

東京まんなかライフを楽しもう

東京

大手町
丸の内
有楽町

目黒橋
八重洲
京橋

Free

Tokyo

エキマチ

Jan. Jul.
6-7
Vol.37



Q 出勤前のルーティンを教えて！

- 1位 少し歩く、散策する 18人
- 2位 コーヒーを飲む 9人
- 3位 好きな音楽を聴く 4人

通勤電車で星野源を聴く（30代・丸の内）

そのほかの回答 急いでもいい家を出て一度深呼吸！（30代・丸の内）／背伸び（20代・日本橋）／朝散歩&ジョギング&シャワー（30代・有楽町）／東京駅構内をぶらぶら。新商品や季節ものを物色すると面白い！（20代・丸の内）／子どもとハグ（40代・丸の内）／マスクの中で口角を上げて笑顔をつくる（50代・銀座）／喫茶店で一日の予定を立てる（30代・日本橋）



鈴木逸平さん・銀座
妻にキスしてから出勤。万が一、出先で死ぬ瞬間を迎えても、『でも俺、朝カミサンにチューしたぜ』って思えば最悪の気分は免れます！

Q スキルアップのために挑戦中&したいことは？

- 1位 語学 20人
(英語・スペイン語・フランス語・中国語など)
- 2位 資格取得(速読、Web解析、簿記など) 12人
- 3位 運動、ダイエット 4人

TOEICの勉強を毎日1時間30分！（20代・丸の内）

そのほかの回答 毎日iPadでファッションイラストを描いて発信しています（20代・銀座）／論語や漢文を学びたいです。最近渋沢栄一の『論語と算盤』を読んでいるのでその影響（40代・八重洲）／アートのスキルを高めるため、美術館巡りをしたいです（40代・丸の内）／東洋医学や健康法（食、お茶、ツボなど全般）の勉強（50代・日本橋）／TOEIC900点（今は760点）めざして英語の勉強、宅建、ビジネスドイツ語、韓国語（20代・大手町）／ビジネス書を月2冊以上読む（30代・丸の内）／投資（50代・銀座）

Q 仕事以外でのエキマチ来訪回数は？

- 〈回数〉
- 1位 月1〜2回 28人
 - 2位 2〜3カ月に1回 5人
 - 3位 週1回 3人

月に1回、激辛ラーメンを食べに行く（30代・日本橋）

- 〈目的〉
- 1位 買い物 28人
 - 2位 食事 15人
 - 3位 エンターテインメント 11人
(美術館、映画、観劇など)

そのほかの回答 電車好きな子どもと一緒に東京駅で新幹線を見る（30代・丸の内）／デパートのコスメフロアでトレンドチェック（40代・八重洲）／おいっ子へのお土産を買いに東京キャラクターストリートへ（50代）／数カ月に1度、デザインの勉強にギンザ・グラフィック・ギャラリーに行きます（20代・銀座）／ランチで見つけたおいしいお店で、夫とデート（30代・銀座）／カフェのようなおしゃれできれいな病院が多いので、検診などで利用します（30代・日本橋）

Q 必ずチェックする情報源は？

- 1位 Yahoo!ニュース 21人
- 2位 日本経済新聞(電子版含む) 13人
- 3位 Twitter 6人

携帯でYahoo!ニュースとスマートニュース（30代・大手町）

そのほかの回答 朝のテレビのワイドショー。小売業の人間として、SNSで偏りがちな趣味や好みをフラットにしたい……（30代・日本橋）／WWD JAPANやTwitterなどでトレンド情報（30代・丸の内）／Instagramで「#丸の内」などの情報を検索（20代・丸の内）／AdverTimes、VOGUE JAPAN、BBC News、朝日新聞、あさイチ（50代・日本橋）／当日の集客に関係するため、天気や交通情報をチェック（30代・銀座）

Q 休日はどう過ごす？

- 1位 街歩き 23人
- 2位 子どもと遊ぶ 13人
- 3位 ドラマ・テレビ鑑賞 5人
(動画配信サービス)

息子とプラモデル（ガンブラ）作り（40代・丸の内）

そのほかの回答 毎週、ダーツを3時間くらい（40代・有楽町）／バレースク教室、ボクシングジム、友達とご飯、旅行（20代・大手町）／欧風カレー作り（50代）／本格ミステリを本気で解こうとしています（20代・八重洲）／地方の伝統食めぐり（60代・日本橋）／コンビニスイーツの新作を食べながら過ごす（40代・丸の内）／家から一歩も出ないでぐーたら（50代・銀座）／競馬、ボートレース、麻雀（30代・日本橋）／自宅でお香をたく、ヨガ、瞑想（40代・銀座）



泉 真実さん・日本橋
観葉植物のお世話。ウンペラータが最近のお気に入り、日本橋高島屋新館1階にあるIN THE GREENはおすすめです！

Q 仕事に便利なアプリを教えて

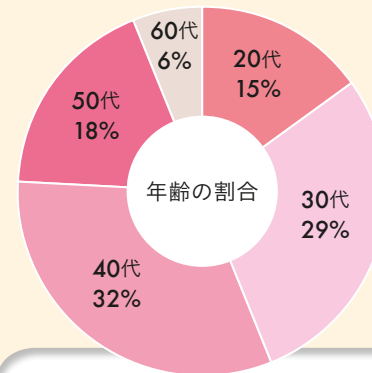
- 1位 SNS(LINE、Facebook、Instagramなど) 11人
- 2位 チームコミュニケーションツール(Slack、LINEWORKS、Teamsなど) 10人
- 3位 オンラインストレージ(Dropbox、Googleドライブなど) 5人

オンラインストレージは、思い付いたときにスマホでも文書が書けてPCと共有できるところが便利！（20代・八重洲）

そのほかの回答 画像編集ソフトのGIMP。フォトショップやイラストレーター同等の編集ができます（20代・銀座）／仕事の予定なども含め、家族でTimeTreeを共有。娘の習い事や出張の予定などを把握し合うために必要不可欠（40代）／Googleマップ。リサーチしたい店や施設をブックマークしておく。方向音痴なので、外出時はこれがないと目的地にたどり着けません（40代・八重洲）／筆談パット。また色のシミュレータは、さまざまな色覚特性がある方にも対応したPOPや資料作成に役立ちます（20代・丸の内）

「ワーク&ライフスタイル」まとめ

朝は電車の中でニュースをチェック。あえて少し歩いて出勤し、スキルアップや遊びは自分流……。好みや生活習慣が違って、トレンドを意識し、エリアが持つポテンシャルを生かすワーカーの姿が浮かぶ！



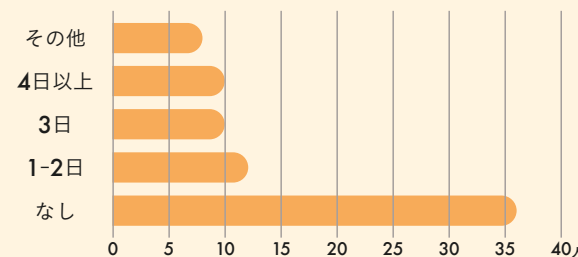
東京駅を中心とした「エキマチ」で働く幅広い世代に、「東京エキマチ」初のアンケートを実施！寄せられた答えには、テンションが上がるグルメ情報に、とっておきスポットの数々が。地元ワーカーだからこそ知る、エキマチの魅力を紹介します。

ワーカーの“生の声”をお届けします

エキマチ100人アンケート！



テレワークの頻度

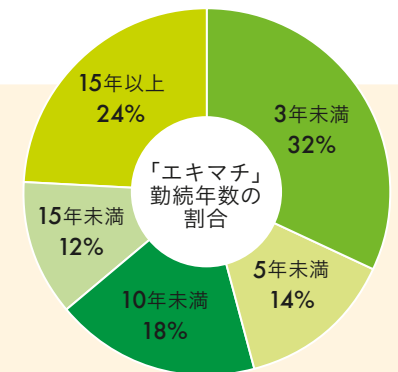


【凡例ほか】

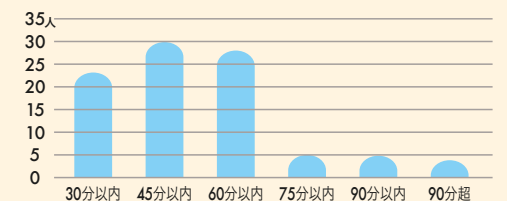
*アンケートは、大手町、丸の内、有楽町、日本橋、八重洲、京橋とその周辺のエキマチエリアに勤務、あるいはエキマチエリアを仕事場とするワーカー102人を対象に、2021年3〜4月に実施しました。ご協力いただいた皆さまに感謝申し上げます。*コメント紹介中、末尾に（年代・勤務地）を記しました。勤務地が複数ある場合は、省略しています。*P2に掲載のグラフはアンケートにご協力いただいた方の割合です（無回答の場合もあり）。

