

江東区の「嬉しい」に出会えるフリーマガジン

Take Free

2024 3
March

Vol.59

こゝみせ

くーぽん
ついてます



江東区観光キャラクター
「くーぽん」



春 到来

食欲も
カラダも
踊りだす!

特集エリア

砂町

Pick up

亀戸 | 砂町 | 豊洲 | 東陽町 | 門前仲町 | 住吉 | 清澄白河

JR亀戸駅から歩いてすぐ、「焼肉さい藤」のランチメニュー「赤身ステーキ丼」が評判だ。ライスの上に薄くスライスされた牛モモ肉が乗っかっている一品なのだが、お肉がびっしりでご飯が見えない! そのお肉も、オーナーの齋藤貴之さんのこだわりで、手間とコストがかかる熟成チルドビーフをあえて使用、「一度も冷凍していないので、美味しさ、柔らかさが抜群です」とのこと。ディナータイムでも、上質のタンやハラミをリーズナブルなお値段で提供。お得なお一人様限定メニューもあり、最近では特にお肉が大好きな女性客の来店が目立っているようだ。



亀戸駅すぐ近の好立地にあるお店。一面ガラス張りになっていて、入りやすい雰囲気。店内はカウンター席だけでなく、奥に4人掛けの席が2つある

やきにくさいとう
焼肉さい藤
江東区亀戸6-61-4 ☎03-5875-0063
亀戸駅東口から徒歩1分
ことみせくーぼん
ディナー限定で小鉢1品プレゼント
(特典日) 毎営業日



笑顔がステキな店長の田中さん



最近一人で訪れる女性客が特に増えていますね

間違いない牛タン塩 厚切り(左) 間違いないハラミ(右) 各1,700円



焼きチーズキーマカレー 1,100円



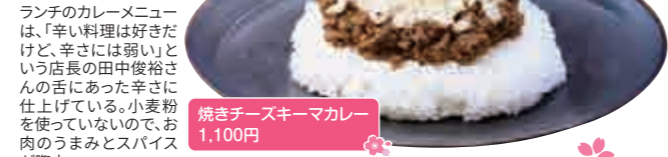
ディナータイムのお客さんがほぼ100%注文するという「間違いない」牛タンとハラミ。「これだけ厚く切ることができるのも、冷凍していないからです」と店長の田中さんは胸を張る

見よ、お肉いっぱいこの勇姿! 肉だけではない。自家製ガーリックソースは、市販のものに飽き足らない齋藤さんが試行錯誤の末に生み出した自慢のタレで、お肉にもご飯にもピッタリ



赤身ステーキ丼 1,150円

ランチ最強! うわさのステーキ丼は、つぺんまで赤身肉がてんこ盛り



ランチのカレーメニューは、「辛い料理は好きだけど、辛さには弱い」という店長の田中俊裕さんの舌にあった辛さに仕上げている。小麦粉を使っていないので、お肉のうまみとスパイスが際立つ

春到来

食欲もカラダも踊りだす!

ポカポカ陽気に誘われて、美味しいご飯を食べたり、銭湯でのんびりしたり、新しいことを始めるのもいいんじゃない!? 桜が咲いて心はウキウキ、体はワクワク、家にいるのはもったいない!



季節の彩りを美しい器に添えて、自然の恵みを美味しい料理でいただく



じゃこの和風チャーハン 980円~

お酒は食事に寄り添うものをメインに取り扱い、時にはレアな日本酒が入荷されることも... メのラインナップも豊富で、この日のおすすめはチャーハン。他にナポリタンや牛テールスープなどの変わり種も



国産あん肝の煮つけ 980円~

この日のあん肝は青森産。あん肝は蒸しが多く、煮つけて提供されることはあまりない。この日と手間感がうれしい

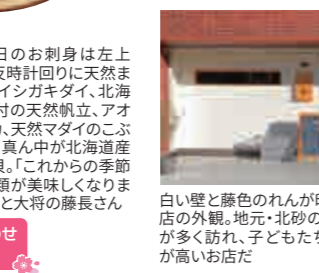


匠の大山鶏 700円

「大山鶏は塩焼きの食べ方がいちばん美味しいです」と大将が太鼓判を押す一皿。素材は産地から一度も冷凍されなくて、新鮮な状態で送られてくる



店内は、清潔感あふれるカウンター席と、テーブル席が3席ある。大将の藤長さんは、割烹や懐石料理店で10年以上修行を積んできた



刺身盛り合わせ 1,800円~

この日のお刺身は左上から反時計回りに天然まぐろ、インガキダイ、北海道野付の天然帆立、アオリイカ、天然マダイのこぶ締め、真ん中が北海道産ツブ貝。「これからの季節は貝類が美味しくなりますね」と大将の藤長さん



白い壁と緑色のれんが印象的なお店の外観。地元・北砂のファミリーが多く訪れ、子どもたちにも人気が高いお店だ

めしとさかな いち **めしと着 いち**
江東区北砂6-6-1 マルトミビル1F
☎03-6666-6827
北砂五丁目バス停から徒歩0分
ことみせくーぼん
お1人様につき5,000円以上のご利用で5%割引 ※現金のみ
(特典日) 毎営業日



六本木や鎌倉の名店で修行を積んだシェフの井上翔太さんと、バリスタを経てワインエキスパートや日本酒品質鑑定士などの資格を持つ保浦雅也さんは高校時代の同級生。二人の長年の夢が叶い、2023年4月にオープンした「鉄板処 麦」のいちばんの特徴は、鉄板での調理風景を客席から間近に見られることだ。美味しそうな匂い、素材が焼けていく音、そして時には豪快に炎が舞い上がり、味はもちろん、五感すべてを刺激する料理の数々に大満足すること間違いなし。保浦さんが厳選したお酒類も充実しており、「今の季節は、ロゼ・スパークリングで乾杯してから、すっきりした白ワインや華やかでキレのある日本酒大吟醸がお料理に合いますね」とのこと。



まるでヨーロッパのお店のような雰囲気の外観。店内はカウンター席と4人席が2つ、特にランチタイムはすぐに満席になるので早めの来店を



右側の日本酒3本は、一般に流通していないレアなもの。ほかにも珍しいイタリア産ピールのペローニの生も提供。「飲み放題プラン」5,500円は、前菜3種とメインが1皿ついて、とってもお得だ



ランチメニューいちばん人気のハンバーグ。牛すね肉とサーロインを混ぜているので、お肉に甘みがあって弾力があり、食感の違いが楽しめる



目の前で豪快に炎が舞い上がる! 見て楽しい、食べて美味しい鉄板料理店

国産サーロイン 100g 3,200円

サーロインは単品でも注文できるが、7,800円のプレミアムコースがおすすめだ

てっぺんどころ むぎ **鉄板処 麦**
江東区亀戸7-12-19 ハイソ松田101
☎03-5875-0046
亀戸駅東口から徒歩10分
ことみせくーぼん
ディナーご利用の方、自家製バター[®]のガーリックトースト or 鉄板で焼くバリバリチーズ煎餅をサービス
(特典日) 毎営業日



シェフのこだわりハンバーグ 1,300円

わっ、かわいい! と子どもに大人気のプレート。「子どもは作っているところを見るのが大好きですね」と井上シェフ



お子さまプレート 1,500円

その日調理する素材が載せられたお皿。食材は東北のものが多く、産地から直接仕入れてくるという

見よ、この迫力! 井上シェフがお肉にブランドをかける一瞬大きな炎が立ち上る。この炎と素材の競演が、出てくる料理への期待感をいやがうえにも盛り上げる

時代劇や小説にもたびたび登場する東京・下町の「深川めし」。もともとは漁師がご飯に煮込んだアサリをぶっつけたもので、それを木場の職人たちが炊き込みご飯にしたという、古くから続く郷土料理だ。ここ「深川めし八郎右衛門」では、ご飯とアサリを別々に炊いて蒸籠蒸して出す「炊き合わせ」という和食の調理法で深川めしを作っている。これだとアサリがふっくらと柔らかいまま。さらにお米は地元有志が田植えや稲刈りをした有機米コシヒカリを使い、毎朝作った出汁や無添加の調味料、関東唯一の専門店の青のりを振りかけるなど、店長の飯島尋幸さんのこだわりが活かされた昔懐かしい味をご賞味あれ。



粋なれんをかき分けて入った店内では、BGMに昭和歌謡が流れている。オスマの燗酒を飲んで、ご機嫌になって歌い出すお客さんもよく見かけるそう

ふかがわめしはちろうえもん
深川めし八郎右衛門

江東区牡丹3-30-1 影近ビル1F ☎03-6458-8284
門前仲町駅2出口から徒歩8分

ことみせくーぼん

1,000円以上のお会計で100円引き

(特典日) 毎営業日



CHECK

芸は売っても身は売らぬ
1杯750円

お店で出されるのは純米酒のみ。このお酒は、深川めしにも使われるお米で作ったもので、ごく少量を生産、一般流通はしていない。片口で提供される



お店を一人で切り盛りする飯島尋幸さん。区内のイベントにも引っ張りだこで、海外から団体客が深川めしを食べに来ることもあり、大忙しの毎日だ

江戸の昔から綿々と続いてきた
ローカルフードの王道をいただく

深川めし
(惣菜2品、吸物、漬物付き)
1,500円

ふっくらしたアサリとやや甘じょっぱいご飯、油揚げ、青のりが浑然一体とした旨味を醸し出す。東京でしか食べられない味を求めてやってくる観光客も多いそうだ

菜の花としらすの和ヒージョ
1,200円

「和ヒージョ」とはオリーブオイルを出汁で割って、季節の食材を煮込んだもの。スープ感覚で飲めるのが特徴で、隠し味に小エビを使っている。もちろん菜の花は春限定

九尾の納豆キツネ焼き
700円

化け物の九尾のキツネにちなんで、ネギや白ごま、卵黄など9種類の素材を使ったオリジナルのおつまみ。日本酒にぴったりだが、あまりの美味しさに飲み過ぎないように要注意

鰯(ぶり)粕漬
900円

お付き合いのある蔵元から取り寄せた純米酒の酒粕を使用。春はブリやサワラ、秋はシヤケなど、季節によって魚が変わる



牛ほほ肉の赤ワイン煮込み
1,580円

人気の「牛ほほ肉の赤ワイン煮込み」。口の中で肉がほろほろと溶ける柔らかさ

ひとりでも寄りたいたいメニュー豊富な
門前仲町の路地裏立ち飲みワインバル

門前仲町駅からすぐ。永代通りすぐの路地裏にある立ち飲みワインバル。16時のオープンと同時に会社帰りや地元の人でにぎわう。すぐにできてワインがすすむタパスをはじめ、肉や旬の魚料理、パスタやピッツァなど本格メニューも豊富。グラスで頼めるワインは、赤白各10種と泡数種類の常時20種以上が揃い、産地も品種も多い。ボトルもリーズナブルでうれしい。帰り際の1杯はもちろん、二次会でもう少し飲みたい時にも、楽しくおいしく過ごせるお店だ。



窓を全開にして外で飲むのも心地いい。大横川の桜並木を楽しまる前や後にぜひ立ち寄りた



鰯のハーブマリネ
450円



キャロットラベ
320円

深川マリネ
320円

お店の定番「深川マリネ」や「キャロットラベ」「鰯のハーブマリネ」など、すぐに食べられるメニューをつまみにワインを1杯!

