

歩いて・観て・発見するノートマガジン

ある
歩
記
国立
立
KUNITACHI・ARUKI

2016-17/Winter
vol. 37



〔特集〕ワタシの国のゆく年、くる年。

国立で新年を迎える外国籍のみなさんにお聞きしました。

リニューアルしたばかりのせきやビル地下フロア。満喫するなら人気の2店を同時に利用しよう

酒ブティックせきや × くにたち村酒場

ビルちかで楽しむ

Wine & Tapas

せきやでワインを選んだら、村酒場でタパスを注文。

例えばこんな組み合わせがオススメです！

※持込料1本1,000円



ボルドーの
貴腐ワインに、
クリーミーな
フォアグラを。



ふわふわな食感が嬉しいフォアグラのムースには、上品な甘さの貴腐ワインがおすすめ。大人気ワイン漫画でも登場したボルドーの白で、この上ないマリナーージュをどうぞ。

【タパス】フォアグラのムース 790 円 【ワイン】シャトー・レ・トゥーレル 白 / 750ml / 3,596 円 (フランス・ボルドー)



冬野菜が盛りだくさん。村一番のご馳走は赤白どちらでも OK。

村酒場といえば地元野菜。特にバーニャカウダは定番人気のメニューです。赤白どちらも好相性なので、料理と同郷のイタリア・ピエモンテ産ワインを合わせてみては。

【タパス】地野菜のドカ盛りバーニャカウダ 1,390 円 【ワイン】(左) トリンケーロ ロッソ・ラシーヌ 赤 / 750ml / 2,916 円 (右) モンキエロ・カルボーネ ガヴィ・デル・コムネ・ディ・ガヴィ 白 / 750ml / 2,592 円 (2本ともイタリア・ピエモンテ)

酒ブティックせきや

冬のイベント情報 2016.12 - 2017.1

シャンパン & スパークリングワインフェア

12月23日(金・祝)・24日(土)

クリスマスに飲みたいシャンパン & スパークリング。

スタッフが厳選した銘酒を

特別価格にてご提供します。

せきや福袋

各種限定10セット3,000円～

さまざまなお酒が入った福袋。

2017年は1月5日(木)より発売スタート！



くにたち野菜ワインバル くにたち村酒場

☎ 042-505-6736 / 17:30-23:00 (L.O.22:15) 定休日: 第1火曜日
【年末年始休業】2016年12月31日(土)～2017年1月4日(水)

酒ブティックせきや

☎ 042-571-0001 [1F・B1F] 11:00-22:00 定休日: 無
【年末年始休業】2017年1月1日(日)～4日(水)

せきやビル B1F 国立市中 1-9-30 (国立駅南口徒歩1分)

C'est là Vie
SAKE-BOUTIQUE
SEKIYA
Depuis 1910 おかげさまで106周年



ふわり 旬の風

vol.04
winter

ファインダー越しのキミに夢中



左上から時計まわりに：桜ヶ丘公園のコゲラ（2009年）、ママ下湧水公園のムラサキシジミ（2009年）、河野邸に遊びに来たジョウビタキ（2010年）、檜原都民の森のヤマガラ（2009年） ©TOOLKIT Tsutomu.K

国立の野鳥やチョウを2007年から撮影し続ける河野努さん。撮った写真はその日のうちに個人ブログ『くにたち界限…写真散歩』に掲載し、アーカイブは約1万点にのぼる。「きっかけは腰痛対策として散歩を始めたこと。だから、『写真散歩』と河野さん。ファインダーを通すと、いつもの道は別世界に見えた。多忙な会社員時代には気づかなかった小鳥のさえずりが耳に入るようになった。河野さんは、生き物の予想不可能な動きを読んで、愛嬌のある表情を捉えるのが得意だ。「彼らを見つけて、そーっと近づいて、シャッターを押す。そのプロセスが写真散歩の醍醐味です」。写真と図鑑をつき合わせることで生き物の生態に詳しくなり写真散歩は面白みを増す。取材を行なった11月初旬は冬の渡り鳥「ジョウビタキ」が待ち遠しい頃。さえずりが河野さんの耳に届いたら、谷保は本格的な冬シーズンに入るのだろう。



【河野 努（こうの・つとむ）】

谷保で生まれ育つ。コンピューターの修理・サポート業を専門とし、昨年、現役を引退。第二の人生を謳歌中。午前に「写真散歩」に出かけ、午後から写真の選別とブログ更新作業をするのが日課。趣味はウクレレをつくること。

