

Jumbo gyoen  
JG  
[ジェイジー]

新宿御苑タウン誌

2006 NOVEMBER

11月号

vol.1

創刊号

¥0 TAKE FREE!

御苑エリアでしか味わえない  
テイクアウトメニュー  
16

こんな晴れた日は  
お外でランチ♪



オススメ  
お店情報  
お得な  
クーポン付き

新宿御苑100周年 今こそ御苑に行こう!!

御苑人インタビュー 梁石日さん

祝 JG創刊! プレゼント大特集



巻頭特集

04 今年は新宿御苑100周年!  
**今こそ、新宿御苑に行こう!!**

今月の特集

06 たまにはお外でごはん!  
**おすすめテイクアウトメニュー16**



\*クーポン付き!\*

オススメ店紹介

10~15 御苑界隈のランチ、ディナーはここで!  
JGグルメ ベストセレクト16

16~17 仕事の疲れを癒すリラクゼーション情報 リラックスmode

22 読者が体験 会社帰りに「占い」で心のデトックス!

連載

- 18 うっちーのとつげき!! Cooking!
- 19 御苑NEWS ムラベが行く!
- 20 岡田清孝の俺的新宿御苑
- 20 アンディ佐野の萬マネー相談
- 21 御苑人
- 23 創刊記念!! プレゼント
- 25 今月の運勢・編集後記
- 26 MAP

I love JG  
協力者・設置店を募集

「新宿御苑が好き」「JGが好き」「一緒に新宿御苑エリアを盛り上げたい」という方は、下記までご意見・ご連絡下さい。また、「JGを気に入った」という方で設置にご協力下さる方も大募集しています。

I miss JG  
広告掲載・店舗情報掲載  
のお問い合わせ

「JGっておもしろいじゃん」「JGに店舗情報を載せたい」「イベントの告知、宣伝のツールとして使いたい」という方は、下記までご連絡ください。JGスタッフがあなただの店舗、会社に向かっています。

I need JG  
入手方法

「クーポンを使い切ってしまった」「友達に教えない」「自分の会社に配布して欲しい」という方は、下記までご連絡ください。JGがあなただの手に届きます。また、掲載店舗もしくは設置場所(P15を参照)でも入手できます。

全てのお問い合わせ、  
ご連絡は「JG編集部」へ。

株式会社H14 JG編集部  
〒160-0022  
新宿区新宿1-35-8 明石ビル4階

☎03・5361・8015  
FAX: 03・5361・3036  
JG@h14.co.jp



今月の表紙のコトバ  
……桜井彰

はじめまして! 表紙のお弁当をつくった桜井彰です。まずは、創刊おめでとうございます! ところで、表紙のお弁当はフェルトで制作しました。フェルトは羊の毛からできているのです。次号からもうこんな食べ物、かわい〜く作ってきたいと思っておりますので楽しみにして下さいね!!

新宿と四谷の間、新宿御苑を中心としたエリアで、地域密着型のフリーペーパー「JG」を創刊します。今年、新宿御苑は100周年を迎え、さまざまなイベントを行っています。来年2007年には、新宿三丁目に新宿では初めてのシネコンができます。そういった地域の盛り上がりやを反映し、少しでも「JG」という媒体がお役に立てればと思います。地元で働く方や住んでいる方々に、未永く愛されるようなフリーペーパーに育って行くことを願っています。

JGってこんなフリーペーパー

読んでおもしろい内容が  
載っている

見ると役に立つ情報が  
載っている

誌面はビジュアル的にも  
楽しめる

JGとは? 誌名のJGの意味ですが、「G」は御苑の頭文字から。では、「J」は? joy? join? jump? japan? just? junior?



実は jumbo! [スワヒリ語でこんにちはの意味。英語では巨大なこと、巨大なさま。]



しかも大きく育ってほしいということ。

JumboGyoen こんにちは、御苑!

編集長から

創刊にあたってはいろいろな方から、「この地域でやるのは難しいよ」、「フリーペーパーなんかやっても儲からないよ」などいろいろなご指摘をいただきました。その理由も聞くたびにうなずけるものでした。

しかし、そういった話は何か始めるときにはつきものです。新しいことを始めるときに辞める理由を考えれば、10や20くらいはすぐに思い当たるでしょう。

そんな言葉のひとつひとつに怖気づく僕に勇気を与えてくれ、創刊までたどりつけてくれたのは、スタッフの「フリーペーパーをやろう」という心意気です。これはもしかしたら、我タクリイーターと呼ばれる人間が、ともすると忘れがちな、しかし一番大切なものなのではないのかと。決して、お金を出して買えるものではないということに気がつきました。そして、これをビジネスとして成り立たせるのが自分の仕事だと認識するようになりました。

そうしてこのフリーペーパーの制作を始めたところ、地域の方や、協力して下さるお店の方がひとり、またひとりと現れ始めました。また、大宮で17万部を発行して好評を博しているフリーペーパーの方も、配布の協力をかけて下さり、成功のノウハウを伝授して下さいました。

そんな多くの人の力が集まり、今回「JG」ができました。最後に、「この仕事ではギャラのことを気にしないでください」と言ってくれ、本誌すべてのデザインとロゴを制作してくれたデザイナーのアルミナム・小山氏とスタッフの山田さん、望月さん、「人づかい荒いね〜」と言いつつも最後までお付き合いいただいた、カメラマンの岡田氏には、本当に感謝しています。今後、このフリーペーパーを通じ、多くの方が出会い、よい思いができ、さらに仕事の役に立てていただければ幸いです。

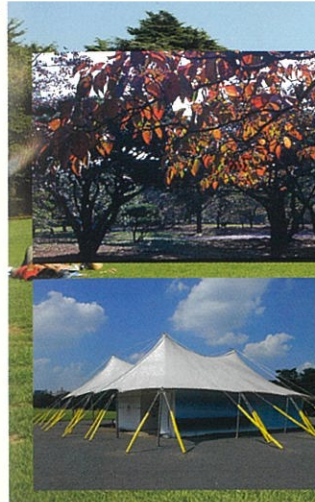
毎号楽しい誌面を提供していこうと思っていますので、みなさんからもぜひいろいろなリアクションを起こしていただけたら幸いです。



# 今こそ新宿御苑に行こう!!

今年は新宿御苑100周年

都心の緑地としてヒートアイランド緩和の役割も果たしている新宿御苑。実際に足を運んで、新宿御苑の素晴らしさを再発見しよう!



## 旧洋館御休所



→アメリカの住宅に做ったスティック・スタイルとよばれる建築様式。外装、内装ともにモダン。

1896(明治29)年創建。明治・大正期に皇族がゴルフ・テニスなどのスポーツを楽しんだ際、休憩所として使われた。明治時代の木造建築は貴重なため、重要文化財に指定。第2・第4土曜日のみ一般公開されている。

## 茶室 楽羽亭



→落ち着いた雰囲気の出立席では、呈茶で抹茶を楽しめる(和菓子付き700円)。

御苑内には、楽羽亭と翔天亭の2つの茶室があり、どちらかでお抹茶を楽しめる。楽羽亭は梅林の中にある落ち着いた雰囲気のある茶室。散策の休憩にピッタリ。9時~16時営業。休業日は問い合わせて。

## 御苑オススメスポット!!

広大な敷地を持つ御苑は、場所によっていろんな表情を見せる。日本風、フランス風、アジア風、意外なおススメスポットを紹介。



## 玉藻池



新宿御苑のルーツ、内藤家の庭園「玉川園」の一部が今も残る場所。池と中島は昔のまま。当時の風景を思いおこすことができる。

## プラタナスの並木



フランス式庭園のプラタナスの並木はところどころにベンチが置かれ、そこだけパリ!みたいな雰囲気。シャンソンが聞こえてきそう。

## 旧御涼亭



昭和天皇のご成婚を記念し、台湾在住邦人の有志が献上した材料で建てられたアジアチックな建物。ここから眺める日本庭園には異国情緒が。

## お茶室で格調高い和菓子を



↑楽羽亭では、目黒「太市」の和菓子が食べられる。見た目からして美しい。

## 御苑の看板メニュー発見!?



↑「ゆりのき」には御苑と名の入ったメニューが。その名も「御苑汁」というか、豚汁。

**新宿御苑の食**  
御苑内の食事情はどうなの? きちんと食事を取りたいなら、中央休憩所近くにある「レストランゆりのき」がオススメ。定食からパスタ、おでんまで、豊富なメニューがそろう。新宿門付近の「カフェはなのき」は洋食が中心。各売店ではアイスクリームやお菓子などを販売している。また、お茶室でいただく和菓子と抹茶は格別。散策の途中にぜひ味わってほしい。

