

Dr.陳の銀座と その周辺の グルメバイブル

～ 美食の街・銀座を完全制覇!! ～



イラスト 水内 一臣 (北大眼科)

巻頭言

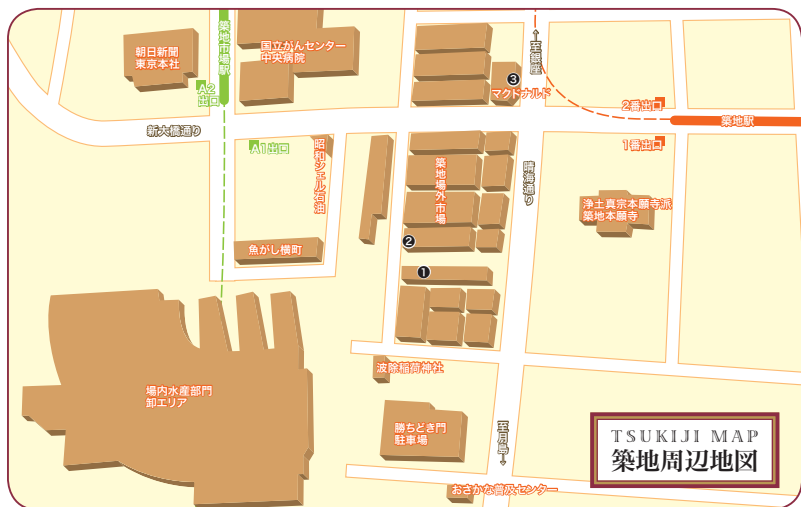


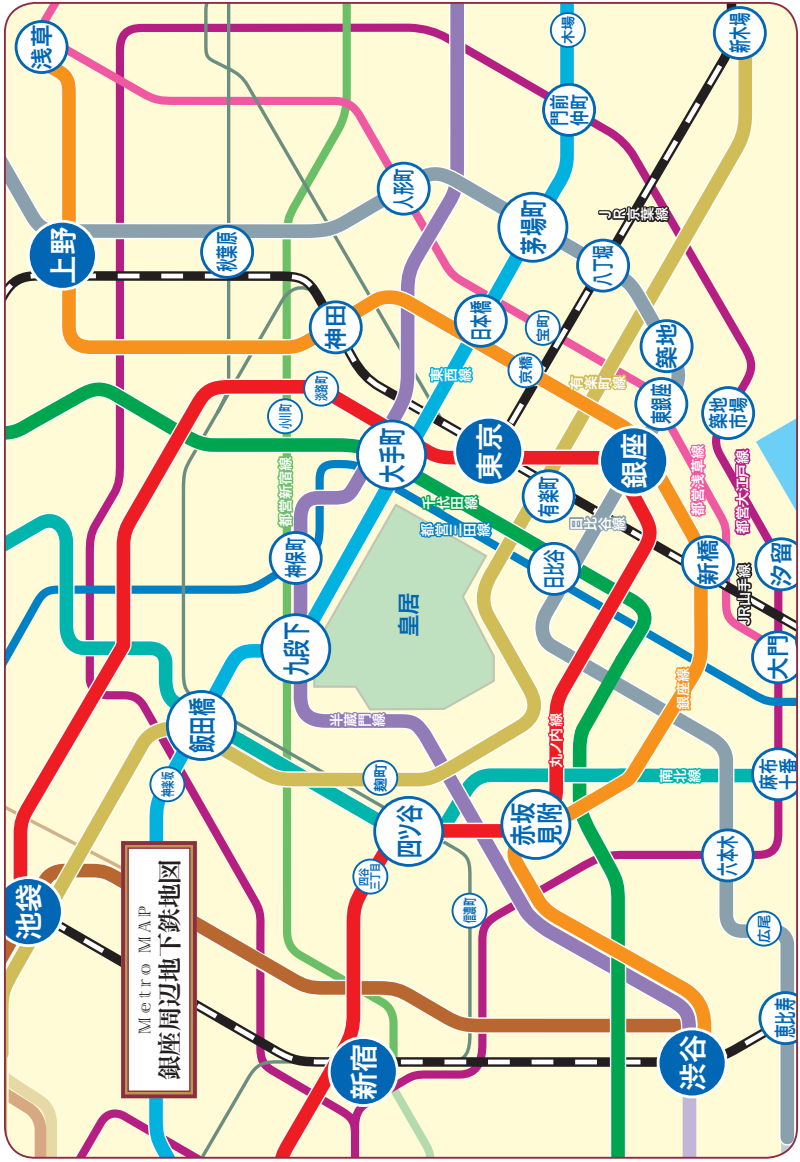
慶應義塾大学医学部 眼科学教授

坪田 一男

2012年の日眼でも『グルメバイブル』が用意されました！ 毎回好評の陳進輝先生によります美味しいお店のご紹介です。陳先生、そしてサポートいただいた北大眼科の石田晋先生に心から感謝申し上げます。ぜひ皆様に活用していただき、学会の合間のひととき、美味しい時間を楽しんでいただければ幸いです。

学会のひとつの楽しみは、会場での熱い討論の後に仲間とワイワイ食事をしながら、眼科を、そして人生を語ることです。どうせなら美味しいところで食べたい！ 美味しいワインも飲みたい！ ということで美味しい食事とワインにかける情熱は誰にも負けない陳先生。2011年の3月に初めて北海道の地でお目にかかりましたが、お料理とワインの博識には大変感動しました。また、陳先生には慶大眼科として、緑内障チームが陳先生の360°Suture Trabeculotomy 変法をご教授いただき、たくさん手術を行っております。グルメ以外でも多々ご指導いただきお世話になっております。今回このように陳先生のグルメバイブルを総会のために作成していただき本当に感謝です！ ありがとうございます。





お品書き

寿司、天ぷら、うなぎ	5
和食、居酒屋、おでん	13
フレンチ、フレンチダイニングバー、ステーキ	24
イタリアン、イタリアンダイニングバル	34
スペイン料理	40
カレー、インド料理、エスニック料理	41
中華料理、餃子、小籠包	45
焼き鳥、串揚げ、シュラスコ、焼肉、韓国料理	55
うどん、蕎麦、ラーメン	60
バー、ダイニングバー	66
スイーツ、喫茶	75
モーニング	82
締めラーメン、うどん、蕎麦	83
食事ができてラストオーダーの遅い店 (ラーメン、うどんを除く)	83
日曜日も営業している店	85
研修医・パラメディカルにお勧めの店	89
お土産	91
ショッピング	103
築地散歩	115
エクスカーション&アクティビティ	118

～本誌の項目と使い方について～

❖ お勧め度は、これまでと同様に3段階で表示しました。



超 お勧め!! : 最高に美味しい。また絶対に訪れたい



お勧め! : かなり美味しい、また訪れたい



ちょっとお勧め : それなりに美味しい、機会があれば訪れるかも

❖ グルメバイブルの項目(基本的な表示)

手作り冊子という性格上、手間のかかる地図は省略し、「アクセス」と「最寄りのランドマーク」で対応しました。「アクセス」は、基本的に最寄りの駅をスタートとして表示しましたが、もしもタクシーを使われる場合にはカーナビを装備しているタクシーを拾い、住所を入力してもらって搜してください。表示した情報は以下の通りです。

- お勧め度
- 住所
- 電話番号
- 定休日
- 営業時間
- 予算
- アクセス
- 最寄りのランドマーク
- お勧めポイント

寿司、天ぷら、うなぎ

小笹寿司



薄暗い小路を通り、暖簾をくぐると、そこはカウンター僅か10席だけの店。ここが銀座一、いや日本一の寿司店だということを知る人は少ない。これは、数ある銀座の有名寿司店のほとんどを食べた僕の結論である。店主の寺嶋さんは、名人と言われた下北沢「小笹寿司」の先代から直接指導を受けた方で、今や寺嶋さん自身が名人と言われている。江戸前寿司の看板を掲げている店でも滅多に出していない「烏賊の印籠寿司」を食べれば、その実力は一目瞭然である。また、ヒラメの昆布締めや蛤、春子(かすご)などの江戸前寿司はもちろん、擦った葱が載った鯖や肝が載ったカワハギなどの現代版寿司もすこぶる美味しく、まさに、今が旬の店である。六本木の西麻布寄りに同店から暖簾分けした分店(03-5770-3488)もあるが、そちらの方は未だ行ったことがない。



●住所:中央区銀座8-6-18 第5秀和ビル1階 ●電話:03-3289-2227 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:12時~14時、17時半~22時 ●予算:2万円(寿司のみの場合) ●アクセス:①東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅の銀座口を出て、カラオケBIG ECHOの側に渡る。右に進み、ファミリーマートの角を左折する。「ホテルコムズ銀座」を過ぎ、並木通りを進むと、すぐに右側に上層部が青く一階が赤い第5秀和ビルが見えるので、横の小路を右折するとすぐ。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A1番出口を出て、3つめの角「マツモトキヨシ」を左折。「カルティエ」、「ルイ・ヴィトン」の前を通り、「PRONTO」のある3つ目の交差点を渡る。すぐに左側に一階が赤い第5秀和ビルが見えるのでその小路。JR新橋駅から徒歩4分、東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:ホテルコムズ銀座(旧・銀座三井アーバンホテル) ●お勧めポイント:本物の江戸前寿司を堪能したい方に

鮓 太一



天ぷらで有名な「あさぎ」の2階にあるカウンター9席の小さな店。真っ当な寿司店の中では恐らく銀座一コストパフォーマンスの良い店なので、銀座の寿司デビューにはうってつけである。そのためか、銀座にしては客層が若めだ。店主のネタにこだわる姿勢は尋常でなく、毎日築地に赴き、12~13軒の魚屋を回ってこれはと思ったネタを仕入れているそうだ。このため、価格が安い割にはミシュラン三つ星店に負けにくいくらいネタがいい。6月に訪れたときには、マコガレイ、鯉、コハダ、小柱、アサリなど、いろいろな美味しい寿司ネタが揃っていた。とくに、他店とは仕込み方が異なる鰯が美味しく、穴子と巻物以外はパーフェクトだった。赤酢がブレンドされた酢飯は、やや硬めで酸が程良い。寿司だけでなくつまみも美味しいので、酒を飲みながらつまんで、最後に寿司をお任せで食べるスタイルがお勧め。



●住所:中央区銀座6-4-13 浅黄ビル2階 ●電話:03-3573-7222 ●定休日:月曜 ●営業時間:火曜~金曜:11時半~13時半、18時~23時、土日:11時半~14時半、17時~21時 ●予算:1万円~(おまかせ寿司のみの場合)、ランチ:2,500円、5,250円、お任せ8,400円~ ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B6、B7番出口を出て左へ、もしくはC2番出口を出て右へ。「モザイク銀座阪急」、「銀座ソニービル」のある数寄屋橋交差点の外堀通りをJR新橋駅方面に進む。次の信号を過ぎてすぐ右にある「西銀座駐車場」横の小路を右折。更に左折して道なりに進むとすぐ右側の天ぷら「あさぎ」の2階。東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:モザイク銀座阪急、銀座ソニービル ●お勧めポイント:銀座で寿司デビューをしたい方に

鮨 青木



まさに銀座らしい寿司屋である。お昼のランチで出される寿司はかなりお得感があるが、基本的に店主が握る寿司ではない。もしも、ランチを食べたければ、煮物とメ物のネタだけで作る「ばらちらし」か、生の魚と仕事を施したネタで作る「吹き寄せちらし」がお勧め。もしも予算が許せば、店主の青木利勝さんにお任せで握ってもらうのがベスト。カウンターの奥6〜7席が店主の握るエリアなので、「青木」の寿司を堪能したい方は、予約時に店主に握って欲しい旨を伝えて確認した方がいい。因みに、青木さんは、西麻布店に出る日曜日(日曜日に行きたい場合は、西麻布店で食べるのがお勧め。TEL 03-5771-3344)と、休日の月曜日以外は、昼、夜ともこの本店に出ている。お酒を飲まれる方なら、つまみとして絶対外せないのは厚めに切られた鰹の刺身だ。他にアラの炙り(秋〜冬)、蒸し鮑、煮穴子、ヒラメの昆布締め、白海老あるいは甘エビの昆布締め、煮だこなどもお勧めである。握りで食べたいのは、ヒラメや鯛などの白身、ツケや中トロなどの本マグロ、穴子(塩とタレ両方で)、小柱、才巻き海老、小鰭、蛤、メの鉄火巻きか中トロ巻きなど。とりあえずはお任せにして、その都度食べたいものがあったら言えればいい。また、寿司には「煮きり醤油」を塗ってくれるが、味が薄く物足りないと感じる方は、小皿の醤油をつけ足しても、煮きりを多めに塗るよう言っても構わない。店主の青木さんは、気さくで陽気なスポーツマンなので、銀座といえども、肩肘張らずにリラックスできる。

- 住所: 中央区銀座6-7-4 銀座タカハシビル2階 ●電話: 03-3289-1044 ●定休日: 無休(年末年始のみ) ●営業時間: 12時〜14時、17時〜22時 ●予算: 2万円(寿司のみの場合)、ランチ: ばらちらし、吹き寄せちらし3,150円 ●アクセス: 東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A1番出口を出て、2つめの角「Dior」を左折。「ビエール・マルコリーニ」の前を通り、1つ目の交差点を過ぎるとすぐ右側のビル(交詢ビルディングの手前)。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク: 交詢ビルディング、ニューメルサ ●お勧めポイント: 華やかな銀座の寿司を味わいたい方に

鮨 大河原



夫婦二人でやっている寿司店。店内はカウンターのみであるが、余裕をもった席の配置となっており、とても快適。どのネタにも店主の素材に対するこだわりが感じられ、この日は台風の影響から、市場には魚があまり入荷していなかったにもかかわらず、どれも素晴らしかった。酢飯はやや硬めで、握りはやや小ぶり。箸でつかむと崩れやすいほど軽く握るので、手で食べるのがお勧め。店主の好みなのか、「いぶりがっこ」を含め、鯖、シシャモ、鰹などはスモークされたものが出てきた。店主の仕事のスピードに、サポートする女将さんのスピードがまだついて来ていないが、この点は温かく見守ってあげよう。

- 住所: 中央区銀座6-4-8 曾根ビル2階 ●電話: 03-6228-5260 ●定休日: 日曜・祝日 ●営業時間: 18時〜23時 ●予算: つまみを含めたお任せで2万円前後 ●アクセス: 東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B6、B7番出口を出て左へ、もしくはC2番出口を出て右へ。「モザイク銀座阪急」、「銀座ソーニービル」のある数寄屋橋交差点の外堀通りをJR新橋駅方面に進む。次の信号を過ぎてすぐ右にある「西銀座駐車場」過ぎると「パティスリー風と土」の手前右側のビル。東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク: モザイク銀座阪急、銀座ソーニービル ●お勧めポイント: つまみとお寿司を食べたい方に

日本橋橋町 都寿司



銀座の「小笹寿司」以来、久々に美味しい握りに巡り会えた。酢飯も良いし握り方も美しい。仕事が施されている穴子などのネタも、文句をつけようがないくらい素晴らしい。がしかし、こと“つまみ”に関してはかなり貧弱だ。日本酒やビールのセレクトも良いのにとでも残念だ。さらに、店主と店員との間の流れがスムーズでないのもちょっと気になる。なので、接待や店の雰囲気にかかわる方には不向きである。また、飲んでつまんで最後にチョット寿司をと言う方は、今回紹介した別の店に行ってください。だが、美味しい寿司だけを純粋に楽しみたいという方には一押しである。基本はお任せで、握りだけだと8,000円、つまみを含めたお任せだと11,000円というリーズナブルかつ明瞭な価格設定。そのせいか、客層のほとんどが20~30才台と若く、地元客でもなさそうだ。つまり、1万円前後でキッチンと仕事をした美味しい寿司を出せば、不況と言えども、まだまだ新たな客層を握り起こせるというお手本であろう。

●住所:中央区東日本橋3-1-3 奥ビル1階 ●電話:03-3669-3855 ●定休日:月曜 ●営業時間:火曜~金曜17時半~22時、土曜17時~22時、日曜12時~13時、17時~21時 ●予算:握りお任せ8,000円、つまみを含めたお任せで11,000円 ●アクセス:都営地下鉄(新宿線)馬喰横山駅、(浅草線)東日本橋駅A3番出口を出て、向かいの郵便局の通りへ渡る。「タカラ部品」、「セブンイレブン」を過ぎ、1つ目のマンションの角を左に曲がるとすぐ右。馬喰横山駅、東日本橋駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:東日本橋三郵便局 ●お勧めポイント:美味しい握りを食べたい方に。カウンターデビュー初心者の方に。日曜営業

すし匠



基本はお任せで、つまみとつまみの間に寿司が出されるというスタイル。この出し方は、仙台の「すし蓑」、札幌の「姫沙羅」、四谷の「三谷(みに)」などと同様であるが、もしかすると、この店の影響を受けているのかも知れない。握りは銀座「久兵衛」のように小ぶりである。ほとんどのネタには仕事がされており、江戸前寿司の醍醐味が味わえる。ネタは単に酢で締めたり、加熱したり、包丁を入れただけではなく、酢飯に合うような工夫がされている。酢飯にはかなりこだわっているようで、通常でも2種類の酢飯を使用し、小罫の新子が出る夏には3種類の酢飯を使い分けているらしい。店主の中澤さんは、寿司はもちろん、お酒にも造詣が深い。ビールはエビス生と福島県の無濾過プレミアム地ビール「アウグス」の2種類。グラスシャンパンも置いているが、山口県の発泡性日本酒「雁木・活性にぎり」がお勧め。店主の勧めるままに日本酒を頂いたが、宮城県墨通江「中垂れ・純米吟醸」が特に良かった。

●住所:新宿区四谷1-11 陽臨堂ビル1階 ●電話:03-3351-6387 ●定休日:日曜、祝日の月曜日 ●営業時間:ランチ(月、水、金):11時半~13時半、お任せコース:18時~22時半 ●予算:2万円前後 ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線)、JR中央本線四谷駅赤坂口を出て、交番の前の信号を「サン・パウロ、エイブル」の看板の方へ渡る。次の「NTT docomo」の角を左折し、日本酒の有名酒店「鈴傳」が見えたらその並び。東京メトロ(丸ノ内線)、JR中央本線四谷駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:サン・パウロ ●お勧めポイント:お酒を飲みながら、つまみとお寿司を食べたい方に

鮭 三谷 (みに)



今回訪れた寿司店の中では、つまみと寿司のバランスが最も優れた店。恐らく、酒飲みにとって最高の寿司屋であろう。この店はお任せのみで、コースの半分以上がつまみという構成。寿司屋のつまみと言えば刺身だが、ただ切ったような刺身は決して出さず、全てのつまみには一工夫がされている。まるで美味しい日本料理を食べているような気分になり、店主の独自の料理観が見て取れる。近頃は和食出身者による寿司割烹店をよく見かけるが、この店は似て非なるほど次元が違う。寿司のレベルも高く、酢飯もすこぶる美味しいのだ。日本酒は料理を邪魔しない淡麗な酒が揃えられ、シャンパンももちろんスツクリとしたブランド・ブラン。また、店主の人柄もスタッフのサービスも申し分ない。カウンター席のみの店にも関わらず、席がゆったりと配置されているため、優雅な時間を過ごすことができる。このような素敵な寿司店は、東京中を捜してもなかなか見つからないだろう。そのためか、土日はキャンセルが出ない限り、1年先までほとんど予約は取れないので、行くなら平日の昼がお勧め。外には暖簾が掛かっていないので、近づくまで寿司店だとは気づきにくい。

- 住所:新宿区四谷1-22-1 ●電話:03-5366-0132 ●定休日:月曜、第3火曜 ●営業時間: 昼:火曜:12時半~13時半、水曜~日曜:12時~13時半、夜:火曜~金曜18時~20時、土日・祝日18時~18時半 ●予算:つまみを含めたお任せで2万5千円くらい ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線)、JR中央線四谷駅赤坂口を出て、交番の前の信号を「サン・パワロ、エイブル」の看板の方へ渡る。さらに、「ケンタッキーフライドチキン」、「スタンブクラブ」の看板の方へ信号を渡り、直進する。「しんみち通り」の前を通過し、次の信号を左折。「コージコーナー」を通過し、次の信号の右角(ローソン向かい)。東京メトロ(丸ノ内線)、JR中央線四谷駅赤坂口から徒歩6分。 ●最寄りのランドマーク:ケンタッキーフライドチキン、小川建設 ●お勧めポイント:つまみとお寿司の両方食べたい方には、これ以上の良い店はない

鮭なかむら



扉を開けると一枚板の白木のカウンターが広がり、トイレも含めて寿司店にしてはかなり立派な店である。また、六本木の中心部にあり、比較的夜遅くまで営業しているため使い勝手もよい。何と言ってもこの店の良いところは、つまみが美味しく酒が充実している点であろう。ネタも一級品の素晴らしいものだったが、握りに関しては残念ながら訪れたときには酢飯が硬くボソボソした食感で、全体的に美味しく感じられなかった。しかし、若い店主は人柄も良くとても熱心に仕事をしているので、今後にはかなり期待が持てそうだ。扉付近には段差が有るので、酔って帰るときにはご注意ください。

- 住所:港区六本木7-17-16 米久ビル1階 ●電話:03-3746-0856 ●定休日:日曜・祝日、土曜不定休 ●営業時間:18時~23時 ●予算:20,000円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅2番出口を出て、「明治屋」横のファミリーマート角を右折。そしてすぐに右折するとすぐ。地下鉄六本木駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:明治屋 ●お勧めポイント:お酒を飲んでつまみ、最後に寿司も食べたいという方に

すし処 甚久好(きくよし)



江戸時代の握り寿司は小さなおにぎりくらいの大きさだったらしいが、時代と共に小型化し、ここ最近では更に細く小ぶりに変化を遂げている。昭和の江戸前寿司は現在の寿司よりも一回り大きく、ややズングリと太めである。昭和を代表する寿司職人といえば、銀座の老舗寿司店「二葉鮨(現在も営業)」にいた名人・藤本繁蔵氏であろう。藤本氏は、銀座「きよ田」で名を馳せ引退した名人・新津氏でさえほとんど教えを受けることができなかったほどの名人なのである。彼は数々の弟子を輩出したが、彼の愛弟子で未だ現役でいるのはこの店の店主・清水さんしかいない。昭和スタイルの寿司は、現在の寿司に慣れ親しんでいる人たちにとっては古くさく感じてしまうかも知れない。しかし、名人清水さんによってほとんど握り返さず瞬時に握られた寿司は、シャリとネタが一体となっていて美味しいし、ズングリとした容姿も美しい。漫画ではありそうだが、実際このような返しのない握り方ができるのは清水さんくらいであろう。72才と高齢の清水さんは体力のピークを過ぎ、もうすぐ引退すると宣言しているので、昭和の正統な江戸前寿司を体験してみたい方は早めに行かれた方が良いと思う。清水さんは江戸前の仕事を大切にする一方、ウニなどの現代寿司の素材も取り入れるなどの柔軟さもあるので、どうか肩肘張らず気楽に店を訪れて頂きたい。但し、電話で予約したときにもしも清水さんが出たら、素っ気ない対応に気を悪くしないで頂きたい。彼はもともと職人肌であり、高齢になって素っ気なさに磨きがかかってきたような気がする。来店して話をすれば分かってもらえると思うが、根が真面目な職人なのだ。なので、カウンターが空いていたら是非カウンターに座って彼と話をしてみしてほしい。夜はそこそこの値段がするが、ランチタイムの「おまかせコース」はネタの質やレベルを考えると破格の安さである。しかも使っている素材は採算度外視の一流品ばかりで、例えば北海道産のウニは一箱1万5千円もする函館・橋水産の特選品といった具合。ちなみに、清水さんの集大成とも言えるサイン入り著作本が店内で販売されているが、英語版は外国人へのプレゼントとしても最適である。

●住所:港区赤坂3-16-2 榮林会館ビル地下1階 ●電話:03-3585-2478 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:12時~13時半、17時~21時半 ●予算:昼のおまかせコース7,350円(竹コース3,150円、松コース5,250円) ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線、銀座線)赤坂見附駅のエスカレーターを上り、ベルビー赤坂1階に出る。赤坂エクセル東急ホテルが見える広い外堀通りとは逆の右の裏通りに出て左へ。すぐ右手に「富士そば」が見えるので、その角を右折。次の「Daily YAMAZAKI」、「ダイコクドラッグ」の交差点を左折し、「土佐料理・祿保希」を過ぎると右にあるレンガ色のビル。東京メトロ赤坂見附駅から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:ベルビー赤坂 ●お勧めポイント:正統な江戸前寿司を体験してみたい方に

野じま



昨年、西麻布から銀座に移転してきた。前の店も分かりづらかったが、今回の店も通りから少し入ったビルの地下にあり、やはり分かりづらい。席数は前の店よりも減っており、カウンター7席の店主1人で仕事をするには丁度いいキャバだ。店主は「なか田」系の「艦からく」出身で、未だ若いが寿司に対する姿勢はとても真面目である。この店の特徴は、何と言っても日本橋「喜寿司」のようなしっかりと酢の効いた酢飯であろう。この店は赤酢を使用しているようだが、このような酢の効いたシャリは人によって好みが分かれるところ。僕もどちらかと言うと苦手な方だが、これがネタと合わさると意外と締まった感じになって美味しい。とろけるような穴子や昆布締めされた甘鯛とサヨリ、鱈や貝類なども美味しい。しかし、つまみ類がイマイチ充実していないお任せ2万円という価格は多少物足りなさを感じてしまう。



●住所：中央区銀座7-3-16 東五ビル地下1階 ●電話：03-6280-6703 ●定休日：日曜・祝日 ●営業時間：17時～24時 ●予算：20,000円前後 ●アクセス：①JR有楽町駅を出て、有楽町マリオン前の数寄屋橋交差点を「モザイク銀座阪急(旧・阪急デパート)」側へ渡る。モザイク銀座阪急の右側にある「数寄屋通り」を新橋側へ進み、2本交差点を渡るとすぐ左側。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅C2番出口を出て、モザイク銀座阪急の横の数寄屋通りを新橋側へ進み、2本交差点を渡るとすぐ左側。JR有楽町駅、数寄屋橋交差点から徒歩5分、東京メトロ銀座駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：銀座ヘルビューホテル ●お勧めポイント：新進気鋭の若い寿司職人の店

てんぷら天朝(てんあさ)



僕が首都圏で最も美味しいと思う天ぷら店は、石田先生に紹介して頂いた溝の口に近い宮崎島の「美かさ(044-853-1819)」。そして2番目に美味しいと思うのがこの店である。この店は銀座で最もコストパフォーマンスの良い天ぷら屋でもある。まず、最初に出てくる才巻き海老を食べれば、誰もが店主の力量に納得できると思う。この店の火入れや衣は非常に繊細なので、出てきたら、お喋りしていないですぐに食べよう。これだけの天ネタは、大根おろしを入れた天つゆではなく、塩で食べた方が素材の風味を感じられる。火傷しそうな熱々の野菜類や香りの強い魚(穴子やメゴチ)で天つゆを使いたいの。昼の定食はかなりお得ではあるが、もしも予算が許せば、夜のコースの方がお勧め。基本的には魚の質は昼も夜も変わらないが、夜のコースは季節の天ネタが加わる。さらに、昼の定食は白ご飯なのに対し、夜は最後の締め天に天丼か天茶がつく(天茶がお勧め)。また、冬から春にかけての「白魚の一本揚げ」は、「みかわは山居」の早乙女哲哉氏のものに勝るとも劣らない逸品。



●住所：中央区銀座1-27-8 セントラルビル1階 ●電話：03-3564-2833 ●定休日：日曜、祝日、第2月曜 ●営業時間：11時半～13時半、17時半～20時 ●予算：昼(ランチ)：定食2,000円、2,600円、3,300円、夜：6,500円と7,500円 ●アクセス：東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B2番出口を出て築地側に向かう。広い昭和通りの信号を渡り、工事中の歌舞伎座に向かず、「PRONTO」前の歩道を左へ曲がる。「クロネコヤマト」の前を過ぎ、歩道橋を過ぎた次の中華料理「菊風」の角を右折する。100mほど進むと、左に大きなマンション「京橋プラザ」と広場が見えるが、その向かい。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩12分。 ●最寄りのランドマーク：京橋プラザ、銀座ラフィナート ●お勧めポイント：ベスト・コストパフォーマンスだけでなく、東京で最高の天ぷら店

はやし



この店の最初に出される車海老を食べると、あまりのレア感に驚いてしまう。そしてその後、火の通し方を変えて出してくるので、熱による車海老の甘みの変化を楽しめる。この店の火の通し方は、他店に比べて全体的にレアな感じだ。また、油もヒマワリ油を使用しているせいか、衣の厚さの割には軽く感じる。値段設定は高めだが、大ぶりがつ最上級のネタを使用していることを考えれば、コストパフォーマンスが悪いと言うほどではない。締めに出されるオカラを炒ったという自家製ふりかけ御飯も、天ぶら店としては珍しい。

- 住所：中央区日本橋室町1-12-10 ●電話：03-3241-5367 ●定休日：日曜、祝日 ●営業時間：11時50分～14時、17時半～20時 ●予算：16,000円前後(その日の材料による) ●アクセス：東京メトロ(銀座線、半蔵門線)三越前駅A3番出口を出て、信号を「かつおぶしの大和屋」側に渡り、「うなぎ 伊勢定本店」の見える小路に直進。「青山ごはん亭」を過ぎ、「中華料理・大勝軒」の見える角を左折するとすぐ左。 ●最寄りのランドマーク：日本橋三越本店・本館 ●お勧めポイント：レア感のある江戸前天ぶら

天富良 いわ井



通りから少し入った小路に佇む小さな天ぶら店であるが、銀座エリアでは「天朝」とともに、コストパフォーマンスの良い天ぶら店である。昼間はほとんど人通りのないこの地域には、なぜかクオリティの高い飲食店が集まっている。まず驚くのは、とても早いテンポで揚がっているにもかかわらず、店主の火の通し方が天才的に上手いことである。魚介類も野菜類もすこぶる美味しい火の通し方なのである。ゴマ油を含むブレンド油を使用しているらしいが、江戸前天ぶら特有のゴマ油の香りはほとんどしない。むしろ、関西風天ぶらに近い感じなので、たくさん食べられるような気がする。ちなみに、写真撮影はNGであるのでご注意ください。

- 住所：中央区銀座6-3-7 泰明ビル別館1階 ●電話：03-3571-5252 ●定休日：日曜、祝日、第3土曜日 ●営業時間：月曜～金曜12時～13時半、18時～21時(土曜日は20時半まで) ●予算：昼：4,000円、6,500円、8,000円、夜：8,000円、10,000円 ●アクセス：①JR有楽町駅を出て、有楽町マリオン前の数寄屋橋交差点を「モザイク銀座阪急(旧・阪急デパート)」側へ渡る。モザイク銀座阪急の右側にある「数寄屋通り」を新橋側へ進み、一本通りを渡り、24時間パーキングを右折するとすぐ右側。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅C2番出口を出て、モザイク銀座阪急の横の数寄屋通りを新橋側へ進み、一本通りを渡り、24時間パーキングを右折するとすぐ右側。JR有楽町駅から徒歩4分、東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク：モザイク銀座阪急(旧・阪急デパート) ●お勧めポイント：コストパフォーマンス抜群の天ぶら店

宮川本麩(みやかわほんてん)



鰻屋で宮川という名前を良く耳にするが、築地の「宮川本麩」系と日本橋の「宮川」系の2つに分けられるらしい。全国的には「宮川本麩」の方が有名で、明治26年創業の築地店は、これらの総本店である。関東で僕が最も美味しいと思う鰻屋は南千住の「尾花」であるが、この店の鰻丼は餡色に輝く鰻の姿がとて見事で美味しい。「尾花」もそうだが、真っ当な江戸前の仕事をする鰻屋は、注文から出てくるまでに30~40分くらいかかるのが普通である。鰻を待つ間、「鰻巻き」や「鰻ざく」などを食べながらビールで一杯やるのがいい。なので、鰻屋における小説や雑誌類は、待ち時間の必須アイテムである。「宮川本麩」のタレは、「尾花」と同じ辛口で僕好み。注文時に、丼に入れるか重に入れるかを選ぶことができる。焼き上がった鰻は、ほとんど焦げ目のない見事な餡色で、ふっくらしていて美味しい。予算に余裕のある方は、前日予約の筏(いかだ)がお勧め。札幌店もそうだが、これら系列店の鰻は、どちらかというとサッパリしていて、普段コッテリと脂ののった鰻や関西風鰻を食べている方には物足りないと感じるはず。プリッとした鰻がお好みの方は、三井ガーデンホテル銀座近くにある「竹葉亭 本店(03-3542-0789)」の方がいいかも。

- 住所:中央区築地1-4-6 宮川本麩ビル ●電話:03-3541-1292 ●定休日:土曜 ●営業時間:平日:11時半~14時、17時~20時半、日曜・祝日:11時半~14時、17時~20時 ●予算:イ、2,100円、ロ、2,415円、ハ、2,940円、ニ、3,255円、中入り丼、4,725円、いかだ6,000円前後(筏は約1時間を要す) ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸の内線、日比谷線)銀座駅B2番出口を出て築地側に向かう。広い昭和通りの信号を渡り、工事中の歌舞伎座を過ぎ、更にADK松竹スクエアビルを過ぎてその角を左折する。そして、2つめの信号を過ぎた左のビル。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩12分。 ●最寄りのランドマーク:ADK松竹スクエアビル、京橋築地小学校 ●お勧めポイント:真っ当な仕事による本物の鰻の蒲焼き

竹葉亭本店



今回の取材エリアには木挽町の本店の他、4丁目交差点に「銀座店」もあるが、僕のお勧めはこの本店。老舗を感じさせる落ち着いた風情もさることながら、こちらの方が美味しい。もしも予算が許すなら、中庭が眺められる離れの座敷でコースを頂きたい(予約制)。鰻はふっくらと焼かれていてサッパリとした辛めのタレとも良く合う。もしも椅子席の方で頂くなら「鰻お丼(鰻の大きさによりAとBがある)」の他、ほうじ茶で頂く「鯛茶漬け」も悪くない。

- 住所:中央区銀座8-14-7 ●電話:03-3542-0789 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:11時半~14時半、16時半~20時 ●予算:椅子席:鰻お丼 A 2,100円、B 2,625円、鯛茶漬け2,100円、座敷(要予約):昼のコース7,350円、8,925円、10,500円、夜のコース12,600円、14,700円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅1番出口を出て直進し、「新橋玉木屋」の信号を汐留方面(海側)へ渡る。「宮越屋珈琲店」を過ぎ、「三井ガーデンホテル」前の歩道橋を登り、シェル石油ガソリンスタンドのに入った「銀座COMビル」の直進側階段へ降りる。更にアップルパークの見える汐留側に進み、コンビニ「ポプラ」角を左折し、1つ通りを渡ればすぐ左側。東京メトロ・JR新橋駅から徒歩8分。②(都営大江戸線)築地市場駅A3番出口を出て右へ進み、黒い塀の「東京吉兆」の次の交差点を左折。しばらく直進すると右。(都営大江戸線)築地市場駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:三井ガーデンホテル(RICHO)、東京吉兆 ●お勧めポイント:ふっくらとした鰻の蒲焼きに辛口のサッパリとしたタレ

和食、居酒屋、おでん

菊乃井 赤坂店



「菊乃井」は、京都の日本料理店の中でも僕の最も好きな店の一つ。赤坂店のエントランスに続く通路には竹が植えられ、京都らしい風情が演出されている。この店は、価格設定や店の規模から考えて、京都円山公園近くにある本店と木屋町の露庵菊乃井の中間的なグレードと考えていい。また、この店と京都の店とは定期的な人事交流があるため、料理のレベルは京都とほぼ変わらない。かつて、同じ週に京都木屋町の露庵菊乃井とこの店の両方を食べ比べたことがあるが、料理の質も献立内容もかなり類似していた。開店当初は夜のみ営業であったが、現在は昼も営業しており、とても使い勝手が良くなった。

●住所: 港区赤坂6-13-8 ●電話: 03-3568-6055 ●定休日: 日曜(月曜は夜のみ営業) ●営業時間: 火曜～土曜12時～13時、17時～21時、月曜17時～21時 ●予算: 昼: 高台寺御膳5,250円、昼懐石10,500円、夜: 懐石15,750円、18,900円、21,000円 ●アクセス: 東京メトロ(丸ノ内線、銀座線)赤坂見附駅のエスカレーターを上り、ベルビー赤坂1階に出る。赤坂エクセル東急ホテルが見える広い外堀通りとは逆の右の裏通りに出て左へ。「赤坂アルトビル」を過ぎ、「三菱東京UFJ銀行」、「サンクス」を過ぎ、2つ目の交差点(右角にセブンイレブンとパンコク酒場)を右折する。しばらく進むと左に東京メトロ(千代田線)赤坂駅2番、6番出口を通過する。「スギ薬局」手前、「秋田産生ハム直売店」と張り紙のある青色のレストラン「GRAN VIA」の小路を左折。すぐに突き当たるので右折するとすぐ右。東京メトロ赤坂見附駅から徒歩10分。赤坂駅から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク: 国際新赤坂ビル西館 ●お勧めポイント: 京都の本店と変わらぬ京料理が楽しめる

龍 吟



銀座の日本料理店「小十」がミシュラン三つ星を獲得する以前、小十の店主・奥田さんから、彼と同じ「青柳」出身者がやっているという「龍吟」と「かんだ」を紹介された。その後両店を訪れたが、3店の中で「龍吟」が最も良かった。しかしながら、3店の中で「龍吟」だけがずっとミシュラン三つ星とはならず、これがとても不思議だった。今年のミシュラン最新版で初めて「龍吟」が三つ星となり、やっとモヤモヤがなくなった。龍がモチーフの店内は、まるで中国喫茶のような感じで、このインテリアは外国人受けを狙ったものだろうか。最近、「ザ・ワールド50レストラン」のランキング第20位に選ばれたせいか、店内には外人客が目立つ。この店には、流暢な英語で料理を説明できる女性店員もおり、英語圏の外国人客を連れて行った時の説明の煩わしさがなくていい。特筆すべきは、サービスがトップクラスのフランス料理店にも負けにくいくらい素晴らしく、ワインの品揃えも和食店ではあり得ないくらい凄いこと。加えて、料理には日本の美意識と遊び心が溢れていてサプライズ感もある。もちろん、掲載している以上、美味しいことは言うまでもない。18時からの予約の他に、21時半頃からの2回転目の予約も受け付けているので、学会の会議やイブニングセミナーなどで遅くなった時にも間に合うのが嬉しい。

●住所: 港区六本木7-17-24 サイド六本木ビル1階 ●電話: 03-3423-8006 ●定休日: 日曜・祝日 ●営業時間: 18時～22時半 ●予算: おまかせコース23,100円(21時以降はアラカルトも可能) ●アクセス: 東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅2番出口を出て、「明治屋」横のファミリーマート角を右折。しばらく進むと右角ビルの1階。地下鉄六本木駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク: 明治屋 ●お勧めポイント: 唯一無二の日本料理店。遅い時間帯でもOK

幸 村



カウンターとテーブルが1つだけの地味な小さな店であるが、料理には華があってしかも美味しい。特に、僕がこの店で最も美味しいと思うのは、裂いた松茸をハモで巻き、炭火で焼いた料理。シンプルなのが松茸の香りとハモのジューシーさのコンビネーションが堪らない。今回はまだ時期が早く頂くことが出来なかったが、秋の名残ハモの時期に行くなら最高だと思う。最後を飾る季節の土鍋ご飯もとてもいい。余った御飯は、おにぎりにしてお土産してくれる気遣いもマル。シャンパンや日本酒(特に「黒龍・しずく」が良かった)などのお酒もいい。とにかく看板が出ておらず、店の入っているビル自体も分かりにくいので、知らない人だと通り過ぎてしまう。

●住所: 港区麻布十番1-5-5 YUKEN AZABU10ビル3階 ●電話: 03-5772-1610 ●定休日: 不定休 ●営業時間: 17時半~20時 ●予算: お任せコース22,000円 ●アクセス: 東京メトロ(南北線)、都営地下鉄(大江戸線)麻布十番駅の5a出口を出て左の六本木ヒルズ方向へ進む。途中、「ENEOS」、「docomo麻布十番店」、「住所: 港区麻布十番公共駐車場」を過ぎ、「つけ麺大王」並びにある「ELAN」の入っているビル。手前横の階段を上るとエスレーターがある。東京メトロ麻布十番駅から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク: ●住所: 港区麻布十番公共駐車場 ●お勧めポイント: 松茸のシーズンには絶対に訪れるべき店

京 味



ミシュランの掲載をも断ったと噂される東京最高レベルの和食店。最上の素材を用いた正統な和食を供するが、昼も夜も共に価格設定は高めで、コストパフォーマンスは良くない。どちらかという、自腹ではなく領収書を切れる方にお勧めしたい。店の雰囲気は、京都や大阪でよく見かけるごく普通の店で、カウンター内にはやたら料理人が多く、とても活気はあるが、サービスも含めて多少高級感には欠ける。店主の西さんを含めて、強面の料理人の方も皆とてもフレンドリーでアットホームな感じがいい。着飾らない料理は確かに美味しいが、京都で味わうほどの感動的な美味しさというほどではない。でも、締めに出る鮭のハラス御飯は、何杯もおかわりしたくなるほどの激旨。評論家や世間一般の評判によると、これ以上の店はないほどの高評価だが、京都や大阪でいるいと食べた経験から、料理の内容、価格、店の雰囲気、満足度などを総合的に判断すると、残念ながら「超お勧め!!」の評価とはならなかった。なお、店のルールとして、初めての方は火曜、木曜、金曜の昼のみ予約可能で、店内は禁煙である。

●住所: 港区新橋3-3-5 ●電話: 03-3591-3344 ●定休日: 日曜・祝日 ●営業時間: 17時半~22時(火曜、木曜、金曜は昼も営業) ●予算: 40,000円前後 ●アクセス: 東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅の日比谷出口あるいは鳥森出口を出ると「ニュー新橋ビル」が見える。その浜松町駅側の通りの「ケンタッキーフライドチキン」、パチンコ店「ビックディッパー」を過ぎ、「アコム」、「文銭堂本舗」を過ぎて「志乃だ寿司」の手前角を左折。数十メートルほど進むと右角にある。新橋駅から徒歩6分。 ●最寄りのランドマーク: ニュー新橋ビル、ビックディッパー、志乃だ寿司 ●お勧めポイント: 評論家たちが東京最高レベルと評する高級日本料理店

新ばし 笹田



「京味」出身の日本料理店として知られている店。価格は「京味」のおよそ半額程度で食べられることから、食べログの人気店となっている。店は、「京味」から歩いて3分程度のところにある。カウンターのみ店内は、店外に出るにも後ろを通れないほど狭く、デートや接待には向かない。料理はどれも平均的に美味しく、欠点というほどのものはない。しかし逆に、正直、これは！というものもなかった。しかし、最後を締める銀しゃりは、京味同様さこぶる美味しい。最後に敢えて言わせてもらうなら、カウンターをみの日本料理店であるのにもかかわらず、予約は2名からという縛りは、是非なくして欲しい。



●住所：港区西新橋1-18-8 尾坪ビル1階 ●電話：03-3507-5501 ●定休日：日曜・祝日 ●営業時間：18時～22時 ●予算：12,600円、14,000円 ●アクセス：東京メトロ（銀座線）新橋駅、JR新橋駅の日比谷出口あるいは烏森出口を出ると「ニュー新橋ビル」が見える。その浜松町駅側の通りの「ケンタッキーフライドチキン」、パチンコ店「ビックディッパー」を過ぎ、「アコム」、「文銭堂本舗」、「志乃だ寿司」を過ぎ、更に広い日比谷通りの信号を渡る。「HANABISHI」の横を直進し、更に進むと左に「NATURAL ローソン」があるので、それを過ぎたT字路「吉そば」手前を右折するとすぐ左。新橋駅から徒歩8分。 ●最寄りのランドマーク：志乃だ寿司、HANABISHI ●お勧めポイント：新橋界隈では適正価格のスタンダードな日本料理店

日本料理 賛否両論



テレビの料理番組でお馴染みの若き料理人・笠原氏の店。彼はもともと「正月屋吉兆」で修業をしていたが、父親の死に伴って武蔵小山の焼鳥店を継いだ。実はこの時から焼き鳥の他に和食も出しており、その美味しさが評判だったので、機会があれば行ってみたいと思っていた。しかし、その後閉店となり、2004年に現在の店を開いた。店は住宅街の寂しげな通りにぼつんとあり、外観も含めてあまり和食店らしからぬカジュアルな感じだ。しかし、料理は真っ当な日本料理である。料理に対する感性が素晴らしく、ある日に出された締めの鯛茶漬けなども最高に美味しかった。値段は9～10品の1コースで、6,300円とコストパフォーマンス抜群。予約すれば、ふくなどの高級素材を用いた8,400円（要予約、11～12品）のコースもあるそうだ。早い時間は満員のことが多いが、2回観目となる9時以降は比較的空いており、遅めの時間帯に美味しい日本料理を食べたくなった時には、「龍吟」と共にお勧めの店である。



渋谷区恵比寿2-14-4 太田ビル1階 ●電話：03-3440-5572 ●定休日：日曜・祝日 ●営業時間：18時～23時 ●予算：おまかせコース6,300円（8,400円は要予約、22時以降は酒肴コース・ミニコース3,150円やアラカルト注文も可能） ●アクセス：東京メトロ（日比谷線）広尾駅2番出口を出て、右手ワインや角の通り「広尾商店街」に入る。突き当たりの寺を左へ道なりに進み、角にセブンイレブンのある「広尾5丁目交差点」の信号を渡る。小さな川を過ぎて最初の信号を右に曲がると緑の通学路表示が見える。数十メートル進むとY字路になる手前の左側（小さな児童公園向かい）。地下鉄広尾駅から徒歩6分。 ●最寄りのランドマーク：都立広尾病院（裏）、広尾商店街 ●お勧めポイント：日本料理初心者向き。遅い時間帯でもOK

肴や 味泉



太田和彦氏の「ニッポン居酒屋紀行」で知った店。後にミシュランガイドで一つ星を獲得したが、高額設定の居酒屋にしては店内が異常に狭く、肩肘が触れ合うほど窮屈。しかし、普通の居酒屋と考えればとても素晴らしく、日本酒好きや焼酎好き（黒糖焼酎が充実）には堪らない店だと思う。特に、刺身などの生ものがいい。刺身は単品注文がお勧めだが、「刺身盛り合わせ」の方がお得になっている。生もの以外のお勧めは、「おすすめ野菜の盛り合わせ」、玉葱のたっぷり入った「自家製特大さつま揚げ（小さいものも作ってもらえる）」、「特製コロッケ」、「豆腐のみそ漬け」、「極上クジラベーコン」など。店の一押し「煮穴子」は、煮穴子を更に炙ったもので、とても良くできている。しかし、この日の穴子は泥臭かったので、産地の水質に影響される穴子はお勧めではない。日本酒は純米酒にこだわった品揃えて、弘前の地酒「豊盃」の純米搾りたて生原酒、山形の「十四代」中取り純米大吟醸（お一人様一杯限定）、福島の「飛露喜」の純米吟醸生、福井の「黒龍」の純吟、埼玉の「神亀」純米などが良く、焼酎は、「百年の孤独」、「月夜の鼻」、熟成した黒糖焼酎などがいい。



●住所：中央区月島1-18-10 ●電話：03-3534-8483 ●定休日：日曜・祝日、月曜日 ●営業時間：17時半～22時半 ●予算：刺身盛り合わせ（一人前）1,500～2,000円、おすすめ野菜盛り合わせ（一人前）800円くらい、特大さつま揚げ900円、豆腐のみそ漬け600円 ●アクセス：東京メトロ（有楽町線）月島駅7番出口を出て左の「月島西仲通り商店街」へ向かう。「みずほ銀行ATM」の角を右折し、ローソンを過ぎて止まれの標識の角を左折するとすぐ。東京メトロ月島駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：月島西仲通り商店街1番街 ●お勧めポイント：日本酒が揃った下町の高級居酒屋

旬風 U R A R A



店主の正田さんは、風貌に似合わずとても勉強家のような。料理の基本を忠実に守った美味しい日本料理であるにもかかわらず、コースの最後の方に、本格的なカッペリーニや洋食を出したりする遊び心もある。また、日本酒にも造詣が深く、香りの強いものを避け、料理の邪魔をしないものを吟味して揃えている。特に、佐渡の「北雪YK35」や大阪の「呉春特撰吟醸」、福井の「黒龍特撰吟醸」などが良かった。客の半分以外は常連客のようで、店主の誠実さが常連客の心をつかんでいるようだ。コースは5,500円と7,000円の2種類あるが、初めてなら5,500円のコースでも十分満足できると思う。もしかすると、今回取材した中で、「賛否両論」とともに最もコストパフォーマンスの良い和食店かも知れない。



●住所：港区新橋5-8-5 高島ビル1階 ●電話：03-3435-0747 ●定休日：土日・祝日 ●営業時間：18時～21時 ●予算：5,500円、7,000円 ●アクセス：東京メトロ（銀座線）新橋駅、JR新橋駅の日比谷口あるいは烏森口を出ると「ニュー新橋ビル」が見える。その浜松町駅側の通りの角に「ケンタッキーフライドチキン」とパチンコ店「ビックディッパー」がある。この間の通りを浜松町側へ進み、「ホテルサンルート新橋」、工事中の環状2号線の上を過ぎると、左角に ENEOSが見える。その交差点を過ぎるとすぐ右側。新橋駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：ニュー新橋ビル、ビックディッパー、ホテルサンルート新橋 ●お勧めポイント：コストパフォーマンス抜群の日本料理店

ぎんざ 力



この店の醍醐味は、何と言っても尾札部の昆布でとった出汁であろう。日本料理店にも負けない繊細で深い味わいは、他店では体験できない至高の美味しさ。その汁が御飯にかかった「ぶっかけ御飯」は、たとえお腹が一杯であっても、締めとして外せないほど。この店でのご飯の定番は、「大根」、「じゃがいも」、「鰯のつみれ」、「新竹の子」などであるが、「くじらのさえずり」や「とまと」といった珍しいおでん種も減法旨い。特にクジラ好きの方なら「くじらのさえずり」を注文することをお勧めする。この店が更に凄いのは、おでんだけでなく、他の料理も居酒屋に負けないくらい充実しており、素材が良質で美味しい。特に、「メジマグリ」や「カワハギ」などの刺身類は、必ず注文してほしい。



●住所:中央区銀座7-6-4 ●電話:03-5568-2223 ●定休日:日曜 ●営業時間:16時~23時 ●予算:270円:大根、じゃがいも、はんぺん、420円:新竹の子、470円:鰯つみれ、とまと、1,780円:くじらのさえずり ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸の内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て直進し、2つめの「フェラガモ」ある交差点を右折。右側の交詢ビルディングを見ながらの2つめの交差点を左折するとすぐ右。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:交詢ビルディング ●お勧めポイント:だし汁が最高のおでん店

銀座あさみ



京料理の店だが、この店のお勧めは「鯛茶漬け」。鯛料理専門店なども含め、いろいろな店の鯛茶漬けを食べてきたが、僕が美味しいと思ったのはこの店と「賛否両論」くらい。切られた鯛は、ゴマ醤油に浸った状態で小鉢の中に入れて出てくる。これをかき混ぜてタレと共に御飯にのせ、擦りたての山葵をのせてお茶を注ぐと最高に美味しい!但し、鯛茶漬けの単品は、お昼のランチでしか食べることができない。もちろん、夜の京料理のコースでも、最後の御飯に鯛茶漬けが出されるが、あくまでもお勧めは鯛茶漬け。お昼の鯛茶漬けには、小鉢、お新香、モズク酢、お菓子がつく。鯛茶漬けだけでは物足りないという方は、前日までの予約で「鯛茶漬けとお弁当のセット」が頂ける。但し、短時間で客が入れ替わる昼のランチタイムは、心地よいサービスは望めない。また、人気店なので、昼は予約が必須。個室だけでなくカウンターもあるので、1人飯にもいい。



●住所:中央区銀座8-16-6 ときわ館1階 ●電話:03-5565-1606 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:11時半~14時、17時~22時 ●予算:昼のみ:鯛茶漬け1,500円、鯛茶漬けとお弁当のセット3,500円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅1番出口を出て直進し、「新橋玉木屋」の信号を汐留方面(海側)へ渡る。「宮越屋咖啡店」を過ぎ、「三井ガーデンホテル」前の歩道橋を登り、シェル石油ガソリンスタンドのに入った「銀座COMビル」の直進側階段へ降りる。更にアップルパークの見える汐留側に進み、コンビニ「ポプラ」を過ぎた角を左折してすぐ。東京メトロ・JR新橋駅から徒歩8分。②(都営大江戸線)築地市場駅A3番出口を出て右へ進み、黒い扉の「東京吉兆」の交差点を左折。しばらく直進すると右。(都営大江戸線)築地市場駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:三井ガーデンホテル(RICHO)、東京吉兆 ●お勧めポイント:鯛茶漬けが旨い!

