

えびあん

立川と語ろう 立川に生きよう

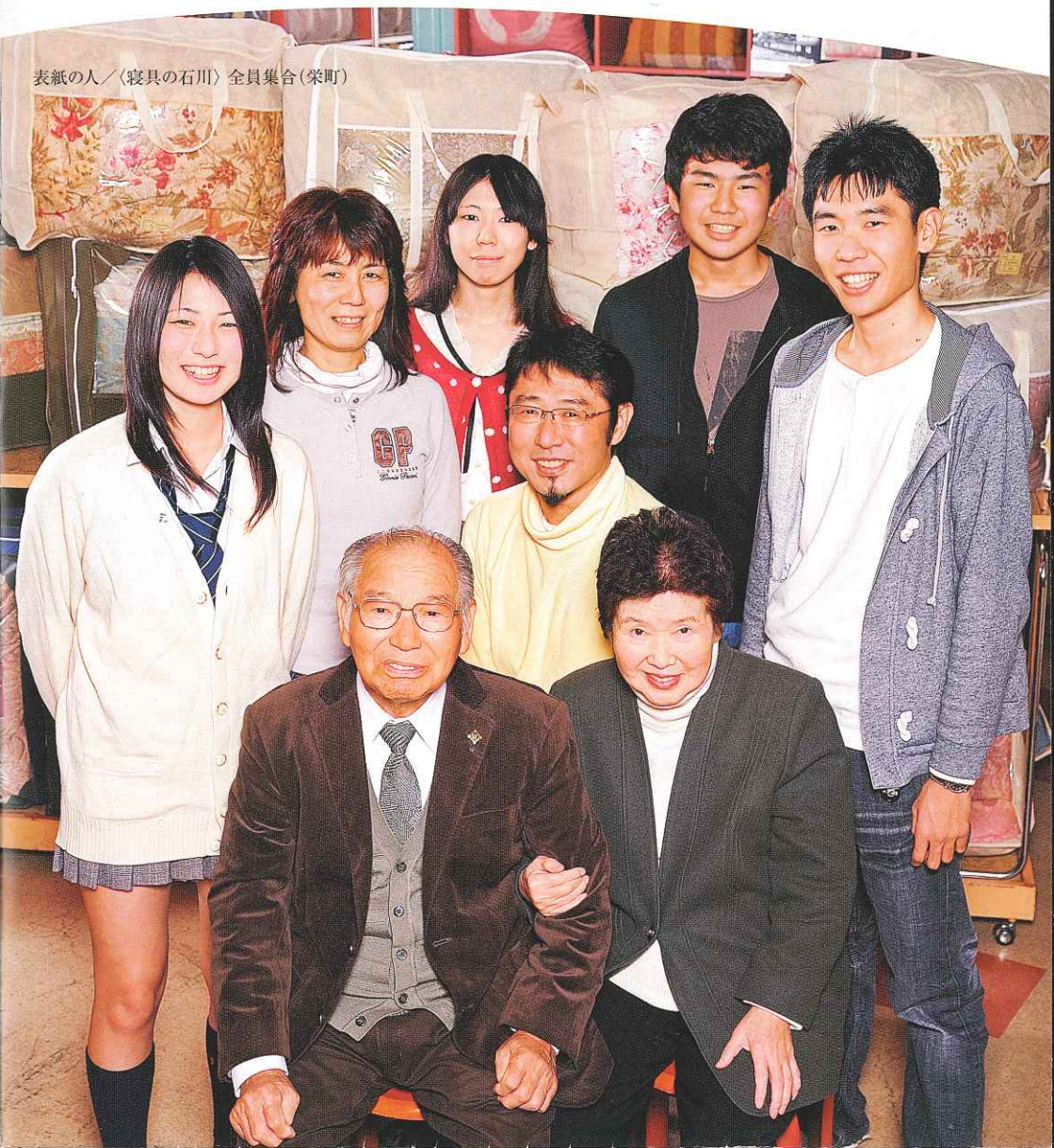
January 2014

Écoutez Bien Vol.32 No.350

1

サブカルも立川の顔!

表紙の人 / 〈寝具の石川〉 全員集合 (栄町)





万国共通——冬は鍋！

Bouillabaisse, Maison!

