

あびこの



おいしい



みつけた!

まち活マガジン総集編



Machi-Katsu Magazine



季節の野菜がふんだんに味わえる農家の台所

しゅんざいちゅうぼう まいまいてい

旬菜厨房 米舞亭 A

🏠 我孫子市高野山新田 193 手賀沼親水広場・水の館 1 階

☎ 04-7168-0504

🕒 営業時間：3月21日～10月31日 / 11:00 ~ 17:00 L.O.16:30
11月1日～3月20日 / 11:00 ~ 16:00 L.O.15:30

定休日：毎月第4水曜日 年末年始

📷 abikon831



- 1. 豚生姜焼き定食 (1100円)
- 2. 手賀沼を臨む店内。テラス席もある
- 3. 笑顔が素敵なお大炊三枝子代表取締役

手賀沼を臨む景観を求めて人々が集う水の館。一階にある「旬菜厨房 米舞亭」が、2020年4月7日にリニューアルオープンした。店内は、グリーン、オレンジの2色を基調に一新し、気軽に利用できる雰囲気。天気の良い日はテラス席も人気がある。新メニューは、地元野菜をトッピングした米舞カレーや海鮮フライ定食、油淋鶏定食のほか、野菜たっぷりのかき揚げそばやうどんなど、バラエティに富んでいる。いずれのメニューにも「農産物直売所あびこんの併設店であるメリットを生かしながら、我孫子産の旬の野菜をお客さまにふんだんに召し上がっていただきたい」という(株)あびベジの大炊三枝子代表取締役の心意気が込められている。大炊代表は、野菜の特徴や生かし方を熟知する元農業者でもある。厨房は農家の台所さながらに、新鮮な野菜で溢れている。



地元野菜たっぷり！
米舞カレー (800円)



調理スタッフは、主婦歴の長い女性たち。そして、いつも前向きなお大炊代表と、チームワークは抜群だ。

アンケートやホールスタッフが伝えるお客さまの声を基に、試行錯誤を重ねながら、よりおいしく、見栄え良く、そして早く提供するために努力する同店。お客さまからの「おいしかったよ」が励みだ。水辺を訪れる人が増えるこれからの時期。我孫子の野菜を食べるならここ！と言われる店を目指し、日々の挑戦は続く。

(2020年7月号掲載)

日常に彩りを添えるコーヒースタンド

ウィズ・トライアングル・コーヒー

WITH TRIANGLE COFFEE B

🏠 我孫子市本町 2-3-1 第2宇田川ビル 1 階

☎ 04-7170-4237

🕒 営業時間：10:00 ~ 18:00

定休日：毎月月曜日ほか不定休

📷 WITH TRIANGLE COFFEE



- 1. コーヒーのほか、スイーツも人気
- 2. 店主の青木裕司さん。ラテアートを楽しみにするお客さまも多い
- 3. 陽差しが入る明るい店内

JR我孫子駅南口に今年1月、スペシャルティコーヒーのコーヒースタンド「WITH the COFFEE」(ウィズ ザ コーヒー)がオープンした(後にWITH TRIANGLE COFFEEに改名)。我孫子出身の店主、青木裕司さんが厳選したオリジナルブレンドや、カフェラテに合わせたエスプレッソブレンドなどを一杯ずつ、挽きたて・淹れたてで提供している。

青木さんは、約10年前から東京・有楽町の国際フォーラムや公園などに「Caffe del CIELO」の名でコーヒーのキッチンカーを走らせてきた。コロナを機に出店の機会が減少したが、テイクアウトの需要ならあると、コーヒースタンドの開店を決めた。

目指したのは、「日常に溶け込みながらも、非日常の特別感を感じる店」。ガラス張りの風通しの良い店舗デザインや素材もすべて自分で決めた。店名には、趣味、子育て、仕事といった日常に、コーヒーという彩りを添えてほしい、という願いを込めた。「子どもがベビーカーで寝た際に、ママやパパがさっと来られる店が、意外とない。そういう使い方をしてもらった時は嬉しい」と3児のパパである青木さんは微笑む。

4月以降の週末や繁忙期は、ふなばしアンデルセン公園にキッチンカーを出店するため、技術、接客共に信頼のおけるスタッフに店を任せるとも考えている。

ちなみに私は紅茶党なので、ラテやチャイなどを注文するが、好みを知っていて、「ラテのコーヒーの量は少なめにしますね」とさりげなく調整してくれる。皆さんも好みを伝えて、おいしいカフェライフを楽しんでください。

(2021年5月号掲載)



冬限定の
ジンジャーブレンドラテ

毎日行きたい 我孫子のファミリーレストラン

コ・ビアン I

🏠 我孫子市本町 2-4-10

☎ 04-7182-1002

🕒 営業時間: 11:00 ~ 22:00

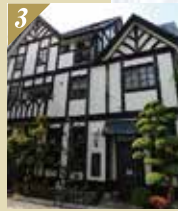
フード L.O.21:00 /デザート・ドリンク L.O.21:30

定休日: 月・火曜日 (月曜祝日の場合は火・水曜日)

🌐 HP <https://covian.jp/>



1. 音楽、空間もごちそうのひとつ
2. 小熊啓太店長
3. 約500年前の北イギリスハーフティンバーを再現した外観



肉汁弾ける
ハンバーグ400g (1430円)

ランチは好きなものを食べるのが私のモットーだ。最近のお気に入り、我孫子駅南口にあるレストラン「コ・ビアンI」のきのこのパイ包みスープ(605円)。きのこがたっぷり入った温かいスープは、暑い季節も冷房で冷えた胃を温めてくれるだろう。

コ・ビアンIは1969年に創業し、2003年に近くにコ・ビアンIIがオープン。2004年にはコ・ビアンIがリニューアルし、現在の瀟洒な建物になった。スタンドグラスや天使のオブジェが舞う店内装飾は高級感がある。

「店は客のためにあり、店員とともに栄える」という理念を掲げた創業者の小熊寛三郎さんの志を約4年前に受け継いだのが、店長を務める孫の小熊啓太さんだ。調味料と米を特に大切にするのは創業からのこだわりで、沖縄産の塩、茨城産の米を使用。ほぼ手作りのメニュー

