

たまモノ

多摩モノレールで、沿線ライフをもっと楽しく

| 特集 |

家でもおいしい あの店の味！

おうちライフを
もっと楽しく幸せに

隣り街からお取り寄せ
身近なお店のおいしい、うつくしいに出会う

たまモノ編集部がゆく
聞かせて！ 達人さん





ハーブエビと新玉葱のかき揚げ
天もりそば1,400円

昭和48年創業
中村さんご家族が経営
お屋から銘酒で
一杯なさるお客様もいます。
そばメニューのほか、
カツ丼やエビ天丼も人気で、
手打ちの生そばの
持ち帰りもできます！



二代目が継ぐ老舗そば屋の味と技

無農薬栽培で育てられる希少な赤城深山のそばの実を、その日の分だけ自家製粉するこだわりのそば屋。挽きたて、打ち立ての清新な香りと瑞々しい歯ごたえのそばを、手間をかけてつくる生がえしのつゆで提供します。「春の山菜天もりそば」(写真1,400円)は、そばに合う香ばしい天ぷらも味わえます。

泉体育館駅

酒処 石臼挽き やぶそば

立川市柏町1-7-8

●(月～土)11:30～14:30、
17:00～21:00(L.O20:30)

●お昼1,000円～ ●20席

※テイクアウトは要予約。Uber Eats利用可能。

☎042-536-3895 ●泉体育館より徒歩3分

●日曜日(月1回不定休)

tabelog.com/tokyo/A1329/A132901/13067425



家でもおいしい あの店の味！

Take Out Gourmet

「プロの味が家でも手軽に食べられる！」

おいしいものを求める私たちのニーズを受けて、
モノレール沿線でもテイクアウトグルメが話題です。
作りたての料理を提供するレストランやカフェ、
焼きたてがならぶパン屋さんがあなたを待っています！



テイクアウトもできる「フェットチーネ ベスカトーラ」(写真1,980円)は、濃厚ソースと自家製パスタの贅沢な人気メニュー。帝国ホテルで20年間営業し、このレストランを11年前にオープンしたシェフ自慢の料理が楽しめます。

名門ホテルの味を継承し
正統派イタリアンを提供

特製ローストビーフ&
アボカドサラダ弁当982円



本格ラザニアや
各種コースメニューも
おすすめですよ。
アサートの
チーズケーキも
好評いただいで
ます。



オーナーシェフ
中川原 洋さん

立川南駅

トラットリア ドンシェ〜

立川市錦町1-3-9 山上ビル1F

●ランチ(月～金)11:30～14:30(L.O14:00)
(土日祝)12:00～15:00(L.O14:30)

ディナー18:00～23:00(L.O22:30)

●お昼1,000円～ ●28席

※テイクアウトは予約をおすすめ

☎042-512-8735

●立川南駅より徒歩5分

●火曜日

donche-2009.com



業界初の「無カビ熟成庫」によって、熟成時間の短縮と食肉部分ロスの軽減に成功し、安価での提供を実現。「熟成肉3点盛り合わせ」(写真は牛ランプ、豚ロース、牛サーロイン合計540gで6,765円)は肉の旨味と風味が驚きの味わい！

本物の高級熟成肉を
リーズナブルに満喫！



ローストビーフプレート 1,080円

多摩センター駅

熟成肉LAB DA★BUTCHERS

(ダ・ブッチャーズ) 多摩センター店

多摩市鶴牧3-2 プリリア多摩センターG棟 1F

●ランチ11:30～15:00(L.O14:00)

ディナー17:00～22:00(L.O21:00)

●ランチ1,000円～ ●48席

※テイクアウトは予約をおすすめ

☎042-319-3378

●多摩センター駅より徒歩10分

●火曜日

gac2015.com/tamacenter

通常の肉とは
比べられないほど
おいしい熟成肉を、
ぜひ一度食べてみて
ください！



店長
藤井 貴志さん



焼きたての香り漂う まちな店パン屋さん

大人気のカレーパンは15種類のスパイスが効いた自家製のカレーと、綿実油で揚げられたサクッと軽い衣がたまらないおいしさです。



1個 195円

毎日、何度も
揚げます！



砂川七番駅

ベーカリー リオンドール

立川市柏町3-3-5 ニュー柏ビル1F

●8:00～19:00(祝日は17:00まで)

※イートインなし

☎042-535-4882

●砂川七番駅より徒歩2分

●日曜日



地場の野菜をビュッフェで。 大地の恵みを味わうカフェ

ランチのサラダビュッフェは、30種類もの新鮮な野菜がたっぷりいただけます(1,078円)。野菜フレーパーのパン各種、ブランド米のご飯付き。ジューシーなボルケッタ(写真)などメイン料理も本格的な味わいです(440～880円)。



