

新宿

新宿区の
情報誌

plus

vol. 21
2025
AUTUMN-WINTER
FREE

SPECIAL FEATURE

専門店で见つける私の“好き”

Shinjuku Gourmet

新宿で見つけた!とっておきのパン

SHINJUKU de NIGHT

夜の高田馬場

with マーティ・フリードマン



何か新しいことを始めたい。そんな気持ちに応えてくれるのが専門店。道具選びから使い方のアドバイスまで、頼れるプロがいて、初めてでも安心。今回は、新しい「好き」に出会うきっかけをくれる、新宿の専門店をご紹介します。

新宿の

専 門 店 で

見 つ け る

私 の “ 好 き ”

新宿 ヤマトコーヒー店

新宿駅周辺



1946(昭和21)年創業。かつてはお茶の専門店だった老舗が、今では自家焙煎コーヒーの名店として全国の愛好家を魅了しています。世界各国から選り抜かれた豆が常時50種類以上そろい、サイフォンやミルなどの本格的な器具も並びます。量販店ではなかなか出合えない豆や道具選びを、一人ひとりの好みに合わせて店主がサポートしてくれます。初めての人も飲みやすい「ジャーマンロースト」は深みのある香りとまろやかな甘みで、朝食やスイーツとの相性も抜群。100gから購入できるので、気軽に試してみてもいい。

コーヒーはドリッパーとペーパーフィルター、挽いた豆さえあれば、気軽に始められます。気分転換や朝のひとときに、本格的な味わいを楽しんでみて。



店長 山本 剛正さん



店長おすすめ
ビギナーセット



ジャーマンロースト 100g 750円
ドリッパー 330円～
ペーパーフィルター 175円～

◎ 新宿区新宿3-17-11

☎ 03-3352-5055

🕒 11:00～20:00

📍 元日

MAP P.20-21 D-2



01
♡
手軽に始める”好き”

ホビーセンターカトー東京

落合



ジオラマくん
5,500円



旅するNゲージ
赤い電車「デハ268」
5,500円

店内には、入門キットや
スターターセットなども
豊富にそろえています！



スタッフ
阪井さん

小形の鉄道模型・Nゲージの老舗トップメーカーKATOの直営店。世界中からファンが訪れる名所です。1階は広いショールームと大規模で精巧なジオラマ、2階は運転体験ができるジオラマや初心者向けワークショップスペースがあり、週末には多くの人で賑わいます。おすすめの「ジオラマくん」は、手のりサイズのジオラマ作りを手軽にはじめられる入門キット。作った線路をつないで実際に車両を走らせることができるので、Nゲージ初心者にもぴったりです。

◎ 新宿区西落合1-24-10

☎ 03-3954-2171

🕒 月～金 11:00～20:00 /

土・日・祝 10:00～19:00

※2F修理カウンターは毎日19時まで

※年末年始(臨時休業あり)

MAP P.25 A-1



新宿オカダヤ本店

新宿駅周辺



2025年春に旧店舗の隣の新ビルへ移転。6階から10階までの5つのフロアは、圧巻の品揃えと広さで楽しめる手芸のテーマパーク。プロのクリエイターや服飾学生、ハンドメイド作家におすすめの材料はもちろん、小物キットや、初心者でも挑戦しやすい入門向けキットも充実しています。6階の毛糸売場には色とりどりの毛糸がずらりと並び、品揃えは日本最大級。迷ったら素材や編み方に詳しいスタッフが相談に応じてくれます。手芸の材料を手に取りながら、作品のイメージが膨らむ時間も楽しいひとときになりそう。

◎ 新宿区新宿3-23-17 新宿オカダヤTFビル6～11F

(11Fはレンタル工房)

☎ 03-3352-5411

🕒 10:30～20:30

📍 不定休

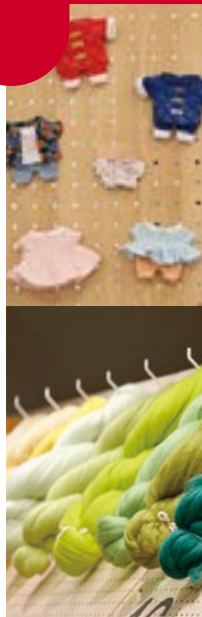
MAP P.20-21 D-2



初めてなら、小さなポーチ
作りがおすすめ！編み物
をしながら自分時間を
楽しめます。



かぎ針 1,100円
コットン毛糸1玉 242円



02 ♥ 新宿で“好き”さがし



世界中のマニアが集う、ビートルズの聖地

ビートルズ研究所

高田馬場



本物の直筆サインや初版レコードはもちろん、販売当時の限定グッズなど、ビートルズづくしのレアアイテムがそろいます。テレビ番組にも出演している鑑定士・本多康宏さんが35年以上世界中から集めてきたアイテムは、プロの目利きで検証された貴重な品ばかり。コレクションの背景がわかる解説や、月替わりの展示も開催されています。詳しくない方でも安心して楽しめる雰囲気、ビートルズの奥深い世界にじっくり浸れます。



鑑定された本物
ビートルズの直筆サイン

“音楽”を超えて
“文化”としての
ビートルズを
堪能してください！



主宰 本多 康宏さん

◎ 新宿区下落合1-3-16 ジョリーメゾン407

☎ 03-3366-5661

◎ 12:00~20:00 (日・祝は~19:00)

Ⓜ 火・水 (祝日は営業)

MAP P.22-23 A-1



一生モノの一本に出会える

新宿5景シリーズ

KINGDOM NOTE

新宿駅周辺



高級筆記具を取りそろえるキングダムノート。店内に一步足を踏み入ると、ずらりと並ぶ万年筆に圧倒されます。扱う筆記具は約2,500種で、なかでも万年筆は約1,500種と圧巻のラインアップ。インクも約700種と都内トップクラスの品ぞろえを誇り、新宿のまちをインクで表現した「新宿5景シリーズ」などのオリジナルアイテムも充実。中古の貴重な筆記具も豊富で、一期一会の出会いも楽しみのひとつです。

万年筆ならではの書き心地の違いを試せるのが嬉しい。



インク 2,200円
万年筆 22,800円
ペンケース 23,100円



◎ 新宿区西新宿1-14-11 Daiwa西新宿ビル1F

☎ 03-3342-7911 ◎ 11:00~19:00

Ⓜ 年中無休

MAP P.20-21 C-3



専門店

紀州梅干 味覚庵

落合



梅干しの名産地、和歌山県のお土産メーカー・マルヤマ食品の直営店。1粒数百円の高級梅干や、梅を使った和菓子など、ここでしか手に入らない逸品がそろいます。梅干は、昔ながらの塩だけで漬けた塩分20%の白干梅から、塩分5%のフルーティーなうす塩梅まで8種類。専門知識を持つスタッフが好みに合わせてびったりの一粒を導いてくれます。贈り物にも、自分へのご褒美にもおすすめです。



店内には梅干しを使ったユニークなお菓子も



桃×梅(ももうめ)
スタンドパック
864円

◎ 新宿区中井1-1-10

☎ 0120-60-2340

◎ 9:00~19:00

Ⓜ 日・祝

MAP P.25 A-2





ソウクン 薫り創作専門店 Sokun

神楽坂



オリジナルの香り作りができる完全予約制のお店。最大75種の香料から好みを選び、調香のプロと一緒に理想の香りを作り上げます。香りは時間の経過とともに変化し、その奥深さも体験の一部。出来上がったフレグランスは、香り付きカードとともに持ち帰れます。大切な人と記念の一本を作るもよし、香りづくりの世界に浸るもよし。落ち着いた空間で、自分らしさを香りに閉じ込めてみませんか。

香りを通して自分らしさを見つけられます！

店長 長島 千夏さん

香り作り体験プレミアムプラン (90分)
9,000円
瓶には好きな名前や写真を入れられます

◎ 新宿区神楽坂3-2 林ビル403
☎ 070-9080-8259
◎ 10:00~21:00
※要予約
Ⓜ 不定休

MAP P.22-23

F-2



ワークショップは、初めての方でも気軽に参加できます。



石けん素材でつくられた造花

造花を使ったアレンジメントを楽しむ



フレント 東京堂 CFL Store flent

四谷



1926 (大正15) 年創業当時から、造花を専門に扱う老舗商社・東京堂の直営店。長年プロのフローリストや装飾業界に愛されてきた本格派の品ぞろえ。店内には本物と見間違えるほど精巧な造花やブリザードフラワー、ドライフラワー、花びんなどがそろいます。ウェディングブーケや店舗装飾などのオーダーメイドのほか、初心者向けのフラワーアレンジメントキットやワークショップも充実。気軽に季節の花を暮らしに取り入れられます。



造花のラウンドブーケ



◎ 新宿区四谷三栄町12-13
◎ 10:00~17:00
Ⓜ 土・日・祝

MAP P.24

B-1



アルパージュ

神楽坂



フランスやスイスの山小屋まで足を運び、本場でナチュラルチーズの奥深さを学んだ店主が営むチーズ専門店。世界中から仕入れた約200種類から、味わいの特徴や成熟度、食べ方に合わせてぴったりの一品を提案してくれます。ビールやワイン、日本酒と相性のよい「昌 大田原チーズステーション」、濃厚でクリーミーなオランダ産の「デルフト・ブルー・チーズ」など、自分好みにぴったりのチーズが見つかるはず。



