

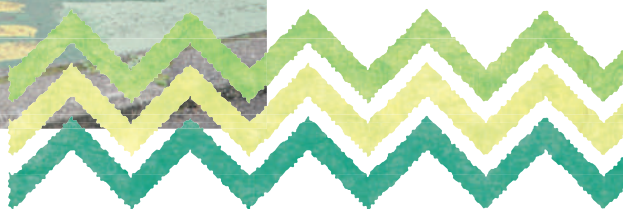
ひとのわを重ね伝える東村山ガイド

むらわ



矢部太郎さん×やべみつのりさん 特別インタビュー

誰かの基準じゃなく、
自分にとっての豊かさを



2022 Spring
Vol.04

[特集]

もっと自由に、わたしらしく

この度、自分事業はじめました。

暮らしを楽しむ7つのコツ
はじめましての新しいお店
むらわサポーターズ

Special Interview

矢部太郎さん×やべみつのりさん
特別インタビュー

誰かの基準じゃなく
自分にとっての豊かさをも

芸人・マンガ家・俳優として活躍中の矢部太郎さん。新作『ぼくのお父さん』（新潮社）では、地元東村山を舞台に実の父やべみつのりさんと日常を描いています。そんな父と子の思い出話をお聞きました。



やべみつのり 市内在住の絵本・紙芝居作家。代表作『かばさん』（こぐま社）ほか、紙芝居も多数手がける。1996年第34回五山賞奨励賞受賞。

矢部 太郎 1997年に「カラテカ」を結成。初めて描いたマンガ「大家さんと僕」（新潮社）で第22回手塚治虫文化賞短編賞を受賞。

ぼくの思い出は、カラフルなんです

太郎さん 幼少期を過ごした東村山は好きなまちです。自然も山もあるし、生きものもいっぱいいるなあって感じで。友だちとザリガニ釣りに行ったり、すごく楽しかったですね。北山公園の菖蒲苑とか今も変わってなくて、良いところだなあと思います。

みつのりさん 北山公園はおたまじゃくしもいっぱいいるしね。当時は八国山の裏側にも原っぱがあったんですね。小高い山があって、水が流れていて、セリもツクシもたくさんあって…ほとんど誰も来ないような場所でした。

太郎さん 多摩湖町に住んでいた頃は、狭山公園で風揚げをしたり、雪の積

もった堤防を段ボールのソリですべったり。そんな風に、いつもやっていたあそびを思い出して描きました。あと、西武園の花火の音がうるさいなあとか…多摩湖のあたりに住んでいた人にはあるあるですよ（笑）。花火は屋根に上ってよく見ていましたね。西武園と山が見えるのも、僕にとって東村山の景色です。皆さんに「東京にもこんなに自然が豊富なところがある」って話すんですけど、『ぼくのお父さん』はそんな豊かさを感じてほしくて、カラーで描こうと思ったんです。

みつのりさん 太郎が小さいころは、近所の銭湯にも行きましたね。家の風呂よりも銭湯の方がおもしろいしね。廃業して解体するときは、煙突がなくなるっていうので見に行つて。一日中見ている親子つ

ても変ですよ（笑）

太郎さん 高い煙突の銭湯って、なんか昭和の感じもするし、壊しちゃうと戻ってこない。当時の思い出を描く上で象徴的なものとしてマンガに描いたんです。

みつのりさん 太郎が実家を出た後に覚えていたのは、雑誌の仕事で、牛乳パックや段ボールとか廃品を使った工作をしたときかな。その企画で運動会の入退場門をつくるので太郎に手伝いに来てもらって。そのとき電話がかかってきて「仕事で呼ばれたから行くね」って向かったのが「進め！電波少年」だったんです。そのままケニアに行つて帰って来なくなりましたね。

好奇心くおどろ、本のある場所へ

くめがわ電車図書館



地元有志が50年以上に渡り運営する地域文庫。蔵書は児童書や絵本を軸に約5000冊で、子どもたちの憩いの場になっています。映画やアニメの舞台にも。

●くめがわでんしゃとよしかん
☎042-394-2900 東村山市美住町1-4-1
◎10:00~12:00、14:00~16:30/水・土曜のみ開館（祝日の場合は休館、そのほか長期休館あり）▶MAP P14A2

トル



絵本を中心に、名物店主・練さんが独自のセンスで選書した多種多様な本が揃います。子どもが思わず手を伸ばすユーモアあふれる玩具も。

●とろろ
☎042-392-5304 東村山市野口町1-11-4
◎11:00~16:00（土・日曜、祝日~17:00）/無休 ▶MAP P14A1

café moimoi



光がたっぷり入って居心地がよく、まったく読書にオススメなカフェ。本棚には、ネコや旅など、お客さんやスタッフが持ち寄った本が並びます。

●かふえ もいもい
☎042-391-0375 東村山市栄町3-10-18
◎11:30~20:00/不定休 ▶MAP P14B2

太郎さん



はい、実家を出てケニアに行った
んですね(笑)

表現を楽しむことが 身につけばいいなと思った

みつのりさん



太郎が『大家さんと僕』の連載を
始めたときは、本人は何も知らせな
いんですけど、僕の友だちが新聞
広告を送ってくれてね。早速読んでみたら新
鮮でとてもおもしろかった。すぐに太郎に手
紙で感想を伝えましたよ。

太郎さん



雑誌の連載をコピーして、ホチキ
スでまとめてくれたりね(笑)。

みつのりさん



今回の『ぼくのお父さん』は、今
の自分が見たものはモノクロ、昔の
思い出はカラーで描いていてね。
誰でもすーっと入り込めるような構成がすご
くおもしろいなって思いましたね。僕にはな
い発想だなあって。

太郎さん



自分の話なのに人ごとで見てい
るってことね(笑)

