

むらわ

ひがしむらやまのわをつたえる



2019 Spring
Vol.01



[特集]

わたしのとっておきの場所

味な店、愛しの食堂
家族の毎日が楽しくなるもの
新しいお店みつけた！
むらのわサポーターズ



A 早朝の風景。菖蒲まつりははじまる朝10時までスタッフが花がら摘み作業を行う **B** 早朝はカエルが花の上で休んでいることも **C** 昨年好評だった幻想的な風鈴街道 **D** 約300種8000株の花菖蒲が咲き競う



今年の菖蒲まつりは、
6月1～16日(予定)に開催

昨年は9万人を越す来場者が訪れた東村山菖蒲まつり。恒例の花摘み娘やライトアップも開催予定で、期間中は賑やかな模擬店が並びます。

いつもより早起きして
朝もやの菖蒲園へ

私たちが管理をはじめて10年。菖蒲まつり期間中は朝4時から菖蒲田に入り、田全体の株が長く持つよう花がら摘みをします。毎朝記録写真を撮っていますが、菖蒲が一番きれいに見えるのは、朝日を浴びて夜露が輝くとき。早朝に来た人だけの特権ですね。北山公園は八国山の借景がほかの菖蒲苑にはない魅力。いつまでも残したい口ケーションです。



菖蒲園管理・光緑園 井上さん

北山公園 ●きたやまこうえん

☎042-393-5111(東村山市みどり公園課) 東村山市野口町3・4目地内 入園自由 **D**なし **MAP** P14A1

暮らしを旅する

わたしの とっておきの 場所 *My favourite Weekend Trip*

東村山で暮らすひとに、思い出のある場所を聞いてみたら、急ぐと見えないけど、ゆっくり進むと見えてくる、そんな身近な魅力を教えてくださいました。普段見慣れたまち角にも新しい発見が隠れているかも。



暮らしを旅する
3つの大事なこと

- 日常に新しい発見を探しにゆく
- 一期一会をたのしむ
- ユルい空気に身をゆだねる



A 市内にまだ図書館のない昭和42年に開館 **B** 今年2月に塗装が塗り替えられ、西武101系のオリジナルツートンカラーに **C** 児童書を中心に約5000冊を収蔵。写真手前は新刊コーナー

くめがわ電車図書館

●くめがわでんしゃとしょかん

☎042-394-2900(東村山市立中央図書館) 東村山市美住町1-4-1 ☉水曜10:00~12:00、14:00~16:30、土曜14:00~16:30/水・土曜のみ開館(祝日の場合は閉館) **D**なし **MAP** P14A2

黄色い車両が
本とひとをつなぐ場には

開館は週に2日。貸出係は昔のおばさんのようによく子どもを注意しています。それでも毎週やってくる小1男子。学校にない人気シリーズを借りて行く女子。電車が好きで運転席から出てこない男子。おしゃべりに夢中な若いママ。ひたすら読み聞かせている若いパパ。ここは子どもも大人も本を通じて支え合える大事な場所です。



くめがわ電車図書館 小塚さん



A 通称野口不動尊。神秘的な夜景は月に一度だけ出会える **B** 神仏に供える燈明。平成10年に開山100周年を記念して設置された **C** 第4世住職・小島さん。親身になって話を聞いてくれる

大善院 ●だいぜんいん
 ☎042-395-0990 東村山
 市野口町4-16-1 ♪境内自由
 ♪あり MAP P14A1

毎年サクラの季節になると立ち寄り場所

桜が満開のときは、淡いピンクのトンネルのようでとてもきれいだ。車が通らないので、安心して子どもたちを遊ばせられます。桜並木を抜けた丘の上は見晴らしがよく、西武園ゆうえんちの観覧車が見え、ほのぼのとした景色が好きです。



東村山写真真館
田島さん

廻田緑道 ●めぐりたりよくどう
 ♪東村山多摩湖町 ♪見学自由 ♪なし
 ♪MAP P14A1-2

燈明のやさしい灯 心が回復します

どんなときに訪れても、スツと気持ちに楽になれる場所。毎月28日の「お不動さんの日」には、燈明に灯がともり、自然と手を合わせたくくなります。暮らしの中に心の拠りどころがあると知ったとき、僕はこのまちがもっと好きになりました。



むらのわ編集長
仲

一日の終わりに癒される景色です

夕方、狭山公園パークセンターを出て、多摩湖堤防の向こう側の空が夕焼けに染まっているのが見えると、坂道を登って夕日を見に行きたくなります。夕焼けのオレンジと、多摩湖の向こうに並ぶ秩父山系の稜線の黒の、色のコントラストが好きです。



西武・狭山丘陵
パートナーズ
河野さん



狭山公園 ●さやまこうえん

☎042-393-0154 ♪東村山多摩湖町3-17-19 ♪入園自由
 ♪45台(9~17時) ♪MAP P14A1



多世代が集まり、ふれあえる公園に

35年前、私が小学生だったころの稲荷公園の記憶といえば、なんとと言っても「くっ飛ばし」。かつてはブランコがあったんですね、のびのびと飛ばしてました。大人になってふと気付けば、ブランコのない公園でロープワークによるハイジブランコを自分が作ることに。これも運命かな(笑)



おんたいなり
プロジェクト
鈴木さん

稲荷公園 ●いなりこうえん

☎042-393-5111 (東村山市役所みどり公園課)
 ♪東村山多摩湖町3-33-1 ♪入園自由 ♪なし ♪MAP P14B2
 ※「おんた稲荷公園三世交代」は、4~11月の第4日曜開催。

人権学習の場として 後世に残していきたい

全生園にある木々は大半が入所者の方々が植えたものです。この森には人間らしく生きたいという願いが宿っています。そんな土地だからこそ、人を癒してくれる不思議な力があるように感じています。ハンセン病の歴史を知るきっかけとなる場所です。