店長
山本 隆行さん

万願寺駅

グリーン オアシス カフェ 042

日野市万願寺6-31

(Farmer's market 東京みなみの恵み内)

●モーニング(1Fのみ)10:00～11:00

ランチ11:00～15:00(L.O14:00)

ディナータイム14:00～18:00(L.O17:00)

●ランチ1,078円～ ●60席

※テイクアウトは予約をおすすめ

☎042-506-2332

●万願寺駅より徒歩15分

●水曜日(水曜が祝日の場合は翌日休み)

cafe042.tokyo



J Aや独自ルートで
仕入れた野菜のおいしさを
お楽しみください。
天気の良い日は富士山も
見える眺めの良い
カフェです！



国産ポークの
ボルケッタ 800円

おこもり生活をリフレッシュ！ かたまっただカラダを整えましょう。

ステイホームでがんばった身体を少し鍛えて少しストレッチ。
専門家の先生たちから教えてもらいました。

ヨガは身体と心2つの面に働きかけます。身体には柔軟性強化と筋力のアップを、ポーズに集中していると、やがて思考もスッキリし心の面も整っていきます。

ヨガインストラクター Miu先生

[多摩センター駅] マグレブエスト

キッズ向け・大人向けのプログラムがあります。Miu先生のヨガも受講できます。



多摩市落合1-39-1 マグレブEAST5F
●平日10:00~22:00、
土日祝10:00~20:00
■多摩センター駅より
徒歩1分 ☎水曜日
☎042-337-6651
maghreb.jp/est/



フィットネス&スパ マグレブ

多摩市落合1-39-2
マグレブビル7F
●平日9:00~23:00、
土曜9:00~22:00、
日祝9:00~20:00
■多摩センター駅より
徒歩1分 ☎水曜日
☎042-337-6777
maghreb.jp/fitness/



鷲のポーズ

本来のポーズは立って行います。初心者は座ってできる方法がおすすめです。

左腕を右腕の上に乗せてクロスさせ、背筋を伸ばす。

ゆっくり息を吸いながら、背骨も一緒に後ろへ伸ばす。

息を吐きながら、おへそをのぞくようにして、背中を丸める。



Stretch

キッズ向け

ストレッチ&足上げ トレーニング

運動会に備えて、かけっこを強化!

30秒 × 2セット

片足を90度に曲げ、背中を伸ばして片膝立ちに。おへそを前に出すようにして体重を乗せる。左右30秒ずつ2セット。

Training

20回 × 2セット

両手を壁について、カラダを斜めにする。右脚、左脚を交互に上げておろす。リズムよく20回を2セット。



サブマネージャー
霧生 朱里さん

キッズチーフ
黒崎 希実さん



元気をもらえる!かわいさ満点! 野生動物が元気に待っています。

多摩動物公園の飼育員さんが教えてくれる動物親子の「命の輝き」。

お乳を飲むのも みんな一緒に

キリンは子ども同士で集まる習性があります。また、1頭が母親の乳を飲み始めると、4つの乳首に3~4頭の子どもの群がって吸いつきます。17頭の群れで飼育していることならではの光景です。



キリン担当
清水 勲さん



ベテランママだから 安心の育児

去年10月、ボルネオオランウータンの赤ちゃんが誕生しました。お母さんチャッピーは、これまでに5頭の子どもを育て上げた経験豊富な子育てのベテラン。6頭目となる育児もお手の物です。

オランウータン担当
山本 達也さん



毎日母乳を飲んで、
すくすく成長中の
ホッピー(オス)。

[多摩動物公園駅]

1958年開園、多摩丘陵の起伏に富んだ地形と豊かな自然を活かした動物園

多摩動物公園

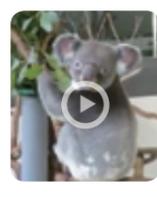
園内では、動物をできるだけ自由な姿で展示するさまざまな工夫が凝らされており、現在約300種の動物が飼育されています。

日野市程久保7-1-1 ☎9:30~17:00(入園は16:00まで)
※開園時間は変更することがあるので、詳しくはHPをご確認ください。
■多摩動物公園駅から徒歩1分 ☎水曜日(水曜日が国民の祝日や振替休日、都民の日の場合は、その翌日が休園日) 年末年始(12月29日~翌年1月1日) ※一部の水曜日は開園をすることもあります。
☎042-591-1611 tokyo-zoo.net/zoo/tama



行った気分になれる?

