

駅から街へ、街から駅へ



京日八東丸大有  
橋本重京の手楽  
橋洲駅内町町

# 東京エキマチ Vol.2

2015.08.20号

東京駅と街がつながるフリーマガジン

ぶらり  
エキマチ  
さんぽ

大手町



特集 井の誘惑

# 東京エキマチ vol.2

# 4 井の誘惑

特集



表紙写真 再開発が続く大手町にて。ビルの中に「街」があり、ビルの外には緑と歴史スポットが点在する。撮影協力/GRAND CENTRAL (アーバンネット大手町ビル) 表紙撮影/木村 心保

- 6 行っておくべき王道井
- 11 「盛り」の美学
- 14 ヘルシー井食べ歩き



連載

- 16 エキナカセレクト 厳選のテイクアウト井
- 18 ぶらりエキマチさんぽ 大手町
- 22 駅・街・鉄道 information

- 24 ひと目でわかるかんたん東京駅MAP
- 26 首都圏路線図
- 28 東京エキマチMAP

営業時間、休み、値段などの情報には変更が生じる場合があります。誌面に表記されている料金は税込価格です。

## 読者プレゼント

応募締切◎2015年10月9日必着



1 オリジナルトートバッグとタンブラーのセット 5名様

東京駅日本橋口サビアタワー27階～34階にあるホテルメトロポリタン丸の内オリジナルデザインのトートバッグとタンブラー。27階のレストラン「TENQOO」からは東京駅を一望できる。◎ホテルメトロポリタン丸の内



2 TRAINIART 東京駅丸の内駅舎グラス 5名様

「東京ステーションギャラリー」内にある、ミュージアムショップ「TRAINIART」のオリジナルグラス(ショップ利用にはギャラリー入場券が必要)。専用箱付き。すかし彫りが入った駅舎がおしゃれ。◎TRAINIART



3 東京ステーションギャラリー「月映」鑑賞券 5組10名様

9月19日～11月3日に開催される企画展「月映(つくはえ)」の入場券をプレゼント。田中恭吉・藤森静雄・思地孝四郎による木版画と詩の作品集「月映」の世界観を堪能したい。◎東京ステーションギャラリー

思地孝四郎 《望と柿》 1914年頃

※ご記入いただいた個人情報は「当選者へのプレゼント発送」以外の目的では使用いたしません。またアンケートの内容は「東京エキマチ」の誌面作りの参考のみに利用させていただきます。※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

## 応募要項

- ハガキに 1.お名前(ふりがな) 2.年齢 3.性別 4.ご職業 5.郵便番号とご住所 6.電話番号 7.ご希望のプレゼント番号 8.アンケートの回答を明記の上、郵送してください

送り先

〒102-0062

東京都千代田区神田駿河台2-3-11

NBF御茶ノ水ビル7階

(株)交通新聞社 広告事業部

「東京エキマチvol.2」係

## アンケート

- Q1: vol.2で一番面白かった記事・コーナーは?
- Q2: vol.2をどこで手にとられましたか?
- Q3: 今後「東京エキマチ」でやってほしい特集は?
- Q4: ご意見・ご感想

Don't miss it.

特集

# 丼の誘惑

👑 行っておくべき王道丼

🌟 「盛り」の美学

🍣 ヘルシー丼食べ歩き

「ご飯に何を載せるか」で

無限の広がりを見せる丼。

手軽で、身近な存在であるこのメニューも

聞けば思わぬ店の歴史に繋がることもある。

美味と工夫と満腹感が詰まった丼を

種類も豊富にご紹介。

今すぐ食べたいくなる一品を、

探しに行きませんか。



見た目も楽しめる  
色鮮やかな豪華丼

### 鮪 今よし

「東京サンケイビル」設立当初からテナントとして営業している『鮪 今よし』は、創業58年目の老舗寿司店。素材の良さだけでなく家庭的で落ち着いた雰囲気に、創業以来通い詰めるファンも多いという。ランチタイム限定の丼の中で一番人気「豪華4種丼」1200円は、ご飯を覆うように載せられたネギトロの上に、さらにイクラ、ウニ、旬の白身魚がプラスされる。きわめて贅沢で美しい丼。ほんのり甘みを帯びたシャリが、またさらに味を引き立ててくれる。昼の丼も夜の握りも、両方味わってみたい名店だ。

すし いまよし\_地下鉄大手町駅E1出口徒歩1分。11:30~14:00 / 17:00~22:30、不定休。千代田区大手町1-7-2 東京サンケイビル B2 ☎03・3231・6007  
MAP P28 A-1



大手町駅直結なので、雨でも濡れずに来られるのが嬉しい。「豪華4種丼」と並んで人気のランチ「バラちらし」1000円は、12時前になくなることも。

### 豪華4種丼



Don't miss it.

焼き鳥の香ばしさと  
ふんわり卵を一度に食す

### 新橋 鶏繁 どんぶり子

焼き鳥で知られる『鶏繁』の丼のみに特化した専門店。焼き鳥と親子丼のいいところを取った「炭焼きもも肉親子丼」1100円は、やわらかくて臭みの少ない「南部どり」を使用した人気商品。お肉と卵の味を楽しんでほしいという理由から、あえて具に野菜は使用していない。口に含むと炭火の香りが広がり、続いて卵とタレの甘い味が絡み合う。卵も同じく「南部どりたまご」を使用。通常よりも弾力があり味が濃厚なのが特徴だ。

しんばし とりしげ どんぶり子\_ JR東京駅八重洲北口直結。11:00~22:00LO、元旦休。千代田区丸の内1-9-1キッチンストリート内 ☎03・5224・6051  
MAP P28 B-2



