



工キマチ

# 工キマチ

Free



東京まんなかライフを楽しもう  
大手町 東京  
丸の内 有楽町  
日本橋 八重洲  
京橋

2024  
Aug. - Sep.  
8-9  
Vol.56

涼しい夏が  
やってきた

ひと涼みスポットでクールシェア  
暑さを吹き飛ばすかき氷  
オープンエアでほろ酔いビール  
涼しさを感じる香りなど

Morning

# ひと涼みスポットで

# クールシェア

朝・昼・夜、それぞれの時間で快適なひと時。  
まずは午前中に、涼しさを無料でシェアできるスポットをご紹介。  
気分転換も兼ね、朝の出勤時の方、外出時のルートに加えても。

## HIBIYA PARK BIZ

日比谷公園内にある「緑と水の市民カレッジ」中のフリースペース。窓からは木々の緑が間近に迫り、森の中にいる感覚に。Wi-Fi・電源完備で、ワークスペースとして利用できる。ふた付きの飲み物の持ち込みもOK。公園緑地関連の専門図書館や公園に関する展示ギャラリーも併設している。

日比谷駅A13出口徒歩6分。9:00~17:00、  
日・祝休。千代田区日比谷公園1-5内 緑  
と水の市民カレッジ3F  
☎03-5532-1306 MAP P19 C-1



木漏れ日を  
感じる  
癒やしの空間



東京の玄関口に  
緑とくつろぎの  
パブリックスペース



## GRANROOF GARDEN

234mにわたる開放的な屋外デッキが2023年7月にリニューアル。木製ベンチやカウンターが増設され、くつろぎの空間に。気温や湿度、風向きなどの条件がそろそろと自動制御のミストが作動し、行き交う人々に涼を提供する。8月23日~9月8日には幻想的な「宵路灯籠」を開催。

JR 東京駅八重洲口すぐ。7:00~23:00、  
無休。千代田区丸の内1-9-1 グランル  
フ2F ☎なし MAP P19 B-2



皇室ゆかりの噴水に  
涼を感じる

## 和田倉無料休憩所

和田倉噴水公園内にある無料で利用できる休憩所。ガラス張りの屋内からは、公園の象徴・大噴水が噴き上る様子が見られる。また、皇室や皇居外苑に関する資料などの展示コーナーの見学もできる。空調の利いた屋内やデッキで風を感じながら、思い思いに過ごそう。

大手町駅D2出口徒歩3分。9:00~17:00  
(テラス席・自動販売機・トイレの利用  
は16:00まで)、無休。千代田区皇居外  
苑3-1 ☎なし MAP P19 B-2



休憩所の両脇にはデッキテラスとカフェを併設。テラスには無料の給水スポットあり

ビルの谷間を彩る  
緑あふれるスポット

## Otemachi One Garden

皇居に面した大手町のオフィスビル群に広がるエリア最大級約6,000m<sup>2</sup>の大規模な緑地空間。芝生や木陰、花や水面など、特徴的な7つのゾーンには、ベンチやテーブルが多数! リラックスタイムや打ち合わせなどで利用できる。平日のランチタイムにはキッチンカーが出店する。

大手町駅C4・C5出口直結。散策自由(芝  
生広場は平日8:00~17:00のみ開放)、  
無休。千代田区大手町1-2-1 ☎なし  
MAP P19 A-2



水面に映る  
駅舎が涼を誘う



## 東京駅丸の内駅前広場 水盤

夏の風物詩として親しまれる水盤(水景設備)が、今年も稼働。広さ約22×約15m、深さ約5mmの水を張ったスペースが2面、丸の内駅前広場に安らぎを与えてくれる。水道水をろ過して繰り返し利用するシステムで、路面の温度上昇を抑えるとともに、涼やかな景色が心地いい。

JR東京駅丸の内中央口出口すぐ。9:00~17:00、9月16日(予定)  
までは無休、天候等によって稼働を中止する場合あり。千代田区丸の内1-9-1 ☎なし MAP P19 B-2

\*「クールシェア」とは、室温28度でも快適に過ごす工夫「クールビズ」から踏み込み、エアコン使用を見直して涼を分かち合う取り組みのことです。

# 暑さを吹き飛ばす

# Daytime かき氷!



スタッフの  
高橋愛里さん



●その他メニュー例●



あんず1,100円。果肉を削った  
あんず蜜をたっぷりかけて。白  
玉、バニラアイスは各110円。  
他にいちごミルク、桃、抹茶き  
んとき、黒糖きなこ 各1,100円。  
\*提供は9月23日まで

## TORAYA TOKYO

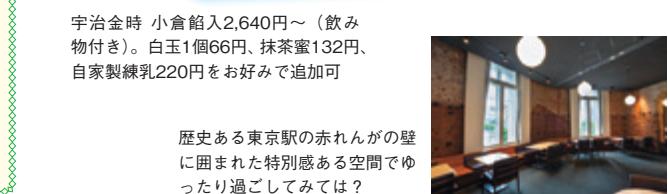
TORAYA TOKYO の定番かき氷はちょっと小ぶり。  
あんみつなど他の甘味と同じように、ちょっと甘い  
ものを食べたいときにぴったり。宇治抹茶と和三盆  
糖による濃厚ながらさっぱりした味わいの蜜がか  
かった山を思わせる円錐のかき氷は、粗削りでシャ  
リシャリ! 底に隠れた上品な甘さの小倉あんをす  
くいながら食べるのがおすすめ。

JR東京駅丸の内南口徒歩1分。10:00~18:30LO (土・  
日・祝は17:30LO)、無休。千代田区丸の内1-9-1 東京  
ステーションホテル2F ☎03・5220・2346 (喫茶の  
お問い合わせ専用ダイヤル) MAP P19 B-2

●その他メニュー例●



あんみつ 2,750円~。こしあ  
んや琥珀羹 (こはくかん)、季  
節のトッピングなどを黒蜜で味  
わえる。葛切2,970円~、冷し  
汁粉2,860円~など (いずれも  
飲み物付き) もある。  
\*かき氷の提供は9月30日まで



歴史ある東京駅の赤れんがの壁  
に囲まれた特別感ある空間でゆ  
ったり過ごしてみては?

