

今日のカレーはライス、麺、それともナンにする？

TAKE FREE

2021年7月

Vol.43

とみせ

くーぽん
ついてます



カレー

をどろろぞろろ!

夏バテ予防
にも効果的



／テイクアウトもできます／

門前仲町／大島／東陽町／木場／住吉／亀戸／清澄白河／森下

エリアピックアップ
いращゃい!
砂町
地区のお店

スパイスたっぷりカレー

タイ政府お墨付き
ハーブ香る本格派



テイクアウト
できます
TAKE OUT

ランチは
スープとサラダ付き

門前仲町

タイ屋台居酒屋 ヤムヤム

グリーンチキンカレー ランチ850円

タイ国政府が認定した本場のタイ料理を味わえるこちら。名物「グリーンチキンカレー」はココナッツミルクのまろやかさに、バイホラパーやバイマックルーなど生ハーブの香りが際立ちます。「鮮度が命」のカレーペーストは宮古島の農家から直送される無農薬ハーブを使用。ジャスミンライスとの相性抜群！

江東区富岡1-7-5
☎03-6458-5455
11:00 ~ 14:00 / 17:00 ~ 23:00
[休]無休
門前仲町2出口から徒歩1分



\\ ことみせくーぼん //

大盛無料 または
目玉焼きサービス

特典日:毎営業日



バンコク星付きホテル出身、
レックシェフ(右)の自信作



門前仲町

スパイシービストロ タップロボーン

アーユルヴェーダ・ラトゥキヤクル
・ワンプレート ランチ1,380円

スリランカ産の赤米にソイミートやカレー、ココナッツなど、アーユルヴェーダに基づいたヘルシーな具材がたっぷり。「スリランカの実家から届くスパイスを使った故郷の味。祖国で愛される、体に優しいおいしい料理をどうぞ」と、店主のゴダクンブラ・カピラバンダラさん。食後は心も体もスッキリ爽快！

江東区門前仲町1-7-5
☎03-3820-1225
11:30 ~ 22:00
[休]月曜
門前仲町駅3出口から徒歩1分



スリランカの
おふくろの味



テイクアウト
できます
TAKE OUT



バナナの葉に包まれた
「ランプライス」1,620円

\\ ことみせくーぼん //
スリランカコロッケ
お一人様1個サービス

特典日:毎営業日



ことみせくーぼんの使い方はP22・23をご覧ください。

進化が止まらないスパイスカレーから
あっと驚くカレー麺まで
今注目のカレーをご紹介します。



「王様のランチプレート」は
土曜11:00~14:00限定

江東区のカレーが進化中

夏バテ予防
にも効果的

カレーを
さびさび

おいしさが生まれる
スパイスの魔法

門前仲町

CURRY & SPICY DINING BAR IZUMITEI

王様のランチプレート 1,600円

スパイスの焙煎から始まる同店のカレー作り。マトンと絶妙なスパイスの組み合わせがクセになるカラヒ風のマトンカレーに、爽やかマイルドなチキンカレー、アチャールなど健康的なメニュー10種がワンプレートに。それぞれの味を楽しむのもよし、混ぜて食べれば、複雑にうま味が交わって、新たなおいしさが生まれます。

江東区富岡1-6-1-2F
☎03-6240-3970
11:00 ~ 22:00
[休]月曜
門前仲町駅2出口から徒歩1分



テイクアウト用「骨付きもも肉のコンフィ風カレー」と「キーマFRESH」各1,400円

テイクアウト
できます
TAKE OUT

\\ ことみせくーぼん //
スパイスカレー食べ放題ビュッフェ
100円引き

特典日:毎営業日

スパイスたっぷりカレー

東陽町

インド料理 サッカル 東陽町店

バターチキンカレーランチセット 1,040円

10種のスパイスをブレンドして作る「バターチキンカレー」は、トマトベースのルーにカシューナッツ、バター、生クリームなどが相まった濃厚でクリーミーな味わい。ランチセットならサラダ、飲み物、食べ放題のナンが付いてこの価格。チキンティッカ (250円) と一緒に食せば、その芳ばしさが引き立ちます。

江東区南砂2-2-16
☎03-5632-8485
11:00 ~ 15:00 / 17:00 ~ 22:00
[休]無休
東陽町駅3出口から徒歩6分



店主のケーシーさん(左)。
テイクアウトは600円～

テイクアウト
できます
TAKE OUT

\\ごみせくーぼん\\

3,000円以上テイクアウト注文の方
「プレーンナン」サービス
※通常295円

特典日:毎営業日

テイクアウト
できます
TAKE OUT

日本人の舌もうならせる
スパイスの妙技



門前仲町

インド・アジアダイニング ライノ

ディラックスセット 1,000円

日替わりカレーもいいけれど、「他のカレーも楽しみたい」という腹ペコさんには6種類のカレーから好みの2種類が選べる「ディラックスセット」を。しかも、店主・バヌさんが自信をもって勧めるタンドリーチキン付き！料理には高品質なスパイスを使用し、品質本位のインド&ネパール料理が味わえます。

江東区冬木23-13
☎03-5875-8009
11:00 ~ 15:00 / 17:00 ~ 23:00
[休]無休
門前仲町駅6出口から徒歩6分



お客様の満足を追求する
ネパール出身のバヌさん



各店の営業時間や休業日は予告なく変更になる場合があります。

南インドカレーと
北インドカレーを食べ比べ



レッドペッパーが効いた
「ココナッツチキンカレー」

マイルドで濃厚な
「ほうれん草とチキンカレー」

テイクアウト
できます
TAKE OUT



鶏肉のうま味際立つ
「タンドリーチキン」
2ピース分550円

日替わりカレーはお好みで。
「日替わりランチ弁当」500円～



大島

シヴァ マハル
アジアダイニング SHIVA MAHAL

ダブルカレーライスセット 980円

暑さの厳しい南インド風の「ココナッツチキンカレー」はさらっとして辛口。レッドペッパーやココナッツ、タマリンドが発汗を促し、暑さをやわらげてくれる効果も。一方、北インド風の「ほうれん草とチキンカレー」は生クリーム、バター、カシューナッツなどを使ってじっくり煮込んだこってり派。さっぱりとこってり、8月限定のこの機会に両方楽しんで。

江東区大島6-8-22-2F
☎03-5875-4575
11:00 ~ 22:00
[休]無休
大島駅A2出口から徒歩1分



腕利きのシェフ・ソムさん(左)とラムさん

\\ごみせくーぼん\\

店内での飲食 5%割引
テイクアウト 10%割引

特典日:毎営業日

\\ごみせくーぼん\\

ランチタイムご利用の方
チキンティッカ1本 または
マンゴラッシー1杯サービス
ディナータイムは会計から10%割引

特典日:毎営業日



大人にも子どもにも大人気！



テイクアウト
できます
TAKE OUT



「一押しメニューです」と店主の木口奈々さん

\\こみせくーぼん//
サラダ または
トッピング一品サービス
特典日:毎営業日

シロクマカレー 住吉店
牛スジ野菜カレー 970円

住吉

色鮮やかな野菜とスパイスの香りに思わず食欲がそえられるこちらは、同店の看板商品「牛スジカレー」(700円)に「季節の野菜8種」(270円)を添えたアレンジメニュー。カレーは国産牛をトロトロになるまで煮込んだ本格派。旬の美味しい野菜と味わって。

