

東京まんなかライフを楽しもう

Free

大手町
丸の内
有楽町

東京

Tokyo

日本橋
八重洲
京橋



エキマチ

エキマチ

Aug - Sep
8-9
Vol.44

駅って
エンターテイン
メントだ!



駅ってエンターテインメントだ!

グランスタ東京 京葉ストリートエリア



1. ホワイトチョコレートでコーティングしたショートケーキにイチゴのソースの組み合わせ。2. 蕨のようなユニークな形のカウンター。商品ディスプレイにも注目!



あまみカオリけんきゅうじょ グランスタとうきょうてん◎JR東日本東京駅改札内。8:00~22:00、無休。千代田区丸の内1-9-1 グランスタ東京1F 京葉ストリートエリア 八重洲南口改札内 ☎03・6256・0107 MAP P19 B-2

あまみカオリ研究所 グランスタ東京店

256通りから選べる組み合わせ

「食のかけ合わせ体験」を提供するスイーツの新ブランド。メインは、球状、雲形などフォルムもユニークなベースのスイーツ4種からチョイス。さらに、果汁感たっぷりのフルーツソースと、味や香り、食感に変化を与えるフレーバー、フレーバーティ各4種を選んで自由に組み合わせ、自分好みのスイーツが完成する。マリアージュスイーツだ。

「試食も用意しています。気軽にお立ち寄りください」と店長・高橋未名さん



東京駅はもっとワクワク、驚くほど楽しめる! グルメや買い物、ビジネスに役立つトピックから学びの場まで、駅直結エリアを含む新情報満載でお届けします。

グランスタ八重北

八重北食堂



1. しっかりとショウガの風味が利いた生姜焼き定食1,480円、「生姜焼きのためのペールエール」700円〜。2. 厨房を囲むカウンターは「みんなでつくる。をコンセプトにクラウドファンディングで資金を募った。



ダンチュウしゃくどう◎JR東日本東京駅改札外。11:00~21:00定食・一品料理LO(月~木は16:00~17:00休)、無休。千代田区丸の内1-9-1 グランスタ八重北1F 八重北食堂 八重洲北口改札外 ☎03・6810・0525 MAP P19 B-2

新スポット & 新情報

進化を続けるエキナカで、今春開業の新スポットたち。話題の店のこの味、気になる!

dancyu 食堂

食の雑誌「dancyu」が初プロデュース。毎日食べたくなるような飽きの来ないおいしいさをテーマに、生姜焼きやアジフライの定食から、酒に合う小皿、豆皿の料理までそろそろ。七分づきで羽釜で炊いた「たかたのゆめ」、江戸川味噌や仙台味噌、東松島長寿味噌の合わせ味噌を使った味噌汁など、ふつう、ながら丁寧な食に向き合った料理が並ぶ。

「ふつう」が一番おいしい!

「立ち飲みスペースもあるので、ちょい飲みも歓迎です!」と料理長・松浦寛大さん



TOPIC

2022年はメモリアルイヤー! 「TRAINIART」の気になるグッズ

2022年は鉄道開業150年、JR東日本の新幹線5方面(秋田・東北など)が開業の周年を迎えるメモリアルイヤー。記念グッズやイベントもお楽しみに!



ロールパンポケット付きメモ(E3 E5 E6 E7集合Lサイズ)
新幹線YEAR2022を記念し「Rollbahn」とコラボ! 7月下旬販売開始予定、880円。

Suicaのペンギンクリアファイル(TOKYO店限定イエロー)
TOKYO店でのみの限定色は、上品なニュアンスカラー。330円。



TRAINIART TOKYO店(グランスタ東京B1 丸の内地下中央口改札内 ☎03・5224・6100) MAP P19 B-2 ミュージアムショップ TRAINIART東京ステーションギャラリー店(東京ステーションギャラリー内 2F ☎03・3211・0248 ※入店には入場券が必要) MAP P19 B-2 ※2品は東京ステーションギャラリー店での販売なし

NEWS

順次10ショップがオープン 「グランスタ八重北」第2弾開業!

8月から10月にかけて、「黒塚横丁」2店、「八重北食堂」8店の計10店舗が新登場。8月1日に先陣を切る月島もんじゃ店と、4日オープン名古屋コーチン専門店の注目メニューをご紹介します(いずれも黒塚横丁)。



明太子ももんじゃ
豊洲水産仲卸直営「月島もんじゃ たまとや 東京駅」のおすすめ、1,628円。プロが目の前で焼き上げてくれる!

極上名古屋コーチン親子丼

「名古屋コーチン 鳳(いちょう) 東京式鳥(いっちょう)」が供する、皮面だけ炭で炙り、卵でふくらとじた一品。ディナー単品1,800円。



「グランスタ八重北」は10月で計32店舗に。(B1「黒塚横丁」、1F「八重北食堂」、2F「北町酒場」) ※2023年のグランドオープンに向け、12月以降に12ショップがオープン予定。八重洲北口改札外 MAP P19 B-2

ヌードル ハウス ランドリー

さまざまな人が集まる東京駅。多様な文化や個性を受け入れる寛容さを、アジアの屋台のようなスタイルで表現。ランチはアジアンヌードルが中心だが、ヌードル以外にもアジア各国の料理が幅広くそろそろ。約15種類の国内外のクラフトビールも日替わりでラインナップ。出張前にサク飲みしたり、夜食として麺をすすったり。自由なスタイルで楽しみたい。

アジアンフード×クラフトビール

「ビールはどんどん入れ替わりますのでお楽しみに!」とスタッフ・野呂瀬彩乃さん



黒塚横丁



1. 広い間口で開放感あり。カウンターから広いテーブル席までさまざまなシーンで利用できる。2. ガンパン麺900円。クラフトビールは国内銘柄670円〜、海外銘柄770円〜。

ヌードル ハウス ランドリー◎JR東日本東京駅改札外。11:00~22:00フードLO、無休。千代田区丸の内1-9-1 グランスタ八重北B1 黒塚横丁 グランスタ地下北口改札外 ☎03・6256・0339 MAP P19 B-2

Art Spots

驚きを誰かに伝えたい、エキナカのギャラリーにユニークな時計も!

