

新宿

SHINJUKU

신주쿠

Синдзюку

ஷிஞ்சூகு

શિનજુકુ

新宿

新宿区の
情報誌

SHINJUKU
+ plus

新宿プラス

vol.2

2015.SPRING-SUMMER

FREE



特集 / 新宿 ワンダフルワールド

発見!

新宿で 出会う「和」

with

草刈正雄



新宿区5エリア

MAP 付き

- 新宿駅周辺 ●四谷
- 神楽坂 ●落合
- 高田馬場 ●早稲田 ●大久保



ゆるりくつろぎの 四谷グルメ

家族でショッピング

新宿三丁目



特集

新宿 ワンダフルワールド

発見! 新宿で出会う

和



1920(大正9)年の創業以来、さまざまな染物を手掛けてきた工房。職人が作品を仕上げている様子は、見ている方も思わず息を呑む繊細さです。同じ工房内で、体験することができます。(要予約)



図案の作成から染色まで一貫して自社で行っています



着物や帯のほか着物の反物を使った染色雑貨なども販売



和を体験する

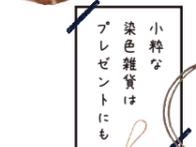
新宿区ミニ博物館に指定されています

二葉苑

落合エリア
新宿区上落合2-3-6
☎03-3368-8133
🕒11:00~17:00
📅日・月 →P.18 B-3

江戸染色の技法を受け継ぎ、伝統を守りながら新しい取り組みにも挑戦し続ける染色工房。訪れる方々に江戸染色に触れる機会を提供するほか、着物の反物を利用し、日本だけではなく海外にも目を向けた商品を展開しています。

がま口(小) 1,620円

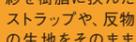


小粋な染色雑貨は、プレゼントにも

ストラップ 432円



ペンダント(小) 1,080円



江戸小紋や江戸更紗を樹脂に挟んだストラップや、反物の生地をそのまま生かしたがま口など、染物の新たな表現をかたちにした雑貨が多数

大都会が広がる新宿区は、実はたくさんの和の魅力があふれています。江戸時代からの伝統工芸や、おいしい和菓子や和食、お茶文化が、脈々と受け継がれているのです。俳優の草刈正雄さんと、新宿区の和を訪ねました。

新宿区で和って意外だな〜



東京染ものがたり博物館

高田馬場・早稲田・大久保エリア
新宿区西早稲田3-6-14
☎03-3987-0701 FAX 03-3980-2519
🕒10:00~12:00 13:00~16:00
📅土・日・祝(臨時休館あり) →P.16 C-1



丸ハケなどの道具や、扉や天井といった工房そのものが歴史を感じさせます

和を体験する

織密に彫られた小紋の型紙は、見入ってしまうほど。新宿の地場産業のひとつである江戸の技を受け継ぐ富田染工芸の5代目富田篤さん(写真左上)は、新宿ものづくりマイスター・技の名匠の第1号認定者です。

和を味わう

神楽坂 梅花亭

神楽坂エリア
新宿区神楽坂6-15
☎03-5228-0727
🕒10:00~20:00
📅不定休 →P.14 B-2



今年創業80周年を迎えた、神楽坂の和菓子店。店内にはさまざまな和菓子が並び、選ぶ楽しみをかき立てます。体に優しい和菓子を追求し、国産の素材を無添加で仕上げることにこだわっています。定番銘菓も季節の生菓子も一つひとつが繊細なおいさと評判です。

- ・鮎の天ぷら最中 1個 240円
- ・浮き雲 1個 230円
- ・神楽坂石畳 1個 210円



軽やかで上品な銘菓です

京都宇治産の抹茶をふんだんに使用したオリジナル抹茶洋菓子。抹茶の鮮やかな色と優しいほろ苦さ、ほど良い甘さは専門店ならではの



抹茶洋菓子詰合せ 2,376円

茶道の心得である「和敬の心」を説くべく、戦前に高田馬場に創業したお茶の専門店。全国から選りすぐりの日本茶を取り揃え、百貨店などで販売するほか、航空機でのサービスや宮内庁でも愛飲されています。また、新しい日本茶の楽しみ方としてお茶のスイーツも展開しています。



- ・「あいこく」 100g 540円
- ・「青山」 100g 648円
- ・「楽天」 100g 1,080円

お土産でかぐわしいテイータイム

愛国製茶

高田馬場・早稲田・大久保エリア
新宿区高田馬場4-12-7
☎03-3363-6611
🕒10:30~18:00
📅日・祝・第1、第3土 →P.16 A-1



和を味わう

小紋チーフ 5,184円



ストラップ 1,080円



普段使えて、新宿の和を土産に



型紙しおり 324円



体験で染めた作品は後日小裂か襦紗に仕上げてもらえます。写真は草刈さんが染めた生地の襦紗型付け体験(2,000円〜)



Masao Kusakari 草刈正雄さん

1970年、資生堂初の男性化粧品ブランドの広告でモデルデビュー。その後俳優として、ドラマ、映画、舞台など数々の作品に出演。2012年、2014年には舞台「日本の面影」で、新宿区と縁のある作家小泉八雲を好演した。現在、美術評論番組「美の壺」(NHK)に出演中。

和の庭園を歩く

甘泉園公園

高田馬場・早稲田・大久保エリア
新宿区西早稲田3-5
☎03-5273-3914
(新宿区 みどり土木部-みどり公園課 公園管理係)
③3~10月 7:00~19:00
11~2月 7:00~17:00
④無休 →P.16 C-1

元は徳川御三卿の清水家の屋敷であった回遊式庭園。池の周りの木々や季節の花が、都会に在ることを忘れさせます。池に湧く水がお茶に適していたことから、「甘泉園」の名が付いたそうです。つぼみが花を開く春、新緑の葉が茂る夏、季節の訪れを感じながらゆっくり歩いてみましょう。



「甘泉園」の名が付いたそうです。つぼみが花を開く春、新緑の葉が茂る夏、季節の訪れを感じながらゆっくり歩いてみましょう。

和の芸を見る

神楽坂をどり

神楽坂エリア
☎03-3260-3291
(東京神楽坂組合)
→P.14 B-2

神楽坂の芸妓が、芸事を披露する公演会。芸妓の美しい舞や唄を楽しむことができる、貴重な機会です。ぜひご覧ください。

- 日にち: 4月4日(土)
- 会場: 神楽坂劇場 (牛込笹塚区民ホール) 新宿区笹塚町15
- チケット: 4,000円 (全席指定)

前売券の購入、お問い合わせ

東京神楽坂組合 (見番) 事務所
☎03-3260-3291
(10:00~18:00受付、土・日・祝休み)

神楽坂をどりは新宿区の地域文化財に認定されています



和のいい雰囲気、好きです

和を体験する

益田屋

高田馬場・早稲田・大久保エリア
新宿区百人町2-17-11 ☎03-3362-3281
③11:00~18:00
④水 ※毎月、最終の水曜日は営業
→P.16 A-3

全国各地で選り抜いた茶道具を販売する、創業85年のお店。2つの茶室を完備し、さまざまな茶事を開催しています。和のコンシェルジュが出張し、イベントのお手伝いもします。椅子に座って抹茶をいただける立礼席も行われ、初心者の方も気軽に茶道を体験できます。また、ギャラリーでは、月ごとの入れ替えで一流の茶道具の展示を見ることができます。

茶道教室では、本格的に茶道の作法を学ぶこともできます



新宿区にはいろんな表情があるんだね



茶道具や和の小物なども種類豊富に取り扱っています



新宿 ワンダフルワールド 発見! 新宿で出会う

特選点心 5,400円(税込)



天然のいわしを丁寧に仕込んだ一品。リーズナブルなランチといえど、プロの技を惜しみなく駆使した絶品料理です
いわしの刺身定食 800円

和を味わう

新宿割烹 中嶋

新宿エリア
新宿区新宿3-32-5 日原ビルB1 ☎03-3356-4534
③ランチ 11:30~14:00 デイナー 17:30~22:00
④日・祝 →P.10 D-3

関西割烹を基本に、革新的な工夫を料理に施す割烹。現店主・中嶋貞治さんの祖父は、北大路魯山人が主宰した茶寮の初代料理長を務めた方。現店主は、魯山人創案の料理を継承しながらも、積極的に新しいアプローチや技の普及に取り組んでいます。ランチはいわし料理のみで、驚くほどリーズナブル。

夜はコースで料理を堪能できます。写真はかわいいのはぶて焼き



和の芸を見る

末廣亭

新宿エリア
新宿区新宿3-6-12 ☎03-3351-2974
③昼の部 12:00~16:30
夜の部 17:00~21:00
④12月30日~31日 →P.10 D-3

東京に残る4軒の落語定席のひとつが、新宿3丁目に。都内で唯一の木造建築の定席で、江戸時代に人々が熱中した寄席の風情を現在に伝えます。落語を中心に、漫才、曲芸といった各種演芸が、終始観客を沸かせます。



新宿区に息づく江戸の芸術に出会いました

体験して初めて分かる和の魅力

染物の制作現場を見たのは、今回訪れた東京染ものがたり博物館が初めて。新宿区に江戸時代の染色技法が残っていることに大変驚きました。

自分の目で制作過程を見て、職人の方にお話を聞くと、日本人が培ってきた技術の高さに改めて感じます。また、日本のものづくりについて、まだまだ知らないことが多いのにも気がきました。

