

今年も、江東区で楽しんじゃおう!

TAKE FREE

2019年1月

Vol.28

Koto City Guidebook

# KOTOMISE

RECOMMENDATIONS WITH A LOCAL TWIST!

# ことみせ



おみせの魅力  
再発見!

砂町  
エリア

カラダにいい店  
特集  
うまい店

木場 住吉 亀戸 清澄白河 大島 森下

カニの母のレシピ



ことみせのWEBサイトもcheck!!

<https://kotomise.jp>

Be sure to check out the Kotomise website!

ことみせ



kotomise English



毎月1回レインボータウンFMの「ラジオこうとう」で『ことみせラジオ』も放送中(88.5MHz)



江東区

スポーツと人権が熱いまち 江東区

次号発行予定 2019年3月第3金曜日

## CONTENTS

- 03 カラダにいい店 うまい店
- 01 江東の語り場 第11回
- 11 もう1匹の店主
- 12 おみせの魅力再発見！  
砂町エリア
- 17 KOTOFUL DIARY 10

ふらりと立ち寄り笑い合える  
暮らしのよろず相談所

企画・編集  
ことみせ事務局  
〒135-0046  
江東区牡丹3-6-5 3F  
☎03-5875-9583  
✉info@kotomise.jp

表紙デザイン  
アガスケ合同会社  
  
表紙撮影協力  
佐野みそ亀戸本店

印刷・製本  
株式会社新弘堂

表紙撮影  
館山 まい

発行  
江東区地域振興部  
経済課商業振興係

※本誌記事・写真・レイアウト  
の無断転載を禁じます。  
※本誌掲載のデータは取材時の  
ものです。料金など情報が更新・  
変更になる場合がございますの  
であらかじめご了承ください。

登録番号  
印刷物登録番号(30)47号

<https://kotomise.jp>

本誌に掲載されている「ことみせくーぼん」の有効期限  
は平成31年3月31日です。別紙くーぼんチケットを  
切り取ってご利用ください。

各種工事承りま

加湿器 給湯器  
エアコン アイロン  
掃除機 / 取り換え工事  
トイレ 換気扇

テレビ周辺機器

4K・8K

工事

レコーダ  
電話機  
電卓  
フォ  
ンDV  
メラ

SHARP 美味しい健康調理 操作カンタン!  
ヘルシオシリーズ  
水なしで自動調理するお鍋。  
ホットクック



亀戸五丁目中央通り商店街にある「栄電気」はちよつとユニークな電気店。近所の人々が「みかん買ってきたからおすそ分けね」と立ち寄るのは日常茶飯事。店頭には大型テレビや冷蔵庫と一緒に、懐かしいラジカセや二層式洗濯機、果てはごみ袋などの生活雑貨まで。レジの前に置かれた丸イスは「お客様がここでゆつくりおしゃべりを楽しんでいけるように」という思いの表れ。

そんな店主の沼澤栄一さんはこの地で生まれ育って数十年。店先に立てば「沼ちゃん、寒くなったね」と早速おなじみさんの声がかかる。つられて通りがかりの近所さんも一人、二人と加わって、世間話に花が咲くのはいつものこと。

「雑談ついでに何でも相談できるから本当に助かる」と語るのは沼ちゃんを少年時代から知る常連さん。なんと栄電気では、電気屋なのに流し台やビルトインコンロの交換まで引き受けてくれるそう。褒められてちよつと照れくさそうな沼ちゃんがみんなの声が飛ぶ。「いつもありがとう!」頼りにしています!」



第11回

栄電気



きめ細かいサービスで地域に愛されている町の電気店。外観もカラフルで入りやすい雰囲気

栄電気  
江東区亀戸5-29-24  
☎03-3684-3884  
[営] 10:00 ~ 19:00  
[定] 水  
亀戸駅北口から徒歩5分

ことみせくーぼん ① 特典日: 毎営業日  
5,000円以上お買い上げの方に  
「笑顔になるハガキ」  
プレゼント



事前予約でランチコースの対応や好みの食材を使用したリゾットへの変更も可

健康の秘けつは  
バランスのとれた  
食事と適度な運動!



オーナーシェフ  
渡辺久夫さん



イタリアンレストラン  
**BIANCO**  
江東区住吉 1-15-10  
☎ 03-6659-9553  
[営] 11:15 ~ 14:15  
17:30 ~ 22:00  
[定] 月  
📍住吉駅 A2 出口から  
徒歩 3分

こてみせくぼん ③ 特典日: 毎営業日

自家製ケーキ・フルーツ  
盛り合わせ無料サービス



「年末年始の食べすぎで疲れた胃の働きも良くなりますよ」とシェフの渡辺さんが勧めてくれたのがこれ! トマトスープで煮込んだキノコリゾットはシメジやエリンギ、しいたけにセロリのシャキシャキ感をプラス。食物繊維が豊富な上に胃酸の分泌を抑えてくれる。かぜ予防にはサラダ、パン、デザートと一緒にバランスよく栄養補給ができるようコースで召し上がれ。

胃腸の調子を整え  
バランス良く栄養補給

イタリアンレストラン  
**BIANCO**

キノコリゾットコース  
1,500円

冬でも  
ぽかぽか

寒い冬を元気に乗り切るには  
体を温めるのが一番!  
身近で気軽に楽しめる  
体にいいこといっぱい  
のお店をご紹介します。  
※価格表記は税込みです

カラダにいい店  
うまい店



ショウガ効果もあり体の芯から温まる葱鮭鍋はマグロが主役!

