

あんしんを飛ばたく力に——京急グループ

なぎさ

nagisa

No.575

京急のまちマガジン

Town Magazine of Keikyu
December 2012

冬の夜の愉しみは、街にあり 煌めきスポット探訪

新鮮なお買い得食材がいっぱい！

歳末は三浦半島でお買い出し

京急グループのクリスマス

地元の逸品 vol.11

川崎大師の久寿餅

京急で行く

初詣・ご利益案内ガイド

Lesson7

トレイン&ウォークで健康生活

冬の夜の愉しみは、街にあり

煌めきスポット探訪

東京スカイツリータウン®



空気が澄む冬は、街のイルミネーションやライ
トアップがひととき美しく感じられます。ま
た、街がクリスマスイルミネーションで、きらび
やかに彩られるのもこの季節ならではの。ロマン
ティックな、夜の街散歩へ出かけてみませんか？

東京ソラマチ®から

江戸の粋で
雅な夜を堪能

東京スカイツリー® &
浅草寺

東京スカイツリータウン®のクリスマス

2013年1月31日(木)まで、開業初の冬のイベントが開催。クリスマスまではスカイツリーをクリスマスツリーに見立て、週末を中心にさまざまな限定ライティングが実施されます。また、押上(スカイツリー前)駅、とうきょうスカイツリー駅それぞれから東京スカイツリータウンへと続く「ハナミ坂」「ソラミ坂」は、LEDにより光階段となります。東京ソラマチでも、さまざまなクリスマスイベントが目白押しです。

東京スカイツリータウン®

▶ 都営浅草線・東武スカイツリーラインほか各線押上(スカイツリー前)駅からすぐ、東武スカイツリーラインとうきょうスカイツリー駅からすぐ



「光階段」(上)とクリスマス限定ライティングのイメージ(左)。



粹

駒形橋付近から



雅

吾妻橋から



浅草寺

浅草寺

▶ 都営地下鉄浅草線浅草駅 A4出口から徒歩5分

駒形橋の、台東区側下流から見た駒形橋と東京スカイツリー(右上)と、吾妻橋から見た東京スカイツリー(右)。このほか言問橋からは、まっすぐ空にそびえるスカイツリー、言問橋近辺の隅田公園からは船遊びを楽しむ屋形船とスカイツリー、東京スカイツリータウン前を流れる川に架かる十間橋からは、川面に映る逆さスカイツリーを見ることができる。夜の浅草寺のライトアップ(上)は、東京タワーやレインボーブリッジなどのライトアップを手がけた照明デザイナー、石井幹子さんによるもの。

今年5月に開業して初めての冬を迎える東京スカイツリータウン。東京スカイツリーは東京のさまざまな場所から眺めることができりますが、隅田川に架かる橋から臨めば、それぞれ異なる表情を見せてくれます。隅田川の色をイメージした淡いブルーの「粋」と、江戸紫に金箔のような煌めきを纏った「雅」が日替わりで灯るのは、今日に続く明日、明日の先に続く未来を表現したのだとか。

また、東京ソラマチ®から東京スカイツリーを見上げれば、宇宙に届くような鉄骨構造の美しさが際立ちます。

一方、江戸時代から善男善女で賑わった浅草寺では、現在、日没から午後11時頃まで本堂・五重塔・宝蔵門・雷門のライトアップをしています。冬の凜とした空気の中、朱色の伽藍が夜の闇に浮かび上がる境内は、昼の賑わいが嘘のように静寂で幻想的です。

そして東の空を仰ぎ見れば、

五重塔や宝蔵門の向こうに、東京スカイツリーを臨むことができ、新旧の江戸のタワーの競演を楽しめます。

東京スカイツリーや浅草散策に便利なおトク! 京急&東京スカイツリー 周辺散策フリーきっぷ

東京スカイツリー開業で注目のエリアとなっている、浅草ほか下町の話のスポットや店舗での優待割引も充実。さらに散歩に便利なマップもついていますので、東京スカイツリー観光や下町散策にご利用ください!



発売駅/京急線各駅(泉岳寺駅を除く) 有効期間/1日 内容/京急線発駅⇄都営浅草線押上(スカイツリー前)駅・浅草駅往復と右上路線図の東武線フリー区間のセット乗車券
 フリー区間/浅草駅~北千住駅間、押上(スカイツリー前)駅~曳舟駅間、曳舟駅~亀戸駅間

クリスマスに
遊びに行きたい
羽田空港

12月25日(火)まで、

羽田空港国内線旅客ターミナルでは、

「Romantic Airport Xmas

2012 in BIGBIRD」が開かれます。第1・第2旅客ターミナルともに、ドイツの伝統的なクリスマスオーナメントで彩った大型ツリーが登場。幸せな気持ちになれるクリスマスモードが、空港を訪れる人を迎えてくれます。

一方、一年中美しい夜景が楽しめるのが、夜の飛行場。第2旅客ターミナル5階には米国大統領就任晩餐会の総料理長も務めたことのある山本秀正シェフが手がけるレストラン「カステルモーラ」があり、ここで星空のような展望デッキを眺めながら本格イタリア料理を堪能すれば、特別な思い出となるでしょう。今、羽田空港は、フジテレビのドラマ『TOKYOエアポート〜東京空港管制保安部』の舞台ともなっており、今年の冬に遊びに行きたい、注目のスポットです。

カステルモーラ

「マレ・エ・モンテ」1,600円(下)。ポルチーニ茸のクリームソースに海の幸や山の幸をたっぷりトッピングした天然酵母のピッツア。

- ▶ 11:00～22:00 (L.O.21:30)
- ▶ 第2旅客ターミナル5F
- ▶ 03-6459-9555



店の外は、展望デッキ。



エアポートクリスマス

国内線第1旅客ターミナル2階のクリスマスツリー(上)



LED照明が星屑のように輝く、第2旅客ターミナルの展望デッキ。

京急に乗って、羽田空港に
サンタクロースがやってくる!

