

ひとまち NAKAHARA

～ ジェクトがお届けする地域情報誌 ～

No. **30**
2023-2024
Winter

目次

- 02 [特集]
温めて、整える
冬を乗り切るカラダづくり
- 06 ● 施工ギャラリー
楽器が弾ける賃貸 SOUND STAGE
- 09 ● ひとまち名鑑
「寿煎餅」
- 10 ● 中原街道を行く
西明寺
- 11 ● 3時のおやつ
「米倉商店」

特集

温めて、整える

冬を乗り切る **カラダ**づくり



温灸



カラダぽかぽか。
免疫力UP!



食事



温浴



日本を好きに
なってもらいたい！
和菓子と日本酒と薬膳茶屋の
ある駄菓子屋さんです。



中村さん

薬膳麻婆豆腐



¥1,100

カレーと同様に辛さが選べる。体調に合わせて好みの辛さで食べることが体にとって◎というのが薬膳の考え。



¥1,210

かわさき推しメシ 準グランプリに輝いた 和風薬膳スープカレー

薬草茶 ¥990

屋久島で出会ったという20種類の穀物や薬草などがブレンドされたお茶は、体の巡りを良くしてくれます。

漢方とスパイス21種と魚介系の出汁5種を使ったスープカレーは奥深い味わい。10段階の辛さから選べる。

「和式整体&整心響氣」がコロナ禍でこそ、自分たちに行き渡ることがあるのではと考へてプロデュースした「和氣和氣」。

全国を巡る中で出会ったその土地ならではの食材、製法、伝統が詰まったメニューが魅力です。

毎日何を口にするかで体は変わってくる。明日のからだに心のために、和漢薬膳師がお届けする薬膳料理もおすすすめ。

- ⑦ 中原区木月住吉町19-5
- ⑤ 044-701-1780
- ④ [平日] 11:00~14:30 (L.O. 14:00)
17:00~23:00 (L.O. 22:00)
- [土曜日] 11:00~23:00 (L.O. 22:00)
- ⑥ 水曜ランチ・日曜日



Column 1

薬膳のプロに 聞きました！



薬膳とは、中医学（中国伝統医学）の考え方に基づいた食事のこと。食材には薬と同じような効能があると考えられてきました。

季節や自分の体調に合わせて取り入れましょう。

陰 ← 中庸 → 陽
[体を冷やす] [体を温める]



「和氣和氣」

特集

温めて、整える



カラダづくり



体の冷えは、肩こりやむくみなどさまざまな体調不良を引き起こすとされています。

そんななか、冷え防止の対策として「温活」が注目されています。

免疫力が活発に働き、心身ともに健康でいられる体温は36~37℃程度と言われています。

この体温を維持できるように実践したい温め方法をご紹介します。



石黒種麴店
米こうじ

甘酒や 味噌づくりに

全国でもわずかな軒ほどしかない、種麴屋が昔ながらの手作業で作った麹。



ゆずからりん

活躍の場は
無限大！

まろやかな辛さと爽やかな柚子の香りが食欲を誘う調味料。

● 店長二田さんに冬のオススメを聞きました！



食事で
温める

「大野屋商店」

武蔵小杉
東急スクエア店

日本全国のおいしい買い付け！

創業1936年。国産にこだわり、商品は全て生産者の方に直接会って仕入れを決めるという。他のお店では見たことのないような珍しい商品が並ぶ食のセレクトストア。



やっぱりショウガがあったまる！

オーガニック畑の
ショウガ糖



高知市土佐山産の有機生姜を使用した生姜糖。美好きにはたまらない昔懐かしいお菓子です。

酵母で発酵させた生姜と木桶で発酵させた酢をブレンドしたジンジャーベース。炭酸やお湯で割って！



W発酵GINGER BASE

- ⑦ 中原区小杉町3-472
東急スクエア1F
- ⑤ 044-455-7828
- ④ 10:00~21:00
- ⑥ 施設に準ずる

ビーンズ武蔵中原店もあります



手足浴で
温める

「有機ゲルマニウム温浴」 onyoku-ya ※女性専用



新陳代謝が高まり、
血流UP!

