

新宿

新宿区の
情報誌

SHINJUKU
+ plus

特集

WEバスで新宿探検に出発!

新宿プラス
vol.4

2016.SPRING-SUMMER

FREE

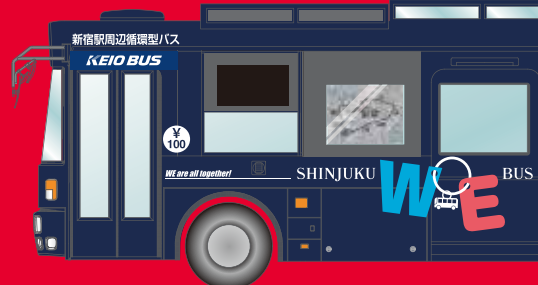


新宿区5エリア
MAP 付き

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



with 山口智充



特集2

新宿区でカレーを食べ尽くす!

家族でショッピング

新宿駅南口エリア



Enjoy Shinjuku WE BUS

WEバスで新宿探検に出発!

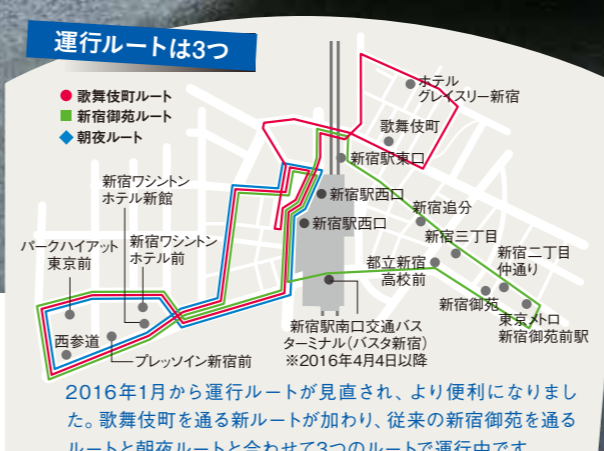
新宿を楽しむなら、循環型バス「新宿WEバス」が断然おすすめ!
乗り物大好きな「ぐっさん」と山口智充さんと、新宿WEバスで行くテーマ別散策コースをご紹介します。



4つの散策コースで新宿を遊び尽くそう!

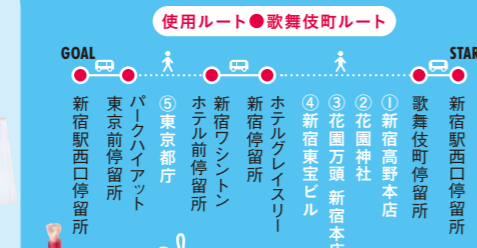
山口智充
やまぐちともみつ ●バラエティ番組・ドラマ・映画・声優・ナレーション・音楽・ライブなど、幅広いジャンルで活躍中。

1日乗車券もあるよ!
1日300円で乗り放題!



見どころ 満喫コース

見どころ盛りだくさんの新宿の、定番の観光スポットを巡ります



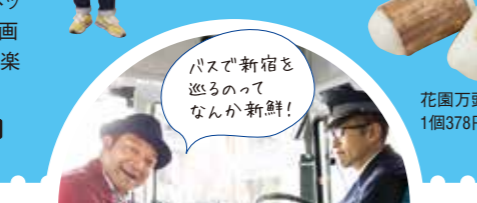
1 新宿高野本店

B2F オリジナルフード&ギフトフロア
1885 (明治18) 年創業の果物専門店は、新宿に来たら訪れるべき名店のひとつ。果物のおいしい食べ方や、食べごろの見極め方を知ることができます。果物由来のオリジナルスイーツやサラダなども豊富にそろっています。
④ 10:00~20:30 (日・祝は20:00まで)
⑤ 不定休 [MAP P.10-11] C-3



3 花園万頭 新宿本店

花園神社の向いにある和菓子店で、銘菓・花園万頭をお土産に購入。
④ 平日 9:00~19:00 [MAP P.10-11] D-2
⑤ 土・日・祝 10:00~18:00
⑥ なし



2 花園神社

江戸幕府の開府前から新宿の街を見守り続ける神社をお参り。
④ 平日 9:00~19:00 [MAP P.10-11] D-2
⑤ 土・日・祝 10:00~18:00
⑥ なし



5 東京都庁

最上階の展望室からは、東京の街並みをぐるりと一望できます。

おみやげ
都庁ならではの土産がそろって
TOKYO 地域特産品売場 第一本庁舎1F
おみやげ
奥さんとのデートで来た思い出の場所
青梅せんべい 5枚入 540円
都庁でぬぐい 864円
④ 平日 10:00~18:00
⑤ 年末年始 [MAP P.10-11] A-3

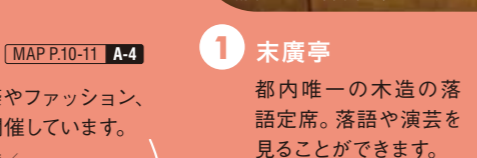
4 新宿東宝ビル

実物大ゴジラヘッドが目印! 映画鑑賞や食事を楽しめます。
④ 平日 10:00~18:00
⑤ 年末年始 [MAP P.10-11] C-2



2 中村屋サロン美術館

新宿中村屋ビル3F
新宿中村屋のビル内にある、近現代美術を展示する美術館。
※企画により展示内容が異なります
④ 10:30~19:00 (入館は18:40まで)
⑤ 火 (祝日の場合は翌水曜日)・年始
⑥ [MAP P.10-11] C-3



3 東京オペラシティ アートギャラリー

近現代美術を中心に、建築やファッション、写真などの企画展を随時開催しています。
④ 11:00~19:00 (金・土は20:00まで / 入館は閉館30分前まで)
⑤ 月 (祝日の場合は翌火曜日)・年末年始
⑥ [MAP P.10-11] A-4

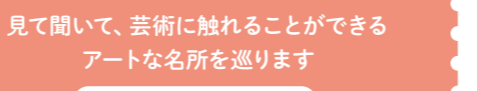
4 東郷青児記念 損保ジャパン 日本興亜美術館

ゴッホの「ひまわり」やゴッガン、セザンヌを常設展示しています。
④ 10:00~18:00 (入館は17:30まで)
⑤ 月 (祝・振替休日は閉館)・年末年始
⑥ 展示替期間 [MAP P.10-11] B-2

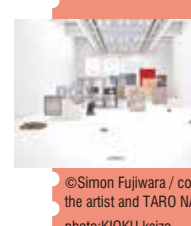
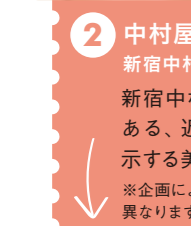


アート気分 満喫コース

見て聞いて、芸術に触れることができるアート名所を巡ります



① 未廣亭
② 中村屋サロン
③ 東京オペラシティ
④ 損保ジャパン
⑤ 日本興亜美術館



新宿グルメスポット

新宿WEバスでの散策途中で、ひと休みや腹ごしらえにぜひ立ち寄ってみよう。

お腹いっぱい食べたい!

ピフテキ家あづま



昔ながらの洋食屋。豚肉に秘伝のソースをかけたじゅーじゅー焼きが名物。豚のじゅーじゅー焼き(昼)850円※ライス、スープ付(夜)1,026円

営業 11:30~22:00 (日・祝日は21:30まで) ⑧なし MAP P.10-11 D-3

名店の味を味わいたい!

アカシア

とろけるようなロールキャベツシチューが有名。レトロな店内でゆっくり楽しんで。

営業 11:00~22:30(L.O.) ⑧火 ロールキャベツシチュー(ライス付) 840円 MAP P.10-11 C-2

レトロなお店に行きたい!

はやしや

フライやソテーなど昔懐かしい洋食をワンプレートで。行き交う人を眺めながらどうぞ。

営業 10:30~23:00 ⑧なし 昭和のプレート 1,280円 MAP P.10-11 C-2

コーヒーを飲みたい!

但馬屋珈琲店 本店

思い出横丁の一角にある喫茶店。ネルドリップで淹れたコーヒーとサンドウィッチでひと休み。

営業 10:00~23:00 ⑧なし 特醸ツナと牛蒡のサンドセット 1,200円 MAP P.10-11 C-2

この春新スポットが誕生

新宿駅新南エリアが生まれ変わる!