みつのりさん



つい同業者としてみちゃう(笑)。
父親目線で見るとは、あまりない
かもしれないですね。

太郎さん



ぼくのお父さんは、仕事でもそう
じゃなくても、ずーっと絵を描い
ていて。それが日常というか…好き
なことばっかりしているなあと思っていたか

もしれないですね。

みつのりさん



当時の日本は高度成長期。父親が
会社に行かないで家にいるとか、あ
り得なかったですよ(笑)。

太郎さん



仕事で忙しくて交流がないとかっ
ていう家庭に比べたら、確かにお父
さんとの距離は近かったかもしれな
いですね。一緒に遊ぶ友だちみたいなの。

みつのりさん



私が子どもをダシにして遊んでい
たって感じですね(笑)。でもその
中で、「表現」を楽しめるというか、
そういうことを身につけてくれたら良いなど
は思っていましたね。

太郎さん



小さいころはお父さんと一緒に
絵を描いたり、紙芝居をつくったり
していました。芸能活動を始めてか
らは自分たちのライブのチラシを描いたり。
お父さんの姿を隣で見ていたおかげで、自分
もずっと絵を描くのが好きだったからできた
のかなって思いますね。

お父さんから学んだ 自分にとっての豊かさ

みつのりさん



最近は「親ガチャ」って言葉があ
るって知って、びっくりしましたね。
生まれたときに、ガチャガチャみた
いに引いた親でもう結果が決まっちゃうって
いう。僕はその対局にある過程が大事だ
なあって思います。今って、結果出せてすぐ



親子で読みたい 太郎さん、みつのりさんの本

「家読(うちどく)」という言葉がある
ように、読み語りをしたり、感想を
言い合ったり、家族で読書を楽しむ
時間は豊かなコミュニケーションを
育みます。みんなで見れるお気に入りの
一冊を探そう。

言うじゃないですか。でも結果ってある意味
亡くなったときに出るもので、生きてる間は全
部過程だと思うんです。どうなるか分からな
いところに、おもしろみがあるんですね。

太郎さん



「親ガチャ」って当たりかハズレか
が絶対にあるって考え方だと思うん
ですよ。おやつにお父さんとツク

シを採りにいくとか、廃品でおもちゃをつくる
とかって、「親ガチャ」の考え方でいうとハズ
レかもしれない(笑)。だけど、そのハズレか
当たりかって誰が決めるのかっていう。

今、自分がいる状況を楽しめるっていうこと
が一番豊かなことなんじゃないかなって。僕
はその楽しみ方をお父さんと過ごして感じて
いたので、「親ガチャ」って発想はないです
ね。ちょっと上手く言えないんですけど。誰
かの基準じゃなく、自分にとっての豊かさを
見いだせたらいいのかなと思います。

丸山書房



創業昭和40年(1965)、あらゆる文化を
届け続けるまちの本屋さん。話題の新刊
のショーケース展示や雑貨コーナーな
ど、楽しい空間も魅力。

●まるやましょぼう
☎042-391-0929 東村山市栄町2-8-1
◎10:00~21:00/無休 MAP P14B2

OFF/DO BOOK LOUNGE



古民家を改装した開放的なブックラウン
ジ。地元メンバーが厳選した愛読書が並
ぶ「わたしのライブラリー」ほか、コー
ヒーや焼き菓子も提供。

●おふどーぶつくらうんじ
☎042-306-3350 東村山市久米川町4-46-1
百才内 ◎10:00~18:00(季節により変動
あり)/第1、3の土・日曜ほか MAP P14A1
※ワンドリンク制

太郎さんの好きな場所

中国料理 一翠



学生時代、隣の釣り堀(現在は閉業)
でアルバイトをしていて、今でも帰省
すると必ず寄るそう。まるごと麻婆豆
腐880円が人気。卓上にある「食べる
辣油」は太郎さんもお気に入り。

●ちゅうごくりょうりいっすい
☎042-396-5454 東村山市野口町3-12-8
◎11:30~14:00、17:00~22:00/第3火
曜定休 MAP P14A1

▶お名前

前野 洋平

▶本業 WEBエンジニア

▶自分事業 サバサンドの店

フリーランスになったことで自由が効くようになり、大好きなクラフトビールで起業を構想する中で、コロナ禍でのキッチンカー需要の高まりにビビッときて決断しました。サバサンドを選んだのは、おいしさが印象的でビールとの相性も抜群だと感じたから。融資の相談をした商工会に助言をもらい、事務所をDIYしてまずは店舗を構えました。まもなく完成するキッチンカーで市内を巡る日が楽しみです。



わたしのお店紹介



u3doco

自家製サバサンドとクラフトビールの専門店。実店舗は住宅地の路地裏というユニークな立地。サバサンド単品750円。

●うみどこ ☎042-508-2922 🏠東村山市久米川町3-15-7 🕒11:00~15:00/土・日曜のみ営業 📍MAP P14B1



もっと自由に、わたしらしく
この度、自分事業
はじめました。

時代の変化の中で、自分の個性に向き合って、新しい働き方を模索するひが増えています。今回は、ここ東村山で「らしさ」をカタチにした「自分事業」に挑戦する方たちの声をお届けします。

The way of Living natural to me

いつも同じ日、同じ場所で、
やっていることが大事



わたしのお店紹介



CONTACT・SPACE

久米川駅からすぐのシェアキッチン。毎週土曜にみんなで食卓を囲む「ふれあい子供食堂」を開催。

●こんたくと・すべーす ☎042-313-3411 🏠東村山市栄町1-1-18 ラポール久米川ビル201 🕒ふれあい子供食堂は11:30~12:50、13:00~14:20/土曜開催 📍MAP P14B2 ※各回20名、予約入替え制。

