

ジモア JIMORE

2015 冬号
VOL.19
保存版

高田馬場

早稲田

目白

2015.1-3

特集

- ◆2015円セット特集『うれしたのしおいし2015』
- ◆クリニック紹介『ホームドクターを見つけよう』
- ◆HEY! たくちゃんの「ババくる!？」ゲスト:たかまつなな



公式Twitter & facebookもよろしく!

Twitter@JIMORE1
facebook.com/JIMORE1



QRコードで
アクセス▶



ホームページはこちら

ジモア

検索

www.jimore.net

ゲーム形式で、経営をタノシク学ぶ

キッズ★BOKI

～ 簿記(ぼき)はパズルだ! ~

お子様がお店の社長になって、カードゲームを楽しみながら、経済やお金の仕組み、ビジネスの基本、簿記の技術を学び、社会で役立つ実践的能力を磨きます。「キッズ☆BOKI」はまさに現代版そろばん塾。小学生でも日商簿記検定3級に合格できます!

キッズ★BOKI体験セミナー

1/24(土)・2/1(日) 13:00~16:00 ご予約優先

簿記ゲーム無料体験実施中!(見学OK)

月・水・金 17:15~19:15 土・日 15:00~17:00

お問い合わせ・ご予約 TEL 03-6279-3306(平日10:00~17:00)
Mail: contact@bokikaikei.net

<http://kidsboki.net/> キッズ簿記 検索



【高田馬場駅戸山口徒歩30秒】



Akane Tsushima
対馬 亜佳音
@13837325
年齢:20歳 / 血液型: B型 / 星座: 水瓶座 / 職業: 学生 (日本女子大学) / 身長: 156cm / 出身地: 静岡県 / 趣味: タロット占い、油絵 / 特技: 似顔絵、SAX、ヴォーカラ演奏、手話 / この街の好きなところ: 山手線内側なのに静かで、隠れ家的な店が多い / よく行く店: ピアゴ (雑司が谷店) / この街のオススメスポット: 雑司が谷公園 / 好きな有名店: 椎名林檎、白石麻衣、楠田枝里子 / あなたの夢: ご飯時に家族団らんが生まれるテレビ番組を作りたい / 人に必要な3大要素: ①笑顔 ②人の立場で考える心 ③受けるより与える精神 / 好きな映画: 『少林サッカー』 / 時をかける少女 / 好きな本: 『聞く力』



Akihiro Kobayashi
小林 昭宏
@akihRoad
年齢: 21歳 / 血液型: A型 / 星座: 水瓶座 / 職業: 学生 (早稲田大学) / 身長: 166cm / 出身地: 埼玉県 / 趣味: 筋トレ、バイク、温泉、旅行 / 特技: ボクシング、野球、水泳、スキー / この街の好きなところ: 学生に優しく、安くて美味しいお店がたくさんある / よく行く店: キッチンオトボケ、武道家、東京廻珍亭本舗 / この街のオススメスポット: 早稲田松竹、戸山公園 / 好きな有名店: 市原車人 / あなたの夢: 夢や希望、幸せや感動をお届けできる俳優になりたい / 人に必要な3大要素: ①Love ②Dream ③Happiness / 好きな映画: 『ROOKIES』、『海猿』、『SPEC』 / 好きな本: 『Good Luck』

衣装協力: LADIES' FIRST モット (P12掲載) Photo: Makoto Ono
モデル募集! 詳しくはP22をご覧ください

うれしたのしおいし 2015

2015年、編集部が選んだ「気軽に居心地がいい店」を紹介。2,015円だけであれこれ愉しめる【ジモア限定セット】で素敵な時間を過ごしませんか？



税込2,015円の
スペシャルセット！
おひとりさま歓迎！
予約不要



前菜2種/シーザーサラダ/お餅とミートソースのピザ/チーズリゾット/本日のデザート
※写真は2人分

創作イタリアン ピアクオーレ

迫力のカクテルショーが評判。カジュアルなダイニングバー

テレビ番組「お願いランキング」で紹介されたダイニングバー。2015円セットのイチオシは「お餅とミートソースのピザ」。薄いパリッとしたピザ生地、特製ミートソースをたっぷり乗せ、チーズとベーコン、そしてお餅をトッピング。「チーズリゾット」はチーズ好きにはたまらない濃厚な味わい。オリジナルカクテルのオーダーもOK。迫力のカクテルショーも開催中！パーティー・コンパも気軽にご相談を。



高田馬場駅 徒歩3分 MAP_P13
 ④ 新宿区高田馬場2-14-7 新東ビル3F ⑤ 03-3208-7561 ⑥ 日曜
 ⑦ ランチ 11:30～15:00(土曜は12:00～) カフェ 15:00～18:00/ディナー 18:00～24:00



前菜盛り合わせ/バケット(自家製バター付き)/パスタ(メニューから選択)/デザート(メニューから選択)/1ドリンク(ワイン・ソフトドリンク) ※写真は1人分

東京パスタ フォルケッタ

老舗イタリアン。素材を活かした料理はどれも絶品

気軽に食事とワインが楽しめるので長年のファンも多い創作ダイニング。2015円セットのパスタとデザートはメニューから好きなものを選べるのが嬉しい。旬の野菜を使ったアンティパストや、もちもち食感の生パスタは好評。バケットにつく自家製バターはストロベリー、ミルク、抹茶など珍しいものも。大人数での貸切はコース1,500円からご用意。ピアノの無料貸出もあるので、各種パーティーに最適です。



高田馬場駅 徒歩5分 MAP_P13
 ④ 豊島区高田3-11-19 ヴィラ・オート・ヴァーグ2F ⑤ ランチ 11:30～16:30(L.O.16:00) デイナー 17:30～23:30(L.O.22:00)
 ⑥ 03-5285-1881 ⑦ 年中無休



オリーブの新漬/揚げ物3点(カキフライ、唐揚げ、ポテトフライ)/利きオリーブ(パン、チーズ、藻塩セット)/ムール貝の白ワイン蒸し or 牡蠣3種(キムチ、燻製、オイル漬) ※仕入れ状況で選べない場合もあります。※写真は1人分

瀬戸内食堂Olive

瀬戸内の食材を使用した創作料理があたらしい

瀬戸内産の食材を中心に、海の幸や炭火焼き料理などお酒に合う一品料理がたくさん。牡蠣やムール貝は広島産にこだわり、旬のものをおいしく提供。人気の利きオリーブは、10種のオリーブオイルから1種を選択してパンやチーズ、そして栄養満点の海藻からできた藻塩と一緒に味わおう。貴重な小豆島の新漬けオリーブは、ワインや日本酒とともに愉しんでみては。



高田馬場駅 徒歩4分 MAP_P14
 ④ 新宿区高田馬場2-13-6 ⑤ 17:00～24:00(L.O.23:00)
 ⑥ 03-5285-9161 ⑦ 日曜



豚肉とエビのバインセオ/海老生春巻き/鶏肉のフォー/ドリンク付き(生ビールまたはソフトドリンク)
※写真は1人分/ドリンク付き ※おひとり様1セットの注文をお願いします

ベトナム料理 チャオハノイ

マイルドな味わいとカフェ風のキュートな雰囲気魅力的

ベトナム料理をはじめ、ハーブやスパイスを使ったアジア料理の数々はバランスのとれたマイルドな味わいが評判！2015円セットの一押しは、お好み焼き風のヘルシーメニュー「バインセオ」。米粉で作った皮に海老や豚肉、たっぷりの野菜を巻いて甘辛たれで味わう。もちもち麺が人気のメニュー「鶏肉のフォー」と「海老生春巻き」、ドリンクも付いたボリューム満点セット。食後はベトナム珈琲もおすすめ！



高田馬場駅 徒歩5分 MAP_P14
 ④ 新宿区高田馬場1-6-15 荒井ビルB1 ⑤ ランチ(平日)11:00～15:00/ディナー17:00～23:00
 ⑥ 03-6233-7177 ⑦ 不定休



炭火串焼き盛り合わせ/刺身盛り合わせ/焼きそば/揚物/枝豆/ドリンク飲み放題
※2名様から利用可・大人数の場合は要予約 ※写真は2人分・ドリンク飲み放題

半兵衛 高田馬場店

昭和にタイムスリップ！懐かしさいっぱいエンタメ空間

料理の多くが100円～200円台の“薄利多売”がコンセプトの居酒屋。2015円セットは名物の人気メニュー「炭火串焼き盛り合わせ」と新鮮な「刺身の盛り合わせ」などに、なんと60種類以上のドリンク飲み放題が付いた半兵衛ならではのお得さが満点！店内のレトロなポスターや雑貨に囲まれながら、赤玉ワインやコーヒ焼酎、ホッピーなど懐かしいお酒を片手に楽しいひとときを。



高田馬場駅 徒歩3分 MAP_P13
 ④ 豊島区高田3-11-19 ヴィラ・オート・ヴァーグB1 ⑤ 月～土 17:00～24:00/日・祝 17:00～23:30
 ⑥ 03-5155-0700 ⑦ 年中無休



シェパツパイ/サラダ/オードブル/アイスクーキ(セレクト可)イチゴまたはキャラメル
※写真は1人分

イギリス家庭料理 AL'S CAFE

英国の家庭料理を味わえる、イングリッシュカフェ

テレビ朝日「お願いランキング」で川越シェフが大絶賛した看板メニュー「シェパツパイ」は、ひき肉と野菜にワインやスパイスを加え、トマトでじっくり煮込み、その上にマッシュポテトをたっぷり重ねてオーブンで焼き上げた伝統的なイギリス料理。セットのサラダにつくドレッシングは3種類あり、おすすめはバターミルク。イギリス人店主のアランとの英会話を楽しめるのも魅力です。



高田馬場駅 徒歩8分 MAP_P13
 ④ 新宿区高田馬場3-13-1 ノークビル1F ⑤ 03-5937-1905 ⑥ 日曜・祝日
 ★新年は1/13(火)より営業いたします
 ⑦ 月～金 11:30～14:00/18:00～23:00 ※月曜は夜のみ営業 土 14:00～23:00



