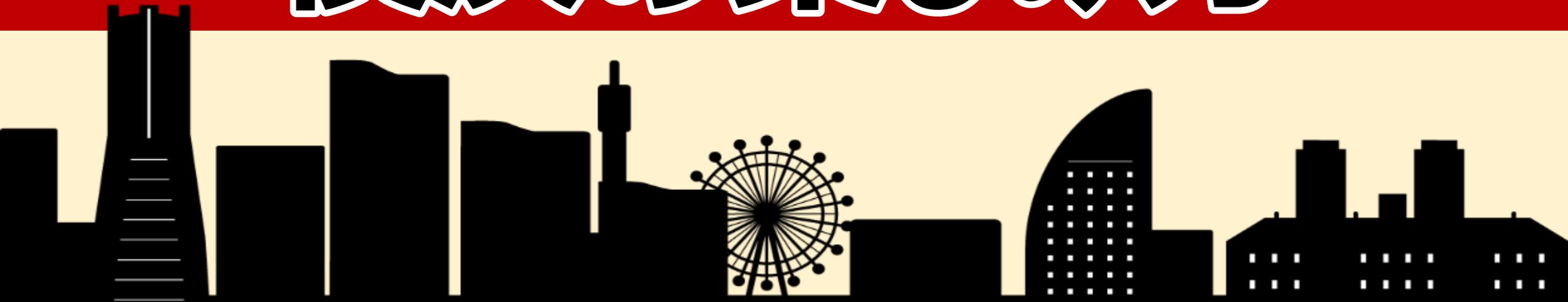


横浜市立みなと赤十字病院プレゼンツ

JSPENだけで帰るのは
もったいない！！



横浜の楽しみ方



JSPEN2024 in Yokohama

おすすめカフェ 6 選

CAFE

VANILLABEANS みなとみらい本店

最寄駅：馬車道駅から徒歩4分
会場から：徒歩20分

横浜発のチョコレート専門店で、
食べログの百名店に何度も選ばれる人気店です♪
お取り寄せグルメとして人気のお菓子はお土産にも最適。
横浜ハンマーヘッドにも姉妹店があります。

- ・ バニラビーンズ
フォンダンショコラ
- ・ みなとみらいドーナツ など



STAR JEWELRY CAFE & Chocolatier

最寄駅：元町・中華街駅から徒歩2分
会場から：みなとみらい駅→元町・中華街駅 徒歩2分（計20分）

ジュエリーブランド「STAR JEWELRY」が
プロデュースしているカフェです。
ショーケースに並ぶチョコレートはまさに宝石♡
JSPENで頭を使った後は、糖分補給をお忘れなく♪

- ・ チョコレート各種
- ・ レモンのチーズタルト
- ・ 蒸し鶏とキヌアのサラダ など



おすすめカフェ6選

CAFE

CAFE de la PRESSE (カフェドゥラプレス)

最寄駅：日本大通り駅から徒歩3分

会場から：みなとみらい駅→日本大通り駅 徒歩3分 (計15分)

店内はパリを想像させる美しい空間で、
つい日常を忘れてしまいそうになります。(笑)
ケーキも豊富ですが、おすすめはパフェです♡
生クリームとアイスのハーモニーが絶妙です！



- パフェ
- 紅茶のシフォンケーキ
- 自家製ジンジャーエール など



えの木てい 本店

最寄駅：元町・中華街駅から徒歩7分

会場から：みなとみらい駅→元町・中華街駅 徒歩7分 (計25分)

高級住宅地の横浜山手にある洋菓子店です。
港が見える丘公園や、外人墓地も近くにあるので、
天気の良い日はお散歩コースとしても最適。
イートインの他、焼き菓子等お土産も充実しています。

- 横濱レモン
- ケーキ・パフェ各種



おすすめカフェ6選

CAFE

Butter 横浜ベイクォーター

最寄駅：横浜駅 横浜ベイクォーター2F
会場から：徒歩15分

贅沢に発酵バターを使用したパンケーキ専門店です。
スフレパンケーキや窯出しパンケーキが人気！
エッグベネディクトやロコモコ等もあるので、
スイーツが苦手な方も楽しめます。

牛が目印！



- ・ふわふわスフレパンケーキ
- ・窯出しフレンチパンケーキ
- ・ロコモコ、オムライス など



アイランド ヴィンテージ コーヒー

最寄駅：横浜駅 横浜ベイクォーター3F
会場から：徒歩15分

日本進出3号店⁺のハワイで行列の絶えない
人気コーヒーショップです。アサイーボールや、
ホットでいただく100%コナコーヒーが人気です。
8時オープンなので、モーニングにもおすすめです！

- ・アサイーボール
- ・アイランドパンケーキ
- ・サンドイッチ など



お洒落に楽しみたい♪

おすすめディナー特集

ルバーラヴァンサカンドゥ

Le Bar a Vin 52 AZABU TOKYO 関内店

最寄駅：日本大通り駅から徒歩3分

皆さんご存知の成城石井がプロデュースする
ワインバーです。自社輸入のこだわりのワインや、
お料理がリーズナブルな価格で楽しめます。
ベイクォーター3Fにも店舗があるのでご利用下さい！



- ・生ハムと
サラミの盛り合わせ
- ・濃厚ウニの
クリームパスタ など

Café & dining blue terminal

最寄駅：日本大通り駅から徒歩10分

大栈橋のターミナル内にある素敵なレストラン。
窓辺の席からは横浜湾が一望でき、時間帯によっては
船が行き来するのを見ることができます。
料理はボリューム感もありお得です♪

- ・blue terminalバーガー
- ・醤油麹グリルチキンカレー
- ・有頭海老と三浦野菜のシーフードドリア など



お洒落に楽しみたい♪

おすすめディナー特集

ビストロ&バル ジーロ(Ji-ro)

