

モア、ラブ、地元。もっと地元を楽しくする、わが街応援マガジン【ジモア】

Produced by cocolone

JIMORE

高田馬場

早稲田

目白

雑司が谷

特集

全店20%OFF! テーマ型パーティーをお得に楽しもう!!
「美女美活」初めての人も安心! 春から始めるサロンガイド
HEY! たくちゃんの「ババくる!?!」 ゲスト: 風男塾

SPRING
2012 春号



ジモンキー



地域活性 & 出会いの場

4時間食べ飲み放題の大規模合コン!

早稲コン

WASECON

2012年4月28日(土) 14時~18時

<http://wasecon.net>

お問い合わせ先: info@wasecon.net

馬場コン

BABACON

2012年5月26日(土) 14時~18時

<http://babacon.net>

お問い合わせ先: info@babacon.net

ジモア限定!!
お得な
クーポン付

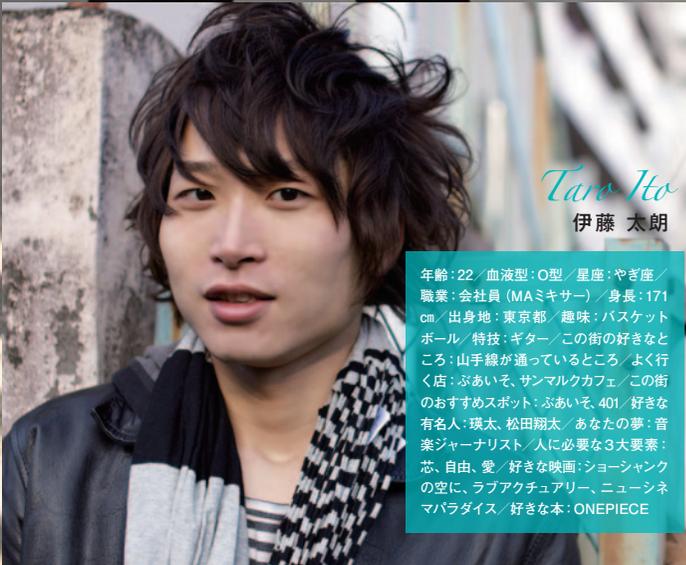


ホームページはこちら

ジモア

検索

www.jimore.net



Taro Ito
伊藤 太郎

年齢:22 / 血液型:O型 / 星座:やぎ座 / 職業:会社員 (MAミキサー) / 身長:171cm / 出身地:東京都 / 趣味:バスケットボール / 特技:ギター / この街の好きなところ:山手線が通っているところ / よく行く店:ぶあいそ、サンマルクカフェ / この街のおすすめスポット:ぶあいそ、401 / 好きな有名人:瑛太、松田翔太 / あなたの夢:音楽ジャーナリスト / 人に必要な3大要素:芯、自由、愛 / 好きな映画:ショーシャンクの空に、ラブアクチュアリー、ニューシネマパラダイス / 好きな本:ONEPIECE



Rimi Onuki
大貫 璃未

年齢:22 / 血液型:A型 / 星座:やぎ座 / 職業:学生 (早稲田大学大学院1年) / 身長:160cm / 出身地:茨城県 / 趣味:バレエ、食べること / 特技:胃が無敵大 / この街の好きなところ:ガチャガチャしてるところ / よく行く店:Café GOTO、東京らっきょブラザーズ / この街のおすすめスポット:紅葉したキャンパス / 好きな有名人:ヒョンビン、夏木マリ / あなたの夢:思うままに生き続けること / 人に必要な3大要素:思いやり、笑顔、積極性 / 好きな映画:小さな村の小さなダンサー、ゴースト / 好きな本:赤川次郎シリーズ

勝負

合格祈願
学業成就
商売繁盛
恋愛成就

願えば叶う。勝負に勝つ!



合格祈願護符 一体 千円 (祈願料込)
早稲田「宝泉寺」勝守り 五百円

「おん ころころ せんだり まとうぎ そわか」
薬師真言を三遍、心で唱えて事を始めましょう。

勝負に勝、受験に勝、就職に勝、
恋愛に勝、病気に勝、なんにでも勝!

西暦810年草創。約1,200年の歴史をもつ「宝泉寺」。
その昔、現在の早稲田大学のキャンパスのほとんどが境内であり、
いまま早稲田大学に隣接する唯一の寺として、
早稲田大学と深いご縁のある寺院です。
本尊の薬師如来は、現世利益の仏様。
病氣平癒、健康祈願、家内安全、学業成就、縁結びと、
この世のあらゆる願いを叶えてくださる仏様です。
皆様の願いが成就いたしますよう、心より祈念申し上げます。

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
■ 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
e-mail: info@waseda-housenji.or.jp
公式ホームページはこちら
<http://www.waseda-housenji.or.jp/>





格安食べ飲み放題

酔って食? 高田馬場駅 徒歩1分

春限定 3h 3,000円実施中! 自由に選べる食べ飲み放題1,980円!

90分食べ飲み放題でなんと1,980円! 驚きの安さで好きなだけ食べて飲んで楽しめる。量はもちろん味にも満足できる料理は40種類以上。お酒の種類も豊富な飲み放題はロック、水割り、ソーダ割りなど割り方や濃さも自分好みにアレンジOK! 女性に人気のスイーツやセルフで作る綿あめなど満腹&満足のエンタメ時間を楽しもう。

●席数: 80席 ●貸切: 55名様から (応相談) ●コース: 1,980円 (90分) / 2,480円 (120分)

クーポン利用条件 (-6/30)

1名様から 20%OFF

その他のクーポンはジモアサイトへ

◎新宿区高田馬場2-17-6 ゆう文ビル3F ◎03-3200-4191 ◎年中無休 ◎月~土16:00~24:00(L.O.22:30) 日・祝14:00~24:00(L.O.22:30)



自然派 創作料理

NATURAL STYLE 清 Sei 高田馬場駅 徒歩4分

裏馬場の隠れ家で 産地直送の料理と地酒を心ゆくまで。

鮮度抜群の食材をとり入れ、ゆったりと食事を楽しめる女性に大人気のお店。魚は築地直送、野菜は有機野菜、肉は比内地鶏や米沢牛というように「産地と旬」にこだわった創作料理が自慢。そんな料理と共に地酒を味わう至福のひとつ。コースはご希望に応じて柔軟に対応。歓迎宴会やデート、女子会など幅広く利用できます。

●席数: 50席 ●貸切: 30名様から ●コース: 3,150円/4,200円/5,250円

クーポン利用条件 (-6/30)

4名様以上のご利用で 20%OFF

◎豊島区高田3-10-22 キャッセル安斉1F ◎03-3207-7547 ◎日・年末年始 ◎11:30~14:00/17:00~23:00 (全曜 17:00~24:00)



木と漆喰の 安らぎ空間

酔床 梵天 高田馬場駅 徒歩2分

地酒と素材を生かした 四季折々の料理に舌鼓を打つ。

どこか懐かしさを感じられる、旅館のような佇まいのおもてなし空間。看板料理の鴨鍋は、宮城蔵王の地鴨を使用。料理は毎日変化するので、訪れるたびに新しい発見が。新鮮な旬の刺身や炭火焼はどれも絶品。豊富な品揃えの地酒と焼酎は、なんと試飲も可能。落ち着いた雰囲気の中で楽しむお酒と会話は時間を忘れるほど。

●席数: 40席 ●貸切: 2階部分のみ約 18~24名様 ●コース: 3,000円/4,000円/5,000円 ※応相談

クーポン利用条件 (-6/30)

ファーストドリンク 20%OFF (1名~OK、夜の夜限定)

◎新宿区高田馬場1-31-8 ダイカンプラザ1F ◎03-3208-9747 ◎日曜日◎11:30~14:30 (月~金) / 17:00~翌1:00(L.O.24:00)



隠れ家お座敷 イタリアン

イタリアン ダイニング Daigo 高田馬場駅 徒歩3分

ボリューム満点! ロコモで評判の極旨イタリアン。

マスターの自宅のようなアットホームな店内は、デートや合コン、女子会、歓迎宴会、誕生日会と、どんな場面にもグッド! 人気メニューは生ウニパスタやクロステーニなど。イタリア直輸入の新鮮食材を使ったコースは3,000円から。料理や予算、時間も相談可能で、貸切も15人からOK。人気店なのでご予約・ご相談はお早めに!

●席数: 30席 ●貸切15名様から ●コース: 3,000円~/4,000円 (料理7品+飲み放題付) ※予算、メニュー、時間等相談

クーポン利用条件 (-6/30)

5名様以上のご利用で 20%OFF

◎新宿区高田馬場3-12-5 セブンビルB1 ◎03-3365-5447 ◎日・祝 (予約があれば営業) ◎ランチ11:30~14:30(L.O.14:00) デイナー19:00~翌5:00

「ジモア見た!」で全店 20%OFF!!

テーマ型パーティーを

お得に楽しもう!

