

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

和を体験する

**二葉苑**  
ふたばえん

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て、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〜

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

## 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

江戸の人々の着物をつくるために多数存在した染色業者。そのひとつが、早稲田に残っています。1914 (大正3) 年の創業より、東京染小紋と江戸更紗を制作。伝統的な技法を守り、江戸っ子が好んだ粋を現在に伝えます。工房では体験が可能ということで、草刈さんに小紋の型付けに挑戦いただきました。生地に細かな柄が浮かび上がると、歓声とともに自然と笑みが。いつの時代も、職人が生み出す和の美しさが見る人を魅了します。



体験で染めた作品は後日小裂か襷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襷紗 型付け体験(2,000円〜)

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

普段使いたくはない新宿の和を、お土産に

型紙しおり 324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。

衣装協力:ラルフ ローレン (RALPH LAUREN) ヘアメイク:隅田たつき ※ストールは富田染工芸 (SARAKICHI since1882) より



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、都会にい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

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。

体験して初めて分かる和の魅力

新宿区に息づく江戸の芸術に出会いました

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。



和を味わう

車屋本店

新宿エリア  
新宿区歌舞伎町2-37-1 ☎03-3232-0301  
http://www.kuruma-ya.co.jp  
③ランチ 11:30~14:30  
ディナー 平日 17:00~21:00 (L.O.)  
土 14:30~21:00 (L.O.)  
日・祝 14:30~20:30 (L.O.)  
④12月31日、1月1日 →P.10 C-2

季節の移り変わりを味わい深く、美しく表現する日本料理店。代々受け継いだ技と心で手掛けた伝統の日本料理は、大切な方との会食に最適です。大小の個室があるほか、1階の椅子席では手軽にランチセットを、地階では車屋流にアレンジしたフランス料理を堪能できます。



新宿区は、江戸時代の和の文化がいまだに息つき、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り、ただいま、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

# 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



コンクール受賞作品も  
オーダーOK

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



- 名物 農園15種野菜盛り 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



雲吞麺 1,000円

四谷の代表的ラーメンとしても挙げられる、名物の雲吞麺。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



幅広い年代層が楽しめる

## 伊勢丹新宿店

新宿区新宿3-14-1 ☎03-3352-1111 10:30~20:00 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。

本館 3F 婦人服/モード



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

本館 5F リビング

今年3月にリモデルオープン

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。

プロのアドバイスが嬉しい

おすすめアイテム (ロフト) 枕 38,880円

本館 6F ベビー・子供服雑貨

今年3月にリモデルオープン



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



本館 B2F ビューティアポセカリー

今も未来も美しく健やかに



いきいきとした美を手に入れよう

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。

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 11:00~21:00 (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

レディースを中心に、メンズアイテムも充実しているので、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。

B1F レディースシューズ



お気に入りの一足がきっと見つかる

1F レディースファッション雑貨



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

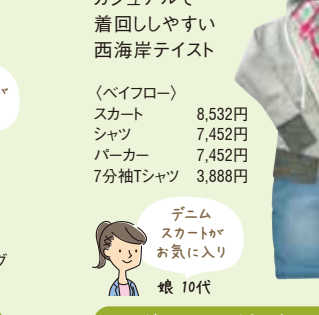
8F フォードットウォッチ



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

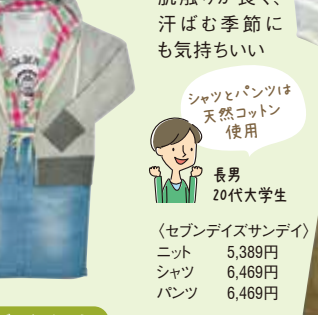
8F バッグ売場(メンズ/レディース)



肩掛けできて持ち運びラクなトタイプ

使い勝手が良そう

6F ベイフロ



カジュアルで着回ししやすい西海岸テイスト

シャツとパンツは天然コットン使用

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

長男 20代大学生

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

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

今年らしくドレスアップ

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すべ肌に!