## 30秒で振り返る

### 御苑100年の歴史

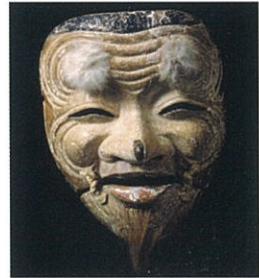
- 1590年(天正18年) 徳川家康の家臣内藤清成が授かった下屋敷の一部が新宿御苑のルーツ。
- 1872年(明治5年) 敷地が明治政府に買い取られ、「内藤新宿試験場」に。新宿御苑の父と言われる福羽逸人は、この時実習生。
- 1879年(明治12年) 所管が宮内省に変わり「新宿植物御苑」(皇室苑地)に。
- 1902年(明治35年) 福羽が総指揮者となり、当時の風潮にならって修築を開始。
- 1906年(明治39年) 数年をへて、わが国唯一の大庭園「新宿御苑」として完成した。
- 1949年(昭和24年) 4月1日「国民公園新宿御苑」と名称をあらため、5月21日に公開。最初の入園料は20円だった。

## 10月の注目 100周年イベント



### 月替わりでイベントを開催

新宿御苑が皇室の庭園となった1906(明治39)年から、今年でちょうど100年。園内には来年3月15日まで、100周年のパビリオン(ギャラリーやステージになる仮設テント)が設置され、「環境」をテーマにした月替わりのイベントがいろいろと実施されている。イベントガイドも毎月発行されているので、チェックしよう。



**注目1 森の新能**  
休園日の10月23日(月)、日が暮れた後の苑内の芝生広場がかがり火が炊かれ、伝統芸能「能」の舞台を鑑賞できる。日本古来の幽玄な世界を静けさのたどよう新宿御苑で味わえるというまたとない機会。料金は4,800円(全席自由)。ただし、雨天の場合は中止。主催は新宿区観光協会 ☎03-3344-3160  
一演目は、能半部(出演 友枝昭世ほか、狂言「蚊相撲」野村高ほか、半能「高砂」(鶴世喜之ほか)の3つ。

## 記念土産

- 100周年限定茶**  
御苑内じゃないと買えないオリジナルパッケージのお茶。桜や菊の御苑を代表する花をデザイン。130円。
- 果実の飴・花のお茶**  
100周年限定。カラフルな飴と緑茶にローズヒップやバラの花びらをブレンドしたお茶。1000円。



↑地球を守るエコレンジャーが、「エコ・クッキングで地球を救え!」をテーマに、大活躍!

**注目2 どんぐりとエコライフ**  
10月7日~9日に開催される、東京ガス主催のイベント。都心でも有数のどんぐりの宝庫である新宿御苑で、どんぐりを使ったクラフト作りのワークショップ(小学生以上対象など)が行なわれる。地球を守る「エコレンジャー」による戦隊ショー(13時、15時、1日2回)も開催。☎03-5400-7669。

トロケ  
MAP C-3

オシャレに楽しく楽しめる  
オリジナル幕の内弁当  
パエリア風炊き込み御飯



おかずを小分けに堪能できる幕の内弁当が人気。ムール貝など魚介類を贅沢に使ったパエリアもこの豪華さで500円。11時半からの限定販売。☎03-3341-4025

魚専門店  
やなぎだ  
MAP C-2

新鮮なお刺身がごはんにピシッリ  
さかなやさんの  
ちらし丼



まぐろ、甘エビ、ホタテなどのお刺身はどれもプリプリッと新鮮。新宿御苑にいれば一度は食べたいお弁当。1日限定60食で11時半から販売。予約あり。☎03-3351-6735

随園  
別館  
MAP B-3

定食メニューがお弁当で200円引き！  
日替わり弁当  
(回鍋肉とエビマヨ)



北京料理名店のお弁当。メニューは前日に決まるので何になるかは楽しみ。チャーハン、ビーフン、焼きそば、水餃子のお弁当も各500円。販売は11時~14時 ☎03-3351-3511

花園  
弁当  
MAP C-2

ボリューム満点でリピーター続出  
和風唐揚げ弁当



サクッとジューシーな唐揚げに、紅葉おろしと三つ葉、ポン酢をたっぷりかけていただく。コラーゲンたっぷりの筑前煮に味噌汁も付く。☎03-3359-8139

## オススメスポット①

「新宿御苑」で青空ランチ  
MAP A-01

広々とした芝生と木々が広がる新宿御苑は都会のオアシス。ピクニック気分でランチをすれば、開放感もタップリ。入場料200円を払っても、ソンはない！



その  
1

## たまには お外でごはん

今日は秋晴れ。そんな日の昼休みは、とびきりおいしいお弁当を買って、外でランチを楽しむのもいい。緑豊かでベンチも用意されている、オススメスポットを紹介！

今月の  
特集  
テイクアウトメニュー16

新宿御苑界隈にはバラエティー豊かで、リーズナブルなテイクアウトメニューがいっぱい。店内の通常メニューがテイクアウトになるとお得になる場合や、ランチ時間以外も利用できるお店も多い。楽しく賢く利用しよう！

まな  
むすび  
MAP B-3

金芽米を使ったおふくろの味  
黒豆むすび、シャケむすび、  
から揚げ、玉子焼き、みそ汁



黒豆の塩っ気が効いた黒豆むすびがヘルシーでオススメ。からあげや玉子焼き、味噌汁を組み合わせたい。「おむすびランチBOX」(500円)もあり。☎03-5312-1995

モッコ  
ボゴ本店  
MAP E-3

韓国料理がバラエティー豊かに楽しめる  
オモニ弁当、タコ丼



本格的な韓国料理。いちおしは、プルコギ・カクテキ・ナムルなどが詰まった「オモニ(お母さん)弁当」。いつでもテイクアウトでき、デリバリーも。☎03-3351-8832

タコ  
デリオ  
MAP B-3

人気のタコスとタコライスを一度に  
ランチセットE  
(タコスとタコライス)



シャキシャキレタスや角切りのトマトなど、新鮮な野菜がたっぷり。手打ちのトルティーヤ生地はモチモチとした食感が絶妙。セットはA~Fの全6種類。☎03-5575-5595

荘園  
MAP B-2

本場台湾の味をお手頃価格で味わえる  
炒米粉  
(肉野菜入りビーフン)



台湾出身の料理長が作る本場のビーフンは、お肉と野菜がタップリ入って味も本格的。ランチタイムだけでなく、いつでもアツアツがテイクアウトできる。☎03-3350-7936

**マエストロ** 焼きたてパンを日替わりで楽しめる  
**グルメ** マエストロ  
**MAP C-3** ランチボックス



¥700

随時焼き上げる種類豊富なパンを使ったサンドイッチとデニッシュ、サラダ、ミニデザートが付くおしゃれなランチボックス。飲み物はプラス100円。☎03-5366-5830

**お弁当** ワンコインで大満足！  
**の釜蔵** マエストロ  
**MAP D-2** ランチボックス



¥500

バリエーション豊かな日替わり弁当は、ボリュームも栄養も満点！注文してから30分以内に届けてくれる宅配サービスは、1つからでもオーケー。☎03-3350-2627

**ラジャ** 本格洋食をお手頃なランチで  
**ベルデ** デミグラスソースの  
**MAP C-3** ハンバーグステーキ



¥900

宅配専門店だが、11時～17時は店頭でテイクアウト用のランチメニューを発売。宅配だと1400円のハンバーグも店頭購入で800円とかなりお得に。☎03-5366-3433

**かつ精** サクサクコロモにジューシーなお肉  
**MAP C-2** ロースかつ弁当



¥700

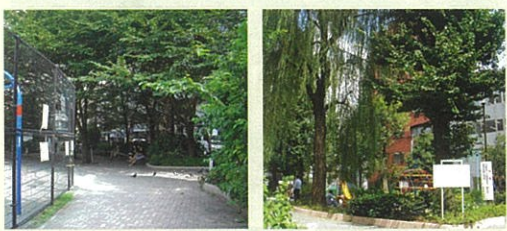
サクサクと音がするほど香ばしい衣の中に包まれたジューシーなお肉。若干薄めなので、カラッと揚げられて重くならない。11時半から販売。予約あり。☎03-3341-5756

オススメスポット③

花園町の小さな公園でホットと息

MAP A-01

新宿1丁目、2丁目には新宿公園、花園公園、花園西公園、花園東公園と小さな公園が点在し、住人や働く人たちの息抜きの場所になっている。小学校と隣接する花園公園のグラウンド脇にはベンチが置かれ、お弁当を食べるのにピッタリ。花園西公園は、大きな柳と銀杏の木が目印。



その3

オススメスポット②

「新宿御苑」の周りをグルッと散歩

MAP A-01

「新宿御苑」のまわりをグルッと囲む土の道は、木々が立ち並び、都会とは思えぬ静けさが広がるお散歩コース。しかも入場料は不要。二人分のお弁当と飲み物を買って、デートはいかが？ 疲れたら、門の前に置かれたベンチでひと休み。お散歩しながら、日頃の運動不足も解消したい。



