

メトロガイド

www.metroguide.jp

地下鉄で四季を感じる情報紙

NO.222_2019
AUGUST

8

©日刊工業新聞社2019



- ② 花火ダイアリー
- ⑧ 初心者でも安心!この夏キャンペーンデビュー
- ⑫ ホテルガイド
- ⑭ てくてく高野山 vol.13
- ⑯ 地方創生の切り札!?
- ⑰ 田舎暮らしを考える
- ⑳ good place! ムーミンバレーパーク



Illustration: 東京モード学園 グラフィック学科 中川路友梨



そろそろ、ヨーグルトも、
おいしさで選んでみませんか。



商品情報はこちら!▶
www.koiwaimilk.com/namagoe/



小岩井 生乳(なまにゅう) 100%ヨーグルトを1個買って応募しよう! 小岩井チーズ・バターお試しセット プレゼントキャンペーン

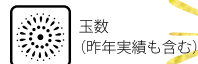


- ◆対象商品:小岩井 生乳100%ヨーグルト 400g
- ◆賞品・当選者数:小岩井チーズ・バターお試しセット(計5品) 50名様
- ◆応募方法:対象商品をご購入時のレシート(コピー不可)を市販のはがき、またはメールに添付の上、必要事項をご記入いただき、下記宛先までご応募ください。
- ・必要事項:①郵便番号②ご住所③お名前④電話番号⑤年齢⑥性別⑦小岩井 生乳100%ヨーグルトについてのアンケート回答
 - ①この商品をご存知でしたか(はい / いいえ)
 - ②この商品をこれまで購入したことはありましたか?(はい / いいえ)
 - ③今回ご購入いただいたチェーン、店舗名(例:〇〇スーパー 〇〇店)
- ・はがきで応募の場合:〒103-0016 東京都中央区日本橋小網町16-1
小岩井乳業株式会社「メトロガイド 小岩井キャンペーン」事務局
(日刊工業サービスセンター内)
- ・メールで応募の場合: koiwai@nikkansc.co.jp
(件名に「メトロガイド 小岩井キャンペーン」とご記載ください。)
- ◆レシート有効期間:2019年7月1日(月)~7月31日(水)
- ◆応募締切:2019年7月31日(水) ※当日消印有効(メールで応募の場合、当日23:59まで)
- ◆当選発表:厳正な抽選のうえ、賞品の発送をもって発表にさせていただきます。
賞品の発送は9月上旬頃を予定しております。
- ◆お問い合わせ先:03-5651-8877(日刊工業サービスセンター)
10:00~12:00、13:00~17:00(土日祝日を除く)

※お客様からいただいた個人情報は賞品の発送にのみ使用し、事務局にて管理いたします。
お客様の同意なしに第三者に開示・提供することはありません。

HANABI DIARY 花火ダイアリー

アイコンの説明



玉数
(昨年実績も含む)



昨年の人出

心地よい風に吹かれながら、夜空に咲き誇る花火を眺める……令和初めての夏も、各地で個性の光る花火大会が催されます。打ち上げ場所の近くで臨場感たっぷりに見るのもよし、少し遠い場所からのんびりと眺めるのもよし、夜空と光の共演に酔いしれましょう。

●会場へは電車やバスなどの公共交通機関をご利用ください。●ゴミは持ち帰りましょう。●掲載内容は6月中旬のものです。諸事情によりイベントが中止、または日程・時間などが変更になる場合がありますので、事前確認をお勧めします。●当日は電話がかかりにくいケースもあるので、大会公式HPやSNSの活用をお勧めします。●写真はすべて過去に行われた大会のものです。●掲載の花火大会は、編集室で選定したものです。●有料席は販売期間終了前に売り切れる可能性がありますので、早めの購入をお勧めします。●掲載情報は昨年実績のものも含みます。●大会プログラムなどは変更になる可能性があります。

東京・神奈川・埼玉・千葉 花火大会カレンダー2019

July 7

13⁺ 神奈川県 → P3
14⁺ 横浜スパークリングトワイライト2019

15⁺ 神奈川県 → P3
第48回相模原納涼花火大会

20⁺ 足立区 → P3
第41回足立の花火

23⁺ 葛飾区 → P3
第53回葛飾納涼花火大会

25⁺ 神奈川県横浜市
新横浜花火大会2019
約4,500発 約7万人 19時30分～20時 新横浜公園 ☎045・681・3906(新横浜花火大会実行委員会事務局)

27⁺ 墨田区 → P4
第42回隅田川花火大会

27⁺ 千葉県 → P4
第40回浦安市花火大会
～浦安の夏を彩り40年～

27⁺ 立川市
立川まつり国営昭和記念公園花火大会
約5,000発 約23万人 19時～20時 国営昭和記念公園 ☎042・527・2700(立川まつり国営昭和記念公園花火大会実行委員会事務局)

27⁺ 千葉県 → P4
28⁺ マザー牧場 サマーナイトファーム

28⁺ 埼玉県 → P4
令和元年度さいたま市花火大会
大和田公園会場

August 8

江東区 → P5
第37回江東花火大会

1⁺ 神奈川県相模原市
第70回さがみ湖湖上祭花火大会
約4,000発 約6万人 19時30分～20時45分 さがみ湖湖畔 ☎042・684・2633(相模湖観光協会)

江戸川区 → P5
第44回江戸川区花火大会

千葉県 → P5
第35回市川市民納涼花火大会

千葉県 → P5
幕張ビーチ花火フェスタ2019
(第41回千葉市民花火大会)

板橋区 → P6
第60回いたばし花火大会

埼玉県 → P6
第66回戸田橋花火大会

3⁺ 神奈川県 → P6
開国花火大会2019

神奈川県厚木市
第73回あつぎ鮎まつり大花火大会
約1万発 約53万人 19時～20時30分 相模川、中津川、小鮎川の合流点 ☎042・771・3767(相模原市観光協会)

千葉県松戸市
松戸花火大会2019
～みんなであげる夢花火～
約1万発 約21万4,000人 19時15分～20時20分 江戸川河川敷(松戸市立図書館本館先) ☎047・366・7327(松戸花火大会実行委員会事務局)

3⁺
4⁺
10⁺
18⁺
24⁺
25⁺
31⁺
千葉県 → P4
マザー牧場 サマーナイトファーム

埼玉県 → P6
第70回熊谷花火大会
10⁺ 新宿区 → P6
2019神宮外苑花火大会

神奈川県茅ヶ崎市
第45回サザンビーチちがさき花火大会
約3,000発 約8万人 19時30分～20時20分 サザンビーチちがさき ☎0467・84・0377(茅ヶ崎市観光協会)

10⁺ 埼玉県
令和元年度さいたま市花火大会
東浦和 大間木公園会場
約5,000発 約8万人 19時30分～20時30分(予定) 東浦和 大間木公園周辺 ☎0180・99・3144(NTTドーム7月18日(木)～)

千葉県木更津市
木更津港まつり花火大会
約1万発 約28万人 19時10分～20時30分 木更津港内港周辺 ☎0438・23・8459(木更津港まつり実行委員会)

17⁺ 埼玉県
令和元年度さいたま市花火大会
岩槻文化公園会場
約3,600発 約4万5,000人 19時30分～20時30分(予定) 岩槻文化公園 ☎0180・99・3144(NTTドーム7月18日(木)～)

23⁺ 神奈川県平塚市
第69回湘南ひらつか花火大会
約3,000発 約12万人 19時～20時 相模川河口 ☎0463・35・8107(湘南ひらつか花火大会実行委員会)

September 9

7⁺ 調布市
映画のまち調布花火2019(第37回調布花火)
約1万発 約30万人 18時30分～19時30分 調布市多摩川周辺 ☎042・481・7311(調布市花火実行委員会事務局)

October 10

5⁺ 世田谷区 → P7
第41回世田谷区たまがわ花火大会

5⁺ 神奈川県 → P7
第78回川崎市制記念多摩川花火大会

12⁺ 埼玉県 → P7
燃えよ! 商工会青年部!! 第18回こうのす花火大会

13⁺ 千葉県 → P7
NARITA花火大会in印旛沼

※荒天などにより順延・中止になる大会があります。詳細は各主催団体へお問い合わせください。

ガスではじまる豊かな暮らしを体験してください。



～住まいと暮らしの体験館～

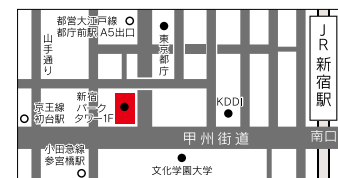
東京ガス新宿ショールーム

<http://home.tokyo-gas.co.jp/showroom/>



～ショールームってこんなところ～

- ① 最新のガス機器をご覧いただけます
- ② たくさんのガス機器を体験していただけます
- ③ ガス機器やサービス、リフォーム等のご相談を承ります
- ④ イベントやセミナーの開催もしています
- ⑤ 料理教室があります(事前申込制・有料)
- ⑥ 小さなお子様連れのお客さまにも安心



TOKYO GAS

東京都新宿区西新宿3-7-13 TEL:03-5381-6000
開館時間 10:00～18:00 休館日:水曜日(祝日を除く)

【アクセス】・JR新宿駅南口徒歩12分・都営大江戸線「都庁前駅」A5出口徒歩8分・京王線「初台駅」徒歩6分・小田急線「参宮橋駅」徒歩10分
【無料シャトルバス】・新宿駅西口エルクタワー1F三菱UFJ銀行前発着/朝10:10から 10～15分間隔で運行 【自動車】・首都高速4号線新宿ランプから1分

足立区

第41回 足立の花火 7/20(土)

約1万3,000発
約70万人



謎の集団 NINJAも登場!

ナイアガラを二重にしたWナイアガラに加え、今年は4号玉では珍しい、色が途中で変わる変化牡丹、レーザーとコラボレーションした新演出など、見どころが満載。オープニングには謎のNINJA集団が登場し、打ち上げを盛り上げてくれます。

DATA ① 荒川河川敷(東京メトロ千代田線鉄橋～西新井橋間) ② 19時30分～20時30分 ※荒天時は中止
③ 有料席:あり ☎ 03-3880-0039
(お問い合わせコールあだち)

神奈川

横浜スパークリング トワイライト2019

7/13(土)・14(日)

約3,000発(各日) 2日間
総勢約63万人



夏の式典を彩る3,000発の花火

「横浜スパークリングトワイライト2019」の見どころは、夜空を彩る花火です。3,000発の伝統的な大玉や多彩な創作花火が、2日間にわたり横浜の海と夜を彩ります。山下公園通りで行われるパレード、グルメ、ライブなど、さまざまな催しもお見逃しなく!

DATA ① 山下公園及び公園前海上 ② 花火打ち上げ19時30分～20時 イベント11時30分～20時15分 ※荒天時は翌日に順延、翌日も荒天の場合は中止 ③ 有料席:なし ☎ 045-681-2353 (横浜スパークリングトワイライト実行委員会運営事務局)

葛飾区

第53回 葛飾納涼花火大会

7/23(火)

約1万3,000発
約77万人

華麗に進化し続ける 古き良き下町の花火

映画『男はつらいよ』50周年記念ステージやデジタルスターマインのステージなど、6つのステージに分けて花火を打ち上げます。銀の光が夜空に昇る昇銀龍、富士山ナイアガラから始まり、フィナーレの夜空を銀色に染め上げる大空中ナイアガラをお楽しみください。

DATA ① 葛飾区柴又7-17-13地先 ② 19時20分～20時20分 ※荒天時は翌日に順延 ③ 有料席:7,000円～ ☎ 03-6758-2222 (葛飾区コールセンター)



神奈川

第48回 相模原納涼花火大会

7/15(月・祝)

約1万発
約20万人

長い歴史を持つ 相模原の夏の風物詩

空中ナイアガラや大スターマインなど、約1万発の多種多様な花火を打ち上げる、神奈川でも有数の花火大会。フィナーレで尺玉を次々と打ち上げる、百花繚乱は必見です。会場である高田橋付近に並んだ露店でお祭り気分を味わいつつ、花火を楽しみましょう。

DATA ① 相模原市中央区水郷田名 相模川高田橋上流 ※河川敷を駐車場として開放(2,500台駐車可能) ※駐車場管理協力金として2,000円/1台 ② 19時～20時15分 ※荒天時、相模川増水は中止とし、順延はなし ③ 有料席:なし ☎ 042-771-3767(一社)相模原市観光協会



日本人の心のふるさと 伊勢神宮にお参りしましょう

明治13年(1880)、明治天皇の御聖断を仰ぎ、伊勢神宮の遥拝所として建てられたのが「東京皇大神宮遥拝殿」、いまの東京大神宮です。皇室の御祖神である天照大御神をまつり、国民の総氏神と仰がれる伊勢神宮(内宮)の御神徳を皇都東京にあまねく宣布し、都民の心のよりどころになるようにとの願いから創建され130年余の歳月が流れました。「東京のお伊勢さま」として親しまれている東京大神宮は、いまも伊勢神宮と都民の心を結んでおります。



東京の
お伊勢さま



東京大神宮

〒102-0071 東京都千代田区富士見 2-4-1 電話(03)3262-3566 FAX(03)3261-4147
http://www.tokyodaijingu.or.jp/

東西線・有楽町線・南北線・都営大江戸線・JR「飯田橋駅」徒歩5分

千葉



第40回 浦安市花火大会 ～浦安の夏を彩り40年～

7/27(土) 約6,600発
約12万人

夜空と水面に映える伝統の技

海上からの打ち上げで、夜空と水面に輝く花火のコントラストが美しい本大会。40回目となる今回は、萬治2年(1659年)創業の宗家花火鍵屋がプロデュースする迫力満点の花火と、音楽の演出は必見。光と音のコラボレーションが、浦安の夏の夜を彩ります。

DATA 浦安市明海 7-2 浦安市総合公園他 19時30分～20時30分 ※荒天時は翌日に順延 個人協賛席はHPを確認 ☎ 050-5542-8600 (NTTハローダイヤル)

墨田区

第42回 隅田川花火大会

7/27(土)

約2万発
約95万人



川面には屋形船も浮かびます。隅田川に映る花火と、下町情緒あふれる景色をお楽しみください。

約2万発の花火が輝く東京の夏の風物詩

両国の伝統を受け継ぎつつ、時代とともに進化を遂げてきた本大会。第一会場では両国の老舗花火業者と、全国から選ばれた全10社による花火コンクールを開催。第二会場では迫力の連続打ち上げが鮮やかな「百花繚乱花の舞」などさまざまな演出で花火を打ち上げます。

DATA 第一会場：桜橋下流～言問橋上流 第二会場：駒形橋下流～厩橋上流 19時～20時30分 ※荒天時は翌日に順延、翌日も荒天の場合は中止 有料席：受付終了 ☎ 03-5246-1111 (隅田川花火大会実行委員会)

埼玉

令和元年度 さいたま市花火大会 大和田公園会場

7/28(日) 約5,000発
約10万人

さいたま市花火大会の 口火を切る5,000発

東浦和、岩槻と日を分けて行われる、花火大会のオープニングを飾るのが大和田公園会場。4号玉が咲かせる大輪の花火、フィナーレに向けて色とりどりの花火を打ち上げるスターメインも必見です。会場周辺は見晴らしがよく、どの方角からでも花火を楽しむことができます。



DATA 大和田公園周辺 19時30分～20時30分(予定) ※荒天時は翌日に順延、翌日も荒天の場合は中止 ☎ 0180-99-3144 (NTTテレドーム 7月18日(木)～)

マザー牧場 サマーナイト ファーム

7/27(土)・28(日)、
8/3(土)・4(日)、10(土)～18(日)、
24(土)・25(日)、31(日)

場内のどこからでも楽しめる花火

場内の中心で打ち上げるため、どこからでも見やすいのが魅力です。牧草地にレジャーシートを敷いて見るのもよし、ジンギスカンを食べながら見るのもよし。標高が300mあるため、涼しいのもポイント。和太鼓の演奏など、各種イベントも予定しています。

DATA 富津市田倉940-3 マザー牧場内 19時50分～20時5分 ※観覧無料 ※マザー牧場への入場料が必要 ☎ 0439-37-3211



第90回信州千曲市 千曲川納涼煙火大会
2019年8月7日(水) 19:30～21:30

約一万発もの花火が、千曲川河畔で打ち上げられる。光と音が山にこだまし、夜空と千曲川を彩る夏の風物詩。
打ち上げ会場：戸倉上山田温泉・千曲川河畔(万葉橋から大正橋の間)

千曲市キャラクター あん姫

©信州千曲観光局

長野県北信地方の南東部にある千曲市。周囲の山々と中央に流れる千曲川の豊かな水に育まれた肥沃な大地、豊富な特産物や県内屈指の温泉など、魅力あふれる観光地です。

長野県 千曲市

フルーツ王国 ちくま
シヤインマスカット、ナガノパープル、桃、信州りんご、ラ・フランス
千曲市は、ほぼ一年中果物が収穫できるフルーツ王国。希少な品種に出会えるかも…

ちくまし 信州千曲市
絶景と温泉、花と歴史のまち

戸倉上山田温泉
開湯120年を超える長野県屈指の温泉。善光寺詣りの精進落としの湯として古くから親しまれてきた。源泉が多く、その泉質の良さから「美肌の湯」として知られる。

エキサイティング花火2019

江戸川区 第44回 江戸川区花火大会

千葉 第35回 市川市民納涼花火大会

8/3(土) 合計約1万4,000発
約90万人(江戸川区側) 約49万人(市川市側)



江戸川区側

江戸川河川敷で打ち上げられる花火は圧巻。混雑が予想されるので会場は早めに。



市川市側

5秒間で1,000発! 盛大なオープニング

江戸川区と市川市で同時開催される本大会。趣向を凝らした8つのテーマで構成され、テーマごとにBGMも変更。スターメイン、仕掛け花火など、花火と音楽のコラボレーションも楽しめます。毎年恒例の5秒間で1,000発を打ち上げるオープニングは必見です。

DATA ① 江戸川河川敷(都立篠崎公園先、千葉県市川市大洲3丁目地先) ② 19時15分~20時30分 ※荒天時は翌日に順延、翌日も荒天の場合は中止 ③ 市川市側有料席:6,000円~ ☎ 03・5662・0523(江戸川区花火大会実行委員会)047・711・1142(市川市民納涼花火大会実行委員会事務局)

江東区

第37回 江東花火大会 8/1(木) 約4,000発 約32万人

至近距離のスターメインは大迫力!

メイン会場である河川敷と、荒川に浮かんだ台船との距離は約150m。至近距離から次々と打ち上げられるスターメインは圧巻。全身で花火の迫力を感じられます。芝生や土手にシートを敷いて、空と川面に咲き乱れる花火をゆったり見物するのも魅力です。

DATA ① 荒川・砂町水辺公園 ※葛西橋と荒川鉄橋の間(江東区側河川敷) ② 19時40分~20時30分(予定) ※荒天(風速7m以上)時は中止 ③ 有料席:なし ☎ 03・3647・4963(江東区地域振興課区民交流担当)



写真提供:江東区広報広聴課

千葉県

幕張ビーチ花火フェスタ2019 (第41回千葉県市民花火大会)

8/3(土) 約2万3,000発 約30万人

観覧者参加型の花火で観客が一体に

歓声に反応して花火が開く、海上パノラマミュージックスターメインや大切な人へのメッセージを届けるLOVEメッセージ花火など、観客参加型の演出を用意。フィナーレでは約1万発のスターメインによる、大空でナイアガラに注目。

DATA ① 幕張海浜公園(千葉県美浜区美浜1)・幕張海浜公園Gブロック隣地(美浜区豊砂1-6) ② 19時30分~20時30分 ※荒天時は中止(午前9時に決定) ③ 有料席:1,500円~ ☎ 花火大会に関するお問い合わせ 050・5542・8600(NTT/ローダイヤル) チケットに関するお問い合わせ 0570・550・100(チケットよしもと問合せダイヤル)



第51回 サマージャズ 8月12日(月・振休) 日本で最初のジャズフェス! 令和も変わらず開催



日本ポピュラー音楽協会

一九六九年から始まった、日本一歴史のあるジャズフェス「サマージャズ」に、水谷千重子(友近)、島田歌穂(友近)、森口博子(友近)のガンダム主題歌「ガンダム」を演奏する。また、寺井尚子(友近)と北村英治(友近)のデュオ演奏も注目!

【日時】8月12日(月・振休) 15:00開場/16:00開演
【会場】文京シビックホール 大ホール(東京メトロ「後楽園」駅直結)
【出演者】山下 伶(C・ハ・モニカ) / 秋田慎治(p) 井上陽介(b) / 江藤良人(ds) 曾根麻央(tp/p) / 伊藤勇司(b) 則武 諒(ds) / 井上 銘(g) エリック・フクサキ(vo) ジャミン・ゼブ(chorus) 宮岡利之ニューハード(Big Band)
【チケット】S席6,900円/A席5,900円/B席4,900円

【特典】お申し込み時、「メトロガイドを見た」で500円割引!
【お申し込み・お問い合わせ】 ☎ 03-3585-3903 (平日10:00~18:00) http://www.jpma-jazz.or.jp

お客様が名付け親「東京切子」※ KILIKO



※「東京切子」(登録商標5874478)

KILIKO 東京切子・光学切子スタジオ
伝統技法に現代技術が重なり、ガラスに「光と反射」を入れる「新しいスタイルのモノ作り」の「小山内硝子工房」すべての商品はラッピング・ギフト用紙袋付で発送します。

【お問い合わせ】小山内硝子工房 ☎ 03-6459-6932 中央区銀座1-15-7 ★インスタグラム #東京切子 @kiliko6 ※商品はネット販売のみ

得する! 楽しむ! 役に立つ! メトロ情報BOX

【企画・制作】株フジ弘報社 ☎ 03(3251)9526

「投資信託・株・債券」でなぜ失敗するのか? プロが教える賢い選び方セミナー【参加無料・要予約】 ホテルニューオータニ東京にて開催



アンパーアセットマネジメント
良きように思えた投資で損をした経験を持つ人は少なくないのでは。その背景には、プロでも見抜くのが難しい巧妙な罠が、失敗の本質を隠している。失ったことが繰り返され、恐ろしくも、大手証券会社を恐る。大切なお金の運用をプロと一緒に考えてみませんか。

▲講師:友田洋氏 / (公社)日本証券アナリスト協会 認定アナリスト(CMA) 大和証券にて富裕層向け資産コンサルタントとして活躍。2014年、「お客様側に立ったアドバイスを提供したい」との強い思いから、欧米で主流となっている独立金融アドバイザー会社を創業。東京理科大学卒。

【日程】8月9日(金)・21日(水)
【時間】各日11:00~13:00、14:00~16:00(同内容)
【会場】ホテルニューオータニ東京
【定員】各回先着48名限定 【申込番号】44
※申込者には会場案内を郵送
※商品の販売・勧誘はありません
※個別相談をご希望の方はセミナー参加時にお申し込みを

参加者の声
「これまでの運用は全く間違っていました。もっと早く参加したかったです!」
「本や雑誌でかなり勉強しましたが、本当に目から鱗でした!」
【お申し込み・お問い合わせ】 ☎ 03-6380-9755 (9:00~19:00) 金融商品仲介業者 関東財務局長(金仲)第715号

生で聴くのためカンタービレの音楽会Vol.4ピアノ版+ 8月10日(土)14:00開演 大人気漫画の世界を楽しむ



調布市グリーンホール

大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「のためカンタービレ」の世界を、ピアノを中心とした楽器で再現する。スクリュー・キャスト・リライズ・映像や楽譜のイラストも楽しめる。今回は地元調布市グリーンホールで、大人気漫画「ため

【日時】8月10日(土)14:00開演
【会場】調布市グリーンホール 大ホール
【料金】全席指定3,500円 ※22歳以下は2,450円
【出演者】高橋多佳子(ピアノ)、茂木大輔(オーボエ) 河村幹子(ファゴット)
【曲目】「幻想即興曲(ショパン)」 「ペトルーシュカより(ストラヴィンスキー)」
【チケット購入・お問い合わせ】 ☎ 042-481-7222★イープラス、チケットぴあでも発売 調布市小島町2-47-1 http://www.chofu-culture-community.org/

銀座割烹里仙 セレクトショップ「八八八(hachi)」 新元号誕生記念商品「八(はち)」発売中!



