

歩いて・観て・発見するノート・マガジン

ある 歩 記 立

KUNITACHI・ARUKI

祝20号!



vol. 20

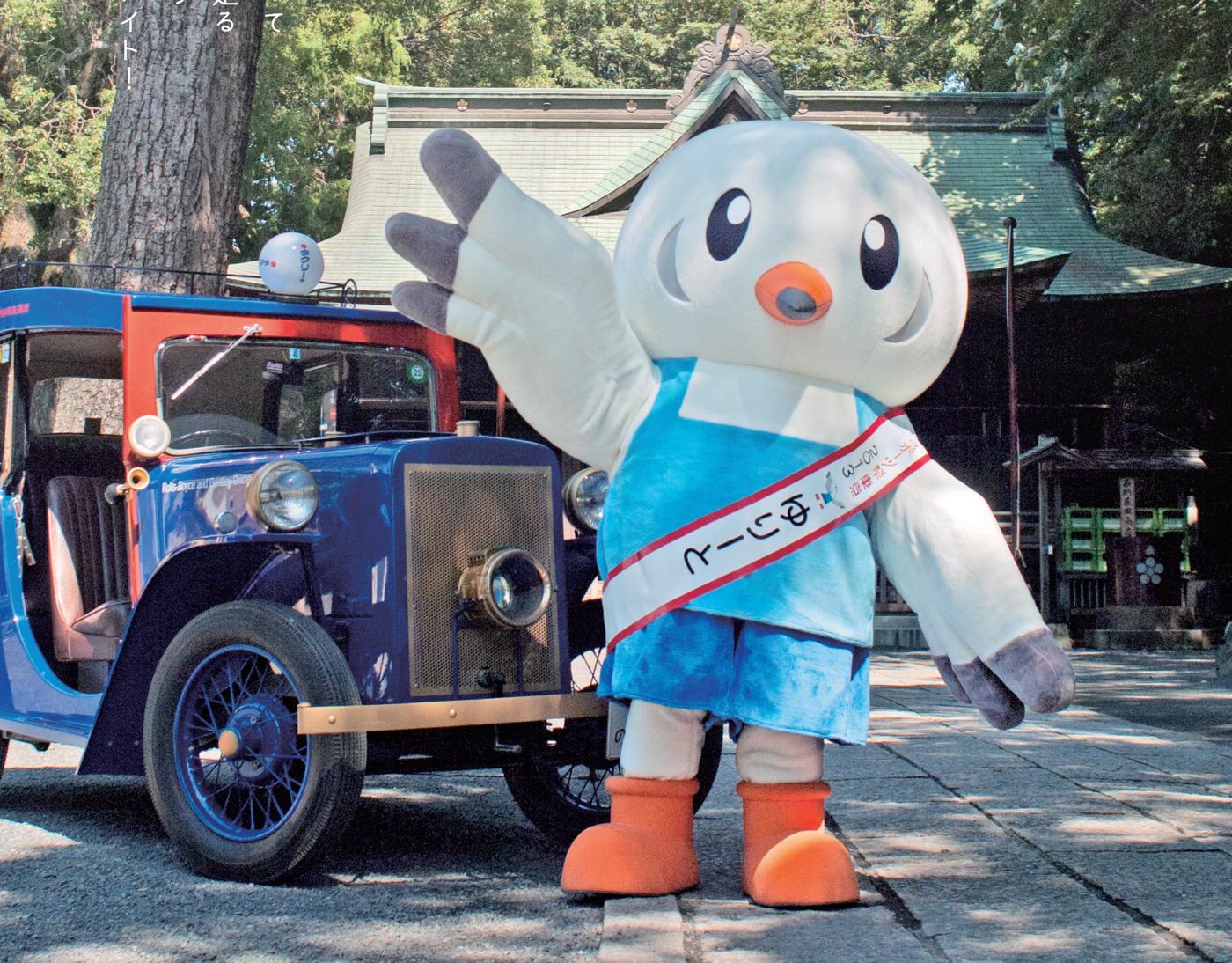
2012年秋

TAKE
FREE

特集:アソビコトはじめ

秋の食いしんぼう散歩
ニャン太のくにたち 東へ西へ
宝物語り Kunitachi Times

明日に向かって
ガタクリ 走る
君に逢えたら
ニッコリフアイト!



