



阿佐ヶ谷

ひとり飲みは
ひとと飲み



阿佐ヶ谷

ひとり飲みは ひとと飲み

ひとりで飲もうよ。ひとりじゃないから。

帰り道。たまには、まっすぐ帰らずに、

阿佐ヶ谷の飲み屋さんで「ひとり飲み」してみませんか。

「ひとり飲み」というと、少し寂しく聞こえてしまうかもしれませんが、

阿佐ヶ谷の「ひとり飲み」は「ひとと飲み」。

飲み屋さんには店主さんや常連さん、

その日たまたま居合わせた人たちが待っている。

いつのまにか、誰かと乾杯して、誰かと一緒に飲んでいる。

阿佐ヶ谷って、そんな街。

ひとりで飲もうよ。ひとりじゃないから。



ひとと飲みに出かけよう



ひとり飲み=ひとと飲みをはじめるって、勇気がいります。

そこで、出かける前に立ち寄って欲しい場所があります。

阿佐ヶ谷駅南口川端通りの「アサガヤアンナイジョ」。

ここで、説明やオススメの店を聞きながら、スタンプカードを受け取って、いざスタートです!



① アサガヤアンナイジョへ行く

まずは、川端通りのいちょう小路の入り口にある「アサガヤアンナイジョ」へ立ち寄ろう。一歩足を踏み入れたら「ひとと飲み」スタート! 店員さんがやさしく迎えてくれます。



② 説明を聞く

「アサガヤアンナイジョ」で、パンフレットとスタンプカードをゲットしよう。店員さんから「ひとと飲み」のマナーやポイント、楽しみ方、オススメの店などを聞くことができます。



③ いざ飲み屋さんへ

「ひとり飲みはひとと飲み」のオリジナルステッカーが貼ってあるお店に入ってみよう。やさしい店主さんや店員さんたちがいるお店ばかりですよ。



④ スタンプカードを見せよう

お店に入ったらすぐスタンプカードを出すことで、お店の人が「ひとり飲み初心者」であることを認識。カードに呼んで欲しい名前や趣味などを書いておくことで会話が広がります。



⑤ 楽しく飲んだら、次のお店へ

適度に飲んだら、次の店へとはしご酒するのもオススメ。店主さんにオススメの店を聞いてもOK! 飲みすぎを感じたら無理をせず、スタンプカードの続きは後日楽しもう。



⑥ アンナイジョへ帰ろう

スタンプが3つ集まったら「アサガヤアンナイジョ」へ。「ひとと飲み」デビューを祝してドリンクを無料で1杯サービスします。「ひとと飲み」体験の話題でもうひと盛り上がりしよう。

ひとと飲み の楽しみ方

～ひとり飲みをひとと飲みに変えるマナーと楽しみ方～

お店の人や常連さん、様々な人たちと関われるのが「ひとと飲み」の楽しいところ。

でも、だからこそ、守りたいマナーやルールを覚えておくと、

みんなで楽しい時間を過ごせます。



席に座る前に「ひとと飲み」カードを渡しましょう。
最適な席に通してくれるはずですよ。



「どこでもどうぞ」と言われたら、ぜひカウンター席へ。
店主と話しやすい、特等席です。



着席してすぐ、スマホや本とにらめっこしないのもポイント。
声をかけづらくなっちゃいます。



店主と目を合わせてみるなど、
話しかけてオーラを発するのもオススメです。



飲み物や食べ物に迷ったら、店主さんと店員さんに聞きましょう。
オススメを教えてもらえるし、話のきっかけになります。



オススメのキーワードは、「最近、引越してきました」、
「最近、ひとり飲みはじめました」。いろいろ教えてくれるはず。



はじめてのお店では、むやみに隣の人に話しかけるのではなく、
店主さんや店員さんを介して、自然な流れで。

8



とはいえ、常連さんは「ひとと飲み」の味方!
オススメの料理やお酒を聞いてみると盛り上がる!

9



お酒の勢いを借りての入店やコミュニケーションもいいですが、
酔っ払いすぎには気をつけて!