銀座里仙「八八八(hachi)」
銀座八丁目八番地八号にある「八八八(hachi)」は、銀座割烹里仙のセレクトショップです。旬の素材を生かしたこだわりの品をお持ち帰りいただけます。新元号誕生を祝う里仙オリジナルの記念商品「八(はち)」を、五千元(税込)にて限定販売しております。

【特典】令和誕生記念商品「八(はち)」を購入時、「メトロガイドを見た」と伝えると、「里仙の水」または「おもてなし緑茶」プレゼント ※1人1点限り・8月31日(土)迄 ※なくなり次第終了

☎ 03-3289-2788 (営業時間11:00~22:00/不定休) 中央区銀座8-8-8 東京メトロ「銀座」駅徒歩5分、JR「新橋」駅徒歩5分

板橋区 第60回 いたばし花火大会

埼玉 第66回 戸田橋花火大会

8/3(土) 両岸合計 約1万2,000発
約52万人(板橋区側) 約45万人(戸田市側)

荒川の両岸を彩る約1万2,000発の花火

荒川を挟んで両岸同時に開催。板橋側は関東最長級の約700mのナイアガラ、日本最高峰の花火師10人が手がけた芸術玉、60回大会を記念した尺玉60発の打ち上げなど見どころ満載。戸田橋側も、迫力満点の尺玉とスターマインで夜空を彩ります。

DATA ⑧ 荒川河川敷 ⑨ 19時～20時30分 ※荒天時は翌日に順延、翌日も荒天の場合は中止
⑤ 有料席 板橋区側：2,600円～ 戸田市側：2,500円～ ☎ 03-3579-2255(板橋区観光協会)
048-431-0206(戸田橋花火大会実行委員会)



いたばし(板橋)



戸田橋

埼玉 第70回 熊谷花火大会

8/10(土)

約1万発
約45万人



花火で彩る70周年のメモリアルイヤー

美しさを競うスターマインコンクールをはじめ、尺玉、そして大切な方へのメッセージ花火など、見どころ満載。開催70周年、また熊谷ラグビー場が『ラグビーワールドカップ2019日本大会』の会場の一つに選ばれたメモリアルイヤーにふさわしい、心に残る演出にご期待ください。

DATA ⑧ 荒川河川敷(熊谷市河原町・荒川大橋下流側) ⑨ 19時～21時
※荒天時は8月11日(日・祝)、17日(土)、18日(日)の順に延期
⑤ 有料席：3,000円～ ☎ 048-594-6677(一般社団法人熊谷市観光協会)

神奈川 開国花火大会2019

8/3(土)

約5,000発
約19万5,000人



海と夜空に咲くダイナミックな花火

令和元年となる今年も、30分間に約5,000発というダイナミックな打ち上げはもちろん、三浦半島最大級の尺玉やスターマイン、海面に華々しく咲く水中花火、そしてフィナーレは黄金の空中ナイアガラで横須賀の夜を飾ります。

DATA ⑧ うみかぜ公園(横須賀市平成町3-23)、三笠公園(横須賀市稲岡町82)など ⑨ 19時15分～19時45分 ※荒天時は中止 ⑤ 有料席：2,000円 ☎ 046-822-8301(横須賀観光インフォメーションスカナビ)

新宿区 2019神宮外苑花火大会

8/10(土)

約1万発
約100万人



アーティストの音楽と花火が神宮を彩る

アーティストと花火のコラボレーションが展開する、都市型花火イベント。40回目となる今回は打ち上げ場所を神宮軟式球場に変更、ライブはメインの有料観覧会場である神宮球場のみで実施など、前年との変更点があるため、詳しくはホームページをご確認ください。

DATA ⑧ 明治神宮外苑(神宮球場、秩父宮ラグビー場、神宮第二球場) ⑨ 19時30分～20時30分 ※荒天時は翌11日(日)に順延 ⑤ 有料席：3,000円～ ☎ 03-3547-0920(神宮外苑花火大会事務局)

食品添加物について知ろう

「テンカちゃん」夏休み自由研究教室開催
7月24日(水)～26日(金)・29日(月)～31日(水)【参加費無料】

日本食品添加物協会

現代の食生活に欠かせない食品添加物。その役割は、食品を「作る」「保存性を高める」「美味しくする」「栄養価を高める」など。しかし、法令で使用が認められているものに限られていることやその安全性について知らないまま、漠然と安全を正しく認識することが大切です。日本食品添加物協会では、「テンカちゃん」の夏休み自由研究教室を開催。パネルやビデオ、簡単な実験(とうふ作り、香料の嗅ぎ比べ、等々)を通して楽しく、わかりやすく紹介させていただきます!

テンカちゃんとお土産も持って帰ってね

【お問い合わせ】
☎ 03-3667-8311
FAX 03-3667-2860
〒103-0001
中央区日本橋小伝馬町4-9
小伝馬町新日本橋ビル6階
日本食品添加物協会
http://www.jafaa.or.jp/

食品添加物「テンカちゃん」夏休み自由研究教室開催!

【日時】7月24日(水)～26日(金)・29日(月)～31日(水)【参加無料】
13:30～16:00(所要時間は約1時間、予約受付は30分間隔)

【場所】日本食品添加物協会 中央区日本橋小伝馬町4-9

【対象】小学生(ご家族と同伴)、中学生、高校生、一般の方

【交通】東京メトロ 日比谷線「小伝馬町」駅下車4番出口徒歩1分

【お申し込み方法】電話、FAXまたは同協会ホームページの学校応援団にあるメールアドレスから、ご希望の日時、人数をご連絡下さい。

輝くうるつる卵肌になりませんか?

人気のゾンビパック2回分プレゼント(トライアルセット付)

ルリビデオ化粧品

「毎日使う物って一番大切だと思うんですよね。それは食品も同じで、毎日信頼して使える物をずっと探していました。そして化粧品は、やっぱりルリビデオに出会った感じがします」
女優 熊谷真実

【美肌体験コース】(120分)1,000円(税込)2019年8月31日(土)迄
通常1,458円の基礎化粧品 トライアルセット付
★さらに先着10名様に1,296円分のバックをプレゼント
住所/中央区日本橋3-15-7 八重洲聖徳ビル6階
東京メトロ「日本橋」駅 D1出口より徒歩4分
【お問い合わせ・ご予約】☎03-6262-1047

今すぐできる国際貢献 日本語教師養成講座
最短6か月で「有資格者」に!10月生早期割引受付中

KCP日本語教師養成講座

近年の日本在住外国人の急増で、そのニーズが高まっている日本語教師。若い人から定年退職後の人まで年齢に関係なくはじめられ、自分のペースで自由に働ける。日本語で困っている人の役に立ち、日本の文化を伝えることができるのも魅力です。KCP日本語教師養成講座は、最短半年で修了し、有資格者になる。就職後役に立つ現場体験プログラムが満載!まずはお気軽に説明会・授業体験へ。

【420時間少人数実践コース】
文化庁届出受理番号 H29040713006
★9月から先取り受講可能!
★授業は主婦に嬉しい9時半スタート!
★毎日説明会・校内見学を実施中!(要予約)

【日本語教育能力検定試験対策講座】
受講受付中!
8月10日(土)開始!(隔週土曜日開催/全6回)
★今受講すると合格者にお祝い金1万円プレゼント

☎03-3356-7747
学校法人KCP学園
KCP日本語教師養成講座
新宿区新宿1-29-12
Eメール: yosei@kcp.ac.jp
http://www.kcpsyosei.com

得する!楽しむ!役に立つ!

メトロ情報BOX

[企画・制作] 株式会社 03(3251)9526

ホストファミリー募集(急募) 説明会開催!(要予約)

7・8月に留学生を受け入れて楽しい夏休みにしよう!
～我が家とはときどきインターナショナル～

ネクステージ ホームステイインジャパン

「ネクステージホームステイインジャパン」では、外国人留学生旅行者の受け入れ先となるホストファミリーを募集しています。自宅を解消しよう。登録料などは一切不要。まずはお気軽にご参加を。お子様と一緒にの参加も大歓迎です。

では、登録方法から実際の受け入れまで丁寧にご案内させていただきます。ご不明な点やご質問は、お気軽にご相談ください。

【留学生が通う学校】
早稲田大学、国際基督教大学、明治大学、その他関東圏内の大学、都内日本語学校など

Homestay in JAPAN!!

ホストファミリー募集説明会

【日時】7月13日(土)10:00～11:00
7月18日(木)19:00～20:00
【会場】練馬区立区民・産業プラザ 研修室2東側(各線「練馬」駅中央北口から徒歩1分)

▼説明会参加申し込みは下記URL、又は右記2次元コードから
http://www.homestay-in-japan.com/lp/setsumeikai-kanto.html
▼説明会に参加できない方は下記URLまたは右記2次元コードからお問い合わせ下さい。
http://www.homestay-in-japan.com/lp/index.html
★「メトロガイドを見た」とお問い合わせを!

【ステイ期間】1週間～12か月 ※実費分の謝礼あり

【お申し込み・お問い合わせ】☎03-3866-0139
(月～金10:00～19:00/土日祝休) 千代田区東神田2-10-13 日本ビル2階

埼玉

燃えよ!商工会青年部!!
第18回 こうのす花火大会

10/12 約2万発
約60万人



進化する市民参加型の花火大会

地元の有志によって2002年からスタートした市民参加型の花火大会。過去にギネス世界記録に認定された正四尺玉をはじめとする大玉や、最大の見どころでもある尺玉300発を打ち上げるスターメイン「鳳凰乱舞」は圧巻! 同時開催されるイベントもお楽しみください。

DATA 鴻巣市糠田(ぬかた)運動場および荒川河川敷 18時~ ※荒天時は翌日に順延
◎有料席:5,000円~ ☎048・543・1634(こうのす花火大会実行委員会)

千葉

NARITA花火大会in印旛沼

10/13 約1万発
約13万人

音楽と花火がシンクロする

観客も大会運営に協力できる「観客参加型花火大会」という新しいジャンルを築いた本大会。音楽と花火が融合した花火ファンタジア、熟練の職人が作る花火タワーなど、独自の演出は見逃せません。ラスト1分で1,500発の花火を打ち上げる成田黄金伝説は圧巻です。

DATA 成田市台方 成田ニュータウンスポーツ広場周辺 18時30分~ ※荒天時は中止
◎有料席:3,500円~ ☎0476・89・7562(NARITA花火大会実行委員会事務局)

世田谷区

第41回 世田谷区たまがわ花火大会

10/5 約6,000発
約26万人



花火で人と人をつなぐ

花火を楽しんでもらうために掲げた今年のテーマは「輪~花火で繋がる時代、場所、心~」。ダイナミックな花を咲かせる10号玉やスターメイン。そして音楽に合わせた打ち上げなど、多摩川の夜空に咲く大輪の秋花火を大切な人たちと楽しんでください。

DATA 二子玉川緑地運動場 18時~19時 ※荒天時は中止(順延なし) ◎有料観覧席:4,500円~
☎03・5432・3333(せたがやコール)

神奈川

第78回 川崎市制記念多摩川花火大会

10/5 約6,000発
約18万5,000人

多摩川兩岸で開かれる
美の祭典



スターメインをはじめ特殊効果を組み合わせた花火や、音楽と光の共演「ハナビリュージョン」など、斬新な演出に注目。川崎会場有料協賛席からは、同時開催の「第41回たまがわ花火大会」も鑑賞できます。

DATA 多摩川河川敷 18時~19時 ※荒天時は中止 ◎有料席:5,000円~
☎044・200・3939(サンキューコールかわさき)

見て・さわって・写真が撮れて、遊べる不思議な美術館
この夏大規模リニューアル! 新イベントも開催中!!



【お問い合わせ】☎0287-62-8388
(9:30~18:00 ※8月中は9:00~18:00)
栃木県那須郡那須町高久甲5760
(東北自動車道[那須I.C.]より車で約8分
駐車場200台[無料])
http://www.trick-art.jp

那須とりっくあーとぴあ

栃木県那須町にあるトリックアートが楽しめる不思議な美術館。「トリックアート迷宮?館」、「ミラージュエロ館」のそれぞれテーマが異なる3館で構成されている。大人も子供も楽しめる展示が多数! 謎解きゲームなど、

【料金】
<1館のみ>大人 1,300円
小中学生 800円
<2館共通>大人 2,000円
小中学生 1,300円
<3館共通>大人 2,700円
小中学生 1,800円
※未就学児は無料
※ペットも抱っこ等で入館可

ふくしまの未来を描く【入場無料】
福島の実況・放射線について共に考えよう



【開館時間】9:00~17:00
【休館日】毎週月曜日 ※月曜が祝日の場合は翌平日
【お問い合わせ】☎0247-61-5721
福島県田村郡三春町深作10-2 (船引三春ICから5分)
コミュニティ福島 検索

コミュニティ福島

福島県環境創造センターは、原子力災害を経験した福島の実況や放射線・環境問題について身近な視点から理解し、環境の回復と創造への意識を深めるための施設。体験型の展示やグローバルームシアターなどを備えて、一緒に考えてみませんか。

「古代エジプトの栄華と南半球の絶景を訪ねて」
【先着900名様 無料ご招待】9月8日(日)開催



【会場】銀座プロサムホール
地下鉄「新富町」駅徒歩1分、
「東銀座」駅徒歩6分
【お申し込み・お問い合わせ】
☎0120-287-593
(10:00~18:00 / 土日祝休み)
FAX 03-3239-8638
ユウラシアの旅 検索

ユウラシア旅行社

「自然と人間と文明を見つめる旅」をテーマに、知的好奇心をくすぐる、価値観を揺さぶるような旅づくりを行っている。社では、世界の魅力を伝えるイベントを定期的に開催しています。今回は、エジプトや南半球の絶景について最新情報で活躍する講師が語ります。迫力のペリ・ダンス・ショーも!

自然・人間・文明フォーラム
9月8日(日)13:00~16:50
【第一部】講師:吉村作治(エジプト考古学者)
色褪せぬ古代エジプトの栄華と調査最前線の未来(仮)
【第二部】講師:野村哲也(写真家)
山と水河が織りなす壮大なパゴニア世界と世界最古のナミブ砂漠に生まれる奇跡の一瞬へ
【第三部】出演:スタジオラピス
中東の妖艶なる舞踏、ペリ・ダンス・ショー

名古屋に行くなら水族館!
入館料が割引になるお得なクーポンも!



【営業時間】9:30~17:30 (7/20~9/1は「サマーナイトアクアリウム」として20:00迄)
【休館日】月曜日(休日の場合は翌日) ※7~9月は無休
【入館料】大人 2,000円
小・中学生 1,000円
幼児(4歳以上) 500円
※サマーナイトアクアリウム期間中、17:00以降は通常個人入館券の2割引で入館できます。

入館割引クーポン ※他の割引券との併用不可
大人2,000円→1,800円 小・中学生1,000円→800円
幼児(4歳以上)500円→400円 ※5名まで
名古屋港水族館[有効期限:9月30日(月)迄]<メトロ>
【お問い合わせ】☎052-654-7080
名古屋港区港町1-3 http://www.nagoyaaquarium.jp/

名古屋港水族館

実は名古屋城と並ぶ名古屋の観光名所として、毎年200万人の来館者を集める名古屋港水族館では、夏休み恒例の「サマーナイトアクアリウム」を実施。期間中は、ウムーを実施。期間中は、名

ビルの中は江戸時代!?
夏休みは大阪の街でタイムスリップを体験!



【開館時間】10:00~17:00 (入館は16:30迄)
【休館日】火曜日
【入館料】一般600円 / 高・大学生300円
※中学生以下、障がい者手帳等持参者(介護者1名)は無料
☎06-6242-1170
大阪市北区天神橋6-4-20
住まい情報センター8階
地下鉄橋筋線・谷町線、阪急電鉄「天神橋筋六丁目」下車3号出口直結。
JR「天満」駅下車、商店街を北へ徒歩7分。

大阪くらしの今昔館

住まいと暮らしの歴史や文化を紹介する「大阪市立住まいのミュージアム大阪くらしの今昔館」。9階では江戸時代の大阪の町並みを当時の技法で建てた町家で再現。光と音で朝から夜への変化を演出しています。

富士河口湖町 夏の花火大会
8月2日(金)から5つの大会を盛大に開催!



【日程】※予定
8月2日(金) 西湖電宮祭
8月3日(土) 本栖湖神湖祭
8月4日(日) 精進湖涼湖祭・音楽祭
8月4日(日)・5日(月) 河口湖湖上祭
8月15日(木) 奥河口湖ふるさと祭り
★各会場・開催時間等、詳細は下記HPにてご確認を!
【お問い合わせ】☎0555-72-3168
http://www.fujisan.ne.jp

富士河口湖町観光課

霊峰富士を望む「富士河口湖町」では、8月初旬より5つの花火大会を開催。「西湖電宮祭」、「本栖湖神湖祭」、「精進湖涼湖祭」、「奥河口湖ふるさと祭り」と鮮やかな花火や夏祭りを楽しめます。特に河口湖の代名詞「河口湖上祭」は、特ダスターメインやミニ見物所が多数!今年も夏は涼しい富士河口湖町で家族の時間を

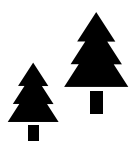


DATA

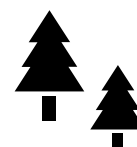
所 東京都昭島市田中町610-4
 時 11時～20時 土、日、祝10時～20時
 休 水曜
 電 042-541-0700
<https://outdoorvillage.tokyo/>



Snow Peak ☎ 042-519-7685
 A&F COUNTRY ☎ 042-541-0700



この夏 キャンプデビュー



この夏キャンプに挑戦したいという人のために、初心者向けのグッズや、都心からでもアクセスしやすく、設備が揃うおすすめキャンプ場を紹介。暑いからこそ楽しめる夏キャンプにぜひ挑戦してみてください。



04 ステンジャグ

気密性に優れたステンレス製のジャグ(水筒)。専用スタンドで固定し、水道と同じ感覚で使えます。注ぎ口が大きいとお手入れも簡単です。
 サイズ 本体: φ285×H315mm / 重量 2.89kg / ◎ 3万7,584円

05 エントリー IGT

持ち運びしやすい折り畳み式のローテーブル。天板の高さは人間工学に基づいた快適な高さ。ガスカートリッジを取り付け調理も可能です。
 サイズ W865×D440×H400mm / 重量 6.5kg / ◎ 1万8,144円

06 FD LOWチェア

エントリーIGTとセットで使いたいコンパクトなローチェア。座面はテーブルが使いやすい高さ。ワイドサイズでゆったり座れます。
 サイズ W575×D535×H700mm / 重量 3.5kg / ◎ 1万3,440円

07 エントリーバック TT

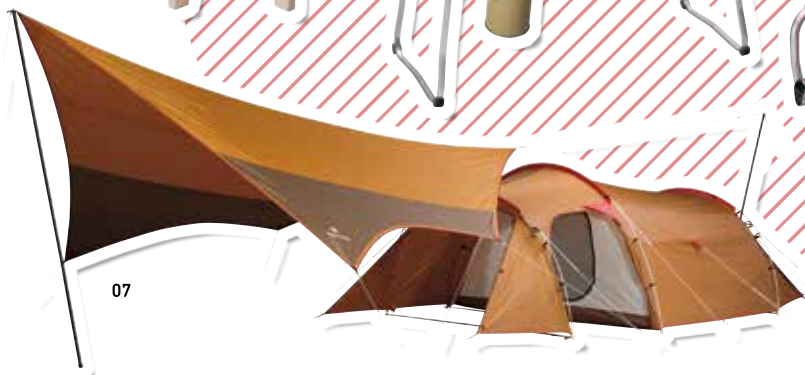
組立が簡単なアーチフレーム型のテントと、六角形のヘキサタープのセット。大人4人でも十分なスペースで快適にキャンプを楽しめます。
 サイズ テント: W3,000×D5,300×H1,500mm(室内高) タープ: W5,000×D5,700×H2,800mm 重量 テント・タープ: 15.8kg / ◎ 5万3,784円

※IGT(アイアングリルテーブル)、FD(フォルディング)、TT(テント、タープ)

STENJAG



LOW CHAIR



A&F COUNTRY

01 KAVU ストラップバケットハット

アウトドアの人気ブランドKAVU(カブー)のキャンパス地のハット。丈夫で通気性もよく、熱中症対策、散策時の頭の保護など重宝します。
 サイズ S,L / ◎ 6,264円

