

Event information

夏休みは、家族みんなでイベントに行ってみよう！

プレミアム付きチケット販売会

数量限定！
2種類の
プレミアム付きチケットを
それぞれ **¥5,000/1シート** で
販売します！

- 販売日：7/29(金)・30(土)
- 時間：10:00～ ※各日なくなり次第終了
- 販売場所：2F コミュニティスペース特設会場
- チケット有効期間：7/29(金)～9/30(金)

※注意事項 販売開始時は混雑が予想されるため、混雑状況により10時の販売前より各日整理券を配布いたします。・整理券は1家族1枚の配布です。・一度に購入できる枚数はプレミアムチケット6シート、グルメチケット2シートまでです。・密集を避けるため販売時間前のお並びはご遠慮ください。・お客様都合での返金、有効期限延長はできません。予めご了承の上ご購入ください。

PREMIUM TICKET

TRAD目白各店舗で使える
20%のプレミアム付き！
1シートで**¥1,000**お得

GOURMET TICKET

TRAD目白飲食店舗で使える
30%のプレミアム付き！
1シートで**¥1,500**お得

TRAD目白各店舗で
¥6,000分 (¥500×12枚)の
ご利用が可能なチケットを
¥5,000 で販売！

TRAD目白飲食店舗で
¥6,500分 (¥500×13枚)の
ご利用が可能なチケットを
¥5,000 で販売！

参加
無料

LINE友だち限定 夏休みワークショップ

8/6(土)



サマーフラワーアレンジメント教室

1F フラワーショップ
レインボウによるワーク
ショップ。夏らしいモ
チーフを使い、ミニボ
ットを可愛くアレンジし
て、夏のお花を飾ろう！



8/13(土)

ペットボトルで風力発電機を作ろう！

ペットボトルを使用し風
力発電機を作ります。プ
ロペラ部分に色をぬっ
てオリジナルの風力発
電機を作ってみよう！プ
ロペラが回るとLEDライ
トが点灯します。



■時間：11:00～／13:00～
14:30～／16:00～(各回1時間)

■場所：2F コミュニティスペース

■予約受付：各日10:00～

※会場にて各回の予約整理券を配布(当日分のみ受付)。

■定員：各回8名様

■参加条件：TRAD目白のLINE友だちおよび
受付時に 新規ご登録いただいた方

※スマホの画面提示をお願いします。
※1アカウントにつき1日1回、1名様まで。
2名以上で参加される場合は参加者ごとに
アカウントが必要です。

SHOP INFORMATION

TRAD目白のサービス店舗から、最新ニュースをお届け！

B2F

小林紀子バレエ・シアター
小林紀子バレエアカデミー
バレエカンパニー・バレエスクール

tel.03-3987-3648 ※木曜定休

創立50周年のバレエ学校で、
新しい一歩を踏み出そう

小林紀子バレエアカデミーは、英国RADの
教育方法を取り入れた伝統あるバレエ学校。
バレエは、家庭や学校では経験できない多
くのものを吸収し、楽しく夢中になりなが
ら、努力する大切さや達成感を自然と感じ
ることができます。豊かな創造力、表現力、
音楽性を育み、集中力やマナーの習得にも非常に役立ちます。満3歳
から大人まで随時入学可。まずはお電話にてレッスン見学のご予約
をお願いします。



2F

エスケースタンプ
趣味の切手・コイン

[営業時間] 10:00～19:00

※月曜定休

tel.03-3980-8000

切手やハガキをお得に

切手(63円・84円)やハガキ、レ
ターバックやスマートレターを
郵便局よりお得に購入できます。

※現金のみの取り扱いとさせていただきます。

切手・貨幣類の買取も受け付けております！

日本切手、外国切手、明治時代の古封筒・古書、江戸時代の大判・小判・金銀貨・
穴銭、明治以降の金貨・銀貨・貨幣セット・紙幣等の買取を行っております。
※買取の際には公的身分証明書の提示が必要となります。ご持参の上ご来店ください。

※画像は全てイメージ。



LINEの友だち募集中！

TRAD目白LINE公式アカウントでは、
イベント情報や各ショップのお得情報をお届け！
ぜひ、ご登録ください。



感染症対策 施設としての取り組み



トラッド目白

各店舗やイベントの最新情報は、
ホームページでご確認ください▶



〈アクセス〉東京都豊島区目白2-39-1 / JR山手線「目白」駅前(地下道直結)

※この情報誌は、2022年7月4日現在のものです。 ※イベントの開催および内容は、予告なく変更・中止となる場合があります。
※商品写真の色味は実際と異なる場合がございます。 ※品切れの際はご容赦ください。

