

多摩モノレールで、沿線ライフをもっと楽しく

たまモノ

10

Oct. 2026
Vol. 170

気になるあの駅／あの街／となり街
程久保駅～高幡不動駅
京王線 百草園駅

沿線しごと図鑑
大学職員のしごと

フォトコレ今むかし
玉川上水駅周辺

国営昭和記念公園
花だより たまモノ出張版
コスモスまつり、開催中！

沿線イベントニュース

多摩モノレールからのお知らせ

特集
たまモノ流
ゆるっとストック術

Eat! Local Food



AMEKAZE GREEN SPRINGS TACHIKAWA

たまモノ流 ゆるっと ストック術

食べて、
足して、
くると
ゆるっと



最近、なにかと気になる「もしも」への備え。

いつもの食品を少し多めに買って、食べたまま買い足す。
長く保存できる、おいしいお気に入りを見つけて、
毎日の暮らしの中で
気軽にローリングストックをはじめませんか？



お米の香りと 笑顔が溢れるお店

全国から30種類以上のお米を取り扱い、好みにあったお米を提案してくれるお米マイスターのお店。農家さんとの人脈から、旬の農産物も多く並びます。梅と塩だけで作る昔ながらの梅干しは人気商品。土曜日限定「お米屋さんのおにぎり」もおすすめ。

Point
秋のおすすめは渋柿。皮をむいて熱湯で消毒、数日吊るすと干し柿に。



〔玉川上水駅〕
味のガンコ米本舗 山崎商店
桜ヶ丘支店

東大和市桜ヶ丘3-44-17 6-104
①月～金の10:00～19:00
(土・祝は10:00～17:00)
☎042-562-8755
🚗玉川上水駅より徒歩2分 ㊿日



平时にこそストックしたい 情報と体験

立川防災館は、災害時に役立つ防災行動力を身につける体験学習施設。防災ミニシアター、火災時の煙体験室、今春リニューアルした地震体験室での疑似体験は貴重な経験になります。今からストックできるモノやコト、確認しましょう。

Point
防災グッズも販売されていますので、自宅の備えを再チェックしてみてください。



〔高松駅〕
立川防災館

立川市泉町1156-1
①9:00～17:00 ☎042-521-1119
🚗高松駅より徒歩15分
㊿木・第3金(祝日の場合はその翌平日)
※10/1(木)は都民の日のため閉館



実際に起こった地震の揺れを再現することのできる最新の地震体験室。手前のガラス面にアニメが投影され、臨場感を持って災害時の心構えを学ぶことができます。

Point
味噌漬けは伝統的な保存食。薄くスライスしてご飯やお酒のお供に。

愛され続ける 万能調味料

味噌・醤油・漬物など伝統食品の量り売りの店として昭和3年に創業した石坂商店。看板商品の「もとだれ」は超特選醤油とかつお節、みりんをベースにした万能調味料です。成分が濃厚なため冷蔵は不要。希釈によってアレンジレシピは無限です。



〔立川北駅〕
もとだれ総本舗
石坂商店

立川市曙町2-32-5
①10:00～19:00
☎0120-063-339
🚗立川北駅より徒歩7分
㊿日・祝



米菓は効率の良い エネルギー源

高幡不動尊に向かう参道の左手に構える開運堂。国産のうるち米を使用した、鯉や昆布の旨味たっぷりの手焼き煎餅は、醤油や海苔といった定番から梅ザラメや生薑といった個性派までがずらりと並びます。きっと、お不動様もお好きなのは。

Point
お煎餅の大敵は湿度！長期保存を考えるなら個別包装がオススメ。



〔高幡不動駅〕
不動せんべい開運堂

日野市高幡1-7
①10:00～16:00
☎042-594-2211
🚗高幡不動駅より徒歩5分
㊿不定休



ローカルの 美味しさに出会おう

地方の優れた商品を発掘し、提案してくれるローカルフードセレクトショップ。今回は使い勝手の良いスープ類に注目です。炒め物やチャーハンの味付け、パスタソースのベースとしても活用できるので、いろんな味を試してみたいのが嬉しい。

