

駅から街へ、街から駅へ

東京エキマチ

Vol.

14



京日八東丸大 有
橋本重京の手楽
橋洲駅内町町

2017.8.10号

東京駅と街がつながるフリーマガジン



ぶらり
エキマチ
さんぽ

大手町

大手町駅に
囲まれた
エリア

特集

エキマチカレー



表紙
八丁堀にあるカレー専門
店「ロダン」の一番人気、
ロースかつカレー 850円。
このボリュームでこの値
段! お店の詳細はP13を
参照。
撮影=中村宗徳

Contents 2017年8月10日発行

東京エキマチ

Vol.14

営業時間、休み、値段などの情報には変更が生じる場合があります。
年末年始の休みについては各施設・店舗にお問い合わせください。
誌面に表記されている料金は税込価格です。

特集 これぞ鉄板!

4 エキマチカレー

- 8 南北インドカレーを食べつくす!
- 10 まだあるアジアの絶品カレー
- 11 「カレーショップアルプス」十三番勝負
- 12 インド人も二度見する!? インパクトカレー!!
- 14 専門店では味わえないカレーを追え!
- 16 ライスやナンだけじゃない!
カレー×○○○



- 22 駅・街・鉄道 information
- 24 東京駅構内MAP
- 25 便利な無料巡回バス
- 25 都心部路線図
- 26 東京エキマチMAP

読者プレゼント

応募締切◎2017年10月6日必着



東京エキマチ
バックナンバー
※1種類のみ

1 茅乃舎 「お料理だし箱シリーズ」 10名様

お料理カードと出汁をセットにした「お料理だし箱シリーズ」を新しいギフトシリーズとして、8月30日に開業する「グランスタ丸の内」の新エリア内、「茅乃舎丸の内店」で初日から先行発売。これを記念し、味噌汁だし箱、おつまみだし箱、もてなしだし箱、作りおきだし箱の中から一つプレゼント。種類は選べません。

2 東京ステーションシティ 「東京エキマチ」バックナンバー 1冊 20名様

P2掲載のバックナンバーの中から1種類をプレゼント。vol番号を必ずご記入ください。内容は東京ステーションシティのホームページでも確認できます。
<http://www.tokyostationcity.com/>

応募要項

- ハガキに 1.お名前(ふりがな) 2.年齢
3.性別 4.ご職業 5.郵便番号とご住所
6.電話番号 7.プレゼント名
8.アンケートの回答を明記の上、郵送してください

送り先

〒101-0062

東京都千代田区神田駿河台2-3-11

NBF御茶ノ水ビル7階

(株)交通新聞社 コミュニケーションデザイン事業部

「東京エキマチvol.14」係

アンケート

- Q1: vol.14で一番面白かった記事・コーナーは?
Q2: vol.14をどこで手にとられましたか?
Q3: 「東京エキマチ」(過去を含む)を読んで、実際に
行かれたおすすめのお店・施設を教えてください
Q4: ご意見・ご感想



スマートフォン、
タブレットからの応募はこちらから

※ご記入いただいた個人情報は「当選者へのプレゼント発送」以外の目的では使用いたしません。またアンケートの内容は「東京エキマチ」内「読者の広場」の誌面作り及び、冊子制作の参考にさせていただきます。※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。

これぞ鉄板!



エキマチカレー

暑い夏こそ、カラダが求めてしまう「カレー」。猛暑でも、スパイシーな匂いが漂えば、たちまち食欲が呼び起こされる。実はエキマチって、隠れたカレーの聖地。本格的なインドカレーから、王道の欧風カレー、懐にやさしい大衆カレーまでなんでもござれ。まずは、おさえておくべき7軒をご紹介します。

最高級の
黒毛和牛を
丹念に
仕込みました!



※
極上の素材を生かした
究極のビーフカレー
ドンピエール
エキスプレスカレー
東京駅店
特製ビーフカレー
1650円

Curry

高級洋食の名店『ドンピエール』で人気の高いカレーを気軽に味わえる欧風カレー専門店。フランス料理のシェフが丹念に作るこだわりのカレーは食材選びにも余念がない。看板メニューの特製ビーフカレーには、A5ランクの黒毛和牛のバラ肉とホホ肉がゴロリと入っている。口の中で、肉汁の芳醇な甘みとスパイシーで濃厚なカレーが混ざり合った味わいはまさに絶品。アカシ料理長は「上質な食材のもつ旨味をそのまま生かしているだけ」と言うものの、20年以上かけてたどり着いたという究極のビーフカレーは感動必至の一品だ。

ドンピエール エクスプレスカレー とうきょうえきてん◎JR東京駅八重洲北口徒歩1分。11:00～22:30LO、無休。千代田区丸の内1-9-1 改札外1F キッチンストリート内 ☎03・5288・7551 MAP P26 B-2



不動の人気を誇る特製ビーフカレー。アカシ料理長が調理する様子も眺められるオープンキッチンのある店内では、フュメドボワソンをベースにしたホワイトカレーなど、フレンチの技術で仕上げたカレーも楽しめる。

現地タイより刺激的!
他にない辛さを
目指してます



※
爽快かつ鮮烈な辛さ!
個性派なタイカレー

タイカレー(チキン)
1300円

Curry

洋食レストランでありながらランチタイムはタイカレーを求めて行列ができる異色の店。香り高いジャスミンライスに20種類以上のスパイスを使ったカレーをかけて頬張れば、爽快なまでにパンチの効いたストレートな辛さ。ココナッツミルクを控えめにして、深みのある辛さを追求したというシェフの「現地より辛いです」という言葉に納得。それでも、もの足りないと感じる人はナンプラーに漬け込んだ青唐辛子“ピキヌ”(＋100円)をお好みで。

サングリア◎地下鉄千代田線二重橋前駅4番出口徒歩1分。11:30～13:30・17:00～20:30LO、土・日・祝日休。千代田区丸の内2-2-1 岸本ビルB1 ☎03・3213・3908 MAP P26 B-1



「マイルドも選べるので辛さが苦手な人もご安心を」とソムリエでもある店長の山崎さん。夜はワインとともに生ハムやグリル料理などを楽しめる洋食レストラン。昼はカレーのみの提供だ。



本場、札幌の人気店からのれん分けしたスープカレーの専門店。一押しは12種類の旬野菜がトッピングされた特選チキン野菜カレー。魚介類と豚骨でとったスープに10種類のスパイスを織りまぜたオリジナルスープはコクがあるのにあっさり。茹でる、蒸す、揚げるなどの調理法で引き出された旬野菜の甘みや食感、香ばしさが口の中でスープと絶妙に絡み合う。身がほろっとほぐれるほどやわらかく煮込んだチキンレッグも味わい深い。

さっぽろドミニカさんでん◎地下鉄銀座線京橋駅3番出口徒歩4分。11:00～21:30LO（土・日・祝日は～20:30LO）、無休。中央区京橋3-4-1 TM銀座ビル2F ☎03・3231・1347 MAP P26 C-2

🌸
札幌ドミニカ銀座店
特選チキン野菜カレー
1200円



昭和の雰囲気
漂うお店で
昭和のカレーを
どうぞ！



🌸
マープル
インドカレー
850円

およそ半世紀、有楽町ビルディングの歴史とともに歩んできた『マープル』。「はじめの10年間はコーヒーショップだった」という2代目マスターの佐藤さん。カウンター11席のカレースタンドは回転率も高い。15時で終了。