バスタイムで美肌に

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 10:00~22:00 不定休 →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。



スタッフに何でも相談を

家電とのコラボユニーク

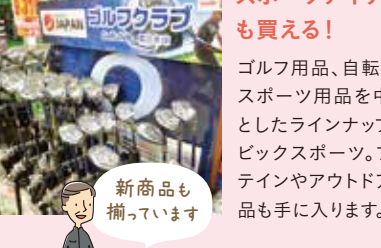
カメラ用品が集結

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。

B3F スポーツ用品



新商品も揃っています

1F ウィメンズ メンズ



B2F パソコン



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をご用意しています。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

毎日ケアで引き締まった肌へ導きます

愛犬目線で映像が撮れます





# 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、キスははじめとした魚介、たらの芽、そら豆など、季節折々、旬の天産の数々。江戸前の味と風味と心意気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から  
 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/](http://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  
 ● 丸の内線 四ツ谷駅 / 丸の内線 四谷三丁目駅 / 丸の内線 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  
 遊具がいっぱい!

**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  
 周辺の歴史に「へい」

**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 (1) through various districts including Aburahi, Sansei, and Yotsuya, ending at Yotsuya Station (7). Landmarks include Kurume Curry & Wine, Aburahi Park, Sansei Park, Shinmichi-dori, and various museums and shops.

**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、研究発表展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](http://www.tokyo-cuisine.info)  
 赤豚DDX et Vin Naturel 東京キューイジーヌ  
 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



