

歩いて・見て・発見するノート・マガジン

歩記 くにたちあるき 国立



vol.6

Spring

TAKE
FREE

特集:花いっぱいのくにたち

大学通りの桜並木 / 桜を植えた国立会

国立特産はちみつ / 春の俳句

みどころマップ / 伽哩なる一族



おいでなさいませ

華三昧に

胸騒ぐ

おぼろ月夜に

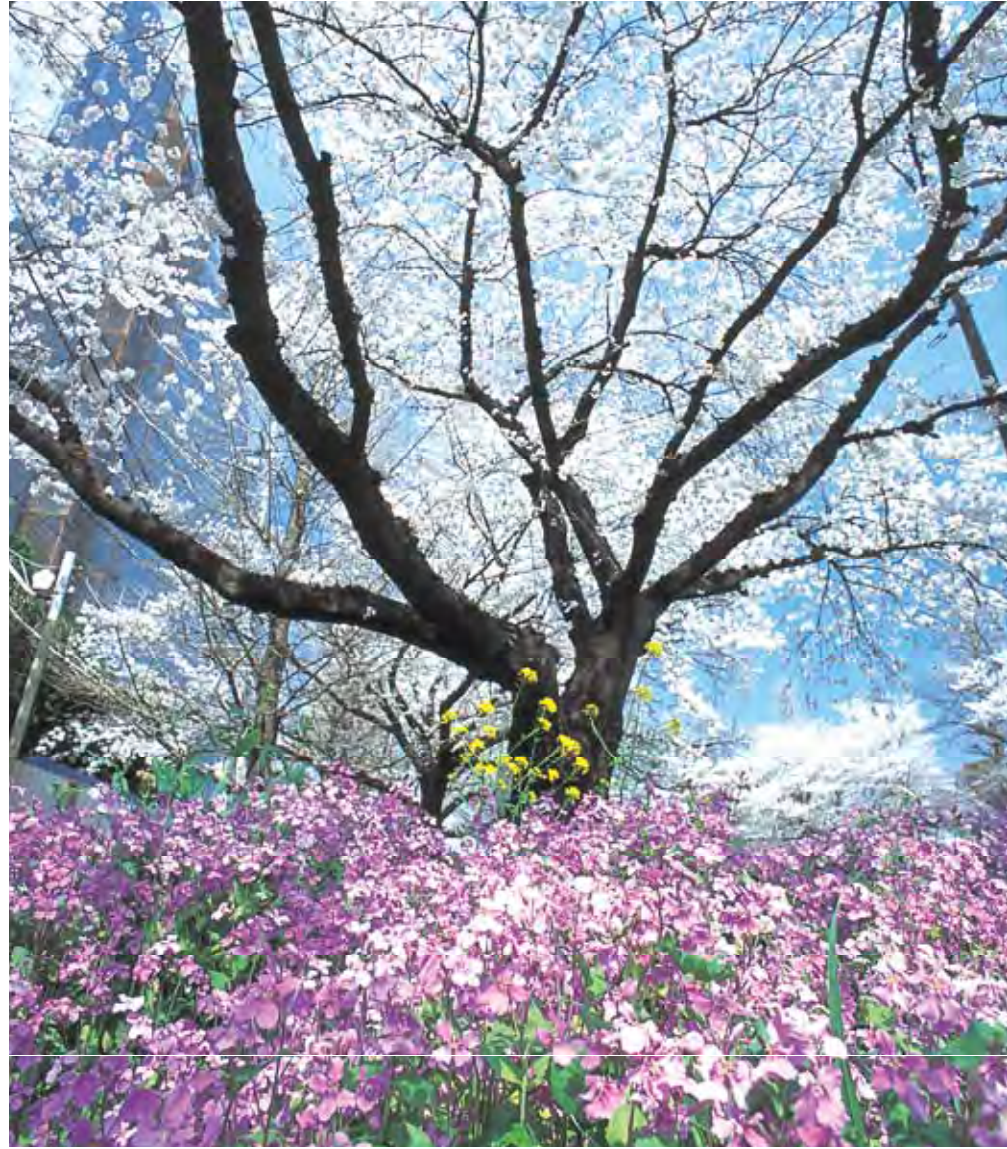
世間はせまい

道中めでたし

草だんご

春はあけぼの

大学通りの桜並木



撮影(表紙とも):飯島浩(くにたち一芸塾写真クラブ)桜の手前に植えられているのは肥料にもなるムラサキハナナ

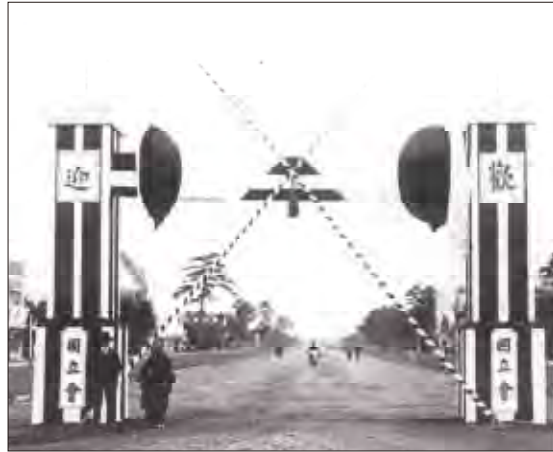
雑木林の真ん中に大学がやってきて
このまちが大きく発展するとき
その変化を受け入れ、希望に燃えて
まちをつくった人々がいた。