店舗内のスペースでアート鑑賞



エキナカで上質なアートと出会う



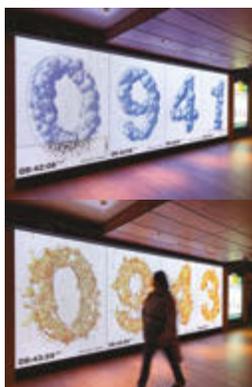
柚木沙弥郎による同店オリジナルデザインの注染染め浴衣「KUTSUROGI」36,300円～。自然石を信楽焼で表現したポタリーストーンディフューザー各5,280円。オイル20mL各3,960円。

IDEÉ TOKYO

インテリアブランド「IDEÉ」の新業態ショップの店舗の奥に併設されたギャラリー。今年100歳を迎える現役アーティスト柚木沙弥郎に白磁で知られる黒田泰蔵など、国内外アーティストの個展や展示を続々開催。

JR東日本東京駅改札内。10:00～21:00、無休。千代田区丸の内1-9-1 グランスタ東京B1 スクエア ゼロエリア グランスタ地下北口改札内 ☎03・5224・8861 MAP P19 B-2

思わず見入ってしまうアートな時計



DROPCLOCK

映像ディレクター中村勇吾が手掛けた大型デジタルサイネージの時計。さまざまなアルゴリズムで時刻表示がゆっくりと切り替わっていく「グランスタ八重北」のシンボル。

JR東日本東京駅改札外。千代田区丸の内1-9-1 グランスタ八重北1F 八重北食堂 八重北口改札外 MAP P19 B-2

東京駅ならではのユニークさ!



ゼロの時計

東京駅には数多くの鉄道路線の起点であることを示す「ゼロキロポスト」(距離標)が複数ある。これにちなんで新設された「スクエア ゼロ」の待合スペースにある時計は文字盤の数字が全て「0」!

JR東日本東京駅改札内。千代田区丸の内1-9-1 グランスタ東京B1 スクエア ゼロエリア グランスタ地下北口改札内 MAP P19 B-2

For Workers

ワーカーが知っておきたい新スポットや学びの場を紹介。

グランルーフ

100種以上の植物と眺望に癒やされる



緑あふれる癒やしの空間。ベンチのほか、電源付きのテーブルやカウンターで仕事に集中できる。



屋外ワークスペース(2階)

光の帆を模した屋根が特徴的なグランルーフの2階は、壁面緑化が美しく、眺めも抜群。無料Wi-Fiが利用でき、風通しの良い開放的な環境はこれまでにないワークスペースとして注目されている。夏には壁面から気持ちの良いミストが! 涼しい風を感じながらリフレッシュを。

JR東日本東京駅八重洲中央口徒歩2分。7:00～23:00(開放時間)、無休。千代田区丸の内1-9-1 グランルーフ2F 北エリア MAP P19 B-2

サピアタワー

「丸の内講座」9月中旬より申込開始



丸の内講座エグゼクティブコースの監修・講師を務める村尾信尚教授。

関西学院 東京丸の内キャンパス

「丸の内講座」ではビジネスパーソン向けなどの幅広いコースを用意。また、9月13日には無料公開セミナー「驚きのJAXA組織論とリーダー論～“探査機はやぶさ計画”はなぜ成功するのか?～」を開催。詳細・申し込みはウェブから。

JR東日本東京駅八重洲北口徒歩1分。詳細はホームページで確認を。https://www.kwansei.ac.jp/t_marunouchi/ 千代田区丸の内1-7-12 サピアタワー10F ☎03・5222・5678 MAP P19 B-2

フィールドワークがある講座も



現地でのフィールドワークの様子(昨年度)。

立命館東京キャンパス

教養講座から実践的な講座まで多彩なプログラムを展開。10月からは「チェンジ・メイカー育成プログラム(4期)」を開講。群馬県上野村の協力の下、社会人の越境体験、他流試合で挑戦と成長を。申し込みは早め。

JR東日本東京駅八重洲北口徒歩1分。詳細はホームページで確認を。<http://www.ritsumei.ac.jp/tokyo-campus/> 千代田区丸の内1-7-12 サピアタワー8F ☎03・5224・8188 MAP P19 B-2

一括受取カウンター
&
ロッカー受け取り



ネットでエキナカ

事前に「ネットでエキナカ」で注文した商品を専用カウンターでまとめて受け取り、混雑を避けられるサービス。改札内に設置されたロッカーでの受け取りも好評で、新オープン「グランスタ東京 京葉ストリートエリア」内に設置。こちらは事前に予約をしておけば、始発から終電まで受け取り可能だ（グランスタの一部商品のみ対応）。

JR東日本東京駅改札内外。※一括受取カウンター2カ所、受取対応ロッカー1カ所あり。MAP P19 B-2
<https://www.net-ekinaka.com/>

これは
うれしい！
便利なサービス

“困った”の解決や隙間時間の活用に、
覚えておきたいサービスが
こんなに。



ベビーカー
レンタル



鍼灸・接骨

ベビカル

事前にウェブ予約でき、街へのお散歩などにも使えるので心強い。利用期間は最大7日間。東京駅では2カ所でサービスを提供中。スタッフが定期的にベビーカーの清掃、点検をしているから安心だ。

JR東日本東京駅改札内。新幹線南のりかえ口改札前手荷物預かり所、BAGGAGE STORAGE+（グランスタB1） 利用料金：最初の1時間250円。以降30分ごと100円。MAP P19 B-2 <https://babycal-jre.com>

アイキュア
iCure 鍼灸接骨院 丸の内

施術者全員が国家資格保有者で、その技術はお墨付き。骨格と筋肉の専門家による施術だから、痛みやコリの根本からの改善を期待できる。着替えも用意されているから、仕事の合間のリフレッシュにもおすすめ！

JR東日本東京駅八重洲南口改札徒歩3分。11:00～20:30、日・祝休。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B1 グランアージュ内 ☎03・3212・1939 MAP P19 C-2

ヘアカット
&
スタイリング
専門店



ファス
FaSS 八重洲地下街店

公式アプリ「FaSS Passport」では、店の混み具合の確認や予約も可能に。施術時間はカットとブロースタイリングで約20分！ 隙間時間でヘアスタイルをととのえてくれる心強い存在だ。土・日は混雑するため、平日の利用がおすすめ。