春だ! 宴会&パーティーの季節。 こだわりいっぱいのお店が勢ぞろい。 各店ジモア限定サービスとして、 なんと**20%OFF!** この機会にぜひどうぞ。(6月30日まで)



開放的な 大人の遊び場

Garlic Chips 高田馬場駅 徒歩2分

28種類の料理から自由に選べる パーティーコースが自慢のダイニングバー。

開店から31年、街に人に愛され続けるおしゃれな店内は吹き抜けの開放的な空間に、シャンデリアが華を添える。パティシエの作るスイーツも楽しめるパーティーにぴったりのコースは多彩に用意され、28種類から自由に選べるブリティクススタイル。200種類以上のお酒と自慢のにんにく料理で、明日への活力を養えるはず。

●席数: 55席 ●貸切: 2階席20~30名様・全席50名様から ●コース: 2,980円/3,500円/4,000円 (飲み放題付)

クーポン利用条件 (-6/30)

20%OFF

◎新宿区高田馬場1-31-8 ダイカンプラザ1F ◎03-3232-1490 ◎年中無休 (年末年始除く) ◎17:00~翌3:00



和太鼓響く お祭り会場

高田馬場 個室B級グルメ お祭り御殿 高田馬場駅 徒歩1分

年中祭りのエンタメ空間。 日本各地のB級グルメが大集結!

祭りばやしや流れるなか、和太鼓が鳴り響く。ここは「お祭り」をテーマにしたエンターテインメントあふれる新スタイル居酒屋。思わず自分の出身地の料理を探したくなる全国各地の名物料理は本場のレシピそのままの味で、ボリュームも満点。個性的なコース料理はデザートもついて、コストパフォーマンス抜群! 限定「ジモア見た」で全コース500円引きになります。

●席数: 98席 ●貸切: 60名様から ●コース: 3,500円/4,000円/4,500円 (飲み放題付) その他コース有

クーポン利用条件 (-6/30)

5名以上 4,000円コースより 20%OFF

◎新宿区高田馬場1-27-6 KIビル5F ◎03-5287-2060 ◎不定休 ◎17:00~24:00



絶品炭火 やきトン

やきとん ブタだるま 高田馬場駅 徒歩2分

こだわりのやきとんと 特製ハイボールの相性は最高!

名物のやきとんは、新鮮な豚肉を炭火で焼いた本格派。専用サーバーから提供するこだわりのハイボールは炭酸濃度が高く、爽快感も格別。ただでさえリーズナブルな価格設定だが、なんと火曜日はハイボール、8のつく日はビールを100円で提供。まずは気軽にちょい飲みで、いつのまにかやみつきになること間違いなし!

●席数: 99席 ●貸切: 座数のみ40名様から・全席70名様から ●コース: 1,980円/2,780円/3,280円/3,800円 (飲み放題付)

クーポン利用条件 (-6/30)

コース...3名以上で利用可 単高...1名以上で利用可

◎新宿区高田馬場3-2-5フレンドビル2F ◎03-5348-8484 ◎年中無休 ◎ランチ11:30~15:00 (平日のみ) デイナー 16:00~24:00



本格 博多料理

博多 つまかもん ぶあいそ 高田馬場駅 徒歩4分

味に値段に自信あり。 本場もつ鍋が味わえるご当地居酒屋。

国産の牛小腸を使った、ぶりぶり食感が人気の「博多もつ鍋」は3種類の味が楽しめる、pの「ちゃんぽん」は九州直送という本格派。博多名物の屋台風焼きラーメンから自家製クリームブリュレまで、一品料理やデザートも充実。100品食べ飲み放題コースは当日予約も可能なので、お店選びに迷ったら一度お試しあれ。

●席数: 100席 ●貸切: 応相談 ●コース: 2,501円/2,980円/3,001円/3,480円 (各コース120分飲み放題付)

クーポン利用条件 (-6/30)

コース以外ご注文の方 お会計から20%OFF

◎新宿区高田馬場1-25-32 108ビル2F ◎03-5155-7799 ◎年中無休 ◎17:00~翌1:00

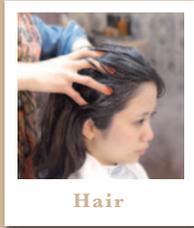
美活 美女

初めての人も安心！ 春から始めるサロンガイド

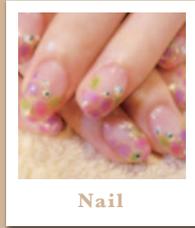
心地よい風にこころ浮き立つ季節。多くの出会いと新しい生活の始まりは自分磨きのチャンスです。外見も内面もキレイを手に入れて、魅力的な女性になりましょう。



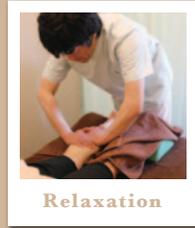
Eyelashes



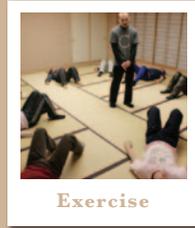
Hair



Nail



Relaxation



Exercise

Premiere

ブルミエール 高田馬場駅 徒歩1分

①新宿区高田馬場4-8-4 オラガビル4F ②03-3227-2456 ③受付10:00~18:50(最終) ④火曜

目元のたるみを引き上げて魅力的な印象に！
まつげを痛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。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！まつげの長さ、目の形などを見ながら10種類以上のロッドから選び、理想の目元を演出してくれます。また美顔エステは1,890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！いま話題の「炭酸パック」は肌の活性化に効果的。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。

トライアル料金

- ①まつ毛カール.....3,150円→**2,100円**
- ②炭酸パック(小顔リフトアップ効果)....3,990円→**2,980円**
※初回限定



しっかりカール、長さ強調、ぱっちり二重、くるとキュートなど理想の目元を相談。



クレンジングで清潔な状態にした後、好みのロッドに合わせて安心薬剤のパーマ液を塗布。



コームで整え、
ハリと持ちが良くなる専用美容液をつけて完成！

カウンセリング



頭皮や髪質の状態を見ながら、メニューを選ぶので安心♪

施術(約30分)



ほどよい加減の丁寧なマッサージで、皮脂のつまりを取り除き、新陳代謝と血行を促進。

hair make C'est joli

ヘアメイク セ・ジョリ 目白駅 徒歩7分

①新宿区下落合3-15-20 目白大和マンション502 ②03-3565-6962 ③10:00~20:00 ④火曜、第3月曜

頭皮からキレイにするヘッドスパ。
完全プライベートサロンならではの優雅な時間を。

眺めのいい目白のマンションの一室にある隠れ家的な完全プライベートサロン。木のぬくもり溢れる店内でオーナー自ら、一人のお客さまをじっくりと丁寧に施術するスタイル。サロンおすすのヘッドスパは、5つのクレンジングメニューから髪質や好みに合わせて施術をしてくれる。施術後は身体の中からほかほかして、身体ごと軽くなったよう♪最短コースは30分で2,100円。ちょっと贅沢なリラクセス&リフレッシュタイムを過ごしてみよう。
※カット(SB込5,250円)、パーマ、カラー(各5,250円)

トライアル料金

【ジモア読者限定】
ヘッドスパ初回無料サービス

※カット、パーマ、カラーなどのメニューで利用可

リラクスタイムで
しっとりとした
艶やかな髪に

デザイン相談



アートサンプルやカラーチップを見ながらイメージ決定！

施術(約60分)



爪の形を整え表面を磨き、甘皮処理など丁寧な下処理で仕上がりがきれい&長持ちに。

キューティクル
オイルで保湿して
整えたら、美しい
指先の完成♡



ラ・パーム整体院

高田馬場駅 徒歩1分

①新宿区高田馬場3-2-5 ANビル4F ②03-6279-3774
③月曜~土曜 11:00~22:00 日曜・祝日 11:00~20:00 ④年中無休

一人ひとりに合わせたトータルケアが基本。
リピート率80%!歪みやコリの原因をスッキリ撃退。

完全個室で熟練技のマッサージを体感できる実力派サロン。丁寧なカウンセリングをしたうえで、身体の状態や悩みに合わせた施術をするので、不調の原因を根本から調整してくれます。メニューは、①整体・リラクゼーション ②骨盤・O脚矯正 ③足裏リフレクソロジー ④ゲルマニウム温浴 ⑤Dr.メドマーの5つ。的確なアドバイスでアフターフォローも万全です。予約優先なので、ご予約はお早めに！

トライアル料金

- ①整体orリフレ(60分)+メドマー+ゲルマ(各20分)
.....計100分 **5,000円**
- ②メドマーorゲルマ(20分).....**750円**
※初回限定

ゲルマ温浴



新陳代謝を高め、老廃物を排出。

ドクターメドマー



足のむくみをすっきり解消！

歪みやコリを
ほぐし、
身体の不調を
整えます



立ちゆる



小さく声を出しながらゆったり体を温める。まずは立ったまま、手首ブラブラ、胸アワー。

座ゆる



次に座って、脚をスリスリ。足のコリやむくみが取れます。

アドバイスを
受けながら
動きを繰り返すと、
いつしか頭も
スッキリ



NPO法人日本ゆる協会公認

高田馬場ゆる体操教室

高田馬場駅 徒歩1分

①新宿区高田馬場2-18-1 ②070-5464-4232 ③HP参照 ④HP参照

「気持ちよーく、気持ちよーく...」
現代人にぴったりの新たな健康法で心も体もゆったり。

なでしこジャパンや、関西高校ボート部も取り組む、いま注目の新たな健康法を学べる教室。肩こり、腰痛など、ストレスや疲労で蓄積された現代人特有の慢性的な疲れをゆったりとした動きと声でゆるめてくれる。激しい動きを伴わないため、女性や男性、高齢の方まで、簡単に日常生活に取り入れることができるのも特徴。ちょっと変わった体操ですが、みんな確かな効果を感じているそう。あなたも一度体験すれば虜になるかも!?