は毎日食べても飽きず、チェーン店の味とは一線を画す。メニューも多彩で選ぶ楽しみもある。我孫子のファミリーレストランの代表格だ。

毎日昼夜来店する超常連客をはじめ、リピーターが多いことから、啓太さんの発案で期間限定メニューを作り、人気が高いものをグランドメニューに移行して、新たなファンも惹きつけている。

「100周年を目指して、ずっとお店に関わっていきたい」と語る30歳の小熊店長の目の輝きは本物だ。書いているうちに、次は何を食べようかとお腹が鳴った。

(2021年7月号掲載)

また行きたくなるヴィーガンカフェ

naturalcafe coto

🏠 我孫子市緑 1-11-36

☎ 非公開

🕒 営業時間: 11:30 ~ 16:00 L.O.15:30

営業日: 土・日・月曜日

📷 naturalcafe_coto [予約はこちらから]



1. 心にも身体にも心地良いカフェを目指す
2. 木の看板が目印
3. Raw チーズケーキと季節のマフィン



ボリューム満点の
ランチプレート (1650円)

2019年9月7日、手賀沼公園、アビスタの向かいにオープンした「coto(コト)」。我孫子では珍しいヴィーガン料理を提供する店だ。ヴィーガンとは、植物性食材のみを使用し、肉・魚・卵・乳製品やハチミツも使用しない調理法を指す。動物性食材を使わないと物足りないのでは……という心配はご無用。メニューの一例として私が食べたベジカキフライは、舞茸や豆腐などを使い、油で揚げるためボリューム満点。土鍋で炊く玄米はモチモチとして噛みしめるほどに味が出る。

店主は、様々な食事を体験する中でヴィーガン料理に出会った。個人の体感として心と体に心地良く、消化が早く、食べた後に身体が重くなりにくいと感じ、一つの食の選択肢としてたくさんの人に知ってもらえるきっかけになればとカフェを開店。店内以外にもテイクアウトが可能で、目の前の手賀沼公園の豊かな自然の中で、cotoのランチボックス

を食べる楽しみができた。

ヴィーガン=身体に良いから食べるのではなく、おいしいからまた食べたい。使用食材や調理法に制限がある分、メニュー作りには時間がかかるが、ヴィーガンに興味がなかったり、初めてヴィーガン料理を食べたりしたお客さまが「おいしかったです!」と笑顔を見せてくれた時に嬉しさを感じるという店主。白砂糖や小麦粉を使わないスイーツも胃に優しく沁みわたる。食事、雰囲気共にcotoの存在に癒される人はこれからも増えていこう。

(2021年11月号掲載)

我孫子で“成人式”を迎えたフランス料理店

ビストロ ヴァン・ダンジュ

Bistoro vin dange

🏠 我孫子市我孫子 1-8-18 ラセーヌ2階

☎ 04-7185-5800

🕒 営業時間：11：30～15：00 L.O.14：00

18：00～22：30 L.O.21：00 ※土日祝日夜は17：30～

定休日：火曜日、第1・3水曜日

🌐 <https://vin-dange.com>



1. シェフが厨房から見渡せる全15席
2. 小原健オーナーシェフ
3. 手作りデザートはどれも美味

友人が我孫子に遊びに来る際、私は我孫子駅北口側にある南フランス料理とワインの店「ビストロ ヴァン・ダンジュ」に案内する。「おいしい!」と「お腹いっぱい!」を言ってもらえる自信があるからだ。お店は今年4月に開店20周年を迎えた。5人の調理スタッフが独立し、オーナーシェフの小原健さんは、約5年前から店の規模を縮小し、一人で厨房に立つ。15年以上働くベテランのパートさんたちに支えられている。

料理、パン、デザートまですべて手作りのため、店舗休業日も仕込みをし、365日ほとんど店にいるという小原シェフ。コロナ禍もテイクアウト需要で忙しいが、最近は月に一日だけ包丁を握らない日を作り、リフレッシュしている。調理スタッフの人件費がかからない分を食材費に充て、値が張っても良質なものを仕入れてお客さまに還元する。「我孫子は舌が肥えている町。もっといいワインある?食材もいいのある?という

3世代にわたって愛される、町のパン屋さん

ブンカ・ドー

🏠 我孫子市本町 2-5-14 BKビル1階

☎ 04-7182-0830

🕒 営業時間：8：00～18：40

定休日：日・月曜日

📷 [bunka.do](https://www.instagram.com/bunka.do)



1. キーカラーの水色と格子窓の店構えが目を引き
2. 3代目社長の秋山紀夫さんと妻の雅子さん
3. 渋皮マロンのクロワッサン (400円)。12月末まで販売

我孫子駅南口を出て路地に入ると、ひととき可愛らしいお店に出会う。老若男女問わず、客足が途絶えないパン屋さん「ブンカ・ドー」だ。5年前、我孫子に引っ越した際、私は乳幼児を抱えながら新しい土地ではじまる生活に期待と不安が入り混じっていた。その時、頼れるパン屋さんが近くにあったことは、とても心強かったことを覚えている。

現社長は3代目で、初代が横浜での修業を経て我孫子に開業した。今年で創業71年を迎える。12年前に店舗をリニューアルし、現在のお店の雰囲気となった。店内にはあんぱんやメロンパン、根強い人気を誇るコロッケバーガーなどの定番商品をはじめ、ハード系のパンなど数十種類のパンが並ぶ。「ピークは11時～12時半頃。常連のお客さまは焼き上がり時間を覚えていて、その時間に来店される方も多いです」と教えてくれたのは3代目社長の妻・雅子さん(以下コメント同)。「たくさん



料理のスタートが
楽しみになる
前菜盛り合わせ

お客さまの声に育てられました

30歳で独立した小原シェフも今年で50歳になった。「まじめにやっていたら続けられるんだ、というのが実感です。経験が増えた分やりたいことはいろいろあるけれど、全部はできないので、毎月目標を決めてやることにしています」と語る。現在、我孫子市内にゆったりと食事とお酒を楽しんでもらえる場所を探している。「手賀沼がチラッと見えて、理想は、一日に昼2組、夜1組。景色を眺め、飲みながら、半日くらいゆっくりしてもらえるような店にしたいですね」。良い場所が見つければ、豊かな自然と共にある“我孫子リゾート”の楽しみが、一つ増えそうだ。

(2022年8月号掲載)



