

ご葬儀の事前相談、最近増えています。

相談できる 相手がいなくて 不安です

何をすれば いいのか わかりません

事前に相談を しておくことで 不安を 解消したい

> どれくらいの 費用が必要か

葬祭業安心度調査

五反田商店街振興組合認定葬儀社



創業40年の信頼と実績 無料相談 至急 フジテン 24時間年中無休で対応 **0120-49-2210**

TOC

TOC五反田メッセは、天井高4.5mの無柱空間で7分割 可能な、約3,000㎡のホールです。

新商品プロモーション、大規模セミナー、販売会、展示会 など様々な用途でご利用いただけます。



= ホール施設のお問い合せ・ご予約は =

株式会社 テーオーシー 催事場事業部



〒141-0031 東京都品川区西五反田 7-22-17 TEL:03-3494-2177 FAX:03-3495-0404

五反田NEWS

JR五反田駅直結!「アトレ五反田2」 日常使いにうれしい計5店がオープン

今年3月26日にオーブンした「アトレ五反田2」には、さまざまなシーンで利用できるオールデイダイニング「CARROLL」や、初のレストラン併設型店舗「点心酒場PAOPAO+」など計5店舗がラインアップ。JR五反田駅西側にある「アトレヴィ五反田」は「アトレ五反田1」に名称変更して東西で一体感のある運営を行い、五反田エリアでのグルメ&ショッピングを今まで以上に便利に盛り上げてくれる施設として注目を集めています。あなたも早速、気になるお店へ出かけてみて。※営業時間等はHPでご確認を





点心酒場 PAOPAO+

店内厨房で手作りされる本格点心を、テイクアウトでもイートインでも楽しめるのが魅力。ご飯おかわり自由のリーズナブルなランチは食べ応えも味わいも大満足です



PRONTO IL BAR

「IL BAR (イルバール)」とはイタリア語で「シンブルなバール」という意味。小さなお店ならではの親しみのあるサービスでカフェとお酒のある幸せな時間を演出

<2F>



ユニクロ

"LifeWear"をコンセプトに、日々の暮らしを上質にしてくれる日常着を展開。デザイン性と機能性を兼ね備えた旬のメンズ・レディスファッションが充実しています

<3F>



CARROLL

モーニングとランチはヘルシーなサラダバー付き。ディナーは美酒とともに料理をアラカルトでどうぞ。ウッドとアイアンを効かせたおしゃれなインテリアもGOOD!※写真はイメージ



QBハウス

シャンブーやブロー、シェービング等のサービスを省き、 カットのみに特化したヘア カット専門店。通常1200円 のところ、シニアは平日1100 円なのでお見逃しなく!



データサイエンス学部(仮称)

熊谷キャンパスに2021年4月開設予定 設置認可申請中。

理系・文系にとらわれず、データサイエンスで新しい価値を創造する力を育てる。 ※設置は予定であり内容は変更の可能性があります。







2022年 開校150周年

立正大学は8学部15学科7研究科に1万人が学ぶ総合大学です

[学 部] **心理学部**/臨床心理学科、対人・社会心理学科 **地球環境科学部**/環境システム学科、地理学科 社会福祉学部/社会福祉学科、子ども教育福祉学科 法学部/法学科 経営学部/経営学科 経済学科 文学部/哲学科、史学科、社会学科、文学科(日文・英文) 仏教学部/仏教学科、宗学科 データサイエンス学部(仮称)2021年4月設置予定認可申請中

[大学院] 心理学研究科 地球環境科学研究科 社会福祉学研究科 経営学研究科 法学研究科 経済学研究科 文学研究科

品川キャンパス JR大崎駅徒歩5分 JR・都営浅草線 五反田駅 徒歩5分 東急池上線 大崎広小路駅 徒歩1分

熊谷キャンパス JR熊谷駅バス10分 東武東上線森林公園駅バス12分



> ほつとなお店



₫ おすすめ! タン塩もカルビも 店で1位、2位を争う評判の

● タン塩弁当

タンを最もおいしく味わえる角度と厚みを吟 味し、素材をカット。歯切れのいい絶妙の食 感が癖になる。レモンだれ付き。2320円。



ラムハンバーグ弁当・ デミグラス

高タンパク、低カロリーのラム肉 100%で作るヘルシーハンバーグ。 濃厚な旨みと自家製デミグラスソー スがベストマッチ。1000円。

1時間から 代行します

📵 カルビ弁当

A5級の厳選和牛にこだわる老舗

焼肉店が、常連客限定だったレアな

弁当を定番化。エキスが滲みだす肉

と甘だれが相性抜群。2260円。

■ ココがおすすめ!

ジンギスカン専門店の 自信作。和風カレーソー スヴァージョンもあり

D ジンギスカン弁当

オリジナルの醤油だれで味付けし た生ラムのグリルが満載。冷凍肉 ではなく、生のラム肉を使ってい るため、しっとりとした柔らかな肉 質を楽しめる。1000円。

■ ココがおすすめ!

臭みがなく、ラム初心者も虜 になる高級ラム肉を使用



🚯 特製スタミナ弁当

昭和33年から続く町中華。店で、 一番人気を博しているのが、この ショウガ焼き弁当。ふっくらと ジューシーな鶏の唐揚げも加わ り、食べ応え十分。800円。

||| ココが おすすめ!

人気店の味を自宅やオフィスでも

自慢の手作り餃 子も逸品。点心や チャーハンも好評







⊫゚ おすすめ! 生ホルモンの 独特の歯応えは 病みつき必至!



② ミックスホルモン弁当

人気No.1の大腸やプリップリのマルチョ ウ、希少な赤コリなど、炭火焼きの新鮮ホ ルモン4種入り。さらに、カルビ載せごは んまで楽しめる究極の肉弁。1000円。



鶏肉を秘伝の醤油だれに漬け込んで作る唐 揚げは、ゴロッと大ぶり。最新式のフライヤー で揚げ、サクッと軽い歯触りに。770円。



■ おすすめ! ごはん大盛り無料の

サービスあり。

串揚げもやってます



電話の受付、 「必要なとき」だけ 頼みたい。

beecall https://www.bcall.jp

0120-701-919 beecall (ビーコール) 西五反田 2-28-5-2F (株) グッドクロス

中華料理 辰巳家 手作りギョーザのおいしい街中華



- ・個室あります
- 飲み放題付コース宴会 ~30名様まで~

ご予約 03-3491-3441



品川区大崎 4-2-2

> ほつとなお店



■ ココがおすすめ!