トライアル料金

体験レッスン 1,000円→**500円**
※初回限定

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2012年6月30日

麺屋 立葵

メンヤ タチアオイ 高田馬場駅 徒歩2分

濃厚なのに臭みがない! まろやかなとんこつスープが女性にも大人気!

豚げんこつを一気に炊き上げ、丁寧に下処理しているので臭みがない、まろやかなとんこつスープが完成。一番人気はさっぱり魚介ととんこつラーメン (650円)。香ばしい炙りチャーシューなど、自慢のトッピングは全品50円!

豪快全部盛デラックス
(全部盛り+ファンタム5枚)
通常1,050円 → **850円**

① 新宿区高田馬場3-4-3
② 月～金 11:30～15:00
③ 18:00～22:00
④ 日・祝 11:30～19:00
⑤ 土曜

FORCHETTA

フォルケッタ 高田馬場駅 徒歩3分

もちもち自家製生パスタが人気! 夜は各種コースが2,000円～。

カジュアルな雰囲気や料理の完成度が高いと評判。ランチのパンにつく自家製バターは数十種類あり、注文後のお楽しみ。夜はコースが2,000円～。美味しいワインとイタリアンを堪能するならここ!

食後のデザート
1ドリンク or 前菜3品盛り合わせ
ワインフルボトル or スプマンテ1本 (コース利用2名～)
幹事様、無料サービス (金曜以外)

① 豊島区高田3-11-19 ヴィラオート・ヴァージ2F
② 03-5285-1881
③ ランチ 11:30～16:30
④ デイナー 17:30～23:00
⑤ 年中無休 (年末年始除く)

Bar Brasserie Vitis

バーブラスリーヴィティス 東西線 早稲田駅 徒歩1分

開放的なヨーロッパ風ダイニングバー。土壁の清涼感が心地よい空間。

スペインバルのような土壁がお洒落な隠れ家バー。マスターはソムリエとビールテイスターの資格を持ち、相談すれば好みや気分に合わせてお酒と食事をアレンジしてくれる。ノーチャージという気軽さも人気です。

① 新宿区喜久井町7 ANSビル B1
② 03-3205-8850
③ 18:00～翌2:00
④ 日曜・年末年始

Café&Bar サカボン 高田馬場店

高田馬場駅 徒歩3分

3時間飲み放題付コース3,000円～。14名から貸切OK☆ ランチも好評営業中!

ランチのオススメは店自慢「特製デミソースロコモコ (スープ&ドリンク付 780円)」。ディナーのオススメは「バリバリキチンソテー (580円)」。食事メニューやおつまみも多数ご用意。ビール、カクテル、ウィスキー、焼酎などドリンクも充実! パーティーのご予約は随時受付中!

<11:00～15:00> ※単品
★特製デミソースロコモコ 500円
<17:00～22:00> ※要2名以上1ドリンク注文
★バリバリキチンソテー
<17:00～19:00>
Happy Hourセット (おつまみ品 & ドリンク2品)
通常1,580円 → **1,000円**

① 新宿区高田馬場4-13-10
② 03-5332-7045
③ 11:00～26:00
④ 年中無休

やみつき 創作居酒屋・焼肉・鍋・一品料理

高田馬場駅 徒歩1分

メディアで注目の野菜たっぷり鉄板鍋と黒毛和牛の焼肉が評判!

名物鉄板鍋の「ミックス鍋 (黒毛和牛・牛ホルモン・豚バラ・鶏もも)」や女性に人気の「トマト鍋 (各1,380円)」は特製タレが旨みの秘密! 焼肉4種盛合わせ (1,680円) など上質な牛肉がお得! また月～水曜は人気占い師による10分1,000円の占いも! コースは飲み放題込3,480円～。

① 新宿区高田馬場1-34-14山崎ビル2F
② 03-5272-8329
③ 17:00～24:00
④ 年中無休

ザ・ハンバーグ

高田馬場駅 徒歩2分

創業20年以上。こだわり抜いた味を守り続ける手作りハンバーグ専門店。

しっかりとした食感と、十分な旨みのある手作りハンバーグ。素材となる肉の味がすべて凝縮されているので、ソースを使わずにそのまま食べるのがオススメ。150gから1,500gまでハンバーグのサイズやトッピングが選べるのが嬉しい。

トッピング 1品無料サービス!
(チーズ・目玉焼・温野菜)

① 新宿区高田馬場2-14-7
② 03-3232-9959
③ 11:00～22:30
④ 年中無休

ダイニングバー ALAISE

アレイズ 東西線 高田馬場駅 4番出口直結

ウエスタン&ハワイアンスタイルが人気! 誕生日コース2,000円は大満足の充実内容。

異国情緒たっぷりの素敵な空間が広がる、本格的アメリカンスタイルの店。フルサイズ1,200円のお手頃ピザはなんと直径30cm。味は抜群で、べろりと食べきれちゃう。ホールケーキ+フード7品の誕生日コースは絶対お得!

① 新宿区高田馬場2-17-4 菊月ビル B1
② 03-3202-3280
③ ランチ 11:00～15:00
④ デイナー 18:00～24:00 (L.O. 23:30)
⑤ 日曜 (イベント貸切は営業)

RUGBY Dinner No Side Club

ラグビーダイナー ノーサイドクラブ 高田馬場駅 徒歩3分

マスターはラグーマン。都内でも数少ないラグビーがテーマのお洒落なダイニングバー。

有名選手も来店するラグビー好き御用達店。内装やBGMまで徹底したこだわりで女性にも人気。有名チームをテーマにしたオリジナルカクテルもおすすめ! 大画面モニターでは過去の名試合リストからリクエスト映像を放映してくれます。

① 豊島区高田3-10-23
② キャッスル安斉2F
③ 03-3209-0723
④ 17:00～24:00
⑤ 月曜、第2・第4火曜

獣肉酒家 米とサーカス

高田馬場駅 徒歩1分

魅惑のサーカス小屋で最高のエンタメ! ヘルシーで美味しいこだわりの獣肉を。

鹿、猪、ワニ、熊など、栄養満点&ヘルシーな獣肉料理が女性にも大人気。常時15種類以上の日本酒をはじめお酒も充実で、サーカス団員 (スタッフ) との話題もたくさん! 朝7時まで営業の非日常空間で楽しい時間をどうぞ。

① 新宿区高田馬場2-19-8
② 03-5155-9317
③ 17:00～翌7:00
④ 不定休

BAR ACQUA 高田馬場

バーアクア 高田馬場駅 徒歩5分

昼夜問わず楽しめる低料金カフェバー。幹事必見! 貸切パーティーに最適。

コーヒー250円のカフェ利用からランチ、夜のパーティタイムまで終日楽しめる気軽さが人気。評判の「昔なつかしいオムライス (600円)」はトマトケチャップのかかった素朴な味わい。大型モニターの貸切演出もお任せ。

① 新宿区高田馬場1-29-6
② 菊野ビル1F
③ 03-6278-9061
④ 12:00～翌5:00
⑤ 年中無休

Bistro Farce

ビストロファルス 副都心線 西早稲田駅 徒歩3分

カラダにうれしい、厳選された、オーガニック野菜の南欧料理。

「体に優しく上質なものが気軽に食べられる店として昨年末にオープン。外はカリッと、中はモチモチの自家製天然酵母パンは一押し。ゆったりとした居心地のいい空間でワイン片手に上質なひとときを過ごせます。

① 新宿区西早稲田2-18-19 YokeV 1F
② 03-6233-8558 ③ 年中無休
④ ランチ 11:00～15:00
⑤ デイナー 17:00～23:00 (金・土は～翌3:00)
⑥ 日 11:30～23:30

山小屋ラーメン/中華居酒屋

副都心線 西早稲田駅 徒歩1分

九州生まれの本格豚骨ラーメンと中国人シェフの本格中華の融合。

「ラーメン甲子園」の初代チャンピオンというお墨付きの名店。幅広い支持を受ける、本場九州の筑豊ラーメンなだけにファンも多い。フロア拡大で味わえるようになった本格中華料理コースはコストパフォーマンス抜群です。

① 新宿区高田馬場1-3-13
② 03-3202-7659 ③ 年中無休 (お盆除く)
④ 月～金 11:00～翌1:00
⑤ 土・祝 11:00～23:00
⑥ 日 11:00～17:00

白カレーの店 1/f ゆらぎ

エフプランノイチ ユラギ 高田馬場駅 徒歩4分

絶品! カレーの概念を一新する新感覚「白カレーの店」。

ホワイトソースとココナッツミルクをベースに9種類のスパイスを配合した、型破りなカレー「白カレー」を実現。コクと甘さにスパイスの絡み合い生まれる深いハーモニーは舌をうならせる。

① 豊島区高田3-10-22
② 03-6380-3161
③ 月～金 11:00～17:00
④ 土 11:00～15:00
⑤ 日曜・祝日 (夜も営業予定)

Le Mont-St-Michel

ル・モンサンミッシェル 目白駅 徒歩30秒

カフェに食事にパーティーに何度も通いたいワインや料理が気軽に味わえるフレンチ店。

本場フランス人シェフが作るガレットや直輸入ワインなどカリスマブル料金で楽しめる人気店。おしゃれな店内は女子会やデートにぴったり! 2階のワインバーは誕生日会や二次会など貸切パーティーにも使えます。気軽に相談してみてください☆

① 豊島区目3-4-15 プラネットレジロ2F
② 03-6915-3857
③ 日～木 11:30～21:30 ※2Fは夕方
④ 金・土 11:30～22:00 よりOPEN
⑤ 不定休

JIMORE MAP



ジモアのキャラクター「ジモンキー」をよろしく!



