

モア、ラブ、地元。もっと地元を楽しむ、わが街応援マガジン

Produced by **cocolone**

ジモア JIMORE

2014 夏号
VOL.17
保存版

高田馬場

早稲田

目白

2014.7-9

特集

- ◆やっぱり、麺が好き『いまがアツい! ナツめん!』
- ◆この夏新しいことにチャレンジ! 『習いごとガイド』
- ◆HEY! たくちゃんの「ババくる!」ゲスト: 落合リザ



公式Twitter &
facebookもよろしく!

Twitter@JIMORE1
facebook.com/JIMORE1



ジモア限定!!
お得な
クーポン付



ホームページはこちら

ジモア

検索

www.jimore.net



あなたのスマホが、PCが、
「ぶらジモア」になる。

360°パノラマ画像の「バーチャル馬場歩き」、はじまる。



7月中公開予定 www.jimore.net

「360°パノラマ画像」掲載店募集中!

お店のホームページ、ジモアサイト内に貴店の360°パノラマ画像を掲載しませんか?

〈導入ご利用例〉不動産物件紹介 / 店内フロア紹介 / イベント紹介 / 旅行会社 / 記念撮影など

お問い合わせ先

TEL : 03-6427-4653

E-mail : info@jimore.net

(COCOLONE 株式会社 ジモア編集部)

無限美男女

Mugen-Bi-Danjo Vol.17



Mio Sato
佐藤 未生

年齢: 20歳 / 血液型: O型 / 星座: 天秤座 / 職業: 学生 (早稲田大学) / 身長: 158cm / 出身地: 東京都 / 趣味: ガレット作り / 特技: 昭和歌謡ヒットソングメドレー / この街の好きなところ: いつでも活気があるところ / よく行く店: YAMITUKIカリー、博多らあめんkokoroBA / この街のオススメスポット: FORCHETTA、和処BAR 輪 ~Re-in~ / 好きな有名人: 二階堂ふみ / あなたの夢: 毎日健康に生きる / 人に必要な3大要素: ①笑顔 ②姿勢 ③挨拶 / 好きな映画: 「SOUND OF MUSIC」 / 「キューティ・ブロード」 / 好きな本: 「アルジャーノンに花束を」 / 「ブラックジャック」



Toshiro Saito
齋藤 俊郎

@shinvaDX

年齢: 29歳 / 血液型: AB型 / 星座: 天秤座 / 職業: 飲食業 (和処BAR 輪 ~Re-in~) / 身長: 170cm / 出身地: 東京都 / 趣味: 音楽、ゲーム、料理 / 特技: スノーボード / この街の好きなところ: みんないい人 / よく行く店: 和処BAR 輪 ~Re-in~ / この街のオススメスポット: せせらぎの里 / 好きな有名人: 阿部サダオ / あなたの夢: お店を続けること / 人に必要な3大要素: ①心 ②愛 ③思いやり / 好きな映画: ディズニー映画 / 好きな本: 「スラムダンク」

Photo: Makoto Ono モデル募集! 詳しくはP22をご覧ください

WEB版「無限美男」「無限美女」公開中 ▶ jimore.net へ

旨辛ラーメン

表裏

高田馬場店

自家製ラー油と唐辛子の爽快な辛味がGOOD！
食欲をそそる担々麺で夏バテ解消！

ネギと刻み唐揚げをふんだんに使った、辛さが選べる夏季限定担々麺。自家製ラー油と鷹の爪を使った特製スパイスによる、すっきり抜ける辛さとコクのある旨さがサイコー！

汁なし担々麺
800円 <夏季限定>

① 新宿区高田馬場2-14-27 花藤ビル1F ② 年中無休 ③ 03-6205-6888
④ 11:00～23:00 (L.O. 22:30)

油SOBA専門店

凶星

独自製法のチャーシューが極旨。
贅沢トッピングが嬉しいヘルシーぶっかけそば

一本びき製粉により小麦本来の甘みと香りを感じる麺に、真空低温製法の鶏と豚のチャーシュー、トマト、大葉、とろろ等を載せ、特製タレで仕上げた逸品。

**すだち温玉
冷やしぶっかけそば**
880円 <1日25食限定>

② 新宿区戸塚町1-101-2 ③ 日 ④ 03-3208-5002
⑤ 11:00～23:00 ※上記限定麺：7月中は14時より提供

麺屋宗

秋田産「稲庭中華そば」のなめらかな喉ごし。
さっぱりとした和風の味わいが魅力

ラーメン業界で話題の「佐藤養悦本舗」の乾麺を使用。和風だしのスープに付属の梅酢じゅんさいを途中で加えると一度で二度美味しい。この機会に生麺にない食感を味わおう。

稲庭冷やし中華
950円 <1日30食限定>

② 新宿区高田馬場1-4-21 ③ 年中無休 ④ 03-5876-7640
⑤ 11:30～22:30

麺臣

とらとはと

食欲をそそる三段階の辛さが人気！
バンバンジーと冷やし中華のコラボ麺

昨年好評だった夏季限定メニューが今年も登場！シャキシャキ野菜の下に胡麻ダレで和えたちぢれ細麺は、もちっとした食感がクセになる。小辛・中辛・大辛と辛さが選べます！

冷やしバンバン麺
並 540円

① 新宿区高田馬場3-12-1 TMビル1F ② 年末年始 ③ 03-5330-8272
④ 月～土 11:00～24:00 (L.O.23:30) / 日・祝 11:00～15:00 ※ランチは15:00まで

本格中華麺店

光麺

高田馬場店

夏の定番メニューが限定で復活！
肉味噌のクセになる辛さがしびれます

ゴマの風味と自家製ラー油を効かせた濃厚スープにエリンギ、きゅうり、ザーサイを加えた肉味噌が味の決め手。ひんやりした胡麻だれに絡む麺は喉ごしも良く、夏にぴったり。

冷やし担々麺
810円

① 新宿区高田馬場4-9-14 ② 年中無休 ③ 03-5338-7224
④ 日～火 10:30～24:00 / 水・木 10:30～翌2:00 / 金・土 10:30～翌7:00

WE LOVE
夏麺

／やっぱり、麺が好き／

今がアツい！ ナツめん！

暑い日でもこれなら食べられる!?
「辛い」「冷たい」「すっぱい」など、夏の暑さを乗り切る多彩な麺料理が大集合！各店ご自慢の定番から夏季限定まで、食欲をそそる麺を味わって。
この夏、「ナツめん」めぐりをしませんか。

らーめん

我羅奢

旨み倍増！話題の「鶏節」を使用。
鶏チャーシュー&豚肩ロースのコンビが人気

出汁の香りが存分に感じられる「鶏節」を使用。鶏がらと魚介のスープに旨み成分が増し、深い味わいに。あっさりなのに、ほどよく塩味が効いて疲れた時にも食べたい一品。

冷やし鶏塩そば
780円

① 新宿区西早稲田2-21-6 ② 不定休 ③ 03-3203-5946
④ 月～土 11:00～22:30 (L.O.) / 日 11:00～16:00 (L.O.)

鶏白湯麺

蔭山

辛党絶賛！山椒×ラー油が味の決め手。
びりりと後を引く辛さがたまらない

粉碎した干し海老とヘーゼルナッツが溶け込んだタレは、山椒の香りが風味を増し、食欲をそそる。山くらの歯ごたえが新鮮で肉味噌も秀逸！鶏白湯スープと一緒にどうぞ。

冷やし担々麺
850円

① 新宿区高田馬場1-4-18 ② 不定休 ③ 03-6457-3160
④ 平日 11:00～22:30 / 日 11:00～22:00

ラーメン

賀丸屋

京都産の九条ねぎを惜しみなく使用。
北海道仕立ての辛味噌スープが絶品

農家直送の新鮮な「九条ねぎ」は、麺を覆い尽くす程にたっぷり！シャキシャキ感と甘みが濃厚スープの旨さを引き立てます。もちっとした歯ごたえのある中太麺は食べ応えあり。

辛味噌九条ねぎ
880円

① 新宿区西早稲田2-20-5 ② 年中無休 ③ 非公開
④ 11:30～15:00 / 17:30～23:00

ティースン

西早稲田本店

辛さと酸味のバランスが絶妙！
食欲をそそる早稲田名物のタイ国ラーメン

タイ料理の定番トムヤムクンとラーメンを融合。麺は米麺と中華麺が選べ、スパイスの効いたスープの酸味と辛さの絶妙なバランスは、一度食べたらやみつきになるはず。

トムヤムラーメン
780円

① 新宿区西早稲田2-18-25 横川ビル1F ② 年中無休 ③ 03-3202-1865
④ 月～土 11:00～翌1:00 / 日・祝 11:00～22:00