【留意点】

*スポット名と紹介コメントのみ掲載の場合は、回答いただいた方の情報を元としております。なお、掲載スポットは営業形態などが変更されている場合があります。お出掛けの際は、最新情報をご確認ください。*掲載画像は撮影用の場合があり、実際には各スポットによる感染症対策が講じられています。



通勤時間





Qおすすめのランチのお店は？

A TO今日BAR

山形県の地産地消イタリアン「アル・ケッチャーノ」の奥田政行シェフがプロデュース。舟形マッシュルームなど地域食材を主役にしたパスタが人気。ひと口食べたらもう虜！

トウキョウバール◎JR東京駅丸の内北口改札内。7:00～22:00LO（日・連休最終日の祝は21:00LO）、無休。千代田区丸の内1-9-1 JR東日本東京駅構内グランスタ東京1F ☎03・6250・6381 MAP P22 B-2



パスタがおいしい
(30代・丸の内)

山形県舟形町のフレッシュマッシュルームと庄内豚生ハムのクリームソースパスタ（季節野菜のバーニャカウダ・ドリンク付き）1,680円

A 割烹嶋村

ルーツは江戸城の御用仕出し。伊藤博文や永井荷風にも愛された名店。

中央区八重洲1-4-10 東京建物八重洲仲通りビル1-2F ☎03・3271・9963 MAP P22 B-3

若鳥の一口揚げ重箱はボリューム満点！
(50代・八重洲)

A 山本山 ふじエ茶房

お茶とノリの老舗。風味豊かな焼きのりを使った食事も楽しめる。(注①)

中央区日本橋2-5-1 日本橋高島屋三井ビルディング1F ☎03・3271・3273 MAP P22 B-3

海苔重が本当においしい！ サケ付きも
(50代・日本橋)

マカロニグラタンセット
(パン付き) 1,000円



落ち着いた昭和感。マスターの柔らかな人柄にも癒やされます
(50代・八重洲)

A コーヒーハウス羅芋豆

81歳のマスターが家族と共に営む純喫茶。特製のマカロニグラタンはクリーミーかつスパイシーで後を引く。どこか懐かしい味と落ち着ける雰囲気、ほっと一息。コーヒー 520円～。

コーヒーハウスローズ◎日本橋駅C4出口徒歩2分。8:00～17:30LO（土・祝8:30～16:30LO）、日休、祝は不定休。＊11:00～14:00のみ全席禁煙。中央区日本橋2-10-11 日本橋羅芋豆ビル1F ☎03・3275・1038 MAP P22 B-3

役者も差し入れに愛用する名店（50代・八重洲）



どら焼き「一と声」
190円～

Q ここ一番の手土産と言えば？



A 桃六のどら焼き

創業1869年（明治2）の老舗和菓子店。看板商品のどら焼き「一と声」は、ほのかにブランデーが香る皮に粒あんがぎゅっ！王道のプレーンのほか梅入りと栗入りもある。

もろく◎京橋駅6出口徒歩3分。9:30～17:00、土・日・祝休。中央区京橋2-9-1 ☎03・3561・1746 MAP P22 B-3

いつも行列ですが、チーズ好きにはたまらない
(40代・丸の内)

A NYパーフェクトチーズの菓子

ゴーダやチェダーを練り込んだ風味豊かなチーズの洋菓子店。

千代田区丸の内1-9-1 JR東日本東京駅丸の内南口改札内南通路エリア ☎03・5542・0288 MAP P22 B-2

A 日本橋長門の久寿もち

本わらび粉で作るふわふわの食感が人気。夕方には売り切れる。12切れ入り890円。

中央区日本橋3-1-3 ☎03・3271・8662 MAP P22 B-3

「久寿もち」という名のわらび餅と切羊羹が絶品！
(50代・日本橋)

「お気に入りグルメ」まとめ

ランチや手土産については話題の店から老舗まで、職場付近をしっかりとグリップ！一方、やや遠くても、好みのメニューがありコスパ重視の店を仕事帰りの行きつけにしている様子だ。また、昭和レトロな喫茶店が多く、ワーカーの止まり木なものも顕著。

そのほかの回答 【憧れ】 駅舎の屋根裏という、東京ステーションホテルのゲストラウンジ アトリウム（丸の内1）（40代・丸の内）／ページュ アラン・デュカス東京（銀座3）。最高の食材を味わうフレンチは一度食べてみたい（50代・有楽町）／シェ・イノ（京橋2）の伝説的な料理を堪能したい！（50代・銀座）／西洋料理 島（日本橋3）の黒毛和牛のヒレステーキなど極上肉に舌鼓を打ちたい（50代・日本橋）【行きつけ】 玄海灘（八重洲1）の魚料理がうまい！（30代・日本橋）／BAR yu-nagi（銀座6）は旬の果物を搾ったカクテルが豊富で、下戸の僕もおいしく飲める（40代・銀座）／立ち食いそばのよもだそば（日本

注①＝喫茶営業は自粛中。お弁当は購入後イートイン可。



お気に入りグルメ

本当においしいメニュー＆居心地がいいお店を教えて！

Q いつか行きたい憧れのお店は？



うな重「は」（1匹半）6,160円

どれもうまい！ うなぎ好きにはたまらない
(50代・八重洲)



A 鰻はし本

4代目が仕入れるのは顔の見える生産者が育てた特定のウナギのみ。「タレは年数ではなく、くぐらせたウナギの枚数」を信条とする。代々継ぎ足すキレのある味に、個性豊かなウナギをくぐらせコクが深まる。

うなぎはしもと◎JR東日本東京駅八重洲北口徒歩3分。11:00～13:30LO・17:00～20:00LO（第2・4土は11:30～14:00LO）、日・祝・第2と第4を除く土・土丑の日休。中央区八重洲1-5-10 ☎03・3271・8888 MAP P22 B-3

A てんぷら深町

この道半世紀、匠のてんぷらを堪能できる。代表作は生ウニのてんぷら。

中央区京橋2-5-2 A・M京橋ビル1F ☎03・5250・8777 MAP P22 B-3

江戸前のおいしいてんぷらをコースでじっくり味わいたい
(50代・銀座)



季節のメニューより「高知産のどろろ トマトとマジョラム」。ランチコース9,680円～、ディナーコース2万570円～

高級ホテルのレストランで食事をしたい！
(20代・丸の内)

A フランス料理 エステール

皇居外苑の緑を望むパレスホテル東京のフレンチ。主役は日本の旬野菜や海産物の滋味。「デュカス・パリ」とタッグを組んだコンテンポラリーなフレンチの技法が楽しめる。

フランスリョウリ エステール◎大手町駅C13b（地下通路）直結。11:30～14:00LO・18:00～21:00LO、月・火休。千代田区丸の内1-1-1 パレスホテル東京6F ☎03・3211・5317 MAP P22 A-1

A 蟹王府(シェワフ)

上海ガニの名店。伝統と斬新が織り成す多彩なカニ料理は圧巻！

中央区日本橋室町2-1-1 三井二号館1F ☎03・6665・0958 MAP P22 A-3

ここで最高のディナーをしたい
(40代・日本橋)

Q 仕事帰りの行きつけを教えてください！



変わったビールがいっぱいある
(50代)



お魚がおいしい！（30代・日本橋）



「小値賀町」ほか、近所には北海道や福井などのご当地酒場も展開！

A ご当地酒場 長崎県五島列島 小値賀町

17の島々からなる小値賀町。ブランド魚「値賀鯛（イサキ）」をはじめ、島直送の魚を刺し身や炉端焼き、うにしゃぶなどで多彩に味わえる。小値賀杜氏が造る日本酒など地酒も豊富。

ごとうちさかば ながさきけんごとうれっとう おちかちょう◎日本橋駅B9出口直結。11:00～13:30LO・17:00～22:30LO（土は22:00LO）、日・祝休。中央区日本橋1-3-13 東京建物日本橋ビルB1 ☎03・6262・1277 MAP P22 B-3