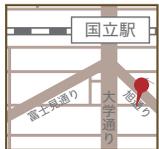


特集 アソビ コトハジメ

人生には、まだ開けてないドアがたくさん。
世代も習慣もとび越えて 自由に遊ぶ 秋うらゝ



高校選手権で優勝、昭和54年全国日本女流アマ選手権制覇。囲碁ファンにはNHK囲碁講座などでもおなじみ。「先生の碁は凛々としてきっぱりしていて好き」と女性の常連さんより。



[囲碁クラブ「燦々」]
東1-15-18 3F/☎ 042-576-5591 [OPEN] 平日 13:00~21:30(日・祭日~21:00月曜定休)

イゴで遊ぶ



さんさん
囲碁クラブ「燦々」 堤加蓉子さん

最近、雑誌などでは「囲碁ガール」なる女子の囲碁ブーム。いまや旦那だけの趣味にしておくのはもったいない、その魅力。

「囲碁は碁盤の上の格闘技。でも老若男女に関係なく対等に戦えるゲームなんです」とおっしゃるのは、囲碁クラブ「燦々」を主宰する堤加蓉子さん。

「仕掛けたり、妥協したり、思いどおりに行かないこともある。碁は別名『手談』とも言われ、石で相手と会話するわけです。組み合わせは無制限で、これがベストという答えはありません」

碁にはその人の性格も出るそうなので、それもまたワクワクするところ。

「燦々」は今年で33年目、現

在、通う方のほとんどは有段者なので、「燦々」で対戦を楽しむためにはまず基礎（入門レベル25級から15級まで）を学んでから。でも碁会所がどんなものか、見学ならどなたでもOK。

「物忘れ防止にもいいかもしれないですね。でもご夫婦で対戦すると喧嘩になりがちなので注意（笑）」



40代から93歳まで、毎日のように通う常連さんも。



タブレットで遊ぶ



NPO経営強化支援事業協議会主催 タブレット入門コース



写真上:テレビの料理番組のレシピなどもすぐに確認できる。写真下:持ち運びに便利なので外出先でもマップをチェック。

「パソコンをあきらめていた人でも、簡単に使いこなせます」と、タブレット端末を暮らしの中で楽しんでいるのがこの面々。10月から市内でスタートしている「寄付と税に親しむ講座」タブレット講習会（東京都新しい公共支援事業）の講師陣だ。講座の目的は

写真右:左から長崎美恵子さん(66歳)、川上浩さん(75歳)、小原洋一さん(70歳) NPO法人いきいき市民協働ネットのメンバー。

【タブレット入門コース】
市内在住・在勤の方。各回定員9名・各2時間×4回。申込み多数の場合は抽選。詳細は毎月20日の国立市報をご覧ください。
<東京都新しい公共支援事業>

「東日本大震災でもたくさんの方が寄付や支援をしたと思います。社会につながる活動に参加したりNPOなどに寄付するには、とにかく自分が納得するよう情報が必要。情報格差におかれている高齢者もつとアクティブになれるように」と川上さん(写真中央)。タブレットでは、インターネット検索やメールのほか、



ナード・アロマテラピー協会のインストラクター。国立市の教室を本拠とし、資格認定やアロマテラピー普及活動を行う。都内各地へも展開。

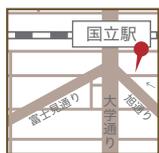


アロマで遊ぶ

「あろま^{どう}道」 天野葉子さん



アロマテラピー(アロマ)と聞くと、女性向けだと思われるがち。ところが「あろま道」では最近、老若男女問わず、自分好みの「香りを作る」ワークショップへの申込みが増えている。この日の「男性の為のアロマテラピー講座(全3回)」前段では、「ティートリー」等の精油や香りの丁寧な講義があり参加者は興味津々。質問も活発に飛ぶ。「80種類もの精油から好きな香りを見つけ、ブレンドする楽しさを味わってもらおうのが一番。でも、ここでの会話は体調や好みの匂いに新たに気づく役目もあります。みなさんの心と身体をサポートできるのがうれし



【あろま道】
ナード・アロマテラピー協会認定校/東1-14-22 ハイム114-305号室/☎042-505-4994(留守番電話にメッセージを)[OPEN]完全予約制10:00~18:00(金曜定休)

い」と天野さん。各自作ったオリジナルの香りに、参加者がその場で命名。それぞれの人が垣間見えて楽しい。暮らしの中にアロマテラピーをとりたいることで、ストレス軽減、疲れを感じる人は体調回復に繋がるかも! ※花や木など植物に由来する芳香成分(精油)を用いて、心身の健康や美容を促進する技術または行為。