昌 大田原チーズステーション
デルフト・ブルー・チーズ

◎ 新宿区神楽坂6-22
☎ 03-5225-3315
◎ 日~水 11:00~18:00 / 木~土 11:00~19:00
Ⓜ 年末年始

MAP P.22-23

E-2





ボードゲーム



テンビリオンポイント

神楽坂



店主考案のテンビリオンポイント・オリジナルマッチ箱サイズゲームは購入もできる (550円)

ふらっと立ち寄り、気軽に対戦できるボードゲームカフェ。店内にならぶボードゲームの中から気に入ったものを選び、何種類でも遊べます。世界中で人気の名作からめずらしい同人ゲームまで、その数約900種類。ルールが複雑な作品も経験豊富なスタッフがていねいに解説してくれるので初心者でも安心です。グループ利用はもちろん、相席もOK。ゲームを通せば、初めて会った人とも自然と仲間になれる不思議な空間です。落語家とゲームが楽しめる企画など、イベントも多数開催しています。

カフェバーだけでの利用もできるので気軽ににお越しくださいね。



店長
檜垣 洋介さん

〒新宿区天神町68-3 橋本ビル2F

☎ 03-3528-9989

🕒 月～金 19:00～24:00 /

土・日・祝 13:00～23:00

🚗 火

MAP P.22-23 E-2



／ さらにディープに ／

日本で唯一のパペット専門店

パペットハウス 神楽坂



手にはめて動かすハンドパペットや糸で操るマリオネット、口が動く腹話術人形など、国内外の作家による一点ものが並ぶパペットの専門店。店主が子育てをしている時に、人形遊びが心の交流につながることに感動したのが開店のきっかけだそう。鏡の前で動かしてみると、飾っているとときは違う“命の宿った”表情に驚かされます。糸繰り人形の購入者は、毎月開催している「マリオネットに親しむ会」にも参加できます。子どもから大人まで楽しめるパペットの魅力を発見してください。



店主 深沢 拓朗さん

〒新宿区下宮比町1-8

☎ 03-5229-6477

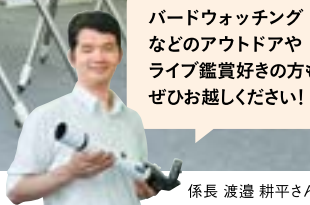
🕒 11:00～19:00

🚗 日・月

MAP P.22-23 F-2

望遠鏡体験
宇宙への扉をひらく、天体望遠鏡
双眼鏡

バードウォッチングなどのアウトドアやライブ鑑賞好きの人もぜひお越しください!



係長 渡邊 耕平さん

アストロ&バードショップ シュミット

落合



光学機器メーカー・サイトロンジャパンが取り扱う望遠鏡や双眼鏡を見て、触れて、相談できるショールーム。自社開発モデルから輸入品まで常時100種類以上が展示され、天文学者や観測マニアも足を運びます。月や土星などをのぞける体験コーナーもあり、初心者でも観測の魅力を体感できるのが魅力。ユニークな星空観賞用メガネや野鳥観察やイベント時におすすめの防振双眼鏡など、手軽に楽しめるアイテムもそろいます。



〒新宿区西落合3-9-19

☎ 03-6908-3112

🕒 10:00～18:00 🚗 日・月

MAP P.25 A-1



星空観賞用メガネ
「ステラグラス」
9,900円



見える景色が変わる、
中古フィルムカメラ



中古カメラ

新宿中古カメラ市場

新宿駅周辺



フィルムカメラを中心に、国内外の有名メーカーや他国のカメラやレンズを約3,000点そろえる中古カメラ専門店。オールドレンズや二眼レンズカメラなどの古く貴重なモデルから最近の製品まで、幅広くそろっています。個人コレクターが出品しためずらしいモデルや1960年代の名機などもあり、興味をひきつけられる品ばかり。撮りたい写真のイメージを店主に伝えれば、それに応じた1台を教えてください。コレクター心がくすぐられる専門店とっておきの1台をみつけてください。

操作の難しさも含めて楽しめるのが、フィルムカメラならではの魅力です。



店長
松川 大輔さん



購入後の修理対応にも柔軟で、機械式カメラのメンテナンスなども相談できます



◎ 新宿区西新宿1-13-2
松原ビル2F
☎ 03-3348-0118
🕒 10:00~20:00
📶 なし

MAP P.20-21 C-2



化石・鉱物



神秘に包まれた世界中の
化石や鉱物と出会う

東京サイエンス

新宿駅周辺



鉱物や化石を取り扱う東京サイエンス。ショーケースには世界各地から集められた希少な鉱物や、1000年以上前の化石が並び、その品ぞろえに圧倒されます。アンモナイトなどの自然が作った化石や、風景画のような模様が浮かぶ「パエジナストーン」など、ひとつとして同じものはありません。コレクションや研究としてはもちろん、自分でアクセサリーに加工したり、オブジェとしても楽しめます。自分だけのお気に入りを探してみてもいい。

標本ラベル付きの石や、自分で磨いたり発掘する体験キットも人気

どれを選んでも正解！
知的な好奇心がくすぐられますよ。

営業部長
中島 司郎さん

◎ 新宿区新宿3-17-7
紀伊国屋書店 新宿本店1F
化石鉱物売場
☎ 03-3354-0131
🕒 10:00~21:00
📶 なし

MAP P.20-21 D-2



Special
Breads

Shinjuku
Gourmet

新宿で見つけた! とっておきのパン

お店の扉を開けた途端、ふわりと広がる焼きたてパンの香り。こんがり色付いたバゲットや、つややかなクロワッサンなど、新宿には個性豊かなパンが勢ぞろい。ひと口食べれば、香ばしさとやさしい甘みが広がり、もう次のひと口が待ち遠しい。さあ、とっておきのパンを探しに行こう。

kei
て

香ばしいベーコンを存分に味わう

1
バゲット
330円

2

ベーコンエピ
380円

噛むほどに小麦の風味が広がる一本
噛むほどに小麦の風味が広がる一本

1・2

プロ御用達のパンが手に入る本格パン工房

ラ・バゲット 本工場店

新宿駅周辺

都内約200軒のレストランやホテルにパンを卸すパン工房。併設の直売所では、有名店で提供されるパンを手ごろな価格で購入できる。なかでも人気の「バゲット」は、小麦粉、塩、水のみを使用する無添加製法。低温でじっくり発酵させることで、外はパリッと香ばしく、中はおもちりとした食感に。大ぶりのベーコンが入った「ベーコンエピ」は、歯切れの良いハードパンとカリカリベーコンの歯ごたえが相性◎。売り切れ必至のため、午前中がねらい目だ。



〒新宿区新宿6-13-3
☎03-3352-8130
🕒月～金 11:45～19:00/
土・祝 12:00～18:30
🌞日

MAP P.20-21 E-2



新宿のパン文化は 「中村屋」からはじまった

新宿のパンの歴史を語るとき、はずせないのがカレーで知られている新宿中村屋。明治時代、創業者夫妻は初めて口にしたシュークリームに衝撃を受け、新しい菓子パンを思いついた。そうして誕生したのが、カスタードクリームをたっぷり詰め込んだ日本初のクリームパン。「日本三大菓子パン」の一つとして知られるようになり、120年以上経った今もそのやさしい甘さは新宿で受け継がれている。

スイーツ&デリカ ^{ボンナ} Bonna 新宿中村屋

📍新宿区新宿3-26-13
新宿中村屋ビル B1F
☎03-5362-7507
🕒10:30～19:30
🌞元日

MAP P.20-21 D-2



3・4

懐かしい味がなる街のパン屋さん

メジロパン

落合



ぼくたちを
さがしてね



赤い屋根と小鳥のマークが目印の、夫婦で営む街のパン屋さん。成形や焼き上がりの美しさにこだわって作られた、やわらかくてどこか懐かしいパンが多くなる。看板商品は、ふわふわのコッペパンに、北海道産じゃがいもを使い店内で揚げたサクサクのコロッケとキャベツを挟んだ「あの頃のコロッケパン」。マヨネーズと甘い中濃ソースの味付けで、老若男女に親しまれている。菓子パンのなかで人気なのは、ツイストドーナツの「ねじねじパン」。砂糖、きなこ、シナモンの3種類があり、シンプルな甘さとふんわり食感の、昔ながらのおいしさだ。