Curry

洋食の草分け的存在である老舗のランチは、壺に入ったココットカレーが定番。8種類あるココットカレーのなかでも一番人気は、スリランカ産30種類のスパイスの激辛チキンカレーだ。さらりとしたスープ状のカレーは確かに汗がにじみ出るほどの劇的な辛さ。現地スリランカで配合するというスパイスの中身は企業秘密だが、激辛のなかにもどこかエキゾチックな香気を放つ味わい深さがあり、気づけばもう虜になっている！

べにはなべっかん◎地下鉄日本橋駅B9出口徒歩1分。11:00～15:00・17:00～21:00LO（土・日・祝日は～20:00LO）、無休。中央区日本橋1-2-15 ☎03・3271・0600 MAP P26 B-3



「壺の蓋を開けた瞬間、湯気とともにふわりと立ちのぼるスパイスの香りもお楽しみください」と外波調理長。1階は鉄板焼店だが、ランチ時はカレー目当てのお客さんでいっぱい。2階は広々とした洋食ダイニング。

元は板前。
和食の技法で
お作りしています



元板前の千田シェフが素材の持ち味を引き出して調理したトッピングの旬野菜はそのまま食べても絶品！ライスバターと醤油でほんのり味付けした味わい深いターメリックライス。カレーの辛さは10段階から選べる。

クラシックを
聴きながら
焼きカレーは
いかが？！



オーディオから流れるクラシックを聴きながらゆったりと味わえるこちらの人気メニューは、スパイスの香りを放ちながらグツグツの状態で提供される焼きチーズビーフカレー。とろみとコクがあり、23種類の香辛料を効かせたスパイシーな味わいの中にはどこかフルーティーな甘みも見え隠れ。この深みのある味の秘密は、とろみ付けの小麦粉のかわりにペスト状にしたホウレンソウやクレソン、リンゴ、バナナをたっぷり使っているからだとか。オープン焼きにもかかわらず、粒立ちまでしっかり感じられる鍋底のふっくらご飯にも感服。

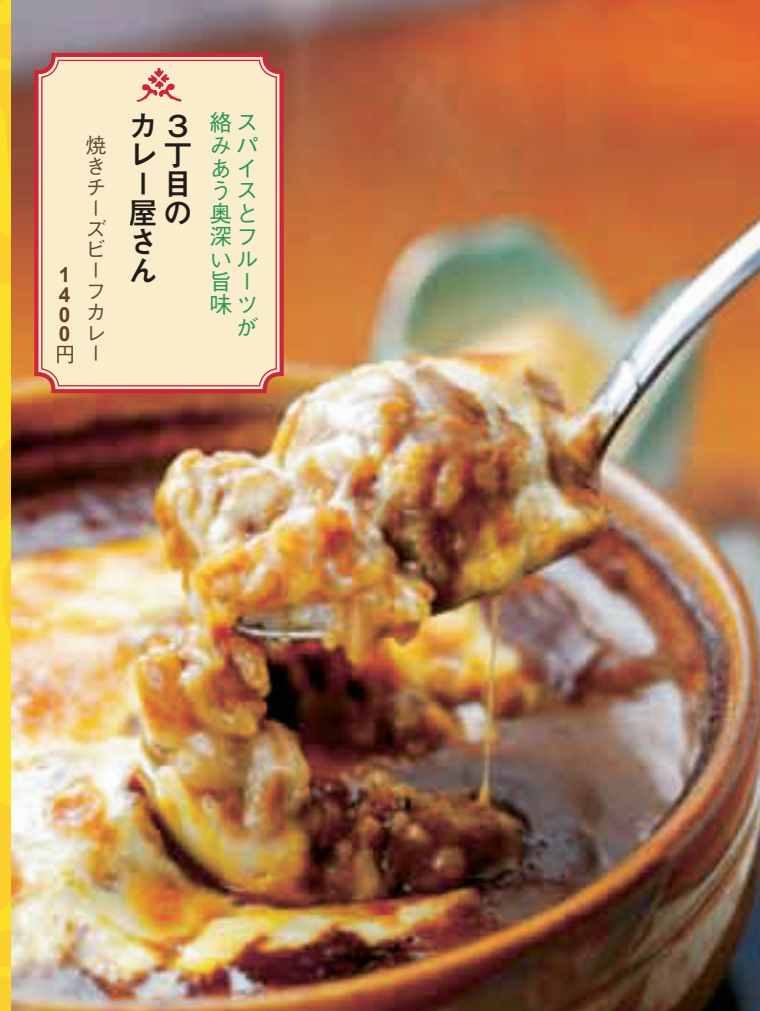
さんちょうめのカレーやさん◎地下鉄浅草線宝町駅A4出口徒歩2分。11:00～14:30 LO・18:45～20:15LO（ディナーは水・木・金のみ）、第2・4・5土・日・祝日休。中央区京橋3-9-9 ウィンド京橋ビルB1 ☎03・3567・6767 MAP P26 C-2

優雅な雰囲気の店内には、大澤料理長の父上が入れたNYのカーネギーホールで実際に使われていたという1954年製のアンプとスピーカー、大正時代の蓄音器が設置されている。カレーだけでなくクラシック音楽も本格派。



🌸
3丁目の
カレー屋さん

スパイスとフルーツが
絡みあう奥深い旨味
1400円



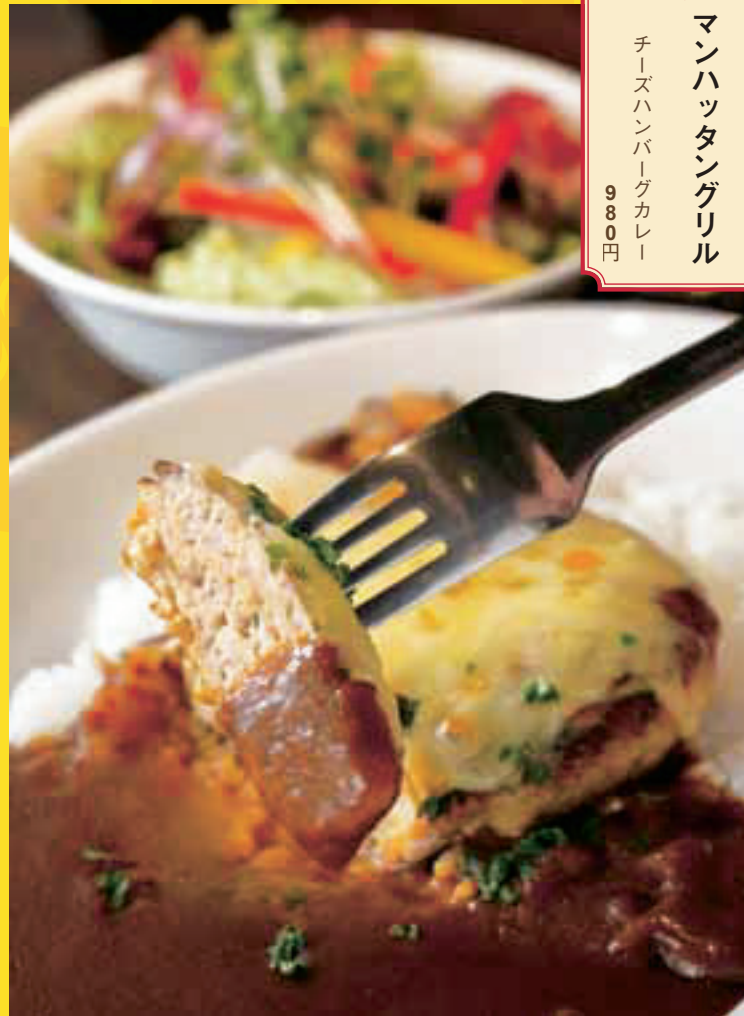
具は毎朝仕込む
自慢の手ごね
ハンバーグのみ！



NYのレストランを彷彿させる趣の洋食店。山形三元豚や山形コシヒカリなど山形の食材にこだわっているという鈴木シェフ。ランチのチーズハンバーグカレーはサラダとドリンク付き。