それぞれ、たくさんの精油から10種ほど選びブレンドする。いろんな香りで、話も弾む。



ニヤ木の
くにたち



東へ西へ

(株)クラシコム
北欧、暮らしの道具店



(株)クラシコムは2006年設立。ウェブショップは月間ページビュー数250万PVの人気を誇る。2009年にオープンした国立店は唯一の実店舗。

国立から日本中に！暮らしを彩る雑貨とアイディア

「わたしね、北欧雑貨にハマってるの」「ん、ホクオーザッカ？」
愛しのきなこさんの前で恥をかいてしまったニヤン太。

家に帰りインターネットで検索します。「北欧、暮らしの道具店」…ニヤ!?
このお店、国立にあるみたい！これは見に行くしかないニヤ〜

— こんにちは。

ネットを見や来ましたニヤ

佐藤友子店長「いらっしやいませ、北欧、暮らしの道具店です。ウェブショップをご覧いただきありがとうございます」

— おもしろい連載が載ってて、

ついつい読んじゃったニヤあ

佐「ウェブには見るだけでも楽しめるように特集や連載を載せているんです」

— ウェブに北欧に…今っぽいけど

どんな会社なの？

佐「運営会社の(株)クラシコムは、ひとりひとりにフィットする暮らしづくりをお手伝いしたい、との想いで始まりました。最初は、社長であり兄でもある青木が今とは別のサービスを運営していましたが、私が北欧の暮らし方に出会ったのをきっかけに方向転換。そこから協働で北欧雑貨の販売をスタートしました。雑貨の販売はもちろん、ウェブのコンテンツや店舗づくりを通じてすてきな暮らし方をお客様にご提案できればと考えてます」

— 社長とは、兄兄妹なんだニヤ?

佐「そうです。北欧から受けた私の感動が事業になったのも、兄の技術あってこそ。」



取締役兼店長の佐藤友子さん。20代の頃は直感を頼りにいろんな仕事を経験されたとか。「迷走の時期でした(笑)」



料理家フルタウコさんによる社員食堂はWEBでレポートも公開中。毎週2回更新。



(右)人気のリサ・ラーソンさんの犬。(左)ククサ。フィンランドで「贈られた人は幸せになる」といわれる木製マグカップ。



彩り鮮やかな雑貨並ぶ店内。写真だけではわからない手触りや木目までじっくりと。



http://hokuohkurashi.com
[実店舗] 国立市北1-12-2
[OPEN] 平日 12:00 ~ 17:00 / 第2・第4土 11:00 ~ 17:00
[定休日] 第2・4土以外の土・日・祝



Episode 03

不思議の国のアリス X 小林愛梨穂さん

人よ mono
ちよつこり
ホッコリ物語。



購入したお人形（写真中央）。

ディズニー映画で世界中を魅了した不思議の国のアリス。一方ルイス・キャロルの原本を知る人は、さらに奇想天外なアリスの世界があることを知るだろう。幼いころの小林さんもトランプが空中に舞い上がるシーンは怖かったという



「テイストは気にしませんが、アリスであればどれも大好き」色んな解釈が存在するのは、それが名作だという証でもあるのだ。コレクションは、10月28日（日）から11月18日（日）まで、「ふしぎの森の洋品店」にて展示される。ここでしか見られないレアグッズを、ぜひお見逃しなく！

小林さんが代表をつとめる「Fairy wish」のお店に入りきらないほど膨大な数で、イギリス旅行へ行くたびに、アリスグッズを少しずつ集めたという。お気に入りには、'95年に一度だけ東京ディズニーランドで開催された「Alice's Wonderland Party」で

「裏話」を知り、大人になってから熱狂的なファンになったそうだ。10代から集め始めたコレクションは、小林さんが代表をつとめる「Fairy wish」のお店に入りきらないほど膨大な数で、イギリス旅行へ行くたびに、アリスグッズを少しずつ集めたという。お気に入りには、'95年に一度だけ東京ディズニーランドで開催された「Alice's Wonderland Party」で

こぼやしありす
小林愛梨穂さん

山梨県出身。パンタンデザイン研究所のパターン科へ進みで学中から球体関節人形師「恋月姫」の衣装製作に携わる。その後「moi-memoire」のデザイナーに就任。'03年に「Fairy wish」を立ち上げる。直営店は国立が初。



（上）イギリスのアリスショップで購入したお面（下）若月まり子のお人形（右下）使用済みスタンプ入りの古い切手



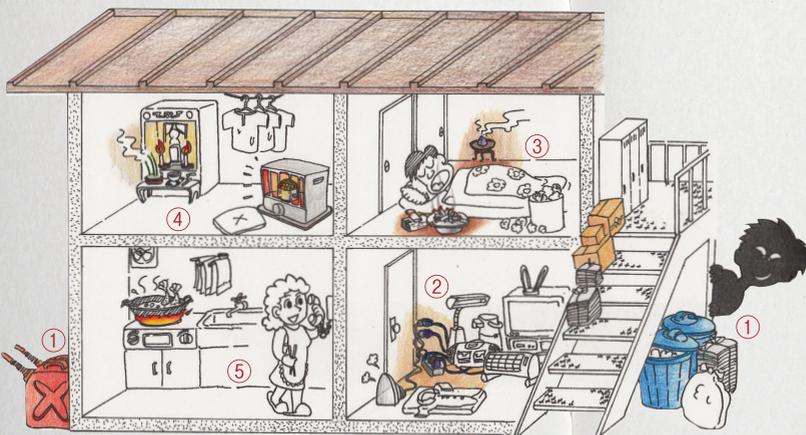
ふしぎの森の洋品店

* Fairy wish *
国立市東 2-12-6
浅井ビル 306 号室
[TEL] 042-572-7253
[OPEN] 14:00～18:00
(水・日のみ営業)