02 BAREBONES LIVING エジソンストリングライト LED

吊るしたり、タープに固定して手元を照らしたりできるUSB式ライト。明るさの調整もできて使い方は自由自在。
 LOWモード: 1.2W...7時間連続使用可能 / HIGHモード: 4.8W...2.5時間連続使用可能 / ◎ 8,424円
 ※4,000mAhのバッテリーを使用した場合はバッテリーは別売

BUCKET HAT



03 Helinox chair two

実用性の高さとキャンパーから支持が高いHelinox(ヘリノックス)社製。背もたれを従来モデルより長くし、よりリラックスできるデザインです。
 サイズ W550×D650×H840mm / 重量 1.28kg / ◎ 1万8,144円

04 Chaco W's Zクラウドサンダル

アウトドアでの使用を考慮し、2層構造の中敷きで、はき心地とクッション性をアップ。ゴム製で滑りにくく、河原でも安心して使用できます。
 サイズ 22-25cm(女性モデル) / ◎ 1万260円

05 YETI タンドラ 45

耐久性に優れた一体構造の45ℓクーラーボックス。圧縮注入された50mmの断熱材と密閉構造で、保冷力も抜群。キャンプやBBQにぴったりです。
 サイズ W648×D406×H394mm / 重量 10kg / ◎ 5万8,320円

SANDALS



人生100年時代に備えた資産形成を / 少額の資金から始められる / これからはじめても成功するマンション投資

48歳でセミリタイアを実現した成功大家さんから学ぶ **参加無料**

延べ1万2000人以上が参加! 将来の年金収入以外の不労収入として注目されているマンション投資を気軽に学びませんか? 講師は不動産投資でセミリタイアを実現したアユカワタカラ氏。初心者にもわかりやすく解説。

会場 ニッポン放送本社ビル 地下2階
 東京都千代田区有楽町1-9-3 イマジン・スタジオ
 東京メトロ千代田線・日比谷線
 「日比谷」駅A8出口徒歩1分
 JR山手線「有楽町」駅中央西口徒歩3分 他

基礎編 7月13日(土)・8月10日(土)
 10:00~12:00 (9:40 開場)

第一部: これだけは押さえておきたい! マンション投資のメリット・デメリット
第二部: 6億円サラリーマンが明かす!
 これからはじめても成功するマンション投資(基礎編)

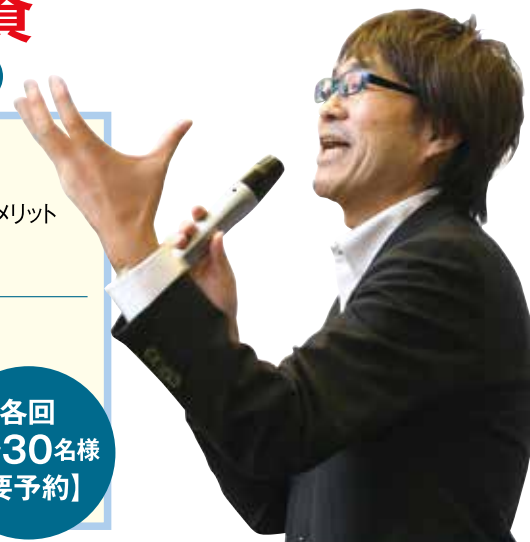
実践編 7月13日(土)・8月10日(土)
 14:00~16:00 (13:45 開場)

第一部: 最新の不動産流通状況とパートナー選びのポイント
第二部: 6億円サラリーマンが明かす!
 これからはじめても成功するマンション投資(実践編)

個別相談会 【セミナー終了後、ご希望の方のみ】

各回
先着30名様
【要予約】

AMRADIO 1242 ニッポン放送 **後援**



不動産プロフェッショナル アユカワタカラ
 年間200本を超える、キャンセル待ちが出るほどの人気講師。

安心して始められる! 中古マンション投資専門

株式会社 東京リバックス

東京都千代田区神田神保町3-27-8 三輪ビル6階 国土交通大臣(1)第9379号

お申し込み・お問い合わせはお気軽に!

☎ **0120-77-8898**

受付時間
 10:00~19:00

東京リバックス **検索**

<https://www.rebax.co.jp>



都心からアクセス良好!

おすすめキャンプ場

日帰りデイキャンプから、リッチな気分が味わえるグランピングなど、さまざまなスタイルで楽しめる都心周辺のキャンプ場を紹介します。



※表示料金は1人あたりの金額です ※7~9月の情報を掲載(冬季は異なります)

東京都

城南島海浜公園 キャンプ場



**飛行機が間近で見える
ダイナミックな風景が魅力**

羽田空港に着陸する飛行機や大型客船などを間近に見ることができる抜群のロケーション。デイからオートまで対応するキャンプサイトは全60区画。ドッグランや人工海浜、売店なども併設しています。

DATA

〒 大田区城南島4-2-2
 時 デイキャンプ: 11時~21時 宿泊: チェックイン11時 チェックアウト翌10時
 休 水曜※祝日の場合は翌日休、7月21日~8月31日は無休
 料 宿泊: 一般キャンプ場 大人600円 小中学生300円 ※デイキャンプは半額 オートキャンプ場4,000円ほか
 ☎ 03-3799-6402

東京都

若洲公園キャンプ場



**手ぶらで気軽に行ける
快適に過ごせる設備が充実**

若洲公園内に117のテントサイト、炊事場、コインシャワーなど豊富な設備が完備。入口近くに売店もあり使い勝手は抜群。隣接する都立公園の海釣り施設で釣りもできます。キャンプ初心者にもおすすめです。

DATA

〒 江東区若洲3-2-1
 時 デイキャンプ: 11時~21時 宿泊: チェックイン11時 チェックアウト翌10時
 休 火曜※祝日の場合は翌日休
 料 デイキャンプ: 大人300円 小中学生150円 宿泊: 大人600円 小中学生300円
 ☎ 03-5569-6701

〈写真提供〉東京港埠頭(株)

東京都

氷川キャンプ場



**キャンプ初心者でも安心
充実した施設が魅力**

奥多摩の渓谷にあり、テントサイトのほか、ロッジ、バンガローなど宿泊施設も完備。近隣に日帰り入浴の奥多摩温泉や、カヤック体験などアクティビティも充実しています。

DATA

〒 西多摩郡奥多摩町氷川702
 時 チェックイン14時 チェックアウト翌10時
 休 無休
 料 デイキャンプ: 600円 テント泊: 1,000円 バンガロー: 5,500円~
 ☎ 0428-83-2134

東京都

WOODLAND BOTHY



**都会の喧騒から離れ
森の中で過ごすリッチな時間**

コンセプトは宿泊できるレストラン。ベッドを備えたコットンテントに1日1組限定で宿泊、専属のシェフが東京のブランド牛・秋川牛など新鮮な食材を使ったグリル料理でおもてなし。他にも日帰りコースなど、楽しみ方いろいろです。

DATA

〒 あきる野市養沢684
 時 チェックイン15時 チェックアウト翌10時
 休 無休
 料 宿泊: 3万5,000円~ / 1人
 ☎ 042-596-6645

千葉県

清水公園キャンプ場



**親子で楽しめる
アクティビティが豊富!**

28万㎡の広大な敷地内に、バンガローやオートキャンプ場、1,000人収容できるBBQ場が併設。近隣にスーパーも多く、買い物も楽です。場内に釣り堀やアスレチックなどアクティビティも充実しています。

DATA

〒 野田市清水906
 時 デイキャンプ: 9時~16時 宿泊: チェックイン13時 チェックアウト翌10時
 休 無休
 料 デイキャンプ: 450円 宿泊: 入場料750円 オートキャンプ4,000円~
 ☎ 04-7125-3030

東京都

川井キャンプ場



**手ぶらでBBQを楽しめる
河原に広がるテントサイト**

緑あふれる多摩川上流河川敷に広がるキャンプ場。事前予約でキャンプ道具と食材も準備してくれるので、手ぶらでキャンプが可能です。デイキャンプ専用のドッグサイトも完備。

DATA

〒 西多摩郡奥多摩町梅沢187
 時 デイキャンプ: 8時30分~16時 宿泊: チェックイン14時 チェックアウト翌10時
 休 無休
 料 デイキャンプ: 600円 宿泊: 1,000円
 ☎ 0428-85-2206

山梨県

精進湖キャンピングコテージ



**富士五湖の湖畔で
大自然を満喫**

精進湖のほとりにテントサイト、コテージ、バンガローなど施設を完備。湖を見下ろす高台に設置されたグランピングサイトはAC電源や、BBQコンロなど、贅沢な設備がそろって人気です。

DATA

〒 南都留郡富士河口湖町精進495
 時 チェックイン15時 チェックアウト翌10時
 休 不定休
 料 宿泊: テントサイト1,000円(小学生以上) グランピングサイト1万6,000円~
 ☎ 0555-87-2005
 ご予約はこちらから <https://shojiko.jp>

山梨県

Foresters Village Kobitto



**南アルプスの麓で
ゆったりアウトドア**

風光明媚な南アルプスの麓に広がる約4万3000㎡の敷地に、1日37組がゆったり、のんびり過ごすキャンプ場です。テントサイトのほか、ログキャビンも完備しています。

DATA

〒 北杜市武川町柳澤3802
 時 チェックイン14時 チェックアウト翌12時
 休 水曜(ハイシーズンを除く)
 料 宿泊: 施設利用料 大人 540円 子ども 324円 幼児 216円 オートキャンプ2,700円~
 ☎ 0551-45-6729

埼玉県

ながとろ オートキャンプ場



**長瀬の自然を満喫
女性に優しい設備も充実!**

自然溢れる荒川のほとりに、オートキャンプを含む70のテントサイト、BBQ釜付のバンガロー40棟が並びます。女性専用のシャワールームとパウダールームも備え、女子キャンプも気軽に楽しめます。

DATA

〒 秩父郡長瀬町大字井戸559-1
 時 オートキャンプ: チェックイン12時~チェックアウト翌11時 バンガロー: チェックイン14時~チェックアウト翌11時
 休 無休
 料 ホームページ参照 www.nagatoro-camp.com/
 ☎ 0494-66-0640

埼玉県

ちこうさん 智光山公園キャンプ場



**町の中で自然を感じる
穴場キャンプ場**

狭山市の智光山公園にある、8面のテントサイトと2棟の宿泊棟を備えたキャンプ場。穴場スポットとして人気です。園内にはテニスコートや、動物園、植物園など家族で楽しめる施設も。

DATA

〒 狭山市柏原561
 時 チェックイン10時 チェックアウト翌10時
 休 12月~2月冬季休業
 料 宿泊: テントサイト400円 バンガロー1,200円~ ※市外使用者は倍額
 ☎ 04-2953-5301



モノづくり企業だからできる楽しい科学・理科教室などを通して、モノづくりの楽しさを伝えていきます。今こそ、子どもたちに、モノづくりのチカラを。



モノづくり 体感スタジアム

ぼくらの、未来の、つくりかた。

入場無料 2019年 **7月13日(土)**・**14日(日)** 10:00~17:00



主催



会場 (TEPIA) へのアクセス

〒107-0061 東京都港区北青山2-8-44



- 東京メトロ銀座線
「外苑前駅」3番出口より徒歩4分
- JR線
「千駄ヶ谷駅、または信濃町駅」より徒歩14分
- 都営大江戸線
「国立競技場駅」より徒歩11分
または「青山一丁目駅」より徒歩9分

アクセスの詳細は

<https://www.tepia.jp/access> をご覧ください



プログラム

日立製作所 中央研究所	コンピュータで言葉をしゃべらせてみよう
ジェイテクト	ベアリングってなんだろう!? ~ ロボットフィンガーで知るベアリングのしくみ
日本航空電子工業	電気を「つないで」 EVカーを走らせよう!
ホーチキ	熱センサーを作ろう!
野火止製作所	こども「ちょぼきんばこ」製作教室
コマツ	鋳物のキーホルダーを作ろう!
日本精工	ベアリングを使った不思議な力を感じるキットをつくろう
NEDO	ソーラーカー工作教室
NTN	なめらかに回るベアリングの秘密を知れば君も技術者!それとも作曲家!?
電気理科クラブ	動かしてみよう - 楽しい、不思議な、理科実験 - 簡単モータの工作
国立高等専門学校機構 (都城高専)	ゲルを使ったオリジナル芳香剤作り
国立高等専門学校機構 (小山高専・都城高専)	ロボット実演・操作体験教室
日刊工業新聞社	モノスタ子ども記者がいく!

事前申込はこちらから >>> <http://mono-stu.jp/>

※事前申し込みは、お子様一人につき2プログラムまでとさせていただきます。3つ以上お申し込みの場合、参加をお断りさせていただく可能性があります。あらかじめご了承ください。また、一人のお子様と同じプログラムに参加できるのは、一回のみと致します。

お問合せ

モノづくり体感スタジアム事務局 〒101-0061 東京都千代田区神田三崎町3-2-15 ORIENT BLD. No.68
Tel : 03-6256-9780 E-mail : info@mono-stu.jp

銀座で金沢を体感



7/13 sat・14 sun 要予約

①12:00~②13:00~(ポーチ)③14:30~④15:30~(ミニート)
 工芸ワークショップ ~ステンシルで染める~
 講師:北村紗希氏(型染作家)
 ②2,000円(税込)、定員:各回6名
 所要時間:約50分
 ※汚れてもよい服装、またはエプロン着用でのご参加をおすすめします。

8/4 sun 要予約

①12:30~②13:00~③13:45~④14:15~⑤15:00~⑥15:30~⑦16:00~
 工芸ワークショップ ~金箔貼り体験~
 伝統工芸士である箔打ち職人の指導のもと、数多いデザインから好きな絵柄を選び、金箔の小皿を作ります。
 ①1,000円(税込)
 所要時間:約30分、定員:各回4名

8/24 sat・25 sun 要予約

金沢芸妓和の響き~葉月の宴~
 金沢芸妓の舞と金沢の料理・地酒で銀座に「金沢の夏」をお届けします。出演:主計町茶屋街芸妓
 ⑧月24日(土)18:00~20:30
 定員30名 13,000円(税込、特別会席、フリードリンク付)
 ⑧月25日(日)12:00~13:30
 定員30名 7,000円(税込、特別会席、地酒乾杯酒付)

9/16 mon・17 tue 要予約

①12:00~(初級)②13:00~(初級)③14:30~(上級)
 工芸ワークショップ ~水引のおもてなし~
 伝統の水引を現代感覚でアレンジする水引作家・廣瀬由利子氏の指導のもと、「箸置き(初級)」「ミニ花袋(上級)」を作ります。
 ④初級1,800円(税込)(約45分)、上級2,800円(税込)(約2時間)、定員:各回8名
 ※上級は「あわじ結び」ができる方向けです。時間内に完成しない場合はご自宅にて仕上げさせていただきます。

好評予約受付中

dining gallery 銀座の金沢

〒104-0061 東京都中央区銀座1-8-19キラリトギンザ6階
 電話:03-6228-7733
 ギャラリー:11時~20時
 ダイニング:11時30分~22時(L.O.21時)
www.ginzanokanazawa.jp

谷口吉郎・吉生記念金沢建築館



7/26 fri OPEN!

金沢に建築ファン必見の新スポット

建築ファンも多く訪れる金沢市に、建築とまちづくりをテーマとした「谷口吉郎・吉生記念 金沢建築館」が開館します。建物内に、建築家 谷口吉郎氏が手掛けた、日本を代表する和風建築、迎賓館赤坂離宮和風別館「游心亭」(港区元赤坂)の47畳の主和室と茶室を忠実に再現し、常設展示するという、新しいスタイルの施設となります。

設計は、東京国立博物館法隆寺宝物館や京都国立博物館平成知新館、GINZA SIXなどを手掛けた世界的建築家の谷口吉生氏です。



地元発信の特集記事やおすすめのプランがいっぱい!

「かなざわ自由時間」は、金沢市観光協会が運営する体験・現地ツアーやイベント紹介サイトです。日付、所要時間、ジャンルやこだわりに合わせて、あなたにぴったりのプランをさがせます!



ピックアップ 金沢おすすめイベント

金沢芸妓夏のお稽古風景特別体験会

金沢には、ひがし・にし・主計町の三つの茶屋街があり、金沢芸妓が伝統芸能の伝承に日々精進しています。日頃公開されていないお稽古に励む姿を夏の時期限定で特別にご披露いたします。また、お座敷太鼓も体験できます。



ひがし 7/13④、7/20④、8/10④
 にし 7/13④、8/17④、8/24④
 主計町 7/6④、7/20④、7/27④
 ※8/10は満席のため受付終了

参加費:お一人様 1,000円
 WEBよりお申し込みください
[かなざわ自由時間](#) 検索

ホームページリニューアル! ■ 金沢市観光協会公式サイト [金沢旅物語](#) 検索

3つのアポロ

月面着陸を実現させた人びと

的川泰宣 著 ●四六判 ●本体 1,800円+税

人類初の月面着陸から50年。アポロ計画はどのように始まり偉業を成し遂げ、その後どんな経緯をたどったのか。宇宙飛行士はもちろん、技術者や科学者など様々な立場の人びとにもスポットライトをあて、その全貌を語る。宇宙開発分野で人気の著者による書き下ろし。

- 第1章 助走—V-2とその争奪戦
- 第2章 大統領の号砲—勇気ある決断
- 第3章 冒険者と匠の対立と接近—マーキュリー
- 第4章 アポロへの美しい橋—ジェミニ
- 第5章 働哭からのスタート—苦悩するアポロ
- 第6章 史上最高の遠征—冒険者、月へ行く
- 第7章 嵐の中のアポロ—匠たちの格闘
- 第8章 語り始める岩石—科学者たちのアポロ
- 第9章 呼びかけるアポロ

月面着陸
50周年



ホテルガイド



夏休みは北海道グルメで旅行気分
海の幸と大地の恵みが勢揃い

■レストラン&カフェ「カトレア」
北海道グルメ&デザートbuffet
期間：開催中〜8月31日(出)
時間：ランチbuffet 11時30分〜14時
ディナーbuffet 17時30分〜21時30分
料金：ランチbuffet/
大人 3,300円、シニア割引 2,900円、
お子様 1,800円、幼児 1,000円
ディナーbuffet/
大人 4,900円、シニア割引 4,100円、
お子様 2,400円、幼児 1,400円
※各料金共、1名様料金、税込
※シニア割引(65歳以上)、お子様(7〜12歳)、幼児(4〜6歳)
※写真はイメージです。

<https://www.grandpalace.co.jp>

ホテル 東京・九段
グランドパレス
東西線(7番口)
半蔵門線・都営新宿線(3a・3b番口)
九段下駅徒歩1〜3分



■カレーフェア2019 開催中〜9月30日(月)
◆提供時間 11時〜23時 (L.O.)
◆本館1階 パークサイドダイナー
※料金は全て税込・サ別
※食材の都合により、メニュー内容等が変更となる場合がございます。

<https://www.imperialhotel.co.jp>

帝国ホテル
東京
日比谷線・千代田線
日比谷駅徒歩3分
☎ 03-3539-8046 (本館1階 パークサイドダイナー)

カレーフェア2019
フェア限定カレーなど8種をご提供

<期間限定メニュー 第一弾>
8月15日(木)まで
●ステーキカレー 彩り野菜添え (左上)
3,300円
●レモンバター風味のシーフードを添えた
ココナッツカレー ジャスミンライス (右上)
3,000円

<期間限定メニュー 第二弾>
8月16日(金)〜9月30日(月)
●シーフードカレードリア (左下) 3,000円
●国産豚肉のグリルと夏野菜のカレー (右下)
3,200円

日比谷線・千代田線
日比谷駅徒歩3分



東京ドームホテル
☎ 03-5805-2277 (直通)

美味しい! 楽しい! 夏休みにぴったり!
〜思い出の夏を東京ドームホテルで!



スーパーダイニング「リラッサ」では、お子様から大人まで夏休みを存分にお楽しみいただけるバラエティ豊かなメニューをご用意しています。エスタイルで提供いたします。シェフキッチンから出来たての美味しいご提供する「ローストビーフ」をはじめ、一口お肉料理が勢揃い。他にも、夏バテなどお増進に効果的といわれているスパイスや、料理監修欧風カレーなど、名譽総類にフルーツやソースのトッピングを揃えた夏にぴったりの「かき氷」をご用意。50種類を超えるラインナップをお届けいたします。

スーパーダイニング「リラッサ」
『サマーフェスタ』
■期間：7月11日(木)〜8月19日(月)
■時間：ランチ 11時30分〜15時 (L.O. 14時30分)
ディナー 17時〜21時30分 (L.O. 21時)
■料金：ランチbuffet (90分制)
お一人様 3,456円
ディナーbuffet (120分制)
お一人様 4,860円
シニア (65歳以上) 4,212円
※お子様、幼児料金も異なります。
※ソフトドリンクバー付き

丸ノ内線・南北線後楽園駅徒歩5分
JR総武線水道橋駅徒歩2分
都営三田線水道橋駅徒歩1分
都営大江戸線春日駅徒歩6分



都市センターホテル
☎ 03-5216-8811 (直通)

夏本番、スパイスで暑さを乗り切る!
レストランアイリス「情熱のカレーフェア」開催中!

■「情熱のカレーフェア」
【期間】開催中〜8月31日(出)
【提供時間】11時〜14時
【料金】各1,300円
【7月限定】写真上
・メカジキのポワレ タマリンドカレー
・仔羊のキーマカレー 夏野菜添え
【8月限定】写真下
・マカミアナッツとココナッツミルクのシーフードカレー
・チキンのマサラ焼き トマトのファルシ添え

有楽町線・半蔵門線・南北線永田町駅
4番・5番出口より徒歩4分、
9b番出口より徒歩3分、
丸ノ内線・銀座線赤坂見附駅
D出口より徒歩8分



東武ホテルレバント東京
☎ 03-5611-5670 (直通) レストラン予約課 (10時〜19時)

東武ホテルレバント東京 2F スーパーダイニングヴェルデュール
9月30日(月)迄 夏はスタミナ! 肉グルメ! レストランフェア



東武ホテルレバント東京2F「スーパーダイニングヴェルデュール」では、夏はスタミナ! 肉グルメ! テーマにレストランフェアを開催します。7月は鉄板で仕上げる熱々のステーキ、8月はしっとり柔らかなローストビーフ、9月は炭火の香ばしさが食欲をそそる焼肉&野菜たっぷりジンギスカンと、月替わりの登場します。もうながしや冷やし、ラッパなどの夏らしい味わいも揃え、和・洋・中・バラエティ豊かな料理とスイーツをご家族そろって楽しめます。

■メニュー
❖ランチbuffet (月〜金曜日)
大人 2,900円
❖ランチbuffet (土・日・祝日)
大人 3,300円
❖ディナーbuffet (月〜金曜日)
大人 3,700円
❖ディナーbuffet (土・日・祝日)
大人 4,700円
※お子様(4歳〜小学生)は税・サ込みの料金の半額
※65歳以上は、税・サ込みの料金から300円引
※各料金はサービス料10%税込、消費税別となります
■メトロガイド特典 ※大人のみ
「メトロガイドを見た」とご予約でスパークリングワイン1杯サービス!