A ニホンバシ ブルワリー

トウキョウステーション

本場ポートランドと日本のクラフト生ビールが13種類楽しめる。

千代田区丸の内1-11-1 パシフィックセンチュリープレイス丸の内1F ☎03・6256・0056 MAP P22 B-2

橋2）へ、本格インドカレーを食べに（40代・銀座）【ランチ】4～10月に登場する小洞天ファーストスクエア店（大手町1）の冷やししぐれ辣麺にやみつき（30代・大手町）／ちょっと特別な日には女性同士で加賀屋銀座店（銀座5）で昼の御膳「香り箱」を（40代・銀座）／数伊豆総本店（日本橋3）の数伊豆のごまそばは、ごまたっぷり！（40代・日本橋）【喫茶店】大手町ビルB2にある喫茶室サンマリ（大手町1）のレトロな雰囲気グステキ（50代・大手町）／昭和感満載！ はまの屋バーラー（有楽町1）の「サンドウィッチ」も懐かしい味（50代）／銀座みゆき館本店（銀座6）のみゆき館ブレンドのポットサービスが美味（40代・銀座）【手土産】洋菓子界の巨匠の店イデミスギノ（京橋3）の焼き菓子絶品！（40代・京橋）／資生堂バーラー（銀座8）の銀座本店限定品は発送していないので、近くで働く者の特権かな!?（30代・銀座）／翠江堂大手町店（大手町1）の莓大福がおいしい！（40代・大手町）

エキマチを愛し、進化を体感するマチの達人に聞きました！

Interview
1

八重洲は他エリアとのハブになるマチ！

——ヤエチカ・小澤知子さん

Q お勤めの八重洲のイメージは？

近隣の街に比べると、八重洲は、親しみやすさのあるエリアでしょうか。

Q 初めてワーカーとしてエキマチエリアを訪れたときの感想は？

キラキラ働く大人がいっぱい。長野出身の私は通勤時の歩速に圧倒されました。

Q エキマチエリアで好きな場所は？

八重洲はもちろんですが、初めての職

場が日本橋茅場町にあったので、私にとつて日本橋は初心に戻る場所。老舗

が多くて、つい居住まいを正したくなるような格式高い雰囲気もありつつ、新しいものをどんどん取り入れる現代性も併せ持つ、魅力あるエリアです。そして日本橋は道路の起点で旅の原点。旅に出たくなっちゃいますね。

それと、行幸通りから見る赤レンガ駅

小澤さんのおすすめスポット



八重洲グランルーフのベンチ

地下街を中心にお仕事している小澤さんのリフレッシュスポット。7月に改良予定！◎JR東日本東京駅八重洲口直結。千代田区丸の内1-9-1 グランルーフ2F MAP P22 B-2



山本海苔店本店

「おつまみ海苔」はここ一番の手土産。丸缶の形に添って包装するプロの技にも感動！◎三越前駅A1出口徒歩1分。中央区日本橋室町1-6-3 ☎03・3241・0290 MAP P22 A-3

舎のヌケ感も気持ち良くて好きです。

Q エキマチエリア全体の共通点は？

エキマチエリアって書店のクオリティが高いんです。書店を通してエキマチ全体が見える気がしています。

丸の内オアゾの丸善、八重洲ブックセンターに銀座の教文館。大手町駅地下コンコースにあるくまざわ書店はビジネスに特化していますし。コレド室町テラスにも台湾の誠品書店が日本初上陸しましたね。いずれも個性的で、それぞれの審美眼があり、大人の知的好奇心をかき立てる本屋さんたちです。

なかでも私が好きなのは三越前のタロー書房。店のロゴを岡本太郎さんが書かれているのですが、岡本さんの情熱を持って物事に当たる姿勢を尊敬していて。そんな思いもあって長く通っています。

Topic!



2foods(トゥーフーズ)

話題の“プラントベースドフード”専門店が登場。イートインほか、全て植物由来原料の手土産スイーツやテイクアウトフードがずらり！

Q 八重洲エリアは今後どのように変わっていくと思われますか？

2022年8月に東京ミッドタウン八重洲とヤンマービルが竣工するそうです。ヤエチカも界隈のハブになるべく、食プラスαのたまり場をつくる予定です。私自身も長く八重洲で働いている身として世代をつなぐ存在になりたいですね。



東京シティアイ コンシェルジュ 佐々木陽子さん(右)

観光コンシェルジュとして幅広い案内対応を行う。

所長 山本正裕さん(左)

所長として東京シティアイを管轄。

東京シティアイ 観光情報センター

無料の観光案内・相談から、宿泊予約、チケットなどの手配までワンストップで提供。日英中韓4言語で対応。◎JR東日本東京駅丸の内地下南口直結。千代田区丸の内2-7-2 JPタワー・KITTE B1 MAP P22 B-2

Interview
2

新しい情報がどんどん更新される「エキマチ」

——東京シティアイ・佐々木陽子さん、山本正裕さん

マチの達人でもある観光コンシェルジュにインタビュー

山 JRのガード下には魅力的な店がたくさんあるので、仕事帰りによく立ち寄っています。

Q スキルアップに挑戦したいことは？

佐 職場に手話ができる方がいるので習いたいと思っています。また英語やスペイン語、社会心理学なども勉強したいですね。

Q お客さまにご案内するエキマチエリア情報は、どのように収集しているのでしょうか？

山 うちの職場では、フィールドワークと称して情報収集のために外出する時間を設けています。昼休みを含む2時間の中で、スタッフが思い思いにエキマチエリアを歩き、新しくオープンする店や新商品、イベント情報などをチェックしています。

また、コンシェルジュ同士で共有した最新情報を元に、チラシやマップを作成してお客さまにご紹介したり、お配りしたりもしているんです。

Topic!



バリアフリー＆オリジナルの観光案内

車いすでも利用できるレストランやトイレなどの情報を多く保有し、施設内はバリアフリー、手話対応も可能。オリジナルのチラシも充実！

※「佐」は佐々木さん、「山」は山本さんの回答です。

Q 出勤前のルーティンがありますか？

佐 人通りの多い場所を選んで歩くようにして、当日の人の流れやお客さまの層を予想しています。

Q 私だけが知る、とっておき情報は？

佐 東京ギフトバレットの柱や壁は、引退した東海道新幹線700系のアルミ

佐々木さんのおすすめスポット



MUJI to GO KITTE丸の内

無印良品のトラベルアイテムが中心の品ぞろえ。カウンターでは100円でコーヒーを飲みながら東京駅を眺められる。◎JR東日本東京駅丸の内地下南口徒歩1分。千代田区丸の内2-7-2 JPタワー・KITTE 3F ☎03・5220・3120 MAP P22 B-2



日比谷公園

四季折々の花や緑、子どもたちの声に癒やされる公園は、佐々木さんお気に入りの癒やしスポット。◎日比谷駅A10またはA14出口すぐ。千代田区日比谷公園1 ☎03・3501・6428 MAP P22 C-1

写真提供：日比谷公園



八重洲地下街 テナント営業部 小澤知子さん

八重洲勤務歴17年、広報業務担当。魅力的なまちづくりを創出する開発・リーシングにも携わる。

八重洲地下街

通称「ヤエチカ」。東京駅八重洲口に続く地下モール。グルメなど約180店が並ぶ。◎中央区八重洲2-1 八重洲地下街B1・B2 ☎03・3278・1157 (代) MAP P22 B-2



Q リフレッシュできる場所は？

都心にいながら自然に
囲まれてリラックスで
できる (30代)

A OOTEMORI (大手町の森)

商業施設「OOTEMORI」に隣接する緑地に、200本以上の
木々が。まさにオフィスワーカーの憩いの場。

オーテモリ (おおてまのもり) ◎大手町駅直結 (東西線中
央改札前)。千代田区大手町1-5-5 大手町タワー B1・B2
MAP P22 A-2

A KITTE ガーデン

およそ1,500m²もの広さがある、憩いの場。東京駅
丸の内駅舎を一望できる、無料の人気スポット！

千代田区丸の内2-7-2 6F
☎03・3216・2811 MAP P22 B-2

KITTEの屋上庭園から
の東京駅方面の眺めが
最高 (40代・丸の内)

NEW

Q 地元ワーカーならではの最旬情報は？

セーラー万年筆の直営
店が気になる！ (40
代・銀座)