いっすい  
ふか川 一穂



まぐろはトロだけを  
使ってます!  
お酒が進むよ~!

大将  
大山敏博さん

ねぎま  
葱鮭鍋

2,500円(1人前)



ふか川 一穂  
江東区木場 2-8-8  
☎ 03-3643-2255  
[営] 11:30 ~ 14:00 / 17:00 ~ 23:00  
※土曜は17:00から  
[定] 日  
📍木場駅 3 出口から徒歩 4分



一人でも楽しめる日本料理店。アサリのうま味と栄養たっぷりの「深川めし」もおすすすめ

こてみせくぼん ② 特典日: 金・土  
ご飲食時に  
生ビール1杯無料サービス

うま味も健康成分もたっぷり  
すし屋で生まれた粹な鍋

木場の老舗、松葉鮭の賄いが4代目・大山敏博さんの手で看板メニューに。マグロといえば赤身。トロは家畜の餌にするようなもの、つてのがじいさんの教え。客に出せないもんだから鍋にして賄いで食べていたのが葱鮭鍋なんだよ」と大山さん。すし屋を弟に譲り、一穂を開店。葱鮭鍋を出すように。鍋に敷き詰められた大トロは、火にかけるとみるみる色が変わって食べ頃。かつおだしとマグロのうま味をたっぷり染み込んだ野菜の味は針ショウガが引き締める。しかも魚の脂は栄養素を豊富に含み、体内で分解されやすいとも。

友膳

小海老と野菜の  
あんかけそば  
800円



年末年始の二日酔いに!  
そばで肝機能を改善

そばは一年中  
いつでも食べられる  
健康食です!



店主  
友野和義さん



ネギやのりなどの薬味にも健康促進効果あり! ソムリエの第一期生として活躍していた店主がそばに合うワインも選んでくれる

店主・友野さん特製、秘伝のつゆをベースに数種類の野菜と小エビを熱々のあんかけに。たんぱく質が豊富なそばは二日酔いの時にもおすすすめ。毛細血管を丈夫にし、血圧安定効果のあるルチンも含まれているので動脈硬化や高血圧などの生活習慣病の予防にも。実は、こちらのお店、そばと相性の良いワインも提供。和と洋の食のコラボレーションを味わえます。



友膳  
江東区北砂 3-17-17  
☎ 03-3699-8971  
[営] 11:30 ~ 15:00  
17:00 ~ 22:00  
[定] 火(祝日は営業)  
📍北砂三丁目バス停  
から徒歩 4分

こてみせくぼん ④ 特典日: 毎営業日  
夜の営業時間  
お一人様 1,500円以上の飲食で  
5%割引  
※対象外メニュー、除外日あり

あずきは、おしるこや赤飯、あずきがゆなどの材料として使用されますが、中でも「大納言小豆」はぜんざいにピッタリ。通常のあずきに比べて2回り大きく、煮込んでも型崩れしにくいので豆の食感も楽しめます。あずきに含まれているサポニンという成分は、のどの粘膜をなめらかにする効果も。「あずきのゆで汁でうがいをするとかぜ予防にもなりますよ」と店主の下山さん。

## 栄養豊富なあずきのゆで汁でかぜ予防

## 豆の王様 シモヤマ

北海道産  
大納言小豆  
140円(100g)



ビタミンやカリウムも豊富なので、かぜ予防にも効果あり

いろいろな料理に豆を使って健康促進!



店主 下山志津子さん



ぜんざいには大納言小豆!



豆の王様 シモヤマ  
江東区南砂 3-8-5  
☎ 03-3644-1728  
[営] 9:30 ~ 18:00  
[定] 日・祝 (不定休あり)  
! 南砂町駅 2b 出口から徒歩 8 分

こてみせくぼん ⑦ 特典日: 水  
1,000円以上お買い上げの方  
5%割引



7種の具材+肉か魚を選べる具だくさんのおみそ汁。厨房のカウンターには旬の食材がずらり。みそ汁サロン「味苑」の営業時間は11:00 ~ 17:00



店主 佐野正明さん

みそ汁に黒コショウやオリーブ油を加味するのもおすすめ!