🌸
マンハッタングリル
チーズハンバーグカレー
980円

山形三元豚のハンバーグが
さっぱりジューシー



Curry

国産食材の中でもとりわけこだわって半額買っているという山形三元豚。ランチには甘みと深いコクのあるこの山形三元豚を、贅沢に使ったチーズハンバーグカレーが味わえる。チーズがとろ～りのったハンバーグは山形三元豚と国産鶏肉を1対1の割合で手でこねて作るため、肉々しくジューシー。なのに、比較的脂身が少ないため後味はさっぱり。甘み、酸味、スパイスの辛さのバランスがとれた口当たりなめらかなカレーとの相性は言わずもがな。

マンハッタングリル◎JR東京駅丸の内南口徒歩5分。11:30～22:30LO（土は～21:30LO）、不定休（丸の内パークビルに準ずる）。千代田区丸の内2-6-1 丸の内ブリックスクエアB1 ☎03・5222・5552 MAP P26 B-1

🌸 紅花別館

複雑な旨味がじんわり
広がる辛さ

スリランカ産30種類のスパイスの激辛チキンカレー
1620円



まかないから
生まれたカレーが
看板メニューです



バターは控え、
カシューナッツ
でコクを
プラス



北
インド



Curry
ハマー人続出、日本人のための
究極バターチキン
オールド・デリー
インドの高級店で修業を積んだ料理長が、日本
の食材や日本人の味覚を研究することで生
まれたカレーは、ここでしか食べられない特
別なもの。カレー2種が選べる平日のオールド
デリーランチ1860円では、絶妙な甘さと
酸味のバランスが癖になる、備長炭で焼いた
国産ハーブ鶏ティッカ入りバターチキンと、
野菜だけとは思えない濃厚な旨味が特徴のト
マトとタマネギベースのベジタブルカレーの
チョイスが人気。毎日通う人も多いそう。

オールド・デリー◎地下鉄有楽町線銀座一丁目
駅9番出口徒歩1分。11:00～16:30LO・17:00～
21:00LO、無休。中央区銀座2-7-18 メルサ銀座
2丁目店4F ☎03・3535・0021
MAP P26 C-2



Curry
旨味たっぷりのビリヤニは
昼前に売り切れ必至
南インドカレー&バル
エリックサウス 八重洲店
スパイスが効いたインドの炊き込みごはん、
ビリヤニのブームを仕掛けた人気店。チキン
ビリヤニLサイズ1250円は贅沢に入ったカ
ルダモンやシナモン、スターアニスなどのホ
ールスパイスとチキンの旨味をたっぷりと含
んだバスマティライスが後引く。セットのカ
レーや、ライタという塩ヨーグルトサラダを
かけると味がガラリと変わり、気が付くと完
食しているはず。時間と手間が掛かるので大
量には用意できず、昼前には売り切れになる。

みなみインドカレー・アンド・バル エリックサウス や
えすてん◎JR東京駅八重洲地下中央口徒歩3分。
11:00～21:30LO (土・日・祝日は～21:00LO)、
無休。中央区八重洲2-1 八重洲地下街中4号
☎03・3527・9584 MAP P26 B-2

スパイシーに
炊き込まれた
チキンが
ジューシー！



南
インド



本場の味をエキマチで楽しむ

南北インドカレーを 食べつくす！

カレーといえば、もちろんインドが本場！
「インド」と一口に言えど、地域によって特色があるんです。
エキマチ界隈を歩いて、奥深いインドカレーの世界を堪能しよう。

北は「ナン+乳製品+肉」
南は「米+スープ状+魚・野菜」
インドは広大ゆえ、地域によっ
て大きく料理の特性が異なる。北
インド料理の特徴は、ナンやチャ
パティなどの小麦粉が主食だとい
うこと。カレーはバターやクリー

ムなどの乳製品を使った濃厚なグ
レービー状のものが多く、スパイ
スにはガラムマサラというミック
ススパイスが使われる。イスラム
の食文化の影響によりマトンなど
の肉料理も好まれ、タンドールと
いうオーブンで焼いた串料理も有
名だ。
一方、南インド料理の特徴は、
まず主食はライス。フルーツのタ
マリンドやヨーグルトで酸味をつ
けたカレーが多く、サラサラとし
たスープ状。具材は野菜、豆、魚
などヘルシーで、あまり煮込まな
い。またカレーリーフというさわ
やかな香りのハーブやココナッツ
を味付けに用いる。米と豆を発酵
させた生地で作るドーサや蒸しパ
ンのイドゥリなど、気軽に食べら
れる軽食も充実しているのだ。
ちなみにエキマチエリアには本
格的なカレー屋さんが多い。
日本最古のインド料理店『ナイル
レストラン』がすぐ近くの銀座に
あるからという説もあるが、真偽
のほどは定かではない。その理由
を想像しながら、食べ歩きをして
みるのも楽しいかもしれない。

北インド
南インド



スパイスで
刺激よりも
旨味を
引き出す



Curry
ナンにもライスにも合う
ヘルシーカレー
スーリヤ
「カレー＝辛いではありません」と店長バンダ
リーさん。女性に人気だというココナッツ風
野菜カレーはカシューナッツをベースにした
マイルドな味わい。新鮮な野菜がたっぷり
と甘いコクのあるソースで煮込まれている。元
シェフのインド人オーナーが考案したドレ
ッシングやホットソースを目当てに来店するフ
ァンも多く、付け合わせのタマネギのアチャ
ールは驚きのおいしさ。ナンとプラオ (米料
理) が付いてくるのでボリュームも◎。

スーリヤ◎地下鉄日本橋駅A3出口徒歩4分。11:00
～15:00LO・17:00～22:30LO (日は11:00～22:30
LO)、無休。中央区八重洲1-6-18 友日ビルB1
☎03・3231・2756
MAP P26 B-2



Curry

自然な製法で作った
こだわりのドーサに虜
ダバ インディア
南インド料理の魅力を日本に伝えた先駆け。
市販のミックス粉を使う店が多い中、白でひ
いた米と豆を発酵させた本格的な方法で作
るドーサセット1250円 (+200円で日替わりカ
レー3種付き) は絶対食べたい一品。シェフ
はインドで開催されるドーサ大会の優勝者！
くるりと丸められたバリバリの生地の中には
唐辛子やマスタードシードで味付けしたスパ
イシーなポテトが。ココナッツやジンジャー
チャツネ、日替わりのカレーをかけて楽しもう。