国立療養所多磨全生園

●こくりつりょうようじょたまぜんしょうえん
 ♪東村山青葉町4-1-1 ♪なし
 ♪MAP P14B1

※入所者の居住エリアへの立ち入りは厳禁です。また、ご来園の際は公共交通機関をご利用ください。



発酵でつながる 大人のための 交流の場

東村山にある新旧2つの醸造場には、ひととひとの縁を醸すテイストングループを併設。お酒をきっかけに、ひとの輪が広がっています。

豊島屋酒造

☎042-391-0601 | 久米川町

東京地酒「屋守」で注目を集める酒蔵。毎月夜に酒造見学会(要予約)を開催しており、蔵人の想いを聞くことができます。

●としまやしゅぞう ♪東村山久米川町3-14-10 ☎9:00~17:00/土・日曜、祝日休 3台 ♪MAP P14B1



Distant Shores Brewing

☎042-306-4242 | 秋津町

全国にビール文化を発信するクラフトビールの醸造場。毎週日曜にテイストングループを開放。できたての爽快な香りが楽しめます。



●でいすたんとしよあーずぶるーいんぐ ♪東村山秋津町3-14-2 ☎13:00~18:00/日曜のみ営業 5台 ♪MAP P14B1

[手打うどん 小島屋] 昭和39年創業。50年以上、毎日お店に立つ小島さん(中央)と看板娘のお母さんたち ①真心こもったうどんは毎朝6時から仕込まれる ②今も現役の薪釜。強い火力で短時間で茹でるのが美味さの秘訣 ③天ぷら105円の野菜は自家菜園で採れたものも ④小島屋は温かな肉汁につけて味わう肉汁うどんの元祖店の一つ。並750円。糧と呼ばれる茹で野菜が付く



B



これぞ元祖、な
あったか愛情うどん

A



C



D



E

ずっと通いたい 味な店、愛しの食堂

Our Favourite Local Restaurant

移り変わりの激しい飲食の世界で、東村山には顔の見える父ちゃん母ちゃんな店が、まだまだたくさんあります。扉を開けると実家のような安心感。安くて、美味しい、そして懐かしい、物語のある店へ。



今も変わらぬ
おばあちゃんの台所

A



B



C



D



E

[純手打うどん ますや] ①店主は88歳の神山マズさん。自宅から車を運転してお店を開け、自ら厨房に立つ ②天ぷら付きの肉汁うどん(並)700円。不規則にねじれの入った麺は、まさに純手打ちといった風情 ③店からつながる奥の打ち場。毎朝8時に来てうどんの生地を作る ④お婆ちゃんにきたような温かみのある店内 ⑤薪釜で茹で上がったら冷水でもみ洗いし、ぬめりを落として麺を締める



B



C



D



E



A

昭和な食堂で お腹も心もまんぶくに

【ひの食堂】**△**寡黙なご主人から感じる「仕事人」のたたずまい **◎**おそらく最もファンの多い名物ポークソテー定食850円 **□**味のある外観に惹きつけられる人も多い **◎**揚げ物、焼き物などメニューも豊富。厨房はいつもフル稼働だ **◎**キャベツをトントン刻む音が聞こえてくる店内。家でご飯を待っているような幸福感



B



C

【カレーショップ デリー】**△**女性店主・藤森さんのカウンター越しの会話も楽しみ **◎**玉ねぎベースのシンプルなカレーはまさに「おふくろの味」。コロッケカレー700円 **◎**地元ではおなじみの看板



愛情が最高のスパイス 懐かしのお母さんカレー

A



A

思わず今日も途中下車 お疲れさまの一杯を



B



C

【春駒】**△**常連から絶対的な支持を受けるマスター・熟練の技 **◎**回商店街の角を曲がれば、店先からいい匂いが **◎**焼いている音から食欲をそそられる。焼きとん1本110円～

まちの人に聞いた

私のグルメ案内

手打うどん 小島屋

☎042-391-2638 | 野口町

お店に入った瞬間から時間の流れがゆっくりと遅くなる。うどんだけでなく、この場所で食べることが、このお店の「美味しさ」。忙しない気持ちをリセットしてくれるお店です。



“東村山
グルメ日記2”
主宰・マサさん

- てうちうどん こじまや
- 東村山市野口町3-10-3
- ◎10:00～14:00/日曜、祝日定休 **▷**あり **▷**MAP P14A1



純手打うどん まおや

☎042-393-9481 | 久米川町

となり近所のよしみで女房とよく食べに行きます。私は肉うどんが好きで、手作りの柚子胡椒をちょい足しするのがおすすめ。なくなると寂しい、いつまでも残ってほしいお店です。



大黒屋
袖野さん

- じゅんてうちうどん ますや
- 東村山市久米川町4-33-10
- ◎11:00～18:00 (売切れ次第閉店) / 月曜定休 **▷**7台 **▷**MAP P14B1



ひの食堂

☎042-394-4334 | 本町

三叉路にぼっかりと時が止まったかのようにたたずむ一軒家。熱々のしじみの味噌汁とともにいつまでも、いつまでもな、そんなお店です。品書きをガン見して、今日の気分でお昼ごはんを。



“なぜならだって
西武線”
メンバー・林さん

- ひのしょくどう
- 東村山市本町3-18-2
- ◎11:30～14:30、17:00～20:00 (火・金曜は11:30～14:30) / 日曜、祝日定休 **▷**5台 **▷**MAP P14B2



カレーショップ デリー

☎042-394-4319 | 秋津町

散歩の通り道でね。お喋りしたり、バカ話したり、週5回は来ているよ。カレーは毎日食べても飽きない家庭の味。このまま長くやってほしいね、口がこの味に慣れちゃったから(笑)



常連客
粕谷さん

- かれーしょつぷでりー
- 東村山市秋津町5-8-2
- ◎10:30～20:00 / 不定休 **▷**なし **▷**MAP P14B1



春駒

☎042-391-6963 | 秋津町

昔ながらの有線がどこか懐かして居心地がよく、店員さんとの会話も弾んで、つい長居してしまいます。マスターがとろふわに焼き上げるレバーは絶品。おすすめです。



学習塾代表
井本さん

- はるこま
- 東村山市秋津町5-7-25
- ◎16:00～22:30 / 日曜定休 **▷**なし **▷**MAP P14B1



A 竹田商店の
フルーツ酢 (梨酢) 150ml/680円

当園の梨「豊月」を果肉ごと使用。
趣味のUltra Trail Running仲間
にも好評です。東村山から海外に、
この美味しさ発信したい!



