

Tamamono

多摩モノレールのフリーペーパー

www.tama-monorail.co.jp

10

2020 vol.134

- ・地域の「名店の味」を、おうちで楽しもう！
- ・店主が教えるレシピで、自宅で簡単プロの味！
- ・オンライン配信&レッスン
- ・多摩モノレール沿線のテレワークスペース
- ・Tamamono news
- ・多摩モノレールとあそぼ×PLAY! MUSEUM





テイクアウトメニューの「鮮魚と日野菜の天ぷら」950円。旬の野菜や魚を使うので、季節ごとに異なるそう。万願寺唐辛子や日野の白ナスを添塩でいただけます。

04 高幡不動駅 地酒と多摩野菜が味わえる大人の隠れ屋 居酒屋たるすけ

路地裏にひっそりと佇む落ち着いた雰囲気のお店。壁一面に多摩市の地酒屋さんから仕入れたお酒がずらりと並び様子は圧巻です。地元の農家から仕入れた多摩野菜を使ったメニューが豊富。豊田ビールの取り扱いもあるので、テイクアウトのお料理を待つ間に、軽く一杯楽しむ常連さんも多いようです。

●日野市高幡3-10遠藤ビル1F/高幡不動駅徒歩3分/火～金12:00～14:30(LO14:00)、17:00～22:00(フードLO21:00、ドリンクLO21:30)、土日祝日12:00～22:00(フードLO21:00、ドリンクLO21:30)/月曜休み/042-599-0420

03 大塚・帝京大学駅 山小屋気分が味わえる洋食屋 ウッディ ノート

アウトドア好きの店主が自ら図面を引き、材木を調達して作ったという山小屋風のレストラン。店内には作家さんのハンドメイド品や海外製のキャンプグッズが並び、非日常感を味わえます。地域の大学生を応援しようと、テイクアウトメニューに学生料金があるのも嬉しいサービスです。



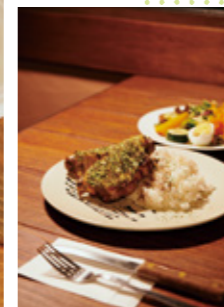
近くの農家で採れた八王子産のトマトを使用した、テイクアウトメニューの「モッツアレラとバジルのトマトソースパスタ」900円(店内ご利用の場合は1,150円)。季節の野菜などを使用した3種類の週替わりパスタや、味噌クリームパスタが人気。



あきる野市の農家から仕入れた野菜を使ったサラダも付いた「スペアリブプレート」テイクアウト900円。



店内ご利用の場合は1,000円。



自宅で過ごす時間が増えている今だからこそ、地域のお店の逸品をおうちごはんに加えてみてはいかがでしょう。地元野菜を使った美味しいお料理をいただけるお店をご紹介します。テイクアウトやデリバリーなどを始めたお店を取り上げていきます。

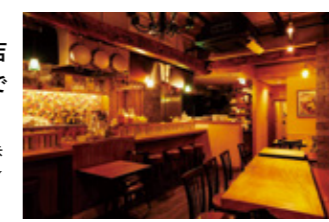
※新型コロナウイルス感染症の影響により、お店の情報が変更になる場合もあります。

地域の「名店の味」も、楽しんでもう！

01 多摩センター駅 ウッディな雰囲気でも楽しむ洋風居酒屋 横丁ワイン酒場 LiDO リド

店内でワインとベストマッチなスペインバル料理がいただけるのはもちろん、9種類のオードブルにミニスパークリングワインが付いた「リモート飲みセット」1人2,000円のメニューなどテイクアウトも充実したお店です。平日はキッチンカーで移動販売も行っているためFacebookをチェックしてみてください。

●多摩市落合1-11-3おちあい横丁地下1F/多摩センター駅徒歩4分/11:30～15:00(LO14:30)、17:00～24:00(LO23:00)/日曜休み/042-400-7445



05 立川南駅 旬の食材たっぷりの彩りあふれるフレンチ レストラン ヴァンセット

旬の食材を使ったフレンチのコース料理が人気のRestaurant27。コロナ禍でも自宅でフレンチを楽しめるテイクアウトの「前菜盛り合わせ」を販売しています。ほかにも、肉や魚料理など5種類のメイン料理から1品と、自家製パン2個がついた豪華なセットメニューもあるので、おうちで少し贅沢をしたい日におすすめです。