一番人気は
ふわふわ生地の
クリームぱん

の種類のパンが並んでいますが、その日の分が終了したら売り切れです。一つからでも電話で予約を受け付けていますのでお気軽にどうぞ

一番人気だというクリームぱんは、驚くほどふわふわのパンになめらかな自家製カスタードクリームがたっぷり詰まっている。「特別なことはしていません。なるべく添加物を入れず、昔ながらの製法でいねいに作り続けています」

常連客の中には親子3世代にわたって通っている人も多い。「子どもの頃から通ってくださる方が年賀状を送ってくださったり、我孫子から引っ越すタイミングでお手紙をくださったりする方もいます。そういうお手紙をいただくことやっぱいうれしいですね」。ここでは単なるパン屋さんとお客さんを越えた「つながり」という文化が育まれている。

(2023年9月号掲載)

心地よい音楽が流れる、我孫子の文化の発信地

ノースレイク カフェ & ブックス

NORTH LAKE CAFE & BOOKS

🏠 我孫子市緑2-11-48

☎ 非公開

📍 営業日・営業時間はSNSでご確認ください

📷 N_L_C_B 📷 northlakecafeandbooks

🌐 northlakecafeandbooks.com



1. カフェの前で本を選ぶ人の姿もちらほら
2. 「コーヒーゼリーも人気なんです」と教えてくれた昌江さん
3. 世界観が詰まった店内はアメリカのカフェのような雰囲気



コーヒーゼリーセット
(お好きなドリンク付1430円)

かつて白樺派の文人や陶芸家たちが居を構え、歴史と文化が息づく街・我孫子。近年では、そんな文化の薫りに魅せられて移住する人も多くと聞く。我孫子のシンボルでもある手賀沼公園から徒歩5分。今回訪れた「ノースレイクカフェ & ブックス」は2014年にオープンし、今年で10年目を迎える。

「図書館はいつもにぎわっていて、この街は本が好き人が多い印象でした。おいしいコーヒーが飲めて、ゆっくり本を読める場所がもっと増えたらいいなと思ったのがオープンのきっかけです」と教えてくれたのは店主でカフェ責任者の松田昌江さん。本とレコードを担当する夫の拓巳さんとともにお店を運営している。

買い取った古本とレコードを独自の目利きで選び抜き、店頭とウェブで販売している。我孫子にゆかりのある本や詩集、図録、文芸誌など幅

広いジャンルの本が置いてあり、商品の入れ替えはこまめに行なっているのだそう。

「今日は女性のお客が多いですが、普段は男性のお客も多いんです」と昌江さん。ランチメニューは2～4種類用意し、取材日は、チキンときのこのドリア、ひよこ豆の焼きカレー、チリコンカン、ナムルライスを提供していた。どのメニューも、根強いファンがついているのだとか。

「オープン当初は店内で読書会やワークショップなども行なっていました。今は来てくださったお客様に気持ちよく過ごしてもらえるよう、本をきちんと売り、よりおいしいコーヒーを淹れられるようにと、本来の仕事に集中していきたい」と語る。コーヒーの香りと居心地のよさに時間を忘れそうになるブックカフェ。手賀沼散歩の寄り道に立ち寄ってみては。

(2024年3月号掲載)

花と紅茶で日常生活にフランスのエスプリを

ユール・エ・スワン

JUL et SWAN

🏠 我孫子市若松170-4-103

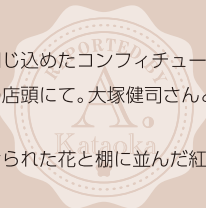
☎ 080-4408-8787

📍 営業時間：11時～17時/不定休

📷 1212_jul 📷 tea_swan



1. 季節の果実を閉じ込めたコンフィチュール
2. パリの雰囲気店頭にて。大塚健司さんと聖子さん夫妻
3. 自然な形で活けられた花と棚に並んだ紅茶の数々



テイクアウトでは
ミルクティーが人気

手賀沼ふれあいライン沿いに2023年6月8日にオープンした「ユール・エ・スワン」。フランス紅茶専門店に勤めていた夫の健司さんと、フラワー&アパレルショップに勤務していた妻の聖子さん夫妻が営む「花と紅茶の専門店」だ。健司さんは我孫子出身。「我孫子は文学の街。こだわりを持って生活を楽しんでいる方もいますね」と語る。白樺文学に想いを馳せて制作したオリジナルブレンド「Ealgrey SHIRAKABA」もギフトとして愛用されている。

パリの街角を思わせる外観から一歩入ると、伸びやかな花々に迎えられる。棚には紅茶を中心とした様々な国からの厳選した茶葉が並び、ガラスの小瓶の蓋を開けて香りを嗅いだり、茶葉の色合いを見たりすることができる。棚の上部にはコンフィチュール(フランス語でジャムの意)が数種類あり、自家製の焼き菓子が置かれている。

紅茶と焼き菓子を担当する健司さんが大事にしているのは、素材の味わい。「茶葉は農産物なので、産地やシーズンごとに味わいが変わるため、たくさんの茶葉を飲み比べて選びます。ハーブなどをブレンドする場合も、茶葉本来の味を生かしています。コンフィチュールのフルーツも、その時期の旬素材を使っているので、出会いを楽しんでください」と語る。焼き菓子は紅茶を引き立てる味を大切にしている。

果肉感たっぷりのコンフィチュールと厳選素材で作られたスコーンの相性は抜群。紅茶とのセットも販売しており、ブーケと一緒に贈ることもできる。「日常の暮らしのエッセンスとして、お花と紅茶を身近に感じ、取り入れていただけるような店を目指しています。ぜひお気軽にお立ち寄りください」と聖子さん。人へのギフトだけでなく、自分にも花一輪、紅茶一杯を贈りたい。

(2024年6月号掲載)

湖北周辺のお店



A Boulangerie B&P

我が家の
パン 「パンゲル係数」上昇中!



