相鉄沿線 地元グルメ

2014 WINTER vol.12

SOTETSUENSEN JIMOTO-GOURMET

沿線で発見!
オイシイひととき
冬の代謝アップ作戦!
あのまちには何がある!?
西谷駅編

［巻頭特集］

体の芯まで ポッカポカメニュー

ときめきと やすらぎをつなぐ
SOTETSU

相鉄の駅から歩こう!

相 鉄 お す す め

2014 New Year 新春号 vol.23

駅からさんぽ

～横浜瀬谷八福神めぐり特集号～

横浜瀬谷

八福神めぐり

ときめきと やすらぎをつなぐ
SOTETSU

横浜瀬谷八福神めぐり

初詣がてら 足をのばしてみませんか？

七福神＋1の8つのしあわせを祈る

幸福をもたらす神様として、篤く信仰されてきた七福神。
一般に恵比寿神、大黒尊天、毘沙門天、弁財天、福禄寿、寿老人、布袋尊の7神を指し、
ゆかりの7寺をめぐるルートは各地に点在しています。
横浜瀬谷地区でも古くから信仰されてきましたが、
この地にはダルマ大師を加えた、全国でも珍しい八福神として8つのお寺に祀られています。
瀬谷駅を拠点とする北ルートと南ルートで、それぞれ4つの寺院めぐり。
初春のさんぽ道で新年の幸福を祈ってみてはいかがでしょうか。

往復割引乗車券

相鉄線各駅（瀬谷駅を除く）にて、横浜瀬谷八福神めぐりに便利な
往復割引乗車券（各駅～瀬谷駅）を発売いたします。

通常より約20%お得です!!

発売期間 平成25年12月26日（木）～平成26年1月31日（金）　発売場所 瀬谷駅を除く、相鉄線各駅にて発売します。

各駅から瀬谷駅までの発売価格

	大人	小児
横浜	(通常)500円 ⇓ 400円	(通常)260円 ⇓ 200円
平沼橋 西横浜 天王町 星川 和田町	(通常)440円 ⇓ 360円	(通常)220円 ⇓ 180円
上星川 西谷	(通常)380円 ⇓ 310円	(通常)200円 ⇓ 160円
鶴ケ峰 二俣川 希望ヶ丘	(通常)340円 ⇓ 280円	(通常)180円 ⇓ 140円
三ツ境 大和	(通常)280円 ⇓ 230円	(通常)140円 ⇓ 120円
相模大塚 さがみ野 かしわ台	(通常)340円 ⇓ 280円	(通常)180円 ⇓ 140円
海老名 南万騎が原	(通常)380円 ⇓ 310円	(通常)200円 ⇓ 160円
緑園都市 弥生台 いずみ野	(通常)420円 ⇓ 340円	(通常)220円 ⇓ 170円
いずみ中央	(通常)520円 ⇓ 420円	(通常)260円 ⇓ 210円
ゆめが丘	(通常)580円 ⇓ 470円	(通常)300円 ⇓ 240円
湘南台	(通常)640円 ⇓ 520円	(通常)320円 ⇓ 260円

※往復乗車券は購入日より2日間有効（往復1回限り、下車前途無効）です。 ※ご乗車・お降りの際は、有人改札口で係員にご提示ください。
※乗り越しや行先を変更される場合は、別途普通運賃をいただきます。 ※使用開始前で、有効期限内に限り、払い戻しいたします。 ※電子マネーでのご購入はできません。

八福神めぐり後のお楽しみ

お得な特典付店舗ご紹介

平成25年12月26日（木）から平成26年1月31日（金）に
スタンプ帳をお持ちいただいた方限定の特別サービスです。
※1か所以上の八福神スタンプが必要です。

魚貝亭 瀬谷店限定!!

☎045-304-6708
営業時間／11:00～22:00　定休日／1月1・2日、12月以外の毎月第3火曜日
※12月31日は20:00(L.O19:15)まで営業　横浜市瀬谷区中央3-6 瀬谷駅徒歩2分

期間限定 瀬谷八福神めぐり特別メニュー
八福神御膳
寿司8貫、紅ずわい蟹汁、小鉢
※ご注文の際にスタンプ帳をご提示ください。
特別ご提供価格（税込み）1,050円

期間限定 瀬谷八福神めぐり特別メニュー
八福神極御膳
寿司13貫、紅ずわい蟹汁
※ご注文の際にスタンプ帳をご提示ください。
特別ご提供価格（税込み）1,580円

いしうす 瀬谷店限定!!

特別ご提供価格（税込み）650円
期間限定　瀬谷八福神めぐり特別メニュー
開運八福神そばorうどん
大海老天、焼餅入り
※ご注文の際にスタンプ帳をご提示の方には、
稲荷ずし2個プレゼント
☎045-301-8091
営業時間／平日・土曜日・祝日7:00～21:30
日曜日7:00～21:00
※12月31日は9:00～18:00。
1月3日は10:00～18:00まで営業（1月1・2日休業）
横浜市瀬谷区中央1-4 瀬谷駅北口階段そば

ここち湯 横浜瀬谷店限定!!

期間限定　瀬谷八福神めぐり特別メニュー
レンタルタオル無料（タオル+バスタオル）**＋次回ご利用できる平日優待券プレゼント!**
※平日優待券は、おひとり様1枚に限ります。
※入館時に、フロントにてスタンプ帳をご提示ください。
☎045-924-1126
営業時間／10:00～25:00（最終受付24:00）
定休日／年中無休（メンテナンス休館あり）
横浜市瀬谷区目黒町24-6
瀬谷駅南口より無料送迎バス運行中

湯楽の里 横浜瀬谷店限定!!