その2

**一葉** 名物茶屋が奏でる上品な味わい  
**[kazuha]** おむすびセット  
**MAP C-3**



¥420

丸山園本店にあるカフェのテイクアウトメニュー。出汁の利いた御飯で鮭や練り梅などを包んでいる。11時30分から限定3～10食のみ発売。☎03-5269-4188

**フレッシュ** お肉の重量が通常の2倍！  
**ネスバガー** クラシックセットとポテト  
**新宿御苑店** (クラシックバーガー、ライムソーダ)  
**MAP B-3**



¥830

トマト、タマネギ、レタスと組み合わせた昔ながらのハンバーガーを再現。シンプルなおまじに感激！ライムソーダの酸っぱさも爽やかでよく合う。☎03-5269-6286

※クラシックセットは、新宿御苑店限定のセット。

**呉さん** 心と体に染みこむ優しい味わい  
**の厨房** お粥+おかずのお弁当  
**MAP C-3**



¥600

「冬瓜とひき肉の中華粥」や「コーンとたまごの中華粥」など、魅力的なお粥が日替わりで。月曜日は1週間の鋭気を養うため、「薬膳粥」が定番。☎03-3359-8789

**ジディー** 本場の味をテイクアウト  
**ク** バターチキンカレー  
**新宿御苑前** (ライス・ナン付きセット)  
**MAP C-3**



¥900

バターが効いたマイルドでコクのあるバターチキンカレーには、ジューシーなタンドールチキンを使用。こんがり焼けたアツアツのナンと一緒に。☎03-3341-5102

MAP C-3 和食

北前そば高田屋 新宿御苑駅前店

北海道の旬の味覚を生かした肴と  
ゴマがタップリ入ったお蕎麦が自慢

北海道の豊かな食材を使った旬の肴と、体にいいごまをどっさり使った、風味・のどごしバツグンの“ごま蕎麦”を味わえるお店。夜は日本各地の地酒とうまい肴で一杯楽しみ、最後を蕎麦で締めくくると“蕎麦居酒屋”。昼は北海井など豪華なボリューム井とお蕎麦を組み合わせたランチ処。昼と夜で違った顔が楽しめるのがうれしい。

オススメは新宿御苑駅前店限定の「高田屋会席御膳」。小鉢、お刺身、天ぷら、焼き物が煮物、ごはん、お蕎麦、デザートが付いて2500円。13時～16時、6名から利用可能。予約は2日前までに。

①新宿区新宿1-6-5ソノリティ新宿御苑地下1階  
②03-5366-8010  
③11:00～15:00、17:00～23:00  
④祝日  
<http://www.tascosystem.co.jp/takadaya/>



地酒や焼酎も豊富。オススメは“蕎麦焼酎の蕎麦湯割り”。蕎麦の成分で二日酔い知らず。新宿御苑駅前駅から徒歩1分という立地。高級感あふれる店内だが、価格はリーズナブル。

MAP C-3 韓国家庭料理

小屋

定番のチヂミから話題の豚バラ焼きまで  
本場・韓国の家庭の味が100種類

オススメは、上質な黒豚肉が音を立てて焼きあがる今話題の「豚バラのサンギョブサル」（1人前1500円～）。とシャキシャキとした生サツマイモの食感が絶妙な「ポッサム」（980円）、韓国の辛味噌と果物の甘みを活かした醤油ベースの自家製タレが病みつきになる「黒豚と野菜のピリ辛鉄板焼き」（1人前780円）の3品でどれも絶品。全ての料理に韓国に住む店主のお母さんが作った自家製のえごま油を使用し、美容と健康面に配慮している。土日祝日に3名以上で来店すれば「特製小屋チヂミ」が付くなど、特典が豊富なので利用しよう。出前サービスあり。

①新宿区新宿1-14-10 松山ビル地下1階  
②03-5269-4330  
③11:30～14:00、17:00～24:30 (L.O.23:30)  
④無休



レタスに長時間煮込んだ豚バラ肉とキムチ、生サツマイモの千切りを巻いていただく。鉄板焼き後の余ったタレに白いご飯を加え、くつつき込みお焦げを楽しむのが韓国流。

\*\*\*Coupon\*\*\*  
韓国家庭料理 小屋  
オススメ3商品をどれでも20%引き  
2006年10月31日まで有効

お得な  
クーポン付き

JGグルメ16  
ベストセレクト

新宿の高層ビル群から一步離れたエリアにある新宿御苑。その周辺には、意外と知られていない隠れ家的名店がひしめいている。今回は、素材にこだわった飲食店から仲間と一緒に過ごしたい雰囲気の良い居酒屋まで全16店を紹介。



MAP A-2 和 Dining

しょう助 新宿要通り店

旬の食材のみを使った料理が自慢  
新宿の喧騒を忘れる隠れ家的なお店

落ち着いた照明のゆったりとした空間に、人数に応じた個室が用意されている。気心の知れた友人と仕事の疲れを癒す、じっくりと打ち明け話をする、そんなときにピッタリの“新宿三丁目の隠れ家”。

お料理のオススメは“その日が旬”のお刺身を盛り合わせた「特選鮮魚盛り合わせ」（一人前1480円・二人前～）や、お肉がジューシーな「伊達鶏炭火焼き盛り合わせ」（1449円）。とびきり新鮮な素材を使った旬の料理がリーズナブルに楽しめる。お酒の種類も豊富で日本酒は9種類、焼酎は30種類を揃える。梅酒は15種類が用意され、特に女性に人気。



2階の10名ほどの個室。予約は1週間前までに、会合に、知っておくと自慢できるお店だ。

①新宿区新宿3-10-10 宴会館1～2階  
②03-3341-2468  
③17:00～24:00 (L.O.23:00)、  
土日祝16:00～24:00 (L.O.23:00)  
<http://www.shousuke.jp/>

\*\*\*Coupon\*\*\*  
和Diningしょう助 新宿要通り店  
飲食代合計金額から10%引き  
2006年10月31日まで有効

MAP C-2 ダイニングバー MU+RO 室

大型モニターでスポーツ観戦も

仲間とくつろぎたくなるオシャレな店内は、20名から貸し切りオーケー。コースは2500円～、プラス1500円で飲み放題。

①新宿区新宿1-34-9 ヒロビルディング  
②03-3351-8603  
③11:30～14:00、18:00～24:00  
④日祝日(貸し切り場合は営業)



タコデリオ

MAP B-3 タコス専門店 Taco Derio! 新宿御苑店

本場メキシコ人も足繁く通う店

職人手作りのトルティーヤ生地が美味。人気は「チキンタコス」や「タコライス」で、アボカドなどのトッピングもお好みで。

①新宿区新宿2-7-1 不二川ビル1階  
②03-5368-2536  
③11:00～23:00  
④無休  
<http://tacoderio.com/>



\*\*\*Coupon\*\*\*  
MU+RO 室  
アラカルト10%引き  
or  
コース料理20%引き  
2006年10月31日まで有効

\*\*\*Coupon\*\*\*  
Taco Derio!  
新宿御苑店  
お好きなトッピング  
を1品サービス!  
2006年10月31日まで有効

MAP D-3 板前割烹 **みなか**

素材の鮮度へのこだわりは客への最高のほからい

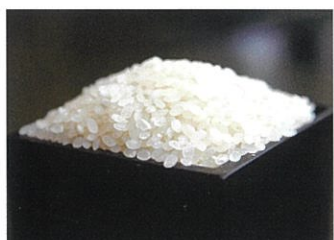
「ブリppりの車エビ」「トロりと舌でとろけるウニ」「噛むほどに甘みが広がるサザエ」など、その日仕入れた新鮮多種な魚介類を、「旨く」「安く」「ボリューム満点に」堪能できる店。人気は刺身の盛り合わせ。ほかにも鮮魚をアレンジした創作料理、厳選した素材を使用した定番メニューなど、バラエティも豊か。旬の食材の旨さが際立つひと品ひと品からは、オーナー兼板前・波多さんの食材に対するこだわりと愛情が伝わってくる。馴染みの客だけでなくいちげんさんにもオススメの料理を無料でサービスするなど、きめ細かい心配りも嬉しい。店内にはカウンター5席とテーブルが3卓、15人ほどがゆったり座れる座敷を用意。時の流れを感じさせない居心地のよさに、ついつい長居したくなる。30人以上で、貸切・宴会も可能。コースは1人3000円〜。



他ではなかなか味わえない旬の逸品がボリューム満点!