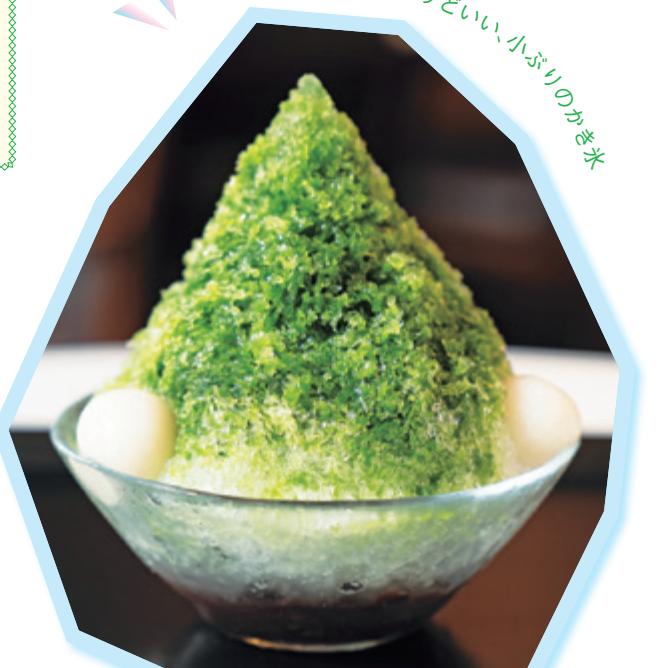
## 四季茶寮えど

日本風情を感じながら夏はかき氷を楽しめる甘味処  
(どころ)。アンズなどの定番はもちろん、毎年楽しみ  
なのが新作だ。今年はコーラかき氷が登場! すっ  
きりした甘さと、レモンとの組み合わせが爽快感をもたらし  
目にも涼しい。マイナス20度で固めた氷を常温  
で緩ませてから薄めに削るため、滑らかでふわふわ、  
あっという間に完食するおいしさ!

三越前駅A3・A5出口徒歩1分。11:00~19:00 (食事  
18:00LO、喫茶18:30LO)、無休 (施設に準じる)。中央  
区日本橋室町1-4-1 日本橋三越本店本館4F  
☎03・3242・9550 (直通) MAP P19 A-3

コーラ1,320円。バニラアイス110円を  
トッピングしてコーラフロート風にも。  
8月31までの提供

## 控えめだけどちょうどいい、 さっぱりのかき氷



宇治金時 小倉餡入2,640円~ (飲み  
物付き)。白玉1個66円、抹茶蜜132円、  
自家製練乳220円をお好みで追加可

●その他メニュー例●



9月4日までは小池さん自ら手がける『東京八重洲堂』極上抹茶あ  
づき1,500円などを提供。次に登  
場する店やメニューはインスタグラ  
ムでチェックを。  
\*営業は11月上旬まで

## かき氷コレクション・バトン

日本中のかき氷を知り尽くす、日本か  
き氷協会会長が厳選したかき氷店が2  
週間~1ヶ月のスパンで入れ替わり登  
場! 行列が絶えない店や、沖縄や長  
野など各地へ足を延ばさなければ食べ  
られなかった名店のかき氷がヤエバブ  
で味わえる。訪れるたびに、名店の店  
主や魅力的なメニューと出合えるのも  
楽しみ。飲んだ後のシメにもおすすめ!

JR東京駅八重洲地下直結 (八重洲地下街  
経由)。11:00~21:00、各店舗初日は  
14:00~、最終日は17:00まで、無休 (施  
設に準じる)。中央区八重洲2-2-1 東京ミ  
ッドタウン八重洲2Fヤエスパブリック内  
なし MAP P19 B-3

取材時(6月)は沖縄・名護市のアボカド  
専門店avocafeが出店。アボカドキャラ  
メルナツ2,000円はファンが多い一品

## 日本橋水菓店

1919年(大正8)創業の肉問屋がすき焼き店の定休日を利用して  
夏季限定で営業。コロナ禍、従業員一同かき氷を食べて感動し3  
年前にスタート。純氷を薄削りした氷にエスプーマがのり、どこ  
を食べても軽くふわふわ。旬の国産食材を使うためラインナップ  
は都度替わる。時々しおぱく、温かいおつまみ(カラフルポテト)  
と食べれば「口福」な味変も楽しめる。

JR新日本橋駅徒歩3分。12:00~17:00、火・水・木・金休 (水~金は  
すき焼き店として営業)。中央区日本橋本町4-2-3 佐々木ビル2F  
☎03・3241・5296 MAP P19 A-3

●その他メニュー例●



いちごピスタチオ1,900円。生い  
ちごソースとピスタチオエスプー  
マの色合いが映える!  
キャラメルアーモンド1,500円、  
生パインブルーベリー1,600円、  
カラフルポテト300円。  
\*営業は9月末まで

