



(マニラ編)

\*=====\*

01: マニラ発！ 今月のクローズアップ

\*=====\*

普段のお買い物＝プチ社会貢献！？  
人と地球にちょっといいこと。フェアトレード

普段身に着けるお洋服やアクセサリ、お財布・バッグ・エプロンなどの小物に、  
タオルやマッサージオイルなどの日用品、さらにはコーヒーや蜂蜜などの食品などなど。  
こんな身の回りのもの、みなさん“なんとなく”買っていませんか？  
日用品って快適に使いたいけど、品質が良いものは高いし、  
安物を買うとやっぱり品質は「・・・」、なのが痛い現実。  
しかし。  
これら身近な商品を、高品質ながら安く手に入れる“コツ”があるんです。  
しかも、それがちょっと「人と地球にいいこと」だったりする。  
そして、それが実は「プチ社会貢献」だったりもする。  
それが、フェアトレード。

【詳細はこちらから↓】  
<http://primer.ph/cms/archives/feature/2010/01/29235904.html>

\*=====\*

02: 今月のおすすめショップ & レストラン情報

\*=====\*

【モダンスパニッシュを味わえるお店 Gaudi(ガウディ)】  
おしゃれなレストランやお店が集まっているセンドラ。  
名前の通りスペインの天才建築家ガウディを意識した店内は、  
雰囲気があってお友達と一緒にうっとり。お料理はどれもスペイン式に  
ちょっと多めなので2～3人で来てシェアするとちょうどいいかな。

【詳細はこちらから↓】  
<http://primer.ph/cms/archives/eat/2010/01/26235927.html>

【マニラのおすすめレストラン一覧】  
<http://primer.ph/eat/index.html>

\*=====\*

03: おすすめ在住者ブログ

\*=====\*

★@フィリピン (sou さん)  
現在アテネオ大学に留学中の学生 sou さんのブログです。  
フィリピンでの日常を学生という視点で爽快地書き綴っています。

【ブログ情報はここから↓】  
<http://primer.ph/blog/index.html>

-----  
【PR】セブの情報なら[セブポット] デジタルマガジンもウェブから無料で読めます。  
旅行・ロングステイ・生活情報・語学留学まで  
お得な情報満載のセブポットウェブはこちらから！[www.cebupot.com](http://www.cebupot.com)  
-----

(セブ編)

\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*

01:セブ発！ 今月のクローズアップ

\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*

【Chinese New Year にちなんで台湾しゃぶしゃぶが今アツイ！！】

中華系の多く住むフィリピン、華僑の彼らにとっては旧正月の習慣はいまでもあります。Chinese New Year にちなんで？、ここセブで流行っている台湾しゃぶしゃぶをご紹介します！

セブ市内に2軒ある台湾しゃぶしゃぶのお店。何れも、夕食時にはお客さんでいっぱい！この台湾しゃぶしゃぶ、イカのすり身、ロブスターのすり身といった練り物中心に、野菜もたっぷり食べられます。お肉もまさに日本のしゃぶしゃぶと同じとあって、中国人をはじめ、日本人、韓国人にも大人気！チャイナロイヤルは、お鍋にチキンとビーフをベースにした2種類のスープがあり、好きなほうでしゃぶしゃぶ♪レッドハウスレストランは、酢・しょうゆ・香菜・ニンニク・チリなどのつけだれを自分で好みで作ることができます。たらふく食べても、次の日にはまた食べたくなるから不思議。野菜不足も解消できて、さらにお腹いっぱい食べてもとっても安いのも大人気の秘密でしょうか？

【台湾しゃぶしゃぶのお店情報はこちら】

レッドハウス

<http://www.cebupot.com/restaurant/redhouse>

チャイナロイヤル

<http://www.cebupot.com/restaurant/chinaroyale>

\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*

02:「行ってみたいな、あのお店」おすすめショップ&レストラン

\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*

【スポーツエクステンジ バー&グリル】

昨年年11月、セブシティでも若者や観光客が集まる人気スポット“マンゴー・スクエア”3階にセブ最大、約200坪のスポーツバーがオープンしました。180名収容可で、10台の大型テレビ(19チャンネルのスポーツ番組)、ビリヤードファンにはたまらない公式ゲーム用プールバーも完備されています。

飲み物もローカル&輸入ビールをはじめワインやカクテルも揃っています。また、ここの自慢は、こだわりのグリル・ステーキ料理。大勢の仲間と一緒に美味しい食事とスポーツ観戦が楽しめる、そんなバーの登場です。

国際色豊かな店内で、新しい出会いがあるかも！？

【セブ最大のスポーツバー、スポーツ EXCHANGE の詳細はこちら】

<http://www.cebupot.com/restaurant/sportsexchange>

\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*

03: 知って得する！？ 巷の話題

\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*-----\*

【セブのバレンタインデーはどう過ごす！？】

2月14日は、言わずと知れたバレンタインデー。日本では逆チョコなるものが新たなブーム！？

男性から女性へバレンタインデーにチョコレートを贈るんだとか。

さて、こちらセブでは、日本と違ってもともと男性が好きな女性に花束+ディナーを用意するのが一般的。

バレンタインデーでは、オシャレなレストランから庶民派レストランまで、町はどこもカップルで満員。

さてあなたは、どこで今年のバレンタインデーを過ごしますか？今年には ChineseNewYear と日にちが重なっているため、さらに町中は賑やかなことと思いますよ♪