佐野みそ 亀戸本店  
江東区亀戸 1-35-8  
☎ 03-3685-6111  
[営] 9:00 ~ 19:00  
日・祝 10:00 ~ 19:00  
[定] 正月三が日  
! 亀戸駅北口から徒歩 5 分

こてみせくぼん ⑤ 特典日: 毎営業日  
2,000円以上お買い上げの方  
季節の食品を進呈

大豆は三大栄養素のたんぱく質、炭水化物、脂質をバランスよく含んだスーパーフード。それを発酵させ、みそにすることでアミノ酸、ビタミン含有量がアップ。脳の活性化・抗酸化作用で若返り効果も期待できるとか。温かいみそ汁にたっぷりの野菜や魚、肉を入れて食べれば満腹感が得られる上に、体内リズムも整います。食べ過ぎを防ぎ、健康的な食生活の実現に。

## 素材の栄養を丸ごと摂取 カラダも脳も若返る

## 佐野みそ 亀戸本店

具おみそ汁  
Cセット 1,000円



台風のとりに取れる、希少なハチミツ。マロンの香りを楽しんで

ハチミツを食べて体ポカポカ! かぜ予防にも最適です!



スタッフ 重見和子さん

## 完熟屋 Bee Friendship

はま せん だん  
秋の浜梅檀のはちみつ  
570円(50g)

## 疲れたカラダに栄養補給 天然・非加熱の生ハチミツ

ハチミツの主成分、ブドウ糖は体内で分解されることなく、そのままエネルギーとして吸収されるので疲労回復にも効果的。また、栄養成分の数は150種類以上。殺菌や保湿効果もあるので、完全栄養食とも言われています。朝晩にスプーン1杯食べるだけでOK。ハードタイプのチーズクッキーにかけるハチミツの甘みとチーズの酸味のハーモニーが味わえます。



完熟屋 Bee Friendship  
江東区白河 2-2-1  
☎ 03-5875-9315  
[営] 11:00 ~ 19:00  
土・日・祝 10:00 ~ 18:30  
[定] 月・火  
! 清澄白河駅 B2 出口から徒歩 2 分

こてみせくぼん ⑧ 特典日: 毎営業日  
プロポリス歯磨き  
15%割引

## おなかの調子も整える ノンカフェインのチャイ

こちらのチャイは、かぜ予防や冷え性対策にも効果的。古くから漢方としても使われてきたシウワガを自家製ドライジンジャーに。シナモン、ナツメグなど7種のスパイスと、佐渡産の香り高くまろやかな味が特徴の緑茶を配合。一口飲むとシウワガのピリッとした辛みと香りが口の中に広がります。自宅でも気軽に楽しめるように、瓶詰のチャイキットも販売しています。



HOZON  
江東区三好 2-13-3  
☎ 03-6873-3526  
[営] 11:00 ~ 19:00  
[定] 月・火 (祝日は営業、水曜休み)  
! 清澄白河駅 B2 出口から徒歩 2 分

こてみせくぼん ⑥ 特典日: 毎営業日  
3,000円以上お買い上げの方  
佐渡番茶 1杯無料サービス



店内では梅やリンゴなど数種類のオリジナルシロップも製造

## HOZON

さどばんちゃチャイ  
550円

ご家族や友人とチャイを飲んで寒さを吹き飛ばそう!



代表 武田俊さん



瓶詰キット 648円(15g)で4杯分のチャイが作れる

湯の種類が多いので、その日の体調に合わせてどうぞ。サウナはプラス250円でバスタオルの貸出付。ミニタオルは250円



西大島駅の近く。開店と同時に次々と入浴客がやってくる



**らんかん湯**  
江東区大島 2-37-7  
☎03-3684-3775  
【営】15:00～23:00  
【定】月  
(祝は営業、翌日休み)  
❗西大島駅A2出口から徒歩4分

**こてみせくぼん 11** 特典日: 毎営業日  
100円以上の商品  
**20円引き**  
※お一人様1店舗につき1回限り



うちの湯は43℃くらい。体の芯から温まるよ

店主  
今本智之さんと久美子さん



## らんかん湯

### 入浴料

大人460円(12歳以上)  
小学生180円、未就学児80円

## 地域活性から生まれた 発酵コラボで健康を促進

亀戸駅前支店限定の「豚肉とトマトの味噌にゅう麺」は、地域活性化を目的にした佐野みそ亀戸本店とのコラボメニュー。「味の相性が良い豚肉とトマトと一緒に食べること」で食欲増進効果も期待できます。とは、店長の松山さん。小麦粉のでんぷん質を450日かけ乳酸発酵させた「餅」は、一度食べたら病みつきになる食感。高い整腸作用でダイエットや美容にも効果的。



**船橋屋 亀戸駅前支店**  
江東区亀戸 6-26-3  
☎03-3637-2784  
【営】販売 9:00～18:00 / カフェ 11:30～15:30 ※土・日・祝は16:30まで  
【定】年中無休  
❗亀戸駅北口から徒歩3分

**こてみせくぼん 9** 特典日: 毎営業日  
店内でご飲食の方  
**くず餅3切無料サービス**



和菓子で唯一の発酵食品!