12月9日(日)、フィンランドから、フィンランド サンタクロース ファウンデーション公認のサンタクロースが羽田空港にやってきます!羽田空港国内線第1旅客ターミナル内で撮影会の後、ターミナル内を練り歩き、サンタクロース自らプレゼントを配布いたします。お楽しみに!



フジテレビで、羽田空港管制官に
フォーカスをあてた人間ドラマ
『TOKYO エアポート
〜東京空港管制保安部〜』放送中!

航空機離発着の秩序を維持し、安全を担う航空管制官。新米管制官を演じる深田恭子をヒロインに、日々の管制業務と人間模様が描かれるドラマ。同時に、グランドアテンダントや航空機整備士など、空港で働くさまざまな人の姿も描かれます。羽田空港へ行ってドラマを観れば、面白さも倍増!

- ▶ 毎週日曜日21:00～21:54
- フジテレビ系列で放送



夜の灯りの 似合う街 横浜

クリスマスシーズンには、みなとみらいや山下公園など、美しいイルミネーションに彩られる横

浜。そんな中、おすすめのものが、横浜の歴史を感じられる、横浜赤レンガ倉庫のクリスマスと、大正昭和初期に建てられた、通称キングの塔の神奈川県庁本庁舎、クイーンの塔の横浜税関、ジャックの塔の横浜市開港記念会館のライトアップです。横浜赤レンガ倉庫では、本場ドイツさながらの「クリスマススマーケット」が開かれて、ヒュッテ(木の屋台)にはクリスマスオーナメントやドイツ料理が並びます。

【横浜三塔 ライトアップ時間】

- 左 神奈川県庁本庁舎(キングの塔)
▶ 毎週金・土・日曜 日没～22:00
 - 中 横浜税関(クイーンの塔)
▶ 日没～22:00(塔内部～24:00)
 - 右 横浜市開港記念会館(ジャックの塔)
▶ 日没～22:00
- ▶ みなとみらい線日本大通り駅1番出口(県庁口)から徒歩(三塔とも)



写真提供:横浜フットライブラリー



クリスマスマーケット in 横浜赤レンガ倉庫

- ▶ 12月11日(土)～12月25日(火)
- ▶ 11:00～22:00
※22～24日～23:00(店舗による)
- ▶ みなとみらい線馬車道駅または日本大通り駅から徒歩6分
- ▶ 045-227-2002 ▶ ライトアップ日没～22:00

光のナイター 競馬を楽しむ 大井競馬場

大井競馬場ではレースの多くをナイター競馬「トゥインクルレース」として開催しており、競馬初心者やデートにもぴったり。きらめくイルミネーションの中、疾走する競走馬を間近で観れば大迫力。ワンランク上の観戦には指定席がおすすめで、なかでも競馬観戦型レストラン「ダイヤモンドターン」は食べ放題&ソフトドリンク飲み放題の指定席。馬券は100円から買えるので、気軽に出かけてみて。



大井競馬場

- ▶ 12月は27日(木)、28日(金)がトゥインクル開催。冬季は昼間開催で、2013年春季は3月24日(日)～29日(金)からトゥインクル開催。
- ▶ 入場料100円、別途各種指定席あり
- ▶ 立会川駅から徒歩12分 ▶ 03-3763-2151

光が描く メルヘンの世界 くりはま花の国

四季折々の花を楽しめるくりはま花の国。12月は、「ウィンターイルミネーション」と題し、12万球の光がメルヘンの世界を演出します。都会とは異なり、漆黒の闇に浮かび上がるイルミネーションは格別。23日には、クリスマスミニコンサートや花火などのイベントも開かれます。



12月6日(木)18:00からJcom「タナビ」で、生放送でくりはま花の国のイルミネーションが紹介されます。これを記念して、同日先着100名さまにアイスチューリップの苗をプレゼント!

ウィンターイルミネーション

- ▶ 12月1日(土)～12月25日(火) 17:00～20:00(雨天時も点灯)
- ▶ 京急久里浜駅から 徒歩15分 ▶ 046-833-8282

ベイスайдを 彩る光の饗宴 台場

冬のお台場は、人気アニメ「ONE PIECE FILM Z」の12月15日(土)公開を記念し、一帯で「イルミネーションアイランドお台場2012 ONE PIECE FILM Z」を展開。たとえばホテルグランパシフィック LE DAIBAでは、主人公ルフィの麦わら帽子を配したツリーが飾られ、カフェレストラン「エルベット」で「ルフィの麦わらプリンパフェ」を販売します。そして今年17年目を迎える台場メモリアルツリーは、点灯時間中の毎時0分に音楽とイルミネーションがシンクロして夜空を彩ります。

さらに12月の土曜日には4週連続で「お台場レインボー花火2012」が開催され、毎回約1800発の花火が打ち上げられます。今年はレインボーブリッジも虹色にライトアップ。東京の夜景、ブリッジと花火の饗宴も見逃せません。