Point
ストックにも、遠出のお出かけにも。ひとロサイズの羊羹がお役立ち。



〔立川北駅〕
AMEKAZE
GREEN SPRINGS
TACHIKAWA

立川市緑町3-1 GREEN SPRINGS E1-103
①10:00～20:00 ☎042-506-0270
🚗立川北駅より徒歩5分 ㊿施設に準ずる



読者
プレゼント
あります！
詳しくは裏表紙へ



アレンジ次第で 食事にもおやつにも

しっとり、もちもちで食べ応えのある食感とヘルシーなイメージで再注目されているベーグル。実は冷凍で2か月保存が効くものをご存知ですか？ AFFIDAMENTO BAGELは天然酵母と厳選した北海道小麦100%にこだわり丁寧に焼き上げたベーグル専門店です。

Point
店頭限定お得な冷凍セットも販売中。美味しい温め方やレシピも参考にしてください。

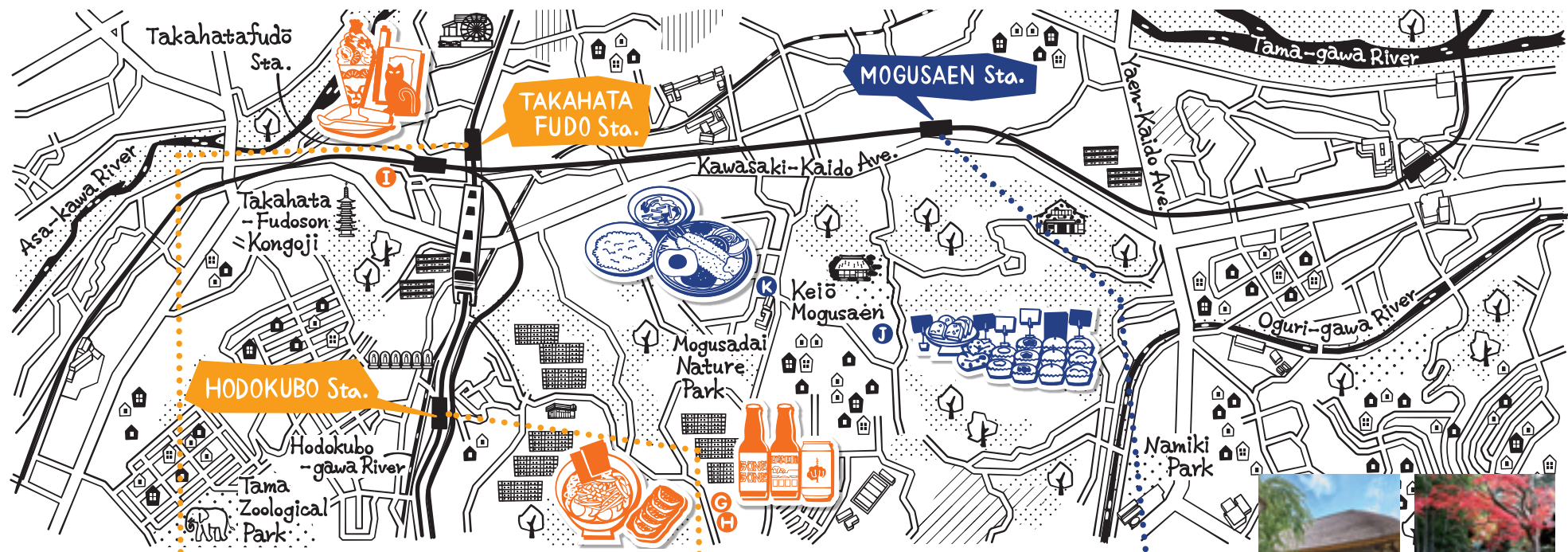


〔多摩センター駅〕
AFFIDAMENTO
BAGEL
多摩市山王下1-12-12 福満ビル2F
①土・日の9:00～17:00
☎03-6820-5325
🚗多摩センター駅より徒歩7分



読者
プレゼント
あります！
詳しくは裏表紙へ





高幡不動駅・

四季を通じてにぎわいをみせる高幡不動尊金剛寺の最寄り駅。参道には老舗の和菓子店や飲食店が並びます。紅葉の名所としても親しまれる高幡不動尊では、11月下旬よりもみじまつりを開催予定(詳細はtakahatafudosen.or.jp)。

紅葉写真提供：高幡不動尊金剛寺



程久保駅

程久保川沿いに位置し、両側を丘に挟まれた駅。のどかな丘陵風景が特徴です。



京王線 百草園駅

駅名は同名の庭園に由来。江戸時代から親しまれる名園で、毎年11月中旬より紅葉まつりが開催されます(詳細はkeio-mogusaen.jp)。

紅葉写真提供：京王百草園

程久保駅・高幡不動駅からのアクセスは…高幡不動駅から京王線に乗り換え。

程久保駅～高幡不動駅

起伏に富んだこの一帯は秋のお散歩にうってつけ。京王線の百草園駅にも足を伸ばします。味わい深い老舗と新しい風が交差する面白いエリアでした。紅葉名所のイベントも楽しみです。



