



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。



和菓子の楽しみ方

すぎなみ学倶楽部HPへ

4月も半ばを過ぎ、もうすぐゴールデンウィーク。中でも子供たちが心待ちにするのは、「こどもの日」ですね。「端午の節句」でもある5月5日に、かしわ餅を食べるのは江戸時代から始まったといわれています。餅をかしわの木の葉で包むのは、木の新芽が出る春まで落葉しないことから、「家系が途絶えず子孫繁栄」の願いが込められているとされています。

日本には古くから季節に合わせた和菓子がありますが、その最新事情をご紹介します。

和菓子と言えば、餡子が特徴的ですが、その餡子を好むのは、どうやら日本人だけではないようです。荻窪の教会通りに店を構える「榛名屋」では、以前はほとんど見掛けなかった外国人客が、最近では1日に数名来店するそうです。外国人が買い求めるのは、うぐいす餅やさくら餅などのカラフルな和菓子。味覚だ

けでなく、視覚で楽しめるのも、和菓子のいいところです。外国での和食ブームと一緒に、和菓子の文化も広がり始めているのでしょうか。

「食べるだけでなく、自分で和菓子を作りたい！」そんな願いを叶えてくれるのは、阿佐谷パールセンターにある御菓子司「栄太楼」。2名以上のグループであれば、季節の和菓子作り体験（有料・要予約）ができます。餡子を練り、切り餡で包んで丸める基礎から菓子を仕上げるころまで、さらに、家庭料理に応用できるヒ

ントも教えてもらえます。伝統ある和菓子作りの手法を学び、暮らしの中に生かすことができるとは、一石二鳥ですね。

すぎなみ学倶楽部では、区内の和菓子、洋菓子店を多数紹介しています。ゴールデンウィークは、「おいしい」にプラスして、五感で和菓子を楽しんでみませんか。（雪）



ウェブサイトも見るよ！

すぎなみ学

検索

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷食▷スイーツ

産業振興センター観光係 ☎5347-9184



区内で見掛ける野鳥

区内には、善福寺川、神田川、和田堀池や善福寺池など、多くの水辺があります。冬にはカモが水中に首を突っ込んで餌をとる様子を見掛けましたが、ほとんどが冬鳥のカモで、春には繁殖地のロシアなどに渡っていきます。カモが去った水辺でよく目にするのが白鷺です。白鷺は、その大きさから、コサギ、チュウサギ、ダイサギに分類されます。

区内で主に見られる白鷺はコサギとダイサギです。その名の通り白色ですが、コサギは全長約60cm、ダイサギは全長約90cmで、子供と大人くらい大きさに違いがあります。コサギのくちばしは黒色で、足の指は黄色です。ダイサギのくちばしは通常黄色ですが、繁殖期には黒く変化します。ちょうど今頃が繁殖期にあたり、くちばしの黒いダイサギを見掛け

ます。コサギもダイサギも共に小魚を捕食しますが、コサギは特に水辺の浅瀬で足を震わせて、小魚を追い出して捕食します。

この他、区内ではアオサギも見られます。アオサギは全長約95cmとサギ類の中では一番大きく、色は青灰色で、目の上から後頭部と冠羽が黒いのが特徴です。最近は数が増えたのか、善福寺池などでよく見掛けるだけでなく、阿佐谷の住宅街の上空などに飛来する姿も見られます。

すぎなみ学倶楽部では、「杉並の野鳥」を季節ごとに紹介しています。

サギの他にも、初夏によく見掛けるカルガモのひなやツバメなどを、区内で撮影された写真で分かりやすく紹介しています。爽やかなこの季節、水辺でバードウォッチングを楽しんでみませんか。(西)



写真提供：西村真一氏 コサギ 善福寺公園にて撮影

ウェブサイト
もあるよ!

すぎなみ学

検索



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。



すぎなみ学倶楽部HPへ

杉並の景観を彩る建物

梅雨の季節、アジサイの色が街に彩りを添えていますね。雨の合間に区内の景観を彩り、趣のある建物を見る散歩に出掛けてみてはいかがでしょうか。慣れ親しんだ街並みの中でも、いつもと違う景色に出会えるかもしれません。

西荻窪にある「一櫺庵（いっきょあん）」は昭和8年築。登録有形文化財であるこの建物は、木造2階建ての和風住宅に棟続きの洋館があり、宮大工により建てられたといわれています。大正から昭和の初めの住宅建築の特徴の一つ、水回りを居室と分離し裏方の仕事の動線を重視した「中廊下型」の間取りです。現代の和室のもととなった畳、ふすま、障子などを配置した書院造りの床の間などに宮大工の技が感じられます。庭には櫺（けやき）の巨木がそびえ、建築当時のままの姿を保てるよう大切に維持

