラインセミナーを行った。セミナーの後の生徒の感想に『目の前にある小さなことを気持ちよい方向に一步進める』という言葉が印象に残っています。考



パインズ・インターナショナル・アカデミーの河端氏（写真左端）と先生たち。昨年2月、コロナ禍前に撮影。



スクールウィズの太田氏（中央）とスタッフの方々。



パインズ・インターナショナル・アカデミーのオンラインクラスの様子

スクールウィズのバーチャル留学で講義をした著者(右)。山岳地方の棚田の村の旅気分も味わえるように工夫し、クイズも取り入れた。

えすぎて行動しないのではなく、まずは何か小さなことからやってみようと思います」とあり、こちらが伝えたいことが届いているのを知ってうれしくなった。

さて、コロナ禍が続く中、フィリピン留学にはどのような展望があるのだろうか。

河端氏「コロナ禍の中でオンラインレッスンの利点が理解できました。コロナ終息後は、対面とオンラインの融合型でより質の高い教育を提供できると思います。バギオの日常をSNSで投稿すると『懐かしい!』『早く戻りたい!』と帰国した留学生からの反応があ

り、元気をもらえます」。

太田氏「今も毎日のようにフィリピン留学の問い合わせが届きます。2022年春にはコロナ禍が終息することを願っていますが、確証はないので新サービスの開発と、バーチャル留学を一層充実させたい。例えば英語のプレゼンを上手にできたかよりも、まずは打席に立って経験する機会を提供したい。オンラインだからこそ、若い世代が気軽に挑戦できることがたくさんあると思います」

一刻も早いコロナ禍の終息とバギオに留学生の姿が戻ってく

ることを願うとともに、オフラインとオンラインを組み合わせた留学のハイブリッド・モデルの今後に注目したい。

反町 真理子

環境 NGO コーディリエラ・グリーン・ネットワーク代表
Kapi Tako Social Enterprise CEO
コーディリエラ・グリーン・ネットワーク (CGN) 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)



テンダーロインステーキ



リブアイステーキ



The Best Steak in town!

ウデンホース・ステーキハウスは、
厳しい基準をクリアした
認定アンガスビーフをはじめ、
さまざまなメニューをお楽しみいただける
アメリカ西部スタイルのレストランです。
クオリティの高いメニューと
行き届いたサービスで、
フィリピンで10年以上親しまれてきました。
皆様のご来店をお待ちしています。

Unit 2&3 Molito Commercial
Complex, Madrigal Business Park,
Alabang, Muntinlupa City

8659-7522 / 09274602495



QRコードから
メニューを
ご覧いただけます。

ジャックフルーツの 季節到来

この原稿を書いている5月末、セブは乾季から雨季へと変わる最中。セブでそんな季節の移り変わりを感じさせてくれるのが、道端の屋台で売られている巨大なジャックフルーツです。薄汚れた緑色の米俵のような形で大きいものは1メートル近くのもが縦に切られて売られています。スーパーマーケットでもパックされて並んでいます。

個人的には濃厚な黄色でベトベトとした手触りの、なんとも形容しがたい臭気を放つ完熟したものが大好きですが、未熟な時の風味も捨てがたいものがあります。タケノコとイモを合わせたような(?)食感と、クセのない食味はしっかり味付けしてこそおいしくなるようで、我が家ではスリランカ風のカレーに入れて楽しみます。中の種はゆでるとホクホクして栗のような味わいがあります。

ジャックフルーツはドリアン同様に日本人の間では好き嫌いははっきり分かりますね。ドリアンは食べられるけれど、ジャックフルーツはだめという人もいます。

インド圏の古代語の一つパーリ語で仏道修行のことをパラミツと言ひ、古来この単語がジャックフ



庭のジャックフルーツ。害虫除けの袋の中で生育中。大きな袋の中はラグビーボールよりひとまわり小さい大きさ。

ルーツを意味してきました。現在でもスリランカなどでは2000年以上前の名詞がそのまま受け継がれています。仏教に馴染みはなくても般若心経の一節「般若波羅蜜(ハンニヤハラミタ)」を耳にした方も多いと思います。仏教がインドから中国に伝わって漢訳され、パラミツが波羅蜜に転じたと古代仏教の研究者から聞いたことがあります。ジャックフルーツ

