

niponica

Discovering
Japan

にほにか

no. 28



特集

東京を食べつくす!

niponica

にほにか

no. 28

contents



日本語で「日本」を表す時の音「にっぽん (nippon)」をもとに名づけられた「にほにか (niponica)」は、現代日本の社会、文化を広く世界に紹介するカルチャー・マガジンです。日本語版の他に、英語、スペイン語、フランス語、中国語、ロシア語、アラビア語の全7カ国語版で刊行されています。

特集

東京を 食べつくす!

- 04 料亭で味わう、四季の和食
- 06 江戸から続く和食の文化
- 10 江戸の技を今に伝える
- 12 こんなにある! 東京名産
- 14 東京を味わう一日
- 18 アジアの食が集まる街
大久保
- 20 銀座で地産地消
- 22 東京生まれの絶品パン
- 24 街歩きにっぽん
上野
- 28 ニッポンみやげ
食品サンプル雑貨

no.28 R-020301

発行/日本国外務省
〒100-8919 東京都千代田区霞が関2-2-1
<https://www.mofa.go.jp/>



松茸の手入れをする東京・神楽坂の料亭「懐石小室」の主人、小室光博さん。「懐石」は、茶道から生まれた簡素な料理。江戸時代(1603~1868)に発達した酒宴中心の「会席料理」と融合し、現代まで受け継がれている表紙/山や海の幸をふんだんに使い、趣向を凝らして作りあげた懐石小室の前菜

特集

東京を食べつくす!

高級料亭から回転寿司まで多彩な食がそろう東京。
世界有数の美食都市を、食べて、味わって、もっと体感しよう!



東京湾産のクルマエビとシマアジの刺身を、
花見の舞いの扇に見立てた。桜が散るうつわ
に盛れば、春が匂いたつ

春
秋

実りの秋に東北の山中で採れたマイタケを加
えて炊いたごはん、イクラ（サケの卵）の
醤油漬けと香り高いミツバを散らす



夏
冬

夏に脂がのるハモは湯引きした後だしをは
り、星形の青ユズをのせる。椀のふたに描か
れた花火とともに夏の夜空を演出

冬の味覚、ズワイガニの身を蒸して甲羅に詰
め直し、木の葉形のうつわに合わせた独創的
な一皿。2色の菊とキュウリが華やぎを添える
(料理=4点とも懐石 小室)



江戸から続く 和食の文化

江戸時代(1603~1868)は庶民が美食に目覚め、さまざまな料理店が登場し、料理が洗練された時代。今日の東京の食文化の繁栄につながる礎が築かれた。

談話●原田信男 撮影●大山裕平 (P2~6) 写真●PIXTA



江戸時代後期の日本橋・魚河岸のにぎわい。タイヤタコやアワビを担ぐ姿が見える
歌川国安「日本橋魚市繁栄図」(部分)

季節ごとの新鮮な食材を使い、栄養バランスにも優れ、盛りつけにも心を配る。そんな日本の料理文化が花開いたのが江戸期です。徳川将軍家により安定的な統治が続いていたこの時代には、大規模な都市計画が進められるとともに、陸路と海路の流通網も整備されました。将軍のお膝元である江戸(現在の東京)には全国各地から特産品が集まりました。とりわけ、街道の起点であり海からの荷揚げ場であった日本橋は物資の集積地として繁栄し、魚を販売する魚河岸は多くの人で賑わったといえます。

また、物資とともに多くの人も流入した江戸は、18世紀前半には人口100万人を超える大都市へと成長しました。市中には武士や奉公人、出稼ぎにきた商人や日雇い

労働の職人などがあふれ、その多くが独身男性だったことから外食の需要が高まりました。彼らの腹を満たしたのが移動式の屋台でした。加熱調理した料理をさっと食べさせる手軽さが人気を呼んだようです。その後、小規模な料理屋や居酒屋へと形を変えていき、江戸の町にはさまざまな店が立ち並ぶようになりました。

また、富裕な町人層に向けた高級料亭が出現し、句会など趣味の会合を開く文化的な社交の場として発展していきます。腕利きの料理人がふるまったのは、本膳料理と呼ばれる儀式的な食事を酒宴に合わせて簡略化した「会席料理」でしたが、この形式は、現代の料亭や旅館などで供される食事に連綿と受け継がれているといえます。

特産物の流入と外食文化の広がりの中で生まれたのが、現在の日本料理を代表する四大名物である「握り寿司」、「ウナギの蒲焼き」、「天ぷら」、「そば」です。これらが生まれた背景には、醤油、酢、みりんといった発酵調味料が広く普及したことも影響しています。