期間限定　瀬谷八福神めぐり特別メニュー
「レンタルタオルセット」無料貸し出し
バスタオル&タオルのセットを無料貸し出しいたします。
※お一人様1回のみとさせていただきます。
※ご注文の際にスタンプ帳をご提示ください。
☎045-306-1526
営業時間／9:00～25:00（最終受付24:30）
定休日／年中無休（メンテナンス休館あり）
利用料金／大人（中学生以上）
平日:[会員]550円[一般]650円　土・休日・特定日:[会員]650円[一般]750円
幼児・こども（0歳から小学生以下）
平日:[会員]300円[一般]350円　土・休日・特定日:[会員]350円[一般]400円
横浜市瀬谷区橋戸2-31-4 立場ターミナル行きバス「北新東」バス停下車すぐ

ソフィア洋菓子店

人気の瀬谷スイートポテト

期間限定　瀬谷八福神めぐり特別メニュー
1000円以上お買い上げの方
自家製マドレーヌ1つプレゼント
※ご注文の際にスタンプ帳をご提示ください。
☎045-302-5708
営業時間／9:30～21:00
定休日／不定休
横浜市瀬谷区瀬谷4-8-13
瀬谷駅南口から徒歩約3分

七福神よりひとつ福の多い

横浜瀬谷八福神紹介

8つの幸福をもたらすとされる、末広がりで縁起もいい8人の神様。
まずはそれぞれの神様のプロフィールを知っておきましょう。

協力：瀬谷仏教会

ダルマ大師
七転八起
長天寺
6世紀頃に実在した禅宗の祖・ダルマ大師という偉いお坊さんがモデル。何度でも起き上がるも転八起で縁起がよいとされています。

大黒尊天
富貴・長寿
妙光寺
大きな袋と打出の小槌を持った、富貴や長寿を司る神様。インドの破壊神・シヴァ神や、「因幡の白兎」で有名な大国主命がモデル。

恵比寿神
商売繁盛
善昌寺
釣り竿と鯛を持った福々しい姿が印象的。古くは漁業の神でしたが、次第に商売繁盛や五穀豊穣をもたらす神として発展しました。

毘沙門天
財富・福徳・消災
徳善寺
仏様の世界を守る四天王のひとりとして北方を守護し、多聞天とも呼ばれます。勇ましい姿で七難を避け、七福を与える神様です。

弁財天
商売・芸能
寶蔵寺
唯一の女神様で、琵琶を持つその姿から音楽や学芸など諸芸上達の神様として知られています。智恵財福のご利益もあります。

布袋尊
開運・安産
西福寺
大きなお腹に思わず顔がほころんでしまう布袋様は、唐の時代に実在したお坊さんがモデル。福徳円満の神様です。

福禄寿
幸福・財宝・長寿
宗川寺
長いおでこが目印で、年齢が数千歳ともいわれる神様。寿老人と同一神ともされています。幸福・財宝・長寿を授けてくれます。

寿老人
智恵・長寿
全通院勢至堂
南極星の化身とも、古代中国の哲学者・老子の化身ともいわれる神様。寿命を司り、長寿の福徳を記した巻物を持っています。

相鉄の電車・バスの時刻や運賃などにつきましては、
相鉄グループのホームページと相鉄お客様センターでご案内させていただいております。

ホームページ http://www.sotetsu.co.jp/　相鉄お客様センター ☎045-319-2111 平日(8:00～20:00) 土休日(9:00～17:00)

※ 相鉄お客様センターは、12月27日（金）の営業時間は8:00～17:00まで、12月28日（土）から1月3日（金）は、お休みとさせていただきます。

横浜瀬谷 八福神めぐりマップ

⚠ 道路が狭いのでご注意ください。 ※バスをご利用の際はマナーを守ってご乗車ください。
WC トイレがあります。数が少ないのでご注意ください。(各お寺のトイレは使用できません。)
●みなさまに「横浜瀬谷八福神めぐり」を気持ちよくお楽しみいただくために、ゴミはお持ち帰りください。
●境内・道路での喫煙や、樹木・草木を手折ることはおやめください。ご協力お願いいたします。
●散歩中に起こりました事故・負傷などにつきましては責任を負いかねますのでご了承ください。

瀬谷駅北 推奨ルート

コース内容

GOAL 瀬谷駅(北口) ←約0.9km← 4 徳善寺 ←約1.8km← 3 善昌寺 ←約0.3km← 2 妙光寺 ←約3.6km← 1 長天寺 ←約0.5km← START 瀬谷駅(北口)

総歩行距離／約7.1km

1 臨済宗建長寺派 相澤山 長天寺

住 横浜市瀬谷区相沢4-4-1

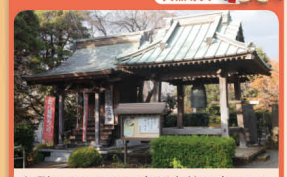
ダルマ大師

創建は室町時代にあたる応永元年(1394)。ダルマ大師の御神体が祀られたお堂やダルマ大師の石仏に加え、江戸時代に建てられた養蚕の神を祀る祠や、子どもの健康を願って幕末から明治初期につくられたお地蔵様などにもお参りを。

2 日蓮宗 瑞昌山 妙光寺

住 横浜市瀬谷区上瀬谷町8-3

大黒尊天



伝説によると1300年以上前に建てられた明光禅尼の庵がもとになったという古刹。鎌倉時代には日蓮宗の祖として知られる日蓮上人が宿泊しました。鎌倉時代のものと伝わる梵鐘は県の重要文化財に指定されています。

3 浄土宗 感光山 善昌寺

住 横浜市瀬谷区竹村町1-14

恵比寿神

室町時代末期、甲斐武田氏ゆかりの者によって創建。釣り竿と鯛を持った、かわいらしい恵比寿様がお堂に祀られています。ご本尊の阿弥陀様は江戸時代から雨乞いの阿弥陀として信仰を集めました。また本堂の薬師如来は寅年だけご開帳します。

4 曹洞宗 瀬谷山 徳善寺

住 横浜市瀬谷区本郷3-36-6

毘沙門天

戦国時代末期の創建で、古色豊かな堂々たる山門は古刹の趣きたっぷりに迎えてくれます。横浜市の名木古木の指定を受けた樹齢数百年といわれるカヤやタラヨウの木は必見。歌人・福田二三男氏の筆による毘沙門天の歌碑もあります。

5 高野山真言宗 瀬谷山 寶藏寺

住 横浜市瀬谷区瀬谷5-36-14

弁財天

平安時代末期に建てられた不動堂をはじまりとするお寺です。歴代徳川将軍の位牌があるほか、徳川3代将軍・家光により御朱印を賜わり、拝領した篦なども現存。境内には石造の弁天様のほか、干支のお守りご本尊なども祀られています。