ホームドクターを見つけよう

FEATURE ARTICLES
CLINIC

皆さんには、かかりつけのホームドクターはいますか？
病気は予防と早期発見・早期治療が大切です。
だからこそ、日頃からご自分やご家族の健康管理をしてくれる
身近な先生をもつことはとっても大事。
専門的な見地から地域医療に取り組む5人の先生にインタビューしました。

高田馬場新田歯科医院



専門医による最先端の「根管治療」で天然歯をなるべく長く保存します。

歯の土台となる歯の根の治療をする専門性の高い「根管治療(歯内療法)」に力を注ぐクリニック。欧米の専門医では一般的ながら国内では約5%しか普及していない最大倍率20倍強のマイクロスコープや3次元診断をする歯科用CTを使った精密な治療を施します。抜歯を避け、天然の歯を極力保存し、被せものを長持ちさせる治療を行っています。

▶一般歯科はP18へ

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:30~13:00	●	●	●	●	●	●	—	—
14:00~19:00	●	●	▲	▲	●	▲	—	—

▲…18:00までの診療

高田馬場駅 徒歩4分 MAP_P13
①新宿区高田馬場1-29-4 レイカビル3F
☎03-3232-0418
🌐http://2th.jp/

歯科



院長 林 洋介 先生
鶴見大学歯学部卒業
東京医科歯科大学大学院修了(歯学博士・歯髄生物学分野) / 米国ペンシルバニア大学歯内療法学科学インターナショナルレジデント

神楽坂岡田診療所



CT検査も可能。子どもからお年寄りまで地元の方の健康を支えています。

院長は腎臓内科の専門医。地元のかかりつけ医として、地域の方との長期的な関係を重視しています。風邪やインフルエンザなどの感染症、呼吸器疾患、アレルギー疾患、頭痛や貧血、便秘、不眠症、認知症などのさまざまな疾患に対応。糖尿病や高血圧などの生活習慣病、合併症の検査・予防に取り組み、CT装置などの先端設備による検診にも力を入れています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~13:00	●	●	●	—	●	●	—	—
15:00~18:00	●	●	●	—	●	—	—	—

神楽坂駅 徒歩3分 MAP_P13
①新宿区矢来町28番地
☎03-3268-6373
🌐http://okada.med-kagurazaka.com/

内科・腎臓内科・消化器内科



院長 岡田 隆之 先生
東邦大学医学部卒業
日本内科学会内科認定医、日本腎臓学会専門医、日本透析医学会専門医、日本移植学会移植認定医、東邦大学医学部客員講師

田中クリニック



「こころのかかりつけ医」として。友人宅へ訪ねるよう、気軽にまず相談を。

アンティーク調のインテリアが並ぶ家庭的な雰囲気のリラックスできる院内。院長は高齢者のうつ病や認知症の臨床経験も豊富で、素直に何でも話したくなる優しい人柄も魅力。眠れない、不安を感じる、食欲がない、外出したくない、物忘れが多いなど、気になることや悩みがあればまず相談を。平日は夜8時まで診療しているので仕事帰りでも通院可能です。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:30~13:00	●	●	—	●	●	●	—	—
15:00~20:00	●	●	—	●	●	▲	—	—

▲…18:00までの診療

高田馬場駅 徒歩30秒 MAP_P13
①新宿区高田馬場1-34-2 縄田ビル2F
☎03-5155-3666
🌐http://www.tanaka-mental-clinic.com/

心療内科・精神科



院長 田中 和之 先生
聖マリアンナ医科大学卒業
精神保健指定医・日本精神神経学会認定専門医・日本老年精神医学会認定専門医・日本医師会認定産業医・日本臨床精神神経薬理学会会員・日本認知症学会会員

丸尾眼科



緑内障や斜視・弱視の専門医が在籍。様々な目の悩みや病気に対応します。

都内の多くの学校医や新宿区眼科医会会長も務める院長は緑内障の認定専門医。眼瞼下垂、斜視・弱視の専門医も在籍し、年間400例の斜視手術を行っています。また、先端の検査機器を導入し、病気の早期発見に努めています。子どもから大人まで、さまざまな目の悩みに応える、頼れる地元のドクターです。「丸尾コンタクト」も併設しています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:30~12:30	●	●	●	●	●	●	—	—
14:00~18:00	●	●	●	▲	●	▲	—	—

▲…13:00~16:00までの診療

高田馬場駅 徒歩1分 MAP_P13
①新宿区高田馬場3-3-1 ユニオン駅前ビル3F
☎03-3361-0015
🌐http://www.maruoganka.com/

眼科・小児眼科



院長 丸尾 敏之 先生
帝京大学医学部卒業
東京大学眼科教室入室 / 東京大学眼科勤務等を経て、1997年丸尾眼科開設 / 日本眼科学会・専門医をはじめ、眼科系13学会に所属

目白鍼灸マッサージ院



乳児からお年寄りまで、さまざまな身体の悩みを根本から改善します。

鍼灸治療を中心に、マッサージ、指圧、整体、ストレッチ、吸玉、小児はりなどを組み合わせ、凝り・痛み・不眠症・更年期障害のほか、夜泣き・喘息などの乳幼児の症状にも対応。院独自のオーダーメイド鍼で治療し、恒常性(体内環境バランスを保つ力)を回復させることで、元来人体に備わっている治癒力を高め、疾病予防と体質改善をはかり健康管理をサポートします。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~14:00	●	●	●	●	●	●	—	—
15:00~20:00	●	●	●	●	●	●	—	—

目白駅 徒歩3分 MAP_P13
①新宿区下落合3-17-37 プロスベリティ.S.目白203
☎03-3951-3217
🌐http://www.h4.dion.ne.jp/~ryoji.s



院長 島田 亮次 先生
鍼師・灸師・按摩マッサージ指圧師
東京医療専門学校卒業 / しもふり橋整骨院・はり灸院に勤務、1999年目白鍼灸マッサージ院を開業

FOOD & DRINK



▼マガジン提示or「ジモアを見た」とお伝えください。※クーポン期限2015年3月31日

らーめん我羅奢

西早稲田駅 徒歩1分、高田馬場駅 徒歩7分

MAP_F1

トッピング&大盛りがすべて無料!
人気の味噌から3つの味が新登場。

ピーナッツバターが不思議なコクを引き出す、クリーミーな味噌らーめんから新しく3つの味が登場! 安定の白、ピリ辛の赤、竹墨とマー油の黒。どれも濃厚な旨みがたまらない。麺、チャーシュー、メンマ、ねぎ、味玉の量はすべて自分好みにオーダー可能。



〒162-0801 新宿区西早稲田2-21-6
TEL 03-3203-5946 年中無休
ランチ 11:00~22:30
日・祝 11:00~16:00

Bar Clover

パークローバー 西早稲田駅 徒歩3分、高田馬場駅 徒歩8分

MAP_F2

お得なランチがALL500円♪
BARの食事が気軽に楽しめます。

スープ付きランチは、パスタ・ピザ、ホットサンドなど週替わりで揃う。夜はウイスキーやブランドデーをはじめ、ワインやシャンパンなど各種豊富に用意。人気の自家製燻製や店主特製の生チョコなどお酒のつまみはもちろん、前菜からメインのパスタまで取り揃えています。



〒162-0801 新宿区西早稲田3-21-2 安達ビル1F
TEL 03-6265-9581 年中無休
ランチ(平日) 11:30~14:30 ※翌日朝日のバー(平日) 18:00~翌2:00 土曜(日・祝) 16:00~翌2:00 要予約/お取り寄せ

串焼処 一番どり 高田馬場店

高田馬場駅 徒歩1分

MAP_F3



串焼き1本110円〜。農場直送の新鮮な鶏肉は絶品。ふわふわ卵の親子丼VS鶏照り焼き丼、軍配はいかに?

自慢の焼鳥は味も値段も大満足。昼は710円〜で親子丼と照り焼き丼が一押し! ちょい飲み向け「ビールと気まぐれおつまみ4品セット」はなんと1,080円! 串焼き以外に一品料理もたくさん。コースは2,200円から。貸切は20名〜40名様まで可能です。

ご予約の方 赤鶏つくね人数分サービス(席予約でもOK)

〒162-0801 新宿区高田馬場1-26-5 F1ビルB1
TEL 03-3204-2648 年中無休
ランチ 11:30~14:00(土日祝~14:30)
ディナー 17:00~23:00(土日祝~22:30)

毎月1日、11日、21日は
「一番の日」
昼も夜も全品10%OFF!



ベトナム料理ダイニング ベトバル

Viet bar 西早稲田駅 徒歩5分、高田馬場駅 徒歩8分

MAP_F4

カウンターのひとり飲みも楽しめる
レトロモダンな新感覚ダイニング。

数種類ある春巻きは、もちり食感がクセになる「蒸し春巻き」がおすすめ。甘辛ソースに絡め、お酒のお供にも! 米麺と甘酢タレの相性が抜群の「ベトナム風つけ麺ブンチャー」は必食。バラエティ豊かな麺料理とカフェバーのような店内の異国情緒を楽しんで。



〒162-0801 新宿区西早稲田3-20-4 金子ビル2F
TEL 03-6273-9007 年中無休
ランチ 12:00~15:00
ディナー 17:00~23:00(L.O.22:00)

麺屋宗 高田馬場本店

西早稲田駅 徒歩2分、高田馬場駅 徒歩6分

MAP_F5

塩らーめん部門 日本一受賞!
高田馬場屈指の人気らーめん店。

『東京ウォーカー』らーめん部門 東京都第1位を獲得した人気店。鶏ガラと10種類以上の魚介の旨みを凝縮させた究極の塩らーめんは、わざわざ遠方から食べる人がいるのも納得の味わい。濃厚系動物スープ「濃厚らめめん(750円)」も人気上昇中!