その先人たちが植えた桜は
春ごとに、生きる豊かさを教えてくれる。
一年でいちばんこのまちが美しい季節。
外に出て、思いっきり背伸びして
胸をときめかせながら 歩こうよ。



昭和初期の国立駅前。三角屋根の駅舎、ロータリーには水禽舎も。左の建物は国立を開発した箱根土地(株)の本社。実業家の堤康次郎は、1日に数台の車しか通らない当時、幅24間の大学通り(駅前ロータリーは30間)をつくり、国立駅舎とともに、学園都市の表玄関のシンボルを整えた。大学通りに桜はまだ植えられていない。写真:『まち、ひと、くらし—写真でみるくにたち—』(くにたち郷土文化館)より

MAP番号は、P5の地図上の番号に連動しています P5/MAP1



「右上」昭和5年の国立駅前から大学通りを見る。桜はまだ植樹されていない。右の着物姿が関喜太郎氏。商大専門部に続き、本科の学生たちがいよいよ移ってくることは商人にとっても大歓迎だった。下宿屋が2、3軒出来たがとも足らず、国立会は駅前で学生を歓迎し、希望を聞いて各家庭で預かっていたという。写真:「くにたち商店街形成史」(国立の自然と文化を守る会編)より
「右下」国立会の昭和3年の発会式。商人や住民、駅長に駐在さん、商大(現橋大学)専門部の体育教官だった千葉竹治氏など学校関係者、役場や元村長など30人あまり。関喜太郎氏は前から3列目、右から4番目。写真:「くにたち商店街形成史」(国立の自然と文化を守る会編)より
「左上」昭和30年代、大学通りの通学風景。桜はかなり成長。車の数はまだ少なく、道の真ん中を歩けるほど、のびのびとしていた。写真:「まち、ひと、くらし—写真でみるくにたち—」(くにたち郷土文化館)より

桜を植えた国立会

昭和10年ごろ、大学通りに桜を植えたのは、国立地区の初めての町会である国立会。元国立市商工会会長の関栄一さん(現(株)せきや会長)のお話によれば、

「当時の大学通りは、だだっぴろくて殺風景なので、今上陸下のご誕生を記念して桜を植えようということになった。箱根土地の了解も得なければならぬし、資金も含めて国立会が引き受けたんです」

父親である関喜太郎さんが会計を、箱根土地の社員であった小野照三さんが苗木の買いつけを分担。国分寺や小平から親指大の小さな苗木を買って、小口金太郎という植木屋さん

が植えたのだという。

そして翌年からは、栄一さん含め当時の谷保村青年団国立支部(魚屋、肉屋、洋服屋など若者の集まり)が、春先、根元の草むしりや、鶏糞など肥料を施して桜の世話をした。

「桜は3年4年たつと、どんどん伸びるようになった。親父がよく言っていたが、ソメイヨシノを仕入れたはずなのに、育ったら葉桜だのもまざっていた。あとで怒っていたよ」

今となっては、その混在もうれしい桜並木。80年前の先人の努力に感謝しつつ、手入れによっては百年以上もつかもれないという桜の命、未来へ確実に受け渡していきたい。

くにたち桜守

「桜守」をご存知ですか? 弱った桜の手入れからゴミ拾いまで、桜の環境を守る市民活動です。その活動に国立市の小中高生も参加しています。桜守代表の大谷彦さんが子どもたちに期待するのは ①自分の街を好きになる ②地域の人を知る ③桜を知ること環境を考えるようになる、こと。

子どもたちの作業は、桜の植樹、桜の根を守るためのムラサキハナナの種蒔き、肥料づくりに肥料まき、ポスターの作成など。実際にする作業は小さなことでも、それが桜の命を守ることに通じるのだと子どもたちは学んでいます。活動に関わったことで、将来環境に携わる仕事につきたいという思いを卒業文集に書いた子もいます。

国立の桜を守っていくために自分たちに何が出来るか、ちょっと考えてみませんか。

(コラム取材 鈴木三和)





なまず句会
お菓子を持ち寄り、にぎやかに
行われる。宗匠の安藤二庵先生
曰く「俳句を好きになりたい人、
そして俳句を通して人間を好きに
なりたいたい人に最適な場所です」