FOOD&DRINK

- 酔って食? (P3)
- NATURAL STYLE 清-sei- (P3)
- Garlic Chips (P3)
- 高田馬場 個室B級グルメ お祭り御殿 (P3)
- 酔床 梵天 (P4)
- イタリアンダイニング Daigo (P4)
- やきとん ぶただるま (P4)
- 博多うまかもん ぶあいそ (P4)
- 煙屋 立葵 (P9)
- FORCHETTA ~フォルケッタ~ (P9)
- Bar Brasserie Vitis (P9)
- Caf&Bar サカボン (P9)
- やみつき (P9)
- ザ・ハンバーグ (P9)
- ALAISE (P10)
- No Side Club (P10)
- 米とサーカス (P10)
- BAR ACQUA (P10)
- Bistro Farce (P10)
- 山小屋ラーメン/中華居酒屋 (P10)
- 白カレーの店 1/fゆらぎ (P10)
- Le Mont-St-Michel (P10)
- 御菓子司 青柳 (P19)
- もぐら食堂 (P20)

BEAUTY&HEALTH

- Premiere (P5)
- Hair make C'est joli (P5)
- ネイルサロン Vian (P6)
- ラ・バーム整体院 (P6)
- 高田馬場ゆる体操教室 (P6)
- コリナックス整体院 (P13)
- 美容室Four Seasons (P13)
- 光りフレクソロジー (P14)
- アイラッシュ ef (P14)
- JUASALON (P14)
- asleep (P14)
- サレーヌ (P14)

SERVICE&LIFE

- ところ整骨院 (P15)
- 洋服のお直し はる吉 (P16)
- 自遊空間 (P16)
- サイクルショップリビト・イシュアル (P16)
- ブランド楽市 (P16)
- ヒロヤクリーニング (P16)
- グランドスラム (P16)
- 宝泉寺 (表2)
- さくまクリニック (表4)

♥マガジン提示orジモアを見たお伝えください。※有効期限2012年6月30日



ジモア春号掲載店 おまとめクーポン!

ブックマークしてご利用ください。

携帯からお得なクーポンをGET!

QRコードでアクセス!

ライツスタイルブラン

高田馬場駅 徒歩1分(BIGBOX2階)

駅近で便利!気軽に寄れるネイルサロン 春は指先美人でおしゃれを楽しもう!

BIGBOX2階のネイル&デコサロン。10:00~14:00 はお得な料金でネイルが楽しめる、買物ついでに立ち寄れます♪経験豊富なプロが手元を美しくプロデュース。スマホや小物などデコアートデザインも好評。

メニュー例 ※学割あり	
10:00~14:00	
・ジェルカラー(1色) 5,500円	
・ジェルマ(1色) 5,250円	
14:00以降	
・ジェルカラー(1色) 6,800円	
・ジェルマ(1色) 6,400円	

14時以降の全メニュー 10%OFF

◎ 新宿区高田馬場1-35-3 BIGBOX 2F
◎ 03-5287-6915
◎ 平日 10:00~21:00 日・祝 10:00~20:00
◎ 年中無休

大正14年創業。日本の伝統と職人技を受け継ぐ老舗和菓子店。

御菓子司

青柳

◎ 新宿区高田馬場4-13-12 ◎ 10:00~19:00
◎ 03-3371-8951 ◎ 日曜

ソフトバンク早稲田

早稲田駅 徒歩30秒

最新スマホから定番まで!話題のアイテムを取り扱うソフトバンク専門店。地下鉄早稲田駅前です。設定からアプリのご案内、充電サービスまで、アフターサービスもバッチリ!

- ★早稲田店限定!新規・お乗換えで、現金還元します。
- ★店長との交渉でさらに現金還元できるかも!
- ★家族や友達同士の同時購入で、さらに現金還元!?
- ★即日、自宅にネット開通できます! (※工事・予約不要)

iPhoneケースプレゼント!
(早稲田店限定/新規・お乗り換えご契約の方)

◎ 新宿区喜久井町2-2
◎ 03-5291-5533
◎ 10:00~20:00
◎ 年中無休

スパイシーフライヤーズ高田馬場店

高田馬場駅 徒歩2分

スパイシー&セクシーなカラアゲ専門店。13種類のブレンドスパイスで身体の内側からセクシーに!! さかえ通りで、テイクアウト&立ち飲み!

スパイシーチキン	290円
スパイシーポテト	180円
カラアゲ弁当	580円
コロナビール	350円

◎ 新宿区高田馬場3-4-14 1F
◎ 11:00~22:00 ◎ 年中無休

髪騎士 カミキシ

HAIR DESIGN KNIGHT

西早稲田駅 徒歩4分 高田馬場駅 徒歩8分

プライベート空間でゆったり。お洒落なメンズ向けの隠れ家サロン。

アットホームな雰囲気であり、ラックスを提供する男性向け美容室。シャンプー&カット (4,000円 ※学割あり) や眉カット (1,000円) 以外にシェービング (500円) も可能。男性が気軽に行ける店なので、一度行ったらずっと通えたと常連客からのお墨付きの店です。

◎ 新宿区西早稲田3-20-6 スパイラルビル1F
◎ 03-5272-2303
◎ 平日 10:30~20:00 土日祝 10:00~19:00
◎ 月曜

正道会館 東京本部

高田馬場駅 徒歩2分

春のキャンペーン実施中! お得な500円体験レッスン。

入会金半額 & 道衣プレゼント
(クーポン有効期限: 4/2~6/18)

◎ 新宿区高田馬場1-28-18 和光ビル2F
◎ 03-5285-1966 ◎ 日曜
◎ 月~土 11:00~22:00 ※祝日はトレーニング 祝 日 12:00~18:00 のみとなります。

我羅奢

GARASHA 副都心線 西早稲田駅 徒歩1分

鶏ガラと魚介のスープ「鶏白湯ラーメン」は絶品! 各種トッピング&大盛り、すべて無料!

◎ 新宿区西早稲田2-21-6
◎ 03-3203-5946
◎ 11:00~22:30
◎ 日曜・不定休

鶏白湯ラーメン(塩)

BEAUTY & HEALTH



▼マガジン提示orジモアを見たとお伝えください。※有効期限2012年6月30日

コリナックス整体院 高田馬場 高田馬場駅 徒歩2分



本当にお困りの方に朗報! プロの手で改善。結果に満足! 多くのリピーターを持つ実力派。

「身体の歪みを整えてコリをなくす」と首肩こり・頭痛・眼精疲労などあらゆる悩みを解消! おすすめの「ストレッチ整体」は個々に合った施術で、終わった後は身体が楽になると評判。全身バランスを整え、自然治癒力を高めるので、さまざまな痛みや症状を緩和してくれます。確かな技術で丹念にコリをほぐしてくれる納得の整体院です。

☎ 新宿区高田馬場3-3-9 山下ビル2F
☎ 03-3360-1680
🕒 12:00~22:00(最終受付)
🏠 年末年始



整体orリフレ(30分) 3,150円 → **2,000円**

整体orリフレorストレッチ整体(60分) 6,300円 → **4,000円**



Four Seasons フォーシーズンズ 高田馬場駅 徒歩2分

オーガニックの優しさで心と髪をケアする評判サロン。初めてでも任せられるプロの技術と安心感を。

髪のコンシェルジュとして旬のスタイルや一人ひとりに似合うスタイルを提案してくれると定評のあるサロン。確かな技術と居心地の良さで地域の方に愛され、リピート率と満足度の高さを誇ります。また自然派志向に人気の100%植物原料であるジョンマスター製品の取扱店として、髪をいたわる薬剤を使用。髪にやさしいものだけを厳選しているので安心です! イメチェンしたいけど自分に似合う髪型が分からない、髪の傷みがある人は経験豊富なスタッフにぜひ相談してみてください。



広く清潔な店内は、賑やかな街中にあるとは思えないほどリラックスできる空間。



☎ 新宿区高田馬場3-3-2 平成ビル2F
☎ 03-5337-1321
🕒 月~土 10:30~20:30 (カット最終19:30)
日・祝 9:30~19:30 (カット最終18:30)
🏠 年中無休(年末年始除く)



メニュー	
・カット (S.B込)	5,250円
・カラー (S.B込)	6,300円
・パーマ (S.B込)	7,350円
・縮毛矯正 (C.S.B込)	15,750円
・デジタルパーマ (C.S.B込)	15,750円
・トリートメント (S.B込)	3,200円~

※ S:シャンプー B:ブロー C:カット

ロング料金は頂いておりません。

「ジモア見た」で
ALL メニュー 2,500円 均一
デジタルパーマ、縮毛矯正は+2,000円。(新規限定)
単体での施術に限り、別途シャンプー代500円が必要です。

光リフレクソロジー

高田馬場駅 徒歩30秒



むくみや疲れ、ストレスに効果的!
台湾式! 本格リフレとマッサージ。

足裏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。ここは本格的な台湾式を取り入れており、足裏を中心に全身または部分的なマッサージも可能。人気店なので要予約!