JR東日本東京駅八重洲地下中央口徒歩3分。10:00～21:00（土・日・祝は20:00まで）※受け付けは閉店30分前まで、無休。中央区八重洲2-1-1 八重洲地下街 八重洲地下1番通り ☎0570・011・919（代表）MAP P19 B-2

東京駅限定
&夏限定の
お弁当に夢中！



職場やおうちで、ちょっと旅気分を。
とっておきの弁当はこちら！

夏限定のお弁当にも注目！

駅弁屋 祭 グランスタ東京店
「季節のおべんとう～涼」◎900円

炙り煮炙子や海老甘酢漬などを彩り良く盛りつけたちらし寿司を中心に、玉子焼きやピリ辛のつくね串、煮物などを盛り込んだお弁当。8月23日までの期間限定。

JR東日本東京駅改札内。5:30～22:00、無休。千代田区丸の内1-9-1 グランスタ東京1F 中央通路エリア丸の内中央口改札内 ☎03・3213・4353 MAP P19 B-2



カレー風味の鶏竜田揚げ
V PALETTE エキュート東京店
「華麗なる竜田揚げ弁当」◎802円

甘辛いカレー味のタレをしっかりと絡めた鶏の竜田揚げと煮卵、ドライカレーご飯が食欲をそそる、食べ応えのある一折。スパイシーで夏らしい味わい。

JR東日本東京駅改札内。8:00～22:00（日・祝は21:30まで、祝前日は22:00まで）、無休。千代田区丸の内1-9-1 エキュート東京1F 丸の内南口改札内 ☎03・3211・8110 MAP P19 B-2



東京の粋を集めた折詰
駅弁屋 祭 グランスタ東京店
「東京弁当」◎1,850円

東京を代表する老舗8店舗の味が集結。『浅草今半』の牛肉たけのこ、人形町『魚久』のキングサーモン京粕漬をはじめ、デザートの浅草『舟和』の芋ようかんまで。

JR東日本東京駅改札内。5:30～22:00、無休。千代田区丸の内1-9-1 グランスタ東京1F 中央通路エリア 丸の内中央口改札内 ☎03・3213・4353 MAP P19 B-2

レトロな
掛け紙もすてき



多彩な肉料理が3段に
とんかつまい泉 グランスタ東京店
「東京駅丸の内駅舎 三階建て弁当」
◎972円

店の看板ヒレかつサンドにタレが利いたかつ丼、彩りも美しいそばろ丼と、人気メニューがそろい踏み！コンパクトで食べる場所を選ばないのもうれしい。

JR東日本東京駅改札内。8:00～22:00（日・祝は21:00まで、祝前日は22:00まで）、無休。千代田区丸の内1-9-1 グランスタ東京B1 スクエア ゼロエリア グランスタ地下北口改札内 ☎03・3211・0371 MAP P19 B-2



丸の内駅舎の
イラストが
印象的！

贅沢な
贅沢な海鮮ちらし

サカナバック グランスタ東京店
「東京ちらし」◎1,580円

小肌や煮あさりなどの江戸の食材をはじめ、五反田の老舗味噌店の味噌昆布や伊豆大島のべっこう醤油など、調味料にまでこだわり「東京らしさ」を表現。※季節により内容変更あり。

JR東日本東京駅改札内。8:00～22:00、無休。千代田区丸の内1-9-1 グランスタ東京1F 京葉ストリートエリア 八重洲南口改札内 ☎03・6268・0211 MAP P19 B-2



豪快！ アサリづくし

つきじ喜代村 エキュート東京店
「深川弁当」◎1,200円

ご飯の上に錦糸卵と煮ごぼうを敷き、その上には大ぶりのアサリを余白なくぎっしり。ショウガが利いた醤油ダレで甘辛く煮込んだアサリは江戸の味。

JR東日本東京駅改札内。8:00～22:00（日・祝は21:30まで、祝前日は22:00まで）、無休。千代田区丸の内1-9-1 エキュート東京1F 丸の内南口改札内 ☎03・3211・8985 MAP P19 B-2



東西自由通路を南側にも整備！



2029年頃の完成を目指し、東京駅南側にも丸の内と八重洲をつなぐ自由通路が整備されることに。幅8mとゆとりのある設計で、ますます東京駅が便利になりそう！

JR東日本東京駅B1。東京駅南部東西自由通路

エキマチ的○○図鑑

暑さを忘れたい！ そんな時は、涼やかなスイーツでひんやり気分転換を。
手土産や贈り物にも喜ばれる、センスが光る和洋菓子をセレクト！

レアチーズと
フルーツの
贅沢な
組み合わせ



＼フルーツ×レアチーズ／

Namery Roasted 日比谷店
「フルーツレアチーズケーキ」

2021年12月、日比谷公園内にオープンしたカフェ。口溶け滑らかなレアチーズケーキとこぼれんぼかりの旬のフルーツの組み合わせが大人気だ。抹茶いちご1ピース1,000円などの定番や、さくらんぼ(写真)やシャインマスカット同各1,200円など季節限定フレーバーを含め常時8種ほどラインナップ。
ナメリローステッド ひびやてん◎日比谷駅A13出口徒歩4分。10:00~18:30LO、無休。カード・電子マネーのみ利用可。千代田区日比谷公園1-2 ☎03・6205・4866 MAP P19 C-1

＼フルーツ×ババロア／

サン・フルーツ 日本橋三越店
「フルーツババロア」

1925年(大正14)創業の老舗青果店がその日一番おいしい果実を厳選したフルーツババロア2,160円。みずみずしく彩り豊かな果肉がトッピングされ、まるで宝石箱のよう！ さっぱりとしたミルク風味のババロアが果肉の甘さを引き立てる。フルーツの内容は旬替わり。
サン・フルーツ にほんぼしほんてん◎三越前駅A2・B4出口徒歩1分。10:00~19:30、1月1日休(施設に準じる)。中央区日本橋室町1-4-1 日本橋三越本店新館B2 ☎03・3274・8578 MAP P19 A-3
※アレルギー：乳・卵・ゼラチン・大豆由来・キウイフルーツ・オレンジ