工房では昔のままの技術を伝えるだけではなく、現代的な作品づくりにも挑戦していらっしゃいます。このスクーフは、江戸染色です。

70年代の歩行者天国

俳優としての私の原点は、新宿区にあります。当時四谷にあった制作プロダクションでカメラテストを受けたことが、モデルデビューのきっかけとなりました。

また新宿といえば歩行者天国です。1970年代の新宿は、今よりもっと人であふれていた。人々の雑多なエネルギーがうずまきようでした。そんななかで、歩いたり、ちょっと芝居をつけたりしながら撮影して、本当に大変でした。歩行者天国での撮影回数は、俳優のなかで私が一番多いんじゃないかな。

新宿区は、江戸時代の和の文化がいまだに息づき、そして新しいものを生み出し続ける、東京のカルチャーをけん引する街です。ぜひ、さまざまな場所に立ち寄っていただき、新宿区を楽しんでいただければと思います。





yotsuya gourmet
心をほどく
地階のバー
gaslight yotsuya

ガスライトが灯すような温かみある雰囲気なか、洗練された一杯を味わえる正統派バー。それもそのはず、オーナーはバーテンダーの世界大会で入賞経験もある名人。カクテルはもちろん、自家製フードもこだわり抜き、至極のバータイムでもてなします。

ガスライト四谷
新宿区四谷2-13-3 大和ビルB1F
☎03-3351-4392
●Lunch Time 11:30~14:30
Happy Hour 14:30~18:00
Bar Time 18:00~翌3:00 (土曜日は23:00まで)
◎日・祝 ☞P.12 C-3

- 特製コンビーフサンドイッチ 1,300円
- 自家製レーズンバター&生チョコレート 各900円
- フレッシュザクロのジャックローズ 1,500円
- ジントニック 1,300円



コンクール受賞作品も
オーナーOK

ゆるりくつろぎの 四谷グルメ

かつては花街、今は飲食 店がひしめき合う四谷から
絶品グルメを、肩ひじ張らずに
リラックスして楽しめるお店を紹介します

yotsuya gourmet
隠れ家で味わう
優しい定食
watashino kakurega



隠れ家ごはん 1,000円

居心地の良さに時が経つのも忘れてしまう、まさに隠れ家。コーヒーを愛する店主が淹れるオリジナルブレンドは格別です。また、惣菜が7品も並ぶ定食も、この店の人気メニュー。レトロな音楽をBGMに、体への優しさあふれる料理の品々をゆるりと味わいませんか？

高品質珈琲と名曲
私の隠れ家
新宿区荒木町6
ルミエール四谷2F
◎11:00~20:00
◎木・日 ☞P.12 C-2

117エラストすれば
音階で
名曲を聴けます



yotsuya gourmet
新鮮素材の
おいしさに喝采
kitchen doromamire



- 名物 農園15種生野菜盛り 750円
- どろまみれリゾット 750円
- マスターズドリーム 750円

どろまみれの大地で育った野菜や比内地鶏。その濃厚なおいしさを提供することに、とことんこだわる焼き鳥屋。野菜は農業を営む店主の実家から、比内地鶏は秋田から直接仕入れてます。素材の味を引き立てながらひと手間加えた料理は、どれもうなるおいしさ。



キッチンドロマミレ
新宿区荒木町20 ヤカタビル1F
☎03-6380-5544
◎平日17:00~翌1:00 土・祝17:00~23:00
◎日 ☞P.12 C-2

yotsuya gourmet
フレンチの
極上マリアージュ
tsuruya vino



お気に入りの
ワインに
きっと出会えます！



つるやvino
新宿区荒木町7-3
モンセラート四谷1F
☎03-5368-0307
◎18:00~翌2:00
◎日
☞P.12 C-2



ワインの輸入販売を行うフランス人オーナーが開いたビストロ。パリの店頭でも買えないような個性派ぞろいのワインと、本格ビストロ料理、その極上のマリアージュを気さくな雰囲気でも堪能するのが魅力です。子どももペットも大歓迎。誰もが思い思いに楽しめます。

- ・おまかせ前菜3種類の盛り合わせ 1,300円
- ・エスカルゴTSURUYAスタイル 800円
- ・鳩とフォアグラのパイ包み焼き 2,900円



yotsuya gourmet
食べ応え抜群の
ワンタン麺
shinasobaya kōya



雲呑麺 1,000円

四谷の代表的ラーメンとしても挙げられる、名物の雲呑麺。ツルツとしたのどごしのワンタンは、具がぎっしり。縮れ麺、メンマ、肉厚チャーシューとともになみなみと盛られ、圧倒的なボリュームです。一品料理をつまみに、居酒屋的にゆっくり楽しむこともできます。

支那そば屋 こうや
新宿区四谷1-23
☎03-3351-1756
◎11:30~22:30
◎日・月曜日が祝日の場合 ☞P.12 D-3



四谷舟町・荒木町のガイド本
『いまこそ行きたい! 荒木町』

四谷荒木町界隈の飲食店213店を紹介。MAPや特典もついた、画期的なまち歩きガイドブックです。定価1,500円 発行(株)H14



新宿plus読者の方30名様にプレゼント! 詳しくはP27へ

家族で「新宿3丁目」

ショッピング



家電とファッションを一緒に買い物

ビックロ
ビックカメラ新宿東口店
ユニクロ新宿東口店

新宿区新宿3-29-1 ビックカメラ: ☎03-3226-1111 ユニクロ: ☎03-5363-5741 ⑩10:00~22:00 ㊤なし →P.10 C-3

最新家電からパソコン、美容アイテムまで、
家族みんなが欲しかった電化製品がきっと見つかります。
ファッションも一緒に買い物できて便利。



大手デパートや複合型ファッションビル、家電量販店に大型ディスカウントストアなどがひしめき合う新宿は、思いっきりショッピングを楽しめる街。そんななかでも、東京メトロや都営地下鉄の駅がある新宿3丁目にフォーカスして、家族で楽しめるショッピングスポットをご紹介します。欲しいものが違って、みんなで一緒に出かけられるおすすめスポットです。



JR新宿駅130周年
2015年3月、JR新宿駅は開業130周年を迎えました。新宿駅は、1885(明治18)年3月に日本鉄道会社川線(現在の山手線の前身)の新宿停車場として開業。渋谷駅なども同じく130周年となります。

家族で
おしゃれを楽しもう

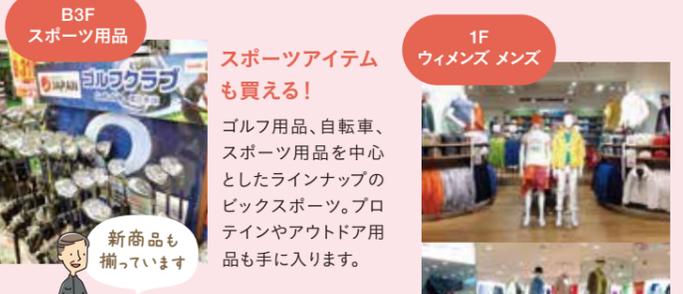
新宿マルイ本館

新宿区新宿3-30-13 ☎03-3354-0101 ⑩11:00~21:00
(日・祝は20:30まで)・猿カフェ/11:00~23:00
※2Fスターバックスコヒー、ファミマII、ハナフル/バラシューツ、
プラスメティは7:00~23:00 ㊤不定休 →P.10 D-3



カメラ用品が集結
カメラはもちろん、周辺アイテムも取り扱います。中古カメラや写真用品、写真の現像もこちらで。

ユニクロも広々展開
3フロアという広大なスペースは、ユニクロのなかでも最大級。おすすめ商品をずらり揃えています。



スポーツアイテムも買える!
ゴルフ用品、自転車、スポーツ用品を中心としたラインナップのビックスポーツ。プロテインやアウトドア用品も手に入ります。



最先端機器をチェック
パソコン売り場では、周辺機器を含めたパソコン関連商品をご紹介します。専門知識豊富なスタッフが常駐していますので気軽にご相談を。

話題のアイテムも充実
レディースもメンズも、話題のアイテムを充実した品揃えでご用意しています。フィッティングルームも完備しているので、ぜひご利用ください。

おすすめアイテム
茶道を手本に「挽く・沸かす・点てる」を1台に (シャープ) お茶プレッソ TE-G510A(調理家電)
毎日のケアで引き締まった肌へ導きます (MTG) Refa Carat PEC-L1706(美容家電)
愛犬目線で映像が撮れます (ソニー) HDR-AZ1(ウェアラブルカメラ) AKA-DM1(ドッグハーネス)



お気に入りの一足がきっと見つかる
ラクテンシリーズを始め、履き心地とオシャレにこだわった靴が盛り沢山

おしゃれで旬なアイテムが勢揃い
旬な雑貨や期間限定イベントもあり、来る度に新しい発見ができるかも

レディースを中心に、メンズアイテムも充実しているの、男女でショッピングを楽しめます。カジュアルからキレイめまで勢揃いです。

8F フォードットウォッチ
高い機能性と洗練されたデザインのブランド時計
(ハミルトン) 時計 ブラック 97,200円 シルバー 91,800円
オンもオフも使える
父 40代