たとえば寿司は、魚を塩と米によって発酵させる保存食の「熟鮓」から発展したものです。この発酵時間を短縮するために、発酵調味料である酢を米に加える技が考案されました。その酢飯に、新鮮な刺身を合わせたものが、握り寿司です。当時は冷蔵技術がないため、ネタの魚を酢でしめたり、醤油漬けにするなど、料理人が鮮度と味を保つよう工夫をこらしました。また、ワサビやシ

ョウガなどの薬味も、魚の生臭さを消すための知恵として生まれたものです。

ウナギも古くから食されていましたが、みりんと醤油を使った甘いタレを用いる「蒲焼き」がつくられるようになったのは江戸後期頃から。以前は丸ごと串焼きにしていたのですが、ウナギを背開きにして一度蒸し、タレをつけて再び焼くという手の込んだものになります。一度蒸すことによって、余分な脂が落ち、ふっくらとした口当たりになりました。

また、天ぷらも同じ江戸後期頃に、そばはこれより前から庶民に広まりました。これらには、だし、醤油、みりんなどで作ったつゆで食べることが一般的になったこ

1. 初ガツオを売る男性を描く。当時は、商人が魚を売り歩くことが広く行われていた
歌川国貞「卯の花月」 静嘉堂文庫蔵
2. 江戸の寿司は、現在より2倍から3倍も大きいものだった。タイ、シラウオ、コハダ、アジ、エビ、赤貝の握り寿司に、サバの押し寿司も描かれている。所蔵＝吉野館本店
3. 醤油はダイズからつくられた調味料。寿司や刺身などに使われる
4. 開いて串を打ち、タレにつけて焼くウナギの蒲焼き
5. そば粉を練り、板餅状にしたものを切って麺にしたそば



原田信男（はらだ・のぶを）
1949年生まれ。国士舘大学21世紀アジア学部教授。専攻は日本文化論、日本生活文化史。おもな著書に「江戸の料理史」、「歴史のなかの米と肉」などがある。



とも影響しているといわれています。

一方で、このように新しい料理が生まれ、広がっていった背景には、出版文化の隆盛もあげられるでしょう。それまでは口頭や自筆のメモだけで伝えられ、秘伝とされていたものが、活字になり出版されるようになったのです。江戸初期には、すでに料理の知識や技術を体系的に記した実用的な料理書が刊行されており、知識や技術

が伝播したと考えられます。

また、江戸のグルメを楽しんだのは、江戸っ子だけではありません。1824年には、買い物や飲食ができる有名店を紹介する『江戸買物独案内』というガイドブックが大坂（現在の大阪）で刊行され、地方から訪れた人も江戸の料理を楽しめるようになりました。

江戸の人びとの食への情熱を物語る、印象的なエピソード

があります。元来、日本人は、季節ごとの初物をいち早く食すことを好みましたが、江戸後期頃には、初夏の風物詩であるカツオをあまりにも熱狂して買入れたために価格が高騰し、ついには「高価でなければ初カツオではない」といわれるほどの社会現象を引き起こしました。贅沢ができる収入がないような身分の人でも、多くが見栄を張り、こぞって買い求めたといわれています。

このように、庶民を中心的な担い手として江戸で花開いた料理文化は、現代の東京へと連なり、新たな創意工夫を生みながら、今もなおいきいきと息づいているのです。



1. エビ、キス、かき揚げの3種。かき揚げは、小エビ、イカ、小柱を混ぜて揚げたもの
2. 一日に揚げるエビの量は数百本
3. 高温を維持するため、真鍮製の巨大な鍋を使う

江戸の技を今に伝える



15歳から三定で修業を始めたという鈴木さん

江戸庶民の味を受け継ぐ 天ぷら職人

東京の下町・浅草に店を構える「三定」は1837年創業。日本でもっとも古い天ぷら屋だ。天ぷらは、魚介などに小麦粉を卵と水で溶いた衣につけて油で揚げた料理で、だしが香るつゆで味をつけ、さっぱりとした食感を楽しむ。

「衣をしっかりとまとわせるのが、江戸風です」と語るのは店長の鈴木俊さん。庶民好みの食べ応えのある天ぷらが三定の味だ。温度や湿度によって揚がり具合が変わるので、衣の材料の配分は決まっていない。その日の最適な濃度を導き出すのは、職人の腕にかかっているという。

古くからの味を守る一方で、ゴーヤやアボカドといった新しい素材を使った天ぷらの開発にも意欲的に取り組む。伝統と革新の両方に目を配ることが、三定が時代を超えて愛されてきた理由だろう。