えぞ菊

戸塚店

夏の風物詩「冷やし中華」をサラダ風に。
しょうゆと胡麻だれ。一杯で二度楽しもう

レタスやきゅうり、トマトの野菜に豚焼や煮玉子などが入ったサラダ仕立て。涼しげな器には、もやしが多量にヘルシー！別でつく特製の胡麻だれは、自分好みに召し上がれ。

冷やし
800円

① 新宿区西早稲田3-21-1 ② 年末年始 ③ 03-3202-9157
④ 11:00～翌4:00

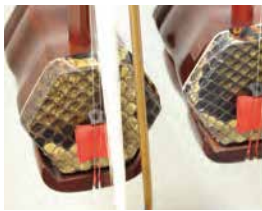
1

張良二胡教室



手ぶらでOK!体験レッスン実施中。
まずは実際に二胡に触れてみよう。

中国民族楽器の代表である二胡。二本の弦を弓で弾くことにより哀愁たよう独特の音色が生まれ、“中国のヴァイオリン”と、人気を呼ぶ。レッスンでは姿勢や構え方から丁寧に教えてくれる。入会者のほとんどが初心者。楽譜が読めなくても、楽器に触れたことがない人でも「きらきら星」からスタートなので安心です。



レッスンは、少人数グループと個人が選べます



演奏会や発表会などイベントもたくさん

ポイント

体験レッスン
無料
さらに
入会金 0円

高田馬場駅 徒歩2分
⑤ 新宿区高田馬場3-4-13 日鉄ビル205
③ 03-6908-6289

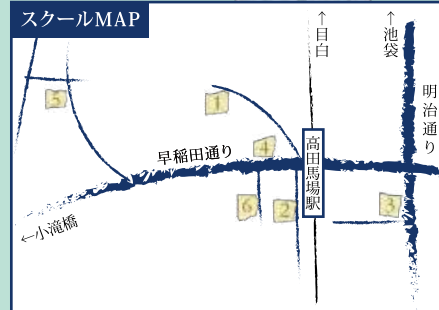
④ 10:00～20:00
⑥ 年中無休

この夏、新しい ことにチャレンジ!

習いごとガイド

Let's
マナビ舎

季節の変わり目は新しいことにチャレンジしたくなるもの。趣味をきめる習いごとから、将来を見据えたプロを目指す資格取得まで、なりたい自分に近づくためにも、まずはチャレンジしてみよう!



スクールMAP

3

SATOKOピラティススタジオ



強くしなやかなスタイルを目指そう



自分のペースで進められるから安心

女性専用&少人数制だから通いやすい。
原因を見極め、結果が出るまでサポート。

ポイント

レッスン体験
2,160円
体験時に入会なら
入会金半額(5,400円)
+スターティングバック
(レッスン3回無料)

西早稲田駅 徒歩2分、高田馬場駅 徒歩6分
⑤ 新宿区高田馬場1-9-21 エムハットビル2F
③ 03-5287-3831
④ 10:00～20:00 ⑥ 年中無休

4

BAZOOKA STUDIO
バズーカスタジオ

最新設備で、個人練習からリハーサルまでOK!



未経験者から上級者まで、楽しく丁寧に指導します!

音楽好き集まれ!ドラムレッスンがいまなら半額!
練習やリハーサルからレコーディングにも対応。

ポイント

ドラムレッスン半額
5,000円→ 2,500円
個人練習: 1H/600円～
リハーサル: 1H/910円～
レコーディング:
1ブース/20,000円～

高田馬場駅 徒歩2分
⑤ 新宿区高田馬場3-3-3 三優ビルB1
③ 03-3360-3377
④ 11:00～翌6:00 ⑥ 年中無休

2

STUDIO uncoeur
スタジオ アンクール

バレエ、Jazz、コンテンポラリー、ピラティス、ヨガなど。初心者からプロを目指す方まで、ダンスで繋がろう!

バレエやJazzからステージ出演を目指すテーマパークやシアターダンスまで、クラスが充実した駅前のダンススタジオ。健康やダイエット目的の主婦の方から学生、社会人、俳優、ダンサーまで、老若男女問わず幅広く対応。チケット制なので好きな時に好きなクラスの受講がOK! 先生や生徒同士の人の繋がりを大切にしたいスタジオです。



白を基調にした二面鏡の明るいスタジオ空間



クラスの枠を超えてイベントや舞台も行ってます!

ポイント

体験レッスン
1,500円
まずは気軽に
体験してみませんか。

高田馬場駅 戸山口徒歩1分
⑤ 新宿区高田馬場4-4-34 第2ARSビル4F
③ 03-6279-1589

④ 10:00～22:00(時間制による)
⑥ 年中無休

5

茶道会館



茶道の基本は「おもてなしの心」



日頃の所作やマナーが身につきます

茶の湯を通じて、日本伝統の心と美を修得。
数寄屋造りの茶室で学ぶ裏千家の茶道教室。

ポイント

★初心者見学受付中
★洋服でも受講可能
★マンツーマンでお稽古
★月曜～木曜日開講
(昼・夜の部)

築65年、日本の建築美が息づく建物で学ぶ茶道教室。茶道会館館長の北見宗峰を筆頭に20人の茶道講師が在籍し、1対1で指導。月曜～木曜まで、四人の講師が八畳の茶室四部屋で稽古します。あなたも日本文化のわび・さびや作法を身につけてみませんか。茶会や茶会席料理教室も定期開催しています。

高田馬場駅 徒歩10分、都バス小滝橋車庫行「高田馬場四丁目」下車
⑤ 新宿区高田馬場3-39-17
③ 03-3361-2446
④ 受付10:00～20:00 ⑥ 年中無休

6

音声表現学苑 高田馬場



レンタルスペースでは朗読会などを定期的に開催



文学にも造詣の深い、主宰の坂井清成先生

日本語と発声にこだわり続けて54年。
有名俳優も輩出した朗読の学び舎です。

ポイント

無料見学
実施中!
お気軽に
お越しください。

体系的な知識の習得と実技的な学習で、正しい日本語の使い方と朗読を教えるスクール。受講生は声優や俳優などのプロから、趣味で学ぶ人まで、老若男女幅広い生徒が在籍。卒業生には有名俳優も。併設のレンタルスペース「ひびき」では、定期的に古典文学や詩集、小説、童話などの朗読会を開催しています。

高田馬場駅 徒歩3分
⑤ 新宿区高田馬場4-11-13 アート第一ビル2A
③ 03-3366-8167
④ 10:00～12:00 (月・水・金) 13:30～15:30(月・水・木・金) 19:00～21:00(月・金)

FOOD & DRINK



東京愛情 麻辣湯

マーラータン 高田馬場駅 徒歩5分、西早稲田駅 徒歩2分

MAP_F1

本格中華を60品以上ラインナップ。食べ飲み放題3,000円から!

この夏のジモア特典は、スパイスと具材がたっぷり入った名物「麻辣湯」をはじめ、「焼き小籠包」など、60品以上の本格中華料理がすべて食べ飲み放題で3,000円から。お店の全メニューはテイクアウトOK! 1,500円以上のご注文で宅配もしてくれる。

全メニュー食べ飲み放題 (90分)	★男性3,600円 → 3,200円
★女性3,200円 → 3,000円	※3名様以上
生ビール1杯目	200円
焼き小籠包 6ヶ	400円 (持ち帰り)

★ 高田馬場駅 徒歩5分	● 新宿区高田馬場1-4-18
● 03-5155-3287	● 11:30～24:00 (L.O.23:00)
● 年中無休	● 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_F2

つい長居したくなる心地よいカフェ。自然と笑顔がこぼれる温かい空間。裏路地にある隠れ家カフェ。名物「中落ち井」はオーナーの実家がマクロ専門店なので新鮮なモノを常時提供している。食物繊維が豊富で美容にも良い玄米や、リスが大好物な木の实入りのサラダなどヘルシーでおいしい。スイーツやドリンク類も充実!