トッピング1品
または
大盛りサービス



〒162-0801 新宿区高田馬場1-4-21
TEL 03-5876-7640
ランチ 11:30~22:30
年中無休

地酒と料理 高田馬場研究所

高田馬場駅 徒歩3分

MAP_F6

こだわりの和食と厳選された日本酒。希少なプレミアム酒を堪能できます。お酒と料理の相性をとことん研究する居酒屋。常時100種類以上そろった日本各地の地酒と、全国から直送される鮮魚やジビエはファンも多い。コースは3,000円から。食材の持ち味を最大限に引き出した料理は、お酒もすすみます。



〒162-0801 新宿区高田馬場2-14-7 新東ビルB1
TEL 03-6457-6787
17:00~24:00
不定休

本格中華麺店 光麺 高田馬場店

高田馬場駅 徒歩1分



MAP_F8



ボリューム満点! 光麺流「油そば」が再登場!
味もボリュームも大満足な隠れ人気メニュー。

バラエティ豊かなトッピングがてんこ盛りな「油そば(780円)」は、高田馬場店の隠れた人気メニュー。230gの太麺にしっかり絡んだ、光麺オリジナルのブラック醤油だれは、濃厚なコクがたまらない。海苔、味玉、もやし、水菜、茹でキャベツ、角切りチャーシュー、みじん切りにした玉ねぎ、ガーリックチップ、肉味噌など、いろいろな味が楽しめるのもポイント。食べ応えある1杯をどうぞ。

〒162-0801 新宿区高田馬場4-9-14
TEL 03-5338-7224 年中無休
日~火 10:30~24:00
水・木 10:30~翌2:00/金・土 10:30~翌7:00

季節料理 福茶庵

ふくちやあん 高田馬場駅 徒歩4分

MAP_F9

えっ! 幻の村尾が1杯800円?
入手困難なプレミアム焼酎に舌鼓。

毎日仕入れる旬の魚料理には定評があり、ランチにも日替わりで提供。3M(村尾・森伊蔵・魔王)である、かめ壺焼酎「村尾」は1杯800円という素晴らしさ! 特製だしが自慢の名物「蟹しんじょう(400円)」などお酒に合う料理が揃う宴会コースは3,000円から。

〒162-0801 新宿区高田馬場3-12-6 高田馬場西商街ビルB1
TEL 03-3364-0577 日曜・祝日
ランチ 11:30~14:00
ディナー 17:00~24:00



「村尾」1本サービス
※飲み放題つきコース5,000円
以上を4名様でご利用の場合

東京愛情 麻辣湯

マラータン 高田馬場駅 徒歩5分、西早稲田駅 徒歩2分

MAP_F7

あなたはどっち派? 麻辣湯vs麻辣香鍋
激得! 全メニュー食べ飲み放題OK。
スープや具材を選べる春雨入りスープ「麻辣湯」と、具材5品を選ぶ汁なし鍋の「麻辣香鍋」。山椒のぴりとした辛さはクセになります! 4段階の辛さが選べ、自分好みのスタイルで楽しめるのも魅力的。すべてのメニュー食べ飲み放題プラン、好評販売中!

〒162-0801 新宿区高田馬場1-4-18
TEL 03-5155-3287
11:30~24:00(L.O.23:00)
年中無休



ジモア特別料金
①全品食べ飲み放題(90分)※3名~
★男性3,600円 → 3,200円
★女性3,200円 → 3,000円
②麻辣香鍋 650円 → 550円
③小籠包(持帰り) 6ヶ 500円

美容 × 健康 オーガニックスタイルの餃子カフェOPEN



Point 上質コラーゲンスープ+もち豚
なかに入る餡は脂肪分も臭みも無い高級豚「上州せせらぎポーク」使用
自分の好きなスタイルを選べる
厳選された数種類のタレと醤油、酢、フレーバーオイルから選択可



テイクアウト
できます♪
餃子全品、
持ち帰りOK

GYOZA SOU 餃子cafe&bar -蒼-
新宿区高田馬場4-9-2
TEL 03-6908-6764
営業時間: 11:00~22:30 定休日: 水曜日
HP: http://gyoza-sou.jp



和処BAR 輪〜Re-in〜
 わどころばーりん 高田馬場駅 徒歩5分

MAP_F11



この冬は能登の旬を味わう贅沢な鍋コースに舌鼓。こだわりの京風創作料理でもてなすダイニングバー。

「出汁(だし)」にこだわり、食材本来の味わいを引き出す京風料理と珍しい日本酒や焼酎が愉しめる和処バー。「石川県産の香箱ガニ鍋」と「能登牛のすき焼き」から選べる鍋コース(6品/4,000円)は、極上の逸品!「自家製漬けイクラおろし(680円)」や「白子ボン酢(680円)」など、旬の幸を使った新メニューも。新年の挨拶やお土産に石川県産加能カニ(ズワイガニ)もご用意しています。

〒162-0801 新宿区高田馬場3-10-3 ユニオンパレス高田馬場1F
 ☎ 03-5937-4884
 🕒 18:00～翌2:00
 🗓 第1・3月曜



居酒屋麻雀 ガラパゴス高田馬場店

高田馬場駅 徒歩5分、西早稲田駅 徒歩3分

MAP_F12



最大7時間。食事+飲み+打ち放題
 居酒屋の料金で麻雀も楽しめます♪

ノーレートフリー
 麻雀始めました!

グループ店「健康マージャン」もあります。詳しくはP17へ。

<月～金 17～23時>
 一般 300円
 学生・女性 200円

利用料金
 【2,900円パック】 麻雀+食事+飲放(17時～)
 【残業コース1,550円】 麻雀+飲放(20時～)
 【ゲームだけコース】 1時間300円(10時～)
 【学生コース】 1時間150円(10時～)

〒162-0801 新宿区高田馬場1-5-19 KFビル2F
 ☎ 03-6233-8612
 🕒 17:00～24:00
 🗓 日曜



旨辛ラーメン 表裏 高田馬場店

ひょうり 高田馬場駅 徒歩5分



野菜・ニンニク・麺中盛すべて無料。
 唐揚げ盛りの迫力ラーメンココに参上!
 香味野菜と特製スパイスを加えた旨辛スープは、醤油とみりんの甘辛に酢の酸味も効いた逸品。がっつり派も満足の鳥モモ肉1枚分を使用した唐揚げ「メガ唐」とナスが入った「あんかけDX」は食べ応え抜群。アルバイト募集中。詳しくはお電話を!

唐揚げ1本無料!
 ※詳しくはP14へ



〒162-0801 新宿区高田馬場2-14-27 花藤ビル1F
 ☎ 03-6205-6888
 🕒 11:00～23:00 (L.O22:30)
 🗓 年中無休

リスカフェ Re:s cafebar&sweets

高田馬場駅(戸山口) 徒歩5分

MAP_F14



最大40名。カフェバーのレンタルスペースで盛り上がり! カフェ営業も可能! パーティーやイベントにも最適♪

カフェバーの箱貸しレンタル。パーティーやイベント、セミナーなど色々なシーンで利用できます。料理やドリンクなどパーティープランもあり、予算に応じて相談可能。キッチンスペースもあるので、カフェ営業もOK。オーナー体験もできちゃいます♪

設備 席数18席、カウンター6席(最大収容人数40名)、ベットの可、キッチン利用可能
 プロジェクター・音響設備あり(PCやiPadから音楽も流せます)

〒162-0801 新宿区大久保3-9-5 1F
 ☎ 03-6457-6515 🗓 年中無休
 🕒 ランチ 12:00～14:30
 カフェバー 14:30～22:00 (金・土～23:30/日～20:00)

ジモア予約でレンタル料3,000円引き

日～木 18:00～23:00 (5H) 23,000円
 金・土 18:00～23:00 (5H) 38,000円
 土・日 10:00～17:00 (7H) 20,000円



BEAUTY & HEALTH



クーポンを使う時はジモア見たと伝えてね!



▼マガジン提示 or 「ジモアを見た」とお伝えください。※クーポン期限2015年3月31日

Ts hair

ティーズヘア 東西線 早稲田駅(2番出口) 徒歩1分

初回限定

MAP_B1



【ジモア特別料金】この機会にぜひ試してみてください。顔型、髪質、髪の状態を見極めた『似合わせヘア』が人気。おひとり様専用サロン。髪への負担を考え、使用する薬剤はすべて髪にやさしいものだけを使用。最小限の時間で最大限にダメージを抑えてくれるので、髪への負担もなく仕上がりに満足できます。髪を痛める心配もナシ!ヘナは発祥地エジプトに独自の栽培地を持ち、最高レベルのものを提供。白髪染やおしゃれ染めなど、肌の色などを見ながら似合う色を提案してくれるのも魅力です♪

〒162-0801 新宿区喜久井町65 糟屋ビル402
 ☎ 03-3232-7007
 🕒 10:00～20:00
 🗓 水曜・木曜



カラー&トリートメント(momi ez) 7,560円～→**6,040円**～
 カラー&トリートメント(momi mi) 8,640円～→**6,910円**～
 カラー&トリートメント(momi sp) 10,800円～→**8,640円**～
 ヘナ&トリートメント 9,720円～→**7,770円**～
 ※全メニューカット、ブロー別

リラクゼーション 千楽

せんらく 高田馬場駅 徒歩3分

初回限定

MAP_B2



全身のツボを網羅してカラダを楽に。健康的な血流美人になろう♪

本格的な技でコリを取り除いてくれると話題のサロン。第二の心臓である足裏から頭まで丁寧にツボを刺激してくれるので、終わった後は血めぐりが良くなり、翌日はスッキリ。冷え性や下半身太りにも効果的なので、この季節にはぴったりです。

〒162-0801 新宿区高田馬場2-14-6 スワンビル5F
 ☎ 03-6205-6676
 🕒 13:00～翌5:00
 🗓 年中無休



ジモア限定
 指圧 or 足裏(組み合わせOK) 60分 3,000円
 贅沢全身オイル 100分 6,800円

古いヒーリングカフェ 神々の森神社

かみがみのもりじんじや 高田馬場駅 徒歩3分

MAP_B3



運気UP!古いヒーリングカフェ。日本初の神社カフェで格別の癒しを。

築220年のお宮を祭る新感覚古いカフェ。紅茶、中国茶、日本茶など20種類以上のお茶と茶菓子をご用意。2015年あなたも運気アップ!