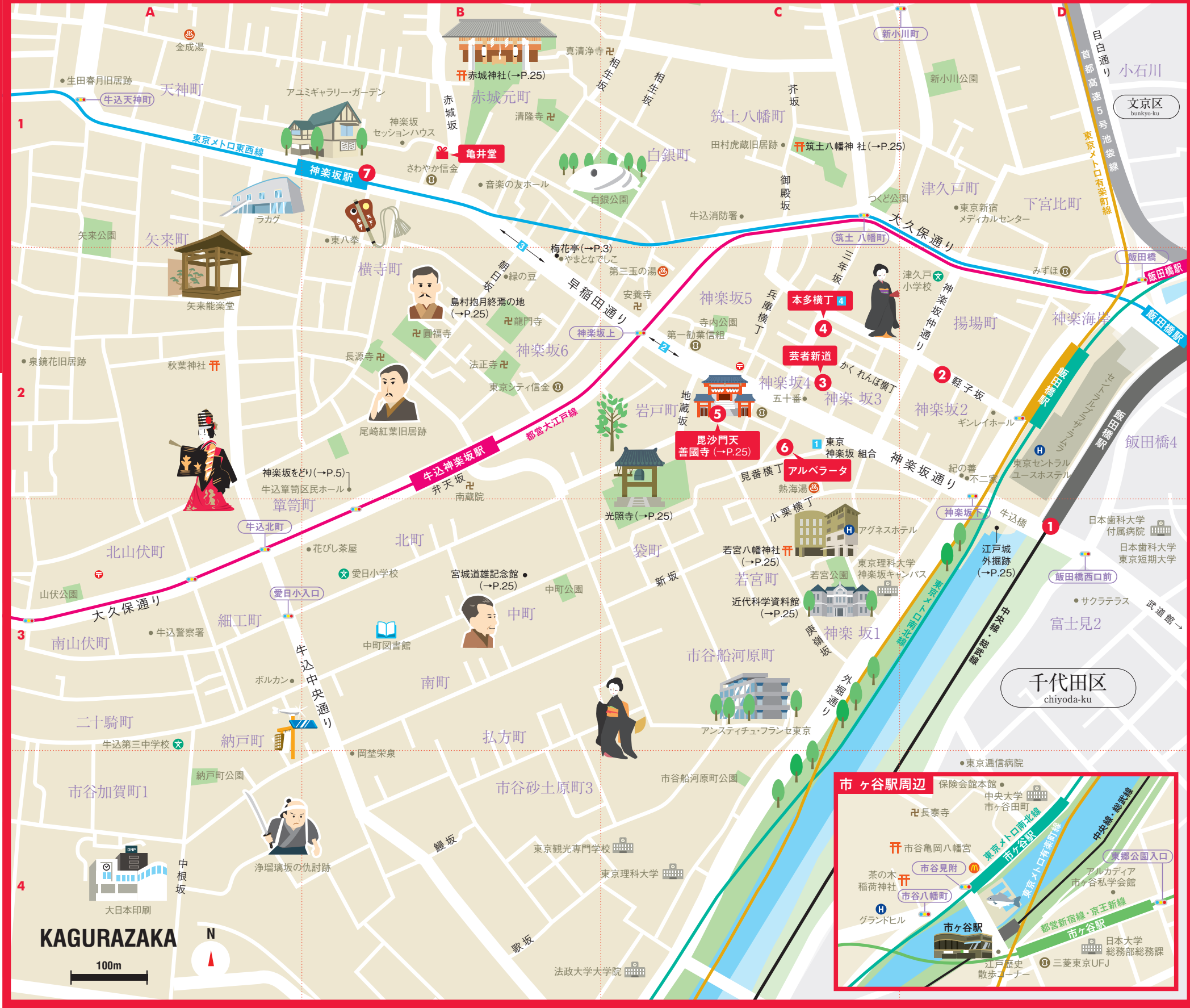


# 神楽坂

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** 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** 市ヶ谷駅

