

★ COUPON ★ ★ COUPON ★ ★ COUPON ★ ★ COUPON ★

有効期限 2012年 3月9日～5月31日 有効期限 2012年 3月9日～5月31日 有効期限 2012年 3月9日～5月31日 有効期限 2012年 3月9日～5月31日

JR東日本 山梨・多摩 エリア JR東日本 山梨・多摩 エリア JR東日本 山梨・多摩 エリア JR東日本 山梨・多摩 エリア



山梨・多摩エリア

列車で行こう♪
気軽な旅

2012.3.9▶5.31

★ COUPON ★ ★ COUPON ★ ★ COUPON ★ ★ COUPON ★

有効期限 2012年 3月9日～5月31日 有効期限 2012年 3月9日～5月31日 有効期限 2012年 3月9日～5月31日 有効期限 2012年 3月9日～5月31日

JR東日本 山梨・多摩 エリア JR東日本 山梨・多摩 エリア JR東日本 山梨・多摩 エリア JR東日本 山梨・多摩 エリア

本誌「小さな旅クーポン」について

COUPON このマークのある施設やお店で、おトクなサービスが受けられます。

■このクーポン券は各店舗様(一部店舗を除く)のご協力をいただいております。クーポン券はお一人様1店舗1回限り有効です。上記のクーポンを切り取ってお使いください。■有効期限を過ぎたものはご利用いただけませんのでご注意ください。■都合によりサービス内容が変更になる場合もありますので、ご了承ください。■このクーポン券と他のサービスの併用はできません。■ランチタイムなどの混雑時にはクーポンのご利用をお断り場合があります。■各店舗の情報は2012年3月1日現在のものです。内容に変更がある場合もあります。

JR東日本
小さな旅

めぐる
花
ぐるめ
Meguru Hana Gourmet
春篇

めぐる花ぐるめ

花めぐり&グルメめぐりを楽しみながら、
素敵な賞品をゲットしよう!

スタンプラリー
開催中!

詳しくはP22をチェック!

実施期間 2012年3月9日(金)～5月13日(日)

スタンプ設置駅 高尾駅/相模湖駅/塩山駅/吉祥寺駅/
西立川駅/河辺駅

←キリトリ

JR東日本
小さな旅 めぐる花ぐるめ
Meguru Hana Gourmet

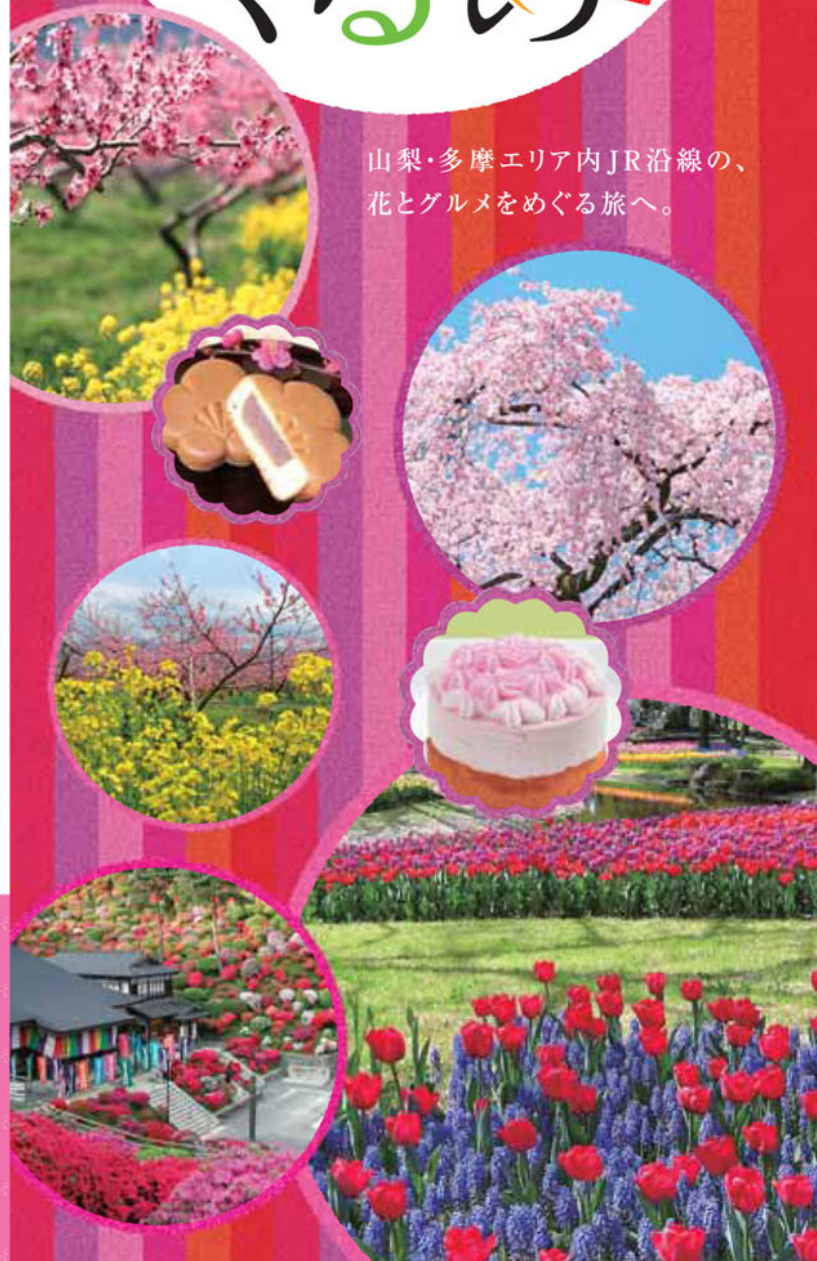
スタンプラリー応募台帳

ご希望の賞品のスタンプ数を集めてご応募ください

1	スタンプ1個賞	4
2		5
3	スタンプ3個賞	6
		スタンプ6個賞

↓のキリトリ

(折り線/山折り)



山梨・多摩エリア内JR沿線の、
花とグルメをめぐる旅へ。

めぐる花ぐるめ

Meguru-Hana-Gourmet

山梨・多摩エリア内のJR沿線は、季節ごとに素敵な花々が咲き誇り、地元ならではの多彩な美味も魅力です。

花とグルメをめぐる心弾む旅へ、さあ出かけましょう!