されています。

上荻3丁目の住宅街に建つ「杉並会館」は、昭和42年に建てられました。カナダ・モントリオール万国博覧会日本館やソニービルの設計で知られる建築家・芦原義信氏の設計で、高い天井、シャンデリア、華やかな宴会室などから、伝統と格式が感じられます。1階の陶壁は著名な陶芸家・會田雄亮氏の作品です。3・4階には杉並アニメーションミュージアム、向かい側には荻窪八幡神社があり、芸術性の高い建物内を鑑賞した後、複数のカルチャーを一度に楽しめるスポットです。

すぎなみ学倶楽部では、他にも区内の特色のある建物を紹介しています。大正ロマンあふれるレストランやガウディ風マンションなど、新たな視点で街歩きを楽しみませんか。（智）



ウェブサイト
もあろうよ!

すぎなみ学

検索

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷文化・雑学▷杉並の景観を彩る建築物

問産業振興センター観光係 ☎5347-9184



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。



「すぎなみ学倶楽部」 は今年で10周年！

すぎなみ学倶楽部HPへ

ここで紹介している「すぎなみ学倶楽部」は、おかげさまで開設10周年を迎え、このコラムも今回がちょうど100号となりました。

このサイトはすぎなみの魅力発信の取り組みの一つとして、18年4月に区が設立しました。区民ライター（現在約40名）が、取材・執筆を担当する区民参加型区公式ウェブサイトです。現在公開中の記事は、なんと約960本になります。今回はその中でも長く人気を誇る2つの記事を紹介します。

歴史コーナーの「運命の宰相・近衛文麿と荻外荘」は、10年前の公開以来、アクセスの絶えない人気記事です。太平洋戦争前の激動の時代に首相を務めた近衛文麿の人物像に迫り、彼の旧邸「荻外荘」を訪れた要人たちとのエピソードをつづったもので、昨年の上半期アクセスランキング第1位でし

た。荻外荘が今年3月に国の史跡に指定されたこともあり、ますます注目を集めています。

20年にスタートした「ラーメン」の記事も人気です。ラーメン激戦区の荻窪をはじめ、区内各地の魅力あるラーメンを紹介してきました。老舗のしょうゆラーメンから、具材にフルーツを使ったユニークなものまで、その数約90軒。店ごとの「こだわり」とおすすめメニューを写真入りで紹介した簡潔な記事は、区内外のラーメン好きから好評を得ています。

「すぎなみ学倶楽部」は、他にも、杉並に縁のある人を紹介した「ゆかりの人々」「なみすけグッズ」など、多彩な新情報を発信し続けます。ぜひサイトにアクセスして、新たな「杉並の魅力」を発見してください。（な）



ウェブサイト
もあるよ！

すぎなみ学

検索

すぎなみ学倶楽部ホームページ ▶ 歴史 ▶ 記録に残したい歴史
▶ 食 ▶ ラーメン

問産業振興センター観光係 ☎5347-9184



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。



すぎなみ学倶楽部HPへ

阿波おどりで盛り上がる高円寺を探索！

「ヤットサー、ヤットヤット」。
夏の終わり、高円寺の街に響くにぎやかな掛け声。昭和32年に始まり、今年で第60回を迎える「東京高円寺阿波おどり」が、8月27日・28日に行われます。阿佐谷の七夕まつりに対抗したのが発端といわれる阿波おどりは、当初は38人の踊り手に2000人だった観客も、今では1万人が踊り、100万人の観客が訪れる、東京を代表する一大イベントとなりました。

「高円寺びっくり大道芸」「高円寺フェス」

「高円寺演芸まつり」と1年を通してお祭りで盛り上がる高円寺。そんな高円寺を、阿波おどり見物がてら歩いてみませんか。

世界的建築家・伊東豊雄氏が設計し、テントのようなフォルムが印象的な文化施設「座・高円寺」は一見の価値あり。

阿波おどり当日の昼間は、踊りを舞台上で披露する「座・高円寺阿波おどり」を開催(当日券のみ販売)。解説付きなので阿波おどり初心者も楽しめます。

特色ある店があるのも高円寺の魅力。

お気に入りの店を探すのも楽しいですね。この季節のおすすめは、庚申通りにある「Gelato&Cafe TIDA」のジェラート。黒糖チョコ、沖縄特産のハーブ「長命草」など、沖縄テイスト満載のジェラートが味わえます。8月限定「モモのソル