CatFish/ 国立市東3-17-28 / ☎042-572-0100

そのほか、くにたちにある句会 ……………

●ひこばえ会

介護老人福祉施設「くにたち苑」の入所者と市民ボランティア(随時募集中)の交流の場。第一水曜10:30～。
☎080-5466-6180(中島)

●燎(りょう)句会

分会が3つある句会。東防災センターではNHK学園講師の山崎千枝子先生が指導。ほかに郷土文化館でも。
☎042-572-2275(小宮)

●国立俳句会

初心者でも馴染みやすい気軽な雰囲気。第三金曜13:00～。東防災センターか公民館。

☎042-573-3068(下瀬川)

●天頂俳句会

講師は國學院大學文学部教授・波戸岡旭先生。月1回。東防災センター。☎080-5466-6180(中島)

ほんやらのなまず句会訪問記

冬が去って春が来る。梅や桜を見上げている時、
春風がそっと頬をなでた時、ふっと心に湧く言葉。
心得なんていない。あなたへの想いを表現できる場所は、ほら、くにたちのあちこちに。



紙漉きや晒して白の色を待ち(俊坊)
ももひきを脱げぬ熟女や春寒し(花緒)

「ほんやらのなまず句会」は、ギャラリーカフェ「Cat Fish」で毎月第三日曜に行われる句会。「季節も兼題(お題)も年齢も生い立ちも、気にせず気軽に楽しめる句会」と代表の関増雄さんが言うように、30～80歳代まで、幅広い年齢層が参加している。遠くは千葉から通ってくる人も。会員は句会に7句、持ち寄る。集められた句から、各人「選」5句、「特選」1句を選んで、みんなでワイワイと評するのが、句会の流れだ。

避寒宿しおり動かぬ文庫本(わけ)

陽だまりやこの陽だまりの去り難し(猫魚)

取り出せば春溢れ出すチラシかな(敬記)

梅が切る確かな巡り野に畑に(酔文)

2 P5/MAP2

一橋大学生 × 国立農家 春 国立産野菜の春の顔

文:白井琴美/一橋大学社会学部1年
ぽかぽかとした暖かい春がやってきました。ここ国立でも、色とりどりの野菜たちがすくすくと育っています。春にお目見えする野菜のひとつに、古くから東京西郊の山のふもとで栽培されている「のらぼう菜」があります。今では珍しい野菜となってしまいましたが、江戸時代には飢饉のときに多くの人々を救ったと言われていたくらいポピュラーな野菜でした。冬の寒さにぐっと耐えて、春がやってくるとぐんぐん伸びていくのらぼう菜、くさがなくて、おひたしやごま和えにするとやさしい味わいが口いっぱいに広がります。また、油ともよく合うので炒めてもとってもおいしいです。数年前からのらぼう菜を育てている国立農家の遠藤好一



さん(写真)からのメッセージは、「新鮮なものはよりいっそう、のらぼう菜のやわらかさや甘さが感じられるはず。せひ、ゴマ油とめんつゆをかけたおひたしで食べてみてください」



のらぼう菜

「のらぼう菜」洋種ナタネに分類されるアブラナ科の野菜。栄養素も大変豊富で、カルシウムはほうれん草のおよそ2倍、ビタミンCはおよそ3倍含まれている。

イラスト:中野華衣
(一橋大学社会学部1年)

くにたち野菜と地域食材の店「とれたの」

運営母体は「NPO法人KF人間環境キーステーション」。一橋大学の学生と商店街、市民が協働し、地元の生産者と消費者を結ぶ「地産地消」を目指して活動中。

国立市富士見台1丁目7番地 富士見台団地1-1-103
☎042-573-3444 [OPEN]10:00～18:30 [定休]日曜
[ホームページ]http://www.human-environment.com/103/

3 P5/MAP3

花いっぱいでの国立で 特産のはちみつをつくらう!

トロ〜リ♥



国立市生活環境部長の山崎順一さんは、自宅(日の出町)で約8万匹のミツバチを飼っている。「週に一回はハチの様子を必ずチェックします。見よう見まねで3年、去年は36ℓのはちみつがとれた。素人でもがんばればできるという証明にはなったかな。ただ刺されないための注意は必要ですね」

もともとは国立ではちみつをつくっている佐伯有行さん(国立歩記第3号の記事参照)に声をかけられたのがきっかけ。その後市の産業課でも佐伯さんを講師として、研修会を開催し、市内では、数人がすでにミツバチを飼っているという。山崎さんの場合は自宅の畑や庭に30種類もの花や野菜を植え、4箱の巣箱を置いている。その山崎さんが「国立ならもっとはちみつの収穫が可能」という。