梅

吉野梅郷梅まつり

多摩川の南岸の東西約4kmに広がる吉野梅郷。青梅市梅の公園をはじめ、地元農家の梅園が点在し、春には紅梅・白梅約1万5千本が花を咲かせ、ほのかな香りを辺り一帯に漂わせます。まつり期間中は、地元特産品販売やスタンプハイクなど、数々のイベントが開催されます。



例年の見頃
2月下旬~3月下旬

青梅市梅の公園

★開催期間:2月18日(土)~3月31日(土)

■吉野梅郷一帯、青梅市梅の公園 ■青梅線・日向和田駅から徒歩約10分
☎0428-20-0011 (青梅観光案内所)

例年の見頃
3月中旬



即清寺 招春梅

畠山重忠ゆかりの寺院。境内には梅の古木・招春梅など、数々の名木がそびえます。

☎0428-20-0011 (青梅観光案内所)

例年の見頃
3月中旬



大聖院 親木の梅

樹齢約700年、梅郷の梅の始祖といわれ、金剛寺の「将門誓いの梅」を根分けしたと伝わります。

☎0428-20-0011 (青梅観光案内所)

例年の見頃
3月中旬



岩割の梅

戦の中で芽生えた悲恋の物語に由来し「悲恋の梅」とも。岩を割って根付いた梅です。

☎0428-20-0011 (青梅観光案内所)

例年の見頃
3月中旬



鎌倉の梅

旧鎌倉街道の傍らにある樹齢約400年と伝わる古木。旧鎌倉街道ゆかりの梅です。

例年の見頃
3月中旬



青梅市梅の公園

約120種1,500本の梅が植えられ、多くの花見客が訪れる吉野梅郷のシンボルです。

▼まつり期間のみ大人200円、小学生以下無料
☎9:00~17:00
☎0428-24-2110 (青梅市商工観光課)



青梅の梅を訪ねて

春の青梅を満喫する、梅名所をめぐる散策コースです。

■歩行時間/約1時間40分 ■歩行距離/約5km



吉川英治記念館

文豪・吉川英治の原稿、著作、書画など、ゆかりの品約300点を展示しています。

▼大人500円、中・高・大学生400円、小学生300円

☎10:00~17:00(最終入館16:30)

☎休月曜日(祝日の場合は翌日) ■青梅線・二俣尾駅から徒歩約25分

☎0428-76-1575

COUPON 入館料100円引き



美味に愛たい! 日向和田駅エリアのおすすめグルメ



こんにやく屋が造る梅ジャム

完熟梅の果肉と砂糖でじっくり煮込んだ手造りの梅ジャムは、爽やかな酸味と甘味が美味。パンにもヨーグルトにも最適です。

こんにやく屋

▼梅ジャム550円など ☎9:00~17:00

☎休月曜日(祝日の場合は翌日、3月は無休)

☎青梅線・日向和田駅から徒歩約3分

☎0428-76-0755

COUPON 梅干し(1個入)サービス

吉野梅郷の梅で造った梅商品

吉野梅郷の自家梅園の梅を丁寧に手もぎし、一粒一粒愛情を込めて漬けた梅干しからオリジナル梅商品まで幅広い品揃えが自慢です。

美よしの園

▼梅ざるうどんと梅干おにぎりセット630円など

☎9:30~17:00 ☎火曜日(観梅時無休)

☎青梅線・日向和田駅から徒歩約8分

☎0428-76-0790

COUPON お食事の方、お買い上げの方
美よしのコーヒ-400円~100円(1杯)



梅の里ならではの饅頭

青梅の梅を活かした商品がずらり。カステラ生地と鉄釜で練り上げた餡が入った紅梅饅頭がおすすめです。喫茶も併設。

梅菓子処 紅梅苑

▼紅梅饅頭(8個入)680円など

☎9:30~17:00(喫茶のみ平日16:30、平日

L.O.16:15、土・日・祝日L.O.16:45)

☎休月曜日(祝日の場合は翌日)、5月8日

☎青梅線・日向和田駅から徒歩約5分

☎0428-76-1881

COUPON お買い上げの方に紅梅饅頭
1個プレゼント

名物へそまんじゅう

おへそをイメージした茶と白の蒸しまんじゅう。皮は薄く、つぶし餡がたっぷり入って美味。

へそまんじゅう本舗

▼へそまんじゅう(8個入)840円など

☎9:00~日没(L.O.18:30) ☎無休

☎青梅線・日向和田駅から徒歩約2分

☎0428-23-4928

COUPON 全商品10%引き



梅

高尾梅郷

旧甲州街道と小仏川沿いの7つの梅林を総じて高尾梅郷と呼びます。民家の庭先や山の斜面、畑、遊歩道などに約1万本の紅梅・白梅が咲き、3月10日(土)・11日(日)には「第33回高尾梅郷梅まつり」を開催。琴の演奏、模擬店、梅林をめぐるスタンプハイクなどが催されます。

☑中央本線・高尾駅北口から小仏行きバス約15分、「日影」または「大下」下車徒歩約10分
☎042-620-7378(八王子市役所観光課)



美味に愛たい! 高尾駅エリアのおすすめグルメ



古い木造駅舎を活かした店舗
国産の特別栽培のお米から作るもちもちの高尾天狗パンは、きなこクリームがサンドしてあり、おやつに最適。

Ichigendo 高尾駅店
¥高尾天狗パン140円など
🕒7:30~20:30(L.O.20:00)
📍不定休 ☑中央本線・高尾駅北口改札横
☎042-669-4701

COUPON イートインセットメニュー100円引き

登山中に寄れるコーヒー店
自然の中にひっそりと建つカフェ。スッキリとした飲みやすいコーヒーを味わい、自家焙煎のふじだなブレンドをお土産に。

珈琲自家焙煎の店 ふじだな
¥クッキー付きの一杯のコーヒー300円、ふじだなブレンド(100g)480円など
🕒10:00~17:00 📍火・水・木曜日
☑中央本線・高尾駅北口から小仏行きバス約11分、「裏高尾」下車徒歩約2分
☎042-661-0798



COUPON オリジナルパンダ半額(500円→250円)



「桑の都」の美味なうどん
絹織物の産地として桑栽培が盛んだった八王子で、身体にやさしい桑の葉を練り込んだうどんに舌鼓を。

たぐみ・せんせん庵
¥桑の葉うどん1,050円など
🕒11:30~15:00、17:00~21:00(L.O.20:00)
📍月曜日 ☑中央本線・高尾駅から徒歩約20分
☎042-661-0116

COUPON お食事の方にくず切りまたはコーヒーサービス

自然豊かな裏高尾の豆腐屋
旧甲州街道にあるするさしの豆腐屋。国産大豆と裏高尾の地下水、天然にがりを使用し、どの商品も丹念に造られています。

峰尾豆腐店
¥寄せ豆腐210円など
🕒8:00~18:00 📍木曜日
☑中央本線・高尾駅北口から小仏行きバス約10分、「摺差」下車徒歩すぐ
☎042-666-0440