食べ頃果実と
ツルンと涼やかな
ババロアの競演！



みずみずしい
カカオと
こしあんの
マリージュ

＼カカオ×ようかん／

ショコラティエ パレド オール 東京
「カカオ水ようかん」

ショコラティエ三枝俊介氏による、カカオ豆から抽出した香りとおんこを組み合わせた新感覚の水ようかん。甘さ控えめのさらっとした舌触りに、カカオのほろ苦さも感じられ、夏でも軽やかに食べられる。こしあん、白あん、柚子の3種各1個540円。
ショコラティエ パレド オール とうきょう◎JR東日本東京駅丸の内中央口徒歩1分。11:00~21:00(日・祝は20:00まで)、無休(施設に準じる)。千代田区丸の内1-5-1 新丸の内ビルディング1F ☎03・5293・8877 MAP P19 B-2



目にも涼やか！
江戸の夏祭りを
モチーフに



＼ゼリー×ようかん／

日本橋屋長兵衛 日本橋本店
「金魚すくい」

江戸時代、庶民の間で流行った金魚すくいを和菓子に。2匹の金魚がゆらりと泳ぐ様子が愛らしく、手土産にも人気。透明なゼリーはレモン風味、金魚はようかんで作られている。1個300円。8月中旬まで。9月上旬には巨峰、シャインマスカットを贅沢に入れた寒天ゼリーが登場。
にほんぼしやちようべえ にほんぼしほんてん◎三越前駅A1出口すぐ。10:00~18:00、無休。カード・電子マネーのみ利用可。中央区日本橋室町1-6-2 ☎03・3242・3030 MAP P19 A-3

新感覚！
冷たいまま、
ひんやり
いただける



＼さつまいも×パイ／

OIMO 東京ギフトパレット店
「OIMO」

甘く熟成させたさつまいもを焼かずに仕上げた生スイーツポテト専門店。256層のパイ生地についたクリーミーなさつまいもペーストは紅いもや抹茶、季節限定フレーバーなど常時10種がそろそろ。冷凍販売のため、解凍方法により好みの温度で楽しめる。1個330円。
おいも とうきょうギフトパレットてん◎JR東日本東京駅八重洲北口すぐ。9:30~20:30(土・日・祝は9:00~)、無休。千代田区丸の内1-9-1 東京ギフトパレット1F ☎03・3240・5400 MAP P19 B-2

＼トウモロコシ×カカオ／

カカオサンパカ 丸の内本店
「アステカモーレ」

スペインのショコラテリアによる、見た目も味も、まるでトウモロコシのようなアイスバー。トウモロコシを縦半分にカットしたようなアイスの裏側にはカカオニブがちりばめられている。クリーミーな甘さとピターな味わいが絶妙にマッチ！ 1個440円。
カカオサンパカ まるのうちほんてん◎JR東日本東京駅丸の内南口徒歩5分。11:00~21:00(土・日・祝は20:00まで)、無休。千代田区丸の内2-6-1 丸の内ブリックスクエア1F ☎03・3283・2238 MAP P19 C-1

つぶつぶ
粒々感もリアル！
夏野菜が
アイスになった



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.14

『柿の種専門店かきたねキッチン』の
「計量販売・ねこびん」1,188円

さまざまな味が楽しめる少し大きい柿の種

大阪発、老舗あられ店から生まれたブランド。日本人が好むチーズ・醤油・海鮮の3つのうま味をベースにした7種類の定番の味と、地域・季節限定のフレーバーが楽しめる。一般的な柿の種と比べて粒が大きいのは、ネイルをしている女性でもつまみやすい大きさに計算されているから。パリッと軽い口当たりで、あれもこれもつい味見したくなってしまいます。コロんとした形がどこか懐かしい「ねこびん」は、贅沢チーズ、甘醤油のあと辛、海鮮風塩だれ、海老マヨネーズ味の4つの味わい（日本橋高島屋店の場合）から3種類まで選ぶことができ、その場で店頭のディスプレイから詰めてくれる。ライブ感を楽しみつつ、店頭スタッフとの会話も弾む。



かきたねせんもんてんかきたねキッチン◎
日本橋駅直結。10:30~19:30、不定休（施設に準じる）。中央区日本橋2-4-1日本橋高島屋S.C.本館B1 ☎03・3211・4111
MAP P19 B-3

Photo=新谷敏司 Text=別役ちひろ

ワーカーにピッタリの本をプロフェッショナルが紹介

vol.3

書店員が選ぶ「この一冊」!

今号のテーマ

初対面の人と会話が弾むような知識を得られる本はありますか？

言語学者の著者が、東京大学出版会の出すPR誌『UP』に寄稿していたエッセーをまとめたもの。今まで気にも留めなかった言葉の感覚や機微、ちょっとした受け取り方の差異などを読みやすくまとめています。特に芸能人の発言をはじめとした、たくさんの事例が面白いです。初対面の人との会話は当たり障りない話題から始めると思うのですが、この本を読めば、本の中の例を一つくらい披露したいと思うのではないのでしょうか。また、会話の仕方や得意ジャンルなど自分のフィールドに巻き込む術なども学べると思います。



『言語学バーリトゥード Round 1 AIは「絶対に押すなよ」を理解できるか?』
(川添愛著、東京大学出版会)
1,870円

紹介してくれたのは



タロー書房

五坪侑恵さん
(書店員歴12年)

好きな本

『S先生の言葉』
山田太一著
(河出文庫)

エキマチワーカーに一言

場所柄、ビジネス系の本を多く取りそろえています。会社帰りや休憩にお立ち寄りください。

タローしょぼう◎三越前駅A6出口直結（改札脇）。10:00~20:00、無休。中央区日本橋室町2-2-1 コレド室町1 B1 ☎03・3241・2701 MAP P19 A-3

Photo=新谷敏司 Text=別役ちひろ

今日のくつろぎランチ

A16 TOKYO vol.14

豊かな緑が眺められる店内には中央に大きなピザ窯もある



「パスタランチ」は サラダデザート、ドリンクが付いて 2,200円

エーシックスティーン トウキョウ◎JR東日本東京駅丸の内南口徒歩5分。11:00~22:00LO（金・土は23:00LO、日・祝は21:00LO）、不定休。千代田区丸の内2-6-1丸の内ブリックスクエア1F ☎03・3212・5215 MAP P19 C-1