ダバ インディア◎地下鉄銀座線京橋駅3番出口徒
歩1分。11:15～14:30LO・17:00～22:00LO
(土・日・祝日は12:00～14:30LO・17:00～21:
00LO)、無休。中央区八重洲2-7-9 相模ビル1F
☎03・3272・7160 MAP P26 B-2



発酵させた
生地の
ほどよい酸味が
本物の証！



南
インド



同じカレーでもこんなに違う！

まだあるアジアの絶品カレー

カレーは、インドや日本だけでなく、アジア全域でも愛されている料理。普段はお目にかかれない珍しいアジアンカレーも、エキマチなら味わうことができます！



おいしい上に体にもいい
一石二鳥なカレー

キャンディ

アーユルヴェーダの思想を取り入れているので、おいしいだけではなく健康や美容にいいのがスリランカカレーの特徴。人気のコットウ・ロティ1512円は、薄く焼いた全粒粉の生地を15層ほど重ねてロール状にしたものを千切りして野菜と炒めた手の込んだ一品。宮崎産のチキンを使ったカレーは、ハーブたっぷりの滋味深いルーに、野菜や肉の旨味があふれる奥深く上品なワンランク上の味わい。漢方薬としても使われるスパイスの風味が食欲を刺激する。

キャンディ◎地下鉄日本橋駅B6出口徒歩1分。11:30～22:00(土・日・祝日は～20:30(LO)、休みはビルに準じる。中央区日本橋2-7-1 東京日本橋タワーB1
☎03・6262・1407
MAP P26 B-3



五つ星ホテルで10年以上の経験を持つ一流シェフたちが作り出す本格料理は大使館のお墨付き。国産の材料にこだわり、油も控えめなヘルシーなカレーは、新陳代謝を促す、デトックス効果抜群のスパイスをふんだんに使用している。



甘さの中に感じる
ほどよい辛さが癖になる

タイ国料理シャム有楽町

タイカレーの定番といえば、やはりグリーンカレー。香りを高めるためにホーリーバジルやミントなどのフレッシュハーブを加えたオリジナルペストのグリーンカレー 1190円は、ココナツミルクのこっくりとした甘さの中にグリーンチリのほどよい辛さが引き立つ本場の味。食べているとじんわり汗をかいてくる。とろりと煮込んだナスや丁寧に仕込んだというチキンの弾力も抜群。セツのライスが、本場のジャスミンライスなのも嬉しい。

タイこくりょうリヤムゆうらくちょう◎地下鉄日比谷駅A4出口
徒歩1分。11:30～14:30LO・16:30～22:30LO（土・日・
祝日は11:30～22:30LO）、無休。千代田区有楽町1-6-
1 第2日比谷ビル 10F ☎03・3592・0053
MAP P26 C-1



創業25年、本場の味にこだわったタイレストラン。シェフの出身地であるイサーン地方のハーブをたっぷりと使用したスパイシーな料理をつまみに、豊富に揃えられたアジアのビールやウイスキーを楽しむ常連客も多い。



市場生まれの濃厚ルーに
ノックダウン！

海南鶏飯 日本橋店

タイの頭がごろりに入ったインパクト大なビジュアルのフィッシュヘッドカレー 1980円は、インド系労働者が市場で捨てられていた魚の頭を使って作ったのがそもそもの始まりだろう。今や海南鶏飯やラクサと並ぶ国を代表する人気料理となった。魚介のダシが決め手のココナツ風味のルーは濃厚でパンチがあり、スターアニス、クミン、ターメリックなどのスパイスが香る本格的な味わいだ。素揚げで甘さを引き出した国産野菜もたっぷり入っている。

はいなんちーふあん にはんばしてん◎地下鉄三越前駅A7
出口徒歩1分。11:00～22:30LO(日・祝日は～20:30
LO)、無休。中央区日本橋室町2-1-1 日本橋三井タワ
ーB1 ☎03・3272・1239
MAP P26 A-3



当時、まだ知名度が低かったシンガポール料理を日本に広めたいと台湾人オーナーがオープンしたのが10年前。今や都内に4店舗を構える人気店。屋台をイメージした開放的な店内は、本格料理を求める人々に賑わっている。



安くてうまい！
サラリーマンの味方
カレーショップ アルプス

毎日15時～19時のタイムサービスにはコロッケ、チーズ、チキン各種カレーが290円とお得。

カレーショップ アルブス JR東京駅八重洲地下中央口徒歩3分。
10:00～21:30（土・日・祝日は～21:00）、無休。中央区八重洲2-1八重洲地下街外堀地下2番通り
03・3274・4002
MAP P26 B-2



鶏ガラスープと野菜スープを別々に仕込み炊き合わせたベースに甘＆辛2種のルーを加えて仕上げる。一晩寝かせたものを湯煎で丁寧に温めて提供。ガード下ならではの電車の音を聞きながらいただく。



ハーブがズラリと並ぶ広々とした店内で、猛暑を忘れてリラックス。ハーブティは美容やリラックスなどの目的別に選べる。薬膳といっても薬くさはなく、ハーブが苦手な人でもOK！

インド人も

普通のカレーには飽きた！という方は、こちらのカレーをご賞味あれ。見た目にビックリ！味にビックリ！思わず写真をシェアしたくなるようなインパクト大なカレーが目白押し。



二度見る!?



カレー!!



ひと口に1枚肉を頼張る喜び！



採算度外視のうれしすぎる値段設定

ふくてい 有楽町本店

1955年に神田で創業し2010年より有楽町ガード下に移転、今もなおサラリーマンの圧倒的な支持を得る店の看板メニューが、やわらかなニュージーランド産ビーフ80gを大胆にのせた、ステーキカレー650円だ。もともと1000円で販売していたものを曜日限定のサービス価格で提供したのだが「なんでだったかな？そのまま続いちゃってね」(オーナー・松永さん)と特別価格をうっかり継続。ひと口大にカットされたステーキでごはんを巻き、たっぷりカレーをまどわせるという贅沢な食べ方で、午後の仕事へのパワーがみなぎる！持ち帰りも可能(要予約)。

ふくてい ゆうらくちょうぼんてん◎JR有楽町駅区橋口徒歩2分。11:00～23:00、日休。千代田区丸の内3-6-7 ☎03・5220・3313

MAP P26 C-1

ボリュームたっぷりなのに上品



カフェ風の店内で味わう上品なおトコ飯

口ダン

こちらの一番人気はロースかつカレー850円。親しみやすい雰囲気、厨房や、ドーンとトンカツがのるスタイルと対照的に、ステンドグラスがあしらわれた内装やカシュナッツソースのあしらいの上品さが光る。ニンジンやタマネギの甘みが凝縮されたルーにはチキンやビーフのエキスが溶け出し、デミグラスソースを思わせる仕上がりに。厨房前に開陳されているS&Bのカレー粉をベースにアレンジしたスパイスが、カツとの相性のよさを生んでいる。素揚げのほくほくしたポテトや、意外なほどカレーによく合う燻製卵も重要な名脇役だ。