料理長も太鼓判!老舗中

国料理店イチオシの品

☆ おすすめ! タイの一流ホテル出身の シェフが本場の味を 再現しています

😘 カオガパオ ガイ

タイの国民食、鶏ひき肉のバジル炒めライス。 タイバジルやナンプラーの風味、辛み、甘さが 交錯し、アジアンテイスト全開! 1058円。

(1) スブタ定食

存在感のある豚肉も、甘 酢あんのコクも格別。ピー マンやニンジン、タマネギ と、野菜も豊富に入って栄 養バランスも◎。ごはん、 スープ付き。850円。

鶏だしで作る チキンスープカレー

鶏だし専門店が自家製の「信濃屋だ し」で作った特製カレー。スパイスが 効いており、サラッとした口あたり ながら旨みたっぷり。320円~。

■ おすすめ!

具は鶏肉+a。 3週間ごとに内容が かわります





ごはんセットは 470円~

信濃屋だし 水の代わりに加え

るだけで、いつもの 料理がプロの味に。 400ml460円~

⚠ ピビンパ弁当

白飯に大根&ニンジン、小 松菜、モヤシ、ゼンマイと いった4種のナムル、豚 肉のそぼろをトッピン グ。よく混ぜてご賞味 あれ! 700円。

心 ココが おすすめ! 味の決め手となっ ているのは、コチュ

ジャンをベースに

した辛み調味料



コロナ太りが気になる

3 ソムタムタイ



青パパイヤを素材にした タイ風のスパイシーサラ ダ。シャキシャキとした歯 応えが小気味よく、ライム の酸味と唐辛子の辛みも 名コンビ。972円。

心 ココが おすすめ!

ビールのおつまみ にもピッタリ! 辛さは調整OK

■ おすすめ!

魚介も含め、素材は 常時20種以上 用意しています



● 野菜&鶏肉の串揚げ

高機能調理器で作る串揚げは油切れ がよく、衣がサックサク。ネギなどの野 菜のほか、大山鶏やチューリップと いった鶏肉も素材に。1本86円~。

€ 炭焼 とりもも焼

☆ おすすめ!

だし巻玉子などの

和惣菜もあります。

全品600円

備長炭でじっくりと焼き上げた鶏肉は、ほど よい弾力。ジュワッと溢れだす肉汁も美味! 味付けは、塩とタレから選べる。600円。

鳥肉「信濃屋」鶏だし工場



信濃倉

品川区西五反田1-11-5 1F TEL 03-6417-4136 营業時間:10:00~19:30 定休日:日·祝日 http://shinanoya-plus.com







М フライデーズ シグネチャー バーガー

人気アメリカンダイナーの名物 バーガーは、200gのビーフパテ入 り。ジャックダニエルウイスキー を使った店伝統の濃厚甘辛ソー スを添えて。1825円。

■ おすすめ!





(1) パッタイグン

ライスヌードルを甘酸っぱい タマリンドのソースで絡めた、 タイ風のエビ入り焼きそば。好 みで干しエビやローストピー ナッツを加えて。1058円。



■ ココがおすすめ!

タイ人シェフが腕を振 るった本格テイスト



ディナーセット

メインのピザは「愛媛 釜揚げし



盛り込んだイタリアン



らす」「オリーブ夢豚自家製べー コンのトマトソース」からチョイ ス。前菜5種、チョップドサラダ、 しまなみレモンカードチーズ ケーキ」も付くリッチな内容。3~ 4名用もあり。要予約。3980円。

瀬戸内の味覚をふんだんに

最新ゲームを豊富に取り揃えた品川区最大の ゲームセンターです。

東京都品川区西五反田 1-27-5 NA 五反田ビル TEL: 03-3495-2183 http://www.amnet.co.jp/ ツイッターアカウント@amnetgotanda

9





ケニアの定番ビーフシチュー。 スパイスを使わず、野菜の旨み を生かしたマイルドな味わい。 牛肉は、チキンなどに変更する こともできる。ココナッツパウ ダーをふりかけたごはん、 サラダ付き。1080円。



おいしさの秘密は、 37種類の野菜を 煮込んだ特製だしよ



そうでない人も

食で世界を旅しよう!

特製牛スジ赤ワイン煮込み

淡路島カレー 五反田肉祭の優勝メニューをアレンジし た肉バル渾身のカレー。国産牛の牛スジ や甘みの強い淡路島産タマネギが入るコ

ク深ルウが秀逸。サラダ付き。980円。

● KA●DIより安い!? ハムやらパテやら前菜盛り

肉料理専門イタリアンによるお得な肉オードブル。 イタリア産のプロシュートや手作りパテなど、日替 わりで7、8種類を詰め合わせに。1080円。

■ ココがおすすめ!

捌きや熟成も店内で行 い、その日最高の状態の



舌の上でホロッと とろける牛スジに、 ファン続出!



肉を提供するのが信条

STATIONERS

事務用品・家具・企業向防災用品

株式会社 オカジマ

〒141-0032 東京都品川区大崎 5-6-13

Phone 03-3492-5547 Fax 03-3492-5596 URL. http://www.e-okajima.com

OPEN 月~金 a.m. 8:30~p.m.6:30 ± a.m.10:00~p.m.5:00

定休日 日曜/祝日

一 ほつとなお店









- ※ (11) 電話番号、(MAPマップ位置 (P.20)、※ 営業
- ※新型コロナウィルス感染拡大防止対策等の理由で、 営業時間・休業日が変更になる場合があります。
- ※基本的に注文後に調理を行います。すぐに受け 取りたい場合は、予約がおすすめです。