▶お名前

山本 裕一

▶本業 介護・福祉支援事業

▶自分事業 子供食堂

主に介護の支援事業をしていますが、親の介護をする世代って子育てが大変な時期でもあって。多様な悩みを気軽に話せる場所をつくりたくて子供食堂をひらきました。無理なく、でもずっと変わらず続けることで、本当に助けが必要な人に身近に感じてもらえるといいですね。わたしも毎週唐揚げを揚げてますよ(笑)。仕事仲間や地域の福祉活動をしている方がボランティアで手伝ってくれていますが、一緒に活動することで新しい横のつながりも生まれています。



本業でもそうですが、いかに楽しく魅せるかを考えるのが好きで、イベントが激減した地元で何かしたいと考えていました。そこで、地域の魅力を発信する冷凍自販機で、お祭のようなワクワクを届けよう。商工会青年部のご縁や地元のお祭でこれまでにつながった飲食店に協力をいただいて、特別感の味わえる商品を提供しています。チームでつくる感覚が蘇ってきて、すごく楽しいですね。



冷凍自販機で、
地元でワクワクを広げていく

わたしのお店紹介



匠味~Premium Local Foods~

王道のおかずから、贅沢なスイーツまで多彩な商品が揃う冷凍自動販売機。今後、新たな設置場所が増える予定です。

●たくみ〜ぶれみあむろーかるふーど〜

東村山市美住町1-13-3 細洲米穀店 ☎24時間
／無休 ▶MAP P14A2 ※販売商品の変更あり

▶お名前

千葉 智え

▶本業

芸能プロダクションマネージャー

▶自分事業

地域グルメの自販機

誰かの居場所となる、
多様性のあるカフェにしたい



はじめは本業の映像制作の拠点にするつもりで物件を借りたのですが、内装をお願いした地元のデザイン業者さんにも後押しされ、夢だったカフェをひらくことに。好きなことを表現してもらえるギャラリーや雑貨スペースも設けたので、展示やイベントも積極的に企画したいです。訪ねてきてくれた人にとっても居心地が良く、ワクワクするおもちゃ箱みたいな場所になったら嬉しいです。



わたしのお店紹介



Vision Base Cafe エケベリア

Wi-Fi・電源・充電ケーブル全席完備の多目的カフェ。特注ソーセージドッグ950円とエケベリアソーダ700円が名物!

●びじょん ベーす かふえ ぇけべりあ ☎042-306-2407
東村山市野口町1-1-3 ☎10:00~20:00 (金・土
曜は~21:00) /水・木曜日定休 ▶MAP P14A1

▶お名前

岡田 日美子

▶本業 映像制作

▶自分事業

多目的カフェ

▶お名前

島田 浩史

▶本業 野外料理研究家

▶自分事業

シェアキャンピングカーサービス

大好きなアウトドアで何かできないか常に考えている中で、キャンピングカーのシェア事業に挑戦しようと思立ちました。キャンピングカーって移動に使う車というより、自由に動かせる家って感覚なんです。自然の中に出かけてアウトドアを楽しんだあと、車内ですぐリモートワークもできる。遊んでいるような感覚で、仕事がいよいよ楽しく感じるようになったのは嬉しい発見でした。この楽しさを色んな人と共有したいです。



わたしのお店紹介

ココットオフィス



会員同士の交流も盛んな、ゆるいシェアオフィス。会員はシェアキャンピングカー ベアーズ号で仕事もできます。

☎042-313-0166 東村山市本町2-12-1サンライトビル3F ☎24時間／無休 ▶MAP P14A1
※シェアキャンピングカーの予約は公式HPから。
<https://carshare.cocottooffice.com/>

自由な発想で、
仕事と遊びの境界を
とっばらいたい



スペシャリストに聞く

暮らしを楽しむ

7つのコツ

コロナ禍でライフスタイルが変わり、今まで以上に自分や大切なひととの時間を大切にしたいと思う方も増えたはず。地元のスペシャリストによる、毎日をもっと彩り豊かに楽しむコツを伝授します。

Foliage plant 観葉植物



1. 自然を部屋に持ち込む。

「空間の印象を変えたいと思ったら、まずは小さな植物を置くのがオススメ。苔玉ひとつでも、生き生きとした景色になりますよ」。生きものだから、毎日変化して、手をかければちゃんと反応もある。家の中で自然を愛でると、日常に癒しが生まれます。



庭師 伊藤哲也さん



芯光庭苑

自然素材を活かして、四季や経年の変化を楽しめる、大小さまざまな庭空間を作っています。

●しんこうていえん ☎042-313-3397 東村山市恩多町1-27-26 9:00~18:00/日曜、祝日定休 MAP P14B2

Sake 日本酒



Organic food 自然食



4. 物語のある地酒を選ぶ。

醸し方で味いや香りが変わる日本酒は、選び方を大事にしたい。「一緒に飲む人を想像しながら、蔵人のこだわりや想いなど背景にある物語も聞いてみてほしいです。好みに合わせた、会話のタネが発見できたり、晩酌がもっと豊かになると思います」。



酒店店主 関田将広さん



水新酒店

作り手の想いや産地の風土など、背景に物語のある日本酒やおつまみを各地から厳選しています。

●みずしんさけてん ☎042-306-2963 東村山市栄町2-37-8-103 10:00~20:00/月曜定休 MAP P14B2

5. 自然食で身体の声を聞く。

健やかな暮らしを考えるなら、まずは食を見直すのが基本。「最近では乳酸発酵に注目しています。オススメは身近な野菜で作れる「水キムチ」。旬の野菜を使うこと、多種多様な乳酸菌を摂取することは腸活の大事なポイント。体調がいいだけで、毎日の楽しさがアップします」。



