

隣接する
白石農園の
朝どり野菜を
召し上がり



Lunch

「ランチコースB」2160円。この日のメインは白石農園のキャベツを使ったロールキャベツ

練馬区

La 毛利 table paysanne

●らもうりたーぶる べいざんぬ

白石農園に隣接する欧州料理をベースとした創作料理レストラン。白石農園の新鮮な野菜や地元産の食材を多用している。人気店のため予約が望ましい。

☎03-6750-7001
●練馬区大泉町1-54-11 ●西武大泉学園駅(S11)から西武バス和光市駅南口行きで20分、北大泉下車、徒歩3分 ●11時30分～14時、17時30分～21時(月曜はランチのみ営業) ●火曜 ●10台

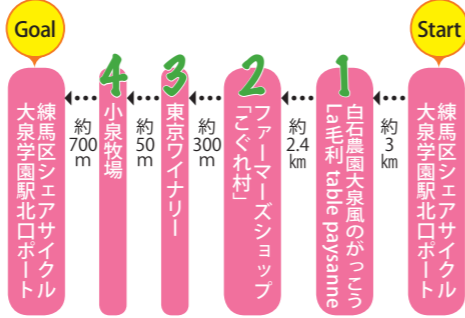
体験農園で
練馬区自慢の
野菜づくりに
挑戦



スクールでは農作業の基本から教えてもらえるから、ぜひチャレンジを

この日は丹精込めて育てたニンジン harvested. 立派なニンジンに感激!

こんな立派に育ったよ!



コース2

自転車を
借りて
サイクリングに
出発!



会員証(交通系ICカード、おサイフケータイ、専用ICカード)を忘れずに

練馬区

練馬区シェアサイクル 大泉学園駅北口ポート

●ねりまくしえあさいくる おおいずみがくえんえきぎたくちぼーと 練馬区シェアサイクルのウェブサイト登録しておけば、会員証をかざすだけで自転車が借りられる。まずはURLから会員登録を。

URL <https://docomo-cycle.jp/nerima/>
☎0120-116-819 (練馬区シェアサイクル事業社会実験運営事務局)
●練馬区東大泉5 ●西武大泉学園駅(S11)からすぐ ●最初の30分150円/回、以降100円/30分 ●24時間 ●無休 ●なし

Start

練馬区

1 白石農園 大泉風のがっこう

●しらいしのうえん おおいずみかぜのがっこう 農園を営む白石好孝さんが指導にあたる野菜のカルチャースクール。1区画(約30m²)の農地で、メニューに沿った野菜づくりに体験でき、農機具類も揃っている。自分で育てた野菜はおいしいぞ!

☎080-6510-6022
●練馬区大泉町1-54 ●西武大泉学園駅(S11)から西武バス和光市駅南口行きで20分、もみじ山下車、徒歩3分 ●1区画3月中旬～1月末5万円(練馬区在住者は3万8000円) ●3月中旬～1月末 ●期間中無休 ●なし



→

3 練馬区 東京ワイナリー

●とうきょうわいなりー

東京都内初のワイナリーで、火入れをしない無濾過の生ワインを醸造する。オリジナルワインは20種ほどで、東京産ブドウを使用したワインも多数。

☎03-3867-5525
●練馬区大泉学園町2-8-7 ●西武大泉学園駅(S11)から徒歩10分 ●11～16時 ●不定休 ●なし



醸造所で
東京産の
ワインを
購入しよう

ガレット、フルーツや野菜を使用したスイーツが味わえる「アトリエ シュクレ」併設 練馬区産のブドウを使用した「練馬ヌーボー」2500円。2019年は11月頃から販売予定

4 小泉牧場

●こいずみぼくじょう

かわいい子牛たちが暮らす牛舎見学や、搾りたてのミルクでつくる濃厚な「ミルクアイス」350円を味わえる。

☎03-3922-0087
●練馬区大泉学園町2-7-16 ●西武大泉学園駅(S11)から徒歩10分 ●11～17時 ●不定休 ●2台

ミルクの味が濃いや!



