

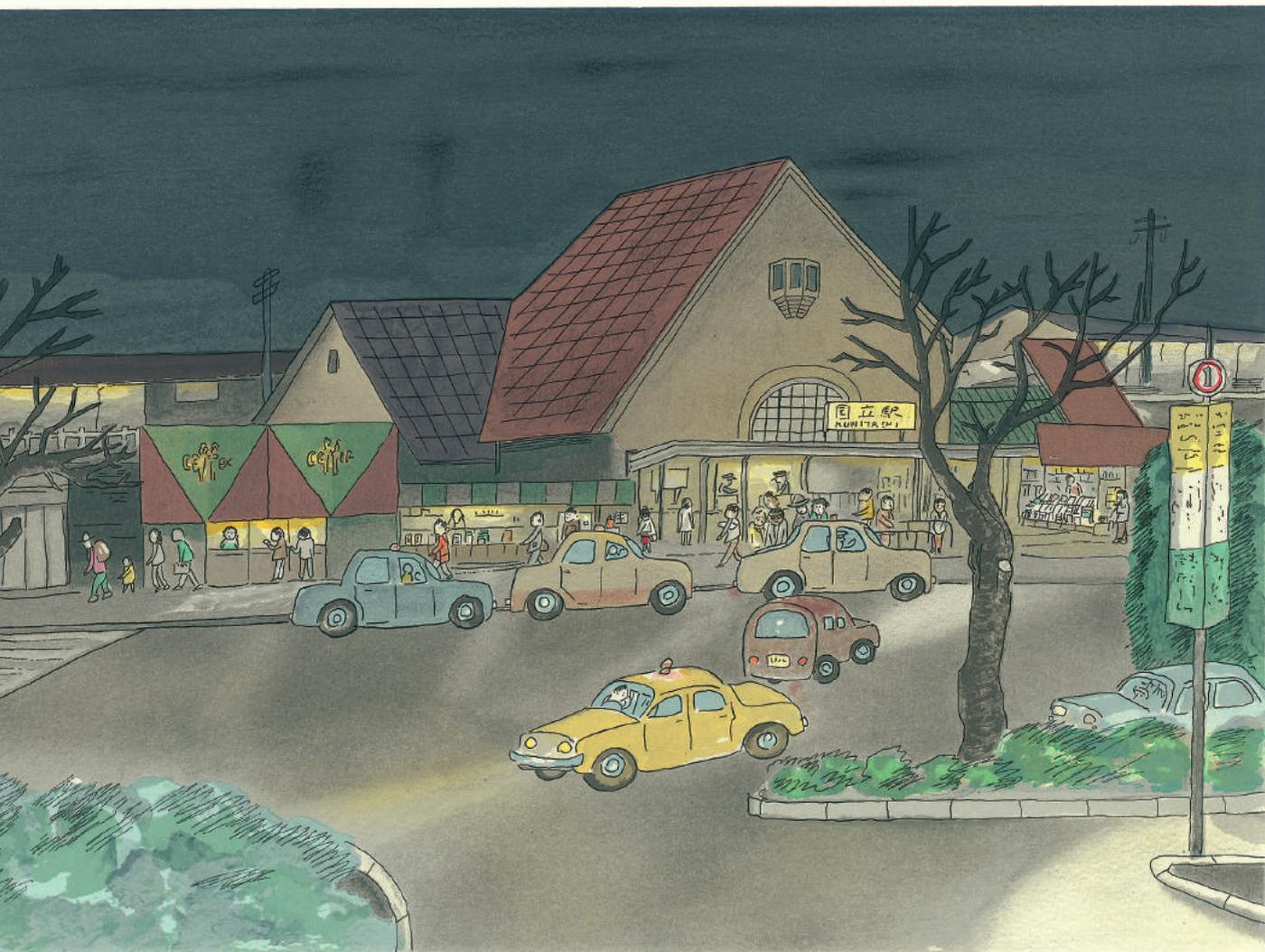
歩いて・観て・発見するノーマガジン

# 歩ある記 国立

KUNITACHI・ARUKI



2016/Autumn  
vol. 36



山口瞳著『金曜日の夜』(新潮社)表紙絵・関頑亭

[特集] そのしごと、まねできません。

国立は、プロのしごとで、できていた。





※画像はサンプルです。実際の商品とは若干異なる場合がございます

この秋も  
収穫の恵が届きました。  
今年のラベルは  
関根亭さんが描いた、  
国立の週末模様。  
盟友・山口瞳さんの短文集  
「金曜日の夜」に寄せた  
カバールラストです。  
ほっと一息、ちよつとどきどきな  
そんな11月の夜には  
“くにたち”をどうぞ。

Beaujolais Villages Nouveau Kunitachi 2016

# ボジョレー・ヴィラージュ・ヌーヴォー

2016年11月17日(木) 解禁 **くにたち 2016** 限定 1,200本

ヌーヴォー解禁記念パーティ

11月17日(木) 開催!