ブログ「くにたち界限…写真散歩」
<http://toolkit.cocolog-nifty.com/blog/>

text：Morozumi Haruka 写真提供：河野 努

国立で新年を迎える外国籍のみなさんにお聞きしました。

ワタシの国の ゆく年、くる年。

「日本語教室は国際化の窓」そう語るのは、公民館で「生活のための日本語」講座のボランティアを行う吉村多恵子さん。吉村さんによると、1990年代は教授や留学生の配偶者が主だったこの講座の参加者も、2000年代は国際結婚やIT技術者が増加。バブル崩壊と震災後は、一時的な労働目的の来日者は減少したものの、最近では定住者が増加傾向とのこと。外国人の来日目的は、時代や世相を反映しているのですね。

「日本で生活する外国人は、戸惑いながらもたくさんの方々の不思議を見つめます。その不思議が日本の文化なのです。たくさんの方々の不思議を見つけた皆さんの人と話して日本の文化を楽しんで欲しい。日本人の方には、一生懸命日本に馴染もうと努力している外国人へのサポートをぜひお願いします」と吉村さん。

異文化を知ること、自分を知ることにもつながります。新しく始まる一年をともにお祝いし、新しい扉を開きましょう！

1993年に「日本語教授法入門」という講座をきっかけに、公民館で「日本語講座(生活のための日本語)」(週3日7～8講座開催)のボランティアを始める。土曜日しかこれられない学習者のために自主講座も開講。生活のための日本語講座については、☎042-572-5141(教育委員会公民館)まで。

吉村多恵子さん



Feliz año nuevo

年々年始の気せわしさや高揚感、万国共通ですが、新しい年を迎える方法も言葉も文字も、国によってさまざま。



私の2017年の抱負

店のメニューに
美味しいアジア料理
を増やしたい。

ネパール連邦民主共和国

Mr. & Mrs. Shrestha さん

日本在住歴10年 / フルバリ店主

クリスマスは友達とパーティーをします。ネパールはビクラム暦という独特のカレンダーを中心に進むのでお正月はだいたい4月。お正月は、基本的には自分の家の近くのお寺へお参りに行きます。少し遠くのお寺までグループで小旅行がてら参拝することもあります。



私の2017年の抱負

イタリア文化を国立に
広めていきたい。

イタリア共和国

Francesco Arena さん

国立開業歴15年 / チェッリーニ講師

キリスト生誕を祝う12/25～1/6は、家族や好きな人たちと、好きなものをたくさん食べて過ごします。ドライフルーツが贅沢に入った Panettone を食べられるのもその間だけ。6日の朝は魔女が空から降りてきて、良い子の靴下にはプレゼント、悪い子には炭が配られます。



私の2017年の抱負

健康で平和で
いられますように。

グアテマラ共和国

Hilda 照井 さん

国立在住歴2年 / 主婦

31日の深夜、教会で1年の幸福や健康を祈ります。家に帰ったら夜通しパーティ。私が腕によりをかけて、美味しい料理をふるまいます。Chocolate caliente や Ponche de furtas というドリンクを飲む時間が大好き。外では花火が打ち上がり音楽が鳴り響く、愉快的な年明けです。



私の2017年の抱負

新しい年で皆さんの
すべての夢を叶える
ようにお祈りします。

中華人民共和国

干志英 さん

日本在住歴16年 / 主婦

クリスマスは日本と殆ど同じですが、お正月は旧暦で、年末は大掃除をしシャワーを浴びて心身を清めます。大晦日は親戚家族が集まり、魚や豚、鶏を主菜に豪華な料理を準備。扉に春聯(正月をお祝う詩文)、窓に窓花(切り絵)を飾ります。新年中は花火をして5日目は最も盛り上がり、財神を迎えます。



私の2017年の抱負

幸せなことがたくさん
ありますように



ラオス人民民主共和国

ミーサインポン・プッタナリーさん

国立在住歴8年／主婦

正月は4/12～17。水をかけ合って穢れを落とす「水かけ祭り」は有名。神様(の首人形)とその娘7人が、その年の動物のフロートに乗って行うパレードも華やかで人気です。市で生きた鳥などを買いわざわざ逃して功德を積む儀式は仏教国ならではのですね。河原に砂で仏塔も作るんですよ。



私の2017年の抱負

Gesund bleiben!
(健康第一)