カフェ店主 河合樹香さん



Commons Kitchen

旬の野菜でつくるケーキサレなどのグルテンフリー焼き菓子や身体にやさしいデリランチ(予約制)を提供。

●こもんず きッチン ☎050-3627-5353 東村山市久米川町4-15-20 11:00~17:00(売り切れ次第終了)/月・火・水曜定休 MAP P14A1

Photograph 写真



2. 家族の絆を写真に残す。

記念撮影は大切なひととの絆を深く感じさせてくれます。「当時の気持ちまで鮮明に思い出せる写真は、タイムマシンみたいなもの。額装やデジタルフォトフレームにして、毎日目にする場所に飾ると、家族をすぐそばに感じられて、すごく元気がもらえます」。



カメラマン
田島史絵さん



街の写真館 東村山

「ここに残る、写真体験」をコンセプトに家族・記念写真を撮影するほか、独自のフォトイベントも企画。

●まちなしんかん ひがしむらやま
☎042-402-8186 東村山市本町2-7-5 完全予約制 ▶MAP P14A1

Japanese tea 日本茶



3. 大切な人とお茶を飲む。

せわしなさから抜け出したいときこそ、日本茶の出番。「煎茶は約80℃に冷ましたお湯を急須に入れ、ゆっくり待ってから丁寧に淹れると、美味しいお茶になり気持ちも和みます」。急須があれば、道具は最低限でOK。ゆったり流れる時間に身をゆだねて心をリセットしましょう。



日本茶
インストラクター
紺野章子さん



茶かわせみ

お茶に合う和のお菓子と選りすぐりの器とともに、日本茶のさまざまな味わい方を堪能できます。

●ちゃかわせみ ☎042-392-5590 東村山市野口町3-42-18 9:00~17:30 (10~3月は~16:30) / 水・木曜日休 ▶MAP P14A1

Glass craft ガラス工芸



6. 工芸で暮らしにうらおいも。

ガラスの魅力は、光を透したときの輝きや影の美しさ。「そのままでも癒されますが、好きな絵柄を自分の手で彫刻すると、より特別なものになります。使うときは、ぜひ、光が入る窓辺や明かりの下で」。いつもの食卓でも、愛着のある器が気分をあげてくれます。



ガラス工芸教室
田代貴子さん



T'ARTONGLASS

サンドブラスト加工の教室や1日体験イベントなどを通してガラス工芸の魅力を発信しています。

●たあとんぐらす ☎042-341-1128 東村山市萩山町1-13-14ヴィラタシロ1F 9:00~18:00 / 月・水曜定休 ▶MAP P14B2

DIY renovation DIY

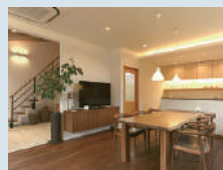


7. DIYで自分らしい部屋に。

好きなものに囲まれた部屋はやっぱり居心地がいい。「小物からでも、毎日使うものを自作してみてください。理想の感覚を手がかりにするのがコツ。温もりを感じたいから素材は木にしよう、とか」。やればやるほど上達して、楽しさが増していくのもDIYの醍醐味です。



工務店社長
袖野伸宏さん



大黒屋 木づつみ

DIYなどのワークショップを定期的で開催。高気密・高断熱を体感できるリノベーションモデルハウスも完成予定です。

●だいこくや きづつみ ☎042-397-0311 東村山市久米川町4-33-11 10:00~17:00 / 祝日定休 ▶MAP P14B1

会いに来て!

はじめましての

新しいお店

New Shops

話題になること間違いなしのニューショップが東村山市内に続々とオープン!
気になる地元プロジェクトをお伝えするピックアップコラムにも注目です。

2021年6月OPEN

Food

うまいもんや 学ちゃん

☎042-396-3331

「一丁目酒場学」が、名前も新たに移店リニューアル! フレンチ、ホテルコックなど30年間に築いた繋がりから仕入れる厳選素材を使用して創作料理をつくります。赤城牛の炭炙りは70gで990円。



東村山駅西口を盛り上げていきます!

●うまいもんや がくちゃん
東村山市野口町1-1-3
☎17:00~24:00/日曜定休
MAP P14A1



2021年9月OPEN

Food

東村山肉汁うどん メリケン

☎042-306-2455

武蔵野うどん店の開業は、祖母との思い出を大事にしていた社長の念願だったそう。粉もん文化に新しい風を吹かせたいと新メニューも積極的に考案中。定番の肉汁うどん・大盛り600gは900円です。



自社産の季節野菜の天ぷらも一緒にどうぞ!

●ひがしむらやまにくじろうどんめりけん 東村山市栄町1-1-18 ☎11:00~14:00、16:00~21:00/無休 MAP P14B2



Sweets

BARBE DE PAPA

☎080-1091-6831

西武遊園地で嬉しそうにわたあめを頬張る娘の顔を見て感動し、キッチンカーわたあめ屋の開業を決意。本来の甘味・酸味を味わえる果汁飴を使ったカラフルなわたあめ600円〜に、キッズも大喜びです。

●ばるぶでばば ②出店情報は公式HPやSNSで要確認。
<https://hiroaki7156.com/>



POPなわたあめで子どもたちを笑顔にします!



2021年6月OPEN

Cafe

KéFU COFFEE

☎042-306-0787

ちょっと変わった物件を扱う不動産会社が地域をもっと面白くしたいとカフェをスタート。オススメは、京都本店から届く旬の野菜スープと、お隣「MAU PAN」のパンを使ったアレンジセット1000円〜。

●けふこーひー 東村山市栄町3-32-17 ☎10:00~18:00/不定休 MAP P14A2



子育て世代にやさしい空間にもこだわっています。



2021年7月RENEWAL

Food

荒川肉店

☎042-391-0573

八坂商店街の老舗精肉店が移店&業務拡大でパワーアップ! 広がった冷蔵ケースには、お得な精肉盛合せなどの新商品や復刻した人気惣菜も新たに仲間入り。店舗裏に専用駐車場もできました。

●あらかわにくてん 東村山市栄町3-10-6 ☎9:30~18:30/火曜、第3曜定休 MAP P14B2



駐車場を活用した楽しいイベントも構想中です!