イルミネーションアイランド お台場2012 ONE PIECE FILM Z

2013年1月13日(日)までお台場13施設がそれぞれ工夫を凝らして展開。



2011年の台場メモリアルツリー。ハートのオブジェは撮影スポットとして人気。

▶ 日没～24:00まで点灯。12月31日(月)は日没～29:00まで▶ ゆりかもめお台場海浜公園駅、台場駅から徒歩2分、りんかい線東京テレポート駅から徒歩5分

ホテル グランパシフィック LE DAIBA 「エルベット」の「ルフィの麦わらプリンパフェ」(900円)



ホテル グランパシフィック LE DAIBA で「大人のクリスマス」 Christmas Dinner & Live 2012 中西圭三 & 平松愛理 Collaboration 「なぎさ」読者限定 増席分を特別価格でご用意

今年のクリスマスは、数々のヒット曲を輩出してきた中西圭三と平松愛理による夢のデュエット共演のディナーショーを開催。ご好評につきスタンダードプランを増席、若干数を「なぎさ」読者限定の特別価格でご用意しました。



- ▶ 12月25日(火) B1F 大宴会場「パレロワイヤル」
- ▶ 受付開始 18:00 (B1F宴会場)
ディナー18:30～、ショー 20:00～21:15 (予定)
- ▶ スタンダードプラン
ライブ・ディナー・フリードリンク
25,000円→特別価格19,800円(サービス料・税込)
- ▶ お申し込み:dinnershow_c@htl-pacific.co.jp まで、Eメールにてお申し込みください。
※携帯電話のメールアドレスではお申し込みできません。お支払いはクレジットカード決済のみ。予定数に達し次第販売を終了いたします。※メールタイトルは「なぎさ限定ディナーショー特別申し込み」としてください。※以下の必要項目を必ずご記載ください。
- ①名前(ふりがな) ②ご希望席数 ③お電話番号
※ご予約確認の返信メールにて、クレジットカード決済などのご案内をお送りいたします。
- ▶ お問い合わせ:03-5500-4557
(平日のみ9:00～17:00)

お台場レインボー花火2012

ロマンティックなお台場の冬の風物詩

- ▶ 12月1日(土)、8日(土)、15日(土)、22日(土)19:00～約10分間(雨天決行・荒天中止)
- ▶ 打ち上げ場所:お台場海浜公園「自由の女神像」沖
- ▶ ゆりかもめお台場海浜公園駅、台場駅から徒歩3分、りんかい線東京テレポート駅から徒歩7分
※なるべく公共交通機関での来訪を。



2011年の花火。レインボーブリッジが見える海側の公園や商業施設から観るのがおすすめ。

Christmas

京急グループのクリスマス

ウイング各店

Wing Christmas 2012

クリスマスムードに包まれるひととき。
12月25日(火)まで開催中



【ウイング新橋(都営浅草線新橋駅直結)】

“きらめき”クリスマスプレゼント
キャンペーン／抽選で「豪華温泉
旅行(往復交通費込) 宿泊券」
や「ホテルエステ付きペア宿泊券」
「ウイング新橋各ショップの
“きらめき”プレゼント」など素敵
な賞品が当たります。応募券は
1会計につき3,000円以上お買
い上げの方に1枚進呈。



▶ ウイング新橋に今年もサンタクロースがやってくる!
12月25日(火)19:00～・20:00～、飲食ショップにて開催

【ウイング高輪(品川駅高輪口から徒歩1分)】

PREMIUM PRESENT／抽選で
『「マリナー・ベイ・サンズ」に泊
まるシンガポールペア4日間の
旅』や『「ayualan」エステ付き
観音崎京急ホテルペア宿泊券』
などが当たります。応募券は
1会計につき3,000円以上お買
い上げの方に1枚進呈。



【ウイング久里浜(京急久里浜駅直結)】

スペシャル抽選会／500円以上お買い上げのお客
さまにスタンプ式応募券を進呈、以後500円につ
き1スタンプを押印します。6個集めて1回抽選、も
れなく素敵な賞品をプレゼント! 抽選会は12月7日
(金)～12月25日(火)。

▶ クリスマスコンサート

横須賀市立明浜小学校による合唱コンサートを開催。
12月23日(日・祝)13:00～・15:00～

【ウイング上大岡(上大岡駅直結)】

「A Christmas gift for you」
をコンセプトに、“あなたらしいス
テキなギフト”をそろえました。楽
しいクリスマスの準備に、ぜひ
ウイング上大岡にお出かけください。



京急ステーションコマース

特別な人との、かけがえのない時のために
「ドンペリニオン 2003ギフトBOX」

醸造した修道士の名が品名となった由緒正しき逸品、
最高の年といわれる2003年をご用意しました。

愛や感謝の気持ちをボトルに書き込んで世界に
一本のオリジナルを「モエ ロゼ グラフィティ アクセシブル」

世界に一本のオリジナルラベルで忘れ
られない時間を、モエ ロゼが華やかに
盛り上げます。

▶ 詳細は「京急ステーションコマース」
www.keikyuu-sc.com/



京急百貨店(上大岡駅直結)

クリスマスケーキ・料理や各種イベントで
思い出のクリスマスを!