8F バッグ売場(メンズ/レディース)
肩掛けできて持ち運びラクなトタイプ
使い勝手が良すぎる
叔父 30代

7F シューズ売場(メンズ/レディース)
大人っぽいグレーとネイビーは待望の再生産です
人気モデル速にゲット
次男 10代高校生

女性に嬉しいヘルシーランチ
体に優しい、野菜&果物たっぷりグルメを提供する2つのレストランが、隣り合ってオープン。
(プラスメティ) スープDELIセット 780円
(ハナフル/バラシューツ) スプラウト ベジタブルエッグサンド 780円
アサイベリー&ソイミルクスムージー 700円

2F グレースコンチネンタル・ザ・バンケット
花柄のセットアップと春夏に大活躍のサンダル
(グレースコンチネンタル・ザ・バンケット) トップス 22,680円 パンツ 20,520円 サンダル 41,040円
今年らしくドレスアップ
母 40代

6F ベイフロア
カジュアルで着回ししやすい西海岸テイスト
(ベイフロア) スカート 8,532円 シャツ 7,452円 パーカー 7,452円 7分袖Tシャツ 3,888円
デニムスカートが気に入る
娘 10代

6F セブデイズサンディ
肌触りが良く、汗ばむ季節にも気持ちいい
シャツ&パンツは天然コットン使用
長男 20代大学生
(セブデイズサンディ) ニット 5,389円 シャツ 6,469円 パンツ 6,469円

1F フルーツギャザリング
死海の塩でシルクのようなツルツル肌に!
(SABON) (左から) ボディスクラブ 5,500円 ボディローション 3,700円 シャワーオイル 3,400円
バスタイムで美肌に
叔母30代

伊勢丹新宿店

新宿区新宿3-14-1 ☎03-3352-1111 ⑩10:30~20:00 ㊤不定休 →P.10 D-3

「世界最高のファッションミュージアム」を目指して、洗練されたアイテムを揃える老舗デパート。ショッピングをサポートするサービスも充実。



最先端ファッションが集結
最も旬なレディースファッションを揃えた本館3階。エスカレーター周りの「パーク」では、随時期間限定イベントを開催。

店内の雰囲気もとってもおしゃれでワクワクするね

家具もファッションのように選ぼう
おしゃれで高品質の家具が揃う売り場。また、同じフロアにある枕コーナーでは、スリープコンサルタントが枕選びをサポートします。
おすすめアイテム (ロフター) 枕 38,880円

子どもと一緒におしゃれできる
大人顔負けの厳選したモードなファッションを中心に、子供もよりおしゃれに。新生児ではプライベートブランド(キセット)がおすすめ。
もちろん安心安全の品質
おすすめアイテム (キセット) 短肌着7色 各1,620円

親子カフェ「latte chano-mama」
大人も子供も一緒にシェアできる、旬の香りや質の高い栄養バランスの優れたお料理をご用意しました。http://chano-mama.com
大地のサラダ

今も未来も美しく健やかに
女性の美と健康をサポートするフロア。ナチュラルオーガニックのコスメや食品、さらにはアロマやフレグランス、書籍までもが揃います。
いきいきとした美を手に入れよう



新宿駅周辺

AROUND SHINJUKU STATION



駅情報
 JR 新宿駅 / JR 代々木駅 / JR 新大久保駅 / JR 大久保駅 / 京王線 新宿駅 / 京王線 新宿駅 / 小田急線 新宿駅 / 西武新宿線 西武新宿駅
 ● 新宿線 新宿駅 / 新宿線 新宿三丁目駅 / 大江戸線 新宿駅 / 大江戸線 都庁前駅 / 大江戸線 新宿西口駅 / 大江戸線 東新宿駅
 ● 丸ノ内線 新宿駅 / 丸ノ内線 西新宿駅 / 丸ノ内線 新宿三丁目駅 / 丸ノ内線 新宿御苑前駅 / 副都心線 東新宿駅 / 副都心線 新宿三丁目駅

新宿駅出発

おすすめ 散歩コース

徒歩 約35分
食事・休憩等除く

にぎやかな反面、レトロな一面も持つ新宿。歩いてみれば、新たな魅力を発見!

1 START JR・メトロ 新宿駅東南口

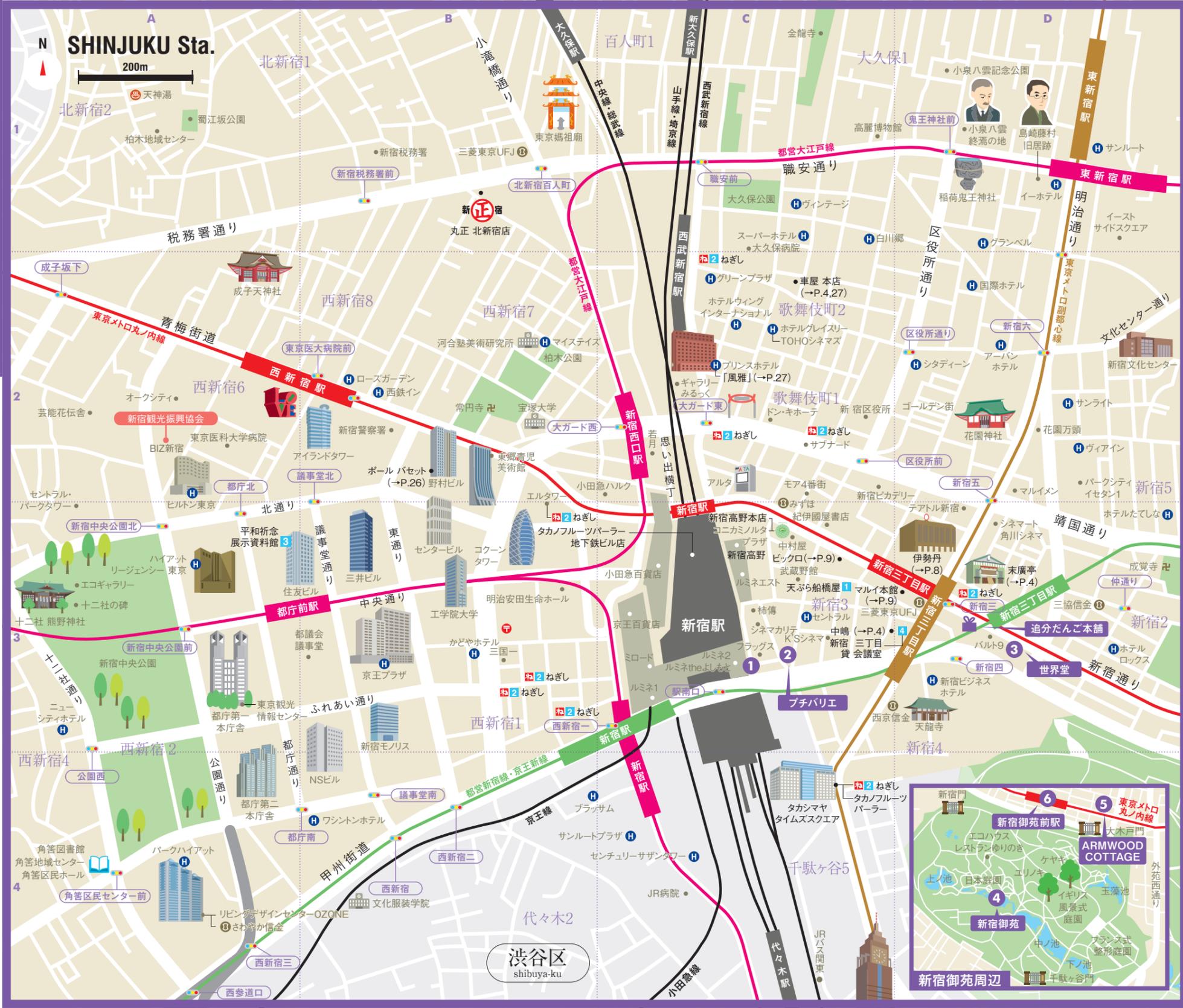
2 パチパリエでクレープ
 東南口を出てすぐ。ふわふわのクレープが人気です。
 いちごレアチーズケーキ 500円
 新宿区新宿3-36-2 キリンビル1F

3 世界堂でお買い物
 画材やおしゃれなステーションナリーがいっぱい。(新宿本店)
 新宿区新宿3-1-1 世界堂ビル1F-5F

4 新宿御苑でゆったり
 都会のオアシスでリラックス。庭園めぐりも楽しめます。
 ※酒類は持込禁止、遊具類は使用禁止
 新宿区内藤町11

5 ARMWOOD COTTAGEで食事
 新宿御苑前周辺にはレトロなカフェが。都会の喧嘩を離れてゆったりご飯。
 新宿区新宿1-10-5 2F
 アームウッド特製 豪快スベアリアップ ~ オレンジバルサミコのソース ~ 1,380円

6 GOAL 丸ノ内線 新宿御苑前駅



※ H グレイスリー、TOHOシネマズは平成27年4月OPEN ※ H ベストウェスタン新宿は平成27年4月シタディーンとしてモデル

創業百余年、旬の食材で揚げるこだわりの天ぷら

伝統技法「玉締めしぼり」の胡麻油で揚げる天ぷらは香ばしく、さっぱりとした上品な味が身上。揚げたての味は格別です。海老やホタテ、キスをはじめとした魚介、たらの芽、そら豆など、季節折々、旬の天ぷらの数々。江戸前風味と心意が衣の中に詰まっています。