1. ツルやトラから、かわいくデフォルメしたウサギや透明なベガサスなど、飴細工のモチーフはさまざま
2. ツルの製作過程。団子状にして棒に差した飴を、指で伸ばし、鋏で切り込みを入れて翼をつくる
3. 飴の着色にはおもに食紅を用いる

江戸時代(1603~1868)から受け継がれた技は、今も東京に息づいている。伝統と向き合いながら、新たな風を吹き込む若き職人を紹介する。

写真●松村宇洋

鮮やかなパフォーマンスを披露する 飴細工師

江戸市中(現在の東京)で飴を売り歩く行商人だったという記録が残る飴細工師。小さくてやわらかい飴の塊から生み出される精巧な造形美は、今も多くの人びとを魅了する。原料の水飴は古来より日本で用いられてきた甘味料。それ自体は透明だが、熱で溶かして空気を入れながら練ることで白濁し、絹のような光沢が生まれてくる。

「見た目の美しさはもちろんですが、飴細工の醍醐味はお客さまの目の前で形をつくるパフォーマンス」と語る加藤妹子さん。熱した飴が冷えて固まるまでは約3分。そのわずかな時間で鋏と指先をめぐりしく動かし、形を整える。つくり直しができないため、手順に迷いは許されない。無駄のない動きはまさに職人芸だ。

ポップなデザインを取り入れたり、レシピを改良したり、時代に合わせた工夫も凝らす。日本の伝統菓子とは、これからも進化し続ける。



日本初の専門店「あめ細工吉原」で腕を磨く加藤さん

こんなにある！ 東京名産

都心はおもにビジネス街だが、「東京都」には、実は農産物や水産物の産地としての顔もある。江戸期(17~19世紀)に生まれた伝統野菜や、東京の南・太平洋に広がる島嶼部で採れる果物など、多彩な顔触れの東京名産を紹介しよう。

写真●東京都農林水産振興財団、PIXTA

奥多摩ワサビ①

(産地:奥多摩町)

日本を代表する薬味。刺激的な辛味を活かして、刺身や寿司、そばなどの薬味に使う。清流に恵まれた奥多摩は古くからワサビの産地として知られる。



練馬ダイコン②

(産地:練馬区)

煮物や漬物など広く使われる根菜。練馬ダイコンは白い根の部分が80cmから1mに及び、他品種よりも大ぶりなのが特徴。



早稲田ミョウガ④

(産地:新宿区、練馬区)

シャキッとした食感とさわやかな香りが特徴の薬味野菜。かつての早稲田村で多く栽培されたことからこの名がついた。

写真提供:大竹道茂



谷中ショウガ③

(産地:荒川区)

江戸時代に栽培が始まった葉ショウガで、やわらかい根茎の部分を、味噌などとともに入れて生で食べるが多い。香りがさわやかでスジがなく、夏の風物詩として愛されている。



小松菜⑤

(産地:江戸川区)

茹でたり炒めたりして使う葉野菜で、ビタミンやカロテン、カルシウムなど多くの栄養素が含まれる。江戸幕府の将軍が、小松川村(現在の江戸川区)で食べた青菜を気に入り、「小松菜」と命名したといわれる。



トマト⑩

(産地:あきる野市、日野市など)

生食が多い日本では、酸味が少なく甘い品種が主流。糖度が高く、旨味も濃い高級なブランドトマトの産地のひとつとして知られる。



① 奥多摩町

⑩ あきる野市、日野市など

② 練馬区

③ 荒川区

④ 新宿区

⑤ 江戸川区

⑥ 東京湾

⑦ 東京湾内の沿岸



アシタバ⑧

(産地:八丈町、三宅村など)

東京の島嶼地域で多く収穫される葉野菜。ビタミン、カロテン、鉄分などが豊富で、薬草としても用いられる。

八丈島のアシタバ畑

⑧ 小笠原諸島

⑨ 伊豆諸島



パッションフルーツ⑨

(産地:小笠原村、八丈町など)

甘酢っぱい香りを活かして、ジャムなどに幅広く加工されている。一年を通じ温暖な気候の小笠原村は、日本でも有数の産地として知られる。

アナゴ⑥

(産地:東京湾)

ウナギによく似た細長い体形の魚で、今も東京湾各地が漁場となっている。天ぷらや煮物、寿司ネタなど、さまざまな調理法で食される。



アサリ⑦

(産地:東京湾内の沿岸)