D 餃子の伍九

ごっくん
中華
様々な餃子メニューが
楽しめる



B Gallery Cafe 紅屋

近所で名画、
カフェ 本格カレーを堪能できる



E Cafe オリーブ

おしゃれなカフェと
カフェ 宅配弁当の店



C カフェと雑貨の店 ウイング

一店で4度おいしい!
カフェ 季節を感じる



F 石臼と麦

麦製品 麦農家による麦専門店



我が家の「パンゲル係数※」上昇中！
ブーランジェリー ビーアンドピー

Boulangerie B&P



🏠 我孫子市湖北台1-12-2 第2大塚ビル104号室

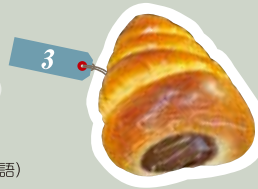
☎ 04-7187-5600

🕒 営業時間：11:00～18:30

📅 定休日：火・水曜日

1. テラス席で飲食ができる
2. スイーツも充実
3. チョコレートがぎっしり詰まったチョココロネ

※パンゲル係数：食費のうちパンが占める割合(ライターの造語)



野菜系、甘い系など
バリエーション豊か

引っ越してきた当時、どの店に入っても「おや?見ない顔だね」という無言の雰囲気を感じて、ちょっとへこんでいた。そんなある日、いつものように自転車で行っていたら、「焼立てパン」の文字が見えた。私のおいしいものレーダーがピピピと反応し、ハンドルを切ると、湖北の保健センター近くの裏道にたたずむ「ブーランジェリー B&P」を発見。チリンと鐘を鳴らしてドアを開けると、ほっそりとした女性が迎えてくれた。奥では職人らしき男性が仕事に熱中している。並ぶパンを見て驚いた。どれもオシャレで、個性が際立っている。本能のおもむくままに選び、山盛りのトレーを女性に渡す。二言、三言言葉を交わし、つかず離れずの心地良い接客を受けて、すっかりファンになってしまった。

一年半経った今では、季節によって具材が変わるパンを選びながら、ご夫婦と会話することが、私の暮らしの中での大きな楽しみになってい

る。おいしいものを作る人には、譲れないこだわりと人間的な魅力がある。最近、全商品が国産小麦粉使用になり、モチモチさに磨きがかかった。

ただ困ったことに、パンがおいすぎるためエンゲル係数ならぬパンゲル係数※と、私の体重は増加の一途をたどっている……。食べる楽しみは止められないから、娘と縄跳びでもしよう。(2019年6月号掲載)

～あれから5年～

ある日気づいたらお腹にパンのような脂肪を発見して、お店に行くのをしばらく控えていた時期もあった。しかし今は小腹がすいた時や休日のランチなど、ちょこちょこ買いに行っている。小学生になった娘もすっかり天然酵母パンに魅せられ、「チョココロネはB&Pのが一番だね!」とっていて、私もそう思う。ご夫婦との会話も楽しみで、私にとっては、宿り木のようなお店だ。

近所で名画、本格カレーを堪能できる

ギャラリーカフェ ベにや

Gallery Cafe 紅屋



🏠 我孫子市湖北台2-21-13

☎ 080-6638-6369

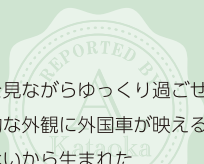
🕒 営業時間：11:00～18:00 L.O.17:00

📅 定休日：月・火・水曜日

📷 gallerycafebeniya



1. 絵画を見ながらゆっくり過ごせる
2. 印象的な外観に外国車が映える
3. まかないから生まれたアサリ飯セット(1500円)



スパイシーな
スープカレーセット(1500円)

湖北の田園風景を眺めながら手賀沼ふれあいラインを走ると、白い外観の潇洒な一軒家「Gallery Cafe 紅屋」が見えてくる。最初は“子連れで入れるかな……”と躊躇したもの、画家のマダム、金井千絵さんの醸し出す穏やかな雰囲気と子どもへの優しいまなざしに安心しきって通っている。さらに店内に飾られた絵画や卓上のスタンドグラスのランプ、センスが光る食器なども心を豊かにしてくれる。幼稚園児の娘も「このお店が出来て良かったよね!」と嬉しそうに過ごしている。

少し前のことだが、食事中に娘があるきっかけで激しくぐずりだした。こういう時、親としてはなす術がなく、途方に暮れる。他のお客さんの目も気になり、冷静になろうと外に連れ出して戻ると金井さんが「どうしました?」と声をかけてくれた。「食べ物を落としてしまったのがショックだったみたいで」と答えると「食べ物を大事にして偉いね」と言われて、今度は私が泣きそうになった。以来、私はさらにお店のファンになった。そして子は親の心理を良く見抜いている。「おいしいものが食べたいなあ」と私が言うとうとう「じゃあ、あの白いお家のカレー屋さんに行こう!」と誘うんだもの。(2020年2月号掲載)

～あれから4年～

オープンから2回のリニューアルを経て、メニューは大きく変更し、アサリ飯セットが加わった。建物の2階から顔を覗かせる愛犬「ムータン」を見るとホッとす。最近娘と一緒に行ってないが、もうあの頃のようにぐずって泣くこともないだろう。田園風景を眺めながら温かい雰囲気の中で食べる手作りメニュー。湖北に新たに転居してくる人にもおすすめしたいスポットだ。

一店で4度おいしい！季節を感じる

カフェと雑貨の店 ウイング

🏠 我孫子市中峠1270-1

☎ 04-7187-4505

🕒 営業時間：10:30～17:00

定休日：日曜日・祝日

📷 wing.abiko



1. 完熟トマトソースパスタセット (ミニサラダ、ミニスイーツ付き 1200円)
2. 湖北駅北口の国道356号線沿いにある
3. ソフトクリームあんみつ (700円)

メインが日替わりの
おにぎりころころランチ
(900円)



様々な餃子メニューが楽しめる

餃子の伍九

🏠 我孫子市湖北台1-12-9

☎ 04-7139-6469

🕒 営業時間：11:00～14:00 / 17:00～21:00 L.O.20:00

定休日：火曜日・隔週金曜日

📷 gyouzagokkun



1. おいそな店名は愛犬から名付けた
2. 笑顔が素敵な鈴木さんご夫妻
3. スナック感覚の「上げ揚げジャンボ餃子」



通常餃子の5倍の
大ききのジャンボ餃子

夜になると、居酒屋の明かりがポツポツと灯る湖北駅南口に、2022年6月5日、「餃子の伍九」がオープンした。店主の鈴木さんは会社員時代に出張の機会が多く、おいしいものに出会うと妻を連れて行った。「飲食店は自分で定年が決められる仕事」と会社を定年退職した後の開業を夢見ていたが、友人が病で倒れたのをきっかけに、「やりたいことはすぐにやろう」と予定を前倒しにした。夫婦で営業できる広さの物件を探し、湖北に決めた。