国立歩記 安心安全 防災コラム

災害から身を守るため やっておきたいコト

火災予防、あなたの家庭はだいじょうぶ？



● 秋の火災予防運動 11/9(金)～11/15(木)

秋から冬は空気が乾燥し、火災が多くなりがち。火災原因の第1位は「放火」。もちろん屋内にも危険はひそんでいます。あなたのまわりは安全ですか？ 常に防火の心がまえを。

- ① 屋外に物を置かないように！
・階段、玄関に物がいないか確認を
・ゴミは収集日の朝に出しましょう
- ② コンセントまわりは大丈夫？
・ほこりが溜まっていませんか？
・電源コードの劣化、ねじれも危険
- ③ 寝たばこ、アロマの火に注意！
・灰皿のたばこの火には細心を
・アロマは安全な場所に設置を
- ④ 可燃物は火の近くに置かない！
・ストーブのそばはだいじょうぶ？
- ⑤ ガスコンロの火、必ず注意を！
・料理の火から目を離すと危険です
(取材協力：立川消防署)

ニャン太も満腹 「秋の食いしんぼう散歩」



空が高くなって、涼しい風が頬をなでたら、
おなかもグーグー。
さあ！ 秋はつまみぐい気分で、
おいしいお散歩に繰り出そう！



illust
ひらまつみわ

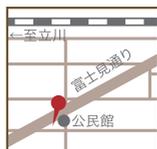
🎁 プレゼントの応募方法については
裏表紙をご覧ください。



MAGOME 🎁

お米屋さん作った
しっとりもちもちお米パン

精米時に余るお米を有効活用したパンは、米粉80%、小麦グルテン20%使用。しっとり、もちもちの食感が新鮮。腹持ちもよくご飯のおかずとも好相性なのでパンが苦手な方や男性にも人気。常時40種類前後のパンの他、和菓子、シリアル、雑穀米などお米屋さんならではの品揃えが魅力。毎日通いたくなるお店です。



国立市中 1-15-8
[TEL] 042-571-0032
[OPEN] 9:00 ~ 19:00
[定休日] 日・祝

秋の新商品
栗あんぱん 130円
かぼちゃおやき 160円



発芽玄米ぱん
100円



イチジクとクルミ
170円

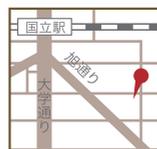
米粉100%使用
「米粉カステラ」
1斤 1,500円
1個 150円



ギャラリーカフェ Pupu 🎁

見て、触れて、味わって。
時間を忘れる楽園へようこそ

カフェ？ギャラリー？ワークショップ？いいえ、その全部！Pupuの楽しみ方は、こだわりのコーヒーやハーブティーに手作りの日替わりランチが自慢のカフェだけでなく、心躍るギャラリースペースやフリーに使えるレンタルスペースと実に多彩。気軽に美術品に触れながらゆったり過ごせる大満足のスポットだ。



国立市東 1-14-21
グリーンライフ国立 1F
[TEL] 042-576-1622
[OPEN] 11:00 ~ 19:00
[定休日] 水



男性にもたっぷり満足のおふくろの味 1,000円



月・金のお楽しみ、
天然酵母の焼きたてパン





Chez Navet (シェ・ナビ)

自宅のダイニングで過ごすように
気軽に楽しむフランス料理

「我が家のダイニングのつもりで寛いでほしい」
そう語るのは渡辺シェフ。今年7月のオープン
以来、カジュアルな店内の雰囲気とシェフの飾
らない人柄が着実にファンを増やしている。熟
練の腕で振るまわれるフレンチ、まずは秋のメ
ニューから味わってほしい。日替わりのランチ
は1,000円から。



国立市富士見台 3-4-1
[TEL] 042-573-5502
[OPEN]
Lunch 11:00 ~ 14:00
Dinner 18:00 ~ 22:00
[定休日] 不定休



秋のオススメ「鴨肉のカスレ」2,000円



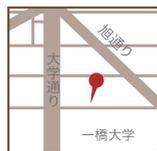
カウンターに6席の店内。
ディナーは予約制。
お好きなワインの持ち込み
もOK!※要事前連絡