📍新宿区下落合4-26-4
☎03-6915-3276
🕒9:00~18:00
※売り切れ次第、営業終了
🚰水・木
MAP P.25 C-1



3 コロッケパン

290円

4 ねじねじパン

150円

ソースが染み込んだコロッケとふわふわのパンに、お腹も心も満たされる

Ta Ou

しっかり甘くてソフトな口あたり

5・6

フランス仕込みの本格ブーランジェリー

ル・コワンヴェール

Le Coin Vert

神楽坂

神楽坂の路地裏に佇むパティスリー＆ブーランジェリー。フランス出身のパティスリーシェフがつくる美しいケーキや焼き菓子が並ぶなか、フランスの伝統技術でつくられたパンもまた、多くのファンを魅了している。人気の「クロワッサン（フランボワーズ・ピスタチオ）」は、本場の味を忠実に再現するために、フランス産バターをふんだんに練り込んだ一品。サクサクとした生地の中層の中にしっとりとした食感が楽しめる。風味が爽やかなフランボワーズや甘みのあるピスタチオの濃厚なクリームがたっぷり入っていて、食べ応えも十分。



📍新宿区神楽坂2-20-14
☎03-6280-8270
🕒水～土 11:00～19:00/
日 11:00～18:00
🚰月・火
MAP P.22-23 F-3



5 クロワッサン フランボワーズ

490円

濃厚で香ばしいピスタチオの風味

ほのかに甘いサクサク生地とフランボワーズの甘酸っぱさがマッチ

6 クロワッサン ピスタチオ

510円



「きなこバターパン (240円)」は、とろっとしたきなこバターを包んだ甘いもの好きにはたまらないパン。きなこバターが冷めるとシャリッとした食感に変化し、二通りの味わい方を楽しめる。

「きなこ
バター
パン」
の
味



タピオカ粉入りの甘めの生地、本格キーマカレーがぎゅっと詰まった「もちもちキーマ (420円)」。スパイスの風味がガツンとくる辛口仕上げで、大人好みの味わい。/チャイ比バセット (1,150円)



老舗旅館で作る 味わい深い朝食パン 栄進館

四谷

1935 (昭和10) 年創業の旅館・栄進館が「朝食用にしているパンを地域の方にも楽しんでもらいたい」と開いたお店。館内のロビー脇にある特設スペースで、宿泊者でなくても購入できる。名物の「きなこバターパン」は米粉入りのもちりとした生地で、有機きなこ北海道産生乳バターを包んだ一品。全国の催事では毎日完売するほど人気だ。そのほかにも、季節の野菜を使った惣菜パンなど数種類。店内のイートインスペースでは、コーヒーなどのドリンクとともにくつろぎながら味わえる。



◇ 新宿区四谷坂町1-8
☎ 03-3353-0821
🕒 10:00~15:00
🌿 水・土・日
🚭 全席禁煙
MAP P.24 C-1



セルフで
楽しめる
ドリンクバー



スパイス香るチャイと インドカレーパン専門店 スパイシア Spicier

神楽坂

インドのスパイスに魅了された店主がオープンしたカレーパン専門店。カレーパンに使用するの、無添加にこだわって、たくさんの具材と約10種のスパイスを煮込んだ本格インドカレー。常時あるのはキーマカレーパンだが、ほうれん草カレーパンなど季節ごとのオリジナルカレーパンも見。外はサクッと、中はモチリの揚げたてカレーパンを味わおう。ホールスパイスと自家製の粗挽きスパイスをじっくり煮出したお店オリジナルのチャイもおすすめだ。

◇ 新宿区神楽坂3-2-33
芸者新道 Rosy
🕒 水・木・日 11:30~17:30 / 金・土 11:30~18:30
👉 クレジットカード・PayPayのみ
🌿 月・火 🚭 全席禁煙
MAP P.22-23 F-2



9月中は営業日とメニューが変更になる予定です。詳しくは店舗にお問い合わせください。



クミンやカルダモンなどのスパイスをふんだんに使用





角食FLAT 480円

家族で楽しめる ベーカリーカフェ フラット パンとコーヒー 馬場FLAT

高田馬場

「家族みんなで過ごせる場所に」との思いから、大人から子どもまで楽しめるパンを提供するベーカリーカフェ。ハードパンやソフトなタイプなど常時50〜60種類が並ぶ。使用する素材は100%国産小麦や北海道産の乳製品などを厳選。パンの生地は、甘みと発酵の香ばしさが際立ち、口に入れるとやさしい風味が広がる。昼時にはオープンサンドやハンバーガーなどが人気。店先のテラス席では、焼きたてパンとコーヒーを味わいながら、ゆったりとしたひとときを過ごせるのも魅力だ。

📍 新宿区大久保3-10 オレンジコート内
☎ 03-6205-5443
🕒 8:30〜19:00
🗓 第2月曜 🚭 全席禁煙
MAP P.22-23 B-2

🪑
20席



人気の「ミルクフランス (300円)」は、ハード系のフランスパン生地に、自家製の練乳クリームをたっぷり挟んだ一品。パンに切り込みが入っているのは、食べやすいようにという店主の配慮。/ドリンク飲み放題 (432円)



Eat
のんびり



ブルーベリー&
クリームチーズの
パウンドケーキ
350円

肉もパンも 主役のサンドイッチ ブッチ BUTCH sandwich

早稲田

肉の旨味を存分に味わえるサンドイッチ店。ジューシーなチキンや厚切りローストビーフに、新鮮な野菜を添え、香ばしい自家製パンやフォカッチャで挟んだサンドイッチは、ボリュームと満足感で、思わず笑顔になる。自家製パンは噛むほどに香りが広がり、具材との一体感が絶妙。ショーケースには日替わりのサンドや総菜パン、菓子パンも並ぶ。パンを選ぶところから、会計まですべてセルフ方式なのも新鮮。がっつり派のランチにもおすすめの一軒だ。

📍 新宿区早稲田鶴巻町545-3
🕒 6:30〜売り切れ次第終了
🗓 月・火 🚭 全席禁煙
MAP P.22-23 D-2

🪑
テラス
2席



季節の野菜がたっぷり入った日替わりサンド「粒マスタードソースしっとり大山鶏チーズグリル野菜サンド (600円)」。バゲットのハードな食感と、ボリュームたっぷりの具材で大満足。

多様な文化と歴史にふれる

Day Time



11:30

1 華士林の台湾ランチで パワーをチャージ!

まずは、東新宿駅すぐそばの台湾料理店・華士林へ。店内に入ると中華鍋の音と香ばしいにおいに包まれます。牛肉麺やスーラータン麺など定番メニューの中から選んだのは、人気のパイコー飯。タレに漬けこんだ豚肉をパリッと揚げた一品で、甘さの中にもスパイスが効いてる! おいしいごはんと気さくな店員さんの接客に、お腹も心も満たされました。台湾スイーツも自慢のようなので、次は絶対食べよう!

◎新宿区大久保1-2-18 2F
☎070-9062-0531
◎11:30~15:00/17:00~23:00
◎月 ※月祝の場合、翌日休
◎全席禁煙
MAP P.22-23 B-3



東新宿駅



16:00

6 オルタナティブ コーヒー ワークスでおみやげを

新宿淀橋市場を通りすぎた先に、コーヒー専門店を発見。焙煎所を併設したお店で、フルーティーなものからナッツやチョコレートの香りのものまで、種類が豊富。2、3ヶ月ごとに豆のラインナップが変わるのだそう。おみやげ用のコーヒー豆を家で挽いて飲むのが楽しみだな! 中煎りのブレンドコーヒーは、すっきりとした味わいで、歩きながら飲むのにもぴったり。

ブレンド(中煎り、深煎りの2種から選べます) 650円

シングルオリジン豆
雲南 200g 2,200円
※シングルオリジンは
仕入れ状況で異なります。



大久保駅



◎新宿区北新宿4-3-1
☎050-5362-0972
◎10:00~18:00
◎水 ◎全席禁煙
MAP P.22-23 A-2



多国籍な大人の夜の過ごし方

Night Time

17:30

7 プライマル イタリアンを堪能

半地下にある隠れ家のようなイタリアン・レストランへ。昆布出汁を取り入れた和テイストのイタリアンをお箸でいただく珍しいお店。旬の食材や店主の故郷・鹿児島産の食材を使ったメニューは、季節や仕入れに合わせた日替わりが基本なのだそう。まずはおまかせ前菜3種とグラスワインを一杯。カルパッチョやパスタなども堪能しました。やわらかな照明のなかゆっくりと食事ができて、親切で気さくな接客も心地よかったです。

おまかせ前菜3種
1,500円
グラスワイン
950円~



東新宿駅

◎新宿区新宿7-26-7
ビクセル新宿半地下
☎090-6716-3091
◎18:00~23:00
◎日 ◎全席禁煙
MAP P.22-23 B-3



ひろさんぽとよるさんぽ

東新宿 ・大久保を 歩けば。



多国籍の文化が入り混じる東新宿・大久保エリアは、韓国をはじめとするアジアのさまざまな食文化や音楽などが楽しめます。異国情緒たっぷりのレストランのほか、こだわりの専門店も多く、めずらしい食品やスイーツと出会えるのもこのエリアならでは。その一方で、史跡や文学館など日本独自の歴史や文化も点在している街。昼と夜の表情のちがいを楽しみながら、とびきりの出会いを見つけに出かけましょう。



Googleマップで
おさんぽコースを
チェック!