■ 入場料 500円(占いを受ける場合は無料)
 ■ 古い・心理セラピー(延長10分1,500円)
 【簡易】15分3,000円 【通常】40分5,000円

〒162-0801 新宿区高田馬場4-13-12 伊豆楽ビル3F
 ☎ 070-6469-7242 🗓 不定休(例年予約受付)
 🕒 10:00～22:00
 ※月・水・金・日/要予約
 ※火・木・土/18:00以降予約不要



公式サイト http://kamigaminomori.com/

お山米形

特Aランクの山形のお米

無料 お米2合 サンプル進呈中!
 おいしいお米を無料でお届け
 まずはお試しサンプルから

サンプル請求・ご注文は下記にてお問い合わせください
 平日 10:00～18:00 ☎ 0233-32-0566
 通信販売 http://www.sinjyouya.com
 新庄屋 株式会社 新庄屋 東京都新宿区高田馬場3-24-15

はえぬき ・ひとめぼれ
 あきたこまち ・つや姫
 GS宇佐美
 東京シティバンク
 早稲田通り シチズンプラザ
 高田馬場駅

初回限定お試しセット

頭皮と髪に歴然『泡パック』
 自宅ですららくヘッドスパ

リンズ不要 大容量 約3ヶ月分

●一世帯様一回限り●メール便でお届け

ロックイオン ナチュラルシャンプー 30ml/3～5日分
 ロックイオン ヘアミネラルローション 30ml/5～7日分

●早わかりBOOK 20頁カラー付 ●送料無料で ●傷んだ髪への速攻修復アイテムプレゼント実施中!

463円 (消費税) +37円

① 頭皮 クレンジング
 ② 頭皮 マッサージ
 ③ 傷んだ 髪の修復

株式会社 Joyプラン
 福岡市中央区六本松3-11-41-5F
 ▶▶ご注文・お問い合わせは▶▶ 受付時間 9:00～18:00
 ☎ 0037-6183-5576 (コール有効期間 ~2015/03/31)
 ※一部の固定電話から繋がらない場合がございます。恐れ入りますが携帯電話等でおかけ直してください。
 URL: http://www.joy-plan.com
 インターネット 2 4 時間受付中

ロックイオン シャンプー 検索 泡パック会員募集中

各種セミナー、会議、講演会、勉強会など幅広く利用可能

1時間から気軽に借りられるレンタルスペース。最大収容人数は50名。語学レッスンや各種セミナー、ビジネス会議、講演会、勉強会、趣味の会など目的に合わせて利用できます。書棚の本はすべて読み放題♪

設備案内	料金表
・42.20㎡/最大50人収容	★1H利用 1,500円
・電源コンセント3カ所	★3H利用 4,000円
・ミニキッチン完備	★6H利用 7,500円
・イス&テーブルあり	★終日利用 12,000円
・土日割増料金なし	※利用時間は相談可能です。

音声表現学苑 (隣室にある朗読スクール)

創立54年を迎える朗読・せりふ・アクセント矯正の専門学校。生徒は、プロの声優や俳優を目指す人から趣味で学びたい人まで幅広く在籍。夏目漱石など純文学から宮部みゆきや向田邦子などの中間小説、また海外作家のモーパッサンなどジャンルを問わず、朗読を楽しめます。

開講日	毎週月・水・木・金
定員	1クラス 10名程度 個別マンツーマン指導あり

※時間割についてはお問い合わせください

毎月5回以上の朗読会も開催中
主宰 坂井清成



ジモア限定
ハンドもフットも
ALL5,000円 (税抜)

◆カラー変更可能
◆オフ&乾燥ケア付き
◆デザインなんでもOK

*デザインはほんの一例です

パーティー
ネイル

上品OL
ネイル

デート&記念日
ネイル

Nail Salon Vian ネイルサロン Vian 新宿区西早稲田2-9-11 1F
☎03-5356-6988 予約優先・時間外予約可
営業時間:平日11:00~20:00(土日祝~19:00) 定休日:火曜

西早稲田駅・早稲田駅 徒歩5分
高田馬場駅 徒歩10分



レンタルスペース スペースひびき
新宿区高田馬場4-11-13 アート第1ビル2A
☎03-3366-8167 利用時間は応相談(年中無休)



光リフレクソロジー 高田馬場駅 徒歩1分

台湾式のほどよい強さが心地いい。熟練の技でむくみや疲れを解消!

身体には多くのツボがあり、エネルギーの流れるツボを刺激することで全身の器官や機能に働く。ここは台湾式の適度な強さで、足裏を中心に全身または部分的なマッサージをしてくれるので、身体が楽になると評判です。

整体60分 3,500円
整体60分+足裏30分 5,000円

新宿区高田馬場2-19-7 タックイレブ605
☎03-6233-7914 祝日
平日 15:00~23:00
土日 10:00~23:00

スタジオ アンケール uncoeur 高田馬場駅(戸山口) 徒歩1分

チケット制で好きな時に受講可能♪初心者からプロをめざす人まで。

体験レッスン 1,500円 (ジャンル問わずOK)

駅前のダンススタジオ。国内外で活躍の講師が多数在籍し、バレエ、Jazz、コンテンポラリー、ピラティスなど多彩なジャンルが学べます。ダンスを始めてみたいという人はもちろん、ステージ出演を目指すテーマパーク・シアターダンスなど本格派にも対応。

新宿区高田馬場4-4-34 第2ARSビル4F
☎03-6279-1589
10:00~22:00
年末年始

Waku Hand 36 ~beauty & therapy salon~ 高田馬場駅 徒歩5分

骨格の歪みは、心身不調の危険信号。小顔・骨盤・骨格矯正ならお任せ♪

なかなか解消されない体の不調。実は歪みが関係していることも…。首や肩などに負担をかけ頭痛や倦怠、不眠に繋がる。ここは頭痛軽減により快眠に導いたり、顎の位置を正常に戻すことで小顔になったりと美容と健康のトータルケアにおすすめです。

初回限定
小顔 & 頭蓋骨コース 5,000円→4,500円
全身トータルコース 8,000円→7,000円

新宿区高田馬場4-18-10 サンハイツ高田馬場901
☎03-3368-5717 (完全予約制) 不定休
平日 10:00~20:00
土日祝 10:00~18:00

千祥漢方整体院 新大久保駅 徒歩1分

強めのオイルマッサージが人気! 絶妙な手技で身体スッキリ。

疲れが溜まりやすい箇所を丁寧な手技でマッサージ。リラクゼーションと違い、強めのでリンパに沿ってマッサージするので、全身の疲れやコリが解消されやすい。施術後は「身体が軽くなった」「すっきりした」という声も。人気店なので要予約。

料金
◆基本コース(11~17時まで)
60分 3,000円
◆オイルコース
90分 6,500円
120分 8,000円

新宿区百人町1-16-14 坂田ビル2F
☎03-3371-3215
11:00~23:00
年中無休

miq hair & Make up 高田馬場店

ご新規様 平日限定 特別サービス

お試しリンク料金
◆アートディレクター ¥1,500 ▶ ¥1,000
◆ディレクター ¥1,000 ▶ ¥750
◆トップスタイリスト ¥500
◆スタイリスト ¥0

デザインカット + 艶カラー 通常¥11,000 → ¥3,500
カラーはリタッチ(根元3cm) フルカラーは別料金 毛先料金¥1,000~¥2,000

デザインカット + 艶フルカラー + 炭酸スパ + プレトリートメント 通常¥17,000 → ¥6,000
ブリーチは除く

デザインカット + モテパーマ 通常¥11,000 → ¥4,000
特殊パーマは除く

デザインカット + 艶カラー + モテパーマ 通常¥18,000 → ¥6,000
カラーはリタッチ(根元3cm) パーマは特殊パーマは除く

デザインカット + デジタルパーマ or 縮毛矯正 通常¥20,000 → ¥7,000

電話予約限定 ヘアアレンジ + フルメイク(JMA認定資格者) 通常 ¥9,000 → ¥4,500
アップは別料金になります ●再来の方も使用可

デザインカット 学生限定・平日/新規限定(要電話予約) 通常 ¥4,000 → ¥1,500
学生証をお持ちください シャンパー別途

※すべて税別価格

Premiere プルミエール 高田馬場駅 徒歩1分 未経験者スタッフ募集中!

目元のたるみを引き上げて魅力的な印象に。まつげを傷めず美しいカールを実現。

顔の印象を大きく左右する目元。好感度アップにまつ毛カールがおすすめ。根元からパーマをかけることで下がり気味のまぶたにハリが出て一重の人が二重になり、見た目年齢も変わります!また美顔エステは1,940円~4,980円と幅広くあり、丁寧な角質除去とパックがセットで好評!まつ毛カールと同時で約1時間で施術可能。ダブルの美を手に入れよう。

新宿区高田馬場4-8-4 オラガビル4F
☎03-3227-2456
受付10:00~18:50 (最終受付)
火曜、第2・第3月曜

初回限定 まつげカール 3,240円→2,160円
ホットゲルパック 2,980円→2,160円
◆温感パックでむくみもスッキリ!

料理研究家 山本ゆみえ氏の手作りパン

米油と卵白だけを使用した低カロリーなシフォンはモチモチなのにふわとした仕上がりが、天使のようなシフォンケーキをご賞味ください。

月1回の料理教室
「おもてなし料理」として季節に合わせたパンや料理(オードブル・メイン・デザート)をワインとともに味わう講習会を開催。1クラス6名までの少人数制だから通いやすさが人気。

エンジェルシフォン 460円

土産にも喜ばれます

第3水曜・木曜 10:30~ 第4土曜・日曜 10:30~
★入会金 10,800円★受講料 8,000円

すべて1点モノのセレクトショップ 洋服、バッグ、アクセサリ、靴など心踊るアイテムがたくさん♪

遊びゴコロのあるデザインやオシャレをしたいときにオススメなエレガントなものまで幅広く揃っています。毎週新作が入るので、要チェック!