緑豊かな空間で楽しむ
手間隙かけたイタリアン

南イタリアの定番料理をベースに、本店のある米サンフランシスコのエッセンスも取り入れた、洗練された料理が味わえる。パスタランチで人気の「マッケロナーラ」は、自家製の太麺にローストした豚足とトマトを6時間煮込んで作られたソースが絡まり相性抜群！深いコクとトマトの甘みや酸味、熟成したリコッタサラータチーズの塩味のバランスが絶妙で、満足感ある一皿に仕上がっている。料理はすべて手作りで、冷凍食材は使わないというこだわりも。丸の内ブリックスクエアの中庭に面した開放的な空間で、非日常的なひとときを楽しむことができる。

Illustration=稲月ちほ Text=別役ちひろ

東京ステーションギャラリー・富田館長がやさしく教える！

vol.3

青木繁『海の幸』1904年 重要文化財 石橋財団アーティゾン美術館蔵

アートのミカタ

28歳で夭折したのが惜まれる……



未完の美

この作品のポイントは未完成であることです。もし、これが写真のように細部まで丁寧に描き込まれていたとしたら、獲物を担いで意気揚々と引き揚げてくる漁師たちの、生き生きとして活力に満ちた様子は到底表現できなかったでしょう。下描きの線が残り、塗り残しの部分がある状態だからこそ、この生動感が生まれたのです。驚くべきは、この時わずか22歳の青木繁が、この未完成の状態こそベストであると判断して筆を止めたこと。その大胆さは、まさに天才のなせる業としか言いようがありません。

この作品が観られる展覧会は……

アーティゾン美術館
生誕140年 ふたつの旅 青木繁×坂本繁二郎
～2022年10月16日(日)
ウェブ予約チケット 1,600円(当日窓口販売は1,800円/予約枠に空きがある場合販売)
アーティゾンびじゅつかん◎JR東日本東京駅 八重洲中央口徒歩5分。中央区京橋1-7-2 MAP P19 C-3

富田 章◎雪国新潟で産湯を使い、南国別府で温泉に浸かって育つ。横浜のそごう美術館、大阪のサントリーミュージアム[天保山]を経て現職。60代3人のユニット「初老耽美派」の一員。
東京ステーションギャラリー MAP P19 B-2



作品画像提供=アーティゾン美術館 Photo=新谷敏司 Text=富田章

エキマチで自分を少しレベルUP!

Vol. 9

～苦手意識も克服!?の巻～

できるワーカーへの道

今回体験したのは
「ランニング」
「パーソナル
レッスン」



ヒアリング

レッスンの目的を伝え、先生と一緒にその日の目標を立てます。

自分がどんなペースで走れるかわからないんですが...



大丈夫ですよ。ゆとりと走りながら一緒に練習しましょう!

スタンバイ

すべてレンタル! 手ぶらでもOK!



ロッカールームにはシャワーブースと洗面アメニティが用意されています。

目的に合わせた場所へ移動します

ウォーミングアップ



お尻やハムストリングスを使うときに支えをもらって、しっかりと伸ばしましょう!

エキマチワーカーの「リアル」をお届け!

エキマチで働いています!

飯田さんのとある1日

5:30	矢沢永吉の「止まらないHa~Ha」で起床。デジタル音で起きるよりテンションが上がる。
7:30	朝ご飯は絶対米派。茨城の実家から送られてくるお米がやっぱりおいしい。
9:00	出勤。朝礼では前日の報告や情報共有が細部にわたって行われる。
10:30	メールチェック後、設備の巡回確認や機械整備の立ち会いなどを行う。
12:00	昼ご飯はコンビニで買うことが多いが、たまに大好きなラーメンを食べに行く。
18:00	終業後、帰宅。最寄り駅近くで買い物をして自炊。得意料理は筑前煮。
23:00	就寝前、必ずトイレ掃除を日課にしている。気持ちスッキリしてよく眠れる。



RB工装株式会社 ビル事業本部 東京事業部 東京事業所

飯田修平さん

Q どんな仕事をしていますか?

A 東京駅や周辺商業施設の設備維持管理を主に、緊急時の対応や設備更新などを行っています。

Q エキマチエリアで好きな所はどこですか?

A 生活家電が好きなので、「ビックカメラ有楽町店」は月に1度はのぞきに行っています。

Q この会社への志望動機を教えてください。

A ちょうど就職活動の時期に東日本大震災に遭い、ごった返す駅の状態などを目の当たりにして、「安全・安心・快適」がいかに大切かを痛感し、そういった環境をつくることのできる会社を探しました。

飯田さんの必須アイテム



いつも身に着けている小型ライト。見えづらい部分もしっかり照らして確認している。

安全・安心で快適。そんな当たり前の東京駅を守るために頑張っています。

Photo=新谷敏司 Text=別役ちひろ

スタート!

1回目 800m



なるほど! あんなにか自然と体が弾みます!

ランニングのイメージがガラリと変わりました。「苦しい、つらい、疲れる」とは真逆の「楽しい! リフレッシュ! 体が軽くなる!」といった爽やかな感覚。その夜は久しぶりに熟睡です。

「楽しく走る」はメリットだらけ

ランニングのイメージがガラリと変わりました。「苦しい、つらい、疲れる」とは真逆の「楽しい! リフレッシュ! 体が軽くなる!」といった爽やかな感覚。その夜は久しぶりに熟睡です。

筋肉痛を恐れて迎えた翌日、筋肉痛がないどころか「かちかちに固まった首周りも、すっかり軽くなりました!」



10月10日(土)10:00~11:00 仕事帰りにグループで参加してみよう!