江東区住吉1-19-1-113
☎03-3631-4931
11:00 ~ 21:00
[休]火曜
住吉駅B2出口から徒歩3分



宮古島郷土料理 ラッキー
カレーライス 700円

亀戸

沖縄産のあぐー豚を使用したカレーは、野菜の甘さがしっかり感じられる滋味深い一品。「油を使わないのでヘルシーですし、ステンレス多層鍋で煮込むと味が染み込んでおいしくなるんですよ」と店主の松尾さん。「ゴーヤチャンプルー弁当」(500円)もどうぞ。

江東区亀戸6-23-10
☎03-3682-9676
テイクアウト 12:00 ~ 18:00
※飲食は 12:00 ~ 14:00
[休]月曜
亀戸駅東口から徒歩5分



お客様の健康を願う愛情がいっぱい



テイクアウト
できます
TAKE OUT



沖縄県宮古島出身の店主・松尾朝子さん

\\こみせくーぼん//
ご購入またはご飲食の方
ドリンク1杯無料
特典日:毎営業日

わが家の食堂 亀戸店
カレー丼 480円

亀戸

大きめにカットされたタマネギと豚ばら肉のうま味がたまらない。懐かしくて食べ応えのある「カレー丼」は、「下町人情」という店のコンセプトを打ち出した代表作。野菜は自社直営農園で栽培された低農薬・無農薬の採れたて。ダイレクトに野菜の味を楽しんで。

江東区亀戸2-45-8
☎03-5858-6483
24時間営業
[休]無休
亀戸駅北口から徒歩5分



テイクアウト
できます
TAKE OUT



「お客さまは家族」と店主の小室精次さん

\\こみせくーぼん//
500円以上ご飲食の方
50円引き
特典日:毎営業日

スパイスカレーと
おうちカレーと
の良いとこ取り



木場

居酒屋 木場くぼ

ハーフ&ハーフ定食 1,000円

5種類のおかずから好みの2品が選べる「ハーフ&ハーフ定食」はボリューム満点。中でも王道はカレーと唐揚げ。じっくり煮込んだカレーは野菜のやさしい甘みとスパイシーなうま味のバランスが絶妙です。まさに、おうちカレーとスパイスカレーの良いとこ取り！土鍋で炊き上げたご飯との相性も抜群。漬け物、お椀も付いて1,000円はお得過ぎます。

江東区木場3-13-5
☎03-5875-8056
11:00 ~ 15:00 / 18:00 ~ 23:00
[休]水曜
木場駅3出口から徒歩9分



テイクアウト
できます
TAKE OUT



テイクアウトで人気の「MIX弁当」900円と「おつまみ5種盛り」2,000円

\\こみせくーぼん//
最初の
ドリンク1杯無料

特典日:毎営業日



久保さん家族が営むアットホームな人気店

迷いは無用！
夏季限定の冷やし麺



テイクアウト
できます
TAKE OUT

\\ごみせくーぽん//
1,500円以上ご飲食の方
100円トッピングサービス
特典日:月・火・木・金曜(祝日を除く)



創作ラーメンの名医、
店主・牧島健造さん

かねさち 兼吉

大島

冷やしカレーたぬき サラダバージョン 1,200円(卵付き)

毎年7月に登場する「サラダバージョン」のベースは、和風だしの冷やし中華麺。スープは「しょう油」か「しろ」をチョイス。そこに店主自慢の自家製カレールーが加わると、摩訶不思議。程よい辛さと酸味、甘さ、コクが相まって夏の食欲不振も吹き飛びます！

江東区大島6-27-6
☎03-6314-8336
12:00 ~ 15:00 / 18:00 ~ 22:00
[休]水曜
大島駅A6出口から徒歩5分



メン カレと。Men

清澄白河

カレMen type A 1,200円

13種のスパイスとタマネギやトマトなどを使ったカレールーに豚骨スープが加わると、刺激的で濃密なうま味が炸裂。太ちぢれ麺が、その味わいを引き立てます。食後の爽快感も感動もの。カレーを愛するラーメン職人・清水博丈さん入魂の一杯をどうぞ。

江東区白河3-6-7
☎03-5639-5789
11:00 ~ 15:00 / 17:00 ~ 21:00
日曜、祝日11:00 ~ 21:00
[休]無休
清澄白河駅B2出口から徒歩3分



スパイスカレーと
ラーメンの融合



「カレーを食べる感覚
どうぞ」と清水さん

\\ごみせくーぽん//
カレ。またはMenをご注文の方
味玉1個サービス
特典日:毎営業日

らくらく

中華料理 楽楽

森下

カレーラーメン 720円

名物の五目チャーハン、揚げワントンの後ろで密かにファンが多い「カレーラーメン」は、カレーと相性抜群のソースベース。そこにこんもり盛られたカレーは先代の懐かしい味を引き継ぎ、「カレーライス」とは微妙に肉を変えるなどの一手間に勝負あり！

江東区森下3-13-2
☎03-3631-1300
11:00~14:00/17:30~22:00
※第1・3・5月曜は14:00まで
[休]火曜
森下駅A6出口から徒歩7分



テイクアウト
あります
TAKE OUT

優しくてコク深い
古いのに斬新な一品



老舗の味を守り続ける
4代目の中島将行さん

\\ごみせくーぽん//
5%割引
※アルコール・セットメニューを除く
特典日:毎営業日

つるトロッとカレー麺



ことみせ連動
スペシャル
メニュー



見て食べてビックリ！
新型コロナウイルス
終息までの期間限定

今回の特集のために店主が考案した新メニュー

清澄白河

こしんあん

蕎麦処 小進庵

天まで届け海老天カレーせいろ 1,760円

大きな2本のエビがどど〜んとそそり立つ迫力に思わず感嘆の声をもらすこと請け合い。「新型コロナウイルス終息の願いが天まで届くように」との思いが込められた「海老天」はプリプリサクサク。「運草」と呼ばれるのり天、解毒効果のある大葉の天ぷらを絶品そばと共にカレー汁でいただければ、鬼に金棒。心底元気になれるはず！

江東区三好4-8-3
☎03-3641-4723
11:00 ~ 15:00 / 17:00 ~ 20:30
[休]木曜
清澄白河駅B2出口から徒歩8分



テイクアウト
あります
TAKE OUT

\\ごみせくーぽん//
天まで届け海老天カレーせいろ
100円引き
※通常1,760円
特典日:毎営業日



粋でシャレのわかる
店主・大森真行さん

各店の営業時間や休業日は予告なく変更になる場合があります。

アイセルフワークアウト
i-Self Workout
 フォーウィルチエアー
for wheelchair
 木場二丁目

自分らしさを見つけて育む
 笑顔のトレーニングジム
 車いすユーザーに
 運動とふれあいの場を

「調子良さそうですね。ウェイ
 トもう一つ増やしましょうか？」
 ここは日本初の車いすユーザー
 対応のセルフ型トレーニングジ
 ム。理学療法士の西山千里さんは、
 利用者が適切なフォームで運動がで
 きるようサポートを行う。