伊勢海老、ズワイガニ、帆立貝、ハウボウのブイヤベース、私好み！

レギャン東京 マエストロシェフ
山岸一茂

いよいよ冬本番。やっと鍋の季節になりました。今回はフランスの鍋料理です。皆様も良くご存知のブイヤベース。南フランスのマルセイユ風。日本も北から南までその土地に纏わる鍋料理がたくさんあります。石狩鍋、きりたんぼ鍋、すき焼き、水炊き、土手焼きなど。やはり冬は鍋でしょう！このブイヤベースもシェフによっていろんな作り方があります。

僕のマルセイユ風は、少し大きめの鍋にエキストラヴァージンオイルをタップリ入れニンニク、ウイキョウ、セロリ、ポロ葱の粗みじん切りを香りが出るまでソテー。魚の出汁、サフラン、完熟トマトを加え良く煮込みます。ここに旬の海の幸——越前ガニ、ハウボウ、ムール貝、帆立貝、伊勢海老などをフライパンで焼き、ペルノー酒・ノイリー酒を掛け香りを移します。ここに先程のソースを加えコトコト煮込みます。お好みでレユコとメルバトーストを付けて食します。沢山作って大勢で食べた方が美味しい。これは何処の国も一緒。特にブイヤベースは魚介類を沢山入れた方が、旨味が凝縮されて美味しい鍋が出来上がりま

す！合わせるワイン？ ドライでボディのしっかりした白ワイン。銘柄は皆様にお任せします。ワイワイ話をしながらお腹いっぱい召し上がれ！そして残ったスープにはご飯・うどん・お餅等をなど入れて締めましょう。もう満腹！

ハイ。話は先月号の続きです。子々孫々に家庭料理を伝承して欲しい。この季節に母が良く作ってくれたサバの味噌煮、美味かったなあ。家には娘が居なかったのので、この味噌煮は僕が伝承しました。今はこれを家内に伝承しました。中々美味しい！でも全く同じ材料・レシピで作っても、作る人が違うと料理も変わります。母の料理は二度と食べられない。しかし、真心は通じます。一生懸命この人の為にと尽くした事は代々伝承されて行きます。それが食文化です。日本料理=和食がフランス料理に続き文化遺産に登録されました。富士山と同じです。皆様、和食を世界が認めたのです。何かこれから大きなムーブメント・ウェーブが起こりそうな予感！次号ではスイーツを演じます。バレンタイン！それでは風邪など引かぬよう体調には気を付けて。ボナペティ！

真打登場!

パン!

「え〜、みなさま、ようこそのお運びで。宝井一凜でございます」

「そんなに好きならプロになっちゃえば?」との師匠の言葉に、ジャーナリストから転身して15年。この度真打となりましてのお目見えでございます。宝井一凜、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

— 真打昇進、おめでとうございます。お弟子さんをとって師匠になれるんですね?

一凜 真打になったら弟子をとっていいということになっています。落語は真打になると「師匠」と呼ばれます。講談というのは、戦国時代くらいから隆盛してきて最高に盛り上がるのは江戸期に入ってから。江戸時代、徳川家が家庭教師として講談師を呼んだらしいですね。「徳川家の始祖である家康公はこういふことをした方でございます、ポンポン」と、若い將軍様に聞かせるわけです。徳川慶喜の頃になりますと、講談は家庭教師よりも演芸として呼ばれるようになっていたらしいのですが、そもそも家庭教師と生徒の関係でしたから、落語が呼ばれた時は將軍様が上、落語家が下でしゃべる。でも講談は最初の名残で、講談師が上について、將軍様が下で聴く。だから講談は真打になると「師匠」ではなくて「先生」と呼ばれるのだと、一鶴は申しておりました。

— なるほど! 今、お話に出ましたが、一凜さんは田辺一鶴さんのお弟子さんだったんですね。

一凜 はい。一鶴師匠が講談教室をやっています、面白半分に入ったんですが、もともと歴史が好きなので結構一生懸命通ったんです。そうしましたら、一鶴師匠が「そんなに好きならプロになっちゃいなよ」って結構何度も勧められまして。なってダメならやめちゃえばいいかって、もう29だか30になった時だったんでね。一鶴師匠は講談教室に通っている間、ネタを1つしか教えてくれな

かった。で、弟子入りしたら他のネタも教えてくれるかなと思って弟子入りしたんですけど、教えてくれなかったですね。

— それは、どうして?
一凜 僕が教えると僕みたいになっちゃうでしょう? 僕みたいなら僕が演った方が面白いよ。自分で演った方がいいよ、なんて言っちゃって。師匠は弟子の稽古なんか聴かないですよ。だからまあ、困りましたよね、ずいぶんと。

— そもそも講談の台本ってどうなっているんですか?

