



3  
2021

# TOKYO METRO NEWS



世界旅行をトーキョーで!!

ヨーロッパの島国・  
マルタ島の料理で笑顔に!



ブラジルのパワーを感じる  
ジューシーなステーキ!



荘厳な雰囲気のあるモスクで  
イスラムの文化に触れる



見た目のインパクト大!  
ベラルーシの家庭料理

紅茶と一緒にぜひ!  
ドバイで人気のお菓子





# 世界旅行を トーキョーで!



東京メトロ沿線には  
異国の文化を感じられる場所や  
世界各国の料理やお酒、  
お菓子が楽しめるお店がいっぱい!  
世界旅行へ行った気分になれる、  
とっておきのスポットをご紹介します。



※新型コロナウイルスの影響により掲載スポットの営業日・営業時間は  
変更になる可能性があります。最新情報は各HP等でご確認ください。



好きなメニューを  
組み合わせた  
テイクアウトも!



ピーツのサラダ、ワイン漬けの  
にしん、ポテトなどをミル  
フィーユ状に重ねた「毛皮の  
コート」を着たにしん(1,470円)  
も人気の一品!



## 神谷町

ベラルーシの家庭料理の  
ヘルシーなおいさに舌鼓!

野菜をふんだんに使ったベラルーシの家庭料理が楽しめるお店。たっぷりの挽肉を詰め込んだ「パブリカの肉詰め(1,580円)」は、仕上げにかけるサワークリームの爽やかな酸味がおいしさのアクセントに! 食べれば笑顔になれる料理を、ぜひご堪能あれ。

### ミンスクの台所

- ① 東京都港区麻布台1-9-14
- ② 03-3586-6600
- ③ 日曜
- ④ 日比谷線神谷町駅から徒歩5分

アルコール消毒 スタッフのマスク着用 換気の徹底 etc.



## 代々木 上原

美しきイスラムに出会える  
トルコのモスク

イスラムの文化を肌で感じることができる「東京ジャーミイ・トルコ文化センター」。一日5回の礼拝が行われるイスラム教のためのモスクは、窓から降り注ぐ光がステンドグラスの美しさを浮かび上がらせています。他にも、ハラールフードが購入できるマーケット、原産のチュールリップを描いた調度品が並ぶロビーなど、見どころがたくさん。異文化の真髄に触れてみては。

※一般の方の見学も可能。服装や礼拝中の注意などは公式HPをご確認ください。



### 東京ジャーミイ・トルコ文化センター

- ① 東京都渋谷区大山町1-19
- ② 03-5790-0760
- ③ 無休
- ④ 千代田線代々木上原駅から徒歩5分

出入口の換気 スタッフのマスク着用 etc.

## 新橋

ヨーロッパの島国・マルタ島の  
家庭の味を心ゆくまで楽しむ!

マルタの家庭料理を学んだ店主が提供するメニューは、どれもスパイスが効いて美味。中でも、チーズやポークなどをパイ生地で包み、スライスしたじゃがいもでうま味を閉じ込めた「マルタ フティーラ(1,300円〜)」は、一口目から心がほどけるおいしさです!

野菜がゴロゴロ!  
テイクアウトのピッツァ  
(1,000円)でランチを!



### 新橋 スチームレストラン マルタ

- ① 東京都港区新橋2-9-17 第三常盤ビル 2F
- ② 080-4378-9211
- ③ 日曜・祝日
- ④ 銀座線新橋駅から徒歩1分

アルコール消毒 スタッフのマスク着用  
定期的な換気 etc.





日本橋

珍しいウズベキスタン料理が  
心にスパイスを与えてくれる!?

なかなかお目に掛かることができない、ウズベキスタン料理が味わえるお店。ウズベキスタンの伝統の米料理「プロフ(1,600円・写真左)」は、たっぷりのスパイスが効いて美味。秘伝のタレで肉を串焼きにした「シャリク(1本・850円・写真右)」など、ここにしかない料理が非日常の時間を運んでくれます。



ゴロゴロと大きな肉、  
たっぷりのにんじんを  
混ぜながら味わって!