花のような形の
菓葉を模した
「ヤッカサンド」
チョコレート 580円
カプチーノ 610円



ヤッカサンドは
お土産にも
おすすめ♪

13:00

3 RÖZI coffeeで 甘〜い韓国カフェタイム

韓国らしいかわいらしさが詰まった人気のカフェで、ひと休み。木を基調としたあたたかな店内は、元タートスペースだったそう。名物のヤッカサンドは、韓国の伝統菓子・菓葉の形を活かした洋風の焼き菓子。かわいいビジュアルで、写真をパシャリ！フィナンシェのようなアーモンド風味の生地に甘いガナッシュクリームがサンドされていて美味しい！カプチーノと一緒にいただきます。

◎ 新宿区大久保2-32-6
◎ 月～金・日 11:00～19:00
土 11:00～21:00
◎ 年中無休
MAP P.22-23 A-2



12:45

2 小泉八雲記念公園 文豪の歴史に思いを 馳せながらのんびり

大久保通りを一本奥に入ると、花壇がきれいな公園が見えてきた。明治時代の文豪・小泉八雲の終焉の地に隣接する公園で、木陰には記念碑もありました。園内は小泉八雲の出生地・ギリシャをイメージしているらしく、石柱が白で作られていたり、すごく西洋的でおしゃれな公園。足を止めて、小泉八雲の人生に思いを馳せませう。

◎ 新宿区大久保1-7
◎ 4月～9月 8:00～18:00
10月～3月 8:00～17:00
MAP P.22-23 B-3



14:00

4 管楽器専門店ダクで 楽器演奏に挑戦

国内最大級の品ぞろえを誇る老舗の管楽器専門店にきました。トランペットやクラリネットなどの金管・木管楽器がずらりと並び、楽譜やアクセサリもたくさん！楽器をはじめてみたいと思っているので、まずは試奏。楽器レンタルもあるそうなので気軽に始められます。手軽にはじめられるし、店員さんが楽器についていねいに教えてくれます。地下のライブホールスペースDoでは、ライブやコンサートもしているのだそう。楽器の音色に触れられる楽しい空間でした。

◎ 新宿区百人町2-8-9
☎03-3361-2211
◎ 月～土 11:00～19:00
日・祝 10:30～19:00
◎ 第1・第3水曜日
MAP P.22-23 A-2



※レンタルのお申し込みは
Webサイトから

15:00

5 世界で唯一の俳句専門の文学館 俳句文学館で五・七・五を学ぶ

続いては、ちょっと知的な空間へ。俳句文学館は、俳句に特化したユニークな図書館。館内には、江戸時代から現代までの俳人の作品や資料がそろい、句集45,000冊、俳句雑誌270,000冊以上の閲覧できるそう。季節ごとの企画展示も開催しているんだって。親しみやすい解説もついていて、俳句に馴染みのない私でも一句詠みたくなるような刺激をもらえました！

◎ 新宿区百人町3-28-10
☎03-3367-6621
◎ 10:00～16:00
※第2金曜日は～19:30
◎ 木、年末年始、夏季休業、
臨時休館あり
MAP P.22-23 A-2



展示室、図書閲覧室は、
入室料 100円
※俳人協会会員は無料

20:00

3 パルー南米酒場 フンチャコ HUANCHACOで軽く一杯

さんばの締めくくりは、異国ムードたっぷりなパルー料理店で。スパイスが効いた本格的な南米の味が楽しめるらしい。看板料理のレモンが効いた爽やかな魚介マリネのセビチェミキストをおつまみに、ビスコサワーで乾杯！ラテン音楽が流れる店内はにぎやかで、店員さんとも自然と会話が弾みます。今日は楽しい一日になりました！

◎ 新宿区百人町1-24-8 新宿タウンプラザB1F
☎03-3368-2780
◎ 17:30～23:00
◎ 月 ◎ 全席禁煙
MAP P.22-23 A-3



19:00

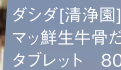
2 韓国広場で 本場の食材を手に入れる

お腹が満たされたら少しお買い物。韓国広場は、韓国の生鮮食品やお惣菜、お菓子、調味料など約3,000種類がそろうスーパーマーケット。ここでしか買えないオリジナル商品もあるみたい。簡単に韓国の味が再現できる牛骨だしの調味料と、韓国産のアワビが入ったアワビがゆを購入！どれも気になるものばかりで迷っちゃいます。

◎ 新宿区歌舞伎町2-31-11
☎03-3232-9330
◎ 8:00～22:45
◎ 年中無休
MAP P.22-23 A-3



[韓国広場]
アワビがゆ
550円



ダシダ[清浄園]
マッ鮮生牛骨だし
タブレット 808円



新大久保駅

今夜訪れたのは…

高田馬場

駅を降りるとにぎやかな街並、香ばしいスパイスのにおい……雑多なエネルギーが混ざり合っている高田馬場。激戦地として知られるラーメンやカレー以外にも、中華を中心に本場のアジア料理が味わえるグルメの街です。夜には、まばゆい繁華街を行き交う人々の笑い声や話し声が響くエネルギー感この街で、わくわくする時間に出会えます。



エンタメを自由に遊びつくす！ 夜の高田馬場

隠れた名店やエンターテインメントを求めて、新宿在住20年のギタリスト、マーティ・フリードマンさんとともに、夜の街に繰り出すSHINJUKU de NIGHT。後半となる今宵、マーティさんが普段からよく訪れるという高田馬場をめぐるしました。



思わず夢中になる！
レトロなゲーセン

高田馬場にはしょっちゅう来ていますよ。僕の近所で一番おもしろい場所ですね。その時作っている音楽を聴きながら歩いたりしています。アーケードゲームで遊べる「ナツゲーミカド in 白鳥会館（2025年7月閉店）」には何度も通っていたんだけど、「ゲーセンミカド in オアシスプラザ」は今回が初めて。中に入った瞬間から、なんだか空気が違いますね。80年代や90年代のレトロなビデオゲームがたくさんあって、昔に戻ったような雰囲気とゲームの音がいいですね！

僕は子どもの頃からアーケードゲームが好きで、特にピンボールのような体を動かして遊ぶフィジカルなゲームに惹かれます。音やライトがレトロなエアホッケーのゲームやカーレーシングゲーム、将棋のビデオゲームなど、いろいろプレイしました。プレイに集中していると、子どもの頃に夢中になっていた感覚が一気によみがえりますよ。

こんなゲーセンが身近にあったなんて驚きました。またふらっと立ち寄って、今度はじっくりプレイしてみたいですね。



高田馬場ゲーセンミカド in オアシスプラザ

1980～90年代の名作から最新作まで、ビデオゲームの今と昔を体感できるゲームセンター。対戦格闘やシューティング、音ゲーなど、往年の名作を体験できるラインナップに加え、店内では大会やゲーム配信イベントも行われ、世界中のファンから注目されている。ゲーム好きはもちろん、初めてでも気軽に楽しめる。

◎ 新宿区高田馬場4-5-10
オアシスプラザビル

◎ 10:00～23:30 ⑥ 無休

MAP P.22-23 A-1



ずらりと並ぶ
ゲーム機に感動！



マーティ・フリードマン

ギタリスト、作曲家、音楽評論家、音楽プロデューサー。1990年にアメリカのヘヴィメタル・バンド「メガデス」に加入し、ギタリストとして活躍。同バンド脱退後、2004年に日本に移住。世界各地でのライブ活動を中心に、日本ではタレントとしても活動の幅を広げている。



珍しいレコードだらけでびっくりです!

レコーズ・ハリー

国内外のロックやジャズ、シティポップまで、ジャンル豊富に中古レコードをそろえるショップ。ミュージシャンの郷ひろしさんが営み、豊富な知識で、初心者からコレクターまでお客さんを楽しませる。思わぬ掘り出しものとの出会いがあるかも。

📍新宿区高田馬場4-10-15

☎03-3365-0097

🕒13:00~20:00

🗺️MAP P.22-23 A-1



知る人ぞ知る!
お宝が眠る
中古レコード店

「レコーズハリー」に最初に来た時は、本当に偶然でした。散歩中に「ここ、入ったことないな」と思っ
て扉を開けたら、大正解。音楽活動もされているマスターがすごくフレンドリーで、マニアックなレコードの話もたくさんできたし、なによりコレクションの幅が広い!レコード好きにとっては、まさに宝の山です。僕はレコード屋さんでは、ジャケットをじっくり眺めたり、偶然の出会いを狙って知らない曲のレコードをあえて手に取ったりす

辛いもの好きも納得の やみつき担担麺

るのが好きなんです。ハリーには、レア盤やおもしろいレコードがたくさんあって、出会いの楽しさが詰まっています。また音楽の話をして来たいね。

最後に訪れたのは、「11区担担面」。僕はラー油のような辛いソースを常に持ち歩くほど、辛いものが大好き。今回食べたのは、気になっていた「11区担担面 汁なし」。山椒が効いたタレがしびれる辛さで、すごくおいしい!濃厚でやみつきになる味です。海外ツアー中は、場所によって辛いものが手に入らないこともあるけど、日本では本

とてもスパイシー。
大満足です!