ご予約特別価格 2,580円(税込) [参考価格 3,900円]

ご予約期限: 11月13日(日) まで



\* 美味しいお料理と一緒に、  
今年のヌーヴォーを  
楽しみましょう。詳しくは  
店頭またはWEBにて  
お問い合わせください



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

国立市中 1-9-30 せきやビル B1/F  
☎ 042-571-0001  
[1F・B1F] 11:00-22:00



せきや地下売場(ワイン・日本酒・洋酒)  
10月21日(金) リニューアル OPEN

LABEL - ラベル -

「金曜日の夜」(新潮社・1978年刊行)  
国立を愛した作家・山口瞳さんが、週末に出会った  
人々を時にドライに、時に優しく綴った短文集。表  
紙を描いた関根亭さんもまた国立で暮らすアーティスト。  
その独特のタッチで当時の国立を伝えています  
(絶版。現在は「月曜日の朝」との合本が電子書籍  
として発売中)。

DOMAINE - 生産者 -

ドメヌ・ド・ボワシャン  
生産者は名門デュボンファミリー  
の一員、ドメヌ・ド・ボワシャン  
です。昨年は「ボジョレー・ヌー  
ヴォー唯一のコンテスト」ともい  
われるリヨン杯で、出品された約450点のワインの  
中から最高金賞を受賞。丁寧な仕事で生まれる上質  
な味わい、今年もご期待ください。



## 写真を記憶の手がかりに



左上から時計まわりに：初めての欧州一人旅(2002)、旅先の新潟で出会った風景(2008)、母になって子ども  
の写真を撮ることがライフワークに。一橋大学の秋(2015)、国立に住みはじめた頃の大学通りの紅葉(2009)

「季節ごとに移ろう光や風景を写真におさめることで、そのときの温度や感情を呼び覚ますことができます」。そう語るのは写真家の小沢利佳さん。国立の桜やイチョウを背景に、季節に溶け込む人を切り取る「子どもの成長記録」や「結婚アルバム」が人気だ。高校3年生の誕生日に7歳上の兄に一眼レフを買ってもらって以来カメラの虜に。当時(90年代後半)といえば、シールに写真がプリントされる『プリクラ』が女子高生を夢中にさせた頃。そんな手軽さや物珍しさよりも、重くて扱いが難しい一眼レフを持ち歩き、季節のひとつコマをおさめた。現像した写真は『ミニアルバム』にして友人らを楽しませた。ここ数年は2歳の我が子カメラで追うのがメイン業務と言うが、国立をよく知る彼女への仕事の依頼は絶えない。「すっかり秋めいた国立は、最高のロケーションです」と微笑む。



【小沢利佳 (おざわ・りか)】

写真家。専門学校卒業後はグラフィックデザイン関係の仕事に就くが、好きだった写真の仕事に転職。ウェディングのアルバム製本・カメラマンを務め独立。 <http://ricamera.net/>

【日常を旅する『東京へそくり2016』】

日程：11月19日(土)～27日(日)  
会場：atelier tempo (小金井市梶野町5-10-58)  
小沢さんが携わった書籍『日常を旅する』の関連イベント開催！詳しくは <http://nichitabi.net/>

text：Morozumi Haruka 写真提供：小沢利佳

三鷹-立川間のクリエイティブな人・物・事を紹介



# そのしごと、まねできません。

▲ 鳩の湯のご主人、高張さん(左)と、銭湯絵師の丸山清人さん(右)。鳩の湯の背景画は、2016年4月に行われた丸山さんのライブペインティングイベントで、国立の大学通りの四季の風景に生まれ変わった。



## ■ 鳩の湯

国立市東 2-8-19 ☎ 042-572-0918  
OPEN 15:00-24:00 (月定休)  
※土・日はクソリ湯

## 丸山清人さんの銭湯背景画教室

日時：2016年12月4日(日)  
5日(月) 13:00-18:00  
会場：ギャラリーピブリア  
国立市中 1-10-38  
定員：各15名/参加費：5,000円  
詳細は☎ 042-511-4368 (十松)

大学通りの桜並木を描いてくれた。  
かけ湯をして、浴槽に手足を伸ばし、首までお湯に浸かる。雑念が体から抜けていくようだ。お年寄りの常連さんに聞く国立の昔話も楽しい。スーパージョウにも自宅のお風呂にもない、そんな贅沢を、月に一度でもいい。ぜひ味わいたいもの。