赤坂 詠月



赤坂の飲み屋街のビルに入っている店の扉を開くと、その狭さにびっくり。席数が僅か10席しかないのである。このような小規模で本格的和食店は、神戸版で掲載した芦屋の「食楽 板垣」くらいしか思い当たらないが、この店は板垣よりも更に狭くて小さい。日本料理店には、「吉兆」や「菊乃井」のような遊び心があり、華のあるタイプと、「招福楼」や「京味」のように、素材力を引き出すために余分なものを削ぎ落とし、シンプルな料理を出すタイプとがある。この店の料理は後者で、地味だけに評価が分かれると思うが、実直で熱心な店主の情熱が料理に表れている。お昼はランチメニューだけなので、コースを味わえるのは夜のみ。当日予約だと8,400円と10,500円の2コースのみだが、前日以前の予約なら12,600円の高いコースも頂ける。8,400円のコースでも十分満足できる内容となっており、日本酒や焼酎などのお酒が比較的揃っている点もいい(メニューに載っていない日本酒もあるので、要確認)。しかし、雰囲気重視する方や接待、デートなどには向かない。



●住所:港区赤坂3-11-7 ソシアル赤坂ビル4階 ●電話:03-6277-6293 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:18時~23時(ランチは月曜から金曜の11時半から13時半まで) ●予算:夜:8,400円、10,500円 ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線、銀座線)赤坂見附駅のエスカレーターを上り、ベルビー赤坂1階に出る。赤坂エクセル東急ホテルが見える広い外堀通りとは逆の右の裏通りに出て左へ。「赤坂アルトビル」を過ぎ、「三菱東京UFJ銀行」を過ぎ、「サンクス」を過ぎるとすぐ右のビル。東京メトロ赤坂見附駅から徒歩4分。●最寄りのランドマーク:ベルビー赤坂、三菱東京UFJ銀行 ●お勧めポイント:赤坂の飲み屋街にあるハイコストパフォーマンスの和食店。

ラ・ボンバンス La BOMBANCE



“La BOMBANCE”とはフランス語で“ご馳走”という意味らしいが、フランス料理店ならともかく、日本料理店らしかぬネーミングである。ミシュランでは一つ星を獲得し、新日本料理にジャンル分けされている。店は人通りの少ないビルの地下にあり外からは看板が目立たないため、よほど注意しなければ通り過ぎてしまうほど。しかし、目立たない外観とは裏腹に、階段を下りて中に入ると、そのモダンジャパネスクともいえるシックなインテリアに感嘆。トイレの入り口などは、外人受けしそうな茶室のにじり口をイメージしたものとなっている。席は長いカウンター席(一部が対面式)がメインで、横には半個室の4人掛けのテーブル席がある。テーブルには葉書型のメニューが添えられているが、読んでみても謎々クイズのようになっていて、想像力をかき立てるような仕掛けである。例えば「33b ao10 bar°C」は「炭火・青唐辛子・地鶏(パード)焼き」といった具合。料理は確かにエスニック的な要素もあるが、真っ当な美味しい日本料理に仕上がっており、料理長である岡元さんの技術の高さが窺える。このエリアでこの雰囲気とこの料理レベルを考えると、かなり満足度の高い良質な店だ。



●住所:港区西麻布2-26-21 ニューシティーレジデンス地下1階 ●電話:03-5778-6511(受付は12時以降) ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:18時~21時 ●予算:コース10,800円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅2番出口を出て西麻布方面へ進み、「明治屋」、「zaboo」を過ぎ、西麻布交差点の信号を「三菱東京UFJ銀行」側に渡る。直進してしばらく進むと「FUJI FILM」のビルが見えるので、その手前のビル(小さいオレンジの看板が目印)。東京メトロ六本木駅から徒歩10分。●最寄りのランドマーク:FUJI FILMビル ●お勧めポイント:ニューヨークにありそうな新日本料理店

虎 白



当初、ミシュラン三つ星和食店「神楽坂 石かわ」を取材する予定だったが、なかなか予約が取れなかったため、食べログで「石かわ」よりも評価の高い「虎白」に変更。この和食グループは、フラッグシップの「神楽坂 石かわ」を筆頭に、新しい日本料理を追求する「虎白」と炭火焼きなど素材の味を追求する「蓮」の3店から成る。ちなみに、3店の価格帯にそれほど大きな差はない。「虎白」は入口近くのカウンター席と右奥のテーブル席からなり、個室はないものの、伝統的な和の趣に現代的なセンスが上手くマッチしてとてもいい雰囲気。料理はトリュフやフォアグラなど洋の素材を積極的に使用し、新しい日本料理の可能性を追求している。しかし、未だ「龍吟」ほどの完成度はなく物足りないところもあるが、料理長は若くとても意欲的な人物だけに将来が楽しみだ。



●住所: 新宿区神楽坂3-4 ●電話: 03-5225-0807 ●定休日: 日曜・祝日 ●営業時間: 17時半~22時半
 ●予算: コース13,000円、15,000円、17,000円 ●アクセス: 東京メトロ(東西線、南北線、有楽町線、大江戸線)神楽坂駅のB3出口を出て、早稲田通りを右へ上る。「ファミリーマート」、「天下一品」を過ぎ、左に「松屋」、「牛鍋ますだや」が見えたら、その角を左折。すぐ右側に牛のマーク「ASADOR EL BUEY」が見えるので、その隣の新しい建物。飯田橋駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク: 松屋 ●お勧めポイント: 斬新さや新しい可能性を追求する日本料理

一 郎 彦 (いっしょくた)



エレベーターで2階に上がり、左奥の店の前に立つと看板がない。入るのにちょっと勇気要るが、入り口を開けると普通のカウンター居酒屋のような雰囲気。基本的にはカウンター12席のようだが、奥だけは対面式のテーブル席のような構造になっているようだ(4席?奥なのでよく見えなかった)。席につくとまずは飲み物を聞かれる。生ビールを注文すると、プレミアムモルツがピアグラスのような小さな銅容器で出される。この出し方からして、店主の食に対するこだわりが半端でないことが伝わってくる。この後に食べられないものや苦手食材などを聞かれるが、この店にはそもそもメニューというものが無い。店主の任せ一本なのである。とは言っても、メインの魚料理と肉料理、そして締めの御飯に関しては選択できる。一口にこの店の素晴らしさを伝えるなら、とにかく厳選された素材の旨みが際だっていることだ。塩加減や火の通し方はほぼ完璧で、どの品も店主のセンスを感じさせる。また、店主がほぼ1人で調理しているにもかかわらず、料理はとてどもテンポ良く出される点も高評価。まずは、酒のあてに最適な小皿が何品か続き、そしてメインディッシュとなる。クライマックスを飾るメインディッシュは魚と肉であるが、この店に来たのならこれら全てを平らげなければ意味が無い。なので、小食な方は量を調整してもらおうか(たぶん値段は変わらないかも)、食べてくれる大食漢の方と一緒に行くべきであろう。魚はその日に仕入れたものの中から「焼き魚」か「煮魚」を選択できるが、お勧めは「ノドグロの焼き」。どうしても煮魚を食べたい方は「キンキカキンメダイの煮付け」が良いだろう。そして肉は是非「ビーフカツ」を注文してほしい。サクッとした衣とミディアムレアの肉は旨味十分で最高である。お腹に余裕のある方は、ビーフカツと一緒に「鱈フライ」も注文してほしい。締めの御飯でこの日僕がチョイスしたのは「ウニの混ぜ御飯」。濃厚なウニとトピッコの食感が絶妙で、一緒に出された「岩のりの味噌汁」との相性も抜群だった。気さくに話してくれる店主の人柄も良く、僕が東京に住んでいたら週一くらいのペースで行きたい店である。コース1人当たりの値段はおよそ1万円くらいだが、素材や料理の内容を考えると、その倍を支払っても納得できる満足感がある。なお、店内は禁煙であるのでご注意ください。

●住所:港区西麻布1-10-16 西麻布ロイヤルビル2階 ●電話:03-3746-2877 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:19時~24時 ●予算:1万円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅2番出口を出て、「明治屋」、「zaboo」を過ぎ、さらに「ファミリーマート」、「ハレノヒ」の角を右折。2つめの交差点を左折し、左側に見える白い4階建て飲食店ビル2階。地下鉄六本木駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:明治屋 ●お勧めポイント:美味しいつまみを食べた最高のメインディッシュという大食漢理想の paradises

ながずみ



赤坂にあるカウンターだけの小さな日本料理店。店内に入るとコの字のカウンターが広がり、客の中心にあたるカウンターのなかで店主が料理を作るという趣向である。福岡県の長住(ながずみ)出身の店主は未だかなり若く、和食店では珍しい長髪。聞くところによると、彼はミシュランで星を獲得した最年少のオーナーシェフらしい。料理はコースのみであるが、途中でおでんが出るところが面白い。中でもF1和牛(和牛:今回は赤牛とホルスタインの一代交配種)の焼きが特に美味しかった。そして、最後の締めを飾る鯛味噌御飯とお茶漬けもさっぱりとしていて良かった。酒の種類が少ないのが欠点だが、コースの値段を考えるとコストパフォーマンスは悪くない。



- 住所:港区元赤坂1-5-3 ●電話:03-5410-1919 ●定休日:不定休 ●営業時間:18時~22時半 ●予算:7,000~10,000円 ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線、銀座線)赤坂見附駅の元赤坂口:8出口を出て右へ外堀通り沿いに進み、すぐに左折。そしてまたすぐに右折するとすぐ左側。東京メトロ赤坂見附駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:ベルビー赤坂 ●お勧めポイント:若い料理人が作るモダンな日本料理

新橋の日本酒「酒仙 しんばし光寿(こうじゅ)」、「酏(もと)」



新橋には「酒仙 しんばし光寿(こうじゅ)」と「酏(もと)」いうサラリーマンに人気の日本居酒屋がある。「しんばし光寿」は約40種類、「酏(もと)」は約30種類の日本酒がラインナップされている。両店の大きな違いは、「しんばし光寿」が純米酒を中心とした有名蔵の酒が定番として揃っているのに対し、「酏(もと)」では聞いたことがない小さな蔵を中心とした酒が揃っており、それを固定せずに入れ替えるシステム。とくに「酏(もと)」は非常に狭く、10人も入れれば満員状態である。両店ともこのエリアにしては日本酒の価格設定が高めで、食べ物のメニューもそれほど多くはないが、どちらかといえば「しんばし光寿」の方が品数は揃っている。しかし、「酏(もと)」にはアラカルト以外に4,500円のコース料理(土鍋御飯付きは5,500円)もある。また、「しんばし光寿」では靴を脱いで上がり、席は掘りごたつ風になっているのでくつろげる。さらに、金銭的に問題がなければ、ここでしか飲めない大吟醸「辻寛文」もぜひ飲んで頂きたい。



- 【酒仙 しんばし光寿】●住所:港区東新橋1-2-17 下島ビル地下1階 ●電話:03-3575-0939 ●定休日:土日・祝日、土曜は不定休 ●営業時間:17時半~23時半 ●予算:6,000円~7,000円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅から「ゆりかもめ新橋駅」側に向かう。2C出口を出て、広い第1京浜を左へ浜松町方面に向かうと10m。新橋駅から徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:ゆりかもめ新橋駅
- 【酏】●住所:港区新橋3-16-22 池野6号ビル2階 ●電話:03-6459-0467 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:月曜~金曜:16時~22時半、土曜:16時~21時 ●予算:6,000円~7,000円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅の日比谷口あるいは烏森口を出ると「ニュー新橋ビル」が見える。その浜松町駅側の通りの角に「ケンタッキーフライドチキン」とパチンコ店「ビックディッパー」がある。この間の通りを浜松町側へ進むとすぐ左側。新橋駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:ニュー新橋ビル、ケンタッキーフライドチキン ●お勧めポイント:新橋で日本酒を飲むならこの2店

流石(さすが)本店、銀座うどん 流石 琳



本来は蕎麦うどんの店であるが、今回は居酒屋としての紹介である。店主は神田で蕎麦店「いし井」を開店し、その後修善寺へ店を移転して「朴念仁」を開いた。修善寺に宿泊した折に僕も訪れたことがあるが、とにかく混んでいたこと、「桜海老のかき揚げ」と「焼き味噌」、「だし巻き玉子」などが美味しかった記憶があるだけ。残念ながら蕎麦は、極細ということ以外特に印象に残らなかった。この店が銀座に移転して「流石」という店を開いたと聞きつけ以前に一度訪れてみたが、印象は同じだったように思う。その後訪れることがなくなったが、永田眼科の黒田先生に居酒屋としての使い方を教わり、今回再度訪問することに。「流石」のあった昭和通り沿いのビルの地下には、現在は手打ちうどんの姉妹店「銀座うどん 流石 琳」ができ、「流石」は2本裏通りに「流石本店」として移転した。両店では蕎麦も含めてほぼ同じものが食べられるが、「銀座うどん 流石 琳」では「うどん」や「うどんすき」も食べられ、こちらの方が「流石本店」よりも価格が安めに設定されている。前述のように、両店とも蕎麦やうどんだけを食べに行くような店としてのお勧めではないが、比較的夜遅くまでやっていてワインや日本酒などが飲めるので、2軒目にお酒を飲みながら食べるという使い方なら良いと思う。蕎麦は蕎麦100%の極細の生粉打ちで美味しいが、汁が弱いことが全体のバランスを悪くしている。本枯れ節なのだろうか、汁はとてもスムーズで良いが、(塩)辛さや甘みに欠ける。むしろ飲んだ後で頂くなら「銀座うどん 流石 琳」の方の「細打ちざるうどん」がお勧め。稲庭うどんよりも強いコシがあり、汁もイロコ出汁のような香りがして上手くマッチしている。



【流石(さすが)本店】

●住所:中央区銀座2-13-6 東二ビル2階 ●電話:03-3543-0404 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:11時半~14時、17時半~23時半 ●予算:5,000円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B2番出口を出て築地側に向かう。広い昭和通りの信号を渡り、工事中の歌舞伎座に向かわず、「PRONTO」前の歩道を左へ曲がる。「ピックアップ」,「QBHOUSE」の交差点角右折し、「函館らーめん 船見坂」を過ぎ、2つ目の角を左折するとすぐ左。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩10分。 ●最寄りのランドマーク:ホテル銀座ダイエー

【銀座うどん 流石 琳】

●住所:中央区銀座1-19-12 理研ビル地下1階 ●電話:03-3567-0188 ●定休日:月曜 ●営業時間:火曜~土曜:12時~15時、17時半~21時半、日曜・祝日:12時~20時半 ●予算:5,000円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B2番出口を出て築地側に向かう。広い昭和通りの信号を渡り、工事中の歌舞伎座に向かわず、「PRONTO」前の歩道を左へ曲がる。「クロネコヤマト」の前を過ぎ、歩道橋を過ぎると中華料理店「菊風」が見えるがその並び。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩12分。 ●最寄りのランドマーク:京橋ブラザ、銀座ラフィナート ●お勧めポイント:両店とも飲んで締めに蕎麦やうどんという居酒屋的な使い方がお勧め

銀座 ささ花



学会場である東京国際フォーラムから最も近く、日本酒が美味しい和食店である。地下に降りると、手前にカウンター席が8席、奥にテーブル席と小上がりがある。料理はどれも美味しく関西風の味付け。料理だけ食べていると、京都の割烹で食べているような錯覚にとられる。日本酒は吟醸と大吟醸がほとんどだが、日本酒の価格設定はこのエリアにして至極妥当なもの。この日良かったのは熊本の「香露 大吟醸」と山口の「彌祭(だっさい)大吟醸」。しかし、アラカルトの料理は一品一品の量が少なく、コストパフォーマンス的には良くない。しかしながら、学会場近辺で美味しいものを食べて日本酒を飲むにはうってつけの店である。



●住所:中央区銀座1-4-9 第1田村ビル地下1階 ●電話:03-3561-3761 ●定休日:無休 ●営業時間:平日:17時~22時半、土日・祝日:12時~15時のランチ営業あり、17時~21時 ●予算:お任せコース6,300円~12,600円、太刀魚いぶし焼き1,680円、牛すじ840円 ●アクセス:①JR有楽町駅・国際フォーラム口を出て、国際フォーラム手前を右に曲がると、「無印良品」が見える。高速の下を通り、外堀通りを渡って沖繩ショップ「わした」を過ぎて進むとすぐ左側。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B4番出口を出て「テイジン・メンズショップ」、「GAP」の角を右折し、「和光・並木館」、「SUBWAY」、「東京電力銀座支社」、「MIKIMOTO_Ginza_2」、「銀座ベルビア館」を過ぎた次の交差点を左折するとすぐ右側。JR有楽町駅(東京国際フォーラム)、東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:銀座ベルビア館、フランチ銀座 ●お勧めポイント:学会場である東京国際フォーラムから最も近い日本酒の美味しい和食店

銀座 しまだ



新橋の「イタリアンバルピッコロ」が激安の体育会系立ち飲み店とすれば、こちらは上質でワンランク上の立ち飲み居酒屋である。黒板のメニューを見ると、「おぼんざい」中心のメニューが並び、中には僕の食欲をくすぐる品々も多数。料理は居酒屋というよりほとんど割烹レベルに近い。お勧めは「ズワイガニコロッケ」や「伊勢エビジュレ」、手打ちの「からすみそば」など。また、僕がまだ食べたことのない「からすみそば」のパワーアップ版「パチコ(くち)そば」のお値段は何と6,000円である。立ち飲みスペース以外には4人掛けのテーブル席が1つだけあり、3~4名ならテーブル席を予約することも可能。



●住所:中央区銀座8-2-8 高坂ビル1階 ●電話:03-3572-8972 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:17時~23時 ●予算:ズワイガニコロッケ1,000円、伊勢エビジュレ1,600円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅銀座口を出て、カラオケBIGECHO向かい「天久利」、「まぐる市場」側に渡る。高速の下をくぐり、静岡新聞ビルを過ぎる。「アシックス」の信号を左折し、中華料理の「維新號」を右折して小路を進むとすぐ左。新橋駅から徒歩3分。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「フェラガモ」、「とらや」の前を通り、赤褐色の建物「資生堂ビル」の交差点を右折。しばらく直進して「和蘭豆」を過ぎてすぐの小路を左折。少し進むと右側に。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩6分。 ●最寄りのランドマーク:静岡新聞ビル、資生堂ビル ●お勧めポイント:ワンランク上の上質な立ち飲み居酒屋

フレンチ、フレンチダイニングバー、ステーキ

アピシウス APICIUS



今でも自らグラン・メゾンと名乗っているが、高橋シェフがいた頃のワクワクするような輝きは感じられない。ダイニングスペースもテーブル間隔も、以前より少し狭くなった。できれば、バー・スペースをなくしてもダイニングスペースをもう少し広くしてほしいものだ。しかし、サービス陣はさすがに素晴らしく、若本シェフの料理もハズレのない手堅い味。かつてのようなクラシックな重厚感を感じられず、どちらかという、軽い現代的なフレンチに仕上がっている。



●住所：千代田区有楽町1-9-4 蚕糸会館地下1階 ●電話：03-3214-1361 ●定休日：日曜 ●営業時間：11時半～14時、17時半～21時 ●予算：ランチ：5,000円、8,000円、ディナー：12,600円、16,000円、21,000円 ●アクセス：①東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て、左の反対方向(日比谷側)に向かう。ペニンシュラホテル東京の手前角を右折し、ペニンシュラホテルの隣のビル東京メトロ銀座駅から徒歩2分。②JR有楽町駅日比谷口を出て信号を渡り、日比谷方面へ進む。すぐに左にペニンシュラホテル東京、右に蚕糸会館ビルが見える。JR有楽町駅から徒歩2分、東京国際フォーラムから徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：ペニンシュラホテル東京 ●お勧めポイント：クラシックな本格的フレンチ

ル・マノアール・ダスティン Le Manoir D'HASTINGS



シェフの五十嵐さんは、勝どきにあった「オー・シザール」のシェフをかきわきりに、旧「CLUB NYX」、「アンフォル」を経て、現在の「ル・マノアール・ダスティン」を開店した。さらに、銀座8丁目にあった同店は、現在の地に移転して3年目を迎えた。僕は勝どきの旧「CLUB NYX」で食べて以来、今回、五十嵐シェフの料理を食べるのはおよそ20年ぶり。20年以上を経た彼の料理は、今なお色あせておらず、スペシャリティ「人参のムースとコンソメジュレ・ウニ添え」の三重奏はやはり美味しかった。この料理は、彼の弟子がやっている恵比寿の「レストラン・ヒロミチ」や赤坂の「シュマン」、元麻布の「ボン・ピナル」でも食べることができるが、まずはこの店のオリジナルを食べてみてほしい。ワインリストは、姉妹店ワインバー「カーヴ・デ・ヴィーニュ」ほどの品揃えではないが、ワイン価格はフランス料理店としてはかなり良心的である。デートや接待など、華やかさが求められるときには「ASO」や「アロマフレスカ」の方が良いと思うが、家族や友人など、美味しい料理を食べながら良質なワインを飲みたいときにはお勧めしたい。但し、厨房の喧嘩が店内に伝わる構造になっているので、開店時の客の少ない静かな時間帯は避けた方がいいかも。



●住所：中央区銀座6-5-1 MSTビル 地下1階 ●電話：03-5568-7121 ●定休日：無休 ●営業時間：11時半～14時、18時～21時 ●予算：ランチ：3,600円、4,800円、6,500円、ディナー：8,500円、10,500円、13,000円 ●アクセス：東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B6、B7番出口を出て左へ進み、「エルメス」と「ユニビル」の間の通りを左折。「TAG Heuer」の向かいにあり、通りを挟んだ右角「Brioni」の入ったビル。東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク：ソニービル ●お勧めポイント：ワイン価格が安く、コストパフォーマンスの良いフレンチ店

ヌガ Le Nougat



銀座や渋谷のワインバー&レストラン「シノワ」と同じグループが経営するビストロ。そのため、ビストロにしては比較的に品揃えが良く、リストの中心は手頃な南仏ワイン。仏パリでビストロやブラスリーの定番と言えば、タルタルステーキ、ステーキ&フレンチポテト、クスクス、スープ・ド・ポワソン、ラム酒入りデザートのパバなどが、この店は、日本にいながら手頃な値段で、これらパリのビストロメニューを楽しめる。しかし、有名フレンチ店のような洗練された味わいや美しい盛りつけというわけではないので、ビールやワインを飲みつつ、パール感覚で使うのがお勧め。特に、「砂肝のコンフィ」、「桜肉のタルタルステーキ」、「フォアグラのソテー（もしくはテリーヌ）」、「オマールエビとアボガドのサラダ」、「カスレ」などが美味しい。テーブルにはマスタードが置かれており、これを肉やソーセージだけでなく、ステーキに添えられるフレンチポテトにつけても旨い。今回食べることができなかったが、7日前からの予約で「短角牛のロースト（5〜6人前で23,800円）」や「プレス鶏丸ごとコースト（3〜4人前で16,000円）」が頂けるそう。定番メニューの中には、日本のビストロならではの「奥久慈卵のハーブオムライス」なるものもある。さらに、マダムフレンドリーなサービスも素晴らしい。



●住所：中央区銀座6-12-2 東京銀座ビル1階 ●電話：03-6254-5105 ●定休日：無休 ●営業時間：平日17時半〜翌1時、土曜12時〜翌1時、土日・祝日12時〜22時 ●予算：桜肉のタルタルステーキ1,980円、オマールエビとアボガドのサラダ2,800円 ●アクセス：東京メトロ（銀座線、丸ノ内線、日比谷線）銀座駅A5番出口を出て、3つ目の角「銀座シネパドス」裏の角を右折し、「VOLLOCE」を過ぎると右に見えるオレンジ看板の店。東京メトロ銀座駅（4丁目交差点）から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：日産ギャラリー、銀座シネパドス ●お勧めポイント：パリのビストロそのままのメニュー

サラマンジェ・ド・イザシ・ワキサカ Salle a manger



店の入り口には、料理の鉄人の店のような大きな写真が。この種の店では美味しかったためしがないだけに、不安を覚えつつも地下への階段を下りる。店内は意外と狭く、シェフの姿が見えるオープンキッチン。料理はビストロメニューながら、とても美味しくボリュームもあり、ワイン価格も比較的安いので、ワインを飲みながらシェアして食べるスタイルが良いだろう。「貧乏人のフォワグラのパテ」、「サラディエ・リヨネ」、「カワマスのクネル」、「パヴェットのソテー」など、どれもビストロにしては高いレベル。



●住所：港区虎ノ門1-11-5 森谷ビル地下1階 ●電話：03-6903-6730 ●定休日：日曜、祝日の月曜（振替休日を含む） ●営業時間：17時〜23時 ●予算：貧乏人のフォワグラのパテ900円、カワマスのクネル2,500円 ●アクセス：東京メトロ（銀座線）虎ノ門駅1番出口を出て、「三菱東京UFJ銀行」、「三島珈琲」を過ぎ、「岡三証券OKASAN ASIA CENTER」角を右折。「マクドナルド」を過ぎ、「サンドラック」角を右折。次の「Times駐車場」裏の角を左折し、すぐに韓国料理店「とんまま」の小路を右折すると、すぐ右に大きなシェフの写真が見える店。東京メトロ虎ノ門駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：岡三証券OKASAN ASIA CENTER ●お勧めポイント：夜遅くまでやっているこのエリア最上のビストロ

ヌーヴェル・エール Nouvelle Ere



英語で表現するなら「New Era(新しい時代)」と言う名のこの店は、4年連続ミシュラン一つ星を獲得しているらしい。店内に入ると中は意外と狭く、2人用のテーブルが中心。全部合わせても24席しかなく、最大11名までのグループにしか対応できないとのこと。窓からは旧東京駅が真正面に見え、ロケーションは悪くない。料理は今流行の軽めのフレンチで、素材の組み合わせや火の通し方もいい。また、盛りつけの美的センスもなかなか。加えて、ソフト系パンと無塩バターにのった炭塩の組み合わせも面白い。基本的に無休だが、毎週火曜は宮崎シェフが休みであることと、小学生以下は入店不可であるのでご注意ください。



- 住所:千代田区丸の内1-5-1 新丸の内ビル5階 ●電話:03-5224-8070 ●定休日:不定休(新丸の内ビルに準じる)
- 営業時間:11時~13時半、18時~21時 ●予算:ランチ:3,800円、6,500円、10,000円、ディナー:8,000円、13,000円 ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線)東京駅、JR東京駅の丸の内北口を出て、「丸の内オアゾ」隣の正面のビル。駅の地下道からも直結。東京駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:東京駅丸の内北口 ●お勧めポイント:学会場からも徒歩で行ける良質フレンチ。ランチがお得

レストランひらまつ 広尾



今からおよそ30年前の1980年に「クラブ・デ・トラント」という街場のフレンチ・シェフの会が結成され、この頃から日本フレンチの流れは、ホテルから街場レストランへと変革期を迎える。この頃の平松シェフの店と言えば、西麻布「ひらまつ亭」1軒だけであったが、今や、イタリアンの「アルジェントASO」、名古屋と東京の「オーベルジュ・ド・リル」、札幌の「ル・バエレンタル」など、27店舗展開をするレストラングループにまで成長した。これらレストランは、他の有名グループ店と異なり、顧問などの名目でシヤギ貸しをしていない直営レストランであるというから凄い。今年、ミシュラン一つ星のバリ店に行ってみたが、二つ星にしてはいいくらいサービスも素晴らしく美味しかった。この広尾本店の料理もバリ店同様、クラシックな面影を残しつつも、現代的な手法を取り入れて洗練された味に仕上がっている。特に、オマールエビに香り付けした料理やスペシャリティの「仔羊のラメル」、「フォアグラのキャベツ包みトリュフソース」などは、ぜひ一度は味わっていただきたい料理。なお、パリのブラスリーでは、地下に厨房を持つ店を見かけるが、この店の厨房は、なんと！レストラン最上階の4階(メインダイニングの上)にある。東日本大震災以降、食材の仕入れの関係で、ひらまつ全店が統一メニューとなってしまった。これでは各レストランの個性がなくなってしまう、出かけるモチベーションが下がってしまうので、早く元の形態に戻してほしいと願う。



- 住所:港区南麻布5-15-13 ●電話:03-3444-3967 ●定休日:無休 ●営業時間:12時~13時半、18時~20時半 ●予算:ランチ:6,300円、8,400円、ディナー:9,500円、15,000円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)広尾駅の1出口を出て左へ。信号を渡らず角を左折し、「みずほ銀行」前を過ぎ、レンガ色のマンションを挟んだ隣のビル。東京メトロ広尾駅から徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:みずほ銀行 ●お勧めポイント:クラシックでありながら最先端の洗練されたフレンチ

レフェルヴェソンス L'Effervescence



最新版のミシュランでは一つ星となったが、来年は二つ星以上を獲得できる期待のフレンチ店。というのも、若き生江(なまえ)シェフの作る料理のイメージが、ミシュラン最年少で三つ星を獲得する前の白金「カンテサンス」岸田シェフのイメージに近いからだ。別に料理が似ているわけでもなく、抽象的ではあるが、美味しさから受けるインプレッションが似ている。彼は元々北海道の「ミッシェル・プラス トーヤジャポン」からスタートしたそうだが、「ミッシェル・プラス」ともどこか異なり、料理は軽めでありながら彼独自のテイストに仕上がっている。店のロケーションも素晴らしく、半個室のボックス席もある。地下にはキッチンと8名~14名まで入る完全個室があり、50インチクラスのモニター付きなので、企業の説明会やミニ講演会など、いろいろの用途にも使えるのだ。



●住所:港区西麻布2-26-4 ●電話:03-5766-9500 ●定休日:月曜(祝日の場合は営業) ●営業時間:12時~14時、18時~21時 ●予算:ランチ:4,800円、7,500円、ディナー:15,750円(完全個室は4名以上なら使用料無料) ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅2番出口を出て西麻布方面へ進み、「明治屋」、「zaboo」を過ぎ、西麻布交差点の信号を「三菱東京UFJ銀行」側に渡る。直進してしばらく進むと「FUJI FILM」のビルが見えるので、その信号の三叉路をビルの裏通りへ右折する。進むとお寺の山門に突き当たるので、道なりに右折。再び突き当たるので、その手前右側の小綺麗な建物。東京メトロ六本木駅から徒歩13分。 ●最寄りのランドマーク:FUJI FILMビル ●お勧めポイント:ミシュラン三つ星級の洗練されたフレンチ

オルタシア hortensia



ドアを開けると、そこは地下とは思えないほど天井が高く、とてもスタイリッシュな空間が広がっている。この店の特筆すべきは昼のランチタイム。何と、前菜やメイン、デザート中から、どれでも4皿選べて4,750円なのだ。つまり、大食いの方ならメイン4皿ということも可能なのである。この価格で採算がとれるのかどうか、こちらの方が心配になるほど。料理自体は凄く美味しいというほどではなかったが、値段を考えればかなりお得で、サービスも悪くない。また、個室は完全個室になるので、5~6名揃ったら個室で食べるのがお勧め。なお、店内は全面禁煙であり、月に1度の日曜日に乳幼児を連れて入店可能な「KIDS DAY(年齢に応じたメニューもあり)」があるのも、ヤング・ママやパパにとっては嬉しい。



●住所:港区麻布十番3-6-2 NS麻布十番ビル地下1階 ●電話:03-5419-8455 ●定休日:不定休 ●営業時間:12時~13時半、18時~22時 ●予算:ランチ:4,750円、ディナー:8,400円、12,600円 ●アクセス:東京メトロ(南北線)、都営地下鉄(大江戸線)麻布十番駅の1番出口を出て、東京都民銀行の角を右に曲がり、3つめの角「ハート動物病院(三喜ビル)」を左に曲がると、右に見える「大連餃子基地」が入っているビル。手前横の小路を入ると階段、エレベーターあり。東京メトロ麻布十番駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:東京都民銀行 ●お勧めポイント:ランチがベスト・コストパフォーマンスのフレンチ。夜遅めの食事が可能。乳幼児入店可能なKIDS DAYが、月に1回日曜日にあり

●住所:港区麻布十番3-6-2 NS麻布十番ビル地下1階 ●電話:03-5419-8455 ●定休日:不定休 ●営業時間:12時~13時半、18時~22時 ●予算:ランチ:4,750円、ディナー:8,400円、12,600円 ●アクセス:東京メトロ(南北線)、都営地下鉄(大江戸線)麻布十番駅の1番出口を出て、東京都民銀行の角を右に曲がり、3つめの角「ハート動物病院(三喜ビル)」を左に曲がると、右に見える「大連餃子基地」が入っているビル。手前横の小路を入ると階段、エレベーターあり。東京メトロ麻布十番駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:東京都民銀行 ●お勧めポイント:ランチがベスト・コストパフォーマンスのフレンチ。夜遅めの食事が可能。乳幼児入店可能なKIDS DAYが、月に1回日曜日にあり

ラシェリール



店内はやや狭く、テーブル席のボックスが18人だけのブティレストラン。ご夫婦だけでやっている店なのだろうか？この日見かけたのは、サービス担当のマダムと帰りに挨拶してくれたシェフのみ。どちらかという、僕はローズマリーやタイム、ミントなどのハーブ類は苦手な方だが、この店の料理はハーブの使い方が絶妙で、どれもとても満足できるものだった。特に、ライ麦入りの天然酵母パンがとても美味しく、マダムの説明や笑顔のサービスもほぼ完璧。シェフは未だ若く、今後更なる進化が期待できそうだ。値段を考えると、かなりお得なレストランである。



- 電話:03-5789-4450 ●定休日:水曜日 ●営業時間:12時~13時半、18時~20時半 ●予算:ランチ:2,800円、3,800円、5,800円、ディナー:6,800円、9,500円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)広尾駅の1出口を出て左へ。「三菱東京UFJ銀行」側へ信号を渡り、天現寺交差点へ向かう。歩道橋のある天現寺交差点を左へ曲がり、「The New SANNO」、「焼肉 さらく亭」を過ぎ、「光林禅寺」の信号を渡る(高速下を通る)。更に「長寿庵」を過ぎて進むと左にある。東京メトロ広尾駅から徒歩10分 ●最寄りのランドマーク:天現禅寺、光林禅寺 ●お勧めポイント:コストパフォーマンスの優れた、洗練されたフレンチ

ページュ BEIGE アラン・デュカス東京



「ページュBEIGE」は、フランスの高級ブランド「シャネル」とフランス料理界の巨匠「アラン・デュカス」のコラボにより誕生したフレンチ店である。この店の名前になっている「ページュ」とは、実は「シャネル」のメインカラー。店内の椅子もこの色で統一されている。シャネルビルの横に専用受付とエレベーターがあり、エレベーターを降りると吹き抜けの高い天井が広がっている。日本橋~晴海にかけては2階分の壁側全面がガラス窓になっている。レストランは入り口側のエリアと少し低くなっている窓側のエリアの2つに分かれているが、お勧めはもちろん窓側エリア。完全個室こそないが、パーティションで区切られた半個室がある。前回のグルメバイブルでは掲載しなかったが、2010年から元「ブノワ」の小島シェフが総料理長として就任し、すこぶる美味しくなったということを開き再訪問。確かに、今流行の軽く見栄えのするフレンチとは一線を画し、中身がしっかりと洗練されたフレンチである。料理はどれも野菜の旨味や素材の食感にメリハリが感じられ、ソースも輪郭がはっきりしている。最後に飾るデザートの特製「カレ・シャネル」や香り高いエスプレッソに至るまで、全く文句のつけようのないくらい出来。特に、ランチタイムの8,000円のプリフィクスコース(ワインの付かない方は、かなりのお得感がある。恐らく、今回の取材エリアの中ではナンバーワンのフレンチ店であろう。但し、サービスの方はそつが無いが微笑みがなく、どこか昔のホテル的である。パリの三つ星店に行くと、驚くほどの笑顔と素晴らしいサービスで出迎えてくれるが、この店もこの点さえ解消できれば、ミシュラン三つ星獲得は間違いないと確信する。



- 住所:中央区銀座3-5-3 シャネル銀座ビルディング10階(マロニエ通りに入り口) ●電話:03-5159-5500 ●定休日:月曜、火曜、夏季(8/1~9) ●営業時間:日曜、水曜:11時半~14時半、18時~23時半、木曜~土曜:18時~20時半 ●予算:ランチ:5,000円、8,000円、12,000円、ディナー:13,000円、17,000円、22,000円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A9番出口を出て京橋方面に進む。「アップル」、「吉野家」を過ぎてすぐ左角のビル。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:松屋銀座、アップル ●お勧めポイント:今回の取材エリアのベストフレンチ店

エメ・ヴィバール

のどかなフランスの田園地帯イル・ド・フランスをイメージしたというお城のような一軒家。中に入ると、神戸版に掲載した「メゾン・ド・ジール芦屋」のような中庭が見える開放感のあるダイニングが広がっている。ランチタイムは日の光が入るためかなり明るいが、ディナータイムの照明はかなり暗めである。インテリアはベージュを基調としており、特に椅子とテーブルの高さが絶妙で、日本人向けによく考えられて作られている。また、テーブル間隔はかなり広めに取られており、接待や記念日などにも向いている。料理は前菜が軽めに、メインはソースがしっかりと作られていてとてもバランスが良い。コースの最後を飾る小菓子(プティフル)はワゴンサービスされ、好きなだけ頂ける。特にお勧めは、桑の実で作られたマカロン。サービスは淀みなく軽やかであるが、唯一の問題点は厨房内のオーダー確認の声が漏れてうるさく感じるくらい。ちなみに、ドレスコードがあるのでご注意ください。



- 住所:千代田区二番町14-1 ●電話:03-5216-8585 ●定休日:火曜 ●営業時間:11時半~14時、18時~21時 ●予算:ランチ:5,250円、8,400円、ディナー:10,500円、15,750円 ●アクセス:東京メトロ(有楽町線)麹町駅3番出口を出て右へ。有名饅頭店「秋本」を過ぎ、南インドカレーの「アジャタ」と旧・日本テレビ社屋の間の通りを右折。「東京グリーンパレス」を過ぎ、次の交差点を左折すると左側にある。東京メトロ麹町駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:旧・日本テレビ、東京グリーンパレス ●お勧めポイント:東京中心部とは思えない一軒家の豪華なフレンチ店

エミュ è m u N

今年で2年目を迎える恵比寿駅近くのフレンチ店。店内はキッチンから客席が見通せる独特の縦長構造となっている。インテリアは白を基調としていて明るく、2人席を基本とした席の間隔はやや狭め。左奥には4席の半個室もある。それにしてもこの店の野菜は香りや食感があって美味しい。特に、この店のスペシャリティ「完全無農薬野菜のエクスポジション」は30種類の野菜を使ったもの。プロッコリーマヨネーズをつけてもよし、そのまま食べても軽く塩味が付いていて美味しい。また、粗挽きのパンも香り高くサクサクフワリしていて美味しい。真鴨は熟成されたものか新鮮なものかのいずれかを選択できた。血で作られたソースも美味しく、シェフはジビエ料理が得意なのであろう。また、料理だけではなく、久しぶりに滑らかな食感の美味しいアイスクリームも頂けた。ディナーもコストパフォーマンスが良いが、特に昼のランチタイムは更にお得。これだけの実力店でありながら満席にならないのが不思議なくらい。



- 住所:渋谷区恵比寿南2-25-3 EBISU HANA BLDG.2階 ●電話:03-6452-2525 ●定休日:月曜 ●営業時間:12時~14時、18時~21時 ●予算:ランチ:3,150円、4,200円、6,300円、ディナー:6,000円、8,000円、12,000円 ●アクセス:JR恵比寿駅西口を出て左ロータリーを横切って進むと東京メトロ(日比谷線)恵比寿駅5番出口が見える。東京メトロ(日比谷線)恵比寿駅5番出口を出たすぐの信号を左折。「松坂屋ストア」、「カルピス本社」を過ぎ、信号を過ぎると、壁に花が描かれたビルが右側に見える。東京メトロ、JR恵比寿駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:カルピス本社 ●お勧めポイント:ジビエの美味しい実力派フレンチ店

レストラン リューズ Restaurant Ryuzu



地下に降り奥のエントランスに入ると、一瞬どこがドアか迷うが、すぐに自動ドアが開く。入口左側にはオープンキッチンがあり、その前にはカウンター席がある。調理の様子が見えるカウンター席は、シェフズテーブル状態なので、1人飯の時にはカウンター席がお勧め。この店の特徴は、ほとんどのグリル料理がカウンター内の鉄板で調理されていることである。料理は軽い感じに仕上げられ、素材の風味が感じられてどれも素晴らしい。また、野菜類も脇役とは思えないくらい生き生きとしている。サービスも軽快で十分合格点である。