高田馬場は、来るたびに新しい発見がある街。今回も、楽しい発見の連続でした。
僕の登場は今回で最後ですが、これからも大好きな街新宿の魅力力をどんどん見つけていきたいと思っています!

場の辛い料理が食べられるというお店がたくさんあってうれしい。店主さんは中国雑技団の団員だったそうで、中国のおもしろい話もたくさん聞きました。前に一度来た時は「麻婆豆腐」を食べたので、今度は「よだれ鶏」も食べてみたい。リピート決定です!



11区担担面

料理を通して中国文化を知ってもらいたいとの思いから、2022年にオープンした中国料理店。名物の担担面はもちろん、麻婆豆腐やよだれ鶏など中国・四川地方の料理を味わえる。四川の本格的な辛さとコクがクセになる「11区担担面 汁なし」は、本場の調味料を調合したオリジナルのタレが、味に深みを出し、ピリリと辛い山椒と絶妙にマッチ。辛党も満足のパンチある味わいと、落ち着いた雰囲気店内で、夜の一杯を楽しみたい時にぴったり。

📍新宿区高田馬場1-31-8 高田馬場ダイカンプラザ 2F

☎03-6233-7299 🕒11:00~15:00/17:00~22:00

🗺️日(不定休)

MAP P.22-23 A-1



11区担担面 汁なし
1,300円



西戸山公園野球場での火縄銃演武 [MAP P.22-23] A-2

百人町に鎮座する皆中稲荷神社。百発百中「皆中（みなあたる）の稲荷」と称される

[MAP P.22-23] A-2



江戸時代に実際に使われていた重厚な火縄銃を手に、甲冑をまとい隊列を組んで歩く鉄砲組百人隊行列（新宿区無形民俗文化財）。2年に一度、大久保・百人町で行われる「鉄砲組百人隊 出陣の儀」で、その姿を見ることができます。皆中稲荷神社の秋季例大祭に合わせて行われ、新宿の秋を彩る一大行事。神社の境内で行う出陣式を皮切りに、100名を超える鉄砲隊が町内を隊列を組んで行進し、戸山小学校や西戸山公園野球場など6か所で火縄銃演武を披露します。なかでもメイン会場の野球場では、約30名の同心がずらりと並び、一斉に火縄銃を発射。ズドンと、地鳴りのように響く火縄銃の轟き、立ち上る白煙、同心の一条乱れぬ所作のすべてが観る者の五感を揺さぶります。

鉄砲組百人隊のはじまりは、江戸幕府創設期にさかのぼります。1590（天正18）年、

江戸の心を受け継ぐ 鉄砲組百人隊 出陣の儀



9月28日（日）

第32回
鉄砲組百人隊 出陣の儀

詳しくはホームページを
ご覧ください。

新宿区無形民俗文化財にも登録されている
鉄砲組百人隊行列（文化財名称は「砲」）



江戸幕府
鉄砲組百人隊保存会

徳川家康が関東入りした際、服部半蔵を頭領とした鉄砲隊100人が家康の警護をしたと伝えられています。その後、大久保の地に駐屯することとなった百人組の屋敷は、間口が狭く奥行が長い間取り。約100戸が規則正しく連なる短冊の地割は、現在の町並みにその跡を残し、百人組に由来する「百人町」という町名も、今なお受け継がれています。

この鉄砲組百人隊の歴史を現代に伝えているのが、「江戸幕府 鉄砲組百人隊保存会」です。皆中稲荷神社での出陣の儀式は、明治維新を迎えてから途絶えていましたが、1961（昭和36）年に同神社の尽力により復活したといわれています。毎回本番に向けて約20日間、毎晩練習を行い、銃の整備や火薬の取り扱いなど、先人の知恵と技を大切にしながら、伝統を継承しています。

半世紀以上にわたって、大久保百人町の伝統行事として大切に受け継がれてきた「鉄砲組百人隊 出陣の儀」。その迫力と歴史を、ぜひ現地でご体感してみてください。

大久保つつじと鉄砲組百人隊

鉄砲組の任務は、將軍の警護や江戸城大手三ノ門の警備でしたが、戦いがなく時代が安定した頃からは、任務の傍ら屋敷の庭でのつつじ栽培の内職が認められました。屋敷で大切に育てられたつつじは浮世絵に描かれるほど町の名物となり、旺時には「大久保つつじ」と親しまれ、現在は新宿区の花にも選ばれています。



新宿の文化、芸術、歴史がわかるウェブサイト

新宿の魅力にアクセス!!



リンクする、新宿アート&カルチャー 新宿フィールドミュージアム

新宿のまちでは、音楽・美術・演劇・芸能・パフォーマンス・まち歩き・歴史探訪など多彩なイベントが日々開催され、多くの方々を楽しませています。観て、聴いて、体験して、感じて、新宿のまちの新しい魅力を見つけませんか。
たくさんのイベントをそろえて、お待ちしております。



WEBサイト



X (旧Twitter)

リアルな新宿の魅力を動画で発信!!!

新宿どこでもミュージアム



区内のライブハウス、劇場などの動画を配信!!!

Re:Shinjuku



新宿には歴史や文化に触れられるスポットがたくさん!

温故知しん!じゅく散歩



本サイトでは、新宿区の魅力的な文化財や施設、おすすめコースを簡単に検索できるほか、一部コース内の各スポットに「新宿クイズ」を掲載しています。クイズを解いて、文化財等の理解を深めながら、区内の見どころを巡ってみませんか。



新宿のまちの文化・歴史をたずねて
蕉屋重三郎と新宿ゆかりの文人たち



新宿の文化 原点をたどる

数多くの文化人が創作活動の拠点にした新宿。夏目漱石や林芙美子といった近代文学者の存在がよく知られていますが、江戸時代にはすでに文芸の名手が多く集まっています。

著を刊行するほど、互いを認め合う仲でした。



山東京伝作、北尾重政画
『堪忍袋緒の善玉』に描かれた
蔦重（国立国会図書館蔵）

その一人が、牛込中御徒町（現在の新宿区中御徒町）幕臣の家に生まれた、大田南畝です。さまざまジャンル
の文芸作品を手がけまし
たが、特に五・七・五・七の音
で構成される皮肉をうたつ
た和歌「狂歌」で、卓越した
才能を発揮しました。

江戸時代の狂歌ブームをけん引した二人。活躍を後押ししたのが、版元 蔦屋重三郎（蔦重）です。蔦重は多くの文化人と協働し、狂歌をはじめさまざまなジャンルの書物を世に送り出した名ブロデューサー。ほかにも唐衣からぎぬ橋洲はしづや恋川いはがわ春町はるまちなど、新宿にゆかりのある文人と盛んに交流していたといえます。

その大田南畝と狂歌会
というサロンで腕を競つたの
に、にじゅうのきまつが、二十騎町に住居を構え
あけらかんこうた朱楽菅江です。のちに共

現在も、文化の発信地である新宿。その原点ともいえる、江戸時代の面影をたどる散策に出かけましょう。



新宿区では、雑誌・月刊『江戸楽』とタイアップし、2025年2月号で特集「蔦屋重三郎と新宿ゆかりの江戸文化人」を掲載しました。

特集抜刷の
PDF版は
こちら





新宿末廣亭

新宿は大都会というイメージもありますが、路地に入れば下町情緒があふれ、表とはまた違った表情に出会えるのが面白いところ。ぜひ、末廣亭とこのエリアの雰囲気を楽しみに、足を運んでください。



新宿末廣亭 新宿区新宿3-6-12

MAP P.20-21 E-2



新宿末廣亭
取締役兼広報担当 林美也子氏

末廣亭は、都内に現存する唯一の木造建築の寄席です。建設業を営んでいた私の祖父・北村銀太郎が自ら設計し、全国から腕利きの宮大工を招いて建てたもので、2026年には竣工から80年を迎えます。

日本各地の演芸場の中でもここならではのといえるのが、舞台上の床の間や障子窓です。これは、江戸落語がもととも座敷芸として発展してきた歴史に着想を得て、舞台を座敷としてデザインしたことです。座敷のある住まいが珍しくなってきた今では、どこか懐かしさも新鮮な趣きを舞台に添えています。

通常時の公演は、昼と夜の二部制。演目の3分の2が落語、3分の1が曲芸や漫才などの色物です。1演目あたりの時間はそれぞれ15分と短く、推しの演目だけ見るのも自由です。どうぞお気軽にお越しください。

常圓寺 (便々館湖鯉鮒狂歌碑)

朱楽菅江らに師事した幕臣・便々館湖鯉鮒も、数多くの狂歌を詠んだ人物。彼の作品の一つが、碑となって残っています。揮毫は、彼の死を悼んだ大田南畝によるものです。

常圓寺 (便々館湖鯉鮒狂歌碑)

新宿区西新宿7-12-5

MAP P.20-21 C-2

成覚寺 (恋川春町の墓)