ブラジルの定番カクテル  
カイピリーニャ (715円)



和光市

迫力ある見た目に  
あっと驚く!  
ブラジルの肉パワー

ご夫婦で営むアットホームな店で人気のメニューはこちら! ボリューム満点の「炭火焼きステーキ(300g/2,409円・写真右)」とブラジルのソーセージ「リングイッサ(2,519円・写真左)」です。その見た目はインパクト大。かみ締めるたびに、口の中で肉汁があふれ出し、太陽の国・ブラジルのパワフルさを感じることができるはず。

ボテッコ ポア  
**Boteco POA**

〒 埼玉県和光市本町15-1 2F  
☎ 048-483-5040  
🗓 日曜  
有楽町線・副都心線と和光市駅から徒歩8分

アルコール消毒 スタッフのマスク着用

定期的な換気 etc.  
※3月7日(日)まで臨時休業



アロヒディン 日本橋店

📍 東京都中央区日本橋2-16-4 日本橋山田ビル 1F  
☎ 03-3271-0221  
🗓 日曜  
銀座線・東西線日本橋駅から徒歩2分

各席にアルコール消毒 スタッフのマスク着用  
定期的な換気 etc.



粘り気のある食感と  
濃厚な甘さが楽しめる  
「デーツ (S・1,728円)」

表参道

ドバイの人気スイーツで  
優雅な気分のティータイムを

ドバイ発のスイーツが楽しめる話題のお店です。イートインスペースでは、好みのケーキと紅茶を味わえます。ショーケースには、紅茶、焼菓子、デーツなどが。コロとした見た目がかわいい焼菓子「ヴィヴェルクラシック(S・1,080円)」は、それぞれが異なる地方の伝統の味になっているそう。ドバイにて熟練の職人により一つ一つ手作りされた、ほろほると甘い焼菓子を紅茶と一緒にぜひ。

ヴィヴェル パティスリー トーキョー  
**VIVEL PATISSERIE TOKYO**

📍 東京都港区南青山3-18-17 青山十八番館ビル 2F  
☎ 03-6432-9866  
🗓 不定休  
銀座線・千代田線・半蔵門線表参道駅から徒歩1分

アルコール消毒 スタッフのマスク・シールド着用  
入口を常時開放 etc.



METRO TOWN STORY

メトロ沿線の街を見つめてきた方に  
“街の魅力”を語ってもらいました!

神谷町

古くからこの街に住む人、  
新しい人の流れ……  
さまざまな表情が刺激的です!

お店は東京タワーが見える場所にあるので、まさに“トーキョー”という雰囲気。このあたりは古くから住む方が散歩する静かな道と、新しい駅や商業施設のオープンで活気があふれる大通りが交差しています。歩く場所ごとに表情が異なり、とても刺激的で楽しいです。街と一緒に成長していきたいと思っています。



ミンスクの台所 (P2)  
ヴィクトリアさん

新橋

今、若い人たちが集う街!  
さらに活気があふれるよう  
店同士がつながって活動中です



新橋 スチームレストラン  
マルタ (P3)  
高宮崇さん

新橋といえばビジネス街のイメージですが、最近は若い方が多数訪れています。実は、老舗から新しいお店まで、約30店舗で街を盛り上げる「新橋ハート」という活動をしているんです。店で流すCMを作ったり、イベントを企画したり。自分たちの手で街を盛り上げ、成長させたいと思っています。



今月のテーマ

## お部屋で楽しく! お花見気分

だんだんと暖かくなってくる3月。  
お部屋の中でも、春の風情を感じてみませんか。

中目黒

## 春の訪れを知らせる植物を インテリアに取り入れて

季節の盆栽や観葉植物の苔玉などが並ぶ専門店。春には梅や桜をはじめ、樺(けやき)などの新緑も楽しめます。10cm程度のサイズからあり、育て方もお店で丁寧に教えてくれるので、初心者でも安心。お気に入りの植物を飾って、家の中でも明るい春の到来を感じてみては?

※この時季に取りそろえている植物について、詳しくはお店へお問い合わせください。



グリーンスケープ  
Green Scape

〒東京都目黒区上目黒1-18-4 セルジエ102

☎ 03-5721-1661

☎ 水曜

日比谷線中目黒駅から徒歩2分

アルコール消毒 スタッフのマスク着用

入口を常時開放 etc.

押上

(スカイツリー前)

## 桜もちを家でじっくり味わい つかの間のお花見気分

小麦粉生地であんを包む関東風桜もち発祥のお店。着色しない自然の色でしっとりとした生地と甘さ控えめのこしあん、桜の葉の塩気がマッチした桜もちが絶品。箱を開けた瞬間から桜の香りが広がり、お部屋でお花見をしているような気分させてくれるでしょう。

※3月は持ち帰りのみとなります。電話予約がおすすめです。



長命寺 桜もち

〒東京都墨田区向島5-1-14

☎ 03-3622-3266

☎ 月曜

半蔵門線押上(スカイツリー前)駅から徒歩15分

アルコール消毒 スタッフのマスク着用 入店制限 etc.