「ミツバチの行動半径は2～3キロ、最も活発になる3月から5月、国立には三大蜜源があるからです」

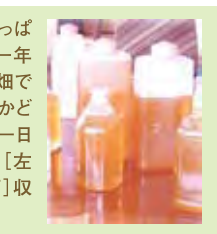
多摩川の河川敷に咲くニセアカシア、桜、そして、農家の畑の菜の花だ。さらに国立市内をもっと花いっぱいになれば、一石二鳥、景観としても素敵なおまちになる。

国立のはちみつを特産にするためには、まず土地を提供する人、多少の初期設備投資、責任をもってハチの世話をする人、そして、販売システムが必要だ。環境と経済がどちらも喜ぶこの夢、農業と商業と市民の協力で、なんとか実現できないだろうか(写真提供:山崎順一さん)。

(研修会の問い合わせ)国立市産業振興課 ☎042-576-2111(内147)



[花の写真]山崎さんの庭にはセンダイハギ、ルピナスなど花がいっぱい。なかでもオススメは左上、ユリの下のヘアリーベッチ。マメ科の一年草でクローバーとともに畑の緑肥にもなる。[左]国立の佐伯さんの畑で研修会。菜の花が美しい。[中央]作業中の山崎さん。ハチが元気かどうか、蜜がたまっているかを確認。[右]ハチの巣箱。女王蜂は最大一日に1,000個の卵を産み、冬に1万匹のミツバチは、春には4万匹に。[左下]ハチ箱から取り出したネットの蜜を遠心分離機にかける。[右下]収穫されたはちみつ。自家消費だけでなく友達にあげると喜ばれる。



時田園 春めき茶

P5/MAP7



時田園本店 ☎042-575-1188
国立駅前店 ☎042-577-1188

緑茶は火入れ(焙煎)で、季節ごとに味わいを変える。なぜなら人間の嗅覚は春夏秋冬で変化するから。春先は若葉の香りを、夏場は清涼感を、秋口からは焙煎香を、という具合。先取りして青い香りを楽しめる「春めき茶」は、春にだけ味わえる、数量限定のお茶だ。時田園本店(富士見台1-8-2)、駅前店(中1-9-57)にて1,050円(80g)。

ロゼワイン SAKURA

P5/MAP8/9



国立市東4-1-48(レトワ・フレール) ☎042-575-5577
国立市中1-18-35(イルマーレ) ☎042-573-7222

ブルゴーニュはマランジュのドメヌオーナー・バヴロさんと妻のかおりさんの「桜を見ながら、桜色のロゼを飲めたら」という想いから誕生したワイン「SAKURA」。市内レストランのレトワ・フレール(フレンチ)やイルマーレ(イタリアン)でしか飲めないレアな一本だ。

桜を見て食べて、桜でつくる本 桜あそび

お買い求めはHPまで
<http://okamurahitomi.fan-site.net/>



桜の花の見方や桜の花や葉を使った料理、染色など桜の魅力を紹介する本(WAVE出版・1,365円)。とくに葉の煮汁で染色した毛糸の淡いピンク色の美しさには目が奪われる。2005年に伐採された国立駅敷地内の「寒桜」の枝で毛糸を染色、「寒桜」の思い出を形に残した話も掲載している。著者の岡村比都美さんはフラワーコーディネーターで「くにたち桜守」会員でもある。

お試しください! 災害用伝言ダイヤル

電話が繋がらない災害時。災害用伝言ダイヤルを使うと、連絡したい相手の電話番号宛てに伝言を残せます。手順は「171にダイヤル→1(録音)または2(再生)を押す→相手の電話番号を押す→伝言を録音する&聞く」。毎月1日はお試しができる日なので、いざという時のために練習を。



取材協力:国立市総務部防災課 ☎042-576-2111(内線146)

レ・アントルメ サクラ・マカロン

P5/MAP4



国立市東2-25-50
☎042-574-0205

一口サイズのかわいい姿。なめらか・サクサク・もちり生地でサンドされているのは濃厚なクリーム。フランス伝統菓子マカロンは、レ・アントルメの看板商品のひとつ。全12種類の味がある。中でも「サクラ」(168円)は、鮮やかなサクラ色に染まったマカロン。食べるとサクラの香りがふんわりと。その正体は桜リキュールが入ったバニラクリームだ。

一真菴 爛漫(練切り菓子)

P5/MAP5



国立市西2-9-75
☎042-580-2215

一真菴に並ぶ生菓子は、細かいスパンで入れ替わる。それは「和菓子で季節感を感じてもらいたい」という店主の想いがあるから。桜の時期に並ぶのは、桜の花の姿をした練切り菓子の「爛漫」(315円)。ツクネイモ(ヤマイモの一種)を混ぜてつくったあんで、淡い小豆色のこしあんを包んだ。桜とともに店頭からなくなってしまう限定商品なので、食べ逃さないように注意!