**Special Information** 店内で食べれるランチメニューのほか「こだわりの日替わり弁当」も販売。焼き魚や揚げ物、煮物が入った豪華でボリューム満点の弁当に、お茶が味噌汁が付いて500円〜。イクラやマグロをふんだんに盛った丼ものも。



「美味しい御飯しか出さない」という、新潟出身の波多さんのこだわりで、岩舟産こしひかりを100%使用。



その日のオススメの素材をふんだんに使った、豪華な日替わりランチ(700円〜)も。11:30~14:00。

① 新宿区四谷4-24  
② 03-3351-2300  
③ 11:00~15:00 18:00~23:00  
④ (土) 日祝日



日本酒は7種類以上、米・芋・麦焼酎も3種類ずつ揃えるなど、酒好きも納得のラインナップ。

\*\*\* Coupon \*\*\*  
**みなか**  
**ドリンク1杯サービス**  
2006年10月31日まで有効



「アヤシライス」や「週替り定食」などランチも楽しめる(600円〜)。テイクアウトも可能。笑い声の絶えない店内。週末の全曜、土曜は深夜まで営業をすることも。

MAP C-2 飲み屋 **ふく**  
新宿1丁目で37年間親しまれている変わらぬ味と温かい雰囲気の魅力  
ランチョンミートや野菜がたっぷり入ったご飯を、チーズ入りのフワフワ卵で包んだ「ピリ辛オムライス」(700円)が人気。ケチャップでマスターが名前を書いてくれるサービスもうれしい。他にも、「ゴーヤチャンプル」(600円)や「ソーキそば」(800円)など沖縄料理が楽しめる。お酒の種類も豊富で、ウイスキーやカクテルの他、里の曙(奄美大島)やたんたかたん(北海道)といった焼酎も堪能できる。パーティプランは飲み代込みで1人3000円からと格安。店内にはゆったりと座れるソファがあり、カラオケ機も完備。チャージ料金1000円。  
① 新宿区新宿1-31-3 ダイアバレスビル地下1階  
② 03-3341-5977  
③ 11:30~14:00、18:00~翌1:00  
④ 日祝日

\*\*\* Coupon \*\*\*  
**飲み屋 ふく**  
**生ビール1杯をサービス!**  
2006年10月31日まで有効

MAP C-3 御苑 **丸屋**



本格的な蕎麦が安価で楽しめる  
信州小諸のそば粉を使用。人気は京にしんの甘露煮がのった「にしん」。そのほか、最高級の大粒梅を贅沢に使用した「梅おぼろ」もおすすめ。梅のほのかな甘みは、かつおの風味が効いたダシとも相性抜群! この味を求めて遠方から足しげく通う蕎麦ツウも多い。  
① 新宿区新宿1-12-4  
② 03-3354-4587  
③ 11:00~15:30 17:30~22:00  
④ 日祝日

① 新宿区新宿1-12-4  
② 03-3354-4587  
③ 11:00~15:30 17:30~22:00  
④ 日祝日

\*\*\* Coupon \*\*\*  
**丸屋**  
11時~15時半ご注文の方に限り  
100円引き※ランチメニューは除く  
2006年10月31日まで有効



MAP B-2 台湾小皿料理 **荘園**

① 新宿区新宿2-12-9大倉ビル1階  
② 03-3350-7936  
③ 11:00~24:00 (L.O 23:30)  
④ 無休  
http://www.souen.co.jp/

\*\*\* Coupon \*\*\*  
**荘園**  
本場の上海蟹が1000円台で!  
水飴を塗り12時間漬け込んでスモークした「若鶏の薫製」は甘く香ばしい。旬の上海蟹も1杯1000円台の価格で楽しめる。  
飲食代合計金額から10%引き  
※ランチメニュー除く  
2006年10月31日まで有効



MAP C-3 おでん居酒屋 **花ちゃん**

① 新宿区新宿1-13-8 葵ビル1階  
② 090-2763-9514 (店主携帯)  
③ 17:00~翌5:00  
④ 日曜

\*\*\* Coupon \*\*\*  
**おでん居酒屋 花ちゃん**  
味がしみこんだ関西風おでん  
一度あったら忘れられないマスターのリーゼント頭が目印。口の中でトロける「牛すじ」(300円)で、仕事終わりに一杯やりたい。  
生ビール1杯をサービス!  
2006年10月31日まで有効

**MAP C-3 BAR**  
RESTAURANT & DINING BAR **Rodeo**  
ブルーの光に包まれた神秘的な空間でお酒とダーツが朝まで楽しめる



新宿御苑前駅近くのこのキャラクターの看板が目印。エレベーターに乗って4階へ。最新ダーツ機(1ゲーム100円〜)で朝まで盛り上がることも。占いなどのイベントもあり。

白を基調とした店内で間接照明を使い、青い空間を演出しているオシャレなバー。店内奥には4人掛け用のソファが2つあり、仲間とゆったりくつろげる。50インチを含む4つのモニターでスポーツ観戦もでき、朝まで十分楽しめる。1000種類ほどあるカクテルは全て650円(19:00~21:00の間は500円)とお手頃な価格設定がうれしい。人気はディタとブルーキュラソーのリキュールを使用したエレクトリックパレード。甘くさっぱりとした味わいで女性におすすめ。飲み放題は90分2000円〜、パーティーも2時間3500円〜で10名から貸切可能。

①新宿区新宿1-7-7 内藤ビル4階  
②03-3350-8261  
③11:30~14:30、19:00~翌6:00、土日祝19:00~翌6:00  
④無休  
http://www.rodeo-group.com/rodeo/shinjuku/

\*\*\* Coupon \*\*\*  
RESTAURANT & DINING BAR Rodeo  
オススメおつまみ1品をサービス!  
2006年10月31日まで有効

**MAP A-2 居酒屋 どん底**  
古き良き昭和の時代にタイムスリップ!  
1951年に誕生し、三島由紀夫など多くの文化人、著名人に愛された歴史ある居酒屋。「林さんライス」など名物メニューも多数。

**MAP C-2 お弁当 花園弁当**  
40種類から選べるこだわり弁当  
手作りならではの珍しい弁当がズラリ。ロコモコや鶏のロールフライなど、人気の「日替わり弁当」(500円)はなくなり次第終了。

**MAP C-3 たまり場 廣島**  
個性豊かなお客が夜な夜な集う  
ドラマラーであり相撲好きの店長に会うために訪れる人多数。名物は「珈琲焼酎」(450円)。ボトルキーブは1500円〜。

**MAP C-2 BAR フォンド房**  
ダーツをしながらお酒を楽しむ  
ダーツ好きのマスターがくつろぎの空間を提供。落ち着いた雰囲気の中でダーツが楽しめ、仲間内のパーティーに最適。

①新宿区新宿3-10-2  
②03-3354-7749  
③平日18:00~2:00 (L.O 0:30)、日曜祭日18:00~0:00 (L.O 23:30) ④無休(大晦日・正月除く)  
http://www.donzoko.co.jp/

①新宿区新宿1-18-8  
②03-3359-8139  
③10:00~15:00  
④土日祝日

①新宿区新宿1-18-7 ひとみビル  
②03-3358-5158  
③20:00~翌5:00、土日祝22:00~  
④不定休

①新宿区新宿1-31-3  
ダイヤパレス地下1階  
②03-3352-0120  
③11:00~14:00、18:00~翌2:00  
④日祝日(貸し切りの場合は営業)

\*\*\* Coupon \*\*\*  
どん底  
耐ハイの元祖「どん底カクテル」1杯サービス  
2006年10月31日まで有効

\*\*\* Coupon \*\*\*  
花園弁当  
お弁当を1個以上お買い上げの方に  
お茶(500mlペット)を1本サービス!  
2006年10月31日まで有効

\*\*\* Coupon \*\*\*  
たまり場 廣島  
ファーストドリンク1杯をサービス!  
2006年10月31日まで有効

\*\*\* Coupon \*\*\*  
フォンド房  
ファーストドリンク1杯をサービス!  
2006年10月31日まで有効

浄土真宗東本願寺派  
**源慶寺**  
①新宿区富久町9-23  
②03-3351-5325  
鉄筋コンクリートの様式デザインの本堂。右に庫裏と駐車場があり、左は墓所である。富久町交差点の南側角地。新宿御苑前駅大木戸門口から徒歩7分。  
元禄期頃、徳川家康の家臣である本多家によって建てられた。現住職は18代目、本多和光氏。  
掲示  
教えることは習うこと、  
どちらも何度も繰り返し。

- JG創刊号設置場所**
- ・都営新宿線新宿三丁目駅
  - ・東京三協信用金庫新宿支店
  - ・ハンコ卸売センター 新宿店
  - ・東京ビジネスホテル
  - ・花園ハウジング
  - ・ローソン新宿御苑前店
  - ・ホテルwill新宿
  - ・セブイレブン新宿1丁目店
  - ・ファミリーマート新宿御苑駅前店
  - ・Learn School of English
  - ・いえ〜新宿御苑前店
  - ・アートプレイス新宿
  - ・エルプリメント新宿
  - ・タートヴァン
  - ・サイゼリヤ四谷三丁目店
  - ・ロブスター
  - ・MADAM K Hamburger
  - ・フレッシュネスバーガー
  - ・新宿インドアゴルフ
  - その他掲載店舗にも設置中。