🔼 炭火焼ホルモン ぐう 五反田

- (III) 03-3493-3729 (MAP) (91)
- 翌1:00)
- → 17:00~23:00(販売期間は要確認)
- 12/31~1/3

ジンギスカン霧島 五反田店

- **11** 03-3495-6655
- (MAP) 90
- @ 11:30~L.0.22:15 **11:30~22:00**
- ∅ 無休

🕒 七厘焼 若

- (III) 03-5759-3055 (MAP) 74
- **9** 11:30~14:00/17:00~フード L.0.22:00 ※十はコース予約のみ
- → 17:00~22:00(炭火焼 とり丼の み11:30~14:00) 🚯 日、祝

● 肉バル×ワイン酒場 東京食堂

- (III) 03-6417-4175 (MAP) 83
- @ 11:00~L.0.14:00/17:00~L.0.23: 00(日·祝12:00~L.0.22:00)
- 以降は日、祝も休みの可能性あり。要確認

M TGI FRIDAYS 五反田店

- **11** 03-5719-6306
- MAP 87
- ●に同じ ∅ 無休

🚯 中華料理 辰巳家

- (III) 03-3491-3441 (MAP) 78
- ₱ 11:00~15:00/17:00~L.0.22: 30(土、祝~L.0.21:30)
- ⊕ 日、12/31~1/4

📵 焼肉 大山飯店 本店

- **1** 03-3493-8786
- MAP 62
- 11:30~翌4:00 ●に同じ
- 4 1/1

(1) 中国料理 桐島家

- (III) 03-3491-9454 (MAP) 68
- ₱ 11:00~14:30/17:00~22:00(±~ 21:00) ※土の夜は要予約、5名~
- 場合は十、火の場合は月も休)、12/31~1/3

マシューコウズ・バッファローカフェ

- (III) 03-6431-8324 (MAP) 88 ∮ 11:30~L.0.13:40/カフェ14:00
- $\sim 15:00/18:00\sim 1.0.21:00$
- ※祝は予約の場合のみ営業、5名~

N Setouchi Kitchen 五反田店

- (III) 03-6420-0407 (MAP) 96
- ₱ 11:30~L.0.14:30 / 17:00~L.0. 22:30
- 〒11:30~19:00 ※要予約
- ∅ 無休

📵 串揚げ酒場 仲丸

- (III) 03-6277-3228 (MAP) 85
- 9 11:30~L.0.13:00/16:00~L.0. 23:00(土、祝~L.0.22:00)
- **5** 11:30~13:30/16:00~22:00
- ∅ 十の昼、日、年末年始

🕝 ラーンナー タイレストラン

- (III) 03-6431-9224 (MAP) (89)
- ₱ 11:00~L.0.15:00/17:00~ L.0.22:30
- **a** 11:00~15:00/17:00~22:30
- 12/31~1/3

● 信濃屋+

- (III) 03-6417-4136 (MAP) 93
- 10:00~19:30(スープ・惣菜11:30 ~) ※売り切れ次第終了
- どの繁忙期は要確認

Bagatto

- (III) 03-6417-4293 (MAP) 94
- @ 11:30~L.0.14:30/18:00~L.0. 22:30
- **5** 11:00~22:30
- ∅ 年末年始

中国川揚料理 東京酒楼

- (III) 03-3493-1181 (MAP) (80)
- **11:30~14:30/17:00~21:30** (十.日、祝~21:00)
- **(1)** 12/31~1/3

(1) 日替わり弁当

チンジャオロースやエビチリな ど、人気のおかずが日替わりで3 品入る贅沢弁当。しかもワンコイ ンと、驚きのコスパ! 500円。

> ■ おすすめ! 中国各地の料理 約200品から ご用意しています

ANJ-LAN

たっぷり食べて パワーチャージ



コレもお供に!

の カニクリームコロッケ

サクッと揚げた衣の中身は、トロ~リと舌 触り滑らかな自家製ホワイトソース。ほん のり甘いカニの風味もギュギュッと凝縮し たコク旨コロッケ。2個入り600円。







② 炭火焼 とり丼

ごはんを覆う鶏モモ肉は、甘辛の醤 油だれを纏った至福の味。備長炭の 遠赤外線効果で肉に旨みが封印さ れ、箸が止まらぬ味わいに。600円。

☆ ココがおすすめ!

ランチで評判のメニュー。 店内で食べるより割安!



主菜の鶏肉の炒め物をはじめ、看板 メニューの四川麻婆豆腐、ジャンボ シュウマイといった豪華なおかずが 勢揃い。主菜は変更可。1080円。

> **▮** おすすめ! 創業50年の 四川&揚州料理店。 辛さにこだわりをもった 料理が自慢です



東京酒樓啊們獨料理

 $\mp 141-0031$

東京都品川区西五反田1-4-8 TEL.03-3493-1181

ご来店時「季刊誌の広告を見た」で ふかひれ土鍋チャーハン 物 四川麻婆豆腐 20%000

【アクセス】JR 五反田駅より徒歩1分と非常に近くとっても便利です。



中国料理 桐島家

営業時間 AM11:00~PM10:00

各種パーティー ご宴会承ります

●5~30名様まで

ご予約 ☎3491-9454

Churese Restaurant Kırıshimaya



ど任のさ そ (1 れ ような手ごたえを ますか? 7 から約 さ んが 7年年半年

> で 準

9 7 上に忙

なか大いた以 (変な日

Ш さんにお話を伺います。 次号も引き続き、

SQUARE

東急池上線、JR山手線五反田駅直結。都営浅草線五反田駅東口徒歩1分

※JR山手線五反田駅とは、東急池上線連絡口から直結しています。

今後、感染拡大防止の為、営業時間が異なる場合がございます。

※記載の営業時間は2020年8月末現在のものです

◎アクセス方法

しの設のて辰計内 長野で が 0 ととても V で駅 残され 金吾氏です な らや 13 立 0) れ日 立派など が残念です。現 る 建本 築店 を で存家の

たようです を過ご と す b

学本

全め

60 教

以系

を含

7

仏 で

数は

玉

備 5 る 13 う 夕 13 予定で、 ま サ 谷 て 0 わで 学 キ お れ認 部 工 ヤ て可 が ン ン ます。 ス い申 ス 学 夕 ż ス のの月 一部に月