文・井上伸夫

水で冷まして適温にする。  
脱衣場も浴場も、創業時の姿のまま。銭湯ブームに乗る風でもない。四月に銭湯絵師の丸山清人さんが、三角屋根の駅舎から伸びる

## 煙

突がなくて、わかりにくい。でも、東三丁目の信号を入っ  
てすぐのこの場所は、昭和33年(1958)から変わる  
ことなく、ずっと「鳩の湯」の場所だ。

国立にただひとつ残る銭湯「鳩の湯」。  
銭湯文化の継承に奮闘するしごとを知りたくて、  
三代目のご主人高張光成さんに会いに行った。



● 国立は、プロのしごとで、できていた。 ●



リトグラフ作家  
**石橋泰敏** さん  
自由に描けるのが、  
リトグラフなんです。



リトグラフ工房で使う  
道具。

全国でも数少ない石版画工房が国立にある。約 30 人の作家を指導する石橋泰敏先生は名門タマリンド研究所公認マスタープリンター。優れた技術は池田満寿夫さんの作品を一手に引き受けていたほど。

■ ラール・ヴェリテ リトグラフ研究所  
国立市東 3-6-17 クレスト国立 B1  
☎ 042-576-9136



ワインアドバイザー  
**清広子** さん  
いつもの食卓や、お祝いの  
席を彩るワイン選びをお  
手伝います！



ワインの試飲会などで使  
用するソムリエナイフ。

1階にはクラフトビールや焼酎、地下にはワインがずらりと1700 銘柄以上！ 専任のワインアドバイザーが、好みや予算、料理やシチュエーションに合った最適なワインを提案するスタイルには定評がある。

■ 酒ブティックせきや  
国立市中1-9-30 せきやビル1F/B1F ☎ 042-571-0001 <http://www.sekiya.co.jp/sake/>



テイラー  
**諸橋喬一** さん  
本当に良い洋服は、身体  
に合わせて十何年もお  
直してきます。



戦後の闇市で購入した  
裁ちばさみが、今でも一  
番切れ味が良い。

昭和 25 年の開業以来、大学通り沿いでスーツのオーダーメイドとお直しを手がける。良い洋服は、仕事や暮らしの動作を助けるもの。ひとたび袖を通せば、着心地のよさと動きやすさに驚くはず。

■ 諸橋洋服店  
国立市東1-16-13 諸橋ビル2F ☎ 042-572-0475 OPEN 9:00~19:00 水休



活版印刷屋  
**酒井草平** さん  
活版印刷の、味のある  
仕上がりを、一度見て、感  
じてください。



“9ポイント”の大きさの活  
字。屋号の由来でもある。

個人の名刺やカードの受注印刷の傍ら、夫婦で手がけるオリジナル作品からは、活版・凸版印刷の豊かな可能性を感じられる。祖父の代から受け継ぐ印刷機は、約半世紀を経てもなお現役だ。ご依頼や見学などはお問い合わせください。

■ 九ボ堂  
国分寺市内藤2-10-13 ☎ 042-573-1641  
<http://www.kyupodo.com/>



靴職人  
**森崎 恵** さん  
靴をつくってみたい人は  
誰でも靴づくりができます。



靴づくりで革を木型に  
合わせてまとめる道具。  
(ワニ)

「大量生産品ではなく、必ず人の手に渡るモノを作りたい」。そんな思いをきっかけに、靴づくりを始めて 10 年。各回 2~3 人が受講する教室では、それぞれが作りたい靴や小物を自由に制作できる。

教室の詳細はホームページを。ベビーシューズなどの購入は下記（欄外）取扱店で。

■ モリサキ靴工房  
国立市富士見台2-3-2 メゾンエクセル201 ☎ 042-572-4920 <http://morisaki-shoes.com>



自転車技師  
**高橋 潔** さん  
タイヤにはマメに空気  
を。それだけで自転車  
が長持ちするよ。



一面の道具も場所は全  
て把握。

整備歴は半世紀！この店でもう 30 数年以上も国立市民の“足”をサポートし続けている。2階では最新型の自転車を常時展示、試乗できる車種も。店頭でのコンプレッサ一式空気入れサービスも嬉しい。

■ カルマックスタジマ  
国立市富士見台2-9-1 ☎ 042-575-1568  
OPEN 10:00-19:30(正月・お盆以外無休)  
<http://www.calmax.jp/>

街の中の私設歴史文化資料館。おすすめです。



[明窓浄机館]  
国立市中2丁目4-3  
☎042-576-0561  
🕒10:00~17:00  
📅日・祝

## EVENT NEWS

- 10/30(日) 富士見台名店街ハロウィン
- 11/4(金)~6(日) 天下市・一橋祭
- 11/6(日) 市民まつり
- 11/12(土)・13(日) 農業まつり
- 11/26(土) 旭通りクリスマスイルミネーション点灯式(予定)
- 12/3(土) 大学通りクリスマスイルミネーション点灯式
- 12/4(日) 旧車祭