●立川市柴崎町3-5-2むつ花ビル2F/立川南駅徒歩3分/12:00～14:30(LO13:00)、17:30～21:30(LO20:00)/月・火曜休み/042-526-6716※テイクアウトは予約販売。前日19:00までの予約→翌日12:00からお渡し、当日10:00までの予約→当日17:00からお渡し(restaurant27@air.ocn.ne.jp または 042-526-6716にて予約)



テイクアウトメニューの「前菜盛り合わせ」2,700円。食べることができる美しいエディブルフラワーは立川産。

写真/お店提供

沿線のテイクアウト・デリバリー情報



お店の方や購入した方が、料理の写真と合わせて「#立川エール飯」とSNSで投稿。テイクアウトやデリバリーを希望する人が同じ検索ワードで調べると、立川市内にある飲食店のメニューを写真で見ることができるととても便利です。



「おうちで日野ごはん」は、テイクアウトを実施している市内の飲食店情報を発信するプロジェクトです。地図上にマッピングされたテイクアウトの情報をホームページから知ることができます。この機会に気になっていたお店のテイクアウトも楽しみましょう。



多摩市内にある飲食店でテイクアウトができるメニューを紹介しています。テイクアウトをした料理の写真に「#たまため応援隊」とつけてSNSに投稿すると、大好きなお店を応援することができます。お店の情報を探している方も、ぜひご利用ください。



「#東大和エール飯」でSNS上に投稿された飲食店のテイクアウト情報を知ることができます。また、「#東大和エール飯アプリ」というテイクアウト情報が掲載されたウェブアプリを利用すれば、お店の情報を簡単に探せます。



八王子市内にあるテイクアウトやデリバリーができる飲食店の情報が掲載されたサイト。掲載情報は市内一の多さで、飲食店情報が載った電子版のチラシもサイト上よりダウンロードできるので、持ち歩きにも便利です。



02 上北台駅 住宅街の中の地元で愛されるイタリアン Partire jun パルティエーレ ジュン

上北台駅近くの住宅街の中にあるイタリア料理店。近隣の小学校が一斉休校になった際は、家で留守番をしている子ども向けに安価でお弁当を提供する(現在は終了)など地域とのつながりを大切にきたお店。テイクアウトは真空パックのメニューも注文後に手作りするなど、思いの込められたサービスを続ける一店です。

●東大和市立野1-12-34-1F/上北台駅徒歩7分/11:00～15:00(LO14:00)、17:00～23:00(LO22:00)/月曜終日、金曜ランチ休み、不定休/042-590-4525
テイクアウトは予約販売:前日予約→11:30～14:00のお渡し、当日13:00までの予約→17:00～20:00のお渡し(真空パックのみ、在庫があればお渡しが可能)

テイクアウトメニューの
1 「前菜4点盛り合わせ」1,000円。
2 「しらすとキャベツとベーコンのキッシュ」500円。
3 「野菜ピクルス」650円。





●立川市柴崎町2-3-13 / 立川南駅徒歩3分 / 平日11:45 ~ 14:30(LO14:00)、土日祝日11:45 ~ 15:00(LO14:30)、17:30 ~ 22:00(LO21:00) / 火曜・第1月曜休み / 042-512-7868



シェフのこだわりの味を時間をかけて

立川南駅

BRASSERIE Amicale

ブラスリー アミカル

カジュアルに上質なフレンチを味わえるこの店は、テラス席が並びまるでパリの風景のよう。特に定番人気はガレットメニューで、2種類のそば粉を使って洗練された味を提供しています。季節ごとに替わるメニューをゆったりとした店内で堪能できます。



「アミカル・ガレット・コンプレットのセット」1,408円。

地元の野菜はこちらで!