☎ 新宿区高田馬場2-19-7 タックイレブンビル605
☎ 03-6233-7914
🕒 平日 15:00~23:00
土日祝 10:00~23:00
🏠 年中無休



【ジモア特別キャンペーン】
全身整体 (60分)
3,000円



JUASALON

ジュアサロン 目白駅 徒歩2分

目白駅すぐ、完全個室のエステサロン。
春の脱毛キャンペーンでもっとキレイに!

薄着の季節の定番。ワキ脱毛で自己処理による肌の痛みやブツブツとサヨナラしませんか? 各部位から全身までの脱毛キャンペーンも実施中! もちろんボディ・フェイシャル・ブライダル・マタニティなどのメニューも充実した完全予約制プライベートサロンです。

☎ 豊島区目白1-4-15
☎ 03-3971-6016
🕒 10:00~20:00 (最終受付)
🏠 不定休 (完全予約制)



両ワキ脱毛お試し
1回 **1,050円**
詳しくはジモアサイトへ



アイラッシュ ef

エフ 高田馬場駅 徒歩1分

駅近のエクステ&ネイルサロン。
オイルクレンジングOK! 付け放題3,980円~。

ピンクとゴールドが基調の華やかな店内はヨーロッパのお城のよう。エクステは付け放題120~150本で理想の目元を叶えてくれる。人気はセーブル。毛がやわらかく持ちが良いと評判! 見た目の印象変わりますよ!

☎ 新宿区高田馬場4-9-14 ふみビル7F
☎ 03-6304-0063
🕒 月~土 11:00~22:00
日・祝 11:00~21:00
🏠 年中無休
※平日17時~、土日祝は+500円増し。



※すべて 60分付け放題

特別料金	高級シルクエクステ	3,980円
	高級ロイヤルエクステ	5,980円
	最高級ロイヤルセーブル	6,980円



▼HPはこちら
<http://www.eyelash-ef.com/>

サンスター サレーヌ フェイシャルサロン

サンスター(株) サレーヌ契約サロン 高田馬場駅 戸山口徒歩3分

TVでも紹介された「素肌が変わるサロン」。
丁寧なマッサージでハリと潤いの若々しい美肌へ

たるみやくすみによる肌年齢の低下が気になりますか? ハーブ&生薬の力が肌の奥に働きかけ、貴女をもっと美しくするコースが1,050円(カウンセリング30分+施術60分)で体験可能。ケアアップアイテム使用で毎回1,050円の定額トリートメントが継続できます。まずは効果を実感してみてください。

☎ 新宿区高田馬場4-23-34-401
☎ 03-6908-6613 (予約制・女性専用)
🕒 火~土 11:00~19:00
🏠 日曜・月曜



「ジモア見たと予約」
肌別お試しコース
1,050円
さらにネックトリートメントサービス



高級感あふれる店内&お手頃価格。確かな技術でなりたいスタイル叶えます。



カット (ブロー込)
2,500円

menu	
・前髪カット (ブロー込)	1,000円
・シャンプー	500円
・スタイルアップ	3,500円
・カラー	
・リタッチ	2,800円
・ヘアマニキュア	3,800円
・ポイントメッシュ	2,000円



JIMORE coupon

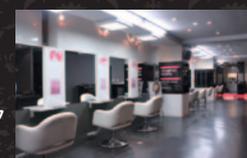
① カット+最高級ハオニコトリートメント	5,500円
② カット+モテ髪カラー+ハオニコトリートメント	6,000円
③ カット+デジタルパーマ+ハオニコトリートメント	8,000円
④ カット+カラー+デジタルパーマ	10,000円
⑤ カット+カラー+縮毛矯正	10,000円
⑥ カット+デジタルパーマ+矯正縮毛	13,000円
⑦ カット+カラー+デジタルパーマ+矯正縮毛	16,000円
⑧ 【メンズ限定】シャンプー+カット	2,500円

シャンプー・ブロー込み! ロング料金なし!
※指名料金+500円 (最終来店日より60日以内の来店で無料)

「ジモア見たで」
クーポン利用できます。



- ★ ゆったりシートのラグジュアリー空間
- ★ お隣が気になる広々スペース
- ★ カット2,500円からのリーズナブルな価格設定
- ★ 美容経験10年以上の経験豊富なベテランスタッフ
- ★ 夜23時まで営業! 残業帰りでもOPEN



asleep アスリープ
高田馬場駅 徒歩2分
☎ 新宿区下落合1-3-20 キュクビルB1F
🕒 月~土 9:00~23:00 日 ~21:00
🏠 第2月曜
ご予約はこちら **03-3363-1523**



SERVICE & LIFE



♥マガジン提示orジモアを見たとお伝えください。※有効期限2012年6月30日

首、肩、腰、膝の痛み、ヘルニアでお悩みの方。 「こころ式背骨ゆがみ矯正治療」をお試ください。



いろんな病院や整骨・整体を試したけど、いつまでも痛みが解消しない…。そんな方のために丁寧なカウンセリングを行い、ひとりひとりにあった治療法を選択。背骨のゆがみと筋肉のバランスをとることで、身体の根幹からしっかりと治療します。

高田馬場 開院記念 歪み矯正 2,000円→1,000円 ※初回のみ、要予約



体験者の声
驚いたのは、一瞬で身体の不調やゆがみを見抜かれたこと。優しく明るい先生に悩みを親身に聞いていただき、安心して施術を受けることができました。施術後は身体がすっきりし、日頃の姿勢にも気を遣うようになり、健康生活に一歩前進できた気がします。



オレンジを基調とした温かきモダンな院内です
ひとりひとりに合った施術メニューを選択します

こころ整骨院 高田馬場院
ご予約優先 03-3209-7711
健康保険使えます。交通事故専門治療あります。
※治療する部位により多少異なります。

中井院 西武新宿線中井駅 徒歩1分
03-3950-0646 新宿区中落合1-18-4 2F

江戸川橋院 有楽町線江戸川橋駅 徒歩3分/東西線神楽坂駅 徒歩8分
03-3269-6246 文京区関口1-6-8ラフィネ小石川 1F

中井院・江戸川橋院 限定「ジモア見た」で来院された方はハイパーメドマー無料!
※加圧、除圧を繰り返すことで血循環に作用し、下半身のむくみや疲労改善に効果的! 下半身が軽くなります。
※中井院、江戸川橋院のみのサービスです。

洋服のお直し はる吉
副都心線 西早稲田駅 徒歩5分

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。
他店で上手く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す! 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。まずは気軽にお電話にてお問い合わせください。

全メニュー 10%OFF
メニュー例
○ジーンズ裾上げ 800円→720円
○ジーンズの穴補修 3cm四方 500円
○ウエスト詰め・出し 1,800円→1,620円

〒162-0801 新宿区西早稲田3-20-6 スパイラルビル2F
03-3203-1943
11:00~19:00
※月・水・金 (TELにて要相談)
※火・木・土・日 (作業日につき休業)

自遊空間 BIGBOX高田馬場店
高田馬場駅 徒歩1分

オールナイトで楽しめる
地域最大規模のエンタメ施設。
コミック、インターネット、ビリヤードに最新のデジタルダーツなど、店内の施設を自由にご利用頂けます。カラオケは各機種揃って26部屋! 豊富な食事メニューも取り揃えております。是非、新世代アミューズメントスポットをご体験ください!

入会金無料 + 合計金額から 20%OFF

〒162-0801 新宿区高田馬場1-35-3 ビッグボックス高田馬場7F
03-5291-4323
24時間 年中無休

CYCLE SHOP LIPIT-ISCHTAR
リビト・イシュタル 副都心線 西早稲田駅 徒歩1分 高田馬場駅 徒歩10分

上質でおしゃれな自転車に出会えます!!
ビギナー&女性が集まるサイクルショップ。
リニューアルに伴い、女性が立ち寄りやすい店作りを心掛けた内装は鮮やかなグリーンが映えるお洒落で可愛いお店。ライトやベル、ハンドルなどのアイテムも一風変わったものを取り揃える。またアシスト車などファミリー向けも充実。好みや用途に合った選び方ができます! 値段も手頃なのでビギナーにも財布にも優しく、快適なサイクルライフを応援してくれます。

〒162-0801 新宿区大久保3-13-1-103
03-5155-6412
11:00~19:30 不定休

ブランド楽市 高田馬場店
高田馬場駅 徒歩5分

ブランド品の買取&販売専門サロン。
「ジモア特典」5,000円現金プレゼント実施中!

「高く買取、安く売る」をモットーに全国50店舗以上を展開し、ただいま急成長中! 買取も販売ともに、バッグ、財布、時計、貴金属など高級ブランドからカジュアルブランドまで幅広く取り扱い。サロンのようなオシャレな店内での接客も好評。他店で売れないと思っているものでも、ぜひ一度相談してみてください。

〒162-0801 新宿区高田馬場1-6-15
0120-210-936
平日 11:00~20:00 土日祝 11:00~19:00
不定休

〔買取〕 30,000円以上でスタッフにじゃんけんて勝ったら 5,000円 現金プレゼント!
※貴金属は除く

〔販売〕 25,000円以上でスタッフにじゃんけんて勝ったら 5,000円 キャッシュバック!