半蔵門線錦糸町駅3番出入口より徒歩3分
JR総武線錦糸町駅北口より徒歩3分



HYATT REGENCY TOKYO
☎ 03-3348-1234 (代表)

暑い夏にぴったりなフュードドリンク付きプラン!
メトロガイドビアプラン開催中!

期間：開催中〜8月30日(金)
時間：16時〜21時
※ご利用は2時間を基本とします。
(ドリンクのラストオーダーは90分)
料金：5,500円 ※税込
メニュー：シーフードとパクチーのサラダ仕立て XO醤ソース
フライドソフトシェルクラブの黒胡椒風味、牛リブロースステーキの四川風味、
※特典として「喰のライスヌードル ナンブラーの香り」をお付けいたします。
フリードリンク：ドラフトビール、白・赤・ローズワイン、カクテル15種以上、
ウイスキー、焼酎、ソフトドリンク など
ご予約の際、「メトロガイドビアプラン」とスタッフにお伝えください

新宿駅西口より徒歩約9分
大江戸線都庁前駅A7出口C4連絡通路
(6時〜23時) 経由徒歩1分
丸ノ内線西新宿駅より徒歩約4分



近頃のヘーベルハウス展示場で「アウトドアリビング」を体感しよう!!



金町展示場



王子展示場



知ってますか? ヘーベルハウスが提案する「アウトドアリビング」!

マイホームに居ながら屋外での光や風といった自然が楽しめる——。いま「都市型住宅のヘーベルハウス」が提案する「アウトドアリビング」が注目されている。敷地に十分な余裕があれば花木豊かな庭も作れる。しかし都市部での住宅事情はそうはいかない。なんとかならないか?…ならば建物自体に庭同様のスペースを確保してしまえば…。これがアウトドア(屋外)リビング(居間)だ。

ヘーベルハウスの旭化成ホームズはいわば「都市型住宅のプロ」。創業以来50年、都市部での快適な住まい方を追求し続け、様々な工夫やアイデアを住宅商品に反映させてきた。その最新提案が「アウトドアリビング」ということ。簡単に言えば、屋上や大きなベランダ、玄関周りのスペースなどを屋外空間として有効活用しようという発想だ。家に居ながらにして空を仰ぎ、風を感じ、たっぷりの陽光を浴びるといった、都市部では得難い自然環境を取り込みながら、例えばそのスペースで夏なら子供のビニールプール、BBQやテントを張っての天体観測、ガーデニングなどが楽しめる「もう一つの空間」にしようというもの。仲の良い友人を招いての小洒落たパーティー、デスクチェアでの日光浴や読書、エクササイズ…活用法は様々だ。今年4月からヘーベルハウス展示場で「アウトドアリビングフェア」を開催しているが、これまで大勢の家族連れが訪れているという。ならば「百聞は一見に如かず」ということで、記者は実際にモデルハウスを訪れ屋上空間に足を踏み入れてみた。その直後、得も言われぬ解放感と爽快感が相伴って「うわーいいね、これは!」と思わず声を出してしまった。グリーンの人工芝にセットされたテーブルと椅子、BBQ器具を見た瞬間、

ウチにいなながら光と風を楽しむ…

間、青空の下、あるいは星空を仰ぎながら友人たちと冷たいビールを酌み交わし談笑する自分がすぐ目に浮かんだ。都会の住宅地でもこんな楽しみができるのか、と感心しつつ…。ヘーベルハウスのアウトドアリビングが注目されるきっかけとなったのは、2015年に発売した「そのま+」という商品。2階のリビングの一部を半屋外空間として提案、都市部の狭小地でも外部の視線を気にせずに光や風などを採り入れ自然との一体感を享受できるようにした。これが大ヒット、当初は若い世代をターゲットにキャンペーンをはじめたが、フタを開けてみれば「草花の手入れやゴルフの練習など身近な屋外として使える便利な使い勝手がある」(50代)、「お風呂上りにくつろげるスペースとして最高」(60代)など、全世代からの評価が高いという。共働きで子育て世代では特に「休日にはたまった家事をこなさなければならぬ。子供とお出かけできない罪悪感があったが、アウトドアリビングのおかげで子供も充分遊べてわざわざ出かけるなくても満足してくる」(30代)などといった購入者の声も多いのだという。



武蔵野展示場



ぜひ近頃のヘーベルハウス展示場へ行って、実際にその爽快感を体感してみたいかがだるう。

AsahiKASEI
旭化成の住まい

新しい映像体験で、家づくりを「感じる」空間。 THE VISION HEBEL HAUS



SURROUND IMAGINATIVE SYSTEM
THE VISION
HEBEL HAUS

それは、「見る」「知る」「理解する」、そして「感じる」空間。

正面・左右・天井の全4面に配した大型スクリーンと、サラウンドシステムを備えたショールーム「ザ・ビジョン ヘーベルハウス」。インタラクティブなカタログやショートムービーで、住まいの安全・楽しさ・建てる意味を体感してください。

「アウトドアリビング」を
バーチャル体験できます!



リアルな地震動を体感できるシミュレーター。

地震体感 LAB REAL



旭化成ホームズ株式会社 東京営業本部
HEBEL HAUS TOKYO PRIME SQUARE

ご予約は下記へお問い合わせください。(※火・水曜定休)

フリーダイヤル

0120-951-081

詳しくは右記より
ご確認ください。



presented by 南海電鉄

てくてく高野山 vol.3

和歌山県北部に位置する世界遺産 高野山は、約1,200年前に弘法大師空海によって開創された真言密教の聖地。vol.3となる最終回は、「宿坊」の魅力をご紹介します。宿坊に泊まる、それはお寺に宿泊すること。宿坊で非日常的な時間を過ごしてみませんか？

※vol.1,2は公式サイト「メトロガイド.jp」で公開中!

高野山には52の宿坊があり、写経や阿字観の体験ができるんです。宿坊内の文化財や庭園を見学できるのは宿泊者の特権。せいかくなら1泊して、心身ともにリフレッシュしてみま!

癒しを求めて 高野山の宿坊で非日常体験

15:00 宿坊にチェックイン

この日のお宿は弘法大師が創建し、白河上皇の御在所でもあった遍照光院へ。快慶作の阿弥陀如来立像などの貴重な文化財や庭園は必見です。

お部屋はウォシュレットトイレと洗面台付きの和室もあるので快適〜♪

まずは高野山に来たー!! 気分になる

根本大塔 金剛峯寺

巡観光スポットを

16:00 阿字観を体験

「阿字観」とは、真言宗独自の呼吸法・瞑想法のこと。梵字の「阿」の字は真言宗のご本尊大日如来を表し、この字を見ながら雑念をなくします。

呼吸法でリラックスをしてみても大丈夫ですよ。

日常を離れて心穏やかな時間を過ごせました!

副住職の酒井さん

17:00 入浴

浴場で旅の疲れを癒します。

極楽

21:00 就寝

明日のために早寝です♪

18:00 夕食

いよいよ精進料理登場!

天ぷら、煮物など野菜中心のメニューが11品。ヘルシーなお腹いっぱい!

7:30 朝食

汁・菜と、小鉢がふたつのシンプルな朝食。なんだか胃がスッキリしているかも♪

6:20 朝勤行

朝のお勤めに参加できるのも宿泊者の特権。前に書いた写経は本堂に納経し、朝の読経によって願いを伝えられます。終了後に快慶作の阿弥陀様を鑑賞させられました。

19:00 写経体験

写経とは、心をしずめて般若心経の経典を書き写すことです。まず、左側に願いごとを書いて写経スタート! 1文字ずつ心を込めて書きましょう。

集中...!

雑念がわかれ心が軽くなりますよ

チェックアウト

普段の生活とは全く違う、心静かな時間を過ごして、身にも心にもスッキリ〜♪

朝の清々しい高野山を散策できますよ!

朝の奥の院の見どころ

弘法大師に捧げる食事を「生身供」といい、毎日午前6時と午前10時30分に奥の院の御供所から御廟へ運ぶ姿を見ることが出来ます。

取材・イラスト/川瀬ホシナ http://hoshi-port.com ※価格は全て消費税込です。

遍照光院 和歌山県伊都郡高野町高野山575 ☎0736-56-2124
奥之院 和歌山県伊都郡高野町高野山550 ☎0736-56-2002

世界遺産高野山への便利な宿坊宿泊プラン

展望列車「天空」と「特急こうや」で訪れる世界遺産 高野山 宿坊セットプラン

遍照光院 1泊2日

日程
2019年7月12日(金)~
2019年11月30日(土)
※一部設定除外日がございます。(最少催行人員1名)

旅行代金
大人お1人様 **43,400円~52,000円** (1~4名1室利用の場合)

旅行代金に含まれるもの
往復新幹線(運賃・料金)、宿泊代(夕食付)、南海電車2日間フリー往復乗車券(なんば駅~高野山駅間)、高野山内路線バス2日間フリー乗車券、天空座席指定料金、こうや特急料金、サービス料、企画料、諸税。
※上記以外の運輸機関、その他個人諸経費は含まれておりません。
◆注意事項※お客様自身でご移動いただくプランとなり、ガイド・添乗員は同行致しません。尚、相部屋の設定はございません。

世界遺産 高野山 宿坊セットプラン

高野山温泉 福智院 1泊2日

日程
2019年7月12日(金)~
2019年11月30日(土)
※一部設定除外日がございます。(最少催行人員1名)

旅行代金
大人お1人様 **39,600円~58,200円** (1~4名1室利用の場合)

旅行代金に含まれるもの
往復新幹線(運賃・料金)、宿泊代(夕食付)、南海電車2日間フリー往復乗車券(なんば駅~高野山駅間)、高野山内路線バス2日間フリー乗車券、サービス料、企画料、諸税。
※上記以外の運輸機関、その他個人諸経費は含まれておりません。
◆注意事項※お客様自身でご移動いただくプランとなり、ガイド・添乗員は同行致しません。尚、相部屋の設定はございません。

アクセス 高野山へは、なんば駅から特急「こうや」で **約90分** (急行約110分)

大阪国際(伊丹)空港 → 至博多 → 新大阪 → 新幹線 → 至東京 → Osaka Metro御堂筋線 → 梅田(大阪) → なんば → 新今宮 → 天下茶屋 → 橋本 → 高野山

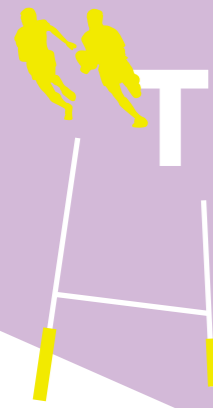
関西空港 → 至博多 → 新大阪 → 新幹線 → 至東京 → 橋本 → 高野山

極楽橋 ケーブルカー

◎高野山の観光情報について詳しくは 南海高野ほっと・ねっと 検索

◎旅行プランのお問合せ・お申込み/ なんかい旅予約センター **06-6644-6600** 平日10:00~18:00 ※土・日・祝日・年末年始は休業

日いづる国 高野山 検索
旅行企画・実施(株)南海国際旅行 TEL.06-6644-6600
大阪府浪速区難波中1丁目10番4号 観光庁長官登録旅行業第29号 JATA(日本旅行業協会)正会員



TRYing for Team Spirit

チーム団結へのTRY

【 vol. 08 】

—Japan Rugby Team “Restarts”, Looks Toward Victory—

—ラグビー日本代表が「再始動」 勝利に向かって—

The Japanese rugby team has begun training at the Miyazaki Training Camp for the Pacific Nations Cup 2019 held starting at the end of July. What makes a winning team, according to team leader, head coach Jamie Joseph?
7月下旬より開催の「パシフィック・ネーションズカップ2019」に向け、日本代表・宮崎合宿がスタートした。チームを指揮するジェイミー・ジョセフHCが考える、勝つためのチームづくりとは。

Strengthening the Team to Win the World Cup

ワールドカップで勝つためのチーム強化が始まる

“As the head coach, my main job is to get the team to succeed at the World Cup, to win,” said head coach Jamie Joseph at the press conference announcing members of the Japanese national team participating in the Miyazaki Training Camp. The Japanese rugby team has stepped up their game through training camps across Japan as well as with matches with the Super Rugby Sunwolves and Wolf Pack, a special team comprising candidates for the Japanese national team. Starting Sunday, June 9, the Miyazaki Training Camp “restarts” strengthening the team in hopes of a victory at the World Cup.

「ヘッドコーチ（HC）として、主たる仕事はやはりワールドカップでチームを成功させる、勝たせることです」。6月3日（月）に行われた日本代表・宮崎合宿への参加メンバー発表会見の場で、ジェイミー・ジョセフHCはそう語った。スーパーラグビー「サンウルブズ」や日本代表候補による特別チーム「ウルフパック」での試合、各地での合宿を通してステップアップを重ねてきたラグビー日本代表。6月9日（日）からは宮崎合宿がスタートし、ワールドカップでの勝利に向けたチーム強化が「再始動」する。



Continue to the 18 page
18ページへ続く



R T Y

Playing by Ear Is What Helps Lead to Victory

臨機応変な対応こそが勝利に繋がる「力」になる

The Miyazaki Training Camp will be held until Wednesday, July 17, with two three-day breaks in between. The goal of the first series is to “reconnect”. To reconnect as a team and start training again from scratch. “The players have grown steadily. They ask coaches questions like, ‘What are we doing, and why?’ They are actively trying to understand.” This is why head coach Jamie Joseph has put forth “autonomy” as a major theme for his players. The ability to think means the ability to play by ear, thus the ability to win. The Japanese rugby team is trying to bring into fruition what they have built up in the three years since Jamie Joseph became head coach.

宮崎合宿は3日間の休養を2度挟みながら、7月17日（水）まで行われる。第一ゴールの目標は「リコネクト」。チームとして改めて繋がり、一から鍛え直していくという。「選手たちは着実に成長しています。コーチ陣に様々な質問を投げかけ、「何を、なぜやっているのか」積極的に理解しようとしています。これこそがジェイミーHCが大きなテーマとして掲げていた選手たちの「主体性」。「考える力」は、臨機応変に対応する力＝勝つための力になる。ジェイミーHCの就任から3年、日本代表が積み重ねたものが、いま結実しようとしている。

RWC2019特集
メトロガイド増刊号
(日・英版)
発行予定!

9月18日～
成田空港第1・第2ターミナルにて
10月上旬～
メトロガイド専用ラックにて

【日本代表 活動スケジュール】

6/9(日)～7/17(水) ※期間中、2度の休養あり	宮崎合宿	7/28(日)～8/1(木)	堺合宿
7/21(日)～7/25(木)	盛岡合宿	8/3(土)	PNC2019 トンガ代表戦
7/27(土)	PNC2019 フィジー代表戦	8/4(日)～8/12(月)	フィジー遠征 および PNC2019 アメリカ代表戦(10日)
		8/18(日)～8/28(水)	網走合宿

協力：(公財)日本ラグビーフットボール協会

令和元年
8.24(土)25(日)

まつり は まつり

二〇一九

わたしたちのまつりつくば。

いきいき茨城ゆめ国体2019
いきいき茨城ゆめ大会2019
開催記念

アクセスは
秋葉原から「つくば駅」まで
TXで最速45分
つくばエクスプレス
まつり会場は「つくば駅」から
徒歩数分!!

スポーツパーク
色々なスポーツを体験しよう!

アートタウンつくば2019
プロの大道芸人によるパフォーマンス、
アート作品も販売!

ロボットパーク
セグウェイの体験試乗、
ロボットの体験操縦、
段ボールロボットなどが作れる
工作教室を開催

【お問い合わせ】まつりつくば大会本部事務局(つくば市観光推進課内) ☎029-883-1111 (代表) <https://www.matsuri-tsukuba.com> まつりつくば 検索

2019年 夏巡業 大相撲立川立飛場所



開催日 2019年8月6日(火) **場所** アリーナ立川立飛

主催 2019年夏巡業大相撲立川立飛場所実行委員会
〒190-8680 東京都立川市栄町六丁目1番地 立飛ビル3号館
TEL042-536-1111代/FAX042-536-1272

チケット好評発売中
0570(007)677

ショッパーチケットサービス(平日10:00~17:00)
<http://tachikawa.shopper.jp/>
ネット予約 大相撲立川立飛場所 検索

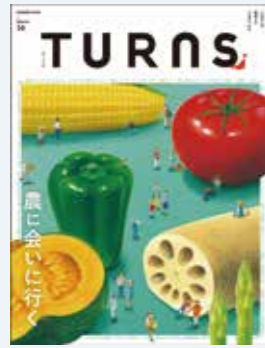


How to connect with the area in the future



地域と人をつなぐ、「TURNS」

全国各地の地域の魅力と、そこで生活する人々の暮らしやシゴト、地域で活躍する団体の活動、移住者を受け入れるための制度や支援策、起業のノウハウまで。TURNSは雑誌をはじめ、イベントなどのリアルな場を通してさまざまな情報を提供し、地域や移住に関心のある人と、地域をつなぐべく架け橋となっています。



隔月刊 偶数月20日発売 定価 880円(税込) 発行:株式会社第一プロダクト

VOL.36「農に会いに行く」全国書店で発売中

東日本大震災を機に、自らの生き方を見直し、自身の価値観を大切に暮らす実践する人たちが増えてきました。さらには、地方創生という大きな流れの中で、多様化するライフスタイル、ワークスタイルに合わせた地方移住の仕方、地方との新しい関わり方、繋がりを模索する人が増えています。従来の「移住」のイメージといえば、会社をリタイアし、時間と経済的に余裕がある世代が自然豊かな地方に移り住み、菜園付き物件を購入して自給自足、悠々自適に田舎を満喫する、といった現在の働く世代にはあまり縁のない暮らし方として捉えられてきました。しかし、昨今ではまさに働く世代、子育て世代が、生き方、働き方の選択肢の一つとして、積極的に地方に移住、あるいは移住しないまでも仕事や生活における複数の拠点を持ち自分たちの価値観にあった暮らし方を楽しみながら暮らしてきています。今、今の時代だからこそ実践できる地方暮らしや地方との関わり方とは、一体どのようなものなのでしょうか？

新しい地域との関わり方のスタイル

仕事には満足しているが週末や長期休暇の際には、地方との関わりを持ってみたいという方は、例えば、お米作りプロジェクトに参加したり、地域拠点を創るための古民家再生のお手伝い(セルフリノベ)をしたり、アウトドアアクティビティの資格を

地方創生の切り札!? 田舎暮らしを考える

移住・地域の専門誌「TURNS」プロデューサーに聞く これからの地域とのつながり方

「地方創生」「働き方改革」「テレワーク」。今まで観光をメインとしてつながっていた地域が新たな側面を見せ始めています。首都圏在住者が今後、地域とどのようにつながっていくか。「TURNS」の堀口氏に話を伺いました。

企画・制作/(株)メトロ広告社



TURNS プロデューサー 堀口正裕

How to connect with the area in the future

東日本大震災を機に、自らの生き方を見直し、自身の価値観を大切に暮らす実践する人たちが増えてきました。さらには、地方創生という大きな流れの中で、多様化するライフスタイル、ワークスタイルに合わせた地方移住の仕方、地方との新しい関わり方、繋がりを模索する人が増えています。従来の「移住」のイメージといえば、会社をリタイアし、時間と経済的に余裕がある世代が自然豊かな地方に移り住み、菜園付き物件を購入して自給自足、悠々自適に田舎を満喫する、といった現在の働く世代にはあまり縁のない暮らし方として捉えられてきました。しかし、昨今ではまさに働く世代、子育て世代が、生き方、働き方の選択肢の一つとして、積極的に地方に移住、あるいは移住しないまでも仕事や生活における複数の拠点を持ち自分たちの価値観にあった暮らし方を楽しみながら暮らしてきています。今、今の時代だからこそ実践できる地方暮らしや地方との関わり方とは、一体どのようなものなのでしょうか？

地域とつながるイベントも開催中!

ニッポン「継業」project

「継業」とは、地域にあるお店や事業などの「なりわい」を引き継ぐことを言います。そしてTURNSが考える継業のコツは、想いを継ぐこと。就職でも起業でもない、新しい地域のしごと「継業」についてお伝えします。

日時:7/28(日)13:30~16:30 会場:移住・交流情報ガーデン 東京都中央区京橋1丁目1-6 越前屋ビル1F 参加費:無料



最新号や イベント情報も満載! TURNS ウェブサイト https://turns.jp

TURNSのがっこう

一年を通じて一つの地域を学んでいく「TURNSのがっこう」は、地域で活躍する「ひと」に出会える教室です。今回テーマとなる地域は、清流の国・岐阜県!全9回の授業を通じて、伝統文化や暮らし、働き方など各回異なるテーマで、岐阜県で活躍するキーマンたちから地域を学んでいきます。

7月開催はこんな授業/ テーマ:「農業」 日時:7/21(日)12:00~14:30 会場:Kai House 東京都千代田区岩本町3丁目9-5 参加費:500円

メトロガイドオリジナル移住セミナー開催

当日参加可 受講料無料

セブンイレブンジャパン「地元での開業を夢みる人へ!」 秋田市「ちよどいいから、住みやすい。秋田市暮らし(仮)」 岡山県「晴れの国おかやまで農業を始めませんか」 自由相談



日時:8/24(土)13:00~16:30(開場12:30) 会場:日刊工業新聞社 東京都中央区日本橋小網町14-1 地下第一会議室

お申込み:メトロガイドwebサイトより

Metro Guide Original Migration Seminar

岡山県 新橋に「移住・しごと相談コーナー」オープン!