多摩モノレール沿線の

直売所情報



立川 みの一れ 立川幸町店

●立川市幸町1-14-1 / 9:30 ~ 16:30 / 042-535-3711



東大和 とんがりやねの直売所 (橋本農園)

●東大和市立野2-14-18 / 14:30 ~ 17:30 / 月・水・金・日曜休み / 042-561-1435



多摩 いきいき市農産物直売所

●多摩市関戸1-1 / 13:30 ~ 16:00 (売り切れ次第終了) / 火・水・金・日曜休み



日野 Farmer's market 東京 みなみの恵み

●日野市万願寺6-31 / 10:00 ~ 18:00 / 水曜休み / 042-589-0373

にんじんのポタージュ

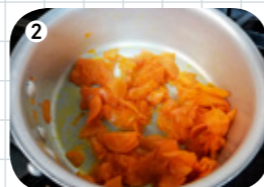
シェフの木嶋さんに聞きました!

材料 (5人分)

にんじん...300g (皮をむいた状態)
バター...45g (にんじんに対して15%)
牛乳...150cc
水...200cc
生クリーム...50cc
塩...少々

作り方

- ①にんじんは薄くスライスする。スライサーは野菜の繊維をつぶしてしまうので、包丁でカットする。
- ②鍋にバターを溶かし、スライスしたにんじんを加えて焦がさないように40~50分炒める。
- ③②をゴムベラでミキサーに入れ、水を入れてミキサーにかける。
- ④鍋に③と牛乳、塩、生クリームを入れて混ぜ、温めて完成。



POINT

- 化学調味料は一切使わず、にんじん本来の甘みを活かすのがポイント。
- 水を100%のオレンジジュースに変えたり、ハチミツを加えてもOK。

●多摩市山王下1-13-6 サザンビル1F / 多摩センター駅徒歩6分 / 11:30 ~ 13:30、17:00 ~ 20:00 / 木曜・第2水曜休み / 042-339-7888



住宅街の中の地元で愛されるイタリアン

多摩センター駅

La・Pala ラ・パアラ

ナポリの薪窯を使ったふっくら生地 피자と本場の味わいを楽しめるイタリアン。緊急事態宣言時は、ピザを地域のひとり親家庭に無料で届けていました。テイクアウトメニューはピザはもちろん、冷凍のバーニャカウダソースや人気のドルチェ「カタラーナ」も購入できます。

オーナーの下田さんに教えてもらいました!



温野菜のバーニャカウダ

材料 (4人分)

【ソース】
ニンニク...100g
牛乳...70cc (水でも可)
アンチョビ...10g
オリーブオイル...40cc

オクラ...1本
ブロッコリー...1/4個
ズッキーニ...1/2本
アスパラ...2本
カブ...1個
パプリカ赤...1/2個
パプリカ黄...1/2個
(野菜はお好みでOK)

作り方

- ①容器にニンニクと牛乳を入れ、軽くラップをし、レンジでニンニクが柔らかくなるまで温める。
- ②水分を切って冷ました①とアンチョビをフードプロセッサーまたは包丁で、細かくなるまでたたく。
- ③②とオリーブオイルをよく合わせる。
- ④野菜はお好みで2~3分茹でるかレンジで温める。
- ⑤野菜とソースを鍋かフライパンであえる。野菜から水分が出るので、煮詰めながらあえるのがポイント。お皿に盛って完成。



「バーニャカウダソース」1袋580円

POINT

お好みでブラックペッパーをかけても美味しくなります。

La・Palaで販売している自家製冷凍ソースパックを使って、お手軽メニューも!

「牛ミンチのラグーソース」1袋580円 (バルミジャーノレッジャーノ付き)

自宅で簡単プロの味!

自宅で料理する機会が多い中、レパートリーには悩むところ。プロと同じメニューは作れなくても、店主直伝の作り方のコツを覚えることで、驚くほどおうちごはんがプロの味にグレードアップします。



リガトーニのミートソース

材料 (1.5人分)

玉ねぎ...1個
EXヴァージンオリーブオイル...40cc
牛挽肉 (合い挽きでもOK) ...200g
ホールトマト2号缶...1缶
赤ワイン...150cc (水でも可)
乾燥ローリエ...1枚
フレッシュ・ローズマリー...1枝 (なければ入れなくてもOK)
塩・ブラックペッパー...適量
リガトーニ (パスタはショートパスタでOK) ...180g
EXヴァージンオリーブオイル (仕上げ用) ...適量