2021年9月OPEN

Food

麺屋 敬

☎090-9800-8887

二郎系ラーメン店で修行した店主が独立。野菜、ニンニク、背脂の量を好みで注文する王道スタイルを踏襲しつつも、特注麺やスープで独自の味わいに仕上げたラーメン780円にファンが続出しています。

●めんや たかし 東村山市萩山町2-2-1 あまいけ内 ☎11:00~15:00、17:00~22:00/不定休 MAP P14B2

二郎系以外のラーメンもご用意しています。



Bar DINING BAR ZONE

☎042-306-2099

本場のパブの趣がある店が久米川に開店。店内奥にはシミュレーションゴルフを設置し、あそび場としての機能も。開店前にSNSで公募したというメニュー、シカゴピザ1400円が一番人気です。

●だいにんぐ ばーぞん 東村山市栄町2-28-12 Rビル1F
 ◎11:00~15:00、17:00~24:00
 /不定休 **MAP** P14B2



2021年11月OPEN

Food やきとり とりまる

☎042-391-2655

東川口からの引っ越しを機に移転したやきとり店。モダンな内装ながら、カウンター一席がメインで会話も楽しめそう。オススメは、丸鶏の出汁から丁寧に作る秘伝タレと相性抜群の自家製つくね1本198円です。

●やきとりとりまる 東村山市栄町1-12-5 ◎17:00~23:30
 /火曜定休 **MAP** P14B2



2021年12月OPEN

Life E カンターレ

☎080-3080-7058

舞台歌手や講師として活躍してきたえっちゃん先生が気軽に音楽を楽しめる場づくりをとらいた音楽教室。歌をはじめ、多様な音楽を学べるほか、ピッチャーで参加できる不定期のワークショップも。

●いーかんたーれ 東村山市本町4-12-54 メゾントムビル1F
 ◎10:00~21:00/月曜定休 **MAP** P14B2



2021年12月OPEN

Life ピースフル アセット マネジメント

☎042-313-3490

大手不動産会社や建築事務所を経て、地域密着の不動産コンサルタントとして独立。「寄り添うこと」をモットーに、どんな困りごとでもオーダーメイドで診断し、専門家との連携で最適な提案をします。

●びーすふるあせつとまねじめんと 東村山市本町1-20-18 ◎24時間対応/水曜定休 **MAP** P14A2



2022年2月OPEN

老舗駄菓子屋の想いをつないで きんようびのきりん館

惜しまれながらも閉店した駄菓子屋「きりん館」がニュースタイトルで復活!毎週金曜、近所のママたちが古民家のお庭でのんびり営業中です。

東村山市久米川町4-46-1 百才 ◎14:00~17:00頃/
 金曜のみ営業(臨時休業あり) **MAP** P14A1



2021年
10月
OPEN

子どもたちの絵で世界にひとつだけの アイスクリームを 東村山愛す

東村山の食の魅力を届けるアイスクリームが新登場!市内の子どもたちが描いたフタの絵がとってもキュート。地元産青果の限定味も続々と開発中です。

東村山市栄町2-21-26 (久米川漁港あごびけ鮮魚屋台内) ◎11:30~24:00
 /不定休 **MAP** P14B2



2021年
4月
ON SALE

野火止用水の憩いスポットが アップデート! 恩多野火止水車苑

長年止まっていた水車の改修工事が行われ、憩いの場が復活。地元の方たちの寄付により、伐採樹木を使ったベンチも設置されています。

東村山市恩多町3-32-3 ◎水車は9:00~18:00に稼働(季節により変動あり)/無休 **MAP** P14B2



2021年
7月
RENEWAL

みんなの感謝が カタチになりました! 志村けんの像

国内外から集まった多くの支援のもと、志村けんさんの等身大銅像がついに完成し、早くも名スポットに!遠方からもたくさんの方が訪れ、親しまれています。

東村山市本町2 ◎見学自由 **MAP** P14A1



2021年
6月
RELEASE

うれしい、たのしい 地元からのお便り **Pick Up!**



美容室

美容室 Ann's garden

築57年の平家の古民家を改装した隠れ家サロンです。あたたかい陽が差し込み、どこか非日常的で、贅沢な時間を過ごしていただけます！

●びょうしつ あんず がーでん ☎042-306-2019
●東村山市恩多町3-22-5 ☎09:30~17:00/月曜定休
●MAP P14B2



植木

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 きずな ☎080-2235-7002 ●東村山市富士見町4-13-2 ☎08:00~18:00/無休
●MAP P14A2



屋根・雨どい工事

ウチノ板金

屋根や雨どいの修理・メンテナンスなどの工事を誠実に承ります。ドローンを使ってリアルタイムで状態を確認できる無料点検サービスも。

●うちのぼんきん ☎042-391-5251 ●東村山市久米川町5-8-40 ☎08:00~18:00/日曜定休
●MAP P14B1



鍼灸・整体

はりきゆう・体メンテナンスうん治療院

衛生管理とプライバシーに配慮した女性専用の治療院です。木に包まれた心地よい空間で、一人ひとりに合わせた最適な施術を行います。

●はりきゆう・からだめんでんす うんちりょういん ☎070-5577-1621 ●東村山市野口町4-42-66 ☎09:30~17:00 (土曜は14:00~16:30)/月・水・日曜、祝日定休
●MAP P14A1