ヒロヤクリーニング
目白駅 徒歩6分

創業50年。個人店ならではの丁寧な接客。シミ抜きの職人技は常連客の太鼓判付き!
定評ある技術と仕上がりの良さで、遠方からも常連が訪れるお店。汚れや服の性質でベストな技法を選択するその「目利き力」と「職人技」は定評あり。他店で落ちない汚れやシミ抜きもぜひ相談を。

ドライ品 10%OFF
※ジモア見たとお伝えください。

〒162-0801 新宿区下落合3-17-29
03-3951-0963 (本店) 03-3984-1188 (支店)
月~土 8:00~20:00 日 13:00~18:00
祝日 ※支店の営業時間はジモアサイトへ

ストリングショップ グランドスラム
高田馬場駅 徒歩5分 副都心線 西早稲田駅 徒歩6分

テニス愛好家には欠かせない専門店。
ガット張り職人はこの道32年のベテラン!
ラケット・ウェア・グッズなどテニス用品全般を取り扱い、初心者から本格派が通う専門店。丁寧なガット張替えは電話予約すれば1時間以内も対応可能。テニスライフが充実すること間違いなし!

**ガット張り替えの方に
グリップテーププレゼント!**
(おひとり様一回)

〒162-0801 新宿区高田馬場2-9-3 松本ビル1F
03-5272-7018
11:00~20:00 (日・祝~19:00)
火曜・第1日曜



Text: Toshifumi Yokota
 Photo: Satoshi Hishida
 ロケ地: 自遊空間 高田馬場BIGBOX店

新曲のテーマは風男塾らしい応援ソング!

たくちゃん: 僕が風男塾のライブやDVDに「ブラックジャギー」って悪役で出てたの知ってる?

涼真・健水: ……(新入部員だからかキョトンと)

浦正: ですよ。懐かしい〜。一枚目のアルバムのころですね。

たくちゃん: もうライブ呼ばれないんだよ〜(笑)。

光黄: あ〜、俺も噂しか知らない…。

たくちゃん: そっかあ〜知らないのかあ〜。ところでジモアは2回目だよ。高田馬場ラーメン特集に出てもらって。高田馬場にはよく来るの?

涼真: イベントで時々来ますよ。あと、マネージャーさんとラーメンを食べに来たりします(笑)。

たくちゃん: ラーメンかあ、意外だねえ。今回おじゃましている自遊空間みたいなお店を利用したことってある?

浦正: 空き時間に利用しますね。ここはカラオケも漫画もあるし、ダーツやビリヤードも出来て、有意義に過ごせそうですね。ひとりカラオケしたいです!

たくちゃん: なるほど。みんなひとりカラオケってするの?

一同: しますよ!(半分以上が挙手)

たくちゃん: へえ〜、やっぱり流行ってんだ。僕は風男塾の曲よく聴くし、ライブも行ったことあるけど、風男塾の一番の魅力って歌だと思っているんですよ。他のアイドルと違って歌に力がある。例えば、テレビでも取り上げられた……えっとあれだよ、あれ、ヒットしたあの……歌。

馬場在住のものまね芸人HEY!たくちゃんが地元を紹介! 今回のゲストは、イケメン揃いの男装アイドルグループ「風男塾」。男女問わず人気のある彼らですが、実はたくちゃんは以前に応援団を務めていたことも。ここでしか聞けない話から新曲についてまで、馬場駅前の人気スポット「自遊空間」で熱く、楽しく語っていただきました!



一同: (爆笑)

蓮次: 「あの歌」って!ほんとにライブ来てくれます?

たくちゃん: いや、ちょっと待ってよ!ほんとにものすごい聴いてるからね!……「だから僕は生きる一生懸命に生きる〜」。

メンバー: おおー!合ってる!(音程は別にして)

たくちゃん: 改めて考えると「死にたいときもあるさ」ってすごい歌詞だよ。

光黄: 「同じ時代に生まれた若者たち」ですね。アイドルって恋愛の歌が主流ですけど、こういう泥くさくまじめなメッセージも歌うのが風男塾の魅力でもあるのかなって思います。今回の新曲「雨ときどき晴れのち虹」も雨が降って悲しい時もあるけれど、頑張っていれば雲も晴れて虹がかかるっていうメッセージが込められた、風男塾王道のポジティブソングです。

蓮次: ライブもそれぞれアコースティックや健水の得意なダンスをソロやユニットで披露します。5月からのツアーも盛りだくさんの内容になっているので是非観てもらいたいです!

浦正: そうそう、今回のツアーでなにかおもしろいグッズを作りたいんですけど、俺ラーメンが好きなのでたくちゃんとコラボしてお土産ラーメンとか作りたいなって思ってたんですよ!

たくちゃん: いいね!それ。メンバーごとに個性的なものを



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。ものまねバトルにて新人賞を獲得してデビュー。頭ものまねをはじめ、ものまねレパートリーは圧倒的な数を誇る。バラエティー番組やライブ活動などで活躍。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:「へいたくトピックス」
<http://ameblo.jp/heytakuchan2/>

作ったらおもしろいかもね。光黄君はミステリーラーメンで、浦正君はつけ麺好きだから肉そばつけ麺は?まずは挽肉を出汁で茹でて……(その後もラーメンの話題に勢いが止まらないたくちゃん)。
健水: すごく本格的なラーメンが完成しそうですね(笑)。俺は味噌バターコーンラーメン!

心が折れそうになったときどうしてる?

たくちゃん: これ、いつもゲストに聞いているんだけど。気持ちがつらい時、落ち込む時ってどうやって自分を奮起させている?

涼真: 「まあ、なんとかやるよ」ってポジティブに楽しく考えます。

浦正: もちろん辛い時もたくさんあるけど、そのたびに、自分たちのためにファンやスタッフの方含め、いろんな人が動いてくれているのを知っているのだから落ち込んでられないなって思います。その人たちの為になにか自分なりの恩返しをしたい。風男塾を応援していてよかったな、って思ってもらえるようになったら嬉しいので!

蓮次: 浦正君は気持ちが優しいすぎるくらいなんです!だから嫌な役回りも明るい方向に持っていく。

浦正: 「メディアに出られればなんでも頑張る!」がポリシーなんです!

たくちゃん: 僕もまさに今そんな気持ちです(笑)。

健水: 自分たちの歌で気づかされることも多いです。ステージに立って風男塾の歌を唄って、自分自身泣いている場合じゃないって感じたこともありました。

光黄: ほんとそう。自分たちの歌詞や曲で自分も元気づけられ、奮い立たされますね。

たくちゃん: 「励まし、励まされ」っていう関係が風男塾らしいよね。

蓮次: 自分は何事にも見返りを求めないようにしています。例えばライターの火をこちらから人に近づけたらびっくりするじゃないですか、でもその場でじっと火を点していたら寒い人が暖をとりに寄って来ることもある。だから自我という火を押し付けたり



風男塾

風男塾
 「世界中に希望の風を吹かせる」ため日々活動している。集英社「マーガレット」での漫画化連載からのコミックス化やアジアCDデビュー・香港ツアー、台湾でのライブを行うなどアジアでも人気。多くの女性ファンに支持されている。

☆公式サイト
<http://nfs724.com/nfb>

しゅちゃダメなんです。そういうもんだと思っています。

一同: おおー!

たくちゃん: 漢(おとこ)だねー!なんかNHKの「プロフェッショナル」に出演できそう。美輪明宏さんと言っていたけど、与え続けるのが愛で、見返りを求めるのは愛じゃない。っていう言葉にいつも納得させられる。求められすぎると逆に敬遠しちゃうけど、頑張っているもの、つまり熱い何かがあるものにはライターの話じゃないけど、人は寄ってくるよね。それが本当の興味なのかも。

風男塾の曲が新しい一歩の原動力になればいい

たくちゃん: 風男塾のライブって、ホントいっぱい元気がもらえそうだよ。

光黄: ありがとうございます!春なのでこれから何か新しいことを始める時に風男塾の曲と一緒に聴いてもらえたら嬉しいです。

たくちゃん: 高田馬場に越してきた時にさ、不動産屋に「ここは新しいことを始めようとしているエネルギーに満ち溢れた人が集まる街だよ」って言われたから、この街の人にびったりだ!

蓮次: ぜひ就活生にも聴いて欲しいです!きっと第一志望に受かりますよ!今年は学祭にも出たいですね。絶対楽しませる自信があります!俺たちの「風一揆」っていう曲も学生が集まったら盛り上がるんじゃないかな?「いっ!いっ!いっ!」って(笑)。

たくちゃん: ハハハ(笑)。まあ、とにかく今回は新しい希望の風を吹かせるっていう風男塾の思いがピンピン伝わってきたね!

着実に目標への階段を登り、新入部員も加わってパワーアップした風男塾。まさに男気があって、芯のあるアイドルでした。撮影の合間にダーツやビリヤードも楽しんだみんなの元気な姿に感服です!
スタッフも含めてたくさんパワーをもらいましたっ!