口ダン◎JR・地下鉄八丁堀駅A3出口徒歩4分。11:00～15:00、日・祝日休。中央区八丁堀3-8-4 ☎03・5541・5777

MAP P26 C-3



ゆったり過ごせるカフェ風だが、昼時はサツとおなかを満たしてサツと去る典型的なサラリーマン飯の店となる。タイカレー、インドカレーも味わえる貴重な店だ。チーストッピング200円もおすすめ。



辛さだけでなくコクも増す21段階の辛さ調節も魅力だ。南国風の店内には往年の名作マンガがズラリ。女子会の横でマンガ片手に仕事の疲れを癒やすサラリーマンなど、お客さんが思い思いの時間を過ごしている。

すべてのメニューにハーブを使用

アボカドまるまる1個がドドン！



身も心も満足できる贅沢なハーブ料理

銀座カフェビストロ ～森のテーブル～

フルーツやタマネギを発酵させた自家製酵母エキスをハーブ酢入りのチャツネなどを加えた、野菜のデトックス薬膳酵素カレー3024円が看板メニュー。柿の葉やエルダーフラワーなど、和洋のスパイスやハーブ30種類以上を使用している。黒米などを使ったもちりしたごはん、食感を残した野菜がゴロゴロ入り、ヘルシーなのに食べ応えのある一皿だ。セットに含まれるブレンドハーブティはもちろん、シロップや、野菜に添えて楽しめるフレーバーマヨネーズ、さらにはバウムクーヘンやゼリーまでもハーブづくしという徹底ぶりに脱帽！

ざんざカフェビストロ もりのテーブル◎地下鉄有楽町線銀座一丁目駅5番出口徒歩3分。11:30～22:00(ランチ14:00LO、アフタヌーンティー17:00LO、ディナー21:00LO、6月～9月中旬頃は11:00～)、月休。中央区銀座2-4-18 アルボーレ銀座ビル9F

☎03・6228・6618

MAP P26 C-2



野菜やフルーツの甘みとコクで楽しませるカレー

もうやんカレー Tokyo

創業者の“もうやん”氏が開発したカレーは、8種の野菜と、季節によって微妙に配合を変える23～26種類のスパイスやルイボスティの葉などで仕上げたソースが命。人気のアボカドカレー1512円には、やわらかく熟したアボカドのみを使用する。タマネギを加えた爽やかな自家製ツナマヨも加わり、野菜由来のソースのとりみに、クリーミーさとまるやかさがプラスされる。サービスのドリンク、意外にもマッチする特製のスモークたぐあんなど、細やかなポイントが嬉しい。スパイスラム焼き648円などおつまみが充実した居酒屋としても楽しめる。

もうやんカレー トウキョウ◎地下鉄銀座線京橋駅3番出口徒歩1分。11:30～14:30LO・17:30～22:30LO(土・祝日ディナーは～21:30LO)、日休。中央区京橋3-1-1 東京スクエアガーデンB1 ☎03・5542・1681

MAP P26 C-2

専門店では味わえない カレーを追え！

居酒屋、そば屋、喫茶店……専門店じゃないのに、カレーがおいしい店が実はたくさんあるんです。そんな、掘り出しモノ的なお店をエキマチカレー部が紹介！

おおしま（以下⑧）…暑い……足が前に進まないなあ。こんな日は、スタミナつけないと倒れそう。

カレー部・大和（以下④）…カレー部！！今日も元気にいくぞー！

一同…うおー！！ ファイ・オー！

⑧…え？ 柔道部？

④…おい女！ 今俺たちのこと、柔道部とか言ったか？

⑧…はい。だって柔道着だし！

カレー部・変見（以下⑤）…待ってください。この格好が柔道？ 僕たちは、エキマチカレー部ですよ。

⑧…エキマチカレー部？

カレー部・プラス（以下⑦）…エキマチエリアの隠れた名カレーを発掘する部なんダヨ。

った、キング・オブ・カレーなのだ。

⑧…キング・オブ・カレー……でもこのカレー、サラッとしてる。

⑤…和風インドカレーとも呼ばれているのですが、よもだ自慢のつゆをベースにしつつ、インド風味のスープカレーを再現しています。今日も辛そうだなあ。

④…カレー組手！ 始めっ！

一同…おーす！

⑧…く、くみて？ 一同…カレー！！ 押忍！ ライス！

④…カレーとライスを別々に？

④…カレーの味を体に染み込ませるため、まずは別々に食し、辛さ、深さ、そして米に敬意を表して味わうのだ。

⑦…デリシャス！ けど辛いヨ。

④…頑張れ！ このカレーは、かなり辛ウマだから、お前には未知の領域だ。

⑦…辛さの奥に、マダ見ぬインドの情景が見えてキタヨ！

④…カレー部！ 味わえー！！

一同…うーおー！！

⑧……。

カレードリアにカツカレー！ カレーバリエーションは無敵大

⑤…激しい組手でした。ではちょっと落ち着きましょうか。

⑧…もう、完食!? 次はどちらへ？

⑦…次は僕のフェイバリット喫茶店の

④…日本のカレーは独自食文化の一つ。バカにするやつは、許さん！

⑧…別にバカには……。

④…罰として、お前は今日1日、我がカレー部の活動に付き合え！

⑧…カレーだけあって、辛い！

④…まずは、東京駅隣接の『横濱崎陽軒』からだ！

⑧…カレーなのにシウマイ？

⑤…カレー初心者黙っててもらえます？ シウマイでおなじみの『崎陽軒』ですが、あの安定のおいしさのシウマイが3個入った「シウマイカリィ」880円が、ここでは味わえます。