お土産 神楽坂 亀井堂 新宿区 神楽坂6-39 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

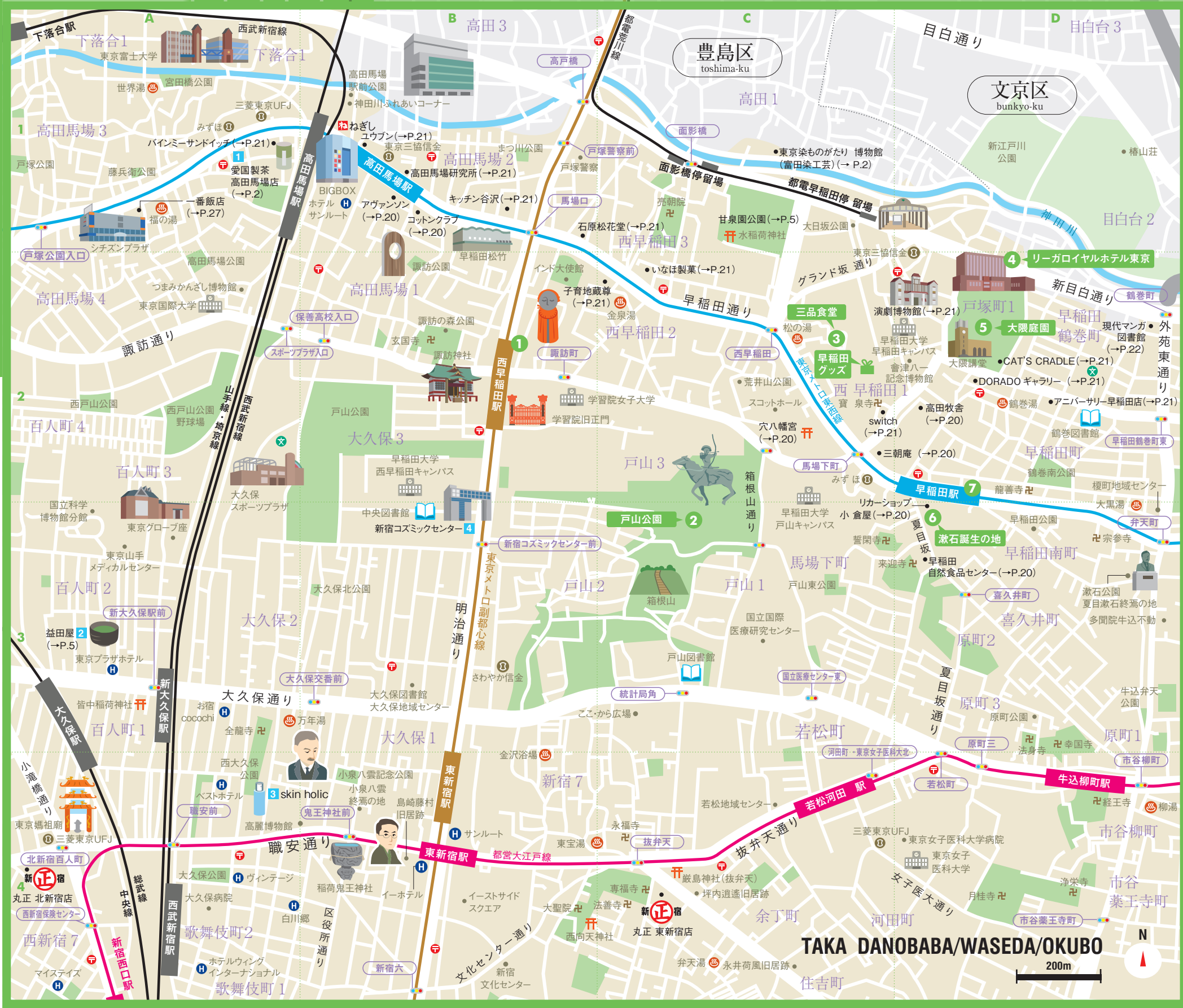
## 西早稲田駅出発

### 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歩エリア

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)」。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

新宿区下落合1-16-7

**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おります。※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!

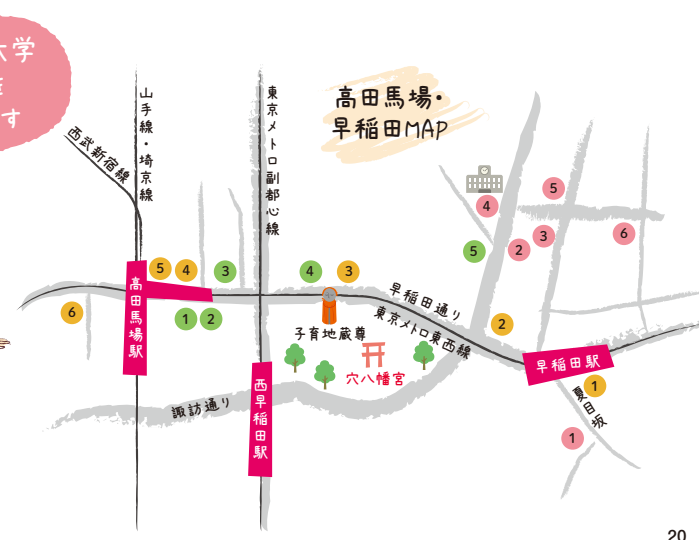
個性の違う編集部3人が、  
予算を決めて気になる街を歩きます。  
今回は、伝統が息づく学生の街、高田馬場と早稲田へ。  
3人はどんな散歩をするのかな?



**制作部長** 43歳  
雑誌の編集を通じて、いろいろ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。

**編集デスク** 32歳  
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。

**編集アシスタント** 23歳  
元気がいっぱいの人。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



早稲田ビール 390円  
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。

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

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。

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

START

早稲田大学  
周辺を  
探検です



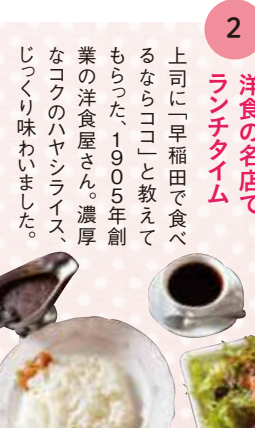
1 自然派アイテム  
どれがいいかな?



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。

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

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。

高田牧舎  
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

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。

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

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。



六八幡宮  
新宿区西早稲田2-1-11  
→P16 C-2

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%の手こねハンバーグをバクリ! 幸せ!

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

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。目が離せなくなつて、ミニタコちを買っちゃった!

DORADO GALLERY ART SHOP「BAROQUE」  
新宿区早稲田鶴巻町517  
☎03-6809-3808  
→P16 D-2

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る。感じ。学生に戻った気分でお散歩。

早稲田大学  
演劇博物館  
新宿区西早稲田1-6-1  
→P16 D-2

早稲田大学といえは  
大隈記念講堂

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。

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

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本がぎっしり。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。

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

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。

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

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?