3月にルミネが新たなショッピング施設「NEWoMan(ニューマン)」をオープンしました。4月4日(月)には、新宿高速バスターミナル「バスタ新宿」が誕生し、鉄道駅と高速バス、タクシーの乗り換えが円滑に。WEバスも3階に乗り入れます。新宿駅南口がより楽しく便利なスポットに生まれ変わっています。

写真提供: 東京国道事務所



旬の素材を使った日替わりメニューが豊富

5 ファンゴーダイニング

最後に、中央公園のすぐ隣にあるイタリア料理店で、緑を眺めながらひと休み。

営業 ランチ 11:30~15:00 ディナー 17:00~翌5:00 (祝前日を除く日・月は23:00閉店) ⑧なし MAP P.10-11 A-3



ベーコンと菜の花のトマトソーススパゲティ(前菜ビュッフェ、パン、ドリンク付) ※日替わりメニューとなります 1,000円



やっぱり御苑は気持ちえ〜な〜

※酒類持込禁止、遊具類使用禁止

2 新宿御苑

約1万本の木々がある新宿御苑は、まさに都会のオアシス。春には約65種1,100本の桜が咲き誇り、夏には鮮やかな色を増した木々の葉の間からセミの鳴き声にぎやかに響き渡ります。

営業 9:00~16:00(閉園は16:30) MAP P.10-11 D-4 ⑧月(3月25日~4月24日は無休)

4 新宿中央公園

MAP P.10-11 A-3

芝生広場やビオトープもある区立公園。夏はジャブジャブ池が人気。



写真提供: 新宿区

3 新宿 追分だんご本舗 本店

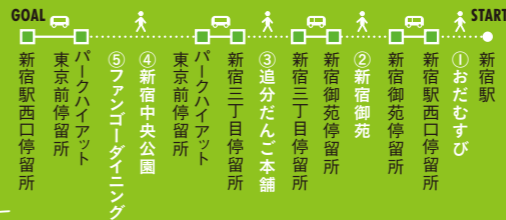
新宿名物でもある追分だんごが味わえる甘味処。もとはだんごを気に入った武将の名前をとって道灌だんごと呼ばれていましたが、店舗を新宿追分(現在地)に移した以降は、追分だんごとして人々に親しまれるようになりました。

営業 10:00~20:30(喫茶は19:30まで) ⑧1月1日 MAP P.10-11 D-3 おだんご 1本172円~

WE 自然いっぱいコース

自然を感じられる場所を巡る、癒し度満点のコース

使用ルート ■ 新宿御苑ルート



1 おだむすび 西口広場店

バスに乗る前におむすびを購入。この後癒しスポットで食べよう。

営業 6:45~20:30 (土・日・祝は18:00まで) ⑧なし MAP P.10-11 C-3

しゃげ 190円 どりそばろ 170円 めんたいこ 190円

interview

新宿WEバスは春夏秋冬楽しめる!

乗り物大好き、四角いもの大好きだからバスが大好き! 新宿WEバスをみたいたいな循環バスって、めちゃくちゃ便利ですね。街歩きをするときは、本場にありがたい存在です。運転手さんに聞いたら、春先は新宿WEバスの車窓から桜が見えるので、季節ごとに新宿WEバスに乗って

景色を楽しめるのも良さそうです。25歳で上京したとき、エネルギーがな新宿の街に圧倒されました。地元の大阪にももちろん繁華街はありますが、新宿は街全体のパワーがすごかったですね。また当時は、新宿に東京都庁が完成して間もないころだったので、奥さんと一緒に展望室へ上り、景色を眺めながら食事をしました。都庁にレストランがあるというのが、衝撃でした。

芸人仲間と飲み食いするときは大抵新宿でしたし、神楽坂に行ったときは、新宿区というイメージとは違ってますごくのんびりしているのに驚きました。今でも、新大久保には行きつけの韓国料理屋さんがありますし、よく行くアメリカンの洋服店も新宿区にあります。ただ広いだけではなく、それぞれの街に特徴があって個性が強い。新宿区には魅力が凝縮されていて、ひとことでは表せないですね!

Present

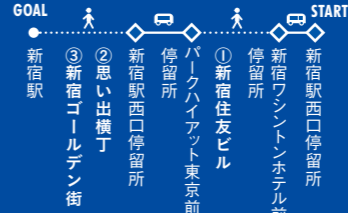
山口智充さんの直筆サイン入り色紙を3名様にプレゼントします。詳細はP.27へ



WE 夜の新宿を堪能コース

新宿は夜も楽しみがいっぱい! 新宿WEバス「朝夜ルート」で出発!

使用ルート ◆ 朝夜ルート



2 思い出横丁

昭和の趣を色濃く残す横丁でまずは1軒目。 MAP P.10-11 C-2

1 新宿住友ビル

夕方には富士山のシルエットを、夜にはきらめく夜景を楽しめます。 MAP P.10-11 A-3

スイーツが食べたい!

新宿本店 タカノフルーツパラー



新宿高野本店にあるパラーでは、パフェやジュースでフルーツを満喫。

営業 11:00~21:00(L.O.20:30) ⑧不定休 MAP P.10-11 C-3



マスクメロンパフェ 2,160円

3 新宿ゴールデン街

MAP P.10-11 D-2

小さな飲み屋がひしめき合うゴールデン街へ繰り出そう!

ばるばる屋 ゴールデン街で貴重な、料理をじっくり味わえる居酒屋。 営業 18:00~翌6:00 ⑧日・祝(祝日は不定休) MAP P.10-11 D-2 煮込み豆腐 450円 味がしっかり染み込んだ牛スジはホロッとやわらか



思い出横丁 ここによってみよう!

岐阜屋

自家製麺のラーメンや炒めものが楽しめる中華料理店。

営業 9:00~翌1:00 (木~土曜日は翌2:00まで) ⑧なし MAP P.10-11 C-2



木耳と玉子炒め 570円 コリコリとしたキクラゲとふんわり卵がおいしい

新宿ゴールデン街のガイド本

『いまこそ行きたい! 新宿ゴールデン街』

定価1,500円 発行(株)H14 新宿ゴールデン街の218店の情報に加え、歴史や文化も紹介。MAPや特典も充実のガイドブック!

Present

こちらを20名様にプレゼントします。詳細はP.27へ

新宿区で

Shinjukuku
Gourmet



Let's eat curry at Shinjuku!

カレーを食べ尽くす

スープカレーやインドカレー、
欧風カレーなど、新宿区内の
各エリアでおすすめのカレーの
名店をご紹介します。
全店回れば、カレーの奥深い
魅力の虜になるはず!



四谷
エリア

タイ・ベトナム料理
GreenN
グリーンカレー
980円

自家製ペーストでつくる
グリーンカレー

味の決め手となるペーストは、15年以上
の試行錯誤の末完成した自家製のもの。
店主自らが、新鮮なハーブや香辛料を石
臼で丁寧にすり混ぜてつくっています。



新宿区四谷1-23 上野KGビル2F
☎03-3353-5175
平日ランチ 11:30~14:00
平日ディナー 17:30~24:00
土・祝 17:30~24:00
休日 MAP P.12-13 D-3

このペーストは
100%手作りで



レストラン&カフェ
Manna 新宿中村屋
中村屋
純印度式カレー
1,620円

新宿
エリア



本場インドの味を
日本に広めたカレー

1927(昭和2)年以来、素材にこだわ
り続け、現在では契約農家で飼育され
た鶏肉や淡路島・丹後産の玉ねぎ、自
家製ヨーグルトなどの厳選した素材と
20数種類のスパイスを使用。



こだわりの薬味 アグレツツィ
らっきょう オニオン
チャツネ
カレーとの相性バッチリ!

