

あらぶんちよ
散歩
vol.194

千代田区 **三番町**

江戸時代、武家屋敷が立ち並んでいたといわれる三番町。明治時代に入ると漢学者・三島中洲が二松学舎(後に二松学舎大学)を開き、以降、文学者が多く住居を構えるなど、文教の気風を感じられる地域になりました。新緑が美しい季節。千鳥ヶ淵緑道を歩きつつ、近くのお店に足を伸ばしてみませんか？



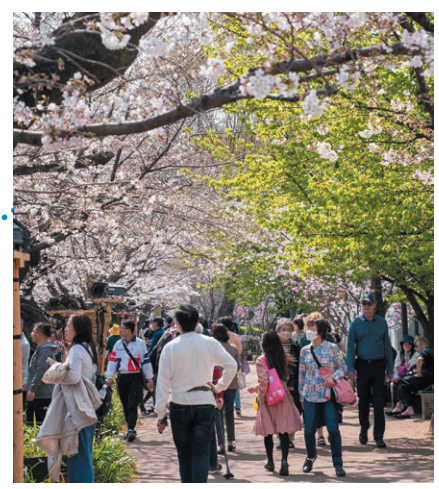
東郷元帥記念公園
東郷元帥記念会から東郷平八郎連合艦隊司令長官の私邸の寄付を受け、開園された公園。現在は一部改修中ですが、令和8年3月末に全体竣工予定です。
千代田区三番町18
03-5211-4244

SAN BANCHO GALLERY (三番町ギャラリー)
新しい文化を創り出すアーティストやギャラリストの育成を目的に創立。5月29日まではオリジナルキャラクター「ブリトリー」を生み出した志水堅二の個展(写真)。6月1日～14日は「Artist New Gate～三番町セレクション～」が開催中です。
千代田区三番町3-1 パレスサイド三番町1F
03-6824-8298 11:00～18:30(会期中無休) 日不定休

TOPICS 三番町には個性豊かな大学がいっぱい。各大学の歴史にふれる、展示めぐりもおすすめ

大妻女子大学博物館
大妻女子大学日本文学関係貴重書展示
梶井基次郎とその時代
2024年6月2日(日)～7月6日(土)
梶井基次郎の自筆原稿・書簡やその当時の他作家の自筆原稿等を展示。
千代田区三番町12 図書館地下1階
03-5275-5739 10:00～16:30 日・祝

学校法人二松学舎大学資料展示室
「作家の原稿」展
2024年5月20日(月)～7月3日(水)
室生犀星や瀬戸内晴美らの草稿や、夏目漱石の屏風、横溝正史の色紙などの作品を展示。
千代田区三番町6-16 二松学舎大学九段1号館地下3階
03-3263-6364(図書館) 10:00～16:00(企画展期間中) 日・祝



千鳥ヶ淵
江戸開府当初、江戸城の飲料水源として造成され、江戸城を防護する役割も担っていましたが、戦後にはボート場や緑道が整備され、武道館など文化施設の建設が進みました。桜の名所として有名ですが、7月には灯籠流しも行われます。
千代田区三番町周辺

A 福岡うまかもん本舗
「安全・安心・上質」な国産食材を用いた、お弁当&スイーツ

奥様の出身地である福岡の食材に魅了されたオーナーが食品商社の会社を辞めて夫婦で開業。飲食業界の経験を活かし、スタッフと3人で作るお弁当は福岡県糸島市産のお米や豆腐、産地を選んだ野菜を使ったおかずがたっぷり。奥様お手製のスイーツもやさしい甘さでお子様にもぴったりです。