2回目 2000m

ペースが整ってくると、たまたま「走る」という意識から離れておしゃべりが盛り上がってきます



「私の苦手意識で、学生時代のランニングで成績上位のマラソン大会とか、種々の苦痛から来るものでした。」

「分かりました! でも、走るに本当は、すごく楽しいんです。楽しいと受け入れられると、上手に続けられる。ライオンや健康促進、ストレス発散など、メリットだらけです!」

「先生、私、今更には楽しんでます! 笑 走りながらこんなに会話を楽しめるなんて思っていませんでした!」



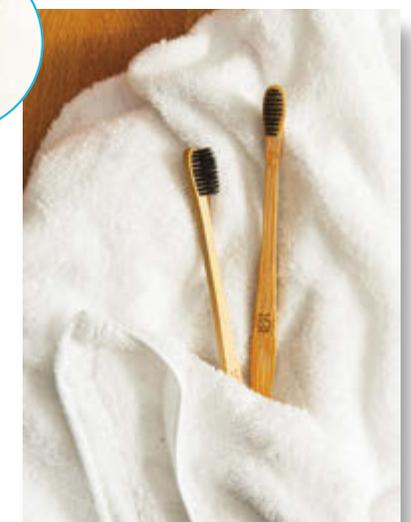
Raffine Running Style Otemachi One店
ラフィネランニングスタイルおおてまちワンてん
〇大手町駅C4・C5出口直結。7:00~21:00
最終受け付け(土・日・祝は19:00最終受け付け)、無休。千代田区大手町1-2-1 Otemachi One B1。施設利用料1,000円(ウェアレンタルなどは別料金)、パーソナルレッスン60分8,000円〜。
〇3・6269・9097 MAP P19 A-1

編集部が未来を少し思い描いて...
今号のこれ、買っちゃいました



毎日、心まで気持ちいい歯磨きタイム

以前ぬか床の取材で訪れたお店で、発酵食品以外にも気になっていたアイテムがこの竹製の歯ブラシ。涼しげなたたずまいに引かれたのと、エシカルな暮らしの第一歩に...と、家族の分を購入しました。早速使ってみると、竹の優しい質感としっかりと握り心地のいいこと! ブラシは思いの外軟らかく、優しい磨き心地。炭が練り込まれているからなのか、磨いた後はスッキリ爽快です。これまでずっとプラスチック製の歯ブラシしか使ったことがなかったので、とても新鮮な感覚です。天然素材の良さを実感し、さらに環境にも優しい選択だと思うと、心まで気持ち良く、歯磨きが楽しくなりました。洗面エリアに竹歯ブラシがあるだけで、気持ちがすっきり爽やかになります。



柄の部分は天然の竹を使用。ブラシには生分解するナイロンが使用され、炭が練り込まれている。

『85 [ハチゴウ]』の「エコ歯ブラシ」

1本330円
ハチゴウ◎三越前駅A8出口直結。11:00~20:00、不定休(施設に準じる)。中央区日本橋室町3-2-1 コレド室町テラス1F
☎03・6452・3385 MAP P19 A-3

Photo=新谷敏司 Illustration=福田希美 Text=味原みずほ

テーラーが林立していた日本橋室町の路地に1953年、誕生したのが手芸用品メーカー『KAWAGUCHI』だ。洋品店に必要な道具類を扱うだけでなく、独自の商品を開発。国内外の有名ブランドのテーラーが手首にはめて愛用する針山をはじめ、ほつれの応急処置に使う布用両面テープ、ワンタッチ針通しなど、数々のヒット作を生み出している。2016年には「Cohana」ブランドを立ち上げ、本社1階に直営の日本橋本店を構えた。「うちは工場を持たず、各地の工芸職人と連携して作る中小企業です。日本の伝統技術を継承する工場が減少してア

いる昨今、地域産業を活性化する助けになれば」と、3代目代表の妻で、Cohana日本橋本店を担当する河口万里さん。職人技を安売りしないことを約束し、新たに生活雑貨店、直営店など、従来と異なる販売経路に活路を見いだした。黄水仙、露草色、水浅葱、薔薇色、深川鼠と、日本の伝統色をベースにした文具や生活雑貨は、どれも機能性とデザイン性が高いものばかり。「Cohanaの担当は企画を含め、少人数なんです」と話すが、伊賀くみひも、南部鉄器、波佐見焼、漆、蒔絵、真鍮など、日本全国の地域産業と連携。伝統工芸の工房約50社へ、時には足を運び、理解を深めた上



で、各地の技とコラボ。創業以来の代理店を務める庄三郎の糸切ばさみに伊賀くみひもを巻いたり、京都の皮革を用いたり、どれも色味、表情が異なる一点モノぞろい。美しいだけでなく、手になじむ使い心地の良さも実感する。「立ち上げ当初は細々としていました」と笑うが、ドイツでの展示会出展を機に急展開した。海外のインフルエンサーによりSNSで商品が発信され、世界各地に拡散。「そこから日本でも売れ始めたんです。SNSのある時代だからできたことですよ。ヨーロッパなどから、わざわざこの店を目

指して足を運んでくださる方もいるんです」季節限定商品も折々に出し、店頭には常時150種以上が並び、女性客が多いが、ステーションリーとして活用する男性もいて、プレゼントにも重宝されているという。また同時に、Cohana以外の『KAWAGUCHI』ではエシカルな商品にも注力、なかでもオーストラリア発祥のみつろうラップは、布の端切れを活用でき、洗って何度も使えると注目の的だ。「Cohanaの道具をきっかけに、ハンドメイドに目覚める人が増えたらうれしいです」



JR新日本橋駅・三越前駅2番出口徒歩2分。10：00～17：00、土・日・祝休。中央区日本橋室町4-3-7 KAWAGUCHI 1F ☎03・6910・3255 MAP P19 A-3

6.針が磨ける淡路瓦の針やすめ各3,080円。7.関の豆ばさみ1,485円は中央区推奨土産品。指の力で紙も切れる。8.職人の様子や50年前の本社写真を展示。9.庄三郎 伊賀くみひもの糸切ばさみ6,490円。10.KAWAGUCHIみつろうラップ880円～(※)。11.路地に構える。
※Cohana日本橋本店では取り扱いがなく、「ユザワヤ」などの手芸用品店やウェブで販売。

伝統とは進化・革新の連続だ!

frontier

老舗フロンティア

[第13回]