ツイッターで動画を公開中!
おうちでも動物たちに出会えます



多摩動物公園の
ツイッター
公式アカウント



@TamaZooPark

削りたての味と香り! 「おかか」ごはん

立川市・三上鯉節店の削り節を使い編集部が盛りつけてみました。シンプルなのにかつお節本来の旨さが際立ちます。

たまモノ編集部も 作ってみました!



たまごの 黄身

たまごの甘さを
かつお節が更に
引き立てます!



納豆 キムチ

発酵食品の味が
おいしさを増し
辛さもマイルド!



これが基本!

三上鯉節店にお聞きして編集部も食べてみました!

※醤油は上からかけず、少しのかつお節と小皿でまぜて調味料のようにのせると、かつお節の風味が消えません。

日本の伝統食かつお節で 毎日の食を豊かに。

削りたてのかつお節はそのままご飯やおひたしにかけて食べるだけで、おいしい風味と香りが楽しめます。日本の伝統食を見直して、日々の食事を底上げしてみませんか。もちろん栄養価もアップする健康食としてもおすすめです。



三代目店主
三上 康子さん

みなさん
もっと気軽に
使ってね!



梅 しらす

梅のかおりと
ご飯がすずむに
ご飯がすずむ!



バター 明太子

コクと塩味が
熱々のご飯と
相性抜群!



クリーム チーズ

鼻から抜ける
濃厚な香り
絶妙な食感!



今すぐできる出汁のとり方

- 鍋に水1リットルを入れ、沸騰させます。削り節40グラムを入れ、すぐに火を止めます。
- しばらくして削り節が沈んだら、布やキッチンペーパーで濾すか目の細かい網ですくい取る。
- おいしい出汁ができました! ご家庭で使うならこの簡単な方法でOK。お味噌汁や煮物にもどうぞ。



かわいい猫の
マスコットも
探してね

三上鯉節店では、
その日に削られたばかりの
新鮮な削り節が買えます。

[立川北駅]

創業86年目の老舗が守る日本伝統の味

三上鯉節店

昭和初期、千葉県勝浦市で乾物屋を営んでいた先代が、知人のすすめにより昭和9年、立川市に鯉節店を構えました。以来、国産・無添加の安心安全なかつお節を提供。三代に渡って通うお客様も多く、子育て中のママや若い人もお料理の相談にやってきます。

立川市曙町2丁目8-30
●9:00~18:00
■立川北駅から徒歩5分
☎月曜日 ☎042-522-3259
m-katsuo.com



おうちライフを もっと楽しく幸せに

おうちで過ごす時間を、もっと大切にみつめたい。無理せず、気軽に、カンタンに、心地いい毎日をおくりたい。そんな暮らし方のヒントは、スペシャリストが教えてくれます。おいしい食べ物をつくったり、カラダとココロをリセットしたり。いまを生きる私たちに、まちの専門家がちょっと元気をあたえてくれます。



裏表紙に読者プレゼントあります!

赤川さんは、数あるアートのなかからなぜ銅人形を選ばれたのでしょうか。若い頃から「街をアートで演出したい」との想いが強く、壁画家をめざしていたんだけど、もっと人々に作品を直接届けたいと版画作りを始めたんだよね。するとある夜、人形を作る夢を見た。楽器を吹くピノキオみたいな人形。それを銅板で作ってみたら不思議と評判がよくてね。

先生の作品が主に街角に置かれてるのはなぜでしょうか。個展を開いたりテレビで紹介されたりするうちに、話題になってね。滋賀で大きなガリバー像を作ったのが転機。我が街でも人形を置きたいって依頼が各地から来はじめた。その中でも「風に向かって」は飛行機の街立川を表現できた、自分にとって印象深い作品だな。作品で街の歴史を伝えるのも僕の務めだと思ってる。

—— 本当に街に溶け込んだアートだと思います。反響はいかがですか。子どもたちが銅人形の絵を描いて送ってくるのがうれしいね。その子たちもどこか懐かしいって言ったよね(笑)。そういう気持ちを誘うのかな。

先生のアトリエがある旧米軍ハウスも、どこかノスタルジックな雰囲気ですね。この環境がなくては僕の活動はできなかった。ハウスのみんなとは、子育ても何でも助け合って生活してきたんだ。こは昔でいう長屋のような、人とのつながりが残る場所なんだ。

—— 近々新作を発表されるそうですね。「すずかけ三兄弟」っていう立川にとっても大切な木をモチーフにした作品をグリーンスプリングスに置くよ。7月中旬に発表予定なので見においでよ。

