

【沿線街あるき】 池袋  
ちょっと、そこまで

「マンスリーとーぶ」がリニューアル♪

—T O B U

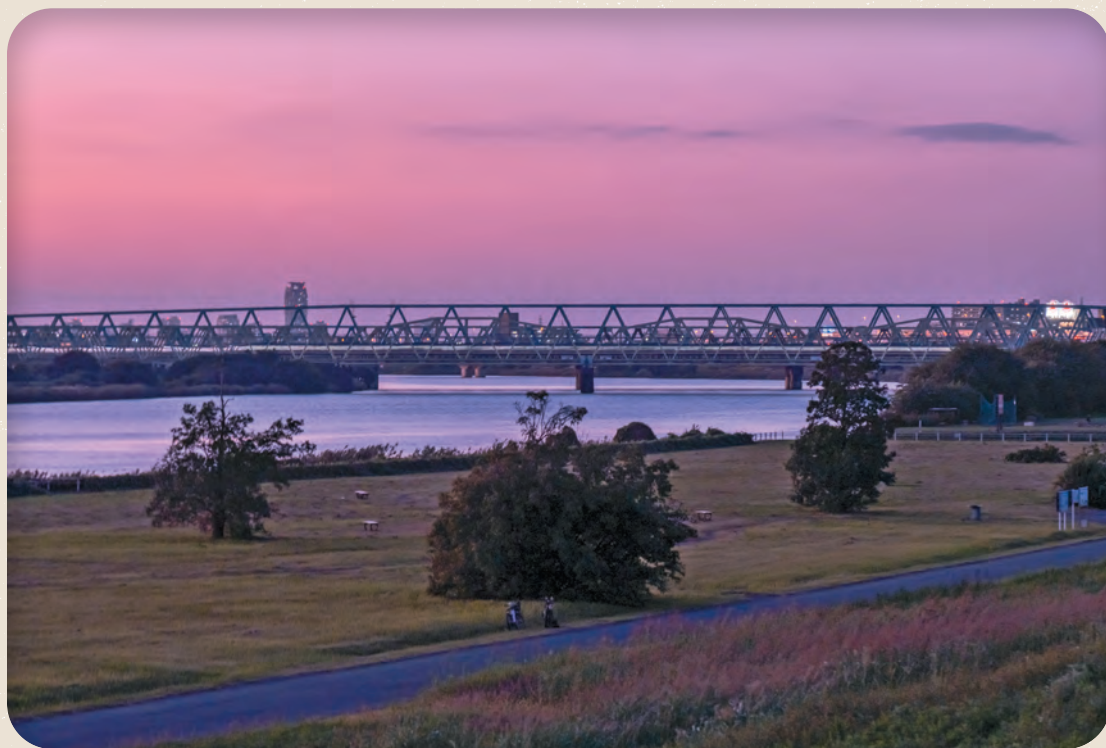
毎日をもっと豊かにする  
ちょっといいこと

# Monthly とーぶ

1 | January  
2025  
No.907



「睦月」  
静かに幕開ける  
始まりの季節



# 懐かしい # わたしのルート # 北千住側もおすすめ

## 荒川土手

東武スカイツリーライン 北千住駅～小菅駅間

私の実家は足立区梅田にあり、幼い時から都心へ出かける際には必ず荒川を渡ります。帰路につく際に見る北千住駅～小菅駅間の土手は、家族が待つ家に帰るという安心感を抱く風景でした。

荒川を渡ることもない街で暮らしている今、帰省をする際に気づいたのです。荒川土手はどんな時も自分を見送り、迎えてくれた存在だった——。幼い時に母や弟たちと一緒に父を北千住駅まで迎えに行った時のこと、新社会人時代に慣れない勤務で疲れて帰宅した時のことなど、いろいろな思い出がよみがえってきました。

この先の人生でさまざまな場所にルーツを持つことになると思いますが、私と東武鉄道、そして

荒川土手が、今まで共に経てきた時間と思い出を超える場所はないのだろうと感じています。

(20代：真面目が粋さん)

### 荒川土手

あらかわとて

北千住駅と小菅駅間の荒川を渡る、荒川放水路橋梁の両端に続く土手。兩岸ともに緑地が整備されていて、河川敷や橋梁の間近まで近づける土手の上を散策することができます。



📍 東京都足立区日ノ出町先～足立周辺 📍 散策自由 📍 東武スカイツリーライン北千住駅から徒歩13分(北千住側) / 小菅駅から徒歩5分(小菅側)

# クロストーク

#1

## Profile

俳優。兵庫県出身。2003年『WATER BOYS』（フジテレビ）で俳優デビュー。2024年連続テレビ小説『おむすび』（NHK）に桜庭真知子役で出演中。東武鉄道提供の「東京空色さんぽ」（TBSほか）ではナビゲーターを務めるなど、幅広く活躍。

東武鉄道が提供する、  
TBSで放送中の番組  
「東京空色さんぽ」で、  
ナビゲーターを担当する相武紗季さん。  
ここでは相武さんに、ご家族とのお出かけや  
旅行について語っていただきました。

# 相武紗季さん

あいぶ・さき

## 独身時代も子育て中の現在もお出かけ好きの相武さん

——普段はどんな場所へお出かけされますか？

子供と一緒にの時はショッピングモールとか、商業施設などによく行きますね。上が小学1年生で、下が4歳ですが、どっちも大きくなってきて、一緒におとなしくお買い物ができるようになってきました。でもやっぱり途中で、疲れた〜とか、休みたい〜って言い出すことも多いので、買い物メインのお店しかないエリアよりは、

ちよっと逃げ場がある場所を選びます。敷地内に庭園や池があったり、遊具があったり、ちよっとしたカフェもあったりとか。いっぱい遊べて、買い物も食事もできて、全てそこで完結する……みたいな場所に行くようになりましたね。

——独身の頃は？

私は結婚する前から結構歩く方で、スケジュールをパンパンに

するのが好きだった

んです。お休みがあると、

病院に行つて、マッサージに行つて、ピラティスして、友達とご飯を食べて帰る……みたいな感じで、自由に予定を詰め込んで動いていました。でも今は行く先々で、子供が飽きた時に楽しめる場所がないかとかを調べながら、子供優先で動いています。

——旅行には行かれますか？

行きます。温泉地も行きますし、2年前ぐらいからは電車の旅が好きになって、一昨年と昨年は連続して電車で日光に行きました。子供たちが車窓を楽しめるようになってきて、お弁当を食べながら外の景色を見るっていうのもできるようなりました。ほかに電車での新たな楽しみ方をいま見つけています。車だと自分も飽きちゃうし、帰