「ルルドの華」¥600/1袋
自宅でも気軽にゲルマニウム温浴
を楽しみたい方に。
お店で購入できます。

④ 中原区新丸子東 1-829-8-2F
⑤ 044-422-8022 (予約制)
⑥ 【平日】 10:00~13:30
15:30~21:00
【土日祝】 11:00~20:00
⑦ 毎週月曜日 / 月2回日曜日 (不定)



有機ゲルマニウム粉末を溶かした41度〜43度のお湯に手足を浸し温める温浴法です。
手足温浴により効率よく全身に巡った有機ゲルマニウムが、体内で水素イオンと結合して短時間で多量の発汗を促し、余分な脂肪や有害な毒素・老廃物を、汗と共に体外へ排出します。体の芯から温めて全身すっきりデトックス♪



オープン20周年を迎えるのは大勢のお客様の支持があるからこそ。飲用もできる有機ゲルマニウムのみを使用しているなど、扱う商品にこだわっているのも人気の秘密。

来年でオープン20周年

ホットドリンクで温める

忙しい日常に、身体を温め、心をそっと解きほぐしてくれるホットドリンク。
おすすめのレシピで癒しの時間をお過ごしください♪

混ぜるだけ！簡単レシピ

- ① 【ジンジャーシロップ】
大さじ1
【白湯】
150cc
【シナモン】
少々
- ② 【甘酒】
100ml
【レモン汁】
小さじ2
【レモンスライス】
1枚



施術は自律神経にも働きかけるので、身体だけでなく、心が辛い方も皆さんウエルカムですよ。

● 水田院長

鍼灸・マッサージ師30年以上。医療機関、鍼灸院の経験による研究から、東洋医学で身体を構成する要素「気・血・水」を調整し、足先〜頭まで全身の施術を行う。

「鍼」と組み合わせています。
施術は身体の内からも見ながら、目視と触診で不調の場所を見つけ、鍼の的確に刺激していきます。組織を壊すことなく行う鍼灸は、その心地よさから眠ってしまう人も多いほど。身体がほぐれる感覚が味わえると好評です。

陶芸家に独自に作ってもらった陶器に、燃やしたもぐさをのせて温める。



東洋医学の一つ「鍼灸」の中でも、身体冷えなどに効果的なのが「温灸」です。
春風堂治療院では、よもぎを乾燥させた艾（もぐさ）で温める「お灸」でお腹を温めて胃腸の働きを良くした後、うつぶせで背中側を温めます。さらに効果を高めるために、血流を促し筋肉を緩めてバランスを整える

ツボを刺激して温める

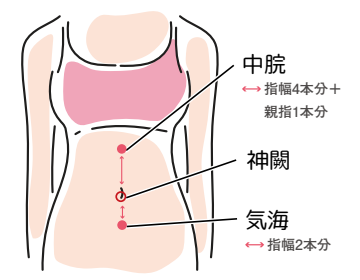
「春風堂治療院」

Column 2

身体のメンテナンスを行うプロに聞きました！

家でもできる セルフケア温活

身体が冷えた時に効くのは、やはりお腹と腰。脊椎の中でも、中腕（ちゅうかん）・神関（しんけつ）・気海（きかい）と言われる、ヘソを中心に上下左右をカイロで温めるのが効果的です。婦人科においては、下腹部も温めると良いそう。（手足にも効く部分がありますが、直接カイロを貼るのは低温やけどの危険性があるので注意。）



楽器が弾けて、
ペットとも暮らせる。



エントランスホール

サウンドステージ ケヤキコート

[2023年8月 竣工]