ねぎし
 新宿区新宿3-28-14 (JR新宿駅中央東口より徒歩2分)
 TEL.03-3354-2751 営業時間 11:40~22:00
 定休日 無休 ※ランチタイムは日祝を除く15:00まで

「ねぎし」は新宿に9店舗お近くの「ねぎし」をどうぞご利用ください
<http://www.negishi.co.jp/>

牛たん とろろ 麦めし ねぎし

モバールサイトはこちら
 おいしい味づくりに楽しい街づくり

平和祈念展示資料館 (総務省委託)

さきの大戦での兵士、戦後強制抑留者、海外からの引揚者の労苦について理解を深めてもらうため、さまざまな実物資料などをわかりやすく展示しています。

<http://www.heiwakinen.jp/>
 新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビル48階 (都営大江戸線「都庁前」駅より徒歩1分)
 TEL.03-5323-8709 開館時間 9:30~17:30 入館無料

新宿三丁目貸会議室

www.shinjuku-kaigi.com/

〒160-0022 東京都新宿区新宿 3-32-10 T&Tビル4-5F
 東京メトロ丸の内線・副都心線 新宿三丁目駅
 都営新宿線 新宿三丁目駅 (A1・E9) 徒歩1分
 JR 新宿駅 東南口・中央東口徒歩3分 03-3354-2614

1時間 5000円~
 最大 108名様対応



四谷

YOTSUYA



駅情報 JR 四ツ谷駅 / JR 信濃町駅
 ● 新宿線 新宿三丁目駅 / 新宿線 曙橋駅 / 大江戸線 国立競技場駅
 ● 丸ノ内線 四ツ谷駅 / 丸ノ内線 四谷三丁目駅 / 丸ノ内線 新宿御苑前駅 / 南北線 四ツ谷駅

四谷三丁目駅出発

おすすめ 散歩コース

徒歩
約35分
食事・休憩等除く

歴史と文化を感じられる四谷で、風情たっぷりの公園めぐり

START 四谷三丁目駅

1 **Curry&Wine koume**
 女優・杉本彩さんが店主のカレー店。ヘルシーなカレーに舌鼓。
 新宿区荒木町7-3 モンセラート 四谷 1F
 こうめカレー 1,200円

2 **荒木公園で運動**
 風情たっぷりの荒木町を散歩。公園で軽くストレッチするのも爽快です。
 新宿区荒木町10

3 **三栄公園でひと休み**
 大きな遊具がある公園。ベンチで日向ぼっこもいいですね。
 新宿区三栄町24

4 **ぶらりと、新宿歴史博物館**
 江戸時代の新宿のジオラマや、懐かしい市電車両の模型にわくわく。新宿の歴史・文化を知るならココ!
 新宿区三栄町22
 常設展示観覧料：一般 300円 小・中学生 100円

5 **しんみち通りを散歩**
 昭和な雰囲気の飲食店街。和食からエスニックまでい〜い香り!
 新宿区四谷1-18 華ビル1F(仮店舗)

6 **坂本屋 看板商品のカステラは大定番**
 新宿区四谷1-18 華ビル1F(仮店舗)
 カステラ 一斤 1,100円

GOAL JR・メトロ 四ツ谷駅

Map showing walking route from Yotsuya 3-chome Station (四谷三丁目駅) through various districts including Yotsuya 1-4, Yotsuya 2, Yotsuya 3, Yotsuya 4, and Yotsuya 5. Landmarks include: 新宿歴史博物館 (Shinjuku History Museum), 荒木公園 (Araki Park), 三栄公園 (Sansei Park), 三栄通り (Sansei-dori), 坂本屋 (Sakamotoya), 佐藤美術館 (Sato Museum of Art), 民音音楽博物館 (Minon Music Museum), 聖徳記念絵画館 (Seitoku Memorial Picture Gallery), 神宮球場 (Kojima Stadium), 大日本印刷 (Dai Nippon Printing), 中央大学 (Chuo University), and 慶応義塾大学 (Keio University).

1 佐藤美術館
 美大の学生に奨学金を支給したり、若いアーティストたちへさまざまなサポートをおこなっている美術館です。展覧会も、若いアーティストたちの個展、グループ展や大学等の卒業制作展、研究発表などを主に開催します。また、ワークショップや美術講座などのイベントも逐次開催しています。
 新宿区大京町 31-10 TEL.03-3358-6021
 開館時間 10:00~17:00 (金曜~19:00)
 休館日 月曜日、年末年始、展示替え期間

2 民音音楽博物館
 世界でも数少ない音楽博物館の一つで、展示室では、古典ピアノやオルゴールの演奏をはじめ、民族楽器などを展示。企画展(期間限定)も開催しています。
<http://museum.min-on.or.jp/top.html> 新宿区信濃町8
 TEL.03-5362-3555 FAX.03-5362-3556
 開館時間 11:00~16:00 (平日・土曜) 10:00~17:00 (日曜・祝日)
 休館日 月曜日(月曜が祝日の場合は翌日休館)

3 HAPPY JAPAN CREATIVE OFFICE
<http://www.happyjapan.co.jp> 新宿区荒木町13番地301
 TEL.03-3291-5055 FAX.03-3291-5051

4 TOKYO CUISINE www.tokyo-cuisine.info
 赤豚DDX et Vin Naturel 東京キュージーヌ
 東京都新宿区新宿 1-19-8
 1-19-8, Shinjuku, Shinjuku-ku, Tokyo
 T.03-6380-4814
 Hors d'oeuvre 550yen~ Boisson 550yen~
 jour de la semaine 11:30-15:00 / 18:00-24:00
 dimanche/jour férié 11:30-23:00

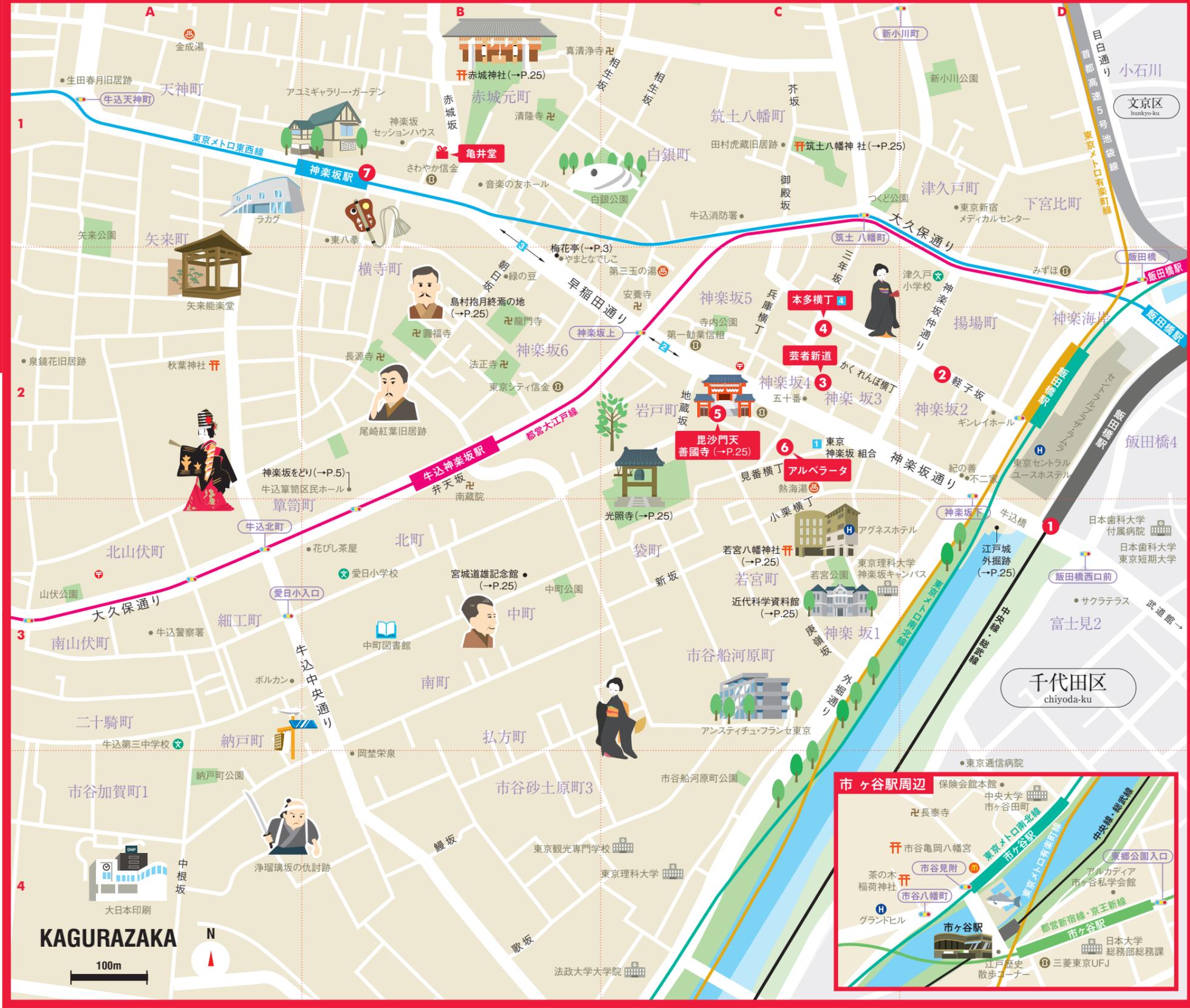


神楽坂

KAGURAZAKA



駅情報
 JR 飯田橋駅 / JR 市ヶ谷駅 / 京王新線 市ヶ谷駅
 大江戸線 牛込神楽坂駅 / 大江戸線 飯田橋駅 / 新宿線 市ヶ谷駅
 東西線 神楽坂駅 / 東西線 飯田橋駅 / 有楽町線 飯田橋駅 / 有楽町線 市ヶ谷駅 / 南北線 飯田橋駅 / 南北線 市ヶ谷駅



飯田橋駅出発
おすすめ 散歩コース
 古くからの情緒を残す神楽坂。まるで街中が公園!?