エネルギー

エネックス

地域内で電気をまわす、スローエナジーを実践しています！電気代とCO2を削減できる、お財布にも環境にもやさしい電気を届けています。

●えねくす ☎042-397-5111 (お客様サービスセンター) ●東村山市本町2-19-4 ☎09:00~17:00/無休
●MAP P14A1



ピッツア

ピザか屋 Encuentro

石窯で焼くナポリピッツアとワインが看板の洋食居酒屋です。外はパリッと香ばしく、中はアツアツももちのマルゲリータ968円がオススメ！

●びざかや えんくえんとろー ☎042-313-0570 ●東村山市栄町2-30-5 ポロニア1F ☎07:00~24:00/不定休
●MAP P14B2

むらのわ

サポーターズ



不動産

かえる不動産

地元の住宅事情を熟知した地域密着型の不動産会社です。小さなことでも気軽に相談できる友だちのような存在になれるよう不安に寄り添います。

●かえるふどうさん ☎042-391-1020 ●東村山市栄町2-30-10 ☎010:00~19:00/水曜定休
●MAP P14B2



ふすま張替

金沢屋 秋津・清瀬店

ふすま、網戸、障子などの張り替えや新調を行っています。数百種の見本から選べるふすまは1枚1650円〜。見積り無料、お気軽にご相談ください。

●かなざわや あきつ・きよせでん ☎0120-479-063 ●東村山市恩多町4-25-40 ☎09:00~19:00/無休
●MAP P14B2



唐揚げ

カリッジュ 東京番号店

地元育ちの店主が営む唐揚げ専門店。一つひとつの工程は徹底的にこだわり抜かれ、カリッとジューシーを両立！もも5個入り480円〜。

●かりっじゅ どうきょういちごうでん ☎042-306-3229 ●東村山市栄町3-15-20 ☎011:00~20:00/水曜定休
●MAP P14B2



リフォーム

菊池工業所

水まわりから全体のリフォームまで、お住まいの「困った」を「よかった」に替える最良のご提案を心がけています。HPにてセール情報掲載中。

●きくちこうぎょうしょ ☎0800-222-5277 ●東村山市久米川町3-15-1 ☎08:00~18:00/日曜、祝日定休
●MAP P14B1



カフェ

Kitchen neco

夫婦で営む自宅の一部を開放したカフェ。地元の新鮮な野菜をたっぷり使った料理や、キャロットケーキなどのお菓子を丁寧に作っています。

●まっちゃんねこ ☎042-306-4472 ●東村山市久米川町3-27-8 ☎011:30~17:00/火・金・土曜定休 (臨時休業あり)
●MAP P14B1



リフォーム

グッドジョブ

400種以上の色見本から選べる自社職人による外壁・屋根塗装や、キッチン・浴室・トイレ・給湯器など水まわりの改修を丁寧に行います。

●ぐっどじょぶ ☎0120-303-482 ●東村山市廻田町4-7-2 ☎09:00~17:00/日曜定休
●MAP P14A2



鍼灸院・
整骨院

久米川ひかり鍼灸院・整骨院

患者さんの痛みに寄り添い、根本の解決を目指して日常の動作からアプローチします。猫背・骨盤矯正など、個人に合わせて治療を計画します。

●くめかわひかりしんきゅういん・せいこついん ☎042-306-1883
●東村山市栄町1-9-12 ☎9:00~13:00、15:00~20:00(木曜午後、土曜午後は予約制) / 日曜、祝日定休 イMAP P14B2



動画・
チラシ制作

HIRAKAWA PROJECT

映像制作やチラシのデザイン、イベント企画などを手がける制作会社。ZoomサポートやYouTubeの運営、映像記録などの動画コンテンツが強みです。

●さんぶろじえくと ☎080-3518-4727 ●東村山市野口町1-1-3 エケベリア内 ☎9:00~18:00 / 日曜、祝日定休 イMAP P14A1



キッチン
カー

shop mimi となかい食堂

みらい東村山新鮮館や東久留米卸売市場などに出没しています。旬の具材も取り入れた揚げたての天丼は750円。レンタルルームなども運営。

●しよっぷみみ となかいしょくどう
☎080-9680-0303 ●東村山市栄町 イMAP 出店場所はSNSなどで要確認



造園

心光庭苑

自然素材を使って、豊かなひとときを過ごせる庭空間を造っています。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1-27-26 ☎9:00~18:00 / 日曜、祝日定休 イMAP P14B2



写真館

スタジオ東光

人生の『たからもの』になるような写真を真心込めて撮影するスタジオです。加工やダビングなどの対応も、お気軽にご相談ください。

●すたじおとうこう ☎042-397-3221 ●東村山市栄町2-20-43 ☎9:30~18:30 / 水曜定休 イMAP P14B2



リフォーム

セイエイ建設

水まわりの改修をはじめ、バリアフリー住宅への多様な要望にも応えるリフォーム屋です。地元の機動力を活かした柔軟な対応も強み。

●せいえいけんせつ ☎042-393-9745 ●東村山市本町1-10-26 ☎8:00~18:00 / 日曜、祝日定休 イMAP P14A2

「むらのわ」は、ひとのわを伝えたいというコンセプトに共感してくださった地元サポーターズの事業者さま・企業さまに支えられています。感謝の気持ちを込めて、読者の皆さんに向けたメッセージをご紹介します。