6 真言宗豊山派 橋玉山 西福寺

住 横浜市瀬谷区橋戸3-21-2

布袋尊

かつては、極楽浄土があるとされる西を正面として、境内の地形が扇状に広がっていたことから、西福寺と名付けられました。境内の椎の木は樹齢千年とされています。布袋様を祀ったお堂と布袋様の石像があります。室町時代の創建。

7 日蓮宗 白東山 宗川寺

住 横浜市瀬谷区北新26-13

福禄寿

江戸時代、日賢上人が駿河から江戸に布教の旅の途中に、この地の住人だった石川宗川の篤い信仰心に感じ入ったことから開山されたといわれるお寺です。山門脇の2本のイチョウは夫婦銀杏とされ、古くから安産育児の信仰を集めてきました。

8 徳善寺別院 全通院勢至堂

住 横浜市瀬谷下瀬谷1-29-10

寿老人

徳善寺の別院で勢至菩薩をご本尊としています。この勢至様は夢のお告げによって発掘されたもので、徳善寺に安置された後、この勢至堂に移されました。江戸時代に建てられた本堂や寿老人が祀られたお堂、子育て地蔵に参拝を。

瀬谷駅南 推奨ルート

コース内容

GOAL 瀬谷駅(南口) ←約2.3km← 8 全通院勢至堂 ←約1.0km← 7 宗川寺 ←約1.2km← 6 西福寺 ←約0.45km← 5 寶藏寺 ←約0.75km← START 瀬谷駅(南口)

総歩行距離／約5.7km

自然とアートにふれるさんぽ道

（二俣川駅～湘南台駅 広域避難所入MAP）

二俣川駅から湘南台駅までの広域避難場所入りのマップを作りました。公園やギャラリーをめぐるさんぽマップとしてはもちろん、いざという時の緊急避難にもお役立てください。

コース内容		
START 二俣川駅	約1.2km	
1 こども自然公園	約2.2km	
2 相鉄ギャラリー	約5.3km	
3 泉中央公園	約2.9km	
4 天王森泉公園	約2.3km	
GOAL 湘南台駅		総歩行距離：約13.9km

1 こども自然公園（しぜんこうえん）

旭区の中で最大の面積を持つ、散歩に最適な公園。大池を中心に、園内には緑が広がり、バーベキュー広場、ピクニック広場、小動物とふれ合える無料の万騎が原ちびっ子動物園、子どもが遊べる大型遊具のあるとりでの森など、さまざまなエリアに分かれている。

横浜市旭区大池町65-1

2 相鉄ギャラリー（そうてつ）

相模鉄道創立70周年記念事業の一環として1990年に開館。年間を通じて、絵画や写真、その他にもさまざまなアートを展示している。作者自身によるギャラリートークが開催されることもある。2014年2月2日まで田中己永の水彩画展series「冬景色」を開催中。

横浜市泉区緑園4-3-28 相鉄文化会館4階

3 泉中央公園（いずみちゅうおうこうえん）

住宅街の中にある公園。公園入口には、1986年11月に誕生した泉区の発足記念として、1986年の「みなとみらい21彫刻展」で優秀賞を受賞した、空充秋による石組みの作品「門」が堂々と建つ。ベンチの他に、すべり台やブランコ、砂場など子ども向けの遊具もある。

横浜市泉区和泉町3026-1

4 天王森泉公園（てんのうもりいずみこうえん）

雑木林に囲まれた公園で、正面には1911年に興された清水製糸工場の本館として建てられた当時の姿を再現した「天王森泉館」が建つ（9～17時開館、第2・4火曜と12月29日～1月3日休館）。1月にはかるた取り、2月には豆まきや吊るし雛展示のイベントが行われる予定。

横浜市泉区和泉町300

おトクな寄り道

A 和菓子司こやま

泉区新橋町での開店から数えると創業70年以上の老舗和菓子店。抹茶と大和芋の生地と粒餡の緑園まんじゅう（136円）や上生菓子など30種類以上の和菓子や煎餅が並ぶ。

☎045-812-0039
営9:30～19:00 休火曜、元旦
住横浜市泉区緑園6-1-18
交緑園都市駅から徒歩約10分

本誌持参で おトクなINFO
和菓子を1000円以上お買い上げの方は50円引

B カフェ ターブル ビジュー

街角のカジュアルレストラン。ランチの定番人気は「やまゆりポークのロースト」のセット（980円）。季節の野菜たっぷりで和風ソースとクリームソースから選べる。

☎0466-46-0121 営11:45～14:00、17:30～21:30（L.O）
休水曜、12月29日～1月4日 住藤沢市湘南台1-21-18 交湘南台駅から徒歩約5分

本誌持参で おトクなINFO
ランチご注文の方に、プチアイスサービス

おトクな寄り道

B カフェ ターブル ビジュー

夜はアラカルトやディナーセット（1400円）、ディナーコース（2980円～）をお楽しみ下さい

オーナーシェフ 飯嶋泰さん

おトクな寄り道

A 和菓子司こやま

2002年全国菓子博で全国栄誉大賞受賞の「緑園散歩道」（178円）は3種類あってお薦めです

スタッフ 小山宏之さん

マークのご説明 ····▸ 散歩コースデータ　ところどころ 急なアップダウンのあるコース　コースの見どころ　ビューポイント　コース上のマーク　WC トイレ　地元グルメ

横浜瀬谷八福神

相鉄オリジナル

スタンプ帳

1 ダルマ大師 臨済宗建長寺派 相澤山 長天寺

当山は臨済宗建長寺派の寺院で、御本尊は釈迦牟尼仏。室町時代の応永元年（1394年）2月15日の開創。奇瑞『横浜瀬谷八福神』のダルマ大師は釈尊以来28代インドの高僧。中国に渡来し武帝に謁見後少林寺に面壁九年。断臂の二祖慧可に法を伝え、禅宗の初祖と仰がれる。世寿150歳といわれ、七転八起の縁起ダルマで民間に親しまれている。

2 大黒尊天 日蓮宗 蓮昌山 妙光寺

当山は孝徳天皇の白雉三年（652年）明光禅尼の開基。弘安五年（1282年）9月17日、日蓮大聖人の御一泊を賜り、時の住持が大聖人の教化を受けて改宗する。これにより蓮昌山妙光寺となり今日に至る。大きな袋を肩にかついだ姿は、サンタクロースの東洋版かもしれませんが、何でも望みどおり出せる打出の小槌という強力な道具を持っている大黒様は、庶民の望みを一身に引き受けています。神徳、財宝、厨房の守護。