新宿区新宿3-26-13
新宿中村屋ビルB2F
☎03-5362-7501
平日 11:00~22:00
(金・土・祝前日は22:30まで)
休日 1月1日 MAP P.10-11 C-3

新宿の名物カレーの始まり

新宿中村屋 料理長 石崎 敬

中村屋にインドのカレーを伝えたのは、中村屋でかく
まっていたインド独立運動家のラス・ビハリ・ボースで
した。当時主流だった小麦粉が入った欧風カレー
とは異なる本場のカレーです。現在新宿区に
は、たくさんのカレー屋さんがあります。趣向
の異なるさまざまなカレーを楽しんでもらえ
たらと思います。



落合
エリア

カレーライス専門店
プラザ
キーマカレー
780円

お米へのこだわりが
生んだキーマカレー

日本のお米に合うインドカレーを追求し、
使用するスパイスや素材を厳選。キーマカ
レーは、インドではラム肉が主流ですが、お
米に合う国産の豚ひき肉と鶏ひき肉を使
用しています。

東京都新宿区上落合1-1-15
平日ランチ 11:00~15:00
平日ディナー 17:00~21:00
土 11:00~15:00
日・祝 MAP P.18-19 C-3



神楽坂
エリア

カレーショップ ボナッ
海老ボナッカレー
1,080円

食べればハマる!
カレーONカレー

ドライカレーと欧風カレーを
一皿で楽しめる、ありそうでなかった一品。ドライ
カレーは、ターメリックの香りを立たせるために注
文を受けてから調理します。欧風カレーは、野菜
のエキスを凝縮したスープがベースです。

新宿区神楽坂1-12 ☎03-3260-5778
平日ランチ 11:00~14:00
平日ディナー 17:00~21:00
土 11:30~16:00
日・祝 MAP P.14-15 D-2



新宿
エリア

新宿ボンベイ
ボンベイ・ターリー
1,706円

焼きたての巨大ナン付き
本場インドカレー

本格的なタンドール窯が目を引く店
内。おすすめは、ナンとライス、好み
のカレー2種がセットになったター
リー(定食)。スパイスや調味料は、
季節や気候に合わせて最もおいしく
なるよう調整しています。

焼きたてモクモク



ナンは店で粉から
配合して作る
インド伝統の味



新宿区西新宿1-18-13 近江ビル1F
☎03-3348-3724
平日ランチ 11:00~15:00
平日ディナー 17:00~22:30
土 11:00~22:30 日・祝 11:00~22:00
休日なし MAP P.10-11 B-3



高田馬場・
早稲田・久保
エリア

東京らっきよ
プラザーズ
チキンスープカレー
1,100円

北海道食材が
ゴロッと入ったスープカレー

鶏がら、豚骨、野菜を10時間煮込
んだうま味たっぷりの無添加ス
ープに、25種類のスパイスを合わせ
ることで、コクがありつつパイ
シーな味わいに。食材のほとんど
は北海道産を使用しています。

オリジナルの
レトルトカレー



新宿区馬場下町61-9 ☎03-5941-8455
平日 11:30~22:00 ※食材無くなり次第終了
休日なし(年末年始を除く)
MAP P.16-17 D-2



家族で「新宿駅南口」 ショッピング

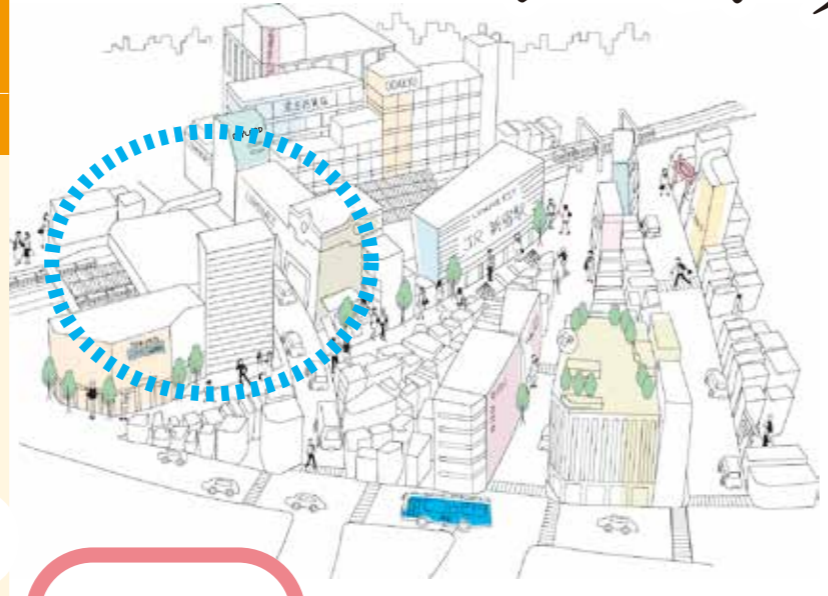
さまざまな
ジャンルがそろろう

Flags

新宿区新宿3-37-1 ☎03-3350-1701(10:00~19:00) ㊿不定休 MAP P.10-11 C-3
 ◎11:00~22:00(タワーレコードのみ23:00)



スタイリッシュなファッション・音楽・スポーツなど、さまざまな角度から新しいライフスタイルを提案するセレクトショップが充実。各店舗が広々と見やすくディスプレイされています。お気に入りのアイテムがきっとみつかりますよ。



再開発が進む新宿駅周辺は、巨大バスターミナルや新しいランドマークがオープンし、どんどん進化しています。そのなかでも今回は、新宿駅南口に注目！デパートやショッピングビルなどが多く立ち並ぶ南口方面は、お買い物を楽しむのにぴったりのエリア。駅からのアクセスもよく、ますます便利になった南口方面で、家族みんなで楽しめるショッピング施設をご紹介します。



人気ショップが
集結

ルミネ新宿 ルミネ1・ルミネ2

ルミネ1 新宿区西新宿1-1-5/ルミネ2 新宿区新宿3-38-2 ㊿不定休 MAP P.10-11 C-3
 ☎03-3348-5211 ◎ショッピング/11:00~22:00、レストラン・書籍/11:00~23:00(店舗により異なる)

人気のセレクトショップが集まっているルミネ。定番ブランドからファッションビル初出店のブランドまで勢ぞろい。レストランも充実していて、幅広い年齢層で楽しめるショッピングスポットです。



TOWER RECORDS

国内最大級の CDショップ

邦楽、洋楽、アニメなど、ジャンルを問わず楽しめる総合CDショップ。インスタライブなどのイベントも多数。素敵なお品一枚との出会いがあるかも！



イベントは
年間800本
以上！



お気に入りの
7枚を探そう

「食」がさらに充実！

タカシマヤタイムズスクエア

渋谷区千駄ヶ谷5-24-2 ☎03-5361-1111 ㊿不定休 MAP P.10-11 C-4
 ◎10:00~20:00(金・土曜日は~20:30) ※12~14階レストランズパークは11:00~23:00

有名ブランドのファッションから食品、美術まで、なんでもそろってデパート。女性、紳士、子ども向けまで充実の品ぞろえで、家族みんなで楽しめます。地下1階「グルメスクエア」では、食品店が続々リニューアルオープン。12~14階の「レストランズパーク」とあわせ、おいしいものが、さらにそろってます。

B1F 食品 高島屋ファーム

安全・安心の食品で 笑顔をお届け

おいしくて、安全・安心で、家族みんなが自然と笑顔になれる食品をお届け。有機栽培の野菜やお米、伝統的な製法で丁寧に作られた調味料など、健康的でおいしい食品がそろいます。



〈樽正本店〉粒いちごジャム(160g) 586円

おすすめ商品



店内のスタイルも
本場仕様

13F レストランズパーク ミゲルファニ

本場のバリエアが食べられる

名実ともにバリエア職人世界一と呼ばれる「スエカ国際バリエアコンクール」の2014年チャンピオンのバリエア専門店。バリエアのほかに日本では珍しいフィデウア(パスタのバリエア)やタパスを直輸入のワインとともに楽しめます。



バレンシア風バリエア

おすすめメニュー

SHIPS

春夏ファッションを 手に入れよう

カジュアルかつスタイリッシュなファッションを提案する、人気ブランド。メンズ、レディース両方のファッションアイテムが豊富にそろいます。



欲しかった服が
見つかるかも



年齢層も
幅広い

bijness by SAZABY

女性の ライフスタイルに 応える

女性のライフスタイルに合ったアイテムを提案。スタイリッシュなデザインのバッグやファッションアイテム、アクセサリが充実しています。



女性への
プレゼントにも

BAREFOOT DREAMS

家族でそろえたい アイテムが集結

オリジナルの心地よい素材が人気のLAブランド。アウターを中心にブランケットやベビー服など様々なアイテムがそろいます。



やわらかくて
肌触りがいいね



こだわりの
食品が
いっぱいだね



B1F 食品 レクレール・ドゥ・ジュニ

パリで人気のエクレア

気鋭のパティシエ、クリストフ・アダン氏が手がける、エクレア専門店がオープン。季節限定のカラフルなエクレアやビスキュイ、フィナンシェなどはおみやげにぴったり。



エクレア 各種
※写真はイメージです

おすすめスイーツ



家族みんなで
食べたい

ルミネ2 2F ファッションフロア

人気ブランドがあつまる 充実のフロア

20代女性に人気の、大人かわいいブランドが集まったファッションフロア。カジュアルファッションを中心にさまざまなアイテムが手に入ります。



おしゅめで
旬なアイテムが
たくさん

nihon no
fashion
cute ne!