白十字 桜こまち

P5/MAP6



国立市中1-9-43
☎042-572-0416

桜の季節に白十字に並ぶ、季節限定「桜」スイーツ。桜色のモチリ求肥で、あずきムースと抹茶のスポンジを包んだ「桜こまち」(315円)は、洋菓子なのに大福を食べているような不思議な食感がクセになる。ほかにもご進物にピッタリの「桜サブレ」(90円)、桜のリキュールを混ぜ込んだバタークリームに、柏の葉を細かく切って練りこんだ「桜ロール」(840円)なども。

火の用心!で、春満喫

平成20年大晦日までの、くにたちの火災件数は25件で、前年度と比べると4件減少。立川市と比べると、約3分の1の件数です。でも「用心! 火災原因の6割は「放火」なんです。放火犯が火をつけそうなダンボールや燃えるゴミなどを、家の外に放置しないようにしましょう。資料提供:立川消防署

国立歩記 みどころMAP

イラスト・ひらまつみ

国立歩記 みどころMAP
イラスト・ひらまつみ

桜の見所 (Pink dotted line)
桜ウォーキングコース (Green dotted line)

1 P1-2 大学通りの桜並木
1 P4 はちみつ句会/のらぼう
1 P5-6 みどころMAP
1 P7 まちかど新聞
1 P8 加理なる一族

公園 (Green circle)
郵便局 (Red circle)

手打ちうどん「WAVE」
週末はベジタリアンカフェ

多摩薗坂下イタリアン「イル・シラゾーレ」

ちょっとオシャレにイタリアン「フィオレット」

揚げたてサクリ天ぷら処「天兵」

生麺工場隣接の Pasta 屋「東京パスタ」

第2回 春うらら立川から国立へ桜ウォーキング ～2016東京オリンピック・パラリンピック招致応援事業～

日時 3月29日(日)午前9時 昭和記念公園開門
10～12時の間に段階的にスタート

費用 無料

集合場所 国営昭和記念公園 花みどり文化センター
(立川駅北口から徒歩5分)

募集人数 3,500人

※スタート地点の花みどり文化センターでは、今イベントにも協力しているくにたち桜守の展示、第2回「桜コンシェルジェ展」が開催されている(期間:3月20日～4月5日)。春だけじゃない、国立の桜の四季を感じてみて。

くにたちの大学通り、さくら通り、立川の残堀川、根川緑道など、春になると、くにたち周辺には桜の見どころがいっぱい! このすべてを一日で楽しめるのが「第2回春うらら立川から国立へ桜ウォーキング」。道のりは約8キロ(2時間程度)。桜を愛でる、ゆつたりした時間を過ごせる日だ。また、出発地点の昭和記念公園にはステージを設置。3人のオリンピック選手を豪華キャストインクとしての講演会も行われる。

11 P5/MAP11



まむくらビーフカレー
1,200円(税込)

3日間かけて仕込んだルーの旨味に身をゆだねながら、フランス原産ポテト(シンシア)にしっかりと残る「常に旬の風味」は、春の到来に似た感動がある。一日限定30食の贅沢は、予約してゆっくりくつろぎながら、最高の幸せ。

カーリサロンさむくら
国立市中1-9-27すずやビル3F [TEL] 042-576-0041 [OPEN] 11:30~14:30 17:30~21:30 [定休日] 木曜

12 P5/MAP12



小林シェフのアドリアカレー
1,050円~1,800円(税込)
※お客様との引合いで食材が決定します

あたりなかつたりする。だから、裏メニュー。あまりのおいしさにルーだけをスープのようにいただきたくなる。そのレシピ、昭和3年銀座生まれ。シナリオいらすの素敵な午後を見つけたら、そとご一報を。

ハイネケン・フック小林亭
国立市中1-10-8ノア国立ビル3F [TEL] 042-571-1616 [OPEN] 11:30~14:00 L.O.17:00 ~ 21:00 L.O. [定休日] 日曜

13 P5/MAP13



国立牛筋薬膳カレー
945円(税込) ランチ料金(サラダ&コーヒー付)

国立を元気にしたいと語る是枝オーナーは生粋の国立応援隊長だ。レトルトでもうまいで知られる国立薬膳カレーが食べられる唯一のお店だが六六食房テイストを加えて絶妙なコクが生まれたとか。

倶楽部六六食房
国立市東4-3-10mk66court-1F [TEL] 042-574-9907 [OPEN] 平日11:30~14:00 18:00~24:00 土日祝日12:00~14:00 [定休日] 火曜

国立カレーパン

「誰だ!美味しい音をさせるのは!」隠れ早弁には向かないしゅんたの自家製カレーパンは、揚げたてをバクリがたまらなくうまい。美しきは、枝豆の緑。160円(税込)