万年園
野崎さん

B 豊島屋酒造の屋守
純米中取り 無調整生 720ml/1576円

夕食メニューを旦那にメールする
と、お店の豊富な品揃えの中から料
理に合いそうな日本酒をリュックに
忍ばせて帰ってきます(笑)



習字の先生
高森さん

C 地元農家さんの朝どれ野菜

見慣れた野菜に混じり、珍しい野
菜や生花もあって、週に1~2度は
来ています。午前中の方が品数も多
くておすすめです。



Green Claps
松井さん

D そばの実カフェ soraの
そば粉スイーツ
モリンガとカカオのマフィン 380円

口に入れた瞬間に広がる香ばし
さ、噛むほどに味わい深く、すっか
り膚に! 特にモリンガとカカオの
マフィンは家族中ファンです。



ベジ活レンビ
著者・中嶋さん



透き通った
フルーティーな香り

旬野菜を産地からお届け

そばの実から生まれた健康おやつ

A

竹田商店

ソース・ドレッシング

明治22年創業、工
場直営調味料ショッ
プ。原材料は、地元
の新鮮な果物や野
菜。ソース・ドレッシ
ング・フルーツ酢専
門店です。



●たけだしょうてん ☎042-313-2361 東村山
市恩多町3-28-5 ☎10:00~17:00/日曜、祝日
定休 2台 3台 MAP P14B2

C

みらい東村山 新鮮館

地場野菜

JA東京みらいが
運営する農産物直
売所。市内の農家
さんが毎朝、安全
・安心な地場産
農産物を直送して
います。



●みらいひがしむらやま しんせんかん ☎042-393-5324
東村山市本町1-16-5 ☎9:00~16:30/日曜定休(祝
日は不定期で営業) 6台 MAP P14A2

E

ecomoko

自然食品

安全かつ健康と環
境によいオーガニッ
ク商品を提案。
日々の生活を豊か
にする約1000点の
アイテムが多数
揃っています。



●えこもこ ☎042-390-8841 東村山市市栄町
1-3-60 ☎10:00~19:00/無休 2台 1台 MAP
P14B2

B

本多屋酒店

日本酒

利酒マイスターの
店主が厳選した銘
酒を取り扱う酒
屋。毎年豊島屋酒
造の蔵に入り、日々
お酒への造詣を深
めています。



●ほんだやさてけん ☎042-391-1548 東村山
市栄町3-32-7 ☎10:00~21:00/水曜定休 2台
1台 MAP P14B2

D

そばの実カフェ sora

そばスイーツ

店主の実家をリノ
ベして、そば粉の焼
き菓子販売。動物
性食材を使わ
ず、美味しく健康
的なおやつが並び
ます。



●そばのみかふえ そら ☎080-5494-3041 東村
山市青葉町2-32-8 ☎12:00~17:00/木~土曜営
業(日曜は不定期営業) 2台 1台 MAP P14B1

F

トルロ

絵本

店主・練さんが選
んだ2000冊以上
の絵本が勢揃い。
入口にはトウトウク
が置かれ、何度訪
れてもワクワクする
お店です。



●とろろ ☎042-392-5304 東村山市野口町
1-11-4 ☎11:00~19:00/日曜、祝日定休 2台
1台 MAP P14A1



カラダ喜ぶ
オーガニックライフ

果肉たっぷり
お酢ドリンク

心ほっこり
親子の幸せ時間

ツウも納得の
煎りたてコーヒー豆

四季の色合いを添えて
大切な人に贈りもの

E ecomokoの自然食品

無農薬や減農薬の新鮮なお野菜や果物が手に入る貴重なお店。子どもの離乳食にも利用していて、安心して食べさせられます。



主婦
宇井さん

F トロルの絵本

ハッと胸をつかまれる本に出会える場所。新しい世界の入口みたい。子どもの買い物練習に付き合ってくれたりする大好きなお店です。



和紙造形作家
西村さん

G 珈琲問屋 長澤の スペシャル・ブレンド 100g600円

娘が挽いてくれた豆で淹れる一杯が、わが家でのお楽しみ。お店で焙煎を待つ間に出してくれるコーヒーも貴重なリラックスタイムです。



デザイナー
福田さん

H hanahaの季節のブーケ

センスはもちろんですが、花持ちもよく、定番だけでなく季節のお花やドライフラワーもお家で楽しませてもらってます。



主婦
金子さん

G 珈琲問屋 長澤

自家焙煎コーヒー豆

常時70種類以上の生豆が並び、100gからの量り売り。注文すると焙煎してくれ、芳しい香りを放ちます。店奥には喫茶室も。



●コーヒーとんやながさわ ☎042-396-0557
東村山市栄町2-29-5 ☎10:00~19:30/水曜、第3水曜定休 📍なし 🗺️MAP P14B2

H hanaha

生花・ドライフラワー

親子で続く信頼の生花店。最近ではウェブショップ「100本のバラ専門店」も話題です。
<https://hyakubara.com>



●はなは ☎042-394-1587 ☎東村山市栄町2-21-8 ☎10:00~19:00/第3水曜定休 📍なし 🗺️MAP P14B2

都心で買い物するの難しいけど、日々の暮らしの中でこそ素敵で心が浮き立つものに出会いたい。そんな願いを叶えてくれるお店が地元的生活圏にもちゃんとあります。わざわざ訪れると、みんなに話したくなる商品のストーリーに出会えることも…。行かなきゃ味わえない楽しさが、きっとあなたを待っています。