KAWAGUCHI Cohana日本橋本店

テーラーの街だった日本橋で戦後創業した手芸用品メーカーは、各地の職人と連携して数多くの商品を開発。そして今、その幅を広げ、海外にも多くのファンを持つ。



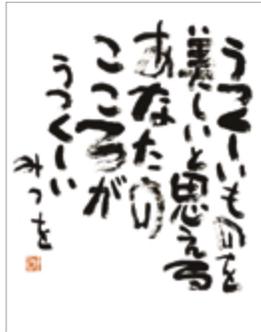
デザイン性・機能性高き上質な道具



1.河口万里さんが持つのは、大阪ichimaruniの帆布を用いた道具入れ8,580円～。毛糸や編み針入れの他、文具やスマホを収納し「ロッカーからデスクへ、デスクから会議室へと、持ち運ぶ方もいらっしゃるそうです」。2.津軽こけし館の針入れ各4,536円。3.ヒノキのピンクッション播州織各1,782円と、おはじきの待針3本1,540円。4.曲げわっぱの道具箱12,960円は刺しゅう枠にも使える。5.波佐見焼のマグネットスプール1,980円は、フローリングの隙間に落とした針も拾えるスグレモノ。

琴線に触れるすてきな言葉を堪能
第78回企画展
「うつくしいものを」開催

～2022年9月25日
◎相田みつを美術館



力強く、そしてどこまでもやさしい、相田みつをが紡ぐ言葉の数々。作品をじっくりと味わえば、前向きになれるパワーをもらえるはず。

書家・詩人として、自分の書、自分の言葉を探求し続けた相田みつを。みつをが紙に向かう時、いつも心の中にあっただのが感動だった。心の中に湧き上がる思いをなくして、筆を執ることをよしとはしなかった。書の美しさを追い求め、それは同時に文字が本来持っている力を見つかることでもあった。見る人に常に語り掛けてくるみつをの書。約100点の作品を通して、原点にある美しいものへの憧れを紹介する。
● ☎03・6212・3200

圧巻のレゴ®ブロック作品が丸の内に登場！
「レゴ®フェスティバル in Marunouchi」
開催

2022年8月15日～9月11日
◎丸ビル1階マルキューブ、
3階回廊／新丸ビル3階アトリウム



今年、丸ビル開業20周年、新丸ビル開業15周年を迎える丸の内エリアでは、世界中で愛され、今年創立90周年を迎えるブロック玩具「レゴ®」とのコラボレーション企画を実施。丸ビル1階マルキューブには、日本人唯一の「レゴ®認定プロビルダー」三井淳平氏が制作した丸ビルのジオラマが設置される。他にも参加型ワークショップでは、参加者がレゴ®ブロックを使った街づくりやウォールアートを作り上げる。大人も夢中にさせるレゴ®ブロックの体験を楽しもう。
● ☎03・5218・5100 (丸の内コールセンター)

東京ステーションシティの
新ブランドコミュニケーション
「ここでほっこり。」がスタート

2022年7月スタート
◎東京駅構内

東京ステーションシティは「お客さま一人ひとりのスタートを応援していきたい」という思いを胸に、2018年には『START with YOU』、2020年には『My Start Station. 私のはじまりの場所。』のブランドコミュニケーションを推進してきた。2022年7月から新たに「ここでほっこり。」を掲げ、東京駅構内でポスターやデジタルサイネージを順次展開する。画家・牧野伊三夫さんのイラストレーションによって、東京ステーションシティを訪れた「ほっこりさん」がさまざまな心地よい瞬間に出会う9つの場面が描かれている。例えば「#01東京駅の美しさを支える人たちがいます」では、総勢約220名ものスタッフが日々清掃や除菌作業を行い、「お客さまにいつも気持ち良く駅を利用していただきたい」という思いでお迎えしていることを教えてくれる。東京ステーションシティにあふれる目に見えない心地良さ、それを支えるおもてなしの瞬間が表現されていて、思わずほっこりとした気分になれるはず。

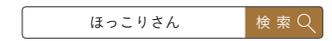


このマチに立ち寄りたくなるのはどうだろうか。
ゆっくりしたくなるのは何だろうか。
それは、きっと、
ここに見える「心地いい」があるから。

私たち東京ステーションシティは、
様々なおもてなしと心意気で、
今日も皆さまをお待ちしております。



ポスターやデジタルサイネージで鑑賞できる“ほっこり”とした場面は、東京駅でのさまざまな楽しみ方や過ごし方も描かれ、新たな魅力を発見できる。
詳細は <http://www.tokystationcity.com/branding/hokkorisan/> を。



映画界の新たな才能に注目！
「第44回びあフィルムフェスティバル2022」
開催

2022年9月10～25日
◎国立映画アーカイブ 小ホール



コンペティション以外にも、青山真治監督特集やパゾリーニ特集など、多彩な映画を招待上映する。国内外の

映画界の新たな才能を発掘し、若手映画作家を育成することを目的に、1977年から続く映画祭。現在第一線で活躍する映画監督を輩出し、若手監督の登竜門として知られる。世界でも珍しい自主映画のコンペティション「PFFアワード2022」では、520本の応募作の中から厳正な審査を経て入選を果たした、個性豊かな16作品を紹介する。映画ファンにとっても新たな才能にいち早く出会える、すばらしい機会だ。月曜休館。
● ☎03・5774・5296 (一般社団法人PFF)

この夏は浴衣で日本橋をぶらり
「ECO EDO 日本橋 2022」
～五感で楽しむ、江戸の涼～開催中

～2022年9月4日
◎日本橋地域



涼やかな音色を奏でる「森の風鈴小径」。夜はライトアップで幻想的な空間に大変身！ 詳細は <https://www.nihonbashi-tokyo.jp/ecoedo/> を。

江戸時代に日本橋で育まれた涼を取る生活の知恵や工夫を現代流にアレンジした、さまざまな催しを開催。約160の参加店舗では、“夏”をテーマにしたフォトジェニックなスイーツやドリンク、グッズを販売する。福德神社から福德の森へと続く道は、両側に約200個の江戸風鈴が並ぶ「森の風鈴小径」に。五感で涼を感じられる。協力6店舗で浴衣の着付け・着崩れ直しサービスも行っているため、浴衣で街歩きを楽しもう。● ☎03・3242・0010 (日本橋案内所)

都心で生まれ育った蜂蜜が
飲食店やホテルで味わえる
「丸の内ハニープロジェクト」

通年(採蜜は毎年4～8月頃)
◎大手町・丸の内・有楽町エリア



取れた蜂蜜はエリア内の飲食店やホテルで食材として活用されたり、洋菓子店とコラボしたりと付加価値の高い商品として販売されている。

大手町・丸の内・有楽町エリアのビルの屋上でセイウミツバチの養蜂を行う「丸の内ハニープロジェクト」。皇居や日比谷公園などを蜜源に上質な蜂蜜作りを実現している。丸の内ホテルの「ポム・ダダン」では、「丸の内はちみつを使用したレモンスカッシュ」1,089円を提供中。爽やかな酸味の中にハチミツの優しい甘みを感じられる一杯だ。
● ☎03・6266・9400 (丸の内ハニープロジェクト実行委員会) / ☎03・3217・1117 (ポム・ダダン)

