お買い物、お食事、ものづくり、建築関連、各種サービスの

地産・地消・地活

Vol.23

もっと楽しく。あたらしい発見。

らぶはち

2016 ♥ WINTER

特集

八王子 ほっこり 湯めぐり紀行

Regular Contents

八王子百年物語

Fami Navi

魔法のレシピ

八王子まち情報誌

TAKE FREE

セレオ八王子のご案内

お楽しみがいっぱい！ セレオ八王子のクリスマス

クリスマスおひるねアート

12/20（火）

2F イベントスペース

10:00~16:00　先着100組

寝顔も笑顔も泣き顔もかわいく記念に残せる「おひるねアート」を体験しませんか？

〈参加費〉
お子様一名につき500円

★講師（日本おひるねアート協会認定）がサポートいたします。
★お子様の衣装や撮影用のカメラは各自でご用意をお願いいたします。

ブーツ型フェルトポシェットを作ろう！

12/21（水）

先着100名様

2F イベントスペース

10:30~19:00

〈参加費〉一名につき300円（税込）

赤いクリスマスブーツ型のフェルトにデコレーションをして可愛いポシェットを作りましょう。

クリスマスケーキ特別販売

12/23（金・祝）▶ 12/25（日）

2F イベントスペース・ステーションコート

10:00~21:00

クリスマスを華やかに演出するケーキが多彩にラインナップ！期間限定ショップも出店いたします。

〈レスポワール〉
クリスマスケーキ
4号 2,700円

〈ラ・メゾン アンソレイユ タブル パティスリー〉
タルト・フレーズ
（直径約16cm）4,680円

〈グッディ・フォーユー〉
クリスマスのベリーベリーチーズケーキ
4号 2,680円

★各ショップでもクリスマスケーキを各種ご用意しております。

CHRISTMAS MENU

9F・10Fレストラン／各階カフェ

9F・10Fレストラン・カフェ 11:00~22:00（L.O.21:30）

2F
STARBUCKS
［カフェ］スターバックス コーヒー
7:00~22:00

スノー ピーカン ナッツ ラテ
（Tallサイズ）507円
スノー ピーカン ナッツ フラペチーノ®
（Tallサイズ）604円

9F
Mother Leaf TEA & WAFFLE
［カフェ］マザーリーフ
いちごとマスカルポーネ チーズクリームのクリスマスワッフル
［単品］940円［ドリンクセット］1,160円

9F
※※中村屋 Olive House
［南欧風料理］オリーブハウス
ビーフシチューのハンバーグセット 1,966円
●ビーフシチューのハンバーグ●カプレーゼ
●パンorライス ●デザート ●ドリンク

セレオポイントカードご提示でソフトドリンク1杯サービス

★この他、各店で多彩なメニューをご用意しております。店頭ポスターをご覧ください。

その他、クリスマスギフトやイベント・フェアなど、セレオにはお楽しみがいっぱいです！

※イベントについての詳しい情報は CELEO の HP または館内ポスターをご覧ください。

B1F 食品フロア 歳末食品大市

12月26日（月）~31日（土）

12月30日（金）・31日（土）は **朝9:00から営業**

セレオ市場が大賑わい！
年末年始の旬鮮美味を多数取揃えてお待ちしております。

歳末特別販売会

2F イベントスペース・ステーションコート

12月26日（月）~31日（土）

年越しやお正月に欠かせない品を多彩に集めて特別に販売いたします。

鈴廣かまぼこ
超特選蒲鉾 古今 紅・白（各1本・280g）3,888円
超特選伊達巻 古黄（1本・400g）2,916円

山田屋まんじゅう
山田屋まんじゅう 化粧箱入（10個入）
1,188円

東京ひよ子
酉年ひよ子（11個入・ポチ袋付）1,296円
東京紅茶ひよ子（3個入）486円

「セレオポイントカード」会員募集中！

入会金 年会費［無料］

各ショップにてご入会を承ります

お買い物、ご飲食100円（税抜）ごとに1ポイント
500ポイントごとにお買い物券（500円分）に交換

お好みに合わせて選べる2種類

※セレオ相模原、セレオ国分寺、セレオ甲府でもセレオポイントカードがご利用いただけます。

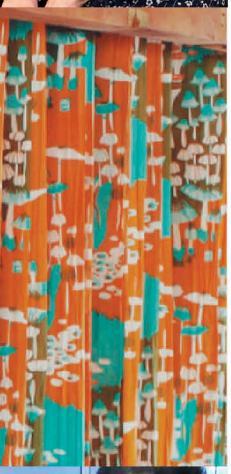
セレオ八王子〈北館〉年末年始営業時間のご案内

	12／30（金）	12／31（土）	1日（元日）は全館休業日です。	1／2（月）・3（火）	4日（水）からは通常通り営業いたします。
B1F	9:00~20:00	9:00~19:00		10:00~19:00	
1F~8F	10:00~20:00	10:00~19:00		10:00~19:00	
9F・10F レストラン・カフェ	11:00~20:00	11:00~19:00		11:00~20:00	

※一部、営業時間の異なるショップがございます。※南館につきましては一部元日も営業致します。

CELEO HACHIOJI
〒192-0083 東京都八王子市旭町1-1セレオ八王子
TEL.042-686-3111（代） www.celeo.co.jp/
営業時間 ショッピング／10:00~21:00
レストラン（9F・10F）／11:00~22:00
※一部営業時間の異なるショップがございます。
※ラストオーダーはショップにより異なります。
検索サイトから
セレオ八王子 検索

P 駐車場のご案内
合計2,000円（税込、複数ショップ合算可）以上お買い上げの方 〈駐車料金〉2時間無料
※一部駐車場サービスの異なるショップ、対象外のショップがございます。
セレオ北口第1駐車場・JR貨物八王子駅北口駐車場に限り 〈駐車料金〉2時間30分無料
セレオ北口第2駐車場に限り 〈駐車料金〉3時間無料



CONTENTS Vol.23 2016

特集 P.08

八王子 ほっこり 湯めぐり紀行

お風呂帰りに立寄りたいこだわりラーメン P.13

Regular

八王子百年物語 vol.4 網代園 P.7

楽しい子育てのためのかわら版 Fami Navi P.15

魔法のレシピ ～里いもと鶏団子の和風アヒージョ～ P.17

Special Topics

イベント&ニュース P.15

読者プレゼント&アンケート P.18

今号の表紙
秋号で好評だったので、
ウォーカーを探せ的表紙第2弾！
今回は簡単にわかるように
してみました。
是非挑戦してください。
illustration by Studio CUBE.

八王子まち情報誌
らぶはち
Vol.23
2016 WINTER

「らぶはち」とは

ゆたかな暮らしの情報源として誕生した、八王子の媒体です。皆さまの暮らしがもっと楽しく、あたらしい発見があるように、八王子の魅力を伝えていくように心がけて参ります。

らぶはち公式Facebook

らぶはち公式Facebookでは、八王子のお店情報やイベント情報などを発信しています。ぜひご覧ください。
http://www.facebook.com/lovehachioji

設置店リスト&プレゼント応募はここからアクセス

携帯からGO!

発行
八王子商工会議所

※本誌掲載の記事・写真・イラストなどの無断転記を禁じます。

ゆったりと落ち着いた雰囲気。また、個室も用意しているので
グループでの食事が楽しめるのがうれしい。

エルシィ正面入口右側のゆったりとしたロビーの先にある
アンシャンテ入口がお出迎え。

八王子 エルシィ
Enchante
フランスレストラン

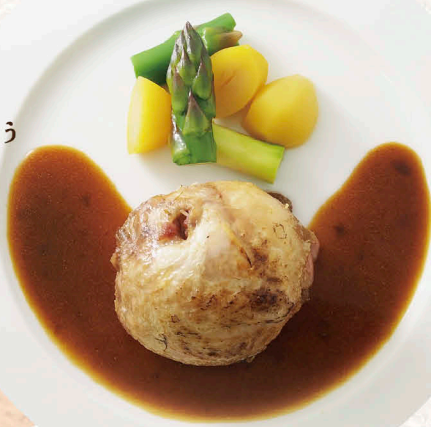
Welcome To ENCHANTE'!