⑦…日本と中国のカルチャーが交差する、ジャパニーズソウルフードだね！

⑧…いったきまーす！

④…コラ！ 勝手に食べるな！

⑧…おお！ おいしいシウマイって、

カレーとも合うんですね！

カレーをご紹介しますヨ。

④…待て、喫茶店というのは、おしゃれ女子がいるところか？

⑧…あれ？ 部長、もしかして女の子苦手なんですか？

④…俺に苦手なんてない！……服にカレー、ついてないか？（ボソッ）

⑤…部長、ほっぺに米が。

④…ぬほああああ！

⑤…では今回は『珈琲館 紅鹿舎』の「チキンカレーのオーブン焼き」1500円をご紹介します。

⑧…わー！ 私ドリア大好き！

④…楽しみだな。というか、店内が、ヨーロッパみたいだな！

⑤…今年で60年を迎える『紅鹿舎』は、ヨーロッパから取り寄せたアンティーク家具や、貴重なサイフォン式で淹れたコーヒーなど、歴史を感じさせる雰囲気も魅力なんです。

④…落ち着かん。カレー組手だ！

⑦…部長、このカレーはすでにルー

とライスが混ざってマス……。

④…俺としたことが！ いただきます！

⑧…このカレードリア、きんぴらごぼうが入ってる！ カレーって野菜不足になりやすいから、女子にはうれしい。

④…カレーにきんぴら、そして洒落た店内。知らん世界だ。

⑤…このカレードリアには、酵素ジュースを合わせて、辛さとさっぱり感を

④…よし！ 部の備品として50個購入！ 一同…うーす！

東京発の「ニッポンカレー」は食べないと損する絶品味！

⑧…ふう。カレーの後はデザートとか食べないんですか？

④…馬鹿野郎！ カレー部は朝昼晩に、デザートも夜食も、全部カレーだ！

⑤…次は、和風カレーがサラリーマンに人気の『大もり』です。大人な辛さが自慢の「辛口和風カレーライス」750円が夏にぴったりなんです。

⑧…スパイスの香りが、食欲をそそる！ いただきます。

④…だから勝手に食べるな！

⑧…辛っつ！ でもウマっ！ パンチが効きすぎない辛さと、芳醇な香りがやみつきになりますね。

④…またファンを1人増やしてしまっただ。辛さとそのあと広がる風味、そして俺を満足させるボリューム。三拍子揃ったオトコのためのカレーなんだ。

⑧…オトコ……完食しちゃった。

④…やるな。じゃあ次は『よもだそば』の「よもだカレー」490円だ。

⑧…そば屋さんにカレーって、確かによくありますけど。

④…笑止！ このエリアはオフィス街のそば屋激戦区。ここで提供されているカレーというのは、激戦区を勝ち残

味わってください。

⑦…確かにさっぱりダネ！ これはノーチエック！ レッツ・メモ！

⑧…なんか部活っぽい！

⑤…最後は、僕が気になる『麻衣』に行きましょう！

⑦…あ、そこもマイフェイバリット！

「トッピングカレー」の王道、「かつカレー」1200円が最高にオイシイヨ！

⑧…わお！ カツのきつね色と、カレーの茶色が、素敵なコントラストですね。

④…お前、カレー部らしいコメントができるようになってきたな。

⑧…照れる……。とにかく、いただきます……このカツ、軽い！

⑦…最良のサラダ油で揚げるカツは、上品かつ軽い口当たり。最後まで飽きずに食べられるんデス。

⑤…濃厚な牛すじカレーと上品カツ、ファンも多いんでしょうね。

⑦…この地で32年営業していて、お客さまからファンレターが届くこともあるそうデスヨ。

④…カレー部にもファンレターが届く日は……（遠い目）。いかん！ カレー！ 米！ カツ！ 組手で、夏バテ撃退するぞー！

一同…うおー！

⑧…それだけ元気なら、夏バテは、関係なさそうだなあ。



ファン続出！ 上品カツと濃厚カレー 麻衣[トンカツ専門店]

注文が入ってから揚げるカツは綿実油を使い、サクッと上品。カレーの濃厚さと喧嘩せず、楽しませてくれる。自家製福神漬を混ぜながら、一気に完食しよう。◎JR東京駅丸の内南口徒歩4分。11:00～14:00・16:00～22:00LO、土・日・祝日休。千代田区丸の内1-10-11 ☎03・3231・1059 MAP P26 B-2



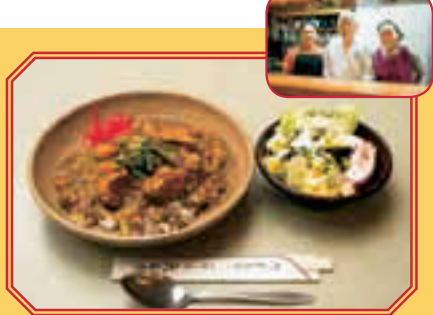
雰囲気抜群の店で味わう焼きカレー 珈琲館 紅鹿舎[喫茶店]

60年以上続くお店。他にもチキンカレー1250円やなすとベーコンのカレー1400円などあり。いずれもサラダ、ドリンク付き。◎地下鉄日比谷駅A4出口徒歩2分。9:30～23:00LO（ドリンク～23:30 LO）、無休（夏季のみ月休）。千代田区有楽町1-6-8 松井ビル1F ☎03・3502・0848 MAP P26 C-1



そば激戦区で勝ち残る！ 辛ウマカレー よもだそば 日本橋店[そば]

ヨーグルトやタマネギ、トマト缶などを使う。さらりとしたスープは、意外とピリ辛でクセになる。1本まるっと入った手羽元をほぐしていただく。◎地下鉄日本橋駅A6出口徒歩2分。7:00～22:00（土・日・祝日は10:30～15:00）、無休。中央区日本橋2-1-20 八重洲興業ビル1F ☎03・3273・0505 MAP P26 B-3



親子2代で引き継ぐ大人の和風カレー 大もり[居酒屋]

辛口和風カレーライスは、独特なスパイスの風味が効いている。各種トッピング50円～を選び、自分だけの一皿を完成させよう。◎地下鉄三越前A1出口徒歩1分。11:00～14:00・17:30～22:00LO（カレーはランチのみ）、土・日・祝日休。中央区日本橋室町1-11-4 大森ビルB1 ☎03・3241・6865 MAP P26 A-3



横浜の味シウマイがカレーに堂々IN 横濱 崎陽軒[シウマイBAR]

BAR形式の崎陽軒。横浜の代名詞であるシウマイを3つ投入したカレーは、レトルトタイプ「横濱かりい」410円もおみやげに最適。◎JR東京駅八重洲地下中央口徒歩3分。10:00～22:00LO（ドリンク～22:30LO）、無休。千代田区丸の内1-9-1 東京駅一番街B1 ☎03・3201・5600 MAP P26 B-2



エキマチカレー部員 おおしま りえ
和風カレー大好き部長の“大和”を筆頭に、変わり種カレーを好む“変見”、トッピングを愛するハーフ“プラス”の3人で、エキマチエリアの隠れた名カレーを発掘する。
スタミナ料理が大好きな女ライター。暑い夏にやられ、スタミナ不足に悩み中。カレーを食べてがっつり体力をつけたい！

都会に現れた
街のパン屋さん

Bon Coeur

ビジネス街の中にありながら、街のパン屋さんのような親しみやすいパンが並ぶ人気店。ゴロッと具だくさんのビーフカレーパン230円には、同店人気の食パンを砕いた自家製パン粉を使用している。こんがり揚げられた薄めのドーナツ生地の中には、角切りビーフの入ったカレーがたっぷり。野菜のスープと牛肉のスープを別々に仕上げ、ルーと合わせて3日間かけて仕上げたカレーは、肉を噛みしめると味わいがさらに広がり、ビーフの旨味や香りをしっかり感じさせてくれる。揚げたてを狙うなら、7:30、10:30、12:00を目安に来店を！

ボンクール◎JR総武本線新日本橋駅1番出口徒歩2分。
7:00～20:00（土は7:30～18:00）、日・祝日休。中
央区日本橋室町4-3-12 パンセイ室町ビル1F
☎03・5201・3811 MAP P26 A-3



カレー
×
パン

素朴なクリームパンからフルーツたっぷりのデニッシュ、
バクチャーなどの目新しい食材を使ったサンドなど幅広い品
揃え。サンドにはさむ総菜なども自家製だ。店内でコーヒ
ーなどドリンクとともに楽しむこともできる。

京都の町家の雰囲気を表現した店内はアンテ
ィークカフェのような落ち着きがあり、荷物
置きも完備。交通会館に来るマダムが気軽に
顔を出していく店員さんの温かさ魅力だ。
ほかにカレーや肉などのメニューも。