伝統を守り がた 先ほど、 たち 変化に 関 この な き と が波 組織と Oけとれこ い新 合わ う 広 Ó がが 話を ば ろ つつも、 13 せて 形 いは 0 0 は て教近 変え É L に で 時のま 変 脱 ま 皮育代 せ てわ代はし

私にんいるの伝たし機化

五反田東急スクエア 各階のご案内 レストラン 11:00~22:00 クリニック 10:30~18:30 ※曜日により異なる 8F Restaurants Clinic 書籍 10:00~22:00 7F Book · Travel 旅行 11:00~19:00 ビューティー・雑貨・サービス 6F Beauty Goods Service ***** 10:00~21:00 10:00~21:00 カフェ 7:00~22:30 ATM 7:00~22:30 5F Fashion Cafe ATM ファッション 10:00~21:00 4F Fashion-Cafe カフェ 11:00~22:00 • ファッション・雑貨 3F Fashion-Goods 10:00~21:00 ファッション・ビューティー・フード 2F +() STYLE 10:00~21:00 5 **†** スーパーマーケット 9:00~23:00 Psining 1 F 🔀 Tokyu Store ※一部店舗を除く スーパーマーケット B1F 🔀 Tokyu Store 9:00~23:00 🔊 多目的トイレ(ベビーシート) 🚺 男子トイレ 🕒 女子トイレ 🔎 喫煙ルーム 🥒 BABY ROOM **| 営業時間|| 10:00~21:00** ※店舗により異なる 五反田東急スクエア 〒141-0022 東京都品川区東五反田2-1-2 TEL:03-6422-0315 (受付時間 10:00~17:00)

gotanda-tokyu-square.com

TOKYU SQUARE

五反田にゆかりのある方をお迎えして、インタビュー形式で"それぞれの 五反田"を語っていただくコーナーです。今回は、昨年4月から立正大学 第34代学長を務められている吉川洋さんが登場。立正大学の歴史と新 たな試みについて伺いました(全3回連載/第1回)。

学びの精神を守

少士

大学の校名も、日芸 年(天正8年) 立 ます。 そ を置 5 め 小 飯高檀: 年)、 正 教 の て 校 てお教えくださ 本 マサ 大学の とし 五反田と熊谷 侶 さらにそ 学 院を設立 り 立 正 を育 5 は 東京芝二 872年 T 2 0 大学で ちにつ 起点です 周年 0 成 5 する した に日蓮宗 の淵 2 1580 (明治 (明治 (明治 (明治 (明治 (明治) 2 上 Ē す 聖立りげ教 で 立りまた育 年に て が 改

とは驚きです さ 田 1 た 長 \$ な \$ これたと考える.出信長の存命中に 1582年です。 4 ませんね。 が 0) 5 0 体どのよ ジ ません 年もの伝統が 智光秀 しや 0 か んが、 ら現 と のに 13 在 か 13 討 織 5 な わき 5 ح 設 ま た あ い時 \mathbf{H} る で イ

て います。い立正安国論」 1111 れな 立織がれ信か代てり



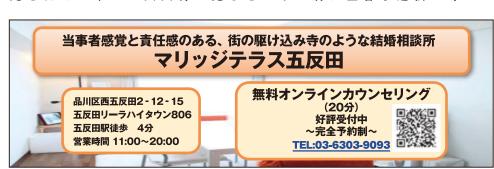
立正大学 学長 吉川 洋 さん

イエール大大学院経済学部 博士課程修了。東京大学経 済学部教授、同大大学院経済 学研究科長・経済学部長など を経て2016年4月に立正大学 経済学部教授に就任。2019年

4月、同大第34代学長に就任。

史的背景 学と 機関 さ以に 7 がぼ なざま て ながあり、 う組 現在 5 つ たと 織 0)

設年のパ学でひ学学 受け ように、 東洋 る 大学の と はが を 大学は 0 今、 解 あ っと そ ら 0 る 大学は浄土真宗、 れます。 0) 例が 0) 日 と仏教が つ ます 中にも、 ていると 国公私 本 か申 0) しょう 、木 って でも 玉 知ら 造 に川 内 < 良最 立に つ関 奈、駒のえばいう歴 移 丰 か ₩. n 舎 。い古 駅 舎 37 た 正のは 連 史を 衣 衣うにのて戸時 Ž ル ヤ て ン本のの天大約 いう



➡五反田散歩

~五反田スナップ 気になる人々~

その後、お昼にはシーフードレストランに案内してもらって、お皿いっしてもらって、お皿いっはいのシーフードを堪能。 でなクロコダイルがいるが、自砂のきれいなボンダイビーチ、一面芝にでいう海辺のミセスマックォーリーズボイントなど、個性ある見どころを案内していただき、るを案内していただきでいたという海辺の下で与していたという海辺のミセスマックォーリーズボイントが、個性ある見どころを案内していただき、の下で写真を撮ったところを案内していただき、

陸

日帰り旅行の道中記・糸男さんのオーストラリア前号に続いて、山本一 編を紹介. ます 後

岸商店

本

男さん

ろでタイ

うと思っ らいました。こ チ りとはい その のだと思います でよくまわったも たら、 íδ ままシドニー ツ て マ なんとカックインしよ 空

一日 帰

港

で

クーつで出る 税関では、 帰ってきま... 翌朝5時30 また長いまた長いまた長い。 オ 747-40 した。 フラ Sい目で「荷 さた 羽田の た。 羽田の で、羽田の で、羽田に がに 羽田に がた 羽田に ッのに後し

た職員が疑わ

ってきた私! 小さいリ

そ

ਰ

20台ほどのチェック・20台ほどのチェック・他に聞こうとしても、係機が立っているだけで、機が立っているだけで、機械コンファーム済みE・コンファーム済みE・デートの姿もありません。機械 ランフェックイン完了。 1007年7日で、 1007年7日で、 1007年7日で、 1007年7日で、 1007年7日で、 1007年7日で、 1007年7日で、 1007年7日で、 1007年7日で 1007年7日で、 1007年7日で 1007年7 EF