## 老舗肉問屋による、かき氷の乙な楽しみ方



黒ゴマソースに覆われ、ピーナツのエスプーマがのった、ご  
まびー1,600円。中に隠れた黒ゴマ和えの落花生も楽しい



日本かき氷協会会長の  
小池隆介さん



取材時(6月)は沖縄・名護市のアボカド  
専門店avocafeが出店。アボカドキャラ  
メルナツ2,000円はファンが多い一品

\*出店期間や提供メニューは変更される場合があります。

Nighttime

# オープンエアでほろ酔いビール

# 醉いビール

仕事終わりのお楽しみは、涼しい風に吹かれながらのビール！  
ぜひ予約して、夕焼けのゴールデンタイムから夜のライトアップまでを、  
取って置きのスポットでお過ごしください。



上／ゆったりと開放的な空間で、思い思いにBBQが楽しめる  
下／カジュアルBBQプラン10品・飲み放題付き1人6,300円（2時間制）

開催期間○10月22日まで

## 日本橋高島屋S.C. BBQ BEER GARDEN

日本橋高島屋恒例のビアガーデンは、木々に囲まれた開放的な空間で楽しむBBQスタイル。写真はうま味が凝縮した熟成骨付きポークやスパイシーな自家製ジャークチキン、厚切りベーコン、ソーセージに、野菜やタパスが付いたカジュアルBBQプラン。さらに牛リブやシーフードも味わえるSurf & Turf BBQプラン7,000円など、ビールが進む4種のコースが用意されている。

日本橋駅B2出口直結。16:00～料理21:30LO、ドリンク22:00LO（9月以降の土・日・祝は12:00から）、不定休（8月21日・悪天候日は休業）。中央区日本橋2-4-1 日本橋高島屋S.C. 本館屋上 ☎03・6665・0177 MAP P19 B-3



クラフトビールなどビール4種、7種のワイン  
ピュッフェ、カクテルなど多彩なドリンク



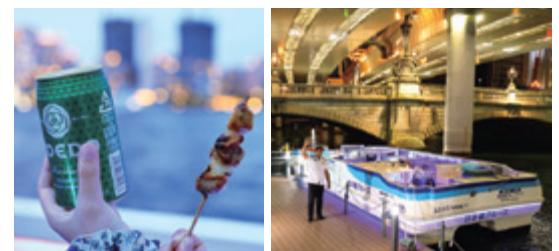
東京港コースでは東京スカイツリー遠望など、名所や高層ビル群を巡る

開催期間○公式サイトで要確認

## 日本橋クルーズ

日本橋発着、1時間前後の気軽な船旅が楽しめる周遊クルーズ。開放感抜群のオープン船からは、見慣れた景色と一味違う幻想的な東京の街並みを堪能できる。好きなお酒とおつまみを持ち寄って夕方や夜のクルーズを満喫するエキマチワーカーも増加中！ ユーモアあふれるリバーガイドを聞きながら、都会の騒がしさを抜けて優雅な一杯を。

三越前駅B6出口徒歩3分。サンセット・ナイトなどクルーズの運航は公式サイトで確認を。水休（屋根無し船のため雨天中止）。中央区日本橋1-9先（日本橋下） ☎03・5679・7311 MAP P19 B-3



右／日本橋はライトアップも美しい。この道27年の統括船長・中山さんと。左／飲食物持ち込み自由。水上の眺望をつまみに味わうビールは至高



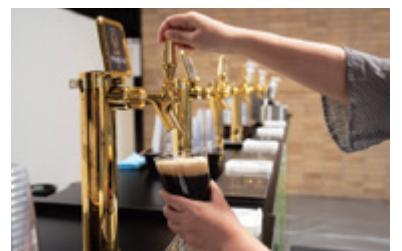
上／全140席のルーフトップテラス。多少の雨なら気にせず楽しめる  
下／ビアガーデンコース1人2時間5,500円（写真は2人分）。2人から

開催期間○9月30日まで

## 東京大手町 天空ビアガーデン Terrasse

2013年から開催しているビアガーデン「Terrasse」。ビル群に囲まれた天空のテラスはそよぐ風が心地いい。今年は「森」をテーマにした空間で、食器も木製を使用するなどナチュラルなムードを演出。料理は飲み放題付きのコースで全7皿。ビールによく合うソーセージやオニオンリングはもちろん、ボリネシアンポークやパイナップルライスなど、個性的なメニューも。

大手町駅E1・A4出口直結。17:00～19:30LO（木・金は21:00LO、土・日・祝は15:00～19:00LO）、8月は無休、9月は土・日・祝休（悪天候日は休業あり）。予約がおすすめ。千代田区大手町1-7-2 東京サンケイビル 4F（入り口は3階） ☎070・5589・3761 MAP P19 A-2



生ビール3種やワイン、ハイボール、サワーのほか、  
ノンアルコールのビールやカクテルなども充実



東京駅周辺の夜景を眺めながら乾杯！

開催期間○9月28日まで

## ポム・ダダン 屋外テラス 「丸ノ内ホテル アーバンテラス2024」

丸ノ内ホテル8階にある空中のオアシス空間で、都心の夜景を眺めながら楽しめるビアテラス。眼下に東京駅の電車発着の景色が広がるトレインビュースポットでもある。10人以上の大人数で楽しめるコース料理やフリーフロー（90分）はもちろん、少人数で気軽に楽しめるアラカルト料理やクラフトビールの用意もうれしい。

JR東京駅丸の内北口徒歩1分（地下通路直結）。18:00～21:30LO（フリー フロー最終入店は20:00まで）、日・月休（月曜が祝日の場合は日曜営業）。千代田区丸の内1-6-3 丸ノ内ホテル8F ☎03・3217・1117 MAP P19 B-2



右／ヒューガルデン ホワイト1,512円（左）、シュマツツ ラガー1,573円。左／ラムチョップ1,936円、ロメインレタスグリルシーザーサラダ（写真はMサイズ）2,420円。カバーチャージ1人500円