この日、ジムにいた森口圭一
 さんは2年ほど前に脊髄を損傷。
 医師から「二度と歩くことはでき
 ない」と告げられたが、「必ず、歩
 いてみせる」と併設の脊髄損傷者
 専門トレーニングジムに通いなが
 ら、自主トレを続けているという。
 「簡単なことではありません。
 けれど、ここには私の挑戦を全力
 で応援してくれるトレーナーや仲
 間がいる。その温かい笑顔とふれ
 あいが自分らしさを取り戻す原動
 力になっています」と森口さん。
 車いすユーザーの日常には運動
 と人とのつながりが大切。まさに
 「スポーツと人情のまち」である。



ジムには筋トレ用3台、有酸素運動用2台のマシンが備えられ、マシン同士の間は十分なスペースを確保。車いすに乗ったまま一人で準備からトレーニングまで行える

車いすに乗ったまま
 筋トレできます！



「i-Self Workout」の利用料は月額7,480円～。
 代表・伊佐拓哲さん(写真・右)も車いすユーザー
 で、自身の経験を生かし脊髄損傷者が再び歩くこ
 とをサポートするジムも運営している



DATA
 江東区木場 2-17-13-3F
 ☎03-5809-9390
 9:00 ~ 19:30
 【休】無休
 木場駅3出口から徒歩3分



＼＼ごみせくーぼん！＼＼
 無料体験当日の入会で
入会金無料※
 またはビジター利用料 2,200円→550円(初回のみ)
 ※通常5,500円
 特典日:毎営業日



伊佐さんは「コロナ禍でジムに通えなくなってしまった人、脊髄損傷で車いす生活を送っている人や家族などが気軽に集える場所を作りたい」と、「セキソンから広がるオンラインコミュニティ「再!発見」」を開設。写真は同サイトのトップ画像

🏠 ②フリージアース

ハンドリフレクソロジストの香山真由美さんがオープンした、女性専用のリラクゼーションサロン。ローズオイルを使った全身トリートメントと岩盤浴マット、飲むバラ水、カウンセリングがセットになった「クレオパトラコース」は20,000円。体も心も癒やせます。

江東区北砂2-13-13-2F
☎080-4729-2311
10:00~20:00 ※受付は18:00まで
[休]不定休
北砂三丁目バス停から徒歩1分



「足の裏や手の平などの反射区を刺激して内臓の疲労改善を促します」と香山さん(右)



♡♡♡ごめせくーぼん♡♡♡

ペルシャ直輸入の天然ローズ水5包(カード付き)プレゼント

特典日:毎営業日



AREA PICK UP! エリアピックアップ

いらっしゃい! 砂町地区 のお店

今回は北砂、東砂、南砂のことみせ登録店の中から13店舗をピックアップして紹介します。



こども記者の幸愛さん、夢さん、奈央さん(写真左から)



🛒 ③原田薬局 本店

今年で創業70年。91歳の店主・原田蘭子さんを筆頭に親子3代で店を切り盛りしています。「お客さまの悩みに対して、かゆい所に手が届く薬局でありたい」という、家族と接するかのような温かい対応が、地域で長く愛されてきた理由です。

江東区北砂3-14-20
☎03-3645-8136
9:00~19:00
[休]日曜、祝日
北砂三丁目バス停から徒歩2分

何でも相談できそう



笑顔で迎えてくれる原田さんファミリー。漢方相談や育毛、増毛の相談にも対応

♡♡♡ごめせくーぼん♡♡♡

粗品プレゼント

特典日:毎営業日



「メニューが豊富なので幅広い層の方にご利用いただいています」と陳さん

🍴 ①台北厨房

フードコートにあり、買い物ついでに本格台湾料理が楽しめるのがこちら。トロトロの豚バラがたまらない「台湾ルーローハン」600円は、現地の屋台料理の定番。豚骨と鶏をまるごと煮込んだワンタンスープは、店主・陳さんの自信作。セットどうぞ。

江東区北砂2-17-1 アリオ北砂1F
☎03-6666-0525
10:00~22:00
[休]無休
北砂3丁目バス停から徒歩2分



五目あんかけ焼きそば730円

♡♡♡ごめせくーぼん♡♡♡

種類・定食
10%割引

特典日:毎営業日



6 君野園

昭和26年創業、昔ながらの風情で佇むお茶とのり、たばこ専門店。静岡県産のオリジナルブレンド茶をはじめ、趣のある急須や湯のみも豊富にそろいます。「各地の窯元で巡り合った希少な器も」と店主の森弘子さん。愛煙家から支持される珍しいたばこも扱っています。

江東区北砂4-38-8
☎03-3644-8801
10:00~19:00
[休]水曜
北砂七丁目バス停から徒歩2分

かわいい
ワンちゃんもいます



2代目店主・森弘子さんがお茶の入れ方や器の手入れ方法を伝授。お茶の試飲サービスも

全品 10% 割引

※タバコは除く

特典日:毎営業日



7 居酒屋 深川

名物は、ジャマイカの郷土料理「ジャークチキン」660円。音楽好きでジャマイカを訪れたこともある店主の息子さんが、自らスパイスをブレンドし、本場の味を再現した一品。串焼きなどの居酒屋王道メニューも豊富で、全てテイクアウトもOKです。



江東区北砂6-2-1
☎03-5683-7128
17:00~24:00
[休]無休
北砂五丁目バス停から徒歩2分

お会計時 5% 割引

特典日:毎営業日

テイクアウト
できます
TAKE OUT



ジャマイカのオールディーズが流れる店内で、ゆったりとした時間を過ごして

4 お好み焼 国松

おすすめの「おこピザ」(1,045円)は、お好み焼きの生地にとマトソースや野菜、チーズなどの具材を乗せて蒸し焼きにしたピザ風お好み焼き。「子どもにも大人にも喜んでもらえる砂銀の新名物になれば」と、大将の国松さん。「ラーメンもんじゃ」(1,100円)も味わって。

江東区北砂3-38-16
☎03-3644-0717
17:00~22:00
[休]月・火曜
北砂二丁目バス停から徒歩4分

2名以上で来店ご飲食のグループにチーズ焼きまたはネギ焼きのどちらか1品無料サービス

特典日:水・木・金曜

テイクアウト
できます
TAKE OUT

わあ、
おいしそう!



店はしっかりと落ち着いた雰囲気。小上がりがあり、家族連れの利用客も多い

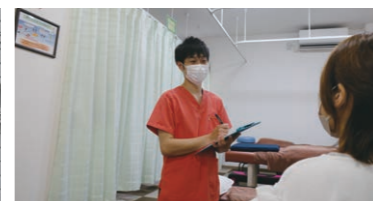


5 かんべ整骨院

「本気で治したい人を本気で治す」をモットーに、脊柱管狭窄症などで悩む人と向き合う院長の神戸将也さん。丁寧なカウンセリングを行いながら、一人ひとりの症状に合わせた施術で不調の根本緩和を目指しています。諦める前に一度相談してみてもいい?