市内のオイシイが揃う駅前マルシェ

新鮮な野菜や果物が、毎月第3日曜に久米川駅北口前に集結。生産者から直接買えるチャンスです！



●マルシェ久米川 ☎東村山市栄町1 ☎9:00~12:00
📍なし 🗺️MAP P14B2

家族の毎日が
楽しくなるもの

本町店だけのメニューもありますよ



2018年7月OPEN

野口製麺所 本町店

☎042-397-0061 | 本町

毎朝手打ちのうどん、天ぷらやおでんも本店と同時に仕込まれたもの。本店と変わらないうどんが本町でも味わえるようになりました。東村山地粉肉汁うどん800円。



●のぐせいめんじょほんちようてん 東村山市本町4-6-13 ☎11:00~15:00 (テイクアウトは~17:00) / 土・日曜日定休 2台 イMAP P14A2



Food

Food

2018年7月OPEN

とんかつ とん亭

☎042-394-5469 | 本町

30年ぶりに復活した庶民派とんかつ店。「柔豚」を白絞油で揚げたロースカツは、年月を経ても変わらない美味しさ。昔を懐かしむ常連客が太鼓判を押すほどです。昼のロースカツ定食850円。



甘〜くとろける脂をお楽しみください



●とんかつとんてい 東村山市本町4-2-13 ☎11:00~14:00、17:00~20:00 / 日曜日定休 2台 イMAP P14B2

Food



小さいお店なので予約した方が安心ですよ



2018年9月OPEN

焼肉ホルモン 花道

☎042-306-2229 | 秋津町

「焼肉屋を開きたくて肉の卸業もやってみました」と笑う店主は、実家もホルモン屋という生粋の肉マニア。鮮度を保つため、すべて生で提供するのもこだわりの一つ。五種盛り1450円。

●はなみち 東村山市秋津町5-13-43 ☎17:00~23:00 / 月曜日定休 2台 イMAP P14B1



はじめましての新しいお店

Cafe

2018年11月OPEN

カフェ ブレッソン

☎090-8314-6157 | 久米川町

国産小麦にこだわったパンで作るオープンサンドがオススメ。漆喰の壁とアンティークな調度品に包まれる開放的な店内はライブスペースやギャラリーとしても使用可です。

ご近所さんの「たまり場」としてご利用ください



●かふえぶれっそん 東村山市久米川町4-34-15 2F ☎10:00~20:00 / 水曜日定休 2台 イMAP P14B1

Life

2019年1月OPEN

街の写真館 東村山

☎042-402-8186 | 本町

七五三やお宮参り、成人式、長寿祝いなど、ご家族の一生の記念に残る写真を。スタジオへの小物の持ち込みやご自宅への出張にも対応しているので、赤ちゃんの撮影も安心です。



むらのわの表紙を撮影させていただきました!



●まちのしゃしんかんひがしむらやま 東村山市本町2-7-5 予約制 ☎10:00~15:00 (土・日曜、祝日9:00~18:00) / 不定休 2台 イMAP P14A1

Bar

2018年11月OPEN

Counter Bar MOON

☎080-8299-8899 | 本町

山崎・白州など国産ウイスキーが豊富。すすきの出身ママのウィットに富んだもてなしが楽しい。不定期で北海道直送のお通しも。カラオケがないのでゆったり飲みたい方におすすめ。

星野裕矢です。ライブ帰りによく寄ります!



●かうたーばーむーん 東村山市本町2-3-92 ☎20:00~翌1:00 (LO24:30) / 日曜・祝日定休 2台 イMAP P14A1



Food



2017年12月OPEN

カリッジュ 東京巻号店

☎042-306-3229 | 栄町

愛媛県中心に展開する唐揚げが東京に初上陸。ニンニクやショウガを使わない醤油ベースの唐揚げは、冷めても美味。骨なし唐揚げ(もも肉) 5個480円。

唐揚げグランプリ
最高金賞の
自慢の逸品です!



●かりっじゅとうきょう
いちごうてん ●東村山
市栄町3-15-20 ☎
11:00~20:00/水曜
定休 ☎なし IMAP
P14B2



Food

電話でのご予約も
お気軽にどうぞ



2018年1月OPEN

北海たこ焼

☎090-1858-6798 | 富士見町

国産・無添加素材にこだわっているのは、元小学校教員の店主の「子どもが安心して食べられるように」との思いから。大玉6個450円。木曜のみ提供される「たい焼きの玉子」1玉80円もこれまた美味。



●ほっかいたこやき ●東村山市
富士見町5-5-1 ☎15:00~20:00
(木曜はたい焼きのみ) / 日・月
曜定休 ☎なし IMAP P14A2

Cafe



看板ネコのりゅうと
お待ちしております

2018年2月OPEN

CAFE KITCHEN 風時計

☎042-315-3510 | 秋津町

店主が母親から受け継いだテキサス仕込みの風時計チャーハンジギスカン 添え850円は絶品。パスタやオムライス、デザートなど豊富なメニューを開放的なテラスでどうぞ。



●かふえ きっちゃん かせど
けい ●東村山市秋津町
5-35-3-301 ☎11:00~
20:30/木曜定休 (2019
年5月以降は変更予定)
☎なし IMAP P14B1



Life



初心者さん
大歓迎!
応援します!

2018年4月OPEN

THE24GYM 久米川

☎042-313-3666 | 栄町

あらゆる人のライフスタイルに合わせて24時間ジム。初心者でも安心してワークアウトが楽しめる、フィットネス目的で通っても全然OK。2018年11月には秋津店もオープン!



●ざ・とうえんてい
ふおーじむくめがわ
●東村山市栄町
1-28-5 ☎24時間営業
/無休 ☎あり IMAP
P14B2

みつけた!

昨年は幅広いエリアに新しいお店が続々オープン。これからまちを牽引する、新世代の担い手を紹介します。

Bar

2018年4月OPEN

WINE BAR 9

☎042-202-1254 | 本町

一枚板のカウンターで本場のイタリアワインが楽しめるショットバー。ノーチャージで一杯飲んで帰れる気軽さが嬉しい。グラスワインにおつまみプレートが付く9セット1000円。

イタリア気分を
東村山で!