New Single 5月23日発売
「雨ときどき晴れのち虹」
 NHK総合テレビ4月7日(土)スタートのサッカーアニメ「銀河へキックオフ!!」のエンディングテーマに新曲「雨ときどき晴れのち虹」が決定!

全国ツアー開催!
「風男塾乱舞 TOUR2012 -虹-」
 詳細はオフィシャルHPまで

風男塾サイン、オリジナルグッズプレゼント!(P22へ)

THE MEIGAZA! VOL.8

早稲田松竹に名作SF映画へのオマージュがたっぷり詰まったSFコメディがやって来た！
空回りするオタクコンビと宇宙人に大爆笑。SFマニアはもちろん、マニアでなくても心底笑って楽しめます！

お題の映画

『宇宙人ポール』PAUL

イギリス人のSFマニア2人組。彼らは憧れの地、アメリカにやってきた。コミコン(コミケ)に参加するのが目的だけど、本当の目的はUFOスポット。夢だった聖地巡りだ。「エリア51」への巡礼を果たした彼ら。しかしなにやら不審な車が追いかけてくる。彼らを追い越して“激突”した車の中から出てきたのは…「ハ〜イ」なんと超陽気なりアル宇宙人だった！

その卓越したコメディセンスが世界中の羨望を集めるサイモン・ベック&ニック・フロストの主演(＆脚本)コンビは『ショーン・オブ・ザ・デッド』でゾンビを、『ホット・ファズ 俺たちスーパーポリ

スメン!』でアクションを、今回はSF映画への限らないオマージュを注ぎ込む。「We are not alone. ー宇宙にいるのはわれわれだけではない。ー」は『未知との遭遇』のキャッチコピーですが、旅は道連れ世は情けとは言ったもの。『エイリアン』のシガーニー・ウィーヴァー、カメオ出演するスピルバーグ、キリスト教原理主義者からSFオタクまで、超POPでクールなポールの前では誰もひとりぼっちになんかなれやしない。謎の組織からポールを守るためにダメなやつらが立ち上がれば、愛と友情は一つの小宇宙(コスモ)。このSFコメディは星を越えて必見です!!



©2010 Universal Studios. ALL RIGHTS RESERVED



早稲田松竹映画劇場
番組担当
上田 真之さん

早稲田松竹
 ① 新宿区高田馬場1-5-16
 ② 03-3200-8968

4月28日(土)～5月4日(金)
 『未知との遭遇 特別編』と2本立て上映
 『宇宙人ポール PAUL』(2010年 アメリカ・イギリス 104分)
 監督:グレッグ・モットーラ
 出演:サイモン・ベック、ニック・フロスト、セス・ローゲン(ポールの声)ほか

MY本

マイホン Vol.8

『映画を書くためにあなたがしなくてはならないこと』

シド・フィールドの脚本術

著者 シド・フィールド 翻訳 安藤 絳平/加藤 正人/小林 美世子/山本 俊亮 フィルムアート社刊

この本を誰に薦めたいですか?という問いに対して、加藤さんは「アウトプットをしたい全ての人」と答えた。アウトプットとはつまり“形にする”ということであり“作品にする”ということである。その作品が、何かしらのコミュニケーションを求めて作られたならば、そこには必ず脚本と演出がある。脚本は物語の軸となる「型」であり、演出はそこに加わる「表現」だ。加藤さんが身を置く広告業界はまさにそのコミュニケーションのためのアウトプットを探求し続けている。

一時期世の中で叫ばれた若者の均一化、その声に反駁するように誰もが求めた個性。加藤さんがそんな状況の中で抱いたのが「みんな基本的な型を知らないのではないか」という疑問である。もちろん、演出の妙によって生まれる名作もある。しかし、良質な作品にはすべからず、一般化して抜き出すことの出来る脚本、すなわち「型」が存在する。その型を知ってこそ強い作品が出来るのであり、知っているからこそ壊すことが出来る。「ルールを知らなければルールを壊すことは出来ない。知識は力なんです」と加藤さんは語る。そしてそのルールは、別の分野に「換骨奪胎」して活かすことが出来る。

この作品は映画の脚本作りの教科書だ。加藤さんは、広告という舞台で換骨奪胎を行っている。人は仕事や生涯のバイブルとなる本にいくつ出会えるのか。この本には企画や表現の「型」が詰まっている。



世界で一番読まれている脚本の教科書。脚本家、映画監督はもちろん、クリエイター必読の一冊。
Interview/Text: Yuta Mezaki



加藤 昌治さん

早稲田大学政経学部卒。大手広告会社勤務。情報環境の改善を通じてクライアントのブランド価値を高めることをミッションとし、マーケティングとマネジメントの両面から課題解決を実現する情報戦略・企画立案・実施を担当した。著書に『考具』『アイデア会議』『アイデアハンズ入門』。またナビゲーターとして参加した『アイデア・バイブル』が2月に上梓された。

JIMORE
持参で
消費税分サービス

Love Love SWEETS VOL.8

高田馬場駅から早稲田通り沿いに徒歩5分。鉄腕アトムの看板が出迎えてくれる和菓子屋さん。今回は創業大正14年の老舗「青柳」をご紹介します。創業以来親子3代86年の歴史を誇る「青柳」は、馬場西商店街で5本の指に入る老舗。四季折々の和菓子はすべて手づくり。中でも人気なのは伝統の味を受け継ぐ青柳名物「大栗まんじゅう」。その栗まんじゅうをアレンジして生まれた新名物が、鉄腕アトムの顔をかたどった「くりまんアトム」です。高田馬場の科学省で天馬博士により製作されたという原作の鉄腕アトムの誕生日2003年4月7日に合わせて生まれたこのお菓子、実はお店の前にアトリエがあった手塚治虫先生が青柳の常連客だったという縁から生まれたもの。

「アトムの顔がかわいらしくて食べるのがもったいない…」と思いながら一口。和菓子らしい上品な甘さが、口いっぱい広がります☆中には小粒の栗が練り込まれた栗餡がたっぷりこの栗餡、国内産白手亡豆からとった白餡に、粗く刻んだ茨城県産の栗を使い、職人がひとつひとつ丁寧に手作業で型を抜き、アトムの顔に仕上げています。

東京みやげっていつも迷いますが、これはきっと喜ばれるはず!手塚ファンはもちろん、お土産におすすめの逸品です。「アトムの街」高田馬場にぴったりの新名物。ぜひみんなに教えてあげてみては。

御菓子司 青柳

- ① 新宿区高田馬場4-13-12
- ② 03-3371-8951
- ③ 月～土 10:00～19:00
- ④ 日曜



Report/Text: Yukiko Gibo

【その1】
夜
ス
メ
チ
の

RAKUSHOKU
楽食
厨房
 CHUBOU



「夜ランチ」という言葉をご存知ですか?最近、ランチのようなプレートを一人あるいは友人とディナータイムにゆっくりいただく食事スタイルが流行っています。今回ご紹介するのは『もぐら食堂』という地下にある隠れ家カフェの、とっておき!夜ランチです。

高田馬場駅から早稲田通りを早大方面に3分ほど歩いた、不動産屋エイブルの隣のビルを店名の通り地下にもぐると、木の温もりが心地よい空間が広がっています。こちらのフードメニューは、目移りしてしまうほど豊富。「牛ばら肉のトマト炒め(880円)」や「ハンバーグ(900円)」など、ワンプレート定食がたくさん。なかでも女子に大人気なのは「あぶりサーモンアボカドごはん(900円)」。ランチタイム終了後の14時以降に登場する、まさにレイトランチ、夜ランチのためのメニューです。ご飯の上に軽くあぶったスモークサーモンと相性抜群のアボカドが載せられ、和風に味付けされたヘルシーな内容。「チキン南蛮(900円)」は、普通のタルタルソースよりあっさりとして仕上げられており、地元のOLさんや女子大生に大人気だとか。

仕事や学校帰りに、夜ランチでカクテル一杯…。1日の終わりに『もぐら食堂』の美味しい料理とお酒でほっと一息ついてみては。



もぐら食堂
 ① 新宿区高田馬場2-14-6 スワンビルB1
 ② 03-3200-5211
 ③ 月 11:30～23:30 火・水 11:00～23:30
 木・金 11:00～24:00 土 11:30～23:30
 日 12:00～22:00
 ④ 第3日曜(不定休)

Report/Text: Emili Arakawa



～ ジモア♥プレゼント～

PRESENT

ジモア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 「ハガキ!!」のゲストから!

風男塾
サイン色紙 3名様

2 「風男塾」からの
スペシャルプレゼント!

風男塾
「風男塾」
新作オリジナル
グッズ 3名様

秘

3 豊職人による手作り小物♪

ミニゴザ(18.5cm×21cm)
5名様

◎ 松村畳店
☎ 03-3209-5900

※商品ごとに寸法は若干異なります。

4 フェアトレードマーク付き
有機ケニア紅茶

ケニア水出し紅茶
ギフト缶セット
(ティーバック10袋) 5名様

◎ RKK JAPAN
☎ 03-3203-2100 http://onedrink.jp

5 スクリーンに魅る
名画に酔いしれる

早稲田松竹
映画鑑賞券
ペア5組様

◎ 早稲田松竹 ☎ 03-3200-8968

6 手塚治虫も愛した
老舗店の味を

「くりまんアトム」
(5個入り 1,300円) 5名様

◎ 御菓子司 青柳 P19参照
☎ 03-3371-8951

7 春のオシャレは足下から

ELLE PLANETE 1名様
(エルプラネット)

◎ Chiyoda info.
☎ 03-5572-6757
http://www.chiyodagr.co.jp/

PTL-459
レッドエナメル
23.0cm

8 黒ショウガサプリで
メタボ撃退!