鮮度の良い「南部どり」をじっくり炭火で香り付けし、提供する。焼き上げられたもも肉と荒挽きそばが入った「わがまま二色丼」1200円も人気。

### 炭焼きもも肉親子丼



リピーターに愛される  
親子二代で守るカツ丼

### とんかつあげぼの

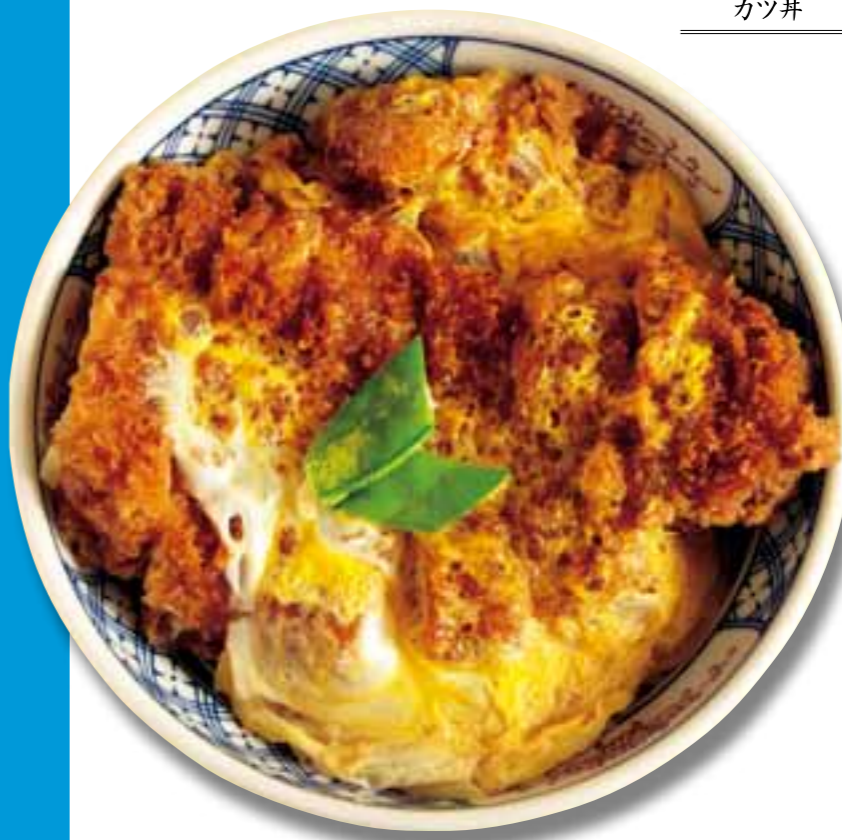
カウンター席のみという狭さながら、常に活気と昭和から続く温かさがあふれるトンカツの名店。店の看板メニューの「カツ丼」980円は、多くのリピーターに愛される一品だ。厳しく選別した肉をその場でカットし、昔ながらのラードで揚げたカツは、噛んだ瞬間広がる肉の旨味にうっとり。店内設置のドレッシングは、ホテルで修業を積んだ弟さんのレシピがベース。アジフライ、串カツなどの定食850円〜も美味。

とんかつあげぼの\_ JR有楽町駅中央口徒歩3分。11:00~21:00(土・日は~17:00)、無休。千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館 B1 ☎03・3211・3934  
MAP P28 C-1



長男と奥様、そして次男を中心に切り盛りしている人気店。先代ご主人も毎朝仕込みには参加しており、家族みんなで味を支えている。

### カツ丼



「おかげ横丁」でもおなじみ  
東京初出店の伊勢牛専門店

### 名産伊勢肉 豚捨 KITTE 丸の内店

「豚なんか捨てちまえ！」とある客が放った一言が、個性的な店名の由来という伊勢牛の名店。一番人気は国産黒毛和牛を使用した「牛井」1360円だ。三重県産の甘辛なたまり醤油で煮詰めて最後に焼き上げる牛井は、しっかりした味付けがたまらない一品。通常の牛井に実山椒を加え、爽やかに仕上げた「夏牛井」1468円もおすすめ。胃腸に良いとされるピリリと利いた実山椒が、食後に爽快感をもたらしてくれる。

めいさんいせにぶたすて\_ JR東京駅丸の内南口徒歩1分。11:00~15:00LO / 17:00~22:00LO (土・日は~21:00LO)、無休。千代田区丸の内2-7-2 KITTE 5F ☎03・6256・0863  
MAP P28 B-1



窓際の席からは東京駅丸の内駅舎が一望できる。店内には伊勢ではおなじみの「笑門」のしめ縄や神棚が飾られるなど、旅情もたっぷり。

### 牛井



# 行つておくべき王道

これぞ美味なる丼の決定版!

海鮮に牛肉、鶏肉、天ぷらにトンカツと、井と言えど「コレ」という王道をご紹介。伝統とこだわりが詰まった丼で、至福のひとときを。



今が旬のアナゴを  
いろんな食べ方で楽しむ  
日本橋 玉ゐ

アナゴを食すなら今が一番いい季節。ぷりぷりで脂がのったアナゴを、香ばしさが広がる「焼き」と、ふんわりした口当たりがたまらない「煮」、2種類の食べ方で楽しめるのが、「あなご箱めし 中箱」2950円だ。食べ進んだら、だし汁をかけてお茶漬けにし、ひと味違うおいしさを楽しみたい。1日約2000本のアナゴを使うという煮汁から作った香り高いだし汁と、秘伝の甘いタレが混ざり合った絶妙な旨味が、夏の疲れを吹き飛ばしてくれる。