りの運転なんか息も

絶え絶えって感じだった

のですが、電車だと道中も楽しめますよね。子供が寝ると自分もちよっと眠れたり、ゆっくりコーヒーを飲めたりできるのって、なんていいんだろうと思って、すっかり電車の移動にハマりました。日光はスペーシアXに乗って行つたのですが、すごく楽しくて快適でしたね。「スペーシアX」のお弁当を買って、みんなで満喫しました。シートも疲れないし、窓も大きいですし、贅沢〜って感じがしました。

——日光はいかがでしたか？

すごく日光が好きになりました。日光東照宮に行つてお馬さんを見たり、眠り猫の裏側に隠れているすずめの彫刻を見ついたり。クイズやゲームみたいに、みんなで東照宮の隠れた見どころを探し、家

族でテンションが上がってました。

そういうのが大好きで。なのでいまちよっと遠出する場所なら、お

気に入りのエリアは日光ですかね。

時間があつたらまた行きたいです。

四季折々楽しいよって、いろいろな方にもすすめられていて。以前に行つたのは夏の終わり頃と12月だったので、真夏や紅葉の時期にも行つてみたいなと思っています。

## 子供の頃にお通路さんを体験 旅好きはお祖父様の影響!!

——幼い頃によく行かれた場所は？

かみどしやま

実家の近くに甲山という山があつて、よく祖父と山登りをしました。両親が忙しい時は祖父がよく私の面倒を見てくれたので、祖父にくっついていろんなところへ行きました。祖父は四国巡礼の旅にも行つたので、私も白衣を着た祖父と一緒に佛寺をまわりました。何百段もある階段を上ったり、田んぼの間をずっと歩いたり、山に登って湧き水を汲んで帰ってきたりとか、そんなこともやってい

ましたね。

——昔から「家族でよく旅行に行かれたのですか？」

やっぱり子供も親に準じるとい  
うか、うちの両親も夏、冬といろ  
んなところへ旅行に連れて行って  
くれました。贅沢な旅行ではなく、  
民宿に泊まって海に行くとか、冬  
は北海道を車でまわるとかです  
が、姉が中学に入る頃まで  
ずっと続けていました。

その体験が自分

の中に残っているからなのか、今  
も長期の休みがあったら必ず子供  
をどこかに連れて行きます。

——お子さんを連れて行きたいとい  
うのは？

うちは男の子がいるので、今度  
アスレチックに行きたいですね。  
いろんな場所でアクティビティ  
をすると、運動能力がすごく伸び  
るらしいので、都内にはないよう  
な田舎のアスレチックコースで遊  
ばせたいです。きっと、すごく成  
長を感じられると思うんですよ。  
よく山あいに「それって危なくな  
い？」って思うくらいのごいア  
クティビティコースがあるじゃ  
ないですか。なるべくそうい  
う公園に連れて行って体  
験させたいです。

## 自分も一緒に楽しむ 相武さん流の子育て術

——旅先ではお子さんたちと、どの  
ように過ごされますか？

旅行に行った時は、なるべく親  
が何かを教えるというよりは、旅  
先で子供たちが自分で友達をつ  
くって遊んだり、その周りの知ら  
ない大人たちと楽しんだりするこ  
とが成長につながるんだろうなっ  
て思っています。だからどこに  
行っても野放しです。「行っとい  
で」とか「好きにやりな〜」み  
たいな感じで（笑）。

行く先々で私自身も楽しんで、  
子供たちも勝手に楽しんでくれた  
方が成長するのかなって思ってい  
ます。親に頼らず兄妹で助け合え  
ば、ちょっとたくましくなったり、  
お兄ちゃんが妹に優しくすれば、  
妹もお兄ちゃんに優しくできたり  
とか。それで少し兄妹喧嘩する頻  
度も減ればいいと思います。

——今後の旅行で行きたい場所は？

東北エリアに行ってみたいです  
ね。それから、まだ行ったことの  
ない宇都宮方面にも。餃子で食い  
倒れしたいですね（笑）。

これからは今までに行ったこと  
のない土地に、家族で行ってみた  
いです。やっぱり大人になっても  
初めて行く場所って面白いことが  
たくさんあると思いますし、家族  
で「おおっ〜！」っていう体験を  
したいですね。「こんなところ来た  
ことない、見たことない」ってい  
うのを、子供たちに体験させてあ  
げたいなって思っています。そんな場所  
をいま懸命に探しています。



### 東京空色さんぽ

TBSテレビ（関東地区）、CBCテレビ（東海地区）  
毎日放送（関西地区） 毎週日曜よる10:54放送

ナビゲーター相武紗季さんとともに、東京スカ  
イツリー®の天望デッキから見渡す広大な街並  
みの一つ一つにフォーカスを当てその街の魅力  
を発見していく番組です。

暦を生活に取り入れて

こよみ、くらし。

1月

お餅



鏡餅や残ったお餅を  
簡単に美味しくアレンジ

お正月に新年の神様である年神様へお供えする鏡餅。1月11日はこのお餅を下げる「鏡開き」です。鏡餅には年神様の力が宿るといわれ、無病息災などを願いながらお餅をいただきます。ちなみに、お供え物に刃物を向けるのは縁起が悪いため、お餅は木槌などで叩きます。また、「割る」という言葉も縁起が悪いので、「開く」と表現しています。

さて、せっかくの鏡開きも、お正月からお雑煮などを食べ続け、もうお餅は飽きてしまった……という方も多いのでは。そこで今回はちょっと趣向を凝らし、アジアン風のアレンジレシピをご紹介します。ここでは切り餅を使っていますが、もちろん開いた鏡餅を使ってもOK。鏡開きで年神様をお送りして、お正月気分も一新。フレッシュな気持ちで、新しい年の日常をスタートさせましょう。

3ステップで簡単

# お餅のアレンジ料理でプチャアジア旅行気分♪



外はカリッと  
中はもちもち



大根もち



## 【材料・2人分】

切り餅…2個  
大根…250g  
大根の葉…20g  
★桜エビ…4g  
★片栗粉…大さじ4  
★塩…小さじ1/3  
ごま油…大さじ2  
〔タレ〕  
醤油…大さじ1/2  
酢…大さじ1/2  
オイスターソース…大さじ1/3