●住所：港区六本木4-2-35 アーバンスタイル六本木地下1階 ●電話：03-5770-4236 ●定休日：月曜 ●営業時間：12時～14時、18時～21時半 ●予算：ランチ：3,600円、5,800円、8,400円～、ディナー：8,400円、12,600円、17,800円～ ●アクセス：東京メトロ（日比谷線）、都営地下鉄（大江戸線）六本木駅の6番出口を出て「俳優座」、「ドコモショップ六本木店」を過ぎ、「入」の形のオブジェの公園の角を左折して右に見えるオフィスビル。六本木駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク：俳優座 ●お勧めポイント：六本木交差点からすぐの上質フレンチ店

エディション コウジ シモムラ Édition Koji Shimomura



溜池と六本木の間のあるビルの中にあるフレンチ店。店は縦長でそれほど広くはないが、天井は高く快適である。インテリアはシックでモダンな感じ。手前に6～8人の個室が、奥にはワインセラーが配置されている。料理はどれも火の通し方、塩味ともに申し分ないが、スペシャリティを含めて特に凄い！という料理は見当たらなかった。しかし、どの料理も素材の組み合わせが斬新で、平均点以上の美味しさ。とりわけ、カカオ水とガナッシュ、塩、オリーブオイルなどを使ったショコラ・デザートは、実験的で面白かった。また、サービスも平均点以上で快適。行くならお得なランチタイムがお勧め。



●住所：港区六本木3-1-1 六本木ティーキューブ1階 ●電話：03-5549-4562 ●定休日：不定休（日曜休みのことが多い） ●営業時間：12時～13時半、18時～21時半 ●予算：ランチ：4,200円、6,300円、9,450円、13,650円、ディナー：13,650円、21,000円 ●アクセス：東京メトロ（日比谷線）、都営地下鉄（大江戸線）六本木駅の5番出口を出て、「ザ・ビー六本木」を過ぎ、セブンイレブンを過ぎて高速が分岐する手前右のオフィスビル。六本木駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：ザ・ビー六本木、ホテルヴィラフォンテーヌ・六本木アネックス（旧・六本木プリンスホテル） ●お勧めポイント：組み合わせが斬新なモダンフレンチ

オーグードージュール メルヴェイユ Au gout du jour merveille

この店を経営するレストラングループは、この店の本店にあたる「オーグードージュール」や丸の内の人気店「ヌーヴェル・エール」など計6店舗のレストランを展開している。この店は狭く多少高級感に欠けるが、白と黒を基調とした間接光を用いたインテリアはなかなかセンスが良い。料理は全てにシェフのセンスを感じる良質な料理で、特に鮮度抜群の海鮮ものは素材が生かされていて美味しかった。また、トロトロのブータンノワールもこれまで食べたことのない美味しさだった。格安なランチはコストパフォーマンスが良いせいか、昼は常に女性客で満員となる。



●住所:中央区日本橋3-8-13 華進日本橋ビル1階 ●電話:03-6202-1991 ●定休日:水曜 ●営業時間:11時~13時半、18時~21時半 ●予算:ランチ:3,400円、4,800円、6,500円、ディナー:7,000円(事前予約のみ)、8,500円、12,500円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、東西線)日本橋駅のB1出口を出てタカシマヤ前を過ぎて「百十四銀行」を過ぎ、「損保ジャパン」と「ディーアイシービル」の間の通りを左折。100mほど進むと左側にある。東京メトロ日本橋駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:タカシマヤ、損保ジャパン ●お勧めポイント:ランチのコストパフォーマンスが抜群のフレンチ店

アンテリブル en. terrible

ドアを開けると広いオープンキッチンが目に入る。店内は落ち着いたあるウッディでハイセンスなインテリアで統一され、女性受けしそうな店だ。ネット上ではフレンチダイニングバーと記載しているものもあったが、メニューを見ると本格的なピストロメニューである。やはりダイニングバーというよりピストロの方がしっくりくる感じだ。むしろ、ダイニングバーにしてはワインの品揃えが少ないように思う。グラスワインは赤、白、シャンパン併せて10種類くらいあるが、まずは店のレギュラーシャンパン・ポランジェNVをグラスで頂く。メニューをみると、フレンチでありながら特製カツカレーやパスタなどもあり、とにかく美味しいものを食べさせたいというシェフの想いが伝わってくる。特にお勧めしたいのは「赤ビーマンのムース生ウニ添え」と「帆立貝のガレット・ゴルゴンゾーラソース」。この2品を食べればシェフの抜群の料理センスを伺い知ることができる。なので、これらをメニューで見つけたら必ず食べてみてほしい。店は基本的にカウンター席でテーブル席は多くないが、左奥に6~8名が入る個室がある。



●住所:中央区銀座7-16-21 雲ビル1階 ●電話:03-3544-5205 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:18時~23時 ●予算:赤ビーマンのムース生ウニ添え800円、帆立貝のガレット・ゴルゴンゾーラソース1,600円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A5番出口を出て、反対側の築地側に向かう。広い昭和通りの信号を渡り、「いわて銀河プラザ」の交差点を右折する。2つ目の通り(角にampm)を過ぎると左側に見える。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩6分。②東京メトロ(日比谷線)東銀座駅A1番出口を出て、反対側の築地側に向かう。広い昭和通りの信号を渡り、「いわて銀河プラザ」の交差点を右折する。2つ目の通り(角にampm)を過ぎると左側に見える。東京メトロ東銀座駅から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:新橋演舞場 ●お勧めポイント:ハイセンスなピストロ

カーヴ・デ・ヴィーニュ Cave des Vignes



「ル・マノワール・ダスティン」が経営するダイニングバー。銀座には星の数ほどのワインバーがあるが、これほどワイン・コストパフォーマンスに優れた店はないのではないかと。しかしながら、ヴィンテージもの高級ブルゴーニュがメインなので、仏ビノ・ノワール好きで、なおかつ、ボトルで注文をする方でなければ十分な恩恵を享受できないかも。しかし、ワインは好きだが詳しく知らないという方でも、この店の料理はお勧めである。五味シェフは「ル・マノワール・ダスティン」の五十嵐シェフの右腕だった方で、ワインバーとは思えないほどのハイレベルの料理を供する。まずは、グラス・シャンパンと「ル・マノワール・ダスティン」の名物「一口ブータンワール(血のソーセージ)」を注文し、ワインリストとメニューをじっくりと眺めよう。よく分からない方でも好みと予算を伝えれば、ソムリエの中嶋さんがワインをチョイスしてくれる。もちろん、いろいろあるグラスワインもある。場所は歌舞伎座の築地側裏という分かりやすいところにあるので、待ち合わせなどにも利用しやすい。



- 住所:中央区銀座4-13-15 成和銀座ビル地下1階 ●電話:03-3549-6181 ●定休日:日曜 ●営業時間:18時~23時(ランチ11時半~14時) ●予算:白レバーと豚のセルヴェルのパテ900円、イペリコ豚舌肉と新じゃが手の煮込み2,800円、チャージ10% ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A6番出口を出て、反対側の築地側に向かう。広い昭和通りの信号を渡り、工事中の歌舞伎座の築地側を左折してすぐ右。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩6分。 ●最寄りのランドマーク:歌舞伎座(建築中) ●お勧めポイント:本格的フレンチも楽しめる仏ビノ好き向けのワインバー

シノワ 銀座店



地下への階段を下り、ドアを開けると、そこはダイニングバーというより照明を落としたビストロのような空間が。正面にはカウンターがあり、それを囲むようL字型にテーブル席が配置されている。メニューを見てまず驚くのは、ワインの種類の豊富さと、それに負けないくらいの食事メニューの多さである。フレンチからイタリアン、はたまた洋食や丼物まである。しかし、これが意外とレベルが高く美味いのだ。さすがはフレンチビストロ「ヌガ」を経営しているだけのことがあり、実にユーティリティの高いワインバーである。



- 住所:中央区銀座6-4-5 オリエンビル地下1階 ●電話:03-3571-3108 ●定休日:日曜日(日曜が祝日の場合には営業し、翌月曜が休み) ●営業時間:17時半~翌1時(祝日は17時半~23時) ●予算:サービス料10%、シャラン鴨の春巻山椒風味1,575円、鮎のリゾット1,575円、京鴨と九条葱のロースト黒七味ソース2,940円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B6、B7番出口を出て左へ、もしくはC2番出口を出て右へ。「モザイク銀座阪急」、「銀座ソニービル」のある数寄屋橋交差点の外堀通りをJR新橋駅方面に進む。次の信号を過ぎてすぐ右にある「西銀座駐車場」並びの「3-T」のビル。東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:モザイク銀座阪急、銀座ソニービル ●お勧めポイント:どんなシチュエーションにも対応できそうな貴重なワイン・ダイニングバー

ボン・ピナール Bon Pinard



奥さんがシェフ、ご主人がソムリエを担当しているフレンチワインバーである。奥さんは「ル・マノワール・ダスティン」五十嵐シェフの門下。彼のスペシャリティ「人參のムースとコンソメジュレ・ウニ添え」を食べてみたが、彼に負けないくらい良い出来だった。特に、この店では肉料理がお勧めである。ワインリストも豊富で、しかも価格設定が安い。もしかすると、古いヴィンテージなら楽天価格よりも安いのでは？ というものも見かけた。そのためか、1本3,000円の抜栓料を払えば自分のワインも持ち込めるらしい。店内は狭くカウンター席がメインのようだが、奥にはテーブル席もある。また、店内では携帯電話が繋がりにくいが、無料のWi-Fiネットが繋がる。



- 住所: 港区元麻布2-1-21 YSビル地下1階 ●電話: 03-5856-4151 ●定休日: 月曜 ●営業時間: 火曜～日曜: 18時～24時、土曜: 12時～13時半、18時～24時 ●予算: チャージなし、サービス料10%、グラスワイン1,000円～1,800円 ●アクセス: ①東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅1A出口を出て左へ進み、六本木ヒルズ横の「Pandora」の角をテレ朝通りへ左折。「PRINT BOY」を過ぎ、けやき坂へ曲がらずそのままテレ朝通りを直進。「NATURAL LAWSON」、そして「中国大使館」を過ぎると信号が見えるのでその左角「中国茶・GUDDI」が入っているビル。東京メトロ六本木駅から徒歩10分。②東京メトロ(日比谷線)広尾駅の1番出口を出て左へ、信号を渡らず角を左折し、「みずほ銀行」前を過ぎて「J」字路を左へ。有栖川公園前の信号を過ぎ、有栖川公園沿いに進む。交番、サンクスを過ぎ100mほど進むと信号が見えるのでその手前右角のビル。東京メトロ広尾駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク: 六本木ヒルズ、中国大使館 ●お勧めポイント: 本格的フレンチと格安のヴィンテージワインを楽しめる

銀座 みやま



僕が銀座エリアで1番美味しいと思うステーキ店は「哥利歐(ゴリオ)」そして2番目は「ドン・ナチュール」。いずれも炭火焼きによる遠赤外線 で表面をカリッと焼き上げ、肉の旨味タップリでジューシー。しかし両店ともあまりに値段が高く、コストパフォーマンス的には良くないのでグルメバイブルでの紹介は見送った。一方、この店は長崎島の五島、杵岐、対馬の素材にこだわった鉄板焼ステーキ店であり、もちろん使用する肉は「舌岐牛」。しかし、この店は通常の鉄板焼ステーキ店ではない。ステーキ以外の長崎直送の魚介が減法美味しいのだ。シェフはフレンチ出身なのだろうか？ 作られる洋風料理は通常のステーキ店では味わえない高いレベル。供される煎茶なども含めて随所にこだわりを感じる良い店だ。基本はコース料理で、お勧めは「鮮魚と舌岐牛ステーキコース」。地下1階がカウンター席、地下2階が個室になっている。アルコールのメニューでは日本酒が比較的好い。この日の大吟醸は山口県の「獺祭(だっさい)」と佐賀県の「東一(あずまいち)」、福井県の「黒龍」だった。



- 住所: 中央区銀座7-11-10 銭形ビル地下1～2階 ●電話: 03-6253-8620 ●定休日: 日曜・祝日 ●営業時間: 17時～22時 ●予算: 鮮魚と舌岐牛ステーキコース15,000円 ●アクセス: ①東京メトロ銀座駅A3番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「松坂屋」、「ライオンピアホール」の前を通り、「三菱東京UFJ銀行」の信号を左折した2つ目の交差点近く左。東京メトロ銀座駅より徒歩4分。②東京メトロ新橋駅1番出口を出て野村証券の前を通り、次の信号を左折して中央通りに入る。銀座方面に進み、高速道路の下をくぐって「博品館」の前を少し進むと赤褐色の「資生堂ビル」と向かいに「三菱東京UFJ銀行」がある。その信号を右折して2つ目の交差点近く左。東京メトロ新橋駅より徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク: 資生堂ビル、三菱東京UFJ銀行 ●お勧めポイント: 長崎産にこだわったステーキ店

イタリアン、イタリアンダイニングバー

アロマフレスカ



店の中央に配置された植物とシャンデリアを取り囲むように席がゆったりと配置され、ドレスコードがあってもいいくらいの上質な空間。これなら、接待やデートなどあらゆるシチュエーションに使える。コースは定番料理と季節の新作料理がミックスされた2コースからなる。原田慎次シェフの作る創作イタリアンは、素材の旨味を上手に引き出した軽めの料理。特に、原田シェフのスペシャルティ「和牛のピスティッカ・アロマフレスカスタイル」は、肉が一見レアのようだが、実は約1時間にわたって遠赤外線じっくりと火を通した逸品。「あら皮」系ステーキを彷彿させる肉の旨味があり、ぜひ塩だけで頂きたい。この店のワインリストは、ヴィンテージチャート付きで、ヴィンテージ毎にワインがリストアップされているのが面白い。この日のグラスワインは、泡が1種、白が5種、赤が4種であった。エレベーターを挟んで同じフロアに隣接するこの店のカジュアル店「Sala AMABILE (03-3535-6669)」は、アロマフレスカよりも値段が安く、料理は同じ厨房で作られているのでお得感がある。こちらの店は照明が暗くガラス張りのワインセラーが見え、レストランというよりワインバーのよう。こちらは昼もやっており、営業時間も長めだ。



●住所：中央区銀座2-6-5 銀座トレスヤビル12階 ●電話：03-3535-6667 ●定休日：日曜、月曜 ●営業時間：17時半～20時半 ●予算：16,000円、20,000円 ●アクセス：東京メトロ（銀座線、丸ノ内線、日比谷線）銀座駅A9番出口を出て京橋方面に進む。「松屋銀座」、「シャネル」、「カルティエ」を過ぎ、「ダンヒル」の並びのビル。東京メトロ銀座駅（4丁目交差点）から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：松屋銀座、カルティエ ●お勧めポイント：華のある銀座のイタリアン。同じ階に、昼や夜遅くまで営業するカジュアル店がある。

イル・ギオットーネ IL GHIOTTONE 丸の内店

オーナーの笹島シェフは、京都・智積院横の「イル・パッパラルド」からスタートし、後に八坂の塔近くに「イル・ギオットーネ」をオープン。現在では京都に3軒のグループ店を率いる人気オーナーシェフである。この店のメニューには京都の素材は少ないようだが、味は京都の本店とほぼ変わらない。ロケーション的には東京国際フォーラム東京駅側向かいのビルにあり、会場から最もアクセスの良いイタリアンだ。



●住所：千代田区丸の内2-7-3 東京ビル1階 ●電話：03-5220-2006 ●定休日：不定休 ●営業時間：11時～14時、18時～22時 ●予算：活オマールエビまるごと1匹サブゲティ（2～3人前）5,250円、ランチ3,675円、5,250円、7,875円、10,500円、ディナー7,875円、10,500円、12,600円 ●アクセス：①東京メトロ（銀座線）京橋駅5番出口を出て、明治製菓本社ビルを過ぎ、広い外堀通りの信号を渡る。首都高速とJR高架下を過ぎるとすぐ右の角のビルの1階外側。②東京メトロ京橋駅から徒歩5分。東京国際フォーラムから東京駅側に向かうと隣のビル。東京国際フォーラムから徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク：東京国際フォーラム ●お勧めポイント：京都から進出した創作イタリアン

ファロ資生堂



徳島大の三田村教授から教えていただいた店。ファロfaroとはイタリア語で灯台のこと。英語で言うならファロスpharos(古代エジプト・アレキサンドリアのファロス島の灯台が語源)だ。その名の通り、このレストランのある資生堂ビルの最上階部分を、床から天井までの2階分を1つのガラス窓とし、夜の灯台をモチーフにこのビルを建設したという。店内は吹き抜けのため、垂直空間がととても広く開放感がある。しかし、テーブル間隔がやや狭い点や、ペアシートやトリオシートなどカジュアル店風のインテリアには少し違和感を覚えるかもしれない。料理長は北イタリア料理を得意とする中尾崇宏氏。これだけではさほど驚かないが、この店は、僕が最も敬愛する「ロオジエ(資生堂本社ビル建て替えのため一時閉店)」の元総料理長・ジャック・ポリー氏が監修しており、たまに店にも姿を現すというから驚き。この2人のコラボを想像するだけでもワクワクするではないか。料理はどれも想像力あふれた素晴らしいもので、資生堂グループ「ロオジエ」同様、サービスも最高レベル。むしろ、「ロオジエ」よりも気さくな感じでいいくらい。グラスワインは15種と充実しており、デザートワインも3種類ある。特に、フィナーレを飾るデザートは、ロオジエと同様ワゴンサービスで食べ放題。とりわけジェラートが美味しいので、盛り合わせの際には必ずジェラートも添えるようオーダーを。店内は全面禁煙な点もいい(喫煙スペースあり)。

- 住所:中央区銀座8-8-3 東京銀座資生堂ビル10階 ●電話:03-3572-3911 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:11時半~14時半、17時半~21時半 ●予算:ランチ2,800円、3,800円、8,000円、ディナー6,800円、10,000円、15,000円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「フェラガモ」、「とらや」の前を通り、少し進むと角にある赤褐色の建物。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩3分。②東京メトロ新橋駅1番出口を出て野村証券の前を通り、次の信号を左折して中央通りに入る。銀座方面に進み、高速道路の下をくぐって「博品館」の前を少し進むと角にある赤褐色の建物。東京メトロ新橋駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:トイパーク博品館(玩具店) ●お勧めポイント:最後のデザートに至るまで至福のイタリアン

アイコンニックICONIC、チェルステCeleste日本橋店

「ひらまつ」グループのイタリアン部門のASOは、現在3つのグレードに分けられている。最高グレードは代官山、福岡の「リストランテASO」と銀座の「アルジェントASO」、で、続いて銀座の「アイコンニック」と六本木の「ポタニカ」、そして最も低いグレードが日本橋三越と二子玉川高島屋にある「チェルステ」である。

「チェルステ日本橋店」は、デパートの中とは思えないくらいゴージャスな雰囲気、デパートに入っている店としては、かなり美味しい方だと思う。しかし、グレードの高いASOと比較すれば、安さを差し引いてもトータルな見劣り感は否めない。とくにサービスは、アルバイト？と思うほどトップ給仕人以外は、素っ気なく笑顔もない。しかし、料理のレベルはそれなりに高く、特にランチでは、「熟成牛のステーキ」などASOと同じ料理を、他店より安価で味わえる。「アイコンニック」と「ポタニカ」は、家具インテリアのデザインで有名な英国「コンラン&パートナーズ」とのコラボで誕生した店で、その空間デザインは、「ひらまつ」グループの中でも異色の存在。しかし、六本木の「ポタニカ」とは異なり、「アイコンニック」のインテリアセンスはイマイチで、ウェイティングバーがエスカレーター横にある点なども含めて、多少チープな感じがする。料理やサービスこそそれほど悪くないが、両店ともグレードの高いASOと比較すると、安さを差し引いても満足度ではかなり劣るため、ASOの予約が取れないけど、どうしてもASOっぽい料理を体験したいときに訪れよう。



【チェルステCeleste日本橋店】

●住所：中央区日本橋室町1-4-1 日本橋三越本店 新館10階 ●電話：03-3243-1820 ●定休日：無休 ●営業時間：ランチ11時20分～14時半、ティータイム14時半～16時、ディナー17時半～20時半 ●予算：ランチ：3,500円、4,000円、5,000円、ディナー：5,000円、6,500円 ●アクセス：東京メトロ（銀座線、半蔵門線）三越前駅、JR新日本橋駅A2番出口を出てすぐ。 ●最寄りのランドマーク：日本橋三井タワー（マンダリンオリエンタルホテル）、日本橋三越本店

【アイコンニックICONIC】

●住所：中央区銀座2-4-6 銀座ベルビア館9階 ●電話：03-3562-7500 ●定休日：無休 ●営業時間：11時半～14時、18時～20時半 ●予算：ランチ：3,150円、4,800円、ディナー：8,400円、12,600円 ●アクセス：東京メトロ（銀座線、丸の内線、日比谷線）銀座駅B4番出口を出て「テイジン・メンズショップ」、「GAP」の角を右折し、「和光・並木館」、「SUBWAY」、「東京電力銀座支社」を過ぎ、通りを渡って「MIKIMOTO Ginza 2」の隣のビル。東京メトロ銀座駅（数寄屋橋交差点）から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク：東京電力銀座支社、MIKIMOTO Ginza 2ビル ●お勧めポイント：両店ともアルジェントASOの姉妹店

アルジェントASO



エレベーターで8階に上り、エントランスを抜けると、広々としたウェイトリングバーと3つの個室(2~3人、8人、10~12人用)。そして、階段を上った9階がメインダイニングとなっている。ダイニングの中央には給仕用の長テーブルが鎮座し、遮蔽するものがなくダイニング全体を広く見渡せる構造となっている。十分に間隔をとられたダイニングスペースやシックなインテリアは、まさに正真正銘の高級店だ。席についてまず運ばれて来る7種のパンと3種類のクリームが、最初のサプライズ。特に、オリーブオイルクリームとスモーククリームは絶品で、阿曾シェフのセンスを感じさせる。パンは芦屋「ピゴの店」のもので、食べきれなかったパンは持ち帰ることができる。後に続く料理にも阿曾シェフの弟子である高階シェフのサプライズが隠されており、例えば、グラスに入ったソースを客がパスタに混ぜて食べる冷製パスタなど、繊細なフレーバーを忍ばせた美意識の高い料理だ。唯一の弱点と言えば、花束のような最後の小菓子以外のデザートが地味なことくらい。一軒家の代官山本店も魅力的だが、この店のようなウェイトリングバーはない。食後にゆっくりとお酒を楽しみたい方やシガーをたしなみたい方は、この店の方が良いだろう。



●住所:中央区銀座3-3-1 ZOE銀座8階、9階 ●電話:03-5524-1270 ●定休日:無休 ●営業時間:11時半~12時半、18時~20時半 ●予算:ランチ:5,250円、7,350円、ディナー:9,450円、15,750円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸の内線、日比谷線)銀座駅B4番出口を出て「テイジン・メンズショップ」、「GAP」の角を右折し、「和光・並木館」、「SUBWAY」過ぎ、「東京電力銀座支社」を過ぎたらすぐ右角。東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:和光・並木館、東京電力銀座支社 ●お勧めポイント:東京最高レベルのスタイリッシュ・イタリアン

トルナヴェント Tornavento



西麻布にある隠れ家のようなイタリアン。料理は北イタリアのピエモンテ州の地方料理である。この店は、地味な存在のグリッシーニやバーニャカウダーからして美味しい。もちろん、前菜の盛り合わせなども美しいだけでなく、一品一品が個性的で美味しいし、メイン料理やパスタも上出来。ワインも手頃なパローク、バルバレスコを中心とした品揃えでいい。サービススタッフが少ないのが唯一の難点だが、マダムの方の軽やかなサービスはいい。写真撮影は禁止なので注意。



●住所:港区西麻布3-21-14 覚張ビル地下1階 ●電話:03-5775-2355 ●定休日:月曜、ランチは不定休 ●営業時間:12時~13時、18時~22時 ●予算:ランチ:3,800円、6,800円、ディナー:8,500円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅1A出口を出て左へ進み、六本木ヒルズ前を過ぎ、「博多ラーメン・赤のれん」を過ぎる。西麻布交差点手前に赤い看板の「鶏繁」があるので、その角を左折し、次のT字路をすぐ左折すると突き当たり。東京メトロ六本木駅から徒歩10分。 ●最寄りのランドマーク:六本木ヒルズ ●お勧めポイント:美味しい北イタリア料理

イル・テアトリノ・ダ・サローネ IL TEATRINO DA SALONE

地下に降りてドアを開けると、左には個室、右にはバブル時のバーの様なカウンターが広がっている。レストランにしては、照明はやや暗めだ。料理は少量多皿で、前菜が3皿、パスタが2皿、魚料理、肉料理、デザートというメニュー構成。素直に素材の味を引き出しているというよりは、斬新さやサプライズを狙った感じの料理だ。但し、この日の料理の半分以上がその意図に反していたので、評価は低くなった。しかし、シェフのメッセージは十分伝わっているので、今後に期待できそうだ。また、この日はやたら誕生日客がいて、店員にバースデーケーキで祝ってもらっていたので、どうせなら、誕生日に行くのが良いのかも。



- 住所: 港区南青山7-11-5 HOUSE7115ビル地下1階 ●電話: 03-3400-5077 ●定休日: 日曜、第1・第3月曜 ●営業時間: 12時~13時、18時~20時 ●予算: 昼夜とも8,500円の1コース ●アクセス: 東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅1A出口を出て左へ進み、六本木ヒルズ前を過ぎ、「博多ラーメン・赤のれん」を過ぎる。西麻布交差点を「Hobson's」側に渡り、更に進む。「アマンド」、「成城石井」を過ぎ、高樹町信号のある「西麻布三井ビルディング」角を左折し、数十メートル先「三井リパーク」前向かいのビル。東京メトロ六本木駅から徒歩12分。 ●最寄りのランドマーク: 六本木ヒルズ、西麻布三井ビルディング ●お勧めポイント: サプライズを狙った斬新なイタリアン

ワインバー グットドール Wine Bar Goutte d'or

急な階段を3階まで上ると、入口のガラス越しに調理場が見える。店内はさほど広くなく、カウンター8席とテーブル席が少々。店主の岩澤さんは、ソムリエパッチをつけてないが、ワイン教室の講師を務めているほどのワイン通。この日のグラスワインは、僕も全く知らない若手有望ワインメーカーのもので、その1つを試してみた。2007年にも関わらず、アタック、アフターとも素晴らしく、彼の慧眼には恐れ入った。とてもフレンドリーに対応してくれるので、注文の際には気軽に相談してみよう。ワインリストの中身は、ほとんどがフランスワインで、ブルゴーニュ、ボルドー、ロヌのバランスが良く、2000年以降のものが多い。ブルゴーニュに関しては、オールドヴィンテージものが比較的多く、値付けはかなり良心的。加えて、この店は食べ物も美味しい。この日頂いたシーフードは、生の「ヒラマサのカルパッチョ」と火を通した“のどぐるのオープン焼き”だったが、素材の質、塩加減、火の通し方、どれも素晴らしく、添えられた野菜の状態も完璧だった。宮澤シェフは未だ若そうだが、料理の本質をよく理解しているようなので、これからが楽しみだ。調子によって酔っぱらってしまうと、帰りの急階段はかなり危険かも。



- 住所: 中央区銀座4-3-5 銀座ハトリビル3階 ●電話: 03-3564-7218 ●定休日: 日曜・祝日 ●営業時間: 17時半~翌1時(料理は23時まで) ●予算: のどぐるのオープン焼き2,350円、グラスワイン1,400円前後、チャージ300円 ●アクセス: 東京メトロ(銀座線、丸の内線、日比谷線)銀座駅B2番出口を出て「グッチ」の角を右折。すぐ左に「名古屋商会館」が見えるので、その並び。東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点、4丁目交差点)より徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク: グッチ ●お勧めポイント: シーフードが美味しいイタリアンダイニングパール

カーザ ヴィニタリア Casa Vinitalia



1階がセラー兼イタリアワインショップ、2階がレストランとなっている。階段を上がると中庭が見渡せ、開放感がある。しかし、中庭に面したエリアはガラス張りなので冬だとかかなり寒く感じてしまう。料理はどれももしっかりと味付けされていて悪くはないが、特に秀でたものはなかった。特にパスタには力を入れているようで、日替わりパスタは全てが手打ち麺というこだわりようだ。むしろ、この店の真価は深夜まで営業していることと、ワインショップを持つほどイタリアワインが充実していることである。なので、ここで食事をするというよりは、食事をした後でワインバーとして使いたい。ちなみに、この日のグラスワインは15種類あった。コース料理は2名分からで、1人で行くアラカルトのみとなるが、アラカルト料理は通常の店の1.5人前くらいボリュームがあるので、むしろ2~3人でシェアして食べたいところ。この店はいつも混んでいるので予約を取るのが難しいが、日曜日だけは、ディナータイム前の14時半からの特別枠があるので、その時間帯が狙い目。



- 住所:港区南麻布1-7-31 M. TOWER2階 ●電話:03-5439-4110 ●定休日:月曜 ●営業時間:火曜~土曜:17時半~翌1時、日曜:14時半~20時半 ●予算:コース7,500円(22時からは深夜限定の3,600円のメニューあり) ●アクセス:東京メトロ(南北線)、都営地下鉄(大江戸線)麻布十番駅の2番出口を出てそのまま二の橋方面は進む。二の橋交差点を過ぎ、200mほど進むと左に見える。東京メトロ麻布十番駅から徒歩5分。●最寄りのランドマーク:二の橋交差点 ●お勧めポイント:良質なイタリアワインが充実しているレストランテ

イタリアンバル ピッコロ PICCOLO



びっくりするほど安くボリューム感のある体育会系イタリアンバル。まずは白ワインとともにピシッと塩味の効いたこの店の名物「カルパッチョ」を注文。カルパッチョは、旬の魚介6種類にそれぞれ異なった味付けがされていて美味しい。それにしてもこの店の料理は、どれも2~3人前くらいはありそうだ。しかし、料理はどれも格安でボリュームがあるだけでなく、肉や魚などの素材や調理のクオリティが高い。全国的に見てもこれだけコストパフォーマンスの高いバルは、僕の知る限り大阪の立ち飲み居酒屋「大安」くらいしか思いつかない。椅子席は僅か16席で、他は立ち飲みエリアとなっている。ワインはボトルで2,000~3,000円台が中心。店員の対応も良く、また来たいと思わせる素晴らしい店だ。新橋のサラリーマンの超人気スポットなので、早めの予約が必須。残念ながら予約が取れなかった方でも20時半頃に1回転目が空くので、20時を過ぎたら試しに何度か電話をかけてみる価値はある。



- 住所:港区新橋3-18-2 ●電話:03-5473-0676 ●定休日:無休 ●営業時間:月曜~土曜:17時~22時半、日曜・祝日:16時半~22時 ●予算:海のカルパッチョ6点盛680円、パテ・ドンパニーニと鶏しゃぶのテリーヌ2種盛り480円、中トロとアボガドのタルタル580円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅の烏森口を出ると、ニュー新橋ビルの浜松町側にパチンコ&スロットの「UNO」と「TOP'S」が見える。その間の通りを左折して進み、通りを一つ過ぎるとすぐ右。新橋駅から徒歩2分。●最寄りのランドマーク:ニュー新橋ビル、UNO、TOP'S ●お勧めポイント:安さ爆発の美味しい体育会系イタリアンバル

ラ・ヌイ・ブランシュ La Nuit Blanche



ドアを開けて店内に入ると、あまりの狭さに一瞬“この店大丈夫？”と思わせるほど。数えてみると、カウンター8席、テーブル8席、個室2席しかない。看板には“ワインバー”とあるが、メニューをみるとフード類がかなり充実しており、イタリアン・ダイニングパブルと言っても過言でない。グラスワインはデザートワインも含めて14種類ある。ボトルワインはブルゴーニュを中心に有名な新進の作り手のものもラインナップされている。この日のメニューには、冷たい前菜4種、温かい前菜5種、パスタ7種、メインが5種、軽いつまみが7種、デザート4種が掲載。高級感などは全くない店だが、季節感のある料理も含めてとても良心的で良い店である。



●住所：中央区銀座7-2-8 東建ビル地下1階 ●電話：03-6909-9561 ●定休日：日曜(月曜が祝日の場合は日曜営業・月曜休み) ●営業時間：18時～翌3時 ●予算：8,000円前後 ●アクセス：①JR有楽町駅を出て、有楽町マリオン前の数寄屋橋交差点を「モザイク銀座阪急(旧・阪急デパート)」側へ渡る。モザイク銀座阪急の右側にある「数寄屋通り」を新橋側へ進み、2本交差点を渡るとすぐ右側。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅C2番出口を出て、モザイク銀座阪急の横の数寄屋通りを新橋側へ進み、2本交差点を渡るとすぐ右側。JR有楽町駅、数寄屋橋交差点から徒歩5分、東京メトロ銀座駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：銀座ベルビューホテル ●お勧めポイント：銀座の良心的なワインパブル

スペイン料理

サンパウ



ガラス越しに厨房が見える一階のエントランス・ドアを開け、階段を上ると、シガーも吸えるワインバーが見える。更に、バーのドアを抜けると、やや照明の暗いメインダイニングが広がっている。料理の美しさを演出するにはやや暗い感じがするが、夜に行くと、ライトアップされた外の樹木と一体感があっていい。料理は、これがスペイン料理？フレンチでは？と思うような料理である。しかし、世界で最も予約困難なスペインの「エル・ブジ(閉店)」や神戸で最も予約の取れないスペイン料理店「カ・セント」を見ても、共通しているのは、過去のスタイルに捕らわれない自由な発想。これがモダン・スペイン料理の新しい流れで、この店のコンセプトも同じだ。ディナーは、シェフのイラストつきメニューが供され、料理の盛りつけもアーティスティックで、ワクワクして楽しい。しかし、ディナーでなければこの店の魅力は半減してしまうので、行くならディナーをお勧めしたい。ディナーは2コースあり、内容は基本的に同じで、違いは品数である。安いコースが10種、高いコースが12種(前菜とデザートが一皿ずつ多い)で、料理は3カ月毎に変更される。



●住所：[中央通り店]中央区日本橋1-6-1 コレド日本橋ANNEX ●電話：03-3517-5700 ●定休日：月曜 ●営業時間：11時半(土日祝日12時)～13時半、18時～21時 ●予算：ランチ：5,500円、8,000円、平日限定15,000円、ディナー：18,000円、22,000円 ●アクセス：東京メトロ(銀座線、東西線)日本橋駅B12番出口を出て右へ進み、「三菱東京UFJ銀行」角を右折。コレド日本橋裏手にある「天香回味」を過ぎると、すぐ左に公園のようなコレド日本橋ANNEXが見える。 ●最寄りのランドマーク：コレド日本橋 ●お勧めポイント：フレンチのようなモダン・スパニッシュ・キューズ

カレー、インド料理、エスニック料理

インドカレー・カーマ



神田・お茶の水界隈は、有名カレー店が集中するエリア。このエリアでカレーを注文すると、カレーとは別に粉ふきいも(蒸かしたジャガイモ)がついてくる店がある。この店では粉ふきいもが付いてこないが、チキンカレーを注文すると、ルーの中に茹でた丸のジャガイモ(メイクイーンだと思う)が2個入ってくる。このジャガイモがチキンカレーのルーになくしてはならない存在で、繊細でスパイシーなチキンブイヨンと絶妙な相性を見せる。ルーは御飯に染みこむほどサラサラしており、深い香りとうま味の痺れるような辛さが心地良い。普通でもかなり辛いので、辛さが苦手な人にはお勧めできないが、それでも常連さんの2~3人に1人は「大辛」を特注する。もちろん、僕は普通でも汗がダラダラで、胃の消火にはチャイ(マサラティー)を要した。



●住所:千代田区猿楽町1-2-3 UTビル1階 ●電話:03-3233-8787 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:11時~15時、17時半~20時 ●予算:チキンカレー850円(大盛り1,000円)、マサラティー300円 ●アクセス:東京メトロ神保町駅(半蔵門線、都営新宿線)A5番出口を出て左へ。「ampm」、「富士そば」を過ぎ、2分ほど歩くと左にマクドナルドが見えるので、その角を左に曲がる。超人気の讃岐うどん店「丸香」を過ぎるとすぐ右。東京メトロ神保町駅から徒歩5分 ●最寄りのランドマーク:マクドナルド、三井住友銀行、区立お茶の水小学校 ●お勧めポイント:スパイシー感が豊かなサラサラの辛いチキンカレー

ダバ・インディア



銀座から京橋にかけては、日本には少ない南インド料理店が多い。中でもお勧めなのはこの店。この店と「カイバル(03-5159-7610)」、「グルガオン(03-3563-0623)」の超人気店は、実は同じグループなのである。共通する料理もあるが、基本的に「ダバ・インディア」が南インド料理で、他の2店は北インド料理。北インド料理の主食は小麦であるのに対し、南インド料理の主食は日本と同じ米なので、南インドの方がとても馴染みやすい。また、南インドのカレーは唐辛子を使ったものが多く、油っぽくなくて比較的マイルド。カリッと焼いたクレープ様の「ドーサ」やベジタリアン料理が多いのも特徴。席に着いたら、まずは生ビールと「チーズクルチャ」を注文。カリッと焼かれた生地の中に入ったニンニク風味のチーズは、まるでトロトロのインド風ピザ。少人数客のために-halfサイズも用意されていて、1人飯の方にもとても親切。また、「ブレンドーサ(かなりでかいので-halfで十分)」や「ワダ(レンズ豆の一種・ウラットダールの揚げ物)」もビールとの相性がいい。特に、カレー風味のチキン挽肉が入った「キーマ・ドーサ」がお勧め。メインのお勧めは、トマトの酸味が絶妙な「タミル地方の魚カレー」やパクチーと唐辛子の組み合わせが不思議な「パニールと野菜のタンドリーサラダ」、「なすとオクラのタマリンドカレー」など。なお、カレーには、「パスマティライス」と呼ばれるショートパスタのような食感のインディカ米が良く合う。



●住所:中央区八重洲2-7-9 相模ビル1階 ●電話:03-3272-7160 ●定休日:無休 ●営業時間:月曜~金曜:11時15分~14時半、17時~22時、土日・祝日:12時~14時半、17時~21時 ●予算:チーズクルチャ(HALF) 420円、ブレンドーサ(HALF) 680円、キーマ ドーサ(HALF) 780円、タミル地方の魚カレー1,370円、なすとオクラのタマリンドカレー1,370円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線)京橋駅5番出口を出て、「シェ・イノ」、「100% Chocolate Cafe.」が入っている明治製菓本社ビルの角を右折するとすぐ。東京メトロ京橋駅から徒歩3分 ●最寄りのランドマーク:明治製菓本社ビル ●お勧めポイント:日本では比較的珍しい本格的な南インド料理

ボンディ 神田小川町店



神田に2店舗を展開する老舗の欧風カレー店。この店のカレーは、ざっくりと言うなら“甘辛”。つまりフルーツの甘さとスパイシーさが特徴で、また食べたくくなるような後を引くカレーなのである。お勧めはチキンカレーで、表面がカリッと焼かれたジューシーなチキンが入っている。辛さは3段階から選ぶことができるが、中辛以上がお勧め。神田近辺の他のカレー店同様、粉ふき芋(塩ゆでジャガイモ)とバターが付いてくる。神田古書センター2階にある本店はいつも行列しているので、行くならこの店の方がいい。



- 住所:千代田区神田小川町3-9 第3アゼリアビル2階 ●電話:03-3295-5709 ●定休日:日曜 ●営業時間:11時~14時半、17時半~21時半 ●予算:チキンカレー1,450円 ●アクセス:東京メトロ(丸の内線)、都営地下鉄(新宿線)淡路町駅B7番出口を出て反対側方向へ。「神田連磨」角を左折し、「ABC-MART」、「三菱東京UFJ銀行」を過ぎ、「ミズノ」を過ぎてすぐの「ONE MAKE」角を左折。24Hパーキングを過ぎ、更に進むと「更科」が見える交差点の左角。東京メトロ信濃町駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:ミズノ ●お勧めポイント:スパイシーな高級欧風ルーカレー

メーヤウ



「メーヤウ」は信濃町・慶應義塾大学病院前にあるタイ料理店。神保町や早稲田にある「メーヤウ」とは全く別な店である。容器代を50円払えばテイクアウトが出来、慶應大ドクターはテイクアウトも含めて週一回以上食べているというまさに慶應大の“ソウルフード”である。この店の売りは通常のタイカレーではなく「メーヤウカレー(大辛)」。このカレーを北大の石田教授もこよなく愛し、僕らも東京の学会の時にわざわざ一緒に食べに行ったほど。



「赤いスープの表面には油が浮いており、骨付きチキンと大きなジャガイモ、ゆで卵などが入っている。タイカレーに特徴的なココナッツの風味はあまり感じられない。一口、二口と食べ進めていくうちに止まらなくなり、かなりの中毒性がある。また、この辛さは獅子のマークのタイのシンハービルとも良く合う。大辛と言ってもそれほど辛さではなく、例えて言うならCoCo壱番屋の3辛くらい。恐らく、普段は中辛カレーを食べている方でも十分食べられる辛さなので、是非チャレンジしてみてほしい(石田 晋)。」

- 住所:新宿区信濃町21 大門ビル地下1階 ●電話:03-3355-0280 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:月曜~金曜:11時半~20時、土曜:11時半~19時 ●予算:メーヤウカレー(大辛)730円 ●アクセス:JR(中央本線)信濃町駅を出て、正面に慶應義塾大学病院を見ながら右へ進む。「博文堂書店」を過ぎ、「創価学会本部」、「四谷郵便局」を過ぎると駐車場が広がっており、その隣のビル。JR信濃町駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:慶應義塾大学病院 ●お勧めポイント:慶應大ドクターのソウルフード

南インドカレー&バル エリックサウス ERICK SOUTH

珍しいファストフード形式の南インド料理店である。店内は壁側にも席があるため、通常のパーカウンターよりもさらに手狭な感じである。メニューはレギュラーカレーが6種類、日替わりカレーが1~2種類のみとてもシンプル。なので、本格的な南インド料理を楽しみたい方は近くに「ダバ インディア」を、時間が無い方あるいはちょっとだけ南インド料理を体験してみたい方はこの店がお勧めである。ちなみに、僕の好みのカレーは、辛口の「エリックチキンカレー」、「マトンカレー」、中辛の「キーマカレー」の順で、これら3種はホールスパイス感たっぷりであり。これに対し、「バターチキンカレー」や「野菜カレー」はかなり甘めなのでお勧めできない。セットのお勧めは、好みのカレーを2種選べる11時~15時限定の「カレーランチ」と13時以降限定の「エリックミールス」。いろいろなカレーをもっと食べたいという方は、追加料金(ランチタイムには一皿190円)を払えば追加OK。また、100円を払えばライスをインディカ米に変更することも可能である。豆で作った「パパド」や「ワダ」はビールに良く合うので、夕食に行くなれば、まずはビールと共に「パパド」や「ワダ」、「チキンティッカ」などで楽しむと満足度は倍増する。



●住所:中央区八重洲2-1 八重洲地下街中4号(八重洲地下街東ゾーン 八重洲地下街2番通り) ●電話:03-3527-9584 ●定休日:無休 ●営業時間:11時~21時半(土日祝日21時まで) ●予算:カレーランチ850円、エリックミールス1,390円、エリックチキンカレー760円 ●アクセス:東京駅八重洲中央からメインペニューを進み、突き当たりを右に曲がる。2つ目を左折して100mほど進むと右にある。JR東京駅から徒歩5分。会場からは徒歩10分。 ●最寄りのランドマーク:東京駅八重洲口 ●お勧めポイント:珍しいファストフード形式の南インド料理

ザ・カリ The KARI

この店のカレーは各種野菜や果物、牛乳などに約20種ものスパイスを加え、長時間煮込んで作られたものらしい。カレーは辛口の「ビーフ」と中辛の「チキン」の他、「エビと森のきのこ」と「チャナ豆と挽肉」がある。ルーはサラッとしていて、ホールスパイスの香りが高い。ただ辛いだけではなく、深い味わいとコクがある。一番人気のビーフカレーはかなり辛く、恐らく「CoCo壱番屋」の3辛以上の辛さなので、辛さが苦手な方はチキンカレーにした方が無難である。新橋という土地柄か、この店では外から直接買えるテイクアウト専用コーナーを設けており、昼になるとテイクアウトを求める客がひっきりなしに訪れる。



●住所:港区新橋5-31-7 中村ビル1階 ●電話:03-3437-2526 ●定休日:土日・祝日 ●営業時間:11時半~14時半 ●予算:ビーフカレー890円、チキンカレー780円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅の日比谷口あるいは鳥森口を出ると「ニュー新橋ビル」が見える。その浜松町駅側の通りの角に「ケンタッキーフライドチキン」とパチンコ店「ビックディッパー」がある。この間の通りを浜松町側へ進み、「ホテルサンルート新橋」、工事中の環状2号線の上を過ぎると、左角に ENEOSが見える。その交差点を通過し、ピッツエリアを過ぎて100mほど進むと左角にある。新橋駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:ニュー新橋ビル、ビックディッパー、ホテルサンルート新橋 ●お勧めポイント:ホールスパイス感のある本格的なカレー

トプカ



この店の特徴は欧風ルーカレーとサラサラのインド風カレーの両方が味わえることと、夜は居酒屋のようになること。僕が通っていたときの欧風の一番人気は牛すじ野菜カレーで、インド風はムルギカレーだった。店によると現在の人気は、欧風は牛すじ(野菜)カレーで、インド風はポークとキマだそう。これら2種類が相がけになったA(インド風+欧風)とB(インド風2種)があり、僕はインド風マトンカレーが好きなので相がけのお勧めはBである。また、東京有名カレー店5店のコラボによるビーフカレー「名店会カレー ザ・ビーフ」も味わえる。



- 住所:千代田区神田須田町1-11 ●電話:03-3255-0707 ●定休日:無休 ●営業時間:月曜～金曜:11時～15時半、17時半～22時半、土日・祝日:11時～18時 ●予算:ムルギダルカレー950円、マトンカレー900円、ザ・ビーフ1,300円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線)神田駅6番出口を出て右へ。靖国通りの信号を「FUNAI」側へ渡り、更に「賃貸オフィス」の看板側へ渡る。すぐに「興産信用金庫」が見えるのでその手前を左折するとすぐ右。東京メトロ神田駅から徒歩3分。②JR神田駅の東口を出て左へ進み、しばらく進むと広い靖国通りに出る。「賃貸オフィス」の看板側へ信号を渡り、すぐに「興産信用金庫」が見えるのでその手前を左折するとすぐ右。JR神田駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:りそな銀行 ●お勧めポイント:欧風とインド風の両方が味わえるカレー店