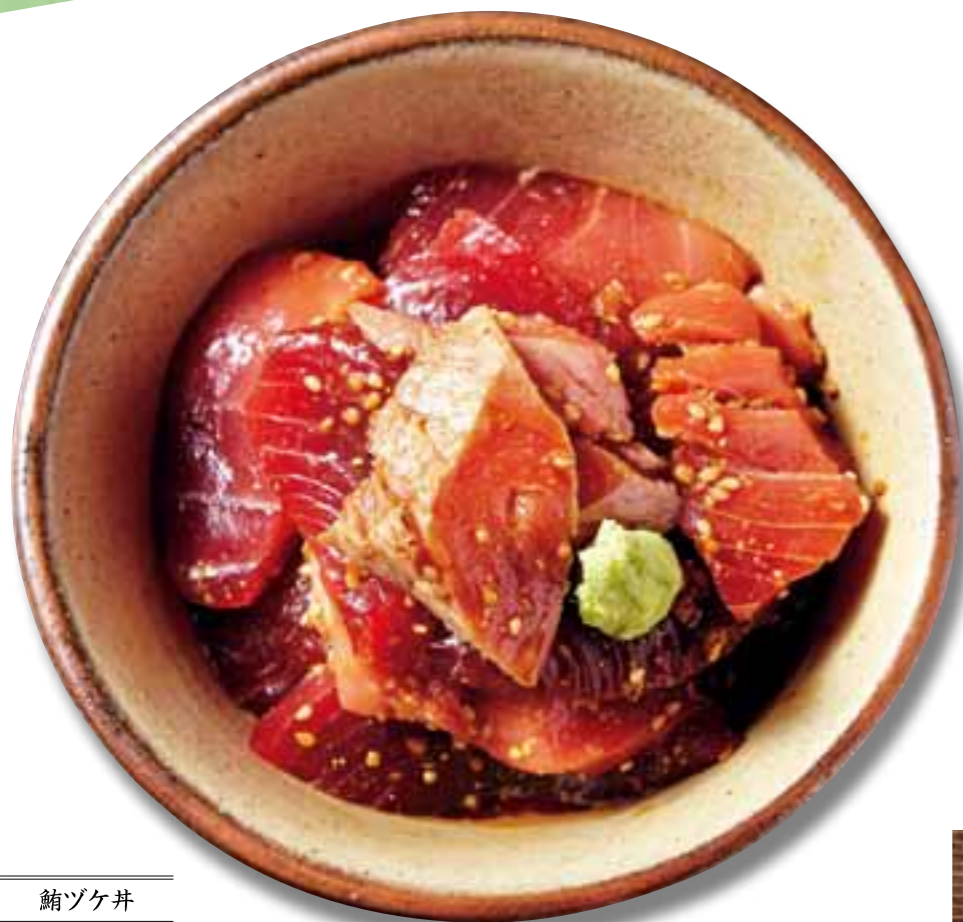
にほんばし たいまい 地下鉄日本橋駅C4出口徒歩2分。11:00~14:00LO/17:00~21:00LO(土・日・祝日は11:30~15:00LO/16:30~20:30LO)、無休。中央区日本橋2-9-9 ☎03・3272・3227  
MAP P28 B-3

あなご箱めし 中箱



渋い店構えは1953年に建てられた酒屋をそのまま使用。お茶漬けのときにだし汁をかける南部鉄瓶もなかなかの年代モノ。コレード間や銀座にも支店あり。

Don't miss it.



鮭ツケ丼

ランチメニューは「鮭ツケ丼」のみで、なくなったら即終了。夜は「鮮魚」にこだわる居酒屋で、夜のメニューもまた絶品と評判。



選ばれし者だけが味わえる  
限定30食の魅惑の丼  
鮮菜魚 早瀬

築地仲卸の直営店だから実現するお得感満載の「鮭ツケ丼」1000円は、限定30食とあって開店前から並んでいる人も多い。中トロ・赤身に加え、1本のマグロから2本しかとれないという稀少な「脳天」の炙り、3種類の部位が鮮やかに盛り付けられた丼にはゴマダレがかり、一層輝きを増している。無料でご飯をプラスし、100円で卵と磯海苔を追加すれば、男性でもおなかいっぱいになるガッツリメニューへと早変わり。

せんさいぎよ はやせ 地下鉄銀座線京橋駅3番出口徒歩2分。12:00~13:30LO(売り切れ次第終了、土はランチ休)/17:30~22:00LO(土は16:30~21:00LO)、日・祝日休。中央区京橋3-11 京橋サウスB1 ☎03・6423・1863  
MAP P28 C-2

箸をつけるのを  
ためらうほどの美しさ  
すし 青柳

改札口からすぐの「東京ステーションホテル」内のお店へ向かうと、駅構内であることを忘れるくらい「すし 青柳」の店内は静かで落ち着いている。毎朝築地から仕入れる魚をふんだんに使用した「ばらちらし」3324円は、食べてしまうのがもったいないと思うほど美しい丼だ。口に含めば、ほんのり甘口の酢飯と新鮮な魚介や野菜のバランスも絶妙。時期により変わる小鉢も海鮮との相性がよく、最後まで食事を楽しませてくれる。

すし あおやぎ JR東京駅丸の内南口直結。11:30~14:30LO/17:30~21:30LO、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・6269・9428  
MAP P28 B-2



取材日の小鉢は「温度卵の先付け」。ばらちらしによく合う赤だしの味噌汁も美味。小鉢とともに出てくる水菓子も女性には嬉しい組み合わせだ。

一度は食べたい  
江戸前スタイルの粋な名店  
京橋 てんぷら深町

親子4人で営むごちんまりしたお店ながら、ミシュランに掲載され、国内外から多くの支持を受ける人気店。太白ごま油でカラッと揚げられた天ぶらが絶品で、ランチ限定の「特製かき揚げ天丼」3024円は、夏はゴーヤやミョウガ、秋は栗やマイタケが出るなど季節により具材が変わり、一年を通して楽しめる一品だ。ランチ時は天丼のみでは予約できないため、確実においしい天ぶらを味わいたいならコース料理もおすすめ。

きょうばし てんぷらふかまち 地下鉄銀座線京橋駅6番出口徒歩1分。11:30~14:00/17:00~20:30LO、月、第1・第3日休。※カード利用不可。中央区京橋2-5-2 A・M京橋ビル1F ☎03・5250・8777  
MAP P28 C-2

特製かき揚げ天丼



ご主人は「山の上ホテル」で長く料理長を務めていたベテラン。山の上ホテルの伝統を受け継いだ江戸前スタイルの天ぶらが楽しめる。



# 「盛り」の美学

見た目のインパクトも大事なんです  
出されたときに、思わず「おっ!」と息をのむ、「盛り」に特徴のあるお店を紹介。たっぷり盛られた丼でしばしシアワセのひとときを……。

絶品ソースにリピーター続出のローストビーフ丼  
HAL YAMASHITA 大手町Lounge

おいしいお肉をリーズナブルに食せると、大手町ワーカーに人気の「ローストビーフ丼(並盛り)」880円。ヘルシーな赤身肉に特製のオニオンビーフソースをかければ、至福のランチタイムの始まりだ。少し味を変えてみたいなら、ニンニク醤油やユズ胡椒などを好みで添えてみよう。丼は並盛りだけでなく「特盛り」1480円など量とトッピングを自由に選べるうえに、白米を抜いた「レタス丼」980円などバリエーションも豊富で女性にも人気。

ハルヤマンタ おおてまちラウンジ  
地下鉄大手町駅東西線中央改札前徒歩1分。11:00~23:00、日休。  
千代田区大手町1-5-5 大手町タワー-OOTEMORI B2  
☎03・5220・5886  
MAP P28 B-1



ローストビーフ丼



写真は並盛り。行列必至のランチタイムは、丼のテイクアウトも実施中。5個以上なら前日に電話予約もOK。

Don't miss it.