お土産や
プチギフトも
駅からすぐ
便利



ルミネ1 7F レストランフロア

レストランも バラエティ豊富

長く親しまれている洋食の名店「つばめグリル」や、人気のベトナム料理店まで、和・洋・中・エスニックなど、多彩なジャンルのレストランが並びます。



老舗店も
あるね

本格レストラン
ばかり





このステッカーが目印!



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 / 丸の内線 新宿駅 / 丸の内線 西新宿駅 / 丸の内線 新宿三丁目駅 / 丸の内線 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

便利になった南口方面を歩く贅沢な大人の散歩

徒歩
約30分
食事・休憩等除く

2 新宿割烹 中嶋でランチ



本格割烹のランチをいただきます。リーズナブルで嬉しい! 柳川鍋定食 900円 新宿区新宿3-32-5 日原ビルB1F

1 START



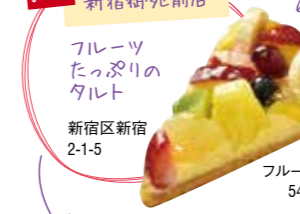
駅を出ると
ミライタワーが
あるよ!

3 新宿御苑で植物散策



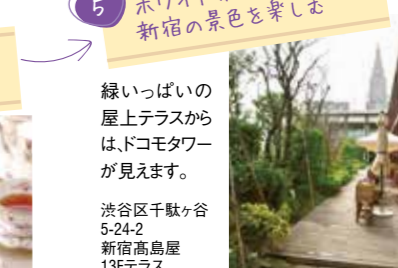
春には、満開の桜を見ることができます
新宿区内藤町11 ※酒類持込禁止、遊具類使用禁止

お土産 フリップス 新宿御苑前店



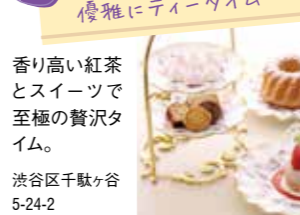
フルーツたっぷりのタルト 新宿区新宿 2-1-5 フルーツタルト 540円

5 ホワイトガーデンで新宿の景色を楽しむ



緑いっぱい
の屋上テラスからは、ドコモタワーが見えます。
渋谷区千駄ヶ谷 5-24-2 新宿高島屋 13Fテラス

4 サロン・ド・ミュゼ・イマダミナコで優雅にティータイム



香り高い紅茶とスイーツで至極の贅沢タイム。
渋谷区千駄ヶ谷 5-24-2 新宿高島屋 4F
お姫様のお茶会〜マリー・アントワネット妃のお菓子たち〜 3,672円

6 GOAL

JR・メトロ 新宿駅 新南改札



達也だんご亭

〒160-0022 新宿区新宿 3-1-22
TEL.03-3351-0101

牛たん とろろ 麦めし ねぎし

「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/>

モバイルサイトはこちら
おいしい味づくりに楽しい街づくり

FUJITA

フジタと描く、未来のカタチ

Daiwa House Group.
 東京都渋谷区千駄ヶ谷4丁目25番2号 千151-8570 Tel.03-3402-1911 Fax.03-3404-8477 www.fujita.co.jp
 建設業許可番号 国土交通大臣許可(特-24)第19796号 宅地建物取引業者免許番号 国土交通大臣(3)第6348号

新宿三丁目貸会議室

www.shinjuku-kaigi.com/

1時間 5000円〜
最大108名様対応

〒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



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20分
食事・休憩等除く

四谷の隠れたグルメと見どころスポットをめぐる

1 START 四谷三丁目駅

2 ココカラで散歩前一杯
 甘酸っぱい梅ジュースでお散歩前のチャージ。お食事もおすすめ。
 新宿区四谷3-6 アスナロビル2F
 梅ジュース 600円

3 トラットリア ドン ジョヴァンニでランチ
 自家製パスタとこだわりの旬の野菜が絶品。
 新宿区荒木町4-4
 外から中まで白ごまとっぴり! 野沢菜お焼きパン 157円

4 ポートレートギャラリーの展示を観賞
 定期的に写真展を開催しています。
 新宿区四谷1-7 日本写真会館5F

5 四谷見附橋の写真撮影
 フランス風クラシック調のデザインが美しい

6 GOAL JR・メトロ 四ツ谷駅



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 新宿歴史博物館
 常設展示では、新宿区の旧石器時代から現在までの移り変わりを、様々なテーマで紹介しています。土日休日はガイドボランティアによるわかりやすい解説を聞くことができます。
 新宿区三栄町22 TEL.03-3359-2131
 開館 9:30~17:30 (入館は17:00まで)
 休館日 第2・4月曜日、年末年始ほか
 常設展示観覧料 一般300円、小・中学生100円
 公益財団法人 新宿未来創造財団

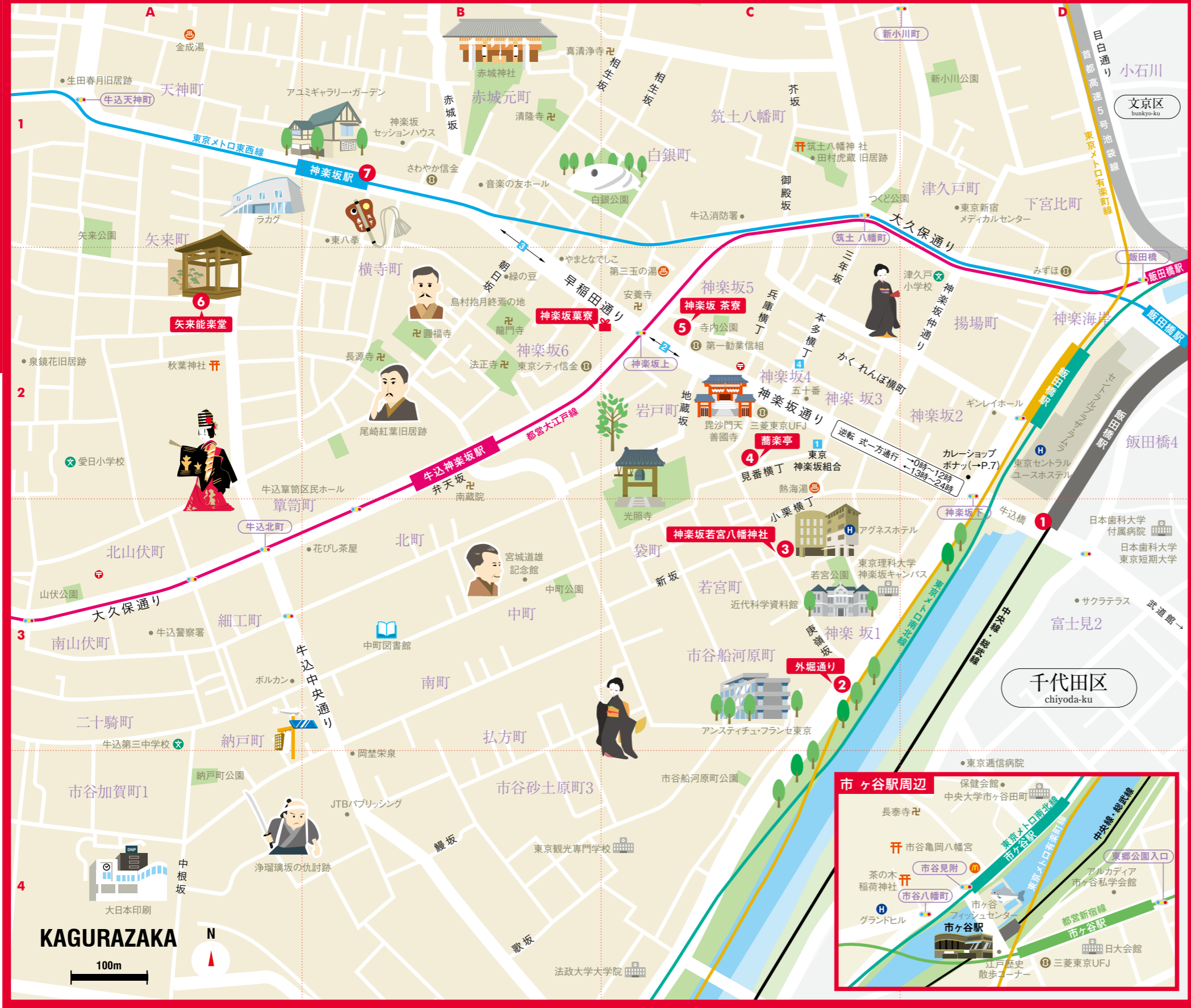


神楽坂

KAGURAZAKA



駅情報
 JR 飯田橋駅 / JR 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

徒歩 約25分
食事・休憩等除く

江戸情緒あふれる歴史の街の“和”を堪能

- START** 飯田橋駅
- 桜並木を見ながら外堀通りを歩く
- 神楽坂若宮八幡神社でお参り
- 蕎麦亭でランチ
- 神楽坂茶寮本店で休憩
- 矢来能楽堂で能楽を見る
- GOAL** 神楽坂駅