徒歩 約30分
 食事・休憩等除く

- START**
飯田橋駅
- 軽子坂を登る**
漱石の小説にも登場した坂
- 芸者新道を歩く**
風情ある石畳の小道
- 「神楽坂最大の横丁」本多横丁を散策**
約70軒の店舗が並ぶ大きな横丁。気になるお店がたくさん。
- 毘沙門天善國寺でお参り**
願い事を聞いてくれる仏様
- 神楽坂レストラン アルペラータでランチ**
お土産 神楽坂 亀井堂
新宿区神楽坂3-6鶴田ビル1F
ランチ 平日 1,944円〜 / 土日祝 3,240円〜
- GOAL**
メトロ 神楽坂駅

クリームパン 227円
 クリームがぎゅっしり

1 神楽坂の粋なおもてなし
 江戸城のお堀で仕切られたまちの坂を上ると、路地や石畳の雰田気のある花柳界があります。伝統を大切に、おもてなしの文化の灯をたやさない神楽坂の粋な世界を、お楽しみください。
東京神楽坂組合
 新宿区神楽坂3-6 TEL.03-3260-3291
 うを徳 千月 牧 幸本

2 粋なお江戸の坂のまち
 毘沙門天善國寺と坂道のケヤキ並木がランドマークの神楽坂通り商店会は、伝統的な花柳界とフランス料理店などモダンなお店に彩られた歴史ある商店街です。百年の歴史をもつ老舗から最新の人気店まで変化に富み、毎年7月には、阿波踊りとほおずき市を開催しています。
神楽坂通り商店会
 新宿区神楽坂3-2 ベスト神楽坂ビル6階
 TEL.&FAX.03-3268-2802

3 歴史と文化、伝統に満ちた街、神楽坂
 神楽坂商店街は地域活性化、地域貢献を展開し、安全、安心で買い物を楽しめる街づくりをしており、長い歴史、伝統を生かしてヒューマンスケールに溢れた街、是非来てください。
神楽坂商店街 振興組合
 新宿区神楽坂6-50 TEL.03-6804-7955

4 歴史のある、神楽坂最大の横丁
 神楽坂のほぼ真ん中に位置し「神楽坂最大の横丁」といわれる本多横丁は、飲食店を中心に約70店が加盟する活気あふれる商店街です。江戸中期から明治初期までは、武家の本多屋敷があったことから「本多修理屋敷横丁通り」と呼ばれ、歴史ある通りとして栄えてきました。
本多横丁商店会
 新宿区神楽坂3-1 TEL.03-3260-6389

高田馬場・早稲田・大久保

TAKADANOBABA/WASEDA/OKUBO

駅情報
 JR 高田馬場駅 / JR 新大久保駅 / JR 大久保駅 / 西武新宿線 高田馬場駅 / 西武新宿線 西武新宿駅 / 西武新宿線 下落合駅
 大江戸線 新宿西口駅 / 大江戸線 東新宿駅 / 大江戸線 若松河田駅 / 大江戸線 牛込柳町駅
 東西線 高田馬場駅 / 東西線 早稲田駅 / 副都心線 西早稲田駅 / 副都心線 東新宿駅
 都電荒川線 早稲田停留場 / 都電荒川線 面影橋停留場

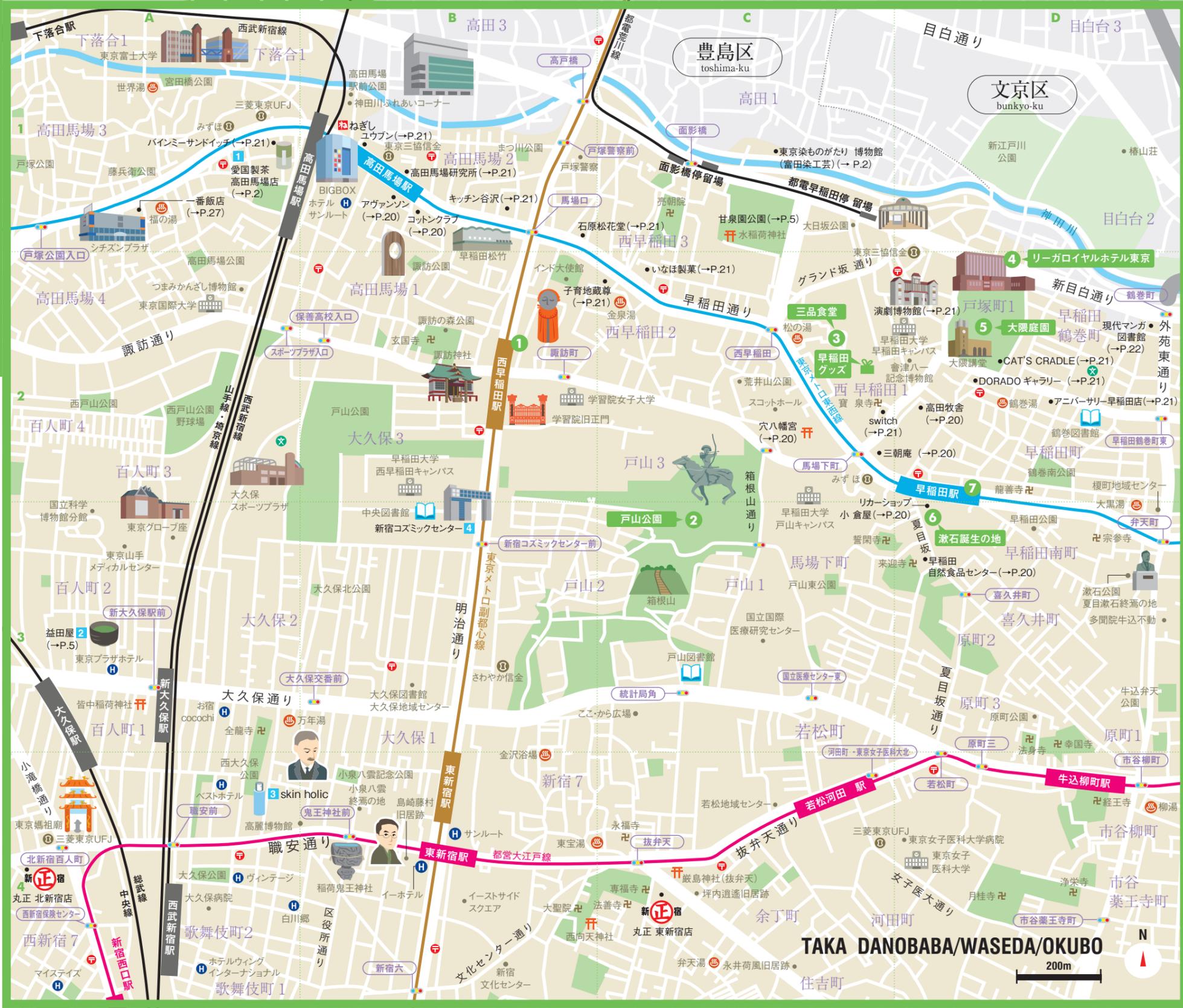
西早稲田駅出発

おすすめ 散歩コース

アカデミックな街と緑豊かな公園が調和する絶好の散策エリア

徒歩
約60分
食事・休憩等除く

- START** 西早稲田駅
- 戸山公園で山登り!!**
 眺めも最高
 新宿区戸山2-3丁目
 園内の箱根山は山手線内最高峰。なんと登頂証明書がもらえます。
- 三品食堂で老舗の味を堪能**
 これが名物・カツミックス
 新宿区西早稲田1-4-25
 カツミックス 820円
- リーガロイヤルホテル東京 ガーデンラウンジでお茶**
 新宿区戸塚町1-104-19
- 大隈庭園で休憩**
 芝生が広がる公園はのどかな雰囲気。
 新宿区西早稲田1-6-1
- 夏目漱石誕生の地**
 文豪が生まれた場所には今も石碑が残ります。
- GOAL** 早稲田駅



1 愛国製茶 高田馬場店
 創業以来、80余年にわたり、新宿 高田馬場の地で日本茶の販売を続けています。高田馬場店にしかない、元結(紙筒)でその場で詰めたオリジナルブレンドのお茶の販売や、抹茶やほうじ茶をふんだんに使った洋菓子も多種取り揃えています。
<http://www.aikoku-seicha.co.jp/>
 新宿区高田馬場4-12-7 TEL.&FAX.03-3363-6611
 営業時間 10:30~18:00 定休日 日曜日、祝日、第1・3土曜日