特別な場所で忘れられない特別な丼を  
Dining&Bar TENQOO

東京駅を一望しながら食す「黒毛和牛ステーキどんぶりフォアグラソテー添え」4700円は、ホテルのレストランにふさわしい、贅沢を極めた一品。やわらかいステーキ肉ととろけるフォアグラは、口に含むとまさに天にも昇る気持ちに。パイナップルジュースを隠し味に加えた照り焼きソースは、甘さと照りのベストバランスを追求し出来上がったもの。朝6:00から煮込むコラーゲンスープにご当地名物・蔵王漬けと、細部までこだわった究極の丼だ。

ダイニング&バー テンクウ JR東京駅日本橋口直結。11:30~14:00 LO / 17:00~22:30、無休。千代田区丸の内1-7-12 サビアタワー27F ホテルメトロポリタン丸の内 ☎03・3211・0141 MAP P28 B-2



黒毛和牛ステーキどんぶり  
フォアグラソテー添え



27階の店内には東京駅がジオラマのように見える席も。各地から取り寄せた素材を使用したビュッフェランチ2800円〜も人気だ。

取材・文=おおしまりえ 編集=上原 千穂・角田 領太  
撮影=三輪 友紀・宇賀神 善之(スタジオダンク)・柴田 愛子(スタジオダンク)・池田 義貴(スタジオオ)

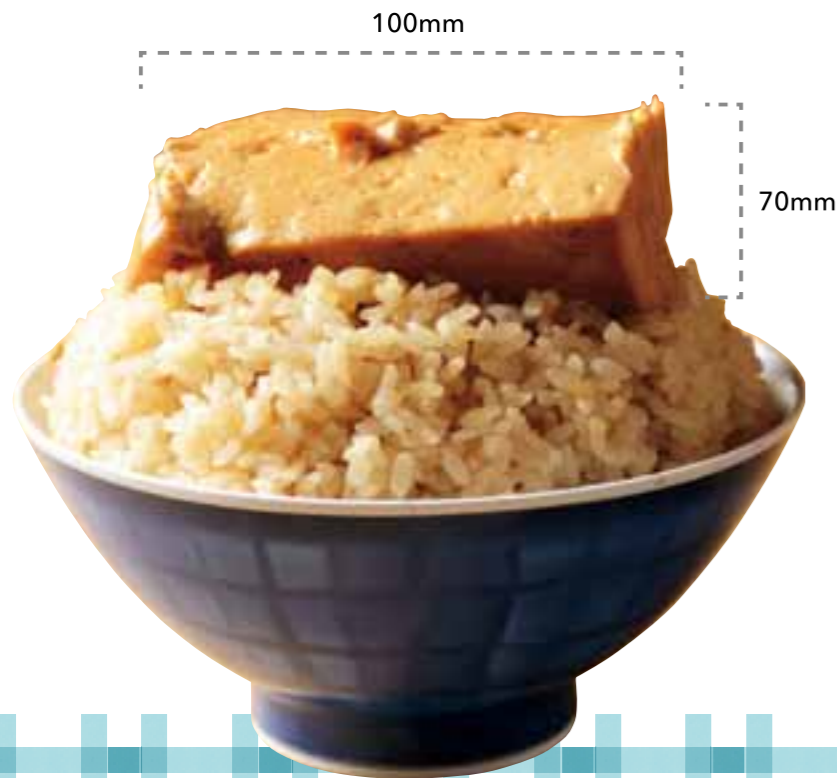
濃いめのだしと  
マンガ盛りがインパクト大

日本橋 お多幸本店

思わず「おおっ！」とスタッフもうなった看板メニューの「とうめし定食（大盛り）」720円。山盛りの茶めしに大きい豆腐がドンと載った一品は、見た目だけでもインパクト大。固めに炊かれた茶めしと、おでんのだしで濃いめに煮た豆腐が、ボリュームとは裏腹に食欲を倍増させる。元々常連さんからのリクエストから誕生したという「とうめし」。定食は大根や玉子、こんにゃくなど人気のおでん種がセットになっているのも嬉しい。

にほんばし おたこうほんてん\_地下鉄日本橋駅B5出口徒歩1分。11:30~13:30LO/17:00~22:15LO、日休。中央区日本橋2-2-3 お多幸ビル ☎03・3243・8282  
MAP P28 B-3

7オ!!



高すぎて思わず戸惑う  
東京の名物丼

天ぶら 天喜代

そびえ立つアナゴが特徴的な「大江戸天丼」1600円。9月中旬までの夏バージョンには、アナゴ、サヨリ、エビ、ハモ、枝豆、シントウにシソと、贅沢に野菜や魚が盛りつけられている（季節により具材と金額に変更あり）。地方から来た人にも「東京って凄いね、おいしいね」と言ってもらえるよう、開店当初に知恵を絞って考案した一品だ。紅花油でしっかりと揚げられた天ぶらに、宮内庁御用達のたまり醤油を使ったタレがかかり、まるやかさと甘みを感じられる。

てんぶら てんきよ\_JR東京駅八重洲中央口徒歩1分。10:00~22:00LO、無休。千代田区丸の内1-9-1 グランルーフB1 ☎03・6269・9926  
MAP P28 B-2

220mm



しごとん!!