パーツを自由に選べる、
アンコーラMy万年筆
1本3,850円が人気。

A ancora 銀座本店

2021年3月末にオープン。自分へのご褒美や贈り物にぴったりの
万年筆を中心に、えりすぐりの文房具に出合える。種類豊富な
万年筆用インクの中から、好みの色を選ぶ時間も楽しい。

アンコーラ ぎんざほんてん◎銀座駅C3出口徒歩3分。11:00～
18:00 (通常は～19:00)、水休。中央区銀座6-4-8
☎03・6274・6522 MAP P22 C-1



JR東京駅グランスタ
で数種のサブスクが。
私はお花屋さんがおす
すめ！ (20代・丸の内)

A レミルフォイユ ドゥ リベルテ グランスタ丸の内店

週1回、1～3本ほどのリベルテおすすめの季節の花を
1,100円/月で購入できるサブスクリプションをスタート。
千代田区丸の内1-9-1 JR東日本東京駅構内B1改札外 丸の
内地下南口すぐ。☎03・6256・0992 MAP P22 B-2

「尾崎牛と京だし巻」、
2000円。



JR東京駅構内に新しい
ショップが続々誕生！
(30代)

A 尾崎牛・うなぎ・京だし巻 さいき家

京都の仕出し料理店が、4月28日に新業態店をオープン。昆
布とかつお節を4種類ブレンドしただしが利いた名物「京だし
巻」と、黒毛和牛の最高峰・尾崎牛との丼に興味津々！

おざきぎゅう・うなぎ・きょうだしまき さいきや◎JR東日
本東京駅構内1F改札外 八重洲北口すぐ。11:00～23:00、
無休。千代田区丸の内1-9-1 キッチンストリート内
☎03・6206・3930 MAP P22 B-2

「とっておきスポット」まとめ

東京駅を含めた景観や歴史的建造物に引かれる人が多い。
一方で、緑豊かなスポットに癒やされるという声も多数。
先進的な取り組みによる緑化も多く、思わぬところで歴
史と自然が交わるのも、エキマチの魅力。自分だけのス
ポットを見つけに、今日はちょっと寄り道を！

そのほかの回答【好きな場所】大手町のホトリア広場付近など、緑が多い場所 (30代・大手町)／東急ブラザ銀座。お店によっては窓が大きくて景色がい
いです (20代・銀座)／日本橋の三越本店や日本銀行、東京駅舎など、重厚でモダンな石造りの建物がすてき！ (50代・日本橋、銀座)／夕方の中央通りは、
なんとなく遠回りして歩いてしまいます (30代・日本橋)／皇居周辺は、緑が多くほっとする。有楽町から丸の内にかけての歩いて楽しいデザイン性のある
街並みも好き (40代・八重洲、京橋)／重要文化財・日本橋高島屋本館屋上のエレベーター前の休憩スペース。光がさんさんと入り、平日は人もまばら
で最高 (40代・日本橋)【穴場】日本橋室町4丁目を過ぎ、常盤小の裏手辺りにニューヨークの裏町的な一画があり、おいしいものが多くよく伺います (60代・
日本橋)／日本橋3丁目の養珠院通りには、徳川家康の側室だった於満の方を祭った満稲荷神社があり、女性のパワースポットです (50代・八重洲)／昭
和通り沿いは歌舞伎役者さんが素顔で歩いています！コンビニにも！ (50代・銀座)／有楽町・国際フォーラムのガラス張りを生かした撮影が楽しい！ (20
代・丸の内)【リフレッシュ】天気の良い日に日比谷公園でランチ (40代・有楽町)／美容室オブヘアのヘッドスパ。もやもやした頭がスッキリします
……！ (20代・銀座)／東京スクエアガーデンの屋外テラス・京橋の丘 (50代・八重洲)／皇居ランニング。丸の内にあるアシックスのランステがおすす
め (30代・丸の内)／息抜きに皇居に面する日比谷通りを歩く。人通りが少なく東京駅の近くにいるのに落ち着ける (40代・丸の内)／数寄屋橋公園。緑
があっけぱとします (60代・銀座)／国際フォーラムの吹き抜けにあるカフェで、ひたすら天井を見上げる (40代・銀座)／三菱一号館美術館の中庭 (40
代・大手町)／東京駅新幹線ホームで、電車を間近で眺めて疑似旅行！ (20代・丸の内)／GINZA SIXの屋上で夕焼けと月を見る (50代・銀座)／銀座の
画廊巡り。ふらっと入ってみると新しい発見が!! (50代・銀座)【最旬ネタ】東京駅構内のPISTA&TOKYO。トレンドのビスタチオスイーツがおいしい (30
代・丸の内)／最近できたイタリアンDa GOTO [日本橋室町1]、とにかくうまい！ (50代・日本橋)／東京スクエアガーデンでのロスフラワーイベントや、
6階のシティラボ東京にいくと、サステナビリティ関連の最新情報ゲットできる！ (40代・八重洲、京橋)／銀座2丁目・メルサGinza-2に100円ショップ
オープン (50代・銀座)／銀座駅地下構内のオブジェ。定期的に替わります (50代・銀座)

SPOTS

とっておきスポット

地元ワーカーだからこそ知る、
ちょっと特別な場所を巡ってみたい。

Q 好きな場所を教えて！

歴史と現代が融合した
日本橋の見どころの一
つ！ (20代・丸の内)



A 福德神社 (芽吹稲荷)

徳川家康も参詣した由緒ある神社。その歴史は
貞観年間(859～877年)までさかのぼると伝わる。

ふくとくじんじや (めぶきいなり) ◎三越前駅
A6出口徒歩1分。授与所10:00～16:00、御朱
印受付10:00～15:00、無休。中央区日本橋
室町2-4-14 ☎03・3276・3550
MAP P22 A-3

行幸通りから見る東京
駅は本当にきれいな
(30
代・丸の内)



A 行幸通りと丸の内駅前広場

皇室の公式行事にも使われる行幸通りからの景
観は、東京の玄関口にふさわしい品格。

ぎょうこうどおりとまるのうちえきまえひろば
◎JR東日本東京駅丸の内中央出口徒歩1分。千
代田区丸の内1-9 MAP P22 B-2

ビル内のアンテナショ
ップ巡りが楽しみ (50
代)



A 東京交通会館

1965年に開業した複合商業施設。地方のアン
テナショップや特徴ある飲食店など、見どころ
が多い。

とうきょうこうつうかいかん◎地下鉄有楽町駅
D8出口徒歩1分。7:00～23:30 (店舗によっ
て異なる)、無休。千代田区有楽町2-10-1
MAP P22 C-2

都心とは思えぬ開放感
があり、和田倉噴水公
園など散歩や気分転換
にぴったり (40代)

A 内堀通り

美しく手入れされた芝生や皇居、また丸
の内側のビル群との対比も楽しいエリア。

千代田区皇居外苑1 付近
MAP P22 B-1

Q 知る人ぞ知る穴場をぜひ！

贅沢なソファや、石のように見
えるけど座り心地が柔らかな
いすなど楽しい！ (40代)



A 京橋エドグランのいす

パブリックスペースとして開放されている広場
と通路に、個性的なソファやいすが点在。

きょうばしエドグラン◎京橋駅7・8番出口直
結。11:00～23:00、無休。中央区京橋2-2-1
MAP P22 B-2

風情ある雰囲気がかた
まらない！ (30代・銀座)



A 三原小路

あづま通りと銀座三原通りをつなぐ、石畳の細
い路地。途中には「あづま稲荷神社」もある。

みはらこうじ◎東銀座駅A1出口徒歩1分。中央
区銀座5-10 MAP P22 C-2

江戸城の石垣は、ずっと
眺めていられる (50代・
銀座)



「給瀬」写真提供：
環境省皇居外苑管理事務所

A 江戸城の石垣

特別史跡に指定されている江戸城跡の石垣は、
場所によって石の種類や積み方が異なっている。

えどじょうのいしがき◎大手町駅C13a出口徒
歩5分。千代田区千代田1-1
☎03・3213・1111 (宮内庁) MAP P22 B-1

無料のバスで楽々都心
巡り♪ (60代・銀座)

A 丸の内シャトル

大手町・丸の内・有楽町を12～18分間隔で運行。
1周約35～40分のルートが無料！

詳細は公式サイトで確認を。八重洲・京橋・日本橋を結ぶ
「メトロリンク日本橋」も運行。☎03・6903・3334 (日の丸自動車興業)