LITTLE MARMOT (リトルマーモット) 新宿区西早稲田3-21-1 西澤ビル1F
☎03-6302-1652
〈営業時間〉11:00~19:00 〈定休日〉月曜

miq hair & Make up 高田馬場店 ☎03-3202-3917
〈営業時間〉平日/10時~20時 土曜/10時~18時半 日・祝/10時~18時
※パーマ&カラー受付閉店1時間前まで(土曜除く)
高田馬場駅前すぐ「稲門ビル」3F(マツダビル)入口横のエレベータで3階へどうぞ
http://www.miq-hair.com/takadanobaba/

miq hair resort 新宿西口店 ☎03-5321-3939
〈営業時間〉平日/12時~22時 土曜/10時~18時半 日・祝/10時~18時
※パーマ&カラー受付閉店1時間前まで(土曜除く)
新宿西口徒歩1分 東京都新宿区西新宿1-4-5 西新宿オークビル3F
http://www.miq-hair.com/shinjuku/

パンの店 ラ・ブランシェ 豊島区高田3-10-21 ヤマセイビル1F
☎03-6457-3919
〈営業時間〉11:40~18:00 〈定休日〉日曜 & 料理教室開催日

成城石井 高田馬場駅 徒歩4分
副都心線 西早稲田駅 徒歩3分

ジモア宣伝隊長 HEY!たくちゃんの
ババくる!? 第十八場

馬場在住のものまね芸人HEY!たくちゃんが地元を紹介!今回は、慶応大学に在籍しながら2013年R-1ぐらんぷり準決勝、ワラチャン!U-20お笑い日本一決定戦で優勝し、いま大注目のお嬢様芸人たかまつななさんがゲスト!勉強とお笑いを両立しながら活躍するそのパワーの秘密に、たくちゃんが迫りました!



Text: Kyo Okamoto
Photo: Kenji Kikawada

高田馬場に新しくオープンした話題のスポット「神々の森神社」にて、森の中にあるようなヒーリング空間で、静岡の深蒸し煎茶と茶菓子をいただきながらトークがスタート!



たくちゃん: どうですか? この空間。

たかまつ: 入った瞬間びっくりしました!まるで山にきたようですわ。

たくちゃん: 発見しちゃった自分にうれしくなるようなスポットでしょ?

このお宮は築220年の神社を選んで祭ってるんだって。

たかまつ: ええ。御利益でR-1ぐらんぷり決勝行けますかね?(笑)。

たくちゃん: 行けるよ、きっと。たかまつさんと初めて会ったのは馬場だったよね。

たかまつ: そうです!ヘイタクさんがゲストのババチョップシアターのライブでしたよね。17歳の時でした。

たくちゃん: その頃はコンビだったよね。相方が高野雄太くんこと亀田大吉くんね。あ、名前は伏せておいてください(笑)。

たかまつ: え〜、本人喜ぶから出してあげましょうよ〜(笑)。ヘイタクさんがその日に、キミ亀田大毅に似てるからものまね

いったほうがいいよって言ったんですよ。

たくちゃん: あはは……、俺か。

たかまつ: その後、亀田大吉になってしまって、コンビ解消したんですから(笑)。

親の反対のなか、お笑い芸人の大会で優勝へ

たくちゃん: R-1ぐらんぷりで準決勝進出したときはフリーだったよね。事務所のオファーすごかったでしょ?

たかまつ: 11社いただきました。頼れる先輩がヘイタクさんしかなくて、事務所選びの相談しましたよね。

たくちゃん: たしかメールしたんだっけ?

たかまつ: そうです。それぞれの事務所のメリット・デメリットがびっしり書いてあって(笑)。

たくちゃん: あはは……。お笑いやるのを親に反対されてるって相談されて、どんな家族なの?って聞いたら慶応一家で、テレビはNHK以外観ちゃいけない家庭だって知って。そのあと、ワラチャン!でぶっちぎり優勝だもんね。

たかまつ: 周りにも優勝できないって言われていたので、ホント嬉しかったです!

たくちゃん: 賞金は入ったの?

たかまつ: 200万円入りました。でも結構、税金取られて、こんなにかかるとな〜って、だいぶぎきました(笑)。

たくちゃん: あはは……。

たかまつ: 今度フレンチ行きましょう。お礼にごちそうさせてください!

たくちゃん: いやいや、大丈夫だって。親にお笑いやりたかって言ったときは

どうだったの?



ロケ地: 古いヒーリングカフェ 神々の森神社



詳しくはP10へ



たかまつ なな

1993年7月5日生まれ/神奈川県出身。フェリス学院中高卒、慶應義塾大学在学中。先祖は坂上田村麻呂、曾祖父は東大名菅教授のお嬢様芸人。陸上800mで神奈川県ベスト8、サッカーでは横浜Fマリノスでプレー経験あり、高校生の主将コンクールや出版甲子園決勝大会準グランプリなどの受賞歴あり。2013年R-1ぐらんぷり2013準決勝進出。同年日本テレビワラチャン!U-20お笑い日本一決定戦で優勝し、一躍注目の若手芸人。お笑いジャーナリストを目指して活躍する2015年期待のお笑い芸人。

☆公式ブログ:「お笑いジャーナリストへの道」
<http://ameblo.jp/takamatsu-nana/>



たかまつ: お夕食の時に話したら父が怒って、ボトルごとワインかけられて、「遺憾である!!」って言われました。

たくちゃん: あはは……。遺憾であるって大事な日本語だよな(笑)。いまでも怒られるの?

たかまつ: 優勝したときが一番怒られました。高松家の名を汚すな!って……。オンエアも親に言ってなかったんですけど、共演者をネットで調べて。ちなみに実は共演NGがあるんです(笑)。

たくちゃん: 僕は共演OKなの? なにか言ってた?

たかまつ: OKなんですけど……。ヘイタクさんは芸人だけでなく、整体師の資格持ったり、ラーメン屋もやってたりするじゃないですか。経歴見て、この人はどこへ向かっているんだって。

たくちゃん: あはは……。ヘイタクはつきりしてくれ!ってことか〜。魅力的なご両親だね(笑)。

たかまつ: ホント厳しいんです……。

お笑いも勉強もアツク!なんでも本気で取り組みたい



たくちゃん: なんで芸人になろうと思ったの?

たかまつ: 高校生の時に、爆笑問題の太田さんと中沢新一さんの共著の『憲法九条を世界遺産に』を読んだのがきっかけです。当時、太田さんのことを存じ上げなくて、すごい学者だな〜と思って、プロフィールを見たらお笑い

コンビを組んでいるのだと知って。よし、お笑いを目指そう!と。

たくちゃん: すごいね〜。俺なんてずっと爆笑問題さんの本を読んだけど、その辺から内容が難しく読まなくなってしまった(笑)。単独ライブもすごくやってるよね。大学の研究もすごい。たしかテーマが「人はなぜ笑うか」だったっけ?

たかまつ: はい。慶応大の研究発表会で優勝しました。

たくちゃん: まだ21歳でしょ!昔、売れた人が引退後に研究することですよ。なんか悔いひらいてるよね?(笑)。

たかまつ: 恥ずかしいですって。私才能ないですから、分析するしかないんです。

たくちゃん: お笑いとお笑いの両立は大変でしょ? たかまつさんの性格的には全単位とらないと気が済まないだろうし。

たかまつ: なんて分かるんですか〜(笑)。確かにびっしり登録して、取らなくてもいい授業まで受けてます。私、才能ないから努力しなきゃならないんです。

たくちゃん: 努力は才能ですよ。たしか吉田照美さんが言ってたけど、それは努力という名の才能なんだよ。

たかまつ: 嬉しいですよ!心に響きました。

たくちゃん: お金なくなると懸賞に応募するんだっけ?

たかまつ: 懸賞論文の賞金で、高3でお笑いの養成所に入ったんです。学校はバイト禁止だし、親は反対でしたし、公募ガイド買って応募して。

たくちゃん: それで賞を獲っちゃうんだからすごいよね。

たかまつ: 授賞式で「これでお笑いの養成所に通います!」って言った、みなボカ〜んとしてしまい、不穏な空気が流れました(笑)。

たくちゃん: そうそう、たかまつさんが単独ライブをどんどんやるから、僕も影響されて久しぶりに去年の夏に単独ライブやったんだよね。

たかまつ: 私もこないだやりました。普段はネタ9本くらいなんですけど13本もやったからネタが覚えきれなくて。

たくちゃん: 9本だって充分多いって!ほんとストイックだよな〜。R-1も今度こそ優勝だって思ってるでしょ? ポクサーみたいだよな。勝たないと許さないというか、絶対優勝しないと気が済まないでしょ?一度踏んだリングはTOP獲るまで卒業できないってうかさ(笑)。

たかまつ: なんて分かるんですか〜!(笑)。先輩たちには、もうワラチャンで1回優勝しているから無理だっって言われるんですけど、絶対そんなことない!って思ってる……。

たくちゃん: いや〜、その気合いや手を抜かない感じは、ほんと見

習わない。僕も初心にかえって頑張らないとな。

たかまつ: 私、お笑いを通して社会問題を発信したいって夢があるんです。目指すは、お笑いジャーナリストです。

たくちゃん: 同じ世代の学生にメッセージありますか?

たかまつ: みなさん一緒に勉強して、社会を変えましょう!

たくちゃん: いや〜すごいね。今日のロケ場所だけでなく、たかまつさん自身が、パワースポットだよ!