Tokyo Play List

## トーキョー プレイリスト

東京生まれの音楽家・蓮沼執太さんが  
特集のテーマに合わせて  
おすすめの音楽をご紹介します!

今月のテーマ

## 世界旅行を トーキョーで!

### Tokyo Family Restaurant

noon (ふーん)

東京から、世界の音のエッセンスを

渋谷にあるレストラン「Tokyo Family Restaurant」がタイトルになった楽曲です。とにかく歌声と楽器が温かいので、その空気感をぜひ。スウィートなジャズであり、フュージョンでもあり、ソウルでもある。“Tokyo”の名がつく音楽ではあるけれど、世界中の色々なエッセンスが入っている演奏はとても個性的!



レーベル: FLAKE SOUNDS

### By The Sea

John Carroll Kirby (ジョン・キャロル・カービー)



レーベル: Stones Throw Records

広い世界を感じる、多彩な表情の楽曲

ノラ・ジョーンズやフランク・オーシャンなどのコラボレーションでも知られるアメリカの鍵盤奏者のソロアルバムから。R&Bはもちろん、アンビエントからダウンビートの雰囲気を感じる楽曲です。どこか聴きなじみのあるピアノのコード進行に耳を澄ませば、トーキョーから世界の広がりを味わえることでしょう。

### Tokyo

Thundercat (サンダーキャット)

親日家の彼が奏でるTokyoの世界

ベーシスト・作曲家でもあるサンダーキャット。親日家で知られる彼だからこそ作れる、独特の世界観を持つ楽曲、その名も「Tokyo」。ネオンのようにキラキラと輝くようなゲーム音から始まって、リズムカルなビートにドシッと安定したベースがグルーヴィ。トーキョーの地にある“世界”の情景を思い浮かべて。



レーベル: Beat Records

紹介するのは……



蓮沼執太(はすぬま・しゅうた)

東京都出身の音楽家。2006年にアルバム・デビュー。2010年に総勢15名の「蓮沼執太フィル」を結成する。さまざまな芸術分野とのコラボレーションも多数。第69回芸術選奨文部科学大臣新人賞を受賞。

安全・安定輸送を確保する！

# “電気”にまつわる 保守・点検

列車を走らせるために欠かすことのできないのが「電気」の力。始発から終電まで、当たり前のように列車を走らせ、お客さまを安全に、安定して輸送できるように私たちが行う保守・点検についてご説明します。

その1

## がせん 架線を守る

電気部  
電力課

飯島純一さん

電気を送る生命線の「架線」。職人的感覚とデータ計測の両軸で計画的に保守しています。

列車の運行に欠かすことができない電気は、架線によって各路線に流れています。この架線の点検は、私たちが目で見て行っているんです。日々、絶え間なく列車が運行しているため、架線を構成する部品は摩耗し、いわゆる“すり減った状態”に。部品のわずかなすり減りを、職人的感覚で見つけ出し、専用工具で計ります。0.01ミリ単位での計測が必要となるため、測定データを活用することも。見逃すことが許されないからこそ、瞬きできないくらいの緊張感を持って、日々の点検に臨んでいます。

解説！

## 列車が走る仕組みとは？



変電

電力会社から供給される電気を用途に応じて変圧・変換します。

送電

架線を通して流れてきた電気を、パンタグラフを通じて列車に送ります。

運行

電気によりモーターが動き、車輪が回り、列車が運行します。

CLOSE UP!



地下と地上、それぞれに適した  
3種類の架線で電気を送っています。



### 剛体架線

銀座線・丸ノ内線を除く地下では、基本的に「剛体架線」。トンネルの天井に、T字型の器具（アルミT形材）を取り付け、そこに電気が流れるトロリ線を通しています。



### カテナリ架線

地上では「カテナリ架線」が一般的。電架柱と呼ばれる柱に、トロリ線を吊り下げる方式です。



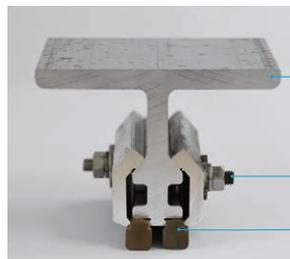
### サードレール

銀座線と丸ノ内線は「サードレール」方式。線路の横に設置された架線で、2本のレールにプラスされた“第3のレール”に見えることからこの名前に。

架線がすり減っていないかを  
目で見て点検を行っています。



架線の点検は、測定データだけに任せることができません。パンタグラフとの摩擦によってすり減った架線がないかを、社員自らが目で見て点検しています。東京メトロの全9路線の全ての場所の点検が必要であるため、一年のうちでどのような順番で更新を行うか、緻密な計画を立てながらチームワークによって実施しています。