重厚な外観と、ホテルライクな共用部。
充実した設備や機能で、豊かな暮らしを演出します。



≫ 建築・リニューアルのお問合せは

ジェクト株式会社営業部 ☎ **044-755-2525**

ひとまち
名鑑



昔ながらの

壽煎餅

【昭和51年創業】

煎餅やさん

店主：坂田 宏司さん

口 いっぱいにほおばり、パキッ、ポリポリと軽快な音とともにいただく煎餅。米の風味が口の中で広がる日本のソウルフードともいえるおやつです。今では珍しくなった米菓の専門店「壽煎餅」は二子新地駅から徒歩3分、商店街の中にあります。煎餅やおかきが、さまざまな形や味付けで販売されています。

名物の「手焼せんべい」はざらめや唐辛子、胡麻がついたものも。醤油は種類ごとに味を変えています。昔はもっと食感が固く、ガラス瓶に入れて並べていた

そうです。今は一枚一枚、個包装されています。「作業の手間は増えて大変だけどお客さんには安心して食べてほしいし、食べたい時に食べ

られるのが煎餅のよさでしょ？」と坂田さんは言います。煎餅は年配の方が孫に食べさせたいと購入したり、隙間時間に食べやすいからと病院の医師や看護師にも重宝されています。

兄弟で始めた米菓の事業。昭和51年（1976年）、二子新地に製畑がまだ多くあった頃、近くの卸しをしていた会社との繋がりでこの地に開店しました。初めて来店された方には商品を丁寧に説明し、常連の方は家族構成も覚えた上で商品のおすすめをお伝えしている坂田さん。「こういう個人商店には、皆さんお話をしに来るんですよ」と、何気ない世間話も大切にされています。

誰にでも愛されるお煎餅。懐かしい味を持ち帰って、団らんのお供にいかがでしょうか。

10月頃から販売される「はちみつおかき」は甘じょっぱい冬の人気商品。サクサクと柔らかく、ご年配の方にもおすすめ。



ことぶきせんべい
壽煎餅

ところ 高津区諏訪1-9-20

TEL 044-811-4574

営業時間 9:00~19:00

定休日 日曜日・月曜日



“住まい”のことも、
“街”のことも

ジェクトにおまかせ

知りたいを知れる！

ジェクト不動産部のホームページ

不動産の豆知識やニュースはもちろんのこと、地域巡回スタッフ独自の街情報ブログまで、皆様の暮らしを応援します。ぜひ定期的にCHECKしてみてください♪

1 お部屋探しの方へ

他の不動産屋とはなにか違う！
自分に合うこだわりのお部屋探し

こんな物件あったんだ！
ジェクトが「あなたの希望」を実現するためのサポート。
ちょっと違ったお部屋の魅力をレポートします！



ペット可、楽器演奏可、リモート部屋有、戸建て賃貸、
リノベ物件まで、理想の住まいが見つかるかも♪

2 入居者様向け

入居中のお困りごと
将来を見据えた相談まで
暮らしの相談窓口



ご購入を検討されている方へ

弊社では売買仲介に加え、物件のリノベーションも
ご相談を承っております。詳細は「売買ページ」へ！

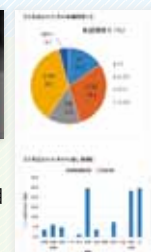
困った時はまず
サイトをCHECK！
●設備の不具合
●よくあるご相談
●更新・変更手続
...etc

3 オーナー様向け

有益な経営情報・具体的な相談事例を配信！
賃貸管理・経営情報



最新の入居者ニーズや動向をま
とめたレポートを配信。資産・相
続のお困りごと事例もご紹介。



4 地域の方向け

お店を知れば街での暮らしが楽しくなる
「コノマチ」紹介



話題のお店や便利な施設など、コアな情報が満載。

地域の不動産のことなら私たちにお任せください

総合的にジェクトを
知りたいなら…
不動産部HP



新しい
賃貸情報なら…
Instagram



詳しく室内を
見たい方へ…
YouTube





は空海上人が弟子の泰範上人に命じて建立したとも伝えられていますが、さだかではありません。
鎌倉時代には北条時頼公の信仰が厚く、中興開山※2となられていることから北条氏とゆかりが深く、時頼公の像が現存しています。