たかまつ: ホントありがとうございます。パワー全開でがんばりますっ!それではみなさん、ごきげんよう(笑)。

いま、まさに勢いのある芸人パワーをたっぷり感じるたかまつさん。芸人も大学も論文なども、すべて本気で取り組むその姿勢は、初心を忘れないことの大切さを改めて取材スタッフにまで感じさせてくれました。今年、お笑いをやりながら大学院も目指すという彼女の手を抜かない本気のパワー。2015年は、お笑いジャーナリストの夢を目指したたかまつさんのますますの活躍が期待できそうです。

YouTubeチャンネル『たかまつななチャンネル』

目指せ!お笑いジャーナリスト。たかまつななが著名人に直撃しホンネを聞き出す「たかまつななの学校じゃ教えてくれないコト」などを配信。フェリス学院出身、現役慶応大生のお嬢様芸人たかまつなながお送りする、お笑いを通して、社会問題に切り込むYouTubeチャンネルです!
<https://www.youtube.com/user/takamatsuch>

東京新聞連載「笑う門には福来たる。」(月1回)



HEY!たくちゃん

1981年7月2日生まれ/北海道出身。ものまね芸人。アゴものまねをはじめ、そのレパトリーは圧倒的な数を誇る。「東京ラーメンショー2011INRA杯 ラーメンコンテスト」にて唯一のアマチュアながらプロの職人たちを破り見事優勝。2012年9月「鬼そば藤谷」をオープン。今年のラーメン界に新風を巻き起こす刺客として、各メディアから注目が集まっている。高田馬場在住芸人として、2010年より「ジモア宣伝隊長」に就任して活動中。

☆公式ブログ:「へいたくピックス」
<http://ameblo.jp/heyatakuchan2/>

「鬼そば藤谷」渋谷センター街にて営業中!
渋谷区宇田川町24-6 渋谷ビルディング5階
<http://www.onisoba.com/>
お店で「ジモア見たよ」と言えば大盛りor 味玉無料!



◎たかまつななさん「サイン色紙」プレゼント!(P22へ)

SERVICE & LIFE



▼マガジン提示or「ジモアを見た」とお伝えください。※クーポン期限2015年3月31日

格安シェアハウスRink

高田馬場駅(早稲田口)徒歩20秒

MAP_S1



新宿・池袋・渋谷・中野・横浜エリア。賃料29,000円～の楽しいシェア生活。

<大感謝祭!ジモア限定>

友人紹介で紹介者に
最大55,000円現金払い!

初期費用0円で引越できる物件も多数ご用意!女性専用、起業家向け、ペット可物件、イベント好きな物件多数!18歳～30代の方がメインですが、どんな方でも大歓迎!実はみんなシェア初めの上京者ばかり。詳しくは『シェアハウスRink』で検索!



- 新宿区高田馬場2-19-7 タックイレブンビル11F(1104号室)
- 03-6205-5369
- 11:00～20:00 年中無休

WASEDA GOLF SCHOOL

ワセダゴルフスクール 早稲田駅(1番出口)徒歩1分

MAP_S3



A級ティーチングプロが指導する
駅前すぐのプライベートスクール!

<体験レッスン>
30分 2,100円→無料

初心者はクラブの握り方からコースデビューまでしっかりサポート。経験者は大型モニターのスイング診断からスコアメイクの極意まで伝授。2打席の完全プライベートレッスンによる丁寧な指導がモットー。無料のレンタルクラブ、シューズがあるので、仕事帰りに手ぶらでOK!



- 新宿区早稲田町75 日研ビル屋上
- 03-3203-9952
- 火水木 10:00～21:30/日 10:00～17:30
- 月曜・金曜・土曜

張良二胡教室

高田馬場駅 徒歩2分

MAP_S5



珍しい二胡に実際に触れてみよう。
手ぶらでOK!体験レッスン実施中!

冬の二大特典

- ① 体験レッスン 無料
- ② 入会金 0円

中国伝統楽器の二胡。哀愁ある音色に魅かれる人も多い。サークル活動のように友達同士、グループレッスンも可能。初心者には「きらきら星」からスタート。音楽が好き、珍しい趣味を持ちたい人。体験レッスンで、実際に二胡に触れるチャンスです。



- 新宿区高田馬場3-4-13 日鉄ビル205
- 03-6908-6289
- 10:00～20:00
- 年中無休
- cyouyouniko@yahoo.co.jp
- http://www.erhuz.com/

携帯電話買取 iPhone商店 高田馬場店

高田馬場駅(早稲田口)徒歩20秒

MAP_S2



駅徒歩20秒!全額現金でお支払い。
残債品・本体のみでも高額買取!

<キャンペーン実施中>

代理店加盟を大幅値下げ!
3万円～開業!学生歓迎!

iPhone・iPad・スマホの高額買取専門店。分割中の残債品・画面割れ・水没品・箱無本体のみでも業界最高水準で高額買取。関東圏は出張買取も対応中!法人向けの大量買取も安心・安全スピーディ対応!対応力No.1はiPhone商店!



- 新宿区高田馬場2-19-7 タックイレブンビル11F(1104号室)
- 03-6205-5349
- 11:00～19:00 年中無休

高田馬場 新田歯科医院

高田馬場駅 徒歩4分

MAP_S4



高田馬場で30年。快適な食生活を
支える健康的な口腔内環境を。

- 健康的な口腔内環境を整える
- 定評ある根管治療(歯内療法)
- 最新機器による先端治療

地元の方に永く愛され、家族そろってまたは子どもの頃から数十年以上通う患者さんが多数。歯周病学会認定医による歯周病治療や担当制の衛生士によるメンテナンスや予防歯科に定評あり。歯にお悩みがある方は、まずご相談を。▶根管治療についてはP5へ



- 新宿区高田馬場1-29-4 レイカビル3F
- 03-3232-0418
- 9:30～13:00/14:00～19:00(水・木・土・日・祭日)
- http://2h.jp

健康マージャン ガラパゴス高田馬場店

高田馬場駅 徒歩5分、西早稲田駅 徒歩3分

MAP_S6



【賭けない・吸わない・飲まない】
初心者も安心の「麻雀教室」開催中!

入会金 無料
※通常1,000円

平均年齢70歳以上・女性7割の方に支持されている雀荘。おひとりでも安心して参加しやすいので友達作りにもおすすめ!

利用料金

- ★1日(10～16時) 2,200円
- ★12～16時 1,800円
- ★午前のみ 1,100円
- ★14～16時 1,100円

- 新宿区高田馬場1-5-19 KFビル2F
- 03-6233-8612
- 10:00～16:00(麻雀教室は火・木)
- 日曜



アカデミア・ラティーナ

ACADEMIA LATINA 高田馬場駅(戸山口)徒歩1分

フランス語 英語 スペイン語 日本語 ポルトガル語

MAP_S7



駅前ビジネス留学。実践的なスキルUPのサポート。
企業や店舗への講師派遣型レッスンも好評です!



ビジネスシーンで使える語学習得を目指す人は必見。プレゼンテーションや会議、商談、出張前の集中レッスン、メール添削など目的や予算・期間などご希望に合わせて対応してきます。また企業や店舗に講師派遣をした研修も可能。その他の言語の対応はご相談ください。

- こんな人にオススメです
- 外国語で電話やメールの対応をする方
- 語学習得を本格的に始めたい方
- 現在の語学力を維持または向上させたい方
- 海外出張や取引先との対応をされる方
- 海外赴任や留学を希望している方

- 新宿区高田馬場1-33-1 STビル2F
- 03-6233-8624 受付(12:00～18:00)
- 7:00～20:00 不定休
- academiainfo@poplar.ocn.ne.jp カード対応可

国ごとの文化やマナー
までも学べます

洋服のお直しはる吉

西早稲田駅 徒歩5分

MAP_S8



プロの手で大切な洋服もこれで安心。
お直しからお仕立てまでお任せを。

営業時間(受注日時)	月	水	金
11:00～15:00	○	○	○
15:00～19:00	×	×	○

※火・木・土・日はお休み

他店で上手くいかなかったものでも、丁寧な職人技でお気に入りの一着に蘇らせます!ほつれや破れの修理、サイズ変更など急ぎの場合は特急料金での対応も可能です。

- 料金例
- ★ジーンズ裾上げ 800円/穴補修 500円
- ★ウエスト詰め&出し 1,800円～

- 新宿区西早稲田3-20-6 スバイラルビル2F
- 03-3203-1943 受付(月・水・金)
- 11:00～19:00 火・木・土・日



英会話D O

ドゥー 高田馬場駅 徒歩4分

MAP_S9



高田馬場で20年の実績。
英語が必要な個人や企業のお手強い。

店舗メニュー作成 4,000円～

教師はネイティブ/日本人えらべます
プライベートレッスン 70分4,700円 40分3,800円
入会金 6,000円【無料体験あり】

ビジネス文書/プレゼン資料/接客英語/会議対策/店舗メニュー/Eメールなど対応。

- 新宿区高田馬場4-13-12 伊豆菜ビル2F
- 03-3360-9043 (お問合せはメールにて)
- 11:00～21:00 日曜
- dokaiwa@titan.ocn.ne.jp



主宰 地協すみ江

有料老人ホーム 介護・看護師スタッフ募集



笑顔
が仕事になる
職場



パート 正社員

仕事/形態	給与	時間	休日	資格・経験	待遇
介護スタッフ	時給1,115円 ※各種手当含む(介護福祉士の場合) 深夜1,394円(22:00～5:00)	週1日～1日3h～OK 勤務日数・時間はご相談ください! <シフト例> 6:00～9:00 / 9:00～18:00 / 18:00～21:00 / 21:00～6:00	シフト制	ヘルパー資格歓迎! 無資格でもOK! 夜勤はヘルパー資格必須	各種社会保険完備 交通費支給 制服貸与 食費補助 年次有給休暇など
看護師	時給1,785円 正 月給334,000円	9:00～18:00(実働8h 休憩1h)	年間120日	正・准看護師	

勤務地
リアンレーヴ高田馬場
東京都新宿区下落合 1-6-9
JR山手線・西武新宿線「高田馬場」駅より徒歩7分
西武新宿線「下落合」駅より徒歩8分

ご応募
電話 0120-777-920 (採用担当)
受付/平日9:00～18:00
recruit_kaigo@kinoshita-group.co.jp
メール 上記アドレスへ氏名、住所、電話番号、希望職種・勤務地を記載の上お送りください。

木下の介護
KINOSHITA GROUP

お題の映画

今回の作品は、「アベンジャーズ」のマーベル・スタジオの最新作。犯罪者だらけの仲間たちが結成した“宇宙最凶チーム”が銀河を救う、痛快SFアクション超大作。昨年全米No.1大ヒットを記録した話題作が早くも早稲田松竹に登場!