ドイツ連邦共和国

ステファン・メルテンズ
Stephan Mertensさん

日本在住歴17年／大学語学教師

ドイツではクリスマス前にクリスマス市が開かれ、リースやカレンダーなど、アドヴェントを楽しむ習慣があります。平日の12/24は簡単な食事をしてから教会のミサへ、祝日の25、26は家族で過ごします。新年はカウントダウンパーティや、ロケット花火で賑やかにお祝いします。



私の2017年の抱負

日本の大学院で
勉強したいな



大韓民国

クワン ユジン
권 유진さん

国立在住歴3ヶ月／学生

韓国はクリスチャンが多いのでクリスマスは祝日で、お正月は新暦・旧暦ともお祝いします。新暦は初日の出を見たりとイベント的にお祝いし、旧正月は家族や親戚で集まり、떡(トック=餅)が入ったスープを食べ、チマチョゴリを着て挨拶回りをしたり、伝統的な過ごし方をします。



私の2017年の抱負

英仏会話教室を
始めました!
インスタ: rayslesson
を見て下さいね。



フランス共和国

レイ・フックス
Ray Fouxさん

国立在住歴9か月／英仏会話講師

クリスマスは親戚家族がみんなで集まり、Fois Grasや雄鶏のFarciなどご馳走を食べたら、ミサへ。帰宅後はBûches de Noëlを食べてプレゼントを交換。新年はパーティを開いて、飲んだり食べたり踊ったりして楽しめます。1月に入るとGalette des Roisというケーキをみんなで集まって食べます。



私の2017年の抱負

happiness and
success



モンゴル国

ウガンヤ・バトレセン
Uyanga Battserenさん

国立在住歴4ヶ月／主婦

お正月は1/1。町では大きな花火が上がリ、親戚が集まってパーティーをします。旧正月は「ツァガンサル(白い月)」といい、大晦日はボーズ(モンゴル餃子)などをたくさん食べて、年が明けたらみんなでオボー(石を積んだ碑)詣りに出かけ、牛乳や米をかけて1年の幸せを祈ります。



私の2017年の抱負

日本のIT学校で
勉強したいです



ベナン共和国

直江パシヤン祐希さん

日本在住歴1年／学生

年末年始はクリスマスがメイン。お休みは2週間ぐらいあって、家族と過ごしたり、海に行ったりします。ブドゥー教は1/10が祝日で、蒸したヤムイモを杵でついた餅にピーナッツや鶏肉のソースをつけたお祝い料理「アグー」を食べ、踊ったり歌ったりしてお祝いします。



Event News

- 12/3(土)～1/2(月) 国立駅前大学
通り商店会クリスマスイルミネーション
- 1/8(日) 出初式@第三公園
- 1/9(月) どんと焼き@第三公園、
谷保天満宮ほか
- 2/3(金) 節分追儺式(豆まき)
@谷保天満宮
- 2月下旬もしくは3月上旬
梅祭り@谷保天満宮

の 冬く ぶらぶら MAP

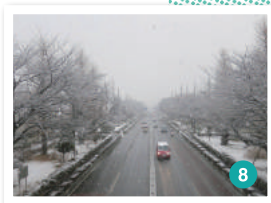
3

冬のハッピースポット 篇

プレゼントあり! 詳しくは裏表紙をご覧ください。

天下市が終わわり、大学通りのイルミネーションが灯ると国立の冬もいよいよ本番。ゆく年、来る年のイベントも目白押し、街も華やきます。大切な人への贈物や、新しい年のお年賀など、ギフト探しに出かけるのもいいですね。寒い日は、温かいスウィーツやご馳走で、ホッと一息。さあ、あなたの冬物語を始めましょう!

冬景色をパチリ! フォトジェニック コース



シャッターチャンス!



まるで絵画のような黄金色のイチョウ並木、たった一夜でグラウンド真っ白な大地に変えてしまう雪、無病息災を願うどんと焼き...。冬の絵になる歳時記をパチリしましょう。大学通りのハート型ベンチ「ラブチェアー」はおすすめです。

ぶらぶら案内人



「くにたち小路・裏路地マップ」も合わせてお楽しみください。

くにたちハッピースポット
編集長 磯貝久美子さん

クリスマスから年末年始と華やぐ国立の石畳にはコート姿が似合います。心がじんわり暖くなるイルミネーション、青空を背景に望む富士山には背筋がしゃん!と伸びる気持ちに。たまの雪景色も絵になる街。冬景色の美しい国立のお散歩を楽しんでくださいね♪