10



お酒はあくまでも自分のペース!!
勧められても、無理する必要は絶対ありません。

11



店主に「一杯どうぞ」とお酒を出す人もいます。
でも、はじめてのお店では必要ありません。

12



お気に入りのお店で「店主に一杯!」と声をかけると、
店主は笑顔になります。でも、これはルールではありません。

13



はじめてのお店は、人が少なそうな時間が狙い目。
お客さんが2~3組くらいまでの時は、じっくり話せます。

14



はしご酒したい時は、お店の人に次の店を教えてもらおう。
どんなガイドブックよりも濃い情報をゲットできます!

ひとと飲み アドバイス

ひとと飲みを楽しむコツ、もっと知りたくないですか??

みなさまをお待ちしている飲み屋さんの店主さんの声を集めてみましたので、ぜひ参考にしながら、自分らしい「ひとと飲み」を探してみてください。

おいでYasu

杉並区阿佐谷南3丁目44-9

川端通りにある、カウンター4席と座数が1つの小料理屋。

連日、ひとり飲みのお客さんが、名物の串揚げとお酒を楽しんでいる。



Q.ひとりのお客さんって歓迎ですか?

ウチはもう超歓迎ですね。むしろひとりの方しか来ません(笑)

Q.男女どっちのひとり飲みが多いですか?

男性6割、女性4割といった感じですかね。20代、30代が多いです。

Q.ひとり飲みしていた人が、いつのまにか「ひとと飲み」になっていたようなエピソードはありますか?

ウチの場合はもうそれしかないですね(笑)来てくれるお客さんの歳が割と近いので、すぐ仲良く話始めます。

Q.ひとり飲みの人とよくする話題はありますか?

人それぞれではありますが、お客さん同士で話が盛り

上がる事が多く、むしろ僕を話に入れてくれません。

Q.初めてひとりで飲みに来た人が、その後、一緒にスポーツをしたり、イベントをしたりなど、店の外でも関わるようになった人はいますか?

ウチは常連さんの誕生日会を店で月イチでやっています。誕生日で飲み放題の値段を決めていたりします。例えば、5月5日が誕生日の人は55円で飲めます(笑)

Q.ひとり飲み初心者の方にアドバイスはありますか?

気合じゃないっすか(笑)?

Q.ひとり飲みの時の注意事項はありますか?

お店に入ってきて、ずーっとスマホを見ていられると話かけていいの迷ってしまいますね。

Q.おひとりさま用のメニューはありますか?もしくは対応してくれますか?

ウチはメニューを来た人に口頭で伝えていて、その日によってメニューを変えています。その日のメニュー外でも、食べたいものを言ってもらえたら大体できます(笑)

Q.最後にひとり飲みの醍醐味を教えてください。

普段、絶対出会わない人と出会えることですかね。色々な職種の人がいてそこから仕事につながったりする方もいます。



コロナ禍における「ひとと飲み」の注意!

- ◎ひとと飲み参加店舗については、新型コロナウイルス感染拡大防止のガイドラインを守っている店舗ですが、各個人でも感染防止対策を徹底してください。
- ◎まわりの人と仲良くなれるのが「ひとと飲み」の魅力ですが、お話しする際はマスクを着用するなど徹底してください。
- ◎仲良くなっても、回し飲みや回し食べなどのご遠慮ください。