2 和のコンシェルジュが茶道の作法を伝授
 益田屋では、初心者のための茶事教室、点心懐石の会、茶事など、多彩な催し物を開催。茶道具、和小物等も販売しています。和のコンシェルジュが出張してイベント等のお手伝いを致します。お気軽にお問い合わせ下さい。
益田屋 創業85年
<http://www.masuda-ya.co.jp/> 新宿区百人町2-17-11
 TEL.03-3362-3281 (代表) FAX.03-3367-0948
 お問い合わせ (Eメール) kahoan@masuda-ya.co.jp
 営業時間 11:00~18:00 定休日 水曜日

3 韓国の美と健康をお届け
 韓流タウンのほぼ真ん中に位置する韓国コスメ専門店「skin holic (スキホルリック)」が、地域最大級の広さを誇る店内には話題の人気韓国コスメを豊富に取り揃えております。
skin holic (スキンホルリック)
<http://www.ehiroba.jp/skinholic>
 新宿区大久保1-12-15 TEL.03-5272-0909
 営業時間 10:00~20:00

4 新宿コスミックセンター
 スポーツやダンスだけでなく、会議や学習の場としても多目的にお使いいただけます。体育館、プール、弓道場、武道場、会議室、プラネタリウムなど充実した設備。個人、団体、お子様連れなど、どなたでも安心してご利用いただけます。1回400円のスポーツプログラムも開催しています。
 新宿区大久保3-1-2 TEL.03-3232-7701
 開館 9:00~22:00 休館日 第2月曜日、年末年始ほか
 公益財団法人 新宿未来創造財団



落合

OCHIAI



駅情報 JR 高田馬場駅 / 西武新宿線 高田馬場駅 / 西武新宿線 下落合駅 / 西武新宿線 中井駅 / 西武池袋線 椎名町駅
 大江戸線 落合南長崎駅 / 大江戸線 中井駅
 東西線 落合駅 / 東西線 高田馬場駅

下落合駅出発

おすすめ 散歩コース

徒歩 約50分
 食事・休憩等除く

花の豊かな文化の街には、四季を感じる公園がたくさん

START

1 西武新宿線 下落合駅

2 下落合野鳥の森公園でバードウォッチング気分

木々に囲まれた公園は歩くにもオススメ。
 さえずりを聞いてみて!

新宿区下落合4-8

3 新宿区立中村森アトリエ記念館

大正の洋画家をしのぶ記念館。館内も外の景色もアートな雰囲気です。

新宿区下落合3-5-7

4 おとめ山公園で森林浴

音の地形を再現

新宿区下落合2-10

5 ボノボノでお食事

一番人気のメロンパン!

メロンパン 160円

ズワイガニのカルボナーラ 1,200円

新宿区上落合1-16-2 クレヨン落合1F

GOAL 西武新宿線 下落合駅



1 中井駅前で30年、やすらぎと活力を!

一杯のコーヒーから、安らぎと活力を与えられるような心をこめた本当に美味しいコーヒーを提供しています。

カフェ コロラド 中井駅前店

新宿区中落合1-20-15 TEL.03-3371-8607
 営業時間 7:30~20:00 定休日 年中無休

2 本場紀州南高梅の梅干を! 都内でも希な梅干専門店

創業昭和32年。有名ホテルや百貨店、料亭等でしか味わえなかった本物の紀州・南高梅を、試食しながら納得してお買い求めいただけます。是非お立ち寄りください。

紀州梅干専門店 味覚庵

http://www.mikakuan.com/
 新宿区中井1-1-10 TEL.0120-60-2340
 営業時間 9:00~19:00 定休日 日曜・祝日

3 夢のNゲージワールドがあなたをお待ちしています

Made in Japanの鉄道模型メーカー“KATO”のショールームです。鉄道模型の展示・販売を行っております。落合南長崎駅より徒歩5分、本物の赤い電車が目印です。

ホビーセンターカトー東京店

http://www.katomodels.com/hobbycenter/
 新宿区西落合1-24-10 TEL.03-3954-2171
 営業時間 平日11:00~20:00/土日祝10:00~19:00
 定休日 年末年始を除く年中無休 入場無料

4 新宿から少し離れた落ち着いた大人の隠れ宿

数寄屋造りの瀟洒な和室。畳みの生活から遠ざかりつつある都会の生活の中で、くつろぎ・ゆとり・静けさを満たした空間で心休まるひと時を。「雅」上質な時と心地良い空間、癒しの時をお届けします。「宿」ご宿泊はもちろん、デイユースなど様々なプランをとり揃えています。※当館は1名様から3名様のご利用が可能です。

雅宿竹峰 (みやびやどたけみね)

http://www.takemine.jp
 新宿区中落合1-1-3 TEL.03-3953-1234

編集部おすすめ
散歩コース
**高田馬場
早稲田**
TAKADANOBABA
WASEDA



約 5,000円 で 高田馬場 早稲田を 歩こう!