**JG編集部**  
☎03-5361-8015  
or  
JG@h14.co.jp  
〒160-0022  
新宿区新宿1-35-8  
明石ビル4階  
株式会社H14

「JGを気に入った」という方で設置にご協力下さる方、広告掲載・店舗情報掲載をして下さる方のご連絡をお待ちしております。



**MAP E-4 Indian Cuisine & Dining**  
DIPPALACE  
100種類以上のスパイスをブレンド!  
本場インドの絶品カレー

本場のシェフが作る本格的なカレーやインド家庭料理が楽しめる。香り豊かなスパイスを100種類以上ブレンドしたカレーは全18種類。マイルド、ミディアム、ホット、スーパーホットから好みの辛さを選べる。香ばしくてモチモチのナンもプレーン、チーズ、ガーリック、ドライフルーツなどさまざま。サイドメニューやドリンクメニューも充実している。11:00~16:00までは、お得なランチメニューも用意。カレーとサラダ、ドリンク付きの「ランチセット」(920円〜)は、ナンかサフランライスが食べ放題。そのほか「スペシャルランチ」(1050円)なども。



オレンジ色の看板が目立つ外観。天気の良い日は、テラス席でのランチもおすすめ。



店内にはテーブル席が45席。さまざまなパーティーコースがあり、貸切も(1人2500円〜)。

①新宿区四谷4-7 小林ビル1階  
②03-3358-6528  
③11:00~24:00  
④無休

\*\*\* Coupon \*\*\*  
DIPPALACE  
全品10%引き  
2006年10月31日まで有効



新しいスタイルの  
アートフラワーショップ

外国のブティックのような店内に咲き誇る、色鮮やかな花々。いっけん、生花のようにみえるが、実はすべてつくられたもの。ここは、アートフラワーを扱う新しいスタイルのお店だ。

国内外のメーカーから、最良の素材と最新のコーティング技術を使用した上質なアートフラワーを厳選。デザインや色合わせにもこだわった、お洒落なアレンジメントやブーケが楽しめる。フラワーは1本(約300円〜)でも販売。季節に合った花も取り入れているので、母の日やクリスマスなどのシーズンイベントでも活躍しそうだ。

そのほか、花をモチーフにした腕時計や便箋、ギフト小物などの雑貨も販売。特別なときだけでなく、誰もがいつでも気軽に立ち寄れる雰囲気、訪れる人を和ませてくれる。

- 新宿区新宿1-23-16
- 03-6279-6120
- 11:00~19:00
- 日・月曜
- http://atelierlucca.com/



柔らかな香りでアートフラワーを包む、専用のフレグランス(全5種類各1575円)も。

Special Information

管理の手間がかからず、いつまでも鮮やかさが持続するアートフラワーは、大切なシーンでのギフトにも最適。おすめは、存在感たっぷりの胡蝶蘭(3万円〜)。近隣配達、地方発送もやっている。

\*\*\*Coupon\*\*\*  
atelier Lucca  
雨の日に全商品10%引き  
2006年10月31日まで有効



緑に包まれた御苑のそばにある  
アートフラワーのお花屋さん



ふと足をとめたくなるような雰囲気。



ランダーをあしらった看板が目印。



コーティング技術の進歩による、みずみずしい美しさ。



アレンジメントやブーケは、センスあふれるものばかり。

幸せのエネルギーを込めて  
オリジナルの守り絵を作成

ブランド品販売とともに、占い(四柱推命)教室や守護色を活かすインテリアコーディネート教室など、さまざまな講座を開講。スピリチュアル・カウンセラーであるオーナーが、生年月日と名前から守り本尊(梵字)と守護カラーを算出し、オリジナルの守り絵や木彫絵を作成するヒーリングアートも(1万5750円〜)。



幸福をもたらす守り絵。インテリアとしても。壁にかけたたり、イ



fashion gallery E&S料金

- 占い教室: 毎週木曜/2万5200円(8回)
- 占いの日: 毎週月・木曜/3150円(1回要予約)
- インテリアコーディネート教室: 毎週土日/1万500円(5回)
- 新宿区富久町16-12パルセ富久1階
- 03-3351-3205
- 11:30~18:30
- 日曜
- http://sky.geocities.jp/galleryens/

\*\*\*Coupon\*\*\*  
HERMITAGE  
カラー・パーマの方に、  
ヘアトリートメント無料サービス  
2006年10月31日まで有効



ヘアメイクアップアーティストのアトリエ的サロン

TV、雑誌、広告などのヘアメイクを手掛け、専門学校や短大の講師としても活躍中の高野健太郎さんがオープンした。  
(http://www.takitown.com/kentarotakano/)

- 新宿区新宿1-24-1
- 03-3352-7776
- 11:00~22:00(予約優先)
- 火曜日

relaxation mode リラックスmode mode

立ち仕事で足がパンパン PC作業で肩がこる  
そんなあなたに朗報です  
仕事の疲れはここで癒せ! マッサージ店や美容室など頼れる6店舗をベストセレクト



- 新宿区新宿1-4-9
- 03-3354-7703
- 12:00~翌4:00(要予約)
- 年中無休
- http://antromare.com/

一歩進んだ質の高いサービスを  
オーガニックボディケアで、洗練された施術スキルと上質なアロマを堪能。ランチタイム限定のクイックメニューも。

\*\*\*Coupon\*\*\*  
Aroma Treatment Salon antro mare  
オイルボディ 2625円引き(初回限定)  
7875円→5250円(60分)  
1万1025円→8400円(90分)



- 新宿区新宿3-28-1
- 新宿コルネ坂ビル3階・5階
- 03-5367-2526
- 11:00~23:00 年中無休
- http://www.sakura-seitai.co.jp/

歩き疲れたら SAKURAへ  
仕事でのPC疲れ、ショッピング疲れを気持ちよく解消。むくみ解消に効果的なフットケアでは、季節限定のオイルを使用。

\*\*\*Coupon\*\*\*  
さくら整体院 新宿3丁目店  
body & foot SAKURA  
ボディケア+フットケア60分コース  
6825円→4725円(何度でもオーケー)



- 新宿区新宿2-13-6 光垂ビル4階
- 03-3354-7199
- 15:00~翌4:00
- 年中無休
- http://www.sakura-seitai.co.jp/

空いた時間にリフレッシュ!  
レジャーやグルメなど秋を満喫するため、その日の疲れは残さずリセット。ボディケア&スカルプケアでリフレッシュ!

\*\*\*Coupon\*\*\*  
さくら整体院 新宿2丁目店  
ボディケア20分+スカルプケア10分  
3150円→2625円(他のクーポンとの併用不可)

ムラベが行く!

パート①

御苑付近を元気よく! 今日はお寺に いってきまっす!! 成覚寺 太宗寺 源慶寺



新宿通と靖国通に挟まれた柳通りには、現在多くの店が立ち並びたくさん人が賑わっている。 (一)の通りが茶室の入り口は、今に始まったことではなく、内藤新宿宿時代には、遊郭街として、内藤新宿の繁栄をイメージしていた。 また、遊女たちの大衆は身よりもなく、ある場合も遠国がゆかりのため死しても七土敷が引き取り、埋め立てはなされた。 マニエで遊女は遊女が死すと、着物の振身具を取りあげ、大らしの着に腰のものを板で俵を詰めて、近くの寺に送り込んでやる。 その寺というのが、厚生年金会館の前身に近い。成覚寺は、成覚寺が別荘、柳投げは「時」を呼ぶ。のはこのため。 内藤新宿時代、この寺に遊女が来た遊女の七敷はおよそ二千二百体のぼった。



柳通りと投げ込み寺

太宗寺

◎慶長年間初頭 (1596年頃)、僧太宗の開いた草庵を前身としてののちの高徳藩主内藤家の菩提寺として発展した。 「内藤新宿の閻魔像」「袈衣婆像」「布袋尊像」など多数の文化財がある。



七福神 布袋尊、恵比寿、寿老人、大黒天、弁財天、毘沙門天、福祿寿の七柱の神が一殿的。寿老人と福祿寿き同一のものともいふ方もある。

新宿山の七福神 布袋

源慶寺

◎元禄期 (1594年頃) に、徳川家康の家臣である本多によって建てられた。浄土真宗本願寺派。現在の住持は18代目。



源慶寺のお基は、富久町の源慶寺にあるのだ。 浄土真宗本願寺派。現在の住持は18代目。

寅さんを訪ねる



今月のテーマ: パターロール

素材のおいしさがぎゅっと詰まったバターロール。もっちりとした食感と濃厚な味わいにもうメロメロ。1個50円、袋入り(5個)で250円。

材料: 小麦粉(強力粉) 100g、ドライイースト 1g、塩 2g、砂糖 15g、卵 20g、牛乳 35cc、バター 20g

- 作り方: ①小麦粉、ドライイースト、塩、砂糖、卵、牛乳をよくかき混ぜる。 ②生地がまとまってきたら、常温でやわらかくしておいたバターを加え、よくこねる。 ③生地が滑らかになったら、30℃くらいの温かいところで、約30分ほど休ませる。 ④寝かしておいた生地を、40gずつに切り分けてお団子を作る。 ⑤さらに15分休せる。 ⑥頭でかち戻つばみの蛇を作る。 ⑦平らにしてクルクル巻く。 ⑧30℃で約60分ほど休ませて、膨らませる。 ⑨生地表面にいた卵をハケで塗る。 ⑩210℃のオーブンで約6分、きつね色になるまで焼いたら完成!