3 恵比寿神 浄土宗 慈光山 善昌寺

当山は大本山鎌倉光明寺の末寺にて、室町時代天文二年（1533年）に開かれ、阿弥陀様を御本尊とします。光明寺より下賜された雨乞本尊と、寅年だけ開帳される薬師如来（寅薬師）が本堂に祀られています。風折烏帽子をかぶり鯛を釣り上げにこにこ顔の恵比寿様は、生業を守護し福徳をもたらす日本の神です。生業の大事さ、日常生活の大切さ、自ら生命の尊さ、微笑の生き方を教えてくださる。家内安全、仕事順調間違いなし。

4 毘沙門天 曹洞宗 瀬谷山 徳善寺

弘治元年（1555年）に創建され、開山は玄室泰存禅師。本尊は釈迦牟尼仏、脇侍に文殊・普賢の両菩薩を祀る。境内には梅・桜・紫陽花・萩等の木々があり、四季折々にその表情を変える。毘沙門天は、四天王の随一として北方を守護し、多聞天とも呼ばれ、財宝・福徳・消災の神である。お堂は昭和60年に落慶し東側には毘沙門天の歌碑もある。歌人福田二三男氏の筆になるもので、平成四年（1992年）9月に建立された。

5 弁財天 高野山真言宗 瀬谷山 寶藏寺

治暦二年（1066年）秀恵比丘尼の開基にして御本尊は不動明王である。
徳川三代将軍家光公により御朱印を賜り拝領の篭等は現存する。弁財天は真言密教の曼荼羅に安じられて居り、これが八福神にも加えられ、その中では唯一の女神で知恵財福のご利益があり、又芸道技術の神としても崇拝されて居ります。

6 布袋尊 真言宗豊山派 猿王山 西福寺

御本尊は不動明王。正面が西向きに末広がる扇面の境内地形で西方浄土を望み、安楽な心地にひたれる処として西福寺となづけられた。四季の花尽くる事無く、み佛笑み給う霊域である。天文三年（1534年）創立とおもわれる。通称「千年シイ」の大霊木が現存。毎年、文化の日に筆供養を営む。みろく布袋尊のモデルは中国の禅僧。智恵袋を持ち破顔大笑と愛語で予祝を授け歩く。福徳大量の開運と安産の聖者。あせらず、おおらかに生きよと説く。

7 福禄寿 日蓮宗 白東山 宗川寺

当山は日蓮宗興統門流（富士宮市北山本門寺）第12世日賢上人が寛永二年（1625年）石川家鬼門除け「題目堂」として建立し開祖となる。江戸への布教の途にあった日賢上人は里人から石川宗川の篤き信心に感じられ、上人自ら開山となられ、寺号に宗川の名を取り「宗川寺」と号す。福禄寿は短身、長頭、多髪である。人望福徳を授ける福神なり。

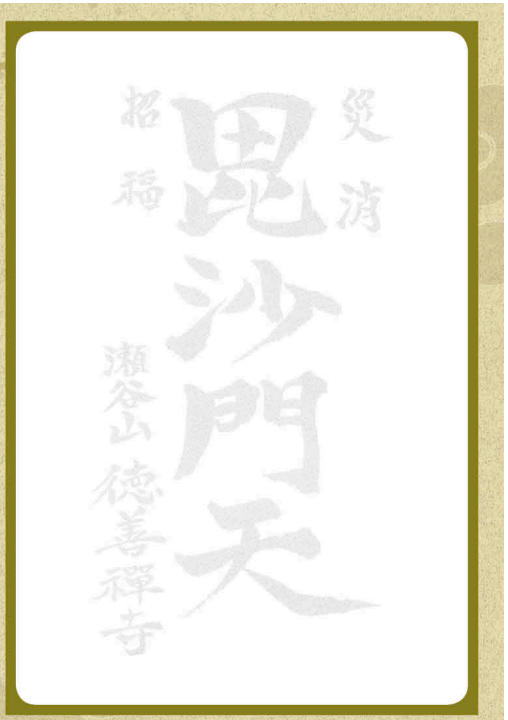
8 寿老人 徳善寺別院 全通院勢至堂

開創は寛永年間（1624～1643年）。当初は阿弥陀如来を祀っていたが、霊夢により勢至菩薩の尊像を賜り、後に本尊として御祀りする。本尊の開扉は12年に一度、午年に行われる。縁日は1月23日、8月23日に行われている。本堂は、寛政九年（1798年）の建立で、200年の風雪に耐える。寿老人は中国の神、南極老人ともいわれ、寿命を司る明将明神とも言う。智恵と長寿を約束してくれる神として昔から尊ばれている。また名木藤の大樹は見事である。

1 ダルマ大師 臨済宗建長寺派 相澤山 長天寺

2 大黒尊天 日蓮宗 蓮昌山 妙光寺

3 恵比寿神 浄土宗 慈光山 善昌寺



4 毘沙門天 曹洞宗 瀬谷山 徳善寺

5 弁財天 高野山真言宗 瀬谷山 寶藏寺

6 布袋尊 真言宗豊山派 猿王山 西福寺

7 福禄寿 日蓮宗 白東山 宗川寺

8 寿老人 徳善寺別院 全通院勢至堂

相鉄グッズショップ「ぷらっと★」海老名店のご案内

相模鉄道
ゴルフ
マーカーセット
1200円

相模鉄道
×
えび〜にゃ
プラコップ
500円

相模鉄道
×
えび〜にゃ
ランチボックス
900円

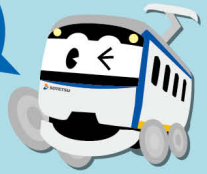
キーカバー
各200円

相模鉄道
×
えび〜にゃ
ハンドタオル
400円

相鉄グッズショップ
ぷらっと★
海老名店

営業時間
11:00〜18:00
定休日毎週水曜日(祝日の場合は翌日休業)・年末年始

遊びにきてね!



駅からさんぽ 相鉄沿線地元グルメ!!

皆様からの声が届きました!