江東区北砂4-18-18
☎03-6666-6724
9:00~13:00 / 15:00~19:00 ※土曜は13:00まで
[休]日曜、祝日
北砂二丁目バス停から徒歩5分

本気で
治します



丁寧な問診や治療で信頼を得る神戸さんの評判を聞いて遠方から相談に訪れる人も

初めての方、
完全自費治療 3回
19,980円→1,980円

特典日:毎営業日



ちくりん ⑩竹鈴

新鮮な魚介を使った、安くておいしい料理が評判のお店。「日替わり定食を目当てに毎日通う常連さんも。その日仕入れたものを使って、お客さまに喜んでもらうメニューを考えるのが楽しくて」と店主の中村紀子さん。自慢のまぐろブツが食べられる「彩り定食」850円が人気です!

江東区東砂6-1-1
☎03-6666-3428
11:30~14:00 / 17:30~22:00
[休]不定休
袖ヶ浦バス停から徒歩1分



彩り定食に付く「自家製厚焼き玉子」はテイクアウト用も。密かな人気商品です

定食 50円引き

特典日: 毎営業日

テイクアウト
できます
TAKE OUT



はしした ⑧橋の下のトラットリア
ラフェーデ La Fede

本格的なイタリア料理をリーズナブルな価格で提供。料理のおいしさと居心地のよい空間に惹かれ、通いつめる常連さんも。中でも一番の人気は「本日の前菜の盛り合わせ」。コースランチの一品としてはもちろん、850円で単品テイクアウトもできるので味わってみてください。

江東区北砂5-19-25
☎03-6666-6795
11:00~15:00 / 17:00~24:00
[休]木曜、第1水曜
北砂六丁目バス停から徒歩2分



グラスパークリングワイン
1杯無料

特典日: 月~水曜・金曜



テイクアウト
できます
TAKE OUT

人気の「Aコースランチ」は1,650円、「Bコースランチ」2,750円。写真左はオーナーの山崎泰直さん



自然光が降り注ぐ明るい店内。ゆったり寛げるリラックス空間

とまり木 ⑪

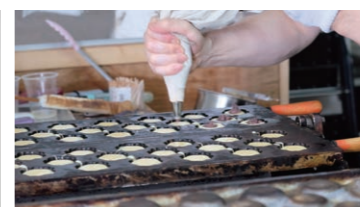
曾根田さん親子が手がける、居心地のよいリラクゼーションサロン併設カフェ。アーユルヴェーダトリートメントで癒やされた後は、ハンドドリップコーヒーと、スイーツやパン、手作りランチに舌鼓。フレンチシックな空間で、心身ともに癒やされて満たされて。

江東区東砂6-19-8
☎03-6666-5957
9:00~17:00
[休]月・火曜 ※リラクゼーションは不定休
旧葛西橋バス停から徒歩1分

おいしい
スイーツもあります

・ホットコーヒーご注文の方、
お替わり無料
・オイルトリートメントご利用の方、アロマ
トリートメントへ無料グレードアップ

特典日: 毎営業日



接骨院なのに人形焼きも製造販売! あんなし、あん入りの2種類があります

すえひろどお せつこつじん ⑨末広通り接骨院

腰痛や肩こりに悩む人の駆け込み寺。小林功児院長が行うのは、中枢神経を活性化させる「脳脊髄液調整法」という施術。脳の血流を促し、人が本来持っている治癒力を引き出すことで体の調子を整えるのだそう。初回の方には500円で体験施術も。

江東区東砂4-22-12
☎03-3640-5350
9:00~20:00
[休]日曜、祝日
第七砂町小学校前バス停から徒歩5分

初回限定 体験施術 基本コース
20分 2,000円→500円、
標準コース40分 4,000円→1,500円

特典日: 毎営業日



人形焼きは
手作りの味

砂町地区周辺の
ことみせ登録店は **120店舗** *令和3年6月現在

各店の詳細は
ことみせWEBサイトで
チェックしてね!



✂ 食べる・飲む ✂

店名(50音順)	ことみせくーぼんの特典内容	特典日	住所	電話番号
居酒屋 深川	お会計時5%割引	毎営業日	北砂6-2-1	03-5683-7128
伊勢元	夜ご利用の方、生ビール(中ジョッキ)・酎ハイ・カクテル・サウ ー1杯目100円	火~金曜(祝日は除く)	南砂4-1-12	03-3648-2266
梅むら	1,000円以上お買い上げ、飲食の方、5%割引	月・火・木曜(祝日は除く)	北砂3-30-9	03-3644-6749
岡田屋製麺所	飲食代より10%割引※サービ品とセット品が含まれるも のは割引対象外	毎営業日	南砂1-10-9	03-3644-8601
お好み焼 国松	2名以上でご来店ご飲食のグループにチーズ焼きまたはネ ギ焼きのどちらか1品無料サービス	水・木・金曜	北砂3-38-16	03-3644-0717
お好焼どんど	お食事の方、ソフトドリンク1杯無料サービス	毎営業日	東砂7-17-22	03-3644-5802
osteria chivo	店内でご飲食の方、ワンドリンクサービス	毎営業日	南砂3-14-22	03-6458-6903
川の屋	3,000円以上ご利用の方、5%割引	水曜	北砂3-6-4	03-5683-9797
銀座ホール	ご飲食の方、小鉢一品サービス	毎営業日	北砂3-33-20	03-3644-6354
食事・そば処 三船屋	食事代1,500円以上で100円引き ※出前の際は注文時に クーポン利用の旨申し出てください	毎営業日	南砂1-15-5	03-3644-1751
寿司食べ放題 おおみなと	お会計時500円引き ※1グループにつき1枚のみ	毎営業日	南砂3-5-11	03-6666-7888
砂むら	当店オリジナル商品 一品サービス(チーズお焼き)	月~金曜	南砂6-11-1	03-3646-7426
炭火焼ホルモン ナカジ	おまかせホルモン盛10%増量	月曜	南砂7-6-12	03-5683-2209
そば処 いなりや	一人につき100円のサービス券進呈 ※店内でのお食事に限ります	月・火曜	南砂4-7-25	03-3648-2121
台北厨房	麺類・定食10%割引	毎営業日	北砂2-17-1 アリオ北砂1F	03-6666-0525
台湾阿Q麵館	肉丸(バーワン)100円引き (通常680円)	毎営業日	東砂7-10-12	080-4341-0066
竹鈴	定食50円引き	毎営業日	東砂6-1-1	03-6666-3428
中華食堂	2,000円以上注文の方、一品サービス	毎営業日	北砂3-32-18	080-5509-2135
中華料理 永昌園 砂町銀座店	コース料理10名以上の予約で幹事1名無料	毎営業日	北砂3-36-19	03-3649-3738
ちよい飲み篇はん	2,000円以上ご飲食の方、チーズクラッカーサービス	毎営業日	北砂6-12-5	03-3645-8050
東京下町もんじゃお好み焼き うさぎ	もんじゃ・お好み焼き1杯注文でスパークリングワイン1杯 無料 ※お一人様1杯まで	毎営業日	北砂3-6-4	03-6659-7387
とまり木	・ホットコーヒーご注文の方、お替わり無料・オイルトリートメン トご利用の方、アロマトリートメントへの無料グレードアップ	毎営業日	東砂6-19-8	03-6666-5957
橋の下のトラットリア La Fede	グラススパークリングワイン1杯無料	月~水・金曜	北砂5-19-25	03-6666-6795
日の出寿司	・ランチご飲食の方、ペットボトルのお茶または水プレゼント・ランチテ イクアウトの方、ペットボトルのお茶または水と即席みそ汁プレゼント	毎営業日	南砂3-12-4	03-3648-1706
ホルモンナカジ はなれ	「ホルモンおまかせ盛」10%増量	月~金曜(祝日は除く)	南砂7-6-16	03-6666-0165
ミート食堂マルセン	大盛り無料	毎営業日	北砂4-22-5	03-6666-6785
麺屋ばらお 大衆酒場はな 南砂店	初来店のお客様、大盛または味玉サービス	毎営業日	南砂2-37-12	03-3640-1987
もんじゃ 燈	おすすめのもんじゃ焼きまたはお好み焼き1品10%割引	月~木曜	南砂3-12-6	03-6666-3921
友膳	夜の営業時間、お1人様1,650円以上の飲食で5%割引※ 対象外メニュー及び除外日あり	毎営業日(但し、毎月の感 謝デーなど除外日有り)	北砂3-17-17	03-3699-8971