中落ち井 900円 → 800円 (ミニサラダ+スープ付き)

● 新宿区大久保3-9-5	● 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・日・祝)	● 年中無休

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_F6

スペインバルのような雰囲気と食堂が合体! 地方の名物料理や家庭料理もリアルに堪能。

気軽に立ち寄れるフランクさとカフェのような雰囲気が自慢の新顔。多数あるメニューの中でも「蒸し春巻き (630円)」はイチオシ。米粉を蒸した皮にキクラゲや挽肉が包まれ、もっちり食感がクセに。一番人気は「ベトナム風つけ麺ブンチャー (830円)」。

細米麺と甘酢ダレ (ヌクチャム) が相性ばっちり! 夜はバーカウンターでお酒でも。ビル2階からゆれる国旗が目印です。

● 新宿区西早稲田3-20-4 金子ビル2F	● 03-6273-9007	● 不定休
● ランチ 12:00～15:00	● ディナー 17:00～23:00 (L.O.22:00)	



地酒と料理 高田馬場研究所

高田馬場駅 徒歩2分

MAP_F7

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、利き酒師がもてなす居酒屋。厳選食材による和食と日本各地の地酒が揃う。手作りにこだわる料理はどれもお手頃料金。一押しの錦爽鶏レバー、ハツ (各150円) は刺身で食べられるほど新鮮。

黄金ガニ 1人前サービス ※品切れの場合は、同等品を提供

きき酒セット 3種 900円 ※メニューからすべて選べます

● 新宿区高田馬場2-14-7 新東ビルB1	● 03-6457-6787	● 17:00～翌1:00
● 月曜		

ザ・ガルーダ

高田馬場駅 徒歩3分

MAP_F8

朝7時まで営業のカジュアルバー。お洒落な店内は、遊び心たっぷり!

気取らずにお酒を愉しむなら断然ココ! カクテルは定番から季節のオリジナルまで実に多彩。深夜まで賑わう店内で気さくなパーティーと会話を楽しめば、あなたもすぐに常連に。「フィッシュ&チップス」や多国籍フードも充実しているので、お腹をすかせて行こう。

ノーチャージ

● 新宿区高田馬場3-1-5 菊栄ビル1F	● 03-5386-1080	● 18:00～翌7:00 (土曜のみ～翌2:00)
● 日曜・祝日		



Darts & Billiard Bar Boomerang

ブーメラン 高田馬場駅 徒歩3分

MAP_F3

朝まで騒げるパーティー空間は最大150名! DJフロアも備えたアミューズメントバー。

3Fはビリヤードやダーツ、4FはDJブース、プロジェクター、ミラーボールなどを完備したDJライブ、ダンスイベントなども開催できるパーティーゾーン。ビリヤードとダーツ遊び放題の飲み放題コース (フード6品) がジモア特典で2,400円! プロジェクターの無料貸出をはじめ、1次会から3、4次会までさまざまなニーズにお応えします。持ち込み企画もOK! 気軽に相談を。

① 2H飲み放題 + 6品	2,400円
② 2H飲み放題 + 8品	2,900円
③ 飲み放題プラン	800円/1H
④ 2次会コース	2,000円

※2時間より金・土・祝前日+100円/ダーツ&ビリヤード遊び放題付+100円

※金・土・祝前日+400円/ダーツ投げ放題付+200円

※クーポンは4名様以上、要TEL予約 (①・②は前日まで、他券併用不可)。

● 新宿区高田馬場2-15-7 03ビル3・4F	● 03-3232-6506	● 18:00～翌6:00
● 年中無休		

Pia Cuore

ピアクオーレ 高田馬場駅 徒歩3分

MAP_F9

カジュアルに楽しめる創作イタリアンバー。TVでも話題のチーズ入りライスコロッケは絶品!

TV番組「お願いランキング」で紹介されたライスコロッケは、サクとした食感からとろとろのクリーミーチーズが溢れる人気メニュー。「彩り野菜のペペロンチーノ」は本場イタリアでメジャーな太麺を使用。料理もドリンクも多彩で、オリジナルカクテルのオーダーもOK。店内の巨大モニターもあるので、パーティーやコンパ、デート、おひとり様でも楽しめるステキ空間です。

● 新宿区高田馬場2-14-7 新東ビル3F	● 03-3208-7561	● 日曜
● ランチ (平日) 11:30～15:00 (土 12:00)	● カフェ 15:00～18:00	● ディナー 18:00～24:00



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_F4

最大7H! 食事+ (飲み&打ち放題) 居酒屋の料金で麻雀も楽しめます! グループ店「健康マージャン」もあります。詳しくはP17へ。

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～)

【月～金 17～23時】

一般 **300円**

学生・女性 **200円**

ノーレートフリー 麻雀始めました!

● 新宿区高田馬場1-5-19 KFビル2F	● 03-6233-8612	● 17:00～24:00
● 日曜		

東京パスタ FORCHETTA

フォルケッタ 高田馬場駅 徒歩3分

MAP_F5

気取らず行ける創作イタリア料理店。貸切プランは歓迎会やパーティーに最適。夏の旬野菜を使った料理はどれもシェフの自信作ばかり。肩肘張らずに食事とワインが味わえるのでこの機会にどうぞ。

貸切パーティー (コース1,500円～)

◆ 店内レイアウト自由 ◆ ビアノ無料貸出 ◆ 仮装自由

◆ マイク無料貸出 ◆ プロジェクター & スクリーン持込OK

● 豊島区高田3-11-19 ヴィア・オート・ヴァーゲ2F	● 03-5285-1881	● 年中無休
● ランチ 11:30～16:30 (L.O.16:00)	● ディナー 17:30～23:30 (L.O.22:00)	



入会金不要&レッスン2,400円!

『気軽に楽しく学ぶ』をモットーにした子供も大人も通いやすいスペイン語教室。まずは無料の体験レッスンから始めてみませんか? HPにある問い合わせフォームまたはメールで申込できます!

「ジモア見た」で体験レッスン無料

http://高田馬場スペイン語教室.com/

一緒にサッカー楽しもう!

まずは体験してみよう!!

幼年～中学生、社会人&シニア (OVER-38) まで幅広いカテゴリーがあります。

FC WASEDA

検索

蕎麦ダイニング 輪飲 (Wa-in)

わいん 高田馬場駅 徒歩4分



香り豊かな国産の蕎麦を和モダンな空間で。
普段使いかから接待まで幅広く使えるダイニング。

看板は北海道産の十割そば。やや平たい細切りの麺をひと口食べると豊かな香りが口いっぱいに広がる。地酒や焼酎、ワインもあり酒肴も多彩に揃い、鴨のネギ焼(590円)や大山鶏の炭火焼(580円)はおすすめ。コースは2,600円からあり、半個室や座敷席もあり、大切な宴席でも使えます。蕎麦屋で一献傾けるのもお洒落。



〒160-8588 新宿区高田馬場3-12-8 クレド高田馬場ビル1F
TEL 03-6908-8286 日曜・祝日
ランチ 11:30～15:00
ディナー 17:00～23:30 (土曜～22:30)

MAP_F10



お食事の方にもれなくご提供

【名物】牛タンワイン煮込



生パスタトリゾットの店 Riabbra

リアブラ 高田馬場駅 徒歩5分

MAP_F11



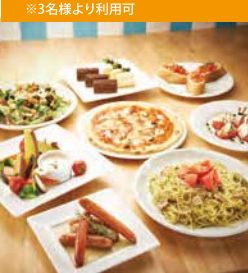
2,500円の幸せ♡女子会はお任せ！
サプライズなど誕生会にもオススメ。

女子会やるならココ！妖精の家のような可愛くて温もりある空間なら話も弾みます。コースは【カプレーゼ+ソーセージ盛合わせ+ブルスケッタ+サラダ+ピザ+パスタ+デザート】の充実ぶり。誕生会など思い出に残る楽しいディナーをどうぞ。



〒160-8588 新宿区高田馬場4-18-10 サンハイツ207
TEL 03-3362-6625 火曜
ランチ 11:30～16:00 (L.O.15:30)
ディナー 17:30～22:00 (日祝～21:30)

『ジモア見た』で予約すると
デザートが豪華に变身！
※予約は2日前までにご利用します
※3名様より利用可



チャオハノイ

Chao Hanoi 高田馬場駅 徒歩5分

MAP_F12



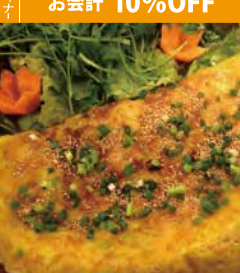
欲張り女子も大満足なベトナム料理店。
ベトナム風ぜんざいなどスイーツも充実。

カフェ風のキュートな店内では民族衣装を着たアオザイ美人がお出迎え。イチオシは「バインセオ(980円)」。米粉で作った皮にエビや豚肉、たっぷりの野菜を巻き、甘辛のタレと味わう。食後はベトナム珈琲とチューでゆったりした時間をどうぞ。



〒160-8588 新宿区高田馬場1-6-15 荒井ビルB1F
TEL 03-6233-7177 不定休
ランチ(平日) 11:00～15:00
ディナー 17:00～23:00

ソフトドリンク1杯
【女性限定】アイスクリーム(水曜のみ)
お会計 10%OFF



柚庵 ～yuan～ 高田馬場駅前店

ゆあん 高田馬場駅 徒歩1分

コースはすべて3H飲放つき

MAP_F13



満足度120%!?本気だします!!衝撃のコース内容に感激。
ちゃんこ鍋食べ放題・豪華料理...どのコースを選ぶ?