は果物、野菜の中でも重要視されていたのでしょう。

家の裏庭にジャックフルーツの木が1本そびえています。4月頃になると、幹から垂れた細い枝に果実が実ります。10センチくらいの小さいうちは虫害や真っ黒なカビが生えてしまうので、間引きして袋で包んで育てて、収穫は7月頃。さて、ちゃんと育てて食べることができるでしょうか。



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、常連の古も飽きさせません。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いいですね。

バニラッド店 Tel: (032)234-0788
Crossroads Mall, Banilad, Cebu City





【引越専用ホットライン(日本語)】(担当:山内・伊藤)

☎(02)8403-1106

☎(02)8837-3415

<http://www.nipponexpress.com/moving/ph/>

With Your Life **通** 日本通運

PUERTO GALERA OCEAN CLUB 海と太陽と笑顔の島

プエルトガレラの事
なら何でもお気軽に
お問い合わせ下さい

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



中深海釣り



Armada Hotel Manila is a contemporary deluxe hotel within the culturally rich Malate district of Manila, committed to provide consistently exemplary service while assuring value for money to both business and leisure travellers.

📍 2108 M.H. Del Pilar St. Malate, Manila ☎ (02) 8526 0888 / (02) 8559 9890 / 0917 595 8060
f ArmadaHotelManila



メガネには、実用性も、ファッションも期待したい。

眼鏡には視力を矯正したり、紫外線から目を守ったりといった役割があります。いざ眼鏡を選ぶ時にはそうした実用的なことだけでなく、やはり自分に似合った眼鏡を選びたいもの。日本でおなじみのOWNDAYS（オンデーズ）の眼鏡で、新しい自分に出会ってみませんか。

服のように、着替えて楽しむ ファッションアイテムとしての眼鏡

眼鏡一つで印象が変わる。印象を変えることができる——。オンデーズが提案するのは、毎日安心して使える実用的な機能と、スタイリッシュでファッション性を兼ね備えたアイテムとしての眼鏡。いろいろなデザイン、スタイルの服を季節や気分によって着替えて楽しむように、眼鏡だってファッションアイテムとして楽しんではいかげでしょうか。

オンデーズには、さまざまなライフスタイルに合わせて設計された高品質のフレームがそろっています。その数は1500種以上。メタルフレーム、セルフレーム、四角い形に丸い形、カラフルなものや落ち着いた色やデザイン、軽くて丈夫なフレーム、形状記憶フレームなど、自分の好みの眼鏡がきっと見つかります。気になるフレームがあればお店で試着。コラボレーションシリーズもそろい、今はあの「鬼滅の刃」デザインの眼鏡フレームとケースのセットも登場し、ファンから熱い視線を浴びています。



店舗には検眼医が常駐し、視力検査とともに最適なレンズ選びをサポート。その後レンズを加工し、引き渡しまでは最短で20分～30分。眼鏡を必要とされない方でも、フィリピンの強い日差し対策や、ビーチリゾートへ出かける時にはぜひ持って行きたいサングラスもそろえています。

日本、フィリピン、世界で選ばれる 品質、デザイン、価格設定

2002年に東京で生まれたオンデーズは日本全国をはじめ、世界12カ国、168店舗を展開し、年間200万本の眼鏡を販売しています。フィリピンには2015年に進出し、現在54店舗を展開しています。このように世界で多くの人に親しまれてきた理由には、眼鏡が高品質であることやファッション性のほかに、わかりやすい良心的な価格設定があります。例えば、フレームと超薄型マルチコートレンズを 1,990ペソ から6,990ペソの価格帯で提供し、度数の高さにかかわらず、追加料金はかかりません。

眼鏡を買い替えたい。そろそろ老眼が必要になってきた。気分転換に眼鏡を新調したい。眼鏡のことなら、オンデーズが期待に応えてくれます。



www.owndays.com



生徒募集中!