春には川沿いに咲く桜を見ることができます。

海老天ざる 1,890円
新宿区神楽坂3-6 神楽坂館1F

お土産 神楽坂菓寮本店
春にぴったりの神楽坂みやげ
新宿区 神楽坂5-21-1
フルーツミックス おこし 486円

隠れ家のような和カフェ。甘さ控えめの和スイーツをいただきます。
新宿区 神楽坂5-9
お茶香る 茶寮の和パフェ ¥874

国の登録有形文化財。公演日には、伝統芸能を堪能できます。
※公演情報はホームページをご覧ください
※見学をご希望の場合はお問い合わせください
新宿区 矢来町60

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、路地や石畳の雰囲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

面影橋停留場出発

おすすめ 散歩コース
 桜の名所と歴史を訪ねる春のお散歩

徒歩 約25分
 食事・休憩等除く

- START**
 面影橋からの景色を眺める
 新宿区西早稲田3丁目
 神田川に架かる橋は、春には人気のお花見スポットです。
- 凸凹キッチンでランチ**
 落ちついた雰囲気のおしゃれカフェ。メニューが豊富でうれしい。
 ボークジンジャー(ライス付き) 870円
 新宿区高田馬場2-7-13
- 水稲荷神社でひと休み**
 落ちついた雰囲気のおしゃれカフェ。メニューが豊富でうれしい。
 ボークジンジャー(ライス付き) 870円
 新宿区高田馬場2-7-13
- 石原松花堂**
 お地蔵様のイラストがかわいい
 新宿区西早稲田 3-21-2
 地蔵煎餅 320円
- 子育て地蔵尊の前で手を合わせる**
 子宝・安産、病気治癒、商売繁盛などの願いが叶うお地蔵様。
 新宿区西早稲田 2丁目
- 茶々工房でお茶を一杯**
 日本茶カフェ。有機栽培無農薬のお茶でほっと一息。
 新宿区西早稲田 2-21-19
 深みどり 500円
- GOAL**
 西早稲田駅



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(貸茶室有)
 益田屋では、初心者のための茶事教室、茶事などを開催。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茶道体験や、イベント等のお手伝いを致します。本店でも体験が出来ます。茶道具などのレンタルも行ってあります。お気軽にお問い合わせ下さい。
<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 良質和牛を使った焼肉と韓国料理の専門店
 韓国料理店「高麗」は韓国の高級レストランの優越さに包まれる店内で韓国本場の味を再現し美味しさを提供しております。個室や宴会場も完備。皆様のご来店をお待ち致しております。
韓国料理 焼肉 高麗(こうらい)
<http://www.ehiroba.jp/kourai>
 新宿区大久保1-12-1 TEL.03-3204-2929
 営業時間 11:00~24:00/ランチタイム11:00~15:00

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など開催しています。
<http://www.regasu-shinjuku.or.jp/> 新宿区大久保3-1-2
 TEL.03-3232-7701 休館日 第2月曜日、年末年始ほか
 開館 9:00~22:00 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

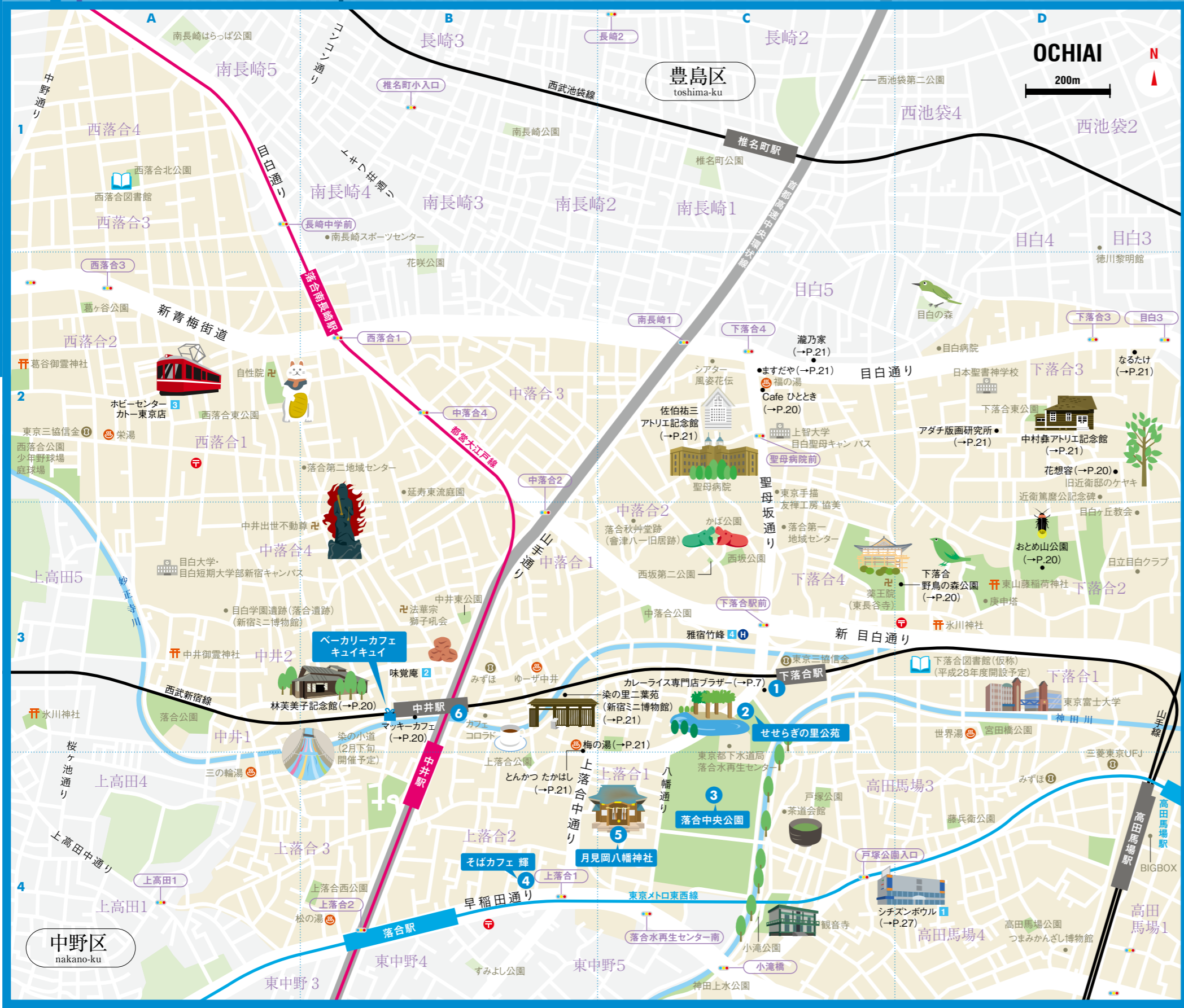
下落合駅出発

おすすめ 散歩コース

徒歩
約30分
食事・休憩等除く

花や緑が豊かな落合でのんびり季節を感じる

- START** 西武新宿線 下落合駅
- 1** せせらぎの里公園で季節の植物を楽しむ
新宿区上落合1-1
ツツジの花と新緑が美しい公園。せせらぎのそばをのんびり散歩。
- 2** 落合中央公園
新宿区上落合1-2
写真提供:新宿区
公園の脇を通る川沿いには桜の木が並んでいます。
- 3** そばカフェ 輝で食事
新宿区上落合2-12-2
手打ちの越前そばとコーヒーが味わえるそば屋カフェ。ソースカツ丼も人気。
ソースカツ定食 800円
- 4** 月見岡八幡神社でお参り
新宿区上落合1-26-19
- 5** パーカリーカフェ キュイキュイ
新宿区中井1-3-4
白あんに卵の黄身を混ぜた自家製あんぱん
キュイキュイパン 1個140円
- 6** GOAL 西武新宿線 中井駅