カオマンガイ専門店 プイPui



喫茶店のような店内に入ると、インディカ米特有の香りとチキンスープの香りがする。「カオマンガイ」とは「海南鶏飯(ハンナンチーフアン)」のことで、切った茹で鶏とそのスープで炊いた御飯を皿に盛った料理のこと。香港でよく見かけるファストフードであるが、もともとは海南島出身の華僑が伝えたもので、シンガポールやマレーシア、タイなどの東南アジアにかけて見られる。地域によって料理の名称が異なり、蒸し鶏をつけるタレにも特徴がある。タイでは「カオマンガイ」と呼ばれ、街のいたるところでカオマンガイ専門店がみられるほどのタイの国民食なのである。この店のチキンライスはインディカ米でサッパリしていてコクがあり、とても上品な味付けで美味しい。御飯の量に対し、蒸し鶏の量がやや少ないような気もするが、蒸し鶏だけの増量はできないようだ。パクチーは50円でトッピングが可能である。この日の日替わりカレー2種も食べてみたが、やはり「カオマンガイ」の方がはるかに美味しかった。ちなみに、未就学の子供は入店できないので注意。



- 住所:江東区木場6-11-9 ●電話:03-5606-6119 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:月曜～金曜:11時半～13時半、火曜～土曜:18時～20時 ●予算:カオマンガイ900円 ●アクセス:東京メトロ(東西線)木場駅4b出口を出ると、右に小さな橋が見えるので、そちら側(「さくら水産」や「中央自動車学校」側)へ信号を渡る。右に進み、橋を渡ると左角にある。 ●最寄りのランドマーク:東西線・木場駅 ●お勧めポイント:日本では珍しいカオマンガイ専門店

中華料理、餃子、小籠包

銀座 桃花源



本店は熊本キャッスルホテルにある。熊本キャッスルホテルの中華料理の総料理長・斎藤隆士氏は、故陳建民氏に師事し、同ホテルの社長にまでなったという伝説の料理人。なので、この店の料理も陳建民氏がアレンジして作り上げた日本風の四川料理である。レギュラーメニューは、「四川飯店」とほぼ同じで新鮮味がないが、季節の創作メニューは美味しい上に、1人向けの量になっているので、1人飯の方にも向いている。お勧めは、「白鶏」、「棒棒鶏」、「車エビの豆鼓炒め」などで、前もって予約すれば、オープン当初の幻のメニュー「2種の味のフカヒレスープ」も味わうことができる。「麻婆豆腐」を食べるなら、通常のものでなく、花山椒と豆鼓の効いた「陳麻婆豆腐」の方がお勧め。特にお勧めしたいのは、ヨシキリ餃の醤油白湯「フカヒシの姿煮」。かなり値は張るものの、この値段でこれほどのフカヒシ姿煮は、中国本土では決して味わえず、日本でも「赤坂 楼外楼」くらいしか思い当たらない。2人で一枚が目安だが、金銭的に余裕のある人は、この際1人一枚食べることをお勧めしたい。なお、東北の震災でフカヒシが買い占められたことにより、今後もこの値段でこの大きさのフカヒシの姿煮を出せるかどうか微妙とのこと。食べるなら今なのかも知れない。デザートは、生の杏仁に生クリームを加えて作った「正宗杏仁豆腐」がいい。



- 住所：中央区銀座8-6-15 ホテルコムズ銀座2階 ●電話：03-3569-2471 ●定休日：無休 ●営業時間：平日：11時半～15時、17時～22時、土曜：11時半～21時半、日曜祝日：11時半～21時 ●予算：白油鶏(小)2,100円、棒棒鶏(小)2,310円、清炒鮮魷魚(1人前)1,050円、豆鼓辣明蝦(1人前・2人前より)1,050円 ●アクセス：①JR新橋駅銀座口を出て、カラオケBIG ECHOの側に渡る。右に進み、ファミリーマートの角を左折すると右角に「ホテルコムズ銀座」が見える。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A1番出口を出て、3つめの角「マツモトキヨシ」を左折し、並木通りを進む。「カルティエ」、「ルイ・ヴィトン」、「MARUGEN53」、「PRONTO」を過ぎて進むと左角に。JR新橋駅から徒歩4分、東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩6分。 ●最寄りのランドマーク：トイパーク 博品館(玩具店)、MARUGEN25 ●お勧めポイント：熊本では超有名な四川料理店

全聚徳 (ぜんしゅとく)



中国では知らない人がいないくらい有名な北京ダック専門店。北京の王府井の店舗に二度ほど行ったことがあるが、常に入店待ちの行列ができていた。それもそのはず、中国において北京ダックは庶民の食べ物なのである。家族で一羽食べても200元弱(2,400円くらい)と格安なのだ。日本ではどうしても高く、気軽に食べるというわけにはいかないが、3人以上が揃うなら行ってもいいだろう。ダックは、テーブルの前で切り分けられるが、日本では切り方について客がリクエストできない。薬味の他、砂糖も一緒に出てくるが、いつも不要と感じる。逆に、この店の甜麺醤は甘みが抑えられているからこそ良いのだ。それでもやはり、甜麺醤だけだと飽きてしまうので、山椒塩をもらい、肉に少しつけてネギやガーリックフライと一緒に巻いて食べても美味しい。ところで、実はこの店、北京ダック以外の料理もそれなりに美味しい。しかし、北京とは異なり、メニューに載っている料理の品数が少ない。メニューに載っていない料理では辛い「火燎砂肝(北京では火燎鴨心)」が美味しい。この日はできなかったが、事前に言えば「麻辣勝絲(ma la pang si)」も頂けるらしい。但し、辛い料理は最後に出すように言っておかないと、舌がしびれて味が分からなくなるかも。また、中華料理店にしては、シャンパンも含めたワインの品揃えも悪くない。



●住所: 中央区銀座5-8-17 銀座ワールドタウンビル6階 ●電話: 03-5568-8668 ●定休日: 無休 ●営業時間: 月曜～金曜11時半～14時半、17時～22時、土日・祝日: 11時半～21時 ●予算: 塩漬け玉子の家鴨もも肉巻き2,000円、北京ダック1羽7,980円、半羽4,515円 ●アクセス: 東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A3番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進み、コアビルの隣のビル。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク: 銀座コアビル ●お勧めポイント: 中国で最も有名な北京ダックの専門店

四川豆花飯荘 東京店



アジア食文化の東西交流地であるシンガポールから進出した四川料理店。これだけ聞けば、アジアンテイストの怪しげな四川料理かと思いきや、食べてみると、驚くほど本格的で洗練された四川料理なのだ。まず着席すると、中国服を着た茶芸職人がお湯を注ぎに来る。湯飲み茶碗に入っているのは、ジャスミン茶、紅ナツメ、クコ、龍眼、菊花、氷砂糖、百合根、胡桃から作られた“八宝茶”。料理はどれも平均点以上であるが、特に、痺れるような現地料理、「重慶よだれ鶏」、「麻婆豆腐」、「水煮牛肉」、「旬の鮮魚の麻辣香スタイル」、「鶏肉の重慶とうがらし炒め」、「重慶担々麵」は、辛い物好きなら必ず押さえておきたい。個室もあるが、5,250～8,400円の個室料が必要。



●住所: 千代田区丸の内1-5-1 新丸の内ビル6階 ●電話: 03-3211-4000 ●定休日: 不定休(新丸の内ビルに準じる) ●営業時間: 月曜～金曜: 11時～14時半、17時～22時、土日・祝日: 17時～21時 ●予算: 重慶よだれ鶏(小)2,100円、麻婆豆腐(小)2,100円 ●アクセス: 東京メトロ(丸ノ内線)東京駅、JR東京駅の丸の内北口を出て、「丸の内オアゾ」隣の正面のビル。駅の地下道からも直結。東京駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク: 東京駅丸の内北口 ●お勧めポイント: 学会場からも徒歩で行ける辛い物好きにお勧めの高級四川料理店。夜遅くまで営業している

チャイナブルー



28階のフロントの前を通り、奥にある“CHINA BLUE”と書かれたエントランスを抜けると、中国料理店とは思えないような高い天井と二階建てくらいのガラス張りのワインセラーが目につく。この店は、とにかく窓からの眺めが素晴らしい。中華料理店でこれほど眺望が良いのは、日本橋マダリンオリエンタルホテルの「センス」くらいだが、「チャイナブルー」の方が、ゆったりとしたラグジュアリーな雰囲気に浸れる。料理は洗練されたスタイリッシュな広東料理だが、値段もかなり高い。アラカルトのメニューを見ると、1人前の値段で書かれた料理がズラリ。ついつい2~3人前の小皿で幾ら？中皿で幾ら？と計算してみたくなるような価格だ。恐らく、香港最高峰ペニンシュラホテルの「スプリングムーン」並の値段設定であろう。しかし恐れる事なかれ、コースの中にはリーズナブルなものもある。中でも一番のお勧めは、土日・祝日の昼限定のウィークエンドランチ（最終入店時間13時45分）。これは、4,500円、5,800円、7,800円の3つのランチコースの中から1つを選び、それに2時間の飲み放題（2,000円で生ビールと紹興酒、3,000円で更にワインが、4,000円で更にシャンパンが飲み放題）を付けることができるサービス。通常のプレミアムモルツ生が1杯1,300円、シャンパンはグランメゾンの良質なものであることを考えると、付けた方がかなりお得だ。ところで、今回対象となった数あるホテルの中華料理店で、「桃花源」とこの「チャイナブルー」の2店だけがお勧めとなったのは、僕も意外だった。



●住所：港区東新橋1-9-1 コンラッド東京28階 ●電話：03-6388-8745 ●定休日：無休 ●営業時間：ランチ：月曜～金曜11時半～14時、土日・祝日11時半～16時（最終入店時間13時45分）、ディナー17時半～21時 ●アクセス：①都営地下鉄（大江戸線）、新交通ゆりかもめ汐留駅を出てすぐ目の前。②JR新橋駅から汐留方面への地下通路を通り、日本テレビ前を過ぎ、電通本社ビル手前を右へ都営大江戸線汐留駅方向に向かう。汐留駅から徒歩1分、JR新橋駅から徒歩5分 ●最寄りのランドマーク：電通本社ビル ●予算：ランチ：4,500円、5,800円、7,800円、ディナー：12,800円、15,800円、18,800円

赤坂 樓外樓飯店

故・荻 昌弘の名著「味で勝負」でこの上海料理店を知り、30年近く通い続けている。以前は溜池寄りにあり、別館と本館の2店で営業していた。その後、別館を改装して1店だけの営業となり、さらに昨年移転してリニューアルオープンした。前店に比べやや狭くなったが、その分プライバシーを配慮した個室が多くなった。この店に来たら、まずは生ビールと「生き渡り蟹の老酒漬け(酔っぱらい蟹)」、「鶏糸拉皮(チースーラーピー)」、「細切り堅豆腐と香菜のあえもの」、「きゅうりの叩きあえ」などの前菜を注文。この店にはいくつかの名物料理があるが、何と言ってもメインは「フカヒシの姿煮」。以前は大きさの違う2種類を選べたが、東日本大震災後は原材料の入手が困難となり、小さい方のみとなってしまった。それでも他店と比べて同等以上かそれ以上の大きさである。その他のお勧めは、「生き渡り蟹の玉子炒め」、「極上関西なまこと東坂肉の煮込み」、「黄ニラとホタテの炒め物(XO醤味:メニューになし)」、「薄切り紋甲イカと季節の野菜炒め」、「和牛のオイスター炒め」、「芝エビとトマトの炒め」、「緑野菜(空心菜、豆苗)のニンニク炒め(メニューになし)」、「豚肉団子と白菜の煮込み」、「豆腐の川海老の卵ソース煮」など。



- 住所:港区赤坂2-6-5 からす亭ビル1階 ●電話:03-3585-1231 ●定休日:日曜(11月以降は変更も) ●営業時間:月曜~金曜:11時半~14時、17時~22時、土・祝日11時半~22時 ●予算:生き渡り蟹の老酒漬け5,880円、細切り堅豆腐と香菜のあえもの(小)1,470円、ふかひれの姿煮(80g)7,350円 ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線、銀座線)赤坂見附駅のエスカレーターを上り、ベルビー赤坂1階に出る。赤坂エクセル東急ホテルが見える広い外堀通りとは逆の右の裏通りに出て左へ。「赤坂アルトビル」、「三菱東京UFJ銀行」、「サンクス」を過ぎ、信号を「セブンイレブン」、「バンコク酒場」側へ渡る。そして更に進むと、左に「24h Park japan」駐車場の隣(「鯛屋」の隣)。東京メトロ赤坂見附駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:ベルビー赤坂、三菱東京UFJ銀行、バンコク酒場 ●お勧めポイント:海鮮料理が旨い上海料理店

神楽坂 芝蘭 (ちーらん)

「芝蘭」は、板橋に本店を構える四川料理店である。かつて銀座にあった「芝蘭銀座店」と現在交詢ビルにある「趙楊」の2店は、銀座エリアで唯一現地の味に近い四川料理を食べさせてくれる店であった。既に閉店した芝蘭銀座店で初めて食べたとき、鮮烈な香辛料の使い方に感動したものだ。神楽坂店の方は今回が初めての訪問だが、現在の料理長は旧銀座店の二代目料理長で、四川省の成都から来ているということである。板橋の本店と姉妹店「Lou Ronルウロン」は神楽坂店ほど現地的な味にしていないので、今回は神楽坂店を紹介する。まずは、名物の「四川ダック、辛い四川ダック」と「地鶏の四川辛子ソース」を注文し、そして最後に「陳麻婆豆腐」と「汁なし担々麵」で締めというコースがお勧め。この店の辛い料理はもちろん美味しいが、シンプルな塩味などの辛くない料理も美味しいので、辛い料理の間に挟むといい。



- 住所: 新宿区神楽坂3-1 クレール神楽坂Ⅱ 2階(神楽坂かくれんぼ横町) ●電話: 03-5225-3225 ●定休日: 無休(年末年始のみ休業) ●営業時間: 11時~14時半、17時~22時 ●予算: 白いかに玉2,600円、芝エビの香り辛子炒め2,200円、白身魚・ビックリ唐辛子オイルかけ2,600円、牛ヒレ肉の辛子煮・香りオイルかけ2,000円 ●アクセス: 東京メトロ(東西線、南北線、有楽町線、大江戸線)神楽坂駅B3出口を出て、早稲田通りを右へ上る。「ファミリーマート」、「日高屋」を過ぎ、「ロイヤルホスト」、「サークルK」の角を右折。「PASSAGE」、「理窓会館」を過ぎ、「神楽坂仲通り」の看板が見えたら左折。「まかないこすめ」の手前の小路を左折すると見える黒い建物。飯田橋駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク: ロイヤルホスト、まかないこすめ ●お勧めポイント: 現地四川の辛い鮮烈な中華

二ーハオ 銀座店

かつて僕らが蒲田餃子ツアーを行ったとき、蒲田餃子トップ2に選ばれたのが、「二ーハオ 本店」と「中国料理 歓迎 本店」。焼き餃子に限定すれば「歓迎」の方に軍配が上がるが、焼き餃子以外の料理を含めた総合評価では「二ーハオ」の方が上、というのがこの僕らの一致した意見だった。最近、「二ーハオ銀座店」がオープンし、もう蒲田まで行かなくてもよくなった。もちろん、お勧めはこの店の名物「元祖羽根つき餃子」。この店の料理は、あくまでも家庭料理という位置づけなので、洗練された本格的な中華ではないが、銀座でこの値段を考えればそれほど悪くはない。その他のお勧めは「肉とニラの包み焼びん」、「辛みソースかけ水餃子」、「大根もち」、「ピータン豆腐」、「蒸し鶏の葱油かけ」、「サザエと胡瓜の和え物」、「じゃがいもと豚肉の炒め」、「ニンニク入り空心菜炒め」、「キクラゲ、玉子と豚肉の炒め」、「牛アキレスの醤油炒め」、「エビ炒めのレタス包み」、「イカと青梗菜の塩味炒め」、「白身魚の黒豆炒め」など。



- 住所: 中央区銀座2-4-6 銀座ベルビア館8階 ●電話: 03-3566-0218 ●定休日: 無休 ●営業時間: 平日・土曜: 11時半~14時、17時~22時半、日曜・祝日: 11時半~14時、17時~22時 ●予算: 元祖羽根つき餃子(5個)380円、肉とニラの包み焼びん(3個)500円、ニンニク入り空心菜炒め980円 ●アクセス: 東京メトロ(銀座線、丸の内線、日比谷線)銀座駅B4番出口を出て「テイジン・メンズショップ」、「GAP」の角を右折し、「和光・並木館」、「SUBWAY」「東京電力銀座支社」を過ぎ、通りを渡って「MIKIMOTO Ginza 2」の隣のビル。東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク: 東京電力銀座支社、MIKIMOTO Ginza 2ビル ●お勧めポイント: 蒲田にある元祖羽根つき餃子の名店

味芳齋 (みほうさい) 支店

この店の名物は「牛肉飯」。一見するとカレーのような色をしているが、実際に食べてみても、八角の効いたスパイシーな中華ビーフカレーといった感じだ。唐辛子、花山椒、豆板醤、八角などの香辛料でじっくりと煮込まれた牛頬肉は、辛さに重層感が有り、カレーとはまた違った後を引く辛さ。とても辛いため、添えられるモヤシとの相性は抜群である。食べ終えた後には顔から首筋にかけて汗がびっしょりとなり、夏に食べるとまるで風呂上がり状態。また食べたくなるような中毒性があり、西新橋の港屋の「冷たい肉そば」と共に東京B級グルメベスト10に選出したいほど。



- 住所: 港区芝大門1-10-1 全国たばこビル1階 ●電話: 03-3433-1095 ●定休日: 日曜 ●営業時間: 11時~15時、17時~22時
- 予算: 牛肉飯1,000円 ●アクセス: 都営地下鉄(大江戸線、浅草線) 大門駅A6出口を出て、次の信号(芝大門)を右折。200mほど進むと左に「芝パークホテル」が見えるのでその右向かいのビル。大門駅から徒歩5分。
- お勧めポイント: 東京B級グルメベスト10に選出したいスパイシー中華飯

天香回味 銀座中央通り店

中国式しゃぶしゃぶの「火鍋」は、大きく分けて台湾式や四川式、日本に近い北京式など地域ごとにいろいろある。最近では鍋を2つに仕切って一方に塩味で薬膳風味の「白湯」、もう一方に辛くて赤い「麻辣湯」が入っているダブルスープタイプが一般的。日本では中国最大級の火鍋専門チェーン店「小肥羊」が有名だが、僕は台湾のお茶会社が経営するこのモンゴル式火鍋店の方が好み。しかし、モンゴル式とうたっているにもかかわらず、この店の通常肉は羊ではなく、豚か牛肉なのは不思議に思えるが、これは日本人の好みに合わせたものと勝手に推察。しゃぶしゃぶとは言っても、北京式のようなタレがあるわけではない。スープ自体に濃いめの味付けがされているので、具とスープを一緒にお椀にすくって食べる。白湯: 麻辣湯2: 1の割合で食べるのがお勧めということだが、これは各自好みで変えればいい。基本的に具は辛い麻辣湯に入れて加熱するのがお勧め。なぜなら、辛い麻辣湯の方がクミンが効いており、スープカレーの様に後を引くからいいのである。ところで、最初のスープには味が付いているが、追加されるスープには味が付いていないのでご注意ください。今回の取材エリアの中に、同店舗はこの店も含めて6店舗。銀座エリアなら、銀座Velvia館にある銀座店(03-5524-7767)より、この中央通り店の方が席の間隔が広くて良い。個室を利用するなら、赤坂別館(03-5575-2314)の方が高級感があって良いのだそう。その他、日本橋本店(03-5255-7255)、赤坂店(03-5114-5789)、六本木店(03-5413-4567)などがある。もしも火鍋と小籠包を一緒に食べたいという方は、東銀座ADK松竹スクエア内にある「台湾海鮮(03-3544-1717)」がおすすめ。



- 住所: 中央区銀座7-9-15 GINZA gCUBE 9階 ●電話: 03-5537-2227 ●定休日: 無休 ●営業時間: 月曜~金曜11時~14時半、17時~21時40分(土日・祝日は20時40分まで)
- 予算: 土日・祝日限定の薬膳火鍋ランチ2,500円、薬膳鍋コース5,250円、6,500円、8,000円 ●アクセス: 東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線) 銀座駅A3番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「松坂屋」を通り、「銀座ライオン」の信号を左折し、その裏通りを右折するとすぐ。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩4分。
- 最寄りのランドマーク: 銀座ライオン7丁目ビル ●お勧めポイント: 薬膳テイストの中毒性の辛鍋

黒猫夜 赤坂本店、六本木店



日本の中華料理店のメニューは、どこに行ってもありふれた料理ばかりで、ワクワクするような料理に遭遇することが少ない。以前、横浜中華街には「大珍樓 別館(現在閉店)」という名店があり、地方色あふれる料理を供していた。同店閉店後、アヒルの舌料理が食べたいなあとと思って探していたら、偶然この店を見つけた。どちらかというと、中華料理屋というより中華居酒屋といった方がピンと来るような店だ。何せ置いている中国酒の種類が半端でないのだ。日本で中国酒といえば老酒と思っている人が少なくないが、老酒のような日本酒と同じ醸造酒(黄酒・ホワンチュウ)は、主に上海など揚子江流域・沿岸部の人が好きで飲む酒であって、中国で酒といえば焼酎の蒸留酒(白酒・パイチュウ:代表は茅台酒)がポピュラーなのである。この店には、中国本土でも手困難なプレミアム白酒が揃っているの、酒好きの方は行ってみる価値がある。最近、深夜5時まで営業している六本木店が俳優座裏にオープンしたが、こちらの店の評判もすこぶる良いようだ。両店とも遅くまで本格的な中華料理を食べることが出来て、使い勝手もいい。



【赤坂本店】

●住所:港区赤坂3-9-8 篠原ビル3階 ●電話:03-3582-3536 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:18時~23時 ●予算:前菜の盛り合わせ(小)1,600円、(中)2,600円、百家風鴨舌の炒め980円、麻辣ピータン780円、湖南蒸鮮魚(時価)、咸魚チャーハン1,100円、魚香茄子1,100円、その日の限定裏メニュー(スタッフに尋ねる) ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線、銀座線)赤坂見附駅のエスカレーターを上り、ベルビー赤坂1階に出る。赤坂エクセル東急ホテルが見える広い外堀通りとは逆の右の裏通りに出て左へ。すぐに右に「富士そば」が見えるので、そのビルの3階。東京メトロ赤坂見附駅から徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:ベルビー赤坂、富士そば、SUBWAY

【六本木店】

●住所:港区六本木4-9-1 佐竹ビル4階 ●電話:03-3497-0256 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:月曜~金曜:18時~翌4時、土曜18時~22時半 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅6番出口を出ると俳優座前なので、その横の小路に入ったビルの4階。六本木駅から徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:俳優座 ●お勧めポイント:中国居酒屋というジャンルでは、他の追随を許さない店

スキートポーツ



この店の焼き餃子は、棒餃子のように完全に皮が閉じられていない。濃厚で少し塩味の効いた餡がとても美味しく、ビールやご飯ともよく合う。30年くらい前に行って以来、何故か気に入って、突然思い出したように食べたいことがあり、数年ごとに訪れている。皮が厚めの水餃子も悪くないが、やはり、カリカリの焼き餃子の方がお勧めだ。但し、混雑する狭い店内は相席必至なので、それが嫌な方には向かない。



●住所:千代田区神田神保町1-13 ●電話:03-3295-4084 ●定休日:日曜・月曜 ●営業時間:火曜~金曜:11時半~15時、16時半~20時半、土曜:11時半~20時 ●予算:餃子小皿(8個)480円、中皿(12個)720円、大皿(16個)960円 ●アクセス:東京メトロ(半蔵門線)、都営地下鉄(新宿線)神保町駅A7番出口を出て左へ。次の「セイジョー」角の「神田すずらん通り」を左折してすぐ右(揚子江菜館向かい)。東京メトロ神保町駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:東京リスマチック、神田すずらん通り ●お勧めポイント:ビールを飲みながら焼き餃子、もしくは、ガッツリと餃子ライスをという方にお勧め

神田雲林、雲林坊

医局の先生を何度か連れて行ったことがある四川料理店。本店にあたる「神田雲林」は裏通りの2階にあり、少し分りにくい。店内は、中華料理店というよりフランス料理店のような雰囲気。どちらかという、日本人の味覚に合わせた四川料理であるが、どの料理もハズレがなくハイレベル。昼はほとんどの人が、麻婆豆腐を中心としたランチメニューを食べているが、夜はコースで頼む人が多い。しかし、アラカルトのメニューには魅力的な料理が多いので、中華料理に詳しい方ならアラカルトで注文するのがお勧め。なお、個室以外は禁煙である。

「雲林坊」は「神田雲林」の支店で、本店で人気の辛い麻婆豆腐と担々麺(汁なし、汁あり)に特化した店である。本店より割安な価格で食べることができ、とても人気がある。麻婆豆腐は本店に比べて豆腐の割合が多く、多少水っぽく感じられたが、この値段を考えるとそう悪くないと思う。むしろこの店では、「汁なし担々麺」の方が良かった。砕いたナッツが入っており、タレとよくかき混ぜて食べると、酸味と辛みのバランスが絶妙で、太麺とも良く絡む。なお、麺を食べる方は、券売機上の紙エプロンを装着することをお勧めする。この店は、通路を通るのもやっとという狭いカウンターだけの店であるが、清潔な上に禁煙であるので、とても快適に食べられる。



【神田雲林】

●住所:千代田区神田須田町1-17 第2F&Fロイヤルビル2階 ●電話:03-3252-3226 ●定休日:日曜(貸し切りの場合には営業可) ●営業時間:月曜~金曜:11時半~14時、17時半~21時25分、土曜・祝日:11時半~14時、17時半~21時 ●予算:本日の前菜盛り合わせ1,260円、激辛麻婆豆腐1,260円 ●アクセス:東京メトロ(丸の内線)、都営地下鉄(新宿線)淡路町駅A3出口を出て直進。「プロミス」を過ぎ、「りそな銀行」角を左折すると五叉路になるので、「六文そば」と小鳥のマークのビルの間の右斜め通りに入る。「加藤ビル」の右手前に竹が見えるので、そのビル。東京メトロ淡路町駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:りそな銀行 ●お勧めポイント:麻婆豆腐が美味しい洗練された四川料理

【雲林坊】

●住所:千代田区九段北1-5-5 東建ニューハイツ九段104 ●電話:03-6272-3613 ●定休日:日曜日 ●営業時間:11時半~15時、17時~22時 ●予算:汁なし担々麺800円、麻婆豆腐ご飯セット900円 ●アクセス:東京メトロ(東西線)、都営地下鉄(新宿線)九段駅5番出口を出て反対方向へ。「マクドナルド」、「啓文堂書店」の角を右折し、しばらく進むと右角にある。東京メトロ九段駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:啓文堂書店 ●お勧めポイント:麻婆豆腐と汁なし担々麺が美味しい

飲茶・点心の店2軒

どちらの店も飲茶・点心の専門店ではなく、本格的な広東料理店である。しかし、両店とも点心の美味しさが抜きん出ており、かなりの高級店であることを考えると、通常の料理を食べるにしても、点心をベースに追加的に注文した方が、満足感が得られると思う。そこで今回は、敢えて昼限定の飲茶・点心の店として紹介したい。



中華料理 龍天門



陳 啓明料理長の作る広東料理は、香港や北京の一流料理店と比較しても全く遜色がないくらい美味しい。そして、この店の点心師が更に素晴らしい(残念ながら、名前は存じ上げない)。飲み物を注文して暫し待つと、ワゴンサービスがやってくる。本日の点心の内容説明を受けてから選ぶのだが、ワゴンにないものもメニューには載っている。お勧めは、ワゴンの「海老入り蒸し餃子」、「スベアリの豆鼓蒸し」、「白身魚の黒胡椒蒸し」、「もち米の焼売」、「フカヒシのせ海老蒸し餃子」、メニューの「大根餅」、「海老の腸粉」など。目安として、1人当たり2~3セイ口くらい注文するといひ。僕はこの他に、「料理長季節のお勧めメニュー」が「龍天門麵飯セレクション」の中から追加注文するのが定番。



- 住所:目黒区三田1-4-1 ウェスティンホテル東京2階 ●電話:03-5423-7865 ●定休日:無休 ●営業時間:平日:11時半~15時(飲茶・点心タイム)、17時半~21時半、土日・祝日:11時半~16時半(飲茶・点心タイム)、17時半~21時半 ●予算:白身魚の黒胡椒蒸し600円、海老入り蒸し餃子(2個)480円、フカヒシのせ海老蒸し餃子(2個)520円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)恵比寿駅からJR恵比寿駅東口改札方面へ進む。1階に出て「atre EBISU」のエスカレーターを上り、JR恵比寿駅東口改札へ向かう。そこから恵比寿ガーデンプレイス方面へ向かうと、「ガストロノミー ジュエル・ロブジョン」の奥にある。東京メトロ恵比寿駅徒歩8分。JR恵比寿駅東口から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:atre EBISU、JR恵比寿駅東口改札、恵比寿ガーデンプレイス ●お勧めポイント:日本一の飲茶・点心が食べられるランチタイム

福臨門 魚翅海鮮酒家 銀座店、丸ビル店



銀座の旧店舗や大阪店、名古屋店、そして閉店した福岡店や福島店など全ての店に行ったことがあるが、この新しい銀座店は今回が初めての訪問。時間の都合上、今回は点心しか頂けなかったが、ネットなどで評論家が言うほど点心に関しては悪くなく、むしろ他店に比べると上出来なくらい。お昼の点心はレギュラーメニューが20種類あり、月替わりメニューが10種類ある。お勧めは、「フカヒシ入りスープ餃子」、「海老蒸し餃子」、「骨付きバラ肉の黒豆味噌煮」、「蟹玉子のせシューマイ」、「フカヒシ入り蟹肉小籠包」、「椎茸と海老すり身蒸し」、「ちまき」など。今回の対象エリアの中には丸ビル店もあるが、残念ながら行く時間がなかった。



- 【銀座店】●住所:中央区銀座5-4-6 ロイヤルクリスタル銀座7階 ●電話:03-6215-6996 ●定休日:月曜 ●営業時間:平日:11時半~15時、17時半~21時半、土日・祝日:11時半~15時半、17時半~21時 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A1番出口を出て、3つめの角「マツモトキヨシ」を左折し、並木通り「三笠会館」の向かいのビル。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:COACH、三笠会館
- 【丸ビル店】●住所:千代田区丸の内2-4-6 丸の内ビルディング36階 ●電話:03-3283-2002 ●定休日:無休 ●営業時間:平日、土曜:11時~15時、17時~21時半、日曜・祝日:11時~15時半、17時~21時 ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線)東京駅、JR東京駅の丸の内南口を出て、正面のビル。駅の地下道からも直結。東京駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:東京駅丸の内南口 ●お勧めポイント:香港の有名中華料理店の飲茶・点心 ●予算:フカヒシ入りスープ餃子(1個)1,680円、海老蒸し餃子(4個)1,155円、骨付きバラ肉の黒豆味噌煮1,050円、金鶏の姿揚げ(半羽)5,250円、(1羽)10,500円

小籠包の店3軒

最近のB級中華で人気なのは、小籠包とその仲間の焼き饅頭(上海では“生煎饅頭”、台湾や香港では“生煎包”や“水煎包”と呼ばれる)。今回はこの中から、小籠包の美味しい3店を紹介したい。今回紹介する3店は、台湾系の「鼎泰豊 ディンタイフォン」と「京鼎樓」、そして中国本土系の「南翔饅頭店」である。いずれの店もこのエリアの中では、最高レベルの小籠包の店。以下、勝手ながら僕好み順で紹介する。



鼎泰豊 東京店、カレッタ汐留店



鼎泰豊(ディンタイフォン)は台北に本店のある小籠包の専門店。1993年のニューヨークタイムズ・世界10大レストランに選ばれたこともある。日本では中国デザート専門店「唐朝」などを展開する“アール・ティー・コーポレーション”が経営している。但し、日本全国の高島屋に入っているので、お近くに高島屋がない方におみお勧めである。



【東京店】●住所:中央区日本橋2-4-1 日本橋高島屋 地下2階 ●電話:03-3211-4111 ●定休日:不定休(高島屋に準ずる) ●営業時間:11時~21時半 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、東西線)、都営地下鉄(浅草線)日本橋駅B1,B2番出口を出てすぐ。東京メトロ日本橋駅から徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:日本橋高島屋

【カレッタ汐留店】●住所:港区東新橋1-8-1 カレッタ汐留地下2階 ●電話:03-5537-2081 ●定休日:不定休(カレッタ汐留に準ずる) ●営業時間:11時~22時 ●アクセス:都営地下鉄(大江戸線)汐留駅から地下通路を通り、電通本社ビル方面に向かう。もしくは、JR新橋駅から汐留方面への地下通路を通り、日本テレビ前を通ぎ、電通本社ビル方面に向かう。都営地下鉄汐留駅から徒歩1分、JR新橋駅から徒歩5分 ●最寄りのランドマーク:電通本社ビル ●予算:小籠包3種盛り1,050円 ●お勧めポイント:サッパリ系小籠包

南翔饅頭店 六本木ヒルズ店



上海発祥の小籠包の老舗専門店。この店のお勧めは、「上海蟹みそ入り小籠包」や「上海蟹みそ入り春巻き(2個)」、「上海蟹みそ入り海老団子(2個)」など濃厚系の上海蟹の点心。濃厚なだけに好みが分かれるかもしれないが、食べた後に、ミルク風味の杏仁豆腐を食べればサッパリしていい。



●住所:港区六本木6-10-1 六本木ヒルズ ヒルサイド1階 ●電話:03-5413-9581 ●定休日:不定休(施設に準じる) ●営業時間:11時~22時半 ●予算:上海蟹みそ入り小籠包1,449円、上海蟹みそ入り春巻き(2個)945円、上海蟹みそ入りエビ団子(2個)945円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅の地下通路を通り、六本木ヒルズ(西麻布)方面に進み、エスカレーターで上がればすぐ。東京メトロ六本木駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:六本木ヒルズ ●お勧めポイント:夜遅くまでやっている濃厚系小籠包の店

京鼎樓 恵比寿本店



台北にも支店を持つ小籠包などの点心がメインの店。コンセプトは、カフェのようなカジュアルな雰囲気の中華料理店ということらしい。他の店とは異なり、ウーロン茶葉を皮に練り込んだ「烏龍小籠包」や皮と餡に辛みを効かせた「辛辣小籠包」など変わり種も揃って美味い。前出の2店ほどの料理も結構美味しいが、この店では小籠包がお勧めだ。

●住所:渋谷区恵比寿4-3-1 Qiz EBISU(クイズ恵比寿)2階 ●電話:03-5795-2255 ●定休日:無休(12/31~1/3は休み) ●営業時間:月曜~土曜:11時半~14時半、17時半~23時、日曜・祝日:11時半~15時、17時半~22時 ●予算:小籠包(6個)790円、(10個)1,250円、蟹肉小籠包(6個)1,250円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)恵比寿駅からJR恵比寿駅東口改札方面へ進む。1階に出て「atre EBISU」のエスカレーターを上り、JR恵比寿駅東口改札へ向かう。そこから「恵比寿1~4丁目方面」の階段を下りると、目の前にあるガラス張りのベランダがあるビル。東京メトロ恵比寿駅徒歩5分。JR恵比寿駅東口から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:atre EBISU、JR恵比寿駅東口改札 ●お勧めポイント:夜遅くまでやっているスタンダードな小籠包の店

焼き鳥、串揚げ、シュラスコ、焼肉、韓国料理

炭火串焼き 銀座 荻



人形町の炭火串焼き店「荻」の銀座店。この種の店にしてはワインが充実しており、気軽にワインと焼き鳥のマリアージュを楽しむことができる。ワインは、シャンパン「サロン」やDRC「ロマネ・サンヴィヴァン」などの高級ワインも揃っており、店内が全面禁煙な点もグット。開店当初に比べると、やや火の通し方が強くなったのは残念だが、それでも美味しい焼き鳥であることには変わりない。アラカルトは、一通りコースを食べた後に追加注文可能なので、まずは最も安い3,490円の5本コースを注文し、その後でアラカルトを注文することをお勧めする。アラカルトは季節によって変わるものもあるが、一番のお勧めは、僕が日本一と思う「つくね」の他、「トマト巻き」や「羊羽先」など。なお、コースには、自家製フレッシュビュッフェとレバーペースト(クロスティーニ)、コラーゲンスープなども含まれている。なお、この店の焼き鳥は、全般的に塩がピシッと効いている。薄味が好みの方には向かないのでご注意ください。



●住所:中央区銀座5-9-19 銀座MCビル4階 ●電話:03-3574-9415 ●定休日:日曜・祝日、第3土曜 ●営業時間:平日:17時半~22時、土曜:17時半~20時 ●予算:5本コース3,490円、8本コース4,730円、10本コース5,380円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A5番出口を出て、次の角「SONOKO 美白銀座」を右に曲がると左に見えるビル。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:日産ギャラリー ●お勧めポイント:リーズナブルな価格のワインと焼き鳥が楽しめる店

参 丈 (たけさん)



人形町にありながら東京最高レベルの焼き鳥を食べさせてくれる店。僕は創作系焼き鳥を食べるなら「銀座 荻」が、内臓系を含む焼き鳥を食べるならこの店が良いと思う。特にお勧めは、「そろばん(首の肉)」、「さえずり(食道)」、「みさき(メス鶏のテール)」、「丸ハツ」など。まずはコースで食べて、後で食べたいものを追加する方が安くても良いかも知れない。そして締めには親子丼よりも鶏飯の方がサッパリとしていていい。店内はカウンターのみで決して広くないので、予約なしには入れない。「銀座 荻」同様この種の店にしてはワインが充実している。ワインは新世界ものが中心であるが、非常にセレクションの良いワインがラインナップされている。価格もリーズナブルで焼き鳥と共にコストパフォーマンス抜群の名店である。



- 住所:中央区日本橋人形町2-25-11 ●電話:03-3639-1129 ●定休日:日曜、祝日の月曜 ●営業時間:17時半~24時(品切れに次第閉店)
- 予算:お任せ7本1,785円、お任せ10本2,520円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)、(都営浅草線)人形町駅A3番出口を出て右へ。「天下一ラーメン」、「中央内科クリニック」を過ぎ、信号を左折し、「居酒屋ンディーク」の角を右折するとすぐ右。東京メトロ人形町から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:中央内科クリニック ●お勧めポイント:東京最高レベルの焼き鳥店

六 覺 燈 (ろっかくてい)



マスコミにも露出の多い大阪の人気串カツ店。銀座には大阪キタにある「最上」の支店もあるが、今回はこの店を紹介する。この店のコンセプトはワインと串カツなので、ワインは比較的充実している。素材や火の通し方は良いが、揚げ油のせいだろうか？素材によって後味に苦みが残るのがいつも気になる。サービスも良いし、入って左の禁煙席と右の喫煙席に分煙されている点も良い。平日は予約がないと入れないほど混み合うが、日曜日は比較的に入りやすい。開店当初と異なり、営業時間が17時からとなった。



- 住所:中央区銀座6-8-7 交詢ビル4階 ●電話:03-5537-6008 ●定休日:火曜 ●営業時間:17時~22時 ●予算:15,000円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て直進し、2つめの「フェラガモ」ある交差点を右折。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:フェラガモ ●お勧めポイント:串カツとワインが楽しめる

ブラジリアンバーベキュー「シュラスコ」の2店

「バッカーナ銀座」バルバッコア クラシコ 丸の内店

「シュラスコ」とは、鉄串に牛肉や豚肉、鶏肉、果物などを刺して炭火の遠赤外線ですっきりと焼かれたもの。軽く塩味が付いており、ニンニクやハーブなどで香り付けしているものもある。そのまま食べても美味しいが、どの店も2種類くらいのソースが付いてくる。これまで、「シュラスコ」というものは知っていたが、ブラジルに行ったことのない僕は今まで食べたことがなかった。しかし、東京で初めて本格的なシュラスコを体験して以来、アメリカで初めて美味しいステーキを食べた時以来の肉の旨さに感動。和牛で味わう脂肪の甘さとは全くの別物で、肉をよく知る肉文化だからこそ生まれたシンプルな料理である。店のシステムは、基本料金の中に肉の食べ放題とデザート・サラダの食べ放題が含まれる。デザート・サラダは自分で取りに行くが、肉はプラスチックの札をスタートにするとストップに変えない限り、鉄串を持った店員が何度でもやって来て切り分けてくれる。特に牛肉はいろいろな部位を楽しむことができ、特に「ピッカーニャ(腰から尻にかけての部位=イチボ)」や「コステラ・デ・ボイ(スペアリブ)」が美味しい。また、日本では販売していないゼブ牛のコブ「クッピン」は意外に美味しくない。今回は銀座エリアの中から2つの店を紹介する。2店は味的にはほぼ同じであるが、「バッカーナ銀座」の方が1,000円くらい値段が安い。しかし、箱が大きく人気の「バルバッコア クラシコ 丸の内店」の方が肉の回転が良いので、肉の焼き上がりがジューシーで、サラダやフィジョーダなど肉以外の食べ物も充実している。



【バッカーナ銀座】

●住所:中央区銀座8-8-1 出雲ビル地下1階 ●電話:03-6228-5627 ●休休日:無休 ●営業時間:ランチ:月曜~金曜:11時半~14時、土日・祝日12時~15時、ディナー:月曜~土曜17時半~22時、日曜・祝日17時半~21時 ●予算:4,500円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「フェラガモ」、「とらや」の前を通り、赤褐色の「銀座資生堂ビル」を右折してすぐ左。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩3分。②東京メトロ新橋駅1番出口を出て野村証券の前を通り、次の信号を左折して中央通りに入る。銀座方面に進み、高速道路の下をくぐって「博品館」の前を少し進み「銀座資生堂ビル」を左折するとすぐ左。東京メトロ新橋駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:銀座資生堂ビル ●お勧めポイント:銀座中心部で唯一のシュラスコ店

【バルバッコア クラシコ 丸の内店】

●住所:千代田区丸の内1-5-1 新丸の内ビル6階 ●電話:03-5224-5050 ●休休日:不定休(新丸の内ビルに準じる) ●営業時間:ランチ:平日11時~14時、土日・祝日11時~15時、ディナー:平日17時~22時、土曜17時~22時、日曜17時~21時 ●予算:5,800円 ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線)東京駅、JR東京駅の丸の内北口を出て、「丸の内オアゾ」隣の正面のビル。駅の地下道からも直結。東京駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:東京駅丸の内北口 ●お勧めポイント:学会場からも徒歩で行ける本格的シュラスコ店

まつじん(松尾ジンギスカン)



北海道のジンギスカンには、焼いた肉をタレにつけて食べるものと、あらかじめ肉がタレに浸った味付きジンギスカンとがある。「松尾ジンギスカン」は、北海道ナンバーワンの味付きジンギスカンであり、フランチャイズ店や直営店で食べられる。「まつじん」は松尾ジンギスカンの直営店であり、北海道以外では、ここ銀座でしか食べることができない。本店がある北海道滝川市から毎日直送され、北海道と全く同じ状態で食べられる。まだ食べたことのない方は、是非一度食べてみてほしい。お勧めはズバリ、「特上ラムジンギスカン(商品名“チョッチャンラム”)」だ。



- 住所:中央区銀座5-9-5 チアーズ銀座2階 ●電話:03-3572-2989 ●定休日:無休(12/30~1/3を除く)
- 営業時間:11時~14時半,17時~23時 ●予算:特上ラムジンギスカン1,280円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A5番出口を出て「SONOKO美白銀座」を過ぎ、次の「ミヤマ商会」の角を右に曲がると、右手に見えるビル。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:日産ギャラリー ●お勧めポイント:北海道ナンバーワンの味付きジンギスカン

みすじ



南青山にある人気焼肉店「よろしく」の2号店。焼き肉屋にしては小綺麗な店内のほとんどが、サラリーマン客で占められている。僕の一押しは「並じゃないミスジ」。しゃぶししゃぶの肉のように薄い肩ロースなので、片面をサッと焼いて、タレにちょっとつけて、味付葱を挟んで食べるのがお勧め。他に、「厚切り上タン」、「シャトーブリアン」、「ハツ」、「ぶつ切りユッケ」、「赤スープ」なども外せない。この店のタレは基本的に甘めなので、タレよりも塩コショウがお勧め。場所柄からなのか、焼肉店にしてはワインもそれなりに置いている。



- 住所:港区赤坂3-16-3 伊勢幸ビル2階 ●電話:03-5573-8929 ●定休日:無休 ●営業時間:17時~23時 ●予算:シャトーブリアン2,780円、厚切り上タン2,280円、ぶつ切りユッケ1,180円、並じゃないミスジ1,480円、ハツ880円 ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線、銀座線)赤坂見附駅のエスカレーターを上り、ベルビー赤坂1階に出る。赤坂エクセル東急ホテルが見える広い外堀通りとは逆の右の裏通りに出て左へ。すぐ右手に「富士そば」が見えるので、その角を右折。次の「Daily YAMAZAKI」、「ダイコクドラッグ」の交差点を左折し、「土佐料理 祢保希」を過ぎると右角にあるビルの2階。東京メトロ赤坂見附駅から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:ベルビー赤坂 ●お勧めポイント:ワンランク上の焼肉を体験したい方に

プロカンジャンケジャン 赤坂店



入り口には“ソウルでしか食べられなかったあのプロカンジャンケジャンが、ついに、赤坂に上陸！”というキャッチコピーが。この店は「プロカンジャンケジャン」日本第1号店とのこと。“カンジャンケジャン”とは、生のワタリガニの生姜ニンニク風味の醤油漬けである。韓国西海産のワタリガニを使用しているらしいのだが、日本のものに比べると小ぶりながら、オレンジ色の内子と身がピッシリと詰まっいて美味しい。この他に、辛口の「ヤンニョムケジャン」もある。ワタリガニ料理だけでなく、他にアンコウ料理や韓国名物のテナガダコ料理もある。昼のランチタイムは、若干割安となっている。