江戸時代、宿場町としてにぎわう新宿で働く身寄りのない遊女たちの共同墓があることから、「投げ込み寺」と呼ばれていた寺院。境内には、恋川春町の墓所があり、新宿区指定史跡になっています。

成覚寺 (恋川春町の墓)

新宿区新宿2-15-18

MAP P.20-21 E-2

太宗寺 (間魔像)

高さ5.5mもの間魔大王の座像をまつる寺。泥酔した男が、像によじ登って目玉をくりぬいたところ、突然体がすくんで転倒し御用になったという逸話が、江戸市中の噂に。「内藤新宿の間魔さん」として、今なお信仰を集めています。

太宗寺 (間魔像)

新宿区新宿2-9-2

MAP P.20-21 E-2

酒屋 四季の瀧水

江戸のころも今も、日本人の生活に浸透している酒文化。その魅力の発信をコンセプトにする酒屋では、日本酒や焼酎をはじめ、ワイン、ウイスキーなど、国産を中心に多彩な種類を揃えています。

酒屋 四季の瀧水

新宿区大京町22-5

MAP P.24 A-2

新宿歴史博物館

新宿の歴史や文化を学べる郷土博物館。特に見ものなのが、宿場町として栄えた江戸時代の内藤新宿のジオラマ模型です。建物が軒を連ね、人々が往来する様子から、当時の活気がありありと伝わってきます。

新宿歴史博物館

新宿区四谷三栄町12-16

MAP P.24 B-1

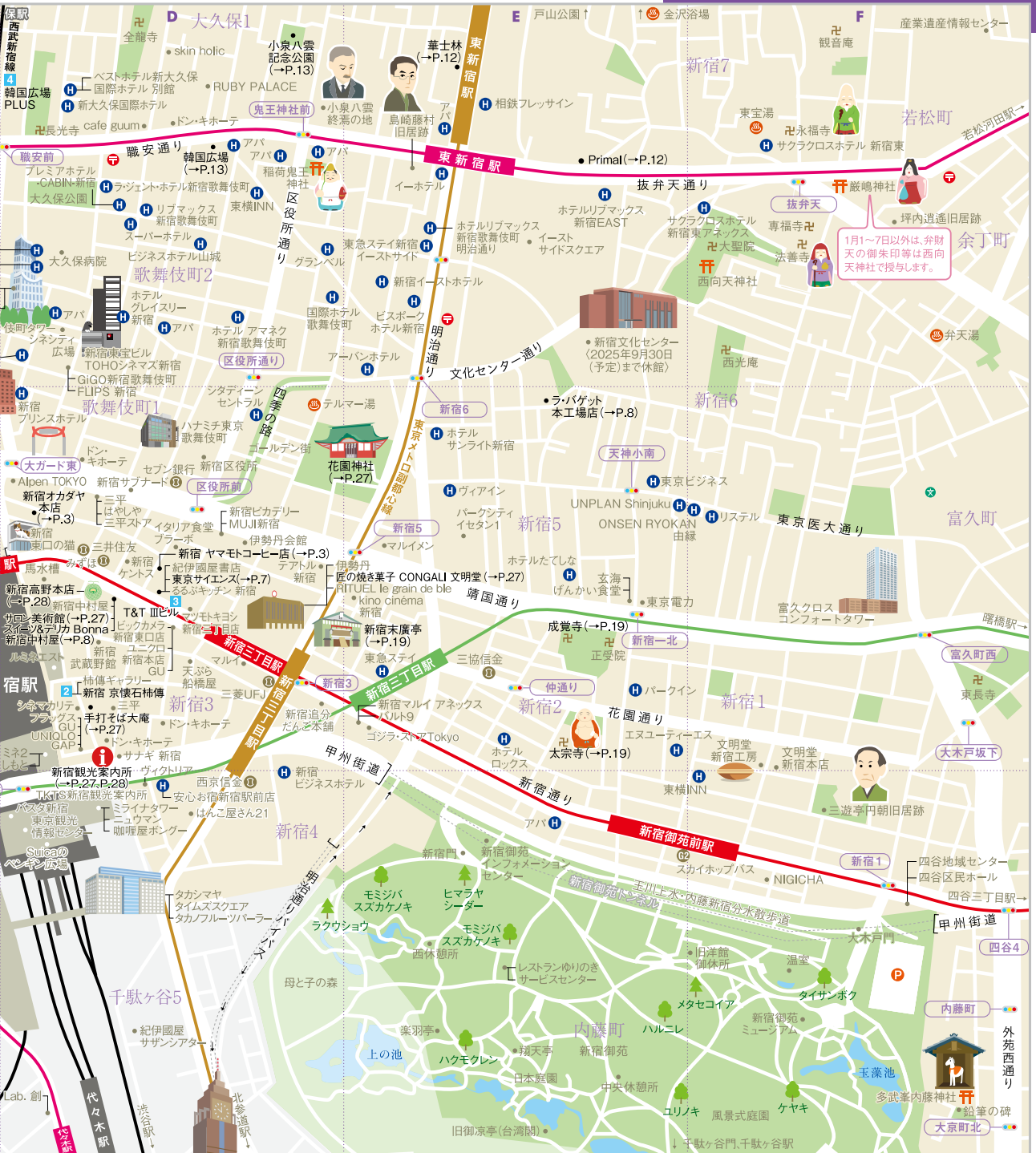
浄栄寺 (甘露門)

大田南畝が文人たちとたびたび会合を行った寺院。南畝はこの寺を「甘露門」と呼び、山門にはその扁額が掲げられています。また、大田南畝の門下生だった、絵師酒井抱一ゆかりの寺でもあります。

浄栄寺 (甘露門)

新宿区市谷薬王寺町19-10

MAP P.22-23 D-3





T&T III

BUILDING

T & Tビル株式会社 www.tandt-bldg.co.jp

東京都新宿区新宿3-17-5
T & T IIIビル7F (地下B6出入口直結)





MAP P.22-23 A-3 4

“私の韓国と出会う” 韓国広場PLUS

韓国の楽しさを新たに発見し、身近に体験ができるスーパーマーケットです。多くの商品が取り揃えられた店内でお買い物をお楽しみ下さい。

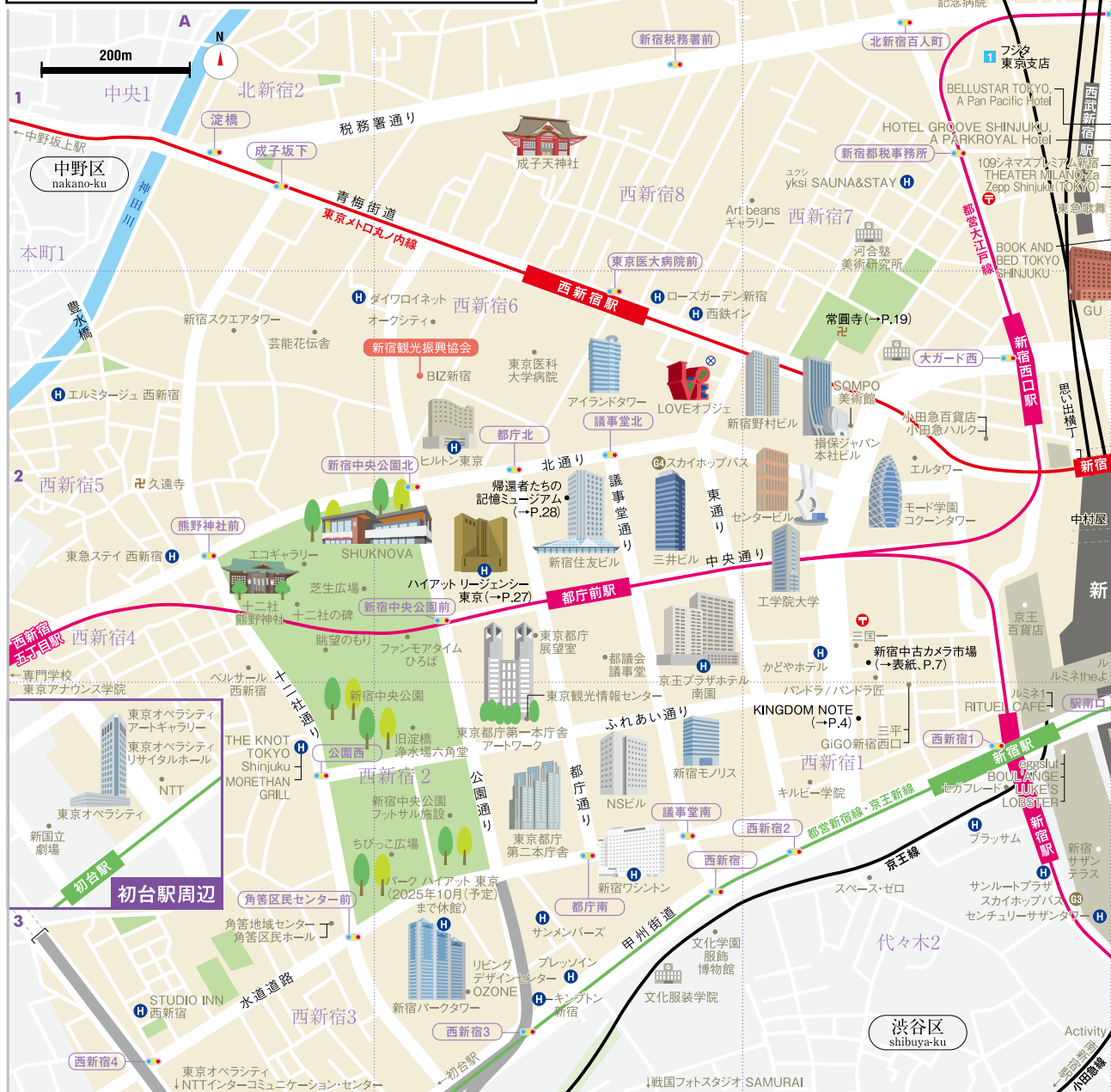
- 新宿区百人町1-8-10
- TEL: 03-6233-9630
- 営業時間: 10:00~23:00 (年中無休)



P.25 P.22-23
P.20-21 P.24

掲載物件を
Googleマップ
でチェック!