全てのお料理に
石窯焼きパンの食べ放題＆
サラダバー・スープバーが
付いて 1,300 円～（税別）と
とてもリーズナブル！

アンシャンテのすべてのお料理には
専用の石窯で焼き上げたパンの食べ放題と
素材の鮮度にこだわり各地から取り寄せた野菜が揃う
サラダバー・スープバーがセットになっております。
およそ半世紀もの間こだわり続けてきた
伝統の料理と共に至福の時間を
お愉しみください。

旬のお魚料理

旬の新鮮な魚に合わせたソースで
旨味が広がります。 セット 1,400 円（税別）



本日の肉料理

セット
1,300 円（税別）

季節　素材　天候にまでこだわり、
当日の朝シェフがレシピを作ります。

オマール海老とサーモンのポワレ アメリケーヌソース

ぷりぷりのオマール海老
とサーモンのムニエルを
アメリケーヌソースでま
とめた上品な一品。

セット
1,700 円（税別）

オリジナル クレープアイス

600 円（税別）

アンシャンテオリジナルの
デザートは絶品！

女子会プラン（卓盛り料理） 2,800 円（税別）

オードブル／メイン／パスタ／デザート／コーヒーに、
サラダバー・スープバー＆石窯焼きパン食べ放題付き！

※時間は 11:30 ～ 16:00 までの時間内なら何時間でも OK。※前日までのご予約で、2 名様より承ります。

女子会飲み放題 980 円（税別）

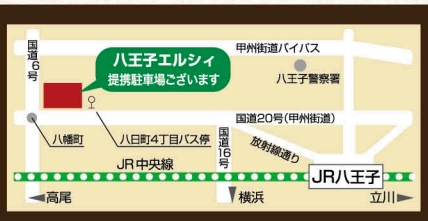
ワイン（赤・白）／カクテル各種（カシス系・カンパリ系）／ジュース／ウーロン茶

定休日 毎週月曜日（祝日の場合は営業） **営業時間** ランチ 11:30 ～ 14:30（14:00 LO） ディナー 17:00 ～ 21:00（20:30 LO）

hachioji ELLCY .co.jp
健康と、美味が私共の願いです

八王子エルシィ
八王子市八日町6-7

ご予約・ご相談
Tel.042-623-2111
Fax.042-624-7341
八王子エルシィ 検索
※「八王子エルシー」でも検索できます
http://www.hachiojiellcy.co.jp



国道16号と国道 20 号交差点、旧小杉会館・八日町 4 丁目バス停下車徒歩1分

アンシャンテ年末年始感謝クーポン
お食事をしていただいたお客様に限り

コーヒー 又は グラスワイン をサービス

■ご注文時にクーポンを提示　■お1人様 1 回限り
■1枚につき 5 名様まで利用可
有効期間：2016 年 12 月 20 日～2017 年 1 月 31 日

八王子東急スクエアからこの冬のNEWSをお届け

クリスマス＆忘新年会はみんなで盛り上がろう!

Party menu!! パーティーメニュー!!

年末年始のお楽しみ！みんなで味わえる宴会メニューをご紹介。
新鮮な食材を使ったこだわりの料理をこころゆくまで召し上がれ。

※写真は4名様分。

笹陣 8F／☎042-643-8255

忘年会・新年会メニュー(120分)
〈120分飲み放題は+¥1,000または¥2,000〉

小鉢1品／刺身3種盛り／串焼き2種盛り／ブリのみぞれ煮／豆富と湯葉のサラダ／天ぷら盛り合わせ／へぎそば／季節のアイス

Price ¥3,000
※2名様より。要予約。

※写真は4名様分。

ナポリピッツァ&パスタ マル 8F／☎042-643-8020

タントコース〈120分飲み放題は+¥1,500〉

前菜3品盛り合わせ／季節のサラダ／マルゲリータ／肉料理／パスタ／デザート

Price ¥2,500 ※4名様より。要予約。

鍋笑 9F／☎042-643-8229

国産コラボコース食べ飲み放題(150分)
※飲み放題のラストオーダーは20分前

国産牛肉／国産豚肉／季節野菜／ごはん／うどん／みそ汁／アイス／アルコール／ソフトドリンク

Price ¥4,500 ※提供期間：12/30(金)まで
※4名様より。前日までの要予約。

※写真は4名様分。

茅ヶ崎 海ぶね 9F／☎042-643-8906

神奈川地場の野菜とお魚コース(180分)
〈180分飲み放題は+¥1,000または¥1,500 ※ラストオーダー 30分前〉

前菜／神奈川野菜としらすサラダ／三崎まぐろと鮮魚5点盛り／旬の気まぐれ逸品／寄せ鍋／〆の雑炊(またはラーメン、うどん)

Price ¥3,500 提供期間：2017/1/15(日)まで
※4名様より。要予約。

サイゼリヤ 9F／☎042-643-8800

ランブルスコ ロゼ ¥1,080
プロシュート ¥399
とろとろ玉ねぎのスープ ¥299
ミニフィセル ¥169

※写真は3名様分。

ローカルインディア 8F／☎042-643-8815

ローカルインディアコース〈120分飲み放題は+¥1,500〉

大根サラダ／チップス／チキンティッカ／マサラ風フライドポテト／海老のアジアンチリソース炒め／マサラ風焼きビーフン／人気のカレー数種類／ナン数種類(プレーンナンは食べ放題)／ライチシャーベット

Price ¥2,500 ※3名様より。要予約。

デザートフェスティバル 9F／☎042-643-8790

スイーツとお食事メニュー食べ放題+ソフトドリンク飲み放題(90分)

タルトルージュ／オレンジタルト／モンブラン／ミックスピザ／パスタ／ソフトドリンク 他

Price 大人(中学生以上)¥1,534、学割(中・高校生)¥1,491
小学生¥746、小学生未満無料

※掲載価格は、すべて税込です。 ※写真はイメージです。 ※コース・メニュー内容は予告なく変更になる場合がございます。 ※印刷の都合上、実際の色と異なる場合がございます。 ※広告の有効期限は、2017/1/31(火)です。

冬物トレンドアイテムが大幅にプライスダウン! MAX 70% OFF!!

八王子東急スクエア HAPPY BARGAIN!

1/2mon ▸▸ 1/9mon

新春 福袋市
限定販売! 1/2<mon>・1/3<tue>

お正月ライブペインティング

1／2 mon
11:00-16:00
頃予定
(※完成まで)

八王子東急スクエア
1F正面入口横

観覧無料

JR 八王子駅前 八王子東急スクエア
〒192-0083 東京都八王子市旭町9-1 TEL.042-643-8109(代表) 八王子東急スクエア
【営業時間】ショップ 10:00~21:00 レストラン 11:00~23:00 ※一部店舗により異なります。

2017/1/1(日)は
お休みさせていただきます。

k-8 KEIHACHI

年末年始はK-8がお得!!

その1

ようこそ Saizeriya RISTORANTE E CAFFÈ ＋ 10・11F 駅うえレストランへも よろしくね

キャンペーン実施中! 2017 1月31日(火)まで

［元日は休業］

12月15日(木)のサイゼリヤ新規オープンを記念して、サイゼリヤ+サイゼリヤ以外のレストラン2店舗のご利用で500円分のお食事券が必ずもらえる!まずは、お食事をしてスタンプカードを手に入れよう!! ※スタンプカードを3個集めたあと、次の店舗でご利用時にお食事券500円分として利用できます。

いずれかの2店舗ご利用で

Saizeriya RISTORANTE E CAFFÈ ＋ しゃぶしゃぶ 牛太 飛騨の高山らーめん 浜辺料理 仕立屋 紅兵 いなば和幸 8-cafe 中華料理 Hou-Rai Ken 蓬莱軒 ＝ お食事券500円分

その2

k-8 KEIHACHI

お買物券販売

(1セット 5,000円)

1月2日(月・祝) 9:30より販売開始!

600セット限定販売! 売り切れ御免!!

2セット購入で必ず当たる!

販売場所 k-8 1階ピロティ
※お1人様10セット 限り ※なくなり次第終了します

お買物券有効期限 2017年2月28日(火)

特賞	10,000円	(5名様)
1等	5,000円	(15名様)
2等	3,000円	(30名様)
3等	1,000円	(50名様)
4等	500円	(200名様)

1セット(500円×10枚) 5,000円 ×2セット＝ 運が良ければ最高1万円分のお年玉が入っているかも!?

その3

k-8 KEIHACHI

BARGAIN開催!

オ・ト・クがまぶしい!8日間!

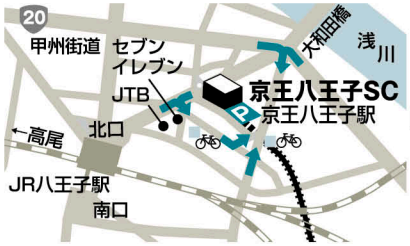
この冬も、八王子でお買い得を満喫!