約4cm大の二枚貝で、高血圧に効くタウリンを豊富に含む。東京湾沿岸でアサリをと獲る潮干狩りは、江戸期の庶民の一大レジャーだった。



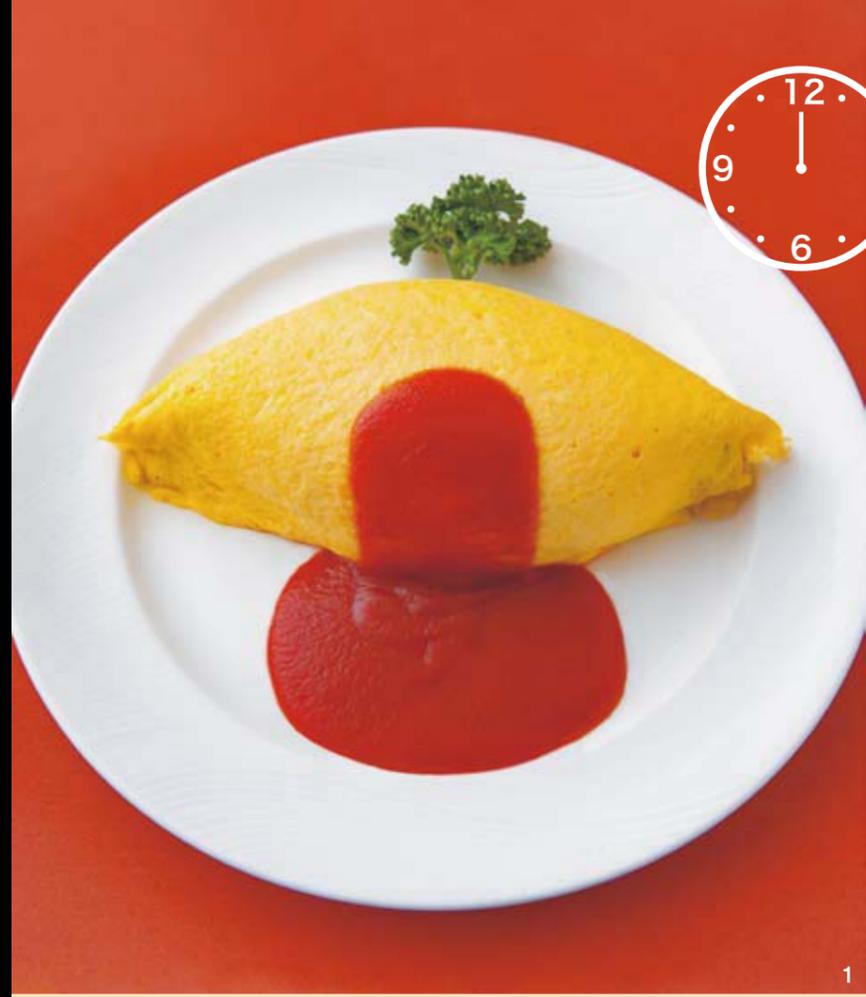


1

東京を 味わう一日

東京に来たら、何食べる!? —— 首都・東京には、日本の食文化を重層的に取り込みながら進化を続ける美食の都としての顔がある。短期間でこれらすべてを試すのは難しいだろう。それでもぜひ、街や店の雰囲気を含めた「東京での味」を楽しんでほしいと思うのだ。早朝から真夜中まで、東京に暮らすように味わう、一日のご提案。

撮影●逢坂 聡 写真●PIXTA



1



2

3



1. ランチには、西洋料理を米食に合うようアレンジした「洋食」。ケチャップで味つけたごはんを、薄焼き卵で包んだ「オムライス」は老若男女に愛される
2. 醤油味のタレをからめた牛ヒレ肉がごはんののった「ステーキ丼」。食べやすさ・量ともに昼にちょうどいい (1・2 黒船亭)
3. 進化する「回転寿司」。新幹線が寿司を運ぶ店も (かっぱ寿司)



1. 朝。1日の始まりはクラシックな喫茶店。どの店にもある「モーニング」というセット (コーヒーにトースト、卵、サラダなどがつく) はお得
2. チェーン店が増えているものの、個人経営の喫茶店もまだまだ健在 (1・2 それいゆ)



2



3



4



5



1

2



3



3



4

5

3. ごはんにおかず、味噌汁という日本の伝統的な朝食の献立は、ファミリーレストランや定食屋でも「朝定食」としてメニューに
4. ごはんを、漬物などの具材と握った「おにぎり」は、箸を使わず食べられる日本のファストフード。コンビニエンスストアに多数揃うが、米や具材にこだわった専門店のおにぎりは一味違う



6

5. 街角や駅にたくさんある「立ち食いそば」も朝食にうってつけ。そばができてから、食べ終わるまで5分かからない。エビの天ぷらをのせた「天ぷらそば」なら、ボリュームも申し分なし
6. コンビニエンスストアには、注文を受けてから豆を挽いて淹れる自動のドリッピング機がある。ワンコインで本格コーヒーが楽しめる