個性の違う編集部3人が、
予算を決めて気になる街を歩きます。
今回は、伝統が息づく学生の街、高田馬場と早稲田へ。
3人はどんな散歩をするのかな？

散策に気持ちのいい季節になったなあ

おいしいものをリサーチしに歩くよ

ルートは決めずに気の向くままに歩こう

制作部長
43歳

編集デスク
32歳

編集アシスタント
23歳

雑誌の編集を通じて、いろんな街について詳しいベテラン編集者。仕事終わりの晩酌が楽しみ。

テキパキ働くまじめさん。趣味は読書と和雑貨集めだが、最近はおいしいスイーツが目がない。

元気がいいの新人編集者。可愛いものが大好きで、好奇心旺盛。休日は都内の猫カフェめぐりへ。



START 早稲田駅から散策開始

1 老舗酒屋にふらり立ち寄る
早稲田駅出てすぐの酒屋に立ち寄る。ここは、江戸時代から営業している老舗店。今日の晩酌は地ビールで決定だ。

2 屋食は「元祖」の店で
カレー南蛮発祥の店で腹ごしらえ。マイルドな辛さのカレーを、そばに絡めていただく。ちなみに、カツ丼もこの店発祥と言われている。

3 家族の喜び顔が目に見え
つくっているのは、ぜんざい最中のみ。そのまま食べるのがおすすめとか。お湯を注いでぜんざいにしても食べられる。

4 そろそろ一杯いきたいなあ
地酒と料理の研究がコンセプトの居酒屋へ。岐阜県の地酒をいただきながら、人気の鹿肉のステーキを食す。これは合う！

5 駅周辺で手巻きタバコを発見
手巻きタバコを取り扱う店を発見。店の人に相談しながら、初挑戦してみよう。これで俺もダンディ度アップだ。

6 絶品サンドをいただきます
ベトナムのサンドイッチ・パインミーを買い食い。色んな具と一緒に食べるおいしさに感動！また来よう。

個性の違う3人が、発見の多い1日だった！

この散歩コースで使った全額 **4,850円**

海老とアボカドサンド 550円

パッケージが、いい雰囲気

地域文化財認定のお地蔵さんにお参り

古書店街を巡って、高田馬場駅の方へ

金銀触通・轟封じのご利益がある神社で、しっかりお参り

三朝庵 新宿区馬場下町62 ☎03-3203-6218 →P16 C-2

リカーショップ小倉屋 新宿区馬場下町3 ☎03-3203-6660 →P16 D-3

早稲田ビール 390円

カレー南蛮 780円

早稲田駅

高田馬場

早稲田

六八幡宮 新宿区西早稲田2-1-11 →P16 C-2

いなほ製菓 新宿区西早稲田3-15-5 ☎03-3203-2280 →P16 C-2

高田馬場研究所 新宿区高田馬場2-14-7 新東ビルB1F ☎03-6457-6787 →P16 B-1

ユウパン 新宿区高田馬場2-17-6 ☎03-3209-2666 →P16 B-1

BaliShag 730円

地酒「射美」1杯 700円

鹿肉のステーキ 800円

子育地蔵尊 新宿区西早稲田2丁目 →P16 C-2

ぜんざい最中 (5個箱入り) 900円

START 最近ハマっているスイーツ散策にGO

1 ケーキ屋さんで最速スイーツ二つ目
高田馬場駅のそばにある、ケーキやパンのお店。おいしいそうなマカロンをゲット。

2 とりあえずお茶
のどが潤いたので、開放感ある広々カフェでひと休み。ついつい、ケーキセットにしちゃった。

3 お肉大好き！がつつり洋食ランチ
手づくりこだわりのアットホームな洋食屋さんへ。牛肉100%の手ごねハンバーグをバクリ！幸せ！

4 レトロな軒先で東京土産を購入
レトロな店のショーケースをのぞいてみると、昔ながらの東京土産だという和菓子が。お母さんと一緒に食べよう。

5 大人かわいい雑貨屋さん
早稲田駅近くまで来たところで、おしゃれな雑貨屋さんへ。普段使いできそうなアイテムを選びました。

古書店街で探し振り出し物

インスピレーションの宝庫です

自家製ドルチェセット 748円

マカロン 300円

チーズハンバーグ (ライス、みそ汁付) 900円

人形焼 16個入 1,610円

ローズンボトル 1,404円

スイーツを堪能しつつ、のんびり歩いて楽しかった！

この散歩コースで使った全額 **4,962円**

Cafe Cotton Club 高田馬場 新宿区高田馬場1-17-14 SOUNDS BLDG. ☎03-3207-3369 →P16 B-1

AVANÇONS (アヴァンソン) 新宿区高田馬場1-25-30 ☎03-3205-9181 →P16 B-1

キッチン谷沢 新宿区高田馬場2-2-15 ☎03-3208-7610 →P16 B-1

石原松花堂 新宿区西早稲田3-21-2 ☎03-3202-4909 →P16 B-1

switch 新宿区西早稲田1-1-14 川崎ビル1F ☎03-3202-2606 →P16 C-2

START 早稲田大学周辺を探検です

1 自然派アイテムどれがいいかな？
早稲田駅から夏目坂へ進んだところにある自然派ショップ。たぐさんのアイテムから、気になるものをお買い物。

2 洋食の名店でランチタイム
上司に「早稲田で食べるとしたら」と教えてもらった、1905年創業の洋食屋さん。濃厚なコクのハヤシライス、じっくり味わいました。

3 アートに触れて知的気分アップ
企画展を開催しているギャラリー。併設のショップでは、アートな雑貨がたくさん。目が離せなくなっちゃった。ミニタコちを買っちゃった！

4 気の向くままにぶらぶら散歩
大学って独特の雰囲気があっていい感じ。学生に戻った気分でお散歩。

5 猫が目印のカフェで休憩
店内の棚には、旅行本や写真集などがぎっしり。一冊を手に取り、おいしいケーキとコーヒーでしばし読書タイム。

6 絵本から抜け出したようなケーキ屋さん
かわいいお店で早稲田ならではのケーキを買って、散策終了です。

早稲田大学 演劇博物館 新宿区西早稲田1-6-1 →P16 D-2

高田牧舎 新宿区戸塚町1-101 ☎03-3202-2376 →P16 D-2

早稲田自然食品センター 新宿区喜久井町51 文理会館ビル ☎03-3202-9611 →P16 D-3

高田教会 新宿区戸塚町1-101 ☎03-3202-2376 →P16 D-2

ハヤシライスセット 1,100円

ミニタコち 各500円

奈良県産 あすカルビーのいちごジャム 680円

アレッポの石鯿 540円

早稲田大学 周辺を探検です

山手線・埼京線

高田馬場・早稲田MAP

早稲田大学 周辺を探検です

この散歩コースで使った全額 **5,150円**

老舗あり、アートありの早稲田は魅力満点

おすすめてはソファ一席

16世紀のイギリスの劇場を模した「エンバク」

早稲田大学といえは 大隈記念講堂

アニバーサリー 早稲田店 新宿区早稲田鶴巻町519 石垣ビル1F ☎03-5272-8431 →P16 D-2

CAT'S CRADLE 新宿区早稲田鶴巻町538 ☎03-3205-4356 →P16 D-2

ケーキセット (胡桃とラムレーズンのパウンドケーキ) 750円

早稲田ロール 1,000円 (税抜)

↓ 手塚治虫の壁画 高田馬場駅(新宿区高田馬場1丁目) P.16 B-2



人気キャラクターと新宿の街と一緒に

早稲田通りのJRと西武新宿線ガード下に設置された手塚作品キャラクターの壁画。鉄腕アトム、ジャングル大帝、ピッグX...に混じって、よく見ると新宿の名所や偉人も描かれている。

ぜひ、ごらんください

手塚治虫の壁画で気分を高めたらマンガ図書館に行こう!

ロン。60年余り続くこの店、吹きぬけ式の画廊のような建物自体、アートなムードが漂っている。ちなみに「ロン」の意は麻雀ではなく、LAWN(芝生)が由来だ。



ネルドリップで淹れたコーヒーと、厚めの玉子サンドイッチ



新宿区四谷1-2 ロンビル1F-2F
☎03-3341-1091
🕒7:30~22:00
📅土・日・祝 P.12 D-3

← 最後は四谷の喫茶店へ
珈琲・ロン

1954年、現在の場所の対面で開店した老舗喫茶。画廊あるいは教会を思わせるモダンなコンクリートの建物が、上智大学やキリスト教関係の書店が並ぶ四ツ谷駅前の街並みになじんでいる。

おもちゃ美術館で手に入れたぬくもりあるお土産



けん玉人形 1,512円
投こま 310円

コアなマンガで子供時代にタイムスリップ
マンガ関係の蔵書は約18万点に及ぶ。当日は1960年代の古い作品を観覧したが、保存状態がとても良いのにも感心した。ただし、70年以前の本は会員(年会費6,000円)にならないと閲覧できない。

店内には手塚治虫のサインが飾られている



新宿区早稲田鶴巻町565ビルデンスナイキ2F ☎03-3203-6523
🕒12:00~19:00 ①一般 300円 中学生以下 200円 閲覧料 1冊につき100円
📅火・金/年末年始 P.16 D-2

に張り出されているのだが、え?と思うようなコアな漫画がいくつも掲げられている。受付に置かれた手書きのぶ厚い索引帳をめぐって、僕も思い出深い漫画のコミックスや漫画誌を探してもらうことにした。(別フロアに約18万点の蔵書を収納したスゴイ書庫がある)。

1964年頃の月刊誌「少年」、65年頃の「少年サンデー」「少年キング」、赤塚不二夫の「まかせて長太」に閉谷ひさしの「ストップにちゃん」...思い出の漫画誌をめぐりつつ、しばしば半世紀前の子供時代がタイムスリップ。当時の雑誌には漫画家先生の住所が奔放に載っていたりする。「おそ松くん」のページに赤塚不二夫氏の西大久保の住所を見つけたが、新宿区は落合地区をはじめ、漫画家が多く暮らす地域でもあった。

さて、今回くつろぐカフェは四ツ谷駅西口の喫茶「ロン」。60年余り続くこの店、吹きぬけ式の画廊のような建物自体、アートなムードが漂っている。ちなみに「ロン」の意は麻雀ではなく、LAWN(芝生)が由来だ。

今回も区内にあるユニークなミュージアムを訪ねてみよう。まずは四谷4丁目の「東京おもちゃ美術館」。ここはその建物からして面白い。廃校になった四谷第4小学校(昭和10年建築の趣あるコンクリート造りの校舎を再利用しているのだ。小さな子供を対象にした知育玩具多くは木製)を中心に、大人が懐かしい回想に浸れるアンティークの展示までジャンルは幅広い。教室をそのまま使っているの、なんとなく文化祭の展示を眺めているような気分にもなる。眺めるばかりでなく、実際に体験できるゲームコーナーもある。フランス製の手動式のサッカーゲームに思わず熱中してしまっ。

早稲田の鶴巻町には「現代マンガ図書館」というのがある。漫画コレクターの内記松夫氏の蔵書をもとにした漫画専門の図書館。入館した瞬間から、コアな空気にも包まれた。よく閲覧される作品の表紙が壁

懐かしさに夢中になるおもちゃの館

“触って遊べる”をコンセプトに作られた、体験型のミュージアム。マニアックなアンティーク玩具も展示されているが、昔の家庭科教室を使って、おもちゃ作りの講座なども開かれている。



↑ 東京おもちゃ美術館

新宿区四谷4-20 ☎03-5367-9601
🕒10:00~16:00(入場は15:30まで)
①子供 500円 ※2歳以下は無料
大人(中学生以上) 700円
ペア券(子供と大人各1名のペア券) 1,000円
📅木/2月と9月に特別休館日/年末年始 P.12 B-2



ART & Cafe Vol.2
泉麻人さんとめぐるおもちゃとマンガのアート&カフェ

四谷→高田馬場→早稲田

独自の切り口で東京の街を語る泉麻人さんと、新宿区のあちこちにあるアートな場所へ。散策のあとには、味のある喫茶店でほっとひと息つきましょ。第2回は、おもちゃとマンガをテーマにめぐります。



ASATO IZUMI

コラムニスト。1956年、新宿区中落合出身。週刊TVガイドの編集者などを経て独立。「青春の東京地図」「大東京23区散歩」などをはじめ東京を題材とした著書が多い。2010年、東京周辺の喫茶店を案内する「喫茶店ブルース」を刊行。

↓ 明治大学現代マンガ図書館 <内記コレクション>





FILE 02

ジューブラボース★アキオ推薦 巨匠が愛した中華

一番 飯店

具たっぶりのあんこ
焼きそばの
絡みが最高★



生まれも育ちも仕事も高田馬場の、ジューブラボースのアキオです。「新宿plus」読者の皆さまにおすすめるグルメも、もちろん高田馬場から。我が街が誇る手塚治虫先生が愛した焼きそばを紹介します。多忙のあまり1日1食だった先生が、「あれも入れてこれも入れて」と注文してできた裏メニュー。魚介、野菜、キノコ類と、先代が惜しみなく具を投入し、1人前を軽く超えるボリュームになったそうです。食材のうま味を含んだあっさりだしのがんが麺と絡むと、もう最高。日が経つと、「一番さんの味が恋しいな」と思

ジューブラボース★アキオ
本名、馬場章夫。愛国製茶株式会社代表取締役社長、東京商工会議所新宿支部副会長。

ジューブラボースとは、新宿区にとっておきの名店を世に広める使命を持ったナゾの集団。表の顔は、企業の重鎮を務める者もいるとか...