立ち呑みwine Maru-shu2

江東区富岡1-6-10 ☎03-6458-8199
門前仲町駅2出口から徒歩1分

ことみせくーぼん

生ビール、またはスパークリングワイン
1杯プレゼント

(特典日) 毎営業日



CHECK



注文ごとにテーブルのかわりにお金を投入して支払うキャッシュオンデリバリー。平日16時～18時はハッピーアワーで生ビール350円、グラスワイン200円引き

「銀座シシリア豊洲店」に入ると、そこはまるで異世界!世界的に著名な建築家・坂茂氏的设计による、再生紙の紙管を大胆に使った店内は、優美であたたかな空間だ。そこで提供される料理は、1971年の本店創業以来、頑固に守り続けてきたものばかり。中でも人気なのが、モチっとした麺をやや甘めのソースで絡めた「海老のナポリタン」。三世代にわたって愛されてきた伝統の一品だが、学食だけあってボリューム満点。ちょっと懐かしい味にお腹がいっぱいになること間違いなしだ。



まるで未来の住宅のような不思議な店内。あたたかい季節になると、ガラスの壁を取り払って、気持ちのいいオープンエアになる

銀座シシリア豊洲店

江東区豊洲3-7-5 芝浦工業大学豊洲キャンパス
☎03-5534-8720
豊洲駅1c出口から徒歩7分

ことみせくーぼん

月～土曜のディナータイムに2名以上で来店の方、ご注文頂いたお客様にマルゲリータピザ1枚サービス

(特典日) 月～土曜



CHECK



海老のナポリタン
1,280円

かつてスパゲッティといえばナポリタンというほど、洋食を代表する料理だった。麺だけでなく海老やベーコンなどの具もたっぷりの一皿

マルゲリータ
880円

ピザは丸、と思込みがちだが、シチリア島のパレルモでは四角いピザが一般的。日本では、進駐軍の炊くが狭い厨房で効率よく焼ける四角いピザを持ち込んだのが最初といわれている

キュウリとレタスの
グリーンサラダ
780円



銀座にある本店は1971年に創業した、日本におけるイタリアンの草分け的なお店。その常連さんに芝浦工業大学の関係者がいたのがきっかけで、2号店が豊洲のキャンパス内に誕生した

半世紀以上も守り続けてきた
老舗洋食店の伝統の味を堪能



盛り合わせ
11,385円
※盛り合わせの内容により価格が変化します

キムチ
605円

ユッケジャンラーメン
1,155円

豆腐チゲ
1,045円

韓国料理店では定番中の定番料理。とはいえ、ここではオリジナルの手作りみそに韓国産の材料を入れて、香りやコク、味がひと味違う

たかがキムチ。されど韓国産の素材にこだわって、本社社長自らが現地に買い付けに行き作った「焼肉三千里」のキムチはひと味違う。おススメの一品である

向かって左より店長の桃山五郎さんと総料理長の板谷裕樹さん。お肉はその日いちばん品質が良いものを仕入れるため、上カルビでも日によって松阪牛だったり宮崎牛だったりする

豪華絢爛!特別な目に注文したい
お肉の盛り合わせの決定版!

気合の入ったデートや誕生日、お祝いの席など、普段と違うスペシャルな日にもってこいな「焼肉三千里 南砂店」のお肉の盛り合わせ。上カルビや上ロース、上タン塩など、ワンランク上の高級肉がきれいに盛りつけられ、さらに様々な飾りつけまでされていて、まるでお肉のデコレーションケーキのよう。これがテーブルに登場すると歓声が湧き上がること間違いなしだ。このほかにも「シビレ」「ヒレストラップ」など、ほかではなかなかお目にかかることのできない希少部位もいろいろ食べることができ、記念日はもちろん、仲間やカップル、一人焼肉にもおススメのお店である。

「肉はこまめに裏返ししながら焼く方が、旨味が逃げないですよ」と総料理長の板谷裕樹さん。タン塩などのあっさり味からロース、カルビ、内臓系の味が濃いお肉へと段階を踏んでいくのがおいしく食べるコツだそうです

「焼肉三千里」は都内に7店舗ある。ここ南砂店は50人の宴会スペースから4人掛けのテーブル、一人でも利用できるカウンターなど、どんなお客さんにも対応可能だ

焼肉三千里 南砂店

江東区南砂2-1-8 フックビル2F ☎03-3645-8834
東陽町駅3出口から徒歩3分

ことみせくーぼん

ディナータイムに店内で飲食の方、ファーストドリンク(生ビール(小)または、330円(税込)以下のソフトドリンク)無料

(特典日) 毎営業日



CHECK



入浴料
大人 520円
6歳以上12歳未満 200円
6歳未満 100円
定休日 木曜日
営業時間 14:15~22:30

北海道の壮大な層雲峡を眺めながら入浴できる男湯。天井が高いのも特長だ



女湯のタイル壁面には荘厳な兼六園が見事な景色の下で入るお風呂は格別

ふじのゆ 藤の湯

江東区東砂3-18-17 ☎03-3644-7351
東砂三丁目バス停から徒歩5分

こどもせくーぼん

100円(税込)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
(特典日) 毎営業日



※仙台堀川公園は一部工事中の区間があります



CHECK

入口に美しい藤棚がある「藤の湯」は、地元の方々に親しまれている銭湯である。魅力は、壁面いっぱいに描かれているタイル画。正面だけでなく、側面までタイル画が描かれているので迫力満点だ。疲れがたまる背中や腰をジェット水流でほぐすボディマッサージや、毎日内容が変わる日替わり湯などのお風呂が楽しめる。お花見がてら仙台堀川公園を散歩したり、荒川沿いをジョギングした後は、ひと風呂あびてリフレッシュしたい。



ジェット水流が心地いいお風呂などがある



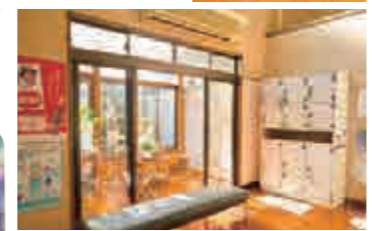
ねらいめの時間帯は19:30頃。ゆったりと入浴できそう

1955年創業だからこんなレトロタイプのドライヤーも健在。3分20円



夜桜見物の後、ぜひお花見してください

6月頃になるとすてきな藤棚がお出迎えしてくれるという(写真は以前、藤が咲く季節に撮影したのも)



男湯の脱衣所には入浴後しばらく休憩するのにぴったりの縁側も!番台前でコーヒー牛乳120円やアイス130円~も販売

「スタートライン亀戸副都心店」は、「こってカフェだけ?」と思ってしまうようなスタイリッシュな設えが魅力。ゆったりと寛ぎながら住まいの相談ができ、同じ条件で家を探している方の成功事例などもわかりやすく説明してくれる。併設の「&GARDEN」では、室内に飾るフェイクグリーンを展示販売。春を機に引っ越しや、イメージチェンジを検討してるなら、ぜひ相談を。



ニーズを丁寧に聞き、幅広い物件情報からピックアップ。不動産物件紹介だけでなく、引っ越しの段取りや手配までサポートしてくれる



社名のロゴもオシャレ。「成約はゴールではなくスタート」という思いから名づけられたという

自社管理物件だけでなく、幅広く紹介してもらえる

スタートライン亀戸副都心店

江東区亀戸6-59-7 プライマル亀戸2F
☎03-5858-8232
亀戸駅東口から徒歩2分

こどもせくーぼん

仲介手数料5%割引
(特典日) 毎営業日



CHECK



カフェに来る気分でお越しください

亀戸副都心店マネージャーの田中大貴さん。「亀戸は買い物も便利で、都心や副都心へのアクセスも便利です」



亀戸駅からすぐの国道14号沿い。黒いシックな入口が目印



外を眺めながら相談できる席も

カフェ風の店内でゆったりお部屋探しができる



カフェを思わせるシンプルモダンな店内なので、思わず長居したくなる



今年から花見の後は手ぶらでBBQが定番に!

1区画平日11時~16時の4人までで8,000円
土日祝は5人までで10,000円
一人追加毎に2,000円
人数分の割箸・紙皿つき
※4月下旬~10月までの料金はホームページ参照

自分の好きな食材を持ち込み、好みの調理法で味わえる。スキレットでラタトゥイユも楽しめる

イベントでの利用もOK!
夕景もきれいですよ~

手ぶらdeBBQ南砂

江東区南砂6-7-15 イオン館屋上
☎080-7513-0669
南砂町駅2a出口から徒歩5分

こどもせくーぼん

レンタル品1点サービス(上限300円)
(特典日) 毎営業日



CHECK

バーベキューやアウトドアクッキングを遠出せず近場で楽しめるのが「手ぶらdeBBQ南砂」である。ショッピングセンターの屋上にあるので、食材は下のスーパーでサッと調達可能。もちろん事前に下拵えをしたものを持ち込むこともできる。必要な道具は揃っており、さらに調理用具も有料で貸し出ししてくれるのも魅力。BBQ初心者でもスタッフが丁寧にサポートしてくれるので安心だ。駅を出て南砂三丁目公園の桜を愛でた後は、仲間や家族と南砂の空の下でワイワイと料理を味わおう。



こーんな肉のブロックもダイナミックに焼ける!



バケットにトッピングを載せて焼くバケットピザも

チョコレートとマシュマロで作るアウトドアスイーツのスモアもできちゃう!



支配人の遠矢夕輝乃さん(左)とスタッフの開業優子さんは、さすがプロ。炭に火をつけるのも焼き加減を調整するのもお手のものだ

南砂町駅からすぐのショッピングセンターの屋上。横なぐりの雨と雷以外ならBBQを楽しめる

ピザオープン 1,000円
タッチオープン大 1,500円
タッチオープン小 1,000円
ホットサンドメーカー 500円
スキレット大 600円 スキレット小 600円
ピーラー・キッチンパサミともに 100円

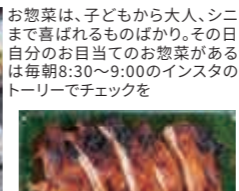
初心者でもふっくらおいしく焼けるピザオープンや、シチューやカレー作りにも便利なタッチオープンなどの貸し出しもOK

美味しい・安い・大満足の お弁当&お惣菜で春を愛でて

「きぬや」は、お客さんが次々とやってくる大人気の手づくりお弁当&お惣菜店。定番のものから日替わりのものまで1日に約20種類以上が並ぶ。なかでも注目したいのが「おすすめ弁当」。その日毎に中身が変わるので、いろいろな味を楽しめる。うなぎと卵の豪華な組み合わせの「うな玉丼」も人気高し。この時期におすすめなのが「牛もつ煮込み」。桜見物した後にいただく、少し冷えた体に美味しさと温かさがしみわたるはず。是非ご賞味あれ。



ずらりと並んだお弁当。540円以上のお弁当にはサービス券つき。10枚貯めると600円以下のお弁当と交換できる



「いらっやいませ〜」というオーナーの威勢のよい声と笑顔からも元気をチャージできる

お惣菜は、子どもから大人、シニアまで喜ばれるものばかり。その日に自分のお目当てのお惣菜があるかは毎朝8:30~9:00のインスタのストーリーでチェックを



お店のスタッフから人気が高い「やきとり」は、ジューシーな肉と照り焼きのタレが絶妙で何杯でもご飯がいただける逸品。お願いすればカットも

メンチカツのひき肉もお店で一から作っているという

おすすめ弁当 620円
ご飯が見えないほどのボリューム感!日替わりのおすすめのお惣菜とおかずが味わえる。取材当日は海鮮かき揚げ、じゃがいもくん、ナポリタン、いか団子、うま辛メンマがラインナップ