## 【作り方】

1. 1cm角にカットした餅と、すりおろした大根、みじん切りにした大根の葉を耐熱容器に入れてラップをかけ、600Wで1分半加熱。



2. 1が熱いうちに★を全て加えて混ぜ合わせる。



3. ごま油を引いたフライパンで両面を3分ずつカリッと焼きあげ、やや冷めてから食べやすい大きさにカット。



餅が大根に絡んで  
まとまりやすい  
タレは大好きで

延べ6000軒以上のお宅を訪問し、各家庭の生活に寄り添った身体に優しい料理を提案。著書『訪問調理師ごはんさんのどんどこかわりする子ども大好きレシピ78』『訪問調理師ごはんさんの野菜大好きレシピ』のほか、メディア出演も多数。

ココナッツミルクの  
温かいスイーツ



お餅のチェー



## 【材料・2人分】

切り餅…2個  
サラダ油…小さじ1  
★ココナッツミルク…100ml  
★豆乳（無調整）…100ml  
★砂糖…小さじ2  
黒豆…50g  
白花豆…50g  
栗きんとん…100g  
クコの実、くるみ…適量

## 【作り方】

1. 小鍋にサラダ油を薄く伸ばし、1cm角にカットした餅を入れて転がすように全面を3分ほど焼く。



2. 餅がやや膨らんできたら★を全て入れ、沸騰直前まで温める。



3. 器によそい、黒豆、白花豆、栗きんとんをのせ、クコの実、くるみを飾って完成。



おせちの残りも  
上手に消費！

フライパンひとつで  
作れます



トッポギ風



## 【材料・2人分】

切り餅…4個  
ごま油…大さじ1  
★コチュジャン…大さじ1  
★砂糖…大さじ1  
★みりん…大さじ1  
★オイスターソース…小さじ1  
★ニンニクチューブ…2cm  
★水…大さじ3  
ニラ…1/3束  
白ごま…少々

## 【作り方】

1. 切り餅は縦に5mm幅にカット。

包丁は真上から  
押し付けるように



2. フライパンにごま油を引いて餅を並べて中火で焼き、片面2分程度でひっくり返し、両面焼いたら一度皿に移す。



3. フライパンに★を全て入れ、沸騰したら餅を戻して30秒ほど加熱してから器によそう。仕上げに、3cmにカットした生のニラとごまをトッピング。



## 教えてくれたのは

3ヶ月先まで予約の取れない

訪問調理師  
ごはんさん



等身大の自分を、ゆるりとありのままに、  
見つめる時間を持つことは…

文・絵 柿崎 こうこ

# おとなの私の① セルフケア

からだと  
こころと  
くらしかた

## からだを動かしたら、 ぜんぶ整った話

はじめまして。私は、2匹の愛猫と3人暮らしのイラストレーターです。現在54歳、更年期のさなかですが比較的元気です。ここに至るまでは、40代で心身の不調に悩み、50代目前では漠然とした将来への不安も味わいました。それがいま元気と言えるのは、探り探り、自分を労わることを重ねてきたのがよかったのかなと感じています。

中でも、救いとなったのは「運動」。ありきたりですが、それまでもダイエットや健康のためにと、ジョギング、ジム通い、ヨガなどに挑戦してきました。でも、根本が運動嫌い、どれも義務感が上回って楽しくないのです。だから長続きもしない。その繰り返しで40代半ばを迎えると、突如、落ち込みや体調不良が現れオロオロ……。今ならそれが更年期症状とわかりますが、当時はただただ鬱々としていました。

心配した友人が「軽く体を動かしたら？」とラジオ体操を勧めてくれ、藁をも掴む思いで動いてみると、

気分も体もスッと軽くなりました。これだ！と、その翌日に空手道場へ入会。高校の部活動で経験がある空手を再び始めることにしたのです。そこから数年、気づくと、体調を崩しがちだったのもなくなり、いつの間にか元気に。空手は今も楽しく続けています。

運動を習慣にする難しさはよくわかります。そんな私でも「歩く」ことだけは、もう30年続いています。最寄り駅まで歩く、車の時はスーパの駐車場で入り口から遠いところに車を停めるなど、日常に無理なく取り入れるのが唯一のコツです。続けていると、自然に歩きを選ぶようになるので、運動をしているつもりもなく、でも運動量は以前よりアップ。せっかくなら姿勢よく歩幅は大きめに、サクサク歩くと強度もアップ。これだけですが、未来の足腰も健康も違ったものになるはず、と信じて30年。

運動習慣は一生の宝と身に沁みて思います。外は寒いですが、少し体を動かしてみるとスツとしますよ。



©Asako Shimizu

かきざき・こうこ イラストレーター。1970年生まれ。雑誌や書籍、広告など各メディアで活躍。保護猫の「まるお」♂と「しろちゃん」♀の3人暮らし。近著『50歳からの私にちょうどいい美容と健康』。郷里の青森から上京して、はじめてのひとり暮らしは東武東上線の下赤塚駅が最寄り駅。  
◎kakizaki\_koko

地元の人が／おすすめ／をリレー形式でご紹介

# ちょっと、そこまで

池袋編

池袋

上板橋

成増

和光市

朝霞

朝霞台

東武東上線

教えてくれたのはこの方々

今号からスタートした沿線街あるき特集の1回目は、  
大都市「池袋」。地元の人がリレー形式で紹介してくれた  
おすすめの場所をめぐっていくと、  
街の歴史と知られざる生活文化が見えてきました。



大都市ですが、  
意外と住んでいる人が  
多いです。



IKE・SUNPARK 所長

加藤さん

いろいろな顔がある街。  
どこもおもしろいです。



池袋防災館 館長

矢作さん

池袋はほんとでさる  
落ち着いた街です。



自由学園明日館 館長

福田さん

多彩なイベントや  
文化、アートも  
楽しめる街です。



池袋駅 駅長

丸山さん

→ライト建築の帝国ホテル同様に、簡素なようである印象的なデザインが目を引く自由学園明日館。池袋の歴史を象徴する存在です。通りの反対側には、遠藤新による講堂もあります (A)



B

姿勢を低くして  
しっかり狙って!