看板メニューの焼き餃子は小ぶりだがパンチの効いた味で、鈴木さんの母の秘伝で隠し味に味噌が入っている。試行錯誤の末、餃子の旨みが染み出した「水餃子とんこつラーメン」が完成。海鮮だしの「スープ餃子」など餃子のバリエーションを増やし今一番の推しは、開店一周年を記念して、発売した「M.ジャンボ餃子」。Mはメガを意味し、サイズは通

ショッピングが大好きな私と娘のお気に入りの店。それは、湖北駅北口にある「カフェと雑貨のウイング」だ。2階建ての一軒家は、カフェスペース、手作りの販売スペース、手芸用品販売スペースが同居し、いつも楽しさにあふれている。

店内には季節を感じられる工夫が随所にある。去年の12月、カフェで飲食をすると運ばれてきたプレートに、折り紙で作ったツリーやサンタクロースがさりげなく置かれていた。持ち帰り、今も大切に保管してあるが、なんとツリーはスタッフ総出で200個も折ったそうだ。また、おいしい手作りケーキとドリンクのセットが650円のため、「お茶しちゃうか!」と気軽に利用できるのも嬉しい。食後は定期的に変わる販売スペースの手作りの品を見て物欲と戦う。さらに2階にある個室では手芸などの各種教室が開講され、見本作品を見ていると不器用な私でさえ、何か挑戦してみたいと思う。個室もリーズナブルな価格でレンタルできる。

「120人の作家さんの作品に日々囲まれて楽しく仕事しています」と藤咲和美店長が話す通り、行けば必ず素敵な作品や食事、そして人に巡り合える。娘を幼稚園バスに乗せた後、一人でのんびり過ごすこともあるが、スタッフの皆さんの温かく、ゆったりとした接客に思わず時間を忘れてしまう。カフェ、作品販売、手芸用品販売、教室と一店で4度楽しめる同店は地域で愛され、2020年5月で4周年目を迎える。ほぼ毎月月末の金曜、土曜日に店内で「手づくりまるしえ」が開催される。ぜひ行って、一期一会の宝物を探してみたいはか? (2020年3月号掲載)

～あれから4年～

丁寧に作られたメニューをゆっくり味わい、家族へのお土産に手作りスイーツを買い、レジでは温かいスタッフさんとの会話に心が温まる。カフェウイングは、地域にとって欠かせない居場所だ。

常の5倍。直径15cmの皮も通常よりもモチモチ感を強調した。当初からのメニューでサクサクの唐揚げや上品な春巻きもあり、定食、組み合わせ、単品と、自在に選べる。定食のモチモチとした三分づき米、自家製味噌漬けや日替わりの汁物もメインディッシュを引き立てる。吟味した調味料や素材、そして水が飽きの来ない味を創り上げる。

メニューアイデアと接客は鈴木さん、調理は妻と役割分担をしながら、店の雰囲気はとても温かい。「素人が始めたので大変ですが、お客さまの喜ぶ顔を見るのが嬉しいです」と二人。「お子さま連れの方にも心地良く過ごしてほしい」との心遣いも随所に感じられ、娘はすっかり伍九ファン。親子で赤提灯に引き寄せられてしまう今日この頃だ。

(2023年1月号掲載)

おしゃれなカフェと宅配弁当の店

Cafeオリーブ

🏠 我孫子市湖北台 1-1-13

☎ 04-7187-6183

🕒 営業時間：11:00～16:00 L.O.15:45 / 宅配弁当のご注文は11:00まで
定休日：土・日曜日・祝日

📌 自立支援ネット我孫子



1. オリーブカラーの店内に座り心地の良い椅子。授乳室と喫煙所もある
2. 影山理事長(右)とサービス担当の鈴木さん
3. レモンの微炭酸が蒸し暑い季節にピッタリのアイスフラワー

JR成田線湖北駅南口には、我孫子市保健センターがある。健診の帰りなどにゆっくり過ごせるカフェが駅前にあったらいいなあと考えていたら、2022年3月14日に、一軒家の「Cafeオリーブ」がオープンした。運営は、特定非営利活動法人自立支援ネット我孫子で、生きづらさを抱える人の就労を継続的に支援する施設でもある。以前は、少し離れた場所で「イエローハート」として宅配弁当の事業を行っていた。お客さまから「お弁当を食べられる場所があったらいい」と言われたことをきっかけに、駅前への出店を決めた。

店内は明るい雰囲気が入りやすく、日替わり弁当が500円～ということもあり、つい足が向いてしまう。メニューは手作りで、栄養士が献立を考える。調理担当者は朝6時半から調理を開始し、市内各所に弁当を1個から届ける。

毎日食べたくなる味を追求した麦農家による麦専門店

石臼と麦

🏠 我孫子市湖北台 8-8-7

☎ 04-7161-4621

🕒 営業時間：11:00～16:00

営業日：火・土曜日 ※6～7月中臨時休業あり

📌 <https://mugioyatsu.com>



1. 石臼を見てそば屋に間違われることも
2. 「引力的な商品を作りたい」と語る相澤翼さん、琴美さん夫妻
3. ジューシーな肉餡の肉まん(200円)と、自家製小豆のごまあんまん(160円)



一番人気は
ハンバーグプレートランチ(700円)

理事長の影山真理子さんが大切にしているのは、働いている方と対話すること。初めは表情が乏しかった人が、話すうちに、働くうちに表情豊かになるケースを幾度となく見てきた。「おしゃれなカフェで働くことでモチベーションが上がっている方が多いようです。みんなが生き生きと働く姿を見て、エネルギーは創れるものなのだと感じました」と影山さん。

最近では向かいにできたラーメン店利用の後にコーヒブレイクを楽しむビジネスマンなど、新たな客層も増えてきた。影山さんは「今後はいろいろなイベントに出て、皆さんに障がい者就労への理解を深めてほしい」と話す。湖北駅南口エリアがどんな風に盛り上がっていくのか、利用しながら見守りたい。

(2023年6月号掲載)