「ことみせくーぼん」の特典内容はお店の都合等により、予告なく変更する場合があります。

AREA PICK UP! 砂町地区のお店

オステリア キーヴォ
Osteria chivo

オーナーシェフの望月克さんがシチリアで修得した
という、「アンチエイジングビーフ」が味わえるイタリ
アンレストラン。「新鮮な肉を自家製マリネ液に漬けて
真空保存してから調理しています」。うま味が凝縮
されて、驚くほど柔らかかに!

江東区南砂3-14-22
☎03-6458-6903
12:00~14:00/
18:00~22:00
[休]月曜
南砂町駅2a出口から
徒歩2分



店内でご飲食の方、
ワンドリンクサービス
特典日:毎営業日



写真左上は「アンティパストミスト」1,078円。
他にも持ち帰りできるメニューもあるので尋
ねてみて



「慶弔用仕出しや和洋中オードブルもお気軽
に」と、5代目店主の名鏡秀一さん

ひの で す し
13日の出寿司

慶応2年創業。老舗ながら「気軽に食事が楽しめる」と
地域客から支持されています。ランチは全てみそ汁、
コーヒー、小鉢付き。「海鮮丼」は1,000円。肉料理と
刺身がメインの「日替わり」は780円。持ち帰りや仕
出し弁当の配達にも応じてくれます。

江東区南砂3-12-4
☎03-3648-1706
11:30~14:00/17:00~23:00 ※土・日曜は17:00~
[休]無休
南砂町駅2b出口から徒歩5分

元八幡通りにある
老舗です

ランチご飲食の方、ペットボトル
のお茶またはお水プレゼント
ランチテイクアウトの方、ペットボトル
のお茶またはお水と即席みそ汁プレゼント
特典日:毎営業日



ことみせくーぼんの使い方はP22・23をご覧ください。

ボランティアハウス ぼかぼか	ドリンクバー無料サービス (通常200円)	毎営業日	南砂4-3-12	03-5633-7173
毎日が激安の店	全品5%割引	毎営業日	北砂3-37-17	03-3615-6780
まからんや洋品店	①3%割引 ※学校指定洋品・特売品を除く ②粗品進呈	①毎営業日 ②火曜	北砂4-18-12	03-3644-8376
まちのふうせんやさん ときわや	全品3%割引	毎営業日	北砂3-30-10	03-3644-7761
まつ蔵精肉店	揚げ物全品20円引き	毎営業日(金曜を除く)	南砂2-3-1-115	03-6659-7829
豆の王様 シモヤマ	1,000円以上お買い上げで5%割引	水曜	南砂3-8-5	03-3644-1728
モーゼル自転車	一般車/パンク修理100円引き、タイヤチューブ交換300円引き	毎営業日	北砂5-20-12-101	03-6875-6338
モカドール洋菓子店	全商品5%割引	毎営業日	北砂5-1-30	03-3646-7813
ユアセイidou よつば	お会計金額10%分のよつばサービス券をプレゼント(サービス券1500Pでベテラン美容師のエステサービス)	毎営業日	南砂5-13-8	03-3644-3065
山屋精肉店	シューマイ10個入、通常450円を400円 ※お1人様1点	火曜	北砂4-34-13	03-3644-3401
リサイクルアピオ	食器・瀬戸物5,000円以上お買い上げで、10%割引	毎営業日	東砂4-16-10	03-3640-0684

🏠 生活関連 🏠

店名(50音順)	ことみせくーぼんの特典内容	特典日	住所	電話番号
あい針灸整骨院	マッサージ・はり・お灸などの自費治療に使用できる回数券3回分2,940円→2,400円(使用期限1カ月) ※詳細はお問い合わせください	毎営業日	北砂5-20-12-102	03-5665-5821
旭湯	100円以上の商品20円引き ※入浴料は対象外 ※お一人様1回の利用に限ります	毎営業日	東砂7-15-1	03-3644-0493
airis	初回ご利用の方、全メニュー20%割引、縮毛矯正11,500円(通常16,537円)	月～金曜 15:00まで(祝日は除く)	南砂6-2-7	03-3645-1679
エクセル	成約後、防災用グッズをプレゼント	毎営業日	南砂3-8-4	03-5606-7739
介護タクシー マリン	メーター料金の10%割引	毎営業日	東砂3-4-5	03-6303-6808
カットスタジオ イフ	初回限定 カット・パーマ・ヘアカラー1,000円引き	金曜	南砂2-3-15-2F	03-3649-9630
Kanaloa eyelash salon	初回限定全メニュー20%割引	毎営業日	南砂3-12-6-302	—
亀の湯	100円以上の商品20円引き ※入浴料は対象外 ※お一人様1回の利用に限ります	毎営業日	北砂4-20-25	03-3644-6514
かんべ整骨院	初めての方、完全自費治療通常3回19,980円 → 1,980円	毎営業日	北砂4-18-18	03-6666-6724
きたすな整骨院	骨盤矯正6,500円を半額 ※初回のみ、要予約	毎営業日	北砂2-5-6	03-3640-1349
喜楽湯	100円以上の商品20円引き ※入浴料は対象外 ※お一人様1回の利用に限ります	毎営業日	南砂4-15-19	03-3644-3803
寿自動車	新車ご購入の方、カタログギフトプレゼント	毎営業日	東砂5-14-19	03-3646-8101
写真屋さんホックス	DVDダビング 1本980円→880円(5本以上)	毎営業日	南砂2-3-1-107	03-3699-6782
女性専用美容室 ティフ・ティフ	カットご利用の方、ティッシュケースプレゼント	毎営業日	南砂2-1-6-2F	—
鍼灸サロンRuce	施術代10%割引	毎営業日	南砂6-2-9	03-6336-6475
末広通り接骨院	初回限定 体験施術 基本コース20分 2,000円→500円、標準コース40分 4,000円→1,500円	毎営業日	東砂4-22-12	03-3640-5350
セレモニーホール鈴木	①当社葬儀プラン(基本料金)の10%割引 ※区民葬儀は除く ②セレモニーホール鈴木の使用料10%割引他	毎営業日	北砂1-14-7	03-3644-8630
大雄開発 砂町店	仲介手数料5%割引	毎営業日	北砂3-38-15	03-3640-3111
竹の湯	100円以上の商品20円引き ※入浴料は対象外 ※お一人様1回の利用に限ります	毎営業日	北砂3-25-8	03-3644-0366
調髪処犬飼	全メニュー100円引き	毎営業日	北砂3-34-15	090-9643-6942