お店情報 ヘルシー思考のサンドウィッチやモッツアレラチーズのピザが人気。オリジナル商品も充実。



こんちは、うっちーです! これから気になるお店の秘密のレシピを突撃レポートしちゃいます。どうぞよろしく。記念すべき第1回目には、御苑OL御用達のパン屋さん「麦」の内海洋三店長だよ。



【今月のお店】パン工房 麦 ⑨新宿区新宿1-31-4 ①03-3353-2677 ②平日8:00~20:00、土10:00~20:00 ③日祝日



POINT 蛇のように細長く 頭でかち戻つばみが理想 弾力ある生地に苦戦 手のひらでコロコロとお団子を作り、板の上で紐状に。粘土遊びのつもりで挑戦したら、弾力のある生地に悪戦苦闘。



プロの技にホレホレ 寝かした生地をものすごい早さでびったり30gに切り分けていく。さすがプロの技!! バターロール まきまきの巻



POINT 力加減を調節して 均一の厚さになれば大成功 怖がらずに力を入れて 麺棒を使って真ん中から下へ生地をのばし、次に余った生地を上へぐっと押し上げる。巻きやすいように長目に伸ばそう。



POINT しっぽを引っ張っぱりながら のびして巻くとスムーズにいくよ できた! 巻き始めは生地を持ち上げてクルッと。芯を作ったら板にのせて、クルクルと一気に巻く。



POINT 三巻半がキレイな形 楽しみながら作ろう! 初心者では上出来!? 先生作はキレイな三巻半なのに、私は一巻きでやっど。ある程度の形になるまでは、約1年間の練習期間が必要。



POINT 最後の決め手は焼き色 表面に卵を塗れば、つやが出て見た目も抜群。焼き上げれば完成だ。



# 御苑人

この街に住む人・この街で働く人・この街が好きの人

## プロフィール

**梁石日(ヤン・ソギル)**  
1936年大阪市生まれ。高校卒業後、事業を興すが倒産。各地を放浪。後にタクシー運転手を10年間勤める。その経験を基に著した『タクシードライバー日誌』は、映画『月はどっちに出ている』の原作ともなり話題に。著書に『夜を賭けて』『血と骨』(山本周五郎賞受賞)、『シネマ・シネマ・シネマ』など。最新作『ニューヨーク地下共和国』。

**DVD『血と骨』**  
原作は梁石日が実父をモデルに著した同名小説。動乱の時代を傍若無人に駆け抜けた男の激烈な死闘と、その家族を描いた衝撃作。監督・崔洋一、主演・ビートたけし。発売元：ポニーキャニオン 価格：3990円

## プレゼント\*

梁石日さんの著書『シネマ・シネマ・シネマ』をサイン入りで1名にプレゼント。応募はハガキに〒住所、氏名、年齢、職業、本誌の感想を明記し、**〒160-0022 新宿区新宿1-35-8明石ビル4階(株)H14「JG」シネマ・シネマ・シネマ」プレゼント係**まで、10月20日消印有効。

**梁** 石日さんの小説『シネマ・シネマ・シネマ』や『Z』に出てくるスナック「ふく」。実はこのお店新宿御苑に実在し、この地に店を構えて37年になるという。今宵も梁さんはこの店をふらりと訪れた。「この店に来るようになって17、18年になるかな。以前は2日に1回は飲みに来ていたね」と微かな笑みを浮かべて語る梁さん。「この店は静かで居心地がいいね。客層もいいし。マスターと話したり、いつものんびり過ごしている」。

50歳までは毎日朝まで飲んでたという梁さん。若い頃は新宿ゴールデン街で、その後は伊勢丹近くやふくのある新宿御苑などでよく飲んでいるという。「最近はお酒の機会が減った。外出が面倒になってね」と苦笑する。

「若い頃は一見の店にもちよくよく行つてね、かわいい子がいるんじゃないかなどか期待したりしてね。あなたもそう思つたりするでしょ?」と言ってニヤリと笑う表情は少年時代に戻つたかのようだ。

梁さんの前には、いつもお決まりのビールが置いてある。「うん、いつもビールだね。若い頃は飲み過ぎたけどね」。ビールを片手に新宿御苑の話から、小泉政治批判へと話が広がる。自分の作品では『血と骨』と『夜を賭けて』が気に入っているという話もほろりと出る。

最後に突然、思い出したように、「そうそう、新宿2丁目はタクシードライバー時代によく来たね。夜中の2時から4時頃によく流してたね」と御苑近くには緑があるようだ。

**作家 梁石日**  
ビートたけしさん主演の映画『血と骨』の原作者・梁石日さん。今日もこの界限でグラスを傾ける。



岡田清孝の  
**俺的 新宿御苑**  
ぶらりお散歩フォト

### ある晴れた日に見た風景

休日には大勢の人が訪れる新宿御苑。でも大通りをはさんで反対側には都心の下真ん中にもかかわらず、商店街や学校などごく普通の人の暮らしがある。縁あってこの街を訪れるようになってから、どんな街なのかもっと知りたくなってきた。

### 使用したカメラニコンD200

現在の仕事用メインカメラ。画質やボディの耐久性が抜群。シャッターを切る感触も気持ちいい。

### Profile

一応プロのカメラマン。でもただのお酒好きの酔っ払いだと思っている人がどうやら多いらしい。



## アンティ♡佐野の



## 萬マネー相談

**Profile**  
ファイナンシャルプランナー、宅建資格も持つ税理士。小さな会社の味方。

### ▼相談1

**レストラン**経営者です。業務拡大の計画があるのですが、スタッフの人員募集をするか、宣伝費にお金をかけるかで迷っています。どちらを優先するべきでしょうか?

**答お** 店の規模や充当できる金額によってケースバイケースでしょうから、一概にどちらを優先したほうがいいと断定はできませんが、まずはスタッフの人員強化からでしょうね。

飲食店に入ったとき、店員さんから「いらっしゃいませ」と挨拶されるのは気持ちいいものです。電話の応対も、きちんとしてもらえれば「このお店は信頼できるな」と思えますし、逆に店員さんの対応が良くないと次もお店に来ようとは思いません。

ですから、まずは現在のスタッフ強化とサービス向上からとりかかり、お金に余裕があれば、強力なスタッフと一緒に効率的な宣伝活動を展開していただく。飲食店ならまずは地域のの人にたくさん来てもらえるような宣伝から始めてみてはどうでしょうか?

### ▼相談2

グルメ好きの新人OLです。毎日いろんなお店でランチを食べていたら、出費がかさんで先です。昼食代を上手にやりくりするにはどうしたらいいでしょうか? ちなみに、給料は手取り20万円です。身の丈に合った適当なランチ予算の目安を教えてください。

**答私** も昔は、給料日の直後は、仲間とのリッチなランチが楽しみでした。グルメも趣味のひとつですから、楽しみを奪うのは酷な話ですが、収入と支出の現状を冷静に分析することも大事です。

できればランチは1食1,000円以内にとどめ、かつ週に1、2回は質素に300円台のホカ弁やコンビニ弁当にしてみてもどうでしょうか? お金がないと現実には厳しい。大層な給料アップは夢の中だけに、バランスのとれた支出を計画するようにしてください。

### ▼相談ボッシュウ中!!

お店経営から、お小遣いのやりくり方法、ヘソクリの必殺技まで、お金に関するいろいろな相談を承めています。『お金の100問』を参考に、採用された方には、『100問特別プレゼント』します!

12星座が告げる  
アナタの運勢!