COUPON 300円以上お買い上げの方に油揚げ1枚サービス

カタクリ

さがみ湖カタクリの郷

石器時代の遺跡もある寸沢場で、先人たちが大切に守り育ててきた貴重なカタクリの群生地。阿津川のほとり、広さ2,800㎡の林の中に80~100年ほど前から自生のカタクリ約10万株が群生し、春には紅紫色の可憐な花を咲かせます。

🌸開園期間:3月下旬~4月上旬
※開花状況等により変更になる場合があります。



例年の見頃 4月上旬頃



COUPON 入園料100円引き
¥大人300円、小学生以下無料 🕒10:00~17:00 📍雨天休園
☑中央本線・相模湖駅から三ヶ木行きバス約15分、「寸沢場」下車徒歩約3分
☎042-684-2633(相模湖観光協会)

美味に愛たい! 相模湖駅エリアのおすすめグルメ

丹沢生まれの和風あんぱん
山のようにこんもりと盛り上がり、中には餡がぎっしり。和菓子のような仕上がりで、10種類の餡があります。

ル・ボン 相模湖店
¥丹沢あんぱん130円など
🕒9:30~18:00
📍無休
☑中央本線・相模湖駅から徒歩約1分
☎042-684-2112



相模湖畔で春満載の釜飯
相模の郷土料理「かて飯」が味わえます。かて飯とは、混ぜご飯のことで、春は山菜を混ぜた素朴な味が楽しめます。

公魚の里 清水亭
¥相模のかて飯(山菜・汁・フルーツ付)1,260円など
🕒7:00~19:00(L.O.18:30) 📍無休
☑中央本線・相模湖駅から徒歩約10分
☎042-684-3311

COUPON 相模のかて飯をご注文の方に石老山の湧き水でたてたコーヒー1杯サービス

地元野菜を使ったパスタ
絵本の世界に遊びに来たようなお店。ダヤングッツに囲まれながら、おすすめのパスタを味わってください。

ダヤンカフェ
¥ホタテと春キャベツのクリームパスタ1,000円など
🕒11:00~20:00(L.O.19:15) 📍月・火曜日
☑中央本線・相模湖駅から徒歩約20分
☎042-684-3666

COUPON お食事の方にプチデザートサービス



桃

笛吹市桃の花まつり

春爛漫の4月になると、約30万本の桃が咲く笛吹市は、一帯が桃色に染まり、まさに桃源郷の名にふさわしい風情を見せます。市内各エリアの会場では、さまざまな内容でまつりを盛り上げ、花見客をおもてなし。甘い香りが漂う笛吹市で、春を満喫してください。

えきぼコースあります！
※P20もご覧ください。



例年の見頃
4月上旬～中旬

開催期間:4月1日(日)～15日(日)

- 笛吹市桃の花まつりみさか会場 4月7日(土)・8日(日)9:00～15:00
笛吹市春日居桃の花まつり会場 4月7日(土)9:00～16:00
桜・桃の花見バス/大人1,000円(事前予約制)
- 中央本線・石和温泉駅から車で約5～20分 ※会場によって異なります。
- 055-261-2829(笛吹市観光物産連盟)



例年の見頃
4月上旬～下旬

御坂エリアの桃の花

花鳥山、甲府盆地、南アルプスを一望するロケーション。桃は標高700mを超える場所まであり、時間差で咲く景観が楽しめます。
■ 中央本線・石和温泉駅から車で約20分
■ 055-262-4111(笛吹市観光工商課)



例年の見頃
4月上旬

春日居エリアの桃の花

駅を中心に桃畑が広がり、平坦な地形で無理なく散策できます。市内で一番早く桃が咲き、ここから桃色が扇状地を染めていきます。
■ 中央本線・石和温泉駅、または春日居町駅から徒歩約15分
■ 055-262-4111(笛吹市観光工商課)



笛吹川周辺の桃の花

山梨市の中心を流れる笛吹川周辺は、春になるとピンクの絨毯を敷き詰めたような見事な景観が広がります。なだらかな斜面に沿って彩りを移していく様子は、溜め息を誘うほどの美しさです。

えきぼコースあります！
※P20もご覧ください。



例年の見頃
4月上旬

■ 中央本線・山梨市駅から徒歩約10分 ■ 0553-22-1111(山梨市役所観光課)



かがわ広場

水車小屋を中心とした広場。休憩所もあり、小川のせせらぎや花咲く風景など、天気の良い日には春の心地よさが感じられます。
■ 中央本線・山梨市駅から徒歩約10分
■ 0553-22-1111(山梨市役所観光課)



かがわ古道

昭和30年代の風景を復元し、古道沿いには道祖神や馬頭観音などの石造物、古い家並み、神社などがあります。
■ 中央本線・山梨市駅から徒歩約10分
■ 0553-22-1111(山梨市役所観光課)

桃の花まつり期間限定運行 桃の花タクシー

時間を気にせずお花見を楽しむならタクシーがオススメです。
4月1日(日)～4月15日(日)
桜・桃の花見
定額タクシーを運行!

石和温泉駅前⇄お花見会場
片道定額 2,000円

快速にゆったりとくつろげ オススメ列車情報

※右記の情報は2012年2月1日現在のものです。列車の運行に関しては、駅係員にご確認ください。
※一部の駅のみ掲載

「お座敷桃源郷パノラマ号」						
掘りごたつ式のお座敷を完備した列車です。ゆたかりのんびり気分を満喫してください。						
運転日 3月31日(土)・4月1日(日)・7日(土)・8日(日)						
7:42発	8:33発	9:11発	10:08発	10:15発	10:21発	10:28発
千葉	新宿	八王子	塩山	山梨市	石和温泉	甲府
19:27着	18:43着	18:07着	16:54着	16:48着	16:43着	16:37着
「いんどり桃源郷パノラマ号」						
車両ごとに趣が変わるジョイフルトレインです。あなた好みの車両をチョイスしていつもと違った列車での旅をお楽しみください。						
運転日 4月14日(土)・15日(日)						
7:07発	8:02発	8:36発	9:48発	9:55発	10:01発	10:07発
千葉	新宿	八王子	塩山	山梨市	石和温泉	甲府
19:27着	18:43着	18:07着	16:54着	16:48着	16:43着	16:37着
						10:31着
						10:55着
						小淵沢

美味しく愛たい! 石和温泉駅・春日居町駅・山梨市駅エリアのおすすめグルメ



歩成の黄金ほうとう

特製黄金味噌、自社生産の無農薬野菜、甲州地鶏など、山梨の味がぎっしりと詰まった究極の味です。

ほうとう蔵 歩成

- 黄金ほうとう1,300円など
- 11:00～22:00(L.O.21:30)
- 月曜日(祝日の場合は翌平日)
- 中央本線・山梨市駅から徒歩約15分
- 055-323-1567