一凜 講談の場合、講談本という古い本があって、そこから起こして自分なりに書くんです。一席が2時間くらいあるので、それを30分くらいにするんですが、自分で書いてみて師匠に見せる。ものすごく朱が入って、最初の頃はかなり直されましたね。

— もともと一凜さんはライターさんですか? 専門家がどう直されるんですか?

一凜 初めて師匠の講談の原稿を読んだとき、びっくりしましたよ。なにこれ、体言止めばかり! って。でも声に出してみると、この方がいいんですね。ですから、どう直されるかといえば、この「なんとかです」の「です」とか、「私は」なんて主語はいらない。誰がしゃべったかわかるように演じればいいんだから、いちいち「誰が」なんていらないうって直されるわけです。

— ああ、なるほどねえ。ところで、講談の世界に女性は多いんですか?

一凜 私は講談協会というところに所属し

ているのですが、2~3年前にその比率が49対51という感じでした。51が女性です。半分以上が女性で、芸歴20年以内に限ったら、もう80対20という感じじゃないですか?

— そんなに! じゃあ、容姿で得るとかいう部分もありますよね(笑)?

一凜 う〜ん、う〜ん。そりゃあ、美しければ美しい方がいいでしょうねえ。今こそ女流講談が増えてきて「講談って男の人もいるの?」なんて言われる時代になりましたが、ちょっと前までは「どうせ呼ぶなら講談師呼んでよ」ってね。男性ですよ。本格講談なら男性というイメージだったんですよ。新作講談ばかり演る人もいれば、女性でも古典をきっちり演る人もいます。でもイメージとしては本格講談といえれば男性という風潮の中で、女性講談を連れて行くのは華やかさを求めているので、そういう意味では華やかなムードの人の方がいいでしょうねえ。

— 一凜さん、華やかですよ。

一凜 いえいえ、もう若くてきれいな人がどんどん出て来ていますので。重鎮もいれば、若手もいて、その隙間にいる存在としてはキャッチーな言葉を考えないといけないと思っています。

— (笑) どの世界でもそうですよね。

一凜 私は人の面倒とかみるつもりは全然ないんですが、よく姉御肌って言われるんですね。そんな人格も、たぶん立川だから。国立とかで育っていたらこうはならなかった(笑)。

宝井一凜 (本名 岡本弘子)

立川市出身。平成11年、約8年のフリーライター経験のち田辺一鶴に入門。平成12年前座、平成17年二ツ目昇進。平成22年、師匠田辺一鶴の逝去により、宝井琴梅門下へ移籍。亭号を田辺より宝井に。平成25年10月、真打昇進。演目は広く、古典、武芸物から人情・世話物、オリジナルの新作も多数。平成26年1月17日(金)には『真打昇進披露 宝井一凜アワー』(お問合せ 042-544-2122)が開催される。



— いわゆる下町でもない、まして山の手でもない。八王子や日野のような宿場町でもない。基地

があったと言っても福生でもない。言葉にしづらい独特なセンスが立川にはありますよね。それが姉御肌につながるのでしょうかね。

一凜 「匂い」ですよ。私が育つ頃にはもう基地は昭和記念公園でしたが、それでもやはり「そんな淑やかにやってたら暮らしていけないよ」っていう匂いが流れていたのかもしれないですね。

— 新作も披露されていますが、立川ネタはいかがですか?

