

おおつかさんちょうめ

# 大塚三丁目

文京区

教育の森公園内にある「平和の天使」の像。台座には文京区非核平和都市宣言が刻まれている



Map

1 シフォンプラス  
2 らー麺とご飯のたかぎ  
3 totoru  
4 OKGギャラリー

千石三丁目  
大塚三丁目  
大塚四丁目  
大塚一丁目

筑波大学附属小学校  
文京区役所区民施設スポーツセンター  
教育の森公園  
筑波大学東京キャンパス文京校舎  
区立窪町小学校  
窪町東公園  
占春園

大塚三丁目にはココ!

文京区役所  
東京ドーム  
飯田橋  
水道橋  
JR中央本線

**歴史** 大名屋敷から教育大学に、そして緑豊かな公園へ時代とともに変貌してきた「教育の森公園」

旧東京教育大学(現在の筑波大学)の跡地に、昭和61年に開園した教育の森公園。もとは徳川光圀の弟・松平頼元が屋敷を構えた地で、2代目・頼貞が要職を歴任したことから6万2000坪の大屋敷に。その庭園「占春園」は江戸の名園のひとつに数えられ、ホトギスの名所としても知られたそう。今も「占春園」は一部残っており、自然観察の場として一般開放されている。公園内には夏のじゃぶじゃぶ池(7月中旬～9月中旬)が、さらに隣接してスポーツセンターなどもあり、老いも若きもが楽しめる憩いの場となっている。

教育の森公園に隣接して広がる占春園

スポーツセンターの大プール

**Topic** 銭湯でエアロビ!? イベント豊富な「大黒湯」

天井の八角形の湯気抜きがモダンな大黒湯。スタンブラーや、区民が大人100円、小人無料で入れる「湯遊入浴デー」(毎月第2・4の日曜日)など、銭湯を身近に感じてもらえるよう、さまざまな試みを行っている。また、毎月第1・3の火曜日には「さわやか銭湯」として、脱衣場にて高齢者のためのエアロビクス教室も開催中! 銭湯で健康生活、はじめてみませんか?

住所:文京区大塚3-8-6  
Tel.03-3941-5826  
営業時間:15:30~24:00  
定休日:月

「シニア入浴シール」も使えます。詳しくはフロントで!

マイコンヒーロー イッチニサンジ!

## 文京区ラジオ体操会連盟 堀内喜司夫理事長

今年は教育の森公園で「夏季巡回ラジオ体操会」開催!

「日本でラジオ体操がはじまったのは昭和3年の11月。文京区では翌4年の1月からラジオ体操会がスタートし、今年85周年を迎えます。それを記念して、全国放送される『夏季巡回ラジオ体操・みんなの体操会』を、今年は教育の森公園で開催いたします。みなさま、ぜひ参加ください!!

文京区には年中無休のラジオ体操会場が9ヵ所あり、平成元年からスタートした教育の森公園はなかでも一番新しい会場になります。私はそちらの会長もやらせてもらっており

ます。0歳から100歳まで、幅広い年齢層が参加できるラジオ体操人口は年々増えているようで、区内でも1日5000人以上の方が参加されています。真剣にやると汗をかくくらい、いい運動になりますよ(笑)。夏休み期間はお子さんや親御さんの参加も増えるので、地域の方向士が自然と顔なじみになれる、というのもラジオ体操会のよいところです。区民の健康とともに、地域コミュニティの活性化にも貢献できればと思っています」

←夏季巡回ラジオ体操に参加すると、こんなにかわいい記念品がもらえちゃ!

「夏季巡回ラジオ体操・みんなの体操会」

日時:8/10(日) 6:00~6:40  
会場:教育の森公園 自由広場  
(雨天の場合、スポーツセンター体育館)

## 1 シフォンプラス

原材料にこだわった 手作りシフォンケーキ

サンドブラスト工房から転身し、1年半前にオープンしたシフォンケーキ専門店。生地を押すと音がする新食感のシフォンケーキは早めに売り切れてしまうことも。テイクアウトもイートインもできる。全10種類(ホールの場合は予約販売)。

↑本日のシフォンケーキ350円。ケーキセットは飲み物+300円

住所:文京区大塚3-25-5  
TEL. 03-5940-8310  
営業時間:10:00~18:00  
定休日:日・祝(不定休あり)

→サンドブラスト作家でもある渡邊ちはるさん

## 2 らー麺とご飯のたかぎ

セットのご飯物も人気! 絶品の焼きあご塩らー麺

焼きあごの香りが印象的なあっさりなのにコク深いスープと、つるりとした食感の佐野ラーメンの麺がベストマッチ。新潟県の農家である店主の実家の自家栽培コシヒカリを使用した、4種類から選べるご飯物も人気だ。

住所:文京区大塚3-5-4  
TEL. 03-6304-1722  
営業時間:11:00~14:30 / 17:30~21:00  
定休日:日・祝

→奥さまで経営 戦略室長の高橋夕佳さん

## 3 totoru

扉と扉——入口が二つある 開放的な雰囲気のカフェ

通り抜ける風が心地よい、居心地の良いカフェ。カヌーを模した本棚など、アウトドアな空気の流れる店内は、自分たちでアイデアを出し合って作り上げたものとか。モーニングからランチ、カフェ、バーと時間帯によって違う使い方ができるのもいい。

住所:文京区大塚3-5-2 1F  
TEL.03-6912-2012  
営業時間:9:00~24:00(日~22:00)  
定休日:月

ノースビーフのバケットサンド650円、アイスコーヒー(ブレンド)400円  
→バリスタの竹田美奈さん。コーヒー豆へのこだわりもひとしお

## 4 OKGギャラリー

世界的な切り絵アーティストの作品が見られるギャラリー

使うのはカッターと紙のみ。まるでペンで描いたような作品も、切り絵だから驚かす。国内外でその技術を認められている長屋明さん。事務所兼ギャラリーであるこちらでは、作品を間近で見ることができる(要予約)。

住所:文京区大塚3-8-16  
TEL. 03-3947-3016  
※見学は要予約。時間帯など応相談

→この超絶技術、独学だという長屋明さん

## 5 KNETEN

ていねいな手仕事が伝わる 焼き菓子が自慢のカフェ

ドイツでお菓子作りを学んできた菊川さん。原材料にもこだわり、国産、オーガニック、フェアトレードといった安心・安全な素材を使って、「ていねいにシンプルに」正統派の美味しさを紡いでいる。ランチやモーニングメニューもあり。手土産にも喜ばれそう!

住所:文京区大塚3-44-6  
TEL.03-6912-0415  
営業時間:7:30~19:00(ランチは11:30~14:30)  
定休日:日・第2、4月

↑リンツァートルテ410円、ウイスキーチョコレートケーキ460円、アイスカフェラテ460円にはきび糖シロップをどうぞ

↑オーナーシェフの菊川知子さん(中央)とスタッフの高谷佳織さん(左)、谷川実知さん(右)