ゆず好き、東北料理好きにはたまらない料理がたくさん。ゆずピア、ゆず梅酒などお酒も充実のラインナップ。コースはどれもこだわり抜いたものばかり。宴会はここで決まりでしょ☆

【女子会コース】3種の素敵スイーツと153種から選べるお酒にうっとり
【爆鶏コース】衝撃の土俵入り? 喰らい尽くせ! 飢えを満たせ!!
【海鮮コース】豪華絢爛の超絶プラン♪ 柚子料理と東北料理を堪能



〒160-8588 新宿区高田馬場1-27-6 K1ビル5F
TEL 03-5287-2060
ランチ 17:00～24:00 (L.O.23:30)
年中無休

女子会 料理13品 (デザート3種つき)
5,500円→3,500円

爆鶏 料理9品 (串焼き+鍋食べ放題つき)
5,500円→3,500円

海鮮 料理11品 (刺身5種盛り+寿司2種つき)
6,000円→4,000円

日～木 お会計より 15%OFF
金土祝前日 お会計より 5%OFF

個室居酒屋 赤鷄御殿 高田馬場駅前店

せきとりごてん 高田馬場駅 徒歩1分

MAP_F14



三代目若乃花プロデュースの個室居酒屋。
佐賀産の麓鶏料理と各地の地酒に、舌鼓を打つ。

ゆったりと落ち着ける全席掘りごたつ式。串焼きをはじめ、きめ細かく柔らかな肉質の麓鶏料理はヘルシーで女性に人気。飲み放題付きコースは、若乃花の幕下時代(3,500円)から横綱コースまで、予算に合わせて多彩にご用意。ドリンクはなんと全268種類。完全個室なので、デートや会社の接待・各種宴会にも最適です。



〒160-8588 新宿区高田馬場1-27-6 K1ビル7F
TEL 03-5287-2557
ランチ 17:00～24:00 (L.O.23:30)
年中無休

若乃花の幕下時代コース (料理9品)
3,500円→3,000円

若乃花の幕内時代コース (料理11品)
4,500円→4,000円

若乃花の三役時代コース (料理11品)
5,500円→5,000円

※コースは3,500～8,500円まで8種類ご用意

日～木 お会計より 15%OFF
金土祝前日 お会計より 5%OFF

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2014年9月30日

Re.Ra.Ku

リラク 高田馬場駅 徒歩4分

MAP_B1



お悩み解決!心地よい力加減が人気。
疲れを溜めない体を手にいれよう!

首や肩・腰など全身の筋肉と繋がる、肩甲骨を中心にはぐす「肩甲骨ストレッチ」が評判。筋肉細胞を壊すことなくコリを丁寧にほぐしていくので、疲れにくい体へと導く。骨盤ストレッチは、ダイエット効果に期待大。体の内側と外側、両方をサポートします!



〒160-8588 新宿区高田馬場3-3-9 山下ビル2F
TEL 03-6279-1720
ランチ 12:00～21:00
年中無休

ボディケア
40分 4,968円→3,975円
60分 6,480円→5,184円

ボディケア+フットケア
90分 9,720円→7,776円



ブラジリアンワックスサロン ICE

アイス 高田馬場駅 徒歩2分

MAP_B2



ムダ毛のないツルツル肌に!
初心者でも安心のプライベートサロン。

本来ブラジリアンワックスとはビキニラインとデリケートゾーンの脱毛のこと。オーガニック素材のワックスを肌に塗り、不織布をあててはがすので細い毛の脱毛にも対応。即効性と手軽さがポイントです。夏は手足の脱毛から始めよう♪



〒160-8588 新宿区高田馬場1-31-8 ダイカンプラザ10F
TEL 070-6482-5871
ランチ 11:00～21:00 (最終受付)
日曜・木曜

夏のキャンペーン
腕ALL 5,000円→4,000円
脚ALL 7,000円→6,000円



炭酸ヘッドスパ
こんな方におすすめ

肩こり 目の疲れ

冷え性 シリコン除去

頭皮血行促進 髪にツヤ

毛穴の洗浄 リラクゼーション

カット(スタイリスト)*1

通常¥5,400 ¥2,700

ファッションカラー*2

通常¥7,560 ¥3,780

カット+縮毛矯正+

プレトリートメント+ブチスバ

通常¥30,240 ¥9,720

*1ブロー込み
※2カットをされない方は別途ブロー料金1,080円頂きます



炭酸ヘッドスパ

通常価格 ¥4,320

¥540

※炭酸ヘッドスパのみの場合はブロー料金1,080円頂きます。



カラー・パーマ

50% OFF

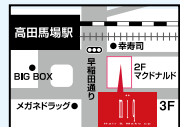
miq hair & Make up 高田馬場店

TEL 03-3202-3917

〈営業時間〉平日/10時～22時 土曜/10時～18時半 日・祝/10時～18時

※バーマ&カラー受付:閉店1時間前まで(土曜除く)

高田馬場駅すぐ!「稲門ビル」3F(マクドナルド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

TEL 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 ※バーマ&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/



HS bodydesign

エイチエスボディデザイン 高田馬場駅(戸山口)徒歩1分

MAP_B3



心と身体を美しく…ブス減に貢献。
ストレスや過労の蓄積はブスのもと!

アロマテラピーと痩身を両立したオールハンドケアが特徴。Twitterで話題沸騰の高級痩身エステがまさかの60分3000円から! 施術後は、身体がスッカリして気持ち明るくなり、心のブスともサヨナラできますよ♪

〒167-0042 新宿区高田馬場4-4-3 ファミール黒沢501
☎ 080-9083-4356 (当日予約専用)
🕒 10:00～21:00 📅 年中無休
🌐 <http://www.hsbd.jp/reserve/> (予約フォーム)

フェイシャルクレイパック
無料サービス ※新規のみ



HS naildesign

エイチエスネイルデザイン 高田馬場駅(戸山口)徒歩1分

MAP_B4



えっ!? 500円で指先にダイヤが!?
本物の輝きで指先まで美しく…

シンプルで実用的なデザインからハイクラスのデザインまで、あらゆるシーンに対応してくれるサロン。好評のダイヤモンド入りネイルはオプション料金500円で可能♪完全予約制のプライベートサロンで初めての方も通いやすいです。

〒167-0042 新宿区高田馬場4-4-3 ファミール黒沢501
☎ 080-9083-4356 (当日予約専用)
🕒 10:00～21:00 📅 年中無休
🌐 <http://www.hsbd.jp/reserve/> (予約フォーム)

ネイルコースご利用の方
オフ無料



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_B5



momiで夏の日差し・湿度から髪をしっかり守ろう。
お待たせ0分&雑音ナシの快適なプライベートサロン。

オーナーは毛髪診断士の資格を持つプロ。他店では味わえない施術や薬剤を提供しているので安心して任せられます。使用する薬剤(momi)は、貴重なハワイ産の真珠エッセンスを配合。毛先までキューティクルを整え保護し、ツヤ感のある髪に仕上がります♪おひとり様専用の貸切サロンなので、周りの目を気にせず相談できるのも魅力です。

〒167-0042 新宿区喜久井町65 糟屋ビル402
☎ 03-3232-7007
🕒 10:00～20:00
📅 水曜・木曜



ネイルサロン Vian

ヴィアン 西早稲田駅・早稲田駅 徒歩5分、高田馬場駅 徒歩10分

MAP_B6



毎月変わる【定額制ネイル】でおしゃれを堪能。
丁寧な下処理による持ちの良さが自慢!