### 剛体電車線

#### アルミT形材

架線をトンネルに吊る器具

#### イヤー、イヤーボルト

トロリ線を固定する器具

#### トロリ線

パンタグラフと接触する電線部分

### ★ 夜のメトロでは



終電から始発までの数時間で  
架線の張り替え作業を行います。

保守・点検のために作られた専用の作業車で線路の上を時速10キロで走行。点検はもちろん、摩耗した架線の保守も行っています。

## その2

# 信号設備を守る



電気部  
信号通信課

加藤衛さん

**列車の安全・安定輸送に不可欠な「信号設備」が正常かどうか時には音を聴いて点検します。**

ATC装置（自動列車制御装置）など、列車の衝突や追突を回避するために必要な信号設備。機器室という場所に集約し、日々、保守・点検を行っています。また、線路内には、機器室装置からの信号電流および情報を流すためのケーブルや列車の進行方向を変える転てつ機等があり、この点検も人の手でを行っています。経験を重ねて培われた感覚が大切だからこそ、チームワークによる力を発揮しながら、先輩から後輩へ技術を継承することを大事にしているんです。

CLOSE UP!  
🔍

**列車が安全に運行するためのさまざまな信号設備があります。**



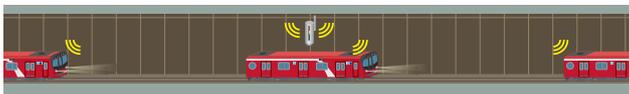
### 転てつ機

線路内にあり、ポイントとも呼ばれる転てつ機。列車の進行方向を変える役割があります。



### ATC装置（自動列車制御装置）

列車の速度を管理し、走行中の区間の制限速度を指示することで、列車同士の間隔を確保します。



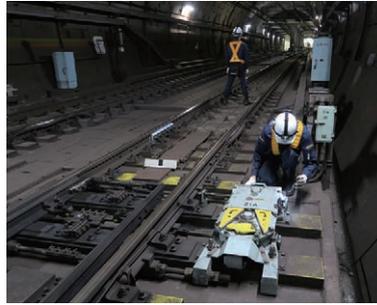
### CBTC（無線式列車制御）システム

※イメージ

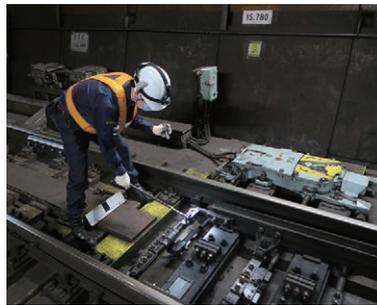
無線を利用して列車を制御します。丸ノ内線では、2023年度の運用開始を目指しており、日本の地下鉄では初となるシステムです。



**気候の影響を受けやすい部分も目で見て、耳で聴いて点検を実施。**



転てつ機は、列車の振動や寒暖の差によっても影響を受けやすく、列車の平常運行に影響を与えてしまう設備です。ロック（調整目標）から1.5mmズレただけでも故障となるため、細心の注意を払い保守・点検を行っています。

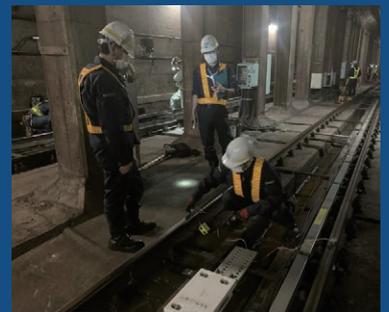


点検ハンマーでナットを叩いて緩みがないかを点検。微妙な音の違いで緩みを確認しています。

### ★ 夜のメトロでは

### 線路内の信号設備の点検はチームでの緻密な段取りがカギに

レールに流れている信号電流を測定する作業は日中行えないため、夜間終電後に保守用車と呼ばれる作業車を使用し行います。限られた時間で効率良く確認しなければならないので、作業前はミーティングを行い細かく段取りを組みます。測定値が思わしくない場合、その場で調整することも。終電から始発までの約3時間の勝負になるので一切気が抜けません。朝を迎えたとき、無事に始発が走り出せるように……そのことだけを考えて、チーム一丸となって保守・点検を行っています。