特製上海焼きそば 1,380円

うほど、やみつきになるおいしさです。サラッと
いきたい日に注文する、トマトタンメンやスー
ラータンメンも、他の中華店とは一線を画す
おいしさ。先生を含め、地域の人から愛され
続けてきた名店へ、ぜひお腹を空かせていら
してください。

新宿区高田馬場4-28-18
☎03-3368-7215
🕒11:30~23:30
🚰水 →P16 A-1



SHINJUKU + plus PRESENT

新宿区にある3つの日本料理店のお食事券・ご招待券をプレゼントします

各店
2組4名様

※写真はイメージです。



新宿プリンスホテル 和風ダイニング&バー「風雅」

和風ダイニング&バー「風雅」の味わい屋
会席(3,740円)に2組4名様をご招待い
たします。(期間:9~11月)

新宿プリンスホテル
和風ダイニング&バー「風雅」
新宿区歌舞伎町1-30-1 25F
☎03-3205-1111 →P10 C-2



日本料理 車屋本店

車屋本店をご利用可能なお食事券
5,000円分を2組4名様にご招待い
たします。

日本料理 車屋本店
新宿区歌舞伎町2-37-1
www.kuruma-ya.co.jp
☎03-3232-0301 →P10 C-2



水たき玄海 本店

水たき玄海 本店のお昼のおすすめコー
ス料理「花御膳」(5,400円)に2組4名
様をご招待いたします。(期間:9~11月)

水たき玄海 本店
新宿区新宿5-5-1
☎03-3352-3101
→P12 A-2



PRESENT 「いまこそ行きたい! 荒木町」

新宿~御苑~四谷エリアの地域密着型
タウン誌「JG」初のムック、四谷舟町・荒
木町のガイドブック「いまこそ行きたい! 荒
木町」を30名様にプレゼントします。



PRESENT オリジナルタオルハンカチ

新宿観光振興協会オリジナル
タオルハンカチ(ペア)を100
名様にプレゼントします。



締め切りは
8月20日(木)
です。



プレゼント応募のお申し込みは、新宿観光振興協会Webサイトから。

www.kanko-shinjuku.jp

「新宿plus」vol.3は、2015年秋に発行予定です。お楽しみに!



ビルと公園が調和した
西新宿は居心地が
最高です



鈴木 清和

Paul Bassett 新宿のチーフ
バリスタ。ポール・バセット氏
から受け継いだコーヒーの技
術を新宿の地から発信して
いる。昨年、エアロプレスチ
ャmpionship 2014で国内
優勝を飾った。



Paul Bassett
ポール・バセット 新宿
新宿区西新宿1-26-2
新宿野村ビル B1F
☎03-5324-5090
🕒平日 7:30~20:30
土 8:00~20:00
日・祝 9:00~19:00
🚰なし →P10 B-2

新宿区で輝く人「シンジクニスト」 shinjukunist

vol.2

Paul Bassett 新宿
鈴木 清和 チーフバリスタ

名バリスタによる 極上エスプレッソ

超

高層ビルが並ぶ西新宿。その
一角に位置するポールバセッ
ト 新宿は、オーストラリア出身のバリ
スタ世界チャンピオンが、自らの名を冠
してプロデュースするカフェです。世界
レベルのコーヒーを自当てるに、今日もた
くさんのお客さまが訪れます。

「世界チャンピオンの店ですから、お
いしいコーヒーを出すことを一番大切
にしています。コーヒー豆は世界中から
厳選し自家焙煎。抽出、サービスとす
べてにこだわった、クオリティの高さを

体験していただけます」と話すチーフ
バリスタの鈴木さん。ご自身もOグレ
ー(コーヒーの国際鑑定士)の資格保
持者でいらっしゃいます。

オーストラリアスタイルのエスプレッ
ソは、コーヒー豆を、一般的なエスプレッ
ソより3割も多く使用。浅煎り豆のフ
ルーティーな酸味が生きた、極上の一
杯に仕上がっています。

「産地ごとの個性を味わうには、酸
味がポイントです。最近では浅煎り豆を
使うサードウェーブコーヒーの流行も
あつて、その良さを知り、気に入って
いただき、ご来店くださる方も増えてま
した。ビジネス街だけに、落ち着いた雰囲気
の大人のお客さまが多いですね」
そう話す鈴木さんの背後には、吹き
抜けのガラス窓から日が差し、抜群の
開放感。と同時に、モダンなインテリア
が都会的な雰囲気を出しています。
新宿の街についても、聞いてみました。

西新宿で楽しむ、世界一のコーヒー

「高層ビルだけでなく、新宿御苑の緑、
歌舞伎町の賑やかさ……。新宿は、通り
ごとに雰囲気が違うのが魅力。なかでも
西新宿は便利なのと同時に、落ち着き
があり過ぎやすいです」
この街で働くことにな
心から喜びを感じてい
る様子の鈴木さん。
「せっかく来てくださった
お客さまにはゆくりく
つろいでいただきたいで
すね。ありがとうござ
いました」こちそうさま
でした」のひとことが、何よ
りのエネルギー源です」
新鮮な豆をふんだ
んに使ったポールバセッ
ト 新宿のコーヒーは、ほかでは味わえ
ない珠玉の一杯。くつろいだ雰囲気
のなか、こちらも絶品のスイーツと一緒
に楽しんでみてはいかがでしょうか。



エスプレッソを
ミルクジュラートにそそぐ
「アフガート」
520円



コーヒーの豊かなフレーバーと
滑らかなフォームドミルクの
「フラットホワイト」
420円



バリスタがこだわりの
究極の「エスプレッソ」
360円

TAKANO
SHINJUKU TOKYO
SINCE 1885

新宿高野本店 B1
Tel.03-5368-5149 (→P10 C-3)
新宿高野本店 B2
Tel.03-5368-5151 (→P10 C-3)
新宿高野新宿ルミネエストア
Tel.03-5363-1451 (→P10 C-3)



<http://takano.jp>



TAKANO
SHINJUKU TOKYO
SINCE 1885

タカノフルーツパーラー本店
Tel.03-5368-5147 (→P10 C-3)
タカノフルーツパーラー地下鉄ビル店
Tel.03-3343-0774 (→P10 C-3)
タカノフルーツパーラー新宿高島屋店
Tel.03-5361-1378 (→P10 C-4)

新宿四谷の地に創業し、おかげさまで96年。



丸正総本店

丸正チェーンの創業は1919年新宿四谷で開業した青果業から始まります。おかげ様で今年96年を迎えることができました。これもひとえに地域の皆様からのご愛顧の賜物と心より感謝申し上げます。

新宿地区の店舗			
総本店	新宿区四谷3-12	TEL.03-3357-4381	(→P12 C-3)
東新宿店	新宿区余丁6-15	TEL.03-3341-5551	(→P16 C-4)
若葉店	新宿区若葉2-12	TEL.03-3358-1231	(→P12 C-4)
北新宿店	新宿区西新宿7-7-19	TEL.03-3367-1331	(→P10 B-1)
			(→P16 A-4)



丸正食品チェーン

丸正チェーン商事株式会社
TEL.03-3355-2211

<http://www.marusho-chain.jp/>

三越 M CARD
伊勢丹アイカード



1. 三越伊勢丹グループ百貨店各店でのお買物は、5%から最高10%のご優待。

ご優待対象品



2. ご優待対象外の食料品や国内外の加盟店でのご利用は、エムアイカードポイントが貯まります。



エムアイカード特典が2016年4月より新しくなります。エムアイカードホームページをご覧ください。

三越 M CARD・伊勢丹アイカードのご入会は、カードカウンターまたはエムアイカードホームページで承ります。

this is japan. **MITSUKOSHI** | this is japan. **ISETAN**
www.isetan.co.jp

現金で買ってもクレジットで買っても
**タカシマヤなら
ポイント8%!**

高島屋でのお買物で
タカシマヤカード
(ゴールド)
8%~10%ポイント
年会費10,000円
(消費税別)



高島屋でのお買物で
8%ポイント
タカシマヤカード
初年度年会費無料
(次年度から2,000円
消費税別)

年会費無料のカードもご用意
タカシマヤセゾンカード 2%~5%ポイント
タカシマヤポイントカード 2%ポイント

**タカシマヤのカード
ご入会受付中**

詳しくは、新宿高島屋10階「タカシマヤカードカウンター」
または「タカシマヤポイントカードカウンター」へ

Takashimaya SHINJUKU

SHINJUKU
+ plus

新宿plus vol.2
2015年3月発行

発行 一般社団法人 新宿観光振興協会

〒160-0023 新宿区西新宿6-8-2 BIZ新宿3F
TEL:03-3344-3160 FAX:03-3344-3190
MAIL: info@kanko-shinjuku.jp

・本誌の内容は2015年3月現在のものであり、情報については調査・確認のうえ掲載していますが、変更になっている場合があります
・本誌の情報(テキスト・写真・イラストを含む)を無断で使用、複製または転載することを禁じます
・価格は税(8%)込みです(ただし一部その限りではありません)