旬のデザインが好評の定額制ネイル。デザインは毎月変わり、色やアートの変更も可能なので季節やライフスタイルに合わせて選べます。ツヤ&色持ちも良く、ネイルが初めての人でも安心。また子連れでも通いやすいサロンです。

★【定額制ネイル】4,980円・6,000円・7,000円・8,000円
★ 学割30%OFF (25歳以下の学生のみ)

〒167-0042 新宿区西早稲田2-9-11 1F
☎ 03-5356-6988 (時間外予約可・予約優先)
🕒 平日11:00～20:00 (土日祝～19:00)
📅 火曜

定額制ネイル (色やアートの変更可能)

初回オフ無料



Premiere

ブルミエール 高田馬場駅 徒歩1分

MAP_B7



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に約1時間で施術可能。ダブルの美を手に入れよう。

〒167-0042 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
美白アルブチンパック 2,160円
※くすみのない透明感を! ワントーン明るい肌に。



ジモア編集部でも
ランタナで育てています。
6月末に可愛い白い花が咲きました。

時は江戸時代、新宿一帯にとうがらし畑が広がっていたことはご存じだろうか。内藤とうがらしは、現在の新宿御苑の辺りに屋敷を持つていた内藤家の菜園からはじまり、その地が宿場町として栄えるにつれ、蕎麦屋の薬味として重宝され大久保、高田馬場へと生産が広がっていった。その当時、収穫期にはあたり一面が、真っ赤な絨毯のようになったと伝えられている。そして2012年、専業農家のない新宿の街を「唐辛子で真っ赤に敷き詰めたい」という夢を持ち、高

わが街! PICK UP!

江戸東京野菜 「内藤とうがらし」



アトム通貨
アトム通貨
内藤とうがらし再興プロジェクト
[ブログ]
<http://ameblo.jp/atomtougashiji/>
[お問い合わせ]
honbu@atom-community.jp

田馬場・早稲田の地域通貨であるアトム通貨実行委員会が中心となり「内藤とうがらし再興プロジェクト」を発起。今では約60の地元企業・団体、飲食店、学生を中心に各所で苗を栽培するプロジェクトが進められているのだ。昨年からは「辛メシフェア」「内藤とうがらしラーメンフェア」など、収穫したとうがらしを地元の飲食店のメニューとして提供するイベントも開催。いずればきつと、地産地消の名物として、東京の名産品となる日も訪れることだろう。

「JIMORE」は内藤とうがらし再興プロジェクトを応援しています。

就活



受験



恋愛



勝利の味方



早稲田
名物

学業成就 合格祈願 就職祈願

受験、就活、資格取得、スポーツ、恋愛などに御利益あります。

早稲田
宝泉寺

勝守り



「富くじ」発祥のお寺

宝泉寺の毘沙門堂にはかつて平将門の乱の戦勝祈願に由来する毘沙門天が安置されていたことで勝勝事に御利益があると有名になり、江戸で最初に富くじ(当時の宝くじ)が行われた寺院として伝えられています。宝くじをはじめお財布の中に入れておく富が貯まるなど、金運・勝負運に御利益があると言われています。

天台宗
禅英山了心院

宝泉寺

東京都新宿区西早稲田1-1-2 TEL 03-3203-8383
e-mail: info@waseda-housenji.or.jp

■ 地下鉄東西線「早稲田駅」3b出口より徒歩3分
■ JR「高田馬場駅」より都営バス「早大正門」下車徒歩3分



JIMORE MAP



ジモアのキャラクター
「ジモンキー」をよろしく!



ジモア夏号掲載店
おまとめクーポン!
QRコードでアクセス!



▼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2014年9月30日

Café JIMORE

カフェジモア 高田馬場駅前店

まるで青山のようなスマートカフェ。
パティシエのスイーツは世界レベル。
神田川沿いのオープンテラスが素敵なお天
気。セレクトショップのバリエーションが
スイーツは絶品。インテリアはイタリア、フ
ランス、スペインの有名デザイナーのものば
り。ケーキセットは900円から。海外に
あるような優雅な時間をどうぞ。

●FOOD&DRINK F1~F15 ●BEAUTY&HEALTH B1~B10
●SERVICE&LIFE S1~S12

「FOOD&DRINK」「BEAUTY&HEALTH」「SERVICE&LIFE」ページ
のお店情報QRコード横に下記MAP内の位置を記載しています。

ジモアサイトにもクーポンあります!

ジモア 検索 www.jimore.net

掲載店舗200店舗以上、
マガジンよりも豊富な情報量です。

ご利用時はクーポンページをプリントアウトまたは
携帯やスマホで画面を見せてください。



店舗記事

クーポンページ



自宅にジモアが届く
[ジモアクラブ会員]募集!



申込は
コチラ▶

骨盤整体
和指圧治療院
03-6278-8878
30分コース 4,000円→ **2,000円**
60分コース 7,000円→ **3,500円**
● 新宿区高田馬場4-4-302 駅から1分! (戸山口)
● 9:00~20:00 (予約制) 休 木曜・日曜 学割あり

鉄板レストラン 目白大都会
目白駅 徒歩1分

ブイヤベース、もれなくプレゼント!
昭和25年創業の老舗。本格的な鉄板焼を堪能。

ミニブイヤベース サービス
※1,500円以上のご注文の方のみ
● 豊島区目白3-14-20 永長ビル1F
● 03-5988-8977 ● 年中無休
● 11:30~14:00/17:00~22:00(L.O. 21:00)

心とからだの総合診療・健診センター
慈友クリニック
内科・心療内科
03-5338-2380
人間ドック
各種健診
0120-60-3195
※完全予約制
精神科
一般外来
アルコールデイケア
03-3360-0031
※初診のみ予約
復職デイケア
03-3360-3456
※完全予約制
【住 所】 新宿区高田馬場4-3-11
【H P】 <http://www.jiyu.or.jp>



「感動」「高品質」「癒し」
リゾートホテルのような空間で
自分好みのスパを堪能。
miq hair resort 新宿西口店 クーポンは高田馬場店共通 (P10へ)
● 東京都新宿区西新宿1-4-5
西新宿オークビル3F
● 03-5321-3939
● 平日 12:00~22:00
土曜 10:00~18:30 (日・祝~18:30)

麺友一誠
めんゆういっせい 高田馬場駅 徒歩8分
特製チャーシューは奄美の皮つき島豚!
飽きのこない旨みたっぷりスープは絶品!
味玉 or 特製チャーシュー1枚
サービス
● 新宿区高田馬場3-13-3
● 03-3360-6336 ● 日・祝日の月曜
● 11:30~15:00/17:30~23:00

学校法人 日美学園
NICHIBI 日本美容専門学校
NIPPON BEAUTY ACADEMY
体験入学受付中!
03-3200-0813
日美

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
【塩ラーメン部門 日本一受賞】
高田馬場屈指の人気ラーメン店。
『東京ウォーカー』らーめん部門東京都第一位を
獲得した評判店。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ラーメンは、自信作。とろ
みとコクのある濃厚系動物スープの「濃厚らめん
(750円)」も人気急上昇中!
麺 (中・大盛) or トッピング1品無料
● 新宿区高田馬場1-4-21 ● 03-5876-7640
● 11:30~22:30 ● 年中無休

ジモア宣伝隊長 HEY!たくちゃんの
ババくる!? 第十六場

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、21歳でエジプトのカイロ国立オペラバレエ団でアジア人初のファースト・ソリスト(主役)となった落合リザさんがゲスト!いま大注目のバレリーナとしてワールドワイドに活躍中の彼女の魅力に、たくちゃんが迫りました!



Text: Haruno Matsuura
Photo: Satoshi Hishida

西早稲田駅徒歩3分、明治通り沿いの「リンズ・ダンス・ブラネット西早稲田バレエハウス」にて。陽光降り注ぐスタジオに世界で活躍するバレリーナ落合リザさんを迎えて、楽しくトークがスタート!