女子のリピーター続出  
超人気の山盛り海鮮丼

日本橋 海鮮丼 つじ半

大人気の「ぜいたく丼」は松・竹・梅・特上の4種類。使用する具材の違いはあるが、海鮮の総量は変わらないという。一番人気の梅990円はマグロや中落ち、イクラに数の子、ミル貝やボタンエビなど歯ごたえを計算して全9種類の海鮮が山盛りとなってそびえ立つ。崩れないかヒヤヒヤしながら、ワサビを混ぜた黄身醤油をかけて食べよう。締めには別皿で出される刺身をのせ、サービスの「鯛だし」をかけてお茶漬けでいただく。タイと野菜に秘密の隠し味を加えただしは、また違った味わいで美味。

にほんばし かいせんとん つじはん\_地下鉄日本橋駅B3出口徒歩4分。11:00~15:00/17:00~21:00LO、不定休。中央区日本橋3-1-15 久栄ビル1F ☎03・6262・0823  
MAP P28 B-3

♪♪



ランチタイムには行列ができるほどの人気店。夜はおでんをつまみに一杯やるのもオツ。



観光客はもちろん、出張ついでにわざわざ立ち寄る人も多いという。大江戸天丼は1日100食出ることもあるという人気メニューだ。



とにかく行列は必至。多い日で1日300食も出るのだとか。「ぜいたく丼」に添えられる刺身は、お茶漬けにせず、そのまま食べてもおいしい。

# ヘルシーな食へ歩む

東京の丼グルメを女盛りの2人が食べ尽くすこの企画。とりあえず集合は早朝の三越前。いったいどんなグルメが飛び出すのでしょうか。

とおいしい感じに味が絡んで、なんだかホツとする

何度来ても飽きないように、赤味噌や黒ゴマ、チーズ味など別味のきんぴら井もあるの(各1000円)。開店から14年経っても愛され続けるメニューには、工夫やアイデアが詰まっているのね

## ヘルシーさが女子力と食欲をくすぐる

アボカドを食べたら、もつと野菜が食べたくなってきた。井ってお肉や魚のイメージが強いけど、ヘルシーなものはないの？

そうくると思つて、次は野菜をどつさり食べた女子におすすめの「日本料理 京橋 娑婆羅」の「やさしい丼」1296円です

いいね！野菜どつさり盛り！なんだか健康美が手に入りそう

野菜はトマトや甘長トウガラシ、チコリーやミヨウガなど季節によって変化をつけながら10種類の野菜が楽しめます

瑞々しい野菜と温泉卵が絡まって

まるでやかでおいしい。あれ、ご飯がなんだかシャリシャリする

ぶぶあられ(小粒のあられ)が掛かっているの。野菜だけでなく最後まで食欲を楽しんでほしいという工夫ね

お吸い物とデザートもついてこのお値段つて、すごくヘルシーで贅沢な一品だね！でもヘルシーな気持ちには満たされたから、そろそろお肉が食べたいな……。よしちゃん、罪悪感の少ないお肉つてない？

罪悪感の少ない肉つて(苦笑)。じゃあ次は「馬菜銀座本店」の「熊本産馬肉丼」1490円を食べましょう。

馬肉つて酒のツマミのイメージが強いけど、実は高タンパク高ミネラルで、低カロリーで低脂肪。健康や美容にも注目されている食材なの

馬つてすごいね！知らなかった

「馬菜」では「フタエゴ」と言われる馬特有部位の肉を使っているの。本来歯ごたえのある部位なんだけど、厳選してやわらかい部位を提供しているのよ

本当だ。やわらかくて食べやすい。馬肉つて臭いも全然ないし、噛むほどに旨味を感じられて幸せ

ちなみに「馬菜」の「菜」は野菜の

きましよう

ばくだん!? えっと、ネバネバ系は大好きだけど、実はこのあとデザートだから納豆はちよつと……

デザートなの!? 聞いてないけど、でも大丈夫！デリケートな女性のために、この「ばくだん海鮮丼」では納豆を使わず、とろろとオクラでネバネバ感を出しているの

それはありがたい！

お魚は日によつて変わるけど、今日はタイにマグロ、タコにサーモン、これを温玉と切り昆布、そしてネバネバたちと混ぜて召し上がれ！

ネバネバが絡んで、どんどん食べられちゃう。ネバネバの美容効果で、なんだか肌もイキキしてきたかも！

効果早すぎるでしょ。でも山芋には消化促進や疲労回復、若返り効果があるから、女子には嬉しい食べ物よ

よし、「ばくだん海鮮丼」パワーで、夜のデートも楽しむぞ！

なんて元氣すぎる女の……

Don't miss it.

よ なるほど！見て食べて味わえるお店つて感じが素敵だね

よ 意味で、サラダも有機野菜を使つてるのよ。肉も野菜も上質なものを食べてほしいっていう情熱が感じられるよね

よ 後半もガンガン食べまくるよ。まずは『有楽町うまやの楽屋』で、東京じゃあんまり食べられない佐賀のご当地グルメ「シシリアンライス」1150円はいかがでしょう

よ カボチャにトマト、パプリカが彩り鮮やかだね

よ マヨネーズとコチュジャンが混ざつたタレが、和風ビビンバみたいでおいしいの。ご飯も白米と麦飯が選べるんだよ。麦飯独特の歯ごたえが食欲を増進させるでしょ

よ これは写メつて友達に自慢しちゃおう。ところでこの店内、至る所に歌舞伎役者さんのポスターが張つてあるけど、店長さんがファンなのかな？

よ ここは歌舞伎役者、三代目市川猿之助さんがディレクションしたお店なの。歌舞伎役者の楽屋弁当をアレンジした「楽屋めし」1600円なんかも人気なのよ。だから歌舞伎公演を見終つたお客様が、そのまま食事に来ることも多いんだとか

よ なるほど！見て食べて味わえるお店つて感じが素敵だね

よ そろそろ小休止しながら、さらに

と食べられる丼でも行きましようか。「総本家 小松庵」の「お蕎麦と湯葉とじ丼」1650円は、専門店ならではの打ちそばとあつさり湯葉を交互に食べると、バランスが最高ののかに湯葉の香りがする

よ ご飯に湯葉が混ぜこまれていたら、卵と一緒にすくえば、ふんわりした味わいが楽しめるでしょ。そしてこのそば、コシがあつておいしいし、つけ汁も少し濃い味が癖になつてしまいうそよ