HEAT UP 3DAYS 1.7土1.8日1.9月.祝

2017年 1月2日(月・祝)▷1月9日(月・祝)

※ラスト3日間はさらにお得なヒートアップ3days!

京王八王子SC駐車場ご案内



●24時間営業
年中無休 ※法定点検日を除く
●利用料金：30分ごとに200円/21:00～翌朝8:00は最大500円

2時間無料サービス
全店でのご利用金額合算2,000円(税込)以上で駐車料金を2時間無料とさせていただきます。お買上げの店舗にて駐車サービス券をお受取りください。
※9F京王観光でのバス定期券及び金券購入は対象外です。

営業時間のご案内

ショッピングフロア	10:00～21:00
レストランフロア	11:00～23:00 (一部22:00まで)
B1F／ジュピター	9:00～21:00
1F／ベーカリー＆カフェ ルパ	7:00～21:00
2F／マクドナルド	6:30～24:00
9F／京王観光	11:00～19:00
10F／ヘアシャンプーファミリーサロン	10:00～20:00

年末年始は営業時間の変更や休業日があります。HPをご覧ください。

公式Facebook
「いいね!」をクリック!
「京王八王子ショッピングセンター」で検索!

京王八王子ショッピングセンター
〒192-0046 東京都八王子市明神町3-27-1
Tel.042-656-7111(代表)

※商品のお問い合わせ等は、各店舗へ直接お願いいたします。

k-8 KEIHACHI 京王八王子SC 京王八王子ショッピングセンター
http://www.k-8.jp

平成29年 八王子100th

百年の彩りを 次の100年の輝きへ

わたしたちの街 八王子は、平成29年に市制100周年を迎えます

昭和12年、市制20周年を祝う大八車と撮った記念写真。空襲を逃れ、現在も網代園の倉で大切に保管されている

八王子百年物語

百年以上まちで愛される名店の歴史に迫る

◀明治30年頃建造された蔵はユーロードに面して曳家で移動。蔵の前は、誰でも自由に利用できる休憩スポットとして開放している。昭和40年代に建てられた隣接のビルは、リノベーションを経てコーヒー店として新たな時を刻むことに

▶明治30年代建造の土蔵。八王子空襲の際は、蔵の中に水を張った桶を入れ熱による発火対策をするなどして損傷を免れたそう。基礎を強化し、化粧直しを施した白壁の蔵は今後、落語会などのイベントを定期的に開催していく予定

明治二十四年創業 網代園

次の百年へ新たな一歩を踏み出したお茶の銘店

明治24年、八幡八雲神社の向かい側に店を構えた『網代園』。初代店主は、狭山茶などを背負い、西は山梨の富士吉田、東は横浜港に停泊していたアメリカ軍艦まで行商に出かけたという。

甲州街道沿いに移転したのは明治30年頃のこと。うなぎの寝床のように細長い敷地には街道に面して店を構え、裏手には茶葉の火入れや乾燥などを行う工場を置いた。来店客へのお茶の振る舞いと量り売りは、当時から変わらない網代園の代名詞だ。一方で大きく変わったこともある。老朽化した店舗の建替えに加え、古い茶箱などを保管していた明治時代の土蔵を曳家工法で移動し修繕。人々が集う場所として、今後一般に開放していく予定だ。

「店にはいつも街道を行き交う人々が集い話に花を咲かせていた」（政子さん談）当時のように、お茶と蔵が繋ぐ新しい時代が幕を開けた。

▲蔵の移動に伴い店舗もモダンスタイルに建て替え

▲5代目店主の網代邦子さん（写真右）と政子さん（右から2番目）、そしてスタッフが笑顔で迎えてくれる

◀茶葉の量り売りスタイルは創業当時から変わらない

▶昭和初期の茶葉の保存箱は、現在も蔵に大切に保管されている

網代園

☎042-643-0333　㊟八王子市横山町10-14
㊡9:30～19:00※日曜、祝日は18:00まで
㊡土曜※12月31日（土）は営業、1月1日～3日は休み

古今東西はちおうじ

暁　橋 のいま・むかし

安土・元横山住民の寄附により建てられた橋

浅川に本格的に木造橋がかけられるようになったのは明治30年以降のこと。浅川橋・大和田橋が次々と架けられたことで、通行の利便性を図ろうとした現在の暁橋両岸地域の住民が橋の建設を計画。寄附を募り大正12年4月に開橋した。その後、昭和35年に現在のコンクリートの橋に架け替えられ木造橋は姿を消したが、当時の寄附名簿は現在も碑として右岸に残っている。

資料提供：八王子市郷土資料館

☎042-622-8939　㊟八王子市上野町33　㊡9:00～17:00
㊡月曜（祝日の場合は開館）、祝日の翌日、年末年始
その他、館内整理日等のため臨時に休館する場合があります

現在の暁橋

【撮影場所】暁橋右岸

大正12年 暁橋開橋式

【提供】八王子市郷土資料館

ほっこり

八王子湯めぐり紀行

体の芯まで
あったまろ！

もうすぐだ。

寒い冬は、心も身体も知らないうちに冷えて硬くなってしまうもの。
そんなあなたを、癒してくれる最高のスポットは**「お風呂」！**
湯に浸かりゆらゆらと身をゆだねれば、自然と身体が温まり
コリもほぐれ…心までゆるんで**幸せな気分に**なるから不思議。
さぁ、まちの銭湯から大型温浴施設まで**湯巡り**に出かけよう。
お風呂帰りに立寄りたい**ラーメン屋さん**情報もお見逃しなく！

楽しみだね♪

どんなお風呂が
あるのかな？

八王子湯めぐりMAP

関東最大級！
1日くつろげる
癒しの別天地

三つの炭酸泉と岩盤浴
竜泉寺の湯

老若男女楽しめる癒しのアミューズメント施設

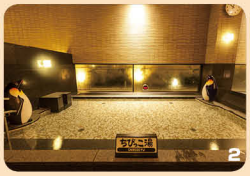
「こころとからだが温まる癒しの別天地」をコンセプトに2015年12月にオープンした『竜泉寺の湯』。湯めぐりしたくなるようなお風呂の数々や、最高の癒しタイムを楽しめる7種の岩盤浴、リゾートホテル並みの豪華個室で受けられるエステをはじめとしたリラクゼーションに八王子産の新鮮野菜を使ったサラダバーを楽しめる食事処など、最上級のくつろぎ時間を楽しめる。

魅力のお風呂

3つの炭酸泉を含む16種類のお風呂とサウナを楽しめる

「泡の湯」や「スーパー電気風呂」、「シェイプアップバス」など多種多様なお風呂を楽しめる竜泉寺の湯。中でも高濃度炭酸泉は、通常のお湯と比較して血流が4倍から7倍にもなるといわれ、体を芯から温めてくれる。フィンランドの蒸気浴「ロウリュウ」を楽しめるサウナも見逃せない。

風呂上がりの一杯は10種類のスムージーがオススメ



1.アメニティも充実。男風呂には日焼けマシンもある
2.おむつの取れていない、小さな子ども用の「ちびっこ風呂」もあるので、ファミリーでも楽しめる　3.露天の外気を浴び、ゆったりと浸かれる「露天炭酸泉」

オススメの過ごし方

9時までに入館して1日お得にゆっくり！

開店から9時までは入館料が680円と割安に！充実の施設を堪能したい人に◎

朝風呂でスタートして活動的な1日に！

血行を促進すると言われる炭酸泉のお風呂に入れば、活動的な1日を送れるはず

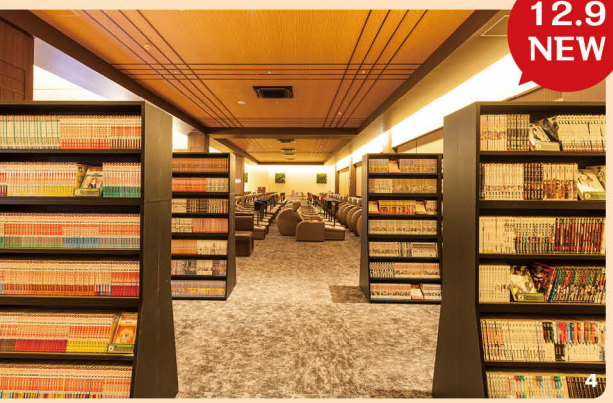
仕事帰りに入館して深夜3時まで癒される

夜ならではの幻想的な雰囲気の中、じっくりお風呂を楽しめる

12.9 NEW

魅力のくつろぎ処

1万冊の漫画が読めるラウンジが誕生！



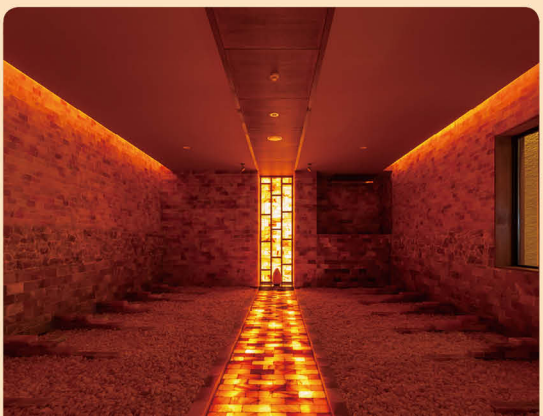
お風呂上がりは和畳のフリースペースでゴロゴロしたり、リラクゼーションを受けたり、地産地消のお食事を楽しんだりとくつろぎ方は色々。リクライニングシートでゆっくりできる岩盤浴利用者専用の休憩ラウンジは、12月から1万冊の漫画を楽しめるようリニューアル。