●住所：港区赤坂3-11-7 ソシアル赤坂ビル2階 ●電話：03-3588-8778 ●定休日：無休 ●営業時間：月曜～金曜11時半～14時半、17時～23時、土日・祝日11時半～22時半 ●予算：カンジャンケジャン1匹3,570円、2匹6,825円 ●アクセス：東京メトロ(丸ノ内線、銀座線)赤坂見附駅のエスカレーターを上り、ベルビー赤坂1階に出る。赤坂エクセル東急ホテルが見える広い外堀通りとは逆の右の裏通りに出て左へ。「赤坂アルトビル」を過ぎ、「三菱東京UFJ銀行」を過ぎ、「サンクス」を過ぎるとすぐ右のビル。東京メトロ赤坂見附駅から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク：ベルビー赤坂、三菱東京UFJ銀行 ●お勧めポイント：ケジャンや中華の「酔っぱらい蟹」が好きな方に

うどん、蕎麦、ラーメン

うどん 丸香(まるか)



近年の讃岐うどんブームは、「はなまる」や「丸亀製麺」のような全国展開するチェーン店を出現させた。冷たいうどんはこれらの店でもそれなりに美味しいが、温かいうどんが美味しいと思ったことはない。つまり、温かいうどんこそ、その店の実力がしやすいのだ。「丸香」の温かいうどんは本当に美味しく、汁物の「肉うどん」か、ぶっかけタイプの「釜玉」がお勧め。特に、「肉うどん」は、濃厚な鯉の出汁と玉葱、牛肉などがよくマッチしている。生姜が添えられるが、出汁には合わないので、注文の際に入れないように言うか別盛りにするよう言っておいた方がベター。「じゃこ天」、「げそ天」、「ちくわ天」など魅力的なトッピングの中からのベストチョイスは、コシウウのきいた「かしわ天」。そのまま食べても美味しいし、「肉うどん」の汁に浸して食べると2度美味しい。茹でる直前に製麺機で切られる麺は、表面が滑らかでコシも丁度良い。現地で食べる讃岐うどんは無骨な感じがするが、この店のうどんは洗練された味わい。行列必至の人気店なので、開店5分前の10時55分に並ぶのがお勧め。なお、店内は写真撮影禁止なのでご注意ください。



- 住所:千代田区神田小川町3-16-1 ニュー駿河台ビル1階 ●電話:非公開 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:月曜~金曜:11時~19時半、土曜:11時~14時半(基本的にうどんがなくなり次第閉店) ●予算:肉うどん(温)630円、釜たま(熱)460円 ●アクセス:東京メトロ(半蔵門線)、都営地下鉄(新宿線)神保町駅A5番出口を出て左へ、2分歩くと左にマクドナルドが見えるので、その角を左に曲がると20メートル右側。東京メトロ神保町駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:マクドナルド、三井住友銀行、区立お茶の水小学校 ●お勧めポイント:東京最高レベルの讃岐うどん

名古屋カレーうどん煉



この店のカレーうどんを食べたとき、かつて僕が作成した「名古屋B級グルメバイブル」の名古屋カレーうどんランキング第4位の「錦」を思い出した。聞くところによれば、「錦」の店主にレシピを教えてもらい、この店を開店したとのこと。100%同じというわけではないが、かなり本物に近い感じだ。東京では「古奈屋」のようなマイルド系カレーうどんが人気だが、僕はこの店のようなスパシーな名古屋流が好み。具はシンプルな厚めの揚げがメインで、あとはネギと僅かな豚小間のみ。香りを出すために直前にカレー粉をといっているため、多少粉っぽさはあるが、麺は讃岐うどんの様なコシがあっていい。飲んだ後の締めには、ど真ん中のカレーうどんだ。



- 住所:中央区銀座6-4-15 銀座数寄屋ビル1階 ●電話:03-3573-2882 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:11時~14時、17時半~翌1時 ●予算:カレーうどん850円 ●アクセス:①JR有楽町駅を出て、有楽町マリオン前の数寄屋橋交差点を「モザイク銀座阪急(旧・阪急デパート)」側へ渡る。モザイク銀座阪急の右側にある「数寄屋通り」を新橋側へ進み、一本通りを渡るとすぐ右側。②東京メトロ(銀座線、丸の内線、日比谷線)銀座駅C2番出口を出て、モザイク銀座阪急の横の数寄屋通りを新橋側へ進み、一本通りを渡るとすぐ右側。JR有楽町駅、数寄屋橋交差点から徒歩4分、東京メトロ銀座駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:モザイク銀座阪急 ●お勧めポイント:飲んだ後の締めに最適な名古屋カレーうどん

流石(さすが)本店、銀座うどん 流石 琳

和食、居酒屋、おでんの
頁(22頁)を参照

そば処 港屋



今回取材した中で、最もB級グルメっぽいインパクトのある立ち食い蕎麦屋。蕎麦屋と言っても、蕎麦の香りとか繊細な喉越しを楽しむような蕎麦ではない。いわゆる体育会系のガツン系蕎麦だ。まずは入り口で食券を購入し、お盆を持って学食のように並ぶ。蕎麦を受け取ったら、後ろが狭く肘がぶつかりそうなくらい窮屈なテーブルで頂く。お勧めは「冷たい肉そば」。口を含むと「本当に蕎麦？」と思うくらいコシがある。蕎麦の上には、甘辛の牛肉やネギ、ゴマ、刻み海苔がのっている。ラー油がタップリと入ったつけダレに、入れ放題の生卵や天かす、唐辛子などを加えて食べる。麺は一般的な蕎麦店の1.5人前くらいあり、大盛りの量は半端でない。逆に小食の方は、食券を買うときに、「麺を少なめに」と言っておいた方が良くらい。



- 住所:港区西新橋3-1-10 ●電話:03-5777-6921 ●定休日:土曜、日曜、祝日 ●営業時間:11時半~20時
- 予算:冷たい肉そば850円 ●アクセス:JR新橋駅烏森口を出て、真っ直ぐに虎ノ門方面へ進む。「ケンタッキーフライドチキン」、「中華そば 幸楽苑」、「新橋志乃多寿司」を過ぎ、更に進んでキョーコマンが入居しているビルの交差点(西新橋交番前)を左折する。しばらく進み、環状2号線の工事現場を過ぎてすぐ角の黒い建物。新橋愛宕山東急インの斜め向かい。JR新橋駅から徒歩10分、東京メトロ新橋駅から徒歩11分 ●最寄りのランドマーク:新橋愛宕山東急イン ●お勧めポイント:蕎麦とは思えない未体験のつけ麺肉蕎麦

松翁 (まつおう)



神田神保町1km四方のエリアには、この店も含め、「スポーツ」や「インドカレー・カーマ」、「うどん 丸香」など、魅力的な店が集まっている。店の外観もそうだが、ドアを開けて入っても中はごく普通の蕎麦屋。壁にはメニューの張り紙などがあったりして、とても美味しいものを食べさせる雰囲気ではない。この日訪れたのは土曜のお昼。ウィークデーでなかったせいか、客の半分以上が日本酒と蕎麦屋の“あて”を楽しみながら、最後に冷たい蕎麦を食べていた。メニューにはないが、日本酒のセレクションも悪くない。驚いたことにこの店の天ぶらは、一品一品出来たてを供する。味も天ぶら専門店顔負けの美味しさである。なので、酒の肴に天ぶらを注文するか「天だね」の蕎麦がお勧めである。1番のお勧めは、並蕎麦と季節の変わり蕎麦が入った「二色天もり」。つけ汁は「濃口」と「薄口」の2種類から選ぶことができる。鉄瓶で供される濃厚な蕎麦湯も美味しい。大食漢の方ならこの店で食べて、更にすぐ近くにある「インドカレー・カーマ」が「うどん 丸香」でも食べたいくらいの魅力的なエリア。



- 住所:千代田区猿楽町2-1-7 ●電話:03-3291-3529 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:平日:11時半~15時半、17時~20時、土曜:11時半~16時 ●予算:二色天もり2,350円、ざるそば(生粉打ち)950円 ●アクセス:東京メトロ神保町駅(半蔵門線、都営新宿線)A5番出口を出て左へ。「ampm」、「富士そば」を過ぎ、2分歩くと左に マクドナルドが見えるので、その角を左に曲がる。超人気店の讃岐うどん店「丸香」を過ぎ、「インドカレー・カーマ」を過ぎ、「メーヤウ」の小路を右折して通りに出ると左に見える。東京メトロ神保町駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:マクドナルド、三井住友銀行、区立お茶の水小学校 ●お勧めポイント:蕎麦も天ぶらも美味しい優良店

蕎麦 案山子 (かかし)

店内は蕎麦屋とは思えない明るく現代的な造りで、カウンターもある。この店は蕎麦を食べるだけではもったいない。お酒と蕎麦を楽しむべきである。日本酒の他、焼酎やワインまである。まずは、三重の「而今」か山口の「貴」を注文。肴は「焼き味噌」や「砂肝コンフィ」、「カブの茎味噌チーズ」、「うすい豆腐」などを注文。そして最後には冷たい「ざる蕎麦」で締めたい。この店の冷たい蕎麦は香りがあり、特につけ汁が素晴らしい。しかし、「ざる蕎麦」の量は「かんだ やぶそば」なみに少ないので2枚は最低必要。残念ながら天ぷらものはない。



- 住所: 港区芝2-12-9 波ビル1階 ●電話: 03-6272-4416 ●定休日: 土曜・祝日 ●営業時間: 平日: 11時15分~14時、18時15分~22時、日曜: 12時~15時 ●予算: ざる蕎麦770円(蕎麦の追加630円) ●アクセス: ①JR浜松町駅・金杉橋口を出て、目の前の角を右折し、「ジャパン美容外科」、「宝くじ売り場」が見える方向に進む。しばらく進むと「吉野家」がある広い通りに出るので、信号を渡って高速道路の見える左方向に進む。高速の下を通り、「TULLY's COFFEE」を過ぎ、歩道橋のある「住友不動産芝ビル4号館」角を右折するとすぐ右。JR浜松町駅から徒歩10分。 ●最寄りのランドマーク: 住友不動産芝ビル4号館、金杉橋南交差点 ●お勧めポイント: お酒を飲みながら最後に「もり蕎麦」というスタイルの方に

六厘舎 TOKYO

昨年、東京・大崎にあった行列つけ麺店「六厘舎・本店」が閉店してしまい、どうするのかわかっていたら、この度、東京駅地下に復活。以前は外で1時間くらい並んでいたことを考えると、空調が効いた地下街にあるこの店はかなり快適。この店には中華そばもあるが、ほとんど全ての人がつけ麺を注文する。モーニングの頁で「朝つけめん」を取り上げたが、本当のお勧めは、六厘舎オリジナルの「濃厚魚介系つけ麺」。



- 住所: 東京駅八重洲南口地下1階 ●電話: 03-3286-0166 ●定休日: 無休 ●営業時間: 11時~22時 ●予算: 朝つけめん630円(7時半~9時45分)、味玉つけめん950円(11時~22時) ●アクセス: JR東京駅の八重洲口地下中央改札口より出てすぐの一番街地下1階ラーメンストリート内 ●お勧めポイント: 濃厚魚介系つけ麺の先駆け

銀座 朧月



看板に濃厚つけ麺と中華そばと書いてあるが、お勧めはつけ麺。濃厚つけ麺を名乗っているように、スープはかなり濃厚だ。魚介系のだしが効いているので、ドロドロした豚骨スープとのバランスは悪くない。更に、スープの表面には、一般的に用いられる魚粉ではなく、マー油のようなクロっぽい魚介系香味油が浮いている。もちろん、太めの麺との相性もバッチリだし、食後のスープ割りも旨い。神田やお茶の水周辺にはありそうだが、銀座界隈では貴重な一軒だ。



●住所:中央区銀座6-3-5 ●電話:非公開 ●定休日:日曜 ●営業時間:月曜～金曜:11時半～15時半、17時半～22時半、土曜:11時半～15時半、17時～21時 ●予算:濃厚つけ麺(並)750円、特製つけ麺(並)950円 ●アクセス:①JR有楽町駅を出て、有楽町マリオン前の数寄屋橋交差点を「モザイク銀座阪急(旧・阪急デパート)」側へ渡る。「モザイク銀座阪急」の右側にある「数寄屋通り」を新橋側へ進み、一本通りを渡るとすぐ右側。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅C2番出口を出て、モザイク銀座阪急の横の「数寄屋通り」を新橋側へ進み、一本通りを渡るとすぐ右側。JR有楽町駅から徒歩4分、東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:モザイク銀座阪急 ●お勧めポイント:銀座で食べられる最高レベルのつけ麺

香味徳



鳥取県中央部の琴浦町には、ご当地ラーメンの中でも珍しい牛骨スープのラーメンが存在する。この「香味徳」は、琴浦町から進出した人気の鳥取牛骨ラーメン店である。まずは、自動販売機で食券を買って注文する。出てきたラーメンは、コムタンスープのようなコラーゲンたっぷりの味。薄口醤油ベースのタレと合わせられ、澄んでいて臭みは全くない。口に含むと多少脂っぽく感じるが、ブラックペッパーがいいアクセントになっていて、後味はアッサリした感じだ。また、細めの縮れ麺とスープの相性もすこぶる良い。昼間にわざわざこのラーメンだけを食へに行くほどの店ではないが、油そばの「CHABUYA Zutto Branch」や名古屋カレーうどん「焔」のように、飲んだ後の締めにはうってつけの店。



●住所:中央区銀座1-13-6 ヤマトビル1階 ●電話:03-3561-5190 ●定休日:無休 ●営業時間:11時～翌1時半(日曜・祝日は11時まで) ●予算:香味徳ラーメン700円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B2番出口を出て、反対側の築地側に向かう。広い昭和通りの信号の1本手前の角(EXELCOや三共カメラのところ)を左折。「WINS」を過ぎ、「ホテルモントレー銀座」過ぎたらすぐ左。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩6分。 ●最寄りのランドマーク:ホテルモントレー銀座 ●お勧めポイント:夜の締めに使いたい鳥取の地域限定の牛骨ラーメン店

CHABUYA Zutto Branch



昨年、森住氏が率いる「ちゃぶ屋」グループの「香港MIST」が、ミシュラン香港・マカオ2011年版で一つ星を獲得。その森住氏が新たに日本で展開したのがこの油そば専門店である。「つけ麺」全盛のラーメン業界にあって、「油そば」はかなりマイナーな存在であるため、専門店も少ない。このエリアで僕が行ったことのある店を思い出してみても、赤坂の「あぶらそば専門店・ぶらぶら」と赤坂・銀座・広尾の「油そば・東京油組総本店」、新橋の「油そば専門店・油や」くらいしか思いつかない。しかし、この店と他店との決定的な違いは、①麺を茹でた後に一度冷水で締め、再び温めることでコシをアルデンテ状態に保っていること。②麺にタレをかけた後、そのまま出して客がかき混ぜるのではなく、料理人が油を乳化するまでしっかりとかき混ぜ合わせてから出されること、などである。この店の油そばは、基本的に塩と醤油の2種類あるが、お勧めは「特・牡蠣あぶらそば醤油」。イタリア産のオリーブオイルに、牡蠣や鰹のエキス、砕いた落花生などが入っており、シンプルで洗練された中にも複雑な深い味がする。更に濃厚さを求めるなら、温泉卵をトッピングするのがお勧め。厚めに切られたチャーシューやメンマなどの脇役も非常に高いレベル。また、油そばに付いてくる鶏のスープは、食べ終わった後にそのまま飲んで、ドンプリにうすら残った汁に入れて割って飲んでもいい。麺は通常のもの他に「スビルリナ」という緑麺があるが、こちらはコシがなくお勧めできない。店内はカフェバーのようなオシャレな感じで、酒を飲みながらつまみを食べ、最後に油そばで締めてもらおうという趣向が見て取れる。



●住所: 新宿区舟町7番地 ポワロービルディング1階 ●電話: 03-5919-0752 ●定休日: 月曜 ●営業時間: 11時~翌2時半(日曜のみ11時~22時半) ●予算: 特・牡蠣あぶらそば醤油850円 ●アクセス: 東京メトロ(丸ノ内線)四谷三丁目駅2番出口を出て左へ。四谷消防署の角を左折し、「グルメシティー」の前を通り、少し進むとY字路に出る。表通りにラーメン店が並んでいるが、そのうちの1軒。東京メトロ四谷三丁目駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク: 四谷消防署 ●お勧めポイント: これまでの概念を覆す新世代の油そば

めん徳二代目 つじ田 神田お茶の水店



最近流行の魚介系醤油つけ麺の店。この神田お茶の水の店、銀座に近い麹町にも支店があるが、食べ比べてみた結果、こちらの方が美味しかったので、この「神田お茶の水店」を掲載することに。比内地鶏や豚骨、羅臼昆布、利尻昆布、日高昆布、根昆布など、十数種類の食材から作られた魚介系スープと太麺との相性は最高だ。麺にスタチや黒七味をかけて食べるのがこの店の流儀だが、僕は何もかけないで食べる方が好み。冷やもり、温もりの両方が注文可能だが、お勧めは冷やもり。持ち帰り用のおみやげも販売している。



●住所: 千代田区神田小川町1-4 和田ビル1階 ●電話: 03-5256-3200 ●定休日: 不定休 ●営業時間: 月曜~金曜: 11時~23時、土日・祝日: 11時~21時(売り切れ終了) ●予算: 特製二代目つけめん1,200円、二代目つけめん980円 ●アクセス: 東京メトロ(丸ノ内線)淡路町駅、都営地下鉄(新宿線)小川町駅A5番出口を出て、後ろの「宮地楽器 神田店」方向に進むとすぐ右側。東京メトロ淡路町駅、小川町駅から徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク: 宮地楽器 神田店 ●お勧めポイント: 東京を代表する魚介系つけ麺

銀座 いし井



「めん徳二代目 つじ田」にいたスタッフが開いた店。まずは外で食券を購入する。行列ができていれば外で並ばなくてはならないが、予め注文と人数を聞いてもらえるので、席に着くとあまり待たずに出てくる。魚介系のスープも、スタチや黒七味を用いた食べ方も「めん徳二代目 つじ田」と全く同じである。トータルで評価しても「めん徳二代目 つじ田」に決して劣っていないので、わざわざ神田まで出かけたくない方はこちらで食べても十分満足できる。銀座でつけ麺が食べたくなったら「銀座 臙月」と共にお勧めしたい。昼間のランチタイムにはかなり行列ができるので、できれば13時半以降が夜がお勧め。



●住所:中央区銀座3-8-4 ●電話:03-6228-6998 ●定休日:不定休 ●営業時間:平日:11時~22時、土日・祝日11時~21時 ●予算:中華せいろ(特)1,200円、中華せいろ880円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸の内線、日比谷線)銀座駅A6番出口を出て、銀座三越デパート新館の方へ向かう。銀座三越新館を過ぎ、銀座ピアスと傳八の間を抜けてすぐに左折し、銀座ピアスにそって進む。「海洋土木東京本社」を過ぎるとすぐ左側。東京メトロ銀座駅より徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:銀座三越デパート新館 ●お勧めポイント:銀座で味わえる美味しいつけ麺の店

こうかいぼう



深川にある魚介系ラーメンの店。周りにはラーメン店が多数あり、激戦を予感させるエリアにある。スープは豚骨ベースのスープで、焼き干し?を思わせるような上品な煮干しの香りがする。麺は通常の東京ラーメンよりもやや太めの中太ストレート。チャーシューやシナチクなどの脇役陣も上出来で、非常に完成度の高いラーメンである。しかし、麺の湯切りが悪いのか、スープは温めである。これでスープがもっと熱々ならばパーフェクト。サービスはきめ細やかで、とても行き届いている。行列店なため、夕方の営業を待たずにスープが売り切れになることもあり、並ばずに確実に食べるなら11時の開店時がお勧め。



●住所:江東区深川2-13-10 ニックハイム深川101 ●電話:03-5620-4777 ●定休日:日曜、水曜 ●営業時間:月曜、火曜、木曜、金曜:11時~15時、17時半~売り切れ次第閉店、土曜・祝日:11時~15時 ●予算:らーめん600円、チャーシューめん850円 ●アクセス:東京メトロ(東西線)、(都営大江戸線)門前仲町駅5番出口を出て直進。「赤札堂」、高速道路の下を通り、「陽岳寺」へ信号を渡り右折。100mほど進むと左に見える。東京メトロ門前仲町駅から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:赤札堂、陽岳寺 ●お勧めポイント:下町にあるハイレベルのラーメン店

麺処 銀笹



最近のラーメン店のスープは魚介系と動物系のダブルスープのことが多いが、特に魚介系風味を前面に出す店が増えてきているように思う。この店のスープも、魚介系スープに、昆布、鰹節、煮干しなどを使用しているが、突出しておらず、むしろ、鶏ガラや豚骨の風味を上手く引き出していて、函館ラーメンに近い感じだ。麺は細めで縮れが少なく、フワッとした鯛のつみれとよく合う。つけ麺を除き、基本的には塩ラーメンと白しょうゆラーメンの2種類であるが、サッパリ好きなら塩ラーメン、少しコクを求めるなら白しょうゆラーメンをチョイスしよう。美味しい鯛のつみれは、味付け玉子とともに追加のトッピングが可能。別椀に青のりとフライドガーリックが添えられて出てくるが、そこにスープと麺を入れて食べれば味が変化し、2度美味しい。



●住所:中央区銀座8-15-2 藤ビル1階 ●電話:03-3543-0280 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:11時半～15時、17時半～22時(売り切れ終了) ●予算:塩ラーメン、白しょうゆラーメン800円、鯛つみれ200円、味付け玉子100円、鯛飯300円(半鯛飯150円) ●アクセス:①東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅1番出口を出て直進し、「新橋玉木屋」の信号を汐留方面(海側)へ渡る。「宮越屋珈琲店」を過ぎ、「三井ガーデンホテル」前の歩道橋を登り、シェル石油ガソリンスタンドのに入った「銀座COMビル」の直進側階段へ降りる。更にアップルパークの見える汐留側に進み、最初の小路を左折するとすぐ。東京メトロ・JR新橋駅から徒歩8分。②(都営大江戸線)築地市場駅A3番出口を出て右へ進み、黒い塀の「東京吉兆」の交差点を過ぎた次の「神田川」小路を左折。「竹葉亭本店」を過ぎて右折し、次の角をすぐ左折すると左。(都営大江戸線)築地市場駅から徒歩3分。●最寄りのランドマーク:三井ガーデンホテル(RICHO)、東京吉兆、竹葉亭本店 ●お勧めポイント:鯛のつみれが美味しい塩ラーメンの店

バー、ダイニングバー

銀座 テンダー TENDER



人気漫画「バーテンダー」を読んだ方なら、ミスターパーフェクト・葛原のモデル店があるのだろうか?と興味をもって読んだ方も多いだろう。今回銀座のバーをいろいろ回ってみて、僕が葛原の店のイメージに最も近いと思ったのがこの店。まず店に入ると、店内には店員たちの漂とした空気が漂っていて、思わず“いいなあ”って思わせる。この店にはカウンターの他にボックス席があるが、この店に来たならば非カウンターに座ってみて欲しい。カウンターにつけられたアームレストとレッグレストの位置が実に上手く出来ていて、とても居心地が良いのだ。店主の上田さんは、銀座のフランス料理店「ロジエ」のサロンで長年働いていた方だが、カクテルを作るときの店員との呼吸と言おうか、キビキビとしたパフォーマンスは見物だ。ちなみに、ギムレットとマティーニが秀逸。



●住所:中央区銀座6-5-15 銀座能楽堂ビル5階 ●電話:03-3571-8343 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:17時～翌0時半 ●予算:チャーージ1,600円、ギムレット1,600円、サービス料10% ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B6、B7番出口を出て左へ。「銀座ソニービル」のある数寄屋橋交差点の外堀通りを左折し、JR新橋駅方面に進む。次の信号を過ぎてすぐ左にあるCAFÉと書かれた「銀座みゆき館」を過ぎてすぐの「土佐海賊丸 龍馬邸」と書かれたビル。東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩2分。●最寄りのランドマーク:モザイク銀座阪急、銀座ソニービル ●お勧めポイント:漫画「バーテンダー」の葛原のモデルと思われるバー

リトル スミス



エレベーターで地下2階に下ると、そこには看板も何も書かれていない木のドアが。ドアを開けると、木のカウンターテーブルが同心円状に取り囲んでいて、トンネルのような高い天井が独特の雰囲気醸し出している。対面の顔は見えないものの、お互いが向き合うような形になっているため、天井に反響して音楽が聞こえないくらい騒々しく感じる。静かに銀座を楽しむなら「テンダー」を、わいわい仲間と飲むならこの店がお勧めだ。席に着くとコンソメスープと野菜スティックがお通しとして登場する。同店のパーテナーは日本代表として国際大会に出るくらいハイレベルで、ギムレットなどの定番はもちろん、季節のフルーツを使ったカクテルも高い。特にマティーニはトロツとした口当たりが絶妙だ。フルーツカクテルは、アルコール度の高いショートカクテルの他、シャンパンで割ったロングカクテルやフローズンカクテルなども作ってくれるので、気軽に相談してみてもいい。食べ物のメニューを見ると、パスタやピザなど意外とフードも充実している。



●住所:中央区銀座6-4-12 KNビル地下2階 ●電話:03-5568-1993 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:月曜～金曜:18時～翌3時、土曜:18時～23時 ●予算:チャージ1,500円、ギムレット1,300円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B6、B7番出口を出て左へ、もしくはC2番出口を出て右へ。「モザイク銀座阪急」、「銀座ソニービル」のある数寄屋橋交差点の外堀通りをJR新橋駅方面に進む。次の信号を過ぎてすぐ右にある「西銀座駐車場」を過ぎ、次の「西銀座ドラッグ」信号を右折。すぐ右に小路があるので、その角のビル。東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:モザイク銀座阪急、銀座ソニービル ●お勧めポイント:高い天井が独特の雰囲気醸し出す実力派のバー

ワイ・エンド・エム バー キスリング Y & M Bar KISLING



店名の「Y&M Bar KISLING」とは、この店を立ち上げたパーテナー吉田さんと毛利さん、そして店内に飾られているアーティスト・キスリングの3人の名前を冠したもの。毛利さんは、他に人気の「モーリバー」をやっているが、「モーリバー」は若者向けといった感じで、「Y&M Bar KISLING」の方が落ち着いた感じがいい。毛利さんは週3回くらいこの店に出ているようだ。土曜日の音楽は若者向けのラップなどがかかっていることもあるが、普段は落ち着いたジャズが流れている。



●住所:中央区銀座7-5-4 ラヴィアール銀座ビル7階 ●電話:03-3573-2071 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:月曜～金曜:18時～翌3時、土曜:18時～23時 ●予算:チャージ1,500円、ギムレット1,500円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅の銀座口を出て、カラオケBIG ECHOの側に渡る。右に進み、ファミリーマートの角を左折する。「ホテルコムズ銀座」を過ぎ、並木通りを進むと、左側に建て直し予定の「資生堂本社ビル」が見える。それを過ぎ、右角に「ルイ・ヴィトン」が見える手前の左のビル。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A1番出口を出て、3つめの角「マツモトキヨシ」を左折。「カルティエ」、「MARUGEN31」を過ぎて次の信号を渡り、「ルイ・ヴィトン」の右斜め向かいのビル。JR新橋駅から徒歩4分、東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:ホテルコムズ銀座(旧・銀座三井アーバンホテル)、資生堂本社ビル、ルイ・ヴィトン ●お勧めポイント:銀座らしい雰囲気の良質なオーセンティックバー

煙 事



ガーゼリー・スタウトは、国産のプレミアム黒生ビールで、新潟のエチゴビールに委託して作られている。しかしながら、実際に新潟では飲むことができず、主に関東で飲むことができる。しかもこのビール、酒店で販売しておらず、限られた飲食店でしか飲めないのだ。ガーゼリー・スタウトは、独特の専用グラスに注がれて出され、泡はギネス・スタウトのようにシルキーで細かく、フルーティな香りと苦みのバランスは、こちらの方が傑出している。なので、僕は銀座でこのビールが飲みたくなったら、この店か銀座コアビル並びにある「レストラン泥武士・銀座店(03-5537-3970)」へ行くようにしている。この店は前店から移転後、オープンキッチンとなり、食事メニューが充実した。多くの常連は、お腹の空き具合を伝え、食べ物はお任せにしている。また、店名にもなっている燻製物は、牡蠣やベーコンなどが美味しい。僕のお勧めは肉料理で、特に、焼き肉店の事件以降自粛されている生肉の「タルタルステーキ」は、塩コショウと玉葱というシンプルな組み合わせが美味しい！チャージは1,000円と、それほど高くはないが、食事メニューがなく価格を明示していない点や、フードメニューの価格が高めなことがマイナス点だ。なお、赤坂に「燻(03-5570-4117)」、六本木に「風の仕業(03-3408-0903)」という姉妹店があり、こちらも食べ物も充実していて、隠れ家のような感じでいい。



- 住所:中央区銀座8-7-7 JUNOビル1階 ●電話:03-5537-5300 ●定休日:日曜 ●営業時間:月曜～金曜:18時～翌2時半、土曜・祝日:18時～24時(ランチ営業あり) ●予算:チャーージ1,000円、ガーゼリー・スタウト1,100円 ●アクセス:①JR新橋駅銀座口を出て、カラオケBIG ECHOの側に渡る。LABIヤマダの前を過ぎ、高速の下をくぐり、リクルートビルの交差点を右折。茶色の「トイパーク博品館」手前の角を左折。ちょっと進むと左に「はこだて鋳金総本店」がみえるのでその並びのビル。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「フェラガモ」、「とらや」の前を通り、赤褐色の建物「養生堂ビル」の交差点を右折して、すぐに次の交差点を左折。ちょっと進むと右に「久兵衛本店」がみえるのでその並びのビル。JR新橋駅から徒歩4分、東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:養生堂ビル、トイパーク博品館(玩具店) ●お勧めポイント:値段は高いが、ガーゼリーが飲めて食べ物も旨いバー

クリッパー CLIPPER



銀座界隈で禁煙のバーはないのか?と捜していたところ、東銀座にこの店を発見。店は地下にあり、階段を下りてドアを開けると、縦にL字型のカウンターが広がっている。カウンターの中には店員が2名。カクテルはどれも高水準であるが、どうせなら、いつものカクテルよりも、季節のフルーツを使ったカクテルか、250種類ある蒸留酒をロックで飲みたい。チャージはないの?と思うくらい、銀座にしては価格が安い。



- 住所:中央区銀座2-12-10 藤ビル地下1階 ●電話:03-6226-4251 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:月曜～金曜:18時～翌2時、土曜:17時～24時 ●予算:チャーージ10%、ギムレット1,000円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A6番出口を出て、反対側の築地側に向かう。広い昭和通りの信号を渡り、工事中の歌舞伎座の昭和通り側角を左へ進む。吉野屋側に信号を渡り「ドトール」、「ファミリーマート」を過ぎ、「ビックヴィジョン」の角を右折。「函館らーめん船見坂」を過ぎた角を左折すると、すぐ左のビル。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩8分。 ●最寄りのランドマーク:歌舞伎座(建築中) ●お勧めポイント:銀座にしてはリーズナブルな価格の禁煙のバー

サロン・ド・シャンパーニュ・ヴィオニス



この店のオーナーは、2002年全日本最優秀ソムリエに選ばれた阿部 誠さん。ワイン業界で彼を知る人は多いが、僕は同じ北海道出身ということで、とても親近感を感じる。バーなので、レストランのような凝った食事というわけにはいかないが、デザートに至るまで一通りの料理が揃っており、シャンパンとのマリアージュを楽しんで頂きたいという阿部さんのこだわりが感じられる。ちなみに、日替わりのグラスシャンパンは数種類あり、軽いつまみと3種類を飲み比べできる「シャンパーニュ デギュスタージュ」というコースもある。せっかくのシャンパンバーなので、締めには、アンリ・ジローの食後酒「ラタフィア・ド・シャンパーニュ」を頂きたい。銀座のシャンパンバーを意識しているのか、市場価格の3倍くらいはする100万円超のクリュク「クロ・ダンボネ」というマニアックなものまで置いている。



●住所：中央区銀座8-8-18 銀座8818ビル3階 ●電話：03-5537-0700 ●定休日：日曜、祝日 ●営業時間：月曜～金曜：18時～翌1時、土曜：18時～22時半 ●予算：シャンパーニュ デギュスタージュ5,040円、チャージ1,050円 ●アクセス：①JR新橋駅銀座口を出て、カラオケBIG ECHOの側に渡る。LABIヤマガの前を過ぎ、高速の下をくぐり、リクルートビルの交差点を右折。茶色の「トイパーク博品館」手前の角を左折。ちょっと進むと左に「久兵衛本店」がみえるのでその向かいのビル。②東京メトロ（銀座線、丸ノ内線、日比谷線）銀座駅A2番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「フェラガモ」、「とらや」の前を通り、赤褐色の建物「資生堂ビル」の交差点を右折して、すぐに次の交差点を左折。ちょっと進むと右に「久兵衛本店」がみえるのでその向かいのビル。JR新橋駅から徒歩4分、東京メトロ銀座駅（4丁目交差点）から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク：トイパーク博品館（玩具店）、資生堂ビル ●お勧めポイント：銀座唯一のシャンパンバー

Bar Tiare



女性バーテンダーを含む若手3人でやっており、オーナーバーテンダーの水澤さんは、数々のコンテストで活躍している。特に、フルーツを使ったカクテルが有名だが、僕はこの店のギムレットが一番旨いと思う。チャージは500円で、カクテル一杯1,500円前後と、今回取材した実力派バーの中では、トップクラスのコストパフォーマンス。どのバーテンダーの客対応もとてもスマートで良い印象。但し、この店のボックス席は、オーセンティックバーとしては多少違和感があり、カウンターだけなら「超お勧め!!」の評価だ。平日は混雑して騒々しいので、行くなら土曜日がお勧め。



●住所：港区赤坂4-2-2 赤坂鳳月堂ビル5階 ●電話：03-3585-7300 ●定休日：日曜、祝日 ●営業時間：17時～翌1時 ●予算：チャージ500円、ギムレット1,300円 ●アクセス：東京メトロ（丸ノ内線、銀座線）赤坂見附駅のエスカレーターを上り、ベルビー赤坂1階に出る。赤坂エクセル東急ホテルが見える広い外堀通りとは逆の右の裏通りに出て左へ。すぐ右に「富士そば」、「SUBWAY」が見えるので、その角を右折。突き当たりの一本通り「幸楽苑」の隣のビル。東京メトロ赤坂見附駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク：ベルビー赤坂、富士そば、幸楽苑 ●お勧めポイント：数々のコンテストで活躍する実力派バーテンダーの店

ロック・フィッシュ



女優・小雪さんのCMで再ブレイクしたハイボール。ここは、一部のマニアの間で「ハイボールの聖地」と称されているハイボール専門店。狭い店内に入ると、カウンター内には店主と店員の二人。そして、バックバーには時代によって変化を遂げてきたサントリーの角瓶が目につく。この店は基本的に立ち飲みだが、テーブル席もいくつか用意されている。ハイボールを注文すると、冷凍保存された復刻版サントリー角(43度)をウィルキンソンの炭酸で割り、レモンピールでさっと香り付けして出される。ハイボールには氷はなく、ベストな濃度で楽しんでもらいたいという店主のこだわりが感じられる。つまみの基本は、テーブル上の無料の落花生とスナックで、こちらはセルフサービス。もちろん、名物・竹中祐話の「オイルサーディン」や「ハムカツ」などのいろいろな有料つまみもあるが、つまみ類はそれほど期待しないでほしい。それにしても、銀座にありながら午後3時から開いている、ハイボールがすこぶる旨い素晴らしいB級バーである。午後5時前に行ったが、カウンターはほぼ満員で、半分はサラリーマン、半分は自営業風の客だった。店主は大阪の有名店「北新地サンボア」で修行したらしく、この店のすぐ近くに東京店「銀座サンボア(03-5568-6155こちらはカクテルの他、ビーフカツなどの食べ物もある)」があるので、興味のある方は両方をハシゴしてみてもどうだろう。



- 住所: 中央区銀座7-2-14 第26ポールスタービル2階 ●電話: 03-5537-6900 ●休休日: 無休 ●予算: ハイボール800円(立ち飲み700円)、チャージなし ●営業時間: 15時~23時(日曜日は20時閉店) ●アクセス: ①東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅銀座口を出て、カラオケBIG ECHO向かい「天久利」、「まぐる市場」側に渡る。高速の下をくぐり、静岡新聞ビルのY字路を左へ進む。しばらく進むと「土風炉」、「美登利寿司」が左に見えるので、その右角のビル。新橋駅から徒歩5分。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「フェラガモ」、「とらや」の前を通り、赤褐色の建物「資生堂ビル」の交差点を右折してしばらく直進。信号を渡り、突き当たりの右角ビル。JR新橋駅から徒歩4分、東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩6分。 ●最寄りのランドマーク: 静岡新聞ビル、資生堂ビル ●お勧めポイント: ハイボール専門のバー

エレバージュ Elevage



購入しているワイン販売店から紹介されたワインバー。有名和食店「霞町 すえとみ」と同じビルの2階にあるが、看板が目立たず、ドアは非常ドア?と思うほど拒絶した感じ。店主が札幌出身ということもあって、僕は開店時から通っている。ここの魅力は、何と言ってもグラスワインが充実していることだろう。例えば、一杯7,000円する超レアワインが登場することも。また、最近のワインバーでたまに見かける日本酒などもグラスで出している。更に、もう一つの目玉は、オークションもののブランデーやオールドヴィンテージ・ウィスキーなど、蒸留酒の品揃えが圧巻であること。恐らく、蒸留酒好きにとっても堪らない店であろう。なお、この店の料理やつまみは、基本的に契約している近くの飲食店からデリバリーされる。



- 住所: 港区西麻布4-2-13 八幡ビル2階 ●電話: 03-6419-3889 ●休休日: 日曜・祝日 ●営業時間: 19時~翌4時 ●予算: グラスワイン1,200円~7,000円、チャージなし ●アクセス: 東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅1A出口を出て左へ進む。六本木ヒルズ前を過ぎ、「博多ラーメン・赤のれん」を過ぎる。西麻布交差点信号を「ホブソンス」側に渡り、更に直進。次の「アマンド」の角を左折して少し進むと、最初の左角に見える1階に自動販売機のあるビル。東京メトロ六本木駅から徒歩10分。 ●最寄りのランドマーク: 六本木ヒルズ、西麻布交差点 ●お勧めポイント: 良質なグラスワインと蒸留酒品揃えが圧巻のワインバー

B Bar Roppongi



グランドハイアットホテルのすぐ近くにあるバカラ世界初の直営バー。ボックス席の赤が印象的な店内は、六本木らしくラグジュアリーでとても素敵な空間。使用されるグラスも店内の内装ガラスも、全てクリスタルグラスで有名なバカラ社製のもの。しかも、「1人1人の客に合ったバカラグラスを提供する」というのがコンセプトらしい。カクテルの評価はギリギリ及第点であったが、この店は飲み物の美味しさよりも雰囲気を楽しむところ。しかし、この店はシガー可のようで、タバコが苦手な僕には正直きつかった。また、今回は取材できなかったが、帝国劇場隣の国際ビルに2号店「B bar Marunouchi(03-5223-8871)」もあるらしい。こちらは日曜・祝日は営業していない。



- 住所:港区六本木6-12-1 六本木ヒルズ・けやき坂通りレジデンスA棟1階 ●電話:03-5414-2907 ●定休日:無休
- 営業時間:月曜~土曜:16時~翌3時半、日曜・祝日:16時~23時半 ●予算:予算:チャージ1,000円、ギムレット2,800円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅1A出口を、または地下通路を通過して六本木ヒルズへ出て、最終的に「グランドハイアットホテル」の玄関に出る。ホテル玄関前の信号を渡った向かいの「ESCADA」、 「TIFFANY & Co」が入っているビル奥。東京メトロ六本木駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:六本木ヒルズ ●お勧めポイント:深夜まで営業しているラグジュアリーなバー

ツバキ TSUBAKI



オーナーである椿さんのワインコレクションが味わる西麻布の隠れ家的ワインバー。店内はバーというより骨董品店が古い喫茶店のような感じで、ランプの炎が暗いテーブルを妖しく照らし、まるで映画のワンシーンに入り込んだような不思議な雰囲気を持つ。日曜・祝日は1階のみでの営業だが、平日は2階もやっており、常連客は軽妙なトークの女性店員が担当する2階をよく利用するらしい。グラスワインは日によって異なるが、基本的にシャンパン2種、白1種、ブルゴーニュ1種、ブルドー1種、ソーテルヌ1種といったラインナップ。しかし、多くの客はボトルでワインを注文する。それもそのはず、年代順位に書かれたワインリストを見ると、古いヴィンテージワインの多さに息を呑む。恐らく、50代までの方ならパステイワインが見つかるのではないかと思うほどである。ちなみに、この店はイタリアンとフレンチの両方が楽しめ、料理もとても美味しくお勧めである。もしも、「冷製・モンサンミッシェルムール貝のワイン蒸し」があったら、絶対に注文すべき。また、日曜・祝日の方が、客が少なくゆったりできていいかも。



- 住所:港区西麻布4-11-9 木原ビル1階 ●電話:03-5485-1410 ●定休日:無休 ●営業時間:19時~翌5時 ●予算:グラスワイン2,000円~6,000円、チャージなし、サービス料5% ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅1A出口を出て左へ進み、六本木ヒルズ前を過ぎ、「博多ラーメン・赤のれん」を過ぎる。西麻布交差点信号を「ホブソンス」側に渡り、更に直進。次の「アマンド」の角を左折して進むと、右側に大きい住宅のような「繁成寺」があり、その数軒隣の階段が見える白いビル(竹の外観のBAMBOO手前)。東京メトロ六本木駅から徒歩10分。 ●最寄りのランドマーク:六本木ヒルズ、西麻布交差点 ●お勧めポイント:ブルゴーニュワインの品揃えが任巻のワインバー

YEBISU BAR 銀座コリドー街店、赤坂店



「YEBISU BAR」は「銀座ライオン」の展開するビアバー。実はこの店、後輩である順天堂大学眼科の松田 彰 准教授から教えてもらった。この店の売りは、5種類のエビスビールとそのピカケルが飲めること。僕は通常は季節限定の「琥珀エビス」が好きで、この店では通年して飲めるため、それを目当てに利用している。今回の取材エリアには「銀座コリドー街店」と「赤坂店」、「霞ヶ関店」の3店があるが、今回はアクセスの良い「銀座コリドー街店」と「赤坂店」を紹介する。東京でなくても飲めるのでは？と言われればそれまでだが、今回は「研修医・パラメディカルにお勧めの店」を設けた都合上、大人数が入れるカジュアル店として掲載することに。店は明るく雰囲気良く、食べ物メニューも豊富で美味しい。また、メニューではビールに合わせた料理を提案するなど大手が経営しているチェーン店としては良心的でとても良い店である。



【銀座コリドー街店】

●住所：中央区銀座8-2先 銀座コリドー街 山下ビル1階 ●電話：03-3573-6510 ●定休日：無休 ●営業時間：ランチ：11時半～14時、ディナー：月曜～土曜：17時～23時、日曜・祝日：17時～22時 ●アクセス：①東京メトロ（銀座線）新橋駅、JR新橋駅銀座口を出て、カラオケBIG ECHO向かい「天久利」、「まぐる市場」側に渡る。高速の下をくぐり、静岡新聞ビルのY字路を左へ進む。「銀座西郵便局」を過ぎて通りを渡るとすぐ左。新橋駅から徒歩3分。②東京メトロ（銀座線、丸ノ内線、日比谷線）銀座駅A2番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「フェラガモ」、「とらや」の前を通り、赤褐色の建物「資生堂ビル」の交差点を右折。しばらく直進すると銀座コリドー街に突き当たるので左折するとすぐ右。東京メトロ銀座駅（4丁目交差点）から徒歩6分。●最寄りのランドマーク：静岡新聞ビル、資生堂ビル

【赤坂店】

●住所：港区赤坂3-10-17 マーカスビル1階 ●電話：03-3560-9280 ●定休日：日曜・祝日 ●営業時間：ランチ：11時半～14時半、ディナー：月曜～土曜：17時～23時、土曜：17時～22時 ●予算：琥珀エビス550円 ●アクセス：東京メトロ（丸ノ内線、銀座線）赤坂見附駅のエスカレーターを上り、ベルビー赤坂1階に出る。赤坂エクセル東急ホテルが見える広い外堀通りとは逆の右の裏通りに出て左へ。すぐ右手に「富士そば」が見えるので、その角を右折。次の「Daily YAMAZAKI」、「ダイコクドラッグ」の交差点を左折するとすぐ左。東京メトロ赤坂見附駅から徒歩3分。●最寄りのランドマーク：ベルビー赤坂 ●お勧めポイント：エビスビールに特化した大手経営のビアバー

Dハートマン D-Heartman



8店舗のバーを経営するハートマングループの店。店内のインテリアは重厚感があり、手前にカウンターが奥には2つの個室がある。カクテルは平均以上に美味しいし、ワインやウィスキーなどの蒸留酒も充実している。チーフの水田さんをはじめ、店員のトークも明るくて感じが良い。店内にはシガーも常備していて、愛煙家にとっては良い店だ。



●住所：中央区銀座6-5-17 銀座ゆき館4階 ●電話：03-3573-6123 ●定休日：日曜・祝日 ●営業時間：18時～翌3時（土曜日は12時まで） ●予算：チャージ2,000円（大きい個室は3,000円） ●アクセス：東京メトロ（銀座線、丸ノ内線、日比谷線）銀座駅B6、B7番出口を出て左へ。「銀座ソニービル」のある数寄屋橋交差点の外堀通りを左折し、JR新橋駅方面に進む。次の信号を過ぎてすぐ左にあるCAFEと書かれた「銀座ゆき館」ビル。東京メトロ銀座駅（数寄屋橋交差点）から徒歩2分。●最寄りのランドマーク：モザイク銀座阪急、銀座ソニービル ●お勧めポイント：シガーも吸えるオーセンティックバー

ブルーラベル Blue Label 銀座



静岡では知らない人がいないくらいのウイスキーショットバー。銀座に進出して既に5年目を迎えた。お酒はワンショット1,000円のウイスキーから20,000円のオークションウイスキーまでいろいろ。また、ウイスキーだけでなくブランデーやラム、マール、グラッパなど約2,000種類の蒸留酒が揃っている。懐かしいオールドヴィンテージの「ジョニ黒」や「ロイヤルハウスホールド」などがあつたりして、マニア心をくすぐる品揃え。ちなみに、ワンショット5,000円以上のもはーフショットオーダーが可能。膨大な数があるため、基本的に酒のメニューはないが、どうしても見たいという方には「店のベスト30」というメニューがあるので参考にしてほしい。また、ワイングラスで出されるウイスキーはストレートで香りを楽しみ、さらにチェイサー(水)で喉を潤すのがお勧め。パートナーに自分の好みを伝えれば様々なウイスキーを提案してくれるが、お金に余裕のある方は、是非オールドビンテージウイスキーにチャレンジしてほしい。