「英語が話せない が一人旅でしました か過ごしました かが一人旅でしか 外が一人旅でしか 外が一人旅でしか りとは、その勇気 りとは、その勇気

その勇気に恐れいから現しました」と笑いました」と笑いました」と笑いまりで何いまりにいいら現

と ???を連発し、最ものには笑ってしまいれたのには笑ってしまいれたのには笑ってしまいれたのには笑ってしまいなりで、 こんな具合で、 と ???を連発し、最 ッア ŧ ゃ な

6機係



ŧ

美味な海鮮料理に舌鼓

ハーバーブリッジの絶景

り遂げた!という達成感化を自分の目と耳で体験は帰ってきたときは、やに帰ってきたときは、やい不安になりました。 は飛夕旅行 らの で胸がいっぱいでした」。 シラレア なケ りで! です 大丈夫 レラ を機なのの んで、私 ね おか か 出 かしくなるとかしくなると る表さま は飛行 もへ 掛ける / 惑って / ぷって / ぶって / ぶって / ぶって くがあれば、らどちら ちろ が眺 るく きだ まで 機 h オ日 てな

旅と広告









http://www.valley-ag.co.jp

〒130-0026 東京都墨田区両国2-12-2 TEL (03)3631-0701 FAX (03)3635-2771

〒530-0001 大阪府大阪市角田町 8-47 阪急グランドビル20F (株) ワイエムジーワン内 TEL(06)7711-1580 FAX. (06) 7711-1501

〒141-0031 東京都品川区西五反田1-32-2 TEL (03)5740-6621 FAX (03)5740-6628 新型コロナウイルス感染症対策~外食編~

この秋から、飲食事業者を支援する「Go To Eatキャンペーン」が始まります。 そこで、感染症専門医に、外食時にお客が行うべきコロナ対策法を伝授していただきました。

新型コロナウイルス感染症(以下、コロナ)予防のポ イントは "飛沫防止"。咳や発声により感染者の飛沫が 飛び散ると、それを吸い込んだ人は体内にウイルスが侵 入して感染します。また、ウイルスが付いた物に接した 手を洗わず、鼻や口に触った場合なども同様です。

この状態になりやすいのが、いわゆる「3密(密閉、 密集、密接) | の状態。集団感染を招く恐れがあり、3 密下にいる感染者はそうでない場合に比べて18.7倍も 感染を広げやすいといわれています。逆に3密を避けれ ば、感染リスクはかなり抑えられるということです。

これらの点を踏まえ、外食事に「コロナに感染しない、 させない」ための予防法を紹介していきましょう。

入店するとき

アルコール消毒 まず、店にコロナを持ち込まないこと が大切。アルコールにはウイルスを破壊する作用があり、 大変有効な対策です。アルコール消毒液は、ワンプッシュ 押し切った量が適量。多いと感じるかもしれませんが、 手首から指先までしっかりと揉みこんで肌になじませ乾 燥させましょう。その際、手を振って乾かすとアルコー ルが揮発するだけで効果は半減。洗い流すのもNGです。

着席~食事中

着席してホッとすると、外したマスクを ポンと机の上に置いてしまいがちですが、これはウイル スを机に付着させてしまう行為。使用したマスクは汚染 された表面を内側にして折りたたみ、極力表面に触れず にビニール袋などにしまいましょう。こうすれば、店内 だけでなく、ポケットやカバンの中での汚染も防げます。

3密対策 外食の際は、「密集」を避けること。会合の 人数は、少なければ少ないほどベターです。

また、食事中はマスクを外さなければなりません。近 距離で会話して「密接」状態にならないように、相手と 斜め向かい合わせに座って声を張らずに話すといいで しょう。相手の顔が見えるうえ距離を確保でき、横並び で座るより飛沫を浴びるリスクを減らせます。

一方、1人なら他者と向かい合わせにならないカウン ター席がベストです。最近では、席と席の間にアクリル 板などで敷居を設けている店もありますね。加えて、「密 閉 |空間を避けるため換気を徹底する店も増えています。

このほか、生活をともにしていない人と大皿料理をつ つき合ったり、飲み物を回し飲みしたりするのはNG。 トングや箸の共有も避けましょう。

トイレでは トイレを済ませた後の手洗いは常識です が、用足し前にも行うことをおすすめします。感染者も 非感染者も手にウイルスが付着している場合があるの で、トイレのドアやデリケートな部分に触れる前に手を 清潔にしましょう。

また、コロナウイルスは感染者の便にも存在します。 便は目に見えない小さな飛沫となって拡散するので、流 す前に便座の蓋を閉じましょう。さらに、ウォッシュレッ トのタッチパネルも要注意です。確証はありませんが、 不特定多数の人が触るので、そこに触れた手で無意識の うちに顔を触ったりすると感染する可能性があります。

退店するとき

会計では お金に付いたコロナウイルスは、約4日間生 存するといわれています。精算をキャッシュレス決済に すれば、不特定多数が扱った現金に触れずに済みます。

店を後にする際は、店内のウイルスを外に持ち出さな いよう再び手指のアルコール消毒をするのを忘れずに。

コロナの感染予防は、お客とお店が協力し合ってこそ効 果的です。ぜひ、正しいコロナの予防法を身に付けて、 美味しい味覚に溢れた秋冬の外食を楽しんでください。



「KARADA(からだ)内科クリニック」 佐藤昭裕院長

医学博士。日本感染症学会専門医。東京医科大学病院感染症医局 長、同大学茨城医療センター感染制御部部長・感染科科長などを 歴任し、「東京都感染症マニュアル2018」「感染症クイック・リフ レンス」の作成に携わる。2019年より現職、総合内科・感染症 内科の診療に従事。近著に「感染症専門医が普段やっている感染

症自衛マニュアル」(SBクリエイティブ)。

◆KARADA(からだ)内科クリニック http://karada-naika.com



ます。 よう、 頂きたいと思います。 時間を節約できるメリットがあ 通勤時の密集を避けたり、 はないで のひとつがテレワ 様式が変わる中で、 緒に無事終息の日を迎えられる る特別な年となりました。 にも有効ですので、 家事や育児で疲労が溜まった際 すエクササイズをご紹介させて で硬くなりやす なっているという声をお聞きし る一方で、 しょう。 が、五反田に関わる皆さまで一 令和2年はコロナ禍に見舞われ の外、 さて、 困難な状況が続いております そこで今回は、 一日一日を過ごしていきま 皆さまの身体の負担に 私たちを取り巻く生活 しょうか ご自宅での仕事が思 い上半身をほぐは、パソコン作業 ぜひお試し 大きな変化 クの浸透で 通勤