鳥取県・岡山県の物産を集めたアンテナショップ「とっとり・おかやま新橋館」の2階に、「移住・しごと相談コーナー」を新設。専門相談員が、皆様のご希望やご経験などをお伺いしながら、きめ細やかな対応を行っています。また、仕事・子育て・住まい・病院などの生活情報も提供。ワンストップで皆様の「理想の暮らし」に近くお手伝いをします。



営業案内/ 毎日(年末・年始を除く)10:00~18:00 ※木・金・土の移住相談は20:45まで実施

おかやま移住・定住フェア ~おいしい情報が大集合~ 日時:令和元年7月7日(日)11:00~16:00 会場:ダイヤモンドホール(東京都千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館12階)

おかやま就職・移住応援センター 東京都港区新橋1丁目11-7新橋センタープレイス2階とつり・おかやま新橋館「移住・しごと相談コーナー」内 E-mail:uj@pref.okayama.lg.jp(移住) E-mail:kigyojinzaif@pref.okayama.lg.jp(就職) ※できるだけ事前予約をお願いします。

大分県 おんせん県に住みたい

大分県では移住相談会を毎月開催しています。魅力いっぱいゆったり仕事、ゆったり子育て人間味あふれる暮らしを探しにきませんか?環境、仕事、子育て、暮らしのイメージが出来る、何でも聞いて不安解消!全力サポート!

※企画内容は若干変更になる場合がございます。

「おおいた暮らし塾in東京」 7月21日(日)東京交通会館 12:00~16:00 【就農・就業フェア】 8月18日(日)東京交通会館 11:30~14:30 【夏休み企画・うちわ作りしよう!】



おおいた暮らし相談窓口(ふるさと回帰支援センター内 10時~18時 日祝休) 移住コンシェルジュ:砂田 E-mail:oita@furusatokaiki.net

移住NEWS! 田舎暮らし、応援します!

秋田市 東京駅近く八重洲で、秋田市への移住を応援!

秋田市は、都内で2カ所目となる移住相談窓口「秋田市移住相談八重洲センター」を開設しました。同センターでは、専門相談員2名が常駐し、無料職業紹介所として紹介状の発行や仕事のマッチングを行うほか、暮らしや子育てに関する相談等にワンストップで対応しています。



- 1.採用面接試験に係る往復交通費の一部補助 2.子育て世帯の引越費用や賃貸借契約に係る初期費用等への補助 3.若者世帯の引越費用や生活必需品の購入等にかかる費用の補助 など、様々な補助制度を準備しています。

秋田市移住相談八重洲センター 東京都中央区京橋一丁目4-14 TOKIビル6階 0120-99-1101 E-mail:ro-plk@city.akita.lg.jp

佐賀県 佐賀県職員民間等経験者採用 CAFE TIME説明会開催!

「幸福度ランキング九州1位」、「移住者希望地域ランキング全国10位」の佐賀県。さらに、ジャンプアップするため、皆さんの力を待っています。熱き思いをお持ちの方、まずは話だけでもWELCOMEです。型や枠にとられない、熱き魂をもった者たちよ、佐賀に集え!

日時:令和元年7月13日(土)13:00~15:30 場所:東京交通会館4F C+D会議室 東京都千代田区有楽町2-10-1 (JR有楽町駅京橋口前) キッズスペースあります! 託児スタッフ常駐!

※さが暮らしにご興味のある方は、東京交通会館8階「ふるさと回帰支援センター」にサポートデスクがあります。お気軽にご相談ください。

お申込み・お問合せ/さが移住サポートデスク(東京) 090-1657-8205 E-mail:saga@furusatokaiki.net

セブン-イレブンは、移住、Uターンでの独立・開業をサポート!

各地のオーナーから、喜びの声が届いています。

8/24(土)メトロガイドオリジナル移住セミナー参加します!! ◆地元に戻りたい方 ◆新天地での暮らしを考えてる方 ◆新たな人生を考えている方 お気軽に参加・お問い合わせください!!



東京から青森へUターン 主人の地元・青森へUターンしました。広い公園、不安のない子育て環境。子供がたくましく育つ環境として、青森への移住は私の理想そのものでした。



東京から長野へUターン 4人の子供に一部屋ずつある家を建ててあげたくて東京から長野へ。待機児童もないエリアへ引っ越したいという思いもありました。

説明会、個別相談会等の御予約、移住に関するお問い合わせはこちら! TEL 0120-901-575 (受付時間)10:00~21:00(12/31~1-3除く) 音声ガイダンスに従って、広告コード 503 をご入力下さい。

セブン-イレブンホームページからのお申し込みは

HP 移住・Uターンはセブン オーナー 検索

オーナー募集 HPトップは 検索

〒102-8455 東京都千代田区二番町8番地8

RUGBY WORLD CUP™

4年に一度じゃない。
一生に一度だ。
— ONCE IN A LIFETIME —

JAPAN日本2019

ラグビーワールドカップ2019™

2019年9月20日-11月2日



第3次一般チケット販売中!

買い方の手順

- STEP 1: 公式チケットサイト (下記参照) にてチケット ID を登録
- STEP 2: 公式チケットサイトへログイン・チケットを選ぶ
- STEP 3: チケット配達方法を選び支払い

8月より第4次チケット一般販売予定

tickets.rugbyworldcup.com

公式チケットサイト以外のウェブサイトで購入したチケットは無効とされ、使用できませんのでご注意ください。

札幌市 / 岩手県・釜石市 / 埼玉県・熊谷市 / 東京都 / 神奈川県・横浜市 / 静岡県
愛知県・豊田市 / 大阪府・東大阪市 / 神戸市 / 福岡県・福岡市 / 熊本県・熊本市 / 大分県



RUGBY
WORLD CUP™
JAPAN日本2019

RWC 2019 ワールドワイドパートナー

公益財団法人ラグビーワールドカップ2019組織委員会



TM©Rugby World Cup Limited 1986 ©JR2019, Photo by H.Nagaoka

POLA MUSEUM ANNEX

新作とドローイングを含む約13点を展示 水野里奈「思わず、たち止まざるをえない。」

●2019年7月12日(金)～28日(日)



「山脈の中の御屋敷」2019年 キャンバスに油彩 162×130cm

ポーラミュージアム アネックス (東京・中央区銀座)では、鮮やかな色彩や緻密な描写、大胆な画面構成などが国内外から高い評価を得ている注目の若手アーティスト 水野里奈の展覧会「思わず、たち止まざるをえない。」を2019年7月12日(金)から7月28日(日)まで開催致します。

水野の作品は、中東の細密画の装飾性・伊藤若冲の水墨画における筆致の要素・キャンバス地そのものを3点を重要視し、それぞれが互いに生かす事を心がけ、画面空間を重層的(レイヤー)に置き換え構成されています。会場では約16mの壁の中央に作品を設置し、その余白には水野が作品と空間とを調整しながらインスタレーションのようにドローイングを行います。

本展覧会でしか見られない壁一面に広がる新作は、水野が目指す『見ても見ざる事のできない』絵画として、鑑賞者に大きな驚きを与える注目の作品となります。

◎ポーラ銀座ビル3F ◎11時～20時(最終入場19時30分) ◎無料
◎銀座一丁目駅7番出口すぐ、銀座駅A9番出口徒歩6分 ◎会期中無休
☎03・5777・8600(ハローダイヤル)

Ro-Onコンサート 好評販売中!

島津亜矢コンサート2019



2015-2018 NHK紅白4年連続出場!
演歌のみならずポップス、洋楽と幅広いレパートリーを
天性の歌唱力で歌い上げる!

9/7(土)ティアラこうとう(大ホール)
(都営地下鉄新宿線・東京メトロ半蔵門線「住吉駅」A4出口徒歩4分)
開演①11時30分②15時30分 S席▶6,500円 A席▶5,000円

ザ・ニューズペーパー LIVE 2019

政治、経済、事件、芸能...etc. タイムリーな社会問題を「笑いと批判」に変える!ライブにこだわり続けるザ・ニューズペーパーのライブでしか見られないコトをお楽しみに!!

8/31(土)亀戸文化センター カメリアホール
(JR総武線・東武亀戸線「亀戸駅」徒歩2分)開演①14時②17時30分 全席指定▶4,800円

10/11(金)練馬文化センター(小ホール)
(西武池袋線・西武有楽町線・大江戸線「練馬駅」徒歩1分)
開演①14時②18時 全席指定▶4,800円

7/6(土)発売



稲垣潤一コンサート2019



日本のAORシーンを代表するシンガー、稲垣潤一。
輝き続けるシルキーボイス。
「ドラマティック・レイン」、「クリスマスキャロルの頃には」などの
ヒット曲から最新の楽曲まで、時間旅行をお楽しみください。

10/26(土)大田区民ホール アプリコ(大ホール)
(JR京浜東北線「蒲田駅」徒歩約3分) 開演17時30分 全席指定▶6,800円

海援隊 トーク&ライブ2019

武田鉄矢主演、足立区が舞台の「3年B組金八先生」の主題歌「贈る言葉」は、
ドラマの人気もあり、ミリオンセラーとなりました。心温まる楽曲に、
愉快なトークを添えて海援隊のライブを開催致します。この機会をお見逃しなく!

10/20(日)ギャラクシティ西新井文化ホール(ホール)
(東武スカイツリーライン「西新井駅」東口から徒歩3分)
開演15時 全席指定▶5,500円



長谷川きよしコンサート



～50周年 人生という名の旅 歩きつづけて～

1969年に「別れのサンバ」で鮮烈なデビュー。当時から定評があった比類なき
ギター・テクニックと歌唱力は更に磨きがかかり、観衆を惹きつけている。

9/7(土)大宮ソニックシティ(小ホール)
(JR・東武野田線「大宮駅」徒歩3分) 開演14時 全席指定▶5,800円

9/20(金)浅草公会堂
(銀座線「浅草駅」徒歩5分、都営浅草線「浅草駅」徒歩7分) 開演18時 全席指定▶5,800円

チケット申込 電話のかけ間違いにご注意下さい
Ro-On チケット 047-365-9960
月～金 10:00～18:00
土 10:00～14:00
ぴあ、ローソン、e+, 各会場プレイガイド取扱(料金は全て税込)

フレッシュ名曲コンサート
オーケストラ with バレエ
アルルの女

指揮 飯守泰次郎
ピアノ 西村翔太郎
演出・振付 石井清子

管弦楽＝東京シティ・フィルハーモニック管弦楽団
バレエ＝東京シティ・バレエ団

10/6(日) 15:00開演
全席指定 S席4,000円 A席3,000円
※江東区民・子ども(5歳以上小学生以下)一般料金から200円引

ティアラこうとう大ホール
半蔵門線・都営新宿線住吉駅A4出口徒歩4分
チケットぴあ 0570-02-9999 (Pコード:154-133)

東京文化会館オペラBOX「泣いた赤おに」

台本・作曲・指揮:松井和彦 演出:久恒秀典

赤おに:宮里直樹
青おに:岡 昭宏
木こり:龍 進一郎
その娘:盛田麻央
百姓:黄木 透
その女房:八木寿子
ナレーター:高橋薫子
ナビゲーター(アトック):朝岡 聡
児童合唱&合奏:コロスわらんべ

ピアノ:服部容子
ヴァイオリン:岸本萌乃加
クラリネット:草野裕輝
打楽器:甘田一成、香名大地、
彌水和沙

美術:黒沢みち
照明:稲葉直人
衣裳:増田恵美

9月22日(日)・23日(月・祝) 15:00開演
東京文化会館 小ホール
指定3,240円※各種割引あり

東京文化会館チケットサービス 03-5685-0650

びわ湖ホール専属オペラ歌手が贈る、第11回東京公演!
びわ湖ホール声楽アンサンブル東京公演 vol.11
合唱劇「かなしみはちからに、～宮澤賢治 未来への手紙～」

2019年 9月16日(月・祝) 14:00開演
東京文化会館 小ホール

指揮・ピアノ:寺嶋隆也 演出:しままなぶ
クラリネット:草刈麻紀 ピアノ:斎木ユリ

林 光:宮澤賢治の詩によるソングアルバム「若手軽便鉄道の一月」
寺嶋隆也:合唱劇「かなしみはちからに、～宮澤賢治 未来への手紙～」

チケット料金 一般4,000円 青少年(25歳未満)2,500円【全席指定・税込】

●東京文化会館チケットサービス TEL.03-5685-0650 (10:00～18:00) https://www.t-bunka.jp/
●びわ湖ホールチケットセンター TEL.077-523-7136 https://www.biwako-hall.or.jp/ (10:00～19:00火曜休館、8月13日～18日は休館) ※6歳未満入場不可

Concert Series
伊藤亮太郎と名手たちによる
弦楽アンサンブルの夕べVol.2

9月24日(火) 19:00開演 ヤマハホール
料金:【全席指定】¥5,000
出演:伊藤亮太郎(指揮)、横溝耕一(バイオリン)、藤瀬大/大島 亮(ビオラ)、横塚 暁/辻本 玲(チェロ)
P:チャイコフスキー/弦楽六重奏曲 二短調「フランクの思い出」Op.70 他

チケット取扱
チケットぴあ 0570-02-9999 http://pia.jp/t/ (Pコード:138-178)
お問い合わせ
ヤマハ銀座ビルインフォメーション 03-3572-3171 (11:00～19:30/第2火定休)
http://www.yamahaginza.com/hall/

昭和館
20周年記念
特別企画展

受け継がれる想い
資料に見る戦中・戦後の暮らし

7.20(土)・9.8(日)
会場 昭和館3階 特別企画展会場
開演時間 10時～17時30分(入館は17時まで)
休館日 月曜日(8月12日(月))は開館、8月13日(火)は休館
後援 千代田区、千代田区教育委員会

入場無料
〒102-0074 東京都千代田区九段南1-6-1
TEL.03-3222-2577 FAX.03-3222-2575
https://www.showakan.go.jp 常設展示室のみ有料
【交通】地下鉄「九段下」駅出口4から徒歩約1分(東西線・半蔵門線・都営新宿線)

小ホール 後楽園駅直結
東京フィル・親子で楽しむ
「はじめてのオーケストラ」

音楽劇「みにくいアヒルの子」ほか

出演 松村秀明 赤星啓子 晴 雅彦
東京フィルハーモニー交響楽団 (ミニオーケストラ)

8/24(土)・25(日) 11:00開演
料金3,000円(全席指定・税込) [Pコード:114-392]
※0歳から入場可。3歳未満の膝上鑑賞に限り無料。ただし、お席が必要な場合は有料。

シビックチケット 03-5803-1111 (10:00～19:00)

全労済ホール/スペース・ゼロ30周年記念
『やなせたかしのメルヘン絵本』
タペストリー展

東日本大震災で被災した子どもたちを元気づけ、豊かな創造力と感受性を育んだ、やなせたかし先生(アンパンマン作者)のメルヘン絵本タペストリー52作品を一挙公開。

東京 8月29日(木)～9月2日(月)
開催時間/11:00～18:00(最終日16:00まで) 入場無料
こくみん共済 coop ホール(全労済ホール) スペース・ゼロ ギャラリー・展示室
東京都渋谷区代々木2-12-10 JR新宿駅南口徒歩5分

仙台 9月6日(金)～11日(水) せんだいメディアテーク
福岡 11月7日(木)～12日(火) 福岡アジア美術館
お問い合わせ TEL.03-3375-8741

小林研一郎 指揮 ハンガリー放送交響楽団 日本公演2019

「炎のマエストロ」と18年ぶり、
名門ハンガリー放響の待望の来日公演!!
この感動を全ての人へ!

9月1日(日) 14:00開演(13:15開場)
サントリーホール 大ホール

指揮:小林研一郎 出演:宮田大(チェロ)
管弦楽:ハンガリー放送交響楽団

曲目:ドヴォルザーク:チェロ協奏曲 口短調
ドヴォルザーク:交響曲第8番 ト長調

マエストロ
小林研一郎80th
祝祭演奏会Vol.1

ローソンチケット 0570-084-004 (Lコード:33144)
(オペレーター対応:0570-000-407)
イープラス eplus.jp
主催:マエストロ小林研一郎80th祝祭公演実行委員会
お問合せ:マエストロ小林研一郎80th祝祭公演事務局 TEL.03-6721-1792

チケット価格:S席15,000円 A席11,000円 B席8,000円 C席5,000円(税込・全席指定)
チケットぴあ 0570-02-9999 (Pコード:146-784) サントリーホール・チケットセンター 0570-55-0017



見どころ
③

KOKEMUS

●コケムス

コケムスエリア

フィンランド語で「体験」を意味する3階建ての展示施設。8mを超える世界最大級のムーミン谷の巨大ジオラマや企画展、物語にちなんだワークショップの体験が可能です。



売店は品ぞろえ充実!

見どころ
④

YKSINÄISET VUORET

●ユクシナイセットフォレット

おさびし山エリア



アスレチックやツリーハウスなど、自然の中で子どもも大人も遊べるエリア。小説に登場する灯台やジップラインで空中散歩を楽しむことも◎。

ムーミン一家にぜひ会いに来て!



© Moomin Characters™

a little-known but
good place!

Vol.13

ムーミンバレーパーク
(埼玉県飯能市)

ムーミンの世界観を追体験できる日本初のムーミンの物語のテーマパーク、「ムーミンバレーパーク」。森と水に囲まれた自然豊かな地で、ムーミンの物語の世界を感じよう!

Access

飯能市宮沢327-6 メッツァ
西武池袋線飯能駅から有料直通バスで13分、メッツァ下車
☎0570-001-630(メッツァ問い合わせ窓口)
◎入園料 大人1500円、小学生以下1000円、3歳以下無料
※一部有料アトラクションは別途料金
🕒10時~20時(カフェレストランはL.O.19時) 🕒不定休

見どころ
①



はじまりの入り江エリア

POUKAMA

●ポウカマ

ムーミンママの得意料理であるパンケーキが味わえるレストランやグッズを扱うショップが集まります。ムーミン&スノークのおじょうさんたち4つのゲートでお出迎え。



オリジナルメニュー & アイテムは要チェック!



見どころ
②

MUUMILAAKSO

●ムーミラークソ

ムーミン谷エリア

キャラクターとの出会いや原作由来の建物、アトラクションなどが集まるメインエリア。ムーミンパパが作った「水浴び小屋」や1日3回ショーが行われる「エンマの劇場」、体感シアターなど、見どころ満載です!



ガイドツアーとめぐる「ムーミン屋敷」はマストでGO!

合わせて行こう...

- ★メッツァビレッジ (併設の商業施設)
- ★三井アウトレットパーク 入間

present
ムーミンバレーパーク 入園招待券
(2組4名様)



オープン初年度を記念して、2020年3月31日(火)まで有効のペア招待券を2組4名様にプレゼント。好きな季節に訪れて、ムーミンの物語の世界を楽しもう!

〒103-8548 中央区日本橋小網町14-1
日刊工業新聞社 メトロガイド編集室
「ムーミンバレーパーク」係
(応募締切:7月末日必着)
※いただいた住所等はプレゼントの発送のみ使用
※ハガキに〒・住所・氏名・電話番号・紙面の感想を書いてお送りください
発送は8月上旬を予定しております。
当選発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

THE NEW VALUE FRONTIER
KYOCERA

商品在庫点数 約1万点の品揃え

KYOCERA JEWELLERY FAIR
Special price

~70%OFF*

天然ダイヤモンドジュエリー・天然カラーストーンジュエリー・プラチナ&ゴールドジュエリー・パールジュエリー・バッグなどお得な商品を多数ご用意いたします。

ご来場の際は、本案内をご持参の上、受付にてご提示ください。



Special Present

ご来場記念品
キュービックジルコニア 3ストーンペンダント

期間中、ご来場のお客様に「キュービックジルコニア 3ストーンペンダント」をプレゼントいたします。(お一人様1点)

限定 レトロゲームイベント開催!



各日15時~
各日 ゲームイベント開始時間から先着50名様限定で、ダイヤモンドなどが当たるレトロゲームイベントを開催いたします。どなたでも楽しめるイベントです。ぜひチャレンジしてください。

お一人様1回

画像はイメージです。

相談無料 ジュエリーリフォームコーナー

思い出のリングや宝石が素敵なジュエリーに甦ります。リフォームをお考えのジュエリーがございましたら是非お持ちください。

フェア期間中、リフォームコーナーにて右記サービスを無料で実施いたします。(但し、新宿会場はございません。)

※お一人様2点までさせていただきます。
※混雑状況によってお時間をいただく場合がございます。
※お品物によっては、修理不可のもの、またはお預かりが有料となる場合がございます。

- ・プロによる洗浄サービス
- ・チェーン切れ修理

京セラジュエリーフェアに関するお問い合わせは
京セラ株式会社 宝飾応用商品事業部

☎075-604-3466

受付時間 9:00~17:00(土日祝を除く)

会期中のお問い合わせは、☎075-604-3466まで。



1 日時:7月7日(日) 10:00~17:00
会場:CIRC新宿 8Fホール
東京都新宿区新宿3-33-1
IDC OTSUKA 新宿ショールーム8F



2 日時:7月15日(月・祝) 10:00~17:00
会場:東京交通会館12F カトリアサロンB
東京都千代田区有楽町二丁目10番1号
※2会場ともに、入場は開場30分前までです。

東京の街・人・モノ巡り

東京探訪

TOKYO TANBOU

Vol.144

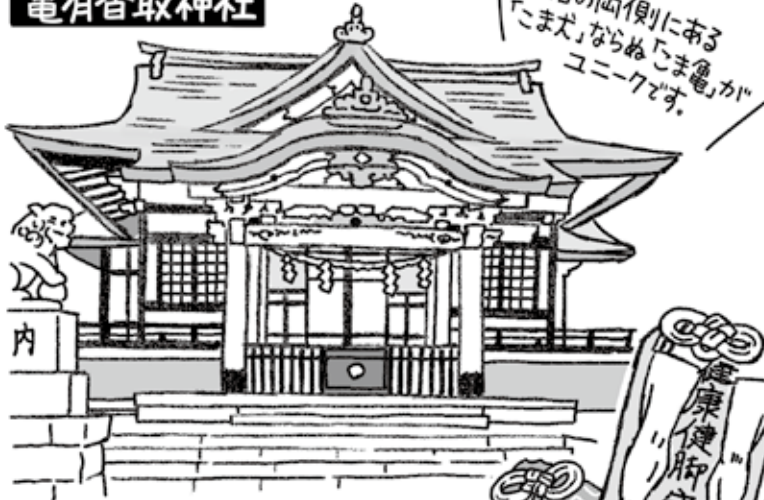
亀有周辺

お散歩所要時間：約25分
(亀有駅→葛飾伊勢屋
→ハンドメイドファクトリー マカロン
→亀有香取神社→吉田パン
→亀有駅)

古き良き下町情緒を残す町、亀有。90年代から始まった再開発により発展する一方、古くからの神社仏閣、老舗商店など、亀有ならではの魅力も色濃く残っています。町のシンボルでもある「こちら葛飾区亀有公園前派出所」で有名な、両さんの銅像とも出会うことができる、亀有の町を散歩しにでかけませんか。

「こち亀」の聖地・亀有の地元愛あふれるスポットめぐり!