たくちゃん:6月からYouTube番組『HEY! Allegro Liza』で共演しているんだけど、リザちゃんをジモアのゲストにお招きしたいなと思ってたんだよ。
リザ: 私にぴったりの場所ありがとうございます! いまにも踊りたくなりそう(笑)。
たくちゃん:最高の場所でしょ。リザちゃんの聖地って感じ。
リザ:あはは! たしかに聖地ですね。バレエスタジオは、私にとって原点に戻れる場所です。
たくちゃん:ところで、ジモア読みましたか?
リザ:はい、たくちゃんのコーナーで浜田プリトニーさんがゲストの回を読んだことがあって。
たくちゃん:ほんとに? 実はこの「ババくる!」は馬場のラーメン屋の店主が編集長と僕を仲介してくれて、もう4年なんですよ。
リザ:へえ〜、出会いが面白い(笑)。歴史感じますね。



音感を身に付けておく必要があります。日本人の体型はバレエに向いてないですが、バレエが大好きな気持ちと努力はすごいので……。
たくちゃん:どこの国の人が、バレエに向いているスタイルしてるの?
リザ:ロシアです。道を歩いている男の人は、王子様に見えます(笑)。



ロケ地:リンズ・ダンス・ブラネット 西早稲田バレエハウス
<http://rinko-takada.com>



落合リザ
1988年11月30日生まれ/神奈川県出身。
4歳でバレエを始め、16歳でモナコ王立プリンセスグレースバレエアカデミーに単身留学。17歳でアメリカNYジョフリーバレエスクールを卒業。18歳でエジプトカイロ国立オペラバレエ団に入団し、同時にリザバレエスクールを開校。21歳でアジア人初の主役を演じる。アメリカ・オーランド州世界バレエコンクール最年少ファイナリスト。ヴァルナ国際バレエコンクールJr.日本代表。500回以上の舞台に出演。
☆公式ブログ
「バレリーナ Liza Ochiai 白鳥になりたい」
<http://ameblo.jp/lizaochiai/>



タクシー運転手もカッコイイ♡! エジプトもそうですが、彫りが深くて、工事現場の人も素敵で、男性見てるだけで毎日楽しくって(笑)。
たくちゃん:あはは! エジプトやロシア、いろんな国に行っているんだね。それぞれの国で暮らして、どうだった?
リザ:アジア人であることの苦勞と言いますか、辛いこともたくさんありました。ロシアのバレエ団では、言葉も通じないので一日中トイレに行けない時もありましたね。たぶん英語は分かっていたはずなので意地悪されたのかと。旅行と生活は全然違います。海外で暮らしていくには、相当強くならないと生きていけないですね。
たくちゃん:苦勞しているねえ〜。
リザ:真面目なんです(笑)。3年目に主役になったこともあり、ようやく状況も変わってきました。最初の頃は、何度も日本に帰りたと思ってました。よく「石の上にも3年」って言うけど、何事も3年続けないとわからないですね。
たくちゃん:いや〜、勉強になるなあ。ラーメン屋2年目なんだけど、1年目は胃が痛くなったりしておどおどしていた。じゃあ、3年目は僕がいなくてもお店大丈夫になるかな?
リザ:それは、わからないけど……(笑)。
たくちゃん:エジプトを選んだ理由はあるの?
リザ:実は昔から、恐竜や化石が大好きで考古学者になりたくて。ピラミッドや博物館にいつも行けてとっても幸せでした。宇宙やUFOも大好きで、今は宇宙人に会いたくて……。宇宙旅行に行きたいです!
たくちゃん:極端に、過去と未来の人だね〜(笑)。
一同:爆笑

信念をもち、夢の実現に向かって努力を続ける
たくちゃん:リザちゃんはバレエ以外、何かやってるの?
リザ:サルサや社交ダンス、あと語学の勉強を続けてます。海外で語学の大切さを身を持って体験したので。東京オリンピックで、通訳とかで何か役に立てるといいなあ〜って。
たくちゃん:本当にちゃんと考えているよね。
リザ:考えてますよ〜。小学校の文集では、将来の夢はバレリーナって書いていますし、中学では21歳の時主役になる目標をたてて、16歳で留学、18歳で海外のバレエ団に所属するって、全部ノートに夢とそのための順序を書いてました。実際、その通りになりましたね。
たくちゃん: すげー! いや〜僕は文集にプロ野球選手になりたい! って書いて、それがダメなら人を笑わせる仕事をしたい、最悪それもダメならラーメン屋って文集に書いていて(笑)。文集には打率4割6分9厘、外野選手なのになぜかヒジを壊して、31

歳で引退、お笑い芸人になって人気が廃れて、ラーメン屋になるって書いてある(笑)。
リザ:すご〜い! その通りになってる(笑)。
たくちゃん:おいおい! そんな芸人の逃げ道みたいに書いたら、ラーメン屋さんに怒られるよね(笑)。
たくちゃん:今後、バレエでしていきたい事ある?
リザ:エジプトにバレエ教室持ってたんですけど、日本だけでなく、海外でも教室を持ちたいです。バレエって敷居が高いイメージがあるけど、だれでも楽しんで踊れる教室を作りたいですね。

たくちゃん:独創的だね。高田馬場の若い人にアドバイスある?
リザ:計画性を持って、自分の好きなことを見つけて欲しい。誰にでも人に負けないものがきっとあるはず。その延長線上で自分のやりたいことを見つけて、それに向かって目標を立てて実行していくのがいいと思います。
たくちゃん:なんか妥協を許さない感じだね。僕なんか、30歳過ぎて、あまりに予測できなくて、最近は一週間先とか明日の事しか考えなくなったよ(笑)。
リザ:それ、たくちゃんらしいです(笑)。
たくちゃん:今後の目標や将来の夢は?
リザ:ひとつ夢があって、世界の子供たちの役に立ちたいです。憧れが黒柳徹子さんで、そのためにバレエを頑張ってもっと有名になって、バレエを通じて笑顔を届けたいですね。

バレエで鍛えたスタイルは美しく、妖精のような落合リザさん。気さくに話して大きく笑う姿はとても親しみ易く、その反面、言葉の端々に海外で活躍してきた意志の強さを感じました。グローバルに活躍してきた彼女の魅力は、どんなに大きな壁にぶつかっても前向きにチャレンジするスピリット。新しいステージに突き進む今後の彼女の活躍が楽しみです。



YouTube番組
『HEY! Allegro Liza』
隔週金曜日21時より配信中!

日本文化の素晴らしさを世界に伝えるために、グローバルに活躍するプリマ落合リザと、芸人とラーメンに情熱を燃やすHEY!たくちゃんがいろいろな企画にチャレンジするバラエティ番組です。



HEY! takuchan
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、そのレパートリーは圧倒的な数を誇る。「東京ラーメンショー2011」NRA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。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:「へいたくボックス」
<http://ameblo.jp/heytakuchan2/>

たくちゃんのラーメン屋「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!

1日1分!おとなのための
なりきりバレエ de エクササイズ
＜DVD20minつき＞
落合リザ 著 / 主婦と生活社刊
クラシックバレエの動きを利用した、大人のためのバレエエクササイズ。バレエ音楽に合わせてバレリーナ気分で体幹をきたえます。



◎落合リザさん「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2014年9月30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。

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! 実にはみんなシェア初めての上京者ばかり。詳しくは『シェアハウスRink』で検索!

〒162-0801 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!

初心者に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!

〒162-0801 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



高田馬場 新田歯科医院

高田馬場駅 徒歩4分

MAP_S5



高田馬場で30年。最新の「根管治療」で快適な食生活を支える健康的な口腔内環境を作ります。

患者様の生活の質を向上させることをコンセプトに質の高い治療を提供する高田馬場新田歯科医院。被せものを長持ちさせるために、歯の土台となる根(神経・歯髄)を治療する「根管治療」にこだわり、欧米で普及しているマイクロスコップを使った精密な治療を施しています。虫歯、歯周病などの歯科一般や予防歯科にも定評があるので、歯にお悩みがある方は、まずご相談を。

〒162-0801 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～18:00)
🏠 日曜・祝日



- 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

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!

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!

〒162-0801 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



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_S4

【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!

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

〒162-0801 新宿区高田馬場1-5-19 KP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

スペイン語

フランス語

英語

日本語

ポルトガル語

詳細はお問い合わせ下さい

MAP_S6



【サマースクール】集中講座&一日体験講座やります♪
旅行・趣味・資格など…学びたい人あつまれ～!

レベル別・少人数制・回数制の通いやすい教室。会話をあげたい人は、短期でレベルアップを目指す『サマースクール』がおすすめ! 好評のスペイン語&フランス語を開講中! コースやクラスの詳細はHPをチェック! 途中参加も可能です。

旅行・趣味・資格・検定など目的に合わせて学べます。
レッスンなどご質問は、お気軽にお問い合わせください。

〒162-0801 新宿区高田馬場1-33-1 宮館ビル2F
☎ 03-6233-8624 受付(12:00～18:00)
🕒 7:00～22:00 🏠 金曜
✉ academialatina@poplar.ocn.ne.jp

集中講座・初心者向け	3日間(9時間)
集中講座・初級	昼、夜クラスあります
週1コース	初級、中級あります
入門コース・2日間	挨拶、自己紹介、発音
土曜集中講座	90分×2コマ
週1コース	初級クラス

ゆい整骨院

高田馬場駅 徒歩7分

MAP_S7

確かな腕前はまるで魔術師のよう。
美容EMSワンコイン体験実施中!