ガチャゴールド
5名様

◎ (株)中央クリエイト 健康食品事業部
☎ 0120-433-883

9 早稲田を愛する人のための
早稲田の街の地ビール

地ビール早稲田330ml
6本入りセット5名様

◎ 早稲田大学周辺商店連合会
☎ 03-3203-7857
http://www.waseda-beer.com/

〈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/2012年6月15日(金) 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でも応募いただけます。

〈あて先〉
〒107-0062 東京都港区南青山6-7-5 ドミール南青山208
COCOLONE株式会社 ジモア編集部プレゼント係

※お一人様一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。皆様からお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

※パソコン&携帯でご覧いただけます。

twitter

フォロワー! @JIMORE1
◎フォロワー-3,600人

facebook

http://www.facebook.com/JIMORE1

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。

編集スタッフ・撮影モデル&コラボ団体募集!

地元を一緒に盛り上げませんか。大学生から社会人、主婦の方まで、取材・編集・営業・WEB制作スタッフを募集しています。また、ジモアとコラボする企業・団体・ゼミ・サークルも募集中です。

フリーマガジン「JIMORE」Staffs

Produced & Published By : COCOLONE, inc.
Publisher / Editor in Chief : 岡本匡弘
Sales Promotion : 大場衣利子
Editor / Writer : 横田敏史 宜保有季子 目崎雄太
荒川恵実里(早大2年) 荒川真実(日本女子大3年)
中郷恵(早大3年) 小山田優夏(早大3年)

Designer : 鈴木建
Photographer : 小野真 菱田諭士(CRESCENT)ほか
Character Design : 池田圭吾
Illustrator : 板橋智佳子
Special Thanks : 坂本彩(早大2年)
Cooperation : ケイダッシュステージ CRESCENT

【ポータルサイトJIMORE(4月現在)】 ■取材スタッフ:宜保有季子/中山佐保子/吉田みず季(早大4年)/原田彩加(立教大4年)/細川直輝(早大4年)/中郷恵(早大3年)/杉田さくら(学習院女子大3年)/小山田優夏(早大3年)/戸澤雄太(慶応大3年)/加藤由人(立教大3年)/荒川真実(日本女子大3年)/荒川恵実里(早大2年) ■撮影:小野真/菱田諭士/ZEN/谷崎友亮/cocoloneco ■企画・編集・プロデュース:大場衣利子/目崎雄太 ■アートディレクター:鈴木建 ■クリエイティブディレクター:岡本匡弘

JIMORE 2012春号 2012年3月27日発行
発行所 COCOLONE 株式会社
〒107-0062 東京都港区南青山6-7-5ドミール南青山208
TEL. 03-6427-4653 本社 ジモア編集部
印刷所 株式会社ナボ
©COCOLONE, inc. 2012 Printed in Japan
本誌に掲載の記事・写真等の無断掲載を禁じます。
21 JIMORE

【媒体データ】
創刊: 2010年4月1日
発行日: 発行月の中旬(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



読者投票部門 全国4位!

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

TV TOKYO 7 digital
ドラマ24 CLOVER

Our friendship will never die as long as we live.



バカヤロウ
残すんだよ!
オレたちは
ずっと友達だって
証を

賀来賢人 三浦貴大 有村架純 鈴之助 青柳翔

テレビ東京
4月13日 START!

毎週金曜 深夜0時12分

原作:平川哲弘「クローバー」(秋田書店「週刊少年チャンピオン」連載) 監督:入江 悠(映画「SR サイタマノラッパー」シリーズ)
オープニングテーマ:THE NAMPA BOYS (muddy water records) エンディングテーマ:湘南乃風 (TOY'S FACTORY)

©平川哲弘(週刊少年チャンピオン) 2007 / 「クローバー」製作委員会 2012

知っていますか？

「糖尿病」の5つの誤解。

「糖尿病とは血液中のブドウ糖の量(血糖値)が高くなる病気。ほうとうておくと動脈硬化など死に至るケースも。自分には関係ないと思っている皆さん。あなたが知っている知識、間違っているかも。」

誤解1 糖尿病は甘い食べ物が多い原因?

甘い食べ物が好きなのは糖尿病になりやすいと思われがちですがこれは間違い。塩辛い物、油っぽい物も血糖値を上げるため注意が必要です。糖尿病は糖分の問題ではなく、摂取して最終的にブドウ糖になる食材かどうかポイント。甘い物だけでなく、例えばポテトチップスやカップラーメンなどでも血糖値が上がります。高カロリー食品の摂りすぎに気をつけましょう。



誤解2 糖尿病は、太っている人がなる!?

肥満体型の人が多いのは事実ですが、肥満でなくても糖尿病になる人も。日本人は、血糖値を抑えるホルモン「インスリン」の分泌能力が低い人が多く、標準体重以下の痩せた患者さんもあるのが事実。どんな体型でも、過食や運動不足によって糖尿病になる可能性は十分にあるのです。



誤解3 尿から糖が出るから糖尿病!?

「私は尿から糖が出てないから安心。これは違います。糖尿病とは、血液中の糖(ブドウ糖)が異常に高くなる病気であって、その結果として尿に糖が出るのです。尿糖だけの測定では、血糖異常を見逃してしまう可能性があります。定期的に健診をお勧めします。」

誤解4 糖分を摂ってはいけない!?

糖尿病になると糖分を全く摂ってはいけない、と思っている人が多いですがそれは誤解。人間の体は糖分がないと生きてはいけませんし、脳に必要な栄養素はブドウ糖のみです。「適量を超えると危ない」というだけで、体には絶対必要な養分なのです。食べすぎに注意し、食事はまず野菜から食べること、糖分吸収の速度が抑えられます。

誤解5 大量の薬や注射が必要な大変な病気!?

糖尿病は厄介な合併症を引き起こす事があり、重症化すれば大変な病気です。一方でコントロールさえよければ全く普通のと同じ生活を送れます。食事の制限があること、運動しなければならぬこと、必要に応じ薬剤を使うこと、この3つを守っていれば恐れることはありません。

先生のワンポイントアドバイス!



監修 さくまクリニック 佐久間 伸子先生

糖尿病は血液中のブドウ糖の量が多くなりすぎ、次第に血管などに障害や悪影響を及ぼす病気です。初期では自覚症状がないことが多いのですが、比較的早期でも、心筋梗塞、脳梗塞、閉塞性動脈硬化症などの血管の病気を起こしやすくなります。早期発見のために、定期的な検査と日頃の予防に努めましょう。糖尿病は遺伝的要素もありますが、食生活や運動不足、ストレスなどの環境要因が関与して発症すると考えられています。食事は肉より魚を、そしてほうれん草やにんじん等、有害物質を排出する働きのある食物繊維を多く摂取しましょう。また軽い運動も日頃から心がけてください。ストレスや悩みからホルモンバランスが崩れるケースも多いので、心のケアは心療内科にご相談ください。



コラム 1分でわかる ストレス & 心のケア

ストレス度チェック!

- あてはまる項目に✓をつけてください。
- 好きな趣味に興味がなくなった
 - 何事にも集中できず、長続きしない
 - ちょっとしたことでも腹が立ちイライラする
 - 食欲が以前に比べ落ちた
 - 心配事などで夜眠れないことがよくある
 - ちょっとした失敗でクヨクヨしやすくなった
 - 夜中突然目が覚め、その後寝付けにくい
 - 便秘や下痢になることが多い
 - 生真面目に物事を深く考えやすくなった
 - 人に相談するのが億劫(おっくう)だ



監修 さくまクリニック 佐久間 健一院長

あなたのストレス度は?

- 0~2** ストレスはありません。とても上手に日常生活が送れているようです。
- 3~6** 少しストレスがあるようです。ゆっくりお風呂に浸かったり、天気の良い日に散歩したり気分転換を。ストレッチなどもオススメです。
- 7~10** 確実にストレスが溜まっているようです。自分ですべてを抱えずに、友人や専門医に相談を。悩みを話してみるだけでもスッキリしますよ。



先生のワンポイント アドバイス!

ストレスは必ずしも悪いものではなく、程よい緊張状態や刺激は必要なこと。適度なストレスと上手に付きあうために、友人との会話や運動、音楽など気分転換やリラックスを大切に!心の病は誰にでも起きる可能性があるのです、改善しない場合は悩み続けず、まず専門医に相談しましょう。

糖尿病・ストレスケア

さくまクリニック

内科・糖尿病内科・心療内科

診療時間 午前部 9:00~13:00 午後部 15:30~18:30 (土曜は15:00~17:00)

※土曜午後・心療内科のみの診療・内科は休診

休診日 木曜・日・祝(火曜は午後休)

www.sakuma-clinic.net

TEL.03-5292-0345

東京メトロ東西線 早稲田駅3b出口徒歩1分

新宿区馬場下町62 三朝庵ビル4F