【くにたちハッピースポット】国立の“今”が最速でわかる地元密着WEBマガジン。表通りにはない、こだわりの42ショップを集めた「くにたち小路・裏路地マップ Happy Days Street」を、せきや(西友)地下噴水広場などで好評配布中。
<http://kunitachi.happyspot.jp/>

text: Inagaki Daichi / Uesugi Hisayo
illustration: Hiramatsu Miwa

F 豆腐ドーナツ ゆうゆう

ふんわりもちもちの食感のドーナツは、新潟産大豆の絹ごし豆腐を43%使用した生地を、ビュアオレインリッチひまわりオイルで揚げているから。甘さ控えめで低カロリーな上に、高たんぱく質でヘルシー。2階にはサークル活動や教室、レッスン、ワークショップに最適な貸しスペースもあります。ドーナツやさんの2階でレッスンなんて、ちょっと素敵でしょ。

年末年始3日も休まず
営業!お年賀や手みや
げにぜひどうぞ。



DATA 国立市富士見台1-13-11
☎042-572-8020 ☎10:00～20:00 ☎水



A ハートカンパニー

老舗なのにキュートなもの納得、オーナーは2015年度ミセス日本で「ジュンジュン」の愛称で知られる上野潤子さん。「キラキラな気分になれるものを揃えています」という店内は、ラインストーンや薔薇モチーフでいっぱいジュンジュンさん今シーズンのおすすめは、暗くなりがちな冬服のワンポイントになるブローチとグローブホルダー。ギフトにも喜ばれそう。

DATA 国立市東1-6-30 パティオマグノリア1F
☎042-576-9693 ㊟11:00~18:30

㊟なし f

1

紳士淑女の クリスマスイルミ コース



イルミの光が
とってもきれい
な！



①大学通り ②ブランコ通り
③東一条通り ④NTT(旭通り)

国立といえばイルミネーション。にぎやかな大学通りはもちろん、マニアは毎シーズン変わるブランコ通りのイルミネーションを楽しみにしているとか!?そして、パワースポットの噂も名高いハートカンパニーのある「パティオマグノリア」も負けずにキラキラ。パワーをもらえそう。



生つくね鍋(1人前)1,242円
チキン南蛮734円

B 宮崎県日南市 塚田農場 国立店

すっかりお馴染みの地頭鶏(じとっこ)料理。この冬は生つくね鍋がオススメです。コクがあるのにさっぱりしたスープは、鶏ガラとカツオ出汁からつくったもの。大和芋でつないだ鶏ミンチにオリジナル卵の黄身を和えた生つくねは、優しくふわふわな食感です。チキン南蛮などの定番料理と一緒にテーブルに並べて、あったかな冬をお腹いっぱい召し上がれ。



DATA 国立市中1-9-30せきやビル4F
☎042-580-4502 ㊟月~木・日・祝17:00~23:00
※金・土・祝前は24:00まで㊟無休



C 隠れ菴 忍家 国立店

パーティシーズンもいよいよ本番。幹事のみなさん、忘新年会の準備はもうお済みですか?四季折々のメニューが評判の忍家国立店は全席個室。この冬もバラエティに富んだ宴会コースや趣向を凝らした鍋料理が、自分たちだけの空間で味わえます。大切な家族とゆっくり語らう。気の置けない仲間と賑やかに過ごす。さまざまな1年の節目にご利用ください。

DATA 国立市中1-9-30せきやビル4F
☎042-574-5288
㊟17:00~25:00(L.O.24:00)
㊟無休

忘新年会宴会コース
(1人)3,980円~
※3名様より受付



D 牛すじトマト煮込み専門店 もうまてん

トマトでじっくり煮込んだ、とろけるような牛すじ。今、耳の早い女性たちに人気ののが、このコラーゲンとリコピン豊富なオリジナル料理の専門店です。「コクが増すクリームチーズをトッピングする方が多いですよ」とは、三輪オーナーとスタッフのリコちゃん。国立発の新しい味、まずは主食をごはん・リゾット・パスタから選べるランチでどうぞ。

DATA 国立市中1-19-10 ビッググラッド国立203
☎042-573-9161 ㊟12:00~15:00(L.O.14:30)
/18:30~23:00(L.O.22:30) ㊟日・他(月により異なる)

f



E レキューム・デ・ジュール

11月5日にオープンしたばかりのスフレ店。広尾の名店『ル・スフレ』で修行をしたシェフ・原さんが1つずつ焼き上げるスフレは、ふわふわあつあつで一口目から幸せいっぱい!店名はフランス語で「日々の泡」という意味だとか。1分も経つとしばみ始めてしまう、足を運ばないと味わえない贅沢をぜひ。ワインと合いそうな甘くないスフレなど、ラインナップも独創的。