1. 3時には、和菓子と煎茶でほっとひと息。桜の咲く春の山を映した生菓子を目で味わった後、程よい渋味とうま味が絶妙に調和した煎茶とともにいただく (とらや 赤坂店)



6

7

2. 3. うるち米をのばして焼き、醤油を塗った「せんべい」は腹持ちがいい庶民のおやつ。東京の下町や商店街には専門店が多く残る (大黒屋)
4. 5. タイをかたどった「タイ焼き」はできたての熱いところを食べる。中には甘い小豆あんがぎゅっしり (根津のたいやき)
6. 7. おみやげに大人気、抹茶味のチョコレート菓子 (ネスレ「キットカット ミニ オトナの甘さ 抹茶」)

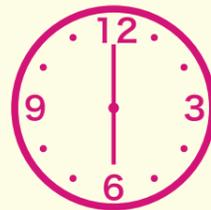


1



2

1. 刺身は、醤油をつけて食べるだけで十分おいしいが、ごはんのにせ、茶やだし汁をかける「茶漬け」にすると、また違った味わいに
2. 写真は、銀座の老舗鰻料理店が出す「タイ茶漬け」。ゴマ味噌のタレをからめたタイの刺身にお茶をかける (1・2 竹葉亭 銀座店)



3. 4. 「東京へ行ったらラーメンが食べたい」といわれるように、日本の国民食・ラーメンは首都にあって多彩を極める。そんななか、まずは醤油味の正統派「東京ラーメン」(写真左)を。近年はベジタリアンのために動物性食材を一切使わないヴィーガンラーメンも登場 (右奥) (ソラノイロNIPPON@東京駅ラーメンストリート)
5. 行列はおいしいラーメン屋の目印
6. チケットはあらかじめ金券機で買うのが一般的



3



5

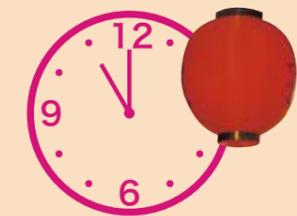


6



2

1. 都心の繁華街には、安価なつまみを出す「居酒屋」が軒を連ねる小道がいくつも隠れている (新宿西口思い出横丁)
2. 夜の7時過ぎ頃から、仕事帰りの人たちがいっぱいになる
3. コロッケ (前右)、マグロのぶつ切り (前左)、鶏のつくね焼き (ひき肉をこねて焼いたもの・左奥)。安くておいしいつまみが居酒屋の魅力 (2・3 大衆酒場ふるく美久仁小路店)



4. 体が温まる「おでん」は、冬の人気メニュー。魚のすり身を揚げたものなどをだしで煮込む
5. 鶏肉を竹串に刺して焼く「焼き鳥」。煙もごちそう
6. すぐに出てくるので最初に頼む客が多い「冷や奴」。薬味がのった豆腐に醤油をかけて食べる



3



4



5



6



ヘルシーで優しい味わいが魅力

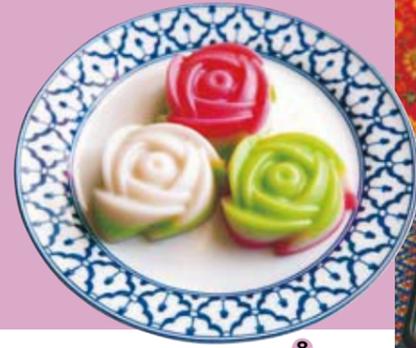
★ ベトナム

日本語学校や専門学校に通う留学生が増え、大久保に若いベトナム人が数多くやってくるようになった。コンデンスミルクを混ぜて飲むコーヒー(⑤)や米粉麺の「フォー」や生春巻き(⑥)といったおなじみのメニューが味わえる(ベトナムちゃん)

微笑みの国の色彩メニュー

🇹🇭 タイ

色とりどりのシロップをかけたかき氷(⑦)やココナツミルクと米粉を混ぜて蒸した菓子(⑧)、鶏の煮込みとサフランライスのお弁当(⑨)などには、国籍を問わずファンが多い(ルン ルアンお菓子処)



流行の発信拠点 韓国

1990年代、エスニックタウン・大久保の礎をつくったのが韓国料理店で、今も数では一番多い。宮廷料理から家庭料理まで幅広いが、昨今では、ユニークなかき氷(①)、甘い味のついた氷に角切りのマンゴーとチーズをのせたもの(②)やチーズハットグ(③)、チーズの周りにジャガイモや小麦粉をつけて揚げたもの(④)をはじめとした軽食が日本の若い女性の間で次々に流行。韓国食材のスーパーマーケットの中にも売り場があり、店前にはつねに人があふれる(③)。コチュジャンをからめた甘いフライドチキン(④)もブームの予感(①④ホンチュンチョン ③ソウル市場)