古武術、カイロ、柔術を組み合わせ、足下から全身の不調を整える独自の歪み矯正術が口コミで人気。院長は「ツボに触れるだけで生活習慣までわかる」という凄腕。筋肉への電気刺激で痩身効果も期待できる美容EMSも導入。

〒162-0801 新宿区高田馬場3-8-29
☎ 03-5937-0344 🕒 日・祝
🕒 9:00～13:00(月～土) 15:00～20:00(月～金)
20:00～22:00(月・水・金予約制)



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。

他店で上手いかなかったお直しでも、丁寧な職人技でお気に入りの一着を蘇らせませう! ほつれや破れの修理、サイズ変更など納得いくまで応えます。内容によっては時間がかかるものがあります。急ぎの場合は特急(超特急)料金のオプション対応も可能です。

〒162-0801 新宿区西早稲田3-20-6
スパイラルビル2F
☎ 03-3203-1943 受付(月・水・金)
🕒 11:00～19:00 🏠 火・木・土・日



全米でブレイク中の新感覚トレーニングジムが上陸!

期間限定
月々
¥4,800~
カラダは変えられる!

通いやすさ抜群! 高田馬場駅から徒歩3分!
1回45分のサークルのような楽しいグループレッスン!
女性にうれしいシャワー&パウダールームも完備!



●知識豊富なトレーナーの丁寧なサポートで安心! ●楽しいグループレッスンで抜群の達成感!



まずは気軽に体験を!
体験特別価格
体験通常3,240円
今だけ540円
2014年9月末日迄

体験当日入会特典
入会金&登録手数料
通常料金10,500円
0円
2014年9月末日迄

〒162-0801 新宿区高田馬場2-16-2 土屋2F
☎ 高田馬場駅から徒歩3分
🕒 金曜日(祝日の場合は営業)
🕒 平日 17:00～23:00【土曜】8:30～20:30
【日祝】18:30～18:30

リアルフィット
検索

REAL FIT
FUNCTIONAL TRAINING GYM
リアルフィット高田馬場店

TEL:03-6233-9472

JIMORE(ジモア)を見たとお伝えください。



お題の映画

『鈴木清順 監督特集』

鈴木清順。御年91歳、日本映画界の異端。大袈裟だとも思われるかもしれないが、こう書いて見事に当てはまる人はなかなかいない。「わけのわからない映画を撮る監督はいらない」と日活を解雇されて10年のブランクを経ても、不死鳥のように映画界に舞い戻ってきた彼。それを知っていれば、年齢に関わらずいつまた復活するかと期待してしまう。

売れ線を狙う日活からの「スキャンダラスかつ名誉ある“離脱”」（引用：ジム・ジャームッシュ）。一体なにが問題だったのか、それはカテゴリーにとらわれることなく、自前の美意識から創りだされる「清順美学」と呼ばれる作品世界

の独創性による。停滞させることなく惹きつけるサスペンスフルな語り口。ユーモアたっぷりのキャラクター（憎めない悪人たち!）。アイディアに溢れた「殺しのスタイル」や喧嘩、拷問シーンなどに影響を受けたと公言する映画監督は多い。そりゃそうだ。話がわからなくなつて（と言ってもそんなことは全然ない）、意味がわからなくなつて（といっても意味は気にならない）、とにかく鈴木清順の映画はカッコいい。一度はまれば二度と抜け出せなくなる「清順美学」。その開花とも言われる「野獣の青春」を含む、油の乗り切った日活時代の4本をどうぞお楽しみください。



©日活 野獣の青春



©日活 けんかえれじい

早稲田松竹映画劇場
番組担当
上田 真之さん

早稲田松竹

新宿区高田馬場1-5-16

03-3200-8968



7月26日(土)～7月28日(月) ★3日間上映

東京流れ者 (1966年 日本 83分)

出演：渡哲也／松原智恵子

けんかえれじい (1966年 日本 86分)

出演：高橋英樹／浅野順子

7月29日(火)～8月1日(金) ★4日間上映

刺青一代 (1965年 日本 87分)

出演：高橋英樹／花ノ本寿

野獣の青春 (1963年 日本 92分)

出演：穴戸錠／木島一郎／渡辺美佐子

『魂の経営』

著者：小森重隆 東洋経済新報社刊

タイ料理を中心に20年以上に渡り日本国内にアジア料理文化を拡げてきた、スバイスロードの涌井社長。いずれはタイ本国に独自に生み出したトムヤムラーメンを逆輸入させたい、と想いを強くする中でこの本に出会ったという。

富士フィルムホールディングス会長小森氏が著したこの本には、市場の変化に直面しながら企業の強みを活かし、事業転換していく姿が描かれている。デジカメ普及によりメイン事業であった写真フィルムの需要が激減する中で、自社技術の強みを生かし、化粧品や医薬品という新しい事業に踏み込んでいった富士フィルムの経営の強さ。涌井氏はそこに今なお企業が存続し続ける理由を感じ、その“魂”に感銘を受けた。「何事も魂を持って取り組んでいけば道がブレることはない」飲食業界でも同じことがいえるという。「利益を優先するのではなく、お客様に安全で“魂”の込められた美味しい料理を提供して初めて得られる適正な利潤を永続していくこと」。涌井社長の食への熱い情熱が店や料理に行き届いているからこそ、飲食業という厳しい世界で長年多くのファンを魅了しているのだと言えよう。

「経営者はもちろん、自分の道が見つからない人にも読んでもらいたい」。これからも社会にとって存在意義のある企業であり続けるため、もっとタイ文化を広めたいという涌井社長の「魂の経営」も、とどまるところを知らない。



事業転換を遂げた企業の経営改革とリーダー哲学が詰まったビジネス書。

Interview/Text: Siho Fujita



株式会社スバイスロード
代表取締役社長
涌井 征男さん

28歳で喫茶店「OAK」を開店。アジア料理店「東洋食堂」の開店を機に本格タイ料理の追求に心血を注ぎ、独自開発したトムヤムラーメンを看板メニューとする「ディーマン」を1992年開店。タイ料理を中心に、ベトナム料理「チャオハノイ」など首都圏やタイで24店舗展開中。

RAKUSHOKU
楽食
厨房
CHUBOU Vol.10



和処BAR 輪～Re-in～

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
不定休



※MAPはP13

みおの

Love Love SWEETS vol.17

早稲田通り沿いの西早稲田エリアに、ひときわ目を引くお洒落カフェを発見！店内はテーブル席とソファ席があり、可愛い雑貨がディスプレイされた開放的な空間。お友達とおしゃべりやデートにもGOOD☆「Whistle CAFE」の名は、人気メニューのワッフルと早稲田のW、そしてサッカー好きなオーナーの想いを込めているそう。つつい長居をしなくなるステキ空間です！

今回紹介する「ミックスベリー・ワッフル (650円)」は、ふわっと軽いワッフルに、甘さを抑えた生クリームとバニラアイス、新鮮なミックスベリーがトッピングされて、見ているだけで幸せキブン♡生クリームとアイスのほどよい甘み、それにベリーの甘酸っぱさのマリアージュは、一口食べたら一瞬で笑顔に！ほかに定番人気の「チョコバナナワッフル」や季節のフルーツを乗せたワッフルもあって、ぜんぶ制覇してみたくなっちゃいそう。

また、モーニングメニューやパスタ、カフェ丼などの料理やお酒のおつまみもあり、朝から夜までいつ来ても楽しめるのも魅力。大型60インチモニターやDJブースがあり、15名から貸切イベントもOK！

この夏は、ホイッスルカフェでちよつとお洒落でハッピーな時間を奏でてみませんか？

Whistle CAFE (ホイッスル カフェ)