# エキマチ的○○図鑑

ほのかな香りで  
自分を印象付ける  
カード  
フレグランス



＼香りで第一印象アップ／

香十 東京店

めいし こう  
名私香 (右から白檀／伽羅／源氏の薰り)  
各440円

バッグや名刺入れに忍ばせてほのかな匂い移りを楽しむ「名私香」。香りは外見以上に相手の記憶に残るとされるため、ビジネスシーンでも活用したい。ウッディーな「白檀」、奥行きのある「伽羅」、甘さの中にミントが香る「源氏の薰り」など、爽やかな香りで好印象間違い無し！

JR東京駅八重洲地下中央口徒歩3分。10:00~20:00、無休（施設に準じる）。中央区八重洲2-1 八重洲地下街中2号  
☎03・3274・4006 MAP P19 B-3

シュッと擦るだけ  
着火具がいらない  
マッチ型お香



＼日常に10分間の休息を／

神保町いちのいち グランスタ丸の内店

hibi Osmanthus(金木犀)／和の香り ゆず  
レギュラーボックス 専用マット付き 各770円

着火具いらずで手軽に使えるお香スティック。マッチを擦るように火をつけ専用マットに置くと、自然な香りが立ち上る。燃え尽くるまでの約10分間、忙しない日常に心休まるひとときを。「和の香り」シリーズや、初秋にぴったりな金木犀の香りなど種類も豊富。

JR東京駅丸の内地下南口徒歩1分。10:00~21:00、無休（施設に準じる）。千代田区丸の内1-9-1グランスタ丸の内B1 改札外 ☎03・6551・2956 MAP P19 B-2  
※『神保町いちのいち 有楽町店』でも販売（MAP P19 C-2）

削って楽しみ  
心整える  
フレグランスバー



＼丸の内をイメージした香りも／

暮らしの香り 丸の内店

フレグランスバー No.100 1,980円  
器 moe ボーンチャイナ 6,050円  
グレーターA(アルミ) 440円

すずりのような器に入れたバーを削って柔らかな香りを広げる、ワックス状のフレグランス。その所作は暮らしに心地いいアクセントを付け、心を穏やかに整える。丸の内店限定の香り「No.100」は、石畳が美しい仲通りに風が吹く様を思わせる、都会的なオリエンタルノート。

JR東京駅地下中央口通路直通。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2-4-1 丸ビル4F  
☎03・6273・4877 MAP P19 B-2

フレグランスバーとグ  
レーターは各種あり

＼夢の中で台湾旅行へ／

P.Seven茶香水 誠品生活日本橋店

夢遊台灣 ピロースプレー 墾丁 4,250円

「夢の中で台湾旅行ができるように」とコロナ禍に生まれ、現地名が付けられたピロースプレー。枕はもちろん、カーテンに吹き掛けられ風に乗って香りが漂う。台湾南部のビーチリゾートをイメージした香り「垦丁」で、潮風をまぶたに浮かべて眠りに就くのはいかが？

三越前駅A8出口直結。11:00~20:00（土・日・祝は10:00から）、無休（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2F 誠品生活日本橋内  
☎03・6910・3969 MAP P19 A-3

台湾の  
海を感じる  
ピロースプレー



空気の圧力で精油を  
微粒子にする仕組み



すーっと  
深呼吸したくなる  
ブレンド精油



＼自然の香りで四季を感じ／

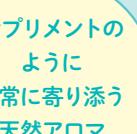
ほくろくそうすい  
北麓草水 KITTE丸の内店

エッセンシャルオイル 和薄荷 15mL 4,040円  
アロマディフューザー 9,900円

野草の力を取り入れたスキンケアブランドが届ける天然精油。夏限定の「和薄荷」は、清涼感の中にラベンダーの微かな甘さが鼻をかすめ、思わず深呼吸したくなる。8月21日からは秋限定「金木犀」（キンモクセイ）に入れ替わる。噴霧量を調整できるディフューザーで、香りを楽しんで。

JR東京駅丸の内南口徒歩1分。11:00~20:00、無休（施設に準じる）。千代田区丸の内2-7-2 KITTE丸の内4F ☎03・6256・0815 MAP P19 B-2

サプリメントの  
よう  
に  
日常に寄り添う  
天然アロマ



＼仕事中のリフレッシュに／

@aroma グランスタ東京店

エッセンシャルオイル Supplement air  
S10 エナジー 10mL 2,530円  
アロマストーンディフューザー ミニ 1,650円

日常の場面に合わせてブレンドし、心と体に効くサプリメントのような「Supplement air」シリーズ。シトラスやハーブの爽快な香り「エナジー」は、仕事が行き詰ったときの気分転換にぴったり！ ミニサイズのアロマストーンとセットで持ち運べば、出張先でのリフレッシュにも。

JR東京駅丸の内地下南口徒歩1分。10:00~21:00、無休（施設に準じる）。千代田区丸の内1-9-1 グランスタ東京B1 改札内  
☎03・6206・3464 MAP P19 B-2



## グランスタ東京

JR東京駅の地下1階・1階に広がるエキナカ商業施設。2024年4月にリニューアルオープンした地下1階の「スクエア ゼロエリア」内のお弁当・惣菜ゾーンの基本営業時間は、8:00～22:00（日・祝日は21:00まで）、無休。MAP P19 B-2



### 築地カイセンノドンの築地わくわく弁

「築地わくわく弁」2,980円は、名前の通り、わくわくする弁だ。マグロにウニ、イクラ、カニ、エビなどの高級な海の幸の中でも、存在感ナンバーワンは、やはり大きな殻付きアワビだろう。コリコリとした歯応えと、かみ切れる程度の軟らかさが、ウソ偽りないアワビだ。お値段な分、満足度はとても高い。