感染防止徹底宣言



新型コロナウイルス
感染拡大防止中

東京都





のみくい処 青月

杉並区阿佐谷北2丁目2-1 ジュネス阿佐ヶ谷3階

夫婦で営むごちんまりしたお店。店主が選ぶ日本酒、ワインなど多彩。
それぞれのお酒に合う居酒屋メニューからイタリアンや洋食メニューまで。



Q.ひとりのお客さんって歓迎ですか？

もちろん歓迎です。遠慮なく来てもらえると嬉しいです。

Q.男女どっちのひとり飲みが多いですか？

男女問わず20代～60代まで、幅広いです。



Q.お客様同士のステキなエピソードは？

お芝居をやっている常連さんが自分の公演が近いという話をしていたら、他の常連さんが観に行かれたというエピソードがありました。

Q.ひとり飲みの人とよくする話題はありますか？

「仕事帰り?」とか些細なことを訊いてそれぞれ話してもらうことが多いですね。

Q.おひとりさま用のメニューはありますか？

メニューによってはハーフサイズのご提供や各メニュー少しずつ盛り合わせもできますので、リクエストください。

Q.ひとり飲み初心者の方にアドバイスはありますか？

マイペースで大丈夫だよ、と伝えたいです。自分のペースでもらえた方が、こういう人なんだと認識できますし、合った会話もすることができるかなと思います。

TOM'S BAR

杉並区阿佐谷北2丁目2-7 喜楽ビルB1階

和・洋を問わず種類豊富なお酒がそろう、隠れ家的なダイニングバー。
気さくなマスターと、看板猫は必見。



Q.ひとりのお客さんって歓迎ですか？

おひとりでもられるお客様も多く、歓迎しています。

Q.男女どっちのひとり飲みが多いですか？

女性が気持ち多いですね。6:4くらいの割合です。

Q.ひとり飲みしていた人が、いつのまにか「ひとと飲み」になっていたようなエピソードはありますか？

オープンして6年くらいの間で、おひとりさま同士でウチに来られたお客様が8組、ご結婚をされました。

Q.ひとり飲みの人とよくする話題はありますか？

やっぱり、猫の話が多いですね。

Q.初めてひとりで飲みに来た人が、その後、店の外でも関わるようになることはありますか？

ウチは部活動が色々ありまして、ランニング、リレーマラソン、釣り、ゴルフ、温泉…様々な部活に様々な人

が集まっています。

Q.最後にひとり飲みの醍醐味を教えてください。

お店を介して、知り合いが増えていくことがひとり飲みの醍醐味の一つではないでしょうか。



ひとと飲みレポート

ひとり飲み=ひとと飲み初心者の方にご協力いただき、
実際に阿佐ヶ谷の飲み屋さんを何軒かまわってもらいました。
その様子や感想をご覧いただきながら、自分が飲みに行くイメージをふくらませてください。



アサガヤアンナイジョから
スタート!

アサガヤアンナイジョ
杉並区阿佐谷南3丁目37-6
03-6338-1965



ひとりで「キドキ

まずは一杯飲みながら……



店主さんから「ひとと飲み」の
説明を聞いて、次の店へ。





アンナイジョ近くの
サンダルキッチンへ!

サンダルキッチン

杉並区阿佐谷南3丁目37-3 第四志村ビル 202
03-5347-2464



スタンプカードを提示して
カウンター席へ!!

ひとくちメモ

スタンプカードを基に
店主さんが
まわりの常連さんを
紹介してくれることも!



飲みながら、店主さんと会話!



隣の人とお話ししたり、
自然と楽しい気分!!



もう一軒! ポポットへ!

夜カフェ ポポット

杉並区阿佐谷北1丁目45-8 1階
090-2293-7092

このガレット、おいすぎ!



ひとくちメモ

趣味や出身地、
学生時代の部活など
話のきっかけに
しやすいかも!



やっぱりお店に入った瞬間は
ドキドキ



いつのまにか隣の人と乾杯!

ひとと飲み

参加店舗

”ひとり飲みはひとと飲み”に賛同してくれたおひとり様大歓迎のお店を紹介。

いろいろ巡って、自分に合うお店を探してみよう。

参加店舗はHPで続々更新中! 右のQRコードからHPをチェック!



川端通りエリア

小料理

おいでYasu

おちつき にぎやか

ひとりで入店しやすく常連さんとも仲良くなりやすい、気さくな雰囲気のある居酒屋。料理のメニューはその日次第。

【店主の趣味】ギター、ベース

住 所 阿佐谷南3-44-9

T E L 03-3398-9833

営業時間 18:00-24:00

定休日 不定休

川端通りエリア

居酒屋

しんの輔

おちつき にぎやか

串揚げ屋さんでありながら、一品料理が豊富な居酒屋。カウンター席も多く、ひとりでも入店しやすい。

【店主の趣味】競馬

住 所 阿佐谷南3-34-9, 1F

T E L 03-5335-7550

営業時間 17:30-24:00

定休日 月

川端通りエリア

立ち飲み・街案内

アサガヤアンナイジヨ

おちつき にぎやか

店名の通り、飲み屋さんをはじめ街の案内所のような役割の立ち飲み屋さん。気軽に入れて、つながりを作りやすいお店。

【店主の特技】チャーハン

住 所 阿佐谷南3-37-6

T E L 03-6338-1965

営業時間 17:00-24:00

定休日 不定休

川端通りエリア

ダイニングバー

お酒とごはん サンドルキッチン

おちつき にぎやか

一杯だけ、ごはんだけ、もちろん、おひとり様も大歓迎!アットホームな雰囲気でも、いつでも帰ってこれる場所。

【オーナーの出身地】福島、長崎

住 所 阿佐谷南3-37-3, 2F

T E L 03-5347-2464

営業時間 日~木19:00-2:00 金土19:00-3:00

定休日 不定休

川端通りエリア

居酒屋

惣菜スタンド ふじさん

おちつき にぎやか

カウンター席と立ち飲みスペースがメインの居酒屋。店頭でのテイクアウト販売もあり、家飲みの際にも便利!!