COUPON お食事の方にソフトドリンク
お一人様1杯サービス

季節の味でおもてなし
自慢の自家菜園では豊富な温泉水を活用し、完全無農薬野菜を栽培。野菜本来の味が楽しめます。

正徳寺温泉 初花

- 自家産野菜四季のいんどり御膳2,100円など
- 10:00～21:30
- 木曜日(祝日の場合は前日または後日が休み)
- 中央本線・春日居町駅から徒歩約15分
- 0553-22-6377



COUPON お食事処ご利用の方に
ソフトドリンク1杯サービス



バラ・カフェ・雑貨のお店

自家製バラのムース・アイス・ジュレを使い、イチゴソースなどと合わせたオリジナルパフェは、いかが。

ローズファーム

- バラとベリーのパフェ(3～5月頃の期間限定) 900円など
- 10:30～19:00(L.O.18:30)
- 水曜日
- 中央本線・石和温泉駅から徒歩約10分、[下黒駒]下車徒歩約5分
- 055-264-2271

COUPON お食事またはお買い物の方に
ちよっぴりプレゼント

彩り豊かなワンプレート
地元の農家から直接仕入れた野菜をたくさん使ったワンプレートは、野菜本来のやさしい味が口の中に広がります。

A.E.L. MARKET(エーイーエルマーケット)

- ワンプレートランチ1,100円など
- 11:30～18:30
- 水曜日
- 中央本線・山梨市駅から徒歩約3分
- 0553-23-6165



COUPON お食事の方にコーヒー一杯サービス

桃

第10回甲州市えんざん桃源郷 ひな飾りと桃の花まつり

今年で10回目を迎えます。数ある展示会場のうち、甘草屋敷では江戸・明治・大正・昭和の各時代のひな人形と、甲州をイメージしたつるし飾りを展示。また、館内では、日本のひな祭りの風習に似た、外国でのこどもの成長を願った祭りを紹介する特別企画「世界の子供まつり展」を行います。



例年の見頃
4月中旬

えんざん桃源郷



開催期間:4月18日(水)まで

- 旧高野家住宅 甘草屋敷、武田信玄公宝物館(恵林寺内)、その他各協賛展示会場
※入場(入館)料金・営業時間・休館日は各展示会場によって異なります。
- 中央本線・塩山駅から各会場へ ☎0553-32-2111(甲州市観光交流課)



例年の見頃
4月中旬



向久保日向薬師から眺める桃畑
緩やかな斜面の上にあるお薬師様。桃色に染まるえんざん桃源郷の景色が満喫できます。

- 中央本線・塩山駅から甲州市市民バス二本木経由大菩薩の湯線約8分、「大藤小学校」下車徒歩約15分
- ☎0553-32-2111(甲州市観光交流課)

例年の見頃
4月中旬



滝本院から眺める桃畑
武田信春公ゆかりの寺院。鐘つき堂からは桃色に染まる桃源郷が一望できます。

- 中央本線・塩山駅から甲州市市民バス二本木経由大菩薩の湯線約7分、「清水」下車徒歩約10分
- ☎0553-32-2111(甲州市観光交流課)

例年の見頃
4月上旬



慈雲寺のイトザクラ
樹齢約300年、県の天然記念物に指定されるイトザクラ。満開時の濃いピンクは壮観で、訪れる人の目を楽しませます。

- 中央本線・塩山駅から甲州市市民バス二本木経由大菩薩の湯線約8分、「大藤小学校」下車徒歩約5分
- ☎0553-32-2111(甲州市観光交流課)

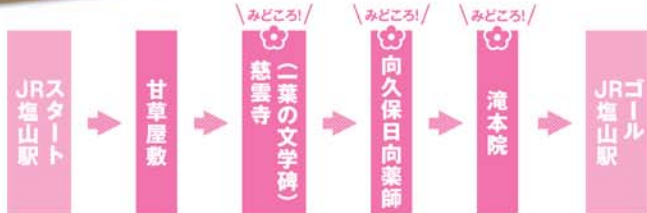
桜



一葉の里を歩く

樋口一葉の両親が生まれ育った甲州市塩山大藤地区を中心にめぐるコースです。

■歩行時間/約2時間30分 ■歩行距離/約9km



旧高野家住宅 甘草屋敷
江戸時代に薬用植物の甘草を栽培し、幕府に納めていたことが名の由来です。特産品販売所や資料館も。
大人300円、小人200円 ☎9:00~16:30(最終入場16:00)
休:火曜日(祝日の場合は翌日、4月18日まで無休)
☎中央本線・塩山駅北口から徒歩すぐ ☎0553-33-5910



COUPON 入場料100円引き

美味に愛たい! 塩山駅周辺エリアのおすすめグルメ



絶品の郷土料理をぜひ
イチ押しは、山梨県推奨フジザクラポークと季節の野菜を使った富士桜ほうとう。他にも山梨ならではの味覚が楽しめます。

- お食事処はやし**
- 富士桜ほうとう1,680円など
 - 11:00~21:00(L.O.20:00)
 - 火曜日(祝日の場合は翌日)
 - 中央本線・塩山駅から甲州市市民バス西沢溪谷線・窪平線約10分、「恵林寺」下車徒歩約2分
 - ☎0553-33-6004

COUPON お食事の方にソフトドリンク1杯サービス



駅前で「山梨の味」を食す
気軽に立ち寄り、本格的な山梨の味が楽しめます。おすすめは、味の染み込ませた馬もつ煮。やわらかくて絶品です。

- 菊よし**
- 馬もつ煮550円など
 - 11:00~19:00
 - 無休
 - 中央本線・塩山駅南口から徒歩すぐ
 - ☎0553-33-3380

COUPON お会計10%引き

春おすすめの創作和菓子
和ガラス製の照明を飾るおしゃれなお店。桜花の塩漬けと栗で作ったおまんじゅうなど、創作和菓子が人気。

- 菓詩処 石井**
- 花かげの里(1個)230円など
 - 9:10~19:00
 - 水曜日
 - 中央本線・塩山駅南口から徒歩約3分
 - ☎0553-33-2310



COUPON 先着5名様に限り1,000円以上お買い上げで手づくり和菓子1品サービス

桜

都立小金井公園の桜

都立公園では最大級の規模を誇る小金井公園。園内には、ヤマザクラ、サトザクラ、カスミザクラ、そしてソメイヨシノなど、約50種1,700本の桜が植えられています。日本さくら名所100選の一つにも数えられ、お花見の名所として、多くの人でにぎわいます。