エキマチならではの魅力とは？ 教えて、マチの達人！

Interview
3

エリア内のショップ数は 世界トップクラス！

—東京ステーションホテル・小海千幸さん



東京ステーションホテル 宿泊部
ゲストリレーションズ 小海千幸さん

丸の内勤務歴9年。
ベル係の業務に加え、ホテル利用の
お客さまの幅広いサポートを行う。

東京ステーションホテル

国の重要文化財に指定されている東京駅丸の内駅舎内で、100年以上の歴史を誇るホテル。
◎千代田区丸の内1-9-1
☎03・5220・1111 MAP P22 B-2

Q 初めてワーカーとして丸の内エリアを訪れた時の感想は？

ホテルがリニューアルオープンした9年前から勤務しています。立ち並ぶ高層ビルや黒いスーツを着た方々がせわしなく往来する様子、ハイブランドの店舗が並ぶ華やかな光景に圧倒されました。それまで勤務していた池袋とは違った光景に、自分はこのエリアの一部分に携わるんだという実感が湧きました。

Q 出勤前のルーティンは？

通勤時は、東京駅構内を通る際にグラウンスタ東京のフェア情報などを眺めながらホテルへ向かいます。

Q リフレッシュの方法やスポットは？

仕事終わりにエキマチエリアを探索することです。お客さまへのご案内に生かすための勉強も兼ねているいろいろな店舗を利用して、新しい発見をすることが良い気分転換です。

Q エキマチエリアでの買い物について

エキマチ界隈は、他では展開していないお店、珍しいお店などが集中する、世界的なエリアだと思います。プレゼントなどを買うとき、他にはない、ここ一番のものに出合えるというかなと思います。探しています。

Q 最旬スポットを教えてください！

帝劇ビル内に日本茶専門のサブスク型店舗CRAFT TEA 丸の内がオープンしました。まだ行けていないのですが、SNSなどでも話題になっていて気になっています。

Q 仕事以外のエキマチ利用は？

外出で都内へ移動するときには東京駅を利用することが多いので、食事や買い物によく立ち寄ります。また、アクセサリーを作るのが趣味なので、資材を探すときには有楽町や銀座エリアを散策することもあります。このエリアにはパーツショップがいろいろあるんですよ。

Q 丸の内やエキマチエリアをお客さまに説明するならば？

常に新しいものが入ってくるイメージがあります。新しい店がどんどん増え、エキイキとした街だなと感じます。探検が楽しいエリアだと思います。



大人気の「文豪セット」

原稿用紙モチーフのメモ帳とステッカー、ロゴ入りボールペンがセットになったオリジナル商品。累計4万8000個以上を売り上げ、オンライン販売も開始。自然光差し込むロビーラウンジ(左)で仕事のアイデアを書き留めてみては？

小海さんのおすすめスポット



丸ビル3階の吹き抜けの回廊

ソファやベンチもあり目の前には緑もいっぱい。一息つきたいときの癒やしスポット。◎JR東日本東京駅丸の内南口徒歩1分。千代田区丸の内2-4-1 丸ビル3F MAP P22 B-2



スターバックス コーヒー 東京ステーションシティ サピアタワー店

在来線や新幹線の往来が間近に見られる穴場スポット。車輪が見えるほどの迫力にワクワク！◎大手町駅B7出口徒歩1分。千代田区丸の内1-7-12 サピアタワー3F ☎03・5224・8075 MAP P22 B-2

Interview
4

マチの達人からワーカーへのメッセージも！

日本橋を「第2の故郷」と 思ってもらいたいね。

—吉野鮎本店・吉野正敏さん



吉野鮎本店 5代目大将
吉野正敏さん

生まれも育ちも日本橋。
日本橋料理飲食業組合青年部など、
街に関わる組合や町会の会長を歴任。

吉野鮎本店

明治12年（1879）創業。トロを初めてすしとして握った店としても知られている。
◎中央区日本橋3-8-11 ☎03・3274・3001
MAP P22 B-3

て、若手からの新しい提案も、ちゃんと筋道を通せば実現しやすい。街の重鎮も物分かりがいいんだよ。だから排他的なところはなし、創業年なんて関係なく、「この地で商売しよう、盛り上げよう」という人たちがすぐにタッグを組んで同じ方向を見ることができる人が多いね。

Q エキマチで働くワーカーへのメッセージは？

街を魅力的にするには周辺の企業力が頼り。だからこの辺で働くワーカーにはぜひとも第2の故郷と思って、平日・休日にかかわらず、お祭りやイベントなど、日本橋と密に接してほしいね。現役のワーカーはもちろん、新しくやって来た人も、引退した人も、どんどん来てほしい。良いもの・一流のものが適正な価格で得られる・食べられるのが日本橋。この街にどんなに通ってもらって、僕らの仲間になってほしいね。

Q エキマチエリアで好きな場所は？



昔ながらの手仕事が生きるすし
しゃりに一切甘みを加えず、赤酢と塩のみ。「にぎり」はもちろん、季節の素材をふんだんに盛り込んだ「ちらし」もおすすめ。

Q 日本橋はどんな街ですか？

日本橋はオフィス街で昼間人口が多く、住んでいる人はあまりいない、と思ってる人が多いんじゃないかな。でも「拠点が日本橋」という人は一定数いて、人と人のつながりが濃い、人情味あふれる街だね。江戸っ子的な気質の人が多く

日本橋って橋はいいねえ。お祭りでおみこしを担いで渡ると、高架に掛け声が反響しこだまして、とっても粋だよ。

Q エキマチエリアは今後どのように変わってほしいと思われませんか？

日本橋室町、日本橋、京橋、銀座……と、中央通りにはいろいろな街があるから、もっと隣の街へと人の流れができるといいね。たとえばアーティゾン美術館も拠点になるんじゃないかな。そうした

らもっと盛り上がるよ。身近な目線なら、顔見知りのワーカーさんが増えて、「おはようございます」とか「お疲れさん」とかあいさつが交わされるような街になれるといいね。そうすれば安全安心につながるし、何よりこの街がもっと楽しくなると思う。だから日本橋で分らないことがあれば「俺に聞け！」（*）ってところかな（笑）。

*吉野さん登場の連載企画はP16へ！

吉野さんのおすすめスポット



BANANA JUICE TOKYO

「この界隈にできた新しい店だね、ぜひ応援したいね」と吉野さん。
◎日本橋駅B1出口徒歩1分。中央区日本橋3-7-12 ☎03・6367・0165 MAP P22 B-3



TOHOシネマズ日比谷

映画好きな吉野さんも「よく通う」と話す都内最大級の映画館。
◎日比谷駅A11出口直結。千代田区有楽町1-1-2 東京ミッドタウン日比谷4F（スクリーン1～11）・千代田区有楽町1-1-3 東京宝塚ビルB2（スクリーン12・13）
☎050・6868・5068 MAP P22 C-1