☎03・3287・7201



### 和牛の壱丁田の和牛ロースステーキ弁当

高級部位であるロース肉を豪快に柵取りした「和牛ロースステーキ弁当」3,780円は、精肉専門店「肉処 壱丁田」が厳選した肉を使用した贅沢なお弁当。丁寧に低温で火入れされた和牛の甘く、とろけるような口溶けが味わえる。和牛の下に隠れた玉ねぎソテーは、控えめだけれど、霜降り和牛とはベストマッチング。

☎03・6810・2356

# エキナカ\*ワンダーランド

東京駅の魅力を深掘りする本連載。

今回は「グランスタ東京」の地下1階にあるお弁当・惣菜ゾーンを散策します。



よかった。  
まだ残っていた



殻ごとバリバリ食べられる  
シンガポール名物

### オーベルジーヌのミートミックスカレー

テレビなどのメディアで「芸能人御用達のロケ弁」として紹介され、行列のできるカレー弁当店としても知られる「オーベルジーヌ」。「ミートミックスカレー」1,620円はホロホロの牛バラ肉、豚ロース肉、若鶏のモモ肉の3種のお肉が一度に味わえるお肉尽くしのお弁当。付け合わせのジャガイモは、バターで食べても、カレーに混ぜても。☎03・6810・0545



どれにしようか迷うけど……

時代とともに  
アップグレードした  
おにぎり



### TARO TOKYO ONIGIRIの静岡県産うなぎ 奈良漬け添え

米・塩・ノリを追求した創作おにぎり専門店が打ち出したのは「静岡県産うなぎ 奈良漬け添え」720円。脂が乗ったふわふわの国産ウナギと、築地の老舗漬物店「吉岡屋」の奈良漬けとのマリアージュがワンハンドで食べられる。別添えのノリのパリパリ感や、エゴマの爽やかな香り、サンショウのピリっとした辛みなど、脇を固める役者も憎い。☎03・6259・1717

ハエの頭のチャーハン?  
台湾伝統料理を  
いただきます

※「蠍頭炒飯」はテイクアウトのみで、イートインスペース用には別メニューを



### 台湾料理専門店 台湾101の蠍頭炒飯

お弁当・惣菜ゾーンにして、台湾の屋台の雰囲気が異彩を放つ台湾料理専門店。総菜売り場に並ぶ「蠍頭炒飯」880円（テイクアウト）は、ハエの頭という日本では考えられないような愉快なセンスだが、これはハエの頭ほどの大きさにカットして炒めた台湾伝統料理のこと。厚揚げ、ニラ、豚肉に交ざってピーナツの香ばしさが光る。☎03・5218・5511

今年4月のリニューアルでは、新規に7店がオープンした。7店を含む常設25店で、「期待値を超えるお弁当」と铭打った、「グランスタ東京新・限定弁当 GRANCH BENTO」を打ち出していく。どれも「グランスタ東京」でしか味わえない特別なお弁当となっている。優柔不断な私が、今回ばかりはゾーン内のうろうろタイムは短縮して、「GRANCH BENTO」に一目散!

### Mr.Chicken鶏飯店のチリクラブが入った贅沢チキンライスマッシュ弁当

東南アジア料理専門店からは、「チリクラブが入った贅沢チキンライスマッシュ弁当」1,512円だ。カニを丸ごと使ったチリクラブにはソフトシェルクラブを使用しているので、殻ごとバリバリ食べられる。鶏ガラと香味野菜のスープで炊き上げたシンガポールチキンライスは、ダークソースやチリソースをかけて自分好みにアレンジを。☎03・5860・3808

「期待値を超えるお弁当」に  
一目散！

## 今号のテーマ

スケジュール立てが下手で、タスクを翌日に繰り越してしまいます。「時間の使い方」が学べる本はありませんか？

## 最小の時間で最大の成果を出す思考法

発売50万部を突破した思考の本。一人当たりの業務負担が増えている昨今、ただ闇雲に時間を使っていても、疲労しパフォーマンスが低下するだけです。全てをやることは不可能なので、仕事に優先順位をつけ、本当に重要なこと以外は断る。「より少なく、しかしより良く」を目指すことが大切です。何を捨て、何に全力を注ぐのか、自ら選ばなければなりません。依頼を断り、相手の機嫌を損ねても、最高の仕事をすることで相手の敬意を手に入れることができます。エッセンシャル思考を身に付けることで、最小の時間で成果を最大にすることが可能となります。

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

ワーカーにピッタリの本をプロフェッショナルが紹介

## 書店員が選ぶ“この★冊”！

vol.14



『エッセンシャル思考』  
最少の時間で成果を最大にする  
(グレッグ・マキューン著、高橋璃子訳、かんき出版)  
1,760円

紹介してくれたのは



タロー書房

鈴木寛之さん  
(書店員歴30年)

好きな本

『認知バイアス  
心に潜む不思議な働き』  
鈴木宏昭著  
(講談社ブルーバックス)