本誌をご愛読いただき、ありがとうございます。読者の皆様からの声を募集しましたところ、多数のご応募をいただきましたので、その一部をご紹介します。

井出トマト農園は、比較的近所に全国でも有名なトマト農園があることにビックリしました。いろいろ研究しておいしいトマトづくりをしていて感心しました。
40代／女性

11月3日のウォーキングに行きました。和泉川沿いを歩き、途中の公園でふれあいまつりの踊りや、ファーマーズマーケットなどとても楽しめました。
70代／女性

皆様からの声 募集中!!

採用された方には、相鉄オリジナルグッズをプレゼント。ぜひご応募ください。

トレーンNゲージ
ダイキャストスケールモデル
相模鉄道11000系
※イメージです。

応募方法 今号に掲載されている記事で、良かったさんぽコース、お店・メニューは何ですか。また、どこが良かったのかを具体的にお答えいただき、右記の応募はがきにご記入の上、ご応募ください。

応募締切 2014年2月28日(金)消印有効

個人情報の取扱について 応募の際にご記入いただく個人情報は、プレゼント賞品の発送のみに使用し、事務局にて責任をもって管理します。個人情報を第三者に預託・提供することは一切ありません。また、前述の利用目的以外では使用しません。

50円切手をお貼りください

108-0073

東京都港区三田3-14-10
明治安田生命三田ビル7F

相鉄「駅からさんぽ・地元グルメ」
事務局 行

住所	〒		
フリガナ		性別	年齢
氏名		男 女	才
電話番号	( )		
メールアドレス			
最寄駅			

瀬谷駅で 記念スタンプを押印しよう！

2013年12月26日(木)～2014年1月31日(金)まで、瀬谷駅に横浜瀬谷八福神記念スタンプを設置します。期間限定となりますので、ぜひ記念に押してみよう！

※スタンプイメージ

設置場所　瀬谷駅改札中

相鉄 駅からさんぽ・地元グルメ 2014冬号 「皆様からの声」応募はがき

この度は、相鉄「駅からさんぽ・地元グルメ」をご愛読いただき、ありがとうございます。今後の誌面作成のため、ご意見・ご感想をお寄せください。

1 今号に掲載されている記事で、良かったさんぽコース、お店・メニューは何ですか。また、どこが良かったのかを具体的にご記入ください。

2 相鉄「駅からさんぽ」を読むのは、今号で何冊目ですか？ ○で囲んでください。

a. 初めて　b. 2～4冊目　c. 5～10冊目　d. 10冊以上

3 今号でおもしろかった記事は何ですか。

4 オススメのおさんぽコースや公園などのスポット、お店はどこですか。いつ、どのような時に利用するか、オススメのメニューもあわせてご記入ください。

5 上記4のご記入内容に関して、お電話またはメールでご連絡させていただいてもよいですか。○で囲んでください。

a. はい　b. いいえ

ご協力ありがとうございました。

お出掛けに便利でお得な、フリーパス

相鉄線の往復運賃が約10～20%もお得!!

箱根

見所たくさん！箱根周遊に便利でお得な箱根フリーパス。

丹沢・大山

自然の空気を満喫！ハイキングにも便利でお得な丹沢・大山フリーパス。

江の島・鎌倉

江の島・鎌倉の寺社めぐりや散策に便利でお得な江の島・鎌倉フリーパス。

横浜

みなとみらい線・横浜市営地下鉄・市営バスで行く横浜方面のおでかけに。

駅備え付けのパンフレットをご覧ください。

相鉄線各駅で好評発売中!! ※一部の駅を除く

お買い求めの際は券売機のこのアイコン フリーパス が目印です！

【大人・小児用】※フリーパスのイメージです。各駅券売機でお買い求め下さい。

あのまちには何がある!?

Pick Up Station 西谷駅 編

今回のピックアップは、丘陵に多くの住宅地が続く西谷駅。
駅の南側の西谷商店街を含め、
駅の周辺にはさまざまな店が並ぶ。
新店もオープンしているので、新たな発見があるかも!?

1. オランダ坂珈琲邸 横浜西谷店

「オランダ坂洋風膳」は、ハーフサイズのナポリタン・ミートソース・ビーフカレーから１種類とミックスサンド、サラダ、デザートにドリンクまで付く欲張りなセット。ドリンク＋０円で、バタートーストとゆで卵がサービスになるモーニングも人気。

本誌持参でおトクなINFO
1人1杯珈琲お替り無料券(ブレンド、アメリカン、アイスコーヒー限定)

営 7:00 ～22:00 (L.O.21:00)、土曜・日曜日、祝日は～23:00 (L.O.22:00)　休 無休
住 横浜市旭区川島町2888-2
交 駅から徒歩約10分
☎ 045-459-5119

1.国道16号沿いに2013年2月にオープンした洋館風の店　2.ファミリーや友人同士、１人客などさまざまな客層に対応　3.「オランダ坂洋風膳」(1344円)は11時からオーダーＯＫ

2. 北海ラーメン 蝦夷

創業40年以上を誇り、味噌を使ったラーメンがイチオシ。味噌はご主人が北海道での修業時代に探し回って見つけた、北海道の地酒「千歳鶴」の蔵元が作ったもの。豆板醤を使ったスープは、甘みとピリッとした辛さのバランスがよく、ここにしかない味だ。

営 11:00～翌1:00　休 不定休
住 横浜市保土ヶ谷区西谷町1175-6
交 駅から徒歩約3分
☎ 045-381-2319

本誌持参でおトクなINFO
ラーメンご注文でトッピング1種サービス

1.肉味噌ラーメン(850円)。豚バラや白菜など具もたっぷり　2.テーブル席、カウンター以外に座敷席もあるので、ファミリー客にも便利　3.交差点の脇にある白い看板が目印のボリュームたっぷりの定食も揃う店

5. Lanakira (ラナキラ)

2013年9月に西谷駅南口にオープンしたばかり。ハワイ雑貨として人気のリボンレイを相談しながらオーダーできるのがうれしい。オレンジやパープルなどリボンのカラーや編み方によって雰囲気が違ってくるので、何本も欲しくなってしまいそう。プレゼントにもぴったり。