日本人の先生に習うフィリピン語

まにら新聞監修

フィリピン語Eラーニング タガログ語教室

フィリピン語を話せるようになってみたい、
習ったことがあるが文法を理解していないので暗記したことしか話せない、という方必見!
フィリピン語講師歴20年の澤田公伸先生が、文法から会話まで丁寧に指導します。

初級・中級クラス同時開講。全く初めての方も、以前習ったことがありさらにブラッシュアップしたい方も学んで頂けます。

授業形態

ZOOMを使ったオンライン授業

クラス開講日時

●初級クラス 只今開講中 毎週土曜午後4:00~5:30(比時間)

●中級クラス 只今開講中 毎週土曜午後1:30~3:00(比時間)

※毎週土曜日に1時間半の授業を行い、計16回の授業で1タームとします。

※入学ご希望の方は直接澤田までご連絡ください。

授業料

入会金1,000ペソ(2,200円)

月謝制4,800ペソ/月(10,500円)



講師紹介

澤田公伸 大阪府生まれ。旧大阪外国語大学(現大阪大学)フィリピン語専攻コース修士課程修了。同大学非常勤講師を経て、1996年からまにら新聞社で記者として働き始める。2000年ごろから新聞社付属カルチャーセンターでフィリピン語(タガログ語)講座を開講し、現在に至る。主な著書、翻訳書に「ゼロから話せるフィリピン語」(共著、三修社)、「ことたび・フィリピン語」(白水社)、「物語・マニラの歴史」(共訳、明石書店)、「戦争の思い出〜日本占領下で生き抜いたフィリピン少女の物語」(ヘレン・メンドーサ著、メディアランド)など

入会
問い合わせ

まにら新聞監修 フィリピン語Eラーニング タガログ語教室

講師・澤田 ☎ 0947-221-1755 sawada@manilashimbun.com

深田 rie.fukada@manilashimbun.com

「ナビマニラ」7月号読者アンケート ご協力お願いいたします。

「ナビマニラ」7月号をお読みいただきまして、ありがとうございます。
よりよい誌面制作のために、ご意見をお寄せください。下記QRコードから回答
いただけます。

読者アンケートフォーム
こちらから→



[Eメールでの回答の場合]

Q1. 「ナビマニラ」7月号(Vol.79) を入手された場所(店名等)を教えてください。購読されている「まにら新聞」といっしょに入手された方は「まにら新聞同封」と記入をお願いします。

Q2: 今号でおもしろかった記事を挙げてください。(複数回答可)

Q3: どんな企画内容の記事を読みたいですか。

Q4: 今月号の「ナビマニラ」について、率直な感想をお聞かせください。

上記質問の回答と①お名前 ②所在地 ③年齢(〇歳代 前/後半) ④性別 ⑤ご職業 ⑥Eメールアドレスを
記載のうえ、Eメールの件名を「ナビマニラ7月号アンケート」としてcontact@navimanilaph.com
までお送りください。

※お送りいただきました情報は誌面制作の参考としてのみ使用いたします。

日刊まにら新聞「ナビマニラ」編集部

マニラ女子 YouTuber が 食べて、食べて、また食べる 「食べ物系」動画 **10** 選

3月にスタートしたナビマニチャンネル。3カ月たって振り返ってみると、YouTubersが「色気より断然食い気」「腹が減ってはいいい動画も撮れぬ」とばかりに、いろいろおいしい店やメニューを紹介しています。そこで、配信中の「食べ物系」動画を集めてみました。舌なめずりして動画をご覧いただいた後、ぜひ実際に食べてお楽しみください。

思わず好吃！ 飲茶食べ放題!!

マニラで思いきり飲茶を楽しみたい！と思い立ち、やってきたのはニューワールドホテルの「ジャスミン」。アールデコ調のインテリアが印象的なこの中国料理店で、飲茶の食べ放題!! 小籠包、餃子、シュウマイ、テーブルに続々とやってくる垂涎の小皿料理をいただきます。これぞ幸せ。



地上60階でゴージャスなひと時

グランドハイアットにある「ザ・ピーク」は、その名の通りなんと地上60階にあるレストラン。BGCを一望し、豪華な料理と優雅なひと時を過ごした後、スタッフに案内されて向かったところ……。上には上が? YouTubersは「今度は特別な日に特別な人と来よう」と心に誓ったことは言うまでもありません。



応援したくなる老舗お好み焼き屋

マカティ市リトル東京にある老舗、お好み焼き神楽。ネギがこれでもか! と入ったお好み焼き「ネギネギ」やイカ焼きは、すでに在留邦人の間で知らない人はいないメニューといえるかも。大学を休学中でお店を切り盛りするジャンリュックさんに、コロナ禍の中でのレストラン経営についてのお話も聞きました。