—— ぜひ伺います！最後に、モノレール沿線の印象についてお聞かせください。文化的にはいい方向に向かっていてと思うよ。ただ富士山が見えにくくなってきたのが少し寂しいかな。モノレールからなら柴崎体育館あたりとか、よく見える場所はまだあるからぜひ目にしてほしいね。

—— 新しい作品と出会えるのを楽しみにしています。

たまモノ編集部がゆく 聞かせて！ 達人さん

第1回「BONZE工房」
銅版造形作家
赤川 政由

「たまモノ」は毎月、沿線ゆかりの「達人さん」に会いに行きます。第1回目にご登場いただくのは赤川政由さん。高松町の旧米軍ハウスにアトリエを構えて今年で47年。沿線はもちろん、全国の街角に素敵な銅人形の数々を発表されています。銅版造形との出会いや立川への想いなど、心温まるお話を聞かせていただきます！



「太陽の子」
玉川上水駅
南口

沿線の街角に
たたく
素敵な作品を
探してみよう！

「風に向かって」
立川北駅
ペDESTリアンデッキ

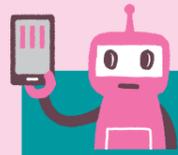
創作はラフスケッチから

Art Studio and Office
BONZE WORKS

立川市高松町1-21-18外人ハウス X-38
高松駅から徒歩4分 ☎042-525-9914
bonze-works.com

Tamamono News

3月13日(土)サービス開始！



**iPhoneやAndroidスマートフォンで
多摩モノレールの定期券(単独・連絡ともに)を
お求めいただけます！**

iPhoneの方

Androidの方

PASMO



モバイルPASMOのご利用で、もっと便利に！

1 いつでもどこでも購入手続きができるので、定期券発売所に行く必要がなくなります！

※通学定期については、18歳で迎える4月1日以降に購入する場合のみの発売となります。

2 クレジット決済なので現金の精算が必要なくなります！

※定期券の購入には、クレジットカードの登録が必要です。

3 お手持ちのPASMO定期券も、モバイルに移行できます。

※移行後の継続購入については、クレジットカードの登録が必要となります。

PASMO PASMO・モバイルPASMOは(株)パスモの登録商標です。Apple、Appleのロゴ、iPhone、Apple PayはApple Inc.の商標です。iPhoneはアイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。



Apple PayのPASMO、モバイルPASMOについては、2次元コードから専用サイトをご参照ください。

京王八王子駅 ← 高幡不動駅



魔法のレシピのシフォンケーキ

シフォンカフェ Bon・mu ボン・ムー
八王子の主婦がつくるシフォンケーキと焼き菓子が話題を呼び、いま専門店とカフェを開くまでに。驚くほどふわふわで、しっとりしたその食感に「卵」の質と独自の技術がなせる技です。カフェの人気メニューは「ボンムプレート」(写真下880円)。スイーツ好きならぜひ一度は体験を！



フレーバーは
フルーツ、
和風など約30種類
(1カット303円)



店長
浦田 千枝子さん

八王子市明神町2-26-13
●10:00~20:00
(カフェは18:00まで、L.O17:00)
■京王線 京王八王子駅より徒歩2分
●日曜日
●11席
☎042-649-8056
bon-mu.com



手軽に
お取り寄せ



— お申し込み方法 —
□shop.bon-mu.com
☎042-649-8056
(受付はお店の営業時間内)



シフォンケーキ
・10カット 4,400円(送料込み)
・6カット 3,200円(送料込み)
※1カットは20cmシフォン型 1/10カット
・シフォンケーキのラスク(6袋入り) 3,000円(送料込み)

※フレーバーの詳細はホームページでご確認いただくか、お電話またはメールにてご相談ください。※上記以外の商品もございます。冷凍便でのお届け(解凍後、要冷蔵)。

【注意とお問い合わせ】本誌に掲載の写真はイメージです。実物と異なる場合があります。詳細はホームページでご確認ください。商品内容、お支払い方法、お届け方法などについての質問はお店へお問い合わせください。

武蔵砂川駅 ← 玉川上水駅



花と歴史とモダンが溶け合う空間

蔵の花屋 コトハ

五日市街道沿いに残る歴史ある蔵が、2019年に花屋として生まれ変わりました。「ご希望を丁寧におうかがいして、最適なお花のご提案をしています」と話すフローリストの浅井さん。蔵の中の不思議な空気感に包まれながら、オートクチュールのお花を選ぶ美しい時間が過ごせます。