**東京メトロの安全・安心な運行があるために今後も保守・**

**みなさまの“当たり前の毎日”で点検を続けてまいります。**



新しい「東京メトロ my! アプリ」の活用法をご紹介

この春は「ひと駅歩く検索」で  
健康な体づくりを始めませんか？

1月下旬にリニューアルしたアプリの新機能が大好評！  
暖かくなってきた今こそ、おでかけや通勤時に  
ひと駅間の“ゆるっとウォーキング”で健康を意識しましょう。

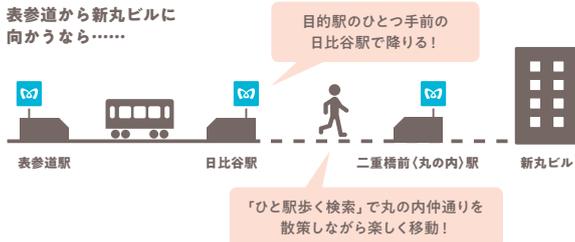


「ひと駅歩く検索」とは？

目的駅のあえて「ひと駅手前」から歩くルートが調べられるアプリの新機能です。通勤や休日のおでかけついでに利用すれば、歩く習慣が身に付き、毎日の健康サポートに役立ちます。



こんな使い方ができます！



今回ご紹介した「ひと駅歩くルート検索」のほか、「エレベータールート検索」など、東京をもっと移動しやすくする機能を追加予定なのでご期待ください！

アップデートがお済みでない方はコチラ！

次の手順に従い、アップデートをしてください。

- iOS**
- 「App Store アプリ」を開き、右上のアカウントアイコンをタップします。
  - 画面を下にスワイプすると、アップデート可能なアプリが表示されるので「東京メトロ my! アプリ【2021年版】」をアップデートします。
- Android**
- 「Google Play ストアアプリ」を開き左上のメニューをタップします。
  - 「マイアプリ&ゲーム」を選択し、「東京メトロ my! アプリ【2021年版】」を更新します。

アプリをお持ちでない方はコチラ！

以前の「東京メトロ my! アプリ」をご利用の方やアプリをお持ちでない方は、各ストアから新しい「東京メトロ my! アプリ」をダウンロードしてご利用ください。



東京メトロ my! アプリ HP

TOKYO METRO  
MONTHLY  
INFORMATION

March 2021

東京メトログループから  
イベントやキャンペーンなど  
今月のおすすめ情報をお知らせします。

※新型コロナウイルスの影響により内容変更や延期、中止になる可能性がございます。予めご了承ください。最新情報は各HP等でご確認ください。



2022年4月入社 新卒エントリー開始！  
首都「東京」の交通のライフラインを支える  
東京メトロと一緒に働きませんか？

〈募集要項〉

総合職	事務系・技術系(機電系(車両・電気)・土木・建築・ICT)
エキスパート職	運輸、技術(車両、電気、土木)

2019年4月から2022年3月までの間に大学、大学院を卒業または卒業見込の方。ただし既卒者については社会人経験(他社での就業経験)のない方に限ります。

2022年3月に大学、大学院、短期大学、専門学校、高等専門学校を卒業見込の方。



職種によりエントリー期間が異なります。  
詳細は東京メトロ採用情報HPをご確認ください。



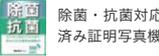
お問い合わせ 東京メトロお客様センター  
TEL.0120-104106  
<https://tokyometro-recruit.jp>

▶詳細はコチラ



証明写真機でマイナンバーカード申請！  
「マイナンバーカード」の申請はお済みですか？  
東京メトロ駅構内の証明写真機が便利です

東京メトロ駅構内にある証明写真機でマイナンバーカードを申請しませんか。マイナンバーカードは顔写真付きの身分証明書として使え、2021年3月(予定)より医療機関・薬局における健康保険証としてもご利用いただけます。また、マイナンバーカードでお好きなキャッシュレス決済サービスを選んで使うと、マイナポイントが最大5,000円分もらえます。



お問い合わせ スタジオセンター  
TEL.0120-197-322

▶スタジオセンター公式HP



## 「TAKUMI×SANDWICH」が話題!

ちょっとぜいたくなお惣菜やサンドウィッチを  
自分へのご褒美にいかが?

丸ノ内線中野坂上駅構内にある惣菜×  
サンドウィッチ「TAKUMI×SANDWICH」。  
“ちょっとぜいたく・ちょっとご褒美”をコ  
ンセプトに、四季折々の素材を取り入れた  
お惣菜や、何度でも食べたいくなる彩り豊  
かなサンドウィッチを取りそろえておりま  
す。毎日の食卓や、自分へのご褒美に、ぜ  
ひご利用ください。



ローストビーフサラダ



ミニ丼各種

### 販売場所

丸ノ内線中野坂上駅構内

### 営業時間

7:30~21:00

(土曜・日曜・祝日は8:00から)

※新型コロナウイルス感染拡大の影響により、営業時間が  
短縮している場合がございます。

お問い合わせ

メトロプロパティーズCS推進部 広報担当  
TEL.03-5827-5837(10:00~17:00土日祝除く)  
http://www.metro-pro.jp



## 快適すぎる魔法のソファ「Yogibo」を体験

おうち時間を快適にする  
人気のソファの座り心地を体感してみは?