●わいんばーきゅー
●東村山市本町
2-3-92 ☎20:00~
翌3:00/日曜定休
☎なし IMAP P14A1



Food



イトイン
スペースで
コーヒーも
どうぞ



2018年5月OPEN

手作りパンの店 こむぎ

☎070-4297-2773 | 久米川町

パティシエ経験のある店主がパン屋さんの修行を経て開店。厳選素材を使用したパンはかわいらしい見た目でも甘さ控えめ、子どもからお年寄りまで楽しめる本格派です。うさぎパン140円。

●てづくりぱんのみせ こむぎ ●東村山
市久米川町4-39-26 ☎10:00~
18:00/日・月曜定休 ☎なし IMAP
P14B1



Life

長引く痛みには
猫背・骨盤矯正を
オススメします

2018年4月OPEN

久米川ひかり鍼灸院・整骨院

☎042-306-1883 | 栄町

肩や腰など、患者さんの苦痛に「日常生活動作」からアプローチ。歩行姿勢の分析・改善などと併せて最良の治療法、計画を提案。痛みやコリを、その根元から取り除きます。



●くめがわひかりしんきゅういん・せい
いっしん ●東村山市栄町1-9-12
☎9:00~13:00、15:00~20:00
(木・土曜午後は予約制) / 日曜・
祝日定休 ☎なし IMAP P14B2



食パン
専門

一本堂 久米川駅前店

専門店の食パンとジャムで、毎日をハッピーに過ごしませんか。プレゼントにも喜ばれています。開店時間には全種類をご用意しています。ご予約可。

●いっばんどうくめがわえきまえてん
☎042-313-0017 東村山市栄町2-8-11 ☎9:30~19:00/第1・3・5日曜定休 ❏なし ➡MAP P14B2



造園

植木屋 絆

お庭のお手入れを承っています。剪定は1本からでもOK。本誌をご覧になった方は、お庭の植木の消毒サービスと、お見積りの際に鉢植えプレゼント!

●うえきや ますな ☎080-2235-7002 東村山市富士見町4-13-2 ☎8:00~16:00/無休 ❏なし ➡MAP P14A2



ちいき
電気



エネックス

特別な日も何でもない日も…みんなの暮らしを支えています。地産地消の「でんき」を推進します。都市ガス、プロパンとセットになったマイエナジープランも。

●えねっくす ☎042-397-5115 東村山市本町2-19-4 ☎9:00~17:00/無休 ❏なし ➡MAP P14A2



ピッツァ

Encuentro

石窯で焼くナポリピッツァとワインが看板の洋風居酒屋です。定番のマルゲリータ800円は、バリバリの食感の生地が美味しい!

●えんくえんとろ ☎042-313-0570 東村山市栄町2-30-5 ポロニア1F ☎17:00~24:00/不定休 ❏なし ➡MAP P14B2



チーズ
ケーキ

欧風菓子 アンシャンテ

芳醇なチーズで作ったケーキを常時数種類揃えるチーズケーキ専門店です。バイクドチーズは開店当時から人気の看板商品です。

●おうふうがし あんしゃんて ☎042-393-9722 東村山市栄町3-14-7 ☎11:00~22:00/水曜定休 ❏なし ➡MAP P14B2



和食

お食事処 なごみ

多磨全生園の中にあるお食事処です。映画『あん』のロケ地にもなりました。樹木希林さんから譲り受けた衣装もありますよ。

●おしょくじどころ なごみ ☎042-395-2755 東村山市青葉町4-1-10 ☎11:00~18:00/月曜定休 ❏2台 ➡MAP P14B1

むらのわ サポーターズ



ライブ
バー

音楽酒場 すなふきん

久米川で唯一、アコースティックサラウンドが気軽に奏でられるお店です。プロの方にも来ていただくライブイベントも開催しています!

●おんがくさかば すなふきん ☎090-3590-7691 東村山市栄町2-19-25 2F ☎19:30~24:00 (土・日曜は18:00~24:00) /月・火曜定休 ❏なし ➡MAP P14B2



海鮮
料理

海鮮鮨 義 東村山店

築地直送の新鮮な魚介を40種以上の日本酒と一緒にご提案を心がけています。水まわりを中心にリフォームなら当社にお任せください。

●かいせんずし よし ひがしむらやまん ☎042-397-9955 東村山市本町2-16-1 2F ☎11:30~14:00 (L013:30)、17:00~24:00 (L023:30) /第1月曜定休 ❏あり ➡MAP P14A1



リフォーム

菊池工業所

●まくちこうぎょうしょ ☎042-391-5277 東村山市久米川町3-15-1 ☎8:00~18:00/日曜・祝日、第1・3・5土曜定休 ❏2台 ➡MAP P14B1



ダイニング
バー

気どらんBar&Dining 気ごころ

その場で焼く「焼爇」をはじめ、フードメニューも充実しています。限定の生ビールやオリジナルカクテルと一緒にどうぞ。朝6時まで営業。

●きどらんばー&たいにんく きごころ ☎042-309-5560 東村山市栄町2-10-3 システムビル2F ☎20:30~6:00/月曜定休 ❏なし ➡MAP P14B2



外壁・
屋根塗装

グッドジョブ

外壁塗装は400種以上の色見本から周りの景色との調和も考えたご提案を。ドローンを使った屋根点検、改修もお任せください。

●ぐっどじょぶ ☎042-391-4438 東村山市廻田町4-7-2 ☎9:00~17:00/日曜定休 ❏5台 ➡MAP P14A2



会席
料理

食彩酒房 たきび

和風モダンな隠れ家季節食材料理と、実家の精肉店から仕入れる肉料理をどうぞ。ランチ10食限定の山形和牛丼900円。

●しょくさいしほぼう たきび ☎042-390-0141 東村山市本町4-12-86 ☎11:30~14:00、17:00~22:30/木曜定休 ❏12台 ➡MAP P14B2