ウェブサイト
もあるよ！

すぎなみ学

検索

べ」もおすすめ。

見どころいっぱいの高円寺。杉並区をさまざまな視点から紹介しているすぎなみ学倶楽部の便利な「まち別検索」で、お出掛け前に街の情報をチェック！お散歩をより楽しめること請け合いです。

(さ)

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷まち別検索

産業振興センター観光係 ☎5347-9184



102

毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。



すぎなみ学倶楽部HPへ

なみすけ登場10周年！

杉並区公式アニメキャラクター・なみすけの登場から今年で10周年を迎えました。18年10月以来、妹のナミー、ジャズ好きのなみきおじさん、妖精仲間のタネタとスピトと一緒に、区民と区をやさしくつなぐキャラクターとして活躍しています。

なみすけの趣味は、散歩と人間観察。公式ブログの「てくてく×なみすけ」では、なみすけとナミーが区内のイベント、街、魅力的なお店などを写真で紹介する「なみすけ日記」を掲載しています。なみすけが登場するイベント情報も発信していますので、チェックしてくださいね。

また、同ブログに掲載中の「なみすけ4コマ劇場」も好評です。今年7月には連載400回記念として、ダイジェストブ

ック「てくてく×なみすけワクワクブック」を発売しました。

「なみすけグッズ」も、当初は3種類だけでしたが今では文具からTシャツ、お菓子まで約55種類（7月現在）が販売されています。今秋には、10周年を記念して復刻版「なみすけぬいぐるみ」の再販売、ロゴ入リストラップなどの新商品も登場予定です。今後のなみすけグッズからも目が離せないですね。

また、今年もなみすけ・ナミーが「ゆるキャラグランプリ2016」にエントリーし、10月24日まで投票を受け付けています。10月5日・6日には区役所1階ロビーで「なみすけ10周年展」も行われます。ぜひ、なみすけに会いに来てください。（な）



つえふアイト
もあるよ！

すぎなみ学

検索

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷文化・雑学▷なみすけグッズ

問産業振興センター観光係 ☎5347-9184



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。



すぎなみ学倶楽部HPへ

すぎなみフェスタに 行こう！

区の秋のイベント「すぎなみフェスタ」は、11月5日(土)・6日(日)に、桃井原っぱ公園、杉並会館、西荻地域区民センター・勤労福祉会館で開催されます。家族で楽しめるステージイベントや、遊び・食べ物のテントが盛りだくさんです。中でも人気の2つのコーナーを紹介しましょう。

「すぎなみパン祭り」では、区内のパン屋が多数集まり、自慢のパンを販売します。区内に5店舗を展開する「石窯パンふじみ」は、初回から出店している常連店。素材だけでなく、見た目にもこだわりを持ち、一つ一つを手作りして販売。「すぎなみフェスタ」では、あんパン、クリームパン、惣菜パンなど、人気商品を数多く取りそろえます。石窯で焼いたパンのおいしさを

堪能できそうですね。

交流自治体の1つである福島県南相馬市は、世界一の馬の祭典といわれる「相馬野馬追(そうまのまおい)」が有名です。毎年7月に3日間行われるこの祭りは、

鎧姿の若武者が風を切って疾走する甲冑(かっちゅう)競馬、神旗を騎馬武者が奪い合う神旗争奪戦などが行われる一千余年の歴史ある祭りです。

すぎなみフェスタでは、南相馬市の物産販売を予定しています。物産を手に、勇壮な「相馬野馬追」を思い

浮かべてはいかがでしょうか。

すぎなみ学倶楽部では、区に関わる食、歴史、文化・雑学など、幅広い分野で情報を紹介しています。ぜひ、ご覧ください。(正)



ウェブサイト
もあるよ！

すぎなみ学

検索

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷食▷ベーカリー
▷文化・雑学▷杉並区の交流自治体と宿泊施設

問産業振興センター観光係 ☎5347-9184



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。



すぎなみ学倶楽部HPへ

杉並で楽しむ 読書の秋

公園の木々が色づき、街を歩くと秋の深まりを感じます。秋といえば、読書の季節。杉並の街を舞台にした本を開いて、じっくり読書を楽しんでみませんか。

「この国の空」は、芥川賞作家・高井有一さんが書いた長編小説。第二次世界大戦下の杉並の住宅地を舞台に、19歳のヒロイン・里子が恋をして大人になっていく姿を描いています。当時の善福寺界隈（作中の地名は「碌安寺」）の様子がリアルな筆致で描かれ、人々の日常生活に入り込んでいた戦争の存在を深く考えさせられる作品です。27年に映画化され、話題になりました。