『背骨の屈伸運動』

り意識をしませんが、24個連なっ 背骨は、 普段の生活ではあま

な習慣にしてみてください

いると、 伸展する作用があります。 の筋肉が硬くなりやすく

きます。 に伴って背骨の動きも鈍ってい 同じ姿勢で長時間作業をして 首~背中~腰に掛けて それ

きは、 行ってみてください 動きの少ない部位は循環が滞っ しながら疲労が溜まってきたと しまうため、 ぜひこのエクサ ソコン作業を

7

〈やり方〉

う。 共に閉じていき き切りましょ を丸めて息を吐 ろに組み、背中 ①両手を頭の後 肘は呼吸と



②息を吸いながら肘を大きく開 ましょう。

き、

の姿勢をキープ 秒息を止めて② きったら1 きと一緒に肩甲骨を寄せましょ してください 胸を反って下さい。 - プした後 息を吸い 2 肘の開

す。

〈呼吸〉 呼吸は鼻から大きく吸って、

はずです。循環を促す動きに深戻ってくる感覚がつかめてくる 癒す恵みの雨です。 いきましょう。はじめは大まか口からフーっとゆっくり吐いて い呼吸は、 な形ができていればOKです。 続けるうちに背骨の動きが出 体の芯の循環がじわ~っと 体にとっては疲れを ぜひこまめ

二重あごをつ くる感覚です) に向けたまま、 (顔を正面

姿勢が摂れま スラっとした

押し出していくと、 頭の先まで

息を吐きながら①の姿勢に戻り 10回繰り返してく

ださい これを5~

〈姿勢のポイント〉

同時に、 はなく、写真の(A)の矢印の反る姿勢では、腰を反るので にしましょう。 ように胸を上に押し上げるよう $\widehat{\mathbb{B}}$

の方向へ後頭部を

五反田商店街のLINE公式アカウントを作りました!!

五反田商店街の

飲食店の割引情報など 街の活動やお得情報を発信

是非皆さんご登録ください!!

いる骨のひとつひとつに屈曲・ ましょう。

皆さまこんにちは。

ちらも参考にしてみて下さい で紹介しております。

さい 計10回この動きを行ってくだ 息を吐き切ったら①の姿勢に 左右交互に5回ずつ合

イスの距離を調節しま

トレッチしやすいように机と踏ん張りが辛くなります。ス

せのト 腕立て伏 筋肉 レ レー ッ

をスト なく、 チするエク ニングでは

きます。

作業をしながら

一疲

らも座ったまま行うことがで今回のエクササイズはどち

います。 るため、

だ姿勢になり、 その結果、

呼吸も浅くな

疲労を助長してしま

くなりやすいです。

肩を内に巻き込ん

の前で腕を動かし続けるた

ソコン作業は長時間、

ラクラク腕立

肉を伸ばしましょう。

が弱くなり、

遠すぎると腕の

ッチ

肩の前面や胸の筋肉が硬

徐々にほぐれていきますが 特に硬いと感じる方は②の姿 動作を繰り返すことで硬さが レッチして頂いても結構です。 勢のままで20~30秒ほどスト サイズになります

なった筋肉を柔らかくしま行ってパソコン作業で硬く

合わせて、

このストレッチを

先ほどの背骨の屈伸運動と

しょう。

〈やり方〉



二鳥です。

ができると思いますので一石 もより集中して取り組むこと

置を目安に 机から45度 くらいの位 肘の角度は しましょう。

を過ごしていきましょう。

上半身の硬さと併せて、

クで悩まされやす

い腰

西五反田一丁目町会

両手を着い ど広く机に 10 15 cm ほ ①肩幅より

大きく

が弱くなるので、 ぎたり低すぎたり すると伸び

痛のケアについても、

ぜひこ ブログ

角度が高す

位置を見つけてください 良く伸びる

の赤丸)

に体重を乗せ、

同じ

ようにして、

片方の手(画像

②息を吐きながら体をひねる

息を吸いましょう。

側の胸を机に近づけていきま

顔は横へ向けて、

肩と胸の筋

イスの位置は近すぎると伸び

(イスの位置)

(赤矢印)。

よく働いた!」と思える毎日 「今日も パーソナルトレーニングジム・

マンスを発揮して、

疲れを抜き、

良いパフォ



ラクエルブログ「腰痛ケアブログ」

コラム書き手紹介

に筋肉をほぐして疲れを軽減 固まっている証拠です。 れたなぁ」と感じたら、

すぐ 体が

してください。

体が楽になれば、

お仕事に

鶴田 学(つるた まなぶ) パーソナルトレーニングジム・ラクエル (西五反田1-28-4 田口ビル3階 MAP C52) (株式会社クレイン)代表 出身:山梨県甲州市 アスリート指導、リハビリ指導、健康教室講師などの バックグラウンドを基に、居心地と専門性をテ にした体づくりを提供



事前申込いただければどなたでも

毎月第2土曜日 午前9:00~午前10:00 : 大崎橋広場(五反田駅から徒歩2分)

持ち物:不要

※トングやごみ袋、軍手など清掃道具はご用意してお待ちしております。 お問い合わせ: TEL 03-3492-2201(五反田商店街振興組合)

ビジネスにも タイムズカーシェア





法人会員は月額基本料金

詳細は・・・ タイムズカーシェア

[24時間受付] 0120-20-5037



19

五反田文化会館

貸会議室 Tel(3491)4010

~会合に・定期的なお稽古場に~

	9:00~12:00	12:30~17:00	17:30~21:00	9:00~21:00
第1会議室(55~65名)	¥11,000	¥14,000	¥15,000	¥36,000
第2会議室(15~20名)	¥4,700	¥6,000	¥6,500	¥15,500
和室さつき(10~15名)	¥3,300	¥4,600	¥5,000	¥11,500
洋室仕様和室(15~20名)	¥3,500	¥5,400	¥5,500	¥13,000

●料金は税抜き表示です。 ●日・祝日は閉館です。

詳しくはお問合せください 西五反田1-32-2 (桜田通りドコモショップ構入る) http://www.gotandabunkakaikan.com

GOTANDA Information!