はっぴいてらす

日野市百草860-1
①木・土の11:00～16:00
※そのほか、不定期営業日はInstagramを確認
☑百草園駅より徒歩13分



木々と花々に囲まれた新しいコミュニティカフェ

豊かな自然に囲まれたロジック風のカフェ。店主の田代さんはこの場所に惚れ込み1年半前にオープン。ずらりと並んだパンから好みを選びスイーツやサラダといただくランチセットが人気です。ワークショップや演奏会などイベントにも意欲的。地域の新しいコミュニティとして期待です。



レストラン デリス

日野市三沢2-52-2
①11:00～14:30、17:00～19:30
(火は11:30開店)
☎042-591-7013
☑百草園駅より徒歩15分
☑日



オープン43年、昭和の面影を感じる洋食店

坂の上の住宅街で営まれる洋食店。名物の「チキンカツデリス風」はこんがり揚がった鶏むね肉に醤油ベースの玉ねぎソースが絡みます。お肉自体がガリッパターを包んでいるので味わい濃厚。ごはんが進みます。看板や内装も造り物ではないレトロ感。いつまでも続いてほしいお店です。



珈琲はうす あんず村

日野市高幡3-23
YSビル2F
①10:00～20:00
☎042-592-7500
☑高幡不動駅より徒歩5分
☑火・第1月



オープン46年、街を見守り続ける老舗喫茶

高幡不動エリアで喫茶店、といえはまず名前の上が老舗。名物は「どんすば」。どんぶりに入った熱々のスープパスタです。サンドイッチとサラダが付いたランチセットでぜひ。らくがき帳や呼び出しの鈴など、懐かしの喫茶店アイテムも心憎く、つい時間を忘れて過ごしてしまいうような空間です。

ら～めん治 -はる- らいおん百草店

日野市百草999 百草団地2-8-1号棟112 ①11:00～19:00(水・金は11:00～14:00) ☎042-594-7399
☑程久保駅より徒歩20分または高幡不動駅より京王バス「百草センター」下車徒歩1分 ☑月・最終日曜



並んでも食べてたい！団地のラーメン屋さん

日野醸造所の数軒となり、行列ができるラーメン店。府中の人気店「らいおん」元店長の小川さんが14年前にオープンしました。看板メニューの「らいおんらめん」は濃厚スープに中太麺が絶妙に絡む一杯。トッピングの辛味ネギやチャーシューとの相性抜群です。旨味と甘みが際立つ餃子も◎。

日野醸造所

日野市百草999 百草団地2-8-1号棟107
☑程久保駅より徒歩20分または高幡不動駅より京王バス「百草センター」下車徒歩1分
※営業日はInstagramを確認



ベストのビールを追い求める団地の醸造所
百草団地商店街の一角で醸造家の本間さんが運営。直売所も兼ねており、「多分日本一古い」ビールや多摩エリアの特産物を用いた銘柄などが購入できます。本間さん曰く、ビール作りとは「麦芽とホップと酵母からベストな組み合わせを見つけるゲーム」。作り手の楽しみが伝わる一杯、お試しください。





TAMATAMA FESTIVAL 2026

多摩センター駅周辺エリアを舞台に、プロと市民がコラボレーションしながら作り上げる、ユニークかつ大規模なポップカルチャーの文化祭イベント。

10/17(土)・18(日)

パルテノン大通り、パルテノン多摩、多摩中央公園
多摩センター駅
NiNW株式会社、京王電鉄株式会社



第18回村山デエドラまつり

市民と市が一体となり、にぎわいを生む市内最大のまつり。デエドラポッチをモチーフにしたデエドラ山車が登場するパレードも必見です。

11/14(土)・15(日)

イオンモールむさし村山臨時駐車場
玉川上水駅などよりバス
右記公式サイト「お問い合わせ」フォーム



沿線イベントニュース

本格的な秋のお祭シーズン到来です。地域伝統のものから市民参加型までさまざま。多摩モノレールに乗って、ぜひお出かけください。



第55回高幡不動尊菊まつり

日野市をはじめ多摩地域5市の菊愛好家が大菊、懸崖、盆栽、切花など約1,000鉢の菊花を出品。特別展示や菊の販売もあります。

10/28(水)~11/17(火)