アジアの食が集まる街 大久保



JR山手線の新大久保駅とJR中央・総武線の旧大久保駅。このふたつの駅を貫くように走る「大久保通り」周辺が、大久保という地域だ。韓国や中国系を中心に東南アジアや中近東の人びとが集まってそれぞれの生活圏をつくり、一大エスニックタウンとなった。気軽にアジアの食が楽しめるのとあって、観光地としても賑わう。

撮影●逢坂 聡



ハラールフードが食べられる イスラム横丁

大久保通りから小道に入ると、「イスラム横丁」と呼ばれる多国籍な一角があり、食堂(⑩)、ハラール食材やスパイスを売る店(⑪)、モスクの入ったビルなどが並ぶ。食堂のメニューで持ち帰りもできるパーベキューチキン(⑫)は、ハラールの鶏肉に香辛料をまぶした焼き鳥

世界三大料理のひとつ

🇹🇷 トルコ

薄切り肉を重ねて火であぶり、削いだものをサラダとともにパンにはさんで食べる、トルコのケバブ。大久保には何軒ものケバブスタンドがあるが、持ち帰りができるケバブ(⑬)と、ひよこ豆やヨーグルトのディップを平焼きパンにつけて味わう前菜(⑭)から始める本格的なトルコ料理の両方を楽しめる店もある(ヒサル)



各地方の料理が楽しめる

🇨🇳 中華系

延辺や河北など中国の地方料理を出す店が多い大久保には、故郷の味を求め来店する客も多い。東北地方名物の羊の串焼き(⑮)から、最近大流行中という湖南発祥のザリガニ料理(⑯)、日本でもなじみ深くなった上海蟹(⑰)までが揃う(朋来聚)



スパイスが奏でるシンフォニー

🇳🇵 ネパール

大久保に住むネパール人が増えるにつれ、レストランも急増。鶏ひき肉とタマネギをスパイスで味つけたあんがたっぷりつまった「モモ」は、ネパールを代表する料理(モモ)

銀座で地産地消

伝統ある老舗や国内外の高級ブランドショップが立ち並ぶ日本有数の繁華街・銀座。そのオフィスビルの中や屋上で、意外な生産活動によって生み出されている「銀座名物」とは。

写真提供●銀座ミツバチプロジェクト
撮影●栗原 論 (P21)



1. ビルの屋上で採蜜を行うスタッフ
2. 花の蜜を集めた蜂たちが巣箱に戻ってくる
3. プロジェクト理事長の田中淳夫さん
4. ハチミツは百貨店をはじめさまざまな店舗で販売される

©NaokoYamamoto

都心に蜜を運ぶ 銀座ミツバチプロジェクト

2006年、「都市と自然環境の共生」をテーマにかかげ、銀座の企業人や商店主によって発足した銀座ミツバチプロジェクト。地上45mのビルの屋上に置いた巣箱から始まった取り組みは、地道に活動を続けて規模を広げ、現在は4カ所のビルの屋上に養蜂場を構え、年間約1tのハチミツを採取する一大生産拠点を築くに至った。

そもそも、「銀座で養蜂ができるのか？」と疑問に思う人は多いかもしれない。だが、実は銀座はミツバチの飼育に適した土地。ミツバチが銀座から飛んで行ける範囲には皇居や日比谷公園など蜜源となる植物が豊かな場所が多数存在する。また、農業が散布されることもなく、冬もそれほど寒くないなど、銀座にはミツバチを育てるための好条件が揃っているのだ。

ハチミツを使ったケーキやカクテルといった、オリジナル商品をつくるお店も増え、ハチミツは銀座の新しい特産物として成長し続けている。



目抜き通りのビルで育つ 最新野菜工場

廊下に並ぶガラス窓の向こうでLEDライトに煌々と照らされたフリルレタスやルッコラが輝く。ここは、文房具や画材などの専門店の銀座 伊東屋にある野菜工場。「文房具を売るだけではない、お客さんが楽しめる場」と館内をリニューアルした2015年に設置された。工場では、水と培養液で野菜を育てる水耕栽培が行われる。土を使わないため虫や病気などの被害を受けにくく、無農薬で育成できるのが特徴だ。また、水温や気温、肥料濃度、LEDで再現される日照時間は、それぞれIT技術によって最適な状態に自動調節される。野菜の品質も常に同じ状態に保たれるので、味のよい新鮮な野菜を安定供給できるのだ。