4.入浴施設で1万冊の漫画を読めるのは、八王子では竜泉寺の湯だけ！　5.104畳ある「くつろぎの間」　6.ボディケア、フットケア、エステ、タイ古式セラピーなど、リラクゼーションメニューも充実。ヘアカットもできる
7.食材にこだわった自慢の料理を楽しめる食事処「一休」。地元の新鮮野菜を取り入れたお野菜ブッフェが人気

魅力の岩盤浴

天然アロマ100%の7種類のアロマ岩盤浴でデトックス！

ゲルマニウムなどの天然石を敷き詰め浴房やアロマミストで満たされた浴房など、趣向を凝らした岩盤浴でゆったりできるほか、ホットヨガも楽しめる。炭酸泉と岩盤浴のセットは、肌つやや化粧のりの違いを実感できるはず。



高濃度 三つの炭酸泉と岩盤浴
竜泉寺の湯（りゅうせんじのゆ）
八王子みなみ野店

無料送迎バス定時運行中！
●八王子みなみ野駅 ●八王子駅
●橋本駅 ●京王北野駅

☎042-632-2611
㊟八王子市片倉町3505
㊡無休（機械点検等の為の休みあり）
㊐【入浴】6:00～深夜3:00（最終受付深夜2:30）【岩盤浴】6:00～深夜2:40（最終受付　深夜2:00）
㊎450台（無料）
㊊【入浴】大人（中学生以上）750円、小人（小学生）300円、幼児100円※3才以下の子どもは無料【朝風呂】680円【岩盤浴】650円※大人のみ利用可 ※タオル代別途
㊗http://ryusenjinoyu.com/hachioji/

1.お食事処からはホームに入線する電車を眺めることもできる 2.高尾山口駅とつながる通路は、建築家の隈研吾氏のデザイン

温泉に景観に癒されるくつろぎの湯処

入母屋造の建物が印象的な『京王高尾山温泉／極楽湯』。2015年10月のオープン以来、高尾山を訪れる登山客や観光客などで連日賑わいを見せている。館内2階にある浴場には内外合わせて7種類のお風呂があり、天然温泉だけでなく景観にも癒される。湯浴みのあとは、お食事処の旨い酒と料理で楽しい時間を過ごせるほか、横になってくつろげる「うたた寝処」や身体をもみほぐすリラクゼーションの「ほぐし処」で疲れを癒すのもおすすめだ。

京王高尾山温泉/極楽湯

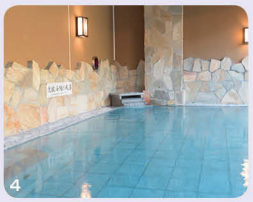
魅力のお風呂

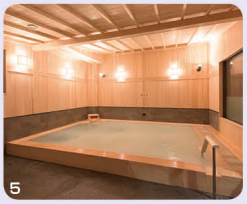
高尾の自然を間近に感じながらくつろげる露天風呂が人気

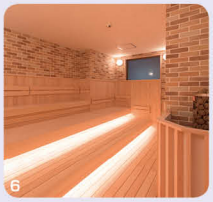
京王高尾山温泉 / 極楽湯を訪れたら絶対浸かりたいのが「露天岩風呂」。地下約1000mから湧き出る天然温泉は“美肌の湯”とも言われ、柔らかくなめらかな湯ざわりが特徴。好みに合わせてあつ湯・ぬる湯を選べるのもうれしい。このほか、檜風呂や替り風呂、座り湯などで、心と身体が安らぐ至福の時間を過ごせる。

【京王高尾山温泉DATA】
泉質：アルカリ性単純温泉　泉色：微弱白色・澄明
効能：筋肉痛・関節痛・五十肩・関節のこわばり・うちみ・冷え症・疲労回復・健康増進

3


4


5


6

3.4.国内では希少な炭酸温泉を人工的に再現した「露天炭酸石張り風呂」。露天の眺めはここからが最高という声も。夜の露天もまた幻想的　5.6.内湯の「檜風呂」はマイクロバブルの繊細な泡が肌の汚れを落としてくれるといわれている。サウナも完備

魅力のアクセス&利便性

京王線高尾山口駅隣！おでかけ帰りに立寄りも

高尾山口駅の隣、ホームに添うようにして佇む京王高尾山温泉 / 極楽湯。館内には、京王線の発車案内を表示するディスプレイが設置され、電車の発車時刻をチェックできるなど、アクセスの利便性も抜群！

オススメの過ごし方

平日午前中 または 夕方以降に来館すればゆっくりできる可能性大！

観光客の来館が少ない平日午前中または夕方以降なら、温泉に食事、「ほぐし処」と施設をじっくり堪能できる

『宴会プラン』を利用して仲間と個室で楽しく過ごそう

入浴と食事がセットになった冬の宴会プランが登場！４名様から利用可能で、温泉のあと鍋料理などで身体の外から中からほっこりしよう。個室利用が３時間まで含まれているので、仲間との語らいも弾むはず

※宴会プランは３日前までの要予約

『新春キャンペーン』
2017年1月1日～3日

期間中は毎日入館先着1000名様にオリジナル卓上カレンダーをプレゼント！生花のガーベラ風呂で華やかな雰囲気を楽しめる。詳細はHPをチェックしよう！

7

8

「麦とろ牛たん御膳」（1480円）

7.お食事処は座敷席・テーブル席合わせて100席以上　8.座敷席からは、京王線の電車がよく見えるので子どもに大人気！

魅力のお食事処

電車を眺めながら高尾名物「とろろ」を堪能

蕎麦や丼物、定食までバラエティに富んだ料理を味わえる。不動の一番人気は、厚切りの牛たんと高尾名物とろろごはんがセットになった「麦とろ牛たん御膳」で、マグロのぶつ切りもついて1度で3回美味しい。湯上がりの喉を潤してくれる酒類も充実。高尾山口駅に入線する電車を眺めながら食事できるのは、京王高尾山温泉 / 極楽湯ならでは。

冬季限定！「柔らか牛肉と野菜のとろみラーメン」（880円）

京王高尾山温泉 極楽湯
KEIO TAKAOSAN ONSEN/GOKURAKUYU

☎042-663-4126
㊟八王子市高尾町2229-7
㊡無休（施設点検等の為の休みあり）
㊐8:00～23:00（最終入館受付 22:00）
㊎約110台※3時間まで無料（以降30分ごとに、平日200円／土日祝日250円、17:00以降は全日30分ごとに150円）
㊨【通常料金】大人（中学生以上）1000円、子ども（4才～小学生）500円
【シーズン料金】大人1200円、子ども600円（1/1～3・G.W・11/1～11/30）
※3才以下は無料　※回数券（10枚綴り）8000円
㊤http://www.takaosan-onsen.jp/

天然温泉 ロテン・ガーデン

基礎体温をアップさせる温活プランで大注目！

オススメの過ごし方

「温活プラン」で代謝アップの冬に！

町田市内初の天然温泉施設として八王子市民にも馴染みのある『ロテン・ガーデン』。数々のテレビ番組が取り上げるほど評判の泉質の良さで、常連客から厚い支持を得ている地域の大型温浴施設のパイオニア的存在だ。

そんな温浴のプロがこの冬おすすめするのが「温活プラン」。冷え症にも効果があると言われる温泉と岩盤浴、食事処の季節限定メニューやマッサージなどを通して、基礎体温を上げる活動をサポートしてくれる。寒い冬を乗り切る健康な身体をロテン・ガーデンで手に入れよう。

