



増田 海さん

肉も野菜もたっぷり！豪快な サンドイッチでアメリカを感じて

SANDWICH SHOP OCEAN

アメリカといえばハンバーガー？いえ、実はサンドイッチも本場です！西海岸のカフェバーのような雰囲気の店内で、アメリカ人も認める本格派サンドイッチをガブリ。自家製のプリスクレットやベーコンに、キャロットラペやレタスなど野菜をふんだんに合わせた大満足の一皿。

根岸3-2-9
03-5808-7467
【営】11:00~21:00(LO 20:30)
【休】水
<https://ocean-sandwich.tokyo/>

牛肩バラ肉をホロホロに煮込んでスモークしたプリスクレット



イチオシ！
スモークビーフサンド
1,300円



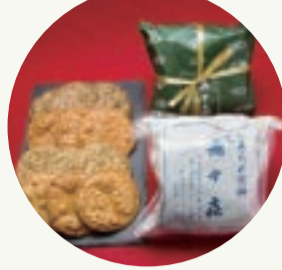
おいしいお米と秘伝の醤油だれに こだわる老舗のおせんべい屋さん

すずき 鶯谷 寿々花

吟味された国産うるち米と秘伝の醤油だれを使用し、お米本来の味とパリッとした食感を大切に煎餅です。昔ながらのファンも多く、親子3代にわたってのお客様もいるそう。そばの実入りや一口サイズの小丸など、種類も豊富で贈答用にも最適です。

根岸3-1-6-102
03-3876-0491
【営】9:30~18:00
【休】火
<https://www.uguisudani-suzuki.com/>

しょうゆ・青のり・ごま・唐辛子煎餅が各3枚ずつ入った昔ながらの詰合せ



イチオシ！
せんべい
12枚包み
1,224円



飯島 一好さん・清嘉さん

鍵屋じゃなくて、文房具屋さん！ 大型紙の品ぞろえには自信アリ

鍵屋橋本商店

ご兄弟で営まれている老舗の文房具屋さん。文房具や紙についての造詣がとても深く、商品を探すお客様にも親身になって対応してくれます。もと紙問屋なので紙の品ぞろえが豊富で、全判の大きいサイズの画用紙やクラフト紙など、探していたものが見つかるかも。

根岸3-1-8
03-3872-0072
【営】8:30~18:00
【休】日・祝

画用紙が大きなサイズのまま揃うほか、石切り職人さんが使う型紙など、プロユースの珍しい紙も手に入ります



こんなモノも！
特殊な用途の紙



深井 晴夫さん

朝4時スタート！出勤前の身体の メンテナンスや夜勤明けの疲れにも

和楽院

「早起きのお客様に合わせて、この時間に関わるようになった」と院長。歩けないお客様のところへ訪問し、ご自宅での施術など、地元密着の細やかなケアが口コミで広がって20年以上。小さいお子さんのいるママや、夜勤明けの方なども常連さんだそう。朝のケアで心地よく一日を始めて。

根岸3-2-10
090-1807-8459
【営】4:00~20:00
【休】不定休



マッサージとストレッチを中心にした施術で、身体のパラバランスを整えてスッキリ！

イチオシ！
朝マッサージ
8時までは
1,000円/30分



ランチに休憩、たまにちょい飲み アットホームで小さなひと休み場所

かどっちょ匠屋

「商店街に育ててもらったから、今度は恩返しをしたい」と地元出身の姉妹が営むカフェ。もとは呉服店だったため洋服や雑貨などもたくさん。ランチのほか手作りのデザートやオリジナルの匠茶(抹茶入り玄米茶)が人気で、夜はちょいとしたおつまみとお酒も。お散歩のひと休みにどうぞ。

根岸3-2-7
03-3874-5298
【営】11:00~19:00
(要予約)
【休】日・祝

イチオシ！
自家製わらび餅
&匠茶
700円



作りたてならではのモチモチ食感と優しい甘さ。匠茶がコーヒーでどうぞ



篠田 敦子さん・松崎 貴子さん



小久保 佳世さん

カウンセリングと極上エステで 素肌本来の美を引き出してくれる

アルソアたくみ

通常の店舗では手に入らない『アルソア化粧品』を扱うお店で、肌に合わせたカウンセリングとエステが体験できます。特にこだわっている石けんは、職人の手で70日間もかけて作られるそう。シンプルケアが基本なので「キレイと時短を両立できる」と長年の愛用者も多数。

根岸3-12-49
03-3874-0753
【営】10:00~18:00
【休】日・月・祝

温泉地のミネラルを豊富に含む弾力のある泡で洗うとワントーン明るい肌！



イチオシ！
アルソア
クイーンシルバー
(石けん)
135g
4,400円

叱らずにほめて慣らして根気よく 楽しく成長できる犬のしつけ教室

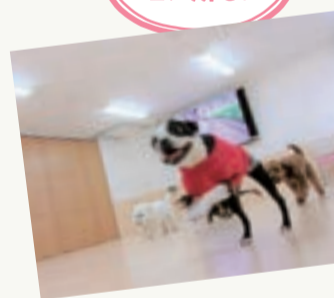
犬のしつけ教室 DOGLY

トレーナーとして20年以上のキャリアをもつ荒井オーナーが、飼い主のこころ、犬のことを考えて作ったしつけ教室。一緒に生活するホームステイ、昼の間だけ通う幼稚園など多彩なコースで、元気に遊んだり、ときには飼い主も学びながら楽しく成長できるしつけを行います。

根岸3-1-10
03-6458-1483
【営】7:00~20:30
【休】無休
<https://dogly.jp/>



思いきり運動できるから、愛犬のストレス解消にぴったり！安全・衛生環境も万全です



ポイント！
広い
ドッグランが
2カ所も！

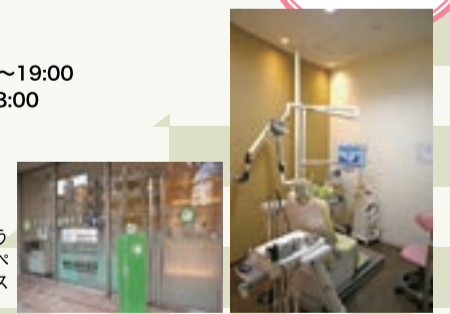
針が細い電動麻酔などを用いて 痛みや負担を最小限におさえる

うぐいす歯科クリニック

一生自分の歯で過ごすためにも、定期的なクリーニングや早めの治療は欠かせないもの。優しく丁寧な説明や治療はもちろん、最新の機器を用いることで、患者さんの痛みを最小限にとどめる診療なので、通うことも苦にならなそう。歯医者ギライのお子様にもオススメです！

根岸3-1-22 立花鶯谷ビル1F
03-3874-8214
【営】火~金 10:00~14:00/15:00~19:00
土日 9:00~13:00/14:00~18:00
【休】月・祝
<http://www.uguisu-dental.com/>

プライバシーが保てるよう診療スペースは独立。オペ室は完全個室でリラックスして治療が受けられる



ポイント！
最新の機器&
明るい診察室



丸山 敏史さん