亀有香取神社



鳥居の両側にある「こま犬」ならぬ「こま亀」がユニークです。

創建は鎌倉時代で、約740年の歴史ある神社。ご利益は開運厄除で、境内にある道祖神のお社では足腰健康・勝負事の神様を祀っています。スポーツの祈願に訪れる人も多いとか。



昭和三十年創業の葛飾伊勢屋。昔ながらの和菓子店。定番のお団子とともに人気なのが「こち亀」オリジナル商品。原作者・秋本治先生のご厚意で、地元・亀有限定というレアな商品づくりが実現し、漫画のファンや地元の方の土産品として人気を集めています。

お土産に!

箱入りの「両さんめんこ焼」はキラキラのめんこが1枚入っています。ほかに夏期限定の「両さん水ようかん」(8個入り・1792円)はオリジナルのこち亀おそろしく入りで、帰省土産にオススメです!



岩手・盛岡のソウルフード「福田吉田パン」

「福田吉田パン」に伝授して頂いた技をひき継ぎ、6年前にオープン。朝、焼き上がったばかりのコッパパンにオーダーを受けてから具材をはさんで提供。シンプルながらもその美味しさが評判を呼び、行列のできる店として亀有名物になっています。



人気! あんまーガリン 200円

ハムカツ 330円

具材は片面ずつ組み合わせ可能。常連さんばかり。ナルの味を楽しんでいるそうです。



ハンドメイドファクトリー マカロン

地元出身の姉妹が経営する、ハンドメイド作品の委託販売店。壁一面のレンタルシェルフには約50名の作家さんの作品が所狭しと並び、猫アイテムやアクセサリーなど、さまざまな面白い作品に出合えます。

右: 姉の加枝さん
左: 妹のゆかさん

洋服やバッグにつけられる「和風ポット」



ハーバリウム 2,160円



ワイヤーアクセサリー 水品ペンダント 4,968円

姉妹が手作りするベビー・ママ用グッズのほか、学用品もたくさん! おけいこバッグや着袋など、学用品のオーダーメイドも好評です。

取材・イラスト/川瀬ホシナ http://hoshi-port.com ※価格は全て消費税込です。

SPOT DATA

- 亀有香取神社**
◎ 9時～17時 ◎ 無休 ☎ 03-3601-1418
- 葛飾伊勢屋 亀有本店**
◎ 8時30分～20時15分 ◎ 不定休(火曜、月1回) ☎ 03-3602-4221
- ハンドメイドファクトリー マカロン**
◎ 10時～18時 ◎ 水曜 ☎ 03-6662-4556
- 吉田パン**
◎ 月曜7時30分～13時、祝日の場合は7時30分～17時30分 火曜～日曜 7時30分～17時30分
※品物がなくなりしたい閉店になります
☎ 03-5613-1180

後楽園・春日/Workshop

文京シビックホール

ミュージック・ワークショップ・フェスタ(夏)

～0歳から大人まで～見つけよう、音楽で広がる新しい世界
7月18日(木)～21日(日) 文京シビックホール



教育プログラムがヨーロッパで注目を集めるポルトガルの音楽施設「カーザ・ダ・ムジカ」と東京文化会館が連携し、様々なワークショップを開催します。大人も参加できるプログラムも。ポルトガルから来日するワークショップ・リーダーも出演!
【料金】参加料540円
★詳細は下記HPへ!

Data ◎ 文京シビックホール
◎ ☎ 03-5685-0650 (東京文化会館チケットサービス)
https://www.t-bunka.jp/stage/mw_festa/summer2019.html

メトロで行く 街角 Event & Information

上野/Information

日本教育書道芸術院

人気の「実用書道セミナー」開催

のし袋の表書きや結婚式の記帳などに…
筆文字を美しく書くコツを学んでみませんか?



創立55年以上の「日本教育書道芸術院」では、初心者を対象に「実用書道セミナー」(全2回)を開催。実用書を中心にしたのし袋の書き方など優しく丁寧な指導法は、気軽に参加できると人気です。当日使用した小筆と教材資料、参加者当人の住所・名前のお手本は進呈とのこと。筆文字は人生の節目節目で活躍する、一生の財産。この機会に習得してみよう。

- 木曜コース：8月1日・8日 (14:30～、18:30～)
- 水曜コース：8月7日・21日 (10:30～)
- 各90分 ● 3,000円(全2回)

Data ◎ 台東区上野3-19-1 ◎ 月曜・日曜・祝日
◎ JR総武線御徒町駅、日比谷線仲御徒町駅、千代田線湯島駅、銀座線浅草橋駅より徒歩5分
◎ ☎ 03-3834-2791 (申込・問合せはお電話で)(メール不可)

飯田橋 / Event 東京大神宮マツヤサロン

東京大神宮マツヤサロンブライダルフェスタ

神前結婚式創始の神社で行われる
月に一度の「スペシャルフェスタ」7月13日(土)ほか



東京大神宮マツヤサロンでは、多彩なブライダルフェア&相談会を開催しています。拝殿での模擬挙式や明治時代に建てられた加賀百万石の旧前田侯邸を移築した一室での模擬披露宴、打掛・かつらの体験試着や試着したまま本番さながらの写真撮影など、様々な体験ができます。詳細は電話またはホームページで確認を。

Data ①千代田区富士見2-4-1東京大神宮マツヤサロン
②東西線・有楽町線・南北線・都営大江戸線・飯田橋駅徒歩5分
ご予約・お問合せ/東京大神宮マツヤサロン ☎03-3234-6611 <http://www.daijingu-matsuya.com>

文京区 / Information エーザイ株式会社

つらい疲れにチョコラBBローヤル2

元気もキレイも。はい、チョコラ♪EISAI PARKに登録して応募！
キャンペーン第1弾8月1日まで実施中！



疲労の回復・予防
日常生活における栄養不良に伴う身体不調の改善・予防：肌の不調(肌荒れ、肌の乾燥)
指定医薬部外品

チョコラBB ローヤル2は、疲労の回復・予防、日常生活の栄養不良に伴う身体不調の改善・予防：肌の不調(肌荒れ、肌の乾燥)に効果があります。脂肪の代謝を助け、エネルギーに変えるビタミンB2や、疲れケアをサポートするローヤルゼリー、アミノ酸やタウリンなどを配合しており、効率よく疲れのケアができます。忙しい毎日、疲れが顔にはりついていませんか?そんな時には、ぜひチョコラBBローヤル2をお試ください!現在、元気もキレイも。はい、チョコラ♪キャンペーン第1弾実施中です。

Data ①文京区小石川4-6-10 <https://www.eisai.jp/>
キャンペーン問い合わせ ☎0120-551-831 (平日10~17時)
製品に関する問い合わせ ☎0120-161-454 (平日9~18時、土日・祝日9~17時)

那須 / Information 那須ロープウェイ

全国屈指の眺望!那須ロープウェイ

1,915mの茶臼岳から見下ろす絶景と雲海!
今夏の旅行は涼しい那須で決まり!



那須連山の主峰(栃木県)「茶臼岳」の9合目まで空中散歩。ゴンドラは関東最大級の111人乗りで、愛犬との相乗りも可能。7月は新緑が広がり、真夏でも気温は約25度と避暑にもおすすめの景勝地。限りなく広く、明るく、自然と楽しさがいっぱいです。大人往復1,800円、小人往復900円。8時30分~営業。

Data ①JR「那須塩原」駅より「那須ロープウェイ」行き路線バスあり。無料駐車場あり。
☎0287-76-2449 ※ペットはキャリー必須(レンタルあり)。
<https://www.nasu-ropeway.jp/> Twitter/Instagram: @nasuropeway

麻布 / Information アストライア インスティテュート

心のコーチング&カウンセリング

生き方・自己探求・自分への無意識の
偏見やストレスを解放!



イライラ、もやもや、心身の慢性的な不調、行き詰まり、人間関係の悩みや自分への無意識の偏見は、潜在意識が影響している場合も多くあります。アストライアの潜在心理カウンセリングやコーチングで心の中を整理し、問題解決の助言や自分らしく生きるヒントを得ませんか?

Data ①港区麻布十番1-10-3-1001
②東京メトロ南北線・都営大江戸線麻布十番駅5a出口徒歩1分
☎03-5570-5258 <http://www.ast-a.com>

メトロで行く 街角 Event & Information

新宿・有楽町 / Fair 京セラ

京セラジュエリーフェア開催

①7月7日(日)・②15日(月・祝) 10時~17時
ダイヤ、パール、色石が70% OFF!



商品点数10,000点以上のジュエリーが通常販売価格から70% OFF(一部除外品有)。天然ダイヤモンド、パール、カラストーン他多数展示販売します。楽しいイベントやジュエリーリフォーム・修理コーナーなどもあります。入場無料。ご来場の際は本紙をご持参ください。詳しくは下記店舗まで。

Data ①CIRQ(シルク)新宿8Fホール ②東京交通会館12FカトリアサロンB
③京セラ クレサンパール銀座店(中央区銀座5-7-4 鳩居堂ビル地下1F)
☎0120-844-770 (☎水曜 ④11時~19時30分)

北千住 / Shop 洋かつらセンター ルミアン

ウィッグ専門店ルミアン 店内大量展示!

修理もおまかせ!!髪のお悩み、かつらのご相談はルミアンへ。
メトロガイドご持参の方10% OFF(一部除外品あり)7/5~7/31迄



「ルミアン」のショールームでは、常時100種類以上の既製品を取り揃え、即日納品可能です。急な脱毛にも対応できます。どれもお求めやすい価格が魅力で、経験豊富なスタッフが笑顔と安心をお届けします。髪のお悩みはウィッグで解決しませんか? ご試着だけでもお気軽にご相談ください(男性は予約制)。

Data ①千代田区千住1-39-7 ☎03-3870-0202 ②無休
③千代田線北千住駅1番出口徒歩0分/西口徒歩2分
yahoo!、楽天、オンラインショップ (<https://www.lumien.co.jp/online-shop/>)で購可

四谷・御茶ノ水 / Seminar (財)ヘルスケア社会医療研究所

「中医学初級講座」9月開講!

初めての方向けの講座で解りやすく中国医学の
基礎を学ぼう!どなたでも受講できます。



中医学は症状ごとではなく全身をみて、体の状態を判断します。ご自身の体質に合う健康法を見つけましょう。長春中医药大学附属医院共催講座です。【中医学初級講座木曜夜コース】(全12回)9月12日~11月28日/18:30~20:30 会場/主婦会館プラザエフ 千代田区六番町15 【中医学初級講座日曜夜コース】(全6回)9月15日~11月24日/13:00~17:00 会場/薬学ゼミナールお茶ノ水教室 千代田区神田駿河台2-1-4

Data ①新宿区四谷三栄町14-1 三栄星野ビル4F 中国医学実践講座事務局
☎0120-961-608 (月~金 9:00~17:00) ②土・日・祝日
<https://chuigaku.ne.jp> chuigaku@vesta.ocn.ne.jp

横浜 / Information 株式会社ICON

プログラミングを遊びながら体得できるKUMIITA(クミイタ)シリーズ

4歳から12歳頃までのお子様へ
楽しく学べるKUMIITAシリーズ新発売!



複雑な動きのプログラムは「どうなっているのか」を遊びながら体得できるプログラミング学習セットです。0才(7ヶ月)以上5才頃までの「はじめてセット」に続き【新商品】4才以上12才頃まで向けの本体とパネル40枚セットは、複雑な動きを作ることができる新規拡張パネルでプログラムのあらゆる処理を表現、体感できます。お子さまが思うような動きを実現、お子さまの意欲を満たしながら、プログラミング思考力と論理的な自然と育てられるパネルを取り揃えました。

Data ①神奈川県横浜市神奈川区台町13-19
☎045-548-8581
<https://kumiita.com>

銀座 / Seminar oluha 上質睡眠専門店 体験ラウンジ

睡眠セミナー「睡眠の専門家からみた“冷え”対策」

【参加無料】睡眠不足が“冷え”を呼ぶ?
夏こそ知りたい!上質睡眠と冷え対策のポイント



暑く寝苦しいこの季節ですが、冷えに苦しむ人も多いのでは。その冷え、実は睡眠時間の不足や質の低下が原因の一つかも。本セミナーでは「睡眠の専門家」の立場から、冷えの原因や対策などを紹介。参加者には注目の「重炭酸入浴剤」をプレゼント! 【日時】7月27日(土)・28日(日) 各日11時15分~14時30分~ ※各回75分間

Data 申込 ☎03-5579-9710(11時~20時)
https://www.oluha.jp/brand/seminar_oluha/ (お問い合わせフォーム①名前②連絡先③希望日時記入)
④中央区銀座1-8-19キラリト ギンザ3階

中野区 / Present なまにゅう 小岩井乳業

小岩井生乳100%ヨーグルトを1個買って応募しよう!

小岩井チーズ・バターお試しセットが
抽選で50名様に当たります!



小岩井 生乳100%ヨーグルトをご購入の上、郵便番号・住所・氏名・電話番号・年齢・性別、左記のアンケートに回答いただき、レシートを添付した、はがき又はメールにて応募ください。7月31日(水)当日消印有効(メールの場合当日23時59分まで)。※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

Data 送り先: 〒103-0016 東京都中央区日本橋小網町16-1
小岩井乳業株式会社「メトロガイド」小岩井キャンペーン事務局(日刊工業サービスセンター内)
メールでの応募の場合koiwai@nikkans.co.jp(件名に「メトロガイド小岩井キャンペーン」と記載ください)

中央区 / Seminar 銀座コレージュ耳鼻咽喉科

いびき・無呼吸症に悩む方は無料セミナーへ!

解決の一步が見つかる!
いびき・無呼吸症・アレルギー性鼻炎でお悩みの方に朗報です!



いびき治療の専門医として名高い院長の都筑俊寛氏が分かりやすく解説する「無料セミナー」を開催。いびき・アレルギー性鼻炎の原因や治療方法、治療に際してのメリットとデメリットなど、分かりやすく解説してくれます。【開催日時】7月16日(火)/8月19日(月) ※各回とも19:30~(60分程度) 【参加費】無料 【定員】10名 ※先着順 【場所】銀座コレージュ耳鼻咽喉科 【講師】院長/都筑俊寛 ※セミナー申込は下記参照

Data セミナー申込 ☎03-3546-8733 (10:30~18:30※日曜~17:30) info@ginzacollege-med.com
HP <https://gincolle.com> ※「問合せ・相談」から申し込み
④中央区銀座2-8-4 泰明ビル2F

「奈良まほろば館」より奈良の名物で暑い夏を乗り切ろうセットをプレゼント!

40名様

奈良県のアンテナショップ「奈良まほろば館」より開館10周年を記念して、奈良の名物で暑い夏を乗り切ろうセットをプレゼントします!そうめん発祥の地・奈良の伝統技法により製造された細く、コシのある三輪山本の極細そうめん「白龍」。奈良の老舗である森奈良漬店で瓜と胡瓜を酒粕と天然塩のみで漬けた「きざみ奈良漬」。この2つの奈良名物を食べて暑い夏を乗り切りましょう!奈良まほろば館では、奈良の魅力を体感できるイベントや講座を開催!ショップでは奈良の特産品を取り揃えております。

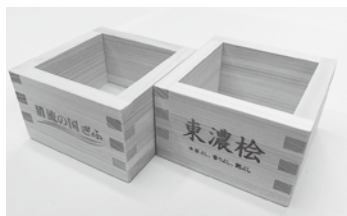


★〒103-0022 中央区日本橋室町1-6-2 日本橋室町162ビル2F
(東京メトロ銀座線・半蔵門線「三越前駅」A1出口上がってすぐ)
奈良まほろば館 メトロプレゼント係(7月末日締切) ☎03-3516-3931

清流の国ぎふからの贈りもの。岐阜県特製「木枡」を2個セットでプレゼント!

5名様

清流・長良川を育む岐阜は、木の産地。そこで、岐阜の東濃松を使用した「木枡」を2個セットでプレゼントします。また、8月24日(土)、25日(日)の10時~17時に、まるごとっぽん(台東区浅草2-6-7)で、「武将」がテーマのイベントを行います。甲冑の着付け体験(子ども用)、関ヶ原古戦場・明智光秀の展示を行うほか、岐阜県イチオシの逸品を取り揃えた「岐阜戦国物産展」等も開催。東京で岐阜県を味わい体感できるイベントに、ぜひお来場下さい。



松が香る岐阜県特産品の「木枡」。

★〒102-0093 千代田区平河町2-6-3 都道府県会館14F 岐阜県東京事務所
☎03-5212-9020(7月末日締め切り)

日刊工業新聞社が贈る月面着陸50周年を迎える「アポロ計画」の記録

5名様

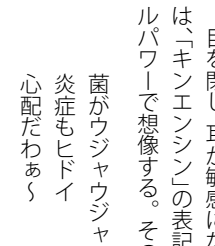
アポロ11号の月面着陸から50年、日刊工業新聞社から関連書籍『3つのアポロ』をプレゼント。宇宙飛行士はもちろんのこと、技術者や飛行管制官、政治家、科学者といった、多くの人びとが紡いだ「アポロ」の全貌を紐解き、現代や未来へ繋がる意義を問ひかけます。宇宙工学の専門家であり、優れた解説者でもある著者による書き下ろし本です。



★〒103-8548 東京都中央区日本橋小網町14-1
日刊工業新聞社 出版局「3つのアポロ」プレゼント係(7月31日(水)迄)
E-mail (info@media.nikkan.co.jp) での応募も可。
☎03-5644-7410 http://pub.nikkan.co.jp/

おまたまさこのおしゃべりがとまらない!

第125 喋り 私の脳は「変換」が不得手です



虫歯の治療を終えると、次回は、普段お使いの歯ブラシと歯間ブラシを持ってきてくださいと言われ、生まれて初めて歯磨き指導を受けるとなった私。歯の汚れをピンクに染める液体でウガイをする。すぐに椅子がたおされ、歯科衛生士のチェックが始まった。
「5番、キンエンシン」「6番、キンエンシン」「7番、キンエンシン」
めくられたり引つ張られたり、くちビルの体操が始まったように感じていたら、奥歯に器具が移動するたびに、「キンエンシン」を連呼される。目を閉じ、耳が敏感になっている私は、「キンエンシン」の表記と意味をフルパワーで想像する。その結果…

「菌がウジャウジャ 炎症もヒドイ 心配だわあ」
この3行の最初の漢字を並べて、「菌炎心」ではないかと結論つけたのだが、心配だわあなどという情緒的な言葉は入らないと笑われる。歯の側の中心に近いほうが「近心」、遠いほうが「遠心」で、「キンエンシン」は「近遠心」だったのです。
耳慣れない言葉を、正しい表記に変換できなくて苦笑いされたのは初めてではない。もう20年ほど前のこと、終日、11センチのハイヒールを履いて仕事をしていたら、足首が腫れ始め、しだいに、黒ずんだ紫色に変わっていき、病院に直行した。
「先生、どうして、こんなに腫れちゃったんですか?」
「カレー現象だね」
初めて耳にするフレーズに、適切な漢字変換ができない。
「華麗なる一族のカレーですか?」
「枯れ木も山のにぎわいの『枯れ』ですか?」
「まさか、カレイの煮つけやカレールイスは関係ないですよね」
矢継ぎ早に答えてみるものの、残念ながら、すべてが不正解!! 「変換」が不得手なことを自覚しました。



●文ノ小俣雅子(おまたまさこ)
若い女性が、好きな俳優の名前を挙げたあと、「イケメンすき〜しんぞ〜」とエモすぎてしんぞ〜と書いてくるのを聞いた。疲れるの? それとも…
●イフスト/Kuma*Kuma(くまぐま)
6月は夫の株主総会代理出席ラッシュ。開催時間が短縮傾向にあり、はしごに大苦戦

日刊工業新聞社

ニュースを起点に、新しいスイッチを入れましょう。



ニューススイッチ NEWSWITCH

話題のテーマ

新聞とは一味違うテーマを10以上用意。独自記事も配信します。

記者のコメント

日刊工業新聞の記者や外部の専門家がテーマごとに気になる記事を紹介、コメント。

他サービスと連携

新聞本誌との連携や展示会・セミナーと連動した企画、リアルイベントなども随時開催!