Café・れら

北の大地の恵みあふれる
体にやさしいスープカレー

「れら」はアイヌ語で「風」の意味。北海道に
住んでいたオーナーが作るスープカレーは添加
物を一切使わず、薬効たっぷりのスパイスと
ハーブを何種類もブレンドした逸品。季節によ
り変化する具材も特徴。秋は北海道から届く
新鮮なホタテと野菜が登場予定! 隔月で開催
されるアイヌ刺繍教室やイベントもおすすめ。



国立市東 1-16-7-1F
[TEL] 042-510-0253
[OPEN] 11:30 ~ 20:00
[定休日] 水・第三月



季節感のあるスープカレーに
黒米が絶妙 880円～



自家製かぼちゃの
バイクチーズケーキ
470円



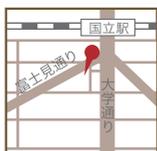
もちもち食感!
北海道の郷土料理
いももち 200円



塚田農場 国立店

宮崎名物じとつこに舌鼓!
秋の食欲を満たす幸せメニュー

塚田農場といえばなんと言っても名物じと
つこ。その味わいをぎゅっと詰め込んだ炭火焼
は人気ナンバーワンの鉄板メニュー! 他にも
カップルから大人数までみんなで突つける幸せ
メニューの数々で、ぐっと顔の距離も縮まりそ
う。広いお座敷席は宴会はもちろん、お昼の
時間のちょっとした集まりにもぴったり。



国立市中 1-9-30
国立せきやビル 4F
[TEL] 042-580-4502
[OPEN] 11:30 ~ 14:30
17:00 ~ 23:00
[定休日] 無



ヘルシー&栄養たっぷり。にんにく
醤油で。馬刺しネギまみれ 780円



じとつこ炭火焼とたたきが食べられる
贅沢な「じとつこ御膳」1,300円

ウェイトリフティング 国体リハーサル大会

11月21日(水)～25日(日)
くにたち市民総合体育館

国立市は来年2013年に国体のウェイトリフティング競技が開催されるまちですが、今年2012年にはそのリハーサル大会が行われます。9月18日にはロンドンオリンピック銀メダリスト・三宅宏実選手が視察に訪れました。爆発的な瞬発力でバーベルを持ち上げる選手のパフォーマンスを応援しよう!



詳細は <http://www.kunitachi-kokutai.jp/> をご覧ください

ワールドカフェで語る かなえたい国立の夢

11月23日(金・祝)13:30～16:30
商協さくらホール 参加無料

お金の制約や現実の困難はちょっと横において、国立の夢を自由に想像・創造してみませんか。ファシリテーター：徳田太郎氏(日本ファシリテーション協会)定員40名・先着順。お申込はFAXで、くにたちNPO活動支援室042-573-1023(月～土13:00～17:00)まで。<あなたも活動に参加できる!寄付でつながる社会貢献>



主催：NPO 経営強化支援事業協議会
(東京都新しい公共支援事業)

タクリー号もやってくる! 谷保天満宮旧車祭2012

12月2日(日)
谷保天満宮

交通安全祈願発祥の地・谷保天満宮境内で毎年行われるクラシックカー・アンティークカーの祭典に、今年は国産初のガソリン自動車・タクリー号(レプリカ)がやってきます! 車検に通っているので公道を走れるんですよ。お問い合わせは042-574-9979(オートモビルクラブジャパン)まで。



タクリー号は市内の各種祭礼・イベントなどに
出動可とのことです



水の恵みが育てる 谷保の新米

国立市下谷保地区 北島義昭さん

東京みどり農協(国立、昭島、立川、東大和、武蔵村山の5市)管内で、稲作農家が30軒もあるのは国立だけ。立川は2軒、昭島は3

軒だけなので、田んぼはとても貴重です。国立では、湧水と府中用水のおかげで水が豊富、昔から米を作ってきました。谷保米の品種はコシヒカリ系のキヌヒカリ。食味がよく、この土地で作やすい。うちはさらにおいくなるように、前年に緑肥としてレンゲやレッドク

ローバーをまいておきます。

昔は親戚中で助け合った6月の田植えも、今は機械ですが、米づくりは水管理が大変だね。稲の根っこを強くするために、用水をせきとめて水を干したり入れたりする。消毒は最小限にとどめるから、田んぼにはトンボやアマガエル、カブトガニもいます。

稲刈りは10月中旬ごろ、それからやぐらで2週間、天日で自然乾燥させてから脱穀。新米は11月以降、農家の直売所や国立駅前の「しゅんかしゅんか」(玄米をその場で精米)ほか、農業展で販売します。私たちが一生懸命つくった谷保米、ぜひ食べてください。(談)