↑大型スクリーンに映された炎に向かって消火体験ができるコーナー。消火器を実際に使ったことがない人が多く、いざというときに大いに役立つ貴重な機会となっています (B)



↑上はかつて食堂として使われていた部屋、下は窓に木製の枠や棧を幾何学的に配したホール。喫茶付き見学科を支え、優雅なティータイムを楽しめます (A)

## 繁華街を抜けて閑静な住宅街へ

東武東上線の起点であり、いくつもの路線が乗り入れる池袋駅。その駅長・丸山さんがおすすめの場所として紹介してくれたのが、駅南側にある自由学園明日館でした。大正10(1921)年に建設された校舎は、近代建築の巨匠と称されるフランク・ロイド・ライトの設計によるもの。国の重要文化財に指定される名建築ですが、細部まで見学できるうえにかつての食堂では喫茶を楽しめる(見学とセットの場合のみ)など、より身近に感じられるのが魅力です。

明日館館長・福田さんが紹介してくれた池袋防災館へ向かうには、明日館前の小路を西へ進んで、少し遠回りして住宅街を散策するのがおすすめ。池袋駅から徒歩10分圏内に、このような落ち着いた街並みが広がっているのはあまり知られていないのではないのでしょうか。福田さんは「一帯は戦火に遭わず、昔から続く住宅街が残っているのです」と教えてくれました。

東京消防庁池袋消防署に併設された池袋防災館は、防災について学び、体験できる



← ↑ 公園内とは思えないカフェの店内 → 高層ビルに囲まれた園内は、芝生が広がる都会の遊び場 (C)



C

MAPは  
次のページへ

今回訪れたのはこちら

A

## 自由学園明日館

じゆうがくえんみょうにちかん

☎ 03-3971-7535

📍 東京都豊島区西池袋 2-31-3

🕒 10:00 ~ 15:30 (閉館 16:00。夜間見学は毎月第3金曜 18:00 ~ 20:30、閉館 21:00) 📅 月曜 (祝日の場合翌日休)、年末年始、ほか不定休あり (事前に要確認) 📖 建物見学 500円、喫茶付き見学 800円、夜間見学 (お酒付き) 1200円、中学生以下無料 🚶 池袋駅西口から徒歩 5分

B

## 池袋防災館

いけぶくろぼうさいかん

☎ 03-3590-6565 📍 東京都豊島区西池袋 2-37-8 池袋消防署

4階 🕒 基本ツアー 9:20 ~ 11:00、13:00 ~ 14:40、15:00 ~ 16:40。ナイトツアー 11:00 ~ 11:50。ナイトツアー 毎週金曜 17:00 ~ 18:40、19:00 ~ 20:40。その他ツアーは公式HP参照 (HPからの予約がおすすめ) 📅 第1・3火曜と第3火曜の翌日、年末年始 📖 無料 🚶 池袋駅西口から徒歩 5分

C

## IKE・SUNPARK

イケサンパーク

☎ 管理事務所 03-6914-1782、カフェ 03-6914-1192

📍 東京都豊島区東池袋 4-42

🕒 入園 5:00 ~ 22:00。カフェ 8:00 ~ 18:00 (土・日曜、祝日は ~ 21:00) 📖 無料 🚶 池袋駅東口から徒歩 15分



↑ 11時 ~ L.O. 17時 30分のランチ & ブランチタイムにおすすめのオーストラリア産グラスフェッドビーフのハンバーガー 1700円。つなぎを加えない赤身100%のパティとたっぷりの野菜が味わえます (C)

芝生を前にしたおしゃれなカフェ [EAT GOOD PLACE] があり、都会のオアシスのような存在です。平日昼間も子ども連れなど多くの人が集まっていて、駅東側にも人々の暮らしが息づいていることがうかがえます。東京の副都心として賑わう池袋ですが、鉄道が開業する以前は巣鴨村の大字のひとつだったのどかな地。今でも多くの人が暮らし公園が点在するこの地に、静けさを探しながらめぐるのが楽しい街でした。



↑ 地震や火災、風水害を疑似体験できるVRも人気 ↓ 東日本大震災や長周期地震動など5種の揺れを体験して、必要な行動を学べるコーナー (B)



施設。地震や火災からの避難・消火などは、一度体験しておく、万が一の際にスムーズに行動できるようになるもの。乾燥する冬にこそ訪れたいスポットです。

館長・矢作さんがおすすめしてくれた次の場所は、池袋駅の東側へ進みサンシャインシティを越えた先のIKE・SUNPARK。正式名称はとしまみどりの防災公園ですが、



「ミステリーの街」池袋へ！池袋を舞台にした謎解きを楽しもう！

イベントinfo

### ミラクルショー殺人事件～消えた遺体と赤い薔薇～

大人気ミステリー漫画『金田一少年の事件簿』（講談社）の登場人物とともに事件の謎を推理しながら店内をめぐるミステリーアトラクション。◎天樹征丸・金成陽三郎・さとうふみや/講談社  
開催場所: 東武百貨店 池袋本店  
時～2025年1月19日(日)、10:00～19:00  
📍 <https://mysterytown.jp/toshima-mystery-fes/>



### カセットプレーヤーの持ち主を探しています

江戸川乱歩が暮らした池袋。ミステリーの聖地をめざして多彩な体験型アトラクションを展開する「池袋ミステリータウン」が、路地裏に落ちているカセットテープの音声聞き、持ち主を探すイベントを開催。  
📍 <https://mysterytown.jp/event/otosimono/>



## E/ Chanoma

チャノマ



### 路地裏の木造平屋の古民家でひと休み

築70年以上の古民家のレトロな空間を生かしつつ、おしゃれにリノベされた古民家カフェ。池袋駅から徒歩圏内とは思えない落ち着いた雰囲気、ドリンクやスイーツでくつろげます。抹茶メニューがおすすめです、写真は濃厚抹茶テリーヌ650円と抹茶ラテ600円。

☎ 03-6709-1139 📍 東京都豊島区西池袋5-12-3 🕒 10:00～18:00(閉店18:30、席や商品の予約不可) 🗓 木曜 📍 池袋駅西口から徒歩12分

## D/ パティスリーパ・ダクシオン

### 焼きたての絶品カヌレを池袋みやげに

蜜蝋と銅製の専用焼き型を使った、伝統的な製法で作られたカヌレと焼き菓子のお店。外はカリカリ、中はまるでプリンのようにしっとりとしたカヌレの食感、その日だけの味わい。近くの西池袋公園でできたてを味わうのもおすすめです。



🕒 非公開 📍 東京都豊島区西池袋3-33-6 内山ビル101 🕒 金・土曜 12:00～13:45、16:00～18:00 (予約受付は月～水曜オンラインショップBASEにて受付) 🗓 日曜、祝日(公式SNSで要確認) 📍 池袋駅西口から徒歩10分

# アートのはなし

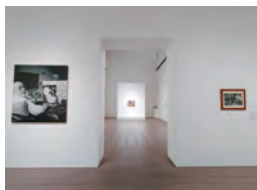
電車に乗ってアートをテーマにしたおさんぽはいかが？  
近ごろ話題の作品と展覧会についてご紹介します。