2023年2月、湖北駅南口から徒歩約10分の住宅街に麦農家による専門店「石臼と麦」がオープンした。春秋はおやき、夏はピタパンサンド、冬は蒸しまんじゅうをメインに販売する。「商品開発の基準は、自分たちが毎日食べたいと思えるものかどうかです。お客さまを広い意味で家族と考え、おいしいごはんを食べてもらいたいという思いで作っています」と店主の相澤翼さんは語る。ふわっ、もちっとした皮の蒸しまんじゅうは、具もすべて手作り。自然な味わいでもう一つと手を伸ばしたくなる。素朴な味の全粒粉のブランビスケットは、翼さんと妻の琴美さんが育てた小麦のみで作られている。

相澤夫妻は13年前に自給用の野菜を栽培しながら、独学で小麦と小豆の二毛作を始めた。小麦の収穫時期は梅雨とかぶるため、6、7月は天気予報にとらめっこだ。小麦は収穫後、洗って、干して、選別してと手間がかかるが、麦畑を見た人に「懐かしい風景だねえ」と言われると「忘れられそうになっている大事なものをやっている」と力が湧いてくる。

石臼挽き全粒粉の販売に始まり、テントや屋台での酒種まんじゅうの販売を経て、店舗を持つことを決めた。売りに出していた元自転車店のガラス張りのコーナーを見た時に「ここに石臼を置きたい!」と直感して以来、自分たちで図面を引き、加工所を作り、約3年かけて開店にこぎつけた。約450坪の畑を手掛けながらの営業は週2日。おいしさは口コミで広がり、早めに売り切れてしまう日もある。

石臼体験や麦を使った料理のレシピ公開、麦の収穫から粉にするまでの工程のパネル展示など、やりたいことはいっぱいある。「もっと五感で麦を感じられるお店にしていきたい」と語る翼さんと琴美さん。どこか懐かしい味が、私たちに大事なことを思い出させてくれる。

(2023年12月号掲載)

食のまち

湖北へようこそ

今、湖北駅北口が静かに熱いです。アンティーク家具店のSu3caの店舗に別棟ができ、毎週金曜日にsweets nicoとコラボして「Su3ca/m°co」を開店。キッシュやsweets nicoのデザートが堪能できます。初回到友人と3人で行った際、思わず4種類んで1種をシェアしてしまいました。2回目の訪問は一人で閉店間際に駆け込み、自家製ドリンクをグイッと飲んで、店主と話して、店を出る頃には気分がリフレッシュ！6月から10月はSu3caで日光天然かき氷も販売。自宅から自転車で行ける距離に、こんなにおしゃれなお店ができて幸せです。



スミカ/ニコ 【Su3ca/m°co】

📍 我孫子市中峠 1738
🕒 営業日：毎週金曜日
営業時間：11:30 ~ 17:30

📷 Su3ca_



そしてわが家の御用達、精肉と惣菜の(株)山田屋。「挽き肉ありませんか?」と訊くと「挽きますよ~」なんて会話ができるし、各種総菜もある、家庭の強い味方です。火曜はコロツケが、木曜は肉が1割引になるのもポイント。こちらの「豚トロ」は一度食べたら忘れられないサクッと噛み切れる柔らかさ。魚焼きグリルで焼いて、レモンと塩でさっぱりいただくのが好みます。あー、豊かな食のまち、湖北。つい財布の紐がゆるみます。



【(株)山田屋】

📍 我孫子市中里 8-2
☎ 04-7188-2254
🕒 営業時間：9時~18時半頃
定休日：金・第4土曜日・不定休あり

湖北駅南口にも個人商店が多くあります。昭和レトロな町並みに癒されに、のんびりと成田線でお越しください。(片岡)

m e m o



布佐・新木・天王台周辺のお店



A

カフェレストラン
こころ音

カフェ
布佐に癒しと
活力をもたらす憩いの店



住所
非公開

sweets nico

洋菓子
食べた時にニコってなる
ごほうびスイーツ



B

焼き菓子小屋
こなこな

洋菓子
暮らしに根付く
手仕事が生む安心の味



C

パティスリー
アビニヨン

洋菓子
温かみのある洋菓子と
フランス雑貨でときめきを



布佐に癒しと活力をもたらす憩いの店

カフェレストラン ころろ音 A

🏠 我孫子市布佐 3093-1

☎ 04-7106-2960

🕒 営業時間：11:00～15:00 L.O.14:00

16:00～18:00 L.O.17:30 ※土曜19:00 L.O.18:30

📅 定休日：日・月曜日

📌 ころろ音



1. 店名は「心根の優しい人が集う場所にしたい」との思いから
2. オーナーの松田弘さんと妻の十三子さん。「朝から朝まで一緒」の仲良し夫婦
3. 野菜たっぷりの焼きカレー (1000円)



2011年3月に起きた東日本大震災で、我孫子市内でも特に布佐地区は大きな被害を負った。そんな中、2012年にオープンした「カフェレストラン ころろ音」の存在に、布佐の人たちがどれだけ心を慰められたか分からない。

店主の松田弘さんは56歳の時、長年の夢だった喫茶店をオープンしたいと考えた。出店場所を探す中で、国道356号線から近く、駐車もしやすい場所として、この土地に決め、友人に建物の建築を依頼した。妻と息子2人と共に、渋谷のカフェスクールに通い、カレー、ミートパスタ、ナポリタン、ブルコギ、サンドイッチのメニューから始めて、10年の歳月が流れた。その間、接客とお菓子作りを担当していた次男の弘樹さんを亡くし、三男の大樹さんは近隣に「らーめん元気」を開店し、現在は夫婦二人で居心地の良い店を続けている。

料理はもちろんのこと、ドレッシングからケーキまで手作りする。看板メニューの生麺のパスタは、厨房設備の都合で、乾麺はゆで時間がかかり、お客さまを待たせてしまう、という理由で始めたが、常連客から「都内でいろいろ食べてきたけれど、これで十分よ」と太鼓判を押されたそう。ランチセットの大豆や鶏ひき肉入りのしょうがのスープは、松田さんが大好きな作家、宮本輝の小説に出てくるスープを再現した。飲むとホッとして活力が湧く。

「店をやって良かったのは、様々な方と交流ができることかな」と弘さん。「自分の家にいるみたいってゆっくりされる方も多いです」と妻の十三子さん。自然体でいられる雰囲気と、手作りのおいしさがこの店にはある。

(2022年11月号掲載)