アイコンカラー凡例

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



葬儀

セレモニーSAKURA

ご遺族の気持ちに寄り添いながら、あたたかく見送る時間をつくることを心がけている葬儀屋です。式場をはじめ、細かい要望にも応えます。

●せれもにーさくら ☎0120-17-7676 ●東村山市栄町1-24-1-601 ☎24時間対応/無休 イMAP P14B2



ガラス
工芸

T'ARTON GLASS

サンドブラスト加工専門のガラス工芸店です。色被せ江戸硝子を好みの柄に加工できる体験教室も開催。4・5月は直接申込み限定で2000円割引も。

●たあとんぐらす ☎042-341-1128 ●東村山市萩山町1-13-14ヴィラタシロ1F ☎9:00~18:00 / 月・水曜定休 イMAP P14B2



新築・
リフォーム

大黒屋 木づつみ

「永く安心して暮らせる家づくり」がモットー。日々の疲れを癒し、明日の活力を蓄える空間となるように、お客さまの声に耳を傾けます。

●だいこくや きづつみ ☎042-397-0311 ●東村山市久米川町4-33-11 ☎10:00~17:00 / 祝日定休 イMAP P14B1



植木

多摩ガーデン

個人宅の庭木の剪定を中心に「お手入れ」を専門としている植木屋です。些細なことでもお気軽にお問合せください。見積り無料。

●たまがーでん ☎042-397-0314 ●東村山市秋津町5-38-72 ☎8:00~17:00 / 不定休 イMAP P14B1



カフェ

八福豆

日替わりピザやあんみつなどの手作りメニューが人気の和カフェ。グリーンがおしゃれな2階の個室は隠れ家的でオススメ!テラス席も。

●はちふくまめ ☎042-306-3566 ●東村山市野口町4-27-1 ☎11:00~20:00 / 月・火曜定休 イMAP P14A1



エステ・
整体

ひろみ整体院×Mlaboサロン

明るくゆったりした空間で、健康につながる癒しの施術・エステを提供するサロンです。餅つきや音楽ライブなどのイベントも不定期で開催。

●ひろみせいたいいん×えむらぼさろん
☎090-2177-0535 ●東村山市青葉町3-21-4 ☎10:00~20:00 (完全予約制) / 不定休 イMAP P14B1



建材屋

細淵建材

創業60年を超える建材店です。建築材料をはじめ、駐車場に敷く砕石やライン引き用石灰などを販売。土の処分の受付も行っています。

●ほそぶちげんざい ☎042-395-0246 東村山市本町1-12-09 ☎07:30~17:30/日曜、祝日定休 ▶MAP P14A2



ソース・ドレッシング

ポールスタア

無添加にこだわるソースメーカーが4種のドレッシングを新発売。「バーニャフライダ」は、サラダはもちろん魚のフライにも相性抜群です。

●ぼーるすたあ ☎042-395-0554 東村山市久米川町3-28-2 ☎09:30~16:30(工場直売所)/土・日曜、祝日定休 ▶MAP P14B1



本・雑貨

丸山書房

書籍はもちろん、文具や雑貨コーナー「&meena」もある楽しい書店。さまざまなイベントを企画するなど、まちを元気にする活動もしています。

●まるやましょぼう ☎042-391-0929 東村山市栄町2-8-1 ☎10:00~21:00/無休 ▶MAP P14B2



美容院

Mi-Na

「生涯美容」をコンセプトに癒しを提供する美容院。丁寧なカウンセリングとともにスパや頭皮ケアなどを行い、ミドル層女性の悩みを解決します。

●みーな ☎042-402-8904 東村山市久米川町4-7-4 SAKURA GARDEN 1A ☎09:30~17:30/第1・3・5日曜定休 ▶MAP P14B1



店舗・住宅デザイン施工

夢見空間

アパレル業界に長く身を置いた経験から得た空間創りを得意とします。仕事に生活に、少しの非日常を加えたりフォームをしてみませんか？

●むげんくうかん ☎042-306-0136 東村山市恩多町3-22-19 ☎08:30~18:00/日曜、祝日定休(土曜は不定休) ▶MAP P14B2



ヘルスケア

ラビッツ村「らびっこキャラバン」

お弁当の受注販売会や駄菓子屋、フリマを月1で開催。バーチャル「ラビッツ村」(こども自習室、思考整理の部屋など)の運営もスタート。

●らびつむら「らびっこキャラバン」☎042-399-3440 東村山市栄町2-31-36 ☎10:00~18:00/土・日曜、祝日定休 ▶MAP P14B2

「むらのわ Information」 次号は、2023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>

2022年12月31日着分までの方から先着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

むらのわサポーターズも募集中!

本誌「むらのわ」は、市内公共施設や産業・観光案内コーナーなど、80カ所以上で無料配布しています。次号の発行にともない、広告を掲載いただけるサポーターズ(事業所さま・企業さま)を広く募集します。ご興味ある方は、下記アドレスまでご連絡ください。
info@muranowa.com

※本誌掲載のデータは2022年2月現在の情報です。 ※消費税込みの価格(発行日時点)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。

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

どのように変わったか具体的に教えてください。

4 次号の企画にご協力ください。

●東村山の残したい風景や場所を教えてください。

●行きつけのランチスポットやカフェを教えてください。

●あなたが思う東村山のこだわりの逸品を教えてください。

5 今後、取材してほしい施設・店舗など、ご要望やご意見を記入ください。

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

※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)。

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、黒焼そば・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。日常を放つようなローカルさんぽが楽しめます。普段着のままで、「たのしみむらやま」なまちを訪ねよう。



東村山の場所

人口：約15万人
※2022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32分

池袋駅から
西武池袋線急行で秋津駅まで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178円
小学生 90円/1C運賃89円
回数券(12枚つづり) 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) 180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178円
小学生 初乗り90円/1C運賃89円