「みずみずしくておいしい」と評判で、会社帰りや買い物ついでに立ち寄るファンが増えている。



1. フリルレタスを栽培する工場責任者の森本克司さん
2. 収穫したての新鮮な野菜は12階のレストランで食べられる
3. 1階のドリンクバーで、野菜の購入も可能



あんパン
(1874年誕生。銀座木村屋)
 小豆を煮て練り上げられたあんが生地に包まれている。酒種酵母を使ったパン生地は、酸味があってほの甘く、柔らかない。



東京生まれの 絶品パン

19世紀に日本にパンの文化が広まって以来、欧米ではあまり見られない独自のパンが東京で生まれてきた。現在も姿かたちはそのままに、味はよりおいしく進化して日本に根づいている。懐かしくて新しい、東京パンを召し上がれ。

撮影●栗原 論



コロケパン
(1927年頃誕生。チョウシ屋)
 すりつぶしたジャガイモに挽肉とタマネギを加え、衣をつけて揚げたコロケがはさんである。



焼きそばパン
(1950年代誕生。マルジュー)
 麺を肉や野菜と炒めた、ソース味の「焼きそば」がコッペパンにはさんである。1950年代に東京の下町で販売されたのが元祖といわれる。紡錘形のコッペパンも1919年に誕生した日本独自のパン。



**フルーツ
サンドイッチ**
(日本橋 千足屋総本店)
 イチゴやパイナップルなどの果物と甘さ控えめのホイップクリームを使用したサンドイッチ。



ジャムパン
(1900年誕生。銀座木村屋)
 イチゴジャムが多く使われるが、元祖は杏ジャム。甘酸っぱさがパン生地によく合う。



かめパン
(1958年誕生。銀座木村屋)
 マンガやアニメのキャラクターをかたどったパンは今も大人気だが、元祖は動物の亀。ほかに「かにパン」や「たこパン」など、種類も豊富だ。



カレーパン
(1920年代誕生。カトレア)
 生地でカレーを包み、衣をつけて表面をカリッと揚げたボリュームたっぷりのパン。カレーは、辛さ控えめのやさしい味わい。



賑わいの中に歴史と文化が薫る街

上野



ショッピングからグルメ、
芸術鑑賞まで、
多彩な魅力が共存する上野。
繁華街の喧騒と芸術文化の
静けさが隣り合う街を
すみずみまで散策してみよう。

写真●栗原 論、アフロ、PIXTA、
shutter stock



1.2. 1860年代創業の老舗乾物店「伊勢音」。店頭には、和食に欠かせないカツオ節などの乾物が並ぶ
3. 常時8000種類以上のお菓子を取り揃える「二木の菓子」
4. 常に人通りが絶えない「アメ横」。各店舗からは、商売人の威勢のよいかげ声が聞こえてくる
5. アメ横に隣接し、地域随一の品揃えを誇る生鮮食料品店の「吉池」
6. 新鮮なカットフルーツを売る商店
7. 上質の革製品が訪れた者の目を引きつける「万双」





左・中/1959年開館の「国立西洋美術館」。ル・コルビュジェが設計したことでも知られ、2016年には世界文化遺産にも登録された ©国立西洋美術館 右/迫力ある動物の剥製や恐竜の骨格が展示される「国立科学博物館」 写真提供=国立科学博物館

東京駅からJR山手線に乗ってたった10分。上野は、国内屈指の繁華街として栄える「アメ横」と、文化施設が集まる芸術文化エリア「上野公園」が隣り合う街。昔も今も多くの人を惹きつけてやまない上野の魅力は、ふたつの異なる顔をあわせ持つところにある。

アメ横は、第2次世界大戦後、ここに青空市場が立ったことに始まる。現在では生鮮食料品、日用雑貨、服飾、飲食店などさまざまな店舗が軒を連ね、中心部だけでも約400店、周辺部を含めれば約1200店を数えるといわれる。

アメ横散策は、好奇心の赴くままに巡るのが面白い。メインストリートには、国内外約800種類の菓子が並ぶ「二木の菓子」や、和食のだしに欠かせない上質な鰹節を揃える「伊勢音」などの老舗が並ぶ。また、食のプロも通う生鮮食品店の「吉池」もほど近く、界限にあふれる商売人のかけ声は活気があり、訪れる者の胸を弾ませる。

高架下の路地に入れば、化粧品、スニーカー、時計、文

房具などを扱う店舗が所狭しと並ぶ。隠れた人気店も多く、たとえば靴や革小物に定評のあるレザーブランド「万双」もこの一角にある。電車の走る音を頭上に聞きながらお店をのぞくのが楽しい。