牛もつ煮込み(カップ) 100g 240円
とろとろになるまで時間と愛情をかけて煮込んだ牛もつ煮込みは、おつまみとしても最高。牛もつ煮込み弁当は、女性から支持されているという

牛もつ煮込み弁当 600円
開店の8:30から地元の人、仕事の途中で立ち寄る人、お子様連れのママなどいろいろな人がひっきりなしに訪れる

うな玉丼 1,100円
スターメニューであるうなぎとだし巻き玉子焼が一度に味わえるお得な丼

やきとり100g 220円※写真は200g分

牛もつ煮込み弁当 600円

うな玉丼 1,100円

スターメニューであるうなぎとだし巻き玉子焼が一度に味わえるお得な丼

おすすめ弁当 620円

牛もつ煮込み(カップ) 100g 240円

うな玉丼 1,100円

スターメニューであるうなぎとだし巻き玉子焼が一度に味わえるお得な丼

亀戸駅北口からすぐ、会社帰りや地元の人が気軽に通うゴルフスクール。ゴルフを始めるのに必要なクラブ一式やシューズ、グローブは無料でレンタルでき、動きやすい服装であればOKなので初心者も通いやすい。取材時のレッスンは日本ゴルフツアー機構ツアープレイヤー・黒澤翼プロが担当。ゴルフ初心者にはクラブの握り方や姿勢など初歩的な部分から、アイアンでボールを打つところまで教わった。レッスンは1回につき最大2名。ひとりひとりのレベルに合わせて教えてくれるので、上達も早い。友人同士やご夫婦で通う人も多いそう。春から練習すれば秋にはコースデビューだ。



1階はレッスン場、2階はロッカーと更衣室、休憩所、パッティンググリーンで練習もできる



1階では飛距離、クラブ速度、打ちだし角度など細かくスイング診断ができる



クラブの握り方や姿勢、立ち位置などをチェック。レッスンに通うことで癖がつかず、上達の近道ができる

ごぶろーぶ **GOLF WAVE**

江東区亀戸2-25-5 MSビル 1F・2F
☎03-5875-0342
亀戸駅北口から徒歩3分



1回のレッスンは50分。まずはアイアンでボールをまっすぐ飛ばせるように練習。分かりやすく教えてくれる

ことみせくーぼん
体験レッスン無料、体験レッスン後に当日入会で入会金無料
(特典日) 毎営業日



ブルーの旗が目印。レッスンは1回につき最大2名定員の少人数制



春からはじめて秋はコースに！初心者から
上級者まで気軽にゴルフレッスン

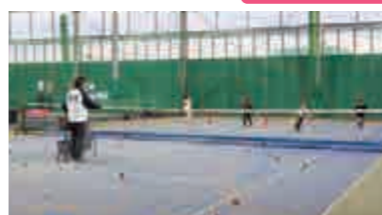


雨でもレッスンOK!
健康志向&競技志向の方もこの春にスタート

南砂町駅からほど近いピレックプラザにあるテニスクール。雨でも練習ができるセミインドアで、砂入り人工芝のオムニコートだから体に負担をかけずに練習できる。子どもクラスは年齢と経験別に全5クラスに分かれており、3歳から楽しくテニスに親しむことができる。また、大人も初心者、経験者のレベル別、シニアなどがあり、クラス別で最適なレッスンが受けられる。春から運動習慣をつけたい人はぜひチェックを。

- テニスクール 料金【月4回】
入会金6,600円 登録料1,100円
●大人平日昼間クラス1回90分 月謝12,980円
●大人初心者クラス1回60分 月謝8,910円
●ジュニア(小学生)1回60分 月謝7,810円
●キンダー(3歳~6歳)1回50分 月謝6,710円
●シニア(65歳以上)1回50分 月謝6,710円
※それ以外のクラスもあり。詳しくはホームページを

ナイスショット!ひとりがきめると周りの子にもいい刺激に



小学生クラスのレッスン。レベル別に細かくクラス分けされ、丁寧な指導を受けられるのが魅力

テニスは生涯スポーツ。何歳からでも始められます!



コーチが出したボールを打ち返す。しっかりと安定したいいフォームで



テニスコート横の屋外スペースでキッズのバスケットスクールも開講。将来NBAで活躍する選手がでるかも?!

- バスケットボールスクール 料金【月4回】
入会金、登録料なし
●小1~3年生1回50分 月謝5,500円
●小4~6年生1回60分 月謝6,600円
●中学生1回70分 月謝7,700円

ひとりですすめるみなみすな **HITテニスクール南砂**

江東区南砂6-7-15 イオンスタイル南砂屋上
☎03-3699-6161
南砂町駅2a出口から徒歩7分

ことみせくーぼん
入会金・登録料無料ジュニアクラス新規入会者に、ラケットとリュックをプレゼント
(特典日) 毎営業日



本格的にバレエを学びたい子どもも大人も歓迎。美しい姿勢は一生もの!



小学5年生~中学生の上級者のレッスン。みんな後ろ姿がスツと美しい

砂町銀座商店街を少し入った場所にあるバレエスタジオ。3歳から小・中学生クラスや大人の初心者クラスのほか、プロを目指すクラスと多彩。講師は世界を舞台に活躍してきた名ダンサーであり舞踊家、振付家の真島恵理さんをはじめ、一流の講師陣。基礎となる体づくりのためのボディワークから始まり、バレエレッスンと続く。大人になってからバレエを始めた人や男性、また80歳の方もいらっしゃるそう。「バレエで得た美しい所作や姿勢は一生ものです」と真島さん。体験レッスンもあるので、この春に新しいことを始めたい人はぜひ!

ポーズをひとつひとつ丁寧に確認し、修正してくれる



まずは、音楽に合わせてマットの上でストレッチ。体全体をゆっくりのぼしていき

まじまじりばれえすたじお **真島恵理バレエスタジオ**
江東区北砂5-9-5 ☎03-3646-5558
北砂七丁目バス停から徒歩4分

ことみせくーぼん
体験レッスン1回無料(通常料金 2,750円・税込)
(特典日) 毎営業日

真島恵理さんの著書をはじめ、バレエに関する本や生徒たちがコンクールでとった盾やトロフィーが並ぶ



大小カラフルな魚やサンゴ、不思議な浮遊感と非日常の海中世界が広がるスキューバダイビング。「DIVE SHOP Jua」では、ダイビングライセンスの取得をはじめ、各地の海と一緒に潜ってガイドもしてくれる。ライセンス講習は、約4時間の学科講習とプール講習が1日3時間程度。海での実習を1、2日程度受けたのちテストとなり、4、5日ほどで取得が可能だ。ライセンス取得前にまず、体験ダイビングをすることもできる。ライセンス取得後はショップのツアーに参加する人が多く、自然と友人も増えていくのだそう。



カラフルな魚だけでなく、コブダイなども見ることができる。ダイビングだけでなくスキューバダイビングのガイドも。スタッフに潜り方を教えてもらえれば、機材がなくても海中の景色を楽しめる(※)

だいぶしよぶじゅあ **DIVE SHOP Jua**
江東区扇橋2-18-1 ☎03-6666-0023
住吉駅B1出口から徒歩6分

ことみせくーぼん
ホームページ記載のライセンス講習費(64,000円)15,000円割引
(特典日) 毎営業日



近場の海もリゾートも気持ちよく潜ろう
リピーター多数のダイビングショップ

「Jua(ジュア)」とは、スワヒリ語で太陽を表す言葉。その名前通り、明るい笑顔で応対してくれるのは経験豊富なスタッフのみなさん



暖かくなる春が始め時!ライセンス取得費用は講習料や器材レンタル、申請代、無料送迎など全て込みで通常11万6,800円がキャンペーン価格64,000円(毎月5名限定)

取材の次の日も伊豆の海のガイドが入っているとのこと。伊豆や千葉、神奈川など近場の日帰りや沖縄や八丈島などのリゾート宿泊とツアーも多彩

(※)の写真は店舗提供

Pick up

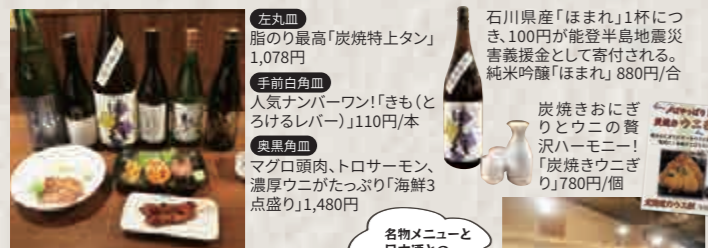
焼き鳥

やきとり はな とうようちやうてん

やきとり はな 東陽町店

散歩のメは焼鳥と日本酒で！ 子連れ大歓迎のメニュー豊富な炭火やきとり店

レバーが苦手な人でも、おかわりするほど美味しい「きも(とろけるレバー)」や、豊洲直送の新鮮な海の幸を楽しくシェアできる「海鮮3点盛り」など、家族や仲間を楽しめるメニューがいっぱい。石川県産の日本酒を飲んで、能登半島を応援するキャンペーンを実施中。



左丸皿
脂のり最高「炭焼特上タン」
1,078円

手前白角皿
人気ナンバーワン!「きも(とろけるレバー)」110円/本

奥黒角皿
マグロ頭肉、トロサーモン、濃厚ウニがたっぷり「海鮮3点盛り」1,480円

石川県産「はまれ」1杯につき、100円が能登半島地震災害義援金として寄付される。純米吟醸「はまれ」880円/合

炭焼きおにぎりとうニの贅沢ハーモニー!
「炭焼きウニぎり」780円/個

名物メニューと日本酒とのマリアージュをぜひ!



CHECK

DATA

江東区東陽3-27-18-2F

☎03-3646-6687

東陽町駅1出口から徒歩2分

初来店のお客様、お会計10%割引
または焼き鳥おまかせ10本サービス
特典日 毎営業日

Pick up

ヘアカット
専門店

じえつとかつと とうようちやう

JET CUT 東陽町

高級店仕込みのカットが早くて安い! 散歩ついでに立ち寄れるメンズカット専門店

カット以外の施術をなくし、メンズカットに特化することで高級ヘアサロン仕込みの優れた施術を安く、スピーディーに提供。カット時間は15分前後なので、ちょっとした空き時間に気軽に立ち寄れる。平日14時~16時の間なら、それほど待たずにカットしてもらえることが多い。



DATA

江東区東陽5-30-16 とびたビル2F

☎090-3812-3735

東陽町駅1出口から徒歩6分

お会計金額から100円引き
※新規の方のみ
特典日 毎営業日



キッズカットはここで!

CHECK

ごみせまち旅歩き

季節の風を感じながらまちを巡り歩き、小さな発見や新たなお店・人との出会いを楽しむ「まち歩き」。江東区ならではの魅力的なスポットをご案内します。今回は「横十間川親水公園」エリアPart2をご案内。生物の楽園で自然の息吹を感じ、水辺の空間を優雅に散歩。アートなど他の魅力的なスポットもお見逃しなく。散歩の後は周辺のグルメやサロンなどで心躍る贅沢なひとときを。

1 水車

竹やぶに佇む芽ぶきの風情ある水車小屋



2 生物の楽園

豊かな自然にツグミ・オナガ・コガモなど様々な野鳥が集ってくる



3 耳をすませば

ベンチに座り陽だまりの中、鳥たちのさえずりにリラックス



4 東屋

池の中の島に設けられた東屋でゆったりと



5 ひと休み?