TRAD

【トラッドタイムス】

Times

July 2022

Summer



特集1

涼スイーツ&ドリンク ×
夏に行きたい「スポット」

特集2

楽しく過ごす夏休み ×
夏のお食事メニュー

Pick Up Menu

知ってトクする豆知識

〈撮影協力〉
●表紙掲載メニュー
リースサラダ Wreath Salad ¥1,500(税込) 2F RACINES ORGANIC MEIJO
●フラワー 1F フラワーショップ レインボウ

涼スイーツ&ドリンク *Cold sweets & drink*

涼やかなスイーツとドリンクをお供に、目白周辺のスポットへ散策。
家族や友人と参加できる、夏ならではのイベントも楽しもう！



Kishimojindo 鬼子母神堂

豊島区雑司が谷3-15-20
9:00～17:00(大黒堂は10:30～16:30)
tel.03-3982-8347

日蓮宗法明寺の飛地境内に建ち、室町時代に清土(目白台)から掘り出された鬼子母神尊像をお祀りするお堂。安産・子育ての神様として古くから信仰を集めています。境内には、推定樹齢700年のイチヨウの巨木や名物の駄菓子屋も。



ブルックリン
レモネード
¥330(税込)

Pâtisserie & Chocolat Bar
DEL'IMMO

1F/パティスリー
[営業時間]10:00～20:00
tel.03-3988-1321

期間
限定

毎年人気のレモネードが今年も登場！美味しさの決め手は、たくさんのレモンとハチミツで作った自家製のシロップ。夏らしい爽やかな味わいです。

自家製アイスクリーム
シングル¥480(税込)
ダブル ¥730(税込)

RACINES BREAD&DONUT

2F/ブレッド&ドーナツ
[営業時間]11:00～21:00
tel.03-5985-4982

生産者様から届いたこだわり食材や季節のフルーツを使用した手作りアイスクリーム。時期により変わる8種のフレーバーからお好みを選んで。

Kitte-no-hakubutsukan 切手の博物館

豊島区目白1-4-23
10:30～17:00
(月曜日・展示替え時・年末年始は休館)
tel.03-5951-3331



夏に行きたい「スポット」 *spot*



Mejirodai-undo-ko-en 目白台運動公園

文京区目白台1-19-20
7:30～18:30(5月～8月)、7:30～17:00(9月～4月)
tel.03-3941-6153

区立の公園としては最大の面積を誇り、災害時の防災拠点ともされる公園。約1万㎡の広さがある芝生の多目的広場を中心に、テニスコートやフットサルコートも。緑の芝生広場には遊具やゴザの貸出もあり、のんびりと過ごせます。

アイスマントモカ
イトイン ¥935(税込)/テイクアウト ¥580(税込)

宮越屋珈琲 目白店

1F/珈琲専門店
[営業時間]9:00～21:00 tel.03-6907-0368

期間
限定

濃厚なココアとミントの清涼感がマッチした、この季節にぴったりの一杯。程よく苦味があり、全体を混ぜてもそのままでも◎。



夏のイベント情報

Project WILD 自然発見塾

毎月第2土曜日

親子で公園の生き物を観察し、自然の大切さを学ぶプログラム。生き物クリップのお土産もご用意！

ノルディックウォーキング教室

毎月第4土曜日

2本のポールを使ったウォーキング。首や肩の筋肉の血行を良くし、消費カロリーがアップします。

ヨガ教室

毎月第2金曜日

パワーヨガやマットピラティスなど、さまざまなヨガで体も心もリフレッシュ！どなたでも参加できます。

※イベントの開催および内容は、予告なく変更・中止となる場合があります。

Fragra



フルーツたっぷり
白くまバー(5本入)
¥345(税込)

Ice cream



ファミリーマート目白二丁目店

1F/コンビニエンスストア
[営業時間]24h tel.03-5956-2106

ファミマ史上最大のジュシー感を味わえるフラッペと、練乳アイスに3種の果肉と小豆甘納豆がたっぷり入った人気アイス。

ストロベリーフラッペ
¥330(税込)

Bread



Jelly



冷やしてメロン(ミルクバニラ)
¥238(税込)

提供期間: 8/31(水)まで

ジョアン

1F/ベーカリー
[営業時間]8:00～21:00
tel.03-6907-0275

メロンパンの中に冷たいクリームが入った、夏ならではのパンスイーツ。口どけのよい軽やかなクリームを使い、コクがありながらも軽やかな口当たり。

MITSUKOSHI ISETAN
THE FOOD ミックスゼリー(18個入)
¥322(税込)

クイーンズ伊勢丹

B1F/スーパーマーケット
[営業時間]10:00～22:00
tel.03-5960-5411

もも、みかん、ぶどう、りんごの4種の味が楽しめる、果汁100%で作った一口ゼリー。小腹が空いた時やお子さまのおやつにもぴったり。

周辺Map



※イラストはイメージ。

Scene.1

習い事へ行った後に
ちょっと寄り道！



特集2

Summer
Vacation

楽しく過ごす
夏休み

CROSS

団らん
お食事メニュー

Let's eat!