アクセスはコチラから ▶ <https://news witch.jp/>



present & Information
プレゼント & インフォメーション

はがき又はFAXに必要事項 ①〒番号 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤性別 ⑥職業 ⑦電話番号を明記の上、各応募先へお送りください。()内は消印有効です。
 ※ご応募いただいた読者の個人情報(氏名・住所・電話番号など)は各応募先が適切に管理いたします。
 ★はがきの料金は「62円」です。

**アメリカのナチュラルワインの先駆者「ブロック・セラーズ」が
 バイエリアで醸造する看板赤ワイン** **3名様**

ブロック・セラーズはサンフランシスコの対岸、パークレーという街にあるアーバン(都市型)ワイナリーです。畑は持たず、有機栽培などナチュラルな農法を実行しているブドウ農家からブドウを買い、ワインを醸造しています。代表作である「ヴァイン・スター・ジンファンデル」は、従来の濃厚なジンファンデルの印象を覆すエレガントなスタイル。木苺やスパイスの香りが広がり、口に含むとフレッシュな酸味と黒系果実の仄かなニュアンスを感じる生き生きとした赤ワインです。
 ★〒105-0004 港区新橋2-5-5 新橋2丁目MTビル
 株式会社富士インダストリーズ ワイン事業部「ブロック」係(8月末日)
 ☎03-3539-5415 ホームページ:http://www.ficwine.com

20歳未満の方は応募をご遠慮いただいております。予めご了承ください

**「足つり対策、熱中対策に」、必須ミネラル「マグネシウム」
 が手軽に摂れる「ライフマグ」を、プレゼント!** **10名様**

「ライフマグ」は、タテホ独自の製法で、3つの有機酸と結合させ、吸収が難しいと言われる一般的なマグネシウムと比較してイオン化率が3倍以上ある「トリプル有機酸マグネシウム」を配合し、1日1包でマグネシウム120mgを効率良く摂取出来ます。水無しでも飲める顆粒タイプで、さわやかなレモン風味になっています。累計販売個数14万個を突破した話題の商品です。
 ★〒542-0081 大阪市中央区南船場1-18-17-6F
 タテホ化学工業株式会社 メトロガイドプレゼント係
 (8月20日消印有効)

**8月6日(火)開催、夏巡業大相撲立川立飛場所
 2階席チケット 人気の特製弁当付き!** **10組20名様**

東京都立川市には、昭和54年に立飛グループの敷地で大相撲立川場所が開催された歴史があります。平成28年には立飛ホールディングスが勧進元となり、37年ぶりに同じ場所での巡業が昔ながらの露天で実現。平成30年からはアリーナ立川立飛での開催となりました。令和元年を迎えた本年は、より多くの皆様楽しんでいただけるよう工夫を凝らしておりますので、ゆったりとお楽しみください。
 ★〒103-8548 中央区日本橋小網町14-1 日刊工業新聞社
 メトロガイド編集室内 株式会社メトロ広告社
 「メトロガイド プレゼント」係(7月20日 消印有効)

**令和元年、乗馬にチャレンジしてみませんか?
 初心者対象“3日間5級ライセンス取得コース”** **毎週10名様**

成田にある日本最大級の乗馬施設「オリンピッククラブ」では、初心者対象の“3日間5級ライセンス取得コース”(通常5万5,000円)を抽選で毎週10人にプレゼント。乗馬は年齢を問わず楽しめる生涯スポーツです。無料送迎バスが池袋駅・秋葉原駅・千葉駅・成田駅から出ているので、行き帰りもラクラク。“1DAY2DAYS体験乗馬無料キャンペーン”も実施中です。詳しくは「オリンピッククラブ」で検索。
 ※馬具レンタルなどの諸経費別途1万3,840円必要 ※小学3年生以下ポニー5級
 ★〒289-1622 千葉県山武郡芝山町宝馬21-5
 「オリンピッククラブ 5級ライセンスコースプレゼント」メトロ7係(7月31日必着)
 ☎0479-70-8788 (9時~17時、土・日曜~18時) ☎0479-77-1548

www.olympic-club.org
 Webからの応募も可能です

**転職ガイド本「わたし、このままでいいの?」
 (適性診断付き¥1,296)をプレゼント!** **20名様**

女性の再就職を応援して30年のアイムパーソナルカレッジが、転職ガイド本をプレゼント。25歳から72歳までのドキュメントが満載!
 ■自分磨きで幸せになる「チャームアップ講座」7月26日(金)
 ①10:30~12:30 ②19:00~21:00 ※参加無料
 ご都合の良い日をお選びください。
 ご予約はお電話またはメール(im-col@abox6.so-net.ne.jp)で。
 ★〒107-0062港区南青山1-26-5-2F ☎03-5410-5464
 アイムパーソナルカレッジ「本プレゼント」係(8月10日)

参加者は当日、「幸せになるチャームアップブック」をプレゼント致します。

日光国立公園 丸沼高原
**日光白根山
 ロープウェイ
 GREEN SEASON 2019**

標高2千メートルで涼しく過ごせる
「天空テラス」と「天空カフェ」完成

altitude 2000m
 MOUNTAIN RESORT
**MARUNUMA
 KOGEN**

詳しくはホームページでご案内しております
丸沼高原 検索
<https://www.marunuma.jp>

丸沼高原総合案内:0278-58-2211
 ※定休日がございます。お出かけ前に営業情報をご確認ください。

日本製紙グループ
 日本製紙総合開発株式会社 丸沼高原事業部
 〒378-0414 群馬県利根郡片品村東小川4658-58

お車で
 川口JCT 東北道103km → 宇都宮I.C 圏外31km → 清滝I.C 約60分
 練馬I.C 関越道126km → 沼田I.C 約50分
 ※横浜、八王子方面からは圏央道のご利用が便利です。

電車バスで
 浅草 東武本線 → 東武日光 日光・かたしなエクスプレス号
 浅草 東武本線 → 東武日光 路線バス → 湯元温泉 路線バス
 上野 上越線 → 沼田 路線バス → 鎌田 路線バス
 上野 上越新幹線 → 上毛高原 路線バス

丸沼高原

東京メトロスコープ

T o k y o M e t r o S c o p e



× 中央区観光協会

本当に怖い! 2019年8月24日(土) 開催
お寺の本堂で聞く、講談師の怪談

私たち東京メトロは、みなさまの夏の思い出に「本当に怖い!お寺の本堂で聞く、講談師の怪談」という企画を開催いたします。

閉め切られた貸し切りの本堂内でロウソクがゆらめく薄暗い中、間近で臨場感あふれる怪談を五感で体験してみませんか。みなさまがよくご存知の怪談の中から、その場の雰囲気でお話をお題を決めます。真打の話術によって繰り広げられる世界観を是非この機会にご堪能下さい。

このイベントは、中央区の人形町にあるお寺の本堂にお集まりいただき、晩夏の夜の風物詩“ぞくぞくするような怪談”を話し手のプロである講談師から聞いていただくイベントです。

講談師は、神田山緑氏。東京都中央区日本橋人形町出身の講談師。芸歴12年の最短で平成30年3月に真打に昇進された実力派。高座だけにとどまらず、TV・CM・ラジオの他講演や教育活動にも熱心に取り組まれています。

どんな話でも聞き手がどんどん吸い込まれていってしまう不思議な魅力を持つ同氏の“怪談”を静まり返ったお寺の本堂で聞く…果たしてどんな展開を迎えるのでしょうか…

まだまだ暑い日本橋人形町の夜に違った涼しさを感じに来てみてはいかがでしょうか。



神田山緑 公式ウェブサイト
<http://koudanshi.com/>



イベント詳細&お申し込みは、
QRコード または 下記URLから!
<https://andstory.co/stories/392>
※お申し込みのタイミングによっては満席の場合もございます。予めご了承ください。



共感で出会える、体験がある。

AND STORY ×

Tokyo Metro
To Me CARD



メトロポイントPlus
登録すると
どんどん貯まる!



- 定期券面区間外の乗車や電子マネーの利用で、メトロポイントが貯まる!
- メトロポイントはPASMOへチャージしたり、ANAのマイルや楽天スーパーポイント、nanacoポイントへ移行して使える!

[メトロポイントPlus 加盟店]

- 売店 (METRO'S)、Echika、Echika fit、Metro pia 及び Esola 等メトロポイントPlus ログ掲出先
- 自動販売機及びコインロッカー等メトロポイントPlus ログ掲出先

※メトロポイントPlus 加盟店でのみポイントが貯まります。



● ANA To Me CARD PASMO JCB



● To Me CARD Prime PASMO



● To Me CARD PASMO (ゴールド)

ご利用には、事前登録が必要です。

- ◆メトロポイントPlusのご登録は、東京メトロの駅にある多機能券売機 (ピンクの券売機) または To Me CARD会員専用サイトで行えます。

※To Me CARD 一般カードは、メトロポイントPlus (電子マネーポイント) の対象外となります。
※カード券面はイメージです。※PASMOは株式会社バスモの登録商標です。



注意 カードは磁石等に近づけないようにしてください。(例: バッグや財布のマグネット式留金、スマートフォン、携帯電話など) カードの磁気が弱まり、カードが利用できなくなる恐れがあります。

山 で遊ぼう!

阿蘇 エリア

雄大な阿蘇の大草原を
夜の乗馬で満喫!

大自然を満喫する阿蘇エリアの
おすすめは、夜の乗馬体験。阿蘇山
の麓に広がる「阿蘇ハイランドゴルフコース」内
を、星空を見上げながら馬で散策します。降り注ぐよ
うな星空は、都会にはない絶景。専用ガイドの案内で安心です。

乙姫スターライトトレッキング



特急 あそぼーい!



キャラクター犬の「くろ
ちゃん」がお出迎える、
子どもに大人気の列車
です。雄大な阿蘇を望む
全面展望のパノラマシー
ト、ファミリー車両には親
子シートや「木のプール」な
ど、楽しい仕掛けが待っています。



特急 A列車で行こう

ジャズの名曲から名付けられ、「16世紀の天
草に伝わった南蛮文化」をテーマにデザイン
されたドラマチック・トレイン。美しいステンド
グラスが彩る空
間で、おすめ
のハイボールを
味わう、大人の旅
を演出します。



天草 エリア

海 で遊ぼう!

この夏、熊本がアツい!



イルカウォッチング

目の前で泳ぐ姿に感動!
野生のイルカに会いに行こう。
沖合に生息する野生のミナミハンドウイ
ルカに、一年中出会えるのは天草ならで
は。クルーザーと並んで泳いだり、目の前
でジャンプしたり、魚をくわえて海から顔
を出したりと、人懐っこいイルカの姿に、
癒されること間違いなしです。

五感、ひびく、観動旅

もっと、もーっと! くまもっと。

KUMAMOTO DC 2019
© 2010 kumamoto pref. kumamon

熊本デスティネーションキャンペーン 2019.7.1-9.30

熊本県を旅するならば、
この夏が大チャンス!!
人気の観光列車に乗って、
ここだけの体験スポットへ。
夏休みのおすすめ旅、
3コースをご紹介します!

阿蘇エリア

あそぼーい!

阿蘇地

天草エリア

A列車で行こう

人吉エリア

かわせみやませみ

三角

新八代

八代

人吉

川 で遊ぼう!

人吉 エリア



球磨川くだり

球磨川の大自然を川面から体感。
日本三急流のひとつ、球磨川の清流を間近に
体験できる川くだり。熟練の船頭が巧みに操
る木造船は、レトロな懐かしさとスリルの両方
が味わえます。川岸のあふれる緑や小鳥のさ
えずりにも心癒されます。

特急 かわせみやませみ



深い山々に囲まれた人吉盆地と、エメラルドグリー
ンに輝く球磨川。この豊かな自然に育まれる野鳥の
「翡翠(かわせみ)」と「山翡翠(やませみ)」から名付
けました。ブルーとグリーンを基調にした列車から、
水と緑の美しい景観をお楽しみいただけます。

首都圏発

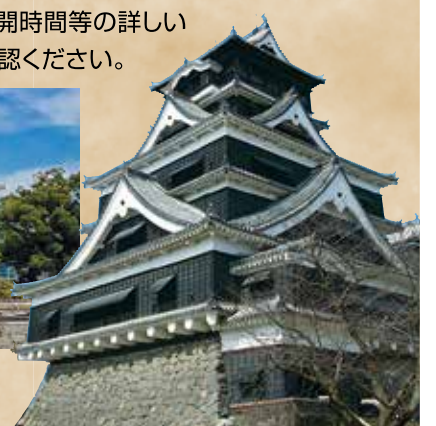
熊本をもっと、もーっと楽しむ DC専用ツアーを販売中!!

各旅行会社にてパンフレット配布中。
詳しくは店舗、ホームページにてご確認ください。

復興へ! 蘇る日本三名城のひとつ 熊本城特別公開

2019年
秋(予定)

復旧が進む熊本城天守閣の大天守外観復旧を記念し、熊本城の特
別公開第1弾が2019年10月5日からスタートします。二の丸広
場を起点に西出丸から工事用スロープを通り、平左衛門丸の一部
や天守閣前広場の一部に至るルートを開通予定(原則として日曜・
祝日のみの公開)。公開日、公開時間等の詳しい
情報はホームページにてご確認ください。



熊本城特別公開

検索



近畿日本ツーリスト

近ツアー JRで行く熊本

検索

JR東海ツアーズ

JR東海ツアーズ 行きたい!よかとこ熊本

検索

ご予約

お電話または「くまもっと旅行社」専用ホームページから簡単にご予約できます

☎ 096-300-5535

くまもっと旅行社

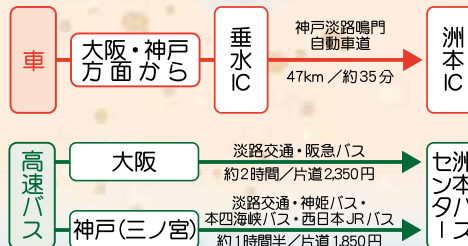
検索

すもとし 兵庫県洲本市ってこんなところ!!

淡路島の魅力いっぱい

大阪から約2時間、
神戸から約1時間半と
好アクセス!!

大阪湾に浮かぶ淡路島。その中央部に位置する洲本市は島ならではのグルメや洲本温泉、歴史的な見どころ美しい自然など魅力がいっぱいあります。市民や観光客に愛される、ご当地自慢のスポットをご紹介します。



大浜海水浴場

約750mも続く白い砂浜と「千本松」とよばれる松林が美しい風景を作りだしている。遠浅の海で、環境省の「快水浴場百選」に選ばれ、夏は海水浴を楽しむ多くの人でにぎわう。



洲本温泉

淡路島最大の温泉地『洲本温泉』。2018年に掘り当てた地下1500mの新泉源「うるおいの湯」はしっとりすべすべのアルカリ性単純温泉。海を眺めながらゆったりと満喫できる。



※ふるさと納税の“洲本温泉利用券”が使えます。

中原水産

昔ながらの完全天日干しで作る無添加・減塩のしらすやちりめんじゃこがおすすめ。



ちくば水産

海苔やいかなごのくぎ煮など、目の前の炬口(たけのくち)海岸で獲れた安心食材を使用。



洲本城跡(三熊山)

続日本100名城のひとつ。現在の天守閣は1929年に建てられたもので、模擬天守としては日本最古。展望台からは紀淡海峡や市街地、大浜海岸の絶景が一望できる。



C Tower Coffee

ベストセラー作家、湊かなえさんも通う、自家焙煎のスペシャルティコーヒー専門店。



D 原口松竹堂・フリーズ洋菓子店

百余年続く和菓子屋と、親子で受け継ぐ隣接する洋菓子店はどちらも本格派。



E 鯛安鮮魚店

地元で愛され続けて65年。淡路島の四季折々の鮮魚やお刺身などが並ぶ。



F 長手長栄堂 堀端本店

御菓子一筋80余年。特産の鳴門オレンジや淡路島にちなんだ銘菓が揃う。



G 出口商店

創業万延元年の海産物問屋。厳選されたおじゃこやワカメ等の島の幸を扱う。



H 淡路旬菜鮮魚 花光

地元で水揚げされる天然の活魚・鮮魚を中心に扱う。豊富な魚種と鮮度が自慢。



I 肉の小畑

淡路島が誇るブランド牛「淡路ビーフ・淡路牛」を中心に国産肉などを販売。



J あきやま蒲鉾

淡路島の食材を使用した、蒲鉾、ちくわ、揚げ物は一度食べたらやみつき。



すもとしのおべんと

淡路島の真ん中から愛をこめて

日比谷にある洲本市アンテナショップがこの夏(予定)リニューアルOPEN!! 洲本市の魅力をギュッと詰め込んで、さらに充実のラインナップ!



営業時間 11:00~20:00(年中無休)

アクセス 東宝ツインタワービル1F 千代田区有楽町1-5-2

【日比谷駅】東京メトロ日比谷線・千代田線A5出口直結、都営三田線 徒歩約3分
【有楽町駅】東京メトロ有楽町線、JR日比谷口 徒歩約4分



兵庫県洲本市の特産品は…

真心こもった自慢の逸品を揃えてお待ちしております。是非お立ち寄りください。ふるさと納税やアンテナショップでもお求めいただけます。



ふるさと納税について

↓ 資料請求、お問い合わせはこちら ↓

洲本市魅力創生課 TEL 0799-24-7641

洲本市 ふるさと納税



あっ、入り口が心配!
そんな時には…

設置後も扉を開けて、またいで出入りできる!

銀行、コンビニ、薬局など幅広い施設に設置できます!

出入りに金具で固定するだけ! 簡単設置でスピーディな浸水対策!

あつ、入り口が心配!
そんな時には…

設置後も扉を開けて、またいで出入りできる!

銀行、コンビニ、薬局など幅広い施設に設置できます!

出入りに金具で固定するだけ! 簡単設置でスピーディな浸水対策!

日頃からの浸水対策は、簡単&ラクラク操作で解決!

大型台風、ゲリラ豪雨…

文化シャッターの住まい方セミナー その②

夏、真っ只中! 編

あつ、ガレージが心配!
そんな時には…

シートとマグネット・吸盤でしっかりガード!

ガレージシャッターやマンションのフロントにも使えます!

スピーディ!軽量!コンパクト! 土のうのデメリットを解決した浸水対策の決定版!

簡易型止水シート「止めピタ」 (シャッタータイプ・フロントタイプ)

●シート・部品など 1袋で、5kg~20kgと軽量。
●約5分で簡単設置。
●土のうの約10倍の止水性能!

土のうは運ぶのも、片づけるのも大変! 止めピタなら持ち運びがラクラク!

BX止水板「ラクセット」

- 約2分で簡単設置。
- 工事不要で設置可能。
- 出入りに金具で固定するだけ。



一人でもすばやく設置できて建物内部への水の侵入も低減!



この商品は「BXビル内展示スペース」(東京都文京区)でご覧いただけます!!

暮らしに安心・安全と快適をご提供する多彩な商品を見て触れて体感いただける文化シャッターのショールーム。ご予約の上、お気軽にお越しください。

場 所 東京都文京区西片1-17-3
営業時間 平日10:00~17:00(ご案内/午前 10:00~12:00、午後 13:00~17:00)
お問い合わせ TEL.0570-666-670(ナビダイヤル) TEL.03-5844-7111 (IP電話・海外からのご利用)

受付対応時間 平日9:00~17:00 ※土日祝日は除く
ご予約方法 ご希望日の前日営業日(ご希望日が月曜日の場合は前週の金曜日)までに、左記電話番号へご希望の日時をご連絡ください

BX 文化シャッター

文化シャッターは豊富なラインアップで、夏のゲリラ豪雨に備えます!

商業施設、オフィスビル、工場の通用口!

止水ドア アクアード

- グレモンハンドル錠を引き上げるだけの簡単操作で止水可能。
- 一般スチールドアと同様に軽い操作性。
- 従来の水密扉に比べ導入コストを抑制。



エントランスや、駐車場の出入りに口。

浮力起伏式 止水板

- 増水に伴い自動で起立、水位が低下すれば自動で倒伏します。夜間や無人の施設でも使用できます。
- 設計開口部は、1m~20mと大開口部にも対応。
- 格納時の通過耐荷重は14tで通行も安心。



この広告に関するお問い合わせは—
日刊工業新聞社メトロガイド編集室グルメガイド係
☎03-5644-7381 〒103-8548 中央区日本橋小網町14-1

メトログルメガイド

Metro Gourmet Guide

お茶の水 ホテルジュラク 多彩健美 あげびの実 ☎03-5298-7125



話題の自然派ビュッフェ
50種類以上のヘルシー料理が食べ放題!
食と健康をテーマにしたビュッフェレストラン。新鮮な野菜や魚を使い、無添加ベースで素材の味を生かした季節料理やデザートも堪能! 夏野菜を使ったメニューや、お料理代プラス1,000円で生ビールなど60分飲み放題になる「ピアフェスタ」も開催中! 7月22日(月)からは夏休みイベントがスタート!
【特典】「メトロガイドを見た」で、下記通常ビュッフェ料金を10%引きにてご提供いたします! 8月31日(土)迄。 ※各種プラン、他の優待との併用不可。
◀ホテルシェフによるバラエティ豊富な料理の数々!

朝食7時~10時30分/ランチ11時30分~15時/ディナー17時30分~22時※朝・昼30分前、夜60分前L.O. 国千代田区神田淡路町2-9 お茶の水ホテルジュラク2F
【通常ビュッフェ料金】※ビュッフェは時間制限無し(土・日・祝のランチ除く)
朝食1,330円 ランチ1,620円 ディナー2,880円
※価格は全て税・サ込 ※4歳~小学生料金有、3歳以下は無料。
【ディナー限定】「夏得プラン」8月31日(土)迄 ★両プランとも3時間飲み放題付き
「和やかプラン」5,000円(ディナービュッフェ+骨付きカルビ+小鉢)
「にぎやかプラン」5,300円(ディナービュッフェ+骨付きカルビ+刺身)
※4名様以上で3日前迄に要予約。 ※当日人数減の場合、別途キャンセル料発生。
※ビュッフェ以外は食べ放題ではありません。 ※他の優待・プランとの併用不可。



シビックスカイレストラン椿山荘 ☎03-5800-5500 (受付11時~20時30分)



地下鉄の駅直結のスカイレストラン
人気のランチを平日限定特別価格で
カジュアルな雰囲気の中、25階からの眺めとともに上品な料理が味わえる「シビックスカイレストラン椿山荘」。今回は和食「二段重弁当」、洋食「ショートコース」をドリンクバー付きでご案内。都心のパノラマを一望しながらのランチはいかがでしょう?
【特典】「メトロガイドを見た」と2名様以上でご予約下さい。特別価格にてご提供。8月30日(金)迄。 ※土日祝日は通常価格。
◀前菜や煮物、揚げ物も楽しめる「二段重弁当」

国ランチ11時30分~16時(15時L.O.) 国文京区春日1-16-21文京シビックスセンター25階(文京区役所)「後楽園」駅、「春日」駅から連絡通路有
「二段重弁当」通常3,564円→特別価格2,900円(税込)
●一段目/前菜、お造り、果物 ●二段目/煮物、焼物、揚げ物 ●茶碗蒸し ●御飯 ●止庵 ●香の物
「ショートコース」通常3,564円→特別価格2,900円(税込)
●オードブル ●スープ ●本日の肉料理or本日の魚料理 ●デザート ●パン
※何れもお席のご利用は120分とさせていただきます ※何れもドリンクバー(120分)付き
※メニューは変更の場合があります ※ご注文は和食・洋食統一でお願いします



京鼎樓 池袋パルコ店 ☎03-6907-0871



美味しい小籠包と料理に舌鼓!
宴会、暑気払いにピッタリ!8月31日(土)迄
台湾で行列の出来る小籠包の名店「京鼎樓」。特長はなんといってもその旨みスープと餡を包む皮生地。蒸し上がった小籠包は中が透けて見えるほど「超薄皮」です。出来立てを熱々のまま頬張ると、コラーゲンたっぷりの豊富なスープと選りすぐりの豚肉の風味が口いっぱい広がります。この機会に絶品小籠包を味わってみませんか?
【特典】電話にて「メトロガイドを見た」と前日迄に2名様以上のご予約で下記コースが特別価格に。8月31日(土)迄 ※ランチタイムも利用可
◀人気の小籠包と豪華料理を堪能できるお得なコース

国ランチ11時~17時 ディナー17時~23時(L.O.22時) 国豊島区南池袋1-28-2 池袋パルコ8階(JR「池袋」駅東口より徒歩2分)
「翡翠コース(9品)」通常5,000円(税別)→特別価格2,500円(税別)
●カラゲの冷菜 ●京鼎樓の蒸し鶏の冷菜 東方美人茶の香り ●豚しゃぶのサラダ仕立て
●京鼎樓の人気小籠包2種 ●季節限定小籠包 ●空心菜の香り炒め ●海老の金沙粉おえ
●牛肉と彩り野菜の炒め ●フカヒレと冬瓜の船かけ炒飯 四川風 ●アセロラ香る杏仁豆腐
★翡翠(ヒスイ)コース利用者限定!!飲み放題2時間が特別価格通常プラス2,000円(税別)→特別価格1,500円(税別)
※電話にて要予約 ※他サービスとの併用不可 ※混み合った際にはテーブル2時間制となります ※お盆期間中の除外日に関しては店舗にお問い合わせください



千羽丸 屋形船&月島もんじゃ ☎03-6221-2666



TVや雑誌で話題! 月島もんじゃ屋形船
納得のリーズナブルプライス!
月島もんじゃ振興会推薦の名店屋形船で粋に本格月島もんじゃを食べながら、360度眺める景色は圧巻! 間近で見るレインボーブリッジやお台場は大迫力。昼は開放感にあふれ、夜は煌く夜景を一望。船内は綺麗で、冷房完備で快適。美人船長といなせなスタッフでお迎えいいつも一味違うお集まりの席におすすめ。満足すること間違いなし!
【特典】「メトロガイドを見た!」とご予約で、特別価格にてご提供。9月30日(月)迄。
◀スタッフ募集中。詳しくはお問い合わせください。

国12時~19時 国中央区晴海3-1-1 晴海 黎明橋
乗船料+食べ放題(もんじゃ焼、お好み焼き、焼きそば、あんこ巻き)飲み放題付き(ビール、チューハイ、ソフトドリンク)
各6,500円→特別価格6,000円(税・サ込)
お子様(小学生)3,000円 4歳~6歳2,000円
・ランチクルージング 12時出航
・アフタヌーンクルージング 15時30分出航
・ナイトクルージング 19時出航
※1名様より受付。全行程2時間のクルージングです。 ※持ち込み可



創作和食・銀座 KUSHIMA ☎03-6228-5191



銀座の中心で味わう創作和食!
おもてなしの空間で優雅にランチ
匠の技を堪能できる「銀座KUSHIMA」では、天然羅臼昆布や血合い抜き鰯節を使用した上品な出汁を使用。A5黒毛和牛をはじめ、天然の魚や旬の野菜、南魚沼産のお米など、こだわりの食材を使った創作和食をご提供します。2名~12名様のご個室もご用意(使用料は無料)。寛ぎと美食のひと時を過ごしてみませんか?
【特典】「メトロガイドを見た」とご予約で、特別価格にてご提供。8月31日(土)迄。
◀匠の技と厳選素材の織り成す和食を堪能!