- 住所:中央区銀座7-6-10 アソルティ銀座花椿通りビル4階 ●電話:03-5537-5431 ●定休日:日曜 ●営業時間:18時~翌3時 ●予算:チャージ1,000円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「フェラガモ」、「とらや」の前を通り、赤褐色の「銀座資生堂ビル」を右折して2つめの通りの右角ビル。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩3分。②東京メトロ新橋駅3番出口を出て左へ進む。高速の下を通り、「ホテルコムズ」を過ぎて並木通りを進む。「PRONTO」のある次の交差点を右折し、次の交差点の手前左角のビル。東京メトロ新橋駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:銀座資生堂ビル、ホテルコムズ ●お勧めポイント:静岡から進出してきたウイスキー専門のショットバー

バー・ラ・ユロット Bar la Hulotte



マスター1人、カウンター7席だけの正真正銘の隠れ家的バーである。店内に入ると、照明はかなり暗めで、チェロによるクラシックの調べが心地良い。店主の川瀬さんは未だ若いのが、名店「ラジオ」と「命乃水」で修行したという。フルーツカクテルはもちろん、定番のカクテルもすこぶる美味しい。夜に麻布十番駅から歩いて行くのは暗く寂しいので、六本木駅からカーナビ付きのタクシーを拾って行くのがお勧め。



- 住所:港区元麻布3-12-34 大野ビル1階 ●電話:03-3401-8839 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:20時~翌2時 ●予算:ギムレット1,200円、チャージ1,000円 ●アクセス:東京メトロ(南北線)、都営地下鉄(大江戸線)麻布十番駅の5a出口を出て左の六本木ヒルズ方向へ進む。途中、「ENEOS」、「docomo 麻布十番店」を過ぎ、「港区麻布十番公共駐車場」を過ぎた鳥居坂下信号を左折。ペーカリー「St. Moritz」を過ぎ、「Max Game」と「REISE BOX」の交差点を右折。「DAILY STORE」を過ぎ、「Eye PARKING元麻布」を過ぎたらすぐ左側。東京メトロ麻布十番駅から徒歩8分。 ●最寄りのランドマーク:港区麻布十番公共駐車場、Eye PARKING元麻布 ●お勧めポイント:カウンター7席の正真正銘の隠れ家的バー

和酒Bar 和味(なごみ)



店名を“和酒Bar”と表示しているので「バー・ダイニングバー」に入れたが、本当は「焼き鳥、串揚げ、シュラスコ、焼肉、韓国料理」の頁の方がふさわしいのではと思う。なぜなら、食べ物のメニューが比較的豊富な上に、使用している「宮崎黒岩鶏」の焼き鳥「ひざ軟骨」、「せせり」、「ハラミ」などがとても美味しいのだ。また、当初は深夜営業のB級焼き鳥バーと思って取材したのだが、実際はちょっと違っていた。メニューこそごく普通の焼き鳥店と同じだが、「焼きアボガド」や「ささみの山葵和え」などに、擦りたての本わさびを使用するなど、店主の志が高いのである。さらに、福井の「黒龍」、愛知の「醸し人九平治」、鳥取の「鷹勇」を中心とした日本酒はもとより、焼酎の充実度にも目を見張るものがある。ちなみに、締めめに麵を食べたければ、味が薄めな「とりそば」よりも「とり煮込みそば」の方が良い(適宜、塩を足してもいい)。さらに、玉子かけご飯を注文して醤油をかけ、食べた半分を残してそばのスープを入れて食べると美味しさが倍増する。



●住所:中央区銀座1-5-1 第3太陽ビル地下1階 ●電話:03-3562-9696 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:ランチは平日のみ11時半~13時45分、ディナー:月曜~木曜、土曜18時~23時半、金曜・祝日前:18時~翌3時 ●予算:ふわふわつくねあんかけ880円、砂肝のオリーブオイル炒め780円、ささみのピリ辛ユッケ890円、 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B4番出口を出て「テイジン・メンズショップ」、「GAP」の角を右折し、「和光・並木館」、「SUBWAY」、「東京電力銀座支社」、「MIKIMOTO Ginza 2」、「銀座ベルビア館」、「幸福神社」を過ぎ、信号角の「銀座 岩戸」の入っている建物、東京メトロ銀座駅(都寄橋交差点)から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:東京電力銀座支社、MIKIMOTO Ginza 2ビル、銀座ベルビア館 ●お勧めポイント:日本酒、焼酎の揃った焼き鳥ダイニングバー

カーヴ・デ・ヴィーニュ Cave de Vignes



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(32頁)を参照

シノワ 銀座店



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(32頁)を参照

ボン・ピナール Bon Pinard



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(33頁)を参照

ワインバー グットドール Wine bar Goutte d'or



イタリアン、イタリアンダイニング
パールの頁(38頁)を参照

イタリアンバル ピッコロ PICCOLO



イタリアン、イタリアンダイニング
パールの頁(39頁)を参照

カーザ ヴィニタリア Casa VINITALIA



イタリアン、イタリアンダイニング
パールの頁(39頁)を参照

ラ・ニュイ・ブランシュ La Nuit Blanche



イタリアン、イタリアンダイニング
パールの頁(40頁)を参照

スイーツ、喫茶

ザ・ペニンシュラ東京 BOUTIQUE & CAFÉ



海外も含めて、各地でいろいろなマンゴーデザートを食べてきたが、現時点で最も美味しいと思うのはこの店の「マンゴープリン」。特に、カフェで頂く「マンゴープリンとココナッツアイスクリーム・季節のフルーツ添え」は、世界最高レベルのマンゴーデザートと言っても過言でない。品が良く濃厚なマンゴーの香りとクリームのように滑らかな食感の特筆すべきもの。また、ショップで通常の「マンゴープリン」と2.5倍量の「ごほうびマンゴープリン」の2種がテイクアウトできるが、カフェで頂くことをお勧めする。ちなみに、日本橋三越新館のザ・ペニンシュラ・ブティックで販売しているマンゴープリンは、この店で作られているものとは異なるのでご注意を。なお、他のスイーツのレベルも高く、エグゼクティブ・ペストリーシェフである野島氏が、お菓子のワールドカップ「クープ・ド・モンド・ラ・パティスリー」で銀賞を獲得した「アリア」も頂ける。チョコレートには、香港から空輸されるものとこの店で作られるものの2種類がある。



●住所：千代田区有楽町1-8-1 ザ・ペニンシュラホテル東京 地下1階 ●電話：03-6270-2888 ●定休日：無休 ●営業時間：10時半～19時半 ●予算：マンゴープリンとココナッツアイスクリーム・季節のフルーツ添え1,100円、ケーキセット1,500円 ●アクセス：東京メトロ（日比谷線、千代田線）日比谷駅のA6とA7から直通。東京メトロ（丸の内線、銀座線、日比谷線）銀座駅から数寄屋橋出口から出て、晴海通りを皇居方面に向かう。有楽町マリオンを過ぎ、高架下をくぐり、有楽町電気ビルディングのすぐ隣。東京メトロ銀座駅（数寄屋橋交差点）から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：有楽町マリオン ●お勧めポイント：世界最高レベルのマンゴープリンを味わえるスイーツ店

ミキモト ラウンジ



「ミキモト ラウンジ」はミキモトが経営するカフェ。ミキモトと言えば、フレンチレストラン「レカン（フランス語で宝箱という意味）」を経営していることで知られているが、かつてこの近くにレカンの名を冠したスイーツカフェも経営していて、とても美味しかった。その後継店でないと思うが、5年前にこの店をオープンした。しかし、この店はイートインのみのカフェで、ケーキは販売していない。この店の監修をしている横田さんは、パークハイアット時代から有名なパティシエで、現在、春日部の「菓子工房オークウッド」で、カフェを併設したケーキ店を開いており、この店では彼のスイーツを購入可能だ。お勧めは、通年して頂ける「完熟マンゴープリン」。濃厚なインドマンゴーを使用しており、そのトロトロさは「ザ・ペニンシュラ」のものと双璧。しかも、アニスとグローブを使った漢方薬っぽい香りが、複雑な奥深さを感じさせる。「パール」は、真珠をイメージしたパッションフルーツのブランドンジェで、酸味が上手く抑えられていてとてもいい。どのスイーツも、香り、甘さ、食感など全てにセンスを感じる。



●住所：中央区銀座2-4-12 MIKIMOTO Ginza2（ミキモト・ブティック）3階 ●電話：03-3562-3134 ●定休日：不定休 ●営業時間：月曜～土曜11時～19時半、日曜・祝日11時～19時 ●予算：完熟マンゴープリン1,100円 ●アクセス：東京メトロ（銀座線、丸の内線、日比谷線）銀座駅B4番出口を出て「テイジン・メンズショップ」、「GAP」の角を右折し、「和光・並木館」、「SUBWAY」、「東京電力銀座支社」を過ぎ、通りを渡った右。東京メトロ銀座駅から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク：東京電力銀座支社、銀座ベルビア館 ●お勧めポイント：洗練されたスイーツが頂けるミキモト経営のカフェ

イデミ・スギノ



日本を代表するパティシエ・杉野英美氏の店。かつて彼の店は神戸にあり、神戸時代も京橋に移ってからも人気の店だった。しかし、土日を除けば行列店というほどではなかった。しかし、NHKの「プロフェッショナル・仕事の流儀」に出てからは一変。平日でも開店前から行列を作らなくなり、昼過ぎには売り切れてしまうことも。彼の真骨頂はムース系ケーキで、この店では、菓子のワールドカップ「クープ・ド・モンド・ラ・パティスリー」で優勝したチョコレートケーキ「アンブロワジー」を食べしてほしい。しかし、食べるためには土日を避け、平日の開店少し前に並ばねばならない。販売されるケーキは、テイクアウト可能なものと不可のイトイン限定のものがあるが、「アンブロワジー」はイトインのみである。ちなみに、杉野氏と共に同じチームで戦い、このケーキで優勝した林 雅彦氏の店「ガトー・ド・ボワ(奈良・西大寺前)」でもアンブロワジーを食べたことがあるが、甘さやムースの含気率が若干異なり、「イデミ・スギノ」の方が美味しく感じられた。



●住所:中央区京橋3-6-17 京橋大栄ビル1階 ●電話:03-3538-6780 ●定休日:月曜日(火曜日不定休) ●営業時間:11時~19時 ●予算:アンブロワジー740円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線)京橋駅2番出口を出て左・銀座方面へ向かう。「INAX銀座」の角、「警察博物館」手前の角を左折するとすぐ左。東京メトロ京橋駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:警察博物館、ホテル西洋銀座 ●お勧めポイント:大人気のチョコレートスイーツ「アンブロワジー」がイトインで味わえる

トシ・ヨロイツカ ミッドタウン Toshi Yoroizuka Mid Town



2007年に六本木ミッドタウン内にオープンした有名パティシエ鑑塚氏の店。黒を基調としたカウンターバーのようなサロンは、シックで大人の雰囲気。鑑塚氏のスイーツは、滑らかでとろけるような食感が素晴らしく、「イデミ・スギノ」よりも甘さも含めて洗練された味わい。特に、ムース系スイーツやピスタチオを使ったスイーツが秀でており、スポンジケーキ類や焼き菓子なども高いレベル。店頭ショーケースで販売されているケーキは、+50円でサロン内で食べることもできる。イトイン限定なら、「チョコパフェ」がお勧めだが、僕的にはショーケースの中からケーキ2つと飲み物、という組み合わせがベストチョイスだと思う。ケーキのお勧めは、アプリコットの滑らかなレアチーズケーキ「アンジュ」、コクのある滑らかなチョコレートムースとピスタチオ・ブリュレの「ジャン・ピエール」、滑らかなホワイトチョコムースとパッションフルーツの酸味が絶妙な「フォンティエヌ・パッション」など。奥さんの川島なお美さんの影響か、グラスシャンパンとデザートといった楽しみ方もできるようだ。カウンターは14席しかないで、サロンで食べたければ、平日の早い時間帯か15時以降がいい。



●住所:港区赤坂9-7-2 東京ミッドタウン・イースト1階(B-0104) ●電話:03-5413-3650 ●定休日:無休(1月1日のみ)、火曜日はサロンのみ営業 ●営業時間:11~21時 ●予算:クレムピスターージュ330円、アンジュ、フォンティエヌ480円、ジャン・ピエール500円 ●アクセス:東京メトロ(日比谷線)六本木駅の地下通路と、(都営大江戸線)六本木駅の8番出口と直結。 ●お勧めポイント:日本のトップ・スイーツ店

ルエル・ドゥ・ドゥリエール

「ルエル・ドゥ・ドゥリエール」は、30年前にミルクレープで一世を風靡したスイーツ店。僕も開店時からファンとなり、渋谷西武デパートで購入できると聞いては赴き、ブランド銀座で購入できることが分かると買いに行くほどのファンであった。ある日、コーヒーチェーン店の「ドトール」でミルクレープ(冷凍保存タイプ)を初めて食べたとき、この店のミルクレープとあまりにそっくりなのに驚いた。恐らく、この店のミルクレープが「ドトール」のオリジナルなのだろうと推察している。さらに、この店はミルクレープだけでなくシフォンケーキも美味しい。カフェも併設しており、深夜まで美味しいスイーツが味わえる。なお、藤沢の小田急百貨店にも支店がある。



●住所:港区西麻布4-3-10 ●電話:03-3409-1385 ●定休日:無休 ●営業時間:月曜~木曜:11時~24時、金曜・土曜:11時~翌4時半、日曜・祝日:11時~23時 ●予算:ミルクレープ525円 ●アクセス:①東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅1A出口を出て左へ進み、六本木ヒルズ前を過ぎ、「博多ラーメン・赤のれん」を過ぎる。西麻布交差点信号を「ホブソンス」側に渡り、更に直進。次の「アマンド」の角を左折して進むと、右側に大きい住宅のような「繁成寺」があり、竹の外観のBAMBOOを過ぎてすぐ左に。東京メトロ六本木駅から徒歩10分。②東京メトロ(日比谷線)広尾駅2番出口を出て外苑西通りを左へ進む。「広尾学園」を過ぎ、「アバホテル西麻布」を過ぎた次の信号を左折。次の交差点を左折してすぐ左側。東京メトロ広尾駅から徒歩5分 ●最寄りのランドマーク:六本木ヒルズ、西麻布交差点、アバホテル西麻布 ●お勧めポイント:深夜まで美味しいミルクレープとシフォンケーキが味わえ、テイクアウトも可能

ピエール・マルコリーニ銀座店

僕の最も好きなチョコレートは、この店の薄型ブラリーヌ「パレファン」。一口で頂ける大きさ、カカオの香りと苦み、表面が硬く中が柔らかな食感のグラデーションなど、全てが完璧。銀座店の他に、新幹線で帰るときには東京駅のグランスタで、飛行機で帰るときには羽田空港第2ターミナル(全日空側)で購入が可能。銀座店は1階がチョコレートショップ、2階がカフェになっており、チョコレートやオリジナルデザートが頂ける。2種のチョコアイスとパレファンがのった「チョコレートパフェ」やフランボワーズ風味のチョコレートガトーにホワイトチョコのガナッシュクリームが添えられた「ガトーショコラ・フランボワーズ」が人気。どちらも甘さが程良く、男性でも食べられる美味しさ。今回は食べられなかったが、季節のパフェも美味しいらしい。



●住所:中央区銀座5-5-8 ●電話:03-5537-0015 ●定休日:無休 ●営業時間:11時~18時半 ●予算:マルコリーニ・チョコレートパフェ1,680円、パレファン(9枚)2,205円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸の内線、日比谷線)銀座駅A1番出口を出て、2つめの角「Dior」を左折するとすぐ右側。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:Dior ●お勧めポイント:パフェが美味しいチョコレート店

デル・レイ銀座店

ベルギーの高級老舗チョコレート店。チョコはベルギー北部のアントワープの本店より空輸されている。お勧めのチョコは、ダイヤモンドの形が美しい「ダイヤモンドショコラ」。これは、世界のダイヤモンド取引の中心地であるアントワープをイメージしたものらしい。その芸術的なデザインだけでなく、中のトロツと濃厚な風味とカカオのバランスがとても良く美味しい。また、テイクアウト用のチョコレートソフトクリーム「クレーム・ド・ショコラ」は、濃厚かつ滑らかで、カカオの香りと酸味が絶妙。甘さも丁度良く、このレベルのチョコソフトはなかなかない。



- 住所:中央区銀座5-9-19 銀座MCビル1階 ●電話:03-3571-5200 ●定休日:無休 ●営業時間:11時~19時
- 予算:クレーム・ド・ショコラ480円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A5番出口を出て、次の角「SONOKO美白銀座」を右に曲がると左に見えるビル。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩1分。
- 最寄りのランドマーク:日産ギャラリー ●お勧めポイント:「ダイヤモンドショコラ」とチョコレートソフトクリーム「クレーム・ド・ショコラ」が旨い

ラ・メゾン・デュ・ショコラ丸の内店

本店がパリにあるこの店の売りは、半生状の「ガナッシュ」と「ブラリネ」。カカオの香りが楽しみたいければガナッシュを、バラエティに富んだ豊かな味を楽しみたいければブラリネをチョイス。ともにカカオの香りとトロツとした中の滑らかな食感が絶妙。セットで購入してもいいが、好きなチョコを選んで箱詰めするのがお勧め。箱詰めで購入すると、量り売りで購入できる。チョコレート以外では、「フレイエール(クラッシュ・ショコラのような感じのケーキ)」、「トリュフ(プレーンとブランデーがあるが個性的で、好き嫌いが分かれる)」、「エクレア(ショコラ、キャラメル、カフェの3種類あるが、いずれも濃厚すぎてお勧めできない。パリではミルクチョコもあり、これが一番美味しいのに日本には何故かない)」などがある。なお、店内にはカフェが併設されており、これらスイーツをドリンクと共に楽しむことができる。また、「銀座松屋デパート」1階にもカフェを併設した支店がある。



- 住所:千代田区丸の内3-4-1 新国線ビル1階 ●電話:03-3201-6006 ●定休日:無休 ●営業時間:11時~20時(カフェは19時半)
- 予算:ブラリネ4粒入り1,785円、16粒入り5,250円、357円/10g ●アクセス:①東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て、左の反対方向(日比谷側)に向かう。「ペニンシュラホテル東京」の手前角を右折し、「ロイヤルコペンハーゲン」の角を右折するとすぐ左。東京メトロ銀座駅から徒歩3分。②JR有楽町駅国際フォーラム口を出て左へ。東京国際フォーラムとビックカメラの間の通りを皇居方面に進み、信号を渡るとすぐ右。JR有楽町駅から徒歩2分。東京国際フォーラムから徒歩1分。
- お勧めポイント:ガナッシュとブラリネがとろける美味しさ

リンツ ショコラ・カフェ 銀座店



スイスのチョコレートメーカーで有名な「リンツ&シュブルングリー社」。小学校の頃に初めてリンツのチョコレートを食べ、あまりの美味しさに衝撃を受けたことを今でも憶えている。このリンツのアジア初の直営ショコラ・カフェが裏参道と銀座にある。ホットチョコレート(ダーク、ミルクの2種類)で有名だが、ダークでもかなり甘く、アイスならともかくホットはそれほどお勧めできない。この店ではチョコレートを使ったスイーツがいい。特に、濃厚なキャラメル風味の「モントルー」は、ナッツとバニラビーンズの食感が良くお勧め。また、トロトロの「チョコレートプリン」もお勧め。液体と言っても良いくらい柔らかく、口を含むとリンツのチョコの風味が口いっぱい広がる。ビターとミルクの2種類があるが、どちらも甲乙つけがたい。ビターはほんのりとした苦みと酸味があり、カカオの風味がダイレクトに伝わる。ミルクはマイルドで全体的なバランスがとめていい。



- 住所:中央区銀座7-6-12 第5ポールスタービル ●電話:03-5537-3777 ●定休日:不定休 ●営業時間:月曜～金曜:12時～21時、土日・祝日:12時～20時 ●予算:ケーキセット1,250円 ●アクセス:①JR新橋駅銀座口を出て、カラオケBIG ECHOの側に渡る。右に進み、ファミリーマートの角を左折する。「ホテルコムズ銀座」を過ぎ、「PRONTO」のある交差点を渡ると右にマル源ビルが見えるので、その手前の角ビル。②東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A1番出口を出て、3つめの角「マツモトキヨシ」を左折し、並木通りを進む。「カルティエ」、「ルイ・ヴィトン」の前を過ぎ、「MARUGEN53」の隣のビル。JR新橋駅から徒歩4分、東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:ホテルコムズ銀座(旧・銀座三井アーバンホテル)、MARUGEN53 ●お勧めポイント:スイスの老舗チョコレートメーカーの店

カカオ サンパカ丸の内本店



「カカオ サンパカ」は、スペイン王室御用達のショコラテリア。自慢のチョコレートボンボン、カカオの香り豊かで、まさに通好み。ブランデーなど蒸留酒との相性がいい。しかし、やや滑らかさに欠け、むしろ、意外に美味しかったのが、チョコレートソフトクリーム「ジャラッツ」。厳選された最高級カカオを使用しており、毎日その日のだけ手作りされているらしい。すっきりとした甘さと適度なカカオ感がとてもいい。東京国際フォーラムの東京駅側左斜め向かいにあるので、隣の「エシレ」のクロワッサンやバターケーキとともに、ちょっと抜け出して食べてみるのもいいかも。最近発売された「タルタ・ショコヌスコ」は、幻の王のカカオ「ショコヌスコ」を使用したチョコレートケーキ。



- 住所:千代田区丸の内2-6-1 丸の内ブリックススクエア1階 ●電話:03-3283-2238 ●定休日:無休 ●営業時間:11時～21時(日曜祝日は20時まで) ●予算:ジャラッツ450円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線)京橋駅5番出口を出て、明治製菓本社ビルを過ぎ、広い外堀通りの信号を渡る。首都高速とJR高架下を抜け、東京ビルTOKIAを過ぎるとすぐ右のビル「ブリックススクエア」前庭の別棟1階。東京メトロ京橋駅から徒歩5分。東京国際フォーラムから東京駅側に向かうと斜め左隣のビル。東京国際フォーラムから徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:東京国際フォーラム、東京ビルTOKIA ●お勧めポイント:チョコレートソフトクリーム「ジャラッツ」が美味し!

ジェラテリア・テオブロマ GELATERIA THEOBROMA



「ラトラス L'Atlas」に行ったときに偶然見つけたイタリアンジェラートの店。明治神宮近くにある有名ショコラティエ・土屋氏の「ミゼ・ドゥ・ショコラ・テオブロマ」が経営している。10種類くらいあるジェラートは、含気率の低い滑らかな食感で、日本で食べるイタリアンジェラートとしてはかなり上出来。フルーツ系よりナッツ・チョコ・ミルク系が美味しい。甘さがもう少し抑えられれば更に良いと思う。わざわざ行くほどの店ではないが、「ラトラス L'Atlas」の帰りに寄るにはいいかも。



- 住所:新宿区神楽坂6-8 BORG大61階 ●電話:03-5206-5195 ●定休日:無休 ●営業時間:10時半~19時半
- 予算:ジェラート2種735円 ●アクセス:東京メトロ(東西線)神楽坂駅の1番出口を出て、早稲田通りを左へ飯田橋方面に下る。スーパー「神楽坂KIMURAYA」を過ぎ、右に「りそな銀行」が見えたら、手前の和菓子店「清閑院」角を左折する。すぐ右側に黄色の建物が2つ見えるが、手前の方の建物。牛込神楽坂駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:りそな銀行 ●お勧めポイント:ショコラティエの作るイタリアンジェラート

アンリ・シャルパンティエ 銀座本店



阪神芦屋駅前本店があり、多くの百貨店に支店を持つ有名スイーツ店。しかし僕の知る限り、イトインを持つ店は「芦屋本店」と西宮の「酒造通り店」、そしてこの「銀座本店」の3店。芦屋本店にも行ったことがあるが、銀座本店の方がはるかに箱が大きくエレガントな雰囲気。お勧めはイトインでしか食べられない季節のスイーツだが、一年中食べられるメニューのお勧めは、この店の名物「クレープ・シュゼット」。「クレープ・シュゼット」はアンリ・シャルパンティエ自身がレシピを作ったスイーツなので、この店のものがオリジナル。オレンジ果汁とオレンジリキュールのコートローが良くマッチしていて、酸味と甘みのバランスが絶妙だ。また、お約束のお客の目の前で作ってくれるパフォーマンスもいい。



- 住所:中央区銀座2-8-20 ヨネビル1階、地下1階 ●電話:03-3562-2721 ●定休日:無休 ●営業時間:11時~20時半
- 予算:クレープ・シュゼット1,575円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A13番出口を出て京橋方面に進む。「松屋銀座」、「ブルガリ」、「英国屋」を過ぎ、「メルサ」の角を右折するとすぐ右。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:ブルガリ、メルサ ●お勧めポイント:シックな雰囲気を楽しめるスイーツ店。

ミカド珈琲 日本橋本店



軽井沢の有名老舗コーヒー店だが、どちらかというとモカソフトの方が有名である。僕の地元・函館にも、かつて「ソーダファウンテン・カメイ」というモカソフトの有名店があったが、今は無きこの店のモカソフトを彷彿させるような味わいである。六本本店があった頃に、初めてこのモカソフトを味わい、また食べたいなあと思っていたら既に閉店。日本橋の天ぷら店「はやし」に行く途中に偶然発見し、早速再体験。コーヒーの苦みと酸味の絶妙なバランスに加え、甘さ控えめの滑らかな食感が素晴らしく、久しぶりに食べてみても美味しいと思った。さらなるコーヒーの風味を味わいたい方は、「コーヒーフロート」がいいと思う。しかし、これだけを食へに行くのもどうかと思うので、三越に買い物に来たついでとか、「はやし」で天ぷらを食べた後のデザートにでもいかがだろうか。1階はセルフサービスのスタンドになっており、2階と3階は全面禁煙の通常の喫茶。



●住所：中央区日本橋室町1-6-7 ●電話：03-3241-0530 ●定休日：無休 ●営業時間：平日：7時～19時半、土曜：8時～17時半、日曜・祝日：10時～17時半 ●予算：モカソフト430円(テイクアウトもしくは1階利用は300円) ●アクセス：東京メトロ(銀座線、半蔵門線)三越前駅A3番出口を出て、信号を「かつおぶしの大和屋」側に渡り、高速道の見える方へ更に直進し、「青山ごはん亭」の手前右。 ●最寄りのランドマーク：日本橋三越本店・本館 ●お勧めポイント：コーヒーの苦みと酸味のバランスが絶妙なモカソフト

宮越屋珈琲 東京新橋店、東京本店



札幌の円山坂下に本店を構えるコーヒー店。この店のコーヒーは基本的にハイロースト系のものが多い。特に、強深煎りのフレンチブレンドは、ハイローストファンにお勧めである。苦みと酸味のバランスが素晴らしく、そのままブラックでも美味しいし、カフェオレにしても最高である。フレンチブレンドとマイルドブレンドは、「スタンダード」、「粗挽き(強め、普通、弱め)」、「デミタス」の3つのスタイルから選ぶことができるが、まずはスタンダードを飲んでみて欲しい。今回の取材で東京新橋店とその並びにある東京本店の両方に行ってみたが、雰囲気や味は新橋店の方が良かった。しかし、禁煙スペースは本店の方にしかなかったため、それぞれのスタイルに合わせて行ってほしい。もちろん、両店ともコーヒー豆の販売も行っている。



【東京新橋店】

●住所：港区新橋1-7-10 汐留スペリアビル1階、2階 ●電話：03-3573-8188 ●定休日：無休 ●営業時間：平日：10時～翌1時、土・日・祝日：10時～23時

【東京本店】

●住所：港区新橋1-7-8 ●電話：03-6228-5210 ●定休日：無休 ●営業時間：11時～23時(地下1階の禁煙スペースは20時まで、1階の豆の販売は18時まで) ●予算：フレンチブレンド650円(スタンダード) ●アクセス：①JR新橋駅銀座口を出て「ビックエコー」側に渡り、右の汐留方面に進む。②東京メトロ(銀座線)新橋駅1番出口を出て直進する。「新橋玉木屋」角の信号を汐留方面(海側)へ渡るとすぐ新橋店、その隣りに本店がある。東京メトロ・JR新橋駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：ビックエコー、新橋玉木屋 ●お勧めポイント：深夜まで営業しているハイロースト系のコーヒー店

モーニング

赤坂一龍 別館



雪濃湯(ソルロンタン)の専門店。雪濃湯とは韓国伝統料理の1つで、牛骨や牛肉を長時間煮込んで作るコムタンスープのような白濁したスープ。韓国料理店で見かけることがあるが、専門店というのは、僕は初めて。副菜として、中皿の韓国海苔とキムチ、カクテキ、他に小皿が8皿と、ライスがセットで出てくる。小皿の副菜だけがおかわり自由で、副菜は何人で行っても同じ量しか出てこないらしい。雪濃湯はほとんど味付けしていないので、卓上の塩コショウを加え、各々の好みの味に調節して食べる。とてもアッサリしているので、朝食として食べるには最適だ。専門店と言っても、他に頬肉の蒸した「スユック」や海鮮と野菜の「チジミ」、牛肉と春雨の炒め物「チャプチェ」などもあるので、これらでマッコリや生ビールを飲んだ後、締めで雪濃湯というパターンもありだ。



- 住所:港区赤坂2-13-16 シントミ赤坂第2ビル1階 ●電話:03-3582-7008 ●定休日:無休 ●営業時間:24時間営業 ●予算:雪濃湯セット1,575円、スユック2,100円、チャプチェ2,100円 ●アクセス:東京メトロ(丸ノ内線、銀座線)赤坂見附駅のエスカレーターを上り、ベルビー赤坂1階に出る。赤坂エクセル東急ホテルが見える広い外堀通りとは逆の右の裏通りに出て左へ。すぐに右に「富士そば」が見えるので、その角を右折。次の「Daily YAMAZAKI」、「ダイコクドラッグ」の交差点を左折し、「土佐料理・弥保希」、「赤坂 四方」を過ぎ、更に「築地すし好」の通りを渡る。「富谷薬局」を過ぎ、「小肥羊」の向かい。東京メトロ赤坂見附駅から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:ベルビー赤坂 ●お勧めポイント:本場ソウルの雪濃湯が24時間食べられる専門店

100% Chocolate Cafe.



「100%Chocolate Cafe.」は明治製菓本社1階にあるアンテナショップを兼ねたチョコレートカフェ。56種類以上の世界の産地別チョコレートや創作チョコレートを購入できるが、味的にはお勧めというほどではない。季節のチョコレート以外はかなり大きめで、一口サイズでないのも残念。お勧めは、手作りフレッシュチョコレートを使ったスイーツ(ワッフレート、シフォンショコラ、チョココネ)。フレッシュチョコレートには、プレーンカカオ、キャラメルショコラ、アーモンドミルク、クラッシュマカデミア、ラムレーズン、キルシュホワイトの6種類があり、この中から一つ選ぶことができる。フレッシュチョコはどれも美味しいが、初めての方ならプレーンカカオかキャラメルショコラが手堅い味だと思う。また、フレッシュチョコレートと一緒に頂くスイーツは、ワッフレート、シフォンショコラ、チョココネの順でお勧め。ドリンクは、ホットのショコラドリンクが美味しい(ドリンク類には季節のチョコが付く)。学会場からも近く、朝からワッフレートとホットショコラドリンクが楽しめる。



- 住所:中央区京橋2-4-16 明治製菓本社ビル1階 ●電話:03-3273-3184 ●定休日:無休 ●営業時間:平日:8時~20時、土日:祝日:11時~18時半 ●予算:ワッフレート350円、シフォンドリンク400円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線)京橋駅5番出口を出てすぐ右にある、「シェ・イノ」が入るビル。東京メトロ京橋駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:明治製菓本社ビル ●お勧めポイント:フレッシュチョコレートを使ったワッフレートが美味しい

六厘舎TOKYO(朝限定の朝つけめん)



うどん、蕎麦、ラーメン
の頁(62頁)を参照

今回モーニングで取り上げる「朝つけめん」は、通常のつけ麺とは異なり、つけダレには魚粉が入っており、味も薄くあっさりとした感じ。具の内容も若干異なっているが、その分価格も安い。朝からガッツリいきたい方には、180円プラスで「朝つけ定食」というお得なセットがある。セルフで、お新香、生卵、納豆、カレー、御飯が付く。そのまま御飯と食べても、生卵を麺に絡めて釜玉風にしても、スープにカレーを足してカレーつけ麺として食べてもいいとのこと。しかし、六厘舎オリジナルの濃厚魚介系つけ麺(こちらは超お勧め!!)を食べたい方は、11時以降に行くべし。

●住所:東京駅八重洲南口地下1階 ●電話:03-3286-0166 ●定休日:無休 ●営業時間:朝ラーメン7時半~9時45分(通常のつけ麺は11時~22時) ●予算:朝つけめん630円(7時半~9時45分) ●アクセス:JR東京駅の八重洲口地下中央改札口より出たすぐの一番街地下1階ラーメンストリート内 ●お勧めポイント:大人気店「六厘舎Tokyo」のつけ麺が朝から食べられる

ミカド珈琲 日本橋本店



スイーツ、喫茶の頁
(81頁)を参照

高はし



築地散歩の頁(115頁)
を参照

天房



築地散歩の頁(115頁)
を参照

鳥めしや 鳥藤(とりとう)分店



築地散歩の頁(116頁)
を参照

茂助だんご



築地散歩の頁(116頁)
を参照

締めめのラーメン、うどん、蕎麦

流石(さすが)本店(~23時半)



和食、居酒屋、おでんの
頁(22頁)を参照

名古屋カレーうどん煉(~翌1時)



うどん、蕎麦、ラーメン
の頁(60頁)を参照

香味徳(~翌1時半)



うどん、蕎麦、ラーメン
の頁(63頁)を参照

CHABUYA Zutto Branch(平日~翌3時)



うどん、蕎麦、ラーメン
の頁(64頁)を参照

食事ができてラストオーダーの遅い店(ラーメン、うどんを除く)

鮭太一(平日~23時)








































寿司、天ぷら、うなぎ
の頁(5頁)を参照

大河原(~23時)







寿司、天ぷら、うなぎ
の頁(6頁)を参照

すし匠 (～22時半)		寿司、天ぷら、うなぎの真(7頁)を参照
鮨なかむら (～23時)		寿司、天ぷら、うなぎの真(8頁)を参照
野じま (～24時)		寿司、天ぷら、うなぎの真(10頁)を参照
龍吟 (～22時半)		和食、居酒屋、おでんの真(13頁)を参照
日本料理 贅否両論 (～23時)		和食、居酒屋、おでんの真(15頁)を参照
肴や味泉 (～22時半)		和食、居酒屋、おでんの真(16頁)を参照
ぎんざ力 (～23時)		和食、居酒屋、おでんの真(17頁)を参照
赤坂詠月 (～23時)		和食、居酒屋、おでんの真(18頁)を参照
虎白 (～22時半)		和食、居酒屋、おでんの真(19頁)を参照
ながずみ (～22時半)		和食、居酒屋、おでんの真(21頁)を参照
酒仙 しんばし光寿 (～23時半)		和食、居酒屋、おでんの真(21頁)を参照
酩 (～22時半)		和食、居酒屋、おでんの真(21頁)を参照
銀座ささ花 (～22時半)		和食、居酒屋、おでんの真(23頁)を参照
銀座しまだ (～23時)		和食、居酒屋、おでんの真(23頁)を参照
ヌガ (～翌1時)		フレンチ、フレンチダイニングバー、ステーキの真(25頁)を参照
サラマンジェ・ド・イザシ・ワキサカ (～23時)		フレンチ、フレンチダイニングバー、ステーキの真(25頁)を参照
アンテリブル (～23時)		フレンチ、フレンチダイニングバー、ステーキの真(31頁)を参照
カーヴ・デ・ヴィーニュ (～23時)		フレンチ、フレンチダイニングバー、ステーキの真(32頁)を参照
シノワ (～翌1時)		フレンチ、フレンチダイニングバー、ステーキの真(32頁)を参照
ボン・ピナール (～24時)		フレンチ、フレンチダイニングバー、ステーキの真(33頁)を参照
ワインバー・グットドール (～23時)		イタリアン、イタリアンダイニングバーの真(38頁)を参照
カーザ ヴィニタリア (～翌1時)		イタリアン、イタリアンダイニングバーの真(39頁)を参照

イタリアンバル ピッコロ(～22時半)		イタリアン、イタリアンダイニング バルの頁(39頁)を参照
ラ・ニュー・ブランシュ(～翌3時半)		イタリアン、イタリアンダイニング バルの頁(40頁)を参照
トプカ (平日～22時半)		カレー、インド料理、エスニック の頁(44頁)を参照
ニーハオ 銀座店 (～22時半)		中華料理、餃子、小籠包 の頁(49頁)を参照
黒猫夜 赤坂本店 (～23時)		中華料理、餃子、小籠包 の頁(51頁)を参照
黒猫夜 六本木店 (平日～翌4時)		中華料理、餃子、小籠包 の頁(51頁)を参照
南翔饅頭店 六本木ヒルズ店(～22時半)		中華料理、餃子、小籠包 の頁(54頁)を参照
京鼎樓 恵比寿本店 (平日～23時)		中華料理、餃子、小籠包 の頁(55頁)を参照
参丈 (たけさん)(～24時半)		焼き鳥、串揚げ、シラスコ、焼肉、 韓国料理の頁(56頁)を参照
みすじ (～23時)		焼き鳥、串揚げ、シラスコ、焼肉、 韓国料理の頁(58頁)を参照
プロカンジャンケジャン 赤坂店(～23時)		焼き鳥、串揚げ、シラスコ、焼肉、 韓国料理の頁(59頁)を参照
煙 事 (平日～翌2時半)		バー・ダイニングバーの 頁(68頁)を参照
サロン・ド・シャンパーニュ・ヴィオニス(平日～翌1時半)		バー・ダイニングバーの 頁(69頁)を参照
ツバキ (～翌5時)		バー・ダイニングバーの 頁(71頁)を参照
和酒Bar 和味 (なごみ)(～23時半)		バー・ダイニングバーの 頁(74頁)を参照
赤坂一龍 別館 (無休、24時間営業)		モーニングの頁(82頁) を参照

日曜日も営業している店

鮎 太一		寿司、天ぷら、うなぎの 頁(5頁)を参照
青木 西麻布店		寿司、天ぷら、うなぎの 頁(6頁)を参照
日本橋 橋町 都寿司		寿司、天ぷら、うなぎの 頁(7頁)を参照
鮎 三谷 (みたみ)		寿司、天ぷら、うなぎの 頁(8頁)を参照

築地 宮川本麿



寿司、天ぷら、うなぎの
頁(12頁)を参照

ながずみ



和食、居酒屋、おでんの
頁(21頁)を参照

銀座うどん 流石 琳



和食、居酒屋、おでんの
頁(22頁)を参照

銀座ささ花



和食、居酒屋、おでんの
頁(23頁)を参照

ル・マノアール・ダスティン



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(24頁)を参照

ヌガ



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(25頁)を参照

ヌーヴェル・エール



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(26頁)を参照

レストランひらまつ 広尾



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(26頁)を参照

レフェルヴェソンス



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(27頁)を参照

オルタシア



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(27頁)を参照

ラシェリール



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(28頁)を参照

ベージュアラン・デュカス東京



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(28頁)を参照

エメ・ヴィベール



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(29頁)を参照

エミュ



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(29頁)を参照

レストラン リューズ



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(30頁)を参照

エディション コウジ シモムラ



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(30頁)を参照

オーグドゥジュール メルヴェイユ



フレンチ、フレンチダイニングバー、
ステーキの頁(31頁)を参照

イル・ギオットーネ 丸の内店



イタリアン、イタリアンダイニング
パールの頁(34頁)を参照

アイコンック



イタリアン、イタリアンダイニング
パールの頁(36頁)を参照

チュレステ日本橋店



イタリアン、イタリアンダイニング
パールの頁(36頁)を参照

アルジェント A S O















































イタリアン、イタリアンダイニング
パールの頁(37頁)を参照




トルナヴェント




















イタリアン、イタリアンダイニング
パールの頁(37頁)を参照

カーザ ヴィニタリア		イタリアン、イタリアンダイニング パールの頁(39頁)を参照
イタリアンバル ピッコロ		イタリアン、イタリアンダイニング パールの頁(39頁)を参照
サンパウ		スペイン料理の頁 (40頁)を参照
ダバ・インディア		カレー・インド、エスニック 料理の頁(41頁)を参照
南インドカレー&バル エリックサウス		カレー・インド、エスニック 料理の頁(43頁)を参照
トプカ		カレー・インド、エスニック 料理の頁(44頁)を参照
銀座 桃花源		中華料理、餃子、小籠包 の頁(45頁)を参照
全聚徳 (ぜんしゅとく)		中華料理、餃子、小籠包 の頁(46頁)を参照
四川豆花飯荘 東京店		中華料理、餃子、小籠包 の頁(46頁)を参照
チャイナブルー		中華料理、餃子、小籠包 の頁(47頁)を参照
ニーハオ 銀座店		中華料理、餃子、小籠包 の頁(49頁)を参照
天香回味 銀座中央通り店		中華料理、餃子、小籠包 の頁(50頁)を参照
中華料理 龍天門		中華料理、餃子、小籠包 の頁(53頁)を参照
福臨門 魚翅海鮮酒家 銀座店、丸ビル店		中華料理、餃子、小籠包 の頁(53頁)を参照
鼎泰豊 東京店、カレッタ汐留店		中華料理、餃子、小籠包 の頁(54頁)を参照
南翔饅頭店 六本木ヒルズ店		中華料理、餃子、小籠包 の頁(54頁)を参照
京鼎樓 恵比寿本店		中華料理、餃子、小籠包 の頁(55頁)を参照
六覺燈 (ろっかくてい)		焼き鳥、串揚げ、シュラスコ、焼肉、 韓国料理の頁(56頁)を参照
バッカーナ 銀座		焼き鳥、串揚げ、シュラスコ、焼肉、 韓国料理の頁(57頁)を参照
バルバッコア クラシコ 丸の内店		焼き鳥、串揚げ、シュラスコ、焼肉、 韓国料理の頁(57頁)を参照
まつじん (松尾ジンギスカン)		焼き鳥、串揚げ、シュラスコ、焼肉、 韓国料理の頁(58頁)を参照
みすじ		焼き鳥、串揚げ、シュラスコ、焼肉、 韓国料理の頁(58頁)を参照

プロカンジャンケジャン 赤坂店		焼き鳥、串揚げ、シウラスコ、焼肉、 韓国料理の頁(59頁)を参照
蕎麦 案山子		うどん、蕎麦、ラーメン の頁(62頁)を参照
香味徳		うどん、蕎麦、ラーメン の頁(63頁)を参照
CHABUYA Zutto Branch		うどん、蕎麦、ラーメン の頁(64頁)を参照
めん徳二代目 つじ田 神田お茶の水店		うどん、蕎麦、ラーメン の頁(64頁)を参照
銀座 いし井		うどん、蕎麦、ラーメン の頁(65頁)を参照
ロック・フィッシュ		バー・ダイニングバーの 頁(70頁)を参照
B Bar Roppongi		バー・ダイニングバーの 頁(71頁)を参照
ツバキ		バー・ダイニングバーの 頁(71頁)を参照
ザ・ペニンシュラ東京 BOUTIQUE & CAFÉ		スイーツの頁(75頁) を参照
ミキモト ラウンジ		スイーツの頁(75頁) を参照
イデミ・スギノ		スイーツの頁(76頁) を参照
トシ・ヨロイズカ ミッドダウン		スイーツの頁(76頁) を参照
ルエル・ドウ・ドゥリエール		スイーツの頁(77頁) を参照
ピエール・マルコリーニ銀座店		スイーツの頁(77頁) を参照
デル・レイ銀座店		スイーツの頁(78頁) を参照
ラ・メゾン・デュ・ショコラ丸の内店		スイーツの頁(78頁) を参照
リンツ ショコラ・カフェ銀座店		スイーツの頁(79頁) を参照
カカオ サンパカ丸の内本店		スイーツの頁(79頁) を参照
ジェラテリア・テオブロマ		スイーツの頁(80頁) を参照
アンリ・シャルパンティエ銀座本店		スイーツの頁(80頁) を参照
ミカド珈琲 日本橋本店		スイーツの頁(81頁) を参照

宮越屋珈琲 東京新橋店、東京本店		スイーツの頁(81頁) を参照
赤坂一龍 別館(無休、24時間営業)		モーニングの頁 (82頁)を参照
六厘舎 TOKYO		モーニングの頁 (83頁)を参照

研修医・パラメディカルにお勧めの店

鮫 太一		寿司、天ぷら、うなぎの 頁(5頁)を参照
てんぷら天朝		寿司、天ぷら、うなぎの 頁(10頁)を参照
旬風 URARA		和食、居酒屋、おでんの 頁(16頁)を参照
ぎんざ 力		和食、居酒屋、おでんの 頁(17頁)を参照
オルタシア		フレンチ、フレンチダイニングバー、 ステーキの頁(27頁)を参照
エミュ		フレンチ、フレンチダイニングバー、 ステーキの頁(29頁)を参照
アンテリブル		フレンチ、フレンチダイニングバー、 ステーキの頁(31頁)を参照
ワインバー グットドール		イタリアン、イタリアンダイニング バルの頁(38頁)を参照
イタリアンバル ピッコロ		イタリアン、イタリアンダイニング バルの頁(39頁)を参照
インドカレー・カーマ		カレー、インド料理、エスニック の頁(41頁)を参照
ダバ・インディア		カレー、インド料理、エスニック の頁(41頁)を参照
南インドカレー&バル エリックサウス		カレー、インド料理、エスニック の頁(43頁)を参照
ザ・カリ		カレー、インド料理、エスニック の頁(43頁)を参照
カオマンガイ専門店 プイPui		カレー、インド料理、エスニック の頁(44頁)を参照
味芳齋(みほうさい)支店		中華料理、餃子、小籠包 の頁(50頁)を参照
黒猫夜 赤坂本店、六本木店		中華料理、餃子、小籠包 の頁(51頁)を参照
スキート ポーツ		中華料理、餃子、小籠包 の頁(51頁)を参照