# 秋のくにとちぶらぶらMAP

## アートでGO! 篇

🎁 プレゼントあり! 詳しくは裏表紙をご覧ください。

街のあちこちにアートが息づいている国立。澄んだ空気と、色づきはじめた大学通りの銀杏を楽しみながらの鑑賞散歩はこれからの季節にうってつけ。わざわざ美術館に足を運ばなくても楽しめる街角アートについて、小さいけれどオリジナリティーあふれる展示で定評がある「ギャラリービブリオ」の十松さんにお聞きしました。

## ポンスアートコース



「芸術作品というより、風景の一部として見て欲しい」と言う赤川ポンスさん。ポンスさんの作品は、個人宅でありながら、町行く人が楽しめる場所にありますよね。作品が国立の街に溶け込んでいるんです。銅板をパーツごとに切り出し、細工を加えて立体感を出して、溶接してできた作品を、こんなに間近で鑑賞できるなんて、よく考えたら贅沢なことですよ。

⑤一期一会⑥毎日感謝/日々精進/今日無事(第三小学校バス停そば)⑦せきやビル看板⑧さんぼ(カルマックス並び)⑨OKAERINASAI(地図外:西2丁目11-2)

ポンスさんの作品は、ホッとするとすんですよ。



## ぶらぶら案内人

10/25(火)まで『北冬書房の展覧会~幻燈展覧会』を開催中!



ギャラリービブリオ①  
店主 十松弘樹さん



国立にゆかりのある芸術家の作品が見られる街中アートをスポットを選んでみました。ちょうどいい感じに散歩しているので歩いたら丸1日はかかりません。運動できて、美味しいもので食欲を満たし、仕上げにひとつ風呂!完璧な秋の散策コースだと思います(笑)

[ギャラリービブリオ]築半世紀の木造家屋をリノベーションしたおうちギャラリー。レンタル会議室もあり、さまざまなイベントが開かれています。📘 国立市中1-10-38 ☎042-511-4368(FAXも有)

text: Inagaki Daichi / Uesugi Hisayo  
illustr: Hiramatsu Miwa

## F ハンバーグ・ステーキ シジユウ

ハンバーグといえばみんなの大好物。月に何回かは食べたいですね。そんな時に足を運んでほしいお店が、旭通りのシジユウです。ふんわりこねられた牛100%つなぎなしの粗挽き肉もさることながら、たっぷりとかかったソースが絶妙。黒胡椒が効いたスパイシーな味わいは、北海道・芦別より直送されるライスとの相性も抜群です。最後の一滴まで余すことなくご賞味あれ。



ハンバーグステーキランチ  
(ライス・ドリンク・サラダ付)  
1,100円

DATA 国立市東1-15-1吉村ビル2F  
☎042-501-0410  
🕒11:30~14:30(L.O.14:00)/17:00~21:00(L.O.20:30)📅木





アップルパイ 420円

## A BORTON

パイが自慢の焼菓子店カフェ。店主の石川さんはなんと元板前!英国の日本食店でデザートを担当するうちに菓子の奥深さに目覚め、奥様と帰国後、福岡の洋菓子店ででの修行を経て6月1日に開店したばかり。「ボートン」は息子さんの命名で、中央線沿線で店舗を探しているうち、小舟が流れに導かれるようにここに開店することになったそう。国立みやげの名店がまたひとつ。

DATA 国立市西2-9-74 富士見ハイツB棟  
1F ☎なし ☎11:00~18:00 休 日・月・祝



## B LE CIEL

和・伊の趣向も伺える、荻原哲哉シェフ(写真左)のコースメニュー。名だたる料理店で支配人を務めた。平田大輔オーナー(右)のホスピタリティ。そのコンビネーションにより生まれたのが、9月にオープンした富士見通りのフレンチです。昼夜各3組だけが過ごせる上質な空間には個室もご用意。料理を中心とした食のすべてにご満足いただけるはず。

メニューはコースのみ。  
ランチ4,104円~(要予約)

DATA 国立市中1-10-32 3F ☎042-505-9029  
☎11:30~14:30/18:00~23:30 休 不定休



## C 台形

富士見通りに佇む小さなお店の中には、店主の大木瑤子さんがふるまう料理とお菓子、そして静謐なひとときがあります。いつものティータイムに立ち寄り、旦那様の美術家・伏木庸平さんとセレクトするという古物を愛でるもよし。金土の夜だけに用意されるコースメニューを、特別な週末の彩りにするもよし。あなただけの時間を過ごしてみては。