一凜 いくつか作りたいと考えています。私は両親が錦町で喫茶店「ぶらじりあ」をやっている、25年前に立川から引っ越しちゃっているんですが、最近のように激変してしまふ前のところ、ちょうどいい所で私の中の立川は止まっているんです。よく「立川出身で」と話す時に、川崎とか蒲田とか錦糸町もそうなんですけれど、「駅に降りた時、昔の立川と同じ匂いがする。だからこの町には初めて来た気がしない」って話なんです。いろいろなものが入り混じっている、清濁と

— 錦町の喫茶店が育てた鼻で嗅ぎ分ける。

一凜 私は小さかったからよくわからなかったけど、喫茶店によく来るお客さんでケーキ買ってきてくれる人がいて、「お母さ

ん、あのいい人だね」って言ったら、「あの人は競輪やっただけよ。勝った時だけケーキ買ってきてるの」なんてね。パチンコの人もよく来てましたね。負けた時は「高級チョコレートだ」なんて、普通のチョコなんですけどね、持ってくる。勝った時は、うちになんか来ないで、どこかへ飲みに行っちゃってるんでしょうね。

— 一般的にはあまり触れない部分に色濃く触れて育ったということなのでしょうね。でもその「匂い」こそが人間の本当の姿なのかもしれないですね。

一凜 そうですね。これからの講談もリアリティを追求したいですね。ただ「いい話」ではなくて、清濁併せ持つのが「暮らし」だと思うし、それが私にとってのリアリティなんですよね。

— 人柄って、講談に表れるものですか?

一凜 出ると思いますし、出さないようにしたって出ますし。私はそこを出して自分らしいものにしていいと思っています。わ〜、この話好きなんだ〜って始まっても、全然よくなかったって終わる時がありますが、それは前に聞いた講談が好きだったということなのでしょうね。同じ演目でも演る人で全然違いますから。極端なことを言えば、同じ台本でも主人公を誰だと思えば、そこから違うことがあります。

台詞なんかもどんどん変えちゃうんですが、講談の古典ってすばらしいんです。いろいろな人が手を加えて、こうの方が面白いて書き換えていくから、練り上げられていく。それで古典落語も古典講談も面白いんだと思います。私のイメージでは落語はクラシック、講談はジャズですね。

— う〜ん、深いですね。立川で講談教室とかは?

一凜 それは、需要と供給というものが合えば、もちろんやらせていただきたいですね。お教室も持たせていただいているので、機会さえあれば。落語教室は落語をやりたい人が集まるんですが、講談教室は違うんです。10人に3人は「これを講談でやりたい」という人が来る。自分史とかね。「また今回も話したいことがあるんだな、この人」って感じですね。

— 最後に、一凜さんは「えくてびあん」もよくご覧になってくださっているとか。

一凜 はい。目にしたときはいつも熟読させていただいています。ああ、こんな人いるんだとか、こんなことあるんだ、あ、これいいじゃんとか。でも、立川の「匂い」を嗅いできた私としては、「立川にはまた来たいですね」とか言っても、ああ、この人、もう来ないなって思ったりする時ありますよ(笑)。

コスプレって、楽しい〜!

立川の新しい顔——サブカル TACHIKAWA

秋葉原、中野を越える日がある!?
『立川あにきゃん 2013』の盛り上がり



台風の影響が懸念された10月26日(土)。立川市内で予定されていたイベントが続々中止を決める中、『立川あにきゃん2013』は野外イベントであるにもかかわらず、空の様子を見ながらの実施を決めた。前夜祭の盛り上がりの火を強制的に消せば、不完全燃焼につながってしまう。主催者の苦労は大きかったに違いない。

大空をバックに走るモノレール。透明な屋根の駅ホームは先進的イメージなのかベダストリアンデッキと共に、立川の街がアニメの舞台になった。以来、立川駅北口周辺、サンサンロード、シネマ通り、オニ公園、シネマシティ、高鳥屋立川店前、昭和記念公園、線路下東のトンネル、立川女子高校など、立川人ならずどこことわかる街並みが、アニメ化されて全国に配信されてきた。アニメの舞台を訪ねてみたいというマニアが、遠く九州や東北から訪れている。昭和記念公園以外、観光資源がないと言っても過言ではない立川に、新たなコンテンツが降ってきたのだ。

ハロウィーンの日、横浜や渋谷、吉祥寺には仮装した人が溢れ、仮装しない方が恥ずかしいくらいだったという。アニメおたくやゲーマーでなくても、変身願望を募らせる時代。イベントの中で繰り広げられる『Tokyo Cosplay Collection』が定着すれば、立川に新しい何かが生まれるかもしれない。