北尾トロさんのエッセイ「中央線で猫とぼく あの日、あのコと目があって」は、猫好きの方におすすめの1冊です。ライターとして活躍する著者が、阿佐ヶ

谷、高円寺、吉祥寺、西荻窪、国分寺と中央線沿線を移り住む中で出会った、個性豊かな猫たちとの日々を街の雰囲気とともにつづっています。

小春日和には街に出て、本を片手にカフェタイムを楽しむのもいいですね。杉並には、読書やアートに親しめるカフェがたくさんあります。築80年の古民家を利用し、ギャラリーやセレクトショップを併設した「松庵文庫」もその一つ。庭にある樹齢約100年のツツジの木を眺めながら、晩秋のひとときを過ごせます。

すぎなみ学倶楽部では、他にも杉並を舞台にした物語や、ゆっくりとくつろげるすてきなカフェを多数紹介しています。秋の夜長には、すぎなみ学倶楽部をチェックして、今秋読みたい一冊や、訪ねてみたいカフェを見つけてみてください。（な）



カフェサイト
もあそびよ!

すぎなみ学

検索

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷食▷喫茶店・イートイン含む

▷文化・雑学▷読書のススめー杉並ゆかりの物語

産業振興センター観光係 ☎5347-9184



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。



寒い冬にはラーメン！

すぎなみ学倶楽部HPへ

今日は冬至。1年のうちで、最も昼の時間が短い日です。北風も吹いて、だんだんと本格的な冬に移ろっていきますね。寒い冬を快適に過ごすためには、体を温めることが効果的です。運動する、入浴するなど方法はいろいろですが、熱い一杯のラーメンで温まるというのはいかがでしょう。

荻窪にある「中華そば春木屋」。戦後間もない昭和24年に開店し、東京を代表するラーメンの名店として知られ、順番待ちの長い行列ができる人気店です。鶏、豚、煮干しなどをだしに、濃口醤油で味付けされたスープは、透き通ったやや濃い目の茶系。創業67年を超える老舗ですが、人気に甘んじることなく、研究を怠らないといいます。お客さんの味覚の変化に対応し、「おいしい」と言ってもらえる味を追求する姿勢が、人気店であ

り続ける秘訣なのかもしれませんね。

ひと味変わったラーメンの代表格は、西荻窪駅近くの「パイナップルラーメン屋さん パパパパイン」。やはり行列ができる人気店です。23年にオープンしたこの店のラーメンは、昆布と魚介類だけのシンプルなだしに、パイナップル果汁がほのかに甘酸っぱい、さわやかな一品。ストレートな細麺とスープの相性も抜群です。オプションで「いっぱいん」を注文すると、パイナップル味の味付け玉子など、どんぶりに余すところなく具材がトッピングされ、ぜいたくな一杯に！

すぎなみ学倶楽部では、昔ながらのラーメンから新感覚のラーメンまで、区内のラーメン店90店以上を紹介しています。今年の大みそかは、年越しラーメンで新年を迎えてみてはいかがでしょうか。（雪）



ウェブサイト
もあるよ！

すぎなみ学

検索

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷食▷ラーメン

産業振興センター観光係 ☎5347-9184



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。



杉並の神社で見つけた！ 由来ある品々

すぎなみ学倶楽部HPへ

新年の始まりに、地元の寺社でお札やお守りを授かった方も多いのではないのでしょうか。杉並には由緒ある神社が多数あり、それぞれの由来にちなんだ品を求めることができます。今回は、区内の神社で見つけたオリジナルの頒布品を紹介します。

井草八幡宮は、源頼朝ゆかりの神社。明治時代までは頼朝が名付けたとされる地名から「遅野井八幡宮」と呼ばれていました。ここで人気なのが、善福寺公園の「遅野井」の井戸を掘りあてたという頼朝伝説にちなんだ御朱印帳。

紺地の表紙に朱色の甲冑を着た頼朝が刺しゅうされた雄々しいデザインです。参拝の証しに授与料を納め、墨書きの御朱印をいただくことができます。

阿佐ヶ谷神明宮は、全国でも珍しい「八難除祈禱」(現世にあまたある災難厄

事全てを取り除く祈禱)で有名な神社です。こちらの社務所に立ち寄ると目を引くのが、女性に大人気のお守り「神むすび」。

色とりどりの繊細な糸で編まれたレースプレスレット型で、手首に巻いたり、かばんに付けたたりして身に着けられます。10種類以上のデザインがあり、それぞれに鳥居、月、葉などのモチーフがあしらわれ、春の桜、初夏のアジサイなど季節ごとの限定品もあります。