カレー
×
担々麺



Curry

カレーと担々スープが負けじと競り合う一杯

四条富小路麵屋虎杖 有楽町

3月にオープンした京都発祥のラーメン店、麵のメニューはカレー担々麵
780円とそのバリエーションのみという潔さ。鶏のコラーゲンたっぷりの
白湯スープに、約10種のスパイスを使用したカレーを合わせている。味
の決め手は、昆布、カツオ、アゴなどを加えた合わせ出汁。ゴマを使わず
ミルクでコクを加えたスープとともにしなやかな細麵をすすると、千切り
のユズの香りがふんわり広がり、カレーのスパイシーな香りと担々スープ
の旨味が続く。トリュフ豚の挽肉を豆板醤と2種類の味噌で仕上げた肉味
噌の、ほろほろとした食感もたまらない。

しじょうとみのこうじめんやいたり ゆうらく
ちょう◎JR有楽町駅中央口徒歩1分。11:00
～22:30（日・祝日は～21:30）、不定休。千
代田区有楽町2-10-1 東京交通会館B1
☎03・3215・3955
MAP P26 C-1

カレー
×
ドリア

サラダとコーヒー・スープもセッ
トに。画家を目指していたオーナーが
1961年に開店、店内のテーブルも
椅子も開店当時そのまま。駅前の
喧噪を離れタイムスリップしたよう
な雰囲気を味わえる。



カレー
×
そば

カレーに負けぬほど
出汁が香る逸品

日本ばしやぶ久

ソバ粉を10、つなぎを2の割合で打ったのどごしのよい
外二そばを提供する創業1902年（明治35）の老舗。つけ
カレーせいり1080円は運ばれてきた瞬間、カレーより
も先に汁が香り、食欲をそそる一品だ。甘みのあるし
なやかなそばは、北海道産と香りのよい茨城県産のソバ
粉をブレンドしたもの。出汁には香りが飛びにくい厚削
りの本枯れ節と宗田節を使用し、カレーの強い香りにも
負けない風味を生み出す。濃厚な出汁の中にもしっかり
際立つスパイシーな風味は、七味を複数使うからだとか。
カレーつゆも最後まで飲み干さずにはいられない。

にはんばしやぶきゅう◎地下鉄日本橋駅B7出口徒歩1分。11:00～
15:30LO・17:00～22:30LO（土のディナーは～21:00LO）、日・
祝日休。中央区日本橋2-1-19 ☎03・3271・0829
MAP P26 B-3

Curry



皿からあふれんばかりの
アツアツカレードリア

グリル・シャトー

ランチタイム限定のカレードリア1350円は、
惜しみなくかけたルーの上に、コクのあるミッ
クスチーズと尾付きの香り豊かなブラックタイ
ガー3尾をのせ、オープンでアツアツに焼き上
げて提供。ビーフのブイオンをベースにタマネ
ギソテーの甘みを効かせた、正統派のまろやか
な欧風カレーを堪能できる。たっぷりかけられ
たカレーのおかげで、どこにスプーンを入れて
も変わらずぬおいしさが味わえる。毎日異なる野
菜を具材にしたセットのスープも、もう一つの
具材といえる魅力となり、価格をはるかに超える
満足感を与えてくれるはず。

グリル・シャトー◎JR東京駅八重洲北口徒歩2分。11:30
～14:30LO・17:00～22:00LO（土のディナーは～21:00
LO）、日・祝日休。中央区八重洲1-6-14
☎03・3271・7665 MAP P26 B-2

Curry

大手町駅に 囲まれた エリア

歴史や自然も息づく
ミラクルスポット

一見、無機質なオフィス街に見えるが、もとより歴史の名残が根付く街。あわせて、植生を再生させた今、人々が昼夜憩う姿が見られるように。

大手町は江戸時代、大名屋敷や将軍お抱え医師が暮らす街だったが、明治に入り、大蔵省、印刷局など、中央官庁が立ち並ぶ街となった。しかし、中央官庁の多くは、関東大震災が起ると霞が関へ移転。震災復興で区画整理が行われ、近代的モダニズムのビル建築が始まった。先陣をきったのは、木挽町から移転して仮本省を置いた通信

省だ。連続アーチが印象的な独特な意匠の東京中央電信局を建築。その後、旧日清生命館（現丸ノ内野村ビル）など、建築美を誇るモダン建築が立ち並んだ。

戦後、地下鉄が開業すると、日本屈指のオフィス街へと加速。当時の面影を止めるのが大手町ビルディングだ。1969年、千代田線が開業すると、倉庫からオフィス兼商業施設へと舵をきり、1階から地階にかけて喫茶や酒場、郵便局、銀行が入る地下商店街の様相に。朝はモーニング、夜は酒場として営業を始めた古参の『大手町パンブー』代表の竹内秀夫さんは、「地下鉄から出てきた人がみんなここを通るから、人の流れがすごくて」と、目を細める。「地下道ができるたびに、人の流れが変わっていったし、新入社員だった人が、今じゃ社長になったりしていますからね。これも古くなりました」。それでも、抑えた照明がかえって安心するとか、文化財として残せたら、という意見も耳にするという。

さらに近年は、自然再生の波が訪れている。3年かけて緑が鬱蒼としてきたオーテモリに加え、今春サンクンガーデンが整備。ビルの谷間に、江戸以来の植栽が織りなす森と溪谷が誕生した。他にも、隠れ家バーや一軒家レストランがあり、オフィス街らしからぬ、人肌を感じるオアシスとなっている。



八角形が粋なデータ通信専用局舎

NTT DATA 大手町ビル

かつてはパラボラ・アーチを反復する山田守設計の優美な佇まいの東京中央電信局だったが、今は入り口にモニュメントを残すのみ。現在は大沢弘が設計した、1973年竣工の東京データ通信専用局舎。コンピューターの冷却装置を配した先見の明ありの建築だ。末広がりの八角形にこだわり、八角形ブロックを積み上げた壁、排気口のほか、手すり、柱、床も八角形と独特。また、今は珍しい公衆電話も健在。大手町2-2-2

MAP P18



日本代表チームのユニフォームを展示

みずほ銀行 東京中央支店 みずほインフォメーション

ATMコーナーの傍で目を引くのは、サムライブルーや、なでしこジャパンなどのサイン入りユニフォームやボール。サッカー日本代表をサポートし、東京ユナイテッドFCのユニフォームスポンサーでもある『みずほフィナンシャルグループ』が、利用する人々と共に、チームを応援していきたいという思いを込めて展示する。直筆サインはファン垂涎だ。大手町1-5-5 大手町タワー B2

MAP P18



日本茶の新しい 味わいに出会う

紀伊茶屋 大手町ビル店

『紀伊國屋書店』の一角に構えるブックカフェ。氷出し、水出し、急冷など、淹れ方で変わる香味を季節に応じて提供し、まさに一期一会の味わい。宇治抹茶ソーダや、白餡、白玉を浮かべた冷やし抹茶しるこ各480円など、夏を楽しむ冷茶ドリンクにも意欲的。茶匠特選宇治抹茶の風味がよい自家製ソフトも評判。10:00～20:00（土の営業時は～18:00）、土不定・日・祝日休。大手町1-6-1 大手町ビルディング1F ☎03・6268・0447

MAP P18



大手町では希少な一軒家ピッツェリア

LA MAREMMA

オーテモリの緑が目を通す一軒家レストラン。1日かけて低温発酵させた生地を石窯で焼いたピッツァはローマスタイルで、パリッと薄めながら、嚼むと小麦の甘みが立ち上る。さらにテラス席なら17時～21時はハッピータイム。マルゲリータ1100円が300円OFFだ！ 11:00～15:00LO・17:00～22:00LO（土は11:30～、～21:00LO）、日・祝日休。大手町1-5-1 大手町ファーストスクエア1F ☎03・3217・1222