えくてびあんの輪

えくてびあんの輪はリストのお店にあります。
今月は 富士見町・緑町・泉町・西砂町・一番町
上砂町・砂川町・柏町・幸町・若葉町他のお店です。

- 富士見町 たましん 富士見町支店 528-1741
滝ノ上米店 522-4019
酒 ESPOA おぎの 522-4500
建築リフォーム (有) 日防商会 0120-263821
(株) 立川印刷所 524-3268
調剤薬局 団地の薬局 524-4893
松栄寿司 524-6958
ふじみ食堂 523-4791
- 緑町 陸上自衛隊 立川駐屯地 524-9321
国立国語研究所 540-4300
国立極地研究所 512-0652
国文学研究資料館 050-5533-2900
こもれびの里 569-6277
花みどり文化センター 528-1751
昭和天皇記念館 540-0429
- 泉町 ハウジングワールド立川 527-1321
東京消防庁 立川消防署 526-0119
Café はあもにい 512-7810
- 西砂町 パティスリーブルミエール 531-4835
パン工房ゼルコバ 560-4544
- 番町 CHINESE DINER 陶桃 531-3100
- 上砂町 B3+ ギャラリー ウェルメイド 538-7250
fresh shop スーパーはしもと 536-2331
- 砂川町 みの一れ 立川 538-7227
JA 経済センター 立川店 536-1824
JA 東みどり 立川支店 536-1821
陶工房 己流庵 537-6102
たましん 砂川支店 535-4411
BREAD&Sweets マニエール 537-2202
- 柏町 貿易風 534-6541
山梨中央銀行 立川支店 536-0871
超こってりらめん パワー軒 535-1665
ペーカリー リオンドール 535-4882
ピーコック 玉川上水店 538-3861
富家医院 536-4602
うなぎ専門店 うなちゃん 536-6240
- 幸町 立川農産物直売所 536-2439
いなげや 立川幸店 537-1820
たましん 幸町支店 535-5311
中華レストラン SANFUJI 536-3813
西武信用金庫 幸町支店 537-3101
お米屋さん 大黒屋 536-0851
江戸前・富山の魚と酒 緑寿司 536-4800
至誠キートンホーム 538-2323
とんかつ 割烹 かつ亭 535-4611
ドイツ製法ハム・ソーセージ工房 535-5009
和洋菓子 たちばな 537-0347
BS タイヤショップ 佐藤商会 537-0912
在宅療養支援診療所 立川在宅クリニック 534-6964
古楽の小屋 ロバハウス 536-7266
- 若葉町 ふとんの青木寝商 536-6833
レストラン サラ 534-0602
リラ美容室 536-3048
浅見内科医院 537-0918
スーパー ヤオコー 538-1711
生鮮館 和光 立川店 538-3121
まんまる助産院 ひまわりハウス 534-9877
- 立川市外 昭島市 郷地町
いなげや 昭島郷地店 545-4516

jorakugajo

真如苑提供番組 (常楽我浄)

スカパー! : 216ch

スカパー!で放送の常楽我浄は
スマートフォンアプリ「ivy」(無料)で視聴できます。

マイテレビ: 111ch

放送時間については番組表をご確認ください。

www.shinnyo-en.or.jp

街の話題

ここはどこでしょう?

読者投稿写真です。普段あまり目にしない面白い空間、すてきな空間をクローズアップ。



答えは【市役所】でした。

カラフト犬にふさわしい場所

立川にタロ、ジロたちがやってきました。公益財団法人日本動物愛護協会が東京タワーの入り口にモニュメントとして設置していたカラフト犬。東京タワー周辺の整備事業で撤去されたブロンズ像は、南極観測は厳しい草創期があってこそこの今であることを後世に伝えるため、極地研究所 南極・北極科学館横に設置されました。白い玉石がまるで雪原のよう。15頭の愛らしい犬たちが落ち着ける、もっともふさわしい場所です。



実践的教育訓練——消防団

11月24日(日) 早朝から、立川市と立川消防署の合同で消防団の実践的な訓練が行われました。予告される災害はないということで、火元や時刻などの設定は予め伝えられず訓練は開始。10個分団が3つに分けられ、与えられた設定の中で考えながらのまさに実践的訓練。無線や器具の扱いなど、思わぬ事故を防ぐためにも、こうした訓練は常に大切なのです。



駐屯地40周年の立川防災航空祭

11月10日(日)、雨の予報で展示内容を一部変更した航空祭でしたが、災害救助活動の具体的な様子がわかる充実した催しになりました。立川市長は今年もヘリコプターで登場。えくてびあんも乗ってみたい! 売店のミリタリーグッズは相変わらずの大人気でした。