夏の夜を盛り上げる
グランルーフイベント
「宵路灯籠」開催

2022年8月25日～9月11日(予定)
◎東京駅八重洲口グランルーフ



自身のスマートフォンとイヤホン・ヘッドホンを持参するだけで楽しめるホラーサウンドツアー。東京駅からあなたの心をひんやりさせる異世界へ導く。

期間中、グランルーフ2階デッキと地下1階に夏の宵をイメージした灯籠を設置。さらに、ソニーが提供するSound AR™ (現実世界に仮想世界の音が混ざり合う新感覚の音響体験) を楽しむアプリ「Locatone™」を使った体験コンテンツを展開する。体験者の位置情報に連動してホラーサウンドツアー『夏の宵の夢』のストーリーが楽しめる。音と光と宵の涼風の中で、心と体をひんやりさせるグランルーフの夜を体感しよう。11:00～23:00(体験推奨時間17:00～)、体験時間は約20～30分。参加無料。



※紫色の文字はp2-7の特集に掲載の東京駅構内もしくは駅直結のスポットです。

東京エキマチWEB版へは
コチラから

「東京駅ナビ」アプリ
東京駅をご案内、ダウンロード無料!

iOS版 Android版

アンケート回答は
コチラから

「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.45
2022年10月10日発行予定

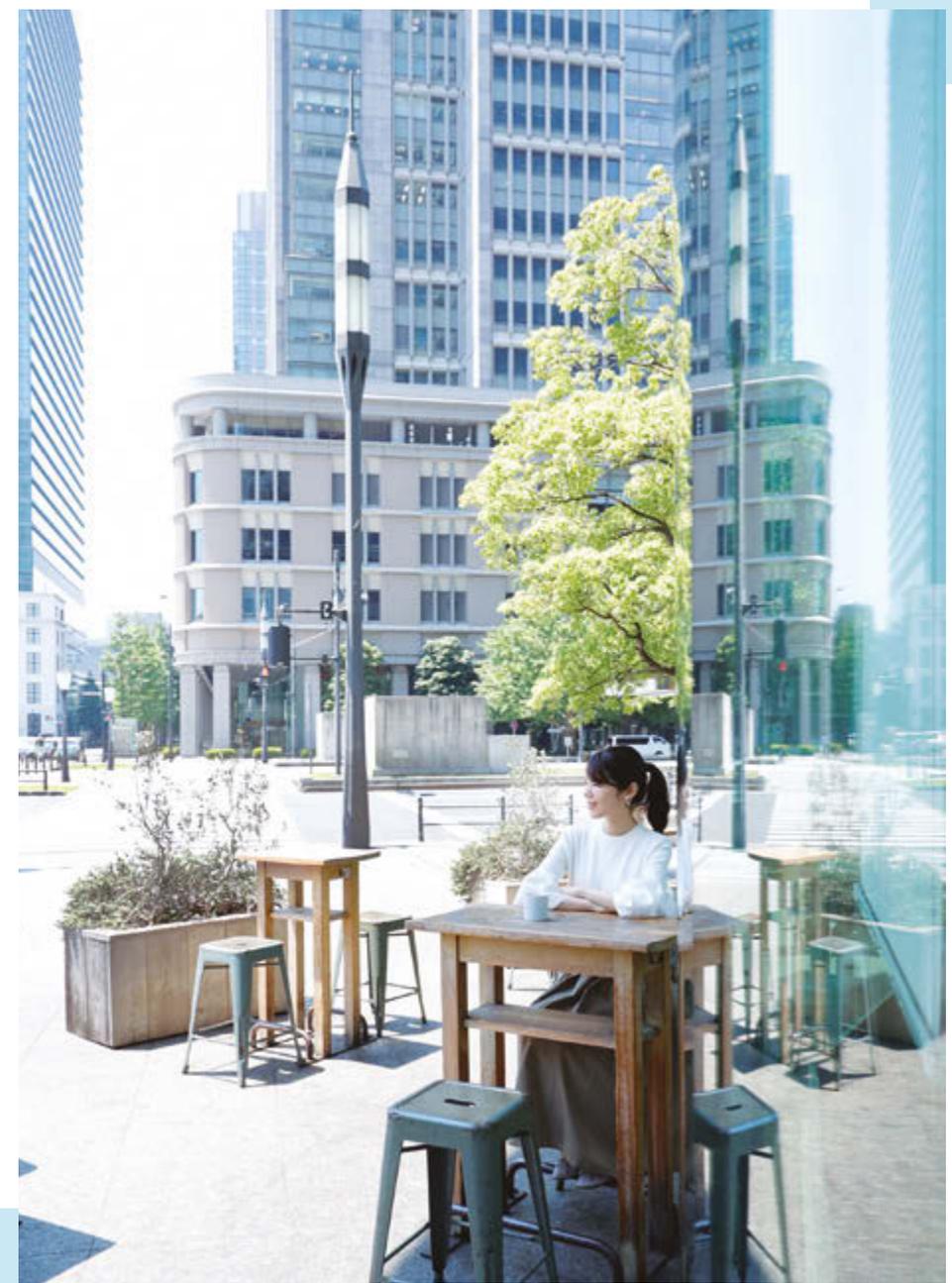
特集 スポーツを味方に! (仮)

※都合により内容を変更する場合があります。

2022.8.10
発行/一般社団法人東京駅ナビ運営協議会
制作/株式会社交通新聞社
編集協力/株式会社都楽堂・篠賀典子・別役ちひろ
デザイン/堀岡実室 表紙・裏表紙撮影/新谷敏司、中村宗徳
表紙撮影地/ グランルーフ、DROPCLOCK、
ヌードルハウス ランドリー

※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。※撮影のためマスクを外しています。※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2022年7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。

丸の内 / STAND T (新丸ビル)
11:00 AM



写真=木村心保