よ 井もだけど、そばもそば湯もおいしいし、温かみのある店内で心も体も癒やされるね

よ そば湯だけでなく、箸休めのお多福豆がまた甘くて懐かしい味なの。湯葉にそばにお多福豆と、どれもヘルシーでしょ

よ いやー食べた食べた！でも不思議とどれも罪悪感なくて、幸せな気分

よ 本当に素材や製法にこだわつた料理つて、体も心も満たされるよね。じゃあ最後は、帰りがけにサツと食べられる一品を。八重洲地下街にある「八重洲 海賓亭」は、30年近く営業している地下街のベテラン海鮮料理店なの

よ わ！お店の前に大きな水槽がある。このタイ、食べられるのかな？

よ ディナータイムなら生け簀の魚も注文可能よ。鮮度や味にしっかりこだわり続けるから、長く通うお客様も多いの。今日は女性に大人気の「ばくだん海鮮丼」1080円を締めたいだ



吉田 よし子 今回の食べ歩き特集を影で支配するグルメクイーン。「おいしい食事のためならどこへでも」をモットーに、常に新しい食情報を求めてアンテナを張り巡らせる。好物はうなぎ。

おおしまりえ グルメにもキレイや女子力を求めるワガママ女子ライター。食べ物の好き嫌いはないが、おいしいだけでは物足りないという、美と健康を共に要求する。好物は鶏肉と甘いもの。



店頭が生け簀が目印。新鮮な魚介類を堪能やえす かいびんてい 八重洲 海賓亭 八重洲地下街で約30年続く古株の海鮮料理店。店頭が生け簀には旬の魚がゆうゆうと泳いでいる。180席という広さで宴会利用も可能。ランチタイムはまぐろ井1000円、本日の刺身定食950円なども人気。生け簀の鮮魚は夜にお造りや、焼き魚など好みの方法で調理してくれる。◎JR東京駅八重洲南口徒歩1分。11:00~21:30LO(土・日・祝日は~20:30LO)、無休。中央区八重洲2-1 八重洲地下街南1号 ☎03・3271・3839 MAP P28 B-2



落ち着いた店内で本格的な手打ちそばを そうはんけ こまつあん 総本家 小松庵 丸の内オアゾ店 オアゾでショッピングを楽しんだあと、そのままゆっくりできる居心地のいいお店。タイミングが合えば店頭で職人がそばを打つ姿を見ることが出来る。丁寧に打ち込まれたそばは十割の生粉(きこ)と二八の2種類。そばメニューのほか御膳ランチ 2050円~なども人気。◎JR東京駅丸の内北口地下通路直結。11:00~15:00LO/17:00~22:00LO、無休。千代田区丸の内1-6-4 丸の内オアゾ 5F ☎03・3215・5181 MAP P28 B-2



三代目市川猿之助さんが監修 ゆうらくちょう うまやのがくや 有楽町うまやの楽屋 「イトシア」内という場所柄か、女性客が多く、梅酒の種類なども豊富で、夜の利用も楽しい。シシリアンライスは佐賀市のご当地グルメで、お隣、長崎のトルコライスに対抗して作られた。シシリアはイタリアのシチリア島からの由来で、トマトと卵白、レタスでイタリアの国旗をイメージしているそう。◎JR有楽町駅中央口徒歩2分。11:00~22:00LO、元旦休(イトシアに準ずる)。千代田区有楽町2-7-1 有楽町イトシア B1 ☎03・6259・8622 MAP P28 C-1



こだわりの馬肉と野菜を供する ばさい 馬菜 銀座本店 馬肉は通常800kgほどに育つた状態で出荷されるのだが「馬菜」は1tまで飼育した馬肉を使用。そのほうがやわらかさが増し、味も良くなるという。店長おすすめは「上馬刺し膳」3110円。馬肉の様々な部位が一度に楽しめてお得。ショウガやニンニクを添えると、さらに美味に。◎JR有楽町駅日比谷口徒歩3分。11:00~15:00LO/17:00~23:00LO、無休。千代田区有楽町2-3-2 新白石ビル B1 ☎03・3571・6722 MAP P28 C-1



名物料理も数多い、昼夜問わず人気の店 にほんりょうり きょうばしばさら 日本料理 京橋 娑婆羅 各地のフレッシュな野菜をポン酢でいただく「やさしい丼」は女性に大人気。秋にはキノコが加わったりと、四季を感じられる一品でもある。苦手なものを入れないなどの対応も。個室完備で夜には接待などでの利用も多く、昼と夜でガラリと雰囲気が変わる人気店。◎地下鉄銀座線京橋駅直通。11:00~14:00LO/17:30~21:30LO、日休。中央区京橋3-1 東京スクエアガーデン 1F ☎03・5542・1938 MAP P28 C-2



出勤前のサラリーマンにも愛される早朝営業カフェ ゼンちゃフェ ZEN茶'fe 井以外にもサンドイッチなど軽食の種類も豊富なカフェ。毎週月曜のみ、井メニューを注文するとドリンクのサービスあり。店頭に置かれた南部鉄釜でお湯を沸かし、京都から取り寄せた抹茶を丁寧に点ててくれる。◎地下鉄三越前駅A1出口徒歩1分。7:00~22:00LO(土曜は11:00~18:00LO、日・祝日は11:00~17:00LO)、無休。中央区日本橋室町1-11-2 ☎03・3270・3672 MAP P28 B-3



# 大手町

## ビルの中に見つけた賑わい

オフィスビルが林立する大手町では、個人経営の路面店をほとんど見かけない。でも、面白味のない街だと一蹴するのは早計だ。ビル内や地下に目を向ければ、たばこ屋、居酒屋、食堂、パブなど、街の賑わいが揃っているのだ。例えば、昭和テイストな大手町ビルの地下2階。さながら横丁のような雰囲気の中に、1967年から営む古参の喫茶がある。「ビル創業当初は大きな商社の社食があったんだけど、大手町にどんどん地下鉄が増えていくのに合わせて店も増えて、今の形になっていったんです」と、教えてくれたのは