西洋  
占星術

10月2日  
11月1日

今月の占い師  
ミラージュさん



独自のインスピレーションを生かしたタロット占星術や西洋占星術を駆使。明快で具体的なアドバイスで多くの人の支持を得ている。シンガーソングライターとしてCDデビューの経験も。

協力: balangan  
03-3353-8030  
http://www.balangan.jp/

MAP B-3

【牡羊座】  
3.21~4.19

社交面が活発化する時。我を抑えて流れに身を任せた付き合いが無難。

★恋愛運  
いったん相手に主導権を委ねるべし。

★仕事運  
正しいと思ってもジコチューと言われるかも。

★ラッキースポット  
お酒落なバーで大の雰囲気◎

【牡牛座】  
4.20~5.20

疑心暗鬼になりやすい時。考えすぎは禁物。新企画は月前半のうちに。

★恋愛運  
職場恋愛の予感。清纯派ムードで。

★仕事運  
地道に頑張れば見てくれる人が。

★ラッキースポット  
図書館での読書が心の栄養に

【双子座】  
5.21~6.20

楽しい誘いが多くポジティブになれる時。芸術の秋を存分に満喫できる。

★恋愛運  
理想のタイプとの出会いにドキドキ。

★仕事運  
表舞台で注目される。評判も上々。

★ラッキースポット  
デートは映画館でラブストーリーを

【蟹座】  
6.21~7.22

親に口うるさく言われそう。1日頃から親孝行しておくとうれしい。後半にツキ。

★恋愛運  
タイプじゃなくても毛嫌いせず。

★仕事運  
頭が冴えわたり想像以上の成果が。

★ラッキースポット  
家庭料理のお店でつづろぎ母の味を

【獅子座】  
7.23~8.22

フットワークの軽さが幸運を呼ぶ時。夢中になれる趣味も見つけられる。

★恋愛運  
ナンパや合コンも頑張る価値アリ。

★仕事運  
調子にのらずに控えていた方が得策。

★ラッキースポット  
ネットカフェからあの人へメール

【乙女座】  
8.23~9.22

今までと違った事に目が向きマンネリから抜け出せる。臨時収入あり。

★恋愛運  
シャイな態度も初々しく見える。

★仕事運  
クリエイティブな仕事を探そう。

★ラッキースポット  
高級フレンチでセレクト気分

【天秤座】  
9.23~10.22

主役期到来。皆にちやほやされてイイ気分になれる。直感を信じてOK。

★恋愛運  
モテ期。でも自分も嫉妬深くなる。

★仕事運  
発展運。収入アップの予感も。

★ラッキースポット  
デートはスポーツ観戦で爽やかに。

【蠍座】  
10.23~11.21

後半以降チャンス到来。多少のトラブルも前向きな姿勢で解決。

★恋愛運  
秘密の恋ほど盛り上がりそう。

★仕事運  
意外なところで能力を買われる。

★ラッキースポット  
ひっそりお忍び系ホテルでラブラブ。

【射手座】  
11.22~12.21

交友関係活発化。飲み会に積極的に参加すると有益な情報が得られる。

★恋愛運  
友達から恋人に昇格の可能性。

★仕事運  
今裏方に徹すれば後々良いことが。

★ラッキースポット  
デートはプラネタリウムで星空鑑賞。

【山羊座】  
12.22~1.19

責任が重いわりに報われずイライラ。一発逆転を狙って焦らずにいきこう。

★恋愛運  
尊敬、憧れが愛情に変わる時。

★仕事運  
プレッシャーも飛躍のきっかけ。

★ラッキースポット  
新宿御苑散歩でマイナスイオン吸収。

【水瓶座】  
1.20~2.18

以前から暖めていた計画を実行に移す時。物怖じは禁物。開放的に。

★恋愛運  
意中の異性に尽くされハッピー。

★仕事運  
上司の不当な評価もジツとこらえて。

★ラッキースポット  
外人バーでステキな出会いが。

【魚座】  
2.19~3.20

後半以降大きな成果を期待できる。人の好きには素直に甘えていこう。

★恋愛運  
セクシーさに異性がグッとくる。

★仕事運  
奇抜なアイデアを具体化できる。

★ラッキースポット  
神秘スポットや占い館で自己再発見。

会社帰りに占いでバのデトックスを!!

占いでいくらかお金がかかる? 不吉なこと言われない? ノンノン。まずは一度、体験してみよう!

店内は明るいバリ風の空間



↑占いは個室感覚のブースで。落ち着いた照明といい香りが漂う、リラックスできる空間。

まずは受け方を



↑得意分野やプロフィールを確認しながら占い師を指名できる。希望に合った占い師を選んでもらうことも可能。



↑お店の前のボードでは、現在出演中の占い師が確認できる。

体験する人  
新井弓子さん



↑新宿御苑で働く28歳のOL。興味はあるけど、占いは初めて。

これはオススメです!!

そーなんですか?

占いタイム!!

よかった!

うんうん……

サイカード

今の後氏との相性はね……

恋愛運が知りたいのね?

↑タロットやサイカードによる占いや前世占いでヒーリング効果も抜群。TV出演も多数。

マヤラジャチャペイヴァ先生登場!!

まずはホームページ、ケータイサイトに

http://www.balangan.jp/ アクセス!!



↑QRコードを読み取って、ケータイサイトに即アクセス!

明朗会計で安心



↑料金は3150円。占いにブース内で支払いをする。先生方がメッセージカードも付けてくれる。

balangan  
MAP B-3

①新宿区新宿2-1-9  
キタウチビル2階  
②03-3353-8030  
③12:00~21:00  
④日曜定休

\*\*\* Coupon \*\*\*  
balangan  
通常20分3000円が、30分3000円!  
2006年10月31日まで有効

郵便がき

160-0022

東京都新宿区新宿1-35-8  
明石ビル4F  
(株)H14 JG編集部

恐れ入りますが  
50円切手を  
貼って  
お出し下さい

お答えいただいた個人情報は、本誌アンケートの目的のみに使用されるもので、そのほか  
に使用することはありません。(プレゼントに応募される方は必ずご記入ください)

お名前	性別	年齢	ご希望のプレゼント番号
	男性・女性		
電話番号			
ご住所			
mail:			

balangan・メソッド

http://www.uranaï-school.jp/  
03-6379-2262



↑コースや受講料金を案内。Balanganの人気占い師が講師陣として参加。

- コース紹介
- タロットコース
- 西洋占星術コース
- 九星気学コース、その他

占いに必要なのは「占いの知識」だけでなく実践経験を積むこと。そのような観点から開講されるのが、占いスクール「balangan・メソッド」。学習するだけでなく実践を積み重ねが活躍している実力派の講師陣をそろえていることが大きな特徴だ。たとえば実践と学習が両立できる「お仕事直結コース」なら、受講終了後、提携のお店やイベント会場で無料鑑定など実践経験を積むことができる。学習ながら占いの師として活躍できちゃう「スクール」として、本気で占いの師を目指す人にオススメしたい。

10月、占いスクール  
balangan・メソッド誕生

# 創刊記念!! PRESENTS

ついに『JG』創刊!! 今回は創刊記念に素敵なおプレゼントを用意。応募ハガキの質問事項に答えて、好きな賞品をゲットしてね!

11月3日から世界最大級のバラ製シャンデリアによるイルミネーションイベントを開催する恵比寿ガーデンプレイスから、オリジナルロゴ入りボールペン&シャープペンを先着30名にプレゼント!

## 1 So-net『Webメール de PostPet ぬいぐるみ モモ』

抱きしめたくなるほど可愛くて手触りも抜群!

So-netが展開する「Webメール de PostPet」の人気キャラクター「モモ」のぬいぐるみ。ハイパイルの柔らかい手触りで手放せなくなりそう。高さ約21cm。

5名様

## 3 atelier LUCCA 『エグランディーヌローズのブーケ』

精巧な作りと美しいデザイン 手間隙かけた素敵なブーケ

本誌掲載店(17P) "atelier LUCCA" から、素敵なアートフラワーのブーケを1名に。手入れも簡単に華やかさが継続するから、プレゼントにも最適。

1名様

## 4 上海問屋 『Donya-miniSD 512MB』

携帯電話での写真撮影や音楽データの転送を快適に

PCパーツの専門店ドスパラ(<http://www.dospara.co.jp/top/>)から、名画『ムクラの叫び』をモチーフにしたminiSDカードを。携帯の写真の保存にも。

5名様

## 5 デイリーキャッチ『スマートネクタイ』

<http://www.royal-derby.com>

デザイン性も機能性も抜群 革命的な特許機能を搭載!!

