

5 2017年

wish times

WISH TIMESライターと行く！

『中野1dayプラン』 pg 2・3

FASHION SNAP

SPRING EDITION pg.4

WISH TIMES編集メンバーが突撃取材！

中野、という町を知ろう。

中野の意外な『イイところ』を紹介します。

中野1DAYプラン

WISH TIMESのライターと編集メンバーが実際に足を運んで中野の『イイところ』を探してきました！

Pasta

オーガニックパスタでオシャレに

新井薬師ロードにあるオーガニックパスタ店Orient Spaghetti。この店はマイナスイオン水と伊認定のオーガニックパスタを使っている、女子には特にオススメなお店。ジブリのリエッティーを思い出させるような可愛い雰囲気の小さなレストランで、座っているだけでワクワク。私が今回いただいたお料理は、完熟トマトと海老のクリーミーソースに、リッチャレッレというOrient Spaghetti初のパスタを使った一品。海老のコクある風味とモチモチなパスタがたまらない！サラダとドリンクもついて1300円。他にもこだわりのメニューがたくさんあったので、ぜひ一度足を運んでみてはいかがでしょうか？

Lunch time: 11:30-15:00
サラダ&ドリンク付き。大盛りまで無料
Cafe time: 15:00- 17:00
カフェタイムだけのデザートセット 650円 お食事もOK
Dinner time: 17:00-23:00 (22:00 L.O.)

パスタの種類: トマトソース、ミートソース、アサリ、タラコ、ホワイトソース
学割: 学生証提示でランチタイムW盛り無料、カフェ&ディナータイムW大盛り無料



Orient Spaghetti
〒165-0026 東京都中野区新井
1-23-22
ヒグチビル2 1F
open: 月~日11:30~23:00,
(L.O. 22:00)



タイ屋台999 (カオ・カオ・カオ)
〒164-0001 東京都中野区中野5-53-10 エイトゥリービル1F
open: 火~日11:30~翌1:00 (月曜定休日)

Lunch time: 11:30~14:00
サラダ&スープ付き
Dinner time: 17:30~翌1:00

ランチメニュー
カオマンガイ (限定10食)、グリーンカレー、ガバオライス、パッタイ、カオソーイ (限定5食)、タイ式ラーメン。全メニューMサイズ850円、Lサイズ950円

パクチートッピングM100円L200円

Ethnic

ディープな中野でタイランチ

中野の路地裏にひっそりとあるタイ屋台999 (カオカオカオ)。わかりにくい場所にあるにもかかわらずランチタイムから行列ができるほどの人気店。パクチー好きにはたまらない量のパクチーを出してくれる店で、ランチはメニューがMサイズ850円、Lサイズ950円で統一。編集メンバーは今回パッタイとガバオライスを注文。ランチにはポテトサラダ付きのサラダと卵スープもついてきて、とてもお得。ガバオライスはバジルの風味を生かしつつも、しっかりとした辛さとボリュームで食べごたえ満点。タイを訪れる機会が何度かあったライターの舌をも唸らせました。別の日に訪れた際に食べた1日限定10食のカオマンガイ (タイ式チキンライス) もタレの完成度が高く、是非お勧めしたい一品です。ディナーではパクチーを存分 (なんと1キロ!) 使ったパクチー鍋や、バケツ一杯分のパクチー、トムヤンクンやカオソーイ等の本場のタイ料理も食べれます。

Activity

新感覚スポーツで汗を流す

ボルダリングジムJ&S中野。中に入り、更衣室で動きやすい服装に着替えたらボルダリング開始！初心者の方も、ユーモアいっぱいの店長さんが登り方やルールをわかりやすくレクチャーしてくれるので心配なくて大丈夫。基本的なルールは、コースごとに指定されたホールドだけをつかってゴールのホールドを目指すということだけ。壁に付いている石のようなものをホールドといいます。ボルダリングというといかにも腕力が重要なイメージですが、実はとても頭を使います。ここをつかんでこう登ったらこういう姿勢になるからつぎはこうして。ちゃんとイメージしてから登り始めないとコースの途中で時間を使い、ぼててしまうことも。とはいえ、ボルダリングの楽しさは想像以上で、最初は登りかたがわからなかったコースで、手の出し方や体の運び方を工夫して高いところにあるゴールにたどり着いた時の達成感は、取材班もすぐに虜になりました。