店長  
松山和樹さん

当店限定!  
くず餅とみその発酵効果をお試しください



秋冬限定! イチオシのランチメニュー

## リンパマッサージで 冷え・むくみ・便秘改善

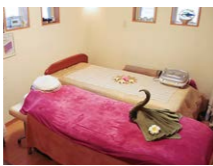
寒さで冷えきった体をほぐすなら、十二経路リンパマッサージ。「シニア配合のアロマキャンドルオイルでマッサージすれば体がじゅわじゅわり温まり、交感神経を整えます」とオーナーの齊藤さん。首回り、わきの下、股関節などに多く集まるリンパ節を刺激しながら血行を促すことで代謝も向上。冷え性・むくみ・便秘・肩こり・頭痛などにさまざまな改善効果が期待できます。



**ARGEL**  
江東区高橋 9-12  
☎050-3413-6651  
【営】10:00～21:00  
【定】年末年始  
❗森下駅A6出口から徒歩4分

**こてみせくぼん 12** 特典日: 毎営業日  
アロマキャンドルオイルコース(90分)  
半額 通常28,800円→14,400円  
& リフトトリートメント施術無料

住宅街の一角にある、女性専用の隠れ家サロン



リンパの詰まっている部分を重点的にマッサージします

オーナー  
齊藤裕子さん



「お得なことみせくぼんでアロマキャンドルコースをお試しください」と齊藤さん

## グルテンフリーで お肌つるつる!

「実は、生クリームもシフォンケーキも苦手だったんです」という宇都宮さんが、「自分でも食べたい」と思えるグルテンフリーのお菓子を開発。中でも、「押ししのシフォンケーキは、お米特有の「もちり感」と「卵本来の甘さ」にハマる人気の商品。アミノ酸スコアが高く、良質なたんぱく質が豊富な米粉はエネルギーの代謝をアップ。ダイエットや美肌などの効果も。」



**米粉専門店 Kome Co.**  
江東区亀戸 7-14-9  
☎03-5875-0393  
【営】11:00～19:00  
土・日・祝11:00～18:00  
【定】月(不定休あり)  
❗亀戸駅東口から徒歩7分

**こてみせくぼん 10** 特典日: 毎営業日  
1,000円以上お買い上げで  
**シフォンケーキプレゼント**



お米特有の香りと食感、口溶けが楽しめるシフォンケーキ「モフモフ」は全3種類

## 米粉専門店 Kome Co.

**モフモフ**  
200円

口当たりは軽いけど、腹もちがバツグン



店長  
宇都宮理恵さん

おみせの魅力再発見！

# 砂町 エリアのお店

砂町銀座商店街で賑わう北砂、のどかな水辺の景色が臨める東砂、南砂、新砂には地元根付いたお店がいっぱい。会話をしながらそれぞれの魅力を楽しんで。

砂町エリアのこみせ登録店は現在90店舗超！  
くーぼん情報は付録の登録店一覧を見てね



砂町商和会



稲荷通り商交会



砂町銀座中央通り会



北砂五丁目団地商店会



砂町銀座商店街(振)



末広通り商店街(振)



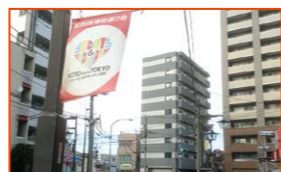
南砂二丁目住宅商店会



仙気稲荷通り会



元八幡通り商栄会



葛西橋神明通り会



## もっぴの 店主の

こみせWEBサイトで  
動画配信中！

### フェアリーテール



- 📍 江東区白河1-3-4
- ☎ 03-5639-1866
- 🕒 10:00 ~ 18:00
- 🔥 火
- 🚶 清澄白河駅A3出口から徒歩1分

こみせくーぼん 特典日：月～金 (祝日は除く)  
シャンプーまたはカット利用で  
マイクロバブル無料サービス

「ようこそ、フェアリーテールへ」と言わんばかりにおめかしして迎えてくれたのは、ミニチュアシュナウザーのポチ子(♀5歳)とトイプードルのハイブ(♂2歳)。  
「ここに来てくれたワンちゃんとお遊べるのが楽しくて仕方がないんです」と笑うのは、ポチ子の飼い主でありチーフトリマーの石井さん。店内では2匹が接客を担当。この日もトリミング台の回りでは、お客さまと元気に走り回ったり、くつろいだり。ワンちゃんが自由に伸び伸びと過ごせるので、飼い主さんにとっても安心です。  
ショートステイ(一時間前)や宿泊のお客さまとは、2匹が大好きな清澄庭園へお散歩に行くことも。誰よりもワンちゃんの気持ちを理解して、リクエストに答えられる最高のコンシェルジュです。