鶏肉の赤ワイン煮込み(サラダ・クスクス付) 1,300円

DATA 国立市中2-2-3 ☎070-4111-1449 ☎ 火水木12:00~20:00  
金土12:00~18:00/コース制(要予約)19:00~ 休 日・月

## D 草・木・いろいろ さえ木

華やかなフラワーアレンジメントの仕事をしているものの「根っこがある植物を扱いたい」と、那須の盆栽職人の下で修行し、4年前にカフェ併設の鉢植え植物店を開店した佐伯さん。愛らしい緑を見ながらいただく定食は地元野菜が中心で目にも舌にもおいしい。鉢物は紅葉が早いそうで一足早く晩秋を楽しめそう。リース作りなどのワークショップも随時開催中。

今日のごはん(ドリンクと菓子付) 1,500円

DATA 国立市富士見台4-1-3  
☎090-8114-2108 ☎ 4~12月の木・不定期の土日 12:00~16:00



## 1 マニアアツくむけ? ストア コース



うちのギャラリーの前にある「国立ライオン」像①はポケストップでね。でも、実はライオンじゃないんだな。土木会社のおかみさんが愛犬を偲んで職人に作らせたコンクリート製の秋田犬なんです。それから、鳩の湯の壁画②は、銭湯に入った人だけが楽しめる春夏秋冬の大学通りの景色。国立には銭湯が1軒、稀少な銭湯文化の継承店です。最後は山口瞳先生行きつけのうなぎ押田の奥座敷「寒庵」③はマニア必見。山口先生の作品「江分利満(everyman)」にかけてeveryoneの逆でsomeone。

## 3 「びんさん」アーティスト 国立ゆかりの彫刻家



こんなに一人の作家の作品が町の至る所にあるのは国立ならではじゃないですかね。「びんさん」こと関敏氏の作品は、弁財天像にはそのルーツであるインドの黒御影石を使い、台座には水路に見立てた溝が彫ってあるなど、それぞれに細かいこだわりがあるので、ぜひじっくり鑑賞していただきたいですね。

⑩弁財天像(地図外・南養寺/谷保6218)⑪座牛(谷保天満宮)⑫座牛原型(国立市民館)⑬虚空(くにたち市民芸術ホール)

## E うなぎ 押田

うなぎの名産地・三河一色から直接仕入れ、本店の福島から受け継いだ味を提供。お嬢さんに「瞳」と命名するほど山口瞳ファンのご主人らしく、関頑亭氏や関敏氏、故滝田ゆう氏といった国立ゆかりの芸術家の絵や書が手入れの行き届いた店内にさりげなく飾られていて、まさに“国立の奥座敷”。肝焼きとビールで口開けするのが山口氏の定番だったとか。

DATA 府中市北山町3-24-2 ☎042-573-3167  
☎11:00~14:00/16:30~19:30 休 月・木・夜

うなぎ(竹)3,200円/(松)4,000円  
※持ち帰り可





# くにたち温故知新

もうひとりの郷土作家

## 太田蘭三が描くサスペンスシティ!?! 国立

9月に新刊『口唇紋』（講談社文庫）が出たものの、著書の大半が絶版になっているため、巡り合ったら手に取ってほしい。いわば国立の「裏文豪」といってもいい太田蘭三、読書の秋にぜひ。

70年代から00年代にかけて、多くの小説を出版した太田蘭三という作家を知っているだろうか？山崎努主演で映画化された『死に花』が最も知名度が高いかもしれないが、『警視庁北多摩署特捜本部シリーズ』といった、国立周辺を舞台にしたサスペンス娯楽ものが多数を占める。

長く国立で暮らした太田なので、本人をモデルにしたと思われる作家・釣部溪三郎も当然、「国立市内のJR南武線の矢川駅近くにある、十一階建てのマンションの八階の二LDK」（『斧折れ』より）住まいという設定。他にも、北多摩署の蟹沢警部補は富士見台団地の三階に住み、警視庁捜査一課の刑事・香月の「隠れ家」は西二丁目にある。殺人事件が起こるのも、多摩川の河原や谷保の民家、富士見台のマンションなどで、登場人物が行きつけにしているスナックには実在していた店も。

text : Uesugi Hisayo

太田蘭三  
1929年三重県生まれ。中央大学法学部卒業後、同人誌を経て時代小説家としてデビュー。趣味である釣りや登山を活かして山岳が舞台のミステリーを発表し人気を得る。2012年83歳で逝去。