木橋のたもと、陸に上がってひと休みの児童の像



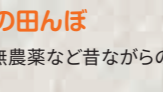
6 花菖蒲園

6月には約90種1,000株の彩り豊かな花菖蒲が一面に広がる



7 江東区民の田んぼ

田んぼの学校で無農薬など昔ながらのお米づくりの体験を



8 江東植物保存区

区内に自生する野生植物を中心に繁殖・栽培を行う施設



9 生垣の見本市?

生垣に適した樹木の見本が10種以上、歩道沿いに並ぶ



6 水辺に憩う

横十間川親水公園
エリア
Part2



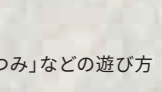
10 憩う動物たち

歩道沿いの芝生に憩うコアラ・ゴリラ・ラッコ・カバ・パンダの像



11 遊び歌のイス

「おちゃらか」や「ちやつみ」などの遊び方が描かれた円柱イスが



12 橋の記憶

平成21年に撤去された平住橋の記憶を継承するための橋名板



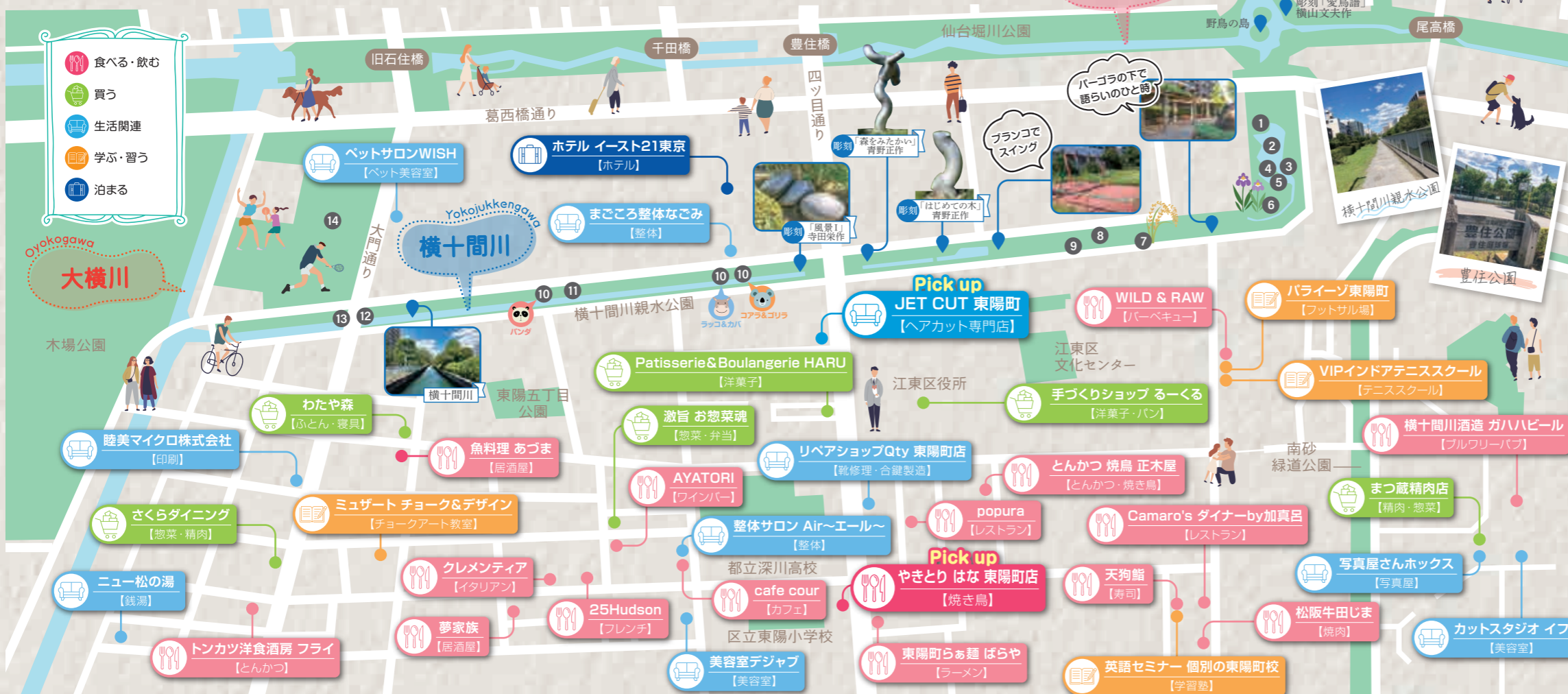
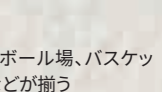
13 川の記憶

蠟燭と木材を操る「川並(かわなみ)」の姿が記された碑と横たわる丸太



14 豊住公園

テニスコートやゲートボール場、バスケットゴール、ネット遊具などが揃う



MAP P.12 いざかや ふかがわ
1 居酒屋 深川

深川で創業し砂町へ。40年以上続く家族経営の食事処兼居酒屋。変わらない美味しさの、お母さんの「おでん」やレゲエ好きな2代目店主が作るスパイシーなジャマイカ料理にキーマカレーなど、幅広い居酒屋メニューが楽しめる。お祭り好きや音楽好きがいつも集まり笑い声が絶えない、下町情緒あふれるお店。



祭りの総代を務めていた初代店主が深川地区で創業



ジャマイカ料理にキーマカレーも!
下町情緒漂うアットホームな居酒屋



和牛もつ鍋 2,400円(2人前)
 新鮮なモツと野菜が味わい深い

今も昔も人気!お母さんの「おでん」
 おでん 150円/個

江東区北砂6-2-1 ☎03-5683-7128
 北砂五丁目バス停から徒歩2分

ことみせくーぼん

お会計時5%割引
 ※4名までのお客様・お一人様1回限り
 特典日 毎営業日



丸八通り沿い、砂町銀座商店街から少し北に。赤い看板が目印



大山どり唐揚げ 700円



肉豆腐 750円
 人気のナンバーワン!



ジャークチキン 800円

牛の切り落としを賞沢に使用した人気の一品
 スパイシーなジャマイカ料理は店の新名物

MAP P.12 うえるびーいんぐらぼ ぐっどびー
2 Well-being Lab GOOD-B

筑波大学発のAI技術を用いた姿勢・動作確認で、身体の現状と予測される未来の状態を知り、個々の体力と目的に応じたトレーニングプログラムを作成。筋力アップやダイエット、生活習慣病予防や健康寿命延伸のための食事指導などもあり、栄養、休養、運動面から心身の健康をサポートしてくれる。



最新のダイエットプログラムを搭載した有酸素マシン

江東区北砂5-14-12 ☎050-1807-2209
 北砂五丁目バス停から徒歩1分

ことみせくーぼん

パーソナルトレーニング(45分)
 通常5,000円を980円!
 ※初回のみ
 特典日 毎営業日



あなたのホームジムです!
 家にいるような感覚でお気軽にどうぞ

心身の健康維持に向け栄養、休養、運動面から指導

AI解析だからトレーニング効果が分かりやすい!
10代~80代が通うパーソナルトレーニングジム

川上代表は健康運動指導士の資格を持ちトップアスリートなどの親交も深い

体操教室指導や介護予防指導など、25年にわたり人々の健康をサポートしている代表の川上さん

その時に必要な栄養素を両親指から計測し、オーダーメイドのサプリメントを提供してくれるヘルスサーバー



今の自分に必要な栄養をチャージ!

今、行ってみたい気になるお店

特集エリア **砂町** 12店舗 Pickup

今「砂町」エリアでチェックしておきたい気になるお店12店舗をご紹介します。それぞれのお店では「ことみせ登録店」ならではの嬉しい特典をご用意。「ことみせくーぼん」を見せてお得な特典をGETしよう!



GTSダンスミュージカルのグループ写真



ザックザク肉の宝屋 砂町銀座店



Spicafe



砂町ホルモン匠 北砂本店



三隆



Well-being Lab GOOD-B



居酒屋 深川



YogiYo&EVEREST KITCHEN



竹鈴



さんしろう整骨院



買取店わかば 南砂町スナモ店



砂町北運河

南砂町駅

- 食べる・飲む
- 買う
- 生活関連
- 学ぶ・習う

MAP P.12 5 すびかふえ **Spicafe**

おままごとセットに30冊以上の絵本、おもちゃなどがたくさんあるキッズスペースはお子様連れの家族に人気

都心で今人気を集める砂糖不使用の濃厚バナナジュースや、パチパチキャンディが入った昔懐かしのミックスアイスが楽しめるお洒落でアットホームな場所「スピカフェ」。お子様はもちろん、小休憩に訪れるご高齢のお客様の「お茶のお供」としても人気のお菓子寄せ放題は、なんと100円ワンコインで楽しむことができます。大人も子供もホッと一息つける、心地よい空間だ。

砂町銀座でぶらり旅。懐かしさが新しいアットホームカフェで一休み

食べ応え抜群の具材たっぷりホットサンド。他にもハムチーズ、ウィンナーチーズカレー、からあげなどの食事系からワッフルなどのデザート系などメニューも豊富だ

口の中でパチパチと弾けるキャンディがトッピングされたミックスアイス。甘すぎないアイスで、大人でも最後まで楽しんで食べられる



ホットサンド 単品350円



トカバナナ (ノーマルバナナ) 400円

スピカアイス 300円



スピカフェ名物「お菓子小皿」は、なんと小皿にお菓子が寄せ放題。お酒のつまみとして注文される方も

お菓子小皿 100円

濃厚バナナジュースのお店「TOKABANANA」の味を北砂で楽しむことができる。エクアドル産の完熟バナナとミルクが濃厚でやみつきになる味わい

江東区北砂4-11-10 ☎080-4811-0250
北砂二丁目バス停から徒歩4分

CHECK



お食事をされた方にサービスアイスプレゼント

特典日 毎営業日

MAP P.12 6 ざっくざくにくのたからや すなまちぎんざてん **ザックザク肉の宝屋 砂町銀座店**

黒毛和牛や国産豚・鶏など、高品質で美味しい肉がお安く買える老舗精肉店。砂銀名物、毎月10日の「ばか値市」だけでなく、日替わりで超お買い得な商品が並ぶ店内は、宝探しをするような感覚で楽しく買い物できる。2階の厨房で作るおいしくてボリュームな惣菜類も人気だ。

売り切れ御免の超お買い得品

新鮮!美味しい!安い!! 三拍子そろったお肉がザックザク~!!



宝探しのようにお買い得品を探せる



昼前は店頭で作り立てのお惣菜が並ぶ



ボリュームなお惣菜がずらり!

江東区北砂4-7-18 ☎03-5635-2911
北砂二丁目バス停から徒歩2分

CHECK



たまごサイズ1パック5円引き ※お一人様1パック。品切れの場合があります

特典日 毎営業日

新鮮で美味しく安いお肉がザックザク~

爆安価格のお弁当も!