ツナやコーンが主役のお子さまも
大好きなピッツァは、シェアにも
ぴったり！

バンビーノ
¥1,490(税込)

バンビーノとはイタリア語で「男の子」
の意味。子どもから大人まで人気のチー
ズベースのピッツァで、エビ、ツナ、コー
ン、ソーセージ、マヨネーズをのせて焼
き上げました。



PIZZERIA 37 1F/イタリアン レストラン
[営業時間]11:00~22:00(LO.21:00)
tel.03-5956-2037



Scene.3

親しい友人と
おしゃべりランチ！



見た目にも美味しい前菜から始まる
ランチセットは、友人との会話にも
花が咲くはず♪

旬香亭 夏の特別ランチセット
〈前菜・メイン料理・パンorライス・ポタージュ〉
¥2,800(税込)

提供期間: 8/31(水)まで

平日
限定

定番のランチに“夏の彩り”を加えた期間
限定メニュー。メインは国産牛と豚肉で
作るハンバーグに、歯ざわりが上品な
2種のフライ。色とりどりの前菜も付い
て十分な満足感！



目白 旬香亭 2F/洋食
[営業時間]11:00~15:00(LO.14:00)/17:00~21:00(LO.20:00)
※月曜定休(祝日は除く)
tel.03-5927-1606



Scene.2

ご夫婦での記念日に
贅沢ディナー！



上質な空間で味わうシチリア
フルコース。感謝の気持ちを
花束に込めて贈りませんか？

夫婦の絆を深める
コンヴィヴィオ
「CONVIVIO」コース・
感謝の花束付き
¥12,100(税込)

提供期間: 7/16(土)~8/21(日)

※メニュー、花束共に要予約

シチリアでは、家族で共に過ごす
「CONVIVIO」をととても大切にします。
ワイナリーの葡萄畑をテーマにした「ア
ペリティーボ」から始まるフルコースを、
シチリアワインと共に。



アンジェロコート東京 3F/ウェディング・4F/レストラン
[営業時間]ランチ 11:30~15:00(LO.14:00)
アフタヌーンティー 13:00~17:00(LO.15:00)
ディナー 17:00~22:00(LO.20:00)
※火曜・水曜定休(祝日は営業)
tel.03-5957-5516



Scene.4

家族でゆっくり
ごはんタイム！



これぞ、ごちそう！夏に食べたい
食材をふんだんに盛り込んだ贅沢
御膳を、ご家族みなさまで。

夏の竹籠ご馳走膳
¥2,970(税込)

期間
限定

通年販売しているご馳走膳の夏限定バー
ジョン。ゴーヤ氷砂糖黒酢漬や季節の
お造り、鳴門ハモの天ぷらなど、今の時
期に美味しい食材が仲間入り。



あえん 2F/和食
[営業時間]11:00~15:30
17:00~21:00
tel.03-6914-3880



暑い夏に味わいたい!

Pick Up MENU

旬のグルメ & スイーツでお食事タイムを満喫!

1F PRONTO
カフェレストラン

〔営業時間〕カフェタイム 8:00～17:30
バータイム 17:30～22:00
tel.03-5985-2145

丸ごとレモネード
イトイン ¥473(税込) / テイクアウト ¥464(税込)

その名の通り、レモンを果皮ごとすりおろしたレモネード。レモンの風味やほのかな苦みも楽しめ、すっきりしたい時におすすめの一杯。

1F Pâtisserie & Chocolat Bar DEL'IMMO
パティスリー

〔営業時間〕10:00～20:00
tel.03-3988-1321

パフェココマンゴー ¥1,620(税込)

提供期間: 8/31(水) まで

濃厚なマンゴーのアイスやコンポートに、ミルクーなココナッツをプラス。フルーツが香る紅茶のジュレと、サクサクのメレンゲが合わさって気分は常夏!