シチズンポウル
 高田馬場駅より、徒歩7分のアクセスにある、都内最大級40レーンのボウリング場です。小学生以下のお子様でも投球できる滑り台、ガターレスレーンも完備。また、手作り料理セットプラン(立食150名可)は大変好評を頂いています。
 シチズンプラザ 営業企画部
<http://www.citizen-plaza.co.jp/index.html>
 新宿区高田馬場4-29-27 TEL.03-3363-2217
特典 本誌「新宿plus」ご提示で、5名様まで ※レンタルシューズ代別途350円 **2ゲーム目無料**

本場紀州南高梅の梅干を! 都内でも希な梅干専門店
 昭和32年創業。和歌山の工場より毎日入荷! 全国の百貨店や有名ホテル、料亭でご利用いただいている本場の紀州・南高梅を試食しながらお買い求めいただけます。
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

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」直営のショールームです。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

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



がまぐち小(絹) 1,620円

5 おみやげは染物アイテム

川沿いを歩いて二葉苑へ。1920(大正9)年創業の伝統ある染物工房。予約すれば、染物体験や見学もできる。反物の生地でできたがま口を買ってほしい。

二葉苑
新宿区上落合2-3-6
☎03-3368-8133
MAP P.18-19 B-3



この散歩コースで使った全額 **3,300円**



とんかつ定食 850円

3 お昼はとんかつ定食

さて、こちらでお昼にしよう。机の上に並べられた雑誌を読みながら、出来上がり待ち。ボリューム満点でサクサクのとんかつ定食をいただきます。

とんかつ たかはし
新宿区上落合2-6-3
☎03-3368-7846
MAP P.18-19 B-3

落合の真ん中を流れる妙正寺川。昔は、川のほとりに染色関連業者が軒を並べていたという。



妙正寺川をわたり下落合方面へ



2 文化人の生活に触れる

作家・林芙美子が晩年を過ごした林邸。客間や書斎など、邸宅の中を歩いて見ることができ。ここで名作が生まれたんだなあ。



林芙美子記念館
新宿区中井2-20-1
☎03-5996-9207
MAP P.18-19 B-3



オリジナルコーヒー 220円

1 カフェでさっそくおみやげ

中井駅を出てすぐのカフェの店先で、かわいいパッケージのコーヒーを発見。お店のオリジナルブレンドで、地元でも人気らしい。娘に買って帰ろうかな。



マッキーカフェ
新宿区中井1-3-2
☎03-5330-1134
MAP P.18-19 B-3

START

僕は中井駅から出発



編集部おすすめ 散歩コース **落合** OCHIAI

約 **3,000円** で

落合を歩こう!

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、下町風情を残す伝統と芸術の街、落合へ。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。



編集デスク 32歳

テキパキ働くまじめさん。趣味は読書。最近、着物や華道など、日本の伝統や和のものが気になっている。



編集アシスタント 23歳

元気いっぱいの人。新しいものが大好き。休日は都内の猫カフェめぐりへ。



5 ここにも素敵なアートが

浮世絵の技術を受け継ぐ木版画の工房。ショールームでは復刻版浮世絵や木版画が展示・販売されています。

アタチ版画研究所
新宿区下落合3-13-17
☎03-3951-2681
MAP P.18-19 D-2



この散歩コースで使った全額 **2,940円**



絵がき1枚 60円

メモ帳 200円

3 アートなポストカードとメモ帳をゲット

数々の名画を残した中村森のアトリエ記念館へ。1916(大正5)年から創作活動していたアトリエを、復元したのだそう。絵画マニアの私にはたまらないスポットね。



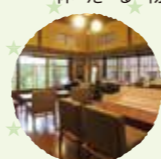
中村森アトリエ記念館
新宿区下落合3-5-7
☎03-5906-5671
MAP P.18-19 D-2



あんみつのセット 1,000円

2 絶品のあんみつとお抹茶と一緒に

趣あるカフェで、好きなあんみつをいただきます。店内には和小物や着物が展示されているので、洗練された美を眺めながら休憩できます。



花想容
新宿区下落合2-19-21
☎03-3565-3265
MAP P.18-19 D-2



1 まずは自然に癒される

閑静な住宅街のなかにある公園。落合秘境と呼ばれるほど自然林が残っていて、湧水をたたえた池があります。



おとめ山公園
新宿区下落合2-10
☎03-5273-3914
MAP P.18-19 D-3

START

落合のアートを探しに行くわよ



落合 6個入り 1,325円

5 「落合」の焼印がついた定番みやげ

求肥とせんいが中に入っていて、ぜんざい巻とも言われています。家族へのお土産に買ってほしいです!

御菓子司ますだや
新宿区下落合4-25-13
☎03-3951-2579
MAP P.18-19 C-2



この散歩コースで使った全額 **3,293円**



4 人気の鴨せいろでお昼にしましょう

お昼は、おそばで決定。コシがありつつ優しい食感のおそばを、鴨せいろでいただきました。

瀬乃家
新宿区下落合4-26-8
☎03-3954-1231
MAP P.18-19 C-2

3 有名な落合三館のひとつへ

聖母病院の近くに、画家佐伯祐三の復元されたアトリエがあります。館内では、この周辺を描いた「下落合風景」を見ることが出来ます。昔の落合はこんな感じだったんだ。

佐伯祐三アトリエ記念館
新宿区中落合2-4-21
☎03-5988-0091
MAP P.18-19 C-2



プレーンワッフル&スペシャルブレンド 780円

2 ワッフルでおいしいひととき

聖母坂通りを上ったいたら、良い感じのカフェ発見! お昼前だけと、出来たてサクサクのワッフルをいただきます。

caféひととき
新宿区下落合4-25-7
☎03-3950-3730
MAP P.18-19 C-2

1 まずは公園でリフレッシュ

緑が生い茂った公園で和みの時間。自然のパワーをチャージして、いざお散歩へ!



下落合野鳥の森公園
新宿区下落合4-8
☎03-5273-3914
MAP P.18-19 D-3

START

初めての落合散歩へGO!



ART & Cafe

Vol.4

アートな気分で
ひとときのお茶を

泉麻人さんと めぐる早稲田の アート&カフェ



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4回は、早稲田の魅力ある建築物をテーマにめぐります。



坪内博士の 仕事部屋を眺める

館内のこの部屋は坪内逍遙が
仕事場として使っていた
所。天井に“小羊”と花の凝っ
た紋様があしらわれている。
本棚に並んだ坪内訳のシェイ
クスピア本の表紙は当時“シェ
イクスピア”だったのだ。



早稲田大学演劇博物館

新宿区西早稲田1-6-1
☎03-5286-1829
🕒10:00～17:00(火・金曜日)
本館カウンター・展示室は19:00まで
📞お問い合わせください。
MAP P.16-17 D-2



坪内さんと握手すると
いっていいからいい



僕は慶応の出身なので、
早稲田という不意に対抗
意識を抱いてしまうところ
もあるのだが、ここにはなかなか見
るべき名所が多い。今回の早稲田
散歩、まずは、エンパクの愛称で
親しまれる構内の演劇博物館を
訪ねた。正確には、坪内博士記念
の冠が付くこの施設、シェイクスピア
研究の第一人者、坪内逍遙の功
績を記して昭和3年に建設された
もので、ロンドンのフォーチュン座を
模した正面玄関にステージを置い
た行末が目にとまる。

館内には、日本の能や歌舞伎か
ら寺山修司のアンケラ演劇、世界
各国の民族舞踊、シェイクスピアを
はじめとする西洋演劇、映画やテ
レビ番組のコーナーまで、演劇、芸
能に関する資料が多岐にわたって
展示されているけれど、坪内博士
が使っていた仕事部屋も見所。天
井にチャーミングな羊の装飾が象
られているが、コレ「逍遙」小羊の
シャレが掛かっているんですね。



一旦キャンパスの外に出る
と、正門手前の一角にユニ
クな建物がある。日本の
ガウディの異名をとる建築家、梵
壽綱氏が手掛けた「ドロード和世
陀」。手の込んだ彫刻やタイル装飾
を施した外観も目を引くが、玄関
から洞穴のような通路を奥へ行く
とロビーにも大きな手をイメージ
したオブジェやステンドグラスの装
飾がある。この5階建のビル、1階
はギャラリーやアンティークの店舗
が入っているが、2階からは分譲
マンション。いったいどんな感じの人
たちが住んでいるのだろうか。