## トリミングサロンの ポチ子とハイブ





**D** 介護タクシー マリン



**親切・丁寧・真心込めて外出のお手伝い**

通院や入退院の送り迎え、観劇などのちょっとしたお出かけまで。開業15年、介護福祉士の資格をもつ佐藤さんが責任を持ってサポート。菓の受け取りや買い物の付き添い、車椅子の無料貸出しも。利用料はタクシーのメーター料金+1,000円。遠出も安心です。



空港など長距離も安心な1時間4,500円プラス1,000円の時間制も



付き添いの同乗者用シートは、車椅子のすぐ側に位置するよう設置

**こてみせくぼん 17** 特典日:毎営業日  
**メーター料金の10%割引**

- 住 江東区東砂 3-4-5
- ☎ 03-6303-6808
- 🕒 24時間(要予約)
- 🏠 不定休
- 📍 第七砂町小学校前バス停から徒歩4分



**C** Kasshii



**レストランの味を自宅で。国産牛100%ハンバーグ**

素材の旨みをダイレクトに感じる肉々しい食感。鮮度の良い挽きたての肉で作られたハンバーグは、風味豊かで優しい味わい。「赤身肉のおいしさをもっと広めたい」と店主の柏木さん。隠れた名品、無添加・自家製コンビーフ(398円/100g)も美味!



白を基調とした木目調のナチュラルな雰囲気の外観が目印



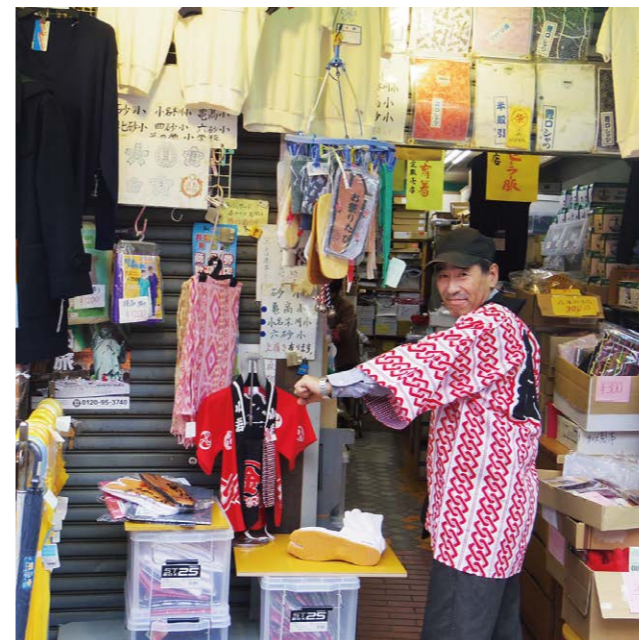
この価格でこのうまさ! 国産牛肉100%のハンバーグは199円/100g~

**こてみせくぼん 16** 特典日:毎営業日  
**全品5%割引**

- 住 江東区北砂 4-1-14
- ☎ 03-6666-6035
- 🕒 10:00 ~ 18:00
- 🏠 水
- 📍 北砂二丁目バス停から徒歩1分



**B** まからんや洋品店



**創業60余年。地域の人に愛される名物店**

学生服や体操服、通学帽に上履きなど近隣の学校指定用品やスクール水着、ハッピから柄シャツ、半ダコに足袋などお祭用品まで通年販売する名物店。豊富な種類の傘やマフラーは店主・関野一さんが問屋から直接仕入れたお値打ち品。どれもが目玉商品です!



通学用のコートやセーターもお値打ち価格



お祭用品は大人用から子供用まで。足に優しいエア足袋が人気

**こてみせくぼん 15** 特典日:①毎営業日 ②火  
**① 3%割引**  
(学校指定洋品・特売品を除く)  
**② 粗品進呈**

- 住 江東区北砂 4-18-12
- ☎ 03-3644-8376
- 🕒 10:00 ~ 19:00
- 🏠 水
- 📍 北砂二丁目バス停から徒歩4分



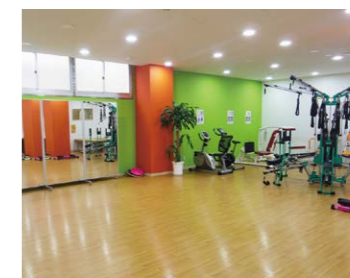
人気のウォーターベッド

**A** らいおんハート整骨院ひまわり



**砂町銀座の憩いの場。アットホームな整骨院**

「10歳若返る体づくり」をコンセプトに多角的に健康をサポート。専任トレーナーが常駐し、筋力トレーニングできるのも特徴。ヨガ教室も定期的に開催。「健康を維持して、より元気になってほしいですね」と笠原院長。爽やかな笑顔と確かな技術で疲れを癒します。



ヨガやストレッチもできる広々としたトレーニングルーム



施術後も仲間と一緒にくつろげる憩いの場としての側面も

**こてみせくぼん 14** 特典日:毎営業日  
**骨盤矯正半額**  
(1,620円→810円)

- 住 江東区北砂 4-18-11
- ☎ 03-3640-0122
- 🕒 9:00 ~ 19:30
- 🏠 日
- 📍 北砂二丁目バス停から徒歩4分



コースター  
100円!