## ART COLLECTION

### 《踊り子と ロカイユの肘かけ椅子、 黒の背景》 アンリ・マティス 1869-1954

#### かつてデュシャンの邸宅を飾った名作 マティスの新収蔵作品が公開中

東京・京橋のアーティゾン美術館で開催中の展覧会「石橋財団コレクション選 特集コーナー展示 マティスのアトリエ」。こちらでは新収蔵の《踊り子とロカイユの肘かけ椅子、黒の背景》が注目を集めています。マティスお気に入りの椅子とモデルの人体とが呼応するように描かれた独特の構図をもつ一作。後に息子の妻の所有となり、彼女が美術家のマルセル・デュシャンと再婚した関係で一時はニューヨークのデュシャン宅を飾っていたという来歴もユニークです。その他、アトリエをテーマにした多彩な作品に出会えますよ。

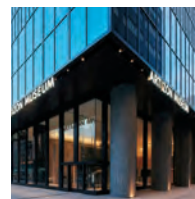


《踊り子とロカイユの肘かけ椅子、黒の背景》1942年  
展覧会は2025年2月9日(日)まで開催中

#### アーティゾン美術館

あーていぞんびじゅつかん

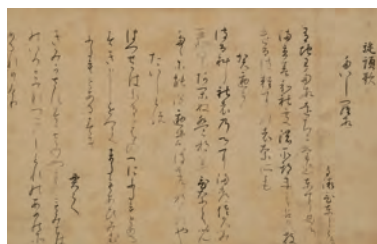
☎ 050-5541-8600(ハローダイヤル) 東京都中央区京橋1-7-2 10:00~17:30(金曜は~19:30、閉館は各30分後) 月曜(祝日の場合は翌平日)、12月28日~1月3日 日時指定予約制ウェブ予約チケット1200円、窓口販売チケット1500円、学生無料(要ウェブ予約) JR東京駅・東京メトロ銀座線京橋駅などから徒歩5分



## ART EXHIBITION

### 企画展 <sup>こひつぎれ</sup>古筆切 —わかちあう名筆の美—

開催中~2025年2月9日(日)



重要文化財《高野切》(古今和歌集巻第十九断簡) 伝紀貫之筆  
日本・平安時代 11世紀 根津美術館蔵

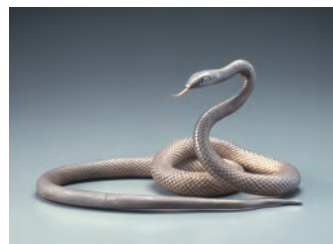
「古筆」とは古の人の筆跡のこと。とくに平安時代、貴族たちは能書家に歌集などの書写を依頼し、贈答品や調度品としました。こうした歌書などが室町時代以降に茶の湯の流行や鑑賞のために切断・分割されるように。それが「古筆切」です。本展では新所蔵の重要文化財《高野切》を含む平安から鎌倉時代に書かれた古筆切を中心に展示。展示室2「一行の書」とともに美しい書の世界を楽しんでみては。

根津美術館 <sup>ねづびじゅつかん</sup> ☎ 03-3400-2536 東京都港区南青山6-5-1 10:00~16:30(閉館17:00) 月曜(祝日の場合は火曜)、12月27日~1月6日 オンライン予約大人1300円、学生1000円、当日券大人1400円、学生1100円 東京メトロ銀座線・半蔵門線・千代田線表参道駅から徒歩8分

### コレクション展2

開催中~2025年1月19日(日)

重要文化財「遠山家住宅」の公開と美術工芸品の展示を行っている遠山記念館では現在、コレクション展2を開催中。金工作品である豊川光長《巳》をはじめ、ペルーの《加彩蛇形鍍型注口壺》、オランダの《植物・鳥・蛇文様金唐草》など、新年の干支・蛇を表した作品を並べます。お正月にちなんだ絵画・工芸作品も見ものです。なお、2月1日からは人気の展覧会「雛の世界」もスタート。こちらも必見です。



豊川光長《巳》大正4年。遠山記念館蔵

遠山記念館 <sup>とやまきねんかん</sup> ☎ 049-297-0007 埼玉県比企郡川島町白井沼675 10:00~16:00(閉館16:30) 月曜(祝日の場合は翌日)、12月21日~1月5、30・31日 入館料大人800円、学生600円 東武東上線川越駅から東武バス橘川駅西口行きで牛ヶ谷下車、徒歩15分



## Window on TOBU-Railway

### Notice

## スペーシア Xに新商品が登場



### 沿線ゆかりの4品がカフェに仲間入り

新型特急スペーシア Xの1号車コックピットラウンジ内にあるカフェ「GOEN CAFÉ SPACIA X」では、移動時間にも沿線の魅力を五感で感じられる逸品を数多くそろえています。2024年11月下旬から、4つの新商品が登場しました。

#### 蜜りんごの和紅茶

450円

渋みの少ない国産和紅茶と青森県産蜜りんごのフレッシュな香りの紅茶。

#### 抹茶入り緑茶

450円

香り高い深蒸し緑茶に、色鮮やかな宇治抹茶を加えたオリジナル日本茶。



#### STORK VALLEY JAPAN NIKKO PREMIUM GIN

(日光クラフトジンソーダ)  
750円

日光の山椒等をメインに、10数種のボタニカルを独自の製法で抽出し風味付けした最高級のクラフトジンで作るジンソーダ。



#### トチノキフィナンシェ

～栃木県産小麦粉100%～  
1個440円

麦処・栃木県産の小麦を100%使用したフィナンシェ。ベーキングパウダーや保存料を使わず、焦がしバター、アーモンド、バナナが上品に香ります。

※パッケージは変更となる場合がございます。



### Event

## 東京下町回遊 竹あかりを開催中

2025年1月31日(金)まで



### 新たなライトアップスポットが 続々と誕生

東京スカイツリータウン®と浅草の中間に位置する東京ミズマチ®、すみだリバーウォーク®周辺で実施している「東京下町回遊 竹あかり」。2024～2025年は、牛嶋神社、すみだリバーウォーク、隅田公園に加え、北十間川河川テラス(枕橋～源森橋間)までライトアップのエリアを拡大して開催しています。期間中には、約40分間の非日常的な船旅をお楽しみいただけるナイトクルーズツアー(事前予約制・有料)、地域の事業者等が多数出店するナイトマルシェなど、様々なイベントも開催されます。竹あかりで灯された夜の東京下町をぜひお楽しみください。