今年も京急百貨店ならではのクリスマ
スイベントやクリスマスケーキを用意し
て、皆様のお越しをお待ちしております。



▶ クリスマスイベント

12月9日(日) クリスマス料理教室
12月13日(木)～ クリスマス大抽選会
12月16日(日) クリスマス料理教室、クリスマスコンサート

▶ クリスマスケーキのご予約

今年から店頭だけでなくオンラインショップ「吉日屋」からも
ご予約いただけるようになりました(12月17日(月)21:00
まで)。ぜひご利用ください。<http://kichijitsuya.jp>
※店頭でのケーキのご予約は12月20日(木)まで承ります。

京急ストア・ユニオネックス

クリスマスケーキ&おせち料理の
ご予約受付中

京急ストア、もともちユニオン、ヨ
コサン、スパークでは、クリスマス
ケーキとお正月のおせち料理のご
予約を承ります。

有名ホテルなどのパティシエ監修
のケーキや、有名料理店監修のお
せちのほか、お手頃価格のものな
ど多数取り揃えました。さらにポイントカードご利
用の方には、ご予約特典としてボーナスポイントも
プレゼント。ぜひご利用ください。



※数に限りがございます。お早めにお申し込みください。
詳細は「京急ストア」www.keikyuu-store.co.jp
または「ユニオネックス」www.unionex.co.jpへ



新鮮なお買い得食材がいっぱい！

歳末は三浦半島で

お買い出し

そろそろお正月の準備が気になる12月。今年の冬は、まぐろの水揚げで有名な三崎港を擁し、広々とした畑の広がる三浦半島に、観光がてら、新鮮な魚介類や農産物の買い出しに出かけませんか？

本まぐろをはじめ、世界の海で獲れたさまざまなまぐろが水揚げされる三崎港。毎年年末には、三崎水産物地方卸売市場周辺で「三崎まぐろ祭年末ビッグセール」が開かれ、産直施設のほか屋台が軒を連ねます。

まぐろはもちろん、たこ、えび、数の子、いくらや、近隣農家が生産する野菜・果物など、お正月に使う食材が特別価格で販売され、歳末ムード満点です。

また、JAよこすか葉山による農産物直売所「すかなごっこ」には、毎日早朝から管内の農家が「朝穫れ」をはじめとする新鮮な野菜を持ち込み、広い

売り場はあつという間に季節の野菜でいっぱいになります。

野菜のほか、地元の食材を使って焼き上げたパンやお菓子、ジャム、漬け物などの加工食品も充実。各地にある直売所のなかでも「すかなごっこ」は、葉山牛の対面販売や、持ち帰ってもその場で食べても美味しい葉山牛コロッケ、地元乳牛農家で搾った生乳でつくったソフトクリームなどもあるのが特徴。年末には餅つき大会などのイベントも開催予定。「富士山もきれいですし、三浦半島への観光がてら、ぜひ『すかなごっこ』にお越しください」。

毎年恒例のビッグイベント

三崎まぐろ祭 年末ビッグセール

通年営業の直売施設のほか約60軒もの屋台が並び、例年3万人もの人で賑わう。2000円以上の買い物客に、メバチマグロ1本や、三浦半島の宿泊施設へア宿泊券をはじめとする豪華賞品が当たる「初夢富くじ」も開催。「まぐろぶっかけ丼」などを楽しめる屋台も人気。



- ▶ 12月28日(金)～30日(日) 8:30～16:30(予定)
- ▶ 三崎水産物地方卸売市場周辺
(いか直販センター・まぐろ直販センター・朝市会場・産直センターうらり)
- ▶ 三崎口駅から三崎港行バス「三崎港」下車すぐ
- ▶ 046-881-4488(三崎年末ビッグセール実行委員会)

三浦海岸どっとこいセール開催!

年の瀬の12月29日(土)・30日(日)の両日、三浦海岸駅前で「三浦海岸どっとこいセール」が開催されます。三浦海岸付近であがった新鮮な地魚を、お正月食材として大放し!お正月のなますや、寒い季節にうれしいおでんの種として最適の三浦大根など、新鮮野菜も揃います。

- ▶ 12月29日(土)・30日(日) 8:00～16:00(予定)
- ▶ 三浦海岸駅からすぐ
- ▶ 046-888-3683(三浦海岸まちなみ事業協議会)



- ▶ 9:30～18:00 水曜定休(祝日は営業)
- ▶ 三崎口駅から横須賀駅・市民病院・長井・荒崎行バス「小根岸」下車徒歩1分
- ▶ 横須賀市長井1-15-15
- ▶ 046-856-8314

地元の大地の恵みが集まる
すかなごっそ

広々とした「すかなごっそ」の店内。野菜はもちろん高級和牛、葉山牛も街より割安で手に入るとあって、県外からマイカーや、バスツアーで訪れる人も多い。また、葉山牛の格付けには届かなかった牛は神奈川県産牛として売られており、こちらもおすすすめ。葉山牛「コロッケ」には地元の野菜やハムなどが使われている。





總持寺

泉岳寺

慶長17(1612)年に徳川家康が創立。寛永の大火で焼失しこの地に移転した。赤穂城主浅野家ゆかりの寺で、仇討ちの成就にあやかり合格祈願、事業成就などを願い、勝守・お札を求める人が多い。

- ▶ 泉岳寺駅から徒歩1分
- ▶ www.sengakuji.or.jp/

大本山總持寺

曹洞宗の大本山。「都会の中の禅苑」として一般にも参禅の門戸を開いている。約10万坪の寺域に千畳敷きの大本堂や、総檜造りの仏殿(大雄宝殿)など数々の壮大な堂宇を有し、そのうち16件が国登録文化財である。

- ▶ 京急鶴見駅から徒歩10分
- ▶ www.sojiji.jp/

森戸大明神(森戸神社)