MAP P.12 3 みたか **三隆**

北海道産そば粉を使用した自家製麺、そして日高昆布と鰹節間屋マルサヤのかつおぶしを煮たてて取った出汁のおそばが楽しめる、創業70余年の地元民から愛される「三隆」。定番の「もりそば」から「天カレー」という珍しい品まで20種類も揃う。麺類とご飯ものの欲張りセットで、胃袋と心にチャージを。



古民家風で落ち着いた店内。車椅子やベビーカーでの入店も可能

江東区北砂4-40-14 ☎03-3644-6421
北砂7丁目バス停から徒歩1分

ことみせくーぼん

1,000円以上でお会計金額から100円引 ※初回のお客様に限る

特典日 毎営業日

CHECK



店主の飯島さんと従業員の佐藤さん(左)、岡村さん(右)。お三方の朗らかさが、三隆の居心地の良い空気感を織りなす

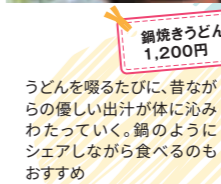
居心地の良さ×昔ながらの優しい味のおそば屋さん!

真心込めて、美味しい料理を提供します!



天カレー 1,100円

海老の天ぷらとカレーなんぼんの珍しい組み合わせは、常連客から支持を集めるメニュー。コクのあるカレーと深みのある出汁の共鳴に思わず笑みがこぼれる



鍋焼きうどん 1,200円

うどんを嚼るたびに、昔ながらの優しい出汁が体に沁みわたっていく。鍋のようにシェアしながら食べるのもおすすめ

三隆不動の人気メニュー。天ぷらは、贅沢に海老、白身魚、舞茸、ナス、オクラ、シントウの6種類。そばの香りとツルツルとした喉越しが最高に美味しい

天ざる 1,300円



MAP P.12 4 すなまちほもんたくみきたすなほんてん **砂町ホルモン匠北砂本店**

芝浦の食肉市場から直送される朝挽きホルモンや赤肉をリーズナブルに提供。部位ごとの特性に合わせて丁寧に下処理したホルモンは、臭みもなく食べやすい。「ホルモンは苦手という方にこそぜひ食べて頂きたいですね」と胸を張る店長の村田さん。ホルモン、焼肉以外にも麺類、ご飯類からデザートまで、幅広いメニューが揃う。



ゆったりと間隔を空けて配置されたテーブル席。掘りこたつで足を伸ばしてくつろげる

江東区北砂4-22-2 ☎03-6685-0619
北砂四丁目バス停から徒歩4分

ことみせくーぼん

お会計から5%割引

特典日 月・水・木・金曜(祝日除く)



ホルモン5点盛り 1,958円

その日のおすすめの盛り合わせ。部位によって異なる味わい、食感を食べ比べられる「名刺代わり」の一皿

シビレにツラミ、白ヤンなど希少部位も! 新鮮なホルモンを七輪の炭火焼きで

特選赤肉国産黒毛の上ロース 1,738円

ホルモンだけでなく国産にこだわった厳選赤肉もぜひ味わいたい

ユッケジャン麺 880円

砂町文化センター通り沿いの住宅街に立つ。大きな白提灯が目印

丁寧に下処理した白せんまいはコリコリとした食感が魅力

白せんまい刺 660円

麺類やスープ、ピビンバやカレーなどのメニューも充実

MAP P.12 9 よぎよあんどえべれすときっちん
YogiYo&EVEREST KITCHEN

韓国・大邱(テグ)出身のシェフとネパール出身のシェフがつくる本場の料理が楽しめる。パリッパリでジューシーな揚げたての韓国チキンをはおばりながら、バター香る焼き立てナンを同時に味わえる幸せは一度体験するとやみつきになってしまう。テイクアウトOKで韓国惣菜やアクセサリも販売されている。



韓国の音楽も楽しめる店内

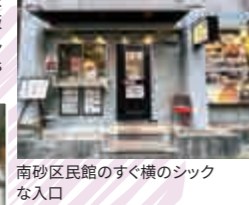
江東区南砂6-2-1 奥平ビル101号
 ☎03-6666-7449
 南砂町駅2a出口から徒歩5分

ことみせくーぼん

昼:ランチメニューご注文の方、セツドリンク1杯サービス
 夜:1テーブル3,000円以上のご注文で、グラスビール1杯サービス

特典日 毎営業日

アクセサリ作家でもあり本も出版している順子さんのブランド「Ju's drawer」も買える



南砂区民館のすぐ横のシックな入口

キンパやチヂミなど、公園でのピクニックにいかがですか~

CHECK



大邱出身のべさん(左)と奥様の順子さん、インド料理担当のチャビラル(右)さん

ボリュームな料理はまるでエベレスト!
本場シェフがつくる韓国料理とインドカレー



トッポキ 1,100円

もちもち韓国餅の甘い味付けがたまらない!

骨なしハーフ&ハーフチキン(ヤンヨム&塩) サラダ、チキンム(甘酢大根)付き 2,618円

一流レストランでシェフをしていたチャビラルさんのカレー

ラッシー 220円~

チーズナン 550円

カレーAセット ランチ 880円 デイナー 1,300円

MAP P.12 10 さんしろうせいこつじん
さんしろう整骨院

痛みを軽減し早期回復を促すテーピングなど、スポーツによるケガの施術に特化した整骨院。アスリートの気持ちに寄り添い、早朝・夜間でも試合や練習時間に合わせて対応してくれる。施術以外にも運動能力向上やケガ予防など、それぞれの目的に応じた体幹トレーニングや、秋田・玉川温泉の石を使った足温浴などのメニューもある。



ストレッチ、足温浴などのメニューもある

江東区南砂6-2-9 ☎03-5606-8738
 南砂町駅2a出口から徒歩4分

ことみせくーぼん

足温浴20分300円を無料サービス ※初回のみ

特典日 毎営業日

CHECK



開業18年を迎える地域密着の整骨院。出張施術も可能

試合前の駆け込み寺!
アスリートのための整骨院



第三砂町中OBであり砂町を愛する三四郎先生は地区消防団の一員でもある(後列右から2番目)

体を温め新陳代謝を高める効果があるといわれる秋田・玉川温泉の石を使用した足温浴

マンツーマン体幹トレーニング 初回 1時間3,000円 2回目以降 30分2,000円

MAP P.12 ちくりん
8 竹鈴

創業40年を超える老舗料理店。名物の「昔懐かしカレーライス」は月曜日限定で衝撃価格のワンコイン500円!他にもステーキのような分厚いマグロがほおばれる「まぐろつけ焼定食」、日替わりで新鮮魚介が並ぶ「刺身定食」などのお酒にも合う定食がコスパよく食べられる。



店内はテーブル席のほか座敷もあり、ゆったりとくつろげる

江東区東砂6-1-1-1F ☎03-6666-3428
 袖ヶ浦バス停から徒歩1分

ことみせくーぼん

定食50円引き

特典日 毎営業日

折るは今年も 阪神優勝です!

CHECK



店長の中村さん



葛西橋と清砂大橋の間の住宅街にある



まぐろつけ焼定食 1,200円

ステーキみたいな分厚いマグロ! (形状は日による)

刺身定食 1,100円

月曜日はカレーの日!

昔懐かしカレーライス (月曜日限定) 500円

肉と野菜の旨みがたっぷり溶け出した安定の美味しさ!

南砂で定食の店といえばココ!
月曜日限定カレーはナント500円!!

MAP P.12 7 じーていーえすだんすみゅーじかるすくーる
GTSダンスミュージカルスクール

バレエ、ダンス、ボーカル、SPミュージカル、タップダンス、ヒップホップの6コースがある。ダンス、歌、演技が総合的に学べるミュージカルクラスでは、舞台の楽しさを体験できるよう4ヶ月ごとに発表会を開催しているほか、実際の舞台に立つためのオーディションに向けた高度な指導まで、レベルに応じた本格的なレッスンが受けられる。



木曜19時「SPミュージカルコース」のレッスン生たち

江東区北砂4-2-9 クレビル3F ☎080-6700-0904
 北砂二丁目バス停から徒歩1分

ことみせくーぼん

入会金半額 (通常10,000円→5,000円)

特典日 毎営業日

未来のミュージカルスターを目指して Grow To Shine!

第一線で活躍中の役者さんによるレッスンもあります!

CHECK



楽しく歌って踊って、目指すはミュージカルスター
3才から通える本格ダンススタジオ

6/21(金)~23(日)の3日間、亀戸文化センターにて一般オーディションを通過したキャストによるミュージカルを上演



現役時代はバレリーナとして数々のコンクールに入賞。現在は振付師としても活躍する代表のSAKI先生(左)とダンス指導の祐人(ゆうと)先生



滑舌よく発声!

華やかな舞台の裏には毎日の地道な努力が欠かせない



江東区観光キャラクター
コトミちゃん

ことみせ登録店



各店舗の詳細は
こちら

砂町エリア 155店舗

「ことみせくーぼん」提示でもらえるお得な特典が勢揃い！
今回は「砂町エリア」のことみせ登録店のクーポン情報をぜひご紹介。
お目当てのお店とクーポンを見つけて、気の合う仲間や家族で行ってみよう！

掲載情報は令和6年2月15日時点のものです。最新の情報は各店にお問い合わせください。

食べる・飲む

イタリアンパール ポルコ お会計金額から5%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂2-14-10 【電話】03-6659-7769	居酒屋 深川 お会計時5%割引 ※4名までのお客様・お一人様1回限り 【特典日】毎営業日 【住所】北砂6-2-1 【電話】03-5683-7128	伊勢元 夜ご利用の方、生ビール(中ジョッキ)・耐ハイ・カクテル・サワー 1杯目100円 ※他券併用不可 【特典日】火~金(祝日は除く) 【住所】南砂4-1-12 【電話】03-3648-2266
お会計金額から5%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂2-14-10 【電話】03-6659-7769	インド料理サッカル 東陽町店 ランチはラッシー無料、 ディナーは1杯目ドリンクを50%引き 【特典日】毎営業日 【住所】南砂2-2-16 【電話】03-5632-8485	梅むら 1,000円以上お買上げ、飲食の方、5%割引 【特典日】月・火・木曜(祝日は除く) 【住所】北砂3-30-9 【電話】03-3644-6749
大阪焼肉 牛正 お会計から5%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-1-32 【電話】03-6263-9913	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(各450円)のどちらか1品無料サービス 【特典日】水・木・金曜 【住所】北砂3-38-16 【電話】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 【特典日】月~金曜(祝日は除く) 【住所】東砂7-17-22 【電話】03-3644-5802
osteria chivo 18時以降、店内でご飲食の方、 スパークリングワイン1杯サービス 【特典日】毎営業日 【住所】南砂3-14-22 【電話】03-6458-6903	Caffe&Dining Sonority ランチご注文の方ソフトドリンク1杯サービス 【特典日】毎営業日 【住所】北砂2-14-10 【電話】070-8380-8960	川の屋 3,000円以上ご利用の方、5%割引 【特典日】水曜 【住所】北砂3-6-4 【電話】03-5683-9797
韓激 南砂町駅前店 お試しヤンニョムチキンプレゼント(一人1個) 【特典日】毎営業日 【住所】新砂3-3-53 【電話】03-3647-4439	喫茶スナノギンガ 白米(あさひの夢)1合プレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-14-16-2F 【電話】090-2915-1760	銀座ホール ご飲食の方、小鉢一品サービス 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-33-20 【電話】03-3644-6354
KO-UN TO-RAI 雑貨10%割引、又は1,500円以上ご飲食の方に ショップオリジナルグッズをプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-11-10-2F 【電話】03-6666-4250	Gelateria KARASU キッズサイズ1個プレゼント (S or Msize1個以上ご注文のお客様) 【特典日】水~金曜(祝日は除く) 【住所】北砂4-22-5 【電話】03-6666-3323	食事・そば処 三船屋 食事代1,500円以上で100円引き 【特典日】毎営業日 【住所】南砂1-15-5 【電話】03-3644-1751