は「喫茶室サンマリ」マスターの柏原孝夫さんだ。変貌著しい大手町で、変わらずそこにある、数少ない店となり、「まだやっていたね」と嬉しそうに再訪するお客も。「しばらく地方に赴任していたんでしょね。変わらないうね」と言われるのは嬉しいですが、このビルも近い将来建て替えになるそうなんです。ちょっと寂しいですね。

一方で、新しく完成したオフィスビル内にも、神社を祀る小さな里山が誕生していたり、旬の産直販売が行われていたり、珍しい試みがなされている。そして、無機質なオフィス街で新たなオアシスとなっているのが大手町タワーに誕生した「大手町の森」だ。界隈の自然環境を調べ、本来、この辺りに生育するであろう草木で、雑木林を形成。せせらぎが流れ、木漏れ日が落ち、風と鳥の声が渡る。ビジネス街ながら森があるという環境にひかれて世界的ホテル「アマン東京」は、日本初進出の地に大手町を選んだとか。森に立ち入ることはできないが、カフェのテラスでは、森に包まれているような気持ちになれる。

目下、大手町は築50〜60年のビルの建て替えで再開発の真っ最中。街の景観は変わるけれど、心と自然や人情は、受け継がれていくに違いない。



田んぼ、せせらぎ、茶畑……ビルの谷間に里山が

### スカイガーデン

日経ビル・JAビル・経団連会館

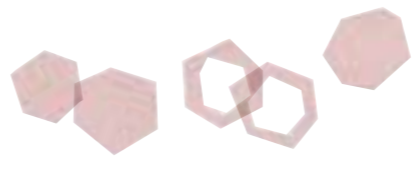
都心のビジネス街の、ビル内空中庭園に、あろうことか里山が！ 田植え、稲刈り、茶摘みなど、ビル内で働く人々が折々に手をかけ、小さいながらも美しき景観を維持。旧農協ビルから遷座された神社は、新たに「大手町神社」となって、この里山を見守っている。◎大手町駅C2b出口直結。10:00～16:00、土・日・祝日・雨天休。大手町1-3-1、2、7大手町カンファレンスセンター4F屋上  
MAP P28 A-1

### 街角ならぬビル角のフロント風たばこ屋

#### たきやま 新大手町ビル店

新大手町ビル

ビル内に埋め込まれたようなたばこ屋。現在の店は丸の内界隈で40年ほど前に創業し、10年前に新大手町ビル内に移転した。「きっと前もたばこ屋だったんでしょね。差し入れや出張のおみやげを持ってきてくれる方もいて、大手町は情に厚い人が多いんですよ」と、三代目のお姉さん。◎大手町駅B3出口徒歩1分。8:30～20:30、土・日・祝日休。大手町2-2-1新大手町ビル1F  
MAP P28 B-2



### 社食？と思わず見紛う 広くて料理充実の強者 DAY・NITE 大手町店

アーバンネット大手町ビル

約300席という大食堂。好きなものを選ぶ学食スタイルで、和洋中にイタリアン、タンドール窯を備えたインド料理、カフェ、うどん・そばなど、各ジャンルの料理人が腕を振るう。日替わり料理のラインナップが圧巻で嬉しい。◎大手町駅A5出口直結。11:00～14:00LO/17:00～21:00LO、土・日・祝日休。大手町2-2-2アーバンネット大手町ビルB1 ☎03・5255・1414  
MAP P28 A-2



### 細やかな技で 愛用の時計が粹に甦る 石國商店 大手町店

大手町ビルディング

店頭を彩るのは、3000円台から揃うカラフルな革製の時計ベルト。1920年に創業した時計ベルトの専門店、時計の修理やオリジナルベルトのオーダーも受け付ける。大事に愛用する時計のベルトや電池の交換に訪れる人がひっきりなし。店内には素敵な商談スペースもある。◎大手町駅C7・E2出口徒歩1分。11:00～20:00、土・日・祝日休。千代田区（以下省略）大手町1-6-1大手町ビルディング B2 ☎03・5208・1492  
MAP P28 A-1



### たっぷり生クリームに頬緩む 大手町のオアシス

#### 喫茶室サンマリ

大手町ビルディング

創業48年。大手町ビルの最古参の一つ。木造りの壁やソファ席、絵画が深い風情を醸す。カフェ・オーレ 480円は、疲れた心に嬉しいたっぷりの生クリーム付き。自家製マヨネーズを塗ったサンドイッチ類も人気だ。◎大手町駅C7・E2出口徒歩2分。7:00～19:00、土・日・祝日休。大手町1-6-1大手町ビルディング B2 ☎03・3213・6841  
MAP P28 A-1

### 木漏れ日やせせらぎを 肌で感じる森カフェ

#### ザ・カフェ by アマン

大手町タワー

各地の伝統文化や自然環境に身を委ねるホテル「アマン東京」1階外の森に佇むカフェ。大人気で行列必至だがビジターも利用でき、和の食材を取り入れた地中海料理 800円～(税別)が味わえる。◎大手町駅東西線中央改札前徒歩1分。11:00～22:00(土・日・祝日は～21:00)、無休。大手町1-5-6大手町タワー1F別棟 ☎03・5224・3332  
MAP P28 B-1



### 全国のご当地焼き鳥を 一気に食べ尽くせ！

#### 全や連総本店 東京

東京サンケイビル

日本三大和食の一つに焼き鳥を押し上げるべく、個性あふれるご当地焼き鳥が集結。室蘭、久留米、東松山など全7地方で異なる味は、食べ比べ7本セット 1598円とビール 540円でぜひ。◎大手町駅E1・A4出口徒歩1分。11:30～14:00LO/17:00～22:00LO(土・日・祝日は12:00～21:00LO)、不定休。大手町1-7-2東京サンケイビル B2 ☎03・3231・7705  
MAP P28 A-1



# マチの専ネタ

# 10

ビル外の見どころ

の巻

ビル内にお店や里山などの要素を抱える大手町。ビル外は「何もない！」ように思われがちだが、どこい歴史や伝統文化、記憶を大事に思う心はしっかりと刻み込まれている。日本橋川沿いに遊歩道が整備され、隠れた遺構が見つけやすくなっていたり、国民が手に汗を流す熱戦のスタート&フィニッシュ地点があったり。皇居と東京駅に挟まれたマチで、ビルの谷間で見つけた見どころを一挙にご紹介。