雲林坊		中華料理、餃子、小籠包の頁(52頁)を参照
中華料理 龍天門		中華料理、餃子、小籠包の頁(53頁)を参照
福臨門 魚翅海鮮酒家		中華料理、餃子、小籠包の頁(53頁)を参照
南翔饅頭店 六本木ヒルズ店		中華料理、餃子、小籠包の頁(54頁)を参照
炭火串焼き 銀座 荻		焼き鳥、串揚げ、シュラスコ、焼肉、韓国料理の頁(55頁)を参照
参丈 (たけさん)		焼き鳥、串揚げ、シュラスコ、焼肉、韓国料理の頁(56頁)を参照
バルバッコア クラシコ 丸の内店		焼き鳥、串揚げ、シュラスコ、焼肉、韓国料理の頁(57頁)を参照
うどん 丸香		うどん、蕎麦、ラーメンの頁(60頁)を参照
名古屋カレーうどん 煉		うどん、蕎麦、ラーメンの頁(60頁)を参照
港 屋		うどん、蕎麦、ラーメンの頁(61頁)を参照
六厘舎 TOKYO		うどん、蕎麦、ラーメンの頁(62頁)を参照
朧 月		うどん、蕎麦、ラーメンの頁(63頁)を参照
CHABUYA Zutto Branch		うどん、蕎麦、ラーメンの頁(64頁)を参照
銀座 いし井		うどん、蕎麦、ラーメンの頁(65頁)を参照
こうかいぼう		うどん、蕎麦、ラーメンの頁(65頁)を参照
YEBISU BAR 銀座コリドー街店、赤坂店		バー、ダイニングバーの頁(72頁)を参照
和酒 Bar 和味 (なごみ)		バー、ダイニングバーの頁(74頁)を参照

お土産(羽田空港)

東京ショコラトリーの「東京しょ・こ・らラスク」



「東京しょ・こ・らラスク」のリッチフレークはミルクチョコフレークが、ホワイトリッチフレークはホワイトチョコフレークがラスクを覆っている。程良い甘さとサクサクした食感が、どうして今までなかったのか？と思うほど美味しい。東京限定販売のため、ここ羽田空港と東京駅で購入できる。また、より甘さを抑えたブラックリッチフレークは羽田空港限定販売であるが、リッチフレークの方が苦みと甘さのバランスがドンピシャでお勧め。



●予算:東京しょ・こ・らラスク・リッチフレーク(9個入り)1,050円 ●販売:羽田第1・第2ターミナル

ピエール・マルコリーニの「パレファン」



スイーツの頁(77頁)
を参照

僕の最も好きなチョコレート「パレファン」。一口で頂ける大きさ、カカオの香りと苦み、表面が硬く中が柔らかな食感のグラデーションなど、全てが完璧。



Pastelの「なめらかプリン」



愛知県から全国区になったプリン専門店。



●予算:なめらかプリン294円、たっぷりイチゴなめらかプリン380円 ●販売:羽田第2ターミナル

銀座若菜の漬け物「利尻昆布大根」、「江戸ごぼう」、「水茄子漬け」

銀座の漬物店。夏限定の「水茄子漬け」が美味しいが、通年して販売される「利尻昆布大根」、「江戸ごぼう」、「べったら漬け」なども美味しい。



●予算：利尻昆布大根525円 ●販売：羽田第1・第2ターミナル

加島屋の「さけ茶漬け」

新潟を代表するお土産。類似品の鮭フレークとは全く異なる本物の美味しさ。瓶と少量パックの2種類がある。そのまま白い御飯にのせて食べてよし、経節でとった出汁をかけて茶漬けにしてもよし。



●予算：さけ茶漬け(瓶)2,310円 ●販売：羽田第2ターミナル内 SMILE TOKYO

茅乃舎の「生七味」と「だし」

こちらは福岡を代表するお土産。「生七味」とは、唐辛子、山椒、柚、黒ごま、青のり、生姜、海塩を合わせて作ったもの。御飯にのせても、柚コショウのように鍋の薬味として使っても良い。また、「茅乃舎」はティーバック様のいろいろな出汁も販売している。「煮干だし」、「野菜だし」、「茅乃舎だし」などがあり、それぞれの料理に合う使い方が書いたお料理読本が付いてくる。



●予算：生七味1,260円、だし(8g×22袋)1,575円 ●販売：羽田第2ターミナル内SMILE TOKYO

氷結鶏

テレビで話題になった「氷結鶏」。カリカリのスナック感覚の食感が面白く、クセになる。当初は、ピリ辛でスパイシーな「赤」と醤油ベースの甘辛い「黒」の両方を販売していたが、最近は何故か「黒」だけしか販売していない。



●予算：氷結鶏980円 ●販売：羽田第2ターミナル内SMILE TOKYO

羽田第1・第2ターミナルの検査通過後の売店で購入してきたお土産品を集め、医局内でコンペを開催。選ばれたベスト3を大公開。恐らく東京駅でも買えます。

医局秘書が選んだ「どこでも買えるお土産ベスト3」(2012年度版)



日本橋 ショコラおこし

噛んだ瞬間、口の中に広がる香ばしい米の香りと上品なチョコの甘さは、年代を問わず好まれる。和を感じさせる新感覚のお菓子



東京ミルフィーユ かさ音

よくあるパイの食感だが、クリスピーなライス生地とアーモンドチョコクリームのにっとり感が絶妙なバランス



東京ラスクショコラ

クルミと塩チョコにラスクという組み合わせであるが、クランチチョコとして上手くまとまっている

医局秘書が選んだ「どこでも買えるお土産ベスト3」(2011年度版)



コルネdeコルネ東京

よくあるロールタイプの菓子だが、カラフルなおしゃれ感と甘さを抑えた美味しさが高評価



東京カンパネラ

波状のラングドシャとオリジナルのチョコレートが、何とも言いぬ不思議な食感



ショコラヴィオン・ジャポネ・オム

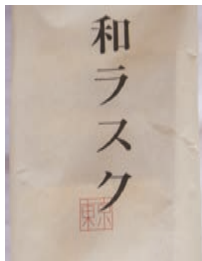
資生堂が作る「東京しょ・こ・ら・ラスク」と似たクランチ状のチョコ菓子。特に抹茶味が好評だった

お土産 (東京駅、日本橋周辺)

大丸百貨店東京店、品川駅・駅ナカecute品川 **和楽紅屋の「和ラスク」**



「和楽紅屋」は、カリスマパティシエ辻口氏が展開する和菓子店。彼の店は、自由が丘の「モンサンクレール」と名古屋の「フォルテシモ アッシュ」以外は、ロールケーキを販売している「自由が丘ロール屋」、チョコレートを販売している六本木の「ル ショコラ ドゥ アッシュ」、和のテイストのお菓子を販売している「和楽紅屋」など、テーマ毎に特化している。和楽紅屋は、かつて和菓子屋であった実家への思いを込めて立ち上げたといわれている。「米ロール」など、いろいろ美味しいアイテムが揃っているが、僕の一押しは和三盆で仕上げた「和ラスク」。サッパリとしていながらコクがあり、絶妙な甘さはあるそうでない味。和楽紅屋は東京駅の大丸百貨店東京店の他、品川駅の駅ナカ「ecute品川」にもあり、新幹線で帰るときのお土産として最適。



http://shop.cake-cake.net/waraku_beniya/cate1_select.phtml

- 住所:千代田区丸の内1-9-1 大丸百貨店東京店内 ●電話:03-3212-8011 ●定休日:無休(元日を除く)
- 営業時間:10時~20時 ●予算:和ラスク(5袋10枚入り)600円 ●アクセス:東京駅八重洲北口を出てすぐ。東京駅八重洲北口から徒歩1分

東京駅構内 **東京ショコラトリーの「東京しょ・こ・ら・ラスク」**



- 予算:東京しょ・こ・ら・ラスク・リッチフレーク(9個入り)1,050円

羽田空港の頁(91頁)
を参照

東京駅一番街1階おみやげプラザ内 **ARINCO TOKYO STATIONの「TOKYO STATION塩キャラメルロール」**



京都嵐山に本店のあるロールケーキ専門店の「ARINCO」。東京駅限定なのが「TOKYO STATION塩キャラメルロール」とその高級版「トーキョーキャラメルロールプレミアム」。僕のお勧めは、価格の安い「TOKYO STATION塩キャラメルロール」の方。こちらの方が、塩のしょっぱさとキャラメルの苦みのバランスが良く、味に立体感がある。また、米粉?と思わせる真っ白なバニラ生地は独特のモチモチ感があり、まるでハンペンのような不思議な食感。



- 住所:千代田区丸の内1-9-1 東京駅一番街1階おみやげプラザ内 ●電話:03-5222-6003 ●定休日:無し
- 営業時間:9時~20時半(土日・祝日は20時まで) ●予算:TOKYO STATION塩キャラメルロール1,500円 ●アクセス:JR東京駅八重洲北口と大丸百貨店の間。東京駅八重洲北口から徒歩1分

東京駅改札内の「グランスタ」と「グランスタ・ダイニング」

(駅ナカ)



新幹線中央乗り換え口前「銘店・銘品 お弁当」



東京駅で通常の駅弁を買うのはもったいない。なぜなら、駅ナカの1階には「グランスタ・ダイニング」というイートイン・スペースと弁当の販売スペースがあり、地下の「グランスタ」には、デパ地下のような専門店があるからだ。特に、グランスタ・ダイニングの「ニッポンの駅弁(03-3212-4088)」では、「賛否両論」など有名料理店がプロデュースした駅弁が販売されている(季節によって店が入れ替わるが、この時期は賛否両論が良かった)。さらに、スーパーの紀ノ国屋でも様々な自家製弁当、コラボ弁当が販売されている。また、温かい弁当を食べたいという方には、イートイン・スペース店のテイクアウトがお勧め。例えば、「赤坂璃宮」がプロデュースするチャーハン専門店「東京炒飯」のテイクアウトも可能なのだ。グランスタの一押しは、神戸グルメバイブルでも紹介した伊トリノのチョコレート店「カファレル(03-3284-2121)」。



とりわけ、この店で入手困難な名物ケーキ「ジャンドゥーヤ」と僕が日本一のチョコロールケーキと思う「ジャンドゥーヤロール」は外せない。また、「はせがわ酒店(03-6420-3409)」は、知る人ぞ知る日本酒の有名酒店。静岡の「磯自慢」や福井の「梵」などのレアアイテムも置いている。もしも、平和酒造が日本酒で作りあげた幻の「ゆず酒」が売っていたら、迷わず購入しよう。ソーダ割りにして飲むと、袖のフレッシュな風味が最高だ。また、180ml入りのかわい日本酒のミニボトルも多数揃っており、新幹線の車内で駅弁をつまみにやるのもいい。隣には日本酒バーも併設されており、新幹線に乗る前に一杯飲むこともできる。「ピエール・マルコリーニ(03-5220-4560)(<http://www.c-c-c.co.jp/shopping/>)」のチョコ・パレファンは僕が最も好きなチョコレート。「まめぐい(03-3287-4884)」は、日本手拭い専門店「かまわぬ」が経営する店。飴、あられ、お茶などが売られているが、凄いのは、その商品を包むミニ手拭い(27×27cm)。カラフルで可愛い手拭いが約200種類揃っており、どちらかという、商品よりも手拭いの方が主役のようだ。また、1階の新幹線中央乗り換え口前にある「銘店・銘品 お弁当」では、日本橋「たいめいけん」、築地「寿司岩」、横浜「崎陽軒」などの有名弁当が購入できるが、僕のお勧めは寿司岩の「やわらか子弁当」。

●定休日:無休 ●営業時間:【グランスタ】月曜～土曜8時～22時、日曜・祝日8時～21時 【グランスタ・ダイニング】7時～22時半

東京駅一番街「東京ラーメンストリート」と「東京キャラクターストリート」

東京駅八重洲口地下1階にある一番街には、「東京ラーメンストリート」と「東京キャラクターストリート」がある。東京ラーメンストリートには、「六厘舎」をはじめ、「斑鳩」、「けいすけ」など、一世を風靡した有名店が集結している。中でも、僕が一番のお勧めは、魚介系つけ麺の「六厘舎TOKYO(03-3286-0166)→うどん、蕎麦、ラーメン・モーニングの頁(62頁、83頁)を参照」。しかし、東京でもナンバーワンの行列店なので、開店前に行かないと長時間待つこと必至。しかし、かつての旧・大崎の本店で1~2時間屋外で待つことを考えると、こちらの方がまだマシな方。また、早い時間に行くと、つけ麺の土産の購入も可能。



東京キャラクターストリートには、在京テレビ局のキャラクター製品(日本テレビのズーミンなど)や人気キャラクターグッズショップ(ハローキティショップ、トミカショップ、レゴショップ、ウルトラマンショップ、スヌーピーショップなど)が15店舗が集まっているエリア。子供や孫のお土産にいいかも。

●営業時間:【東京ラーメンストリート】11時~22時(六厘舎と麺や七彩は、7時半~9時45分まで朝ラーメンあり。※モーニングの頁参照。一部の店舗は早く閉店。)【東京キャラクターストリート】10時~20時

日本橋 長門の「久寿(くず)もち」

昨年掲載した「たいやき神田達磨 八重洲店」が閉店してしまつたため、何か良いお土産がないかと探していたところ、まさに灯台もと暗し。元あった店の並びにこの店を発見。調べてみるとこの店はかなり老舗のようだ。店の名物は「久寿もち」と「切り羊羹」であるが、「久寿もち」の方が絶対がいい。「久寿(くず)もち」というネーミングであるが、原料はわらび粉なので、いわゆる“わらび餅”。きな粉をまぶしているが黒蜜は付いていない。そのプルプルとした食感が素晴らしい、甘さもちょうどいい。しかも値段もかなり安い。東京駅の八重洲口からすぐなのでアクセスも抜群。ちなみに、賞味期限は2日間である。



●住所:中央区八重洲3-1-3 日本橋長門ビル1階 ●電話:03-3271-8966 ●定休日:日曜・祝日 ●営業時間:10時~18時 ●予算:久寿もち850円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線、東西線)日本橋駅B3番出口(丸善東急ビル)を出て右へ。「丸善」の角を右折し、東京駅方面へ向かう。信号を渡り、牛めしの「松屋」が見えるとそのすぐ先。東京メトロ日本橋駅より徒歩2分。②東京駅八重洲北口を出て、「アコム」や「イオン」の看板の見える日本橋方面へ横断歩道を渡る。角に「チケット」と「本間ゴルフ」がある通りを進むとすぐ右。東京駅八重洲北口から徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:丸善、本間ゴルフ、イオン

日本橋タカシマヤ



日本橋には三越本店と高島屋本店の2大デパートがあるが、食料品に関しては高島屋の方が魅力的な商品が多い。秋にかけて販売される野田岩の天然鰻の蒲焼き(1串1万円前後)。新潟「加島屋」の鮭茶漬け。干物専門店「丸赤」の鰯の干物。お総菜や弁当では、京都「菊乃井」の真葛弁当(3,990円)と華頂弁当(5,250円:ともに3日前までの予約が必要)、東京「吉兆」の弁当(5,250円:弁当は前日までの予約が必要)などが購入できる。また、ハード系パンで有名な世田谷の「シニフィアン・シニフィエ」のパンも購入できる。鎌倉が本店の「宗達」は昆布の専門店、実は大阪の行列昆布店「神宗」と同じオーナーが経営しているらしい。つまり、「神宗」の関東版であり、作り方も同じスッポンのスープで炊いて作っている。違いは、「宗達」の方が関東好みに甘さを抑えて昆布が硬めになっていること。また、「魚久」は東京日本橋が本店の魚介京酒粕の専門店。千枚漬けで有名な京都の「村上重」などもある。特にお勧めは全国の美味しいものを揃えている「味百選」のコーナー。僕が博多に行くとも必ず購入する「大東園のユッケジャンスープ参鶏湯」や「い津みのふくのオイル漬け・コンフ」、岐阜「キュルノンチェの白カビ熟成乾燥ソーセージ」、京都「泉門天の餃子」、銀座「煙事の燻製チーズ」、岩手県釜石「中村家の海宝漬」、北海道むかわ町「大野商店のしししゃも」など、厳選された絶品お取り寄せ商品のオンパレード。



●電話番号:03-3211-4111 ●営業時間:10時~20時 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、東西線)日本橋駅B1出口を出てすぐ。東京メトロ日本橋駅から徒歩2分

うさぎや 中央通り店、本店



古くからの交通の要所であった日本橋から銀座にかけては多くの和菓子店があるが、僕の一押しはこの店の「どらやき」。中央通り店は「コレド日本橋」の斜め向かいにあり、本店はこの店の横の小路を入った角のところにある。「どらやき」の生地自体はそれほどしっとり感がなく普通だが、中の粒餡の美味しさは驚くほど小豆の香りが鮮烈で濃厚。この粒餡を使用した「通り小町もなか」は、皮の香ばしさこそ銀座の有名店「空也」に譲るが、粒餡(粒餡と漉し餡の2つから選べる)は、こちらの方が香り高く美味しい。



●住所:【中央通り店】中央区日本橋1-3-8 デイアモンドビル1階 【本店】中央区日本橋1-2-19 日本橋ファーストビル1階 ●電話:【中央通り店】03-3271-9880 【本店】03-3271-9910 ●定休日:土曜(本店のみ)、日曜、祝日 ●営業時間:9時半~18時 ●予算:どらやき190円、通り小町もなか100円 ●アクセス:中央通り店:東京メトロ(銀座線、東西線)日本橋駅B11番出口を出てすぐ。 ●最寄りのランドマーク:コレド日本橋

お土産(銀座周辺)

銀座 松屋



地下食品フロアには、美味しいものが目白押し。鎌倉が本店の「歐林洞ORINDO」のパウンドケーキはシっとりとして超お勧め!! 特に、アプリコットとオレンジが秀逸(→102頁参照)。同じパウンドケーキでも京都の「足立音衛門」は栗に特化したもので、栗好きならこちらが良い。築地「茂助だんご」は小豆の香り良く、素朴ながらとても美味しい。特に、粒あんがお勧め。「オリーブ・マーケット」では、いろいろなオリーブが量り売りされている。「シャルキュトリー・コダマ」では、スペインやイタリア生ハムが量り売りしていて、サラミ類も充実。また、国産豚肉で作る「太巻きチャーシュー」も人気。「庵・茶の葉」では、カフェスペースで美味しい日本茶を頂くことができ、目黒の有名菓子店“ちもと”の「八雲もち」が購入できる。京都「紫野和久傳」では、れんこん餅「西湖」と「からすみ餅」がいい(→後述の「紫野和久傳 丸の内店」を参照)。代々木上原「西光亭」のクッキーは箱のイラストが選べ、とてもかわいらしい。また、味も手作り感があって、お土産として最適。特に、「くるみのクッキー」がお勧め。1階には、カフェが併設されたパリのチョコレート専門店「ラ・メゾン・デュ・ショコラ」がある(→スイーツの78頁参照)。



●電話番号:03-3567-1211 ●営業時間:10時~20時 ●アクセス:2頁「銀座周辺地図」参照

銀座 マネケン



大阪のローゼンが展開する焼きたてワッフル店。日本初の本格ベルギーワッフル店として梅田にオープン以来、現在は西日本を中心に出店している。僕は大阪梅田で購入して以来ファンとなり、神戸に行ったらJR三宮駅店で購入し、京都に行ったらJR京都駅構内にあるJR京都駅店で購入している。ワッフルは、小麦粉と砂糖というシンプルな材料ゆえに味に差が出やすい。マネケンにはベルギー産の粒状パールシュガーにこだわり、表面をカリッと香り高く仕上げている。その場ですぐに食べた方が、香りとサクサク感がより楽しめる。種類はいろいろあるが、持ち帰って温め直して食べることを考えれば、シンプルな「プレーン」か「メープル」がいい。時間をおいて食べる場合は、オーブントースターで軽く焼いて食べるのがお勧め。なお、東京には銀座マネケンの他、JR秋葉原駅店がある。また、ネット上で通信販売もやっている(<http://www.manneken.co.jp/index.html>)。



●住所:中央区銀座5-7-19 第一生命銀座フォービル1階 ●電話:03-3289-0141 ●定休日:無休(年末年始は休み) ●営業時間:11時~22時 ●予算:プレーン126円、メープル147円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A1番出口を出たら目の前。東京メトロ銀座駅より徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:三愛ビル

銀座三越



前回の「銀座グルメバイブル」では、「銀座三越」で取り上げた店は「フレデリック カッセル」1店のみ。しかし、今回改めて深く掘り下げてみると、前回の取材で気づかなかった魅力的なアイテムをいろいろ発見。まずは地下2階の「フレデリック カッセル」。この店の「ボンボンショコラ」は「ラ・メゾン・デュ・ショコラ」の“ガナッシュ”や“プラリネ”と同様、滑らかで香り高くどれもお勧めである（→スイーツの78頁、お土産の101頁を参照）。今年になって常に行列を作っているのは、クロワッサンをそのままラスクにした秋田のカフェ「オウザンOHZAN」のラスク。購入したい場合には、開店前の9時55分に空いている松屋寄りの地下入り口に並ぶのがベスト。また、「フランソワ・ブラリュ」の“ブラリュリン”は仏リヨンの銘菓。特に、ピンク色のブラリュノローズ（ヘーゼルナッツやアーモンドに秘伝のシロップを絡めたもの）が散りばめられたものは、イングリッシュ・マフィンとメロンパンのいいとこ取りのようなお菓子で、一度食べると病みつきになる美味しさ。この店はチョコレートも美味しいので“ボンボンショコラ”もお勧め。自家栽培の丹波小豆で作った京都「仙太郎」の“ぼた餅”や“もっち等”も地味だがなかなかの逸品。有名弁当が集まる「弁当セレクション」では、大阪新世界「梵」のビーフカツレツが購入できる。また、以前のグルメバイブルで紹介した大阪「モンシュシュ」の堂島ロールや「銀座若菜」の漬け物もある。さらに、地下3階にある肉のフロアも充実しており、「片葉三」では熟成した「古代牛」や「仔牛」などをオーダーカットで購入でき、「二幸」ではブランド豚「東京X」を、「伊藤和四郎商店」ではブランド鶏をそれぞれ購入できる。また、この階にはハード系パンで有名なパリの高級ブーランジェリー「ドミニク・サブロン」もある

●電話番号:03-3562-1111 ●営業時間:10時~20時 ●アクセス:2頁「銀座周辺地図」参照

芽吹き屋の「くるみもち(くるみゆべし)」



銀座の「いわて銀河プラザ」にある岩手県花巻市の和菓子店。作家の林 真理子さんがこの店の「くるみもち(くるみゆべし)」と「くるみ大福」好物だということで早速購入。味噌餡の「くるみ大福」は、餡自体は悪くないが餅の食感がイマイチ。これに対して「くるみもち」の方は、食感がきび団子のように甘さもほどほどで美味しい。また、くるみの食感もうまく生かされている。土日はすぐに売り切れてしまうので、買いたい方は予約した方がベター。



●住所:中央区銀座5-15-1 南海東京ビル1階 ●電話:03-3524-8315 ●定休日:無休 ●営業時間:10時半~19時 ●予算:くるみもち(くるみゆべし)115円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A5番出口を出て、反対側の築地側に向かう。広い昭和通りの信号を渡って数十メートル歩くと右側。東京メトロ銀座駅から徒歩4分。②東京メトロ(日比谷線)東銀座駅A1番出口を出て、反対側の築地側に向かう。広い昭和通りの信号を渡って数十メートル歩くと右側。東京メトロ東銀座駅から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:歌舞伎座 ●お勧めポイント:きび団子のような胡桃餅

資生堂パーラー 銀座本店ショップ



この資生堂パーラー銀座本店では、この店でしか購入できない限定アイテムが20点ほどある。なかでもお勧めなのは「スペシャルチーズケーキ」。酪農王国デンマークのクリームチーズとサワークリームを使い、1本1本手作りで仕上げたもの。その濃厚さと爽やかな酸味のバランスは絶妙。本店にくることが出来ない方は、駅や空港で購入可能な量産品・資生堂「チーズケーキ(SS~L)」を購入してほしい。そしてもう一つのお勧めは、「ノワ・ド・バカヌ カラメルショコラ」。ピーカンナッツをキャラメル味のチョコレートでコーティングしたその食感と豊かな香りはまさに絶品。人気の「花椿ビスケット」は通常百貨店などでは「金缶」と「白缶」しか販売していないが、この本店には素材を厳選し、手焼きで焼かれた最高級品の「黒缶」も販売している。ちなみに、サクサクしたクランチ状のチョコ菓子「ショコラヴィオン」抹茶味は、昨年度の「どこでも買える東京土産ベスト3」の第3位であった。



- 住所:中央区銀座8-8-3 東京銀座資生堂ビル1階 ●電話:03-3572-2147 ●定休日:無休 ●営業時間:11時~21時 ●予算:スペシャルチーズケーキ3,150円、ノワ・ド・バカヌ カラメルショコラ1,050円 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線、丸の内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「フェラガモ」、「とらや」の前を通り、少し進むと角にある赤褐色の建物。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩3分。②東京メトロ新橋駅1番出口を出て野村証券の前を通り、次の信号を左折して中央通りに入る。銀座方面に進み、高速道路の下をくぐって「博品館」の前を少し進むと角にある赤褐色の建物。東京メトロ新橋駅から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:トイパーク博品館(玩具店) ●お勧めポイント:ここでしか購入できない美味しいスイーツ

岡塾栄泉「豆大福」



東京三大大福の中で芸能人御用達といえば、原宿「瑞穂」の豆大福が有名。しかし、餅の中に入っている赤豌豆以外は、餅の食感や餡など、全てこの岡塾栄泉の方が上回っている。外の餅の食感はまさに耳たぶよりも柔らかである。中の漉し餡も黒糖が入っているのでは? 思うくらいコクがあって滑らか。甘さも瑞穂より抑え気味でシットリしている。僕は「瑞穂」で買うなら香り高い「瑞穂最中」の方だと思うが、いずれも甘さはしっかりしている。



- 住所:港区虎ノ門3-8-24 ●電話:03-3433-5550 ●定休日:日曜、祝日 ●営業時間:月曜~金曜:9時~17時、土曜:9時~12時 ●予算:豆大福242円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線)虎ノ門駅4番出口を出て反対方向へ向かい、「三菱東京UFJ銀行」の角を左折。桜田通りを進み、「徳島県虎ノ門ビル」、「虎ノ門2丁目の交差点」を過ぎるとすぐ左。東京メトロ虎ノ門駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:虎ノ門2丁目の交差点 ●お勧めポイント:芸能人御用達の有名大福「瑞穂」を上回る美味しさ

ザ・ダーズリン THE DARJEELING 銀座店



ザ・ダーズリンは、最高級のガーデンティーを販売しているダーズリン茶専門店(カフェも併設)である。僕が「神戸グルメバイブル」を作製した折、芦屋の「ウーフUf-fu」のダーズリン・ファーストフラッシュ(春摘み茶)の香りに魅了されて以来、僕が好んで飲んでいるお茶である。僕の中の位置づけとしては、紅茶というより中国緑茶に近いかもしれない。今年パリに行った折、有名な「マリアージュ フレール(日本には銀座店と新宿店がある)」のカフェで、お勧めのダーズリン・ファーストフラッシュを飲んでみたが、この「ザ・ダーズリン」や「ウーフUf-fu」の方が美味しかった。今回の取材で、この店で取り扱っている8茶園全てを試してみた結果、僕のお勧めは標高の高い「ビュッタボン茶園」。柔らかくとても繊細な香りなので、ホットだけでなくミネラルウォーターに1日つけて抽出した冷茶として飲むのも最高である。今回の取材エリアには、麻布十番店(03-5419-7933、地下鉄・麻布十番駅4番出口すぐ目の前、カフェ併設)もあるが、僕は銀座店より麻布十番店の方が好みである。東京に来られない方は、ネットでの購入もできる(<http://www.the-darjeeling.com/>)。



- 住所:中央区銀座5-8-20 銀座コアビル1階 ●電話:03-3289-2264 ●定休日:無休(年末年始は休み) ●営業時間:11時~21時半 ●予算:ビュッタボン茶園2011年ファーストフラッシュ 900円~ ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A3番出口を出たら目の前。A4出口直結。東京メトロ銀座駅より徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:日産銀座ギャラリー

フレデリック カッセル 銀座三越店



フレデリック・カッセルは、パリ郊外の古都・フォンテーヌブローに店とアトリエを構えるパティシエ兼ショコラティエである。また、世界最高レベルの菓子職人集団「ルレ・デセール・インターナショナル」の会長でもある。彼の店は本店の他、ドイツ・ベルリン店、モロッコ・カサブランカ店、そして日本には東京のこの店と京都店がある。この店のボンボン・ショコラは「ラ・メゾン・デュ・ショコラ」のガナッシュやブラリネと同様、滑らかで香り高く、どれもお勧めである。そしてこの店のもう1つの名物は、2010年にベスト・ミルフィーユに輝いた濃厚な「ミルフィユ・ヴァニーユ」であるが、こちらはお勧めと言うほどではない。



- 電話番号:03-3562-1111 ●営業時間:10時~20時 ●予算:ショコラ詰め合わせ1,470円(4個)~ ●アクセス:2頁「銀座周辺地図」参照

「歐林洞 (お우리んどう) 銀座店



鎌倉に本店を構える洋菓子店。この店の名物は「パウンドケーキ」と「パトロン」。僕のお勧めは「パウンドケーキ」で、うちの医局の野田実香先生のお勧めは「パトロン」。パウンドケーキの種類は季節によって変わるが、オレンジとアプリコットが一押し。何と言ってもこの店のパウンドケーキはしっかりと生かして素材の香りが生きている。「パトロン」は金の卵のような紙に包まれた洋酒風味のマロンとチョコレートのお菓子。



●電話番号:03-3567-1211 ●営業時間:10時~20時 ●予算:パウンドケーキ1,300円、パトロン(4個)1,400円 ●アクセス:2頁「銀座周辺地図」参照 ●お勧めポイント:シットリした至高のパウンドケーキ

「紫野和久傳 丸の内店の「塩鯖寿司」と「西湖(せいこ)」



京都の人気日本料理店・和久傳がプロデュースする和菓子販売を中心とした店。東京国際フォーラムからもすぐのアクセスの良い場所にある。名古屋のミッドランドスクエア店と同様に、四季折々の商品「おもたせ」の販売コーナーと喫茶スペースがある。この店の名物は、蓮根粉と和三盆で練り上げたプルプル食感の「西湖(せいこ)」。これは、日本料理店の和久傳の各店のデザートとして供される名物菓子。きな粉好きな方には、「西湖」のわらび餅バージョン「れんこん餅」がお勧め。また、和久傳のコース料理の中で炙って出される名物「からすみ餅」も、値段は高いが至高の逸品。さらに、「塩鯖寿司」もお土産として最高である。なお、和久傳の商品「おもたせ」は、ネット上からも購入できる。<http://www.wakuden.jp/omotase/index.html>



●住所:千代田区丸の内3-3-1 新東京ビル1階 ●電話:03-3240-7020 ●定休日:無休(年末年始を除く) ●営業時間:10時半~19時 ●予算:塩鯖寿司2,100円、西湖(せいこ)3個:787円 ●アクセス:東京フォーラム・ホールBの出口を出て信号を渡るとすぐ右。東京国際フォーラム・ホールB出口より徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:東京国際フォーラム、ビックカメラ ●お勧めポイント:塩鯖寿司と西湖は京都のお土産の必須アイテム

「ピエール・マルコリーニ銀座店の「パレファン」



スイーツの頁
(77頁)を参照

ショッピング

日本全国、いや世界各国から買い物が押し寄せる銀座には、有名店や専門店が集まっている。赤いクリップの看板が印象的な「銀座・伊東屋(03-3561-8311) (<http://www.ito-ya.co.jp/>)」は、日本有数の文房具店として知られている。「銀座トラヤ帽子店(03-3535-5201) (<http://www.ginza-toraya.com/>)」は、神戸の「マキン」と並ぶ有名帽子店。「銀座・菊秀(03-3541-8390)」は、50種類の爪切りを揃えている刃物店。「コネスールle Connaisseur銀座本店(03-3573-8686)」は、バーを併設したシガーの専門店。さらに、銀座は刀剣や鎧甲の店も多い。有名処では、「銀座長州屋(03-3541-8371) (<http://www.choshuya.co.jp/>)」、「銀座泰文堂(03-3563-2551) (<http://www.taibundo.com/>)」、お宝鑑定団で有名な「銀座刀剣柴田(03-3573-2801) (<http://www.tokensibata.co.jp/>)」など。また、東京国際フォーラムのもう一本皇居寄りの並木路(ペニンシュラ東京と有楽町電気ビルディングの間の通り)は、「ロイヤルコペンハーゲン」や「バカラ」などのブランドショップが連なっており、これが新丸ビルの裏まで続いている。ウィンドウショッピングをするなら、「銀座並木通り」共にお勧めである。

モンブラン銀座本店



万年筆やボールペンなどで知られるドイツのモンブランは、年配者なら一度は憧れたブランド。最近では鞆や財布、時計などの独自ブランドも持つようになった。そのモンブラン日本最大の店舗がこの銀座本店。48面カットのダイヤモンドをあしらった「ETOILE」シリーズは、ボールペンでも10万円以上するが、うっとりするほどの素晴らしい流線美。「ジョン・レノン エディション」は、ギターとレコードをイメージした彼へのオマージュ作品となっており、ファンなら一度は持ってみたい品。



●住所:中央区銀座7-9-11 モンブランギンザビル ●電話:03-5568-8881 ●定休日:無休 ●営業時間:11時~20時 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A3番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「松坂屋」を通り、「銀座ライオン」、「ヤマハ銀座ビル」の前を過ぎるとすぐ左角。東京メトロ銀座駅より徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:銀座ライオン7丁目ビル、ヤマハ銀座ビル

雨竹庵 (銀座 森前)



現在の「銀座 森前」は、埼玉県羽生市にある「雨竹亭」が経営している都内唯一の盆栽専門店だ。看板こそそのままだが、店名は「雨竹庵」に変わっている。この店ではあまり数が展示していないが、羽生市の本店には2,000点を超える国内最大級の盆栽総合施設がある。相談すれば、きっと貴方の理想の盆栽が見つかるかも。



●住所:中央区銀座7-9-10 銀七ビル1階 ●電話:03-3571-4114 ●定休日:無休 ●営業時間:10時~19時 ●ホームページ:<http://www.bonsai-s-cube.com/hpgen/HPB/entries/2.html> ●アクセス:①東京メトロ銀座駅A3番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「松坂屋」、「ライオンピアホール」の前を通り、「三菱東京UFJ銀行」の信号を左折するとすぐ左。東京メトロ銀座駅より徒歩4分。②東京メトロ新橋駅1番出口を出て野村証券の前を通り、次の信号を左折して中央通りに入る。銀座方面に進み、高速道路の下をくぐって「博品館」の前を少し進むと赤褐色の「資生堂ビル」と向かいに「三菱東京UFJ銀行」がある。その信号を右折するとすぐ左。東京メトロ新橋駅より徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:資生堂ビル、三菱東京UFJ銀行

アシックスストア東京

アディダス パフォーマンスセンター銀座



昨今の健康ブームはジョギング・ランニングブームへと広がりをみせ、僕の周りにもジョギングやマラソンをする人が多くなった。しかし、マニアックになればなるほど、良いものを欲するのが人間の性というもの。もしも銀座周辺で、いつもと違うランニング用品を購入したいと思うなら、アシックスとアディダスの直営店での購入がお勧め。「アシックスストア東京」には、足型測定器やランニング状態を映す装置があり、貴方に合ったランニングシューズをアドバイスしてくれる。さらに、会員になると、シャワー付きロッカールームを使用でき、皇居で走った後に、着替えて銀座で食事という使い方も。また、1人ランは寂しいという方には、同好会的なナイトランに参加することができる。「アディダス パフォーマンスセンター銀座」には、各種アディダス製品の他、直営店オリジナルの製品がある。とりわけ、女性用スポーツバックなどウィメンズ商品が充実している。また、「アディダス×ボルシェ」のコラボデザイン製品も高額だが、実にクールでいい。



【アシックスストア東京】

●住所：中央区銀座8-3-4 DKビルディング ●電話：03-3572-8301 ●定休日：不定休 ●営業時間：平日11時半～21時、土日・祝日9時～18時 ●アクセス：①東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅C3番出口を出て、「銀座阪急MOSAIC」の角を右折し、しばらく直進。「R25 cafe」の前を通り、「京都新聞」を過ぎるとすぐ右角。②東京メトロ(銀座線)新橋駅、JR新橋駅銀座口を出て、カラオケBIG ECHO向かい「天久利」、「まぐる市場」側に渡る。高速の下をくぐり、静岡新聞ビルを過ぎて直進すると左角にあるビル。新橋駅より徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：資生堂ビル、銀座日航ホテル、静岡新聞ビル

【アディダス パフォーマンスセンター銀座】

●住所：中央区銀座5-8-17 ワールドタウンビル ●電話：03-5537-0815 ●定休日：不定休 ●営業時間：11時～21時 ●アクセス：東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A3番出口を出るとすぐ左「銀座コア」の隣のビル。東京メトロ銀座駅より徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク：銀座コア

カドリーブラウンCuddly Brown



日本でも指折りのティディベア専門店。ミニから等身大のものまでいろいろ揃っている。2階には制作工房があり、いろいろな素材を使ったオリジナルの手作りティディベアをオーダーすることもできる。オーダー制作の場合、ティディベアの足裏に、有料でメッセージを刺繍してくれる。世界にたった1つだけのティディベアをプレゼントすると喜ばれるかも。



●住所：中央区銀座4-3-13 ●電話：03-3561-9083 ●定休日：無休(元旦を除く) ●営業時間：11時～20時 ●予算：身長32cm、体重400gで一体21,000円(足裏刺繍1,260円) ●アクセス：東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅B4番出口を出て「テイジン・メンズショップ」、「GAP」の角を右折するとすぐ。東京メトロ銀座駅より徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク：テイジン・メンズショップ、GAPフラッグシップ銀座

ヤマハ銀座店、銀座 山野楽器



「ヤマハ銀座店」は、地下2階から地上12階まで全フロアが音楽のためのフロア。コンサートサロンやコンサートホールも備え、グランドピアノでは国内最大級の防音選定室がある。また、250万円のクラシックギターを販売している「ギター、ドラム、デジタル楽器売り場」や「管楽器、弦楽器、打楽器売り場」、「クラシックCD・DVD売り場」などもある。しかし、何と言っても音楽に関する書籍売り場や楽譜売り場が凄い。「銀座 山野楽器」は、ヤマハ銀座店とほぼ同規模の店。地下1階から地上7階まであり、CDやDVD、音楽書籍、楽譜などの品揃えはもちろんだが、ギターの品揃えは「宮地楽器 神田(03-3255-2755:東京メトロ丸ノ内線淡路町駅A5出口前)」ほどではないが、管楽器や弦楽器は「ヤマハ銀座店」を上回る。珍しいアイテムとしては、富士ゼロックスのCMで有名になった床置き式のピアノ鍵盤「ハンドロールピアノ」やあの懐かしい「ブルーワーカー(現在は最新機種X7)」などもある。



【ヤマハ銀座店】

●住所:中央区銀座7-9-14 ●電話:03-3572-3171 ●定休日:毎月第2火曜日 ●営業時間:11時~19時
●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A3番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「松坂屋」を通り、「銀座ライオン」の前を過ぎるとすぐ左。東京メトロ銀座駅より徒歩4分。●最寄りのランドマーク:銀座ライオン7丁目ビル

【銀座 山野楽器】

●住所:中央区銀座4-5-6 ●電話:03-3562-5051 ●定休日:不定休(月に1度) ●営業時間:10時半~20時、火曜と水曜は10時半~20時半 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A9番出口を出たら、「木村家」の隣。東京メトロ銀座駅より徒歩0分。●最寄りのランドマーク:銀座和光

銀座 夏野本店／小夏



日本屈指の箸の専門店。京都の竹箸や全国各地の塗り箸、子供箸、黒檀や紫檀の箸などに加え、最高価格200万円もの蒔絵箸まで、2,500種もの箸が揃っている。また、箸の必須アイテムである箸置きや箸箱なども充実しており、見るだけでも楽しい。本店6階には、かわいい子ども食器専門の「小夏」がある。また、近くには「並木通り店」や「卯の花・夏野」、「新丸ビル店」などもある。



●住所:中央区銀座6-7-4 銀座タカシビル1階 ●電話:03-3569-0952 ●定休日:不定休 ●営業時間:月曜~土曜10時~20時、日曜・祝日10時~19時(小夏のみ10時半~) ●予算:京都ごま竹箸 四角4,200円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A1番出口を出て、2つめの角「Dior」を左折。チョコレート専門店「ビエール・マルコリーニ」の前を通り、1つ目の交差点を過ぎるとすぐ右側のビル(交詢ビルディングの手前)。東京メトロ銀座駅より徒歩3分。●最寄りのランドマーク:交詢ビルディング、ニューメルサ

サムソナイト・ブラックレーベル・銀座



世界的にも知られる旅行バッグメーカーの「Samsonite」。2004年以前までは、ACEが契約製造していたブランド名であったため、現在もイメージ的にACEとダブってしまうが、全くの別ブランドである。僕が見た限りでは、サムソナイトの方が、よりブランド力を高めようという姿勢が製品に表れていると思う。中でも、特別な高額商品を販売しているのがこのブラックレーベル店である(<http://samsonite-store.jp/black/>)。トヨタで例えるなら、雷克萨斯店のようなイメージ。東日本では銀座店と渋谷店の2店だけしかなく、どの鞆もすばらしい曲線美とカラーで、マクラレーンデザインのアイテムもある。しかし、ストッパーの付いた旅行バッグは販売しておらず、ストッパー付きを希望の方は、「ペニンシュラ東京」横の「ACE日比谷店(03-3211-1266)」で「Proteca」を購入しよう。



- 住所:中央区銀座8-6-3 新橋会館1階 ●電話:03-3571-8151 ●定休日:無休(年末年始を除く) ●営業時間:11時~20時 ●アクセス:①東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「フェラガモ」、「とらや」の前を通り、少し進むと赤褐色の建物「資生堂ビル」があるのでその角を右折すると、2つめの角のビル。東京メトロ銀座駅より徒歩3分。②東京メトロ新橋駅1番出口を出て野村証券の前を通り、次の信号を左折して中央通りに入る。銀座方面に進み、高速道路の下をくぐって「博品館」の前を少し進むと赤褐色の建物「資生堂ビル」がある。その角を左折して進み、2つめの角のビル。東京メトロ新橋駅より徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:資生堂ビル

家具蔵KAGURA、桜ショップ銀座店



銀座界隈には注文家具を請け負う店が何軒かあるが、中でも、「カグラ」と「桜製作所」は約60年の歴史があり、柔らかな曲線美とモダンなデザインがとてもいい。既製の自社製品も扱っているが、一枚板を贅沢に使ったmyテーブルやオリジナルチェアを作りたい方は、ぜひ行って相談してみよう。

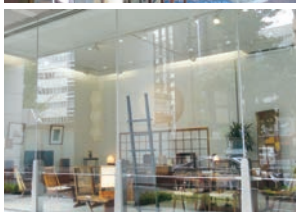


【家具蔵KAGURA】

- 住所:中央区銀座5-6-17 ●電話:03-3574-7227 ●定休日:無休(年末年始を除く) ●営業時間:10時半~19時半 ●ホームページ: <http://www.kagura.co.jp/> ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A1番出口を出て、2つめの角「Dior」を左折するとすぐ左側。東京メトロ銀座駅より徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:Dior

【桜ショップ銀座店SAKURA SHOP】

- 住所:中央区銀座3-10-7 銀座東和ビル1階 ●電話:03-3547-8118 ●定休日:無休(夏季、年末年始を除く) ●営業時間:11時~19時半 ●ホームページ: <http://www.sakurashop.co.jp/> ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A6番出口を出て、銀座三越新館の築地側に向かう。「MONTANA」の入っている角のビルを左折し、「ナイルレストラン」、「am pm」を過ぎるとすぐ。東京メトロ銀座駅より徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク:銀座三越新館



ギャラリー収納 銀座



書斎やリビングの収納家具を扱う専門店。部屋の図面を持っていくと具体的な相談に乗ってくれる。これから家やマンションをリフォームする予定の方は、一度は見ておこう。



- 住所:中央区銀座5-12-5 白鶴ビル1階 ●電話:03-3524-0811 ●定休日:無休 ●営業時間:平日:11時半~19時、日曜・祝日:11時半~18時 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A5番出口を出て「SONOKO美白銀座」、「ミヤマ商会」を過ぎ、パチンコ店「ピーアーク」の角を右に曲がるとすぐ。東京メトロ銀座駅より徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:ピーアーク

Motorimoda



バイクや車好きのための大人のファッションアイテムを提案する店。僕のような全く興味のない人間が見てもとてもクールだ！MOMO DESIGN、Cromwell、Borsalino、Ferrari、MOSCHINO、TAG Heuer、Air Bornなどの正規輸入ヘルメットも販売している。



- 住所:中央区銀座8-11-13 エリザベスビル1階 ●電話:03-5537-8567 ●定休日:無休(年末年始を除く) ●営業時間:11時~20時 ●ホームページ:<http://www.motorimoda.com/> ●アクセス:①東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A3番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「松坂屋」、「ライオンピアホール」の前を通り、「三菱東京UFJ」の信号を左折。「サンクス」を過ぎた角を曲がるとすぐ左。東京メトロ銀座駅より徒歩4分。②東京メトロ新橋駅1番出口を出て野村証券の前を通り、次の信号を左折して中央通りに入る。銀座方面に進み、高速道路の下をくぐって「博品館」の前を少し進むと赤褐色の「資生堂ビル」と向かいに「三菱東京UFJ」がある。その信号を右折して「サンクス」を過ぎた角を曲がるとすぐ左。東京メトロ新橋駅より徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:資生堂ビル、三菱東京UFJ

銀座もとじ



「銀座もとじ(<http://www.motoji.co.jp/>)」は新しい時代の着物を提案する着物専門店。男性着物を扱う「男のきもの」店と、女性着物や織物を扱う「和染・和織」店などがある。これまでの着物店とは全く異なるコンセプトで作られた店内は、まるで美術ギャラリーのようなハイセンスな建物。



- 住所:【男のきもの店】中央区銀座3-8-15 【和染・和織店】中央区銀座4-8-12 ●電話:【男のきもの店】03-5524-7472 【和染・和織店】03-3535-3888(和染)、03-3538-7878(和織) ●定休日:無休 ●営業時間:11時~19時 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A6番出口を出て、銀座三越デパート新館の方へ向かう。銀座三越新館と銀座ピアスの間にある三原通りを左折し、進むとすぐ右に「男のきもの店」が、もう少し進むと右に「和染・和織店」がある。東京メトロ銀座駅より徒歩2~3分。 ●最寄りのランドマーク:銀座三越デパート新館

アトリエ ジャン・ルソー JEAN ROUSSEAU 銀座

パリに本店のある時計ストラップのオーダーメイド専門店。服部セイコーが経営している4丁目の「和光」でも、カスタマイズできるユニークな時計ストラップを取り扱っているが、その中にはこのジャン・ルソーも含まれている。お気に入り腕時計に、オーダーメイドのバンドを組み合わせてみたい方は、是非一度訪れてみては。