五反田商店街振興組合の 英語版公式ホームページ開設



近年、訪日外国人の数は年々増え続けており、五反田 でも多くの外国人旅行者を見かけるようになりました。 令和元年には大崎橋広場に「五反田リバーステーション」 がオープンし、交通の要所としてはもちろん、観光地と しての付加価値も高まりつつあり、今後のさらなる街の にぎわい創出が期待されています。そうした状況を受け て五反田商店街振興組合では、東京2020オリンピックを 控えていた昨年から英語版公式ホームページの準備を進 めていましたが、この度、ついにこのホームページが公 開されることになりました。残念ながら今年はCOVID-19 (新型コロナウイルス) の世界的な流行の影響を受けてオ リンピックの延期が決定されたため、多くの訪日観光客 の皆様にこのホームページをご活用いただけるのはもう 少し先のことになりそうです。しかしその代わりに、五 反田とその周辺に住む外国人の方々、五反田界隈に仕事 の拠点がある外国人の方々にも役立つ情報を随時発信し、 先が見えないこの時期に不安を抱えながら生活をしてい る外国人の皆様の少しでもお役に立てればと考えていま

す。身近に外国人のお知り合いがいる方は、ぜひこのホー ムページのことをお知らせいただければ幸

英語版ホームページはこちら http://gotanda-tokyo.net/

TWEST GOTANDA AREA MAPI 改訂版

昨秋に発行した西五反田マップの英語版「WFST GOTANDA AREA MAP」は、JR五反田駅や東急池上 線五反田駅、五反田エリアの各ホテルにて無料で希望者 にお配りしています。先日発行した「WEST GOTANDA AREA MAP | 改訂版には、今年3月に五反田駅東口に誕 生した「JR東日本ホテルメッツ 五反田」「アトレ五反田 2」や、「レミィ五反田」からリニューアルした「五反田 東急スクエアーなど五反田の街の新しい変化が反映され

ています。さらに 「WEST GOTANDA AREA MAP 紙面のQRコードを読み込ん で英語版ホームページや フェイスブックにアクセス すれば、いつでも最新の情報 を手軽にチェックすること ができます。

五反田商店街振興組合の 加盟店を英語で紹介した **TWEST GOTANDA AREA MAR**



日ごろの感謝を込めて!WEBプレゼント企画 ポインセチアの鉢植えを10名にプレゼント

五反田商店街振興組合公式ホームページでは、今年のクリス マスプレゼント企画としてポインセチアの鉢植えを抽選で10名 の方にプレゼントします。お届けは今年のクリマスシーズンを 予定しています。クリスマスムードをロマンチックに高めてく れるポインセチアで、あなたも素敵な"お家クリスマス"を演 出してみませんか。応募方法、締め切りなど詳

しくは五反田商店街振興組合ホームページをご

五反田商店街振興組合ホームページ https://www.e-gotanda.jp

五反田商店街振興組合





□ 食品・酒類・コン	ビニ	
岸商店 ★	Е	
鳥肉・唐揚げ 信濃屋 ◎★	D	98
風流珍菓 進世堂 ★	Α	99
桑原商店	В	100
ファミリーマート 西五反田1丁目店	Е	101
酒類 酒舗きもと	Е	102

○ファーストフード/;	נכל	
スターバックスコーヒー西五反田店 (1F)	D	103
クア・アイナ五反田店 (1F)	C	104
SUBWAY 五反田西口店	F	105

GOTANDA GUIDE 三菱東京 五反田商店街ショッピングガイド アトレヴ 五反田 ◆ 至品川区大崎第一 PD 地域センター (3/26より「アトレ五反田川」に名称変更) パーク24 本社ビル Pa 三井住友銀行 95 🔥 43 49 プラグ 1 Gタワー Bエリア Po 53 51 45 40 ± 62 41 76 ・国道1号線桜田通り・・・・・ Cエリア 64 至中目黑 9⁸ Pi 100 23 東京電力 38 39 100 34 城南信用金庫 85 88₇₉2* 営業部本店 94 28 山季通り Dエリア 0 三井住友銀行 りそな銀行 Aエリア 46 24 27 building TOC 21 至横浜(中原前週) 大崎警察署 当MAPは2020年8月末現在のものです。 交通マナーを守りましょう。飲酒運転は法律で禁じられています。 、 駐車サービスは、MAP内のタイムズでご利用できます。 至横浜 タイムズ パーキング タイムズパーキングのご案内

- △ タイムズ西五反田第54
- ③ タイムズ西五反田第29
- タイムズパーク24グループ本社ビル
- タイムズ東五反田第11
- (3) タイムズ西五反田第53
- タイムズ西五反田1丁目
- ⑥ タイムズ西五反田第7 (1) タイムズ西五反田第43
- タイムズ西五反田第42
- タイムズ西五反田第57
- タイムズ西五反田第17
- ⋒ タイムズ西五反田第60
 - № タイムズ西五反田第55
 - タイムズ西五反田第33 タイムズ西五反田第31
- タイムズ西五反田第30 佷 タイムズ西五反田第32
- S タイムズ西五反田第26 すっている
 すった
 すった

● タイムズ西五反田第59

- ※店名後のアルファベットは、地図 上のエリアを、数字は地図上の 番号を表示しています。
- ※★印は品川区共通商品券の歓迎 店です。
- ※タイムズの駐車サービスは◎印 の店舗のみです。

▲金融機関(順不同)		
城南信用金庫本店	Α	
りそな銀行五反田支店	D	2
大樹生命 五反田営業部(6F)	Е	

△医療・薬局			
平尾クリニック (3F)	E	4	
薬 ヒコサカ薬局 ★	D	5	
薬 イシダ薬局	В	6	
五反田西口クリニック(2F) ★	C	7	
医療法人社団 雄喜会 大崎広小路内科(4F)	Α	8	
田口クリニック	C	9	
KARADA(からだ)内科クリニック(10F)	Е	10	