FUJITA

Daiwa House Group

株式会社フジタ 東京支店

160-8378 東京都新宿区西新宿 7-5-25
TEL 03-5309-2100

フジタと描く、
未来のカたち。

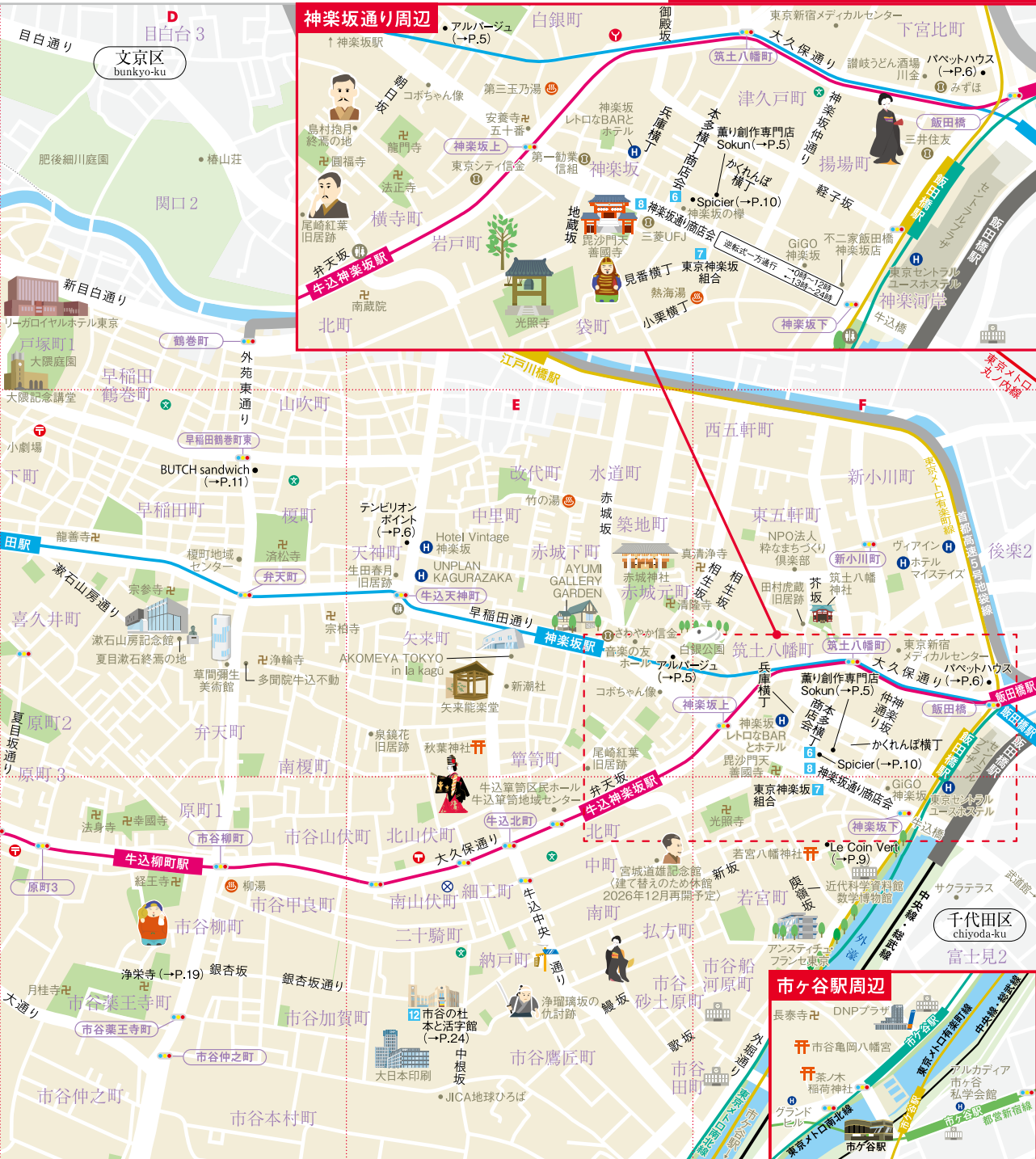


新宿で大人の道草を

新宿 京懐石 **柿傳**

東京都新宿区新宿3-37-11 安与ビル6~9階
TEL: 03-3352-5121 FAX: 03-3350-5111 ホームページ
営業時間 11時~16時(L.O.14時、土日祝14:30)
17時~22時(最終入店19:30、L.O.20時)
※個室は4日前までの事前予約にて承ります。





神楽坂の粋なおもてなし

江戸城のお堀で仕切られたまちの坂を上ると、路地や石畳の雲間気のある花柳界があります。伝統を大切に、おもてなしの文化の灯をたやさない神楽坂の粋な世界を、お楽しみください。

東京神楽坂組合

●新宿区神楽坂3-6 ●TEL: 03-3260-3291
牧 千月 幸本 八仙

伝統と現代がふれあう粋なまち - 神楽坂 -

毘沙門天善國寺と坂道のケヤキ並木がランドマークの神楽坂通り商店会は、伝統的な花柳界と各国料理店などモダンなお店に彩られた歴史ある商店街です。夏には「神楽坂まつり」を開催しています。

神楽坂通り商店会

●新宿区神楽坂4-2
●毘沙門せんべい福井ビル 301号室
●TEL&FAX: 03-3268-2802





高田馬場・早稲田・大久保

TAKANOBAWA/ASEDA/OKUBO

学生文化と国際色あふれる街



愛国製茶 高田馬場本店

高田馬場本社に、日本全国の産地より銘茶を集め、創作抹茶洋菓子をはじめ、お茶とお菓子のアソートギフトなど「お茶の心を伝える」沢山のアイテムを取り揃えています。

- 新宿区高田馬場4-10-8 ●TEL: 03-6304-0813
- FAX: 03-6304-0617
- 営業時間: 10:00~17:30
- 定休日: 土曜日、日曜日



歴史のある、神楽坂最大の横丁

神楽坂のほぼ真ん中に位置し「神楽坂最大の横丁」といわれる本多横丁は、飲食店を中心に約70店が加盟する活気あふれる商店街です。江戸中期から明治初期までは、武家の本多屋敷があったことから「本多修理屋敷脇横丁通り」と呼ばれ、歴史ある通りとして栄えてきました。

本多横丁商店会

- 新宿区神楽坂3-1 ●TEL: 03-3260-6389





佐藤美術館

若いアーティストたちへさまざまなサポートをおこなっている美術館です。大学等の卒業制作展、研究発表会、また、ワークショップや美術講座などのイベントも開催しています。

- 新宿区大京町31-10 ●TEL: 03-3358-6021
- 開館時間: 10:00~17:00
- 休館日: 月曜日、年末年始、展示替え期間 ※当館ホームページをご確認いただきご来館ください。

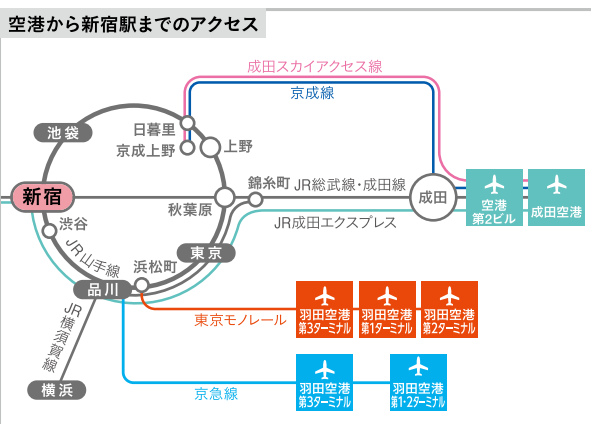


市谷の本と活字館
Ichigaya Bookstore Factory

大正期の建築を修復した、活字と本づくりの文化施設。文字のデザイン、鋳造から印刷、製本までのプロセスを動く状態で展示しています。

- 新宿区市谷加賀町1-1大日本印刷 ●TEL: 03-6386-0555
- 開館時間: 10:00~18:00 ●休館日: 月・火曜日 (祝日の場合は開館)、年末年始 ●入館無料