POINT
軽く焦げてもいいのでよく水分を飛ばし、しっかりと味を凝縮させること。

作り方

- ①玉ねぎをみじん切りにし、フライパンか鍋にEXヴァージンオリーブオイル1/2 (20cc) を入れ中火~弱火で玉ねぎが透き通って甘みが出るまで炒める。
- ②①を器に移してフライパン (鍋) に残りのEXヴァージンオリーブオイル (20cc) を入れ牛挽肉を炒める。
- ③②に①の中身を戻し入れ、ホールトマト、赤ワイン、ローリエ・ローズマリーを追加し沸騰したら弱火で煮込む。仕上げに塩・ブラックペッパーで味を調える。
- ④リガトーニ (パスタ) を2リットルほどのたっぷりのお湯に塩を大さじ山盛り1杯入れ茹でる。
- ⑤鍋かフライパンに、茹で上がったパスタとソースを入れ、中火でよくあえる。
- ⑥全体にソースがなじんだら、火を弱めてチーズを入れてさらによくあえる。最後の仕上げにEXヴァージンオリーブオイルをさっとかければ完成。





玉川上水駅 → 東大和市駅

BIG BOX 東大和

7月28日にオープンしたテレワークスペース。カラオケ店を改装した部屋のため、周りの音を気にせず、WEB会議に最適です。ゆったりとしたソファ席が人気で、ドリンクバーもご利用いただけるので、長時間のテレワークで気分を変えたい時におすすめです。ご利用特典として併設のレストラン「和食ななかまど」の割引が使えるので、テレワーク後にご家族と待ち合わせをして食事を楽しむ方もいるそうです。

●東大和市桜が丘1-1330-19/玉川上水駅乗換、西武鉄道拝島線東大和市駅徒歩約1分/9:00~18:00/月曜休み/042-566-6892

ご利用方法

- ①「via-atアプリ」をダウンロードしてください。
※メールアドレス、クレジットカードがあれば登録可能!
- ②和食ななかまどフロントにある端末にスマホをかざしてチェックイン・アウト。
※チェックイン・アウトの際、必ずフロントで係員にお声かけください。

料金システム

最初の2時間1,000円 以降250円/30分
※上限2,500円

ご利用特典

- ◆ご利用日当日限り有効
- ◆和食ななかまど20%引き
- ◆ミスタードーナツ100円引き(※600円以上のお買い上げ時に限り有効)
- ◆セガワールド『UFOキャッチャー1回無料券』プレゼント
- ◆駐車場割引サービスあり

Android



iOS



- ◆ご利用後は係員が清掃・消毒を行います。
- ◆ご利用の際は、スマートフォンの位置情報機能とBluetoothをONにしてください。
- ◆複数人の利用の際も、お一人ずつアプリをダウンロードしてご利用ください。
- ◆ご飲食物のお持ち込みはいただけません。あらかじめご了承ください。
- ◆和食ななかまどのお食事は、お部屋でお召しあがりいただけます。
- ◆料金は1名様・税込表示となっております。
- ◆立体駐車場354台完備(料金100円/20分) ※ご利用者様には、割引適用(3時間まで100円)がございます。(駐車券をフロントにご提示ください)



立川南駅

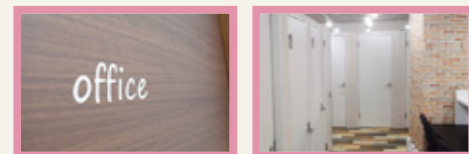
Cs TACHIKAWA

立川南駅から徒歩6分、貸会議室と保育園が併設されたテレワークスペースです。月極利用会員は24時間365日、スマートキーを使って入室可能です。洗練されたデザイン、ナチュラルな内装の空間で落ち着いて作業が行えます。ドロップインのお客様も事前予約をすることで、通話やWEBミーティングが可能な個室を利用することができます。

●立川市錦町1-4-4サニービル2F/立川南駅徒歩6分/受付営業時間 平日10:00~17:00/042-512-9958

料金システム

- ◆ドロップイン(平日10:00~22:00)◇初回登録料1,320円、1時間550円、1日2,200円※最終入室17:00
- ◆月極フリー席(24時間)◇月額利用料16,280円、共益費2,750円
※別途初回登録料金1ヵ月分
- ◆個室利用(予約制)◇1時間550円、1日2,200円
※ドロップイン、月極フリー席料金に追加必要