アメ横から上野駅に沿って北へと足を延ばせば、緑豊かな上野公園に辿り着く。江戸期（17～19世紀）に建立された寛永寺の広大な敷地を一部転用して1876年につくられた公園には、さまざまな文化・学術研究施設が建ち、現在に至るまで日本における芸術文化の発信拠点となっている。

歩道も広く整備の行き届いた休日の公園で、元気に子どもたちが駆け回る風景は、1882年にこの公園内にある恩賜上野動物園が開園して以来変わらない。フランスの建築家ル・コルビュジェが設計し、世界文化遺産に登録



左/上野公園の一角にある「不忍池」。上/17世紀の建築様式を伝える旧寛永寺の「五重塔」 右/人気のゾウやパンダをはじめ、上野動物園は350種以上の動物を飼育する 写真提供=(公財)東京動物園協会



落語が楽しめる「鈴木演芸場」。橋家圓太郎(右)をはじめ、毎日多くの噺家が出演する

された国立西洋美術館や、恐竜の骨格標本が大人気の国立科学博物館など、公園一帯には7カ所の美術館と博物館が点在し、見どころは尽きない。

地元で「お山」と呼ばれ親しまれてきた上野公園は、春には桜が、夏には園内の不忍池に蓮の花が咲き誇る。そんな季節の風物詩とともに、日本文化をさらに楽しみたいければ、落語を聴きに「鈴木演芸場」に立ち寄るのがいいだろう。落語は、日本独自の古典芸能。噺家が話芸と身ぶりだけで一人何役も演じ、こっけいな物語を描きだし、人の心を和ませる。甘いもの好きなら、「あんみつ」



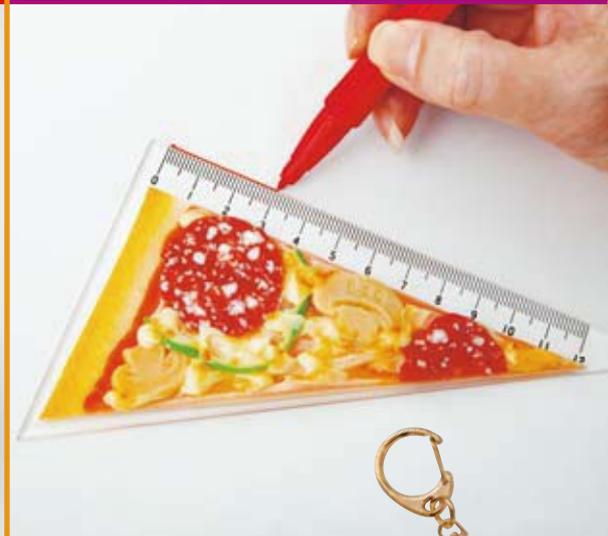
左/「みはし本店」は、1948年創業の甘味処。看板メニューのあんみつ(寒天にあんや黒蜜などを加えたもの)は、当時から変わることのない人気の一品 上・右/1913年創業の人気和菓子店「うさぎや」。名物のどらやきは、焼き立てをいただくのがおすすめ



うえの ちず 上野エリア地図

- ① 恩賜上野動物園
- ② 国立科学博物館
- ③ 国立西洋美術館
- ④ アメ横
- ⑤ 鈴木演芸場
- ⑥ みはし本店
- ⑦ うさぎや

● 交通案内
成田空港から上野へは京成線の特急で約60分。
● 問い合わせ
東京の観光公式サイト「GO TOKYO」
<https://www.gotokyo.org/>
恩賜上野動物園
<https://www.tokyo-zoo.net/zoo/ueno/>



つかって楽しむ
 食品サンプル雑貨

写真●逢坂 聡

大衆的な飲食店のショーウィンドウに置かれる食品サンプルは、合成樹脂で本物そっくりに模してつくる料理の模型で、1920年代に誕生したといわれる。その本物らしさの秘訣は、一つひとつ丁寧に作りあげる職人技にある。メニューに応じて、実物の料理から型取りし、筆やエアブラシで彩色し、オーブンで焼成するなど、複雑で多様な工程を経て、ようやく一品が完成に至るのだ。

最近では、生活雑貨にアレンジしたのも売り出され、食品サンプルがぐっと身近になっている。エビフライのUSBメモリや、握り寿司のイヤリング、ラーメンでできたスマートフォン立て、ピザの定規……。小さくても、本物らしさは十分。ユーモアと実用性を兼ね備えた食品サンプルを贈れば、もらった人もきっと笑顔になるはずだ。

niponica

にほにか

〈日本語版〉

no.28

発行／日本国外務省

〒100-8919 東京都千代田区霞が関2-2-1

<https://www.mofa.go.jp/> (外務省ホームページ) <https://web-japan.org/> (日本紹介ウェブサイト)