暮らしに根付く手仕事が生む安心の味

焼き菓子小屋 こなこな B

🏠 我孫子市布佐 3280-8

☎ 04-7103-2452

🕒 不定休のため、営業日・営業時間はインスタの販売日カレンダーをご確認の上、ご来店ください

📷 conacona2013



1. 山小屋風の店舗
2. 清潔な厨房が見える店内
3. 季節のフルーツを使った焼き菓子



毎月ワクワクする「お菓子の定期便」

週に2日しか営業していないお菓子屋さんが我孫子市布佐にある。店内に並ぶのは焼き菓子がメインだが、毎月第3金曜日に「お菓子の定期便」と名付けて、予約者に普段販売していない生菓子や季節のケーキを2000円で販売している。

店主の森さやかさんは、2人の子どものお母さんだ。結婚前までパティシエをしていた経験を活かし、子どもが小学校に上がるタイミングで仕事を再開しようと考えた。しかし、ケーキ店の勤務時間は長く、どこかに勤めることは考えなかった。2013年に自宅の敷地内に夫といとこの協力でウッドデッキを作り、お菓子の製造、販売を始めた後、現在の山小屋風の店舗を構えた。独立して8年。「大変なこともあるけれど、自分で時間を組み立てられるのがいいです」と森さんは微笑む。

お菓子作りのテーマは「自然にあるものを自然に使いたい」「昔おいし

かった記憶があるものを追いかける」。土いじりがしたくて都内から転居してきた経緯もあり、いちご農家に手伝いに行くこともある。

まだまだ子育てメイン担当の母親にとって、子育てと仕事のバランスは普遍的なテーマだ。家事、育児も大事だけれど、仕事や好きなことで自分を表現することも大切。森さんのように暮らしを軸に、子どもの成長に合わせて無理なく働くことは、本人と家族にとって幸せな選択だと感じる。森さんの地に足のついた生き方は、お菓子作りにも当然表れていて、口に入れるとホッとする味。だからまた食べたくなる。

(2021年3月号掲載)

食べた時にニコってなるごほうびスイーツ

スイーツ ニニコ

sweets nico

住所
非公開

非公開

非公開

sweetsnico

注文用LINE ▼



1. ほおずきのタルト
2. 栗の渋皮煮が入ったシュトーレン (3300円)
3. 改田聡子さん



思わずつまみたくなる
かわいいスイーツ

我が家の台所にはおやつへのそくり、略して「おやくり」を隠す場所がある。家事を頑張ろう!と気合を入れる時や、ひとりの時間に味わいたいの、sweets nicoのお菓子だ。

作りの改田聡子さんは母親の影響で、幼い頃から菓子作りを始め、中学時代の部活では毎週土曜日にクレープを振舞っていた。15年前、その味を覚えていた同級生が「身体に良い素材でお菓子を作ってほしい」とオーダーしたことが、sweets nicoを始めるきっかけになる。

ある企業からオーガニックシュガーのサンプルを取り寄せたところ、それまでの菓子が格段においしくなることを知った。1キロ以上届いたサンプルのお礼に菓子を送ったところ、販売したいので菓子製造業の許可を取ってほしいと依頼され、自宅の改築に踏み切った。店舗を持たずに受注やイベントでの販売にした理由は、2人の息子のバスケットボー

ルクラブへの送迎を優先させたかったからだ。

国産小麦、オーガニックシュガー、平飼いの卵など厳選素材で作るお菓子のファンは多い。「お客さまに喜んでもらえた時に大きな幸せ、自分の存在価値を感じられる」と改田さん。最近茨城県高萩にある結農実WORKSの無農薬栽培のほおずきでタルトを作った。「甘酸っぱくて、あんずよりもさわやかです」とのことだ。試行錯誤の末、中心部分に栗の渋皮煮を入れたシュトーレンも好評だ。

モノづくりにはその人の感性が表れる。子どもの夢をサポートしながら自分の菓子作りを続けてきた改田さんの人生と、シュトーレンの奥深い味わいが重なった。

(2022年1月号掲載)

※現在、我孫子おはよう農園の平飼いの卵を使用 ※毎週金曜日に湖北のsu3caで喫茶メニューを提供

温かみのある洋菓子とフランス雑貨でときめきを

パティスリー アビニヨン

我孫子市天王台 1-1-30

04-7182-0501

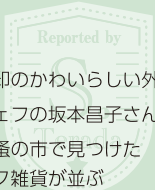
営業時間: 10:00 ~ 19:00

定休日: 木曜日 (祝祭日は営業)

avignon1980



1. 青い扉が目印のかわいらしい外観
2. オーナーシェフの坂本昌子さん
3. フランスの蚤の市で見つけたアンティーク雑貨が並び



チョコレート細工が
すてきなタルトカフェ

そのショートケーキに出合ったのは数年前のこと。誕生日に家族が買ってきてくれ、一口食べたときの衝撃は今でも忘れられない。しっとりとしたスポンジ生地に上品な甘さの生クリーム、いちごの酸味がアクセントとなり、口の中でみごとに調和していた。それ以来、すっかり虜になってしまったお店こそ、天王台駅から徒歩2分の場所にある「パティスリーアビニヨン」だ。現オーナーシェフである坂本昌子さんのご両親が、1980年にパンと洋菓子の店としてオープンしたのがはじまり。坂本さんは製菓学校を卒業後、東京のパティスリーを経て渡仏。2年半にわたってフランスのパティスリーと製菓学校で働いた後、両親からこの店を引き継いだ。

ブルーの扉を開けると、フランスの田舎を思わせるアットホームな店内。ずらりと並んだ伝統的な焼き菓子と見た目にも美しいケーキに心が躍る。坂本さんのおすすめは、フランスで働いていたときに出会ったケーキを再現したという「タルトカフェ」(540円)。バターの香りとサクサクとした食感のタルトの上にコーヒー風味のガナッシュとムースを重ねた、シンプルだけれど深みのある味わい。秋口に登場する「キャラメルポワール」も人気が高い。

「心がけているのは、トータルバランスを考えた素材選びと、旬のフルーツや季節のものを取り入れること」。いちごは柏と取手の農家さんに直接足を運んで厳選し、農家さんとはすでに10年近い付き合いになるという。

そんな坂本さんが作るお菓子は、確かな技術に裏打ちされた芯の強さと、家庭的な愛情の両方を感じられる。大人から子どもまで惹きつけてやまないお菓子が生む心のトキメキを、ぜひ体感しに足を運んでほしい。

(2024年9月号掲載)

あびこのおいしい みーつけた!