さまざまな形に変化する魔法  
のソファ「Yogibo(ヨギボー)」  
が天国のような座り心地であ  
なたを包み込みます。イス、リ  
クライナー、ソファ、ベッドが  
全てYogiboだけでOK!そ  
の快適さにハマる人が多い  
ビーズソファを、ぜひ体験し  
てみて!有楽町線池袋駅直結ビ  
ル「Esola池袋」2階にてお待ち  
しています。



### 体験場所

Esola池袋2階(有楽町線池袋駅南通路西改札すぐ)

お問い合わせ

メトロプロパティーズCS推進部 広報担当  
TEL.03-5827-5837  
http://www.metro-pro.jp



## 麻布笄軒の「究極のバスクチーズケーキ」

インスタグラマーにも評判の  
バスクチーズケーキが飯田橋駅で購入できます!

広尾の洋食店・麻布笄軒(あざぶこう  
がいけん)の「究極のバスクチーズ  
ケーキ」は、本格的なスペインのレシ  
ピで、芳醇なチーズの風味が特長で  
す。北海道産のクリームチーズをたっ  
ぷりを使った濃厚な舌触りはクセに  
なるおいしさ。卵、バター、クリーム  
などの材料にもこだわっているの  
で無添加で安心・安全!塩をつけなが  
ら、ワインやシャンパンと合わせるの  
もおすすめです。



### 開催期間

3月22日(月)~28日(日)

東西線飯田橋駅改札外ブース

▶バスクチーズケーキの詳細はコチラ

お問い合わせ

株式会社Yクリエイト 麻布笄軒  
TEL.03-3486-0118  
https://kougaiken.thebase.in/items/27882926



## メトロのエコバッグ好評発売中!

老若男女が使えるシンプルなおエコバッグ。  
柄をよーく見ると……?

東京メトロの人気車両と路線マークがデザ  
インされた“ゆるかわいい”エコバッグが発  
売中。ちょっとしたお買い物に便利な小ぶり  
サイズで、くるくる丸めて小さく収納できる  
ため、かばんに入れてもかさばりません。  
ナナメボーダーのような柄は、各路線車両  
の絵柄になっています。よーく見ると新しく  
デビューした有楽町線・副都心線17000系  
も。ぜひお気に入りの車両を探してみ!



- 小 W250mm×H300mm (立体マチ無し/コンビ袋タイプ) 800円(税込み)
  - 大 W400mm×H400mm (立体マチ無し/ショルダータイプ) 1,000円(税込み)
- ※大きいサイズは、書泉グランデ、書泉ブックタワーでの限定販売です。

### 販売場所

オンラインショップ「メトロの缶詰」、  
書泉グランデ、書泉ブックタワー

▶詳細はメトロの缶詰HPへ

お問い合わせ

(株)メトロコマースストア・ショップ第一課  
TEL.03-5246-8124(10:00~17:00土日祝除く)



## 「greener ちいさなマルシェ」開催!

フレッシュな千葉県産の野菜や  
できたての美味しいお弁当はいかが?

東西線妙典駅高架下にある「greener  
(グリーナー)」では、3月27日(土)・  
28日(日)に施設屋外スペースにて  
「greener ちいさなマルシェ」を開催い  
たします。千葉県産の生鮮食品を中心  
に、スーパーではあまり見かけない商  
品など、とっておきのアイテムをご用  
意してお待ちしています。さらにボル  
ダリングも2日間限定で無料開放!詳  
細はHPをご確認ください。



開催日 3月27日(土)・28日(日)

10:00~16:00(ボルダリングの無料開放は15:00まで)

greener屋外スペース(東西線妙典駅から徒歩5分)

※新型コロナウイルス感染拡大の影響により、変更の恐れがあります。

▶greener公式HP

お問い合わせ

アウトドアフィットネスクラブgreener  
TEL.047-311-4918(火曜定休)



## 「東日本大震災から10年 東北のいま オンライン写真展」を開催!

復興への軌跡を写真で振り返ります

今年の3月11日で東日本大震災から10年。  
その間、岩手県、宮城県、福島県では着実  
に復興が進められ、震災から得た教訓を後  
世に伝えるための取り組みも始まっていま  
す。写真展では、「震災から復興への歩み」  
「東京都の支援」「賑わいの再生」「未来へつ  
なぐもの」の4つのテーマに沿って、復興  
に向かう被災地の様子をさまざまな写真でご  
紹介します。

開催期間 開催中~3月14日(日)



▶「東日本大震災から10年 東北のいま  
オンライン写真展」専用HP

お問い合わせ

東京都総務局復興支援対策部都内避難者支援課  
TEL.03-5388-2384



今月のTRY!