写真はフランボワーズ1,296円。他にプレーン756円、キャラメル864円、スモーク・サーモン1,296円など有り。

DATA 国立市東4-3-11国立66CAFE 1F
☎042-505-8775 ㊟9:30~18:00(L.O.17:00)
㊟木



見えたらずンキー!
富士山
スポット
コース



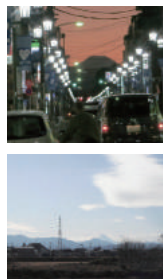
富士山パワースポット
おー

2



鷹となすびは難しいけれど、富士山ならバッチリ遭遇できる国立。その中でも気軽に行けてよく見えるビュースポットをピックアップしてみました。新年早々美しい富士山が見えたら、新しい一年もハッピーになりそう。

⑤谷保天の梅林 ⑥富士見通り
⑦多摩川(湯楽の里付近)





くにたち温故知新

歴史的建造物だけどとても新しい

旧国立駅舎

設計には名建築家フランク・ロイド・ライトの日本人弟子を登用するなど、デザインによるイメージ戦略やブランディングといった、現在では当たり前のマーケティング商法をすでに大正期に確立、愛らしい木造建築が、歴史的価値以上の重厚さを帯びて見えるから不思議だ。2020年の再建がますます待ち遠しい。

三角屋根に半円窓というモダンな様式は、箱根土地が「模範建築」として好んで用いたスタイルで、国立の前に開発された「大泉学園都市」の東大泉（現在の西武線・大泉学園）駅などとほぼ同じ。ただ、国立には、駅舎と同時に大学通りに続く広場が作られたということ、デザインがアシンメトリー（左右非対称）と、大泉や小平から発展した点が2つも見られるのが特徴だ。

国立といえばやはり赤い三角屋根の駅舎だろう。大正15（1926）年4月1日に開業した旧国立駅舎は、JR原宿駅舎に次ぐ古い歴史を誇っているが、それだけではなく、国立を開発分譲した箱根土地（現在のプリンスホテル）が建築し、後に鉄道省（現在のJR東日本）に地主らと共に寄附した「請願駅」という、少々変わった来歴も持っている。

text : Uesugi Hisayo photo : くにたち郷土文化館 illust : 国立桜園案 江津匡士

【参考文献】

『学園都市開発と幻の鉄道～激動の時代に生まれた国立大学町～』くにたち郷土文化館

右：国立駅南口の様子 1964年

左：建設当時の国立駅舎



CULTURE & BOOKS

増田書店店長 篠田宏昭さん

まちの異文化交流について考える

異文化を学ぼうとするとき、本や言葉だけでは得られないことがある。増田書店店長の篠田さんは、写真家・星野道夫氏の「まちを知るには、そこで暮らす人に会わなければならない」という考えに深く共感するという。異なる文化圏のまちに入ろうとすると、まずは共通の「言語」を覚えていくけれど、言葉がなくても通じ合えることが「文化」でもある。文化とは「生きていく人の行動」そのものだからだ。まちに目を向けると、前よりも様々な文化圏で生まれ育った人々が多く行き交うようになったと思う。言語はその人の思考のベースになっている。ベースが違えば、伝わり方や意味がまったく異なってしまうことも多い。「言わなくてもわかる」世界から一歩踏み出した、五感を開いたコミュニケーション。きっと、その交流は驚きと発見に満ちているはずだ。

text : Yu Kato (国立本店)



イベント情報

夜の読書会

日時：2017年1月12日（木）

20:30～22:30

※毎月第2木曜日開催

参加費：ワンドリンク制
（300円～）

40棚の本棚から、気になる本を思い思いに読みふける夜の時間を過ごしませんか？（本の持ち込みも可）よければ、最後に心に残った一文を教えてください。



場所：国立本店

国立市中 1-7-62

☎ 042-575-9428

[OPEN] 13:00-18:00

[定休] 月・木



『悠久の時を旅する』
アラスカの大自然の中での暮らしに身を置き、撮り続けた珠玉の写真集。星野道夫著（クレヴィス ¥2,592）



『長い旅の途上』
人生という長い旅の途上で出会った人々や動植物、風景をエッセイにしたための遺稿集。星野道夫著（文春文庫 ¥788）

今号の選書



イベント情報

～嵐山光三郎・安西水丸・南伸坊～
によるカレンダーを飾った
俳画展

日時：開催中～2017年2月25日(土)まで(日・祝定休) 10:00～17:00
場所：明窓浄机館(国立市中2-4-3)
☎ 042-576-0561
(株式会社サトウ総務部)
入館料：100円
これまで発行された「俳画カレンダー」のうち、(株)サトウによってワインラベルになった作品の原画を展示しています。それぞれの作家の粋で風雅な世界を、ごゆっくりお楽しみください。