人が流れる。

刻も流れる。

ステンドグラスの光は変わらず、

刻まれる時間を照らしている。

過ぎゆく人々の幾人が、

半世紀にわたって輝いてきた

このステンドグラスに目を向けてきたのだろう。

人が止まる。

刻は流れる。

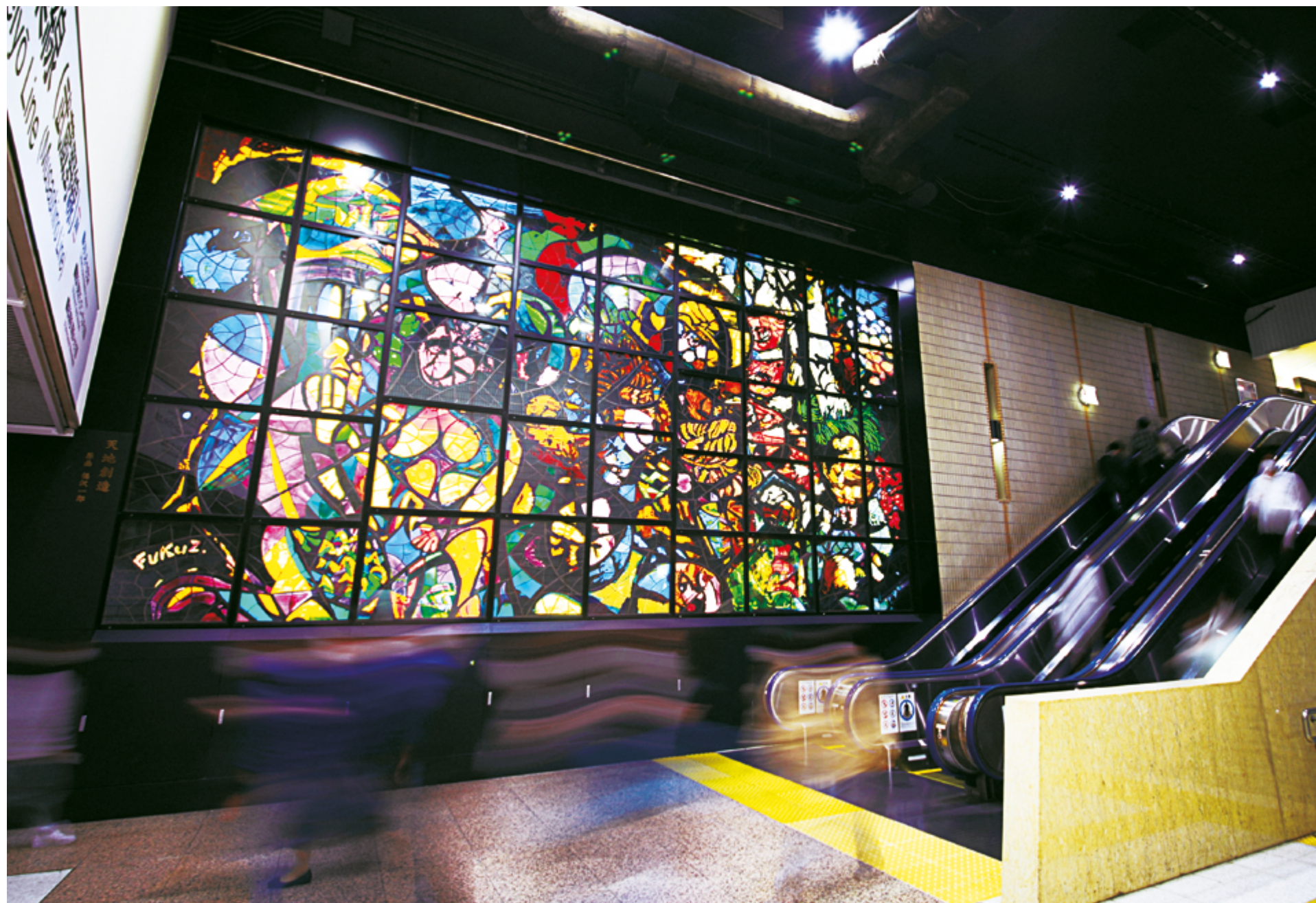
そんな時代にあっても、

ステンドグラスの光は変わらず、

刻まれる時間を包んでいる。

過ぎゆく人々の幾人が、

この光に癒やされ、救われてきただろう。



写真＝木村心保／東京駅構内・京葉バイロード

題字・文＝中川龍太郎

映画監督、脚本家。『四月の永い夢』（2018）がモスクワ国際映画祭にて受賞。最新作『静かな雨』（2020）が東京フィルメックスにて観客賞受賞。やなせたかし主催「詩とファンタジー」年間優秀賞の最年少受賞（2010）など、詩人としても活動。Huluにてオリジナルドラマ『息をひそめて』が大人気配信中。

トーショーモウたんば
Vol.7

社会学を学んだ後は、災害の多い昨今の時代を生き抜くため、防災に必要な知識が得られるような本を探したいと思っています。



田畑佳苗さん／20代・千葉県／営業職。営業先からの帰りという田畑さんをキャッチ。ジャンルを問わず気になる本を手にとることが多い。瀬尾まいこさんの小説が好き。

『社会学用語図鑑 人物と用語でたどる社会学の全体像』(田中正人編著・香月孝史著、プレジデント社) 1,980円

くまざわ書店 大手町店

くまざわしょてん おおてまちてん◎大手町駅直結。9:00～21:00 (土は11:00～19:00)、日・祝休。千代田区丸の内1-3-1先 都営三田線大手町駅B1改札外コンコース ☎03・6213・0440 MAP P22 A-1

Photo＝新谷敏司 Text＝別役ちひろ

書店から出てきたところを直撃！

vol.7

買った本、見せてください

Q 今日買われた本を選んだ理由は何ですか？

Ⓐ 家で過ごす時間が増えて「もっと自分のためになるように頭を働かせたい!」と思うようになりました。大学時代に学んだ社会学は身近な学問であり、もう一度見つめ直すことで今の時代が分かったり、自分のスキルアップにもつながったりすると思いました。

Q 今まで読んだ中で特に印象的な本は何ですか？

Ⓐ 小説『図書館戦争』シリーズ(有川浩著、角川文庫)です。検閲が合法化された日本で自由を守るために戦うという設定に強く引かれました。自由に情報発信することができ、また知ることができる今という時代のありがたみを感じました。

Q 書店でいつもどんなふう to 本を探しますか？

Ⓐ 書店にはふらっと立ち寄ることが多く、新刊コーナーやランキングコーナーなどを見て、今どんな本が流行っているのかをチェックしています。また、数学系など普段あまり興味のない分野のコーナーにもあえて立ち寄り、幅広い視野で関心を持つようにしています。

あるある Aru-Aru English

vol.7

English answers to common questions about the Ekimachi area
エキマチエリアの“あるある”な疑問を英語で解決



パンの厚さは3.5cm。チーズがたっぷりとかかりボリュームがある。MAP P22 C-1

* Founded in 1957. The “Devil’s Flame” (2,000 yen), Blue Mountain coffee with flaming brandy, is also popular.
※1957年創業。ブルーマウンテンにブランデーで火をつける「悪魔の炎」(2,000円)も人気。

Photo＝新谷敏司 Text＝別役ちひろ

Q Is there really bread that looks like pizza?

ピザみたいなパンがあるって本当？

Ⓐ Yes. “Pizza toast” is made by using bread instead of pizza dough. It was invented by a kissaten (traditional coffee shop) in Yurakucho.

It all started around 1964 when Setsuko Murakami, wife of the then owner of Café Benisica*, added it to the menu to make it easier for customers to enjoy the taste of pizza. Since the kitchen facilities were limited, she decided to use bread instead of pizza dough. Although some people complained then that it was not pizza, it gradually gained fans and has become one of the shop’s most popular dishes. The pizza toast and drink set is 1,450 yen.

ピザ生地代わりにパンを使った「ピザトースト」。有楽町の喫茶店が考案しました。

1964年ごろ、「珈琲館 紅鹿舎」(※)の当時のオーナーの妻である村上節子さんが「もっと気軽にピザの味を楽しんでほしい」とメニューに加えたことが始まり。キッチン設備が限られていることからピザ生地代わりにパンを使うことにした。当時、「これはピザじゃない」とクレームを言う人もいたそうだが次第にファンを獲得。この店を代表する人気メニューとなった。ドリンクセット1,450円。



英語監修：カッツ・ノアム (Noam Katz)
ライター、翻訳者、通訳者、英文校正者、ナレーターとさまざまな肩書を持つマルチプレイヤー。日本在住17年目で、日本のあらゆる文化に造詣が深い。

※黄色マーカー部分は、覚えておきたい表現です。

ちょっと気の利いたプチギフトを厳選して紹介。

1000円 くらい みやげ vol.7

『Cacao Market by MarieBelle GINZA』の「チョコレートボール アソートボトル」1,620円

楽しくカラフルなチョコレートボール

故郷である中米のホンジュラスでカカオ豆を栽培するマリベル・リーバマンが展開するチョコレート専門店。店舗で量り売りしているさまざまな味の「チョコレートボール」から、幅広い年齢層に人気の「ミルクチョコレートプレッツェル」や、チョコレートとの相性が抜群な酸味のあるドライズベリーを使った「チョコレートトラズベリー」など、7種類のフレーバーを厳選し、ガラスボトルに詰め合わせた。それぞれの味わいや口当たりを考え、あえて形を不ぞろいしている。カラフルな色合いで、ちょっとしたギフトにもピッタリ！

※ボトルの中のフレーバーは変わることがあります。

package



カカオマーケット バイ マリベル ギンザ◎銀座駅C2出口徒歩1分。11:00～19:00 (カフェは18:30LO)、不定休(施設に準じる)。中央区銀座5-2-1東急プラザ銀座5F HINKA RINKA ☎03・6264・5122 MAP P22 C-1