エキマチワーカーに一言

金融、証券会社などが多いエリ  
アのため、ビジネス関係書籍の  
品ぞろえに力を入れています。



Photo=新谷敏司 Text=別役ちひろ

ちょっと気の利いたプチギフトを厳選して紹介。

## 1000円くらゐみやげ

vol.25

『&TOKYO』の  
「生ドーナツ」 プレーン、プリン、まぜそば 計1,198円

東京の“味”とコラボするユニークドーナツ

2024年2月末オープンした生ドーナツ専門店。生地にペースト状のカボチャを練り込み、高温の米油で短時間揚げることで、外はカリッと、中はフワッという口当たりの軽い食感を生み出している。店名に「&」を入れているのは、東京の企業とコラボした商品を作りたいというコンセプトからだ。ラインナップはプレーンのほか、馬喰横山のクラフトビール専門店「ニホンバシ・ブルワリー」で人気のプリンを再現した味わいや、人形町のラーメン店「駄目な隣人」のまぜそばをドーナツに載せた商品、1907年創業の「人形焼本舗 板倉屋」の手作りあんを使った「あんバター」や「あん生クリーム」など、こだわりとユニークな発想が光る。見た目も個性的でかわいらしい。



package

JR東京駅丸の内地下中央口改札外。  
8:00～22:00 (日・祝は21:00まで)、  
無休。千代田区丸の内1-9-1グラントスター  
丸の内 B1 ☎03・6812・2105 MAP  
P19 B-2

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.14

ジャン=ミッシェル・フォロン  
『月世界旅行』

1981年 フォロン財団  
©Fondation Folon, ADAGP/PARIS, 2024-2025

## 水彩画は繊細さが命だ

画材のことを少し知っているだけで、絵を見る楽しみが増える。絵の具の種類によって、描写の仕方や効果が違うからだ。フォロンは水彩絵の具を好んだ。油絵にはない水彩画の大きな特徴の一つが「にじみ」である。この技法を使いこなすのは簡単ではないが、うまく使えばその効果は絶大だ。フォロンは水と絵の具を巧みにコントロールして、「にじみ」による美しいグラデーションを作り上げた。透明感があって軽やかだが、幻想的で深みのある色合いを見事に表現している。

## アートのミカタ



ベルギー出身の  
フォロンは20世  
紀最高のイラスト  
レーターの一人  
だ。その作品は世  
界中で愛された



この作品が観られる展覧会は……

東京ステーションギャラリー ●2024年7月13日(土)～9月23日(月)  
「空想旅行案内人 ジャン=ミッシェル・フォロン」

一般1,500円

JR東京駅丸の内北口改札前。千代田区丸の内1-9-1 MAP P19 B-2

Photo=新谷敏司 Text=富田章

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。

## 今日のくつろぎランチ

chinese kitchen MIDORI

vol.25

## 肉々しい大ぶりのシューマイ

八重洲の老舗中華「泰興樓」の姉妹店の料理長が独立し、2024年1月にオープンした店。名物の「シュウマイ」は、2種類の大きさの豚ひき肉と粗みじんにした玉ねぎに貝柱でうま味を加えている。大ぶりで肉々しく食べ応えのある逸品。台湾名物の「ルーローハン」は、豚肩ロースをほろりとなるまで甘辛く煮込んでいて、ご飯が進んでしまう。日本人が食べやすいようにスパイスは控えめに仕上げているのが特徴。セットの杏仁豆腐は、糸寒天とゼラチンを混ぜ合わせていて、程よい固さで口当たりも滑らか。あんずジャムの甘さもちょうどいい。



上海の路地裏をイメージした店内



Illustration=稻月ちは Text=別役ちひろ

日本橋駅A7出口 徒歩2分。11:30～14:00、17:30～  
21:45フードLO・22:00ドリンクLO(土は20:30フード・  
ドリンクLO)、日・祝休。中央区八重洲1-4-16八重仲ダイ  
ニングB1 ☎03・6281・9205 MAP P19 B-3

**vol.3 大人の社会科見学**

大人だって知りたいもん!  
福田裕美 30代女性トレーナー

場所は江戸時代の薬問屋街 日本橋本町  
2階受付でICチップ内蔵のメダルが渡されます  
入り口の雰囲気もかわいい～  
このメダルはカナルエントリーで情報を入力すると館内でお使いいただけます。  
押した時に回ったジグザグの操作もワクワク  
わあ 宇宙船みたい!  
わあ 宇宙船みたい!  
わあ 宇宙船みたい!

くすりミュージアム 展示エリア  
館内には22のスポットがあり、各スポットでメダルを使って操作します。実際の研究器具やくすりにまつわるアイテムもたくさん!  
当館はくすりについて楽しく学べる「体験型」施設です。ぜひゆっくりとお楽しみください。

くすりを組み立てる  
ドラッグデザインを体験  
くすりの長い旅  
1つのくすりができるまで長いと20年近くかかることがあります。  
解説しながら研究や開発のプロセスを学ぶ  
くすりのはたらき  
別院さん! 負けませんよ!  
くすりが体内の細胞にどう作用して働くかを学ぶ  
くすりシアター  
がん治療薬やワクチンの研究、体への作用を学ぶ  
くすりの動き  
あおっ! 内臓が光って分かりやすい! くすりもヒトの体もすごいな～!  
くすりの摂取、作用、排出までの流れを学ぶ  
ようこそくすりの世界へ  
子どもたちに向けた「薬育」として全国の学校からご来館されるほか、幅広い年齢層のお客さまに楽しんでいただいています。いつの時代も社会と共にある「くすり」。どのように生まれ出され、どのように役割を果たしているのか、正しい情報を発信していくことで、皆さまのくすりへの興味や関心、安心につながることを願っています。  
ぜひお気軽に立ち寄りください。

いや～面白かったです!!  
「くすり」という専門性の高いテーマがら難しくて緊張感のある空間をイメージしましたが、気付けば童心に帰って樂しく学んでいました。長い歴史を経て、研究のバトンをつなぐ生産者の皆さまの想いにも月胸が熱くなります。  
知らないなかたくすりの世界、思わずみんなに教えたくなりますね!