BGCでウィスキーを傾けてみた

今世界的にも注目されているジャパニーズ・ウィスキーをズラリそろえているのが、BGCのウィスキーバー LITManila。カウンターでハイボールを絶品焼き鳥といっしょに楽しんで、至福のひとときを過ごしました。ひとり飲みできるバーを探していた方、女性の方でも気軽に立ち寄れるバーです。



Navi Mani Channel ナビマニチャンネル

YouTube 毎週日曜午後7時配信

おもしろい、楽しい、おいしい、明るいフィリピンお届けします!

チャンネル登録お願いします!



日本人御用達ホテルで本格和食

マカティ市リトル東京にあるヘラルドスイーツで、日本人御用達のホテルならではの安心とコロナ禍の今でも楽しめるホテル利用法を紹介。コカカフェでくつろいだ後は、日本料理のはつはな亭へ、牛丼、えびの天ぷら、かつ丼を楽しみ、エグゼクティブシェフの近藤さんにお話を聞くこともできました。



暑いからこそ、激辛料理に挑戦！

マニラの暑さを激辛料理で吹っ飛ばせと向かったのは、マカティ市アヤラセンター、グロリエッタ2にあるジャパンタウン。ゴジラの頭が鎮座し、人気日本料理店が集まるこのスポットで、むさし丸のやみつぎ鍋、ラーメン風のレッドキング、CoCo 壱番屋の辛さレベル10のカレーに挑みました！



居酒屋で女子会。創作料理に舌鼓

マニラ日本人コミュニティの人気店、居酒屋川崎でまったり女子会。定番の料理&創作メニューとおいしいお酒をいただきながら、ご主人の川崎さんとの会話も盛り上がりました。「マニラに本格居酒屋があつてよかった」と思い、「仕事帰りにサクッと、週末にのんびり立ち寄りしたい」としみじみ思ってしまう動画です。



カルティマールで朝食を

居酒屋川崎のご主人といっしょに、朝早くからカルティマール市場へ仕入れに出かけたYouTubers。シーフードに野菜、フルーツ売場を食材選びのプロとめぐって、普段の買い物にも役立ちそうな知識をゲット。仕入れの後は、ご主人おすすめの日本料理店おでんハウス (ODEN HOUSE) で朝ごはん。



注目の完全菜食料理にトライ！

肉がメインで野菜は脇役のイメージがあるフィリピン料理。しかし、フィリピン料理だってその気になれば、今話題の完全菜食、ビーガン (vegan) 料理にだってなれるんです。そして最近、実はマニラにはビーガン料理店が続々オープンしています。今こそ行きたいビーガン料理店3軒をレポート！



ありえない!? 変わったドーナツ

コロナ禍の中、寿司バイクにダルゴナコーヒーなどいろいろなフードトレンドが生まれたフィリピン。そしてユニークなドーナツも登場していました。ワサビ、キュウリ、ベーコン、ハバネロなどを使い、ドーナツの常識をくつがえすその名も「ウィアードウ (Weiredough) ! 創業者の経歴にもびっくり。





フィリピンの新築祝いは 血塗られた儀式!?

イロコス地方に住むフィリピン人の友人が家を建てた。日本やマニラほど建築費はかからないのかもしれないが、20代半ばの女性が両親と住むために家を建てたと聞いて驚かされた。間取りは2LDK、庭に野菜畑もある。現在は平屋だが将来は2階をつくりたいという。そんなレゴブロックみたいなことができるのか。

6月初旬に新築祝いが行われ、きょうだいや親戚、友達ら50人以上来たらしい。送られてきた写真の中に、横たえられた豚の写真があった。カトリック伝統の新築祝いの儀式で、生きた豚を殺してその血を家の周りの土地にまくのだという。地底に住む邪悪な霊に豚の血を捧げ、自分の家に災いをもたらさないようにするのだそうだ。

私が想像するに、そんな血塗られた光景は、もう凄惨な殺人事件現場である。司祭が家の壁に血で描いた十字架を知らない人が見たら、猟奇殺人犯が現場に残したメッセージである。セレモニーの後もし洗い流さないそうだ。