中央線・武蔵小金井駅、または東小金井駅から徒歩約20分
042-385-5611 (小金井公園サービスセンター)

例年の見頃
3月下旬～4月上旬

第58回小金井桜まつり
ステージでショーが催されたり、生け花や茶席も行われるなど、盛況なお祭り。

開催期間: 4月6日(金)～8日(日)



名勝小金井桜

かつては葛飾北斎などが錦絵に描き、大正13年には国に名勝指定され、桜の名所として名高かった玉川上水の桜並木。今また地元有志たちの活動により、美しい姿を取り戻しつつあります。



中央線・武蔵小金井駅から徒歩約25分



例年の見頃
4月上旬～中旬

小金井桜と憩いの公園 散策

都立小金井公園や玉川上水沿いの小金井桜などをめぐるコースです。

- 歩行時間 / 約2時間30分
- 歩行距離 / 約11km

※江戸東京たてもん園は小金井公園の中にありますので、コース途中で小金井公園の桜をお楽しみいただけます。



美味に愛たい! 武蔵小金井駅・東小金井駅エリアの おすすめグルメ



ルーの個性を味わう、楽しむ!
どのカレーも、それぞれにオリジナルな美味しさ。欧風、インド、キーマなど3種味わえるメニューもあり。

カレーショップ サイのツノ
¥11:00～14:30、17:00～22:00 日曜日
中央線・東小金井駅南口から徒歩約3分
042-387-7488

COUPON お食事の方に自家製アイスサービス

小金井ならではの魅力満載!

小金井産の野菜や素材を中心にしたグルメや、オリジナル雑貨などに出会える、元気いっぱいのタウンショップです。

小金井タウンショップ・黄金や

¥1 小金井野菜プレートランチ880円、こきんちゃんクッキー680円など ショップ10:00～20:00、カフェ11:00～19:00(L.O.18:30)
3月31日、4月30日、5月31日(予定)
中央線・東小金井駅南口から徒歩約1分
042-316-1833



こきんちゃん

こきんちゃんは、市制施行50周年記念に宮崎駿さんに描いていただいた小金井市のイメージキャラクターです。
©Studio Ghilbi

COUPON ランチ(A、B、C)お食事の方200円引き(4月1日～4月末日限定)



砂糖不使用のチーズケーキが人気!

店内はリゾート気分あふれる開放感が魅力。地元有機野菜使用のサラダなど、創作料理の数々に舌つづみ!

paradise kitchen WAI

¥1 コガネチーズケーキ(ドライフルーツ) 350円など
ランチ11:30～14:00、ディナー17:30～26:00(L.O.25:30)
ランチ土・日・祝日、ディナー無休
中央線・東小金井駅南口から徒歩約2分
042-406-4788

COUPON お食事の方にドリンク1杯サービス

旬の味わいをヘルシーに

小金井で採れた野菜や果実の美味しさを小金井で、と望むオーナーの真心が伝わる、健やかな味わいが人気です。

broom&bloom

¥1 季節野菜のプレート1,000円など
水・木・日曜日11:30～21:00(L.O.20:00)、金曜日11:30～18:00(L.O.17:00)、土曜日15:00～21:00(L.O.20:00)
3月・火曜日(3月10日・16日・23日はイベント等のため臨時休業)
中央線・武蔵小金井駅から徒歩約6分
042-384-0883



COUPON 動物性素材不使用のプチデザートプレゼント

桜

井の頭 恩賜公園

お花見に絶好な人気スポットのひとつ、井の頭恩賜公園は、大正6年開園の都立公園。春には池を囲むようにソメイヨシノやヤマザクラが咲き乱れ、毎年、多くの人々の目を楽しませています。池の中央にかかる七井橋からはもちろん、ボートに乗って眺める花景色も絶品のんびりと美しい春を満喫して!



例年の見頃
3月下旬~4月上旬

中央本線・吉祥寺駅から徒歩5分
0422-47-6900 (井の頭恩賜公園案内所)

えびほコースあります!
*P20もご覧ください。

東京サマーランド 秋川千本桜観賞

ブルーや遊園地で人気の東京サマーランドで、ソメイヨシノ・シダレザクラなど4品種約1,500本というスケールの「秋川千本桜」を観賞できます。

*4月7日(土)・8日(日)には第3回秋川桜まつりも開催予定。



開催期間:4月7日(土)~4月15日(日) 例年の見頃
4月上旬

- 東京サマーランドファミリーパーク ¥無料
- 10:00~17:00(最終入園16:00) 休無休
- 五日市線・秋川駅からタクシーで約5分、または東京サマーランド行きバス約5分、または中央本線・八王子駅から東京サマーランド行きバス約30分、「東京サマーランド」下車徒歩すぐ
- 042-558-6511 (東京サマーランド予約センター)

美味に愛たい! 秋川駅エリアのおすすめグルメ



ひとつひとつ手作りの豆腐専門店

豆腐やがんもどき、豆腐で作る惣菜をはじめ、おかしやドーナツや豆腐ソフトなども人気。春には桜色の寄せ豆腐「桜っ娘」がおすすめ。

八王子一丁庵 あきる野本店

¥桜っ娘315円など 9:30~18:00
休無休 五日市線・秋川駅から徒歩約12分
042-532-1028

風味豊かなケーキとクッキー

添加物なしの食材で素材の風味を大切に作ったお菓子がズラリ。ウディなカフェも併設。

カフェド・リュミエール

¥右から、タルトフレーズ336円(期間限定)、モンブラン336円、カジン294円など
10:00~19:00
休火曜日(祝日の場合は営業)
五日市線・秋川駅北口から徒歩約5分
042-550-2110

COUPON カフェご利用5%引き
(1枚で1グループ)

COUPON 豆腐全品10%引き



美味に愛たい! 吉祥寺駅エリアのおすすめグルメ



前菜イメージ

おいしいチャイとお菓子の店

茶園直輸入の旬の紅茶を気軽に味わえるお店。手鍋で一杯ずつ煮出すチャイと、素朴な味わいのお菓子が人気。

チャイブレイク

¥オリジナルチャイ577円など
11:00~19:00(L.O.18:30)
休火曜日(祝日の場合は翌日)
中央本線・吉祥寺駅から徒歩約3分
0422-79-9071



COUPON 茶葉お買い上げの方
商品代金10%引き

珈琲茶房 花仙堂 吉祥寺店

落ち着いた雰囲気の内装で、お茶とともにケーキや甘い、パスタなどの軽い食事がいただけます。

珈琲茶房 花仙堂 吉祥寺店

¥桜フルール(ドリンク付)1,080円、特製和風プリンアラモード(ドリンク付)1,280円など
平日10:00~23:30(L.O.23:00)、日・祝日10:00~23:00(L.O.22:30) 休無休
中央本線・吉祥寺駅から徒歩約1分
0422-40-9022