きたじまよしあき
1953年生。500年以上続く谷保農家。野菜のほか、稲作は4反(1反は10a)。1反当り6俵(1俵は60キロ)を収穫している。

「第35回国立市農業展」

日時：平成24年11月17日(土)18日(日)
場所：東京みどり農協(JA)富士見台支店駐車場
農産物品評会、宝船の展示、農産物・花き等即売など。例年とは会場が異なりますのでご注意ください。(問)国立市役所 産業振興課 農産係 042-576-2111(内346)



身近なところに もっとアートのかを

松澤純一さん（くにたち市民芸術小ホール館長）



芸小ホールは今年で25周年、市民が芸術文化を手軽に楽しめるように、さまざまな催しを企画してきました。同時に今後は、芸術文化を核にしたまちづくりに貢献できるように努力していきたい。

日ごろ、創造的活動が身近でない若い人たちにも、演劇やダンスに参加できる機会をつくるなど、市民と芸術のつなぎ役になりたいと願っています。

くにたち市民芸術小ホール

最大336名を収容できるホール、写真展などに入れる市民ギャラリー、スタジオ、音楽練習室、アトリエで市民が芸術展示を行える。

[住所] 国立市富士見台 2-48-1 ☎ 042-574-1515
<http://www.kuzaidan.com/hall/>



芸小主催イベント情報

マエストロ川瀬の楽しいオーケストラ!

11月18日(日) 15:00 開演、一橋大学兼松講堂にて。名古屋フィルの指揮者・川瀬賢太郎が、ヴァイオリンの二瓶真悠&東京フィルと共に贈るコンサート。モーツァルト「魔笛」序曲、チャイコフスキー「くるみ割り人形」など7曲(未就学児不可)。



大衆演劇 橘劇団

12月20日(木) 13:30 開演、芸小ホールにて。大好評の「橘劇団」が今年も国立にやってきます。天才女形・橘大五郎ほか豪華キャストの出演で、大衆演劇をめいっぱい楽しめる一日です。



くにたち芸小ホール寄席

12月22日(土) 15:00 開演、芸小ホールにて。立川志らく(写真下)・柳家喬太郎(写真上)の両名がくにたちにやってくる! 落語の神髄をぜひお楽しみください(未就学児不可)。



© 山田雅子

第22回

くにたち兼松講堂 音楽の森コンサート

ベートーヴェン生誕 250年(2020)プロジェクト
Vol.2『ピアニスト・ベートーヴェン、ウイーンデビュー!』

伊藤 恵 ベートーヴェンを弾く

伝説と難関で知られるミュンヘン国際音楽コンクール・ピアノ部門を制覇した唯一の日本人ピアニスト。人気と実力派の伊藤恵が弾く若きベートーヴェンの傑作を、秋深い兼松講堂の豊かな響きでお楽しみください。

2012年11月25日(日) 午後2時開演(開場1時30分)
一橋大学兼松講堂 (JR国立駅南口徒歩7分)



● Profile 桐朋学園高校卒業後、ヨーロッパへ。数々のコンクールを制覇し、内外のオーケストラとの共演多数。東京藝術大学教授・桐朋学園大学特任教授。

曲目
ピアノ・ソナタ 第2番イ長調Op.2-2
ピアノ・ソナタ 第8番ハ短調『悲愴』Op.13
悲劇『エグモント』序曲Op.84*
ピアノ協奏曲 第1番ハ長調Op.15*
*管弦楽
高井優希(指揮)/
兼松講堂ベートーヴェン・プロジェクト管弦楽団
ナビゲーター
西原稔(桐朋学園大学教授 音楽学部長)

【主催】 ボランティアチーム如水コンサート企画
【後援】 社如水会・国立市・国立市教育委員会ほか

※詳細は「国立楽器 伊藤恵」で検索

【前売券】(当日は各500円増し)
S席 4,000円(指定) A席 3,000円(自由)
学生 1,500円(自由)
☆未就学児童のご入場、お車でのご来場はご遠慮下さい。
☆車椅子でご来場の方は予めご一報下さい。
(☎ 090-8495-4582)

【チケット販売】
一橋大学生協(西) / 「白十字」南口店 /
レストラン国立文流 / 国立楽器国立店 /
くにたち市民芸術小ホールほか /
CNプレイガイド ☎ 0570-08-9990 /
東京文化会館チケットサービス ☎ 03-5686-0650

【問合せ・予約】
コンセル・フルミエ ☎ 042-662-6203
(月～金 10:00～18:00)

今年もおいしい秋が来た!