造園



芯光庭苑

自然素材を使った、豊かな生活を過ごせる庭空間を造ります。剪定、造園、ガーデニングなど、お庭のことならお任せください！

●しんこうていえん ☎042-313-3397 東村山市恩多町3-22-35 ☎8:00~18:00/日曜、祝日定休 2台 1MAP P14B2



美容



Sky beauty salon

キッズスペース完備でお子さま連れでもご来店いただけるアイラッシュサロンです。ネイルとまつエクでママ・キッズ・ベビーみんな笑顔に。

●すかいびゅーていさろん ☎042-307-3441 東村山市本町2-24-43 シティコーポバルナス東村山105号 ☎9:30~18:00/不定休 2なし 1MAP P14B2



建築



設計本舗

「生活に寄り添う住居」のほか、斎場や保育園なども手がけてきました。「まちジャム」などのイベントを通して、東村山を盛り上げましょう。

●せっけいほんぽ ☎042-398-7121 東村山市久米川町1-52-38 1台 1MAP P14B1



不動産



大賀不動産

お部屋探しのほか、店舗や駐車場などもお気軽にご相談ください。てんしゃばフェスタ踊り子隊で地域イベントにも参加しています。

●たいがふどうさん ☎042-396-2275 東村山市野口町1-20-29 カクリ西ビル1F ☎10:00~18:00/水曜定休 2台 1MAP P14A2



新築・リフォーム



大黒屋

永く安心して暮らせる家づくりがモットー。家とは日々の疲れを癒し、明日の活力を蓄える場所です。どんなことでもご相談ください。

●だいくや ☎042-397-0311 東村山市久米川町4-33-11 ☎10:00~17:00/祝日定休 2台 4MAP P14B1



四川料理



中国料理 麻辣碗

本場四川の味がお気軽にどうぞ。名物の陳麻婆豆腐1200円は、山椒とスパイスの香りもガツツリ効いて、やみつき必至です！

●ちゅうこくりょうり まーらーわん ☎042-390-0147 東村山市栄町2-22-22 ☎11:30~14:00、17:30~21:00L/月曜定休 2なし 1MAP P14B2

「むらのわ」は、ひとの輪を伝えたいというコンセプトに共感して下さった地元サポーターズの皆さまに支えられています。感謝の気持ちを込めて、ご紹介させていただきます。

アイコン凡例

- Food 飲食店
- Shop 小売店
- Build 建設・造園
- Life 生活サービス



学習塾



Dr. 関塾 東村山駅校

補習・進学・受験など、生徒さんそれぞれのニーズに合わせた個別指導学習塾です。努力は確実に成長につながります。一緒にがんばろう！

●どくたいかんじゅく ひがしむらやまえきこう ☎042-313-0885 東村山市久米川町4-39-26 ☎14:00~21:30/日曜定休 2なし 1MAP P14B1



そば



巴屋本店

180年以上続く暖簾を守りながらも若さあふれる店です。かつお節を主体とした関東風のツウは手作りで香りも華やか。天ざる1050円。

●ともえやほんてん ☎042-391-0313 東村山市栄町2-21-29 ☎11:00~20:30/金曜定休 2なし 1MAP P14B2



注文住宅



ナチュラルスタイル

お客様のこだわりやさまざまなニーズを実現する安心の定額制。自然素材を活用しながら「ご家族の幸せをつくる注文住宅」を提供しています。

●なちゅらるすたいる ☎042-399-3315 東村山市本町3-15-1 ☎9:00~18:00/水曜定休 28台 1MAP P14A2



建築資材



ハラコートーヨー住器

LIXILフランチャイズ「マドリエ」加盟店として、建築資材全般を取り扱っています。快適・安心な住まいづくりをお手伝いします。

●はらこーとーよーじゅき ☎042-394-4463 東村山市廻田町1-13-7 ☎8:30~17:30/日曜、祝日定休 2台 1MAP P14A2



新築・リフォーム



ファミリア建設

抗酸化工法や陶板浴を用いた予防医学の健康住宅「予防住宅」に暮らして、元気な生活を送りましょう。ストレスもなくなります。

●ふぁみりあけんせつ ☎042-306-3900 東村山市青葉町1-1-35 ☎10:00~16:00/水・日曜、祝日定休 1台 1MAP P14B2



婦人服



プティックヒデ

ミセス対象のおしゃれ着、ダンス衣装、アクセサリーなどを手に取りやすいお値段で。5月には開店45周年セールも開催しますよ。

●ぷてぃっく ひで ☎042-394-3911 東村山市栄町2-21-8 久米川駅前名店街1F ☎10:00~19:30/第3水曜定休 2なし 1MAP P14B2





ソース



ポールスタア

黒焼そばソースは秘伝のイカ墨と黒酒が美味しさの秘訣です。今年4月には、工場内に星のトンネルと土蔵ルームがオープン!

●ぼーるすたあ ☎042-395-0554 東村山市久米川町3-28-2 ☎9:30~16:30/土・日曜、祝日定休 5台 MAP P14B1



メキシコ料理



Posada del Sol

本場メキシコ料理を温かな雰囲気の中で召し上がり。人気のローストチキンはテイクアウトもOK。金~日曜限定のランチセット1000円。

●ぼさーだ ぞる ☎042-398-4710 東村山市栄町2-30-23 ☎11:30~14:30(金~日曜のみ)、17:30~22:00/水曜定休 日なし MAP P14B2



本・雑貨

丸山書房&meena

書籍・雑誌はもちろん、文具や雑貨も揃う楽しい書店。2Fホールでは市民交流イベントも企画して元気なまちづくりを目指しています。

●まるやましょぼう&みーな ☎042-391-0929 東村山市栄町2-8-1 ☎10:00~23:00(日曜、祝日は~21:30)/1月1・2日定休 日なし MAP P14B2



リフォーム



夢現空間

動線や家具の配置など、機能性に配慮しながらも個性的なデザインのリフォームをご提案します。物件探しのお手伝いも可能です。

●むげんくうかん ☎042-306-0136 東村山市恩多町3-22-19 ☎8:30~18:00/日曜、祝日定休 2台 MAP P14B2



ヘルスケア



ラビッツ・コーコ

ラビッツ村「自分たわりステーション」は、心と体の健康ケア支援を開始。村長「らびっこ」を見かけたら話しかけてピョン!