ジッパー式開閉装置を備え、わずか5秒での着脱を実現! "型崩れの心配"や"結ぶわずらわしさ"を解消。最高級の生地と心地よい着け心地も◎。

3名様

## 7 月刊誌『花時間』の別冊 『ウエディングブーケ&花飾りVOL.13』(角川書店)



ページをめくるたびに華やかな気持ちになれる  
花ウエディングの魅力が満載のブライダルムック。VOL.13では「全登場ブーケ一覧」「ウエディングブーケのためのバラ100種」「花言葉&花図鑑」が綴り込み付録に。

10名様

## 2 東ハト『バリポテコ<こってりチーズ味> <ベッパーステーキ味>』(10月9日発売)

バリッと砕ける食感がクセになるポテトリング

東ハトの人気商品『バリポテコ』に新フレーバーが登場! 濃厚なチーズ味と、ガーリックの隠し味が効いたベッパーステーキ味。6カップ1ケース。

6名様



## 6 UNIVERSAL 『映画インサイド・マン特製ミニライト』

あなたの身を守る 特製ミニライト

スパイク・リー監督による超一級エンターテインメント作品。10月12日のDVDリリースを記念して、ロゴ入りのミニライトを用意。

3名様

## 8 『古田のブログ』(アスキー)



初公開の真相がここに!  
古田監督の大ヒットブログ  
ヤクルトスワローズの選手兼監督・古田敦也氏によるブログを書籍化。プライベートの顔から交友関係まで、古田氏の素の一面に出会える1冊。

1名様

### 広告に関するお問い合わせ

メニュー変更やイベント情報、リニューアルなど、お店の情報や企業の広告・宣伝をご希望の場合はお気軽に下記まで御連絡ください。

〒160-0022  
東京都新宿区新宿1-35-8  
明石ビル4階  
(株)H14 JG編集部  
☎03-5361-8015

### 次号予告

12月号は忘年会特集! 新宿御苑エリアでの忘年会はここに決まり! みんなでワイワイ楽しもう! 連載ページも、現在張り切って進行中! ウッチーはどこに突撃するのか? ムラベはどこに行っちゃうのか? そして気になる御苑人は!? アンディ佐野や岡田清孝も大活躍。お楽しみに! 次号12月号は11月1日(水)発行です。

発行日:平成18年10月2日  
発行所:(株)H14  
〒160-0022  
新宿区新宿1-35-8明石ビル4階  
☎03-5361-8015  
印刷 製本:株式会社三六工芸印刷社



●創刊号はいかがでしたか? 手厳しい意見、温かい感想などガンガンお寄せください。また、会社訪問を入れてほしい、看板娘のグラビアページがほしいなど、誌面に対するリクエストもお待ちしています。(大森)

- 今年の夏は、喜びも、涙も「JG」一色でした。新宿御苑や三丁目を汗かきながら歩いたこと、忘れません。「JG」が皆様のお役に立ち、愛される雑誌になりましたよーご! (千田)
- 田舎者の内田です。JGの仕事を始め、よく道ばかりになりまして。いいことです。なんだか小学校の頃を思い出します。(内田)
- はじめまして。えらくワクワクしています。これもみな、たくさんの方のおかげがあってこそ。ということで、これからもどうぞよろしくお願ひいたします。(村部)
- 地元よりも、この辺に詳しくなりました。(小澤)

### Special Thanks

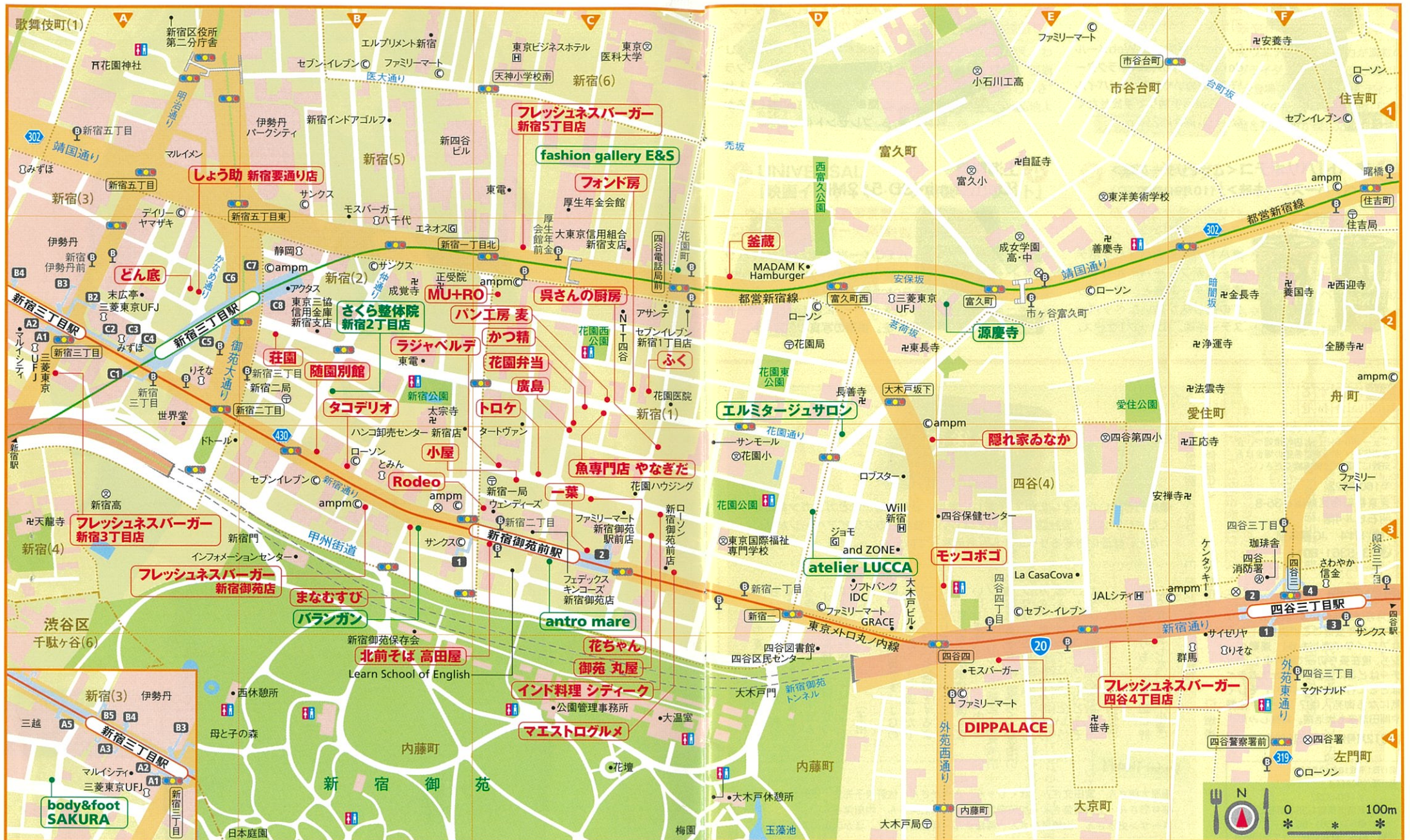
福原大树さん 富田文さん ぼくしゃん さやかさん 佐野典子先生 浅野裕さん 桜井彩さん 上田晴菜さん 加藤宏之さん 山口治夫さん 内田洋さん スーザン史子さん 山崎辰夫さん 柳緑さん 宮森秀樹さん ほか沢山の方々。

- 以下の質問にお答え下さい。
1. 本冊子をどこで入手しましたか?  
A. 本誌掲載の店舗( ) B. コジエヤウアース( )  
C. 都営地下鉄新宿三丁目駅 D. 街頭での配布  
E. 知人からもらった F. その他( )
  2. JG-Jumbo gyoenjiについてご評価ください。  
また、その理由を聞かせてください。  
A. 大変面白い B. 面白い C. 普通  
D. あまり面白くない E. まったく面白くない  
理由( )
  3. 本冊子の中で良かったページを○、悪かったページに×をつけてください。(いくつでも)  
A. 巻頭特集:今こそ、御苑に行こう!! B. 今月の特集:チンクアクトメニュー16  
C. JGグルメベストセレクト16 D. リラックスマode  
E. 会社帰りに古江でデトックス! F. 連載:うっちーのとつげ!! Cooking!  
G. 連載:御苑NEWS ムラベが行く! H. 連載:岡田清孝の俺の新宿御苑  
I. 連載:アンディ佐野の高スナー相談 J. 連載:御苑人〜梁石日  
K. 創刊記念!! ヴェゼントページ L. 今月の運勢・編集後記
  4. 本誌掲載店舗で実際に行ったお店、行きたくなったお店はありますか?  
あれば教えてください。
  5. 新宿御苑付近(新宿一丁目・二丁目・三丁目・五丁目・四谷四丁目、雷久町)のおすすりスポットを教えてください。
  6. 今後取り上げて欲しいテーマやお店、特集があればお書きください。

ご協力ありがとうございました。  
10月20日当日消印有効

# 新宿御苑エリアマップ

飲食店 飲食店以外



BAGS : For information 03 5778 0020 [www.benetton.co.jp](http://www.benetton.co.jp)



UNITED COLORS  
OF BENETTON.