SEKIYA PRESENTS

くにたち ボージョレ ヴィラージュ ニューヴォー201

今年の解禁日は、11月15日(木)です

豊かな秋の恵みに感謝し、お祝いする、年に一度だけの美味しいチャンス到来!
今年のせきやオリジナル・くにたちボージョレは、昨年に引き続きフィリップ・ジョルによる描き下しラベル。くにたち産の野菜とくにたち村酒場のイメージカラー
ご家族やお友達と過ごすこの秋が、さらににぎやかに楽しくなります。



店頭ご予約価格

2,280円(税込)

限定1,200本

ご予約期限 11月11日(日)まで
通常販売価格3,500円(税込)



ボージョレと一緒に食べれば もっと美味しい、もっと楽しい。



ブーランジェリーカフェ バンブー

国立市中1-8-13 ☎042-577-5168

自慢のフランスパンに、からしバターとスモークハムをサンドしたカスクルト。その濃厚な味がボージョレにマッチ。オープンで少し温めていただくとバターがジュワツとパンにしみ込んでこれまた最高。

スモークハムの
カスクルト 336 円



生産者：ドメヌ・ド・ポワシャン

標高が高く日当たりのよい斜面、花崗岩にシスト(片眼)や鉄分を含む固い土壌に育つのは、小粒で凝縮した果実。「良いワインは良い葡萄から」を実践する名家デュポンファミリーの一員として、手作業で丁寧に畑の管理、収穫を行っています。上質でエレガントな酸味と新鮮味あふれる甘やかな香り。
※ドメヌ：自らの畑で栽培から醸造までを手がける生産者。



イラスト：フィリップ・ジョルダナー

イタリア出身のイラストレーター。2010年ボローニャ「国際絵本原画展」第一回SM出版賞受賞。<http://www.philip-giordano-pilipo.com/>



30農家のくにたち野菜タパス くにたち村酒場

せきやビルB1F ☎042-505-6736

国立で採れた新鮮な小松菜をたっぷり使い、国立産のお米を美しい緑色に染め上げたライスグラタン。日野産しいたげがアクセント。ボージョレと一緒に秋の旬な味わいをたっぷり満喫できる一皿に。

くにたち産小松菜の
ライスグラタン 680 円



<せきや秋の試飲会情報>

SAKE-BOUTIQUE
SEKIYA

C'est la Vie
SAKE-BOUTIQUE
SEKIYA
Depuis 1910 お酒好きまで102周年

国立市中1-9-30 せきやビルB1/F
☎042-571-0001

日本酒約40銘柄、焼酎約60銘柄、ワイン約80銘柄ほか、なんと200銘柄以上のお酒がせきやに集合。この機会にぜひ、お好みの銘柄を探してみてください!

[日時] 2012年10月28日(日)
一部 12:00~14:30(14:00受付終了)
二部 15:00~17:00(16:30受付終了)
[会場] せきやビル7F エソラホール
[前売券] 2,000円(当日券2,500円)

詳しくは店頭スタッフまたは、お電話でお問い合わせください。☎042-571-0001

※お車でのご来場は、固くお断りしております●お子様連れでのご来場はご遠慮ください●20歳未満の飲酒は、法律で禁止されています●当ビルは全館禁煙とさせていただきます



SEKIYA PRESENTS

しっとり秋の陽気の中を
見て、聞いて、感じて、
歩こう!

アソビゴトハジメ

上達だけがゴールじゃない!
音楽で人生にハリと
感動を。



Hello! NEWホビーライフ!! 新しいワクワクの扉をあけよう!

いくつになっても心躍る、新しいスタート
アウトドアから自慢の特技まで レッツ! アクティブライフ!



ガッキで遊ぶ 国立音楽センター

せきやビル7F ☎042-576-1213



「音楽は難しく考えず楽しんで」プロ
としても活躍する玉村三幸先生 (左)

先生との会話はもちろん、
演奏仲間ができたり、指先
を使って感性を磨く楽器の
演奏は毎日ハリを与えて
くれます。芸術の秋、楽器
と友達に!

国立音楽センターでは音楽
が好きなら誰でもウエルカ
ム。年齢を問わずいつでも
スタートできます。
例えばお昼の空いた時間帯
で、毎週決まった時間にレッ
スンをうける。

「楽器を始めるのなんて若い
うちからでしょ?」それは
大きな勘違い!



音楽がいつも
あなたのそばに

レッスンの種類はさまざま
ま。憧れや経験から好き
なものをチョイス!