高幡不動尊金剛寺
高幡不動駅
042-591-0032



たちかわ楽市2026

人と人、地域、都市とを結び、活気溢れるまちの賑わいの創出を目指す市民主導の参加型総合イベント。4つの祭が同時開催されます。

11/14(土)・15(日)

国営昭和記念公園 みどりの文化ゾーン ゆめひろば
立川北駅 042-526-1312
(平日9:00~17:00)
たちかわ楽市実行委員会事務局



第53回瑞穂町産業まつり

おいしいグルメの模擬店、新鮮野菜の販売、ステージでの演奏やダンスなど盛りだくさんの2日間。町の公式キャラクター「みずほまる」も来るよ！

11/14(土)・15(日)

瑞穂町第2グラウンド
(※例年と会場が異なります)
JR八高線 箱根ヶ崎駅
042-557-7633
瑞穂町産業まつり実行委員会事務局



第12回都立動物園アフリカフェア

多摩動物公園では、アフリカ各国の自然や文化、野生動物などを紹介し、アフリカを身近に感じてもらえるようなイベントを開催します。

11/22(日)・23(月・祝)

多摩動物公園
多摩動物公園駅
042-591-1611



多摩モノレールからのお知らせ

新発売

「2027年 多摩モノレールカレンダー」販売中！

「第19回 多摩モノレール写真コンクール」の受賞作品で構成されています。多摩モノレールと沿線地域、箱根ヶ崎方面への延伸地域（武蔵村山市・瑞穂町）の魅力がたくさん詰まったカレンダーです。

販売価格 900円(税込)

販売場所 ●セブン-イレブン多摩モノレール駅構内店舗
多摩センター駅、中央大学・明星大学駅、立川南駅、立川北駅(2店舗)、玉川上水駅、上北台駅
●たましん美術館
●はとマルシェOnline(通信販売)
●多摩モノレール公式HP(通信販売)
※通信販売は送料が別途かかります。



「第19回 多摩モノレール写真コンクール」最優秀賞に輝いた『月を見て』(吉田忠司様)。沈みゆく満月と朝日に照らされたモノレールが繊りなす、美しく幻想的な風景を捉えた一枚が表紙を飾ります。



フォロー6,000人達成！
ありがとうございます！



公式HP
tama-monorail.co.jp



X
@tamamono_info



Instagram
@tama_monorail

大学職員のしごと



中央大学の金井さんです。一緒にいるのは大学マスコットキャラクターのチュー王子。

金井 尚也さん(総務部校友課)

自身も同学に学び、卒業後職員の道へ。学部事務室や役員秘書を経て現職。卒業生対応が主で、データ管理や寄付の受け入れなどを行っています。現在は10/25(日)に開催される卒業生向けイベント・ホームカミングデー準備の真っ最中。

ある1日のスケジュール ※イベント前の繁忙期

08:30	出勤	14:00	担当常任理事との打ち合わせ
09:00	始業・メールチェック・課内ミーティング	15:00	ホームカミングデー実行委員会
10:00	ホームカミングデー実行委員会委員長と打ち合わせ	17:00	委員会後処理
12:00	昼休憩	19:00	退勤
13:00	大学への寄付者対応(遺贈のご相談など)		

ここ数年は学生よりも卒業生との接点が多く、大学職員の業務の幅の広さを感じているそう。「先輩方から『中央大学を卒業してよかった』という言葉をいただくと、本学の歩みや伝統の厚みを感じて気が引き締まります」

中央大学の情報は
こちらから！



沿線
しごと
鑑



ホームカミングデーは卒業生以外も大歓迎。「地域の方々とつながりをつくる機会だと思っています」



仕事のモットーは「みんな仲良く」。この日も課員総出でイベントメイン会場の状態をチェック。「キャンパスは広くアップダウンもあるため、実際に来場される方の視点に立てて考えることを心がけています」

フォトコレ今むかし

玉川上水駅周辺

現在、多摩モノレールの下を通る芋窪街道。モノレールが通する前は西武拝島線と踏切で交差していました。



①1970年(昭和45年)ごろ、現在の佼成霊園側(北西側)からの撮影。真ん中の踏切を左右に横切っているのが芋窪街道です。左奥には西武拝島線の玉川上水駅、右側には玉川上水沿いの木々が確認できます。



②同じ踏切を北側から撮影したもの。写真奥が現在のJR立川駅方面です。2台続けてこちらに向かっているバスは立22系統・村山団地行き。1980年前後(昭和50年代)の撮影と推測されます。