国ランチ: 11時~15時30分(14時L.O.) / ディナー: 17時~22時(21時L.O.) 国中央区銀座5-7-10イグジツメルサ8階(旧ニューメルサ)
「料理長の厳選ランチコース」
通常5,200円→特別価格3,800円
●先付け ●お刺身盛合せ ●本日の一品 ●特選サラダ
●和牛又はお魚 ●ご飯 ●お味噌汁 ●デザート ●珈琲
「ディナーコース」
「季節を感じる旬の創作和食と黒毛和牛のコース」
通常8,000円→特別価格6,800円 ※価格は全て税・サ別



日本料理もちづき ☎03-5608-5002



東京スカイツリー®や隅田川を眺めながら
四季折々の会席料理を楽しむ!
浅草寺や東京スカイツリー®にほど近く、浅草駅からは徒歩5分。地上100mからの絶景と、繊細で彩り豊かな日本料理を堪能できます。東京観光や浅草散策の際のお食事、女子会やクラス会にも最適。今なら下記コースをご予約でお得な特典付き。
【特典】「メトロガイドを見た」とご予約でワンドリンクサービス。 ※生ビール含む1,188円(税・サ込)までの飲み物が選べます。8月31日(土)迄。
◀地上100mからパノラマビューで景色を一望

国平日 昼11時30分~15時、夜17時~22時/土日祝 昼11時30分~15時30分、夜17時~21時 国火曜日 国墨田区吾妻橋1-23-1アサヒグループ本社ビル21階
ランチ「新鮮なお刺身と揚げたての天麩羅を楽しむ和食御膳」2,500円
●小鉢 ●茶碗蒸し ●お刺身 ●天麩羅 ●御飯 ●味噌焼 ●香の物 ●甘味
ランチ・ディナー「季節を感じる逸品の数々、ゆったり楽しむ8品の会席」5,000円
●先付 ●前菜 ●造り ●焼物 ●煮物 ●揚物 ●食事 ●水菓子
※料金は全て税・サ込 ※要予約(当日予約可) ※ご利用は2名様から ※土日祝の日は利用不可 ※7月27日(土)・28日(日)は利用不可



ネフェルティティ東京 西麻布 ☎03-6844-8208



アラビアンなレストランで本格エジプト料理を
パレードショー・水・金・土曜20時30分~開催
カイロの5つ星ホテルのシェフと、元エジプト大使館専属シェフの2人が作る本格的なエジプト料理が味わえる。スタンダード料理から伝統的なハト料理、タジン鍋を使った煮込み料理もご用意。ゴールドを基調にしたアラビアンナイトを思わせるテントで仕切られた店内で、アラビックミュージック、フルーティな水タバコも楽しむエジプト感満載です。
【特典】「メトロガイドを見た」とご予約で、エジプト民族衣装で記念撮影サービス! 8月31日(土)迄。
◀エジプトを感じる開放的な空間で思い出のひとときを

国17時~25時、金・土曜のみ~27時 ランチは予約のみ 国港区西麻布3-1-20 Dear西麻布1~2F
エジプト料理が幅広く味わえる「Aコース(7品)」3,980円 ※税込 ※サ別
●フレッシュサラダ ●前菜2種盛合せ
●スープ ●メインは12種類から選択
●デザート ●ミントティ ●自家製アイス(エジプシャンブレッド)
ナイル川の魚と肉料理が味わえる「Bコース(8品)」5,980円
●フレッシュサラダ ●前菜3種盛合せ
●スープ ●ナイルパーチ(白身魚)のグリル ●メインは12種類から選択
●デザート ●エジプトコーヒー、又はミントティ ●自家製アイス



ホテル椿山荘東京 ☎03-3943-1140



都会の森の夏休み!
パン・マフィン作り体験教室&ランチ
この夏は、家族で新しいことに挑戦! 今年もお子様の感性を育む3つの体験教室を開催。特製レシピのお土産が付くホテルクックによる人気の「パン・マフィン作り体験教室」の他「風鈴の絵付け体験教室」、「時を刻むハーバリウム作り体験教室」も開催。夏休みの自由研究にも。
【特典】「メトロガイドを見た」とご予約で特別価格に!
★WEBからの予約でさらにお得に! キャンペーンアワード!
M8008 ★各教室で期間・料金が異なります。★詳細は「ホテル椿山荘東京 都会の森の夏休み!」で検索を
◀ロック帽をかぶって気分はすっかりパン屋さん

電話受付9時~20時 国受付(集合): 10時30分/体験: 11時~12時30分/食事: 12時30分~14時 国最少催行人数に満たない場合。国文京区関口2-10-8
都会の森の夏休み! 「パン・マフィン作り体験教室&ランチ」
開催日7月21日(日)~25日(木)・29日(月)・30日(火)・8月1日(木)~4日(日)・18日(日)・20日(火)~26日(月)
【料金】通常価格→特別価格 大人7,000円→6,900円 小学生4,000円→3,900円 幼児(3歳~)3,500円→3,400円
【メニュー】●大人/彩り和善 ●小学生・幼児/お子様ランチ ★デザート&パンはbuffetスタイル ★どちらもフリードリンク付き(ソフトドリンクのみ) ※価格は全て税・サ込。 ※パン&マフィンには、卵、小麦粉、乳製品、ナッツ類を使用。 ※エプロン持参。 ※体験開始前に手洗い準備を行います。 集合時間(10時30分)までにお越し下さい。



『いい人と歩けば祭り、悪い人と歩けば修業』。三味線を弾き『こげ唄』を歌い旅に明け暮れた人間国宝、盲目の民俗芸能者小林ハルの言葉だ。

「盟友瀧澤監督と私の共同脚本、瀧澤の監督で、来春公開の映画『警女』を撮っている」と話したら、映画好きの皆川シエフ「私の実家・魚沼でも、昔は警女をよく見かけました」。

…瀧澤と私は、地元の人々から愛され続けて40余年、日本文学者の故下ナルド・キーン氏も通った、集島の名店「スクアール ビストロ」で、定番の本



いい人と歩けば祭り

いい店 見つけた

日ランチ。

瀧澤「サクサクの食感のメンチカツと、デミグラスソースの旨味。海老オムレツと、きのこおろしソースのマッチした味わい。ソースが本格的で皿の底まで舐めてしまふ。デザートはタルタタンは絶品だ！」。

挨拶に出てこられたシエフは、警女映画の話で、瀧澤と盛り上がる。

瀧澤「障害者の自立と社会との共生」を軸に、盲目のわが子が自立して生きていけるようにと、鬼となって襲ける『母子の慈愛』を軸に、美しい絹織物の如く描いた良心的な作品に仕上げます。シエフ「子供の頃、『警女がうちに泊まる』と村人に告げて回ったものです。皆さん、うちに集まっ

…ドアから女性の顔が覗いた。「予約の品、出来てます?」、マダムが人気のホールのタルタタンを渡していた。皆川シエフ夫妻は共に魚沼出身、手を携えて繁盛店を築いた。

私「マダムと二人三脚の素敵なお店。『いい人と歩けば祭り』ですね。瀧澤と私はコンビを組んで20年、未だにハルさんの言う『修業の旅』を続けています。瀧澤が破顔一笑する。「ハハハ。シエフさんのソーユーウィットに富んだ毒舌、大好きです!」

【文】椎名魁 エッセイスト・脚本家。障害者の自立と共生社会を描く映画『警女』の制作開始（瀧澤正治監督）2020年公開。
【挿絵】ほんまきこ 日本児童出版美術家連盟会員、現代漫画家協会、童話や絵本の分野で活躍。出版美術学研賞受賞。

タナカケナイチロウが行く!!

新婚! 第20回 2018年銀座7丁目にてリニューアルオープン! 群馬県の情報発信拠点「ぐんまちゃん家」へ行く!

群馬県の情報発信拠点として、こだわりの物産品や観光情報を多数ご用意。2階では上州和牛のすき焼きなども堪能できます! 皆様どうぞお越しください!

主事 小野さん

売れ筋 TOP3!

- 生クリーム大福
餅・あん・生クリーム
のハーモニー
- みそはん
アソビパンとみそだて?!
忘れられない味に
セボーン!!
- かりんと 饅頭
昔ながらの和菓子
表面がカリやわしい

2Fは旬の食材を使ったぐんま料理
が味わえるレストラン!

上州和牛や野菜、美米のお米!

おつまみも充実!
(1Fで買えるよ!)

- 上州名物
ジンギスカン
- 熱成生ハム&Y-セツ
- KAWABAチーズ

定番も53!

- 七福神あられ
- 水沢うどん
- TAMIOKA SILK

ぐんま総合情報センター(ぐんまちゃん家)
◎東京都中央区銀座7丁目10-5 The ORB Luminous 1・2階
☎03-3571-3086

協力

後藤昂伶の易占 【七月の運勢】

全体運 ● 恋愛運
仕事運 ☒ ラッキーアイテム

<p>一月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> 楽しいことを求めすぎる気配あり。優先順位をつけて計画的に。チャンス有。気になる人には声をかけてみよう。合コンも積極的に。こちらの要望は、通りそうだが、強引に進めると出発点に逆戻り。 冷んやりグッズ。 	<p>二月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> ピンチをチャンスに変えるとき。救いの神が現れ良い流れに進む。二人の間に隙き間風を感じそう。相手は優しさを求めている。マナー気味。雑務や残務処理でも時間と動き方を工夫して。 ブルーの歯ブラシ。 	<p>三月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> 計画や予定があるなら積極的に取り組んで。引っ込み思案は損。グループ交際に赤い糸の暗示。遊び感覚の友人が恋愛に発展。不用意な発言から情報がもれる可能性あり。言葉には十分注意を。 マグカップ。 	<p>四月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> 心身共に疲労気味。休日は読書やビデオ鑑賞してリラックスしよう。気に入った人でもつくづく遠いかけるとストーリーに勘違いされそう。真面目な姿が周囲に好感を与える。上司からも評価されるとき。 黒い傘。
<p>五月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> 勘違いが多くなりそう。約束事は前もって確認すればスムーズに。遠距離恋愛の二人なら、メールより電話。できれば会って愛情確認。日立ため仕事が多くても、実力を養うチャンスとして励みましょう。 猫の写真。 	<p>六月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> 孤独を感じたら、新しい趣味を始めて新しい仲間をつくりましょう。三角関係の気配あり。付き合いに不満あれば別れのチャンス。人脈を活用して多彩な視点からの情報得られる。若手が力になるとき。 お香。 	<p>七月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> 焦って結論を出したり、慌てて行動しやすい時。何事もゆくりと。恋愛中の人は楽しい思い出作りができそう。思いやりを忘れず、ノルマを課せられて落ち込みやすいが、発想転換して乗りきろう。 マイ箸。 	<p>八月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> 話上手よりも聞き上手であった方が万事スムーズに運ぶとき。合コン参加して吉。友人からのスタートでも将来性は高。経験や知識を活かしてコンパ成功。上司の評価も上がりそう。 黄色の花。
<p>九月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> 前向き思考が勇気と活力を与えてくれる。思い切って行動しよう。特に仕事関係の中に良縁ありそう。同僚だけでなく対象広げて。信頼関係ある取り引き先には、細かい心配りが好まれて好評。 布バック。 	<p>十月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> 臨機応変な対応が人間関係円滑にする。出会いもあり、楽しい時。プライドの高い相手には、心地よいことをプレゼントすると良し。社交術に磨きがかかるとき。若手を育てることに喜びを感じる。 グリーンボールペン。 	<p>十一月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> 過去に固執しなければ自然と新しい交際や環境が整うとき。プレゼントは手作り品が吉。デートはお金をかけずに公園も良し。嫌々ながらの仕事はミス連発の元凶に。周囲からの反発も買う。 缶コーヒー。 	<p>十二月生まれ</p> <ul style="list-style-type: none"> 仕事や約束事以外は、縛られずに生活するのもストレス発散には吉。好意を持ってくれる人が近くにいて。アンテナを張ってみよう。仕事のやり方を変えると無駄を見え。効率も上がり余裕も出る。 リュックサック。

後藤昂伶(ごとうこうれい)『ELAURA電話占い』所属。
毎日19:30~22:00(休/金・土曜)の待機。予約受付は11:00~。
☎03-6455-7380 https://el-aura.com/fortune2/

占術 易占・算命学

日本で五本の指に入る師を持ち、古来よりつづくその叡智を継ぐ。そこには的確な鑑定と温かな愛情を感じる。苦しい恋愛なら原因を探り軌道修正へ。今後の展開や相手の本心を読み解く。

【次号】2019年10月号は

のきなみ紅葉特集

9月5日発行(予定)です

令和元年度第1回 特別展

お札の文字のなるほど!

お札にバーコード? なった!

こんなところにも文字が?

2019.7.17(水) - 9.1(日) 入場無料

体験イベント「すかし入りのはがきを作ろう!」 7月20日(土)~8月25日(日)
*詳細はお札と切手の博物館HPにあります。

独立行政法人国立印刷局 お札と切手の博物館
〒114-0002 東京都北区王子1-6-1
☎03-5390-5194
http://www.npb.go.jp/ja/museum/

開館時間 9:30~17:00
休館日 月曜(祝日の場合は翌日)

アクセス
東京メトロ南北線 王子駅 徒歩3分
JR 京浜東北線 王子駅 徒歩3分
都電荒川線(東京さくらトラム) 王子駅前 徒歩3分

「一蔵」(東証1部上場)がプロデュースする、着物ショップ「銀座いち利」による着付け教室です。

7月生募集集中

無料体験レッスン参加後 期間中のお申し込みで

入会金無料と 着物スリッパ、足袋 が付きます

いち利の着付け教室はここが違う

お預かりサービス	ワンコイン500円受講	短期実践型カリキュラム
振替制度	着物コンシェルジュ	無料レンタル

【無料体験レッスン開催! 予約受付中】
無料体験レッスンを通じて、着付け教室の不安を解消できます。デモンストレーションあり2時間制

開催中~7/7(日)、7/10(水)~7/13(土)

①11:00~13:00 / ②14:00~16:00 / ③19:00~21:00
※7/6(土)、7/7(日)、7/13(土)は11:00と14:00の回のみとなります。

【レッスン開始日】7/24(水)~7/28(日) ●初級受講料:500円×10回 5,000円 ●入会金:3,000円

①11:00~13:00 / ②14:00~16:00 / ③19:00~21:00

銀座 いち利 中央区銀座2-11-2 GINZA2112ビル1・2・3階 営業時間 11:00~19:00 火曜定休

銀座本校 ☎03-5565-1166

ichiri.ne.jp
いち利 着付け 銀座 いち利

ハウステンボス夏休み

#天空の城

#ウォーターライダー最高!!

#全長70m日本最大級

#恐怖に打ち勝て!

#大人も子どもも大はしゃぎ!

#リアル無人島

#光の噴水ショー

#日本最大

#フラワーロード

#ここにしかない景色

#ハートの傘見つけた♡

#ジュラシックアイランド

#恐竜を倒せ!

#ひまわり畑

#花言葉は憧れ

#アンブレラストリート

#ドボン!!

#海キング

#夏の光の王国

#日本最大1200万球

7.13 sat. ▶ 9.23 mon.

7.20 sat. - 8.4 sun.

「3大ウォーターパーク」を遊び尽くせ! 羽田直航ANA直行便で行く SUPER SALE FINAL 開催中
 ☆ハウステンボス滞在中パスポート込み☆ (※1) ※一部ソラシド エアまたはスターフライヤー利用
 H.I.S. オリジナルパスポート付

● 3大ウォーターパークが 滞在中無料で遊び放題!
 ★ガーデンプール「OASIS」
 ★海上ウォーターパーク「海キング」(※3)
 ★屋内型プール「森のプール」※9/1まで

● 海上巨大アスレチック「海キング」
 H.I.S.なら優先入場 (※3)
 ● 浮き輪&タオル 滞在中無料でレンタル

● ビール祭会場での ワンドリンク (※2) ※ソフトドリンクへ変更可
 ● ソフトクリーム フロート1杯 (※2)

● キッズコーナー設置。冷たいドリンクやお菓子の無料サービスをご用意。7/20~8/31まで
 ● 宮殿3Dプロジェクション マッピング鑑賞特別席 (※2)
 ● パーク内自転車 レンタル1時間無料 ※1グループあたり (※2)

直営ホテル・ホテルアムステルダムに滞在 (朝食付)

わくわく★ハウステンボス2:3日 4.58万円~6.58万円 (旅行代金/大人お1人様/2日間/4名1室/往復基本フライト利用)

2日間	出発日/ベッド利用人数	2日間					3日間	出発日/ベッド利用人数	3日間				
		4名1室	3名1室	2名1室	こども4名1室	こども3名1室			4名1室	3名1室	2名1室	こども4名1室	こども3名1室
ホテルアムステルダム 客室ゆったり広々約45㎡ 遊び疲れたらすぐにお部屋へ戻れるパーク中心部の好立地ホテル。夜は仮面舞踏会へご招待。	7月 12-20・27 8月 24	58,800円	61,800円	64,800円	57,800円	60,800円	7月 12-19・20・26-27 8月 17-23	79,800円	87,800円	94,800円	77,800円	85,800円	
	7月 15~18 8月 27~29	45,800円	48,800円	51,800円	44,800円	47,800円	7月 14-21~25-28-29	71,800円	77,800円	84,800円	69,800円	75,800円	
	9月 1~6	52,800円	55,800円	58,800円	51,800円	54,800円	7月 15~18 8月 26~29	62,800円	68,800円	75,800円	60,800円	66,800円	
	7月 19-21~26-28~30	52,800円	55,800円	58,800円	51,800円	54,800円	7月 30-31 8月 24	75,800円	81,800円	88,800円	73,800円	79,800円	
	8月 26-30 9月 7	56,800円	59,800円	62,800円	55,800円	58,800円	8月 1~8	83,800円	91,800円	98,800円	81,800円	89,800円	
	7月 31 8月 18~23-25-31	56,800円	59,800円	62,800円	55,800円	58,800円	8月 18~22	75,800円	83,800円	90,800円	73,800円	81,800円	
	8月 1-2-4~7	61,800円	64,800円	67,800円	60,800円	63,800円	8月 25-30-31 9月 6	65,800円	71,800円	78,800円	63,800円	69,800円	
	8月 3-8	65,800円	68,800円	71,800円	64,800円	67,800円	9月 1~5	58,800円	64,800円	70,800円	56,800円	62,800円	

【日程】羽田→長崎・福岡・佐賀<2日間/1泊、3日間/2泊>→羽田 利用航空会社:ANA、ソラシド エア、スターフライヤー 利用ホテル:ホテルアムステルダム 食事回数:2日間:朝1昼0夕0 3日間:朝2昼0夕0 添乗員:なし 最少催行人員:2名 ※1名参加不可 ※フライトにより追加代金あり(片道あたり1,000円~17,000円増) (※1)一部有料施設・回数制限あり (※2)滞在中1回 (※3)年齢制限あり

ハウステンボス専用ダイヤル(電話のみ) 050(5833)2825 東日本地区165店舗で受付中

新宿本社 03(5360)4821 池袋本店 03(3496)9751 銀座本店 03(6691)1313 横浜支店 045(290)1201 池袋支店 03(3986)5071 町田支店 042(721)2491

旅行企画・実施 株式会社 エイ・アイ・エス 〒104-0033 東京都中央区新川1-22-11 茅場町イーストスクエア6階 観光庁長官登録旅行業第724号 東証一部上場