この散歩コースで  
使った全額  
4,850円

この散歩コースで  
使った全額  
4,962円

この散歩コースで  
使った全額  
5,150円



↓ 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」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  
投げこま 310円

へー、こんなおもちゃあったなあ



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)  
👤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



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。



↓ 明治大学現代マンガ図書館 <内記コレクション>



マンガファン垂涎!

店内には手塚治虫のサインが飾られている

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。



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 📄一般 300円 中学生以下 200円 閲覧料 1回1冊につき100円  
📅火・金/年末年始 P.16 D-2

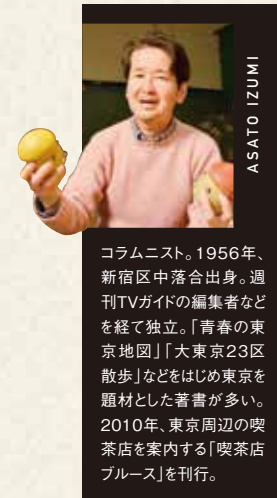
アートな気分でひとときのお茶を

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。





# 歴史と文化をめぐるぶらぶら散歩

## 神楽坂編

かつて神楽坂は古き良き日本文化の香りの残る街であった。しかし、今や若者界で大いに賑わう人気スポットになっている。個性豊かな店舗と神社仏閣が日本家屋が軒を連ねる時代と融合するオシャレな街。ここから目が離せない。

「春の海」の作中で知られる宮城道雄は失明の直前に受け継いだ神楽坂を題材として二代目島根校に入門。生前、老若男女に使った靴の「模様の間」を当時のままに保存している。

評論家・新劇指導者 島根抱月  
島根抱月終焉の地  
明治4年、島根抱月が「神楽坂」の地を「神楽坂」の地と名づけた。島根抱月が「神楽坂」の地を「神楽坂」の地と名づけた。

神楽坂のシンボル「毘沙門せんべい」福屋  
「毘沙門せんべい」福屋は、明治10年創業の老舗。創業以来、国産のせんべい、福屋の味、せんべい、福屋の味、せんべい、福屋の味。