●らびつっ・こーこ ☎042-399-3440(事前予約制) 東村山市栄町2-8-1 丸山ビル2F「自分たわりステーション」事務所 ☎10:00~18:00/土・日曜、祝日定休 日なし MAP P14B2



イタリア料理



リストラテ・イタリアーノ・ロ・スティヴァーレ

トスカーナ郷土料理を中心に本格イタリアンをご提供いたします。パスタかピッツァを選べるランチは、前菜とドルチェが付いて1200円〜。

●りすとらんで・いたりあーの・ろ・すていうあーれ ☎042-394-2369 東村山市野口町3-5-9 ☎11:30~14:30LO、18:00~21:00LO/月曜定休 8台 MAP P14A1

むらのわ Information / 次号は、2020年早春に発行予定

あなたの声を「むらのわ」へ

「むらのわ」掲載の施設・店舗などにつきましては、市民の皆さんから提供された情報とアンケート調査の結果をもとに制作しています。次号のご要望を下記のアンケートハガキ、または公式ホームページからお寄せください。

むらのわホームページ <http://muranowa.com>

2019年12月31日着分までの方から抽選で100名さまに「むらのわ」オリジナル缶バッジをお贈りいたします。※発送をもって発表にかえさせていただきます。



缶バッジは全5種類

むらネコ待ってるにゃー◎

東村山で暮らす愛ネコの写真を募集しています。かわいいうちの子を思いっきり自慢してみませんか。



#むらネコ #むらのわをつけてSNSに投稿してね!

※本誌掲載のデータは2019年3月現在の情報です。※消費税込みの料金(発行日時時点)で掲載しています。※定休日は年末年始・お盆休み・GWを省略しています。

※ご記入いただいた内容は、「むらのわ」編集の参考にさせていただきます(目的以外に使用することはありません)。

お名前	_____	男・女	_____	年齢	_____	代	_____
ご住所	〒 _____						
メールアドレス	_____						

5 今後、取材してほしい施設・店舗など、ご要望やご意見をご記入ください。

●大好きな東村山のおやつを教えてください。

●行きつけの麺のお店(うどん、黒焼きそばなど)を教えてください。

●東村山の残したい風景や場所を教えてください。

4 次号の企画にご協力ください。

どのよう変わったか具体的に教えてください。

3 「むらのわ」を読んで、東村山市への印象は変わりましたか?

はい いいえ

東村山トラベルガイド

東村山は都心に近く、自然が身近にある、暮らしやすいエリア。北山公園や八国山、国宝建造物、野菜・果物、武蔵野うどんの名店など、たくさんの魅力が住宅地の中に何気なく点在。日常を旅するようなローカルさんぽが楽しめます。普段着のままで、「たのしむらやま」なまちを訪ねよう。



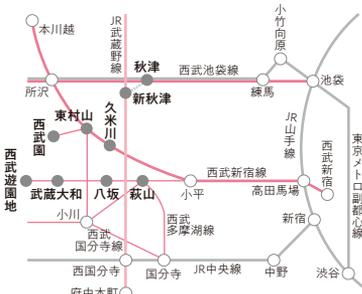
東村山の場所

人口：約15万人
※2019年3月現在
面積：17.14km²



新宿から電車に乗って30分あまり。東京都の北西部、都心から約30km圏に位置し、市内には9駅が設置されています。また、新青梅街道と府中街道が交差しており、車の移動も便利です。

電車での行き方



- 西武新宿駅から**
西武新宿線急行で久米川駅まで29分、東村山駅まで31分
- 池袋駅から**
西武池袋線準急で秋津駅まで28分
※所要時間は目安です。時間帯などにより変わります

バスの運賃

グリーンバス
運賃 大人(中学生以上) 180円/1C運賃175円
小学生90円/1C運賃88円
回数券(12枚つり) 1000円
※支払い方法は、現金、回数券、ICカード(PASMOやSuicaなど)の3種類です。
① まちづくり部公共交通課 ☎042-393-5111
② 西武バス株式会社 小平営業所 ☎042-342-2411

銀河鉄道
運賃 大人(中学生以上) 170円
小学生90円
※支払いは現金、回数券、定期券のみ。
① 銀河鉄道 ☎042-398-0006

西武バス
運賃 大人(一般) 初乗り180円/1C運賃175円
小学生 初乗り90円/1C運賃88円
※支払いは、現金、ICカード(PASMOやSuicaなど)などが使用できます。
① 西武バス ☎04-2995-8130



主な行事・イベント

2019年		
4月第1土・日曜	さくらまつり	市内各所
6月上旬	東村山菖蒲まつり	北山公園
8月中旬	東村山久米川阿波踊り大会	久米川駅南口
9月下旬	どんこい祭	天王森公園
11月3日	地藏まつり	正福寺
11月第2・3土・日曜	東村山市民産業まつり	東村山市役所周辺
2020年		
1月上旬	東村山市民消防団出初式	東村山駅東口
3月上旬	さと八だょ!!全員集合!!	東村山市民センター駐車場周辺