**H** 森田畳工業所



1枚から取り付けOK! 顔の見える畳屋さん

「畳は地元の畳屋に任せるのが一番です」と熟練畳職人の森田康雄さん。日本独自の伝統的な技法で作られる畳は丈夫で長持ち。熊本産の上質な草の香りにも癒されます。ミニ畳、畳コースターは和室がない家庭にもおすすめ。日々の暮らしに取り入れてみては?



出張見積無料。困ったらすぐに対応してくれるのも地元ならでは



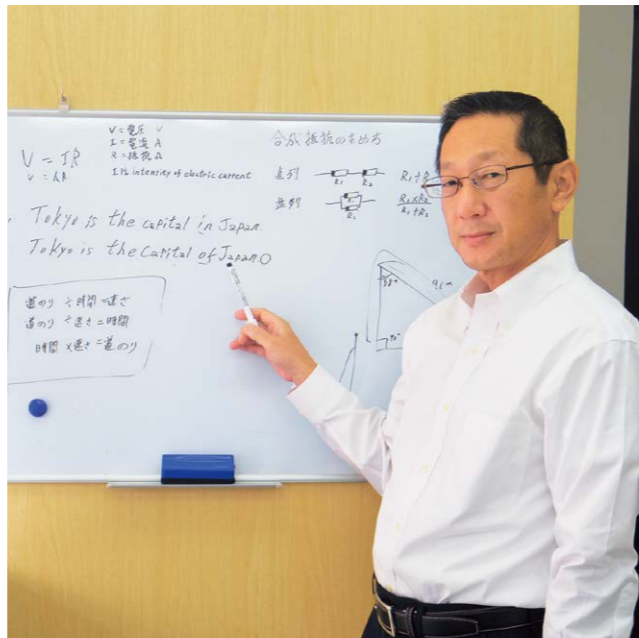
3,000円のペット用畳に500円のミニ畳。コースターは100円とお手頃

**こてみせくぼん 21** 特典日:毎営業日  
**5%割引**

住 江東区南砂 5-13-9  
☎ 03-3644-7926  
🕒 8:00 ~ 18:00  
📅 日(応相談)  
📍 南砂町駅 2b 出口から徒歩 13 分



**G** 個別学習塾 MATCH



適切な指導で一人ひとりの能力を伸ばす

「コミュニケーションが何より大事」とホワイトボードやワークを使った指導も大切にする工藤塾長。生徒のやる気を引き出す、最新の「ICT教材」を取り入れた個別のカリキュラムで学力向上をサポート。独自の「つまずき診断システム」で弱点も克服できるそう。



通塾日以外も開放。ワークスペースとして使用可能



飽きずに集中力を高め、生徒のやる気を引き出す最先端のICT教材

**こてみせくぼん 20** 特典日:毎営業日  
**入塾料半額**  
(通常 10,800円→5,400円)

住 江東区南砂 1-8-6  
☎ 03-6810-5343  
🕒 15:00 ~ 20:30  
📅 土・日・祝  
📍 北砂一丁目バス停から徒歩 2 分



精巧な作りの  
アレノ人形

**F** ジェガンツド オロット  
GEGANTS D' OLOT



日常を鮮やかに彩るスペイン雑貨専門店

タリやガウディを輩出したスペインのカタルーニャ地方は芸術の町。美と食にこだわる職人たちが作るキュートな陶器はとても実用的。直火での調理もできて、そのまま食器にも使える「カスエラ」は924円〜。食卓を華やかに演出してくれる優れものです。



洋品は杉浦さんの友人でもあるオロット町のデザイナーから直輸入



年に一度はスペインを訪れるという店主・杉浦一臣さん

**こてみせくぼん 19** 特典日:毎営業日  
商品お買い上げの方  
**オリジナルエコバッグ  
プレゼント**

住 江東区東砂 5-14-10  
※2019年に区内移転予定  
☎ 03-6666-5494  
🕒 11:00 ~ 16:00  
📅 月~金  
📍 旧葛西橋バス停から徒歩 2 分



お宝発見!

**E** リサイクルアピオ



生活必需品から驚くような骨董品まで!