店長の庄司さんは、「なぜ壁を登るのでしょか」という鉄板(?)の質問に「楽しいから」と即答。「そこに壁がなかったら自分から探しに行く」とかっこいい一言をいただきました。ちなみにダイエット効果については、「精神的に(直接効果はなくてもダイエットする目標になる)」とのこと。男女での向き不向きの差があまりないスポーツなので女性の方もやってみてほしいそうです。

実際にやってみる機会は多くないであろうボルダリングですが、楽しいリフレッシュの時間になることは間違いありません！ぜひ一度挑戦してみたいはいかがでしょうか？



ボルダリングジム J&S中野
〒165-0026 東京都中野区新井1-31-6 たかやまビル1F
open:月~金14:30~23:00, 土日・祝12:00~21:00

初回登録料500円、一日利用1500円、平日昼間利用料金1000円、水・金レディースデーにより女性は1000円。レンタルシューズ200円(初回無料)



Shop Date



上越湯
〒165-0027中野区野方1-51-10
open:15:30~25:00、金曜定休日

入浴料460円、サウナ150円

◀風呂上りにはお好みのドリンク(どれも120円)を腰に手を当てていただきますよう。

Relax

昔ながらの銭湯でリラックス

そして一日の終わり、ボルダリングで汗を流した後は銭湯へ。今回はWISH北西の歩いてすぐのところにある上越泉を紹介します。WISHにもよく来るメンバーがいるらしいというこの銭湯。担当記者は初めてでしたが、とても親切な銭湯だな、という印象を受けました。番台のおばさんがとても親切に声をかけてくれます。タオルの貸し出しが無料なのがうれしいところ。お風呂は露天風呂や泡ぶろがあり、気持ちよく入ってきました。ちなみに日曜や祝日には薬湯のサービスもあるそうです。

新入生ライター紹介



今回はFASHION SNAPの記事を一部担当したよ！

角南 里沙 (WISH TIMESライター)

初めまして、教育学部教育学科1年の角南里沙と申します。WISHに入寮してまだまだとは浅く、知らないことばかりですが、このWISH TIMESを通してこれからたくさんWISH、中野や早稲田の魅力を伝えられればいいなと思っています！これからよろしくお願いします！

今回は中野1DAYプランの記事の一部を担当したよ！

寺島 学 (WISH TIMESライター)

WISH TIMES新人ライターの寺島学です。文化構想学部1年で6階の住人です。大学では吹奏楽サークルでサクソフーンを吹いています。色々な情報を皆さんに楽しんで読んでもらえるような記事にしていきたいです。よろしくお願いします！



WISH FASHION SNAP

～SPRING EDITION～



ファッションPOINT！

Q:今回のコーデのポイントは何？

A:ワンピースですね。これ、古着なんです。これ、シルエットがダボッとして古着っぽいから好きです。

Q:1年生とのことですが、サークルとかはどこに入る？

A:これから入る予定ですが、ENJIというファッション系のフリーペーパーサークルです。ファッションが好きなので！

Q:今の季節について、どう思いますか？

A:『私の季節』ですね。

ワンピース(古着)、シャツ、ZARAのブーツ

ファッションPOINT！

Q:今回のコーデのポイントは何？

A:テーラードジャケットとかのドレスアイテムが多い中、中をシャツにすることでカジュアルダウンすることが多いです。このジャケットは特に気に入っているので今日のポイントですね。

Q:今の季節について、どう思いますか？

A:春は暖かいので、軽めのアウターで重ね着して、暑くなったらジャケットを脱げるようなファッションを意識しています。

編集者コメント:

STUDIOUSのジャケットや、Calvin Kleinの時計をサラッとカジュアルダウンで着こなしていて、春らしいコーデになっているので爽やかな印象ですね！

テーラードジャケット(STUDIOUS)、シャツ(AVIREX)、スキニーパンツ(Right-on)、靴(ノーブランド)、時計(Calvin Klein)、トートバッグ(UNION STATION)



米田 瑚春さん

国際教養学部 1年

奥山 友介さん

商学部 2年