【店主の出身地】福岡

住 所 阿佐谷南3-34-15, 1F

T E L 03-5347-8283

営業時間 17:00-24:00 土日15:00-22:00

定休日 月

川端通りエリア

居酒屋

旬彩 はな日

おちつき にぎやか

阿佐谷で8年目のほっとするお店。店主が作るおいしい料理とお酒を落ち着いた雰囲気の中で楽しめます。

【店主の部活】柔道

住 所 阿佐谷南3-34-17, 2F

T E L 03-3220-3555

営業時間 17:00-24:00

定休日 不定休

一番街エリア

ロックバー

ROCK KITCHEN 1984

おちつき にぎやか

マスターとママがいる健全なロックバー。女性ひとりでも安心。ロックな好きな人はぜひのぞいてみてください。

【店主の特技】ギター・テニス釣り・大工仕事

住 所 阿佐谷南2-18-9, 2F

T E L 03-3315-1984

営業時間 19:00-4:00

定休日 無休

一番街エリア

居酒屋

バルト

おちつき にぎやか

旨いもんとお酒で楽しくお話できるお店。映画や音楽の話など、話のネタは多彩です。

【店主の特技】板書の文字

住 所 阿佐谷南2-21-9

T E L 03-3315-0751

営業時間 18:30-2:00(翌日が平日の休日は16:00-24:00)

定休日 不定休

一番街エリア

呑み屋

お酒と集い Gekko(ゲコ)

おちつき にぎやか

女性おひとりでも安心して飲めるお店。ちょっとしたおつまみもご用意しています。

【店主の出身地】福岡

住 所 阿佐谷南2-19-11

T E L 090-1730-5062

営業時間 19:00-3:00 日祝15:00-23:00

定休日 火

一番街エリア

ハワイアンレストラン

YO-Ho's café Lanai

おちつき にぎやか

ライス付きのどろろオックステールスープがおすすめのハワイアンレストラン。ハワイの食通も満足の店。

【店主の特技】剣道

住 所 阿佐谷南2-20-4, 1F

T E L 03-6383-1298

営業時間 平日11:30-14:30日祝13:00-15:00ディナー17:30-22:00

定休日 月、第3火曜

一番街エリア

居酒屋

酒好房 かえでの杜

おちつき にぎやか

国産のお酒と食材を基本に手作り料理でおもてなし。家族で営んでいる、あたたかい雰囲気のお店です。

【店主の特技】よく歌っています

住 所 阿佐谷北1-3-15

T E L 03-5356-9898

営業時間 17:00-24:00

定休日 火

一番街エリア

自家製ビールとスパイスカレー

アンドビール

おちつき にぎやか

高円寺寄りにある自家製ビールとスパイス料理のお店。ビールの種類が多く、ひとりでも入りやすいのが魅力。

【店主の部活】軽音・海外農業研究会

住 所 高円寺北4-2-24, A105

T E L 080-5913-8241

営業時間 平日11:30-14:00 17:00-22:00 土日祝11:30-22:00

定休日 月、火

阿佐谷南エリア

居酒屋

飲み喰い処 鳳や(おおとりや)