『ガーディアンズ・オブ・ギャラクシー』 GUARDIANS OF THE GALAXY

最愛の母親がこの世を去った晩、泣きながら外に飛び出した少年ピーター・クイルの前に、巨大な飛行物体が現れた。その日を境に突然宇宙へと連れ去られてしまった彼は、星から星へと飛び回る自称“伝説の”トレジャー・ハンター「スター・ロード」へと成長した。そんなある日、彼は不運にもある財宝に手を出してしまう。なんとその財宝は銀河を滅亡させるほどの恐ろしい力を宿し、多くの組織が欲しがらるパワーストーン<オーブ>だった!

本作の主人公たちは泥棒に賞金稼ぎ、破壊王に暗殺者、と全員無法者だ。刑務所で出会ったヒーローらしからぬ彼らが、目的もバラバラなまま迫りく

る銀河の危機に立ち向かうために、“ガーディアンズ・オブ・ギャラクシー”としてチームを作りだしていく姿がなんとも感動的な一作。80年代のハリウッド映画『バック・トゥ・ザ・フューチャー』『インディ・ジョーンズ』や、スペース・オペラ『スター・ウォーズ』を彷彿とさせる、アドベンチャー映画ならではのテンポのいいワクワクする展開。さらに、劇中に登場する“AWSOME MIX”というオリジナルテープから炸裂するデヴィッド・ボウイやジャクソン5をはじめとする70年代の名曲の数々! オープニングからクライマックスまでハラハラするあの興奮を是非劇場で味わってください。



©Marvel2014



早稲田松竹映画劇場
番組担当
上田 真之さん

1月10日(土)~1月16日(金) 『LEGO®ムービー』と2本立て上映
『ガーディアンズ・オブ・ギャラクシー』 GUARDIANS OF THE GALAXY
(2014年アメリカ 121分)
監督・脚本: ジェームズ・ガン
出演: クリス・プラット/ソニー・サルダナ/デヴィッド・ボウイ

早稲田松竹
新宿区高田馬場1-5-16
03-3200-8968

『私の体を鞭打つ言葉』

著者: 原田まりる サンマーク出版



哲学ナビゲーター
原田 まりる さん
2005年レースクイーン・オブ・サイヤークラウンプリを受賞、男装ユニットアイドル「風男塾」のメンバーとして活躍し、2013年に卒業。現在、哲学の教養を実生活に活かす「原田まりるの哲学カフェ」を主催。個人指導型の人材育成研修を企業・個人向けに実施中。
☆原田まりるの哲学カフェ公式サイト
http://tetsugakucafe.strikingly.com/

「哲学と出会ったのは高校生時代の家の近くの変わった本屋さん。心に刺さる言葉に感銘を受けました。元レースクイーン日本一、元アイドルと華やかな経歴を持つ原田さんの原点の一つは、人生の良き“相談相手”の哲学だ。「私にとってバーのおじさんみたいな達観している存在です。悩んでいるときには哲学書を開きます」。“哲学書”と聞くとアカデミックで難しそうイメージを持つ方も多いだろうが、本著では原田さんの赤裸々な体験談を交え取り上げており、ひとたび開けばその小説のような世界観にぐいぐいと引き込まれていく。

「日頃の迷いや悩みのなかで、心に刺さり、日常に活かせる言葉が欲しい、と皆さん感じていると思います。そんな哲学の言葉を自分の体験談と融合させて描きました。“社会性”や“周りに合わせる力”が強く求められる日本の社会。他にも大切なことはあるのではないかと原田さんは考える。「周りに合わせられないことは、もしかしたら才能の証かもしれない。少し個が強く悩む方にこの本を読んでいただき、自分の感覚を大切に、尖ってほしいですね」と原田さん。一見辛いような経験もそこから何を学ぶのかを考えれば、新しい価値を作るきっかけになる。この本には生きる力となる、心に刺さり、体を鞭打つ言葉が詰まっている。これからもジャンルを問わず、本を執筆したいという原田さんの今後の活躍にも注目だ。



自分の足で生きて、哲学アイドルと呼ばれる著者が放つ、抱腹絶倒の超自伝的「哲学の教え」

Interview/Text: Momoko Kato

RAKUSHOKU
楽食
厨房
CHUBOU Vol.12



骨付鳥のススメ!

早稲田通りでひとときわ活況を呈しているのがここ「がブリチキン」。知る人ぞ知る、名古屋のからあげブームの火付け役。パルスタイルでありながら大衆的な雰囲気漂う店内に一歩足を踏み入ると、気さくな店員たちが明るい笑顔で迎えてくれる。

ここの名物は何といても「骨付鳥(おや・ひな890円)」。秘伝のスパイスに漬け込んだ鶏の骨付きモモ肉を、注文を受けてから高温のオーブンで一気に焼き上げるので熱々の出来たてが食べられる。柔らかい肉にガブリとかじると、たっぷりの肉汁があふれ出すのがたまらない。

また日本からあげ協会主催の大会で3年連続グランプリ金賞を受賞した「からあげ」は6種類あり、19種類のトッピングで飽きることがない。一押しは「骨なしモモ(350円)」。おすすめトッピング、タバトマ(タバスコ+トマト)でどうぞ。そして一品メニューも侮るなかれ。わさび風味がツーンときいた「エビとアボガドのタルタル(490円)」や、お店で仕込む「自家製ピクルス(390円)」は口直しにぴったり。果物をウイスキーに2週間以上漬け込んだ「漬け込みハイボール(490円)」との相性も抜群。

大きなチキンにカブリつき、自家製ハイボールをガブガブ飲んだら、やみつきになること間違いなし!ただし、飲みすぎにはくれぐれも注意を。



※MAPはP13

がブリチキン。高田馬場店

新宿区高田馬場4-11-9 松屋ビル1F
03-5389-8787
月~木、日 17:00~24:00 年中無休
金・土・祝前日 17:00~翌1:00

あかねの Love Love SWEETS vol.19

東西線早稲田駅から徒歩5分、早稲田通りとランド坂の交差点からほど、近く。まるで“ジュエリー”のようなフレンチトーストで、日常のなかに彩りを与えてくれるお店がここ「Foru Cafe」。扉を開くと美しいシャンデリアと温かみのある空間が迎えてくれます☆

お店の看板メニューは、プリュレフレンチトーストの『ブルーベリーチーズケーキ(880円)』。ルビーのように真っ赤なラズベリーソース、そしてアメジストを思わせる紫の大粒のブルーベリー…。見た目はまさに“食べる宝石”!! プリュレフレンチトーストは卵・牛乳・砂糖、そしてお店秘伝の「魔法の調味料」が入ったアバレイユに特注の食パンを浸し、表面をフランスの「カソナード」という砂糖でまぶして、バーナーで焦がしつけるのが特徴。

アツアツのフレンチトーストに冷たいブルーベリーアイスを乗せ、手作りのハート型パイと共に口いっぱいほおばると、表面はパリッ!中はとろろん…。口の中にふんわりとほのかな甘さが広がって至福のひと時を味わわせてくれます♪ パリスタ特選コーヒー(セット+100円)を口にも含むと芳醇なほろ苦い香りとフレンチトーストの絶妙な甘さがマッチして極上の味わい♥

“For U (You)”の想いが込められたForu Cafeで、大切な人と一緒にほっこりと心も体も温まってみてはいかがでしょうか。



※MAPはP14

Foru Cafe

新宿区西早稲田2-4-26
03-6233-8739
11:00~20:00 (L.O. 19:30) 無休 (年末年始除く)

Report/Text: Akane Tsushima

Report/Text: Mika Shimizu



NEW

動く、歩くを、心地よく

無料サンプル 申込受付中 2,000名様限定!

サンプルは、最寄りの森永牛乳販売店より
お客さまのお手元までお届けします。

関節を若々しく
グルコサミン
1500mg

軟骨サポート
コラーゲン
1000mg

うるおい保水力
ヒアルロン酸
5mg

宅配専用

うるおう グルコサミン

やさしい甘さ
すっきりした酸味

115 ml

森永の
宅配サービス



ご希望の本数を、
ご家庭に直接お届けします。



保冷牛乳箱を設置
させていただきます。

森永乳業

お申込み・
お問い合わせは

通話料
無料!!
ケータイからも無料

0037-6183-5559

※一部の固定電話から繋がらない場合がございます。恐れ入りますが携帯電話等でおかけください。

受付時間: 9:00~17:30 (月~金) [祝日を除く]

森永宅配

検索

*一部地域、場所によってはお届けできない場合もありますので、あらかじめご了承ください。*宅配価格は各販売店よりご案内させていただきます。



合計57名様に
当たる!

~ ジモア♥プレゼント ~

PRESENT

ジモア編集部がオススメするアイテムを
読者の皆様に抽選でプレゼント! マガジンに掲載
されているお店をご利用いただき、感想
を書いて素敵なプレゼントをゲットしよう!

<p>1 「ハバくる!?」の ゲストから!</p> <p>1名</p> <p>たかまつななさん 直筆サイン色紙</p>	<p>2 元風男塾の哲学アイドルの処女作 自伝的「哲学の教え」</p> <p>3名</p> <p>原田まりる著 『私の体を鞭打つ言葉』 直筆サイン入り本</p> <p>サンマーク出版 http://www.sunmark.co.jp/</p>	<p>3 日常で使える!トレンドがわかる! 目からウロコな経済学</p> <p>5名</p> <p>「銀座を歩けば経済がわかる」 著者 柴山政行(公認会計士)</p> <p>柴山会計ラーニング株式会社 03-6279-3306</p>
<p>4 これ1本で、味が決まる! 炒めものに使える、みそペースト</p> <p>30名</p> <p>中華みそ (140g×2本セット)</p> <p>マルコムお客様相談室 0120-85-5420 月~金 9:00~17:00 (土日祝/お盆・年末年始除く)</p>	<p>5 スクリーンに甦る 名画に酔いしれる</p> <p>5組 10名</p> <p>早稲田松竹 映画鑑賞券</p> <p>早稲田松竹 03-3200-8968</p>	<p>6 ターコイズブルーの美しい輝きで 胸元をおしゃれに演出</p> <p>1名</p> <p>ネックレス</p> <p>ブティック「リトルマーマット」P12 参照 03-6302-1652</p>
<p>7 牛肉エキスたっぷり! じゃがいも麺の牛肉煮込み味</p> <p>5名</p> <p>ベトナムラーメン</p> <p>下記店舗で1ヶ120円で購入可 ベトナム料理店「ベトバル」P7参照 03-6273-9007</p>	<p>8 ジモアのキャラクター 「ジモンキー」カップで飲もう!</p> <p>1名</p> <p>ジモンキー特製マグカップ (お散歩Ver.)</p> <p>ジモア編集部 info@jimore.net</p>	<p>9 ジモアのキャラクター 「ジモンキー」とお出かけしよう!</p> <p>1名</p> <p>ジモンキー特製トートバッグ (お散歩Ver.)</p> <p>ジモア編集部 info@jimore.net</p>