2人のライター横顔に迫る!



片岡 綾

料理上手な母と外食好きな父(今思えば家族サービス!?)のお蔭で、幼少期から舌を磨く。20代から30代半ばまで、料理人の協会の会報誌でさまざまな料理人へのインタビューを経験。結婚してから料理を始め、求めた味が創り出せた時は最高の気分。外食頻度が減ったからこそ、店を選ぶときは真剣そのもの。一児の母。



寺田 さおり

千葉県海沿いの町で育ち、根っからの食いん坊。書く・撮るはライフワーク。編集者・ライターとして食(一次産業も含む)、工芸、ものづくり、地域などをテーマに取材・執筆を行っている。フードスタイリストとして料理撮影でのスタイリングを手がけることもある。“暮らす”も“はたらく”も楽しみたい二児の母。



料理、お菓子、パン、ドリンクなど「手作り」するものには、人間性がとてもよく表れると思っています。私が紹介したお店は、おいしいだけでなく、人柄もとても良い方々なので、また会いたくなるし、また食べたくなるのです。



お店を選ぶポイントは



実生活で好きで通っていたお店だったこと、取材前に一利用者としてお店に伺ってみて、「ぜひもっと多くの人に知ってもらいたい!」と思ったことがお店を選んだ決め手でした。



開店20年のタイミングで取材したビストロ・ヴァンダンジュは、私が20代の頃よくカウンター席でひとりフレンチを楽しんだお店。「1か月で包丁を握らない日は一日程度」というシェフに、プロフェッショナルを感じると共に、これからは我孫子を代表するお店であってほしいと思いました。コ・ビアンは以前創業者の小熊覚三郎さんにインタビューしたことがあり、お孫さんの啓太さんが「100周年を目指す」と話すのを聞いて、感慨深かったです。



取材した中で印象的だった店の小話は



どのお店もエピソードがたくさんあり、毎回原稿にまとめたり、削ったりするのに苦労します。パティスリーアビニオンさんの取材で、どんなお客さまが多いのか伺ったら、夕方は意外と会社帰りのサラリーマンの方が多いことと、70代くらいの男性のお客さまが奥様の誕生日にケーキを注文されていくことを聞いて、想像しただけで微笑ましかったです。



我孫子には、小さくても粒ぞろい、オンリーワンの個性が光るお店がたくさんあります。自分のライフスタイルに合わせて無理なく営業されているお店も多く、開店日数が少ないからこそ、お客はそこを求めて行く。約30分に一本しか運行しないJR成田線にも重なるような気がします。



取材した中で感じた我孫子の飲食店の魅力とは



柏市や取手市など近隣地域も含め、田畑や自然が多く、食材に恵まれた土地なので地元産の野菜やくだものを使っているお店が多いことが印象的でした。売り場面積やお店の規模は小さくなくても店づくりや商品一つひとつに世界観がギュッと詰まっていて、店主さんの個性がにじみ出ているような「ここにしかないお店」が多いところも魅力です。

(※1) 2022年、23年にあびこ市民活動ステーションが開催した養成講座の修了生の通称。あびこの魅力を発信する市民ライターとして「書くこと」でまちを活性化していく。24年からは、広報あびこの毎月16日号に掲載の「あびこみつけ」を好評連載中。

おわりに

「あびこのおいしいみーつけた!」の連載が始まった時はライターだった片岡も、現在は市民活動ステーションでコーディネーターをやっています。そして、赤い電動自転車に子どもを乗せて走る中で見つけたおいしいお店を紹介していましたが、46歳で車の免許も取得しました。

時は移り変わります。今回総集編を作るにあたり、振り返ってみる

と残念ながら閉店したお店もありました。取材した時のお店の方との会話は私の血肉となりました。原稿に残せたことは宝です。

読者の皆さまからの「掲載されたお店に全部行っています」「今度このお店を取材してください」という反響が一番の喜びです。これからも我孫子のお店をどんどん利用して、どんどんお金を落として発展させましょう♪あなたの「おいしい」お店もぜひ教えてくださいね。

出会いを食べるライター 片岡 綾

掲載店リスト



我孫子周辺



湖北周辺



布佐・新木・天王台

※掲載情報は2024年10月末時点のものです。

A

旬菜厨房 米舞亭

定食

季節の野菜がふんだんに
味わえる農家の台所



B

WITH TRIANGLE COFFEE

カフェ

日常に彩りを添える
コーヒースタンド



C

コ・ビアン I

洋食

毎日行きたい我孫子の
ファミリーレストラン



D

naturalcafe coto

カフェ

また行きたくなる
ヴィーガンカフェ



E

Bistoro vin dange

フレンチ

我孫子で“成人式”を迎えた
フランス料理店



F

ブンカ・ドー

パン

3世代にわたって愛される、
町のパン屋さん



G

NORTH LAKE CAFE&BOOKS

カフェ・本

心地よい音楽が流れる、
我孫子の文化の発信地



H

JUL et SWAN

花・紅茶

花と紅茶で日常生活に
フランスのエスプリを



A

Boulangerie B&P

パン

我が家の
「パンゲル係数」上昇中！



B

Gallery Cafe 紅屋

カフェ

近所で名画、本格カレーを
堪能できる



C

カフェと雑貨の店 ウイング

カフェ

一店で4度おいしい！
季節を感じる



D

餃子の伍九

中華

様々な餃子メニューが
楽しめる



E

Cafe オリーブ

カフェ

おしゃれなカフェと
宅配弁当の店



F

石臼と麦

麦製品

麦農家による麦専門店



A

カフェレストラン こころ音

カフェ

布佐に癒しと
活力をもたらす憩いの店



B

焼き菓子小屋 こなこな

洋菓子

暮らしに根付く
手仕事が生む安心の味



住所
非公開

sweets nico

洋菓子

食べた時にニコってなる
ごほうびスイーツ



C


パティスリー アビニヨン

洋菓子

温かみのある洋菓子と
フランス雑貨でときめきを



あびこのおいしい

みつけた! 

2019~2024
まち活マガジン
総集編

発行：あびこ市民活動ステーション【2024.11発行】

〒270-1151 我孫子市本町3-1-2 けやきプラザ10F TEL:04-7165-4370

✉ abikosks@themis.ocn.ne.jp