COUPON 特製和風プリンアラモードご注文の方、2杯目のドリンクサービス

地元食材を使ったお気軽フレンチ
地元武蔵野の食材や農家直送の野菜を使った質の高いフレンチを、カジュアルに楽しめます。

French SAC (フレンチ サック)

¥ランチセットV1,580円、ランチセットW2,300円など
11:30~15:00(L.O.14:00)、18:00~24:00(L.O.22:00) 休火曜日
中央本線・吉祥寺駅公園口から徒歩約2分
0422-72-7239

COUPON 春のスパークリングカクテル「キール ジョセフィーヌ」サービス(ノンアルコール対応)



武蔵野の森に佇む潇洒なカフェ
森の一軒家を改装した物語に登場しそうなカフェ。窓から四季折々の自然を堪能できます。

カフェドゥ・リエール うさぎ館

¥ラムレーズンのクレープ750円など
11:00~20:00(L.O.19:00)
休年末年始
中央本線・吉祥寺駅から徒歩約15分
0422-43-0015

COUPON 画家でオーナーの吉田キミコオリジナルポストカードプレゼント

梅岩寺のしだれ桜

薄紅色の多数の花枝が垂れる姿が見事なほど美しく、のどかな山路を鮮やかに彩る梅岩寺のしだれ桜。樹齢推定150年ともいわれ、昭和32年には市の天然記念物に指定されています。

青梅線・青梅駅から徒歩約5分
0428-20-0011
(青梅観光案内所)

例年の見頃
4月上旬~中旬



美味に愛たい! 青梅駅エリアのおすすめグルメ



江戸末期創業の老舗和菓子店

手焼き瓦せんべい「青梅せんべい」と、さっぱりした餡の番ぱい「道味もなか」が人気。

道味

¥青梅せんべい(1枚)70円、道味もなか(1個)105円など
9:00~18:30
休月曜日(3月19日は営業、5月4日は休業)
青梅線・青梅駅から徒歩約6分
0428-22-3201

COUPON 青梅せんべい10枚以上お買い上げの方
もなか1個サービス(5/2~5/3以外)

青梅の梅商人が作る創作和菓子
大福や饅頭、せんべい、ジュースまで、地元の梅を使った和菓子がいただけるお店。

梅菓匠 にしむら

¥あおうめ饅頭150円など
8:00~17:00
休水曜日
青梅線・青梅駅から徒歩約10分
0428-22-9340



COUPON 全品10%引き(特売品を除く)

桜

甚六桜

勝沼ぶどう郷駅周辺、線路沿いに約600本の桜並木が続き、その素晴らしさに歓声が絶えない甚六桜。散策はもちろん、駅のホームや車窓からの眺めもまた格別。少し離れると、まるで桜色の雲がかかっているように見えるそう。駅近くの甚六桜公園からは、南アルプスと甲府盆地の清々しい景観も楽しめます。



例年の見頃
4月上旬

中央本線・勝沼ぶどう郷駅から徒歩すぐ
0553-32-2111 (甲州市観光交流課)



武田神社と武田通りの桜並木

甲府駅北口から武田神社まで約3km、武田通りの両側をソメイヨシノなど約100本の桜が彩ります。武田神社の境内まで薄紅色に染める様子は圧巻の美しさ！甲府市内は4月6日(金)～8日(日)は信玄公祭り(7日(土)に甲州軍団出陣)、4月12日(木)は武田二十四将騎馬行列などでにぎわいます。



中央本線・甲府駅から武田神社・積善寺行きバス約10分、「武田神社」下車徒歩すぐ
055-226-6550 (甲府市観光協会)

美味に愛たい！ 勝沼ぶどう郷駅エリアのおすすめグルメ



ワインの魅力を堪能できる

20～30種のワインの試飲とともに食事やデザートが楽しめ、歴史を学べる資料館もあります。

シャトー・メルシャン

シャトー・メルシャン ランチプレート1,300円(グラスワイン付は1,500円)など ビジターセンター9:30～16:30、ワインギャラリー10:00～16:30(ランチ11:30～14:00) 火曜日(祝日の場合は翌日) 中央本線・勝沼ぶどう郷駅から車で約8分 0553-44-1011

COUPON 販売価格100円のワイン1杯サービス

360度、見渡す限りぶどう畑！

ショップ、レストラン、宿泊、温泉、美術館など、ワインを堪能できる施設。眺望も抜群！

甲州市勝沼ぶどうの丘

さくらワイン 白百合醸造1,200円など 8:00～20:00(ワイン試飲は9:00～17:00、他施設によって異なります) 無休 中央本線・勝沼ぶどう郷駅から徒歩約20分、または甲州市市民バスワインコース1で約4分、「ぶどうの丘」下車徒歩約1分 0553-44-2111

COUPON 別館温泉「天空の湯」入浴料100円引き



石釜で焼く香ばしいパンが人気

薪にはぶどうの木を使用。外はパリッ、中はふっくら&しっとり。素朴な味わいが魅力。

パン工房いしがま

山ぶどうパン840円、桃シナモン735円(土曜日のみ)など 10:00～17:00 不定休(3～5月は無休) 中央本線・塩山駅から車で約7分 090-3697-5533



COUPON パン100円割引

窓からは甲府の夜景も楽しめる

目印は赤い屋根。山梨を代表する牛肉を、こだわりソースで仕上げた逸品。ぜひ味わってください。

レストラン シャンモリ

甲州麦芽ビーフのサーロイン薄切りステーキ特製和風ソースがけ2,600円(セットで3,200円)など 11:30～15:00(L.O.14:30)、17:00～21:00(L.O.20:30) 火曜日(祝日の場合は営業) 中央本線・勝沼ぶどう郷駅から車で約5分 0553-44-5556



COUPON お食事の方にグラスワインまたはソフトドリンク1杯サービス

美味に愛たい！ 甲府駅エリアのおすすめグルメ



甲府名物鳥もつ煮発祥の店

B級グルメ「甲府鳥もつ煮」に日本そばのついた「鳥もつセット」が人気。鳥もつ丼、天井、甲州カツ丼も人気。

奥藤本店 甲府駅前店

鳥もつセット1,180円など 11:00～14:30(L.O.14:15)、17:00～20:30(L.O.20:15) 年中無休(臨時休業あり) 中央本線・甲府駅から徒歩約2分 055-232-0910



COUPON 2名様以上の1グループにソフトドリンク2杯サービス

県産ワインも楽しめるカフェ

くつろげる雰囲気の中で、豊富なオリジナルドリンクや食事、スイーツをどうぞ。おすすめは酸味と甘みが絶妙なとろとろオムライス。

CAFÉ Moala(カフェモアラ)