おちつき にぎやか

カウンターだけの小さなお店ながら、おつまみが充実。2階への階段を上れば、おいしいお酒と食事が待っています。

【店主の趣味】ゴルフ、バンド

住 所 阿佐谷南1-47-16, 2F

T E L 080-4442-0629

営業時間 19:00-5:00

定休日 不定休

阿佐谷南エリア

居酒屋

前田家

おちつき にぎやか

おいしい生肉を食べられるにぎやかな居酒屋。名物店主を中心にアニソンの麻雀などイベント多彩。月曜日はたこ焼き居酒屋に。

【店主の趣味】麻雀

住 所 阿佐谷南1-47-21, 104

T E L 03-6795-7350

営業時間 月-木18:00-2:00 金土18:00-4:00 日18:00-24:00

定休日 無休

阿佐谷南エリア

バー

前田家ノ裏

おちつき にぎやか

店名の通り前田家の裏にあるバー。ダーツやゲームを楽しんだり、本格的なお酒のラインナップを嗜んだり、楽しみ方多彩。

【店主の趣味】ラーメン

住 所 阿佐谷南1-47-21, 105

T E L 03-6383-1016

営業時間 火-木20:00-4:00 金土20:00-6:00 日20:00-2:00

定休日 月

阿佐谷南エリア

ダーツバー

Café & bar trico

おちつき にぎやか

ダーツプロがやっているカフェ&バー。分煙のため、たばこの苦手な方も歓迎。ダーツを楽しみながら、ステキな時間を。

【店主の特技】ダーツ

住 所 阿佐谷南1-36-16, 3F

T E L 03-5929-7519

営業時間 11:30-23:00 土日祝13:00-23:00

定休日 水

阿佐谷南エリア

日本酒バル

Gift食堂

おちつき にぎやか

全国各地の日本酒を中心に「楽しいお酒で楽しい夜を」過ごせる店。洋風おでんがオススメの、ひとり飲みウエルカム店。

【店主の部活】空手、アーチェリー

住 所 阿佐谷南1-34-12

T E L 03-5913-7781

営業時間 17:00-2:00 土日祝16:00-3:00 祝前日17:30-3:00

定休日 無休

阿佐谷南エリア

バー

Bar Hoya

おちつき にぎやか

お酒好きの医師がやっているバー。特徴は幅広いお酒のラインナップ。堅苦しくない雰囲気。健康相談も可能!

【店主の部活】ボート部・ラグビー部

住 所 阿佐谷南1-14-12, 2F

T E L なし

営業時間 20:00-2:00

定休日 なし(不定休あり)

阿佐谷南エリア

居酒屋

まめ重

おちつき にぎやか

実家のような雰囲気「ただいま」と気軽にいれるお店。おひとり様のお客様も多く、ゆっくり落ち着いて飲むことができます。

【店主の出身地】広島

住 所 阿佐谷南1-14-12, 2F

T E L 080-9822-4374

営業時間 17:30-23:30

定休日 日

阿佐谷南エリア

そうめん屋

阿波や言兆 バイパス店

おちつき にぎやか

徳島半田そうめんの専門店。そうめんだけでなくお酒やおつまみの種類も幅広く、気楽に入れるお店。メにもびったり!

【店主の趣味】PUBG(バトルロイヤルゲーム)

住 所 阿佐谷南3-2-3, 1F

T E L 03-5335-7695

営業時間 18:00-3:00

定休日 木



阿佐谷北エリア

BAR

道産子&Bar ラマナピリカ

おちつき  にぎやか

仲の良いお客様にたまに洗い物をお願いしてしまうくらい気軽なバー。オーナーバーテンダーがつくるカクテルは絶品!

【店主の趣味】筋トレ、フットサル

住 所 阿佐谷北1-46-4

T E L なし

営業時間 20:00-3:00

定休日 不定休

阿佐谷北エリア

cafe&bar

夜カフェ ポポット

おちつき  にぎやか

まったりと、ほのぼのと、ゆっくり飲みたい人におすすめの落ち着いた雰囲気のお店。オススメは、アンチョビキャベツ。

【店主の趣味】マンガ

住 所 阿佐谷北1-45-8

T E L 090-2293-7092

営業時間 17:00-2:00

定休日 無休

阿佐谷北エリア

和食屋

打ち薫る亭

おちつき  にぎやか

季節の和食とお好みのお酒を楽しめるお店。落ち着いた過ごしやすい店内で、おいしい時間を過ごせます。

【店主の部活】テニス

住 所 阿佐谷北1-26-7

T E L 03-5356-6790

営業時間 18:00-2:00

定休日 月

スターロードエリア

カラオケスナック

soundK

おちつき  にぎやか

若者にも愛されるアニメPがマスターのお店。楽しくてカラオケができて、落ち着けるお店です。

【店主の趣味】昔のアニメ

住 所 阿佐谷北2-3-1, 2F

T E L 090-6307-3170

営業時間 20:00-5:00

定休日 月

スターロードエリア

BAR

カクテルバー メリデ

おちつき  にぎやか

おいしいカクテルとウイスキーが楽しめるバー。店主の特技である占いと手品を楽しみにくるお客さんも。

【店主の出身地】荻窪

住 所 阿佐谷北2-3-1, B1

T E L 090-6565-8697

営業時間 17:00-23:00

定休日 日

スターロードエリア

ご当地ワインバル

新潟×タバスバル和

おちつき  にぎやか

新潟の地酒やワイン、それ以外のお酒なども充実の明るいスタッフがいるお店。ハンバーグや煮込みがオススメ!