- ◆スタッフの検温、体調管理を行っています。
- ◆ご利用者様にも検温、利用時の手指消毒やマスクの着用をお願いしています。
- ◆施設内の消毒、換気等、感染防止対策を行っています。

テレワークスペース

多摩モノレール沿線の

まだまだ続くwithコロナの働き方。多摩モノレール沿線には、テレワークができるスペースも充実しています。職場と自宅以外の場所ですぐに落ち着いて作業などができるスポットをご紹介します。

Tamamono news

第13回多摩モノレール写真コンクールの受賞作品で構成した

「2021年多摩モノレール カレンダー」を販売しています!

詳細は弊社ホームページでご確認いただけます。

受賞作品は以下の日程で駅構内に展示しておりますのでお楽しみください。

多摩モノレール高幡不動駅 改札内展示スペース
2020年10月5日(月)~2020年11月19日(木)

多摩モノレール玉川上水駅 改札内展示スペース
2020年11月21日(土)~2021年1月8日(金)



駅構内の
展示場所

オンライン配信&レッスン

おうちで楽しく!
自宅で過ごす時間が多くなった今、オンライン配信やレッスンを活用して家族で楽しく過ごしてみませんか。「学ぶ」「作る」「体を動かす」など、さまざまなコンテンツをご紹介します。



お家で楽しむ親子遊び 立川市

立川市動画チャンネルでは、自宅でできる親子遊び動画を紹介しています。さまざまな遊びの経験がお子様の成長を促していきます。日々の遊びのヒントにお役立てください。

<https://www.city.tachikawa.lg.jp/kodomokatei/ouchisobidougua.html>



無料



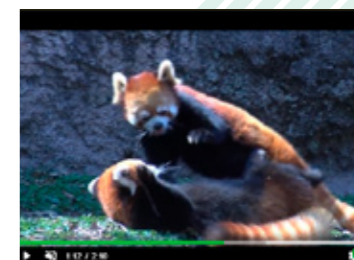
オンラインでいつでもどこでも踊れる・学べるハワイアンフラダンス カレイヒイマクア

オンラインビギナーレッスンの「はじめてのフラダンス」は毎日レッスンがあります。まずは体験レッスンで踊りましょう!

※体験レッスンはマンツーマンにて実施します。
<https://www.kaleihiimakua.jp/>



有料
体験レッスン
60分
1,100円



うごく! どうぶつ図鑑 多摩動物公園など

多摩動物公園をはじめ、上野動物園、葛西臨海水族園、井の頭自然文化園の動物たちの様子がオンラインで見られる「うごく! どうぶつ図鑑」を「東京ズーネットBB」にて公開中です。

<https://www.tokyo-zoo.net/movie/index.html>



無料



Bodies Online Lesson

ボディーズオンラインレッスン Bodies ボディーズ 女性専用フィットネスの1回30分、500円のオンラインレッスン! 本格トレーニングからお悩みが解決できるヨガまで、多彩なコンテンツを週100本以上開催。お好きなお時間にぜひご参加ください!

https://www.bodies.jp/online_lesson/



有料
30分
500円



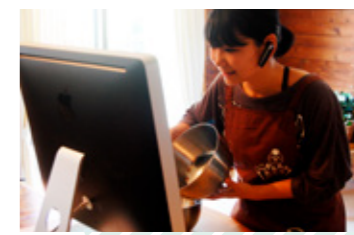
おうちで極地 国立極地研究所

国立極地研究所の広報展示施設、南極・北極科学館。現在は臨時休館中のため、ご自宅で「極地」を体験していただける企画「おうちで極地」をホームページで公開中です!

<https://www.nipr.ac.jp/science-museum/special/ouchi/>



無料



オンライン かんたんおやつ塾 藍 COFFEE

かんたんおやつマイスター協会が展開している、おやつのお家庭教師。ご家族での受講も可能です。身近な材料でできるかんたんおやつで、おうち時間を楽しみながらスキルアップできます!