特集エリア 砂町

MAP P.12
11

へあーるしえ

hair ruscha

丁寧なカウンセリングと骨格補正カットで、普段のお手入れがラクになる自分に似合ったヘアスタイルに整えてくれる。オーガニック剤を中心にしたトリートメントなど、パサつきがちな大人女性の髪をうるつやにしてくれる施術が評判の、落ち着いた雰囲気のマツツーマンサロン。



美容師歴約25年のオーナーの施術は「もちが良い」と評判



コーヒーやお茶、キャンディなどのサービスも

ほどよい距離感の接客でリラックス
うるつや髪を取り戻せるマツツーマンサロン



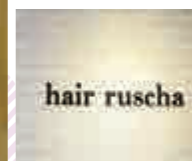
聞き上手なオーナーのほどよい距離感の接客が心地よい

江東区南砂3-12-6-101 ☎03-6458-4582
南砂町駅2b出口から徒歩4分

ことみせくーぼん

新規の方、初回5%オフに加えて
平日来店ならスパ・シャンプー施術もサービス

特典日 月・木曜



南砂3丁目公園の北側から丸八通りを渡るとすぐ



MAP P.12
12

かいとりてんわかば みなみすなまちすなもてん

買取店わかば 南砂町スナモ店

メッキだと思っていたら本物の金だったり、鑑定書がない、由来が不明などのアクセサリでも意外な高値がついたり!うれしい誤算もあるから見た目が金色、銀色のものなら捨てる前に、いったん「わかば」で査定を。状態が悪くても高級ブランドなら買い取ってもらえ、使いかけの化粧品や洋酒もOK! 買い物ついでに気軽に立ち寄ってみよう。



高値になることが多いハイブランド品
貴金属なら目の前で計量。どんな状態のものでも丁寧にチェックし、理由とともに買取金額を提示してくれる

江東区新砂3-4-31
南砂町ショッピングセンターSUNAMO 3F
☎03-6666-3345
南砂町駅3出口から徒歩5分

ことみせくーぼん

1,000円以上ご成約の方、粗品進呈

特典日 毎営業日



出張査定もOK!

金色、銀色グッズならとにかく持ち込んで!
アクセサリ、時計、メガネ、バックル、etc.



状態が悪くても意外な高値がつくこともあるのでアクセサリ類やハイブランドグッズは捨てる前に査定を!



待合スペースも広々

近江屋呉服店	(株)オートショップ江東	大場生花店
バッグ10%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-9-9 【電話】03-3646-1888	新車ご購入の方に、U字キーまたは前カゴをプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂6-3-1 【電話】03-3646-2591	お買い上げの方、お花1本プレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】東砂7-16-2 【電話】03-3644-8891
お茶の秋山園	おにぎりそれとみそしる	君野園
5%割引 【特典日】水・金曜 【住所】北砂4-24-3 【電話】03-3645-0333	500円お買い上げ毎に50円引き 【特典日】毎営業日 【住所】南砂4-3-12 【電話】03-5633-7173	全品10%割引 ※タバコは除く 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-38-8 【電話】03-3644-8801
京呉服・宝石の店 田巻屋砂町銀座店	くだもの井口	KUNON Baking Factory
3,000円(税込)以上お買い上げで田巻屋特製手ぬぐいプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-1-29 【電話】03-3640-5298	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%引き 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-40-9 【電話】03-3644-3809	お買い上げの方、50円引き 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-29-14 【電話】080-9157-8449
群馬屋商店	佐野みそ 砂町銀座店	サロンド・マツモト
5,000円(税込)以上お買い上げの方、10%割引 【特典日】月曜 【住所】南砂4-7-25 【電話】03-3644-3554	2,000円(税込)以上お買い上げの方に季節の食品を進呈 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-36-8 【電話】03-3647-8249	似合う眉アドバイス550円(通常2,200円) ※予約優先 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-1-28 【電話】03-3648-4456
37°byいしずか アリオ北砂店	37°by いしずか砂町銀座本店	シューズスタジオ グリュック
5%割引 ※一部対象外あり 【特典日】毎営業日 【住所】北砂2-17-1 アリオ北砂2F 【電話】03-6666-3037	5%割引 ※一部対象外の商品もございます 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-8-5 【電話】03-3640-7671	全品正礼より10%引き(調整代・修理代を除く) 【特典日】火曜 【住所】北砂3-30-11 【電話】03-5690-1030
セオサイクル北砂店	センカ堂 文具店	ザックザク肉の宝屋 砂町銀座店
自転車ご購入の方、自転車処分無料 ※通常1,000円 【特典日】毎営業日 【住所】北砂6-6-17 【電話】03-5617-1751	文房具お買い上げの方、粗品をプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂1-15-9 【電話】03-3645-7334	たまごLサイズ1パック5円引き ※お一人様1パック。品切れの場合があります 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-7-18 【電話】03-5635-2911
手作りの店 さかい	Delhi Spices	とうふ処 小川
ジャンボシューマイ10個入り800円→750円 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-1-33 【電話】03-3646-5670	税込1,500円以上お買い上げで選べる粗品プレゼント(粗品の内容は、店内商品のナッツ、スパイス、お菓子等です) 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-20-13 北砂五丁目団地内 【電話】070-8528-4569	おから150円→130円(クーポン1枚につき1袋) 【特典日】毎営業日 【住所】南砂3-12-3 【電話】03-3644-7362
豊田屋豆腐店	ナカヤバン店	肉勝 北砂店
豆腐1丁につき10円引き 【特典日】水・土曜 【住所】東砂8-20-17 【電話】03-3646-9288	主にパン類を8%引き(一部除外品があります) 【特典日】月～金曜 【住所】東砂6-20-8 【電話】03-3644-3573	精肉1,500円以上お買い上げの方200円引き ※他の特典・セールとの併用不可 【特典日】毎営業日(毎週水曜、毎月10日を除く) 【住所】北砂3-31-19 【電話】03-6810-5429
忍者バスタ	はくえん堂	ハッピーメガネ砂町銀座店
お会計金額から5%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-32-18 【電話】080-9363-1148	1,000円以上のお買い上げで10%割引 ※特価品を除く ※額継・貸画座使用料が対象 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-26-4 【電話】03-3646-4974	全品10%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-32-19 【電話】03-3640-3941
原田薬局 本店	不二家 北砂店	プティック シティライフ
粗品プレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-14-20 【電話】03-3645-8136	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 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-16-12 【電話】03-3644-6309	5%割引(特売品除く) 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-40-9 【電話】03-3648-2716
ボランティアハウス ほかほか	まからんや洋品店	まちのふうせんやさん ときわや
ドリンクバー無料サービス 通常200円 【特典日】毎営業日 【住所】南砂4-3-12 【電話】03-5633-7173	①3%割引(学校指定洋品・特売品を除く) ②粗品進呈 【特典日】①毎営業日 ②火曜 【住所】北砂4-18-12 【電話】03-3644-8376	3%割引 ※特価品は除く 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-30-10 【電話】03-3644-7761
まつ蔵精肉店	松ばや	豆の王様 シモヤマ
揚げ物全品10円引き 【特典日】金曜日以外の毎営業日 【住所】南砂2-3-1-115 【電話】03-6659-7829	1,000円以上お買い上げで煮玉子一個サービス 【特典日】月～金曜 【住所】北砂4-7-19 【電話】03-3646-2551	1,000円以上お買い上げで5%引き 【特典日】水曜 【住所】南砂3-8-5 【電話】03-3644-1728

寿司食べ放題 おおみなと	すなまちかふえ あおいねこ	砂町珈琲
お会計時500円引き ※1グループにつき1枚のみ 【特典日】毎営業日 【住所】南砂3-5-11 【電話】03-6666-7888	デザート100円引き 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-24-7-2F 【電話】03-4400-5712	300円以上ご注文の方、砂町ブレンド珈琲1杯無料 【特典日】毎営業日 【住所】南砂1-9-7 【電話】03-6766-8504
砂町ホルモン匠北砂本店	砂町ホルモン匠南砂店	砂むら
お会計から5%割引 【特典日】月・水・木・金曜(祝日除く) 【住所】北砂4-22-2 【電話】03-6685-0619	お会計から5%割引 【特典日】月・火・木・金曜(祝日除く) 【住所】南砂6-2-2-2F 【電話】03-6666-5544	1グループにつき「チーズおやき」一人前サービス 【特典日】月～金曜 【住所】南砂6-11-1 【電話】03-3646-7426
Spicafe	炭火焼ホルモン ナカジ	炭火焼ホルモンナカジ はなれ
お食事をされた方にサービスアイスプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-11-10 【電話】080-4811-0250	おまかせホルモン盛10%増量 【特典日】月曜 【住所】南砂7-6-12 【電話】03-5683-2209	「おまかせホルモン盛」10%増量 【特典日】月～金曜(祝日は除く) 【住所】南砂7-6-16 【電話】03-6666-0165
創作料理藤岡&カフェ	そば処 いなりや	台北厨房
一品サービス 【特典日】毎営業日 【住所】東砂1-3-6 【電話】03-3640-8048	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 【特典日】月・火曜 【住所】南砂4-7-25 【電話】03-3648-2121	麺類・定食10%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂2-17-1 アリオ北砂1F 【電話】03-6666-0525
台湾阿Q麵館	竹鈴	中華料理 永昌園 砂町銀座店
肉圓(バーワン)100円引き(通常780円) 【特典日】毎営業日 【住所】東砂7-10-12 【電話】080-4341-0066	定食50円引き 【特典日】毎営業日 【住所】東砂6-1-1 【電話】03-6666-3428	コース料理10名以上の予約で幹事1名無料 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-36-19 【電話】03-3649-3738
ちよい飲み鳶はん	Dog Cafe Apricot	とまり木
2,000円以上ご注文の方、チーズクラッカーサービス 【特典日】毎営業日 【住所】北砂6-12-5 【電話】03-3645-8050	初来店の方、マリアージュフレール茶葉1杯分プレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】東砂7-1-28 【電話】03-6458-4503	・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 【住所】東砂6-19-8 【電話】03-6666-5957
ニカイ coffee&cake	バブ ソレイユ	日の出寿司
ドリンク100円引き 【特典日】火・水・木・金曜 【住所】南砂3-14-22-2F 【電話】03-6666-3700	ウェルカムドリンク1杯サービス(梅酒やスパークリングワインなど) 【特典日】毎営業日 【住所】北砂6-21-4 【電話】090-8894-9898	・ランチ店内飲食の方、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 【特典日】毎営業日 【住所】南砂3-12-4 【電話】03-3648-1706
三隆	めしと肴 いち	麺屋ばらお 大衆酒場はな 南砂店
1,000円以上でお会計金額から100円引 ※初回のお客様に限り 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-40-14 【電話】03-3644-6421	お1人様につき5,000円以上のご利用で5%割引 ※現金のみ 【特典日】毎営業日 【住所】北砂6-6-1 【電話】03-6666-6827	初来店のお客様、大盛または味玉サービス 【特典日】毎営業日 【住所】南砂2-37-12 【電話】03-3640-1987
もと橋の下のトラットリア La Fede	もんじゃ 燈	焼肉三千里 南砂店
グラススパークリングワイン1杯無料 【特典日】月～水曜・金曜 【住所】北砂7-5-14 【電話】03-6666-6795	おすすめのもんじゃ焼きまたはお好み焼き1品10%割引 【特典日】月～木曜 【住所】南砂3-12-6 【電話】03-6666-3921	ディナータイムに店内ご飲食の方、ファーストドリンク(小生ビールまたは、330円(税込)以下のソフトドリンク)無料 【特典日】毎営業日 【住所】南砂2-1-8-2F 【電話】03-3645-8834
友膳	YogiYo&EVEREST KITCHEN	横十間川酒造 ガハビール
夜の営業時間、お1人様2,500円(税込)以上の飲食で5%割引 ※対象外メニューあり 【特典日】毎営業日(但し、毎月の感謝デーなど除外日有り) 【住所】北砂3-17-17 【電話】03-3699-8971	昼:ランチメニューご注文の方、セツドリンク1杯サービス 夜:1テーブル3,000円以上のご注文で、グラスビール1杯サービス 【特典日】毎営業日 【住所】南砂6-2-1 【電話】03-6666-7449	自家製ビール100円引き ※店内飲食時 【特典日】毎営業日 【住所】南砂2-3-1 【電話】03-6659-7043
レストカフェミュー	WILD & RAW	買う
おすすめメニュー50円引き 【特典日】毎営業日 【住所】北砂6-14-13 【電話】03-3699-9810	ランチセット50円引き ※通常1,100円 【特典日】月～金曜 【住所】南砂2-6-11-3F 【電話】080-1019-3554	
あざり屋さん	飯塚商店	糸井電化ストアー
3,000円以上お買い上げで、「あみの佃煮」300円分プレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-25-5 【電話】03-6770-8220	1,000円以上の商品5%割引 ※超特価品は除く 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-8-12 【電話】03-3644-6654	LED電球お買い上げの方、50円引き 【特典日】毎営業日 【住所】南砂3-12-6 【電話】03-3644-7544