馬場下町の交差点から
正門前へ入っていく学生通
りからも古い店が消えつつ
あるけれど、ただ一軒、もう60年余
りがんばっている喫茶「ぶらんたん」
でひと休みして、最後に早稲田の
シンボル・大隈講堂と傍らの大隈
庭園に立ち寄った。



大隈重信の没後、関東
大震災時の中断を経て昭
和2年に竣工した大隈講
堂。頂上に王冠風の飾りが載った
チューダー・ゴシック様式の建築は
いつ見ても美しい。今回初めて講堂
のなかを見学させてもらったが、使
い込んだ木の舞台に立つた古えの
学者や政治家、役者の姿を想像し
つつ長い歴史の重みを感じた。



大隈庭園

新宿区戸塚町1-104
🕒月～土の授業実施日
4～9月 9:00～17:00
10～3月 9:00～16:30
📞1～3月・天候不順日
MAP P.16-17 D-2



和洋折衷の庭園でくつろぐ

明治20年に完成した大隈重信邸の
庭園を下敷に大正11年、早稲田大
学に寄贈された。日本庭園と英国庭
園の趣を兼ね備えた園内には、後
年に韓国や中華民国の卒業生から
贈られた鐘や獅子像もある。



大隈記念講堂は
平成19年に国の
重要文化財に登録された



都の西北ワセダの シンボル

関東大震災を経て、昭和2
年の秋に竣工した大隈記念
講堂。王冠風の装飾が印象
的な時計塔の高さは、大隈
が唱えた“人生125年説”に
あやかって125尺(約38m)
になっている。



早稲田大学 大隈記念講堂

新宿区戸塚町1-104
※講堂内を使用するには申
込が必要です。詳しくはお問
い合わせください。
☎03-3203-9746
MAP P.16-17 D-2

喫茶ぶらんたん

正門前の学生通りに昭和25年に開店し
たクラシックな喫茶店。2階の窓際の席から
店内を見渡すと、梁を渡した天井の造り
など往年の山小屋風だ。そんなムードには
ウインナーコーヒーが似合う。

建築物の
美しさを
お土産に



自家焙煎の
ウインナーコーヒート
レアチーズケーキ

ポストカード 各100円
しおり 各100円



新宿区戸塚町1-101-13
☎03-3202-8333
🕒11:30～18:00
📞日・祝
MAP P.16-17 D-2



歴史と文化をめぐるぶらぶら散歩

★四谷編★

高須藩主松平家
上屋敷の庭園の泉水の跡
明治以降は花柳界が
あった。現在の荒木町の
元となっている。

四谷といえば頭は
浮ぶのが鶴屋南北の
戯曲『東海道四谷
怪談』の作中が
初演されたのが
赤松、伊右衛門
夫妻没後、二百年
実際は内通な家産で
怪談とはかなり
ちがったようだ。神社を
訪ねてみると昔の
女性の姿が目につく
道徳せはせんた
陽明寺と共に昔道
上達経経びに
ご利益があるといっ
つこ四谷は路地の多い
街だけに角を曲がると
新しい発見にワクワク
するエリアです

元禄七年
（一六九〇年）製作
された水戸黄門の
阿弥陀如来坐像

人気はかつ丼。3種のうち
サクサクの「かけかつ丼」
を注文（1,200円）。
厳選した食材で
作るかつ丼はパ
リと食べらる

江戸時代の消防風景のジオラマや
大正時代の消防自衛車の展示など
見どころ
消防博
物館

天保七年に製作された
三十六歌仙絵。
選ばれた歌人と
和歌を一枚の絵に
仕立てたもので
社宝となっている（須賀神社）

区内でも数少ない戦災を
免れた江戸時代の山門と
本堂が残る（本性寺の山門）
屋沙門堂も江戸時代の遺物。

家康十六将の一人、服部
半蔵は伊賀者で古い
江戸城西門近くに居を
構え整備にあたり、た
だの名手で西念寺に
現存する

イラスト/ヨシダケン

歴史をたどる
今回出会った史跡・文化財



博物館



新宿歴史博物館
三栄町22

古代から現代までの新宿区に関する資料を保管している。模型や実物大再現などで新宿の歴史を紹介する常設展示のほか、特別展も開催。

MAP P.12-13 D-2



消防博物館
四谷3-10

消防の歴史と今を、体験しながら知ることができる。ヘリコプターのシートに座ったり、消防服姿で撮影できるコーナーも。

MAP P.12-13 C-3



史跡・文化財等



服部半蔵の墓
若葉2-9 西念寺

伊賀者の頭領・服部半蔵の墓。家康からの拝領と伝えられる植も残る（通常非公開）。

MAP P.12-13 C-3



高松喜六の墓
若葉2-8 愛染院

甲州街道の宿場「内藤新宿」の開設を幕府に願い出た高松喜六の墓。

MAP P.12-13 C-3



美濃国高須藩主松平家
上屋敷跡（策の池）
荒木町10

江戸時代の松平頼重屋敷の庭園の池の一部が残る（TOPICS参照）。

MAP P.12-13 C-2



神社・仏閣



須賀神社
須賀町5

四谷の総鎮守。毎年6月の例大祭のほか、11月には西の市も行われる。「三十六歌仙絵」は区指定有形文化財。

MAP P.12-13 C-3



於岩稲荷田宮神社
新宿区左門町17

四谷怪談で有名なお岩さんの屋敷跡。実在したお岩さんは働きの女性で、その家が繁盛したことにあやかって稲荷社ができた。

MAP P.12-13 C-3



永心寺
須賀町11

曹洞宗の寺院。新宿区では珍しい江戸時代の山門と本堂が戦災を免れて残っている（内部は通常非公開）。

MAP P.12-13 C-4



笹寺（長善寺）
四谷4-4

二代将軍・徳川秀忠ゆかりの寺院。寺の宝物には、秀忠の正室・お江の念持仏である「めのう観音」（通常非公開）も。

MAP P.12-13 B-3

TOPICS

「撰津守の街」荒木町と「四谷の寺町」若葉・須賀町

東京メトロ四谷三丁目駅の北側に出て、荒木町界隈へ。駅から見てゆるやかな下り坂が続く、多士済々の个性的な飲食店が並ぶ。歴史と文化を感じさせる、ムードたっぷりの繁華街だ。

時代の面影を探してみても楽しい。一方、甲州街道を挟んだ南側、若葉・須賀町は寺社の街であり、かつては四谷南寺町と呼ばれた。通りに沿って、歴史ある寺が建ち並ぶ姿は壮観だ。

独特の景観が生まれたのは、江戸時代、寛永13（1636）年前後にさかのぼる。この年、幕府は全国105家の大名を動員し、江戸城の石垣や外堀の普請（工事）を行った。それに伴って、千代田区麹町界隈にあった寺社が西に移転してきたのだ。

社寺をひとつひとつめぐると、街歩き好きや歴史ファンにはおなじみの名前に出合う。四谷の総鎮守であり、三十六歌仙絵が有名な須賀神社。四谷怪談で有名なお岩さんに由来する、於岩稲荷田宮神社。服部半蔵の墓がある西念寺。甲州街道の「内藤新宿」開設を請願した高松喜六や国学者、塙保己一（平）の墓がある愛染院。鬼平犯科帳の主人公・長谷川平蔵の供養碑のある戒行寺……。一日で回りきるのには大変なほどだ。

江戸時代の風情が、現代の街並みのなかにとけこむ四谷。江戸の歴史や文化に触れられるスポットをめぐっていると、都心にいながらゆったりとした時間の流れが感じられるだろう。



荒木町の街並

江戸時代の終わりで、ここには美濃国高須藩現崎早島海津市松平撰津守の上屋敷があった。「策の池」はその庭園の池の一部が残されたもの。天下人・家康が鷹狩の際に、もちを洗ったことから「策の池」の名がついたという。池のほとりには「津の守弁財天」が祀られているが、これは「撰津守」に由来。街の東側を通る「津の守坂」ことにも、武家の時代の記憶を留めている。

明治維新後に屋敷地が解放されると、周囲は花街として賑わい、現在の荒木町へと発展していった。街並みや「策の池」を眺めながら、時代



長谷川平蔵宣以供養碑



FILE 04

ジューブラボーズ★タカオ推薦 有名シェフの フレンチ

ホテル・ドウ・ミクニ

ジューブラボーズとは、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...