# KUNITACHI INFORMATION FILE

くにたちインフォメーションファイル



## CULTURE & BOOKS

増田書店店長 篠田宏昭さん

### イベント情報

#### “小商い”のヒントが見つかる？ フリーペーパー『屋台と』

国立本店メンバーがその時興味・関心があることをテーマに制作するフリーペーパー「〇〇と」。

11月中旬発行予定の最新号「屋台と」では、狩野さん（あひるの家 店主）と由井さん（たいやきやゆい 店主）による“屋台”や“商い”にまつわる対談を収録。



バックナンバー  
「風呂と」

発行元：国立本店  
国立市中 1-7-62  
☎ 042-575-9428  
[OPEN] 13:00-18:00  
[定休] 月・木



#### 心の通い合う“小商い”とは

篠田さんの“小商い”への思いは、増田書店に入社する前、大型書店のスタッフの一人だった頃にさかのぼる。お客さんと顔を合わせることなく、荷解きと返本作業を繰り返すばかりの毎日。「書店全体の商いの流れを知りたい」との思いで増田書店の門を叩いたという。

お客さん一人ひとりの顔が見える規模で、商いの全てを把握し、責任を負う。「いまの社会のスピードに乗らず、自分の土俵で営む規模の小さな商いのことを、僕は“小商い”と呼んでいます」。

篠田さんにとって、増田書店は、まちなりのコミュニケーションがあるからこそ成り立つ“まちな本屋”であり、“小商い”であり続けてきた。

商いの核は、お店とお客さん双方の信頼関係だ。誠実な商いの姿勢に共感して、「この人だから買いたい」と思う行きつけのお店も多い篠田さん。“小商い”とは、まちなお店と人の心が通い合うコミュニケーションの連続なのかもしれない。

text : Yu Kato (国立本店)

#### 今号の選書



『一銭五厘の旗』  
経済は暮らしを形作る。人の営みに寄り添い続けた花森氏の言葉は、いつの時代も響く。花森安治著（暮らしの手帖社¥2,484）



『Spectator vol.34  
ポートランドの小商い』  
自分が価値を感じるモノで、身の丈の商売を実践する街。（エディトリアル・デパートメント¥1,028）



イベント情報

### 第39回国立市農業まつり

with 国立市消費生活展



日時：2016年11月12日(土)、13日(日)  
10:00～15:00

場所：国立市役所市民ロビー・西側広場、  
谷保第四公園、芸小ホール

秋のおいしい野菜や果物の直売&品評会、イベントもいろいろ、ご家族そろってお出かけください。

#### 12日(土)

けんちん汁・谷保米おにぎりのふるまい 12:00～  
苗木やバンジーの無料配布 14:00～ などなど

#### 13日(日) 消費生活展はこの日のみ

谷保のふかしイモ無料配布 12:00～  
ミニ園芸教室、大根引っこ抜きイベント、  
包丁研ぎ、傘やオモチャ修理、コンサートも。

#### 【農業まつり問い合わせ】

国立市役所 農業振興係  
☎ 042-576-2111(内線 346)  
主催：国立市農業展実行委員会  
共催：国立市 国立市農業委員会  
東京みどり農業協同組合



イベント情報

### 来年は国立市制50周年!

まちの歴史をおさらい @くにたち郷土文化館

1 企画展「市制施行50周年 高度経済成長期とくにたち」  
10月29日(土)～12月4日(日) @ 特別展示室

2 講演会「『文教都市・くにたち』のまちづくり」  
講師：田崎宣義氏(一橋大学名誉教授)  
11月13日(日) 13:30～15:00 定員60名(先着順)  
市民の暮らしと密接な関係をもっていた戦後「くにたち」のまちづくり。



3 まち歩き「撮影ポイント探訪  
—くにたちのまちの変化を訪ねて—

11月27日(日) 13:00～15:30 定員20名(先着順)  
案内：国立まなびあさきの会  
企画展の写真資料の撮影場所を訪れ、まちの変化を体感します。

2と3は要事前申し込み  
主催：くにたち郷土文化館  
国立市谷保6231 ☎ 042-576-0211  
[OPEN] 9:00～17:00(第2第4木曜日休館)

第30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.6  
～藝大の精鋭たちのベートーヴェン～

### 東京藝大シンフォニーオーケストラ

“身近なコンサートホール”一橋大学兼松講堂で聴く、

主要音楽大学オーケストラによるベートーヴェン・シリーズ第2弾。

話題を呼んだ「桐朋学園オーケストラ」(指揮：沼尻竜典、Vn：戸田弥生/2013.11)  
に次いで、東京藝大の精鋭たちが登場!