まずは琥珀色の天然温泉で身体の芯まで温めよう！

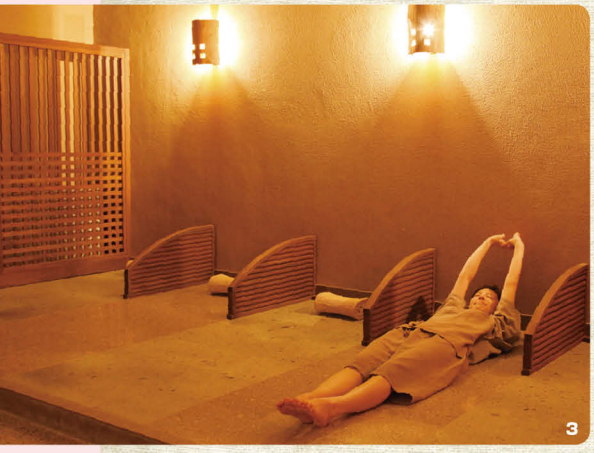
ロテン・ガーデンの天然温泉は、冷え症に効果があると言われる泉質で、テレビ番組の実験で、定期的に入浴したモニターの体温が上昇したという結果も出ている。源泉掛け流しの天望露天風呂にもゆっくり浸かって代謝アップしよう。

START

送迎バスで来館！1日温活プランを満喫

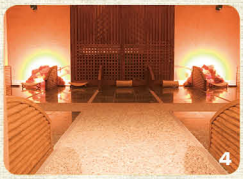
来館はJR八王子駅南口と橋本駅南口からそれぞれ定時運行している送迎バスを利用するのがおすすめ。来館後チェックインして温活スタート！

1.34.3℃の温度で、地下1381mから湧出する琥珀色の天然温泉　2.「右楽」と「左楽」2つの浴室があり日替わりで男女が入れ替わる。内風呂も明るく開放的な造り



岩盤浴での「ホットヨガ」で温活！

ロテン・ガーデンの人気イベントのひとつホットヨガ。発汗を促しインナーマッスルを鍛えられる。定員制で開催日が限定なので事前にチェックするのがおすすめ。



3.ホットヨガが開催されていない日はゴロゴロしながら発汗を促そう！　4.ホットヨガが行われる「釜の房」では細やかな蒸気とほのかな香りを楽しめる

まろやかなのに刺激的！「豆乳しょうが鍋」(680円)

温活メニューでランチタイムもポカポカ

新館3階の和食処「和楽」と4階の軽食処「楽座」では期間限定で温活応援メニューがスタート！生姜など身体を温める食材を使った鍋料理でランチを楽しもう。

5.「チゲ鍋」(680円)は辛ウマがあとをひく　6.鶏のコラーゲンたっぷりの豆乳スープは最後の1滴まで味わいたい

FINISH

再びお風呂へ 全身浴→半身浴の仕上げ

全身浴5分＋半身浴10分で1日の温活を総仕上げ！左楽の「木の房～ロッキーサウナ」で蒸気浴“ロウリュウ”が行われている日は是非体験しよう。

冷え症のつぼを刺激するのにおすすめ！「天然石つぼおしたまご」(350円)

食後は新館2階「休憩処」でゆっくり＆まったり休憩タイム

ボディケアルームでも温活を

ボディケア、フットケア、韓国式アカスリ、エステなど多彩なリラクゼーションメニュー。プロの手で代謝アップや冷え症改善に効果的な施術を受けよう。

天然温泉 ロテン・ガーデン

☎042-774-2681

無料送迎バス 定時運行中!
●八王子駅南口
●橋本駅南口

㊟町田市相原町358
㊡偶数月の第1木曜日
㊐平日/10:00～24:00(最終受付23:30)
土日祝/ 9:00～24:00(最終受付23:30)
㊎140台※無料
㊊大人1030円、子ども(4才～小学生)520円※いずれも館内着付 ※タオル代別途 ※3才以下は無料
【岩盤浴】520円(ウェア・マット付)※中学生以上
㊍http://www.roten-garden.com/

〝魅力がいっぱい！〟
レトロでも新しい まちの銭湯へ行こう

写真は1.2が福の湯、3.6.稲荷湯、4.5.が松の湯

昭和の雰囲気漂うまちの銭湯。
お家にお風呂があっても通いたくなる魅力を
銭湯の店主さんにうかがいました。

銭湯の魅力① コミュニケーション

銭湯の魅力と言えば、なんといってもお客さん同士のコミュニケーション。「一人暮らしの高齢者の方はお風呂での事故をさけるために銭湯を利用している人も多い。誰かと話をするのも健康法のひとつ。長生きしたいなら銭湯へ。」と、福の湯の店主は話す。一方で、「最近では一人暮らしのユニットバスだと狭いからか、若い人の来場も多い。大きいお風呂は寛げるし温まるからね」（福の湯店主談）と、若い世代も頻繁に銭湯を利用するようになっているそう。「サウナで仲良くなった人同士でサークルを作った例もある」（稲荷湯店主談）そうで、世代間交流が図れるのも銭湯の魅力のひとつだ。

銭湯の魅力② まち歩き

「お客様からやめないでほしいという声をたくさんいただいた」と話すのは、10月に閉店が上がった松の湯店主。銭湯帰りに商店街で買い物をする人も多く、それを楽しみにしている人も「逆を言えば、はじめてなら新しい発見があるはず」（松の湯店主談）だから、まち歩きの拠点に出かけてみては。

銭湯の魅力③ とにかく温まる！

地下水を釜炊きする銭湯。広い浴槽に浸かると新陳代謝もあがるから、とにかく温まり、湯冷めしにくい。「寒い冬ほど、元気に銭湯にでかけてきてほしい」と、三店主が口を揃えるのが銭湯最大の魅力だろう。

松の湯
年末は31日（土）まで通常営業
年始は1月3日（火）から通常営業

露天岩風呂が人気の銭湯。都内一の勢いと言われるジェットバスは、試してみたい。

☎042-622-5356
㊟八王子市小門町20　㊡月曜（第1週のみ月・火連休）　㊒14～24時　㊎16台

福の湯
年末は31日（土）まで通常営業
年始は1月3日（火）から通常営業

11月に浴室壁画が新しくなったほか、フロントも一部改装した。毎日日替わりで薬湯を実施している。

☎042-623-4963
㊟八王子市本町3-6　㊡金曜※12/30（金）は営業　㊒14:00～23:30※受付23時迄　㊎6台

稲荷湯
年末は31日（土）まで通常営業
年始は1月2日（月・祝）8:00～朝風呂

1階は温泉旅館風、2階は南欧リゾート風の浴場で、日替わり。昨年導入された酸素カプセルも人気。

☎042-642-2825
㊟八王子市子安町1-27-20　㊡水曜※祝日の場合は翌日休　㊒14:00～23:30　㊎8台

料金は3つの銭湯共通
大人460円、中人（6才以上12才未満）180円、小人（6歳未満）80円　※大人用都内共通入浴券10枚綴り4300円あり
※サウナ代別途

12/21（水）はゆず湯を実施
市内在住の小学生以下の子どもとその保護者は料金が無料に！

お風呂に持って行きたい 八王子ゆかりのもの
らぶはち特選品

八王子で作られている
お風呂のおともを
ご紹介します。

大島椿

写真は左から大島椿（60ml1620円）、大島椿プレミアムシャンプー（300ml1620円）、大島椿プレミアムコンディショナー（300ml1620円）、大島椿プレミアムトリートメント（180g1944円）

幅広い世代に愛されて90年 近く続くロングセラー商品

天然の椿油100%で良質な大島椿。髪に限らず、フェイスやボディにも使える多機能オイルが、市内で製造されている。独自の厳しい基準をクリアした原料のみを使用し、「圧搾方式」という昔ながらの製法で丁寧に作られたロングセラーだ。

【商品に関するお問合せ】
大島椿お客様相談室
00120-457-178
http://www.oshimatsubaki.co.jp/
【製造】
大島椿本舗　㊟八王子市兵衛2-35-4
【取扱い店】
市内のドラッグストア、バラエティショップなど

伝統技術と斬新なデザインが融合 八王子の新しい特産に！

地域の若手クリエイターがデザインを手がけ、市内の染色工場・繊維工場で製造された〝メイドイン八王子〟手ぬぐい。製造元のひとつ『勝田ナセン』では、一色ずつ染料を重ねて染め上げる「捺染（なっせん）」と呼ばれる技法で一つひとつ手作業で作られている。色落ちしにくく、丈夫な八王子生まれの手ぬぐいに注目だ。