を、ミクニならではの感性で仕上げた一品はどれも絶品。僕の大好きなワインも、極上のセンスでセレクトされたものばかりです。うちの女房もだ



ど、ここは女性を虜にする店だよ。四谷には名店やうまい店がたくさんありますが、ガツガツしていないおっとりとした雰囲気が、他の繁華街にはない魅力。家族や大切な人と、ぜひ行ってみてくださいね。

Takao's Choice



ども、ジューブラボーズのタカオです。僕が「新宿plus」読者の皆さまにぜひご紹介したいのが、四ツ谷駅から徒歩7分の場所にある「ホテル・ドウ・ミクニ」。フランス料理の有名シェフで、僕の友人でもある三國清三がオーナーシェフを務めるレストランです。もうかれこれ20年近く、「今日はおいしいフレンチが食べたいな」というときに訪れています。国内外の旬の食材

開店31周年記念特別メニュー(前日までに要予約)
ディナー/30,000円 ※ランチについてはお問い合わせください。
a.天然真鯛のスフレ仕立て、サフランの薫り、フルーロンとマトフォンデュ添え
b.マリア・カラス、ミクニ風、東京の五種の温野菜添え、竹炭の泡を添えて

新宿区若葉1-18 ☎03-3351-3810 月 MAP P.12-13 D-4
☎ランチ/12:00~14:30(L.O.) ディナー/18:00~21:30(L.O.) (日曜日を除く)

ジューブラボーズ★タカオ
本名、飯塚隆雄。株式会社丸正飯塚代表取締役会長、東京商工会議所新宿支部副会長。

料理もワインも絶品！
さすが一流は違うね★



SHINJUKU + plus PRESENT

読者プレゼント

PRESENT 1 新宿区にある
2つのレストランのお食事券・
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。



レストラン Granna
新宿中村屋
Grannaの「新宿plus 特別コース」
(5,000円)に2組4名様をご招待します。
期間:9月1日(木)~2017年1月31日(火)



レストラン Granna 新宿中村屋
新宿区新宿3-26-13 新宿中村屋ビル8F
☎03-3352-6167 MAP P.10-11 C-3



HERB & SPICE GRILL
TOKYO KITCHEN
TOKYO KITCHENでご利用可能な
お食事券5,000円分を2組4名
様にプレゼントします。



HERB & SPICE GRILL TOKYO KITCHEN
新宿区新宿3-32-10 T&Tビル7F
☎03-5341-4505 MAP P.10-11 D-3

PRESENT 2 シチズンボウル ボウリング2ゲーム無料券

2



シチズンボウルのボウリング2ゲーム
無料券(1,240円)を20組40名様に
プレゼントします。※別途レンタルシューズ
代(350円)を申し受けます。
新宿区高田馬場4-29-27 ☎03-3363-2215
MAP P.18-19 D-4

PRESENT 3

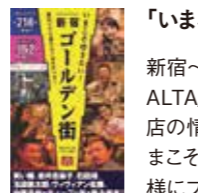
3



山口智充さんサイン入り色紙
山口智充さんの直筆サイン入り色
紙を3名様にプレゼントします。

PRESENT 4

4



「いまこそ行きたい! 新宿ゴールデン街」
新宿~御苑~四谷タウン誌「JG×STUDIO
ALTA」のムック第3弾!ゴールデン街の218
店の情報に加え、歴史や文化も紹介した「い
まこそ行きたい! 新宿ゴールデン街」を20名
様にプレゼントします。

PRESENT 5

5



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30名様にプレ
ゼントします。

締め切りは
2016年
8月22日(月)
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.5は、2016年秋に発行予定です。お楽しみに!

新宿区で輝く人 “シンジクニスト”
shinjukunist

vol.4 CAPOLAVORO
鳥海 将彦 シェフ

色鮮やかで体想いの 野菜イタリアン



いろんな人が
行き来する
高田馬場だからこそ、
やりがいがあります!



鳥海 将彦

CAPOLAVOROシェフ。日本で修行
した後、25歳でイタリアへ渡る。ミラノ
にある、ミシュラン一つ星に輝くレスト
ランJOIAで4年間修行。セコンドシェ
フを務めた。2012年12月、高田馬場
にCAPOLAVOROを開店。



CAPOLAVORO カーボラヴォーロ
新宿区高田馬場2-14-5
☎03-5287-5991
平日 11:00~14:30
17:30~22:00
土・日 11:00~14:30
17:00~22:00
なし MAP P.16-17 B-1

も虜にする人気店だったので。まかない料理ももちろん野菜を使った料理だけ。「食べ物で体が変わる」と自ら体験した鳥海さんは、日本に帰国し、高田馬場に野菜料理を中心としたお店をオープンすることにしました。

「一番大切にしているのは、「より自然に近い状態の食材を、お客様のもとへ料理として提供すること」。信頼している農家さんから、本当に良いものだけを仕入れているそうです。

「野菜が届いたら、まず食べます。どう調理するかは食べてから考えます。同じ野菜でも収穫時期によって味が

高田馬場で無農薬野菜のおいしさを発信し続けるシェフ

変わりますから、ひとつが最もおいしい調理方法」

調理方法は、野菜だけでなく、お客様にも合わせます。お客様や季節によって、味付けも調節するそうです。

メニューには、野菜料理だけでなく肉料理もそろっているのですが、女性でも男性でも、体に優しくきちんとおいしいイタリア料理を、心ゆくまで味わうことができます。

「高田馬場は学生の街ですが、食にこだわりのある大人の方も多いため、いろいろな方と出会えるからこそ、やりがいがあります」

鳥海さんが手掛ける料理によって、みずみずしい野菜の本当の魅力を知ることが少しずつ増えています。



自然の恵み12種
3,780円

新宿四谷の地に創業し、おかげさまで97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97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	MAP P.12-13	C-3
若葉店	新宿区若葉2-12	TEL.03-3358-1231	MAP P.12-13	C-4
北新宿店	新宿区西新宿7-7-19	TEL.03-3367-1331	MAP P.10-11	B-1
			MAP P.16-17	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/>



美味しさはいつも新宿から

MAP P.10-11 C-3

MIPPOINT

4月6日(水)

エムアイポイント誕生。

エムアイカードのご優待が
新たなポイント特典に生まれ変わりました。

※現状お持ちのカードをそのままご利用いただけます。

<p>お買いあげ額の最大10%ポイントが特典として貯まります。</p> <p>ポイントは、レジで1ポイント=1円から使えます。</p>	<p>5% ポイント</p> <p>基本</p>	<p>8% ポイント</p> <p>年間30万円以上お買いあげで</p>	<p>10% ポイント</p> <p>年間100万円以上お買いあげで</p>
---------------------------------------------------------------------	---------------------------------	---------------------------------------------	-----------------------------------------------

詳しくはこちら ▶▶▶ www.mipoint.jp



新宿中村屋本店が生まれ変わりました。

新宿の街とともに百有余年歩んでまいりました新宿中村屋本店が、次の100年を目指し新たな味と文化を提供していくべく、新宿中村屋ビルとしてリニューアルオープンしました。

8F

RESTAURANT **Granna**
**中村屋



次の中村屋の味を提案していく、ゆったりとしたダイニングレストランです。
Tel.03-3352-6167

B2

RESTAURANT **Man'na**
**中村屋



昭和2年発売の純印度式カレーなど、伝統の料理を提供するレストランです。
Tel.03-5362-7501

B1

Bon!na
**中村屋



ここだけ、できたて、とっておきの中村屋の「新しい食」をお届けするスイーツ&デリカのお店です。
Tel.03-5362-7507

3F

中村屋サロン
I 美術館 I
MURAKUMI SALON MUSEUM



明治末から昭和初期にかけて中村屋で生まれた芸術・文化等を紹介する美術館です。
Tel.03-5362-7508

MAP P.10-11 C-3

新宿 中村屋



新宿plus vol.4

2016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2016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)。

オフィシャルムービー SHINJUKU 9 Stories \Webにて公開中! /

新宿観光振興協会チャンネルにて、新宿の多様な表情を描いた、オフィシャルムービーを公開中です。街の風景やイベントなど、日本の伝統文化と多様な刺激にあふれた新宿を、インタビューを交えた9つのストーリーで描いています。

www.youtube.com/c/Kanko-shinjukuJp