冷蔵庫や洗濯機などの大物家電から食器や衣類、アンティーク小物まで幅広いラインナップが魅力。「重要文化財レベルの品物もあるよ」と骨董品好きの店主・間宮達雄さん。ビックリするほどの掘り出し物が見つかることも。見積無料の買い取りも行っています。



週1回は仕入れを行い、豊富な品ぞろえで迎えてくれる



ブランド品や金・プラチナの査定、買い取りにも対応

**こてみせくぼん 18** 特典日:毎営業日  
食器・せともの  
5,000円以上お買い上げの方  
**10%割引**

住 江東区東砂 4-16-10  
☎ 03-3640-0684  
🕒 10:00 ~ 19:00  
📅 水  
📍 旧葛西橋バス停から徒歩 3 分





**L** 女性専用美容室 ティフ・ティフ



**思い立ったら今すぐきれい。こまめに通える美容室**

熟練のスタイリストが入念なカウンセリングで理想のスタイルを実現。カット1,500円、前髪カット500円。リーズナブルでありながら、ハイオリティな施術でキレイをキープ。予約不要で所要時間は20分程度。忙しい現代女性にうれしいサロンです。



キッズカットも好評。子どもが喜ぶおもちゃや絵本のあるキッズスペースも

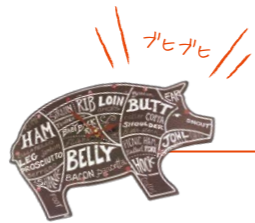


無料のマッサージチェアにWi-Fiも完備。スマホの充電も

**こてみせくぼん 25** 特典日:毎営業日

カットご利用の方  
ティッシュケース  
プレゼント

- 住 江東区南砂 2-1-6 2F
- 予約不要
- 9:30 ~ 19:00
- 休 土・日・祝 9:00 ~ 18:30
- 休 水
- 東陽町駅 3 出口から徒歩 2 分



**K** まつ蔵精肉店



**鮮度抜群の美味しいお肉をお届け！**

山形牛を中心とした国産黒毛和牛や国産銘柄豚のチェリーポークに新鮮な若鶏。焼肉店も営む目利きの店主・松井大二郎さんが厳選したお肉は鮮度抜群！ 冬のオススメはすき焼きやしゃぶしゃぶ用。希望サイズでのカットやお取り寄せにも対応してくれます。



白を基調としたスタイリッシュで清潔感あふれる店内



お総菜の一番人気、唐揚げは324円/100g。自家製焼豚やお弁当も人気

**こてみせくぼん 24** 特典日:金曜を除く営業日

揚げ物全品 20円引き

- 住 江東区南砂 2-3-1-115
- 03-6659-7829
- 10:00 ~ 19:00
- 日 10:00 ~ 18:00
- 休 月
- 東陽町駅 4 出口から徒歩 5 分



**J** 鍼灸サロン Ruce



**くつろぎの空間で治療と癒しと美容を提供**

リフトアップを実感できる美容鍼はリピーター多数。体の状態やお悩みに合わせて最適な治療をセレクトできる時間制のオーダーメイドコースが人気。「気軽に通ってリラックスしていただければ」と心地の良い空間づくりを心がけている店主の安中郁美さん。



アロマの香りに心身ともに癒される自宅でも簡単に使えるお灸



至福の時ははじまる。茶を基調とした落ち着いた雰囲気施術ルーム

**こてみせくぼん 23** 特典日:毎営業日

施術代 10% 割引

- 住 江東区南砂 6-2-9
- 03-6336-6475
- 11:00 ~ 21:00
- 休 土・日・祝 9:00 ~ 18:00
- 休 不定休
- 南砂町駅 2b 出口から徒歩 5 分



**I** 伊勢屋



**豊洲市場から直送。まるで“鮮魚の宝箱”**

サラダや小鉢、味噌汁も付いたボリュームたっぷりの海鮮丼ランチは、ランチタイムの一番人気。マグロの希少部位やトロトロのサーモン、その日一番おいしい旬のネタをふんだんに堪能できるぜいたくな一品です。牛すじカレーもおすすめ。笑顔でお待ちします！



酒屋が母体の店だけに酒類のラインナップが豊富



店主こだわりのお刺身が楽しめる海鮮丼ランチ1,350円

**こてみせくぼん 22** 特典日:火~金(祝日は除く)

夜ご利用の方  
生ビール(中ジョッキ)・酎ハイ・カクテル・サワー 1杯目100円

- 住 江東区南砂 4-1-12
- 03-3648-2266
- 11:00 ~ 14:00 / 17:00 ~ 24:00
- 休 月
- 南砂町駅 1 番出口から徒歩 9 分

# Learn How to Knit Yourself (and Others) Warm

編み物で広げるぽかぽかの輪



Yoshinoya Itoten has existed since 1897, and is filled to the brim with crafting goods, as well as finished products for purchase. Customers of the store are also welcome to bring their knitting projects and receive free lessons!

明治29年創業の芳野屋糸店は、手芸を愛するすべての人の味方。完成した編み物を買うだけでなく自分で挑戦したい人には、材料購入で作り方を教えてくれるうれしいサービスも!