雪晶の茶	ドリンク注文の方、タピオカトッピングサービス	土・日曜	北砂4-39-8	03-6666-2717
YogiYo	本場韓国海苔をプレゼント	毎営業日	南砂6-2-1	03-6666-6041
横十間川酒造 ガハハビール	自家製ビール100円引き ※店内飲食時	毎営業日	南砂2-3-1	03-6659-7043
レストカフェミュー	おすすめメニュー50円引き	月～金曜	北砂6-14-13	03-3699-9810

🛒 買う 🛒

店名(50音順)	ことみせくーぼんの特典内容	特典日	住所	電話番号
あさり屋さん	2,000円以上お買い上げで、つくだ煮プレゼント(通常200円)	毎営業日	北砂4-25-5	03-6666-0481
アンデスハム	1,000円以上お買い上げの方に、アンデスやきやきフランク1本60円で提供	毎月1日、10日、20日、月末	北砂4-25-6	03-3640-8021
飯塚商店	1,000円以上の商品5%割引 ※超特価品は除く	毎営業日	北砂5-8-12	03-3644-6654
糸井電化ストアー	LED電球お買い上げの方、50円引き	毎営業日	南砂3-12-6	03-3644-7544
近江屋呉服店	バッグ10%割引	毎営業日	北砂4-9-9	03-3646-1888
オートショップ江東	新車ご購入の方に、U字キーまたは前カゴをプレゼント	毎営業日	北砂6-3-1	03-3646-2591
大場生花店	お買い上げの方、お花1本プレゼント	毎営業日	東砂7-16-2	03-3644-8891
Kasshii	全品5%割引	毎営業日	北砂4-1-14	03-6666-6035
君野園	全品10%割引 ※タバコは除く	毎営業日	北砂4-38-8	03-3644-8801
京呉服・宝石の店 田巻屋砂町銀座店	3,000円以上お買い上げで田巻屋特製手ぬぐいプレゼント	毎営業日	北砂5-1-29	03-3640-5298
くだもの井口	5,000円を超えるお買い上げについて、超えた額1,000円毎に2%割引	毎営業日	北砂4-40-9	03-3644-3809
KUNON Baking Factory	お買い上げの方、50円引き	毎営業日	北砂4-29-14	080-9157-8449
群馬屋商店	5,000円以上お買い上げの方、10%割引	月曜	南砂4-7-25	03-3644-3554
佐野みそ 砂町銀座店	2,000円以上お買い上げの方に季節の食品を進呈	毎営業日	北砂3-36-8	03-3647-8249
サロンド・マツモト	毛穴エステ500円 ※予約優先	毎営業日	北砂5-1-28	03-3648-4456
37°by いしずか砂町銀座本店	全品10%割引	毎営業日	北砂5-8-5	03-3640-7671
シューズショップ キクヤ	5,000円以上お買い上げで5%割引、10,000円以上お買い上げで10%割引	毎営業日	南砂6-10-12	03-3644-1936
シュースタジオ グリュック	全品正札より10%割引 ※調整代・修理靴代を除く	火曜	北砂3-30-11	03-5690-1030
手作りの店 さかい	ジャンボシューマイ10個入り 750円→700円	毎営業日	北砂5-1-33	03-3646-5670
とうふ処 小川	おから 150円→130円 ※クーポン1回につき1袋	毎営業日	南砂3-12-3	03-3644-7362
豊田屋豆腐店	豆腐1丁につき10円引き	水・土曜	東砂8-20-17	03-3646-9288
ナカヤパン店	主にパン類を8%割引 ※一部除外品があります	月～金曜	東砂6-20-8	03-3644-3573
はくえん堂	1,000円以上のお買い上げで10%割引 ※特価品を除く ※額縁・貸画廊使用料が対象	毎営業日	北砂4-26-4	03-3646-4974
ハッピーメガネ砂町銀座店	全品10%割引	毎営業日	北砂3-32-19	03-3640-3941
原田薬局 本店	粗品プレゼント	毎営業日	北砂3-14-20	03-3645-8136
不二家 北砂店	ペコちゃんグッズがもらえるペコちゃんポイント1ポイント追加	毎営業日	北砂4-16-12	03-3644-6309
ブティック シティライフ	5%割引 ※特売品除く	毎営業日	北砂4-40-9	03-3648-2716

注文する時に見せるだけ!

ことみせくーぽん

つかってね!

ことみせくーぽんの
使い方は
裏のページを
ご覧ください

くーぽん券

ことみせくーぽんは全店共通。

見せるだけで、何度でも使えます。

点線で切り取って、

おさいふに入れておいてね。

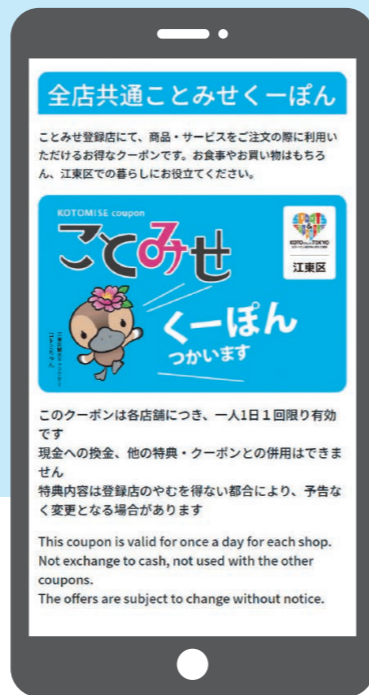
スマホ版

ことみせウェブサイトの

「ことみせくーぽんを使う」をタップ。

くーぽん画面をお店に

提示してください。



登録店募集中!