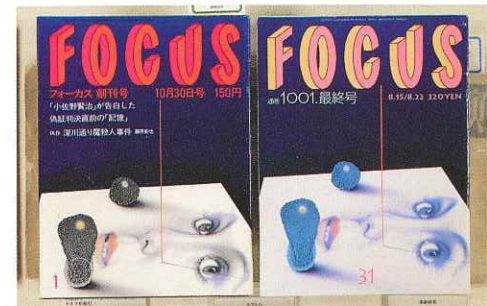
東京マガジンバンク 創刊号コレクション

雑誌はもっとも世情をよく反映しているものの1つです。中でも創刊号は、編集者や出版社の思いがよく表れていて、表紙だけを見てもその当時の様子がよくわかります。都立多摩図書館(錦町6-3-1)では約5300誌の創刊号コレクションから、昭和の時代までの創刊号約300誌を展示。関連年表もあり、雑誌の生まれる時代背景も見えてきて、とても興味深い企画展示となっています。ぜひぜひ、この機会にご覧ください。

2014年1月8日(水)まで。入場無料。開館時間は午前9時30分~午後7時まで(土日祝は午後5時) 休館日 12月29日(日)~1月3日(金)



時代を追って女性誌が並んでいます
鉄道雑誌の創刊号も充実しています



創刊号と終刊号がある雑誌は両方展示
創刊号には思い入れが、終刊号には感慨が感じられます

内容濃い訓練でした——鉄道テロ防止訓練

11月12日(火)、モノレール立飛駅構内と真如苑立飛駐車場で、多摩都市モノレールと立川警察署との合同「鉄道テロ防止訓練」が行われました。車内で爆発物が発見されたと想定し、立飛駅でお客さまの避難誘導訓練、総重量30kgの防爆防護服に身を包んだ警察官がどのようにして爆発物を撤去するかの実演訓練、次いで立飛駐車場では爆発物の種類や規模など、実演を伴っての教育訓練が実施されました。

車内に置かれた爆発物は、爆発物処理班によってその場でX線撮影され爆発物であるかどうか確認されます。爆発物にもいろいろな形状、種類があること、グローバル化した現代では身近にそれらがあるかもしれないということなど、よくわかりました。

自宅周辺や勤務先など、いつもと違う不審物があったら注意して通報する。爆発物に関する三原則=触るな、踏むな、蹴飛ばすな!とは、自分で処理しないということだそうです。一般市民である私たちにできることは、少しでも変化があればわかるように、いつも自宅の周りなどはきれいに整理整頓しておくことでしょうか。

たましんRISURUホールです

大規模改修工事を終えた立川市市民会館は、その名も新たに『たましんRISURUホール』として生まれ変わりました。そのリニューアルオープン記念事業が下記のように行われます。大ホールでは、新たに設置するグランドピアノ「ペーゼンドルファー」のお披露目演奏会、小ホールでは「白鳥座」のボーカルコンサート。いずれも全席自由、先着順です。ギャラリーでは立川市と多摩信用金庫の歴史を振り返る展示も。この機会に、全館見学してみませんか?

リニューアルオープン記念事業

日時: 2014年1月9日(木)
大ホール(開場 13:30)
第一部 リニューアルオープン記念式典
第二部 ペーゼンドルファー演奏会(ピアノとお話は国立音楽大学准教授の久元祐子さん)
小ホール(開場 15:30)
ボーカルコンサート 出演・白鳥座
開演 15:50 20分公演x2回
[お問合せ]
公益財団法人 立川市地域文化振興財団
TEL 042-526-1312



たましんRISURUホール



立飛駅ホーム 爆発物を車両からホームに移動



真如苑立飛駐車場にて、警視庁爆発物対策のご担当による説明を聞いてから、実演



起爆装置は離れた所にありました
ほんの少量の火薬でこうなります

秋のお楽しみ

11月3日~4日、昭和記念公園 緑の文化ゾーンで秋の楽市が行われました。2日目は突然の雨に驚きましたが、大勢のお客さまをお迎えした秋の祭典。人気キャラクター「ウドラ」も着ぐるみデビュー、「くるりん」と一緒に楽市を盛り上げていました。