新宿区西早稲田2-10-18 パティオ西早稲田1F
03-6205-6482
10:00～21:00 月曜



※MAPはP14

Report/Text: Mio Sato

Report/Text: Megumi Shimada

保険料節約のひみつは保険のカタチにあり！？

月々の保険料が半額に、ムダを省いて、家族を守る究極の保険とは

ポイント

「保険のムダ」がわかる三角のマジック

ムダがなく、必要な保障が得られるものが理想の保険です。そのためにまず考えるものは「もしもの時に必要な保障額」です。必要な保障額とは残された家族にとって必要となるお金のことです。そして、この**必要保障額は、時間の経過とともに減少**していくものなのです。必要な保障額は右の図のような**右肩下がりの三角**になります。これがムダのない保険の考え方のひみつです。

ポイント

今までの保険(四角い保険)から三角の保険へ月々の保険料は半額に！

さて、実際にどのくらいの保険料のムダを省けるのでしょうか？多くのみなさんが入っている保険「四角い保険」と「三角の保険」を比べると、支払い総額は約半分になります。単に安くなったわけではなく、必要な保障をしっかりと抑えているから、安心です。

ポイント

生命保険はプロに相談する時代にファイナンシャルプランナーを活用しよう



生命保険を見直して、「保険料の節約をしたい」、「必要な保障額をもう一度確認したい」と思われた方は、ファイナンシャルプランナー(FP)に相談することをおすすめします。FPはマネープランの設計、保険設計、税金対策、投資や相続対策などのアドバイスや実行支援を行います。生命保険を見直して節約しようと思い立ったものの、ご自身で現在加入している保険を分析したり、新しい保険商品の資料請求をし、さらに手続きを行うことはとても難しいことです。FPに相談をすると現状の保険契約の内容の説明、本当に必要な保障内容について客観的なアドバイスが受けられます。消費増税アップや年金問題など将来の不安が尽きない時代だからこそ、ファイナンシャルプランナーを味方につけると心強いものです。

この人に聞く！

保険マンモス株式会社
代表取締役 古川徹

ほとんどの方はご自身の加入している生命保険のことを十分理解していません。ひとり一人にあった保険設計を保険のプロであるファイナンシャルプランナー(FP)と一緒に選んでほしいと思います。保険マンモスは信頼できるFPとの「無料の保険相談」をおすすめしています。



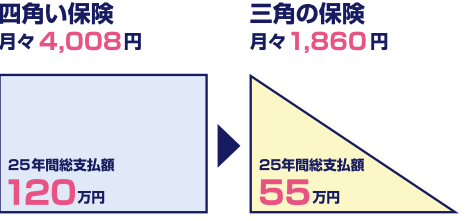
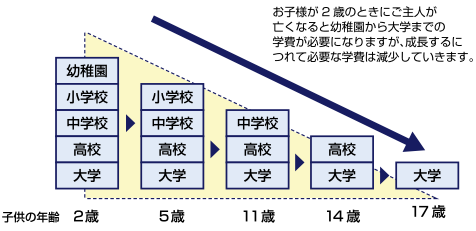
最近の著書

「平易な文体・イラスト・図」でわかりやすい保険の入門書。フタバというキャラクターが、保険料のムダに気づいて保険を見直していく過程を通して、生命保険の問題点や仕組み、正しい加入方法をわかりやすく解説しています。

ダイヤモンド社 2013年4月25日発売



保険のカタチは、この”右肩下がりの三角”が基本です。



～ ジモア♥プレゼント ～ PRESENT

合計**32名**様に
当たる！

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！

1 「ババくる!?」の ゲストから直筆サイン 落合リザさん 直筆サイン色紙 	1名	2 落合リザさんのサイン入り本 スペシャルプレゼント！ 1日1分!おとなのための 『なりきりバレエ de エクササイズ』 <DVD20minつき> 1,400円(税別) 著者:落合リザ / 主婦と生活社刊 	3名	3 JIMOREのキャラクター 「ジモンキー」とお出かけしよう！ ジモンキー特製トートバッグ (お散歩Ver.)  📞 ジモア編集部 📧 info@jimore.net	1名
4 カラダにうれしい靴エナジードリンク グレープフルーツ味の炭酸飲料 hacco(ハッコ) 6本セット 📍 マルコメお客様相談室 0120-85-5420 🕒 月～金 9:00～17:00 (土日祝/お盆・年末年始除く)	5名	5 スクリーンに甦る 名画に酔いしれる 早稲田松竹 映画鑑賞券  📞 早稲田松竹 📞 03-3200-8968	5組 10名	6 牛肉エキスタっぷり! じゃがいも麺の牛肉煮込み味 ベトナムラーメン ※下記店舗で1ヶ120円で購入可  📍 ベトナム料理店「ベトナム」P8参照 📞 03-6273-9007	5名
7 本場のタイ料理からタイテイストの 居酒屋料理までのレシピ集 もっと おいしい タイ料理 著者:味澤ベンシー (旭屋出版・定価1,944円)  📞 (株)スパイスロード 📞 03-3207-3672	5名	8 ビジネスや就活で大活躍! 本革使用の超軽量シューズ ハイドロテック・ ウルトラライト 26.5cm(ブラック) 5,133円(税込) 📞 Chiyoda info. 📞 03-5315-4038 🌐 http://www.hydrotech.jp	1名	9 痛くない!初めての人も安心の 心地よい厚みが人気♪ YOGAWORKS社 ヨガマット (6mm 4,104円) ※色はお任せください  📞 SATOKOビラティスタジオ 📞 03-5287-3831	1名

〈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 2014年9月12日(金)当日消印有効

① 希望賞品番号とプレゼント名
② 住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号・メールアドレス
③ ご利用いただいた本誌掲載店舗名と感想
④ 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で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！



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。	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 📞 フォローワ約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

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
Writer: 松浦はるの 佐藤未生(早稲田大) 島田芽生(早稲田大) 須藤梓(青山学院短大) 藤田志穂(相模女子大) 木納静穂(早稲田大) 周 宏男 小田島 亮
Designer: 周 宏男 小田島 亮

Photographer: 小野眞 菱田諭士 cocolonecoco ほか
Special Thanks: 上田真之(早稲田松竹)
Cooperation: ケイダッシュステージ パールダッシュ 早稲田松竹映画劇場

【ポータルサイトJIMORE(7月現在)】取材スタッフ: 荒川恵実里(早稲田大) / 木納静穂(早稲田大) / 島田芽生(早稲田大) / 中島恵(早稲田大) / 城所美穂(早稲田大) / 高木万里京(早稲田大) / 須藤梓(青山学院短大) / 藤田志穂(相模女子大) ■撮影: 小野眞 / 菱田諭士 / cocolonecoco ■企画渉外・編集・プロデュース: 大場衣利子 ■デザイナー: 周 宏男 / KOROMO ■クリエイティブディレクター: 岡本匡弘

今なら
無料相談で
もれなく
プレゼント!

その1
JCB 商品券
4,000円分

その2
マンガで分かる
“トクする”保険ガイド

こんな方にピッタリです！

- 最近、将来のお金のことが心配
- 効率的に節約したい
- 年金は当てにできないかも・・・
- 生命保険の保障額がわからない
- 生命保険って必要なの
- 家族のために保険に入りたい
- 女性のための保険って何？
- 複数社の商品を比較したい
- 実は保険が何かよくわからない

生命保険の無料相談のご予約・お問合せはこちら

📞 通話料
無料!!
グータイからも無料

0037-6183-5286
(アクセス有効期間 ～2014/09/30)

※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。

お電話受付 平日 9:00～19:00 土日祝 9:00～21:00

URL
http://www.hoken-mammoth.jp/

保険マンモス

お申込みの際は受付番号「300」と「本誌名」をお伝え(ご入力)下さい。

【注意】※プレゼントは、保険マンモス(株)が提供する保険無料相談に申込み、面談が成立した方を対象に、面談実施の約2カ月後にご自宅へ郵送いたします。
※既往症・入院中・現在治療中の方、無職(主婦除く)の方、また明らかにプレゼント獲得を目的とした申込みと弊社が判断した場合やご職業・お住まいの地域・その他の場合により無料保険相談サービスの提供ができない場合がございます。
保険マンモス株式会社 東京都港区港南2-16-2 太陽生命品川ビル18F

クリス
ヘムズワース

ナタリー
ポートマン

トム
ヒドルストン

アンソニー
AND ホプキンス

MARVEL

マイティ・ソー ダーク・ワールド

全世界大ヒット・アクション超大作

アベンジャーズ **最強の男**、降臨。
宿敵ロキとともに、地球を救え！

7.2 MovieNEX 発売

すべてがこの中に

ブルーレイ

DVD

デジタルコピー

MovieNEX ワールド

初回限定仕様：リバーシブル・ジャケット<ロキ>

オンデマンド先行発売中