次の
スポットへ
Go!

Goal

練馬区
シェアサイクル
大泉学園駅
北口ポート

JAの直売所で
野菜や加工品を
ゲット



みずみずしく大きなダイコンにびっくり。リュックを持って行こう!

2 練馬区 ファーマーズショップ 「こぐれ村」

●ふあーまーずしょっぷ 「こぐれむら」

23区内で初めて誕生した農産物直売所。「花や野菜の即売会」など、多数開催されるイベントが楽しみ。

☎03-3925-3113
●練馬区大泉学園町2-12-17 ●西武大泉学園駅(S11)から徒歩15分 ●10～17時 ●水曜 ●15台



Goal



コース1

2 新宿区 新宿御苑 レストラン ゆりのき

●しんじゅくぎょえんれすとらんゆりのき

広大な新宿御苑で美しい自然を眺めながら、食事やスイーツを味わえる。食事なら「江戸東京野菜うどんみそ仕立て」800円を!

☎03-3350-0151
●新宿区内藤町11 ●東京メトロ新宿御苑前駅(M10)から徒歩10分 ●新宿御苑入園500円 ●9～16時(16時30分閉園) ※時期により変動あり ●月曜 ●新宿御苑大木戸駐車場利用

※園内は酒類持込禁止、遊具類使用禁止(こども広場は除く)



江戸東京野菜を使用した
スイーツは
絶品

「江戸東京野菜のスイーツセット」1000円。5種類の野菜を使用



野菜が
おいしいスイーツに
なるんだね!

天気の良い日には、テラス席で緑を眺めながらの利用がおすすめ

Goal

JR 新宿駅

こんなおでかけもオススメ!

江戸屋形船で優雅に楽しんでみよう

古くから江戸の人々に親しまれてきた風流で粋な船遊び。現在も季節やイベントに合わせて、さまざまなコースが揃っている。レインボーブリッジや東京スカイツリーの夜景が楽しめるコースなどがおすすめ。

船宿 あみ武

●ふなやどあみたけ

☎03-3686-4675

●江戸川区東葛西3-15-8 ●東京メトロ浦安駅(T18)から徒歩12分 ※都営地下鉄一之江駅(S18)、東京メトロ浦安駅(T18)など江戸川区内の主要駅から送迎あり ●屋形船乗船8640円～1万6200円(食事付き、要予約) ●予約内容により異なる ●悪天候時など ●なし



木の香りに
包まれながら
遊べて学べる
空間



国内外の優れたおもちゃを揃えた「グッド・トイてんじつ」

国産ヒノキ材で木工体験できる「いとこのや」は大人も夢中に

グルメ! 買い物! 体験! 学び!

感動の出会いがいっぱい 農林水さんぽ

東京23区内にも、それぞれの土地の農業や畜産業、林業にふれ、感じられるスポットがいっぱい。のんびりさんぽやサイクリングで巡ってみよう。

1 新宿区 東京おもちゃ美術館

●とうきょうおもちゃびじゅつかん

子どもから大人まで楽しめるおもちゃが1万点以上揃った美術館。特に国産材からつくられた木製玩具には癒される。

☎03-5367-9601
●新宿区四谷4-20 四谷ひろば内 ●東京メトロ四谷三丁目駅(M11)から徒歩6分 ●入館800円 ●10～16時(入館は15時30分) ●木曜(祝日の場合は開館、後日振替休館あり)、そのほか特別休館日あり ●なし

おさんぽに
出発!



Start

東京メトロ
四谷三丁目駅

新鮮な野菜が
たくさん!



東京産の
食品は
おみやげにも
最適

顔と同じサイズの北多摩産キャベツが驚くほどリーズナブル!

この週、併設のアグリキッチンでは「ミネストローネ」300円が味わえた