国立の年末恒例・俳画カレンダー。国立在住の嵐山光三郎さんを中心にした個性豊かな3人の作家がひねる、四季折々の俳句と添えられた画を楽しみにしている方も多いはず。昨年、発案者の関マスラさん(「ギャラリーエソラ」店主)が逝去され、一時は発行の継続が危ぶまれていたが、「継続して発行してほしい」という長年の愛用者たちの声に励まれ、制作のバトンは同業の後輩であるギャラリービプリオ店主・十松弘樹さんに引き継がれた。

text : Martha Hasegawa

【製作・お問い合わせ】

ギャラリービプリオ
国立市中1-10-38 ☎ 042-511-4368
販売は上記の他、増田書店、PAPERWALL
(nonowa 国立店) にて。

定価 1,000 円



来年もやっぱり

俳画カレンダー! (平成29年版)

くらしの安全安心
知りたい防災

優勝おめでとう!

国立市消防団第3分団

10月8日に開催された第46回東京都消防操法大会「ポンプ車操法の部」で、国立市消防団代表・第3分団が見事優勝を果たしました。国立市の優勝は初めてで、北多摩地区としても15年ぶりの快挙です。

60秒のうちにホースのセッティングから正確な放水、火に見立てた標的が倒れるまでをどれだけ迅速に行えるかというかなり厳しい競技内容のうえ、当日は雨のため足元が滑りやすくなっていたという悪条件下にもかかわらず、エントリーしていた8チームの中でもダントツで、過去46回の中でもベスト3に残る成績を収めたそうです。



東京一の消防団がいるという安心感を胸に、この冬もひとりひとりが火の用心を心がけたいですね!



VOL.6

街に増えている Wi-Fi スポット

国立市内ではカフェやコンビニだけでなく、公民館や図書館、体育館などでも利用できるようになったのが無料のWi-Fiスポット(公衆無線LAN)。スマートフォンの通信には主にLTE(4G)、Wi-Fi、Bluetoothの3種の電波が使われるが、ホームページ検索や地図アプリなどに使えるのはLTEとWi-Fiだ。LTEはどこでもつながるものの料金が安い。東京五輪に向けてますます増えるWi-Fiスポットを、ひと足先に颯爽と使いこなしてみよう!

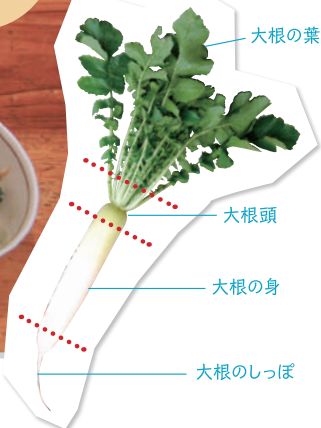
text : 国立せいさく所 <https://seisakusyo.jp/>



甘酢液は、
酢飯やピクルスにも
※詳細は、国立歩記
WEBにて

塩昆布、
しょうが1片を
加えてアレンジ♪

大根まるごと一本！



秘訣は、
ぶりの煮汁を
大根にしみ込ま
せること

冬の今こそ、味わいたい

谷保大根まるごとレシピ

旬の美味しい手料理を、いつも淹れりとした笑顔でふるまう小川陽子さんの口癖は「素材が8割、愛情が2割」。まずは野菜を生で食べてみて。谷保の農家さんが丹精込めて育てた、甘くみずみずしい大根なら、どんな料理にしても絶品です。大根が旬を迎える冬、皮や葉っぱの先まで余すところなくいただく方法を、谷保の野菜と仲間をこよなく愛する料理のプロに教わりました。



小川陽子さん
野菜ソムリエ、美
肌食マイスター。
“内からも外からも美しく”をテーマに掲げる、現役美容専門学生の調理師。元国立市消防団員。

谷保のちむいには小川さん家

創業昭和37年。テイクアウトの焼き鳥、カラオケや宴会場でふるまわれる手作りの料理が評判。
国立市富士見台1-10-48 小川ビル
☎ 042-575-3780
[OPEN] 13:00 ~ 24:00 (提供内容により異なる。お問合せください) 月休