2016年11月13日(日) 14:00開演(13:15開場)  
—一橋大学兼松講堂(JR国立駅南口徒歩7分)

指揮：澤和樹

ピアノ：迫昭嘉

曲目：モーツァルト「フィガロの結婚」序曲  
ベートーヴェン「ピアノ協奏曲第3番」八短調 Op.37  
「交響曲第3番(英雄)」変ホ長調 Op.55



#### 澤和樹(指揮)

1979年東京藝大大学院修了。ロン=ティボー、ミュンヘンなどヴァイオリニストとして著名国際コンクールに上位入賞。1996年より指揮活動開始。東京藝大教授を経て、2016年4月より藝大学長就任。



#### 迫昭嘉(ピアノ)

東京藝大及び同大学院、ミュンヘン音大マスタークラス修了。ジュネーヴ国際音楽コンクール最高位、ABC国際音楽賞受賞。現在、東京藝大教授・音楽学部長。

● 前売券(当日は各500円増し) 消費税込

S席 4,000円(指定・親子セット限定20席あり)

保護者同伴の小中高生は学生券で指定席可

A席 3,000円(自由席) 学生券 1,000円(自由席)

★親子セット券のお申込みは、あらかじめ直接主催者までご連絡ください。☎ 090-8495-4582

★未就学児童のご入場、お車でのご来場はご遠慮下さい。

● チケット販売 一橋大学西生協/白

十字南口店/くにたち市民芸術小ホール/  
「リストラテ文流」国立店/「とれたの」/  
東京文化会館チケットサービス(電話申  
し込みも可) ☎ 03-5685-0650

● 問合せ・電話予約

NPOおながくの共同作業場

☎ 042-522-3943(平日10:00-16:00)

● 主催

ボランティア・チーム如水コンサート企画

※詳細は公式ホームページ「如水コンサート企画」で検索(お申込みもできます)



ざるの上で  
自然に水を切ること!  
栄養を流さない  
ポイントです



きのこのナムル

にんにくや  
唐辛子を加えて  
“家庭の味”に  
アレンジ♪

材料 (4~5人分) .....

- えのき、しめじ、しいたけ、エリンギ (冷蔵庫にあるもの) ..... 各1パック
- にんじん ..... 中1/2本
- 万能ネギ ..... 1/2本
- 塩 ..... 3ml
- ごま ..... 少々
- ごま油 ..... 2ml
- しょうゆ ..... 2ml (小さじ1 = 5ml)

作り方 .....

- きのこににんじんを同じ大きさの千切りに、万能ネギは小口切りに。
- お湯を沸騰させ、きのこににんじんを約1分間ゆでる。
- ざるにあげ、すぐに万能ネギを加えてよく合わせる。
- そのまま10~20分ほどおいて、しっかり水を切る。
- ボウルで塩、ごま、ごま油、しょうゆの順番に加え、その都度よく混ぜ合わせる。



text : Yu Kato

ごま油の香りにご飯がすすむ

### 元気をもらえる韓国料理

自然豊かな“チェジュ島”出身の玉ちゃんの韓国料理は、素材を活かした優しい味付け。昨年、家族で谷保の“こども畑”に参加したことをきっかけに、「旬のくにたち野菜で韓国料理をつくろう」と一念発起。地域で知り合った働くお父さん、お母さん達を、安心・安全なおいしい家庭料理で支えたいと、玉ちゃんのレシピには、健康への気遣いがたくさん詰まっています。



小湊 玉正 (こみなと たまよせい)

韓国料理家、2児の母。旬野菜の無添加キムチは「とれたの」で販売中。毎週木曜日(午前)には試食会も開催しています。Facebook: 韓国料理 玉ちゃんの家

くにたち野菜と地域食材の店 とれたの

国立市富士見台1-7 富士見台団地1-1-103

[OPEN]10:00~18:30 (月~土)、10:00~16:30 (日)



## くらしの安全安心 知りたい防災

防災の今がわかる

### 消防フェス 2016 in 立川

サッカー解説者の武田修宏氏(元サッカー日本代表FW)を一日消防署長に迎え、多摩直下を震源とする地震による大規模災害を想定した消防演習を実施します。



また、武田氏による防災トークショー、東京消防庁音楽隊による防火コンサートのほか、地震動シミュレーターによる震災体験や、煙ハウス、初期消火体験など、実災害に役立つイベントを数多くご用意しております。皆さまのご参加をお待ちしています。

- 開催日 平成28年11月9日(水)
- 開催時間 9時20分から12時00分まで
- 開催場所 ららぽーと立川立飛(立川市泉町935番地1号)
- 主催者 東京消防庁 立川消防署
- 問合せ 042-526-0119



### プログラミングが必修に?!

小学校での必修化も検討されているプログラミング。コンピュータを動かす命令語を覚えることも必要だが、それより大事なものは、「論理的思考力」を身につけること。筋道を立てて誰もが納得できる結論を導く力だ。ゲームや音楽、映像をコンピュータで創作するためにはこの「論理的思考力」が欠かせない。プログラミングは社会に役立つスキルであり、さらに文学や音楽、美術などと同じように、強力な自己表現の手段となる可能性にも満ちている。