1.西谷駅南口改札を出たすぐ目の前　2.年末にハワイで買い付け予定のハワイ雑貨が年明けに並ぶかも!?　3.リボンレイは1本800円。修理も受けてくれるので安心

本誌持参でおトクなINFO
2000円以上購入で先着50名にカプサイシン配合「なるほどウォーマー(1000円相当)」プレゼント

営 11:00～20:00
休 日曜日・祝日
住 横浜市保土ヶ谷区西谷町1078
交 西谷駅南口からすぐ
☎ 045-373-8206

3. 中華めし処 梅の木交差点

地元で昔から愛され続ける中華料理店で、定食や麺、丼もの以外にも海鮮や肉、野菜など一品料理も豊富。チャーハンのまわりにスープが入った「龍チャーハン」は、寒い日でも体がぽかぽか温まるおいしさ。餃子(420円)は細かく刻んだスルメイカが隠し味。杏仁豆腐(350円)はフルーツ入り。

営 11:00～15:00、17:00～23:00(L.O.22:00)、日曜日の夜は17:00～不定
休 不定休
住 横浜市保土ヶ谷区西谷町747-2
交 駅から徒歩約3分
☎ 045-371-7733

1.スープとご飯が一緒になった龍チャーハン(1050円)　2.ボリュームたっぷりの中華が食べられるアットホームな店　3.16号線の梅の木交差点にあるのでわかりやすい

本誌持参でおトクなINFO
1000円以上ご注文で杏仁豆腐1品サービス

4. 鈴木精肉店

西谷商店街にある昔ながらの精肉店。人気は炭焼きの焼き豚。毎日手作りしているので、日々の焼き加減はご愛敬!?　11:30～は日替わり弁当をワンコイン500円で数量限定で販売。寒い日に食べたくなるロールキャベツ(１本200円)はブイヨンの自家製スープ付き。

営 10:00～19:00　休 日曜日　住 横浜市保土ヶ谷区西谷町890-13　交 駅から徒歩約6分　☎ 045-373-1115

1.お昼も夕方も惣菜を買い求める客でにぎわう　2.コロッケ、メンチカツ、トンカツ、ハムカツなど、手作り惣菜も人気　3.炭焼き焼き豚(100g350円～)は照りと焼きの加減が絶妙

本誌持参でおトクなINFO
炭焼き焼き豚5% OFF

おトクなINFO特典をご利用の方は本誌をご持参ください。有効期限は2014年2月28日(金)までです。 ※他クーポンとの併用はできません。

※掲載店舗の営業時間、商品、価格などは予告なく変更する場合があります。

沿線で発見! オイシイひととき

冬の代謝アップ作戦!

寒い季節は外に出るのが億劫になるため、
基礎代謝が下がりがちなうえ、イベントも多い季節。
代謝をアップしてくれる食べ物で、健康＆体調管理を心掛けましょう。

「トムヤムクン」(2人前 980円)。酸味と辛味、複雑な香りがクセになる。辛さは3段階から選べ、1人前580円のオーダーも可能

チーズナンも大好評。テイクアウトも充実しています

シェフ カマルさん

1厚木街道(県道40号)沿いに今年2月にオープン。テラス席はペットもOK 2深紅の壁が印象的な店内。綿糸のテーブルクロスや照明もおしゃれ。カウンター席もある 3「ランチカレーセット」(680円)。スパイシーでヘルシーなカレーと、ほのかに甘いナンが実によく合う

希望ケ丘駅

スパイス ヒル

本場のシェフが手がける スパイス料理で冬も元気に!

インド、ネパール、タイなどの本場の味を、洒落た雰囲気の中で味わえるアジアンダイニングカフェ。寒い季節には、体を温め、代謝アップが期待できるスパイス料理がぴったり。おすすめは、新陳代謝を活発にするクエン酸やカプサイシンが豊富な「トムヤムクン」。絶妙な甘酸っぱさと辛さ、奥深い複雑な味わいがクセになる。平日の夜は10%オフ（飲み放題や宴会コースを除く）、珠しい1時間の飲み放題（1000円）など、お得でうれしいサービスもある。

営11:00～15:00(L.O.14:45)、17:30～22:30(L.O.22:00) 休なし 住横浜市旭区東希望が丘42 交希望ケ丘駅から徒歩5分 ☎045-459-5424

本誌持参でおトクなINFO
ランチご利用の方に揚品温星、ディナー時ワインまたはアイス1杯サービス

「台湾風かき炒め」(1260円)。ぷりぷりの広島産カキがたっぷり。黒豆を発酵させた豆鼓のコクと豚そぼろの旨みでご飯が進む

手作りちまきや点心も人気です

店主 岸田さん

三ツ境駅

台湾家庭料理 めめ

温かなもてなしが評判の店で 冬の一押しメニューを食す

台湾出身の女性店主のアットホームなおもてなしにファンが多い。「葱油鶏（ソンユーチー）」や「台湾風湯麺」など、台湾ならではの家庭料理や飲茶が楽しめる。冬の人気メニューは、代謝を促進するヨウ素が豊富なカキがたっぷり入った「台湾風かき炒め」。味付けで使う豆板醤のカプサイシンも代謝アップの味方。メニューにない料理や、少量ずついろいろな料理を味わいたいなど、さまざまなリクエストに対応してくれるのも、店主ならではのやさしさ。

営11:00～14:00、17:00～21:00 休月曜日 住横浜市瀬谷区三ツ境110-23 交三ツ境駅から徒歩4分 ☎045-366-5331

本誌持参でおトクなINFO
「台湾風かき炒め」または「飲茶セットA」ご注文の方、お会計から5%引き

1「飲茶セットA」(1050円)。もちまんや点心に烏龍茶、ちまきが付く。大きな豚角煮と塩ゆで落花生がたっぷり入ったちまきは、あっさりしていて食べやすいと人気 2駅南口、富士見通り商店街の中ほどに立地 3すっきりした清潔感ある店内。一人でも気軽に食事ができる

天王町駅

poro珈琲

フィンランドを感じるカフェで 北欧産のサーモンメニューを

仕事で赴任したフィンランドでの暮らしをきっかけに、「現地の空気を感じてほしい」と3年前にオープン。滞在した3年間で写した何気ない日常の風景や、フィンランド語のラジオ放送、北欧らしいメニューなど、五感で北欧を感じられる。スープやサンドイッチなど、北欧産サーモンを使った軽食も豊富。サーモンは、代謝アップに欠かせないアミノ酸・ビタミンB・ヨウ素を含む優秀食材。おいしいと評判の「poroブレンド珈琲」とともに味わいたい。