夢のNゲージワールドがあなたをお待ちしています。 9

Made in Japanの鉄道模型メーカー“KATO”直営のショールームです。落合南長崎駅より徒歩5分、本物の赤い電車が目印です。

ホビーセンターカトー東京

●新宿区西落合1-24-10 ●TEL: 03-3954-2171

●営業時間: 平日11:00～20:00 土日祝10:00～19:00 ●定休日: 年末年始を除く年中無休 ●入場無料

Japan. Tax-free Shop

民音音楽博物館 10

貴重なピアノやオルゴールの実演を楽しむことができる博物館です。

●新宿区信濃町8 ●TEL: 03-5362-3555

●11:00～16:00 (日・祝10:00～17:00)

●休館日: 月曜日 (祝日の場合は翌平日)、他 ●入場無料

早稲田松竹
映画劇場

〒新宿区高田馬場1-5-16

☎03-3200-8968

Ⓜ年中無休

👤大人 1,500円

学生 1,200円

シニア・小学生 1,100円

MAP P.22-23 B-1



早稲田松竹映画劇場 支配人

ひらの だいすけ
平野 大介

2002年に早稲田松竹映画劇場株式会社に入社。2019年より支配人。高校時代から年間100本以上の映画を観ており、毎日さまざまな映画館を巡って二本立てを楽しんでいた。「映画館で観る」ことにこだわりを持つ。



二本立ては1日に2回、レイトショーも上映しています



生産が終了しているフィルム映写機（両端2台）は、スタッフ自ら修理をすることも

フィルムが
映し出す名画を
二本立てで

153席のシアタールームが1つ、二本立てで映画を上映する名画座です。1951（昭和26）年の創業以来、新旧さまざまな名作を届けてきました。上映に使用するのは、デジタル映写機と35ミリフィルム映写機です。現在フィルム上映が続いている映画館は数少なく、二本立て上映を行っているのも、都内で当館を含めて3館のみとなりました。

フィルムの質感や光

の揺らぎなどは、デジタルにはない魅力がありますね。フィルム作品は、ハードディスク1枚に映画が入っているデジタル作品と違って、1作品が複数巻のフィルムに分かれています。上映前には、スタッフが1巻ずつ状態を確認し、破損があれば修復を行いながら、半日ほどかけて1本につなげていきます。

どの作品で二本立てを編成するかは、専任スタッフの腕の見せどころです。組み合わせは3〜4日ごとに変え、年代や制作国の異なる作品をテーマや空気感などで二本立て

にすることもあれば、監督でそろえることもあります。片方の作品を目当てに来られたお客様が、もう片方の作品で思いがけない感動を得る。そんな出会いが二本立て上映の魅力のひとつだと思っています。

ここで働いているのは、映画好きなスタッフばかりで、接客以外に、チラシ制作やホームページの更新、清掃など、多岐にわたる業務を自分たちでこなしています。上映前の館内アナウンスをスタッフがマイクで直接行うのも、小さな名画座ならではかもしれません。

フィルム作品の上映は月に数本と限られています。フィルムでしか観られない作品をできるだけ限り上映しています。これからも、手頃な料金でフィルム作品も二本立てでも楽しんでいたように続けていきたいですね。高田馬場には遊べる場所がたくさんありますので、スケジュールの合間にふらりと立ち寄って、映画の時間を楽しんでもらえたら嬉しいです。



開館から70年あまり、都内の名画座の中では唯一、当時の佇まいをそのままに営業を続けています

新宿観光案内所通信



下落合氷川蚤の市

月に1度、下落合の氷川神社で開催される蚤の市。骨董を扱う約45の団体が出店し、古美術や古道具などが境内を埋め尽くします。

◎新宿区下落合2-7-12

◎毎月第2日曜日

8:00～15:00頃(雨天中止)

MAP P.25 C-2



花園神社 青空骨董市

毎週日曜日、花園神社の境内で開催。着物や古雑貨、お面などが参道脇にずらりと並びます。約40の団体が出店し、観光客も訪れています。

◎新宿区新宿5-17-3

◎日曜 7:00～16:00頃(小雨決行)

MAP P.20-21 E-2



新宿に、
掘り出し物に会える
青空市はありますか？

骨董市や蚤の市が定期的に開催されているところがあります。美術や古道具などの骨董品や着物、器など、思わぬ掘り出し物との出会いがあるかもしれません。



スタッフ
みるよ
新宿観代



新宿観光案内所 MAP P.20-21 D-2

◎新宿区新宿3-37-2 JR新宿駅 東南口徒歩1分、またはE10出口からすぐ

◎10:00～19:00 ㊟定休日なし(12月29日～1月3日は除く)

JNTO認定外国人観光案内所カテゴリ-3 東京観光案内窓口

読者

Present

Present ハイアットリージェンシー 東京

1 クロスロード キッチン
Crossroads kitchen
ベアご招待券

朝のひとときを彩る
朝食ビュッフェ(5,000
円)のベアお食事券を
プレゼント。

◎新宿区西新宿2-7-2

☎03-3348-1234

◎6:00～10:00／

11:30～14:00／17:30～21:00

MAP P.20-21 B-2



※写真はイメージです。

2組
4名様

Present 手打そば大庵 ランチコース

2 ベアお食事券

旬の前菜盛り合わせや
せいろなどが楽しめるラン
チコース(3,300円)のベ
アお食事券をプレゼント。

◎新宿区新宿3-36-6

大安ビル2F

☎03-3352-5113

◎11:30～14:30／17:00～22:00

※月曜日はランチ休み

MAP P.20-21 D-2



※写真はイメージです。

2組
4名様

Present 早稲田松竹映画劇場
映画鑑賞チケット

施設情報はP.26へ

MAP P.22-23 B-1



8名様

Present 匠の焼き菓子 CONGALI 文明堂

3 ギュッとひとくちテイラ
新宿はちみつ3本入

新宿で採蜜したはちみつを使った
ひとくちカステラ。

◎新宿区新宿3-14-1 伊勢丹新宿店B1F

◎10:00～20:00 ※伊勢丹新宿店に準ずる

MAP P.20-21 D-2



10名様

Present クリアソン
Criacao Shinjuku

5 くりあにゃんアクリルキーホルダー

新宿をホームタウンにするサッカークラブ
「クリアソン新宿」の公式グッズ。

※どちらか1種(種類は選べません)



9名様

Present 中村屋サロン美術館 ご招待チケット

◎新宿区新宿3-26-13

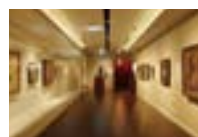
新宿中村屋ビル3F

◎10:30～18:00

(入館は17:40まで)

㊟火・年末年始

MAP P.20-21 D-2



12名様

プレゼント応募のお申し込みは、新宿観光振興協会Webサイトから。

www.kanko-shinjuku.jp



締め切りは
2026年2月28日(土)です。

MAP P.20-21 D-2

TAKANO
SHINJUKU TOKYO
SINCE 1885

美味しさはいつも新宿から

<https://takano.jp/>

いま、あなたに伝えたい。



帰還者たちの記憶ミュージアム

MEMORIAL MUSEUM FOR SOLDIERS, DETAINEES IN SIBERIA,
AND POSTWAR REPATRIATES 平和祈念展示資料館〔総務省委託〕



新宿住友ビル



入館無料

東京都新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビル33階
【開館時間】9:30～17:30（入館は17:00まで）
【TEL】03-5323-8709

新宿駅西口から徒歩10分
都庁前駅A6出口から徒歩1分

MAP P.20-21 B-2

新宿観光案内所

新宿の観光をもっと便利に、楽しく。

新宿を訪れる人々に新宿区の魅力や、観光スポット、イベントなどの
各種情報をご提供する観光案内所です。



SHINJUKU
TOURIST
INFORMATION
新宿観光案内所



JR新宿駅東南口徒歩1分、または
新宿東南口地下歩道「E10」出口すぐ
① 新宿区新宿3-37-2
② 10:00～19:00
③ 定休日なし（12月29日～1月3日は除く）
JNTO認定外国人観光案内所 カテゴリー3
東京観光案内窓口 MAP P.20-21 D-2



新宿 plus vol.21
2025年9月発行



デジタルブック・
バックナンバーは
こちらから



掲載物件を
Googleマップで
ご覧いただけます

発行 一般社団法人 新宿観光振興協会 〒160-0023 新宿区西新宿6-8-2 BIZ新宿3F TEL: 03-3344-3160 E-mail: info@kanko-shinjuku.jp

・本誌の内容は2025年9月現在のものであり、情報については調査・確認のうえ掲載していますが、変更になっている場合があります
・本誌の情報（テキスト・写真・イラストを含む）を無断で使用、複製または転載することを禁じます ・価格はすべて税込み表記です（ただし一部その限りではありません）