MAP P28

3 9.11で犠牲になった方々を偲ぶモニュメント



「大手町の森」の片隅にモニュメントが。WTCビルの瓦礫も置かれ、みずほ銀行の本社脇で静かに、かの日の記憶を伝えている。B-1

4

大手町で見られる「路地」的風景

だいぶ人工的だが、パレスホテルの脇に狭い路地的な道を見え。小径を抜けると和田倉濠で、緑と水の風景にほっとひと息。B-1

5

江戸時代は水運の拠点だった荷揚げ場



江戸城築城や、当時の町づくりのため、水路で運んだ建築資材の荷揚げに使われた場所。ひっそり神田橋のほとりに残る。A-1

入り口も窓もない謎めく箱の正体は...?



KDDI ホールの前に、カラフルな板を張り付けた箱が。これは元売店？ それとも地下鉄入り口？ 実は電力系機械の搬入口。現役だ。A-1

8

縁起の良い「黄金虫」を擬人化したいなまめかしい金銅像

縁起物と言われる黄金虫を、心豊かな町へ発展するよう見守る「金銅縁起 豊展観守像」に。鍛金作家の山下恒雄氏作。A-1



今年のはサクラの開花日は...の指針となっていた生物季節観測の木々



江戸期は蛇行する掘割で、幕府のお抱え医師、道三法眼が選参の言い訳にしたところ、橋を架けることになったとか。B-2

7 昔、ここには堀があり「道三橋」という橋が架かっていたそう

ビルの内部にはレトロなポストも。

7階建てだった頃の面影を残す美しい時計塔



元は1932年築の「旧日清生命館」。ネオルネッサンス風の繊細な意匠は、大手町野村ビルでも忠実に復元。都選定の歴史的建造物でもある。B-2

樹齢150年以上。元文部省敷地にあったが、関東大震災で奇跡的に生き残り、人々の希望に。伐採を惜しまれ、この地に移植。A-1



関東大震災の猛火の中、生き延びた「震災のちようよう」

6

元は1932年築の「旧日清生命館」...

江戸城築城や、当時の町づくりのため...

KDDI ホールの前に、カラフルな板を張り付けた箱が...

今年のはサクラの開花日は...の指針となっていた生物季節観測の木々

江戸期は蛇行する掘割で、幕府のお抱え医師、道三法眼が選参の言い訳にしたところ、橋を架けることになったとか。

樹齢150年以上。元文部省敷地にあったが、関東大震災で奇跡的に生き残り、人々の希望に。伐採を惜しまれ、この地に移植。

入り口も窓もない謎めく箱の正体は...?

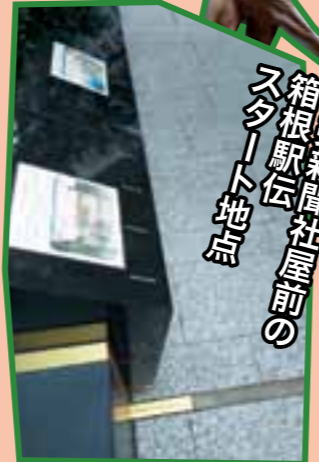
縁起の良い「黄金虫」を擬人化したいなまめかしい金銅像

縁起物と言われる黄金虫を、心豊かな町へ発展するよう見守る「金銅縁起 豊展観守像」に。

鍛金作家の山下恒雄氏作。

取材・文=佐藤 さゆり 撮影=木村 心保

“絆”と銘打たれ、ゴールテープを切る駅伝ランナーの像が立つのは、箱根駅伝のフィニッシュ地点だ。A-1



1 読売新聞社屋前の箱根駅伝スタート地点

スタート地点には、広重の五十三次で辿るコース案内や、箱根の山を模した巨石のオブジェも。A-1

佐世保の老舗の新名物をテイクアウトに

蜂の家 大手町フィナンシャルシティ店

大手町フィナンシャルシティ

海軍の街・佐世保の老舗が作るカレーは、たっぷりのタマネギと果実にスパイスを加え、カロリー低め。もちもちドーナツ生地で作るカレーパン 220円も名物で、深みある甘めのルーにハマる。◎大手町駅A1出口直結。11:00~21:00、土・日・祝日休。大手町1-9-7大手町フィナンシャルシティサウスタワーB1 ☎03-6225-2209

MAP P28 A-2



日本各地の美味しい食材に出合える場

農業・農村ギャラリー Minolé

JAビル

毎日15時まで販売されるのが、国産農畜産物を使った弁当や、福島の生乳70%以上を使用し、東大薬学部が発見した乳酸菌で作ったヨーグルト130円。とろんとなめらかで手みやげにも重宝する。第2木・金（開催は要確認）の産直販売も必見。◎大手町駅C2b出口直結。9:00~18:00、土・日・祝日休。大手町1-3-1JAビル4F ☎03-3212-2355

MAP P28 A-1



オフィス街で異彩を放つ将門伝説の地

将門塚

再開発で工事中のビルに囲まれた一角に、緑が鬱蒼と茂る場所がある。ここは、平安時代に朝廷に反逆して討死にした平将門の首塚。京ではねられた首が、怨念を持って、この地まで飛んできたと伝わる。今まで何度も選座を試みたが、そのたびに祟りがあって動かせないのだとか。◎大手町駅C5出口徒歩1分。大手町1-2-1

MAP P28 A-1



昼飲み、立ち飲み大歓迎のスペインッシュバル

La Pesquera -MARISQUERIA-

大手町タワー

この店での最初の一杯はチャコリ(ボトル 2700円〜)を。バスケットの微発泡ワインで、空気に触れさせるため、高いところからグラスに注ぐ姿に目が釘付け。パエリアやタパスなど食事メニューも多彩。◎大手町駅東西線中央改札前徒歩1分。11:00~24:00(祝日は~23:00)、日休。大手町1-5-5大手町タワーOOTEMORI B2 ☎03-5220-2840

MAP P28 B-1