だいいちさんきょう  
Daiichi Sankyoくすりミュージアム○三越前駅A10出口徒歩2分10:00～12:00～14:00～16:00～開催(見学目安時間約1時間30分)、要予約。月曜、年末年始休(月曜が祝日・振替休日の場合は開館、翌日休館)。中央区日本橋本町3-5-1。  
☎03-6225-1133。  
無料。予約はHPから。  
MAP P19 A-3

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!

奥田さんのとある勤務の日

5:00	起床。コーヒーを飲みながら身支度。ベランダの植物の水遣りは忘れない。
6:30	バスと電車で通勤。車中では韓国ドラマやサスペンス映画を視聴。
8:00	開店。一日のうちでお客様が一番多い時間帯なので、朝からの確かな対応を心掛ける。
13:00	近隣の飲食店でランチ。麺類が好きで、最近は韓国料理の「グクス」がお気に入り。
15:00	ラウンジの運営・管理者である日本ホテル(株)と連絡。「報・連・相」は欠かさない。
18:30	退社後帰宅。ランチは外食が常なので、温野菜など野菜を中心としたメニューで夕食。
20:30	好きな入浴剤を入れて入浴後、家族との団らん。朝話せない分、この時間が大切。

Photo=新谷敏司 Text=別役ひろ



奥田 裕美さん



保温・保冷機能付きの水筒に好きなハーブティーを入れて持ち歩いている。

Q 接客で大事にされていることはなんですか。

A 出発までの限られた時間、お客様にゆったり・優雅にくつろいでいただけるよう、振る舞いや受け答えする話し方・声のトーンなどもゆとりを持つよう心掛けています。

Q この職場を選ばれたきっかけはなんですか。

A もともと旅行会社で添乗員をしており、その経験を生かせると思い、オープニングスタッフに応募しました。

Q 5年後の展望を教えてください。

A 今までと変わらず心地よく、その人のニーズをいち早く察知するサービスを目指します。

東京駅は日本の中心の駅  
パワーとエネルギーにあふれています

編集部が未来を少し思い描いて……  
今号の  
ここに体験しちゃいました  
Vol.13

編集・ライター  
盛山の場合



完成した手拭い。  
染料のにじみ具合も一期一会

ちゅうせん

注染体験で長年使える「マイ手拭い」を

実家で祖父母が愛用していた手拭い。幼い頃、ちょっぴり古くさい存在に思っていました。そんな私が日本橋で出会ったのが、現代の暮らしになじむ手拭いブランド「にじゅら」です。店内を彩る小粋でポップな手拭いに一目ぼれ。ここで本格的な「注染」体験ができるのを知り、挑戦しました。のり書きをして、染料を注いで、乾かして……と、職人気分で染め上げたマイ手拭いは、その「にじみ」や「ゆらぎ」さえもいとおしい! 早速使い道を調べると、ハンカチにしたり首に巻いたり、風呂敷代わりにしたりと、数え切れないほど。昔ながらの暮らしの知恵が詰まったサステナブルなアイテムだと知りました。使い込むほどに柔らかくなる風合いの変化も楽しみながら、くたくたの雑巾になる日まで使い込みます!

『にじゅら 日本橋店』の  
注染体験フルコース (90分 4,950円)

三越前駅A8出口直結。11:00～20:00(土・日・祝は10:00から)、無休(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 2F 誠品生活日本橋店内 ☎03-6225-2035 MAP P19 A-3

Photo=にじゅら日本橋店(提供)、新谷敏司 Illustration=福田希美 Text=盛山円香

新潟の魅力に触れられる  
「銀座・新潟情報館 THE NIIGATA」  
グランドオープン  
**2024年8月8日グランドオープン**  
◎中央区銀座5-6-7



新潟県が誇る特産品や工芸品など、魅力ある商品がいっぱい！ 地下1階には移住相談窓口、3階にはイベントスペースも。 <https://the-niigata.jp/>

新潟県アンテナショップ「銀座・新潟情報館 THE NIIGATA」が銀座にオープン。1階のショップには、新潟米のおにぎりをはじめ、新潟産の野菜や果物、日本海の海産物などえりすぐりの商品が並ぶ。2階は蔵元数日本一を誇る新潟清酒を取りそろえ、有料試飲コーナーでは約40種類の中からAIソムリエが気分や好みに合ったお酒を提案してくれる。先行オープンしているレストランとともに新潟のグルメを味わいたい。 ●☎03・6280・6635 (THE NIIGATA事務局)

東京駅を望むテラスでビールを堪能  
「BEER TERRACE in (marunouchi) HOUSE 2024」開催中

**2024年9月30日まで(予定)**  
◎新丸ビル7階 丸の内ハウス



気持ちのいい風を感じる開放的なテラスは夕涼みにもってこい。キンキンに冷えたビールで喉を潤して、暑い夏を快適に過ごそう。

今年4月に17周年を迎え、多種多様な12店舗が元気に営業する丸の内ハウスで、夏の名物企画を開催。期間中はこだわりのクラフトビールや話題のノンアルコールドリンクなどに合わせて、各店舗が本企画のために考案したメニューを販売する。また、毎週金曜日にはテラスにDJブースを設置し、丸の内ハウスならではの大人時間も提供してくれる。東京駅丸の内駅舎を一望できるテラス席で夏の夜を楽しもう。

●☎03・5218・5100 (丸の内コールセンター)