Photo＝新谷敏司 Text＝別役ちひろ



レゾナンス◎JR東日本東京駅丸の内南口徒歩2分。ランチ11:30～14:00LO・カフェ14:00～17:00LO(土・日・祝のみ)・ディナー 17:00～20:00LO、不定休。千代田区丸の内2-7-3 東京ビルTOKIA 2F ☎050・3628・8526 MAP P22 B-2

Illustration＝稲月ちほ Text＝別役ちひろ

今日のくつろぎランチ
resonance vol.7



開放的な大人の空間で楽しむ丁寧に作られたラザーニャ

「大人が楽しめる食空間」をコンセプトにしたカジュアルダイニング。高さおよそ5mのガラス窓からは東京駅を発着する電車や、丸の内の夜景を眺めることができる。入り口近くのオープンキッチンでは、素材から丁寧に調理する過程を見られるのも興味深い。クイックランチで人気の「和牛のラザーニャ」は、国産牛のブロックを店でミンチにしてミートソースを作っている。温かい状態で最後まで食べられるよう、熱伝導に優れた「ストゥブ」の器が使われている。

日本橋さるやの歴史年表

1704年（宝永元）◎照降町（現日本橋小網町）にて創業。楊枝見世の決まり屋号さるやに、初代当主の名を加え、さるや七郎兵衛と名乗る。楊楊の一端を房のようにし、歯ブラシとして用いる総楊枝を商う。

文化・文政期（1804～1830）◎3代目の頃、楊枝見世が神社や寺の境内に200軒ほどあったと伝わる。

江戸末期◎4代目の頃、浮世絵師・歌川国芳により、小間物屋として、さるやが描かれる。

明治初期◎総楊枝から黒文字の手削り楊枝へ、主流が変わる。

明治中期◎5代目が「千両箱」を考案。以降、代々当主が「金千両」を手書きする桐箱入り黒文字が縁起物として配り物に重用されるように。

明治後期◎6代目が「辻占楊枝」や名入れの桐箱入り楊枝を考案。

1923年（大正12）◎関東大震災で焼失。その後、再建。

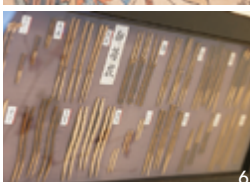
戦後◎職人に発注した手染めの携帯楊枝入れを発売。

2011年（平成23）◎極限まで先端を細くした上角楊枝を考案。

2013年（平成25）◎本店を現在地の日本橋室町に移転し、リニューアルオープン。海外客向けにさむらい楊枝を発表。

2016年（平成28）◎書道家の筆による名入れサーピスを始める。また、9代目は上角楊枝が削れるように、職人の元へ通い始める。

2020年（令和2）◎黒文字の小枝を用いた職人手製の箸置き・携帯用楊枝入れを発売。



1.書道家の内山峻（りょう）さんによる名入れは7～10日前に予約を。約70本2,200円。2.職人が手削りする黒文字楊枝。3.2013年に現在地へ移転。4.浮世絵に描かれた江戸期の様子。5.当主が筆入れする「千両箱」は約50本の極小型770円～。6.柄に細工を施した美しい和菓子用を展示。7.上角楊枝20本880円。8.黒文字の枝を用いた楊枝入れ25本1,980円。箸置きもあり。9.9代目の山本さんはアイデアパーソン。10.昭和初期の店構え。

にほんばしさるや◎三越前駅A1出口徒歩1分。10:00～18:00、日・祝休。中央区日本橋室町1-12-5
☎03・5542・1905
MAP P22 A-3



和菓子用、先端の細さ、長さなど、種類充実。自分好みを見つけたい。

9代目は伝承の数々を科学的に検証する「黒文字研究会」にも名を連ね、黒文字の認知度アップにも尽力中。江戸の粋を現代にと紡いでいる。

いるんです」と、胸を張る。

で細くできるかなと思つて」と、職人と試行錯誤の末に生み出したのが「上角楊枝」だ。先端が極細ゆえ、すつと歯間に入り込み、それでいてしなやか。黒文字特有のすがすがしい香りで、口の中がスッキリさつぱり。この使い勝手のとりこになる人が多く「これだけは絶やせなくなりました。僕と先代は手削りできるよう、職人の元に通っているんです」と、胸を張る。

時を経て、平成の御世になると、再び商品開発が活発化。日本橋室町への移転に伴い、外国人客を狙ったさむらい楊枝は、パッケージのイラストとともにさむらいの一言が記され、クスリと笑える一品だ。「実際は、海外へ旅立つ日本の方を買われているみたいですよ。外国の方は、伝統的なものを好まれるようで」笑う。当主とは別に書道家によるオーダーメイドの名入れサーピスも開始。贈り物にと評判だ。

楊枝革命も起こしている。「どこまで細くできるかなと思つて」と、職人と試行錯誤の末に生み出したのが「上角楊枝」だ。先端が極細ゆえ、すつと歯間に入り込み、それでいてしなやか。黒文字特有のすがすがしい香りで、口の中がスッキリさつぱり。この使い勝手のとりこになる人が多く「これだけは絶やせなくなりました。僕と先代は手削りできるよう、職人の元に通っているんです」と、胸を張る。

伝統とは進化・革新の連続だ！

frontier

老舗フロンティア

〔第7回〕

日本橋さるや

江戸庶民の歯磨き用具・楊枝を日本橋で商い続けて315年ほど。その形や用途は年月を経て変化・進化し、現代もなお、多くの支持を集めている。



しなやかで扱いやすい
黒文字の楊枝



日本橋の小路に潜むのは、江戸期創業の楊枝専門店。千葉県の伝統楊枝職人の手による美しい飾り楊枝や、江戸期の商いの様子を生き生きと描いた歌川国芳の浮世絵などが飾られ、小体ながら、店内はさながら楊枝博物館だ。そして、店の中央で出迎えるのは、多彩な顔ぶれの楊枝だ。

そもそも楊枝の歴史は紀元前までさかのぼる。お釈迦様が枝の端をかねてブラシ状にした歯木を使い、歯を清潔にすることを説いたことが由来とか。楊柳の枝を用いたため、楊枝と呼ぶようになったが、原料はさまざま。さるやでは、黒文字製を扱い続けている。「芳香が強く、弾力もあるんですよ。殺菌作用もあって、昨今では歯周病予防にもいい」という評判もあるんです」とは、9代目当主の山本亮太さんだ。

かつては高貴な人が用いた楊枝だが「江戸期になると庶民もこぞって使うようになりました。武士は食わねど高楊枝」ということわざも生まれたんですよ。

しかし、文明開化で西洋歯ブラシが流入。歯間用、和菓子用へと用途を絞っていく。その変遷の最中、さるやはユニークなアイデアを打ち出していく。当主自ら、桐箱に筆入れた「千両箱」は配り物として人気を集め、占いを巻き付けた「辻占楊枝」はしゃれや遊びが大好きな江戸っ子の心を捉えた。

三井記念美術館コレクション名品展
「自然が彩る かたちとところ
—絵画・茶道具・調度品・能装束など—」開催

2021年7月10日～8月22日
◎三井記念美術館



〔国宝 雪松図屏風 円山応挙筆 江戸時代・18世紀〕(右隻) 三井記念美術館蔵

さまざまな形で表現された「自然のすがた」を味わおう。
本展はリニューアル工事による長期休館前最後の企画展
となるので、お見逃しなく。

日本・東洋の美術に映し出された「自然のすがた」をテーマ
に、三井記念美術館が誇るコレクションの名品の数々を紹介。
四季とそれぞれの風景、草花、樹木が寄り添う絵画、
卓越した技法が自然の瞬間を捉えた工芸品、自然を命名と
造形に仮託して愛でた茶道具など、展示作品を通して自然
に対する多様なアプローチを感じることができる。先人たちの
豊かな感性と表現力を堪能しよう。
●☎050・5541・8600 (ハローダイヤル)

ホテルメトロポリタン丸の内から
特典満載の宿泊プラン
「東京エキナカステイ」を販売

～2021年6月30日
◎ホテルメトロポリタン丸の内



エキナカ施設で食事やショッピングを楽しんだり、
テイクアウトしてゆっくりお部屋で過ごしたりと、
好みに合わせたホテルステイを楽しめよう。

JR東日本東京駅日本橋口直結と好アクセスで、地上
120m以上から都心の夜景が一望できるホテルメトロポリ
タン丸の内。期間限定で販売中の「東京エキナカステイ」は、
滞在中にグランスタ東京などの対象6施設で利用できる
3,000円のクーポン券が付いたお得なプランだ。さらに部屋
も無料でアップグレード！ この機会にグルメや買い物を楽
しんで、東京駅の魅力を再発見しよう。1名1室17,000円～、
2名1室24,000円～。●☎03・3211・2233(宿泊予約)