魚と野菜炒めのお弁当 890円、はちみつ焼きドーナツ(4つ入り) 280円、マカダミアバナナブレッド 380円

オーナー 能登 翔さん
「縁起米」と名づけたお米は、5分つきの無農薬米に、黒米、もち米、小豆と一緒に炊き、もちもち食感が特長です

千代田区三番町24-25
03-3234-3233
月～金/11:00～18:00
土/9:00～18:00
(ご予約分優先対応) 日・祝

C セレクト三番町
おしゃべりも楽しめる、譲り手と使い手の交差点

USEDの衣類や雑貨、食器を置く店内は、手に取りやすく整理され、オーナーとの会話を楽しむ方も多く訪れます。バッグやアクセサリなど、ちょっとしたアクセントになるものを選ばれる方が多いとのこと。未使用の食器や、新品だと手の届きにくい陶磁器なども見つかるかもしれません。

USED食器 770円～

磯村 寿美子さん
鈴木 紀子さん
築地から仕入れる美味しい食材の予約販売もしています。まずは気軽にお店の雰囲気にいらしてください

千代田区三番町20-2 三番町パークライフ1F
火～金/11:00～17:30
土/11:00～17:00 日・月

B Blauer Engel(ブラウア-エンゲル)
ドイツ語圏の多彩な料理が味わえるレストラン

「現地にはソーセージ以外にも魅力的な料理が沢山あるので知ってもらいたかった」と話すオーナーシェフの山口さん。ベーシックな料理はもちろんのこと、春はシュバーゲル(白アスパラ)、初夏にはアンズタケと、ドイツ語圏で季節ごとに楽しんでいる食材が味わえるのもこのお店の魅力です。

仔牛のシュニツェル 2,400円

オーナーシェフ 山口 雅彦さん
アムズのパンもすべて手作り。添えるドイツ料理は季節を変えています。コースは一人さまから提供可能です

千代田区三番町18-19
03-6826-9856
火～金/17:30～23:00
土/15:00～21:00 日・月・祝

D 熟と爛
熟成した日本酒を味わえる、大人の隠れ家SHOP&BAR

「今はフレッシュさやフルーティーさが注目されがちな日本酒だが、江戸や明治初期には熟成した日本酒を楽しんでいた」と教えてくれた、社長の上野さん。経年と共に価値が出る洋酒と同じように、熟成することで美味しくなる日本酒もあり、その奥深さを丁寧に教えてくれるお店です。

AFS新田飲み比べ 3,500円、アムズ 1,500円(左からあん肝みそ、ドライフルーツ、オリーブのグラス、50年味噌のソースをかけたピクルス、唐揚げ含む)

社長 上野 伸弘さん
熟成した日本酒は、洋のテイストやスパイスを使った料理にもぴったり。マリージュを楽しめるような肴もご用意しています

千代田区三番町7-16 1階
080-8015-5274
Shop/14:00～20:00
Bar/15:00～21:00 火・水

加藤 理津子さん
東京家政学院大学 人間栄養学部人間栄養学科 准教授・博士・管理栄養士

「食」を通して、生産者と消費者をつなぐ取り組みを実践

私の研究室では、管理栄養士養成の一環として「食」を切り口としたSDGsをテーマに、社会実装をともなう活動を行っています。学生には、「食」の摂取場面だけでなく、生産から流通も学んでほしい、SDGsに取り組む都内の農家、レストランとの連携を大事にしています。昨年度は、学生と一緒に「フードマイ

レージに配慮したSDGsランチ」の開発に挑戦し、日比谷パレスのご協力のもとお客さまに実食してもらうことを経験しました。今年度は「牛乳廃棄」を課題に捉え、現在、情報収集やメニュー考案などを行っています。今後も自然にSDGsや健康づくりに取り組める機会を提供し、地域に貢献したいと思っています。

昨年、フードマイレージを小さくする目標で学生たちによって考案された、近隣の生産者から仕入れた食材を使ったメニュー。

学生が千代田区の老舗や専門店を取材しながら、食文化の魅力を発信しているWebサイト「たべヨダ」。

千代田区三番町22
03-3262-2251

あらぶんちよ散歩
6月3日(日)～9日(日)
地デジ10ch 15:00～19:00～22:00～
地デジ102ch 23:00～
地デジ11ch 11:00～14:00～17:00～
YouTube「あらぶんちよ!チャンネル」でも公開中!

読面バックナンバーはこちら