天下を治めた源頼朝公が、旗揚げを祈願した三嶋明神の御分霊を勧請したのが起源。子授・安産祈願の水天宮、咳止め・病氣平癒・技芸上達のおせき稲荷もある。

- ▶ 新逗子駅から葉山一色行き(海岸回り)バス「森戸神社」下車徒歩1分
- ▶ www.moritojinja.com/

京急で行く

初詣・ご利益案内ガイド

大本山川崎大師平間寺

弘法大師がご本尊として祀られ、災厄をことごとく消除する「厄除けのお大師さま」として親しまれている。元旦午前零時より始まる元朝大護摩供では、国家安穩、十方信徒の諸願成就が祈願される。

- ▶ 川崎大師駅から徒歩8分
- ▶ www.kawasakidaishi.com/

武山不動院

1月28日は本尊の不動明王がご開帳となる「初不動」の日。無病息災を願う多くの参詣者で賑わう。つり竿と魚に見立てた笹の藪菓子が名物。山頂展望台からの眺めも格別。

- ▶ 横須賀中央駅から林方面行きバス「一騎塚」下車徒歩40分、または津久井浜駅下車徒歩80分
- ▶ www.cocoyoko.net/takeyama_hudou

海南神社

三浦半島の総鎮守で、祭神は房総の海賊を平定し民の福祉に努めた藤原資盈(すけみつ)公。社頭の狛犬をなで、その手で患部に触れると病が平癒するという。

- ▶ 三崎口駅から三崎港行きバス「三崎湾」下車徒歩5分
- ▶ www6.ocn.ne.jp/~kainan/

穴守稲荷神社

穴守の名は、風浪によって被った穴の害から田畑を守った故事による。稲荷大神は衣食住の三要を司る神。商売繁昌・家内安全・心願成就・病氣平癒・交通安全・厄除・開運などに神徳を示すという。

- ▶ 穴守稲荷駅から徒歩3分
- ▶ anamori.jp/

富岡八幡宮

建久2(1191)年、鎌倉幕府を開くにあたり、鬼門除けとして建立。難波の西宮より恵比壽様を勧請し、のちに八幡大神を併せ祀った。鬼門除け・開運招福・商売繁盛の福の神、ハマのエビスさまとして親しまれている。

- ▶ 京急富岡駅から徒歩8分
- ▶ www.tomioka80000goo.org/

瑞應山 蓮華院 弘明寺

山岡鉄舟筆の扁額「大悲殿」が示すのは、惱み苦しむ人々を救う大悲の観世音菩薩を奉る寺の意。本尊は天平9(737)年に僧行基が天下泰平を祈願し彫刻したもので、悠久の歴史を刻む横浜最古の寺。

- ▶ 弘明寺駅から徒歩2分
- ▶ www.gumyoji.jp/

おトクなきっぷのご案内

初詣へは、施設の優待特典などもある割引きっぷがおトクです。京急線と京急バスを使って、年末年始たっぷり遊んでリフレッシュ!

三浦半島 1DAYきっぷ & 2DAYきっぷ

- ▶ 有効期間:1日(1DAY)、連続2日間(2DAY)
- ▶ フリー区間:京急線(金沢文庫～浦賀間、金沢八景～新逗子間、堀の内～三崎口間)、京急バス指定区間。
- ※フリー区間内指定の施設で割引などの優待が受けられます。

詳しくは、www.keikyu-ensen.com/otoku/

東京 1DAYきっぷ

- ▶ 有効期間:1日
- ▶ フリー区間:京急線(泉岳寺～品川間)、東京都交通局(都営地下鉄全線、都電全線、都バス全線、日暮里・舎人ライナー)
- ※深夜バス、その他交通局規定で定めた運行系統を除きます。

横浜 1DAYきっぷ

- ▶ 有効期間:1日
- ▶ フリー区間:京急線(横浜～上大岡間)、みなとみらい線全線、横浜市営地下鉄線(横浜～上大岡間)。ただし、阪東橋・吉野町・蒔田・弘明寺は乗り降り不可)、横浜市営バス指定路線、100円バス、観光スポット周遊バス「あかくつ」。
- ※横浜市交通局発売「みなとぶらりチケット」と同じ優待が受けられます。



「住吉」本店の2軒隣にある「珈琲茶房餅陣住吉」の久寿餅サンデー(410円)。「住吉」の久寿餅とマザー牧場のソフトクリームがコラボして誕生した。甘すぎず、ほっとする味わい。

無病長寿を願って味わう 川崎大師の久寿餅くずもち

毎年正月には多くの初詣客で賑わう川崎大師。その表参道と仲見世通りには、何軒もの川崎大師名物・久寿餅の店が建ち並びます。

江戸時代は天保年間、この辺りは一面の麦田でした。その小麦を使って作られたのが久寿餅。現在麦畑はありませんが、小麦粉を水に溶いてグルテンと澱粉に分け、澱粉のみを13か月以上寝かせて発酵させ、さらに何回も水にさらしたあと、蒸し上げる製法はどの店も変わりません。この回数や、久寿餅の厚さ、さらに黒蜜やきなこで、各店それぞれの食感や味が生まれます。

たとえば、写真の川崎大師山門前に店を構える「住吉」の久寿餅は、しっかりした食感で、親しみやすい甘さの黒蜜が特徴。お正月に限らず年間を通して楽しめるので、いろいろな味をためし、鼻負の店をみつけてはいかがでしょう。

地元の逸品
vol.11
川崎市



仲見世入り口。仲見世と表参道に、住吉、はやま、松月庵、恵の本、住吉屋総本店、磯茂、磯福、福島屋の8軒の久寿餅屋がある。



INFORMATION

- 久寿餅本舗 住吉(本店)
▶ 「川崎大師」駅から徒歩15分(表参道・仲見世経由)
▶ 川崎市川崎区大師町4-47 ▶ 8:30~17:00 無休
▶ 044-288-4437



住吉から「なぎさ」読者に「独鈷久寿餅」2枚入り(2~3人前)を5名さまにプレゼント。応募方法はP15をご覧ください。※商品は住吉より発送させていただきます。賞味期限3日のため、お留守がちの方はご応募をご遠慮ください。

秘1 訣

両手を空けて身軽に!