※支払い方法は、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

詳しい路線図や時刻表などは、
東村山市公共交通マップをご覧ください→



主な行事・イベント

| | | |
|-----------------|---------------------------|------------------|
| 1月上旬 | 東村山市消防団出初式 | 東村山駅東口 |
| 4月上旬 | 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 SAYAMA HILLS DAY | 正福寺地藏堂 都立狭山公園 |
| 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 |

※イベントは変更・中止になる場合があります。お出かけの際は事前に確認されることをおすすめいたします。

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施設で配布しています。



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

農産物直売所のほか、農業体験農園などを紹介。令和3年度に改訂版を発行



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

旅の情報

① 東村山市 産業・観光案内コーナー

東村山市野口町1-46 東村山市民ステーション サンプルネ 2F ☎9:30~18:00/月曜定休(祝日の場合は翌日)

② 多言語観光情報サイト

『Guidoor』(ガイドア)

<https://www.guidoor.jp/cities/3839>



郵便はがき

1898790

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

切手を貼って
ください

「むらのわ」アンケートにご協力ください

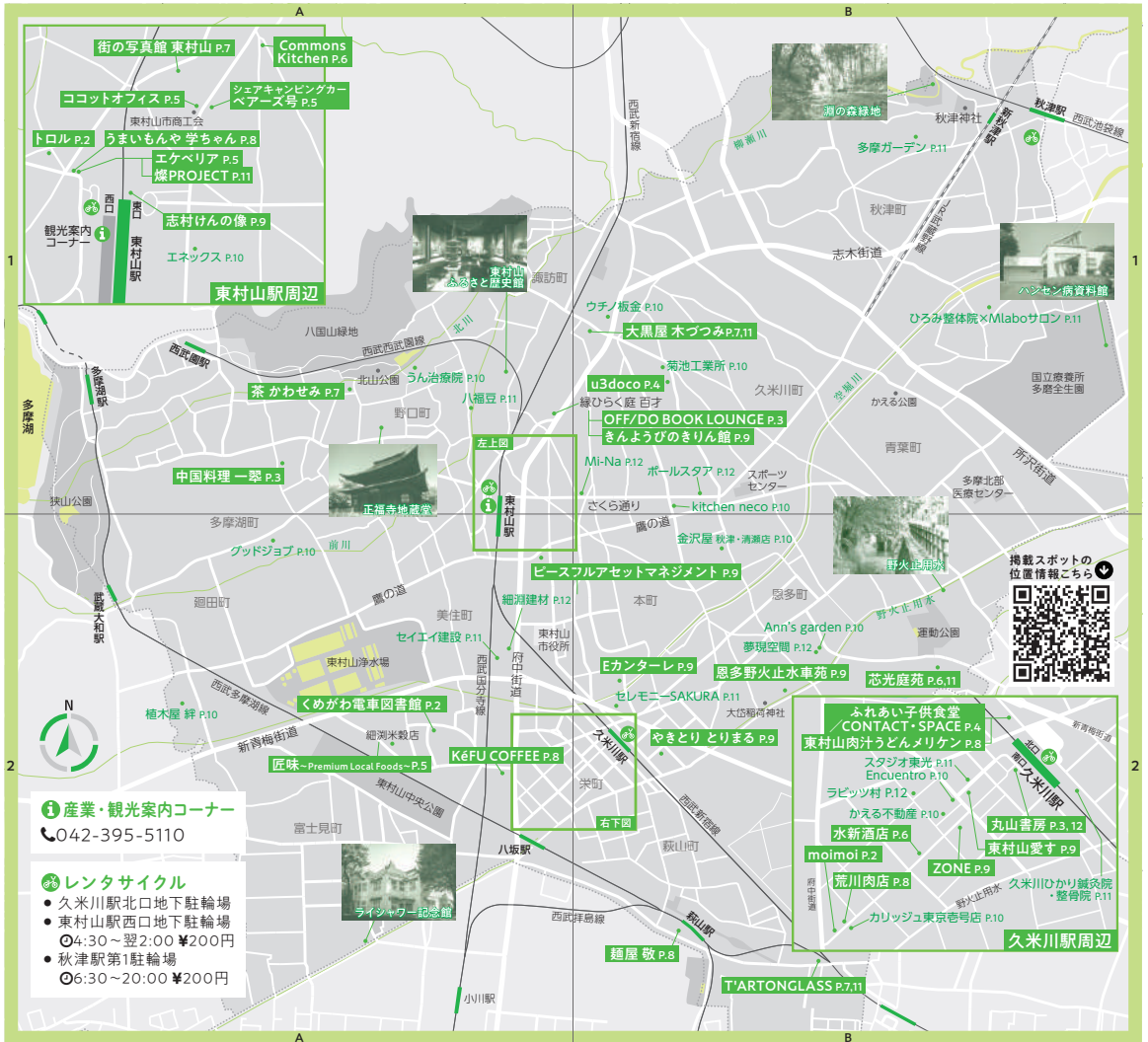
1 「むらのわ」Vol.4 をどこで入手されましたか？

- 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

- この度、自分事業ははじめました。 暮らしを楽しむ7つのコツ
 はじめましての新しいお店 むらのわサポーターズ
 矢部太郎さん×やべみつさんのりさん 特別インタビュー

その理由や感想をご記入ください。



むらのわ Vol.04

2022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

お問合せ | ☎042-394-0511 (東村山市商工会)

✉ info@muranowa.com

表紙写真: 矢部太郎さん、やべみつのりさん、トロルの練さん、しんたくん

表紙撮影: 街の写真館 東村山

©2022 Muranowa all rights reserved ※本誌記載内容の無断転載はご遠慮ください。

東村山に暮らす ひとのわを伝えます。

東村山駅の高架化工事が進み、まちの風景が変化しています。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、次の世代へと引き継ぎたい。

「むらのわ」は、そんな東村山に暮らすひとのわを重ね伝えていく地域情報誌です。