- 住所:中央区銀座7-10-18 銀座ライオン7丁目ビル裏 ●電話:03-6280-6721 ●定休日:不定休 ●営業時間:11時~19時 ●ホームページ:<http://jean-rousseau.co.jp/index.html> ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸の内線、日比谷線)銀座駅A3番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「松坂屋」を通り、「銀座ライオン7丁目ビル」の信号を左折し、その裏通りを右折するとすぐ右。東京メトロ銀座駅(4丁目交差点)から徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:銀座ライオン7丁目ビル

アイアイド II ADOカンパニー銀座本店

東銀座にあるミニカーの専門店で、大阪にも支店がある。メインアイテムはミニカー。トミカやチョロQのような廉価なものからマニア向けの高級ミニカーまで揃っている。僕は全く興味が無いが、お子さんやお孫さんのおられる方には良いかも。専門店だけに、特注のトミカやチョロQなども作ってもらえる。



- 住所:中央区銀座4-14-4 ファミールグラン銀座オーセンティア1階 ●電話:03-5148-1582 ●定休日:月曜 ●営業時間:火~土曜日:12時~20時、日曜日:11時~19時 ●ホームページ:<http://www.iado.co.jp/> ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸の内線、日比谷線)銀座駅A2番出口を出て、反対方向の築地側に向かう。昭和通りを渡り、工事の歌舞伎座の前を過ぎ、次の信号を左折するとすぐ。東京メトロ銀座駅より徒歩4分。 ●最寄りのランドマーク:歌舞伎座

無印良品 有楽町

学会場近くにある「無印良品」の店なので、一度は前を通った方もいるはず。しかし、この店が日本最大規模の無印良品店であることを知る人は少ない。食品から生活雑貨、衣類、レストランだけでなく、衣服のリフォームやレンタサイクル(10~20時、予約03-5208-8241)までやっているのだ。僕も今への取材でレンタサイクルを利用させてもらった。



- 住所:千代田区丸の内3-8-3 インフォス有楽町2・3階 ●電話:03-5208-8241 ●定休日:無休 ●営業時間:10時~21時 ●アクセス:①東京メトロ(有楽町線)有楽町駅D9番出口を出てすぐ。②JR有楽町駅京橋口を出て左を見ると、「紅虎餃子房」が見えるビル。JR有楽町駅より徒歩1分。東京国際フォーラムから徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:東京国際フォーラム、紅虎餃子房

コレド室町



コレド日本橋に次いで新しくオープンしたビル。このビルが面白い！まずは、めんつゆでお馴染みの「にんべん 日本橋本店」。店内に「日本橋だし場」というイートインがあり、鯉節を使ったいろいろな汁が味わえる。また、産地別の鯉節、削り節を作っている「けずり場」なども見ることができ、削り立てを購入可能。「日本橋 木屋」は包丁で知られる日本橋の老舗店。店内には包丁はもちろん、ソムリエナイフやミルなどのキッチン用品が充実。「箔座 日本橋」は、金沢にある金箔の専門店「箔座」が出店した店。何でも日本橋は、江戸時代に金銀箔を統制する幕府機関があったそうだ。店内には、金箔食器だけでなく金箔食品までもあり、奥で和菓子とお茶を頂ける。



- 住所：中央区日本橋室町2-2-1 ●電話：にんべん日本橋本店：03-3241-0968、日本橋 木屋：03-3241-0110、箔座 日本橋：03-3273-8941 ●定休日：無休 ●営業時間：10～20時 ●アクセス：東京メトロ（銀座線、半蔵門線）三越前駅、JR新日本橋駅A6番出口を出てすぐ。 ●最寄りのランドマーク：日本橋三井タワー（マンガリンオリエンタルホテル）、日本橋三越本店

東京ミッドタウン



六本木にある東京ミッドタウンは6つの建物からなるが、メインのガレリアには、多くのショップやレストランが集まっている。グルメのお勧めは1階の広場（キャノピー・スクエア）にある「トシ・ヨロイズカ（→スイーツの頁（76頁）を参照）」、ショッピングのお勧めは3階フロアのショップ。サントリー美術館が入っている3階フロアには、メイド・イン・ジャパンを意識した多くのショップが集まっていて、とても斬新な感じがする。ポップなデザインショップからトラディショナルな工芸品店まで、多少値は張るが、現代日本の技術を駆使した素晴らしい製品を購入できる。



THE COVER NIPPON：日本製品にこだわったライフスタイルショップ。いかにも日本的なウインググラスがいい。

STYLE MEETS PEOPLE：NY発信の上質なかつろぎ空間を提案する店。高価だが、チタン製の真空コップが素晴らしかった。

TIME & STYLE MIDTOWN：デザインから生産に至るまで、国産オリジナルのインテリア・食器などを販売する店。特に、北海道の旭川で生産される家具がとて面白い。

ファーバーカステル：1761年にドイツで創業された世界最古の鉛筆メーカー日本初の直営店。色鉛筆やクレヨンの種類が豊富。

Idea Digital Code：国内外より選りすぐったデザイン＆アート性に優れた家電を販売。壁掛けのデジタル時計が特にいい。

- 住所：港区赤坂9-7-1 ●電話：03-3475-3100（総合コールセンター） ●定休日：無休（1月1日のみ） ●営業時間：11～21時（レストランは11時～24時） ●アクセス：東京メトロ（日比谷線）六本木駅の地下通路と、都営地下鉄（大江戸線）六本木駅の8番出口と直結

大西造花 (装飾)



オフィスや自宅で観葉植物や花を置きたいと思っても、香りやアレルギーの問題、そしてお手入れなど、様々な問題をクリアしなければならない。そこで、僕は造花を飾ることにしているのだが、ホームセンターだと種類が少ないし、インテリアショップだとかなり高額である。そこで良い店がないかと探していたところ、人形の町として有名な浅草橋に、造花店が集まっているのを発見。中でもこの「大西造花装飾」が品揃え、品質ともに一番。屋内に飾る樹木や竹、さらに草花に至るまで何でも揃っている。店にない物も、店内のカatalogで注文でき、全国発送してくれる。



- 住所:台東区浅草橋3-1-10 ●電話:03-3862-0241 ●定休日:土日・祝日 ●営業時間:9時~17時半
- アクセス:①都営地下鉄(浅草線)浅草橋駅A4出口を出て、「みずほ銀行」、「水新菜館」、「須賀神社」を過ぎ、「シモジマ」が見えたとすぐ左の緑のビル。②JR総武線浅草橋駅を出て左へ向かい、「みずほ銀行」、「水新菜館」、「須賀神社」を過ぎ、「シモジマ」が見えたとすぐ左の緑のビル。都営地下鉄浅草橋駅から徒歩3分。JR浅草橋駅より徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:須賀神社

銀座 博品館 TOY PARK



原宿の「キティランド」と並び、昭和を代表する有名玩具店。「ゲーム&ホビー」から「ぬいぐるみ&キャラクター」までビル4階が全て玩具フロアとなっている。4階には1/32スケールのスロットカーサーキットがあり、全長36mのど迫力。レンタルで車を走らせることもでき、大人でも十分楽しめる。19,200円払えば何と1時間サーキットを貸し切れることもでき、仲間うちでレースを開催できる。地下には(外から階段を下りる)「リカちゃんCLUB67」があり、リカちゃんとジェニーの着せ替えグッズが揃っている。また、8階には有名なミニ劇場「博品館劇場」もあり、入り口では、金環食用のグラスや世界の国旗のファスナーストラップなどが売っている。



- 住所:中央区銀座8-8-11 ●電話:03-3571-8008 ●定休日:無休 ●営業時間:11時~20時 ●アクセス:2頁「銀座周辺地図」参照 ●最寄りのランドマーク:東京銀座資生堂ビル ●お勧めポイント:ビルの5階分全てがおもちゃフロア

阪急MEN'S TOKYOとLUMINE 有楽町店、有楽町イトシア

2011年に有楽町マリオンが「阪急MEN'S TOKYO」と「LUMINE 有楽町店」としてリニューアルオープンした。隣にある「有楽町イトシア(有楽町マルイが入っている)」や近くにある「プラタナ銀座」とともに、今や有楽町エリアはファッションの街として若い女性客で溢れている。中でも僕がお勧めしたいのは「阪急MEN'S TOKYO」。女性専用のファッションビルはたくさんあるが、この店のような男性専用のファッションビルはあまり見かけない。特に1階のバック売り場は目を見張るものがある。通常のバックはもちろんのこと、「ブルガリ」、「グッチ」、「プラダ」、「ダンヒル」、「コーチ」などの有名ブランドの男性用バックが揃っているのだ。



【阪急MEN'S TOKYO】

●住所：千代田区有楽町2-5-1 ●電話：03-3571-8008 ●定休日：無休 ●営業時間：月曜～土曜：12時～21時、日曜・祝日：11時～20時 ●アクセス：2頁「銀座周辺地図」参照 ●最寄りのランドマーク：数寄屋橋交差点 ●お勧めポイント：阪急MEN'S TOKYO1階のバック売場

バルーンショップ タキシード ベア TUXEDO BEAR

西麻布でウロウロしていたときに見つけたバルーン専門店。バルーンといっても単なる風船みたいなものから大きな人形のようなものまで種類は豊富である。ヘリウムガスが入れて浮かせるため、大きなものでもとても軽いため、プレゼント用でもクリニックのディスプレイアイテムとしても使える。また、パーティーやウェディング用のバルーンディスプレイも依頼できる。どんな大きなものでも郵送してくれるということなので、僕も試しに北大小児眼科の検査室用にピクニックキティちゃんとミッキーマウス、ミニマウスの3体を札幌まで送ってもらった。写真をご覧になって分かるように、大きくど派手で子供にも大受けである。なお、ネット販売も行っている。<http://balloonshop.jp/>



●住所：港区西麻布3-24-17 ●電話：03-5935-8372 ●定休日：無休 ●営業時間：11時～19時 ●予算：小さいもので1,000円前後、大きいもので5,000円前後 ●アクセス：東京メトロ(日比谷線)、都営地下鉄(大江戸線)六本木駅1A出口を出て左へ進み、六本木ヒルズ前を過ぎ、「博多ラーメン・赤のれん」を過ぎる。西麻布交差点を左折するとすぐ左。東京メトロ六本木駅から徒歩8分。 ●最寄りのランドマーク：六本木ヒルズ、西麻布交差点 ●お勧めポイント：カラフルなバルーンが購入できる

銀座界隈のKIDS & BABY用品の店



銀座にはKIDS & BABY用品の専門店や専門フロアを持つ店が多い。中でも地上12階、売り場面積5,000平方メートルという世界最大の品揃えの「ユニクロ 銀座店」が2012年3月にオープンした。この7階にはKIDS & BABYフロアがあり、現在は子供部屋をイメージしたブラレールのジオラマを展示している。同じく日本最大級のGap「Gapフラッグシップ銀座」4階にも専用フロアがある。また、ニューメルサ地下1階には「ファミリア銀座本店」が、銀座三越10階にもベビー・子供用品の専用フロアが、1階の西側にはベビー・子供服のセレクトショップ「銀座ISAMIYA」がある。



【ユニクロ 銀座店】

●住所：中央区銀座6-9-5 ●電話：03-6252-5181 ●定休日：無休 ●営業時間：11時～21時 ●アクセス：東京メトロ（銀座線、丸ノ内線、日比谷線）銀座駅A2出口を出てニューメルサを過ぎてすぐ右。東京メトロ銀座駅（4丁目交差点）から徒歩2分。 ●最寄りのランドマーク：ニューメルサ

【Gapフラッグシップ銀座】

●住所：中央区銀座4-2-11 ●電話：03-5524-8777(Gap)、03-5524-8778(Kids & Baby) ●定休日：無休 ●営業時間：11時～21時 ●アクセス：東京メトロ（銀座線、丸ノ内線、日比谷線）銀座駅B8出口を出たら目の前。東京メトロ銀座駅（数寄屋橋交差点）から徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク：数寄屋橋交差点

【ファミリア銀座本店】

●住所：中央区銀座5-7-10 ●電話：03-3574-7111 ●定休日：無休 ●営業時間：11時～20時 ●アクセス：2頁「銀座周辺地図」参照 ●最寄りのランドマーク：4丁目交差点

【銀座三越】

●住所：中央区銀座4-6-16 ●電話：03-3562-1111 ●定休日：不定休 ●営業時間：10時～20時 ●アクセス：2頁「銀座周辺地図」参照

【銀座ISAMIYA】

●電話：03-3563-1338 ●定休日：無休 ●営業時間：10時～20時

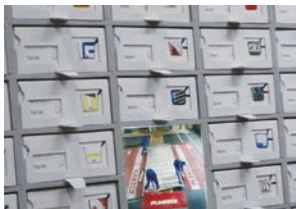
宮脇賣扇庵 東京支店



「宮脇賣扇庵」は京都にある京扇子の専門店。女性ものだけでなく、共用や男性用もある。価格も高いものから数千円の手頃なものまで揃っている。デザインもカラフルで現代的でクールなものも多数ある。外国への土産品としても喜ばれそうである。また、東日本大震災後の節電の影響で今年の夏も暑いことが予想されるので、自分でも1本買って持ち歩きたい。

●住所：中央区銀座8-12-13 豊川ビル1階 ●電話：03-5565-1528 ●定休日：無休（年末年始を除く） ●営業時間：10時～18時 ●アクセス：①東京メトロ銀座駅A3番出口を出て、銀座中央通りを新橋方面に進む。「松坂屋」、「ライオンピアホール」の前を通り、「三菱東京UFJ銀行」の信号を左折し、「三井ガーデンホテル銀座プレミアム」手前を右折するとすぐ右。東京メトロ銀座駅より徒歩4分。②東京メトロ新橋駅1番出口を出て野村証券の前を通り、次の信号を左折して中央通りに入る。銀座方面に進み、高速道路の下をくぐって「博品館」、「銀座 天國」の交差点を右折。少し進み「三井ガーデンホテル銀座プレミアム」手前を左折してすぐ左。東京メトロ新橋駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク：三井ガーデンホテル銀座プレミアム（銀座中央通り側）→2頁「銀座周辺地図」参照

FREITAG—Store Tokyo



FREITAGはスイス・チューリッヒのフライター兄弟が作り出すオリジナルブランドバック。2011年に銀座にアジア初のフラッグシップ店がオープンした。彼らのバッグは防水性に優れ、PVCコート加工されたトラックの幌を生地に使用している。素材にリサイクルマテリアルを使用している為、その全てが1点物で、この世に2つとないものである。ベンツやBMWのシートベルトをそのままベルトやストラップとして使用していたり、自転車のインナーチューブを縁取りに使用していたりといった具合。店内に入ると引き出しが壁一面に並び、引き出しを開けると、そこにはカラフルなオリジナルバックが入っている。カラーや風合い等は直に店頭で手にとってご覧にならないと分からないので、興味のある方は是非一度訪れてみよう。

●住所：中央区銀座1-13-12 ●電話：03-6228-6142 ●定休日：無休（年末年始を除く） ●営業時間：月曜～金曜：11時～21時、土曜・日曜：10時～20時 ●予算：2～3万円 ●アクセス：東京メトロ（銀座線・丸ノ内線、日比谷線）銀座駅A13番出口を出て京橋方面に進む。「松屋銀座」、「ブルガリ」、「英国屋」を過ぎ、「メルサ」の角を右折するとすぐ左。東京メトロ銀座駅（4丁目交差点）から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：ブルガリ、メルサ ●お勧めポイント：一点もの手作りバック

銀座 WAKO 和光



「和光」の前身と言えば、「SEIKO」の「服部時計店」。その象徴とも言えるのが時計塔のある「本館」だが、4丁目には本館の他、別館、アクリスショップ、インテリアショップ、チョコレートサロン、チョコレートショップなどがある。これら全店を見て、その製品を見たり食べたりしてみたが、僕のお勧めは本館のみ。1階の腕時計ショップもいいが、地下がお勧め。地下には室内装飾品や作家ものの食器の他、置き時計や柱時計などが展示してある。特に注目したいのは、置き時計と柱時計。SEIKOブランドの他、ここでしか買えないWAKOブランドのものまである。特に他店や量販店では取り扱っていないSEIKOクロックの最高級ブランド「デコール・セイコー DECOR SEIKO」は、その値段もさることながら、SEIKOの技術力とデザイン力の粋を集めた傑作である。



●住所：中央区銀座4-5-11 ●電話：03-3562-2111 ●定休日：無休 ●営業時間：10時半～19時 ●アクセス：2頁「銀座周辺地図」参照 ●最寄りのランドマーク：4丁目交差点

カタログハウス



コアなファンが多いことで知られる雑誌「通販生活」。この出版元が経営する「カタログハウス」の店が、大阪の南海難波駅前と東京のJR新橋駅前にある。ここに来れば、通販生活の商品の多くを、直接見たり触れたりすることができ、ファンにはお勧めである。また、クッキングセミナーなども開催されている。



●住所：港区新橋1-11-7 新橋センタープレイス1、2階 ●電話：0120-567-229 ●定休日：水曜、年末年始 ●営業時間：10時～19時 ●アクセス：東京メトロ（銀座線）新橋駅、JR新橋駅の銀座口を出て、カラオケBIG ECHOの側に渡った右並び。JR新橋駅から徒歩1分 ●最寄りのランドマーク：BIG ECHO

サルト SARTO



「サルト」は、日本一の服のリフォーム専門店。イタリア仕込みの卓越した技術は、雑誌「LEON」で掲載されることしばしば。ヴィンテージスーツの修理からレザージャケットやTシャツのリフォームまで、不可能なことではないのでは？と思うほど凄い。また、服だけでなく、パンプスのリメイクやメンテナンスなど靴のリフォームや、ベルト、バッグまで幅広く手がけている。現在のところ銀座店と原宿店の2店があるが、土日・祝日は混雑するので予約が必要。(http://sarto.jp/)

●住所：中央区銀座2-6-16 3階 ●電話：03-3567-0016 ●定休日：水曜 ●営業時間：11時～19時半（日曜・祝日は19時まで） ●アクセス：東京メトロ（銀座線、丸の内線、日比谷線）銀座駅A9番出口を出て京橋方面に進む。「松屋銀座」、「シャネル」、「カルティエ」を過ぎ、「ダンヒル」の並びに銀座トレジャビルがあるが、ちょうどその裏通りのビルの3階。東京メトロ銀座駅（4丁目交差点）から徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク：松屋銀座、カルティエ、銀座トレジャビル ●お勧めポイント：日本一の服リフォーム店



築地散歩（築地で朝食）

築地の飲食店は、あくまでも市場関係者のものとして発展してきたため、ファストフードのようなものと考えてほしい。行列寿司店などもあるが、テレビや雑誌などで賞賛するほどレベルの高い店は実際には存在しない、というのが僕の感想。朝食店としては悪くないが、わざわざそのために行くほどではなく、築地に行ったついでに食べる程度のも。過度の期待は失望を招く。

あんこう屋 高はし



店名にもなっているように、冬場の「あんこう煮」が名物の店。しかし最近の名物は「スーパー穴子丼」である。スーパーが付かない普通の穴子丼もあるが、両者の違いは単に量の違いで、スーパーの方が2段の中入り丼となっている。穴子は多少水っぽく感じるくらい煮込まれており、トロトロで柔らかな状態。穴子はその日の仕入れ先によって、鰻のように多少泥臭いこともあるので、感じたときには、ワサビに加えて山椒をふりかけて食べるのがお勧め。朝からビールを飲みたいという方は、刺身や焼き魚でまず一杯やって、締めはこのドンブリを食べると最高だ。



●住所：中央区築地5-2-1 築地卸売市場8号館(魚がし横町) ●電話：03-3541-1189 ●定休日：日曜・祝日、休市日 ●営業時間：8～13時 ●予算：スーパー穴子丼2,000円 ●アクセス：東京メトロ(日比谷線)築地駅1番出口を出て、築地本願寺の前を通り、ローソン側へ信号を渡る。場外の飲食店を過ぎ、次の信号を渡り、昭和シェル石油のガソリンスタンドを過ぎると、都営地下鉄(大江戸線)築地市場駅A1番出口前になる。その角を左折して市場に入り、「丸発、東発、前を過ぎ、「磯寿司」、「すしまる」、「有次」、「乾物の秋山」を過ぎると、広い駐車スペースの“水産部門仲卸エリア”に出るので、そこを左折すると見える建物(観光客の行列が見えるはず)。 ●最寄りのランドマーク：朝日新聞本社、国立がんセンター中央病院、場内水産部門仲卸エリア

天房 (てんぷさ)



早朝から営業している唯一の天ぷらの専門店である。この店のお勧めは、芝エビを使った天丼や天ぷら。通常の日ぷら店のエビは、生きた小ぶりの車エビ(才巻)の殻を剥いて使用し、身の甘みと、殻や頭の濃厚な香りを別々に楽しむ。しかし、この店の芝エビは、殻ごと数本まとめてゴマ油で揚げられる。身の甘さと殻の濃厚さを同時に味わうことが出来、江戸前天ぷらの醍醐味を味わうことができる。濃厚な芝エビだけだと、どうしても飽きてしまうので、お勧めは「芝エビ穴子天丼」。朝からビールを飲みたいという方には、単品の「芝エビの天ぷら」がお勧め。



●住所：中央区築地5-2-1 築地卸売市場6号館(魚がし横町) ●電話：03-3547-6766 ●定休日：日曜・祝日、休市日は不定 ●営業時間：6時半～14時、休市日の水曜営業時には10時半～ ●予算：芝エビ穴子天丼1,400円、芝エビの天ぷら500円 ●アクセス：東京メトロ(日比谷線)築地駅1番出口を出て、築地本願寺の前を通り、ローソン側へ信号を渡る。場外の飲食店を過ぎ、次の信号を渡り、昭和シェル石油のガソリンスタンドを過ぎると、都営地下鉄(大江戸線)築地市場駅A1番出口前になる。その角を左折して市場に入り、「丸発、東発、前を過ぎ、「磯寿司」、「すしまる」、「有次」、「乾物の秋山」を過ぎると、広い駐車スペースの“水産部門仲卸エリア”に出るので、そこを左折すると見える建物(観光客の行列が見えるはず)。 ●最寄りのランドマーク：朝日新聞本社、国立がんセンター中央病院、場内水産部門仲卸エリア

鳥めしや 鳥藤(とりとう)分店 場内店



場外市場の鶏肉専門店「鳥藤分店」の場内店。この店のお勧めは、世にも珍しい塩味の親子丼「親子丼しお2号」。ネーミングもさることながら、実際の味もかなり良い。鶏白湯と魚介系だしが、立派な異次元の親子丼に昇華させている。この他に、100円安い「親子丼しお」なるものがあるが、この違いは何なのか？時間の関係上、今回は確認できなかった。もう一つのお勧めは、少し味がくどくなるが「ぼんじり温玉丼」。もしも2人以上で行くときには、サッパリとコッテリの両丼を頼み、シェアして食べるのがお勧め。



●住所：中央区築地5-2-1 築地卸売市場8号館(魚がし横町) ●電話：03-3542-7016 ●定休日：日曜・祝日、休市日 ●営業時間：6～14時 ●予算：親子丼しお2号800円、ぼんじり温玉丼680円 ●アクセス：東京メトロ(日比谷線)築地駅1番出口を出て、築地本願寺の前を通り、ローソン側へ信号を渡る。場外の飲食店を過ぎ、次の信号を渡り、昭和シェル石油のガソリンスタンドを過ぎると、都営地下鉄(大江戸線)築地市場駅A1番出口前になる。その角を左折して市場に入り、「丸発、東発」前を過ぎ、「磯寿司」、「すしまる」、「有次」、「乾物の秋山」を過ぎると、広い駐車スペースの「水産部門仲卸エリア」に出るので、そこを左折すると見える建物(観光客の行列が見えるはず)。●最寄りのランドマーク：朝日新聞本社、国立がんセンター中央病院、場内水産部門仲卸エリア

茂助だんご



この店の名物は、店名にもなっている団子(お勧めは「粒あん」)。持ち帰りの他、店内でも頂ける。しかし、団子単品だけでは、店内で食べることができないので、一緒に、西伊豆産天草の自家製寒天で作った「白玉クリームあんみつ」を注文するのがお勧め。その他に「そうじ」や「おしるこ(つぶ餡)」なども悪くない。なお、「茂助だんご」は銀座松屋デパートにも入っているので、ここでも購入可能。



●住所：中央区築地5-2-1 築地卸売市場1号館(魚がし横町) ●電話：03-3541-8730 ●定休日：日曜・祝日、休市日 ●営業時間：5～12時 ●予算：団子(粒あん)150円、白玉クリームあんみつ700円 ●アクセス：東京メトロ(日比谷線)築地駅1番出口を出て、築地本願寺の前を通り、ローソン側へ信号を渡る。場外の飲食店を過ぎ、次の信号を渡り、昭和シェル石油のガソリンスタンドを過ぎると、都営地下鉄(大江戸線)築地市場駅A1番出口前になる。その角を左折して市場に入り、「丸発、東発」前を過ぎ、「磯寿司」、「すしまる」、「有次」、「乾物の秋山」を過ぎると、広い駐車スペースの「水産部門仲卸エリア」に出るので、そこを左折する。観光客の行列の前を過ぎ、右斜め前の突き当たりに「吉野家1号店」が見えるので、その並び。●最寄りのランドマーク：朝日新聞本社、国立がんセンター中央病院、場内水産部門仲卸エリア

築地散歩 (築地場外探索)

とと一



場外市場で、石川県能登半島産の加工海産物を販売している店。お勧めは、地元で「もみいか」と呼ばれるワタを出さずに干した「丸干いか」。軽く炙って細く切って食べると、日本酒に合うこと請け合い。他に珍しい酒肴として、猛毒で知られるふぐの卵巣の粕漬「ふぐの子(石川県だけに製造が許されている)」や脂の乗った寒ブリを塩漬にした「巻鰯」、烏賊ワタで作った魚醤油「いかいしる」などの伝統発酵食品もある。(→築地マップ①)



促成野菜 山伝



促成野菜とは、その名の通り促成栽培できる野菜のことをさす。料理で使うメインの野菜というより、むしろ「つま野菜」のように脇役のような存在のものが多い。目ネギ、大葉、三つ葉、木の芽、食用花などがその代表であるが、柚やカボス、スタチなども含まれるようだ。この他、この店では、山葵や松茸などいいものを揃えている。(→築地マップ②)



丸山海苔店、寿月堂



海苔やお茶の販売で知られる築地の「丸山海苔店 (<http://www.maruyamanori.com/>)」。ミシュラン三つ星を獲得した銀座の「すぎやばし次郎」や「鮎 水谷」などの有名寿司店もこの店の海苔を使用している。「寿月堂」は、実はこの丸山海苔店が経営している菓子店で、パリのサンジェルマン通りにも支店がある。両店は同じ建物の中にあるので海苔とお菓子の両方が購入可能。丸山海苔店のお勧めは、すぎやばし次郎が使用しているのと同様な海苔、その名もズバリ「すぎやばし次郎」。他に、師走の海だけでとれる青のりを含んだ「極上 こんとび」や、初摘みの旬の海苔で作る「初代 彦兵衛 佐賀のはしり」などがいい。寿月堂のお勧めは、「抹茶のフィナンシェ」。シットリとした生地に、タププリ入った抹茶の苦さやバターがほどこく、日持ちもするので、どちらもお土産として最適。すぐに味わいたい方は、隣のカフェスペースで、「煎茶セット」としても頂ける。



●住所: 中央区築地4-7-5 築地共栄会ビル1階 ●電話: 03-3547-4747 ●定休日: 日曜日 ●営業時間: 9時~18時 ●予算: 煎茶セット670円(煎茶は3種類から、菓子は抹茶フィナンシェか季節のお菓子から選べる) ●アクセス: ①東京メトロ(日比谷線)築地駅2番出口を出て真っ直ぐ進むと、マクドナルドの見える築地4丁目交差点に出る。そのマクドナルドが入っているビルが築地共栄会ビル。②都営地下鉄(大江戸線)築地市場駅A1番出口を出て信号を銀座方面に渡る。国立がんセンター中央病院の前を通り進むと、左角にマクドナルドの入ったビルが見える。東京メトロ築地駅より徒歩3分。都営地下鉄築地駅より徒歩3分。(→築地マップ③) ●最寄りのランドマーク: マクドナルド、国立がんセンター中央病院

築地散歩 (築地場内探索)

築地に来たなら場外市場だけではなく、ぜひとも場内の“水産部門仲卸エリア”も見ておきたい。ここには約750店舗もの仲卸があり、その客の大部分は飲食店関係者だが、我々一般客でも購入できる。午前9時頃になると、ほぼ店仕舞い状態になるので、行くなら活気のある午前6時～7時くらいまで。特に最近では、マグロの競りの見学が外国人に人気だ。見学する場合には、まず、勝ちどき門の前にある「おさかな普及センター1階」へ行き受付。先着120名が見学することができる(受付時間5時から満員になり次第終了。前半グループ:5時25分～5時50分、後半グループ:5時50分～6時15分に見学)。



エクスカッション&アクティビティ

銀座の楽しみは、何と言っても食べ歩きとショッピング。しかし一方、銀座は劇場や美術館などが集まるアートな街でもある。それもそのはず、現在も東銀座に名を残す“木挽町”。江戸時代には「山村座」、「河原崎座」、「森田座」の三座が軒を連ね、“木挽町三座”と呼ばれていた。当時からの辺りは芝居見物の客であふれ、昔から“木挽町に行く”と言えば、芝居を見に行くことを意味していたのである。当時の木挽町とは、現在の銀座1丁目から8丁目の昭和通りを中心とした地域を指し、江戸城造営の時、多くの木挽き職人が住んでいたことから命名されたいい(～芝居町マップより一部引用～)。この「エクスカッション&アクティビティ」では、僕が行ってみて、あるいは体験してみて面白いと思ったものを紹介したい。

2階建てオープンバス「はとバスツアー」



東京国際フォーラムから最も近くお手軽なエクスカッション&アクティビティである。フォーラムの東京駅側出口を出て信号を渡り、東京駅丸の内南口へ向か途うとすぐに乗りが見える。「O Sola mio」とは、屋根のない2階建てオープンバスのことで、イタリア・カンツォーネ「オー・ソレ・ミオ」からつけられたらしい。この2階建てバスから見える景色は視線が



高く、しかも屋根がないので爽快感がハンパでない。「O Sola mio」を使った東京駅発バスツアーは3コースあるが、今年5月開業予定の「東京スカイツリー」を間近に見られる「ベストビュードライブ・東京スカイツリー」がお勧め。約1時間のコースなので、時間的にも丁度良い。晴れた温かい日に乗ると、オープンカーと同じ爽快感を体感でき、とても心地よい。あまりにも心地よかったので、新田先生と1回、新明先生と1回、計2回も乗ってしまった。もちろん2度目は、景色を見ずにほとんどグッスリ夢心地。バスはハローキティ仕様なので、周りの注目度も抜群。4歳以上が乗車可能なので、お子さんやお孫さんにも喜ばれること間違いなし。しかし、人気ツアーなので事前の予約は必

- 住所:千代田区丸の内1-10-15 ●電話:03-3201-2725 ●定休日:無休(ベストビュードライブ・東京スカイツリーツアーは、第3火曜と水曜日は連休) ●営業時間:8時～19時(東京スカイツリーツアーは9時、11時、13時、15時、17時発) ●予算:ベストビュードライブ・東京スカイツリー、1,500円(子供750円) ●アクセス:JR東京駅丸の内南口出口を出て左へ進むとすぐ、東京フォーラムの東京駅側出口を出て信号を渡り、東京ビルTOKIA前の信号を右に高架下側に渡る。高架下をくぐらずに線路に沿って手前を左に進むとすぐ。JR東京駅丸の内南口より徒歩2分。東京国際フォーラムから徒歩3分。 ●最寄りのランドマーク:JR東京駅丸の内南口、東京ビルTOKIA

江戸東京博物館



昨年、テレビドラマ「JIN仁」の続編が放映され再び人気を博したが、江戸時代のテーマパークとしてお勧めなのがこの江戸東京博物館。僕の想像していたものよりもずっとお金がかかっており、かなり見応えがある。売店では、浮世絵のレプリカや古い江戸地図の復刻版なども販売されており、東京お土産としてとてもいい。



●住所:墨田区横綱1-4-1 ●電話:03-3626-9974 ●定休日:月曜(祝日、振替休日の場合はその翌日) ●営業時間:9時半~17時半(土曜は19時半まで) ●予算:大人(常設展示)600円 ●アクセス:東京都営地下鉄(大江戸線)両国駅A4出口を出て左へ進むとすぐ目の前。JR(総武線)両国駅西口を出て右へ行くと、両国国技館が見え、手前の壁に右に行くくと江戸東京博物館の表示がある。JR両国駅西口より徒歩2分。都営地下鉄大江戸線両国駅から徒歩1分。 ●最寄りのランドマーク:両国国技館

国立科学博物館



人類や動物、宇宙、科学、自然などについてとても分かりやすく展示されており、今回取材した中で最も良かった。展示物も豊富で、ゆっくり見ていたら半日くらいかかってしまうほど凄い。館内は地球館と日本館に分かれており、まずは入り口に近い中央ホールの「シアター360」を見よう。文字通り球体全面がシアターとなっており、画面が動くと独特の浮遊感を感じる。もう一つぜひ見てほしいのは、地球館の地下3階にある「霧箱」。東日本大震災で放射能汚染が問題となっているが、我々が日常暮らしている空間にも宇宙線などの素粒子が飛んでいるのが視覚的に分かって面白い。海洋堂のガシャポンなど、ミュージアム ショップで売っているお土産もいい。今回の学会期間中には「インカ帝国展(3/10~6/24)」が開催されており、マチュピチュ遺跡を上空から見る事ができるスリリングな3Dのスカイビューシアターが見所。

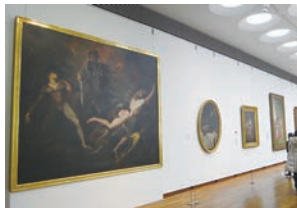


●住所:台東区上野公園7-20 ●電話:03-5777-8600 ●定休日:月曜(祝日、振替休日の場合は火曜)、年末年始 ●営業時間:9時~16時半 ●予算:大人600円

国立西洋美術館



学会の開かれる時期には、「ユベール・ロベール~時間の庭(3/6~5/20)」の特別展示が行われている。これに加えて「松方コレクション」が核となっている常設展示のピュッフェやモネ、ゴーギャン、ドラクロワなど巨匠たちの作品も一見の価値がある。



●住所:台東区上野公園7-7 ●電話:03-5777-8600 ●定休日:月曜(祝日、振替休日の場合はその翌日) ●営業時間:9時半~17時半(金曜は19時半まで) ●予算:大人(常設展示)420円 ●アクセス:JR上野駅公園口を出て上野公園に入るとすぐ。JR上野駅から徒歩4~5分。 ●最寄りのランドマーク:JR上野駅公園口

ブリヂストン美術館



学会開催時期には「あなたに見せたい絵があります。～ブリヂストン美術館60周年記念～」が開催されており、ブリヂストン美術館と石橋美術館収蔵品の中から絵画の代表作100点を一堂に集め、石橋財団コレクションの粋を楽しんでもらおうという趣向である。



●住所：中央区京橋1-10-1 ●電話：03-5777-8600 ●定休日：月曜（祝日、振替休日の場合はその翌日） ●営業時間：10時～17時半 ●予算：大人（特別展示）800円 ●アクセス：東京メトロ（銀座線）京橋駅6番出口を出て反対方向の日本橋方面へ向かう。「サンマルクカフェ」を過ぎ、「紳士服のコナカ」を過ぎてすぐの信号手前の右角のビル。東京メトロ京橋駅から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク：紳士服のコナカ、京橋千足屋

平成中村座



“江戸時代の芝居小屋を現代に復活させたい！”という思いを中村勘三郎は長年思い抱いてきた。それを実現させたのがこの「平成中村座」である。2000年の第一回公演を皮切りに、東京のみならず、大阪や名古屋、ニューヨーク、ベルリン、シビウ（ルーマニア）でも立ち上げ、人々を魅了してきた。今回の公演は2012年5月までの6カ月間、浅草隅田公園内・仮設劇場にて行われる。これまでとの違いは、舞台のバックに東京スカイツリーを借景として登場したこと。学会期間中は「四月大歌舞伎」が開催される。中村勘三郎をはじめ、中村橋之助や中村勘九郎など中村ファミリーが登場する「法界坊」は、平成中村座の代表作。第2部の「小笠原騒動」はゲストに俳優の笹野高史が出演するスピード感あふれるストーリー。是非お見逃し無く！！



●電話：チケットホン松竹0570-000-489（ナビダイヤル）、03-6745-0333 ●アクセス：東京メトロ（銀座線）、（都営浅草線）浅草駅5A出口を出て右へ進む。途中に小さな幟（のぼり）が掲げられているので、それに沿って12分くらい歩くと右の隅田川沿いに見える。 ●お勧めポイント：中村ファミリーによる期間限定の芝居小屋

東京宝塚劇場



宝塚歌劇は世界で日本だけにしかない女性だけのミュージカル。残念ながら東京では未だ見たことがないが、小学校の頃、古い宝塚大劇場で観たときの生演奏による圧倒的な迫力に、とても感動したことを憶えている。現在では、この「東京宝塚劇場」と兵庫県宝塚市の「宝塚大劇場」の2カ所で見ることができるようになった。なお、学会期間中は「エドワード8世(3/23～4/22)」が上演されている。ちなみに、学会期間中の4月5日(木)は新人による公演なので、値段は半額くらいになる。コアなファンが多くいつも満員なので、早めの予約が必要。

●住所:千代田区有楽町1-1-3 東京宝塚ビル内 ●電話:03-5251-2001 ●営業時間:基本は昼と夜の2回公演
 ●予算:SS席11,000円、S席8,500円、A席5,500円、B席3,500円 ●アクセス:東京メトロ(銀座線、丸ノ内線、日比谷線)銀座駅A5番出口を出て帝国ホテル方面に進むとすぐ。東京メトロ銀座駅(数寄屋橋交差点)から徒歩5分。 ●最寄りのランドマーク:帝国ホテルの向かい ●お勧めポイント:日本だけの女性ミュージカル。

その他、各劇場・施設での催し

- 帝国劇場:「ショー・劇(2/7～4/30)」堂本光一、(作・構成・演出)ジャニー喜多川
 日生劇場:「滝沢歌舞伎(4/8～5/6)」滝沢秀明
 新橋演舞場:「四月花形歌舞伎(4/1～25)」
 国立劇場:「絵本合法衝(えほんがっぽうがつじ)」
 銀座博品館劇場:「中村啓江コンサート(4/3～8)」
 天王洲銀河劇場:「DANCE ACT ニジンスキー ～神に愛された孤高の天才パレオダンサー～(4/1～4/8)」東山義久、安寿ミラ、岡幸二郎
 電通四季劇場・海:「オペラ座の怪人」
 四季劇場・夏(大井町):「美女と野獣」
 四季劇場・春(浜松町):「ライオンキング」
 自由劇場(浜松町):「ユタと不思議な仲間たち」
 東京国立博物館・平成館:「特別展「ボストン美術館 日本美術の至宝(3/20～6/10)」」
 新国立美術館:「セザンヌ～パリとプロヴァンス(3/28～6/11)」

白い恋人パークで
思い出づくりとスイーツを
楽しもう!



大好評
発売中!
300円

白い恋人ソフトクリーム
北海道産の生乳と「白い恋人」の
ホワイトチョコレートとを
合わせた、あっさりとした
オリジナルソフトクリーム。

体験工房 私の白い恋人体験
「私の白い恋人」は、ハート型の白い
恋人が作れる人気のお菓子作り体験。
ここだけの体験をぜひ旅の思い出に。
1枚 1,050円〜(入館料別途)



1大袋!
直径約14cm!

パウダーケーキ TSUMUGI(つむぎ)シリーズ
ふんわり、しっとり一層一層ていねいに
焼きあげた「白いパウダー」と大地の
「パウダー」、発酵バターで芳醇で深いコクが
贅沢な「プレミアムパウダー」。
カット 735円〜



食べ比べて
みて!

白い恋人 オリジナル缶

ご来館の記念に、白い恋人パークで
しか手に入らないオリジナル缶を
作りませんか?
白い恋人36枚入
2,780円
白い恋人54枚入
4,015円



あなただけの
白い恋人を
作りませんか?

メッセージや
絵を描くことが
できます。



入館料 高校生以上 600円 中学生以下 200円

- 3才以下は入館料無料です。
- 開館時間/9:00~18:00(入館受付は17:00まで、売店は19:00まで) ※年末年始及び不定期にて営業時間を変更する場合がございます。

白い恋人パーク

〒063-0052 札幌市西区宮の沢2条2丁目

TEL.011-666-1481(総合案内)

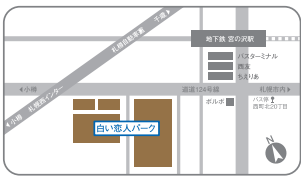
アクセス▶

地下鉄
地下鉄東西線 宮の沢駅下車
徒歩 約7分

バス
JR札幌駅バスターミナルから乗車
(小樽方面行)
[西町北20丁目]下車
(中央バス、南バス) 徒歩 約5分

白い恋人パーク

検索



5つの個性が笑顔を生かす

アバンビーズ®

薬用歯みがき

総合力が、口もとに出る。

健やかに、爽やかに、美しく。乳酸菌*でトータルケア。



口臭・歯周病・むし歯の予防に香りの

アバンビーズ®

男の口臭予防



(ワイルドミント味)

ワイルドミントで
クールにリセット

おとなの歯周病対策



(シトラスミント味)

シトラスミントで
アクティブフレッシュ

おとなのむし歯対策



(ラ・フランスミント味)

ラ・フランスミントで
スイートリラックス

アバンビーズ® ダンスランシコ

口もと美人の美白ケア



(ハーブミント味)

自然な白さの
美しい歯に

乳酸菌*とスクラブリカ®の働きで、つやと輝きのある本来の自然な白い歯になります。

内容量：80g *清刷剤
メーカー希望小売価格 1,260円(税込)

アバンビーズ® コラーゲン

あなたの歯ぐき対策



(シソ味)

出血を抑え、
歯槽膿漏を防ぐ

6種の薬用成分配合で歯と歯肉(歯ぐき)の健康を守ります。

内容量：80g
メーカー希望小売価格 1,365円(税込)

清掃剤(歯垢除去成分)に生きた乳酸菌(ラクトミン)を使用した薬用歯みがきです。

内容量：80g
メーカー希望小売価格 1,050円(税込)



わかもと製薬

◎箱面に記載した説明文を必ずお読みください。
◎薬局・薬店・ドラッグストアなどでお買い求めください。
お客様相談室 03-3279-1221(直通) 受付時間：9:00~17:30(土・日・祝日除く)

アバンビーズ 検索



モバイル版はこちら

one two three
1 2 3 Avanse

挿入器付後房レンズ

アバンシーTM プリセット

アバンシーをより簡便に、
そしてより清潔にご使用いただける
眼内挿入システムです。



高度管理医療機器
承認番号：22100BZX00979000

後房レンズ

アバンシーTM

NATURAL

UV

高度管理医療機器

承認番号：21800BZZ10026000

単回使用眼内レンズ挿入器

メドショットTM

管理医療機器

認証番号：219AGBZX00138000



製造販売元

興和株式会社

東京都中央区日本橋本町三丁目4-14

(資料請求先)

興和株式会社 電機光学事業部 医用機器営業部
〒103-8433 東京都中央区日本橋本町三丁目4-14

☎ 0120-758488

販売元

興和創薬株式会社

東京都中央区日本橋本町三丁目4-14

産地の旨い逸品が生きる—こだわりの七日おかき。

北海道

開拓おかき



「北海道開拓おかき」は、

100%北海道産のもち米を使用し、
厳選された海の幸を練りこみました。

北菓楼では、北海道の良質な

素材にこだわりながら

七日間掛けた昔ながらの製法で

丁寧におつくりしています。



1本約170g

各380円

(税込)

北海道が生んだ滋味豊かな味わい6種。

【秋鮭】
標津

【帆立】
枝幸

【昆布】
えりも

【甘エビ】
増毛

【松前いか】
松前

【野付】
野付

【期間限定】
北海道シマエビ

【甘エビ】
増毛

【松前いか】
松前

※「北海道シマエビ」は期間限定商品につき現在は販売されておりません。
今年の販売は未定です。



※写真は「松前いか」の写真です。

通販・カタログのご請求は、

お電話から

フリーコール

☎0120-89-39-25

9:00~17:00 日曜を除く

パソコンから

www.kitakaro.com

※数に限りがございます。売り切れの場合はご容赦ください。

きた か ろう

北菓楼



〈砂川本店〉

北海道砂川市西1条北19丁目2番1号

フリーコール ☎0120-700-752

編集後記

北海道大学大学院医学研究科 眼科学分野

陳 進 輝



本学会の主催は僕が非常勤講師をしている慶應義塾大学ということで、今回、坪田会長に制作の協力を申し出ました。制作費は北海道の有名企業からもご協力をいただき、2005年に北大が日本臨床眼科学会を開催して以来、初めての北大完全プロデュースによるグルメバイブルです。

今回の「銀座とその周辺のグルメバイブル」は、2011年の第65回日本臨床眼科学会で制作したものをベースにリメイクしたものです。制作にあたって、第65回日本臨床眼科学会長の湯澤教授から快諾を頂き、制作に着手しました。昨年のバージョンに比べて掲載数が60店舗以上増え、これまで取材した約500店舗の中から厳選した本当に美味しいと思う190店です。さらに、名古屋版で好評だった「地下鉄路線図」や一部から要望があった「研修医・パラメディカルにお勧めの店」の頁も追加しました。そして、知る人ぞ知る慶應ドクターのソウルフード「メーヤウ」のカレーも掲載しております。また、今回の表紙はこれまでのグルメバイブルとは異なり、村上 隆さん制作の学会シンボルマークが契約上使えないため、北大眼科の誇る漫画家・水内 一臣（みずうち かずおみ）先生に表紙制作を依頼しました。僕的には村上 隆さんに負けないくらいの素晴らしい作品だと思っております。水内先生の作品に興味がある方は、北大眼科ホームページ「スペシャルコンテンツ」の「Dr. 水内漫画」を是非ご覧になってください（検索エンジンで「グルメバイブル」と入力→「Dr. 陳のグルメバイブル」からも入れます）。ご一読していただければ、僕や石田教授などの北大眼科の個性的な面々について面白くお読み頂けるかと思います。

なお、今回の小冊子に掲載が間に合わなかった追加のアップデート情報をお知りになりたい方も、検索エンジンで「グルメバイブル」と入力するか、学会ホームページから「銀座グルメバイブル2012」に入り、「NEW」と表示されている記事をご覧ください。



Dr. 陳の
銀座とその周辺の
グルメバイブル