「ことみせ」とは、江東区が平成26年4月に開始した「江東お店の魅力発掘発信事業」の略称で、サイトや情報誌、イベントを通じてお店の魅力的な情報を発信しています。

登録を希望される方は、ことみせウェブサイトをご覧ください。



登録はこちらから

日進自動車工業	・オイル交換の方、"おでかけ10検(てんけん)"3,900円相当無料・レッカーご利用の方、30%割引他	毎営業日	北砂4-6-22	03-3648-0591
ひかり整骨院・鍼灸院	初回お試し2,980円(通常5,980円)	毎営業日	東砂2-5-12	03-3648-5069
美容室 エムアンドケー	全てのメニュー5%割引	毎営業日	南砂6-8-1	03-5690-6997
ファミリーサロン マミ	①10%割引 ②誕生日月パーマ50%割引	①木曜 ②毎営業日	南砂4-16-13	03-3645-8025
フォトショップ DIA	各種撮影10%割引	毎営業日	北砂3-24-9	03-3644-7313
藤の湯	100円以上の商品20円引き※入浴料は対象外 ※お一人様1回の利用に限ります	毎営業日	東砂3-18-17	03-3644-7351
不二の湯	100円以上の商品20円引き※入浴料は対象外 ※お一人様1回の利用に限ります	毎営業日	東砂8-20-16	03-3644-1771
フリージアース	ペルシャ直輸入の天然ローズ水5包(カード付)プレゼント	毎営業日	北砂2-13-13-2F	080-4729-2311
プリントン	初回のみ、江東区公式ロゴマーク入りカラープリント封筒3,000円/100枚<角2> 2,500円/100枚<長3>	毎営業日	南砂1-9-7	03-3615-6161
文化湯	100円以上の商品20円引き※入浴料は対象外 ※お一人様1回の利用に限ります	毎営業日	北砂6-14-8	03-3644-7418
ヘアーさぶまりん美容室	カット・カラー・パーマ、いずれか500円引き	毎営業日	東砂3-1-14	03-3648-0869
hair ruscha	新規の方、7,000円以上のご利用で500円引き(12:00~17:00)	月・木曜	南砂3-12-6	03-6458-4582
hair SHIP reborn	初回ご利用(カットorパーマorヘアカラー)の方、炭酸シャンプーとヘッドケアをサービス※要予約	月~金曜(祝日は除く)	北砂4-1-14-2F	03-3699-0664
丸臣	ご契約の方、スペイン製のオリーブ石鹸プレゼント	毎営業日	北砂1-8-8	03-6666-5494
丸山工務店	ご契約時までに、くーぽんを提出いただいたお客様対象に浦安にある大型テーマパークのバチケットプレゼント。※ご契約されたお客様が対象となります	毎営業日	東砂3-15-7	03-3648-5451
丸山防水工業	・防水工事は10年の工事保証・工事代金5%割引(割引上限は25,000円)	毎営業日	東砂8-20-8	03-3647-7931
みなみすな整体院	通常初回12,000円を6,000円 ※要予約	毎営業日	南砂3-13-3	03-5683-5019
みのる不動産 本店	新規ご契約いただいた方、プリペイドカードプレゼント	毎営業日	北砂7-4-3	03-3644-7573
森田畳工業所	税込価格より5%割引	毎営業日	南砂5-13-9	03-3644-7926
山三	予約時にくーぽん掲示された方、①車検整備10%割引②钣金塗装20%割引 ※①・②ともに営業車を除きます	毎営業日	南砂1-23-15	03-3647-8608
吉田畳店	①見積無料 ②一部を除き5%割引	毎営業日	南砂1-11-15	03-3644-1596
よだ経営会計事務所	3,000円引き ※1回限り	毎営業日	北砂2-18-2-228	03-6679-6676
らいおんハート整骨院ひまわり	プチ骨盤矯正500円(通常1,000円)	毎営業日	北砂4-18-11	03-3640-0122
わかば堂治療院	毎回の治療につき10分間の延長サービス ※来院、出張とも	毎営業日	東砂2-12-3-406	03-3648-1140

学ぶ・習う

店名(50音順)	ことみせくーぽんの特典内容	特典日	住所	電話番号
個別学習塾MATCH	入塾料半額	毎営業日	南砂1-8-6	03-6875-4435
パーソナル加圧トレーニングOhana	初回体験コース半額	毎営業日	南砂6-2-7	070-8326-3881
VIPインドアテニススクール	体験レッスン無料	毎営業日	南砂2-6-11-5F	03-6458-4500
真島恵理バレエスタジオ	体験レッスン1回無料(通常2,750円)、当日入会の方は入会金20%割引(通常11,000円→8,800円)	毎営業日	北砂5-9-5	03-3646-5558

観る・遊ぶ

店名(50音順)	ことみせくーぽんの特典内容	特典日	住所	電話番号
パライゾ東陽町	初回ご利用時、個室シャワー室(タオル・バスマット・シャンプー・リンス・ボディソープ付)無料(通常500円)	毎営業日	南砂2-6-11-3F	03-6666-7651

ことみせくーぽんの使い方はP22・23をご覧ください。

イベント

菓子工房 福どら



1,200円以上
お買い上げで
**どら焼き1個
プレゼント**
特典日:毎営業日

「福どらキッチンカー」が完成しました！
手作りのどら焼きを移動販売いたしますので、イベントなどの際はお声がけください。当面の間はキッチンカーを使って週末、不定期でかき氷を販売しています。



店主
小西太さん

江東区住吉 2-3-18
☎ 03-3634-5731
9:30 ~ 19:00 ※日曜は 18:00 まで
[休] 第2・4月曜
住吉駅 A1 出口から徒歩 2 分

新企画

アスナロ塾



通常料金
11,000円
入塾料無料
特典日:毎営業日

毎月第四日曜午前10時半から75分間ヨガ教室を開催しています。参加費1,500円(ヨガマットレンタル代、お水代を含む)。定員数名。運動不足解消とストレス軽減にもなるヨガを親子やお友達とどうぞ。



塾長
矢崎成和さん

江東区亀戸 8-14-8
☎ 03-3684-6325
16:30 ~ 21:30 (学習塾)
[休] 土・日曜、祝日(学習塾)
亀戸水神社駅から徒歩 2 分

新メニュー

アンディ ANDY



ヘアメニュー5,500円以上で
1,000円引き
8,800円以上で
2,000円引き
コスメリフト(まつ毛パーマ)
通常6,600円が4,500円
※初回のみ
特典日:毎営業日

まつ毛をリフトアップする「コスメリフト」を新メニューに加えました。専用美容液との併用でまつ毛がボリュームアップし日々のメイクがラクになります。目元のエイジングケアをしたい方はぜひ！



店主
安藤美幸さん

江東区大島 3-29-9
☎ 03-5609-3322
10:00 ~ 18:00
[休] 不定休
大島駅 A2 出口から徒歩 4 分

新メニュー

アウトドア カフェ Outdoor Cafe テント



18時以降の飲食代
10%割引
特典日:毎営業日

17時以降、家族や友人と店貸し切りでキャンプ料理作りが体験できます。バーナーやスキレットなどを使った料理と店が作る料理を合わせたコースで1ドリンク付き一人4,400円。2~8名まで。