I wonder if I can make this. 作れるかな?

Want to try knitting? With so many choices for yarn, choosing the material might be the hardest step!

作りたいものを見つけたら、まずは相談して糸糸をチョイス。種類いっぱいではないかも!



## 芳野屋糸店 Yoshinoya Itoten craft store

- 江東区高橋 9-7 9-7 Takabashi, Koto-ku
- 03-3631-2565
- 10:00 ~ 19:00
- 木 Thursdays
- 森下駅 A7 出口から徒歩 4 分

4 minute walk from Exit A7 of Morishita Station

### とみせくぼん 28

特典日: 日

芳野屋ポイントカードを 2倍サービス

### とみせくぼん 28

Applicable: Sundays

Receive double points on the Yoshinoya Customer Points Card with any purchase

Finished! できたー!



The Tapioca Milk Tea can be served both hot or cold, to ensure year-round enjoyment. Settle in for a sweet time.

黒蜜タピオカミルクティはホットでも提供可。冬は暖かくてスイートなひとときをどうぞ。

## Jumping Onboard the Tapioca Train!

話題のタピオカをホットで飲む!

This café & bar's must-have is their bubble tea, made using domestic tapioca pearls to ensure freshness and a great, chewy texture (like gummy bears). They're also open at night, offering a selection of small eats and drinks—and a dartboard!

オープンしたばかりのカフェ&バル。看板メニューは国産タピオカ入りのタピオカティー! 夜はおつまみを食べながらお酒を楽しむこともできる他、ダーツで勝負も...!



## Café&Bar SHIRO

- 江東区白河 1-3-4 1-3-4 Shirakawa, Koto-ku
- 03-3641-9134
- 11:00 ~ 22:00
- 火 Tuesdays
- 清澄白河駅 A3 出口から徒歩 1 分

1 minute walk from Exit A3 of Kiyosumi-shirakawa Station

### とみせくぼん 27

特典日: 月~金(祝日は除く)

(ランチタイム)ドリンク注文でケーキ無料サービス (ディナータイム)お食事の方に生ビールまたはハイボール 1杯無料サービス

### とみせくぼん 27

Applicable weekdays (Monday - Friday) excepting holidays

Free slice of cake with a drink order (lunchtime only) Free glass of beer or a whiskey highball for dining customers (dinnertime only)



# KOTOFUL DIARY 10

江東区、冬のぽかぽか定番探し!

Keeping Warm Against Winter Winds: Koto Hot Spots for the Cold Months



Doria (rice casserole au gratin) 寒いときに食べたいアツアツのドリヤ



Spaghetti with meat sauce ミートソースパスタもおすすめ



## 辰巳湯 Tatsumi-yu

- 江東区三好 1-2-3 1-2-3 Miyoshi, Koto-ku
- 03-3641-9436
- 火~金 15:00 ~ 24:00 / 土・日 13:00 ~ 24:00
- 15:00 - 24:00 Tuesday through Friday, 13:00 - 24:00 Saturdays and Sundays
- 月 (祝日は営業) Mondays (but will be open if Monday is a national holiday)
- 清澄白河駅 A3 出口から徒歩 3 分

3 minute walk from Exit A3 of Kiyosumi-shirakawa Station

### とみせくぼん 26

特典日: 毎営業日

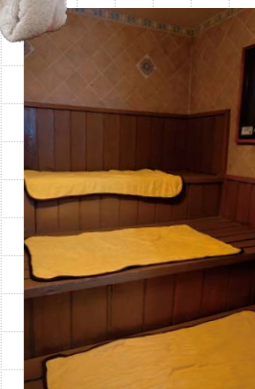
100円以上の商品 20円引き ※お1人様1店舗につき 1回の利用に限ります

### とみせくぼん 26

Applicable: any day of the week

20 yen off for purchases of 100 yen or more (can only be used once per person per visit)

Come find me! みつけてね!



Sento (public baths) are great places to relax. More affordable than onsen resorts, their huge bathtubs and Jacuzzi features help warm chilled bodies and soothe tired souls. Tatsumi-yu goes one step further by providing a roten-buro (scenic open-air bath) and a sauna room!

銭湯のお湯にゆったりつかれば、冷えた体も疲れた心も一気にリフレッシュ! 辰巳湯では露天風呂やサウナも楽しめるから、身近で温泉気分が味わえるのも魅力的!



Unwind in the spacious baths! Afterwards, take time to relax in the resting room, where an exciting selection of manga lines the shelves. 広い空間でのんびりぽかぽか。あがったら休憩室の漫画もじっくり堪能したい!

Let's start off at a lovely sento (public bath)! まずは銭湯でのんびり温まろう!



Your guide Xianru Shen Koto City Coordinator for International Relations ナビゲーター: シャンル・シェン 江東区国際交流員

## A Resort-like Sento That Goes Above and Beyond

銭湯という名のローカルリゾート