【企画・販売】有限会社 パル企画 ☎042-628-7321
㊟八王子市泉町1910-115 http://soutotenugui.com
【製造】勝田ナセン ☎042-635-3266
㊟八王子市小比企町1743 http://katsutanasen.co.jp
【取扱い店舗】
京王アートマン、道の駅 八王子滝山　ほか

桑都 てぬぐい

八王子を意味する「桑都」の名の通り、デザインも八王子の地名やゆかりの動植物にちなんだものがメインで各1296円。WEBショッピングも可能

お風呂帰りに立寄りたい

こだわりラーメン

読者アンケートで「気になるラーメン店」で名前が多くあがった3店舗のこだわりラーメンを紹介します！

麺処　あずき

めんどころ　あずき

女性店主の独創的なラーメンで話題の店。仕込み時に大量のあずきを投入し、まろやかに仕上げたスープが特長で、タピオカ粉で手揉みするモチモチ食感の自家製麺によく絡む。美味しさと驚きのラーメンを楽しもう。

ココがポイント

3種の異なる味わいの自家製創作麺

あずきの麺は、定番の「たまご麺」、刺激的な「ブラックペッパー麺」と「赤唐辛子麺」の3種類からの選択制。スープに合わせて色々楽しめる

女性の方も気軽にお越しいただけます！

☎080-2551-7562

㊟八王子市本町14-10
㊡月曜、年末年始
㊐【平日】11:00～15:00
【土日】11:00～15:00、17:00～20:00
㊎なし

トマト味噌 780円

特製トマトスープにトッピングの自家製味噌バターがスープに溶けて変化する味わいを楽しめる。ブラックペッパー麺がおすすめ

特製の味噌バターが決め手！味わいが変化するアイデア麺

イベリコ豚の旨味たっぷりあっさりコク旨でやみつきに

TAMAZOU-86

たまぞう　はちろく

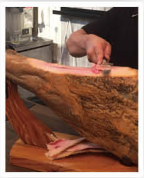
昼はラーメン店、夜はバーとしてお酒と7種類の生ハムを楽しめるユニークな店。ラーメンはこだわりの1種類のみで、イベリコ豚の旨味をうつしたスープ、特注ちぢれ麺、自家製塩ダレの3つが織り成すあっさりなのに、深みのある味わいは忘れられないはず。ランチはライス付、夜も「シメのらーめん」として味わえる。

生ハムをつまみにお酒を楽しんだら、シメにラーメンを！

ココがポイント

高級食材・イベリコ豚の生ハムを使用したスープ

あっさりとコク旨の両立は生ハムにあり！イベリコ豚の生ハム原木から、熟成され塩気と旨味が凝縮した部位を使用したスープはほかにない味わい



☎042-621-3186

㊟八王子市中町12-12
㊡日曜夜、年末年始
㊐11:30～14:30、17:00～24:00
※日曜は昼営業のみ
㊎なし

イベリコ塩らーめん 780円

スープの旨味が絡まるよう計算されたちぢれ麺は特注品。トッピングは香り高い九条ネギと穂先メンマを使用

自家製麺×無化調の看板麺 最後の一滴まで旨い一杯

中華そば 750円

魚介ダシがベースのスープで、麺をすすると口の中に節系の香りが広がる。チャーシューは低温調理した豚モモと肩ロースの2種類

こだわりの味で“ほっこり”してください

ほっこり中華そば もつけ

ほっこりちゅうかそば　もつけ

店主こだわりの「中華そば」が評判の新店。国産小麦のみを使用した自家製麺はパツッと歯切れ良く、厳選素材を贅沢に使ったスープはコクと旨味が際立つ絶妙な仕上がり。自家製ゴマダレとチーマージャンが美味しい辛さを生み出す「担々麺」（800円）もある。丁寧な仕事が生み出す美味しさを味わおう。

ココがポイント

小鍋で温め直す雑味のないスープ

昆布や鰹節などを大量に使用し、独自の技法で旨味成分だけを抽出した端麗系スープ。雑味が出ないよう小鍋で温め直して提供するこだわり

☎ 非公開

㊟八王子市万町34-1
㊡火曜、年末年始
㊐【平日】11:30～14:30、17:30～21:00
※麺またはスープが売切次第終了
【土日】11:30～麺またはスープ売切迄
閉店情報はTwitterで確認　㊎なし

冬の定番

復活の ニラキムチ らーめん

多摩地区で愛され続けて20年。
長崎県平戸の焼きあご(トビウオ)だしと
自家製麺を使用した旨さあふれる一杯。
豚バラの甘みとニラキムチの辛みの
絶妙なハーモニーをお楽しみください。
10年前にご提供し、人気を呼んだこの逸品。
冬の定番メニューとして、期間限定にて復活します!

期間限定
2017.3.31(金)まで
※ 状況等により期間が早まる場合もございます。

690円

長崎らーめん 西海

□八王子市役所横店　八王子市元本郷町3-17-12　庚辰ビル1F
042-625-5600
□高　尾　駅　前　店　八王子市初沢町1231-5 栄和ビル1F
042-667-3115
□八王子みなみ野店　八王子市みなみ野1-2-1 アクロスモール八王子みなみ野1F
042-635-3601

長崎らーめん西海
年末年始感謝クーポン
らーめんをご注文して
いただいたお客様に限り
替え玉(1回)or大盛りサービス
※ご注文時にクーポンを提示
※お1人様1回限り　※1枚につき5名様まで利用可
※府中競馬場店、長津田店を除く店舗で利用可
有効期間:2016年12月20日～2017年1月31日

Event & News
イベント＆ニュース

寒い冬に八王子の
ホットな話題をお届け！

12/1から八王子駅周辺で無料Wi-Fiサービスが開始!

JR八王子駅周辺の6ヵ所で、無料公衆無線LANサービス「Hachioji Free Wi-Fi」がスタート!初回のみメールアドレスかSNSアカウントの登録をすれば、誰でもWi-Fiに接続できるように。接続は1回60分で利用回数制限なし。左のステッカーが利用場所の目印。お店やイベントの情報も手に入るので、たくさん活用してみよう!

【問合せ】八王子市 中心市街地政策課☎042-620-7305(直通)

【サービス提供エリア】
- ●JR 八王子駅北口駅前広場
- ●JR 八王子駅南口駅前広場
- ●JR 八王子駅南口とちの木デッキ上
- ●西放射線ユーロード 横山町公園
- ●西放射線ユーロード 中町公園
- ●西放射線ユーロード 三崎町公園

八王子フォトロゲイニング滝山

滝山城跡及び加住地域
2017年2月26日(日)10:00～
応募締切:2017年1月13日(金)

フォトロゲイニングとは、地図をもとに制限時間内にチェックポイントを回り、見本と同じ写真を撮影して得点を集めるスポーツで八王子北部加住地域を中心に開催されるのは初めて!国史跡の滝山城跡周辺地域に設けられた39のチェックポイントを3時間以内にどれだけまわれるかを競う。甲冑姿の武士を見つけ、一緒に撮影すると30点獲得できる八王子特別ルールも設けられる。参加条件はHPで確認を。申込みは2017年1月13日(金)まで。※定員になり次第受付終了

【問合せ】八王子フォトロゲイニング滝山実行委員会　☎042-620-7378
Ⓗhttp://takiyama-pr.org/

八王子市市制100周年記念市民提案事業 きらめ樹プロジェクト選木体験会

八王子市恩方地区　2017年3月26日(日)10:30～15:30

皮むき間伐の手法「きらめ樹」。4月29日(土祝)のきらめ樹体験会に向けてどの樹を残すのかを選木するイベントが開催される。樹と向き合い命の尊さを感じる機会。自然とのふれあいを体験しよう。参加募集は2017年2月1日から。定員は80名、参加費は保険代を含めて大人2500円、ペア割(2名分)3500円、小・中・高・大生500円、幼児無料。詳細は要問合せ。

【申込み・問合せ】八王子きらめ樹プロジェクト実行委員会
☎090-2563-3356(村上)

平成29年春巡業 大相撲八王子場所

エスフォルタアリーナ八王子
2017年4月22日(土)

市内では26年ぶりとなる大相撲の巡業。当日は、ちびっ子わんぱく相撲のほか、十両力士や幕内の取組、幕内・横綱の土俵入りなどが予定されている。開場は8:00、15:00終了予定。チケットは各種プレイガイドで販売中。席種によっては残り僅か。

【問合せ】サンライズプロモーション東京　☎0570-00-3337
Ⓗhttp://hachioji.sumo-j.com/

冬のトリプル・コスプレイベント

八王子駅北口エリアの約70店舗

【クリスマス】12月24日(土)　【バレンタイン】2017年2月14日(火)
【ホワイトデー】2017年3月14日(火)
八王子駅前でコスプレでおもてなしするイベントが開催される。今年は冬の3大イベント、クリスマス・バレンタイン・ホワイトデーに合わせて各店が趣向を凝らしたサービスをする。参加店など詳細は三多摩ポータルサイト「たまりば」またはSNSで。

【問合せ】まちワイ(担当:清水)　☎042-627-1179
Ⓗhttp://machiwai.tamaliver.jp/

八王子市消防団 出初式

八王子市役所本庁舎西側浅川河川敷広場
2017年1月8日(日) 9:00～

新春恒例行事のひとつで、約1000名の市消防団員・八王子消防少年団による分列行進、八王子消防記念会伝統の「木遣り行進」、高さ8mにも及ぶはしごを使い数々の技を披露する「はしご乗り」の実演などが行われる。河川敷に放たれる7色の水の一斉放水も必見!