現在の芋窪街道は、アンダーパスで西武拝島線玉川上水駅の下をくぐる構造になっています。

写真提供：①武蔵村山市立歴史民俗資料館、②立川印刷所
記事協力：立川市市史編さん室



photo:Ken Narahashi

国営昭和記念公園 花だより たまモノ出張版

コスモスまつり、開催中！



今まさに、秋の花々がさわやかに咲き誇っています。それぞれ10月中旬あたりまでが見頃。まつりは10/25(日)まで開催中で、撮影イベントも予定されています。



コスモス'センセーション'&赤ソバ
@みんなの原っぱ(東花畑)



コキア
@ハーブの丘



秋のブーケガーデン
@みんなの原っぱ(南花畑)



シャボン玉のフォトジェニックタイム
@みんなの原っぱ(東花畑)

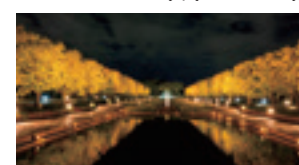
※開花状況により実施日変更の場合あり

見頃は年によって変化します。昭和記念公園「花だより」のページをご確認ください。

日中は「紅葉・紅葉まつり」同時開催

夜間イベント「秋の夜散歩2026」

こちらも毎年秋のお楽しみ、幻想的な夜の紅葉。10/29(木)~11/29(日)開催です。※ライトアップは16:30~20:30



カナールのイチョウ並木



日本庭園



国営昭和記念公園

立川市緑町3173 9:30~17:00(11月は16:30閉園)
※「秋の夜散歩」期間中は21:00閉園 042-528-1751
立川北駅より徒歩8分(あけぼの口) ㊤なし

Present

今号のプレゼント

※プレゼントの写真はイメージです。



AMEKAZE
GREEN SPRINGS TACHIKAWA
食べるオイル
人気3点セット

3名様

食べるオリーブオイル、食べる和風ごま油、食べるラー油をセットでプレゼント。アレンジレシピは無限大です。



AFFIDAMENTO BAGEL
人気ベーグル
6個セット

3名様

人気ベーグル6個セットです。もっちりとした食感と小麦本来の豊かな風味が魅力。冷凍で2か月保存できます♪



日野醸造所
オリジナルクラフトビール
3本セット

3名様

個性的なクラフトビールを3本セットでお送りします。季節限定商品のため、何が届くかは楽しみに！

応募方法

応募締切 2026年11月20日(金)

[Webで応募]

- 二次元コードからアクセス
携帯端末のカメラで右の二次元コードを読み取り
プレゼント応募フォームへ
- URLからアクセス
tamamono-present.comのURLから
プレゼント応募フォームへ



[ハガキで応募]

- 氏名
- 郵便番号
- 住所
- 電話番号
- 年齢
- 性別
- 職業
- 希望のプレゼント番号
- 今号で面白かった記事
- 本誌へのご意見・ご感想
- モノレール沿線の新情報(開店情報・イベント情報・おすすめスポットなど)
- 本誌の入手先(駅名・新聞広告・チラシなど)

[ハガキ送り先] 〒105-0022

東京都港区海岸1-11-1 ニューピア竹芝ノースタワー5F
株式会社バドインターナショナル「たまモノ170号プレゼント係」まで

※Webは締切当日の23:59まで、ハガキは当日消印有効
※当選発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。



発行/多摩都市モノレール株式会社
〒190-0015 東京都立川市京町1078-92
☎042-526-7800(代)

企画/株式会社バドインターナショナル
たまモノ編集部

編集/川中 雄平 高島 亜衣

デザイン/野田 由美

イラスト/志賀 あき

写真/山田 圭介 綿谷 和智 高橋 幸裕
角田 美雪

PR/タマオ

印刷/町田印刷株式会社

たまモノは
偶数月発行

次号は
2026年
12月1日(火)
発行予定

バックナンバーは
こちらから！



※ 本誌掲載情報は2026年9月取材時のものです。
尚、店舗の都合により店舗情報が変更になる場合がございます。
● 原則としてGW、お盆、年末年始を除く定休日のみを記載しています。
● 本誌掲載の価格は税込みです。
● 本誌面上でのプレゼントやイベントのご応募により収集した個人情報は、プレゼントの発送・イベント管理のみに使用いたします。
● 掲載情報についてのお問い合わせは、株式会社バドインターナショナル ☎03-6857-0813まで。