“ちょこつとウオーク”はウエストポーチでも

お散歩程度なら、持ち物はお財布と飲み物で十分。ドリンクホルダーと小物ポケットのついた、ラン・ウオーク専用ポーチもおすすです。



背中側に回して使うと邪魔にならない。

“しっかりウオーク”にはザックを使い、なるべくコンパクトにまとめて

半日から1日かけてウォーキングを楽しむなら、断然ザックがラクちんです。ワンショルダーのたすき掛けタイプではなく、両肩でバランスよく背負えるものを。

肩山に当たる部分の幅は5~6cm程度。細い紐のベルトは肩に食い込みやすいので避けましょう。



両サイドのポケットが同じ大きさ。

背面と肩ベルトの内側がメッシュだと快適。

容量の目安は
15~18
リットル程度

トレイン&ウオークで健康生活

7 Lesson

京急沿線には魅力的な場所がいっぱい! 電車に乗ってプチ旅行気分のウォーキングに出かけませんか? 今回はラクに歩くためのザックについてアドバイス。ザックひとつでウォーキングが変わります!

「荷物は必要最小限に。両手を空けてなるべく身軽に歩きましょう。大会に参加したり、楽しみながら半日以上歩くときも、重さに偏りがなく、楽に歩くことが大事。詰め方をちよつと工夫すると疲れが軽減されラクに歩けますよ!」
目安は15~18リットルサイズぐらいのザックがパンパンにならない程度。体にフィットするものを選びましょう。



西田富美子さん
社団法人日本ウォーキング協会
専門講師健康ウォーキング指導士、
歩育コーチ。

秘2 訣

詰め方にもコツがある。

重さの偏りが体の負担に。特に基本①が大事!

貴重品は内ポケットに、メモ帳や筆記具、地図などは、取り出しやすい外ポケットに。

タオルは畳んで背側に入れると、背中への当たりが柔かい。

ファスナーは引手を横にして閉じる習慣を。荷物の重みで口が開いたりしない。



基本①左右対称

荷物は左右の重さが均等になるように入れます。長距離を歩くなら、左右のポケットに飲み物を入れ、交互に飲むようにするなど、重さに偏りができない工夫を。



基本②下よりも上を重く

背負う荷物は上に重心がくるように詰める歩くのがラク。お弁当など重さのあるものは上に、雨ガッパや着替えなど、大ききの割に軽いものは下に入れます。

レジャーシートを内側に詰めると、荷物に汗が染みない。

——持ち物チェックリスト——

- 飲み物 (水筒・ペットボトル)
 - 雨具 (雨ガッパ・折りたたみ傘)
 - タオル
 - 薄手の上着 (脱ぎ着しやすい)
 - 着替え (Tシャツや靴下)
 - 救急セット (ばんそうこう)
 - 地図
 - 財布 (小さめに)
- あると便利——

- メモ帳や筆記具
- 小さめのカメラ
- 梅干やアメ
- お弁当 (長く歩くとき)
- レジャーシート
- 歩数計
- 日焼け止め・虫除け

電車で出かけてみよう！ 沿線おすすめウォーク

ゆるり散策、私鉄で楽しむ日帰りの小さな旅 「花と寺社めぐりスタンプラリー」開催中

京急電鉄をはじめとする首都圏の私鉄9社によるスタンプラリー「花と寺社めぐり」2012秋・2013冬を開催中。寺社の歴史に加え、グルメ・お土産情報が載った専用パンフレットを片手に、花と寺社の名所を巡る小さな旅。スタンプ数に応じた賞品を抽選でプレゼント。「花と寺社めぐり×OLYMPUSフォトコンテスト」も実施中です。



開催日／2013年2月28日(木)まで
Web／www.yururi-sansaku.jp

よこすか京急沿線ウォーク2012 第5回「走水のリフェスタ」ウォーク

久里浜から観音崎を通り馬堀海岸までを歩きます。ゴールの走水では、「走水のリフェスタ」が開催。かながわブランドにも指定された風味豊かな「走水産のり」ほか海産物のグルメも楽しめます。



イメージ

開催日／2013年2月23日(土) 雨天決行(荒天中止)
集合・解散／京急久里浜駅～馬堀海岸駅
参加費／無料 事前申込み不要
現地受付時間9:00～11:00

Tel／046-822-8300(横須賀市集客促進実行委員会)
当日開催確認／046-822-2500(横須賀コールセンター)

第48回 鎌倉歴史探訪ウォーク

コースは鎌倉幕府が切り開いた国道・七切通しを歩く7コースから選択(約11km～16km)。それぞれの集合地から鎌倉海浜公園を目指します。

開催日／12月22日(土) 雨天決行・悪天中止
集合・解散／谷津児童公園・亀ヶ岡八幡宮ほか7か所
参加費／大人1,500円、中学生以下無料
Tel／03-5256-7855(日本ウォーキング協会)

第20回 汽笛一声ウォーク

新橋から桜木町までの33km、新橋から川崎までの20km、川崎から桜木町までの13kmの3コース。

開催日／12月23日(日) 雨天決行・台風中止
集合・解散／33km・20kmコース:日比谷公園噴水広場、13kmコース:川崎・稲毛公園
参加費／大人1,500円、中学生1,000円
同伴の小学生以下無料