宴会メニューは豚尽くし

豚の血を得た邪悪な霊は気が済むかもしれないけれど、殺された豚の呪いや報いというのは怖くないのだろうか。日本人としては、新築祝いがこんなに血なまぐさくていいのかと思ってしまうのだが。

この豚は最後には丸焼き、レチョンパボイになったものと思っていたら、セレモニーの後の宴会用にさまざまなメニューになっていた。主なメニューを見ると、血も腸も頭も使われ、まさに豚尽くし。しかし、なぜかフィリピンで祝いの時に欠かせないといわれるレチョンパボイは含まれていない。確かに1頭の豚をレチョンパボイだけに使ってしまうよりは、いろいろなメニューを楽しみたい気持ちもわかる。宴会では、野菜料理のチャ



家の周りに聖水をまく司祭

プスイや魚、デザートなどは司祭だけに提供された。

〈主なメニュー〉

シング カルデレータ メヌード
ニラガ アドボ ディヌグアン
イガド (豚のレバーを使ったイロコス地方料理)
エンブティド (豚肉のミートローフ)
パンシット 4kg
チャブスイ ※司祭のみ
焼きマラガ (malaga、魚の種類) ※司祭のみ
レチェフラン ※司祭のみ

沖縄や中国では豚のあらゆる部位を食べ、食べないのは鳴き声だけと言われるが、これはフィリピンにもあてはまるようだ。ちなみに新築祝いの宴会は2日2晩続いたらしい。ソーシャルディスタンスを守って楽しんだと思われる。(T)



儀式と宴会に使われた豚は1万7千ペソ。



血の十字架

『ナビマニラ』マカティ市配布場所 (飲食店&食材店 / 抜粋)

Navi Manila Magazine Distribution Points in Makati Area (Restaurants and Groceries)

Around Makati Central Square

ヘラルドスイーツ/ はつはな亭
Herald Suites/Hatsu Hana Tei
2168 Chino Roces Ave., Makati City

てっぺん Teppen Grocery /
樹海 Yūkai Japanese Restaurant
Unit G, G/F Marvin Plaza Bldg.,
2153 Don Chino Roces Ave.,
Makati City

Subaru Square RestoBar
Lower G/F, MCS Fernando,
Makati Cinema Square,
Fernando St., Makati City

焼肉剣心 Yakiniku Kenshin MCS
G/F Makati Central Square,
Fernando St., Makati City

大阪満マル Osaka Manmaru
G-1 Makati Cinema Square,
Fernando St., Makati City

浪花屋 Naniwa-ya Japanese Restaurant
G/F The Beacon Makati, Don Chino Roces Ave. cor. A. Arnaiz Ave., Makati City

三田屋 Sandaya Makati
G/F Sunvar Plaza Bldg.,
Amorsolo St., Makati City

さくら焼肉 Sakura Yakiniku
G/F, Makati Cinema Square,
Amorsolo St., Makati City

うな吉 Unakichi
G/F, Makati Cinema Square,
Amorsolo St., Makati City

秋田屋 Akitaya MCS
Mezzanine 1, Makati Cinema Square,
Fernando St. cor. Don Chino Roces Ave., Makati City

剣心 Kenshin (Beacon Makati)
G/F The Beacon Makati, Don Chino Roces Ave. cor. A. Arnaiz Ave., Makati City

Little Tokyo

山崎 ラーメンハウス
Yamazaki Ramen House & Japanese Grocery
2277 Fernando St., cor. Pasong Tamo, Makati City

新宿ラーメン Shinjuku Ramen
2277 Chino Roces, Makati City

居酒屋きくふじ Izakaya Kikufuji
2277 Chino Roces, Makati City

お好み焼き神楽 Okonomiyaki Kagura
Unit 2, Little Tokyo, 2277 Don Chino Roces Ave., Makati City

華 Hana
Little Tokyo 2277 Don Chino Roces Ave., Pasong Tamo, Makati City

関取 Sekitori
Little Tokyo 2277 Don Chino Roces Ave., Pasong Tamo,

Makati City

焼肉A5徳 Yakiniku A5Toku
Little Tokyo, 2277 Don Chino Roces Ave., Pasong Tamo cor. Amorsolo St., Makati City