〈ウドラプロジェクト〉の皆さん。左から、杉山さん(ウドラをそだてている人、壽屋)、まつおさん(ウドラをつくった人)、門脇さん(ウドラをひろめている人、A-Wing)



表紙の人

石川榮次郎さん・八重さんご夫妻
明弘さん・一美さんご夫妻 お孫さんは左から
綾香さん、智与さん、敦也さん、貴久さん

創業80年。昭和32年に砂川五番から窪窪街道沿いの現在の地に。26歳からこのお仕事に就き、東京都の寝具組合最後の理事長を務めた榮次郎さん、平成7年、明弘さんに社長を譲りました。3歳ずつ離れたお孫さんたちも、それぞれの夢に向かっていくようです。一美さんがしっかり切り盛りされていること、よくわかりました。

かたこと

◆甲午が明けました。表紙はホカホカ暖かく、寝具の石川さん家族写真。若い人は忙しい。奇跡的に全員揃った日の撮影でした。皆さん、いい笑顔で撮れましたね! と言うと、榮次郎さん「布団さえ写ってほしいよ」◆宝井一凛さんの真打昇進披露興行、楽しませていただきました。一凛さんの講話はもちろん、師匠の宝井琴梅さんや琴桜さん、さらには人間国宝・一龍斎貞水さんの人情話など、引き込まれるように聴いてしまいました。装いを新たにしたいこのコーナー、立川に関わるキラキラした顔をお届けします。◆「パンのある風景」は最終回です。日清食品グループ創始者安藤百福さんの言葉に「食足世平(食足りて世は平らか)」と。戦後の惨状を目の当たりにした衝撃は信念となって、「即席麺」や「あんぱんまん」を生み出しました。通算35回を数えた連載。難しいお題を頂戴するときもあり、スタイリングには苦勞した企画でしたが、飢餓ではなくパンがもたらす幸せを毎回かみしめながらの撮影でした。ちなみに今回の写真ももちろん合成ではありません。◆えくてびあんは今年もいろいろな立川をご紹介していきたいと思っています。皆様のいつも隣にえくてびあん。今年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。(えくてびあんスタッフ一同)

えくてびあん◎

1月号 第32巻 通巻350号

平成26年1月1日発行
発行 有限会社えくてびあん
〒190-0023
東京都立川市柴崎町2-1-10 高島ビル4F
TEL 042-528-0082
FAX 042-528-0065
E-mail message@tamatebakonet.jp
URL www.tamatebakonet.jp
発行人 黒須 環
企画・写真・編集 えくてびあん編集スタッフ
デザイン 池田隆男
(WATER DESIGN ASSOCIATES)
印刷 三浦印刷株式会社

無断転載を禁じます。



『あんぱんまん』

やなせたかしの代表作となる絵本『あんぱんまん』が世に出たのは、ベトナム戦争の終結が宣言され、ミハエル・エンデの『モモ』が出版された昭和48年のことだった。物語の展開は、砂漠で飢えに苦しむ人を見つけたアンパンマンが、文字通りアンパンでできている自らの顔を食べさせて助けるという衝撃的なものだ。そこには、世の中で一番辛いことは飢餓で、従って一番の正義とはひもじい人を助けること、自分を捨てて相手を助けることである、という氏の戦中戦後体験から得られた思いが籠められている。

ひとは、利行によってひと自身になることができる。謂わばその象徴ともいえる“アンパン”は、奇しくも『モモ』で語られている“分かち合う時間”に通じている。なにも持たなくてもやっていけるといふ女の子、モモは、

与えられた時間を分かち合うことで、人々に、きりのない効率性に囚われた孤独から、人間らしい生きた時間を取り戻す。

『あんぱんまん』のことを考えていたら、東京国立博物館でみた法隆寺の国宝「玉虫厨子」が浮かんできた。玉虫の羽が金銅透彫金具の下に飾られ、飢えに苦しむ虎の親子を救うために自らの身を捧げるというお釈迦さまの前世譚「捨身飼虎図」が描かれているのを思い出し、ふと、アンパンマンの顔はお釈迦さまの顔なのかもしれない、と思った。

昭和天皇記念館 副館長
富士野行良

続・パンのある風景 [最終回]

撮影協力：立川ワシントンホテル
パン提供：Fermata（フェルマータ）