【店主の趣味】飲み歩き、食べ歩き

住 所 阿佐谷北2-12-6

T E L 03-3330-6090

営業時間 17:30-2:00

定休日 不定休

スターロードエリア

カジュアルバー

ADEAMURO'T TOM'S BAR Route-2

おちつき  にぎやか

猫たちがお待ちしているカジュアルバー。猫の話はもちろん、スポーツや格闘技、お笑い好きなど様々な人が集まるお店。

【店主の特技】猫保護活動

住 所 阿佐谷北2-2-7, B1

T E L 03-3338-7707

営業時間 19:00-5:00

定休日 不定休

スターロードエリア

居酒屋

のみくい処 青月

おちつき  にぎやか

夫婦で営んでいる居酒屋兼小料理屋さん。一杯からでも気軽に立ち寄りやすいお店。ハーフサイズメニューなどの対応もあり。

【店主の趣味】ゾンビ好き

住 所 阿佐谷北2-2-1, 3F

T E L なし

営業時間 18:00~24:00

定休日 水、木

スターロードエリア

ビールバー

20taps

おちつき  にぎやか

自家醸造ビールが売りのビール工房。全8店舗のビールが集結したクラフトビールのアンテナショップ。ビール好きはぜひ!

【店主の趣味】競馬

住 所 阿佐谷北2-1-8

T E L 03-3336-0606

営業時間 平日17:00-23:30 土12:00-22:30 日祝12:00-21:30

定休日 無休

※新型コロナウイルスの影響により、各店舗の営業時間等が流動的になっている場合があります。最新情報は各店舗にご確認下さい。

飲み屋さん祭りとは

阿佐ヶ谷では年に2回、100店以上の参加店舗で1杯無料で飲める「飲み屋さん祭り」を開催!はしご酒を楽しみながら、行きつけのお店を見つけたきっかけをつくるお祭りです。次回開催はまだ未定ですが、また大規模な飲み屋さんイベントを開催できる日が来るのを願っています。



公式WEBサイト



参加店舗MAP



阿佐谷北エリア

スターロードエリア

北口
JR阿佐ヶ谷駅

JR阿佐ヶ谷駅

←至荻窪

南口

川端通りエリア

■ スマイルホテル

■ 交番

おいでYasu

アサガヤ
アンナイジヨ

サンダルキッチン(2F)

はな日(2F)

ファミリーマート

ふじさん
しんの輔

セブンイレブン

ツタヤ

細田
工務店

三井住友銀行

ファミリーマート

中杉通り

青梅街道

阿波や晝兆

みずほ銀行

吉野家

東京メトロ丸ノ内線 南阿佐ヶ谷駅

阿佐ヶ谷中

杉並区役所



中央線あるあるプロジェクトとは

中央線あるあるPROJECTでは、「なみじかない、杉並!」を合言葉に、杉並区内の中央線沿線(高円寺、阿佐ヶ谷、荻窪、西荻窪)エリアの魅力を発信しています。

この地域には、多彩な「食」、文学、音楽、アニメ、ファッション、「東京高円寺阿波おどり」、「阿佐谷七夕まつり」に代表する大小さまざまなイベントなど、地域の生活の中で培われてきた「中央線文化」と呼ばれる個性派揃いの魅力が詰まっています。

こうした杉並区の魅力をもっと多くの人を知っていただけるように区内外へ情報発信を行っています。詳しくは以下のWEBサイトまたはfacebookページをご覧ください。



公式WEBサイト



facebook



なみじかない、杉並!

中央線あるあるPROJECT

主催
阿佐ヶ谷飲み屋さん祭り実行委員会

発行

なみじゃない、杉並！

中央線あるあるPROJECT