オムライス800円(ランチ時、14:00～970円)など 11:30～23:00(L.O.22:30) 日曜日 中央本線・甲府駅から徒歩約5分 055-235-0550

COUPON ご注文の方に1ドリンクサービス



甲州のあったか郷土の味に舌鼓

人気の「かばちゃんほうとう」をはじめ、特注みそで仕上げるほうとうメニューがズラリ！

甲州ほうとう小作 甲府駅前店

かばちゃんほうとう1,100円など 11:00～22:00(L.O.21:10) 無休 中央本線・甲府駅から徒歩約3分 055-233-8500

COUPON 1組につき小作ほうとうみそ(60g)2個プレゼント

やさしい味わいが地元でも人気！元ホテルのシェフが作る人気のケーキや焼き菓子も豊富で迷ってしまいそう！

パティスリー カノン

ミルフィーユ310円など 10:00～20:00 水曜日 中央本線・甲府駅から山梨医大行きバス約10分、「甲府市上下水道局前」下車徒歩すぐ 055-221-7122



COUPON 1,000円以上お買い上げの方に焼き菓子プレゼント

桜

わに塚のサクラ

日本武尊の王子武田王の墓と言われるなど、歴史ある諸説に彩られた場所がわに塚です。ここに咲く桜は、市の天然記念物に指定され、推定樹齢約320年のエドヒガンザクラ。凜とした美しさで、訪れる人々を魅了しています。



例年の見頃
4月上旬~中旬

中央本線・葦崎駅から穴山橋行き市民バス約10分、「武田八幡入口」下車徒歩約5分
☎0551-22-1991 (葦崎市観光協会)



諏訪神社の桜

地元武田区では「廣神社」とも呼ばれる諏訪神社の祭神は、武田武神と建御名方命。そこに咲く桜は、多くの人たちから愛でられる秘かな見どころとなっています。



例年の見頃
4月上旬

中央本線・葦崎駅から穴山橋行き市民バス約16分、「武田」下車徒歩すぐ



甲斐武田のルーツを訪ねる「武田の里」

武田八幡宮や願成寺などの歴史的遺産をめぐるコースです。

■歩行時間/約2時間50分 ■歩行距離/約11km

みどころ! / みどころ!



葦崎大村美術館

日本を代表する女流美術作家や、画壇の重鎮であった鈴木信太郎の作品を展示しています。春うらら、ゆったりと芸術に親しむひとときはいかがですか。

- 大人500円、小・中・高生200円
- 10:00~18:00 (3月は17:00、最終入館は閉館30分前まで)
- 水曜日 (祝日の場合は翌日)、3月12日~17日
- 中央本線・葦崎駅から車で約5分
- ☎0551-23-7775

COUPON 入館料大人100円引き、小・中・高生50円引き

美味に愛たい! 葦崎駅エリアのおすすめグルメ



オリジナルスイーツにも注目

葦崎市民センター内にある、おいしい手作りパンやお菓子で人気のお店。

カフェカーコーナークケット
「水と大地と空気」店

- ニラマカロン180円、ニラパン160円など
- 9:00~19:00 ☑月曜日 (祝日の場合は翌日)
- 中央本線・葦崎駅から徒歩約1分
- ☎0551-23-3611

ニラマカロン



ニラパン

COUPON 500円以上お買い上げの方に手作り焼き菓子プレゼント

ニラは、葦崎市のイメージキャラクター。神様のお使いで、夢をかなえる不思議な力エールです。



ワイナリー併設の本格派!

自家菜園や地元の野菜を使ったメニューが中心。上質なワイン、清々しい眺望との調和も味わえます。

ワイナリーレストラン 彩

- おまかせオードブルプレート1,575円、グラスワイン420円~など ☑ランチ11:00~14:30 (L.O.)、ディナー17:00~19:00 (L.O.)
- 水曜日 (祝日の場合は翌日)
- 中央本線・葦崎駅から茅ヶ岳みずがき田園バス(みずがきルート)約18分、「ミサワワイナリー」下車(4月7日から運行予定)徒歩すぐ、またはタクシーで約20分
- ☎0551-25-4487

COUPON お食事の方にドリンク1杯サービス

ブランド牛で春も元気に!

きめ細やかでコクがあり、味わい深い極上の牛。そして自家農園で採れた野菜をいただく至福のひとつをどうぞ。

和こう

- しゃぶしゃぶ(1人前)2,940円~など
- 11:30~14:00、17:00~21:00
- 月曜日 (祝日の場合は翌日)
- 中央本線・葦崎駅から車で約5分
- ☎0551-23-5840



COUPON 2,000円以上お食事の方にぶどうジュース1杯サービス

つつじ

塩船観音寺のつつじ

1,300年の歴史を有する古刹で、四季折々の花々が楽しめる寺としても知られています。春には境内を囲むすり鉢状の斜面に、赤や白、ピンクや紫の品種の異なるつつじ約2万本が競うように咲き誇ります。



例年の見頃
4月中旬～5月上旬

大人300円、小人100円(4月中旬～5月上旬のつつじ祭り期間中のみ有料)
8:00～17:00 休無休 青梅線・河辺駅から徒歩約25分
0428-20-0011(青梅観光案内所)

春の散策を楽しむなら...

駅から歩く
ウォークラリー

えきぼ



がおすすめ!

中央線沿線を中心とした駅から始まるオススメのウォーキングコースやハイキングコースを、携帯電話で位置情報(通過ポイント)を取得しながらお楽しみいただくウォークラリーです。詳しくは下記をご覧ください。

1 まずはケータイで会員登録!

まずはケータイでアクセス!

<http://sr.mapion.co.jp/ekipo/>

※一部非対応の機種があります。対応機種の詳細は携帯電話にて、上記URLの「えきぼモバイルサイト」でご確認ください。

2 ケータイとコースマップを持って出かけよう!

3 コース中の通過ポイントでケータイを使ってポイント取得!

いつでも駅からスタートできます!

4 コース踏破の証!

駅スタンプの待受画像を集めよう!