珊瑚、撫子などの伝統色名がついた華やかな色合いも魅力です。

すぎなみ学倶楽部では、区内の30カ所以上の寺社について、歴史や行事、授与品、頒布品の情報などを紹介しています。あなたも身近な地域の寺社をお参りし、由来のある品々を見つけてみませんか。(な)



ウェブサイト
もあそび!

すぎなみ学

検索

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷文化・雑学▷寺社

産業振興センター観光係☎5347-9184



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。



杉並に拠点を置く さまざまな企業

すぎなみ学倶楽部HPへ

桃の節句も近づき、春の訪れが待ち遠しい毎日ですね。この春から新生活をスタートする方は、そろそろ準備に追われる頃でしょうか。

杉並区は東西南北に主要な幹線道路が通る利便性が高い立地のため、いろいろな企業の拠点があります。

井ノ頭通り沿いにあるオーデリック株式会社は創業70年、戦後まもなくスタートした照明器具の専門メーカー。人々の住環境を豊かにするため、安心と快適さを実感できる提案を行い、シャンデリ

アから街路灯まで幅広い種類の照明器具の企画・デザインから製造までを手掛けています。また、時代の流れに合わせてLED照明やセンサー機能を持つ照明を開発しています。ショールームでは、専門家からアドバイスを受けたり、さまざま

なシーンの「あかり」を体感できます。

首都圏に111店舗、区内に8店舗のスーパーマーケットを展開するサミット株式会社は西永福に本部があります。一部の店舗では、試食コーナーで瓶詰や缶詰など、味が想像しにくい商品をちょこっとつまんで確認できたり、購入後、その場で食べられるイートインスペースで一休みできるなど、うれしいサービスを展開しています。そのほか、「ちびっ子絵画展」「じゃんけん大会」のイベントも好評です。



ウェブサイト
もあつよ!

すぎなみ学

検索

すぎなみ学倶楽部では、他にも区内に拠点を置く企業や老舗商店、アニメ制作会社、伝統職など興味深いコンテンツを多数紹介しています。インターネットで社会科見学を楽しんでみてはいかがでしょうか。(育)

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷産業・商業

問産業振興センター観光係☎5347-9184



毎月21日号は、「すぎなみ学倶楽部」から
ちょっといい話をお届けします。



桜咲く善福寺川緑地で 楽しむカフェタイム

すぎなみ学倶楽部HPへ

桜の開花予想が発表され、お花見が待ち遠しい季節となりました。杉並には桜の名所がたくさんありますが、区内屈指のスポットが都立善福寺川緑地です。今回は、お花見の途中で立ち寄れるおしゃれなお店を2軒ご紹介します。

尾崎橋の近くにある「コワンドスリジェ」は、オープンテラスで焙煎したてのコーヒーを味わいながら、桜の絶景が楽しめるカフェです。お店の名前は、フランス語で「桜並木の一角」という意味。

店舗そばの尾崎橋から北側に続く桜並木は圧巻で思わず撮影したくなるポイントです。開放的なテラスで、ちょっと洋風の花見を楽しんではいかがでしょうか（店舗の営業日・時間は不定期ですのでご注意ください）。

西田端橋の近くにあるベーカリー「Zermatt (ツェルマツト)」から、香ばしい香りが漂ってきます。80以上の種類があるパンは、米由来の酵母を使い、長時間発酵させた生地ならではの味わい。

木のぬくもりを感じるイートインスペースには、車いすやベビーカーが入れるスペースがあり、備えつけの絵本を読みながらおいしいパンと飲み物で一休みできます。

人気のクロワッサンをテイクアウトしてお花見に向かうのもおすすめです。

すぎなみ学倶楽部では、区内19カ所のお花見ポイントや、お花見のお供にしたいくなるおいしいスイーツ、桜と一緒に観察できる水辺の野鳥情報などの記事を多数掲載。ぜひ、皆さんのお花見計画にお役立てください。（な）



ウェブサイト
もあつよ!

すぎなみ学

検索

すぎなみ学倶楽部ホームページ▷食▷喫茶店・イートイン含む

産産業振興センター観光係 ☎5347-9184