枕橋から源森橋までの約200mにわたって幻想的な風景を楽しめる北十間川河川テラス。



牛嶋神社は東京スカイツリー®をバックに撮影ができるおすすめのフォトスポット。

#### イベント概要

期 2025年1月31日(金)まで 17:00～22:00

場 <https://www.tobu.co.jp/odekake/special/takeakari/>

※ナイトクルーズツアー、ナイトマルシェは2025年1月26日(日)に実施予定

## Notice

# 「日光の社寺」の世界遺産登録25周年を記念して 様々な施策を展開



## 世界遺産登録 25周年 記念乗車券

1000円  
2025年1月31日(金)  
(売り切れ次第終了)



## まちなあるき デジタル スタンプラリー

2025年3月31日(月) /  
お買い物やお食事を楽しみながら、  
日光市内の指定のスポットを巡って  
集めるデジタルスタンプラリー。集  
めたスタンプの数に応じて「日光  
自慢の銘菓撰 詰め合わせ」や「日  
光金谷ホテルペア宿泊券」などが  
当たる抽選にご参加いただけます。

## スペーシア X車内で オリジナルノベルティ配布

2025年1月31日(金) (なくなり次第終了) / コックピットシート  
をご利用の方に卓上カレンダーを  
配布します。

## スタンプラリーや記念乗車券など 日光を楽しめる取り組みがめじろ押し

2024年12月4日に世界遺産登録25周年を迎えた、  
日光東照宮、日光二荒山神社、日光山輪王寺などで構  
成される日光の社寺。東武鉄道では2025年3月31日  
にかけて、様々な取り組みを行います。おもな取り組  
みを紹介します。

## Topic

## 2024年度異常時総合訓練を実施

踏切事故などをはじめとした異常時における対応能力の  
向上を図ることを目的に、1965年から異常時総合訓練を  
実施しています。昨年も10月17日に東武日光線、10月  
24日に東武東上線で、東武グループ関係各社および消防  
関係者の方にもご参加いただき、それぞれ実施しました。  
今後も訓練等を通じて、異常時への対応能力向上を図ると  
ともに、安全運行に努めてまいります。



乗用車と列車が衝突し、お  
客様に負傷者が発生した想  
定での訓練の様子

脱線した車両を  
復旧する訓練



## Event

## Strawberry Locomotive 実施

2025年1月18日(土)・19日(日)



オリジナル  
ヘッドマーク  
(イメージ)

「いちご王国」プロモーション「Strawberry Locomotive」を栃  
木県と連携して実施します。実施日の2日間は、SL大樹にオリ  
ジナルヘッドマークを掲出するとともに、1・5号の車内では、  
対象期間中にいちご農園やいちごの商品を販売する店舗で特典  
が受けられる記念証を配布。鬼怒川温泉駅前広場では地元いち  
ご園の朝摘みいちごも販売します。「SL大樹」に乗って、いち  
ご尽くしの旅を楽しみませんか。

イベント開催日 2025年1月18日(土)・19日(日)



## 東武百貨店 池袋本店

### Event

## ショコラマルシェを開催

2025年1月28日(火)～2月14日(金)



東武百貨店 池袋本店では、8階催事場にて「ショコラマルシェ」を開催します。今年は、初登場22ブランドを含む96ブランドが集結。有名ブランドの本格チョコレートやパッケージも可愛い映えチョコ、自然、人、未

来のためのサスティナブルなチョコレートなど幅広いラインナップでお届けします。会場ではその場で楽しめるイートイン・実演商品も充実。東武オンラインショッピングでは、オンライン限定商品もご用意しております。

**イベント概要** 2025年1月28日(火)～2月14日(金) **開催場所** 東武百貨店 池袋本店8階催事場

ブノワ・ニアン



カカオサンバカ



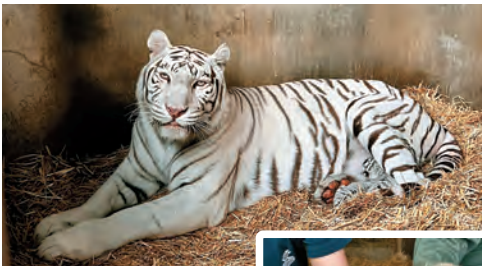
## 東武動物公園

### Notice

## ホワイトタイガーの赤ちゃん誕生!



昨年11月7日に、東武動物公園で9年ぶりにホワイトタイガーの赤ちゃんが誕生しました。2頭はともに男の子でお母さんのソルティと元気に過ごしています。誕生後は、皆様とも赤ちゃんの成長を見守りたく、バックスペースのLIVE放送をはじめ、健康診断の様子をご覧いただける「ちびトラ健康診断見学会」等を限定開催しました。2025年1月上旬には一般公開も始まる予定です。日々成長する仔トラたちにぜひ会いに来てください。



ソルティと足元の仔トラたち



左：体重1630g、右：体重1760g  
(2024年11月23日時点)  
頭の模様が少し違います

## 東武博物館

### Event

## 向島文化サロンのご案内

2025年2月と3月の向島文化サロンは、以下の内容で開催します。講師は、新聞記者として中東紛争とアンネ・フランクとホロコーストを取材した経験をもつ、法政大学名誉教授・萩谷順氏。サロンの詳細は「東武友の会」で検索してください。

**イベント概要** アンネ・フランクとイスラエル

テーマ1：  
アンネ・フランクを探して

2月16日(日) 14:00～15:30

テーマ2：  
アラブ・イスラエル  
紛争とは何か

3月16日(日) 14:00～15:30



講師の法政大学名誉教授  
萩谷順氏

※定員：110名(応募多数の場合は抽選) 無料 開催場所：東武博物館ホール(東武スカイツリーライン「東向島」駅下車すぐ)／応募条件：テーマ1・2の講演は2回1セットの応募(個別の応募はできません)／応募方法：ハガキに講演名、お客様の氏名(フリガナ)・年齢・郵便番号・住所・電話番号を記入の上、お申し込みください。※一度に複数名のご応募はできません。(複数名が記入されたハガキは無効となります)／締切：2025年1月22日(水)必着 ※当選者には約1週間を目途に、当選ハガキ(入場券)を送付させていただきます。／宛先：〒171-8512 東京都豊島区西池袋1-1-25 東武友の会「向島文化サロン」M係／☎03-5951-5248 主催：東武博物館