JR東日本八王子支社ホームページからコースマップをプリントアウトできます。

JR八王子支社 検索

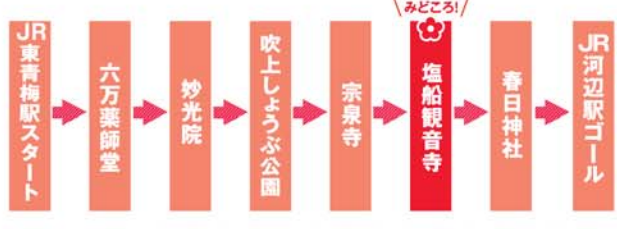
<http://www.jreast.co.jp/hachioji/>

本誌で紹介している花名所で、このマークがある花名所は、「えきぼ」コースを歩きながら花を楽しむことができます。

えきぼコースあります! ※P20もご覧ください。

鎌倉時代の古刹を訪ねて

鎌倉時代の面影を現代に伝える神社仏閣などをめぐるコースです。
■歩行時間/約2時間10分 ■歩行距離/約6.5km



美味に愛たい! 河辺駅エリアのおすすめグルメ



つつじ祭りのお土産に
塩船観音寺つつじ祭り開催中は臨時売店を出店。桜の花の塩漬けをのせた、春らしい桜色のまんじゅうが人気です。

つつじや本店
■大門塩船まんじゅう(1個)105円、わっぱ入(6個)840円など
■9:00～19:00
■休無休
■青梅線・河辺駅北口から徒歩約20分
■0428-21-2228

河辺温泉 梅の湯のお食事処
「美肌の湯」として人気の天然温泉に併設。お風呂上がりの火照った身体に冷たい飲み物や、美味しいお食事をどうぞ。

河辺温泉 梅の湯/梅寿庵
■ご入浴/大人840円、小人420円、お食事/春の塩船御膳1,480円(塩船つつじ祭り時限定)など
■ご入浴10:00～23:30(最終受付23:00)、お食事10:00～23:00(L.O.22:30) 休第3水曜日
■青梅線・河辺駅前 0428-20-1026



COUPON フェイスタオル1枚無料レンタル・ソフトドリンク1杯サービス

COUPON お買い上げの方50円引き

春色のかわいいマカロン
手作りのマカロンに桜花を載せて焼き上げ、桜花エキスの風味のクリームでサンド。春の河辺散策のお土産にいかがですか。

スイーツ アミューズ
■桜のマカロン180円など 10:00～20:00 休無休
■青梅線・河辺駅北口から徒歩約4分 0428-28-0283

COUPON 焼菓子・マカロン1,000円以上お買い上げの方5%引き



19 ●花の見頃時期は気象状況等により変わることがあります。あらかじめご了承ください。●料金・営業時間・定休日・イベント内容等は、天候等の理由により変更になる場合がございますので、事前にご確認ください。●交通機関・徒歩の所要時間は目安です。●掲載の写真・マップはイメージです。

駅にあるフラワーショップ フルラージュアンへ 行こう!



フルラージュアンとは

「Happy Flower Life」をテーマに、花やグリーンを自分らしく楽しめるショップです。遊び心のあるグリーンを使ったアレンジメントやブーケと、雑貨とあわせた個性的でかわいい鉢物、枯れることのない花プリザーブドフラワーなど、お花のある生活を気軽に楽しんでいただけるフラワーショップです。花の名所を楽しんだ後は、家に帰られてからお楽しみいただくお花をフルラージュアンでお求めください。



新宿本店 (イメージ)

COUPON 1,000円以上現金で買い求め方の5%引き(送料・箱代除く。下記5店舗全て対象)

お時間がない時でも大丈夫!

手に取りやすい小さなブーケや気の利いたギフトにぴったりのオリジナルBOXに入ったアレンジメントをご用意しております。季節のお花とグリーンをあわせていたり、かわいい雑貨が入っていたり... ちょっとサプライズを感じていただけるものばかり。もちろん、ご希望に応じてお作りすることもできます。スタッフが親切にお伺いし、ご提案させていただきます。花に舞う蝶のように、お気軽にお立ち寄りください。

Bouquet



ブーケ
やさしい色あわせ・遊び心のあるグリーン使い

Arrangement



アレンジメント
そのまま飾ることのできる手軽さが魅力

Goods



グッズ
鉢関連雑貨やプリザーブドフラワーなど豊富な品揃え

店舗紹介

新宿本店

【住所】〒160-0022 東京都新宿区新宿3-38-2 ルミネ新宿店L2-1F
【営業時間】10:00~22:00 【TEL】03-3346-8122

ルミネ新宿1店

【住所】〒160-0023 東京都新宿区西新宿1-1-5 ルミネ新宿店L1-1F
【営業時間】10:00~22:00 【TEL】03-3346-0585

ルミネエスト店

【住所】〒160-0022 東京都新宿区新宿3-38-1 ルミネエスト店1F
【営業時間】11:00~22:00 土・日・祝 10:30~22:00 【TEL】03-5379-8120

八王子店

【住所】〒192-0083 東京都八王子市旭町1-1 八王子駅ビルナウ2F
【営業時間】10:00~21:00 【TEL】042-621-0585

ルミネ横浜店

【住所】〒220-0011 神奈川県横浜市西区高島2-16-1 ルミネ横浜店B1F
【営業時間】10:00~21:00 【TEL】045-453-3690

めぐる花ぐるめ

花名所をめぐるスタンプラリー!

Meguru-Hana-Gourmet

スタンプラリー

花めぐりを楽しみながらスタンプを集めて応募すると、抽選で花にちなんだ素敵な賞品をプレゼント! 花名所近くのグルメスポットが満載の本誌と一緒に、花&グルメな旅をお楽しみください。

スタンプ押印期間 2012年3月9日(金)~5月13日(日)

応募締切 2012年5月14日(月)消印有効

スタンプ設置駅 高尾駅(P4) / 相模湖駅(P4) / 塩山駅(P8) / 吉祥寺駅(P11) / 西立川駅(P18) / 河辺駅(P19)

スタンプ6個賞

花と列車写真が表紙のオリジナルノートセット



10名様

スタンプ3個賞

フラワーショップ「フルラージュアン」のバラのフレグランス付きプリザーブドフラワー



10名様

スタンプ1個賞

花と列車写真のオリジナルポストカードセット



80名様

めぐる花ぐるめスタンプラリーは、初夏・夏篇も実施予定! ご期待ください!

キリトリ

応募はがき

お手数ですが50円切手を貼ってください。

192-8502

東京都八王子市旭町1番8号
JR東日本八王子支社営業部
「めぐる花ぐるめ」事務局 行

個人情報の取り扱いについて 東日本旅客鉄道(株)八王子支社は、本企画を通じてお客様からご提供いただいた個人情報を、プレゼントの抽選・発送のためのみに使用し、他の目的で使用することはありません。また、第三者に開示・提示することは一切ありません。

のりしろ

フリガナ			男	女
お名前	(姓)	(名)	歳	
ご住所	〒□□□-□□□□			
電話	() -			

(折り線/谷折り)

個人情報保護のためアンケートはがきを返信する場合は、折り線で折り、のりしろ部分にのりをつけて貼るかテープで貼ってご投函ください。



のりしろ