瀬里奈
Seryna Japanese Restaurant
Little Tokyo 2277 Don Chino Roces Ave., Pasong Tamo, Makati City

イセヤ Iseya Japanese Grocery
2277 Chino Roces Ave., Makati City

Creekside Makati

牛門 Gyumon
Makati Creekside Mall 2F, Amorsolo St., Makati City

漁火 Isaribi
RG-5 Creekside, Amorsolo St. cor. VA Ruffino St., Makati City

Arnaiz Ave. (former Pasay Road)

一心 Isshin
1024 Arnaiz Ave., Makati City

Chino Roces Ave. area

川崎 日本食居酒屋 Izakaya Kawasaki
7563 Santillan St., Makati City

Jupiter St.

神戸屋
Kobeya Japanese Foodmart
G/F Juno cor. Makati Ave., Bel-Air Village, Makati City

セイキョー Seikyo Japanese Grocery Store
Jupiter St., Bel-Air Village

三ツ矢堂製麺 Mitsuyado Sei-men
22 Jupiter St., Bel-Air Village, Makati City

新宿 Shinjuku
Unit 1B, Valdecon Bldg., 20 Jupiter St. cor. Antares St., Makati City

Rockwell Makati

鉄板大河内 Teppan Okochi Rockwell
2/F, Powerplant Mall, Rockwell, Makati City

Ooma Rockwell
1210 Rockwell, Makati City

一風堂 Ippudo Rockwell
2/F, Powerplant Mall, Rockwell, Makati City

但馬屋 Tajimaya Rockwell
G/F One Rockwell West Tower, Rockwell Center, Rockwell, Makati City

CoCo壱番屋 Coco Ichibanya Rockwell
G/F, One Rockwell, West Tower, Rockwell, Makati City

UCC Café Rockwell
G/F One Rockwell West Tower, Rockwell Center, Rockwell, Makati City

Nikkei Rockwell
111 Rada Street, Legaspi Village, Makati City

Zaifu Japanese Restaurant
Concourse Level, Powerplant Mall, Rockwell Center, Makati City

一康流福岡ラーメン Ikoryu Fukuoka Ramen
P1 Concourse Level, Powerplant Mall Rockwell Center, Makati City

Yabu Rockwell
LG/F, Power Plant Mall, Rockwell, Makati City

Yakal St. area

ニューハッチン New Hatchin Japanese Grocery
7602 Sacred Heart St. cor. Metropolitan Ave., San Antonio Village, Makati City

Santis Delicatessen / I'm Angus Casa Bianca
7431 Yakal St., San Antonio Village, Makati City

剣心 Kenshin
7431 Yakal St., San Antonio Village, Makati City

とんかつ屋 Tonkatsuya
L/G, Tower B, Palm Tower, Basement, Saint Paul, San Antonio Village, Makati City

Dela Rosa St. area

あらやラーメン & 寿司バー
Araya Ramen and Sushi Bar
Dela Rosa Parking1, Dela Rosa Access Rd.1, Dela Rosa St., Legaspi Village, Makati City

むさし丸
Washoku MusashiMaru Restaurant
408-409, Japan Town, 4/F Glorietta 2, Ayala Center, Makati City

味千ラーメン Ajisen Ramen
Plaza 100 Bldg., VA Rufino St., cor. Dela Rosa St., Legaspi Village, Makati City

南蛮亭 Nanbantei
G/F, F & M Lopez II Bldg., C. Palanca St., Legaspi Village, Makati City

Nikkei
111 Rada Street Legaspi Village, Makati City

先頃、取材でお世話になったBGCアップタウンモールの日本ブランドショップ「@Tokyo」についてツイッターでつぶやいたら、取り扱いブランドの一つ、眼鏡のオンデーズ担当の方からうれしいリブが♪
ちょうどオンデーズで眼鏡を新調し、まさに「メガネを変えましたー☆」と投稿しようとしていたタイミングでした。ちなみに眼鏡を受け取りに行った時に鬼滅の刃デザインの眼鏡を見つけ、我妻善逸メガネを試着したところ、なんとまあ普通におしゃれ。またつぶやくネタを見つけた次第です。(まーちゃん)