営11:00～21:00(火曜は12:00～) 休不定休 住横浜市保土ケ谷区天王町1-11-4 矢澤ビル1階 交天王町駅から徒歩5分 ☎045-442-4667

本誌持参でおトクなINFO
ご飲食の方はケーキ半額

1店は静かな路地の一角に。テラス席はペットも可 2配色やレイアウトなど、内装は元エンジニアであるオーナーがデザイン 3「北欧風アップルケーキ(季節のケーキ)」(400円)。フィンランドのお菓子によく使われるカルダモンを利かせてある。バニラアイス付き

「アボカド＆スモークサーモン＆小エビの北欧風オープンサンドイッチ」(700円)。パンはヒマワリの種入り。ピクルスとサラダも付く

お一人でもシニアの方でもふらりと寄ってゆっくり過ごせるカフェです

オーナー 笠原勝徳さん

鶴ケ峰駅

ほわいとべあ～

スパイス、ボリュームともに たっぷりの焼きカレーが大人気

横浜のホテルで和洋中の経験を積んだオーナーシェフ、長嶋昌浩さんが31年前に開いた洋食屋さん。店名は、シェフがクマに似ていると付けられたもの。「他店にはないメニューを」と考案した、オリジナリティあふれる品々にファンが多い。冬のおすすめは「焼きカレー」。カレーのスパイスには、副交感神経を活発にし、余分な体脂肪を燃やす効果が期待できる。気取りのない雰囲気、昭和を感じるインテリアもこの店ならではの魅力だ。

営10:30～21:30(土曜は21:00、祝祭日は16:00) 休日曜日 住横浜市旭区鶴ケ峰2-21-8 長嶋ビル2階 交鶴ケ峰駅から徒歩1分 ☎080-7000-3501

本誌持参でおトクなINFO
お食事の方にコーヒーまたは紅茶をサービス

1白クマの看板の奥の階段を上がった2階に店がある 2 31年前のオープン以来変わらないレトロな空間 3「チキン・ベーコン・しめじ・キムチの和風スープスパゲティ」(1100円)。野菜の甘みとキムチの辛味がバランスよくまとまった絶品。発酵食品キムチで代謝を促進

「焼きカレー(スープ付き)」(850円)。カレーとチーズの一体感、極秘スパイスを効かせたご飯は、一度食べるとまた食べたくなるおいしさ

お子様連れの方も大歓迎 2階ですがお気軽にご来店いただけるとうれしいです!

店主 長嶋昌浩さん

「ぐるめ碧空（あおぞら）」

手間を惜しまず妥協なく心のこもった料理は本格派

ドミグラスソースにとろみを付ける、美しいとび色のルー。手になじんだ愛着のあるスパテラ（木ベラ）で鍋をかき混ぜるのは、この場所で洋食店を営み33年になる吉川英夫さん。もとは絵描きになりたかったというが、知人に誘われ20才で西洋料理の世界へ。以来、半世紀近く料理の腕をふるってきた。

ベースとなるソースは、見えない部分も一切手を抜かず、昔ながらの作り方を忠実に守る。どの料理も、ひと口食べればどれほど手間がかかっているかがわかる。「お出しした料理への対価を、お客さまにもったいないと感じさせる仕事だけは絶対にしたくないのです」。その真摯な思いが、どの有名店にも引けを取らない本物の味わいに押し上げている。

「ビーフシチュー」(2450円)。手間暇かけたルーブルン(とび色のルー)とスープを合わせ、じっくり煮詰めたドミグラスソースがベース。甘みと酸味のバランスが絶妙で、舌先でほろっとくずれる牛肉、ごろりと大きめの野菜の食感もちょうどよい

ルーブルンと合わせるダシをとる牛骨・スジ肉とブーケガルニ。美しいとび色に仕上げるために、使用する肉類や玉ネギ、ニンジンなどの野菜はあらかじめ焼いてから使う

本誌持参で おトクなINFO
ディナー1500円以上ご利用でコーヒーサービス

冬の人気メニュー「エビグラタン」(1050円)。一口食べるとエビの豊かな風味がふわっと広がるのは、剥いた芝エビの殻を使って香りと味を引き出しているから。鶏ガラベースのホワイトソースも旨みとコクがあり美味

洋食メニューとともにちょっとした和の一品もお客さまに喜ばれています

湘南台
Shonandai
ゆめが丘 Yumegaoka

妻のエリ子さんとともに。「帰りがけにお客さまが笑顔で『ごちそうさま』と声をかけてくれたときが一番うれしいですね」

ここで食べられます!

ぐるめ碧空

- 営 11:30～14:00(L.O.)、17:00～21:00(L.O.)
- 休 火曜日
- 住 藤沢市湘南台1-21-1 コーポ佐藤1階
- 交 湘南台駅から徒歩約4分
- 電 0466-45-6858

団地に面した閑静な一角、青いひさしが目印。湘南台公園や湘南台文化センターにも近い

椅子もテーブルもオープン時からのもの。壁は古くからの常連客が好意できれいに塗ってくれたそう

「澤屋まつもと 酒道場」

探究熱心な店主がもてなすおでん懐石と純米酒

作務衣姿が板に着く店主の松本庄平さんは、実は京都伏見で江戸時代から続く酒蔵「松本酒造」の代表取締役専務。希望ヶ丘に置かれた企画室室長として、昼は特約店を回り、夜になると店に立つ。

昔から料理が好きで、方々食べ歩いては気に入った味を再現。次第に料理を自分のものとし、出張料理人や伊丹十三監督の映画のフードコーディネーターなどを経験、63才で店を開いた。どんなにおいしくても、「この味でいいと思った途端に進歩が止まる。同じ材料でも、もっとおいしくできるはず」と、日々の探究に余念がない。松本さんがもてなす料理の数々と、それらを盛りたてる酒は、「食」の幸せをしみじみと感じさせ、身も心も温めてくれる。

おでんは、一品ずつアツアツをいただく"懐石スタイル"。冬は白子やアンキモ、春は山菜、秋はキノコなど、おでんの具も独創的。おでんの前には、山海の珍味を盛り合わせた八寸が供される(写真右は2000円コース以上の八寸一例)

本誌持参で おトクなINFO
おひとり2000円以上のご飲食で「澤屋まつもと 純米」小1合サービス

松本さんが「酒屋人生の最後で最大の仕事」と立ち上げた「澤屋まつもと 純米」。"食中酒"らしく爽やかでクセがなく、飽きのこない飲み口が特徴。松本さんいわく「いばっていない、料理の下から入って料理を包む酒」

毎年7～8月は店を閉め、酒の取扱店を巡りながら食の探求を目的に全国行脚。店内に貼られた日本地図には、店主の足跡が記されている。横に飾られているのは、帆布の前掛けをリメイクしたバッグ(購入可能)

ここで味わえます!