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

秋といえばアートの季節。カメラやフェルトで満喫しよう！

# せきやビル・おすすめ アートスクール2016

presented by NHK 学園くになちオープンスクール

せきやビル 6F / 042-574-0570

[受付時間] 月 - 金 9:30 ~ 19:00 土日 9:30 ~ 15:00 (祝日休)



## 写真实習①②

四季の移り変わりをレンズでとらえる喜び。

写真家 平野 正志

毎週水 ① 10:00 ~ 12:00 ② 13:00 ~ 15:00

6ヶ月 23回 各 54,050円 (分割2回払い可)

紅葉の季節はこれから本番。美しい光景を手元に残したい、そうお考えの方にオススメなのが約20年続く平野先生の本講座です。野外実習と教室での講評を軸に、写真集づくりや写真展も実施。撮ることの楽しさを実感しながら、着実にスキルアップすることができます。



今年9月の野外実習にて。みんなで出掛けることも楽しみのひとつ(左が平野先生)。

## 中山みどりの 羊毛フェルトで愛犬・愛猫作り A/B

大切な家族の姿をフェルトでいつまでも。

中山みどり認定講師 山崎 晴美

A 第2金 B 第4金 13:00 ~ 16:00

6ヶ月 6回 各 22,680円

愛犬や愛猫はかけがえのない家族。その可愛らしい姿をずっとそばに置いておけるのが、針で羊毛をチクチク刺しながら作るフェルトアートです。山崎先生(写真中央)が基礎から優しく指導してくれるので、美術の心得がなくても大丈夫。この秋、あなたも思い出をカタチにしてみよう。



生徒さんたちの作品。未経験から始めても、これだけのものが作れるようになります。



## ワインが香る、山羊のチーズ

真っ白な生地に赤紫の表皮が印象的なスペインのウォッシュドチーズ。ワインのほのかな香りや山羊乳の繊細な味わい、さらに滑らかな舌触りも備えた絶妙な一品です。ぜひポジョレーとのマリアージュにどうぞ。

カプリジーゼ・アルピノ・ミニ  
1個 (425g) / 3,240円 (税込)  
※ 1/2カットは 1,670円 (税込・カット代含む)

## SEKIYA's Choice

このチーズのお供は ...

ポジョレー・ヴィラージュ・ヌーヴォーくになち 2016 赤 / 750ml  
ご予約特別価格 2,580円 (税込)

今年も「くになちラベル」の季節がやってきました。昨年のリヨン杯で最高金賞を受賞した造り手による、香り・酸・甘みのすべてに優れたポジョレーです。

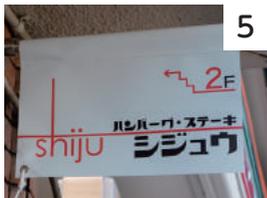


チーズお問合せ先 チーズ専門店&カフェ ※入荷数に限りがあるため、事前予約をお勧めします

サロン・ド・テ・チーズ王国

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

## アンケートにお答えいただいた方にプレゼント!



1 BORTON 「焼き菓子」5名様※イトインをご利用の方に限り 2 LE CIEL 「ドリンク1杯」ペア3組様 3 台形 「新生姜のソルベ」5名様 4 草・木・いろいろ さえ木 「手作りビスコッティ」5名様※お食事をご注文いただいた方に限り 5 ハンバーグ・ステーキ シージュ 「スパークリングワイン1杯」5名様 6 SAKE-BOUTIQUE SEKIYA 「ボジョレー・ヴィラージュ・ヌーヴォー」5名様

## 応募締め切り:2016年11月15日(火) 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:2016年12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・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

### 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。

## 表紙の裏話

### 「金曜日の夜」



山口瞳さんといえばユーモアとペースにあふれた紀行文も有名。その中に登場する旅の相棒“ドスト氏”こそが、このイラストを描いた関頑亭さんです。国立で暮らすふたりは飲み屋で出会い意気投合。一緒に旅へ出掛ける仲になったのだとか。珍道中の様子に興味がある方は、「迷惑旅行」や「酔いどれ紀行」を秋の夜長に読み進めてみては。

## 緑と文化のくにたち。人と暮しのために。

おかげさまで13周年!

## 国立せきやビル



国立市中1-9-30 国立駅より徒歩1分  
www.sekiya.jp

- 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
- 1~3F SEIYU 国立店 042-576-2401
- B1・1F SAKE-BOUTIQUE SEKIYA 042-571-0001
- B1F 30 農家のくにたち野菜タバスくにたち村酒場 042-505-6736
- 第二せきやビル タリーズコーヒー 国立店 042-501-0336

※営業時間・定休日等は各店にお問い合わせください