## 東京スカイツリータウン®

### Event

# 「スカイツリー®でFLOAT! 空の上のヒーロー演習!」 TVアニメ『僕のヒーローアカデミア』× 東京スカイツリー®を開催 2025年1月8日(水)～4月8日(火)



東京スカイツリーでは、TVアニメ『僕のヒーローアカデミア』(原作：堀越耕平(集英社 ジャンプコミックス刊))との初めてのコラボレーションイベント「スカイツリー®でFLOAT! 空の上のヒーロー演習! TVアニメ『僕のヒーローアカデミア』×東京スカイツリー®」を開催します。

本コラボイベント限定で、『僕のヒーローアカデミア』のキャラクター「オールマイト」のコスチュームを着た東京スカイツリー公式キャラクターのソラカラちゃんのグリーティングや、各キャラクターをイメージした特別ライティングの点灯など、様々なイベントが盛りだくさん。展望台からの景色とともに、ぜひお楽しみください。



©堀越耕平/集英社・僕のヒーローアカデミア製作委員会 ©TOKYO-SKYTREE

**イベント概要** 開催期間：2025年1月8日(水)～4月8日(火) 開催場所：東京スカイツリー天望デッキ、天望回廊(天望デッキ、天望回廊は展望台入場券が必要)

## 東武トップツアーズ

### Notice 「かにうまし、日本海。」



東武トップツアーズでは、冬の味覚を楽しめる商品「かにうまし、日本海。」を発売中です。秋から冬にかけて旨味の増す「かに」は、石川県の「加能ガニ」、福井県の「越前ガニ」などタグ付カニを筆頭に、この時期が旬。各県のブランド基準をクリアした「タグ付カニ」の美味しさの証しを、ぜひ現地でご賞味ください。様々なコンテンツをご用意しておりますので、「美食」や「美湯」など冬が楽しくなる北陸へ、ぜひお出かけください。



### お申し込み・お問い合わせ

東武トップツアーズ各支店またはWEB販売センター  
「東武トップツアーズ」で検索

バックナンバーも  
読める!!

## 公式ウェブサイトをチェック

誌面のリニューアルにあわせて公式ウェブサイトもリニューアル!  
過去1年分のバックナンバーも公開予定です。

※1月6日(月)に公開予定です



### Notice

## 郵政博物館で お正月イベント開催中!



東京スカイツリータウン®9階にある郵政博物館では、様々なお正月イベントを開催しています。企画展「巳年年賀状展」では、本年の干支である「巳」をモチーフに、年賀切手になった巳年の郷土玩具展示や、日本と世界の切手で様々なへびを紹介するとともに、日本漫画家協会所属の漫画家の先生方の描きおろし巳年の年賀状を展示します。その他、寒中見舞い作成や絵手紙教室なども実施予定です。晴れやかで楽しいお正月をお楽しみください。

### イベント概要

#### 企画展「巳年年賀状展」

期間：2025年1月19日(日)まで※2025年1月1日(水・祝)、1月6日(月)、14日(火)は休館  
開催場所 東京スカイツリータウン®9階 郵政博物館  
開館時間 10:00～17:30 ※最終入館17:00 国 無料(入館料は大人300円・小中高150円は別途かかります)  
※その他のイベントの実施日は、HPをご確認ください。



深大寺土鈴  
「うずまき巳」

## てむちゃん

第1話  
作 朝比奈千鶴  
イラストレー・イナモト



「やっぱ初詣、行かなきゃダメ？」

昨年の正月、てむちゃんは三が日続けて八幡様に参詣し、参道で近所の人たちに愛嬌を振りまいていた。なのに、今年はいきたくない駄々を捏ねている。

それどころか、暮れから食べては寝てばかりいるから、頬がぷっくり赤らんで恵比寿様みたいになっている。

「てむちゃん、街のアイドルが台無しだよ。山羊座から破壊と再生の冥王星が抜けたからもう試験はないんだよ。安心だよ」

そう私が教えてあげると、てむちゃんは「むにゃあ」と生返事をしてこたつに潜り込んだ。こういうときは、たいがいうわの空を浮遊中だ。

年末に30歳になったばかりのてむちゃんは、私と同年の妹だ。同年といっても双子ではない。10歳のときに春日部駅東口商店街「払田羽子板店」の後継ぎであるてむちゃんのママと私のパパが再婚したため、パパと私は払田姓になった。同じクラスの同級生同士で戸籍上の姉妹になったという

わけだ。以来、同じ屋根の下に20年間一緒に住んでいる。

てむちゃんは、昨年末まで埼玉限定で活動する地域アイドルグループ「カラリング」のセンター脇ボジションにいた。けれども、活動期限の30歳の誕生日に自動的にアイドルを卒業させられてしまい、それから脇抜けのくにくにくになっっている。

20代も半ばになって念願のアイドルになったときには、家族みんなが「この子は持つてる！」と喜んだものだけど、1年も経たないうちにコロナが始まったせいで、アイドルとしての稼働はローカルテレビのリポーターとライブが2回だけだった。

八幡様は、てむちゃんの願いをチラ見せしかしてくれなかった。だからなのか、今は八幡様のところへ足が向かないらしい。

もうメディアやイベントに登場しないてむちゃんが、周囲の記憶から消えてしまうのは想像に易い。それどころか年末のローカル番組でサクッと卒業を報告させられたのもあり、初詣ではきつと「卒業したのね、

これからどうするの？」と声をかけられるだろう。それが嫌なのだ。

「冗談じゃないわよ。うちは商売屋なんだから。行くわよ、初詣。だいたい、あなた今年から何するって言うのよ」

ママは、てむちゃんを産んだ人だから、遠慮なくなんでも口走る。

「まあ、いいじゃないか。30歳、瑠璃も稲も二人とも元気で家にいてくれて、結構、結構！」

継父だからか、パパはてむちゃんにとても甘い。

「パパ、稲じゃなくて、てむだから！」

てむちゃんは払田稲子という自分の名前が嫌いだ。中学校に上がったときにみんなに「払田の払は、てへん。に、む。だからてむちゃんって呼んで」と言っ、強制的にいねちゃんからてむちゃんに変えさせた。

私も呼び方を矯正されたひとりだ。こちらは今や同姓だけど、名前にそこまでこだわりはない。

「瑠璃っていい名前だもん、ら行が二つ続くんだよ」

てむちゃんに言わせると、ら行の名前は、ピアノの高音を叩いた音に聞こえるのだそう。だから、るりって言う時「ら、ら」とてむちゃんの脳内には音楽が流れているらしい。

「稲子だって、大女優の有馬稲子ゆかりの名前じゃない。女優の道もあるかもよ？むしろ、そっちの方が良くない？」

こちらがフォローを入れるとふんつと寝返りを打ち一言、「私のこと、こたつ猫だと思っ放つておいて」。

あまりにも中途半端に長年の願望を叶えてしまったため、満足と不満の間にすっぱりと体ごと落ちてしまったてむちゃん。きつと次なる目的が見つかるまで、こたつから出てこないつもりなんだろう。