MAP P18

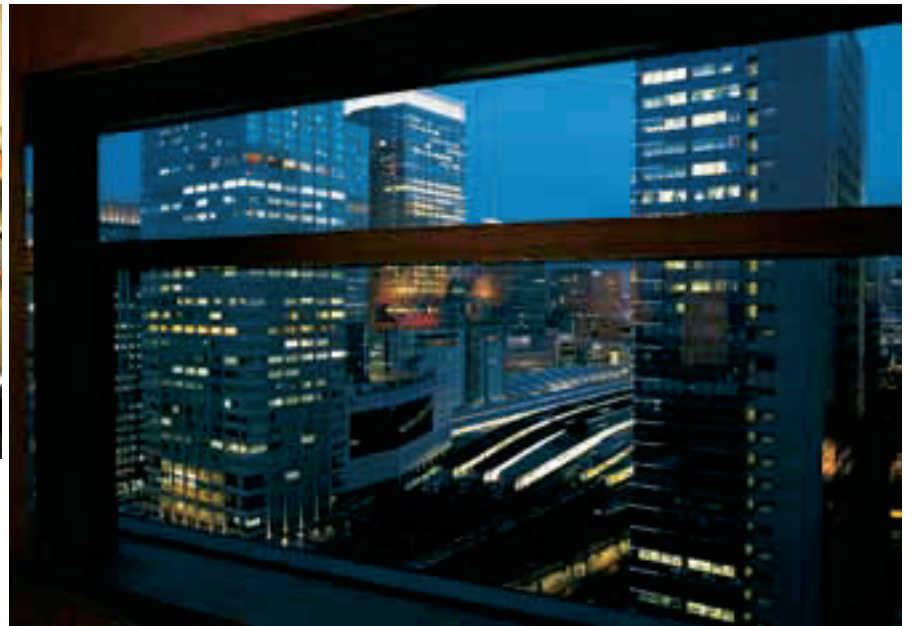


大手町のオアシスが新たに誕生！

大手町ファーストスクエア サンクンガーデン

オーテモリを借景にした地階のパティオは、まるで溪谷。江戸時代から根付く千代田区の植栽が季節ごとに風情を醸し、水瓶からこぼれるせせらぎが涼やかだ。ビル利用者の声を元に2月に整備され、階段状のテラス席で弁当を広げるビジネスマンも少なくない。また、夕暮れから23時までライトアップされ、秋にはススキが光に浮かび、冬期はイルミネーションで彩られる予定だ。大手町1-5-1

MAP P18



東京駅を眺めて希有なカクテルを嗜む

レベル トロエンティワン

LEVEL XXI 東京會館 バーラウンジ

1F受付でICカードを受け取り最上階へ。東京駅を見渡すラウンジでは、東京會館（丸の内本館・現在建替中）がGHQの将校クラブだったときに誕生したカクテルを。會館風ジンフィズ1200円（サ別）は、朝からこっそり飲めるようにとミルクを入れた、爽やかな甘みが魅力。また、厨房で丁寧に作られたチキンコンソメを使うブルショット1800円（サ別）は、まさに伝統の味わいだ。11:00～21:30LO、土・日・祝日休。千代田区大手町2-2-2 アーバンネット大手町ビル21F ☎03・5255・1519

MAP P18



言われてはじめて気付く、
マチの微細な魅力

個性派ベンチ

編



円柱を転がしたような御影石のベンチがあるのは、和田倉噴水公園。丸くてツルツルながら、寝そべるツワモノも。

MAP P26 B-1

『八重仲ダイニング』吹き抜けのステップテラスに一本の樹木を囲む、抽象画的赤いベンチが映える。江戸の粋を赤で表す。

MAP P26 B-3

名水の地らしい
清涼スケルトンの
ガラスブロック



『COREDO日本橋』裏に2つ並ぶ、ガラスブロックベンチ。名水白木屋の井戸があった地で清涼感あり。

MAP P26 B-3

川沿いの緑道に
点在する
キュートな
モザイクリボン



ウッディーな
市松模様で
のんびり



『丸の内oazo』の外に伸びるウッドテラス風。高低のある小さな段差で、テリトリーが暗黙の了解になる。

MAP P26 B-2

大手町川端緑道の小紋広場に点在する、形さまざまな石状ベンチ。パステルのモザイクタイルがリボンのようだ。

MAP P26 A-2

『ホトリア広場』の「おもてなしの庭」を眺めるのにうってつけ。板を張り合わせたベンチで、くつろぎ感抜群！

MAP P26 A-1



風情が江戸っぽい
石造りの
蝶番ベンチ

びたりとはめたくなる!?
巨石パズルベンチ



錦橋から大手町川端緑道に入ると、色とりどりの巨石ベンチが。パズルのピースが散らばっているみたい。

MAP P26 A-1

南町奉行所の
水道管(木樋)が
ベンチに変身!



有楽町駅前の地階広場に大岡越前がいた南町奉行所の遺構が。両脇ベンチは江戸時代の水道管(木樋)を再利用。

MAP P26 C-1

せせらぎと
庭を眺める
ラゲジュアリーな
ベンチ



関東大震災後に登場した
端正な古典様式

丸ノ内野村ビル(旧日清生命館)

明治期は文部省や大蔵省など、中央官庁が林立していた大手町だが、関東大震災後、復興事業として街路や橋梁、公園などが整備され、土地の区画整理も進んだという。そんななか、1932年、鉄骨鉄筋コンクリート造りの旧日清生命館がいち早く竣工。2階に彫刻付きテラコッタを張り、7階や塔屋の彫刻もテラコッタ造り。ネオルネサンス風建築が壮麗だ。東京都選定歴史的建造物。

大手町2-1-1

MAP P18



喫茶店のDNAを受け継ぐ料理店

大手町バンブー

大手町でモーニングの先駆け喫茶として創業。今も早朝から営む。中国系スタッフが増えた10年ほど前より、ランチ以降は中華料理店に。青椒肉絲や牛肉オイスター炒めなど、曜日で変わる日替定食880円は、ビジネスマン納得のボリューム。担々麺や、トンテキ、おかずが選べるお弁当も人気だ。6:45~10:00・11:00~15:00・17:00~22:30、土・日・祝日休。大手町1-6-1 大手町ビルディングB2 ☎03・3211・0087

MAP P18

大手町駅の謎



東京メトロ東西線に千代田線、半蔵門線、丸ノ内線、そして都営三田線が走る大手町駅は、地下鉄で最も多く路線が乗り入れる駅だ。最初は1946年に営団地下鉄(現東京メトロ)丸ノ内線が開業し、次いで1956年には東西線、その後、日比谷通りに千代田線、丸の内側に三田線が開業。締めは1989年、半蔵門線が完成し、都内最大のメガ地下鉄駅となったのだ。

ちなみに「大手町」駅ながら、都営三田線だけ住所的には「丸の内」。実は千代田線と開業時期が近く、用地確保に敗れてしまったのだという。千代田線大手町駅の北側に駅を作るだけの広い用地が無く、結果、現在の場所になったのだとか。

地下鉄開業の歴史に思いを馳せながら歩くのも一興かと。