澤屋まつもと 酒道場

- 営 18:00～21:00(L.O.)
- 休 日曜日・祝日
- 住 横浜市旭区東希望が丘97-17
- 交 希望ヶ丘駅から徒歩約2分
- 電 090-9973-9783

店は厚木街道から少し奥まった緩やかな坂道に。営業中は赤い提灯が灯り、「開場中」の札が掲げられる

おでんだしの香りが漂う店内。店主との会話が弾むL字型のカウンター席、テーブル席がある

メニューは木札に手書きで。おでん懐石は1000円・2000円・3000円の3コース。「タンポポラーメン」(500円)、一品料理(500円)、「松本流スッポン料理」(1万円、4人から要予約)などもある

巻頭特集

体の芯までポッカポカメニュー

相鉄沿線地元グルメ

2014 WINTER vol.12

CONTENTS

2 — タンメン・カントナ
3 — 麦わら屋
4 — ぐるめ碧空
5 — 澤屋まつもと酒道場
6・7 — 冬の代謝アップ作戦！
8 — あのまちには何がある!?「西谷駅」編

タンメン・カントナ

サッカー好きの店主が営むカラダにやさしい中華の店

もとは古着のバイヤーだった、粂田崇宏さんが開いた「タンメン・カントナ」。仕事で訪れる海外の食事がおいしいと思えず、「チャイナタウンに行くのが唯一の楽しみ」となり、24才で中華料理の世界へ。横浜中華街にある名店で修業を積み、副料理長、調理場のトップを経験し昨年独立を果たした。

店のコンセプトは「カラダが喜ぶ料理」。タンメンは野菜たっぷり、中国のアンチョビ「ハムユイ」を効かせた炒飯、2種類の種から手作りする杏仁豆腐など、高級中華で培った経験を存分に生かす。「料理は常に、自分の大切な人に食べてもらう気持ちで作っています」と粂田さん。その思いは、美しい彩りと盛り付け、滋味深い味に昇華されている。

「カントナタンメン」(1000円)。9種の野菜をたっぷり250g使った看板メニュー「七彩(しちさい)タンメン」に豚しゃぶ、えび、いかをトッピング。トマトを利かせた深みのあるオリジナルスープも味のポイント

本誌持参でおトクなINFO
お食事の方に「ちび杏仁豆腐」と「フォーチュンクッキー」をサービス(1組5名まで)

じわじわと人気上昇中の「コンボタ・タンメン」(900円)。中華街直伝のコーンスープに、店主のアレンジでトマトと酒醸(チューニャン＝中国の甘酒に似た発酵調味料)を加え、くどすぎず濃厚でクリーミーなコンボタ味に仕上げた

カウンターには、店主が10数年かけてコツコツ集めたマンチェスターユナイテッドの選手フィギュアがずらり。店名に付けた元サッカー選手のカントナや昔のJリーグフィギュアなど、貴重なコレクションもある

ここで食べられます！

タンメン・カントナ

営 11:30～14:30(L.O.14:00)、18:00～22:00(L.O.21:30)
休 日曜日(月～土の祝日は営業)
住 横浜市西区平沼1-33-12
交 平沼橋駅から徒歩約4分
☎ 045-314-4337

レトロな雑貨店のような店構え。昼はタンメン中心のラーメン店、夜は本格中華も味わえる中華バルとして営業

夜は要予約で8名からの貸し切りもOK。店のフェイスブックには新作料理やサッカーなどの話題も

麦わら屋

精肉卸しの経験を生かし安くておいしい「社交場」を

築35年、昭和が香る一軒家の店先から漂う焼き鳥のいいにおい。そこは、総菜店兼居酒屋の「麦わら屋」。焼き鳥・焼きとんは全品100円、つまみや総菜もワンコインでお釣りがくるものばかりだ。ここまで安価にできるのは、精肉卸しの経験をもつ店主、渡邉紀行さんならでは。いい食材を安く仕入れ、丁寧に仕込んだ串物や総菜が喜ばれている。「学生が多い街なので、おいしいものを安く提供したくて」と渡邉さん。同時に、知らない人同士が顔見知りになれる「街の社交場」を目指しているという。主婦や学生、シニアなど、幅広く親しまれ、ボサノバライブなども開かれている。「街を活気づけたい」という渡邉さんの願いは、少しずつ結実しつつあるようだ。

冬の一押しは、和牛モツ煮込みをチゲ風にアレンジした「もつチゲタンタン」(480円)。和牛をていねいに処理しているのでモツが苦手な人でも食べられる。串ものは、1日400本は仕込むという。和牛ハツ、カシラ、大葉入りのつくね、どれもうまい

1階と2階をつなぐ趣ある木の階段。塗装がはげて年季の入った木肌が郷愁を誘う

2階は約20人が座れるテーブル席。木の天井に灯る裸電球や木の柱など、どこか懐かしい雰囲気。料理9品、飲み放題付きで3500円のお得なコースも(4人から要予約)

本誌持参でおトクなINFO
2000円以上のご飲食で「もつチゲタンタン」サービス

2階席に飾られた画家を目指す常連さんの緻密なイラスト。この冬、油絵による壁画も完成予定という

ここで食べられます！

麦わら屋

営 12:00～24:00
休 日曜日
住 横浜市保土ケ谷区和田1-18-8
交 和田町駅から徒歩約2分
☎ 045-336-4841

和田町商店街の中ほどにある一軒家が店舗。店先では弁当や焼き鳥、各種総菜のテイクアウトに対応

気軽な1階立ち飲みスペースにはカラフルな手書きメニューがずらり。迷いながらの注文も楽しい