Tel／045-290-1029(汽笛一声ウォーク実行委員会)

社団法人日本ウォーキング協会

Tel／03-5256-7855 Web／www.walking.or.jp

バックナンバーは「京急まちWeb」のHPで閲覧できます。
www.keikyuu-ensen.com/magazine

秘3 大切なのはフィット感

ザックを新調するときは、必ず実際に背負って、選びましょう。



① 背負い心地を確認

ザックが背中にフィットしていることが大切。

② 腕を振っても邪魔にならない

手を大きく振り、肩ベルトが当たらないか確かめる。



③ 上は肩甲骨の高さ

肩のカーブに無理がなく、肩ベルトの付け根が肩甲骨ぐらゐの位置にくる。

④ 背負ったまま長さを調節できる

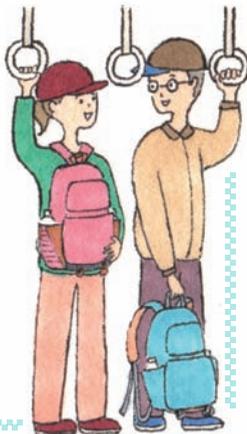
長さ調節の留め具の下部を上を持ち上げ、スルッとゆるめればOK。ゆるめた後、ベルトを下に引いて、締めるのがコツ。

⑤ ウエストベルト

背負ったときに腰骨辺りにくるのがベター。ウエスト位置にくる場合は、締めすぎないように。

秘4 礼儀を守って気持ちよく

乗り物の中や人ごみで、背中のザックが人にぶつかってしまうことも。ちょっとした思いやりもお忘れなく。



前にまわす

前で抱えておけば、目が行き届き、防犯対策にも。

足元に下げる

ラッシュ時などは、足元の隙間に下げると、自分も周囲の人も快適。



沿線の新着情報

京急開発

BIG FUN平和島に 韓流エンタメフロアOPEN

12月15日(土)、BIG FUN平和島3階に飲食・物販・イベントの3ゾーンから成る韓流エンタメフロア「Big Jjang (ビッグジャン) チェゴヤ村」がオープン。韓流スター御用達の韓国コスメの販売や、韓流スターのトークショーや握手会等をはじめとする魅力ある韓国交流イベントも随時開催します。



300席規模のフードコートでは、「韓国料理デジテュゴヤ」と「焼肉BUSAN」など8店舗で本場の味が楽しめる。

- ▶ 11:00～23:00
- ▶ 平和島駅から徒歩10分(無料送迎バスあり)

京急サービス

京急キッズランド 「黄金町保育園」「港町駅前保育園」 2013年4月OPEN

京急キッズランドは京急グループが運営する安心の駅チカ認可保育所。2013年4月、黄金町、港町に2つの園が新たに加わります。現在、オープニングスタッフ(保育士)大募集中! お問い合わせは下記へ。



- ▶ www.keikyu-kids.com
- ▶ 0120-339-661(採用担当) ※平日のみ10:00～17:00

浅草寺境内

羽子板市

羽子板市は、新しい年の到来を告げる年の瀬の風物詩。邪気を跳ね返す板とされる縁起ものの羽子板で、浮世のウサを吹き飛ばし、開運祈願しませんか。美しい姫君や逞しい武者、今の時代を象徴する人々の姿が、運氣の上がる色鮮やかな押絵となって師走の浅草寺を彩ります。



- ▶ 12月17日(月)～19日(水) 9:00頃～21:00頃
- ▶ 都営浅草線浅草駅から徒歩5分
- ▶ 03-3622-0262(東京年の市羽子板商組合)

ウイング高輪WEST

「mango tree café + bar」 全国初出店

バンコクから世界へ広がるマンゴツリーの新たなスタイル「mango tree café + bar」がウイング高輪WESTに全国初出店。手前のエリアは、朝7:00のオープンから夕方までカフェ+テリ、夜は音楽・



お酒・料理で過ごせるバルに。奥のエリアでは、ランチもディナーも本場タイの伝統料理をお楽しみいただけます。

- ▶ 月～金7:00～26:00、土・日・祝日7:00～23:00
- ▶ 京急ショッピングプラザ ウイング高輪WEST 1F/品川駅高輪口から徒歩1分 ▶ 03-5422-7217

京急百貨店

お歳暮ギフトセンター開設

「京急沿線うまいもの」特集をはじめ、好きなものが選べる「かながわ個箱」などをご用意。全国配送無料ギフト368アイテムを取り揃え、みなさまのお越しをお待ちしております。



- ▶ 12月20日(木)まで
- ▶ 京急百貨店 7階催事場/上大岡駅直結
- ▶ 045-848-1111(代)

- ▶ オンラインショップ「吉日屋」
新規会員登録で ハートフルギフト10%OFF
- ▶ 12月20日(木) 21:00まで
- ▶ <http://kichijitsuya.jp> または「吉日屋」で検索!