ソトで遊ぶ NHK学園くにたちオープンスクール

せきやビル4F ☎042-574-0570

知らない街をブラリ歩けば
新しい発見があるはず。

石川先生と歩く「ブラ旅」
は街の今の姿だけでなく、
歴史やその土地の歩んでき
た背景が感じられて、毎月
楽しみが満載。沿線ごとに
隠れた街のカラーが見えて
きます。

駅からブラ旅
〜井の頭線〜



都内に残る史跡や、江戸時
代から続く名店や名所へ。
街を散策したあとは、老舗
お食事処で食事を満喫。ど
こか懐かしい気持ちと一緒
に出かけましょう。

古地図を
片手に老舗めぐり



講師の街学フォーラム
代表石川一郎さん

6ヶ月: 6回、第4木曜日 10:30~13:00
(10/25から開始) 受講料: 18,000円



6ヶ月: 6回、第2水曜日 11:00~14:00 (10/10から開始)
受講料: 18,000円 (食事代別: 1回につき 3,000~6,000円)

くにたち秋のイベント情報

郷土文化館まつり

10月21日(日) 10:00～15:35



「やば天神太鼓」「太鼓衆“仙”」の和太鼓、お琴・尺八演奏、踊り、よさこいソーランなど、国立の博物館で行われるお祭りです。企画展「くにたちの河岸段丘・ハケ展」が同時開催。

天下市・市民まつり・一橋祭

11月2日(金)～4日(日)



大学通りと一橋大学キャンパスで三大祭りが同時開催！商業祭(天下市)、市民祭、学園祭が一举に楽しめます(市民まつりは4日のみ)。最終日は大学通りが歩行者天国に。

谷保天満宮 新嘗祭

11月23日(金・祝)



その年の作物ができたことに感謝して、翌年の豊穣を祈願する神事です。地元の農家から野菜が奉納される収穫祭になっています。11時からは境内で奉納野菜即売会も開催。

読者のみなさまへプレゼント！

kunitachiaruki present

プレゼント有効期限 12年12月末日迄



500円分の
ドリンクチケット
Pupu (P5) 10名様



グラスワイン(500円相当)1杯サービス
※お食事をされたお客様に限ります
シェナベ (P6) 10名様



ローズレース柄ソックス(白or黒)(2,500円相当)※色の指定はできません
+ 500円分のお買い物券
Fairy wish (P4) 5名様



宮崎の郷土料理
「チキン南蛮」(680円相当)
塚田農場 (P6) 10名様



国立歩記をご持参の上、お買い物して頂いたお客様に「発芽玄米ばん1個」プレゼント(10月中)
MAGOME (P5)



ワイン1本プレゼント
※赤or白は選んでいただけますが、ワインの種類は選べません。
くにたち村酒場 (P9) 10名様

伝助さんクイズ！

2013年の東京での国立開催に向け、今年の11月に行われるリハーサル大会も目前！さて、われらが国立市が舞台となって行われる競技とは？

抽選で5名様に「くにたちボージョレヴィラージュヌーヴォー2012」をプレゼント！皆様のご応募を心よりお待ちしております。

おかげさまで10周年！せきやビルFLOOR GUIDE

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-土 10:00-21:00 (日祝休)
6F	オーブンスクール NHK 学園	042-574-0570	月-金 9:30-17:30 土日 10:00-15:00 (祝休)
5F	GEO フィットネス国立	042-580-4538	月-水金 10:00-23:00 / 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)
	エステサロン さくら	042-572-3000	10:00-20:00 (月休)
	幼児教室 ジャック国立教室	042-573-6880	9:30-18:30 (年中無休)
3,2,1F	SEIYU 国立店	042-576-2401	24H 営業 (年中無休)
B1F	SAKE-BOUTIQUE SEKIYA	042-571-0001	[1F] 10:00-21:30 (年中無休) [B1F] 11:00-21:00 (年中無休)
	ドイツ式 はかり売り専門店 フォムファス	042-572-4741	11:00-19:00 (年中無休)
	30農家のくにたち野菜タバス くにたち村酒場	042-505-6736	17:30-23:00 (L.O.22:15) (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-土 8:00-22:00 日 8:00-20:00 (定休日なし)
ブーランジェリーカフェ パンパー	042-577-5168	火-日 10:00-19:00 (月休)

[プレゼント応募要項]

はがきに、①ご希望のプレゼント名と応募の理由(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)ビックス気付 国立歩記編集部「プレゼント」係

[締切日] 2012年11月15日(木) 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。

ウェブからのプレゼント
応募はこちら



<http://kunitachiaruki.jp/>

パソコンなら上URLを、携帯ならQRコードをどうぞ(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。



国立市中1-9-30
国立駅より徒歩1分

www.sekiya.co.jp

国立歩記 Vol.20 2012 秋号 2012年10月15日発行(季刊4回・無料)

企画・制作 国立歩記編集部
Logo Design 関 敏(石の彫刻家)

Editor & Writer 田中ネリ子 松本陽/(有)サイコム
細田真吾/(株)ビックス

Writer 鈴木三和 両角晴香 せきみえ 長谷川雅典 山根かき
Design 国立圖案室十田杉さやか(BAN インターナショナル)

印刷・発行
株式会社ビックス
〒190-0011
立川市高松町3-14-13

TAKE
FREE