【問合せ】八王子市生活安全部防災課　☎042-620-7208

スーパーアルプス 第67回全関東 八王子夢街道駅伝競走大会

八王子市内各地
2017年2月12日(日)

公道を走る駅伝としては、国内最大の駅伝大会。今大会から新たに大学女子の部が設けられ、8部門約540チームが各部門のトップを競う。当日は、コース沿いの地元商店会が無料で温かい飲み物を提供するところも。タスキをつなぐ選手たちの激走を応援しよう。

【問合せ】全関東八王子夢街道駅伝競走大会実行委員会
☎042-620-7457(八王子市教育委員会スポーツ振興課)
Ⓗhttp://www.city.hachioji.tokyo.jp/kyoiku/sports/ekiden/index.html

楽しい子育てのためのかわら版
Fami Navi ファミナビ

HOT TOPICS
里山でコミュニケーション 親子で冬の里山に出かけよう!

森の手入れや自然観察、クラフト体験などを通して、里山の魅力を体験できる活動「里山へGO!」。寒さも吹き飛ばすような体験を親子でしよう。

Q 里山ってどんなトコ?

山や森、川や田んぼなど、動植物の宝庫であり、美しい風景が残るのが里山です。「里山へGO!」は、そんな里山の魅力を東京にいながらにして体感してもらう自然体験プログラムです。

Q どんなコトをするの?

例えば、木や竹を使ったクラフト体験をしたり、自然観察や田んぼ体験、樹木の伐採や下草刈りなどの森の手入れを行うこともあります。季節によって変化する里山の「今」を一番知ることができる体験を用意しています。

Q 冬の里山ってどんなトコ?

里山は四季折々、様々な顔を見せてくれます。次回2月の活動は、八王子館町地区がフィールド。霜柱や分厚い氷などが見られるかもしれません。また、森の手入れを通して、冬の里山の動植物の様子を知ることができるかもしれません。是非、冬の里山を親子で体験してください。

2017年2月11日(土) 「ホタルのふる里を守ろう」

ホタルが住む自然環境を守るため、みんなで森の手入れをしよう。自然観察や里山の恵みを使ったクラフト体験もできる。

時10:00～15:00　場八王子館町緑地保全地域　団誰でも可(小学生以下は保護者同伴)　費無料　〆2017年2月7日(火)
※JR高尾駅から無料送迎あり

「東京の自然にタッチ 里山へGO!」
http://tokyo-satoyama.jp

【お問合せ】森林・緑地保全活動情報センター 事務局
☎042-595-7805

あなたの“未来”応援します！

国の教育ローン

ご融資額 350万円以内（お子さま1人あたり）

【ご相談・お問い合わせは】
教育ローンコールセンター

ナビダイヤル® 0570-008656（ハローコール）（または 03-5321-8656）

受付時間　月～金曜日 /9:00～21:00　土曜日 /9:00～17:00※日曜日、祝日、年末年始（12/31～1/3）はご利用いただけません。

JFC 日本政策金融公庫
八王子支店　国民生活事業　八王子市東町 7-3

詳しくはWebで！　国の教育ローン　検索

里いものホクホク感がたまらない！
おつまみにもぴったりな逸品

魔法のレシピ Magic recipes Vol 04

八王子で栽培・生産されているこだわりの食材と生産者を紹介。読者から寄せられた里いもレシピとともにお届けします。

今回は里いもを使ったレシピ

里いもと鶏団子の和風アヒージョ

八王子市在住 竹森恵実さん考案レシピ

調理時間 25分

材料（3〜4人前）

・里いも…… 小3〜4個
・白だし…… 大さじ2
・オリーブ油…… 100cc
・ニンニク…… 1片
・三つ葉…… 3〜4枚
（鶏団子）
・鶏ムネ挽肉…… 100g
・ネギ…… 10cm
・ショウガ…… 1かけ
・白だし…… 小さじ2
・粉山椒…… 小さじ1/2

魚介類などをオリーブオイルとニンニクで煮込むスペインマドリード以南の代表的な小皿料理「アヒージョ」を和風にアレンジしたレシピです！

作り方

1 里いもの皮をむいて半分に切ったら水にさらす。

2 里いもを耐熱容器に並べ、白だしをかけ、レンジで3分加熱。里いもをひっくり返し更に3分加熱。（楊枝がすっと刺さればOK）

3 鶏ムネ挽肉に、みじん切りにしたネギとショウガ、白だし、粉山椒をよく混ぜ、団子にする。

4 鶏団子を皿に並べ、ラップをかけ2分加熱。

5 スキレットにオリーブ油、みじん切りにしたニンニク、塩を入れてから、里いもと鶏団子を並べ弱火にかける。

6 グツグツと煮立ってきたら、きざんだ三つ葉をふりかけて完成。お好みで彩りに糸唐辛子をかけてもOK

卵料理レシピ大募集！

掲載されたら「クオカード5000円」がもらえる！

『魔法のレシピ』では、読者の皆様からレシピを募集しています。テーマ食材をメインにしたオリジナルレシピをお寄せください。次回のテーマは「卵」。掲載された方にはクオカード5000円分をプレゼントします。たくさんのご応募お待ちしています！

次回のテーマは
卵
食卓には欠かせない「卵」。市内で養鶏を営むファーマーのもとへむかいます！皆さんも、卵を使ったアイデアレシピを是非ご応募ください

応募方法

必要事項ご記入の上、メールまたは郵送でご応募ください。
【メールでの応募先】love8@ri-s.jp ※件名に「レシピ応募」と記入
【郵送での応募先】〒192-0062　東京都八王子市大横町11-1
八王子商工会議所 らぶはち「魔法のレシピ」宛
【必要事項】氏名／性別／年齢／職業／未婚・既婚（子供人数）／TEL（自宅・携帯）／レシピの写真／簡単な作り方
【締切】2017年1月31日（火）（郵送の場合は当日消印有効）

メールで簡単に応募できる！

● レシピが採用された方はお名前（またはイニシャル）が掲載されます。
● 個人情報の取扱については18ページ「個人情報の取扱について」をご確認ください。

八王子の農畜産物の作り手を紹介！ 八王子ファーマー

今回の八王子ファーマー
草木 弘和さん

「消費者に求められる安心・安全な野菜をつくる」ことをモットーに、川口地区で年間30品種以上の野菜を栽培するエコファーマー。「川口エンドウ」の栽培にも尽力している

こだわり野菜 その1

ねばりが強い里いも「土垂（どだれ）」

12月の草木さんは、里いもの収穫の佳境を迎えている。草木さんが作るのは里いもの中では最もポピュラーな「土垂」という品種。ねばり気が強く煮くずれしにくいことから需要が高い品種だ。寒さが厳しくなっても「野菜を心待ちにしている人がいる」ことを心の支えに畑に立つ。

こだわり野菜 その2

江戸東京野菜「川口エンドウ」

「川口エンドウ」は、八王子市の川口地区で栽培されているキヌサヤエンドウの在来品種。収穫期が短いことなどから一時生産者が草木さん1人まで減ってしまったものの、JA東京中央会が公式認定している42種の江戸東京野菜のうちの1つに選ばれたことを機に、JAスタッフと地域の生産者がプロジェクトを発足し栽培をしている。来期の収穫に向け草木さんも11月に種をまき始動。「近年の天候変化で、昔の暦通りに栽培できないのが難しいところ」で、12月中旬に発芽したことにホッとしているそう。川口エンドウの収穫は5月下旬。これから、定植・棚作りなど手間ひまをかけ、大切に育てていく。道の駅八王子滝山や犬目町のJA八王子園芸センターに並ぶまで、心待ちにしたい。

◀プロジェクトでは定期的に会合を開催。生産者同士情報交換をしながら、「川口エンドウ」の普及を考えている

草木さんが作った野菜はこちらで買えます！

「道の駅八王子滝山」
住八王子市滝山町1-592-2
☎042-696-1201
営9:00〜21:00

携帯電話でQRコードを読み取りご応募ください

アンケートにこたえてプレゼントをもらおう!