赤城神社  
正安2年(1300)郡島赤城山の赤城大権白が牛込に神住の際、赤城神社の御分霊を祀り、平政22年、境内整備が完了し、カマエホトを併設されている。

善国寺  
約220年前に移転して来たら、街のシンボルとなった「毘沙門さま」。本堂の石虎は区の有形文化財。 →P.14 C-2

若宮八幡神社  
奥州を平定した源頼朝が、行軍中に願を立てた場所として鶴岡八幡宮を祀ってできた神社。 →P.14 C-3

筑土八幡神社  
筑土とは土を築き立てた地という意味。庚申塔は江戸時代から知られたもの。石造鳥居は区内最古。 →P.14 C-1

便々館湖鯉鮒の墓(光照寺)  
幕臣であり、牛込山伏町に住み活躍した江戸時代の狂歌師・便々館湖鯉鮒の墓。 →P.14 C-2

島村抱月終焉の地  
島村抱月、松井須磨子が最期まで活動拠点とした芸術倶楽部がここにあった。 →P.14 B-2

宮城道雄記念館  
「春の海」を作曲した宮城道雄の記念館。宮城が晩年まで過ごしたところ。 →P.14 B-3

江戸城外堀跡  
飯田橋駅から四ツ谷駅付近  
徳川家光の命でつくられた江戸城の外堀。江戸時代の面影を感じられる一帯。 →P.14 D-3

赤城神社  
赤城元町1-10

善国寺  
神楽坂5-36

若宮八幡神社  
若宮町18

筑土八幡神社  
筑土八幡町2-1

便々館湖鯉鮒の墓(光照寺)  
袋町15

島村抱月終焉の地  
横寺町9,10,11付近

宮城道雄記念館  
中町35

歴史をたどる  
今回出会った史跡・文化財



## 博物館

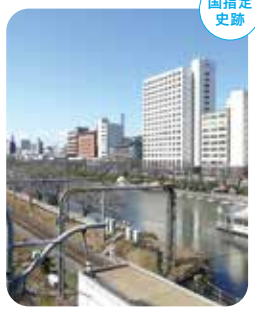


東京理科大学 近代科学資料館  
神楽坂1-3  
近代科学の歴史を展示。建物は前身・東京物理学校の木造校舎を復元したもの。 →P.14 C-3



宮城道雄記念館  
中町35  
「春の海」を作曲した宮城道雄の記念館。宮城が晩年まで過ごしたところ。 →P.14 B-3

## 史跡



江戸城外堀跡  
飯田橋駅から四ツ谷駅付近  
徳川家光の命でつくられた江戸城の外堀。江戸時代の面影を感じられる一帯。 →P.14 D-3



島村抱月終焉の地  
横寺町9,10,11付近  
島村抱月、松井須磨子が最期まで活動拠点とした芸術倶楽部がここにあった。 →P.14 B-2

## 神社・仏閣



赤城神社  
赤城元町1-10  
古くから崇められる牛込の総鎮守。坪内逍遙らが境内で脚本の朗読などを行った清風亭という貸席があった。 →P.14 B-1



善国寺  
神楽坂5-36  
約220年前に移転して来たら、街のシンボルとなった「毘沙門さま」。本堂の石虎は区の有形文化財。 →P.14 C-2



便々館湖鯉鮒の墓(光照寺)  
袋町15  
幕臣であり、牛込山伏町に住み活躍した江戸時代の狂歌師・便々館湖鯉鮒の墓。 →P.14 C-2



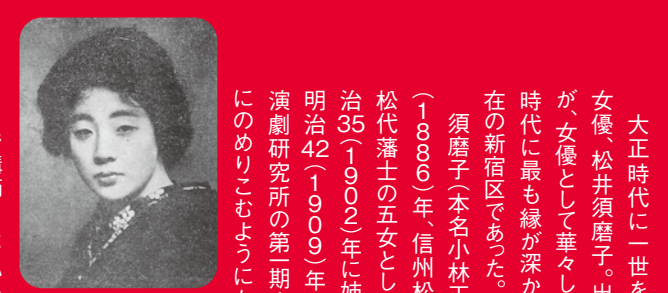
若宮八幡神社  
若宮町18  
奥州を平定した源頼朝が、行軍中に願を立てた場所として鶴岡八幡宮を祀ってできた神社。 →P.14 C-3



筑土八幡神社  
筑土八幡町2-1  
筑土とは土を築き立てた地という意味。庚申塔は江戸時代から知られたもの。石造鳥居は区内最古。 →P.14 C-1

## TOPICS

### 松井須磨子と芸術座



大正時代に一世を風靡した新劇女優 松井須磨子。出身は長野県だが、女優として華々しく活躍していた時代に最も縁が深かった場所は、現在の新宿区であった。

須磨子(本名小林正子)は、明治19(1886)年、信州松代町清野に旧松代藩士の五女として誕生する。明治35(1902)年に姉を頼って上京。明治42(1909)年には、文芸協会演劇研究所の第一期生となり、演劇にのめりこむようになる。研究所があったのは、現在の新宿区の余丁町。早稲田文学の創始者・坪内逍遙の自邸だった。

そこで講師をしていた島村抱月と出会ったのである。

明治44(1911)年、文芸協会の第1回公演「ハムレット」で須磨子はハムレットの恋人オファリア、さらに「人形の家」では主人公ノラを演じ、大好評を得る。舞台監督だった抱月に認められ、やがて二人は結ばれる。しかし妻がある抱月との恋は世間の非難を浴び、大正2(1913)年、須磨子は協会除名という厳しい処罰を受ける。同じく抱月も脱会



松井須磨子の墓  
区弁天町の多間院にある。女優としての始まりも、抱月との出会いも、そして二人の終焉の地も新宿区であった。





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」の味わい昼  
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  
チャンピオンシップ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  
があり過ごしやすいです」

この街で働くこと、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」

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  
ミルクジュレットにそそぐ  
「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店  
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](http://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  
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)