徳川家康公が天下を取ってからは、居城を江戸に構えたので、そこまでの経路(ルート)に中原街道を通りました。江戸に入るためには、多摩川という難所があります。難所は視点を変えれば攻防上で重要な地点となるため、西明寺の前の通りを直角に曲げて(カギ道)、防衛しやすくし小杉御殿を建てたのです。それ以降、徳川家と西明寺は縁が深くなり、西明寺を殺生禁制の地と定め、葵の御紋入りの朱塗りの駕籠が西明寺におかれ、代々の住職が年賀の折これに乗って町を挨拶して回ったようです。

また、川崎七福神の1つ大黒天が祀られています。大黒天は裕福を表わし、打出の小槌をもち、身を粉にして働く者には宝を打ち出す槌であり、なまけ者には頭を打つ槌といわれ、働き者の味方の神様です。元旦から7日まで開帳されるので、「川崎七福神めぐり」をして一年の幸福を願うのも良いかもしれません。

※1..新編武蔵風土記より

※2..衰退し危機的状況に陥った寺院を再び興して盛んにした人



3時の
おやつ
～米倉商店～

どらやき専門店の逸品

どらやき (つぶあん ¥250)

これからの季節に
うれしい
「おしるこ」
¥450

Kaki-no-tane

「ど

らやきが大好きだったので。どらやき専門店を開店したきっかけを聞くと、恥ずかしそうな笑顔で答える店主の米倉さんからは優しい人柄がうかがえます。

どらやきに欠かせないあんは、粒が揃い風味も良いと感じた北海道十勝の農場から直接仕入れています。丁寧に炊かれた小豆の旨味と、しっとりとした優しい甘さを味わうことができます。一つひとつ丁寧に焼かれた生地は、食欲をそそるきつね色となめらかでふっくらとした形に思わずうっとり。はちみつのような甘い甘みと、たまごの風味が口の中にふんわり広がります。

あんを作ってから一晩寝かせ、生地に挟

んでからもう一晩おくことで理想のしっとりしたどらやきが出来るのだそうです。季節ごとに登場する限定のあんも見逃せません。冬の季節は栗あんやさつまいもあんなどが店頭に並びます。

冬は自家製あんを使ってつくる「おしるこ」もおすすめ。冷えた体に染みわたるほっこり温まります。添えてある柿の種はおしるこに入れて食感の変化を感じるのも楽しみ方の一つです。

平日は、小さなお子様連れの親子やサラリーマン、土日は若いご夫婦など幅広いお客様から愛されています。詰め合わせもできるので贈答や手土産にもおすすめです。



米倉商店

- 川崎市高津区向ヶ丘129番地
- 070-8435-8884
- 10:00～17:00
- 水・木曜日
- <https://yonekurashouten.business.site/>
- <https://www.instagram.com/yonekurashouten/>



工房 カフェ

OPEN
10:00 ~ 17:00

L.O. Food 16:00

L.O. Drink/Sweets 16:30

定休日

日・月・祝日 他



Instagram
@JECTO_CAFE



中原区下新城 2-1-8



Welcome!



Hot dog!



Ice cream



Cafe time

♪ 賃貸でも楽器が弾ける ♪



サウンドステージ 1st
グッドデザイン賞 受賞

(平野智司計画工房設計、ジェクト施工・所有)

JECTO

ひと、まち NAKAHARA (Take Free)

2023年12月発行

※NAKAHARA(なかはら)は、中原区とその周辺を含みます。

発行:ジェクト株式会社

<https://www.jecto.co.jp>

〒211-0053 神奈川県川崎市中原区上小田中6丁目20番2号

編集:「ひと、まち NAKAHARA」編集室

お問い合わせ: ☎044-755-2525 (代表)



かわさき SDGs
ゴールドパートナー

川崎市は持続可能な開発目標 (SDGs) を推進しています。