谷保農家のみなさん(左上から時計まわりに)
北島直芳さん、長嶋義範さん、北島薫さん、佐伯達哉さん、杉田重明さん、鈴木政久さん、陽子さん、佐伯渡さん、佐伯雅宏さん

JA みどり国立地区農産物即売会

国立市富士見台1-12-8(JAみどり駐車場内)
[OPEN] 月・金曜 14:00 ~ (11 ~ 3月)、
15:00 ~ (4 ~ 10月)

下ごしらえ

大根の葉
大葉、中葉、茎に分けておく。

大根頭
1.8等分に切り分け、一番外側の太い茎と皮を取り除く。
2. 塩を振って20分置き、水分が出てきたら水洗いする。

大根の身
1. 2cm 弱の輪切りにし、皮を剥いて半月切りにする。

2. 水からゆっくり20分煮て、ザルにあげる。(皮と煮汁はとっておく)
3. 熱いうちに8個ずつ耐熱袋に小分けし、20分置く。(余熱調理)
※冷蔵庫に入れておけば、次の日も使える!

1. 大根頭の浅漬け \ドレッシングをかけてサラダにも!/\

材料 (3 ~ 4 人分)
大根頭 (下ごしらえ済み) 1 本分

だし昆布 適量
塩 大根頭の重さの2%

作り方
1. だし昆布をキッチンばさみで細く切る。

2. 大根頭、だし昆布、塩をボウルで混ぜ合わせて1時間置く。



2. 大根皮の中華風なます \冬大根の皮は栄養たっぷり!/\

材料 (3 ~ 4 人分)
大根の皮、にんじん、塩、ごま油、ごま 適量

〈甘酢液〉
塩 50g
米酢 125g
塩 少々

作り方
1. 甘酢液の材料をタッパーに入れ、振り混ぜる。

2. 大根の皮をタテ3等分に切り、重ねて千切りに。
3. 塩を振って10分置き、出てきた水分をキッチンペーパーでしっかり絞る。
4. 千切りにしたにんじんを彩りよく加え、甘酢液を好みで加える。
5. 香り付けにごま油、ごまを少々振り掛ける。

3. ぶり大根風おろしソースがけ \大根おろしてまろやかに!/\

材料 (3 ~ 4 人分)
大根の身 (下ごしらえ済み) 8 個

しょうが 1 片
大根のしっぽ部分 10cm
ぶりの切り身 3 ~ 4 切れ
しょうゆ、みりん、酒 各100cc
砂糖 大さじ 4
大根の煮汁 (なければ水) 100cc

作り方
1. 大根の身、ぶりを半分に、しょうがをうす切りに。

2. フライパンにしょうゆ、みりん、酒、砂糖を加え、強火で一煮立ちさせる。
3. ぶりとしょうがを入れて弱火で煮立てたら、煮汁を半分 (100cc) とっておく。
4. 煮汁をおたまで回しかけ、ぶりの表面が白っぽくなってきたら落とし蓋をし弱火で10分煮る。
5. 別の鍋に大根を並べ、ぶりの煮汁100cc と大根の煮汁を加え、落とし蓋をして強火にかける。
6. 沸騰したら中火で10 ~ 15分煮て、大根のしっぽ部分をすりおろして加える。
7. 大根とぶりを器に盛り付け、煮汁をかける。

レシピ詳細は
国立歩記
WEBにて

4. 菜飯

5. 大根ステーキ 葉っぱの甘辛炒めソースがけ

text : Yu Kato

New Shop Coming Soon!

話題のブルーベリーブランド『R.J.T』、
いよいよ日本1号店がオープン!



ドライフルーツ、ジャム、ハチミツ、スイーツ。
カナディアン・ブルーベリーの魅力が詰まった専門店

全国の食品フェアなどでも好評な『R.J.Tブルーベリーパーク』。
来春、全商品を取り扱う日本1号店がオープンします。
「イトインもありますので、気軽にお立ち寄りください」とは
山本マネージャー。カナダの豊かな自然が育んだ
ブルーベリー、その味わいをお楽しみに!