ベッカライ・しゅんた P5/MAP14
国立市中2-4-7 矢沢ビル102 [TEL] 042-571-5634 [OPEN] 8:00~19:30 [定休日] 水曜・第3火曜

14 P5/MAP16



サイカレー
1,000円(税込)

春のロージナはやんちゃな学生さんでにぎわう。知る人ぞ知る、NO.1メニューの「激辛サイカレーで度胸だめし」が、新入生歓迎のお約束なのだ。昭和28年開業のレトロな空間は、今も若者の青春に役かっているようだ。

ロージナ茶房
国立市中1-9-42 [TEL] 042-575-4074 [OPEN] 9:00~23:00 [定休日] 無休

16 P5/MAP17



フルバリインドカレー
880円~880円(税込)
※カレーの種類により金額が異なります

特大ナンがお腹いっぱい食べられる本場インドカレーのフルバリは、辛さが自由に選べてお子様にも安心。人気は、マトン。気さくなスタッフさんとアジア雑貨が、お店のデコレートにスパイスを加える。

New Ful Bari (ニューフルバリ)
国立市富士見台1-13-9神代マンション国立1F [TEL] 042-575-6454 [OPEN] 11:00~22:00 [定休日] 無休

15 P5/MAP15



パンプーの咖喱パン

旬の有機野菜がパンのビジュアルを飾る、なんともキュートなパンプーのニューフェイス。263円(税込)

カフェ パンプー P5/MAP15
国立市中1-8-13 [TEL] 042-577-5168 [OPEN] 10:00~19:00 [定休日] 月曜

17 P5/MAP18



ノイフランクビーフカレー
800円(税込)
ランチ料金(サラダ付)

やわらかいお肉とやさしい味わいがご年配の方にも人気なノイフランクのカレーは、ドイツの白ビールと相性がいい。なあんて聞けばさっそく試したくなるから、スローな昼下がりをさがして、ぜひ、ね。

手づくりソーセージ ノイフランク
国立市東1-14-17 [TEL] 042-576-4186 [OPEN] 平日11:30~22:00 (L.O.21:00) 日祝日11:30~21:00 (L.O.20:00) [定休日] 無休

国立歩記

国立まちかど新聞

2009年春号

国立観光マップ

国立市観光まちづくり協会発行

国立市の観光マップ「くにたちおさんぽノート」が、3月25日、国立市観光まちづくり協会より発行される。配布は市内の協会会員団体、お店にて。実はこのマップ、国立歩記のスタッフが制作に全面協力。名所・見どころ・イベントといった観光用インフォメーションだけでなく、「梨ボラソニア」や「桜守」といった、市民の生活や、ちょっとしたウラ情報の紹介まで、くにたちの魅力がぎゅぎゅり。紙面にちりばめてあるQRコードを携帯電話で読み込むと、さらに詳しい情報も。

広げるとA2サイズの大きさだが、畳んでコンパクトに持ち歩ける。デザインも懐かしの大学ノートをモチーフに、レトロなのにポップでキュート。国立歩記スタッフならではの「地元愛」がめいづばい詰まった二冊。ぜひ一度手にとってみて!



詳しくはこちら携帯サイトをぜひご覧ください。(通信料は読者ご負担です)

~2009年日本・ポーランド外交関係樹立90周年 & 2010年ショパン生誕200年記念~

第14回 くにたち兼松講堂 音楽の森コンサート

『伊藤 恵のショパンの世界』

伝統と難関で知られるミュンヘン国際音楽コンクールピアノ部門で優勝した唯一の日本人ピアニスト。内外の一流指揮者・オーケストラと共演を続けている実力派が繰り広げる華麗な「ショパンの世界」を兼松講堂の豊かな響きの中でお楽しみ下さい。

曲目

- ◆ 珠玉のショパン・ワルツ
- ◆ バラード 第4番へ短調 作品52
- ◆ 3つのマズルカ 作品59-1, 2, 3
- ◆ 小犬のワルツ 作品64-11 ほか
- ◆ 華麗なピアノ・コンチェルト
- ◆ ピアノ協奏曲 第1番

(東ライオン・トランプ奏者達による弦楽四重奏伴奏版)



5月31日(日) 午後3時開演 (開場2時30分)

S席3,500円(指定席) A席2,500円(自由席) 学生券1,500円(自由席)

国立市内チケット販売場所: 一橋大学生協(西シヨップ) ☎042-575-4184 / 「白十字」南口店 ☎042-572-0416
国立楽器北口本店 ☎042-573-1111 / 国立楽器サロン・ド・ノアン ☎042-580-3210 / 市民芸術小ホール ☎042-574-1515