浴衣を着て街へと繰り出そう！  
「ECO EDO 日本橋 2024  
～五感で楽しむ、江戸の涼～」開催中

**2024年9月1日まで**  
◎日本橋、八重洲、京橋エリア



福徳神社横の「森の風鈴小径」とCOREDO室町テラスのけやき広場には風鈴スポットが登場！ 19:00～23:00 (予定)にはライトアップも。

江戸時代に育まれたエコな日本人の生活の知恵を活用した夏の過ごし方を提案する日本橋の恒例イベント。今年は「浴衣で楽しめるまち日本橋」をテーマに多彩な催しを実施。浴衣の着付け&レンタルサービスを行う「日本橋ゆかたステーション」が拡大するほか、夏グルメと納涼グッズをそろえた「ecoedoメニュー」の展開。さらには約200個の江戸風鈴が並ぶ「夏を奏でる風鈴スポット」も。この夏は浴衣を着て日本橋を散策しよう。 ●☎03・3242・0010 (日本橋案内所)

人類の海への挑戦の歴史をたどる  
特別展示「海の人類史—パイオニアたちの100万年」開催中  
**2024年10月6日まで**  
◎インターメディアテク



沖縄で見つかった世界最古の釣り針や縄文遺跡から出土したマグロの骨などを展示。祖先たちが繰り広げた海への挑戦のドラマを垣間見られる。

東京大学が1877年の開学以来収集してきた膨大な学術標本を展示するインターメディアテク。今回の特別展示では、旧石器時代から現代に至るまで、人類の海に対する100万年の挑戦史を、学問とアートを融合させる独自の手法で展示する。二部から成り、一部では原人から縄文人までの海洋進出について紹介し、二部では造船や海洋環境を守る取り組み、現在の最先端技術について取り上げる。入館無料。 ●☎050・5541・8600 (ハローダイヤル)

夏の終わりの踊り納めは京橋で！  
「京橋盆踊り」開催

**2024年8月30・31日**  
◎京橋中央ひろば



『東京音頭』や『炭坑節』などが都心のオフィス街に響きわたり会場は熱気に包まる。18:30～20:30 (緑日・屋台は30日17:00～、31日15:00～)

都心のオフィス街にやぐらが出現し、仕事帰りの会社員も多く立ち寄る「京橋盆踊り」が、京橋エドグラン1階にある京橋中央ひろばで開催。中央区で行われている盆踊りの定番ナンバーに、プロの和楽器奏者による太鼓や笛の演奏も加わり、ちょっぴり贅沢な盆踊りを楽しめる。柳通り側では近隣の飲食店などが出店する屋台ブースや昔懐かしい縁日ブースも並び、子どもから大人までにぎやかな夏の一夜を過ごせる。 <https://www.edogrand.tokyo/>

日常のあるものが意外なものに大変身!?  
「田中達也展 みたてのくみたて」開催中

**2024年8月28日まで**  
◎日本橋高島屋S.C.本館 8階ホール



パンケースやケーキを連ねて列車に見立てた作品。思わずクスクッと笑える、ユニークなアイデアに脱帽だ。当日券一般1,200円。8月21日は休館。

ミニチュア写真家の田中達也は、日常にあるものを別の物に見立てたアート「MINIATURE CALENDAR」をインスタグラムで毎日発表し続けている。例えば、丸眼鏡を自転車の車輪に見立てるといった目からうろこの発想と、言葉遊びを交えたタイトルが面白い。本展では日本初公開のミニチュア作品約160点を展示。全ての作品が撮影可能で、鑑賞しながら自身もミニチュア写真家になった気分で撮影を楽しめる。 <https://www.takashimaya.co.jp/nihombashi/>

八重色に光る約100基の灯籠による  
東京駅の夕涼み体験  
「宵路灯籠（よいみちとうろう）2024」開催

**2024年8月23日～9月8日まで**  
◎東京駅八重洲口改札外 グランルーフ2F  
「グランルーフガーデン」



宵の夜に浮かぶ灯籠の光によってグランルーフ全体がヒーリングスポットに。仕事終わりに暑さを和らげる夕涼みに出かけてみては。

JR東京駅八重洲口にあるグランルーフガーデンにて、3年目となる灯籠イベントを開催。今年は「ヤエイログラス」をテーマに、8種の江戸切子紋様の灯籠や、八重色の光を楽しむ体験型コンテンツを多数設置。幻想的な光の演出による、癒やしの空間を堪能しよう。また期間中の金・土曜限定で、幻想的なムードをより一層引き立てる「手持ち提灯」を借りることもできる。入場無料。点灯は17時～23時。

映画界の新たな才能を発掘  
「第46回ぴあフィルムフェスティバル2024」開催

**2024年9月7～21日**  
◎国立映画アーカイブ



現在第一線で活躍する映画監督を輩出している、歴史ある映画祭。今年はどうなんですか？ 映画が上映されるのが楽しみだ。

映画界の新たな才能を発掘し、若手映画作家を育成する目的で、1977年にスタートした映画祭。メインプログラムは誰でも応募できる自主映画のコンペティション「PFFアワード」。今年は若い世代の応募が増加し、全692の応募から入選した作品が上映される。そのほか、ユニークな特集上映や映画人をゲストに招いたイベントも。新しい映画表現に出会える素晴らしい機会だ。月曜休館。<https://pff.jp/> ●☎03・5774・5296 (一般社団法人PFF)



## NEXT ISSUE

Vol.57

2024年10月10日発行予定

## 特集 エキマチ流 アートの秋(仮)

※都合により内容を変更する場合があります。

アンケート回答は  
コチラから

## TOKYO TORCH Park 錦鯉が泳ぐ池

02:20 PM

写真=木村心保  
MAP P19 A-3

2024.8.10

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、篠谷典子、別役ひろ  
デザイン／堀図案室 表紙協力／日本橋水菓店  
表紙・裏表紙撮影／田中秀典

※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。  
※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2024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事業部☎03・6831・6630へ。