[左上] ドライブルーベリー
60g 864 円 / 120g 1,620 円 (税込)
健康効果に優れた抗酸化物質とビタミンが豊富。毎日のおやつにどうぞ。
[中央] ブルーベリージャム 250g 各 1,620 円 (税込)
食感が楽しい「赤」と旨味たっぷりの「青」。いずれも人気商品です。
[右] ブルーベリーの花のハチミツ 330g 各 3,240 円 (税込)
農園の蜜蜂が集める希少なハチミツです。液状と固形の2種類をご用意。
[左下] スウィーツ各種
ブルーベリーを使用したスイーツ。焼き菓子の他、ジェラートも。

R.J.T ブルーベリーパーク国立・本店
2017年オープン予定

国立市中1-8-13 シェ・ルイ1F ☎042-505-6726
店舗の最新情報はFacebookをご覧ください



薫香を纏う王のチーズ

ブリー・ド・
モートリュフ
100g あたり
2,201 円 (税込)



ルイ16世が愛したことで知られる、ブリー・ド・
モー。その無殺菌牛乳の熟成によるとろける舌触りと深い味わいに、トリュフの芳香を重ねました。この冬、贅を尽くした逸品とエレガントなひとときを。

チーズお問合せ先 チーズ専門店&カフェ
サロン・ド・テ・チーズ王国

※入荷数に限りがあるため、事前予約をお薦めします

立川市栄町4丁目16-1 [OPEN] 10:00~19:00 (火休) ☎042-513-4101

SEKIYA's Choice

このチーズのお供は ...

ムルソー 1er レ・カイユレ
2002 ジュリエット・
シュニユ
白 / 750ml / 7,344 円 (税込)

フランスを代表する白ワインの銘醸地、ムルソー。当たり年として有名な2002年のヴィンテージは、香り・風味・余韻のすべてがチーズの王様とぴったりです。



Special Present

アンケートにお答えいただいた方にプレゼント!

年末年始
スペシャル



1 くにたち村酒場「地野菜のドカ盛りバーニャカウダ」5名様 2 ハートカンパニー「フォックスのスマホ用イヤホンピアス」5名様 3 宮崎県日南市塚田農場国立店「生つくね鍋(2人前)」1名様 4 隠れ菴忍家国立店「刺身盛り合わせ・彩(五種三貫)」3名様 5 牛すじマト煮込み専門店もうまてん「サラダ&ドリンクサービス」5名様※ランチをご注文の方に限ります 6 レキューム・デ・ジュール「1ドリンクサービス」5名様※スプレをご注文の方に限ります 7 豆腐ドーナツ ゆうゆう「お好きなドーナツ4個」3名様 8 俳画カレンダー「せきやオススメのワイン」5名様 9 SAKE-BOUTIQUE SEKIYA「せきやオススメのワイン」5名様

応募締め切り:2017年1月15日(日) 当日消印有効

※当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。※プレゼント有効期限:2017年2月末日

プレゼントの応募方法

ハガキで

①ご希望のプレゼント名1つ②住所・氏名・電話番号・職業・年代③面白かった記事、本誌へのご意見・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

WEBで



kunitachiaruki.jp

パソコン・スマートフォンは上URLから、携帯電話はQRコードからどうぞ(一部の携帯は未対応)。QRコードはデンソーウェブの登録商標です。

おかげさまで13周年!

表紙の裏話

「ワタシの街のゆく年、くる年」



谷保の農家さんは、正月の三が日は女性は台所に立たず、男性がお雑煮を作るのだとか。写真は、矢川園さんの里芋、大根、人参、小松菜、ねぎと、北島薫さんの天神米でついたお餅で作った「谷保風雑煮」。食べる前に一振りする青海苔が香ります。(小川陽子さんによるレシピは国立歩記のブログをご覧ください。)

緑と文化のくにたち。
人と暮しのために。



illustration by まつり



国立市中1-9-30 国立駅より徒歩1分
www.sekiya.jp



国立せきやビル

- 7F 多目的ホール せきやホール 042-576-7728
- 7F 宮地楽器音楽教室 国立センター 042-505-5656
- 6F オープンスクール NHK 学園 042-574-0570
- 5F SD フィットネス国立店 042-580-4538
- 4F エステサロンさくら国立店 042-572-3000
- 4F ジャック幼児教育研究所 国立教室 042-573-6880
- 4F 宮崎県日南市 塚田農場 国立店 042-580-4502
- 4F 隠れ菴 忍家 国立店 042-574-5288
- 4F SEIYU 国立店 042-576-2401
- 1~3F SAKE-BOUTIQUE SEKIYA 042-571-0001
- Renewal OPEN! B1・1F くにたち野菜ワインバル くにたち村酒場 042-505-6736
- 2017 OPEN! B1F クラフトビアババ(仮)
- 第二せきやビル 042-501-0336
- 2017 OPEN! シェ・ルイ R.J.T フルベリーパーク国立・本店 042-505-6726

※営業時間・定休日等は各店にお問い合わせください