Present プレゼント

アンケートに答えていただいた方の中から抽選で、プレゼントを差し上げます。
ぜひ、ご意見・ご要望をお聞かせください。みなさまのご応募お待ちしています!

TAMAZOU-86 「イベリコ塩らーめん」1杯無料券 2

スープにイベリコ豚を贅沢に使った「TAMAZOU-86」の「イベリコ塩らーめん」を無料で楽しめるチケットを2名様にプレゼント!柔らか穂先メンマもヤミツキになる味!※ランチタイムのみ使用可能です

TAMAZOU-86
→P13
☎042-621-3186
㊟八王子市中町12-12

2名様

麺処 あずき 「トマト味噌」 1杯無料券 1

『麺処 あずき』の「トマト味噌」をお試しいただけるチケットを2名様にプレゼント。特製味噌バターを溶かして味を変えながら、スープも最後の一滴までお楽しみください。

麺処 あずき
→P13
☎080-2551-7562
㊟八王子市本町14-10

2名様

網代園お好きなお茶 量り売り1000円分 4

20種類以上の煎茶を中心に、ほうじ茶、玄米茶など50種類以上の日本茶を扱う『網代園』から、お好きな日本茶1000円分を3名様にプレゼント。店頭で好みのお茶を見つけてください。

網代園 →P7
☎042-643-0333
㊟八王子市横山町10-14

3名様

桑都てぬぐい 2枚セット 3

八王子を意味する「桑都」の名がついた手ぬぐい。プレゼントは2枚1組をセットにして3名様に。お好きな柄を指定してご応募ください!

パル企画 →P12
㊟http://soutotenugui.com/

3名様

応募方法

1. 上記QRコードの携帯電話専用サイトからアンケートにお答えいただきご応募ください。
2. はがきで応募の場合は、下記の必要事項とアンケートをはがき裏面にご記入の上、下記までお送りください。

【締め切り】2017年1月31日(火)(はがきの場合は当日消印有効)
【はがきでの応募先】〒192-0062 東京都八王子市大横町11-1
八王子商工会議所 らぶはちプレゼント宛
【必要事項】氏名／性別／年齢／職業／未婚・既婚(子供人数)／郵便番号・住所(建物名・号室まで)／TEL(自宅・携帯)／プレゼント番号

- お一人様一通のご応募。※複数お送りいただいても無効となります。
- 確実にプレゼントをお届けするために、住所・氏名・年齢などは正確にご記載ください。※不備があるとお届けできない場合があります。
- プレゼント当選者の発表は、個人情報保護法により公開しておりません。商品の発送をもって代えさせていただきます。なお、個人情報の取扱については同ページ「個人情報の取扱について」をご確認ください。

アンケート

Q1.「らぶはち」をどこで手に入れましたか?(入手先を教えてください)
Q2.表紙の印象はどうでしたか?(その理由も教えてください)
Q3.特集「八王子湯めぐり紀行」P8〜13はいかがでしたか?(その理由も教えてください)
Q4.「おもしろい＆興味を持った」というページと理由を教えてください。
Q5.「らぶはち」で取り上げてほしいお店や、のせてほしい情報を教えてください。(その理由も教えてください)
Q6.「らぶはち」をご覧になって自由なご意見ご感想をお聞かせください。

読者モデル募集

八王子在住の方で、顔と全身の写っている写真を数枚(写真は最近3カ月以内に撮影したもの)を、**郵送またはメールで氏名・年齢・職業・住所・電話番号を明記**して、右記住所までお送りください。送り先:〒192-0062 東京都八王子市大横町11-1 八王子商工会議所 北島まで ✉kitajima@hachioji.or.jp

次回のらぶはちは
2017年3月上旬
発行予定!
詳しくは公式facebookページで♪
※発行日は予告なく変更する場合がございます。

広告に関するお問い合わせ
八王子商工会議所(広告担当:北島まで)☎042-623-6311(代)

個人情報の取扱について

・ご記入いただく個人情報は、今後の誌面作りの参考、プレゼント発送、選考資料、当所からのご案内、情報提供、統計資料、マーケティング資料作成および当事者に関する研究・企画開発に利用することがあります。ご本人の承諾がある場合を除き、上記目的以外で個人情報を利用したり、第三者に提供することはありません。
・アンケートの集計結果は、個人を特定できない形で第三者に開示することがあります。
・ユーザーサービスを行うため、個人情報の取り扱いに関する契約を締結した上で個人情報を取り扱う業務の一部、または全てを委託する場合があります。

編集後記

お風呂が恋しい季節になりました。皆さんは、お風呂タイムをどのように過ごしますか?読書や音楽、映画を楽しむ派?入浴剤やアロマキャンドル、美顔ローラーでリラックス?お子さんと一緒なら、水鉄砲やラバーダックで遊ぶのも楽しいですね。温まった体の水分補給には炭酸水がお勧め。え?ガリガリ君?それな!

これがカード決済の新基準。

「かんたんカード決済のコイニー」

西武信用金庫 × Coiney

西武信用金庫はコイニー株式会社とビジネスマッチング契約を締結し
決済手段の多様化による販売機会の拡大や海外からの訪日客を迎える
インバウンド対応を支援しています

キャッシュレスの決済サービス、はじめませんか？

欧米では小額の買物でもキャッシュレス、クレジット決済がスタンダード。
２０２０年の東京オリンピック開催を目前に、キャッシュレス決済の波が
ここ日本でも高まっています。
初期費用が抑えられた高セキュリティのクレジット決済サービスの導入で
海外からの訪日客を迎えるインバウンド対応に着手しよう！

ご相談は下記店舗にて受付しております。気軽にご相談ください。

お客さま支援センター
西武信用金庫

北野支店 TEL.042-645-3241 八王子市北野町545-3
楢原支店 TEL.042-626-7911 八王子市楢原町629-1
八王子支店 TEL.042-620-3111 八王子市八日町 1-11

MARKET STREET

普段の暮らしに役立つ、あなたの街のアルプスです。

いつも新鮮、いつもの笑顔。
ALPS 株式会社スーパーアルプス

720牧場グループ牛

和牛の代表格"黒毛和種"と"アンガス種"をかけ合わせた大変美味しい牛肉です。

鮪

高知県産の脂ののった生本まぐろをはじめ、天然のめばちまぐろや地中海産の本まぐろを取り揃えています。

おせち（各種）

おせち料理の素材各種を取り揃えています。

お刺身盛合せ 刺身

スーパーアルプス 年末年始のごちそう

予約承り中

海鮮生鮨 40コ 鮨

※写真はすべてイメージです。

2017年、スーパーアルプスは55周年を迎えます。

歳末感謝セール実施中!!

年末は12月31日まで営業中！2017年1月2日より営業

※営業時間は各店舗までご確認ください。

本部 〒192-0011
東京都八王子市滝山町2-351
TEL 042-692-2111（代）
FAX 042-692-2002
ホームページアドレス
http://superalps.info/

■八王子駅南口店	042-628-1313	■横川店	042-621-3071	■相模原インター店	042-783-7166
■長房店	042-664-0111	■北野店	042-643-6266	■城山店	042-782-4711
■中野店	042-625-2640	■楢原店	042-620-2711	■愛川店	046-285-5555
■西八王子店	042-663-2885	■みなみ野店	042-632-7911	■塩田店	042-777-8880
■高倉店	042-646-3435	■南平店	042-593-1041	■陽光台店	042-759-7764
■はざま店	042-665-6621	■日野店	042-586-8003	■伊勢原下落合店	0463-97-3767
■恩方店	042-651-9311	■豊田南店	042-583-1522	■飯能新光店	042-983-1690
■宇津木台店	042-691-6211	■あきる野店	042-550-6333	■入間下藤沢店	04-2960-3710
■甲の原店	042-628-4141	■羽村店	042-570-3633	■飯能美杉台店	042-975-2121
■台町店	042-621-6755	■多摩境店	042-700-0511		