	■生活全般		
◂	五反田東急スクエア	Е	-11
	東急ストア 五反田店	Е	
	アトレヴィ五反田 (アトレ五反田1)	Е	
	不動産のユニオン (4F) ★	С	14
۷	銀座メガネコンタクト 五反田Gタワー店	Е	15
<	サンコー電気 ★	Е	
	生花と園芸 吉花園 ○★	Е	
	イルモンドビル	D	18
	HAIR SOYUZ (ソユーズ)	D	19
-	五反田NTビル	D	20
	立正大学	Α	21
	文具オカジマ (1F) ○★	D	22
	東京電力 品川支社	Α	23
	TOCビル	Α	24
	理容室オリオン ○★	В	25
	近代寝具―式 矢崎ふとん店 ★	В	26
	印刷 三協社	Α	27
	カギ タキゲン製造	C	28
	印鑑、名刺 大橋印舗	C	29
4	コ ー シンインテックス (4F)	C	30
	割ばし・包装用品 吉野屋	C	
	センチュリー21ケインズ	C	32
	カメラとプリント シマダ・カメラ店 ○★	C	33
	化粧品 島田屋	C	34
	ヴァリー国際エージェンシー(4F) ○★	C	35
	岩本宣伝社	C	36
	五反田文化会館	C	37
	カノウビル	C	38
	葬祭業 フジテン(8F) ★	C	39
	アムネット 五反田店 ○★	C	40
	生花 植田生花店	C	41
	田口商事	C	42
	銀座メガネコンタクト 五反田西口店	C	43
	トラヤビル	Е	44
۹	① 藤屋 ★	C	45
h	住まいるパートナー	A	46
	KAMIYA'S Tokyo 五反田本店	C	47
	結婚相談所 マリッジテラス五反田	Е	48
	BIG ECHO 五反田西口店(6F)	Е	49
	エイエイオーエージェンシー	A	50
	エイチ・アイ・エス 五反田営業所(3F)★	C	51
	パーソナルトレーニングジム・ラクエル(3F)	C	52
	サンフロンティア不動産 五反田店(3F)	C	53
	グッドクロス(2F)	В	54
	STYLE-B	D	55
	靴修理・合鍵の店 ブラスワン五反田店	Е	56
	ブランスリー(6F)	Α	57
	アトレ五反田2(1~3F)	Е	58
	JR 東日本ホテルメッツ 五反田(3~10F)	Е	59

城南信用金庫は、 人を大切にします。 思いやりを大切にします。 それこそが私たちの原点です。



■品川区の店舗

營業部本店 ☎03-3493-8111 … 〒141-8710 品川区西五反田7-2-3 川 ☎03-3471-3171 …〒140-0004 品川区南品川1-4-25 # 203-3774-1051 … 〒140-0014 品川区大井 1-6-10 原 本03-3786-1131 … 〒142-0054 品川区西中延1-4-16 崎 ☎03-3491-8771 …〒141-0032 品川区大崎 2-6-11 西 大 井 203-3773-8511 … 〒140-0015 品川区西大井1-3-3-101 立 会 川 ☎03-3298-3341 …〒140-0013 品 川 区 南 大 井 4-6-1

<あなたの夢の実現を応援します>

- ・「懸賞金付き定期預金スーパードリーム」懸賞金(品) のお楽しみ
- 「城南住宅ローンスーパーマイホーム(1年・2年・3年変動型)」定期預金金利連動型

※商品の詳しい内容については、店頭でお尋ねいただくか、パンフレットをご覧下さい。

お問い合わせ先: (城南) の窓口、またはコールセンター

550 0120-753-012 https://www.jsbank.co.jp

信頼の絆を大切にする ⑥ 城南信用金庫

あなたの作品大募集!

季刊「ふれあいの街 五反田」75号(春・夏号)の表紙を飾る写真・絵・イラストを募集!

皆さまの写真・絵・イラストなどを「ふれあいの街 五反田」の表紙に掲載してみませんか? で応募いただいた作品の中から入選された方には品川区共通商品券(3千円分)をプレゼントします。



「ふれあいの街 五反田」75号(秋・冬号)の表紙に ふさわしいもの

1. 写真(五反田地域の撮影、2L~四つ切サイズ) 2. 絵・イラスト(A4~B3判サイズ、画材不問)

未発表のもの

応募方法

2021年1月31日(日)までに、応募写真・絵画の裏側 に作品の題名(ふりがな)、撮影の場所・年月日(写真 のみ)、応募者の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話 番号を明記した用紙をテープで貼り、五反田商店街 振興組合[ふれあいの街 五反田]係へ直接または 郵送でご応募ください。

- ① 入選作品は「ふれあいの街 五反田175号(春・夏 号)の表紙に掲載します。
- ② 応募作品は商店街に関する事業・印刷・ホーム ページ等で使用する予定があります。

皆さまからのメッセージを募集!

「ふれあいの街 五反田」74号をご覧頂きありがとうございます。 五反田商店街では、皆さまからのご意見・ご感想をお聞きし、今 後の季刊誌発行活動に反映させ、より良い紙面にしていきたい と思います。メッセージはEメール·FAX·ハガキで!

個人情報について:作品の応募やご意見・ご感想などの個人情報は 当企画以外の用途では使用致しません。

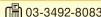
リニュアールオープンのお知らせ

五反田商店街にホームページがあるのをご存知 ですか?このたび大幅リニューアルをして、皆様 のお越しをお待ちしております。

http://www.e-gotanda.jp/



メッセージの送り先



| 〒141-0031 東京都品川区西五反田1-32-2 五反田商店街振興組合「ふれあいの街 五反田」係

編集後記





を守りつつも、五反田の街、お店、

表紙/画像提供 ほっとなお店の取材協力いただいた各店舗の皆様(撮影:田喜知 様ほか)

季刊「ふれあいの街 五反田」第74号(秋・冬号) 発 行 五反田商店街振興組合 発行人 笹本三樹雄

発行所 東京都品川区西五反田1-32-2 TEL.03-3492-2201 FAX. 03-3492-8083 印刷 ツクヰプロセス株式会社 取材 川嶋陽子 田喜知久美 編集 株式会社アイディアイ 次号(75号)は2021年2月28日の発行を予定しております。