シンポジウム「日本人はなぜショパンが好きか?」

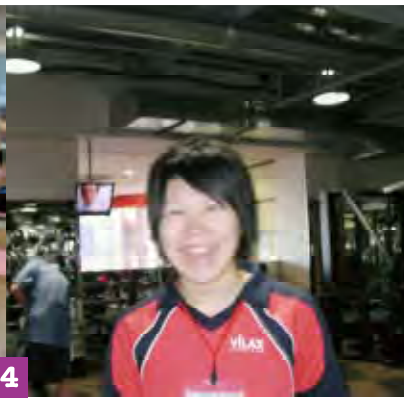
4月12日(日) 午後3時(開場:2時30分) 定員:1,000名

ショパンをめぐる文化交流について熱く語り合います。どなたでも参加できます。会場:一橋大学兼松講堂 **入場無料**

パネリスト

- 伊藤 恵(ピアニスト、東京藝術大学音楽学部器楽科准教授)
- マウゴジャータ・シュミット(ポーランド大使館経済部)
- ナビゲーター: 江藤光紀(筑波大学大学院 人文社会科学部研究科講師)
- 司会: 田辺秀樹(一橋大学大学院言語社会研究科教授)

問合せ・予約 コンサール・ブルミエ ☎042-662-6203(月~金:10~18時) 未就学児童のご入場はご遠慮下さい。



せきや春の大試飲会開催!

2009年3月28日(土) 会場:せきやビル7Fエソラホール

●13:00 ~ 18:00(17:00受付終了) ●入場料:1,000円

ワイン…約100種類 焼酎…約80種類 日本酒…約40種類

掲載内容は予告なく変更になる場合がございます。詳しくは店頭スタッフまたはお電話にてお問合せください。お車のご来場の方、20歳未満の方はお断りさせていただきます。予めご了承ください。

来年創業100周年を迎える老舗酒屋の「せきや」。長く愛されるには、愛されるだけの仕事があります。1500種類もの膨大なワインの中からお客様の気分をさらりとつかむのは、ワインアドバイザーの資格をもつせきや販売スタッフ。さて本年も春の大試飲会を実施します。メインはワイン。フランス、イタリア、オーストラリア、チリ、アルゼンチンと世界のワインがずらり。心ゆくまで堪能ください。



せきや
春のオススメ
ワイン!

クラノオト 巨峰(桜ラベル)
ロゼワイン/無濾過
1,575円(税込)
限定1,500本

リーズナブルなのに、贅沢。これがお豆や昆布で有名な食品会社フジッコさんのワインです。山梨県牧丘産葡萄を100%使用し、爽やかな果実味と香り、美しい桜色が、プチプチと弾ける炭酸とともに春の訪れを演出します。ほんのり甘口なのでお酒が苦手な方にもおすすめです。

株式会社せきや 国立市中 1-9-30 ☎042-571-0001
OPEN 【1F】10:00 ~ 22:00 【B1】10:00 ~ 21:00

英語教室

国立音楽センター

I Love You Mammy.
が、てれくさい

英語はリズム。ヤマハ英語教室は1歳児からリズムにあわせて、カラダでことばを覚えるレッスンをしています。自慢の我が子と英語でおしゃべりしたり歌ったりするママたちは、笑顔でいっぱい。キッズ以上に、パワフルです。

せきやビル 7F
☎042-576-1213

5

カウンセリング

NHK 学園 くにたちオープンスクール

わたしが、わたしの
一番の理解者

今春からはじまる「女性のためのカウンセリング」は、4,000以上ある手法の中から実践しやすいものをピックアップ。これからカウンセラーを目指す方にもうれしい基本編です。自分流にコントロールマイセルフできる女性は、強い。

せきやビル 6F
☎042-574-0570

6

お料理教室

オリブオイルとワインのほかり売り フォムファス

調味料を知れば
お料理が変わる

高品質のオリブオイルやピネガーを使った簡単レシピのご紹介を始めて早6年、口コミで広がり今では常連さんが多く集う。手ぶらで参加できて、ランチ代わりに試食ができて、ワインのサービスまであるなんて。人気なわけです。

せきやビル B1F
☎042-572-4741

3

ピアノレッスン

国立音楽センター

指をうごかして
うれしいひとり言

近頃国立に住む大人たちが、幼少時代の18番を引っぱりだては譜面台にとらめっこしているとか。考えるより先に体が勝手に反応してくれるから「なんだ、まだまだ全然いけるじゃん」なんて得意顔になれるのが、とってもいい。

せきやビル 7F
☎042-576-1213

1

ヨガ&ピラティス

フィットネス&スパ ヴィラックス国立

汗かきボディは
うつくしい

ホットな環境で、ヨガやピラティスが楽しめるヴィラックス国立。ボディを芯からあたためて深い呼吸を繰り返す。体のかたい方、新陳代謝を高めたい方にはとくにおすすめです。インストラクターさんの質の高さも、国立店ならではの。