※開催日は変更になる場合があります

ローカルフード



黒焼そば
イカ墨と黒酒をブレンドした黒ソースはクセになる味わい

武蔵野うどん
やや茶色がかった麺を関東風の甘い肉汁につけていただく

フルーツ
秋にたわわに実る多摩湖梨と多摩湖ぶどうが有名

あわせてほしい観光パンフ

本誌とあわせて東村山の旅のお供にしたいパンフレット。市役所本庁舎情報コーナーなど公共機関で配布しています。



ココミテ
東村山の魅力を再発見できる、まち歩きマップ

東村山市農産物直売所めぐりマップ
産地直売所のほか、農業体験農園などを紹介

多摩全生園人權の森を歩く
人權の学びの場を案内する散策マップ。1部50円

旅のお問合せ

- ① 東村山市 産業・観光案内コーナー ☎042-395-5110
- ② 東村山市 地域創生部 産業振興課 ☎042-393-5111
- ③ 東村山市商工会 ☎042-394-0511

郵便ががき

1 8 9 8 7 9 0

東京都東村山市
本町2-6-5
東村山市商工会
「むらのわ」アンケート係



「むらのわ」アンケートにご協力ください

1 「むらのわ」創刊号をどこで入手されましたか？

- 東村山市内
 - 東村山市外
- 入手された施設・店舗名 ()

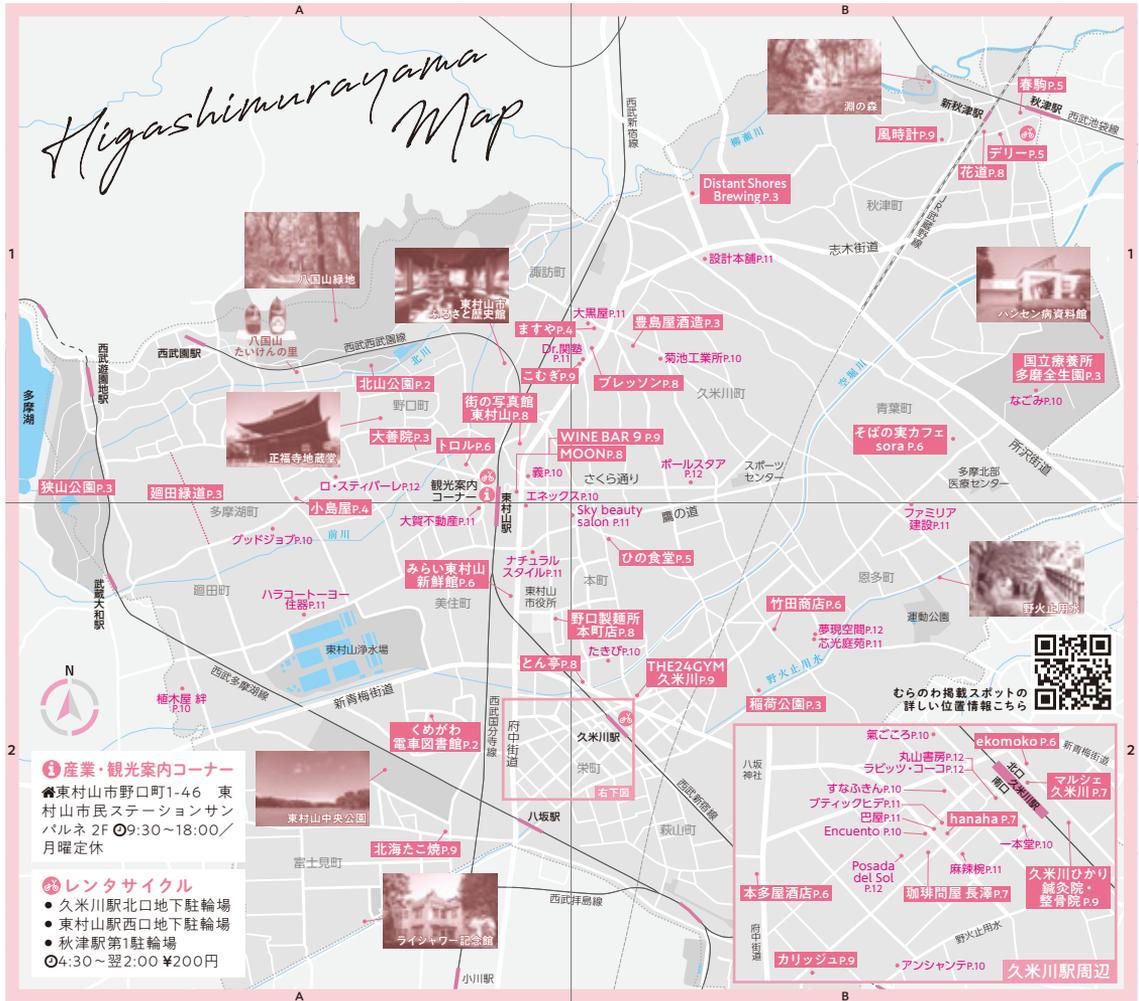
2 今号で面白かった特集記事はどれですか？ ※複数回答可

- とっておきの場所
- 味な店、愛しの食堂
- 家族の毎日が楽しくなるもの
- はじめましての新しいお店みつけた
- むらのわサポーターターズ
- むらのわサネコ図鑑

その理由や感想をご記入ください。



Higashimurayama Map



- ① 産業・観光案内コーナー**
 東村山市民ステーションサンバルネ 2F 〇9:30~18:00/月曜定休
- 🚲 レンタサイクル**
 ● 久米川駅北口地下駐輪場
 ● 東村山駅西口地下駐輪場
 ● 秋津駅第1駐輪場
 〇4:30~翌2:00 ¥200円

「むらのわ」は、東村山のひとの輪を伝えます

東村山駅の高架化工事がはじまり、まちの風景がどんどん変化しています。今、ここに当たり前にある景色の中でぴかっと光る素敵なものを、次の世代へと引き継ぎたい。「むらのわ」は、東村山に暮らす人々の輪を伝え重ねていきます。

むらのわ Vol.01
 muranowa.com

2019年3月発行
 発行 | 東村山市商工会・東村山市
 企画制作 | 合同会社ハチコク社 むらのわ編集室
 info@muranowa.com

※本誌記載内容の無断転載はご遠慮ください。
 ©2019 Muranowa all rights reserved