買う

ファミリーサロン マミ	フォトショップ DIA	藤の湯
①10%引き ②誕生日月パーマ50%引き 【特典日】①木曜 ②毎営業日 【住所】南砂4-16-13 【電話】03-3645-8025	各種撮影10%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-24-9 【電話】03-3644-7313	100円(税込)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 【特典日】毎営業日 【住所】東砂3-18-17 【電話】03-3644-7351
不二の湯	フリージアース	文化湯
100円(税込)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 【特典日】毎営業日 【住所】東砂8-20-16 【電話】03-3644-1771	ベルシャ直輸入の天然ローズ水5包(カード付)プレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂2-13-13-2F 【電話】080-4729-2311	100円(税込)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 【特典日】毎営業日 【住所】北砂6-14-8 【電話】03-3644-7418

ヘアーさぶまりん美容室	hair ruscha	hair SHIP reborn
カット・カラー・パーマ、いずれか500円引き 【特典日】毎営業日 【住所】東砂3-1-14 【電話】03-3648-0869	新規の方、初回5%オフに加えて平日来店ならスパ・シャンプー施術もサービス 【特典日】毎営業日 【住所】南砂3-12-6 【電話】03-6458-4582	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(540円)とヘッドケア(1,080円)をサービス ※要予約 【特典日】月～金(祝日は除く) 【住所】北砂4-1-14-2F 【電話】03-3699-0664

ホームリペア株式会社	丸山工務店	有限会社 丸山防水工業
ご契約頂いた方に砂町銀座商店街の商品券プレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-10-9 【電話】03-6659-7791	ご契約時までに、クーポン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ヘア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 【特典日】毎営業日 【住所】東砂3-15-7 【電話】03-3648-5451	・防水工事は10年の工事保証※保証対象は当社が施工・管理した物件で、材料等のメーカー保証規定に準じます ・工事代金(見積価格)の5%割引 ※割引上限25,000円 【特典日】毎営業日 【住所】東砂8-20-8 【電話】03-3647-7931

みなみすな整体院	有みのる不動産 本店	森田畳工業所
通常初回12,000円(税込)を6,000円(税込) ※要予約 【特典日】毎営業日 【住所】南砂3-13-3 【電話】03-5683-5019	新規ご契約いただいた方にQUOカードプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂7-4-3 【電話】03-3644-7573	税込価格より5%割引 【特典日】毎営業日 【住所】南砂5-13-9 【電話】03-3644-7926

山三	有限会社 吉田畳店	よだ経営会計事務所
予約時にくーぼん掲示された方、 ①車検整備10%引き ②钣金塗装20%引き ※①・②ともに営業車を除きます 【特典日】毎営業日 【住所】南砂1-23-15 【電話】03-3647-8608	①見積無料 ②一部を除き5%割引 【特典日】毎営業日 【住所】南砂1-11-15 【電話】03-3644-1596	3,000円引き ※1回限り 【特典日】毎営業日 【住所】北砂2-18-2-228 【電話】03-6679-6676


らいおんハート整骨院ひまわり		Well-being Lab GOOD-B
プチ骨盤矯正500円(通常1,000円) 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-18-11 【電話】03-3640-0122		パーソナルトレーニング(45分) 通常5,000円を980円! ※初回のみ 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-14-12 【電話】050-1807-2209

QUWANDS DANCE SPACE 砂町銀座スタジオ	個別学習塾MATCH	GTSダンスミュージカルスクール
ご入会時入会金20%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-26-4 【電話】050-3557-1397	入塾料半額 【特典日】毎営業日 【住所】南砂1-8-6 【電話】03-6875-4435	入会金半額(通常10,000円→5,000円) 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-2-9-3F 【電話】080-6700-0904

パーソナル加圧トレーニングOhana	HITテニススクール南砂	VIPインドアテニススクール
初回体験コース半額 【特典日】毎営業日 【住所】南砂6-2-7 【電話】070-8326-3881	入会金・登録料無料 ジュニアクラス新規入会者に、ラケットとリュックをプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】南砂6-7-15 イオンスタイル南砂屋上 【電話】03-3699-6161	体験レッスン無料 【特典日】毎営業日 【住所】南砂2-6-11-5F 【電話】03-6458-4500

プールの家	Boxing & Martial Arts DEPORTARE	真島恵理バレエスタジオ
初回、20%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂6-15-5 【電話】070-2821-4506	入会月会費無料&砂町銀座商店街の商品券プレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-26-1 【電話】03-4400-8504	体験レッスン1回無料(通常料金 2,750円・税込) 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-9-5 【電話】03-3646-5558

観る・遊ぶ	手ぶらdeBBQ南砂	東京シティ・バレエ団
	レンタル品1点サービス(上限300円) 【特典日】毎営業日 【住所】南砂6-7-15 イオン館屋上 【電話】080-7513-0669	「サポーターズクラブTCB」入会費無料 【特典日】毎営業日 【住所】北砂2-8-5 【電話】03-6666-0390

パライゾ東陽町	掲載情報は令和6年2月15日時点のものです。最新の情報は各店にお問い合わせください。	各店舗の詳細はこちら▶ 
初回ご利用時、個室シャワー室無料(通常500円(税込)/タオル・バスマット・シャンプー・リンス・ボディソープ付) 【特典日】毎営業日 【住所】南砂2-6-11-3F 【電話】03-6666-7651		

モーゼル自転車	モカドール洋菓子店	山屋精肉店
一般車バンク修理100円引き タイヤチューブ交換300円引き 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-20-12 北砂五丁目団地内 【電話】03-6875-6338	全商品5%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-1-30 【電話】03-3646-7813	シューマイ10個入、通常450円を400円(お1人様1点) 【特典日】火曜 【住所】北砂4-34-13 【電話】03-3644-3401

ユアシセイドウ よつば	リサイクルアビオ	
お買上金額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) 【特典日】毎営業日 【住所】南砂5-13-8 【電話】03-3644-3065	食器・瀬戸物5,000円以上お買い上げで、10%割引 【特典日】毎営業日 【住所】東砂4-16-10 【電話】03-3640-0684	

あい針灸整骨院	旭湯	airis
初回限定、MS療法(手技)10分1,200円→840円 ※お一人様1回限り、保険施術との併用になります 【特典日】毎営業日 【住所】北砂5-20-12 【電話】03-5665-5821	100円(税込)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 【特典日】毎営業日 【住所】東砂7-15-1 【電話】03-3644-0493	初回ご利用の方、20%割引(一部除外あり) 縮毛矯正17,340円(通常25,850円～) 【特典日】月～金曜(祝日は除く)15:00まで 【住所】南砂6-2-7 【電話】03-3645-1679

(株)エクセル	介護タクシー マリン	買取店わかば 南砂町スナモ店
成約後、粗品をプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】南砂3-8-4 【電話】03-5606-7739	メーター料金の1割引 【特典日】毎営業日 【住所】東砂3-4-5 【電話】03-6303-6808	1,000円以上ご成約の方、粗品進呈 【特典日】毎営業日 【住所】新砂3-4-31 南砂町ショッピングセンターSUNAMO 3F 【電話】03-6666-3345

カットスタジオ イフ	Kanaloa eyelash salon	株式会社 丸臣
初回限定 カット・パーマ・ヘアカラー1,000円引き 【特典日】金曜 【住所】南砂2-3-15-2F 【電話】03-3649-9630	初回限定全メニュー20%オフ 【特典日】毎営業日 【住所】4-8-19-306	ご契約の方、スペイン産カスエラまたは、オリジナルノートプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-1-35 【電話】03-6666-5494

亀の湯	かんべ整骨院	きたすな整骨院
100円(税込)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 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-20-25 【電話】03-3644-6514	初めての方、完全自費治療通常8,800円×2回で17,600円→2,980円×2回で5,960円 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-18-18 【電話】03-6666-6724	酵素カプセル(60分)2,200円→1,500円 ※お一人様1回限り、要予約 【特典日】毎営業日 【住所】北砂2-5-6 【電話】03-3640-1349

kino-YOGA・kino-ayurveda	喜楽湯	寿自動車株式会社
・ヨガ・初回体験500円(ヨガマットレンタル付き) ・アーユルヴェーダーオイルトリートメント16,500円→13,200円(初回のみ) 【特典日】毎営業日 【住所】南砂6-3-26	100円(税込)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 【特典日】毎営業日 【住所】南砂4-15-19 【電話】03-3644-3803	新車ご購入の方に、カタログギフトプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】東砂5-14-19 【電話】03-3646-8101

さんしろう整骨院	写真屋さんボックス	女性専用美容室 ティフ・ティフ
足湯浴20分300円を無料サービス ※初回のみ 【特典日】毎営業日 【住所】南砂6-2-9 【電話】03-5606-8738	DVDダビング1本1,000円→900円(5本以上) 【特典日】毎営業日 【住所】南砂2-3-1 【電話】03-3699-6782	カットご利用の方、ティッシュケースプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】南砂2-1-6-2F

鍼灸サロンRuce	末広通り接骨院	成竹鍼灸整骨院
施術代10%割引 【特典日】毎営業日 【住所】南砂6-2-9 【電話】03-6336-6475	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 【住所】東砂4-22-12 【電話】03-3640-5350	定番3種コース(はりきゅう、整体、電気治療コース) 20%割引 【特典日】毎営業日 【住所】南砂3-8-3 【電話】03-3699-6213