1F PIZZERIA 37
イタリアン レストラン

〔営業時間〕11:00～22:00(L.O.21:00)
tel.03-5956-2037

シチリア風オイルサーディンのスパゲッティ
¥1,540(税込)

シチリアを意識し、オリーブ、ケイパー、アンチョビを使用したスパゲッティ。さっぱりとした味の中に刺激的な酸味も残る、暑い日に食べたい一品。



※画像はイメージ

2F あえん
和食

〔営業時間〕11:00～15:30 / 17:00～21:00
tel.03-6914-3880

風薫る「一句九会」コース
〈季節のすり流し・季節のサラダ・ご馳走一句九会(9種の小鉢)・選べる主菜・お食事・甘味〉
¥5,200(税込) ※ディナータイムのみ ※要予約

ごちそうをちょっとずつ楽しめるように、旬の野菜を使った9種の小鉢をご用意。主菜は、桜山豚のグリル・魚料理・名物メンチカツから1品選べます。

TRAD目白のスタッフが教えるとおき情報!

知ってトクする豆知識

HEALTH CARE

夏休みに実践したい!おうちでできる虫歯予防法

医療法人社団恒心会 目白ハイマート歯科

歯を健康に保つためには、おうちでのケアが大切です。
小さなお子さまは自分ですみずみまで歯磨きをするのは難しいですね。
大人がサポートし、虫歯予防効果のある商品も活用しながら上手にケアしましょう。
当院では、お子さまに適した歯磨きの仕方、歯磨き粉の選び方などもアドバイスします。お気軽にご相談ください。

歯磨きサポートのポイント

1. ヘッドは小さいものを
お子さまの歯に合わせて、歯ブラシはヘッドが小さく奥歯までしっかり届くものを使う。
2. 頭を安定させてあげる
お子さまを寝かせた体勢がもっとも磨きやすい。
ひざに頭を乗せて安定させ、両腕を使って丁寧に。
3. 細かく磨く
歯ブラシを持つときはペンを持つように軽く握って細かく磨く。
4. 順番を工夫する
敏感な前歯から磨くとお子さまは抵抗しがち。
下の奥歯 → 上の奥歯 → 下の前歯 → 上の前歯 の順に。



虫歯予防効果のある商品

- フッ素入り歯磨き粉
初期虫歯を修復する作用や、エナメル質を強くし虫歯になりにくい歯を育てる効果あり。
- キシリトール
天然の甘味料で初期虫歯の修復を促進してくれる。歯垢を減らし、虫歯菌の動きを弱める効果も。
- リカルデント
歯の再石灰化を促し、口の中を中性に保つ効果あり。虫歯の始まりを抑えて丈夫な歯へと導く。



皆さんが安心して通える、かかりつけ歯科医院。確かな知識と技術の習得や、大学付属病院や近隣医療専門機関等との連携、何よりも患者さん一人ひとりの対話を最重要視し、歯の健康をサポートいたします。

医療法人社団恒心会 目白ハイマート歯科 2F/歯科
〔診療時間〕9:30～13:00 / 14:00～18:30 ※日曜・祝日休診 tel.03-5950-1426

LEARNING

英会話スクールを使いこなすコツが知りたい!

セイハイインターナショナルスクール

英会話スクールは、スポーツでいう「試合」

英会話の音楽を聴いたり、英語の本を読み込むことは独学でも十分ですが、それは「練習」でしかありません。たくさん音楽を聴いて自宅で発音しても、英語の本を声に出して読んでも、すぐに海外で話せるわけではないからです。そこで登場するのが「英会話スクール」です。独学学習が「練習」であるならば、英会話スクールは「試合」。
独学では、生きたアドバイスをもらえることは少なく、例えば自宅では完璧だと思っていた発音が、ネイティブスピーカーに聞いてもらおうとさっぱりということも。そんな時に、講師からのアドバイスで上達への近道になります。

スクールと独学で英語力を高める

一般的な英会話スクールは週に1、2回の授業がありますが、日本に住みながらそれだけで英語がペラペラになることはありません。スクールに通う日以外は独学も大切です。テニスでいう壁当て、野球でいう素振り、ゴルフでいう打ちっぱなし練習場でのスイングといったイメージ。お金を払っているからといって全面的に英会話スクールに依存するのではなく、「独学でできないことをスクールで補完する」、「スクールでできないことを独学で補完する」といった使い分けが重要です。ぜひ本校で、幼児から大人まで私たちと共に楽しく英語を学びませんか。



0歳から始められることも英会話教室。外国人講師による本場のフォニックス学習法で、楽しみながら自然と英語力とコミュニケーション能力を習得。受付には日本人講師も常駐しているので安心です。

セイハイインターナショナルスクール 2F/子ども英会話
〔営業時間〕10:00～19:00 ※月曜・火曜休校 tel.0120-815-718

サマー英語体験レッスン
キャンペーン実施中!

実施期間: 8/31(水) まで
体験レッスン(2回) 4,000円(税込)