せきやビル 5F
☎042-580-4538

4

幼児教育

幼児教室 ジャック国立教室

「できた」の達成感で
また次の1歩

早稲田実業学校合格の実績で定評のあるジャックの幼児教育。教室にこもってみっちり勉強ではなく、むしろ印象的なのは子供たちが自発的に「できた」を楽しむ姿。現在国立では40周年記念割引を実施中。詳しくはお電話で。

せきやビル 4F
☎042-573-6880

2

景気が悪いって? そりゃ大変!
たび重なる不況のニュースをうけて
国立のポジティブさんがはじめたのは
「おケイコ」。
立ち止まっている暇はない。
うごいた者に、結果はついてくるのだ。

しあわせは、体でつかむ。
国立おケイコの話

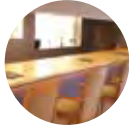




※いずれも有効期限は、2009年5月末日まで

「国立歩記」vol.6 掲載店より、読者の皆様へプレゼント!

SPECIAL PRESENT



さむくら様より
さむくらビーフカレー
5名様



ノイフランク様より
ランチカレーセット
3名様 ※サラダ・ドリンクつき



倶楽部六六食房様より
国立牛筋薬膳カレー/5名様
※ランチのみのご利用となります



フルバリ様より
フルバリカレー
ランチセット/5名様
※サラダ・ドリンク付
(お好きなカレー、ナンorライスをお選びください)



カフェバンブー様より
マカロンと焼き菓子
セット/3名様



ベッカライ・しゅんた様より
500円分のお買い物チケット
5名様 ※店内の商品全てにお使いいただけます

5号のプレゼントは国立市中のO・K様
他21名の方にお送りしました。
たくさんのご応募ありがとうございました。

[プレゼント応募要項] はがきに、①ご希望のプレゼント名(伝助さんQUIZはその答)②住所・氏名・電話番号・職業・年代を明記の上、③面白かった記事、本誌へのご意見・ご感想をお書きになって、下記までお送りください。
[宛先] 〒190-0011 東京都立川市高松町3-14-13(株)ピックス気付 国立歩記編集部「プレゼント」係
[締切日] 2009年4月15日(水)当日消印有効※当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。
③の感想などは、本誌に掲載させていただくことができます。



伝助さんの QUIZ でプレゼント!

「電話一七番」の文字が、古き良き時代を生き証。
こちらの酒瓶、国立のどこかで、
ひっそりと時を刻んでいます。
さてさてどこにあるのかな?
抽選で3名様に「トラットリア カルメンのランチ
お食事券3,000円分」をプレゼント!
皆様のご応募をお待ちしております。



防災●今号の一言

平成22年4月1日から義務化の住宅用火災報知機。お早めに!

おかげさまで
せきやビル
7周年記念
せきやビル FLOORGUIDE

FLOOR	NAME	TEL	OPEN / CLOSE
7F	多目的ホール せきやホール	042-576-7728	受付 平日10:00-17:00 (利用月・日 9:00-21:00)
	国立楽器 国立音楽センター	042-576-1213	月・金10:00-21:00(日祝休)
6F	オープンスクール NHK 学園	042-574-0570	月・金10:00-17:00 土日10:00-15:00(祝休)
5F	フィットネス&スパ ヴィラックス国立	042-580-4538	月・水・金10:00-23:30 / 土10:00-21:00 日祝10:00-20:00(木休)
4F	塚田農場 国立店	042-580-4502	11:30-14:30 17:00-23:00(年中無休)
	ゆであげ生スバゲティ ポポラマーマ	042-571-4890	11:00-23:00(年中無休)
	エステサロン H&Y エイチ アンドワイ	042-572-3000	10:00-20:00(年中無休)
	幼児教室 ジャック国立教室	042-573-6880	9:30-18:00(年中無休)
3F 2F 1F	SEIYU 国立店	042-576-2401	24H営業(年中無休)
1 B1F	SAKE-BOUQUET SEKIYA	042-571-0001	[1F] 10:00-22:00(年中無休) [B1F] 10:00-21:00(年中無休)
	トラットリア カルメン	042-501-9245	11:30-23:00(年中無休)
B1F	オリブオイルと ワインのはかり売り フォーム ファス	042-572-4741	11:00-20:00(年中無休)

第二せきやビル&シェ・ルイ

タリーズコーヒー 国立店	042-501-0336	月・金7:00-22:00 / 土8:00-21:00 日祝8:00-20:00
ブーランジェリーカフェ バンブー	042-577-5168	火・日10:00-19:00(月休)



国立歩記 vol.6
Spring
TAKE FREE
2009年3月15日発行
(季刊4回・無料)
印刷・発行/
株式会社ピックス
〒190-0011 東京都
立川市高松町3-14-13

企画・制作 国立歩記 編集部
Editor&Writer 田中えり子
松本 陽 (有)サイコム
永谷晴香 (株)ピックス
Design 国立圖案室