結局、てむちゃんを除くパパ、ママ、ばあば、私の家族4人で初詣に出かけた。参道の列で並んでいると近所の人から予想通り「てむちゃんは？卒業おめでとぅって伝えて」と声をかけられた。

「アイドルは、なるも終わるも大変ね」小声で呟くばあばに、私は大きくうなずいた。

参拝の番になり、4人揃って拍手を打った。84歳のばあばは挨拶程度の祈りであっさり短い。両親は合掌し、閉じる目にもググツと力が入っている。私も、一心に祈った。

「八幡様、私こと払田瑠璃を生まれ育った春日部から出してくださいー」

それは、もう、てむちゃんのお世話をしない、という決意表明だった。

## Profile

朝比奈千鶴（あさひな・ちづる）

旅行作家、脚本家。2021年日本シナリオ作家協会主催「新人シナリオコンクール」佳作受賞。現在は、小説執筆のほか、脚本家としてテレビや映画の仕事に携わる。

東武鉄道沿線の逸品を紹介するこのコーナー。  
今回は、世界遺産「日光の社寺」の門前に店を  
構える、文化元（1804）年創業の菓子舗の看  
板商品をお届けします。

餡こ入りの一般的な饅頭のように見えるかも  
しませんが、誰もが驚くような味わいの「元  
祖日光酒饅頭」。自家製の<sup>こぶし</sup>栂によって天然発酵  
させた生地は独特の酸味が感じられる、唯一無  
二の味わいです。日光田母沢御用邸にお越しに  
なった大正天皇も召し上がった日光を代表する  
和菓子のひとつ。店頭では1個（180円）から  
購入できます。写真は8個入り1600円で、オ  
ンライン等で取り寄せることもできます。

## 湯沢屋 ゆざわや

☎0288-54-0038 📍 栃木県日光市下鉢石町946  
🕒 9:00～18:00（鉢石カフェ 10:00～17:00、L.O.16:30）  
🗓 不定休 🚶 東武日光線東武日光駅から徒歩15分



## てみやげ、おもたせ、 心づかい

vol.1



たいせつにしたい「わ」を探して



### 元祖日光酒饅頭

📍 東武日光線 東武日光駅

30代 純米吟醸さん

初詣

おせち食べ  
カロリー消費

日常から  
生まれた川柳

アンケートに回答いた  
いた方の中から  
毎号**10名さま**  
QUOカードPay  
デジタルギフト500円分  
プレゼント！

P.2 あなたのONE SCENE

P.19 日常から生まれた川柳

コーナーへの投稿也大募集！



ご応募は  
こちらから

## 「パズル」で アタマの体操

1～11の  
タテ＆ヨコのカギを読んで  
マス目をすべて  
埋めてください。

答えはHPをご確認ください！  
パズル制作／ニコリ

|   |  |   |   |   |    |    |
|---|--|---|---|---|----|----|
| 1 |  |   | 7 |   | 9  |    |
| 2 |  | 5 |   |   |    |    |
| 3 |  |   |   |   | 10 | 11 |
|   |  | 6 |   | 8 |    |    |
| 4 |  |   |   |   |    |    |

### タテのカギ

- 1 和室の床に敷いてある
- 5 東武和泉駅は  
東武〇〇〇〇線の駅
- 7 雨上がりに現れることもある七色の〇〇
- 8 バーは紙、グーは
- 9 東武東上線・越生線で町〇〇〇  
〇スタンプラリーを開催中
- 11 大宮駅と船橋駅を結ぶ東武アーバ  
ンパーク〇〇〇

### ヨコのカギ

- 2 鬼怒川温泉駅と下今市駅の間を  
運行するSL〇〇〇〇
- 3 商品を販売する場所
- 4 ヒストリーともいいます
- 6 しばらく離れ離れだった人たちが  
また会うこと
- 7 待ち合わせの〇〇〇〇は、あざって  
の13時にしよう
- 10 表の反対

※2024年11月号のクロスワードの答えは「チトセアメ」です。

今号で紹介した内容に変更になる場合もございます。それぞれのお問い合わせ先にご確認ください。

※記載の金額は、2024年12月  
現在の税込み額です。

## マンスリーとーぶ

No.907 2025年1月1日発行（毎月1日発行）

発行／東武鉄道株式会社広報部（東武鉄道お客さまセンター ☎03-5962-0102）

※QRコードは株式会社テンソーウェブの登録商標です。

©東武鉄道 2025 Printed in Japan 企画・制作／株式会社昭文社 企画／東武ビジネスソリューション株式会社 表紙イラスト／木内達朗

日々を素敵に

Premium

Offer

## 暮らしになじむ、手しごとを。

熱効率に優れたステンレス+アルミの全面2層構造が魅力のウォックパン。

成型から研磨、内面コーティングや部品取り付け、梱包に至るまで、全製造工程を日本国内で一貫しておこなっており、その使いやすさから人気のシリーズです。



### ● [ビタクラフト]カーペンター ウォックパン 20cm

(内径約20.0<外径21.6)>×深さ6.0<高さ6.4>×全長37.2cm、580g、ガス火・IH対応) 9,900円(ガラス蓋別売り 2,090円)

東武百貨店 池袋店 6F 2番地

※表示価格は「消費税込み」の価格です。※写真はイメージです。

池袋 東武

# TOBU

<https://www.tobu-dept.jp>

豊島区西池袋 1-1-25 〒171-8512

ナビダイヤル /0570-086-102

通話料はお客様負担となります。

※営業時間につきましてはホームページなどをご確認ください。



本誌は、①適切に管理された森林からの材料を含むFSC®認証紙を用いて「森林資源保全」に、②石油系溶剤の一部を植物油に置き換えたインキを使用しVOC(揮発性有機化合物)排出を低減して「大気保全」に、③印刷・製本に用いる電力(759kWh)をバイオマス発電のグリーン電力で賄い「温暖化防止」に、④ご利用後に「印刷用紙の紙に再生できる」よう配慮して、⑤GP認定製品として製作・発行しています。ご不要になられました際には古紙回収にお出しくください。

Monthly とーぶ

2025年1月6日(月) から公開予定

公式  
WEBサイトを  
チェック