1年ほど前から家族とLINEをやっているのだが、これが実に楽しい。なぜもっと早く始めなかったのだろうかと後悔した。高齢の母のたどたどしいチャットメッセージ見るたびに懸命に打っている姿が思い出され、姉が送ってくるスタンプ絵柄に日本らしいカワイイを感じることができる。20年ほど前、ミクシィ(懐かしい!)を使いたくても海外在住者はアカウントを開設できなかったように思う。それが今のLINEはなんと簡単なことか。未来のアプリは、どう進化するのだろうか。そして20年後、私は使えるのだろうか……。 (M)

初めてフィリピンの土を踏み、隔離から解放されて1カ月。日本を発った時は意外にも、大学進学のため上京した時の気持ちが顔を出し、懐かしささえあった。挨拶もお金も違う「新しい生活」は、日常が非日常の冒険だ。早く慣れなければと思いつつ、今は気付くいろんなカケラも、いつの間にか日常になると取りこぼしてしまいそうで、慣れるのがもったいない気もする。だがこの気持ちも、知らない土地に來た時特有のものだと思うとうれしい。いつもフェイスシールドを忘れて部屋に取りに戻っていたことを懐かしく思える日が早く來ますように。(映帆)

前のフィリピンの職場では、働き始めて給料が支払われるまで6カ月かかった。つまり半年間無給の生活。4カ月経つと貯金の底が見え、最終的に食費を1日50ペソに抑える生活に入った。この時期、ご飯にタダでアドボなどの汁をかけてもらう「トッピング」、安い野菜系オカズを半分だけ買う「ハーフグーライ」など庶民の知恵を学んだ。そして水代をケチるために水道水を飲んでいると上司に言ったら、「マニラの水道水を飲んで大丈夫か?」と驚かれた。それ以降、一番の栄養源は上司の昼食のおすそ分けになった。(TOM)



すばる
SUBARU SQUARE
RestoBar

WE SERVE
THE BEST IN TOWN

Deviled Crispy Pata | Authentic Japan Ramen (s)
Freshly Made Gyoza and Takoyaki
“BTS” Bulalo Tayo sa Subaru
Barbeque ng Taga Subaru

CP Number: 0956-9718448
FB Page: Subaru Square Resto Bar
Lower Ground Flr. Makati Central Square
Fernando St., Brgy. Pio Del Pilar Makati City

低価格で日本米テイスト。 味の決め手は乳酸発酵!

DELICIOUS RICE OF JAPANESE QUALITY THAT YOU CAN TASTE AT AFFORDABLE PRICE



最近ちょっとカロリーが気になるあなた。カロリー 30% OFF のご飯です。

ONLY 65 ペソ!



植物性乳酸菌のバイオニアが比米で日本米の味わいを実現。フツーに美味しいご飯です。

ONLY 46 ペソ!

植物性乳酸菌による加工分野で、日本のトップシェアを誇ってきた、「バイオテックジャパン」。

植物性乳酸菌の発酵技術を用い、ご飯の保水性や旨味、香りを向上させました。さらにカロリーやたんぱく質を抑えるなど、特徴ある商品を提供しています。

使用しているのはフィリピン米ですが、JICA やフィルライス（フィリピン稲研究所）の協力を得て、もっとも加工適正が高いお米を厳選しています。

フィリピンでいつでも手軽に味わえる日本テイストのご飯。ぜひ、一度お試しください。

マニラ首都圏は無料配達いたします。

Shopee と Lazada でもご購入できます。

Shopee では 500 ペソ以上のご注文で無料配達。

◎取扱店：

Japanese Grocery stores：

1. Oishi PH – Quezon City
2. Akiwow Mart – Quezon City
3. Ooedo Mart – Quezon City
4. Octoboy – Quezon City

Other stores outside Quezon City：

1. Narita Japanese Mart.
– Caloocan City
2. Konichiwon Japanese Mart

BIOTECHJP

(0917) 849-9498 (Globe)

(0908) 814-6772 (Smart)

info@biotechjp.com.ph

<https://biotechjp.com.ph/>

EVERYDAY BACCARAT CLASSIC COLLECTION



Baccarat
*Beautiful gifts
in a red box*



Address: LG33 One Bonifacio High Street Mall, 28th Street, cor. 5th Ave, Taguig City

Tel: 0917 634 9084

Website: www.shop.lucerneluxe.com