# 五感を刺激する春

春が来て心弾む季節。  
目で耳で美しい春にふれてみては?

## PICK UP EVENT!

### 日本橋桜フェスティバル



桜とともに日本橋の魅力を体感できるイベント。今年は「食」の新しい楽しみ方に出会える”をテーマに、限定メニューや老舗の料理人による料理教室など、さまざまな食の体験ができます。

#### 担当者の ここがおすすめ!

日本橋は名店の連なる「食」の街です。桜色のライトアップのほか、桜モチーフの限定メニューや名店による「お花見弁当」の販売、料理教室など日本橋ならではの食の体験をぜひ楽しんでください。



三井不動産  
株式会社  
日本橋街づくり  
推進部  
森川千裕さん

3月19日(金)~4月11日(日)  
日本橋・八重洲・京橋  
エリア

銀座線・半蔵門線三越前駅から徒歩すぐ  
● 催しにより異なります  
☎ 03-3242-0010 (日本橋案内所)  
※一部オンラインでも実施



01\_TAMEIKE-SANNO



02\_EBISU



03\_NISHI-SHINJUKU



04\_UENO



05\_KORAKUEN



06\_NIUBASHIMAE  
(MARUNOUCHI)

### 01

開催中~5月31日(月)

ストロベリー・  
アフタヌーンティーセット  
銀座線・南北線溜池山王駅から徒歩5分  
☎ ANAインターコンチネンタルホテル東京  
2階アトリウムラウンジ  
☎ 11:00~17:00 (最終入店)  
※2時間制、L.O.は終了30分前まで  
☎ 03-3505-1111  
※テイクアウトは、前日までに要予約

### 02

開催中~4月30日(金)

ストロベリーデザートブッフェ  
日比谷線比寿駅から徒歩10分  
☎ ウェスティンホテル東京  
インターナショナルレストラン「ザ・テラス」  
☎ 14:30~17:00、14:50~16:50  
☎ 03-5423-7778  
☎ 土曜・日曜・祝日  
※事前予約推奨

### 03

開催中~4月22日(木)

ヨーロッパ・モード  
丸ノ内線西新宿駅から徒歩10分  
☎ 文化学園服飾博物館  
☎ 10:00~16:30 ※3月5日(金)~19:00  
※入館は閉館の30分前まで  
☎ 03-3299-2387  
☎ 月曜・水曜・日曜・祝日  
※変更の可能性あり。詳細はHP参照

### 04

3月19日(金)~4月23日(金)

東京・春・音楽祭 2021  
銀座線・日比谷線三軒茶屋駅から徒歩10分ほか  
☎ 東京文化会館、上野恩賜公園の  
各美術館・博物館ほか  
☎ 公演により異なります  
☎ 03-5205-6497 (主催者事務局)

### 05

3月25日(木)~31日(水)

世界らん展 2021-花と緑の祭典-  
丸ノ内線・南北線後楽園駅から徒歩3分  
☎ 東京ドームシティ プリズムホール  
☎ 9:00~18:00  
※3月26日(金)・27日(土)~21:00  
☎ 03-5800-9999  
※日時指定入場制

### 06

開催中~5月30日(日)

テート美術館所蔵 コンスタブル展  
千代田線二重橋前(丸の内)駅から徒歩3分  
☎ 三菱一号館美術館  
☎ 10:00~18:00 ※金曜、3月10日(水)  
~21:00 ※入館は閉館の30分前まで  
☎ ハローダイヤル050-5541-8600  
☎ 月曜 ※ただし祝日、3月29日(月)は開館  
※入場制限あり、日時指定券優先

03\_イヴニング・ドレス+1988年+ダイアナ元皇太子妃着用 ※寄託資料  
04\_2019年開催の様子 ©東京・春・音楽祭実行委員会/青柳聡  
06\_ジョン・コンスタブル《教会の入口、イースト・バーゴルト》1810年発表、油彩/カンヴァス、44.5×35.9cm、テート美術館蔵 ©Tate