店主
藤井さん夫妻

江東区木場 2-18-14 7F
☎ 03-5875-9560
11:00 ~ 22:00
[休] 不定休
木場駅 3 出口から徒歩 1 分

ことみせ Vol.43

企画・編集 ことみせ事務局
〒135-0046
江東区牡丹 3-6-5
牡丹町商店街会館 3 階
☎ 03-5875-9583
info@kotomise.jp

ことみせスタッフ 関根 快枝
伊藤 真由美
屋間 さやか
尾崎 美鈴
増岡 真理

デザイン アガスケ合同会社(表紙・特集)
デザインスタジオ サウスバンド
近藤 彩
長谷川 佳那

表紙撮影 館山 まい

印刷・製本 株式会社祥文社

発行 江東区地域振興部
経済課商業振興係

登録番号 印刷物登録番号(3) 19号

※本誌記事・写真・レイアウトの無断転載を禁じます。
※本誌の表示価格は税込みです。
※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・変更になる場合もございますので
あらかじめご了承ください。

次号は2021年9月17日(金)
発行予定です



本誌はユニバーサルデザイン(UD)の考えに基づいた見やすいデザインの文字を採用しています。

区内850以上のお店で使える ことみせクーポンの使い方

1.ことみせ登録店へ行く

ことみせ本誌やウェブサイトで気になるお店をチェック！

2.クーポンを提示する

ことみせクーポンを注文時に見せるだけ！クーポン券、スマホ版、どちらでもOKです。

3.特典を受ける

その場でお得なサービスを受けることができます。



登録店はこの
ステッカーが
目印!

KOTOMISE coupon

- このクーポンは各店舗につき、一人1日1回限り有効です
- 現金への換金、他の特典・クーポンとの併用はできません
- 特典内容は登録店のやむを得ない都合により、予告なく変更となる場合があります

●This coupon is valid for once a day for each shop. ●Not exchange to cash, not used with the other coupons. ●The offers are subject to change without notice.

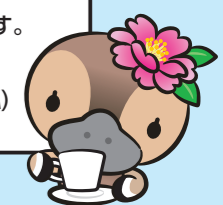
https://kotomise.jp/



「ことみせ」は テレビやラジオでも配信しています!

区の情報番組「江東ワイドスクエア」「ラジオこうとう」でも
ことみせ登録店の取材レポートをお送りしています。

江東ワイドスクエア ケーブルテレビ11ch
ラジオこうとう 88.5MHz(レインボータウンFM)



江東区南砂 3-8-5
☎03-3644-1728
9:30 ~ 18:00
[休]日曜、祝日、不定休
南砂駅1出口から徒歩6分



\\こみせくーぼん\\

1,000円以上お買い上げで
5%割引

特典日:水曜

元八幡通り商栄会

まめ おうさま
豆の王様 シモヤマ



まめ だいす
お豆大好き。ここのお豆は学校給食にも
つかわれていたんだって。こんなお店が近所
にあったなんて。お豆のこともっと教えて!

とっても珍しい
大好きなお豆の専門店を発見

仙気稲荷通り会

そば処 いなりや



きんじょ にんき
近所で人気のおそば屋さん。家族と食べに行く
けれど、そもそもおそばってなんだろう?
「いなりや」の店主・石田さんに聞きました!

いっしょやい

親子4代続くおそば屋さん
おそばの作り方を聞きました!

第8回

仙気稲荷通り会・元八幡通り商栄会
南砂

こども記者が行く!

商店街のお店にインタビュー



そば作りは3代目・石田朝男さん
の大事な日課。厨房も大忙し!



今回のこども記者は、
写真向かって左から、
幸愛さん、夢さん、奈央さん

主人は近くで食品の卸問屋
を営んでいて、いろいろな
種類の豆を扱っています。そ
のうち家庭でよく使われる
乾燥豆をここで販売していま
す。人気があるのは、あずき
や大豆、金時豆。とうふの
原料でもある大豆は枝豆が
熟したのなんですよ。

国産を中心に
約20種類の
お豆があります

お店には何種類の
お豆がありますか?



お豆のことをいろいろ教えてくれた
店主の下山志津子さん

その種は「ソバの実」と言っ
てね。それを細かく砕いた物
(そば粉)と小麦粉に水を加
えて混ぜ合わせる「水回し」
という作業が、そば作りのポ
イント。それを練って、丸め
て、伸ばして、切つて、茹で
るとおいしいおそばになるん
だよ。

そばの原料は
植物の種

おそばは自分で
作ることができますか?



豆ごはん、今度は自分で
作ります!

そのまま食べてもおいしい「煎り黒豆」を
お米と一緒に炊いた豆ごはん。
お豆のこげばい香りと、
ホクホクした食感がたまりません。

できる乾燥豆は、ふつう一晩
水に漬けて戻してから調理し
ます。けれど、米国産の赤レ
ンズ豆などは皮がないので、
水洗いしてスープやカレーに
入れるだけ。見た目もきれいで
おいしいですよ。



そのまま使える
お豆もあります

子どもが簡単に作れる
豆料理を
教えてください。



打ちたてのおそばって
おいしい!

おそばは柔らかすぎず、固すぎず、
ちょうど良い食べ心地。
ほどよい甘さのそばつゆも
おいしかった!

大きなエビの天ぷらが2本
付いた「天ざる」は、お祝い事
の料理として注文されること
も多いですね。小さなお子さ
まには、シンプルな「もりそば」
が人気。つるつると食べやす
くていいのかな?

おとなは「天ざる」
子どもは「もりそば」

人気のメニューは
何ですか?

そばアイスも
いかが?



そばうどんに丼物
が付いたお得なセット
メニューも人気

商店街のお店を取材してみませんか? こども記者を募集します!

こども記者になれるのは
・江東区に住んでいる小・中学生、または
区内の小学校・中学校に通っている人
・参加に関して保護者の同意が得られる人
・取材に必ず参加できる人
※小学生は保護者が同行してください

募集人数
1回3名まで
※応募者多数の場合は選考
応募締め切り【第8次】
令和3年8月31日(火)

応募方法
氏名、通学している学校名・学年、
保護者の氏名、住所、連絡先電話
番号を書いて、こども事務局まで
郵送・ファクス・Eメールで申し込ん
でください

こども事務局
〒135-0046
東京都江東区牡丹3-6-5-3階
でんわ 03-5875-9583
ファクス 03-5875-9584
Eメール info@kotomise.jp

江東区南砂 4-7-25
☎03-3648-2121
11:00 ~ 20:00
[休]木曜
南砂駅1出口から
徒歩9分



\\こみせくーぼん\\
一人につき
100円のサービス券進呈
※店内でのお事に限ります
特典日:月・火曜

こども記者が行く! 元八幡通り商業会 仙気稲荷通り会



近くに
江東図書館や
大きな公園もあります!



発行
江東区

「こども記者」は区民の皆さまに安心して利用いただける江東区のお店(こども記者)を紹介しています。