〈応募方法〉 ハガキに①~④の事項を明記の上、右記の宛先までご応募ください。
(ハガキ1枚につき、希望賞品は1つまで) ※締切2015年3月10日(火)当日消印有効

- 希望賞品番号とプレゼント名
- 住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号・メールアドレス
- ご利用いただいた本誌掲載店舗名と感想
- 本誌へのご意見・ご感想/好きな記事やコーナー

★ジモアホームページの応募フォームからもご応募いただけます。

〈あて先〉
〒107-0062 東京都港区南青山5-15-9 フラット青山204
COCOLONE 株式会社 ジモア編集部プレゼント係
※お一人様何回でもご応募いただけますが、ハガキ1枚につき1口のご応募とさせていただきます。
※プレゼント当選者の発表は厳正なる抽選の上、賞品の発送をもって代えさせていただきます。
※ご応募いただいた個人情報(氏名・住所・電話番号など)は、賞品の発送および弊社のメルマガ配信等に
利用させていただきます。皆様からご預かりした個人情報は編集部が責任を持って管理いたします。

地元情報ポータルサイト JIMORE もあります!



今春
リニューアル!

約200店舗のお店情報や
地域情報を発信中!

ジモア

検索

編集スタッフ・撮影モデル&コラボ団体募集!

- ジモアスタッフ: この街の取材や撮影、マガジン&WEBサイト制作を体験しませんか。学生から社会人、主婦の方など、応募資格は問いません。プロのクリエイターやライターがアドバイス&サポートします。
- ジモアサポーター: お薦めのイベントやお店や企業など、街のさまざまな情報を提供してください。
- コラボレーション: イベントやサイト企画・運営等でコラボしませんか。協同活動をしてくれる学生・社会人サークル・商店会・ゼミ・団体・企業等を募集しています。
- ジモア撮影モデル: 街の看板女子と男子を紹介する巻頭の「無限美男女」の撮影モデル、サイト&マガジン取材時の体験モデルなどを募集します。

フリーマガジン【JIMORE】Staff

Produced & Published By: COCOLONE, inc.
 Publisher / Editor in Chief: 岡本匡弘
 SP / Editor: 大場衣利子 清水美佳
 Writer: 加藤桃子(早稲田大) 対馬亜佳音(日本女子大)
 須藤梓(青山学院女子短大) 藤田志穂(相模女子大)
 清水慧美 渡辺律子
 Designer:

地元の店舗・企業の皆さまへ

お店や企業のロゴ、店頭看板やポスター等の各種販促ツール、ホームページ制作などを承ります。お見積りは無料です。また、地元の皆さまにご利用いただけるよう企業・事務所にジモアを送付しております。必要部数をメールにてお知らせください。

フォローミー! @JIMORE1 ◎フォロー約4,000人

http://www.facebook.com/JIMORE1

お問合せ先(ジモア編集部)
info@jimore.net Tel: 03-6427-4653

Photographer: 小野真 木川田憲治 藤原祥子 cocoloneco ほか
 Special Thanks: 上田真之(早稲田松竹)
 Cooperation: ケイダッシュステージ サンミュージック 早稲田松竹映画劇場

【ポータルサイトJIMORE(1月現在)】取材スタッフ: 加藤桃子(早稲田大)/須藤梓(青山学院女子短大)/藤田志穂(相模女子大)/対馬亜佳音(日本女子大)/木納静穂(早稲田大)/島田芽生(早稲田大)/高木万里奈(早稲田大) ■撮影: 藤原祥子/小野真/吉岡洋/菱田諭士/cocoloneco ■企画・編集・プロデュース: 大場衣利子/清水美佳 ■デザイナー: 清水慧美 ■クリエイティブディレクター: 岡本匡弘

JIMORE

2015年2号 2015年1月5日
 発行所 COCOLONE 株式会社
 〒107-0062 東京都港区南青山5-15-9 フラット青山204
 TEL 03-6427-4653 (ジモア編集部)

印刷所 株式会社ナボ

©COCOLONE, inc. 2015 Printed in Japan
本誌に掲載の記事・写真等の無断掲載を禁じます。

【媒体データ】

創刊: 2010年4月1日
 発行日: 発行月の初旬(季刊誌)
 判型: B5版
 頁数: 24~32頁
 発行部数: 65,000部
 配布方法: 新聞折込約3万5千部(新宿・豊島・文京・中野区)/街頭配布/
 店頭設置 約250店舗/ポスティング/企業送付/大学配布等

広告掲載のお問い合わせ

Tel: 03-6427-4653

E-mail: info@jimore.net

COCOLONE(株) ジモア編集部まで

ご存じですか？

いま話題の

「削らない虫歯治療」の最前線

たとえ虫歯になっても、できるだけ自分の歯を
ずっと残したいですよ？歯を極力削らずに、
殺菌で治す新しい虫歯治療について伺いました。



監修
西早稲田駅前歯科 矯正歯科
院長 山口昌良 先生

Q1 歯を極力削らない虫歯治療 「ドッグスベストセメント」とは？

虫歯治療というと歯を削る、神経を抜くといったイメージ
があって、治療に対して恐怖心を持つ方が多いですよ。
虫歯は虫歯菌による感染症ですので、一般的な治療では
感染部分をすべて削り取る必要があります。でも歯を
削ったり神経を抜いたりするのは怖い…そういった患者
さんのための最先端の「抜かない」、削らない、「痛くない」
治療がアメリカで一般的に普及している「ドッグスベスト
セメント」治療です。

「ドッグスベストセメント」は、従来の
虫歯を削って治すという発想とはまったく
異なり、「虫歯菌を殺菌して内科的に治す」
画期的な治療法です。また使用する薬は、
抗生物質などとは違い、人間の血液中に
含まれる銅イオンを主成分としたさま
ざまなミネラルで作られた安全で人体に
優しい薬なので安心です。この薬を虫歯の
穴に塗り込み、ミネラル成分の力で虫歯菌
を殺菌して治します。そのため感染した
箇所を完全に除去する必要がなく、大事な
歯を極力削らずにすませることができ
ます。さらにドッグスベストセメントは
虫歯菌を殺菌する成分を半永久的に出し
続けてくれるので、再発の予防にも役立
ちます。ただし「ドッグスベストセメント」治療
には熟練した技術が必要なので、治療経験
の多い歯科医を選ぶことが大切です。



Q2 治療はどのように 行われるのですか？

虫歯の箇所を洗浄、消毒し、お薬を詰めて被せものを
するだけで終わります。虫歯の進行具合にもよりますが、
早いケースだとその日に治療が終わることもあります。
治療のために通う回数が少なく、再発の予防にも役立つ
治療法なので、長期的に見るとメリットの多い治療法と
言えますね。

神経を取らなくてはならないような
大きな虫歯でも治療できるので、ど
つしても歯を削りたくない、神経を抜き
たくないという方にはぜひ検討してみ
ていただきたい治療です。



Q3 大切な歯を守るために 努めていることは

歯医者が怖くてなかなか行けない。そういう方は子供の
ころに痛い思いや怖い思いをしたトラウマがあることが
多いようです。言わばそういった抵抗感を無くし、「生涯の
健康な歯を保つお手伝いをするのが歯科医の務めである
と考えています。今は患者さんが極力痛みを感じないで
すむ、新しい治療法があるということをより多くの方に
知ってほしいと思っています。

大切な歯のことですから、セカンドオピニオンもお薦め
です。当院では「ドッグスベストセメント」治療を専門的に
扱っておりますので、治療法に迷われている方は気軽に
ご相談ください。

知らなかった！クリニックの衛生面の事実

国立感染症研究所の調査によると、実に7割以上の歯科医療機関が
歯を削る医療器具を滅菌せずに使いまわしている可能性があるという。
医療器具は当然のように滅菌した器具に交換されるものと思ってい
ただけに驚きの事実である。

そんな中、西早稲田駅前歯科・矯正歯科では最高水準であるクラスBの
滅菌機を使用し、数時間の滅菌を行っているそう。そこには「自分の家族や恋人が安心して通えるような
クリニックをつくりたい」という山口院長の想いがある。

今や歯科医院はコンビニよりも多い時代。衛生面
にも配慮した安心して通える病院を選びたい。



体内の内側から治す。歯周病内科

日本では30歳以上の成人の約80%が歯周病にかかっているという。
歯周病は毎日丁寧に歯磨きをし、歯科で定期的に検診を受けていても
それだけで治るわけではなく、歯周病の原因となるカビと歯周病菌を
除菌しなければ完治には至らない。

そこで近年注目されているのが、歯磨きと飲み薬で歯周病を治す「口腔
除菌内科治療」。この治療ではカビを殺す歯磨き剤によるブラッシングと
歯周病菌に最も効果がある内服薬により徹底的に除菌することができる
ため、効果的に治療しながら再感染のリスクも減らすことができる。

「歯周病は感染症です。治療はぜひ家族単位、パートナー単位で行って
ほしいですね」と院長。家族の健康のためにも、ぜひ一度歯周病チェックを。

西早稲田駅前歯科 矯正歯科

TEL 03-6265-9390
http://nishiwaseda-kyosei.jp/

診療科目 歯科/小児歯科/矯正歯科/歯科口腔外科/予防歯科/
審美歯科/インプラント/ホワイトニング

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:00	●	●		●	●	●	●	
14:30~19:00	●	●		●	●	●	14:00 18:00	

土日も診療



副都心線西早稲田駅
B1出口直結
新宿区西早稲田2-20-10
ユニロイヤル西早稲田1階