土曜日は、
パスタや
キッチンカーが
来る催しも。



生花のほか
ドライフラワー、
スワッグの
種類も豊富

店長
浅井 祐子さん



立川市砂川町3-9-7
●10:00~17:00
■西武拝島線
武蔵砂川駅より徒歩7分
●木・日・祝
☎042-537-7009
kuranohanaya.com



手軽に
お取り寄せ



— お申し込み方法 —
□kuranohanaya.theshop.jp
※定休日(木・日・祝日)のオーダーは、翌営業日の対応となります。発送日にご注意ください。
☎042-537-7009
(受付はお店の営業時間内)



アレンジメント、ブーケ
・ブーケ 3,850円~(送料別)
・アレンジメント 3,850円~(送料別)
・スワッグ 5,500円(送料別) など

※お花の種類はフローリストにお任せとなります。※写真はアレンジメント(3,850円)の一例です。上記以外の商品もございます。

【注意とお問い合わせ】本誌に掲載の写真はイメージです。実物と異なる場合があります。詳細はホームページでご確認ください。商品内容、お支払い方法、お届け方法などについての質問はお店へお問い合わせください。

たまモノ

[Tamamono] 3.31 issue
Apr.2021 vol.137
tama-monorail.co.jp



今号の表紙

蔵の花屋 コトハ 【武蔵砂川】
お店情報はP.6をご覧ください。
読者モデル：遠藤 佑実さん

たまモノは、隔月末日発行
次号は
2021年5月31日(月)
発行予定です。

公式アカウントでも情報発信中！



多摩モノレール
公式HP
tama-monorail.co.jp

発行
多摩都市モノレール株式会社
〒190-0015
東京都立川市泉町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

編集担当
斉藤 浩克
川中 雄平

アートディレクター
安西 克彦

デザイン
榎本 雅子

イラスト
永井 美子

写真
角田 美雪
山田 圭介

印刷
町田印刷株式会社

※本誌掲載情報は2021年3月現在のものです。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。
※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。
※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 ☎03-3448-0820まで。
※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。

多摩モノレールの 安心・安全の取り組み紹介

多摩都市モノレールでは、お客様に安心してご利用いただくため、新型コロナウイルス感染予防として、以下の対策を推進しています。

当社で実施している主な取組



◎ 駅設備の消毒および
駅窓口にて飛沫感染防止用シートを設置



- ◎ 列車内の消毒
- ◎ 列車内の窓開けによる車内換気
- ◎ 混雑状況のお知らせおよび
オフピーク通勤・通学等への協力呼びかけ
- ◎ 駅構内および
列車内における感染予防に関する案内放送
- ◎ 全駅係員・全乗務員の勤務中のマスク着用、
出勤時の検温の実施

ご利用のお客様におかれましても、咳エチケットや手洗いなどの感染予防のほか、ラッシュ時間帯のご利用を避ける時差通勤・通学やテレワーク等の取組にご協力をお願い申し上げます。



今号のプレゼント



**1 蔵の花屋 コトハ
スワッグ**
1名様
6ページでご紹介した「蔵の花屋コトハ」さんから素敵なスワッグを。お部屋で季節感を味わえる極上のインテリアアイテムです。
※写真はイメージです。



**2 シフォンカフェ Bon-mu ボンムー
焼き菓子詰め合わせ**
2名様
6ページでご紹介した「ボン・ムー」さんのおいしい焼き菓子(フィナンシェやクッキー)です。
※写真のようなイメージの詰め合わせです。※カゴは含まれません。



**3 三上鯉節店
花かつお(枕崎産)**
2名様
4ページでご紹介した「三上鯉節店」さんのお店で削った新鮮なかつお節です(花かつおとは花びらのように薄く削ったかつお節)。200gを密封、箱入りです。
※ざるは含まれません。

応募方法

[Webで応募]
二次コードからアクセス
携帯端末のカメラで右の二次コードを読み取り、プレゼント応募ページへアクセス
URLからアクセス
https://tamamono-present.com/
のURLから、プレゼント応募ページへアクセス
※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。



[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 職業 ⑦ 希望のプレゼント番号
⑧ 今号で面白かった記事 ⑨ こんな記事を読みたいなどのご意見
⑩ 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)
⑪ 本誌の入手先(駅名・新聞名など)
【ハガキ送り先】〒150-6017 東京都渋谷区恵比寿4丁目20番3号 恵比寿ガーデンプレイスタワー17階 株式会社バドインターナショナル「たまモノ137号プレゼント係」まで 応募〆切 2021年5月20日(木)

今月より沿線情報誌「たまモノ」がリニューアルしました。今後ともご愛読ください。