成竹東砂鍼灸整骨院	セレモニーホール鈴木(有)かねなお 鈴木商店)	大雄開発(株)砂町店
定番3種コース(はりきゅう、整体、電気治療コース) 20%割引 ※初回限定 【特典日】毎営業日 【住所】東砂6-13-6 【電話】03-3644-6789	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20%割引 ③仏壇・お位牌10%割引 ※お問合せの方には、エンディングノート1冊差し上げます 【特典日】毎営業日 【住所】北砂1-14-7 【電話】03-3644-8630	仲介手数料5%割引 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-38-15 【電話】03-3640-3111

竹の湯	調髪処 犬飼	有限会社 日進自動車工業
100円(税込)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 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-25-8 【電話】03-3644-0366	全メニュー100円引き 【特典日】毎営業日 【住所】北砂3-34-15 【電話】090-9643-6942	・オイル交換ご用命の方、"おでかけ10検(てんけん)"3,900円相当を無料サービス・レッカーご依頼の方、トータル金額から30%off・中古車お買上の方、諸費用金額より30%off+オイル交換0円・お車売却の方、近隣各社のディーラー査定より高額買取提示 【特典日】毎営業日 【住所】北砂4-6-22 【電話】03-3648-0591

ひかり整骨院・鍼灸院	美容室 エムアンドケー	美容室 えんと
初回お試し2,980円(通常7,500円) 【特典日】毎営業日 【住所】東砂2-5-12 【電話】03-3648-5069	全てのメニュー5%割引 【特典日】毎営業日 【住所】南砂6-8-1 【電話】03-5690-6997	初めてご来店のお客さまに、お試しシャンプー&コンディショナー or お試しトリートメントをプレゼント 【特典日】毎営業日 【住所】東砂7-10-13 【電話】03-5634-4495

注目店が次々に登場している江東区。話題のショップや、これから人気を集めそうな新店舗をご紹介します。

清澄白河 ROSETTE 【ろぜっと】



四季を楽しむお花絞りのおはぎの世界へようこそ！

清澄白河駅近くのレトロな集合住宅・清洲寮に、今話題の“お花絞りのおはぎ”を教えてください。教室があります。主宰者はかわいなお菓子作りが大好きな中島さん。「長くアイシングクッキーやシュガークラフトをやっていたのですが、最近はヘルシーな和菓子に惹かれるようになって。あんこで絞るお花を

知りすっかり魅了されてしまいました」。教室に通い講師の資格を取得し、昨年秋に「ROSETTE」をスタートしました。白いんげん豆のあんを自然由来の着色料で色付けし、お花の形に絞り出して作るおはぎは、お花畑のように美しく、やさしい甘さも魅力です。「レシピはすべて私のオリジナルで、季節

感のあるさまざまなお花絞りに挑戦できます。体験レッスンも大歓迎。Instagramで生徒を募集しているのでチェックしてください」。中島さんはシフォンケーキや焼き芋作りも手がけ、春には週末限定の玄関ショップをオープンする予定。グルテンフリーの手作りスイーツもお見逃しなく。



春は桜、秋はダリアなど季節感のあるレンピを用意。冬のレッスンでは「スワン」がテーマのおはぎも登場

口金を使った絞り出しのテクニクを丁寧に教えてくれる

米粉と豆乳で作るシフォンケーキや、つぼ焼きの焼き芋を玄関ショップで販売

花のバタフライピー、カゴチャ、ピーズなど自然由来の着色料を使用

可憐なお花が詰まったおはぎボックスにも挑戦できる



築90年のレトロモダンな建物「清洲寮」。教室は4階から2階に移転したばかり



「バラがきれいに絞れるようになるとますます楽しくなりますよ」と中島さん



和のテイスト漂う空間で繊細な手仕事に没頭。レッスンは約2時間、レッスン料は内容により1回6,500円～

DATA
ろぜっと
ROSETTE
江東区白河1-3-13 清洲寮イ號204
☎090-4543-0717
清澄白河駅 B1 出口から徒歩 3分



ごみせくーぼん
**体験レッスン
4,500円を300円引き**
特典日：毎営業日

※室内写真は移転前の4階の教室にて撮影



子ども服は男女別、サイズ順にディスプレイ。明るく居心地のいい店内でゆっくりお気に入りを選べる

「 Capsule toy」

レジ前は婦人服のコーナー。子ども服を選ぶついでにチェックするお客さんも多いそう

こちらはワッペンが入ったお店オリジナルのカプセルトイ。寄付をすると回せるお楽しみも

ママやパパが商品を選んでいる間、子どもたちが退屈しないようキッズスペースを用意。子育てに関する情報交換も盛んだとか

おでかけや発表会などに使えるきれいなアイテムも見つかる

かわいいシューズがズラリ。レギンスや靴下、帽子なども揃う

帽子 800円
Tシャツ 600円
カーディガン 600円
ワンピース 700円
ロンパース 1,500円
オーバーオール 1,800円

着回しの効くカジュアルな子ども服が豊富。商品はシーズンごとに入れ替えている

ベビーウエアは人気のブランド物も多く、選ぶのが楽しいと評判

※商品は一例。取材時点の料金から変更している可能性があります

DATA
うずちゃりていしょぶ
UZUチャリティショップ
江東区平野2-3-16
清澄白河駅B2出口から徒歩10分

ごみせくーぼん
購入いただいた方に
お菓子プレゼント
特典日：毎営業日

お店は細い路地を入った左側、お魚の看板が目印

CHECK

清澄白河の住宅街の一角細い路地の奥にある「UZUチャリティショップ」。北欧テイストのナチュラルな店内はおしゃれなブティックさながら。でも、値札を見ると、「こんなに安いのか？」と驚かず。チャリティショップとは、住民から不用品を寄付してもらい販売し、その収益の一部を非営利活動に活用するもの。「欧米では広く普及していて、私もイギリス滞在中によく利用してい

ました」と店主の大安さん。「ベットのきっかけで動物保護のために何かできないかと考え、思いついたのがチャリティショップ。3年前に子どもが生まれ、それから使用期間が短い洋服がもったいないと感じていたので、子ども服をメインに取り扱い、収益の一部を山口県の動物保護団体への寄付にあてています」。2022年にオープンし、現在はボランティアスタッフと4人で運営。みんな自分も手伝えたいとお客さんからスタッフになった人ばかりです。「寄付は常時受け付けています。状態が良く誰かに使ってもらいたいものがあれば気軽に持ち込んでください」

良質な洋服を賢く手に入れる常連客が増加中



店主の大安さん(左)とスタッフの丸尾さん。「定期的子ども向けのイベントを行っているの、気軽に遊びに来てください」

楽しくお買い物して、不用品を寄付して、社会貢献ができる

UZUチャリティショップ 【うずちゃりていしょぶ】

ことみせ

2024 March Vol.59

企画・編集 ことみせ事務局
〒135-0047 江東区富岡1-13-1 3F
☎ 03-6458-5340
info@kotomise.jp

ことみせスタッフ 株式会社URリンケージ
横山 隆
河西 由華子
今井田 郁矢

編集ディレクター 株式会社フォーサイト
仁平 昌宏

取材・編集 井元 麻帆 小宮山 悦子
高橋 知寿 林 文乃
古里 学 松村 美保
保倉 勝巳 吉田 真琴
吉田 葉子

撮影 木内 博 佐藤 里奈
田中 秀典 中村 宗徳
林 文乃 横山 隆人

デザイン 栗盛 知都子 菊池 哲広

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(5)78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。
最新の情報は各店にお問い合わせください。

次号は2024年5月17日(金)
発行予定です。

お店を探したい!

江東区のお店探しは ことみせウェブサイトで!



話題のお店情報や
ことみせくーぽんの特典内容は
こちらでチェック

お店の情報が
たくさん!



お店を登録したい!

ことみせ登録店募集中!

「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」の通称で、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

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



「ことみせくーぽん」の特典内容や特典日はお店ごとに異なります。各店の特典内容は、本誌やことみせウェブサイトでご確認ください。

ことみせくーぽん

ことみせ登録店全店でつかえる!

使い方ガイド

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!



当店のことみせくーぽんは...

ご飲食の方に
〇〇〇〇〇〇を
サービス!

江東お店の魅力発掘発信事業 登録店

登録店はこの
ステッカーが
目印!

2 くーぽんを提示する

ことみせくーぽんは全店共通。くーぽん券・スマホ版 どちらでもOK!
商品を注文する際にご提示ください。

くーぽん券

裏表紙にあるくーぽん券を
点線で切り取って使ってください。



くーぽん券は
本誌裏表紙から
切り取ってね!

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。



くーぽん画面は
こちらから!

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。

登録店は江東区内
1,000店以上



大切なおもいをつなぐ

江東のおもたせ

第6回 住吉

ミートポーク山水

みーとぽーくさんすい

「おもたせ」は来客からいただいた土産物をいう尊敬語で、それを持参したお客様へのもてなしにすすめるときに使います。もらった人がその場で一緒に食べたくなるような逸品をシリーズで紹介。



焦げ目の部分にタレを塗って焼き、また焦げたら再度塗って焼く...を繰り返すことで香ばしさが増し、さらりとした脂の甘さが引き立つ



人気3種詰め合わせ 6,500円

蜜汁チャーシュー(豚バラ・肩ロース各1)、とろチャーシュー×1。薬味に白髪ネギや針生姜、たまねぎスライスなどを添えるより美味。蜜汁チャーシュー塊(2〜3人前1,800円〜)、とろチャーシュー塊(同1,500円〜)なども販売



絵力の強いチャーシューギフトは、トラディショナルな豚イラストが並ぶおしゃれな包装紙に包まれている



炙りとろチャーシュー丼 並780円 大950円

挽肉と長ネギをあめ色になるまで炒めた「肉燥(バーソー)」も主役級の旨さ。弁当の店頭販売は火〜金曜。2日前の午前中までの電話予約がおすすめ

蜜汁チャーシュー重 1,200円

ご飯は千葉県産の多古米、容器は北海道産天然エゾマツの間伐材でつくられた経木折箱。ほのかな木の香りも食欲をそそる。弁当は会社、団体、一般家庭などへのデリバリーもOK



このチャーシューが炊き立てのご飯のお供なら、思わずかきこんで食べたくなる?!お肉は千葉県産ブランドポーク「林SPF」。豚バラと肩ロースを五香粉を含む10種近くのスパイスが効いた甘辛ダレに漬けた後、タレを塗り重ねて焼いた「蜜汁チャーシュー」、豚バラを香味野菜と煮込み、特製のタレに「晩漬け込んだ」とろチャーシュー」を詰め合わせた「肉ギフト」は、映えて美味しいおもたせに。昨年にはポークジャキー、生ベーコンも登場。食べ比べも楽しそう!

肉好き大満足!至高の「チャーシューギフト」



豚特有の病原菌をもたず生まれ続けるため抗生物質などの投与が最小限で済み、健康で安全安心な肉質であることが林SPFの特徴



ドアはイギリスから取り寄せたアンティーク。欧米の肉屋にインスパイアされ、おしゃれなデザインの店構えに

DATA

みーとぽーくさんすい

ミートポーク山水

江東区海辺5-9 ☎03-6458-6323
住吉駅B1出口から徒歩13分



店主の北村渉さん。「スモーキーな生ベーコンにはウイスキーのロックが合いますよ」



KOTOMISE coupon

こどもみせ

江東区

こーぽん つかいます

令和7年3月31日まで有効

商品お買い上げの方に
山水のたれ(50ml) 1本進呈

特典日: 毎営業日