<https://kissa-ai.jimdofree.com/>



有料
1世帯
1時間
2,000円~



YouTube Zoom その他



Present 今月のプレゼント



応募方法

●Webで応募

●QRコードからアクセス

携帯端末のカメラで右上のQRコードを読み取り、プレゼント応募ページへアクセス

●URLからアクセス

https://keyaki-s.co.jp/tamamono-present/ のURLから、プレゼント応募ページへアクセス

●ハガキで応募

①氏名 ②郵便番号 ③住所 ④電話番号 ⑤年齢 ⑥希望のプレゼント番号 ⑦今号で面白かった記事 ⑧こんな記事を読みたいなどのご意見 ⑨モノレール沿線の新情報(開店情報や取り上げて欲しいイベント情報など) ⑩本誌の入手先(駅名・新聞名など)

〒190-0023 立川市柴崎町3-9-6 高野ビル

株式会社けやき出版

「Tamamono134号プレゼント係」まで

応募〆切 2020年12月13日(日)

*webは当日の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。

3名様



1. p2で登場したお店、LiDOの自家製ドレッシング 3種(香味味噌、ニンジン、ハニージンジャー)のいずれかを3名様に。(種類の選定はお任せください)

3名様



2. PLAY! MUSEUMや多摩エリアの書店で発売中のtupera tuperaのワークブック『かおPLAY!』を3名様に。

5名様



3. 「はずむように働こう!」をテーマに、多摩エリアの仕事を紹介する情報誌『BALL.(ボール)』(けやき出版)を5名様に。



Tamamono vol.134

2020年10月20日発行
多摩都市モノレール株式会社
〒190-0015
立川市泉町1078-92
tel.042-526-7800 (代)

企画
株式会社けやき出版

編集長
小崎奈央子

編集
高橋ゆい
矢作千春

デザイン
石井あかり
イラスト
ササキサキコ

写真
鈴木藤蔵

表紙モデル
藤田昭江/陽咲

印刷
株式会社サンニチ印刷

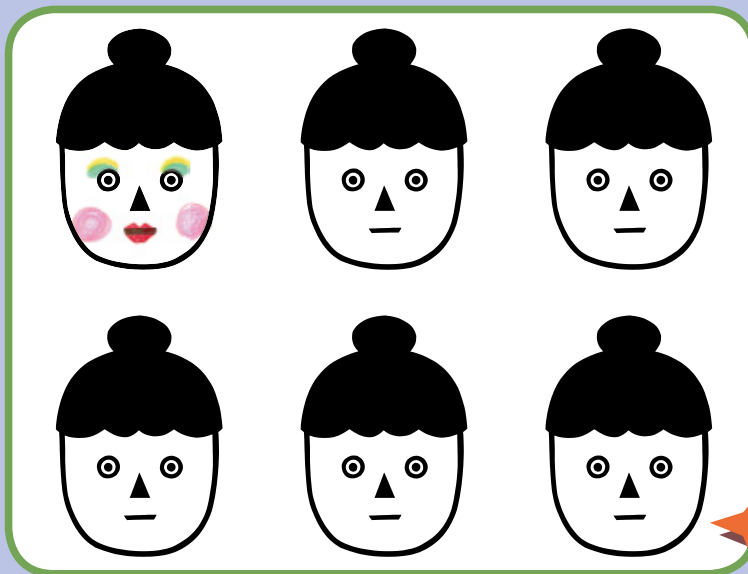
次号は
2020年12月20日(日)
発行予定です。

*誌面に掲載の内容は2020年10月現在の取材時の情報です。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。
*誌面に掲載の価格は税込みです。
*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。
*新型コロナウイルス感染症拡大防止のために各施設、店舗、サービスが休止になる場合がございます。

多摩モノレール立川北駅徒歩4分の商業施設「GREEN SPRINGS」内に2020年6月にオープンした大人と子どもと一緒に楽しめる新しい美術館

PLAY! MUSEUM <https://play2020.jp>

2020年6月10日(水)～12月29日(火)まで、
クリエイティブ・ユニット tupera tupera (ツペラツペラ) の
「顔」をテーマにした展覧会「tupera tupera のかおてん」を開催中です。



tupera tupera の「かお」を遊びつくす、へんてこワークブック『かおPLAY!』(ブルーシープ)に掲載しているページをご紹介します。

色えんぴつやペンでお化粧して
すてきなかおにしてね!

多摩モノレールと
あそぼ
vol.7

PLAY! MUSEUM
コラボ編