新会社誕生を記念して
4カンパニー
合同イベント開催

2021年6月14～20日
◎東京駅構内スクエア ゼロ

JR東日本グループのエキナカ事業を担うJR東日
本リテールネット、JR東日本フーズ、JR東日本ウ
ォータービジネス、鉄道会館の4社が合併し、新
会社JR東日本クロスステーションが4月に誕生。
これを記念して東京駅構内で「JR-Crossで買
おう！当てよう！キャンペーン in 東京駅」が
開催。期間中、対象店舗で3,000円以上の買い物
をして、購入レシートを「スクエア ゼロ」の特
設会場に持参すると、イノベーション自販機を
活用した抽選に参加できる。総勢200組に「東
京ステーションホテル宿泊券」などの豪華景品
が当たるほか、もれなくアキュアメイドの飲料
がもらえる。また特設会場には、数量限定の「
Suicaのペンギン東北つまみぐい弁当(アル
マイト)」を販売する「JR-Cross ポップアッ
プストア」が期間限定(6月17～20日)でオー
プン。駅構内のイベントスペースがにぎやか
な緑日のような空間になる。各日11:00～19:00
(最終日は18:00まで)。



©Chiharu Sakazaki/JR 東日本 / DENTSU

抽選対象はエキキュート、グランスタ東京、
グランスタ丸の内、グラングルメ、グラン
ルーフ、グランルーフフロント、グランアージュ
やJR-Crossが運営する直営店(NewDays、
HANAGATAYA、ほんのり屋などの構内営
業店舗)など多くのエキナカ施設。抽選は
6月17～20日の期間、「スクエア ゼロ」に
登場する「JR-Cross ポップアップストア」で
挑戦できる。詳しくは特設サイト(<https://www.jr-cross.co.jp/info/2021/002272.html>)
をご覧ください。

今にも動きだしそうな迫力は圧巻！
「木彫り熊の申し子 藤戸竹喜
アイヌであればこそ」開催

2021年7月17日～9月26日
◎東京ステーションギャラリー



（語り合う熊 2018年 個人蔵）

最晩年に制作された作品のひとつ。2頭の熊が楽
しげに話をしているような、生き生きとした様子
が作品から感じ取れる。

アイヌ民族だった両親の間に生まれ、木彫り熊職人の父
親の下で12歳から彫り始め、独自の木彫の世界を創造し
た藤戸竹喜。大胆さと繊細さ、力強さと優しさといった相反
するものが同居する作品は、まるで生きているかのような躍
動感や旺盛な生命力を感じさせる一方で、柔らかな質感を
見事に表現した毛彫りは細密そのものだ。初期作から最
晩年に至る代表作80点余を通して、不世出の木彫家の
全貌を紹介する。●☎03・3212・2485

三菱ゆかりの国宝が集結！
三菱創業150周年記念展
「三菱の至宝展」開催

2021年6月30日～9月12日
◎三菱一号館美術館



国宝(重要文化財) 建礼門院(12世紀) 静嘉堂蔵

南宋時代の中国で作られた茶碗で、「小碗の中の大
宇宙」と称される美しさをまとった「曜変天目」
など、国宝12点を大公開！(展示替えあり)

三菱創業者の岩崎彌太郎から彌之助、久彌、小彌太に
至る4人の歴代社長は文化財に多大な関心を抱き、美術
工芸品や古典籍などを収集した。本展では三菱の事業と
ともにあった社会貢献の歴史をたどりつつ、それらが収蔵されて
いる静嘉堂と東洋文庫から国宝12点、重要文化財31点を
はじめ三菱経済研究所の所蔵作品など100点余りを展示。
起業家スピリッツあふれる岩崎家の類いまれなコレクションを
ご覧あれ。●☎050・5541・8600 (ハローダイヤル)

温もりある手作り品がズラリ！
「アート&クラフト市」
開催

2021年6月26日
◎東京スクエアガーデン



多彩なジャンルの手作り作品が集まるクリエイ
ターズマーケット。オープンエアの気持ちのいい空
間で、自分だけのお気に入りを探そう。

青々とした植物に覆われた東京スクエアガーデンで、ク
リエーターやアーティストが手掛けた世界に一つだけの作品を販売
するマーケットを開催。東西に抜ける1階貫通路には、ア
クセサリーや革小物、子ども雑貨など、さまざまな分野の作
家たちによる一点物が並び、見ているだけでもワクワクする
こと間違いなし。毎月第4土曜に定期開催中で、次回は7
月24日を予定。雨天中止。●☎03・3384・6666 (青
空個展 てづくり市)

定番からイベント初登場まで
ベルギービールが勢ぞろい！
「ベルギービールウィークエンド2021」

2021年6月17～20日
◎日比谷公園



新型コロナウイルス対策を徹底した上で日比谷公
園では2年ぶりの開催。屋外で距離を保ちながら
ベルギービールと絶品フードを味わおう。

世界有数のビール王国として知られるベルギーから個性豊
かなビールが集まる祭典。フードはフリッツやロティサリーチ
キンなどのベルギーの伝統料理をはじめ、ワッフルやチョコレ
ートブランドのアイスクリームといったスイーツも充実。ベル
ギービールとのペアリングを楽しむのもイベントの醍醐味だ。
オリジナルグラス1個と飲食用コイン10枚が付いたスターター
セットは3,100円。●☎03・5829・6878 (ベルギービール
ウィークエンド事務局)

柔道漬けの日々。
たまの休みに
東京駅まで
バスで来た時は、
遠足気分でした。



JR 東日本女子柔道部コーチ
福見 友子

「STAY」から「START」へ。

前に戻ろうとするのではなく、
前に進んでいこうと思いたい。
何かをスタートできる喜びを胸に。
一人ひとりのスタートをずっと支え続ける
私たち東京ステーションシティです。



My Start Station.

私のはじまりの場所。

東京駅を
花に例えると
「蘭」。

伝統があるのに革新し続けていますね。



フラワーアーティスト
ニコライ・バグマン

東京駅から出発する
時は、1時間くらい
早く行きます。

食べ物をぐるぐる見て
まわるのが好きで。



フードエッセイスト
平野 紗季子

ゴジラが東京に
来た時、象徴になる
場所はやっぱり
東京駅がいい。



映画監督
樋口 真嗣

金沢から「かがやき」で
上京しました。
東京駅から
大相撲の世界へ。



大相撲力士
炎 鵬

Webでインタビュー公開中

My Start Station 検索

「東京エキマチ」とは・・・

東京駅と、大手町、丸の内、有楽町、日本橋、八重洲、京橋の6つの「マチ」を、
わくわくする「体験」、新発見の「コト」を通して、働き・遊び・味わうライフスタイルマガジンです。

NEXT ISSUE

Vol.38 2021年8月10日発行予定

特集 エキマチJAPANの「粋」! (仮)

※都合により内容を変更する場合があります。

2021.6.10

発行／一般社団法人東京ステーションシティ運営協議会

制作／株式会社交通新聞社

編集協力／株式会社都恋堂・篠賀典子、別役ちひろ

デザイン／堀岡案室

表紙撮影／田中秀典、荒井 健、高橋敬大

表紙写真提供／フランス料理 エステール、OOTEMORI(大手町の森)、

環境省皇居外苑管理事務所

※営業時間、休み、値段などの情報は変更が生じる場合があります。

年末年始などの大型連休は各施設・店舗にお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、店舗・施設の営業に変動の可能性がございます。

※法律で許可された場合を除き、本誌掲載記事・写真・イラストなどの無断転載・コピー・公衆送信を禁じます。

※掲載の情報は2021年5月25日現在のものです。

※記事に関するお問い合わせは交通新聞社コミュニケーションデザイン事業部 ☎03・6831・6630へ。

「東京ステーションナビ」アプリ
東京駅をご案内、ダウンロード無料!



iOS版



Android版



Tokyoエキマチmap＝河合理佳

アンケート回答、
P16の連載への
応募はコチラから



東京エキマチ
WEB版へは
コチラから