# ダイヤ改正のお知らせ

東京メトロでは、3月13日(土)から全9路線でダイヤ改正を行います。

## Others!

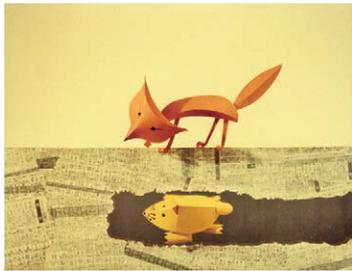
今月開催予定の、その他のおすすめイベントもご紹介。



01 ASAKUSA



02 SHINJUKU



03 KYOBASHI



04 MITSUKOSHIMAE



05 SHIBUYA



06 EBISU

**01**  
開催中~4月11日(日)  
特集展示「資料館で雛まつり」  
銀座線浅草駅から徒歩10分  
場 すみだ郷土文化資料館  
時 9:00~17:00 ※入館は閉館の30分前まで  
問 03-5619-7034  
休 月曜、第4火曜 ※ただし祝日の場合は開館し翌日休館

**02**  
開催中~3月31日(水)  
ひなまつりを祝う  
華やぐ特別ランチ  
丸ノ内線新宿駅から徒歩5分  
場 京王プラザホテル  
時 11:30~15:00  
問 03-3344-0111  
休 各店舗により異なります

**03**  
開催中~3月28日(日)  
川本喜八郎+岡本忠成  
パペットアニメーション2020  
銀座線京橋駅から徒歩1分  
場 国立映画アーカイブ展示室7階  
時 11:00~18:30 ※入館は閉館の30分前まで  
問 ハローダイヤル050-5541-8600  
休 月曜

**04**  
開催中~4月18日(日)  
特別展 小村雪岱スタイル  
一江戸の粋から東京モダンへ  
銀座線・半蔵門線三越前駅から徒歩1分  
場 三井記念美術館  
時 11:00~16:00 ※入館は閉館の30分前まで  
問 ハローダイヤル050-5541-8600  
休 月曜  
※日時指定予約制

**05**  
3月開幕予定 ※現在会期調整中  
アール・ブリュット ゼン&ナウ2021  
レターズ ゆいほどける文字たち  
半蔵門線・副都心線渋谷駅から徒歩5分、  
銀座線渋谷駅から徒歩8分  
場 東京都渋谷公園通りギャラリー 展示室 1、2  
時 11:00~19:00  
問 https://inclusion-art.jp  
休 月曜 ※祝日の場合は開館し翌平日休館

**06**  
開催中~4月4日(日)  
【開館55周年記念特別展】  
川合玉堂  
一山崎種二が愛した日本画の巨匠—  
日比谷線恵比寿駅から徒歩10分  
場 山種美術館  
時 11:00~16:00 ※入館は閉館の30分前まで  
問 ハローダイヤル050-5541-8600  
休 月曜 ※祝日の場合は開館し翌火曜休館



詳しくは!

▶ 東京メトロ公式HP内の  
ニュースリリースをご確認ください



### 変更点の一部をご案内

- 1 全9路線で終電時刻を繰り上げ**
  - 夜間保守・作業時間の確保を目的として終電時刻の繰り上げを行います。
- 2 銀座線・丸ノ内線・東西線の平日ダイヤ変更**
  - 朝・タラッシュ時間帯で、ご利用状況に合わせた運転本数に変更いたします。
- 3 千代田線の平日ダイヤ変更**
  - 早朝・タラッシュ時間帯で、ご利用状況に合わせた増発を行います。
  - 5時台の北綾瀬駅~代々木上原駅間、6時台の代々木上原駅~綾瀬駅間で各1本増発いたします。16時台に代々木上原駅~綾瀬駅間で1本増発いたします。
- 4 半蔵門線の平日ダイヤ変更**
  - タラッシュ時間帯で、ご利用状況に合わせた運転本数に変更いたします。

東京メトロに関するご意見  
ご要望やお問い合わせ・  
お忘れ物のお問い合わせは 東京メトロお客様センター **0120-104106**  
(9:00~20:00年中無休)

※新型コロナウイルスの影響により、営業時間に変更が生じる場合があります。HP等をご確認いただきますようお願いいたします。  
※番号をご確認のうえ、お間違のないようお願いいたします。



運行情報やバリアフリーの施設のご案内など、  
東京メトロに関する情報は

<https://www.tokyo-metro.jp/>



※掲載情報は2021年2月15日現在のものです。  
発刊：東京地下鉄株式会社 広報部