吉日屋
マツリッパ

京急メモリアル

京急メモリアル久里浜斎場がリニューアル

安心と信頼の実績、京急久里浜駅前という利便性の良さで好評いただいたきた久里浜斎場が、さらにアクセスしやすく生まれ変わりました。斎場入口を高架下から通り沿いに移動、格調高い内装を整え、より落ち着いた雰囲気。館内見学・事前相談も、随時無料でっております。お気軽にお問い合わせを。



- ▶ 京急久里浜駅西口から徒歩1分
- ▶ 0120-277-299(年中無休 24時間受付)
- ▶ www.keikyu-memorial.com



冬のおでかけ情報



横須賀芸術劇場

横須賀芸術劇場少年少女合唱団 クリスマス・コンサート'12

劇場専属の児童合唱団が贈る親子で楽しめるクリスマスコンサートです。定番の讃美歌などのほか、2台のピアノによるオリジナル編曲のポピュラーソングメドレーなどを披露。館内にはクリスマス気分を盛り上げるロビーアトラクションも。



- ▶ 12月16日(日) 15:00開演 ▶ 横須賀芸術劇場/汐入駅から徒歩1分 ▶ 全席指定 大人1,200円、子ども(3歳~中学生)800円 ※3歳未満は入場できません。
- ▶ 横須賀芸術劇場電話予約センター 046-823-9999
- ▶ インターネットチケット www.yokosuka-arts.or.jp

マザー牧場 ほかほかウインターファーム

うさちゃん・モルちゃんをだっこ! 「ふれあい館」期間限定OPEN

うさぎやモルモットを展示する屋内施設「ふれあい館」を期間限定でオープンします。「うさちゃん・モルちゃんだっこ」「アルパカと記念撮影!」も期間中毎日開催。暖かい室内でほっこりと動物たちの温もりを体験してください。



- ▶ 期間/12月1日(土)~2013年1月31日(木) ※12月10日(月)~14日(金)は昼間休園・夜間イルミネーション営業。1月7日(月)~11日(金)は休園
- ▶ 入場料/大人(中学生以上)1,500円、小人(4歳~小学6年生)800円、同伴犬500円 ▶ JR君津駅から無料送迎バスで約40分(前日までに要予約) ▶ 0439-37-3211

南区邦楽会



第21回 新春邦楽のつどい

新たな年を寿ぎ、邦楽で始まる日本のお正月は、めでたさもひとしおです。曲は『春の海』などのポピュラーな古典、箏曲、三絃、尺八、津軽三味線、太鼓、獅子舞など。日本の文化に触れ、伝統音楽をたふりと味わっていただける演奏会です。



- ▶ 2013年1月13日(日) 13:00開演
- ▶ 吉野町市民プラザホール/南太田駅から徒歩7分
- ▶ チケット前売1,000円 当日券1,200円
- ▶ 南区邦楽会事務局045-826-2812(今野) 045-823-5524(村松)

よこすか市民会議(YCC)

YCCゴスペルクワイア2012 クリスマスコンサート(第11回)

横須賀ならではの本物のゴスペルを一緒に歌いませんか? YCCゴスペルクワイアのほか、今年もアメリカ海軍横須賀基地内ゴスペルブレイズクワイアも出演。出演者と客席が一体になって魂の歌、感動の賛歌を歌い上げます。当日券売場にて「なごさを見た」と言うと先着4名さまは入場無料!



- ▶ 12月8日(土) 14:30開演~16:30(14:00開場)
- ▶ 横須賀市文化会館 大ホール/横須賀中央駅西口から徒歩10分 ▶ チケット500円(全席自由席)ローソンほかで販売 ▶ 090-9965-2284(よこすか市民会議事務局)

PRESENT

A 久寿餅本舗 住吉
「独鈷久寿餅」2枚入り(2~3人前)
5名さま
詳しくはP11をご覧ください。



B 京急オリジナルグッズ
5名さま
何が当たるかは、どうぞお楽しみに!

C マザー牧場
入場招待券
5組10名さま



D 南区邦楽会
第21回 新春邦楽のつどいご招待券
10組20名さま

はがきに ①A~D賞のうちご希望の賞品、②郵便番号・住所・電話番号、③氏名・年齢、④本誌の入手場所、⑤今月号で面白かった記事、⑥本誌についての感想をご記入のうえ、ご応募ください。

締め切りは、**12月17日(月)必着**
※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

宛先/〒108-0074
港区高輪3-25-23 京急第2ビル3F
(株)京急アドエンタープライズ
「なごさ」575号 プレゼント係

※次号は2013年2月1日(金)発行予定です

あんしんを羽ばたく力に——京急グループ

直結、 光の名所へ。

押上駅も浅草駅も、京急なら直結!

(スカイツリー前)

横浜 → 押上
(スカイツリー前)

42分

※日中「都営線直通快特」利用の場合

羽田空港 → 押上
(スカイツリー前)

39分

※日中「エアポート快特」利用の場合

品川 → 押上
(スカイツリー前)

23分

※日中「エアポート快特」利用の場合

東京スカイツリータウン® ウィンターフェスティバル
ライトアート・エンターテイメント 2012 開催中!

2012 11/15 [THU] ~ 2013 1/31 [THU]

詳細は、東京スカイツリータウン® ホームページまで <http://www.tokyo-skytreetown.jp/>



DIRECT! OSHIAGE & ASAKUSA!!

京急 & 東京スカイツリー®
お得に
リニューアール!
周辺散策フリーきっぷ

東京スカイツリータウン®内にある
「すみだ水族館」の入場料金5%OFFや
浅草周辺で利用できる割引特典あり!!

割引対象
約90店舗!

くわしくは京急ホームページで



京急線の時刻や運賃など京急に関するお問い合わせは
京急ご案内センター ※営業時間は変更になる場合がございます。
(平日7:30~21:00 土日祝日9:00~17:00 12月31日(月)~1月3日(木)9:00~17:00)
03-5789-8686 / 045-441-0999
京急ホームページ www.keikyu.co.jp

KEIKYU
京急電鉄