最寄駅：桜木町駅から徒歩3分

自然派ワイン、新鮮で臭みのない鹿・鴨などのジビエ料理や地元横浜の野菜を使用した料理を堪能できます。お洒落な店内でゆっくりJSPENトークはいかがでしょう♪

リトラネオ

LITORANEO

最寄駅：馬車道駅から徒歩1分

横浜市役所の建物内にあるお洒落なレストラン。窓から海が見えるのも嬉しいポイント。食事はもちろんですが、ティラミスをぜひ食べてみてください♡何度もリピートしているお気に入りのお店です。



- ・横浜野菜の盛り合わせ
- ・取り合わせ魚介のアヒー
ジョ
- ・ポークスペアリーブの
味噌漬け焼き など

- ・LITORANEO di ボロネーゼ
チーズがたっぷり乗って絶品
- ・マルゲリータ
- ・ティラミス、アフォガード など



中華街だけじゃない！

おすすめディナー特集

和食と炭火焼 三代目 うな衛門 桜木町店

最寄駅：桜木町駅から徒歩2分

こちらのお店では様々な鰻料理がいただけます。
珍しい鰻のしゃぶしゃぶもあります。
個室もありコース料理も充実しているので、
おもてなしの席の使用にもおすすめです。



- ・鰻の串盛り
- ・鰻の出汁しゃぶしゃぶ
- ・鰻と生姜の炊き立て土鍋ご飯 など

酒 富

最寄駅：桜木町駅から徒歩5分

寒い冬にはおでんが食べたくなりますよね？
こちらのお店で温かいおでんと、
地酒をいただくのはいかがでしょうか？
JSPEN後の身体に染みわたる事間違いないです！

- ・おでん 各種
- ・下仁田ねぎ焼
- ・かきの酒蒸し など



ちょっとコアだけどハズレなし！

おすすめディナー特集

ミンセイチャオハン

民生炒飯 横浜中華街店

最寄駅：元町・中華街駅から徒歩5分

台湾で大人気の炒飯専門店で、2019年に日本に上陸した1号店です。アジアンテイストの本格炒飯がいただけます。お店は小さめですがテイクアウトもできるので、ホテルがお近くの方は、部屋でゆっくり食べるのも良いかも！

- ・牛肉炒飯
- ・叉焼炒飯
- ・蚕包(オムライス)炒飯 など

キッチン

中国料理 奇珍

最寄駅：山手駅から徒歩10分

なんと100年以上も続くハマの町中華店。横浜発祥のご当地ラーメン「サンマーメン」をご存知ですか？とろみのついた野菜やお肉・海鮮の餡かけでラーメンをいただきます♪ お試しあれ！

- ・サンマーメン
- ・五目焼ソバ
- ・海老ワンタンメン など



Deepな横浜 “野毛”

飲み歩きの聖地として知られる野毛ですが、実は餃子の名店や昔ながらの洋食屋さんも多くあります。JSPEN後の打ち上げにももちろん最適ですが、お酒を飲まない方はランチにいかがでしょうか♪

餃子の翠葉

野菜がメインのシンプルな餃子！
皮がパリパリでいくつでもいただけます。
大盛のチャーハンもとっても人気です♪

三陽 本店

ニンニクのきいた餃子はビールが進む
こと間違いなし！変わったネーミングの
メニューにも注目です。(笑)

萬里 本店

モチモチとした皮と餡のバランスが絶妙！
料理は複数人でシェアするのもよし、
ハーフサイズもあるので少人数でも◎

洋食キムラ 野毛店

老舗の洋食店。貝殻型のお皿に入った
ハンバーグが人気。カニクリームコロッケ
やエビフライも絶品です！

センターグリル

ナポリタンやケチャップライスなど
「これぞ日本の洋食！」という感じのお店。
レトロな雰囲気もとても素敵です♡

Kikuya Curry

スパイシーな絶品スープカレーが
楽しめます。野毛山動物園が近くにあるので
食後の運動に行ってみるのもいいかも♪

ラーメン好きが選ぶ

おすすめラーメン4選



家系

家系総本山 吉村屋

醤油豚骨ベースのスープ・中太麺等を特徴とした「家系ラーメン」を生み出したお店です。現在も長い行列ができる人気店ですが、平日は狙い目かも…!?

最寄駅：横浜駅から徒歩6分



醤油

横浜中華そば 維新商店

誰もが懐かしさを感じるような、ほっとする中華そばです。ワンタンメン・チャーシュー麺も大人気。寒い冬にこそ食べたい身体が温まる一杯です。

最寄駅：横浜駅から徒歩10分



塩

塩らーめん 本丸亭

素材の細部までこだわり抜いたラーメン店。歯ごたえの良い春菊のトッピングが最高♡海老ワンタンも絶品です。

元町・中華街駅にも店舗があります。

最寄駅：横浜駅から徒歩5分 / 元町・中華街駅から徒歩4分



メに!

麺場 浜虎

メのラーメンも妥協したくない方必見! 8:00~24:00まで営業しています。それなのにとにかく美味しい。さらに嬉しい大盛無料のサービスもあります♪

最寄駅：横浜駅から徒歩5分

JSPEN後のお楽しみ！

会場周辺のおすすめスポット

～横浜ならではの～

- 横浜赤レンガ倉庫
- 山下公園
- 横浜港 大さん橋
国際客船ターミナル
- 横浜ランドマークタワー
69階展望フロアスカイガーデン
- MARINE&WALK YOKOHAMA
- 横浜中華街

～おひとり様でも～

- 横浜みなとみらい万葉倶楽部
- 元町商店街
- 港の見える丘公園
- MARK IS みなとみらい
- 横浜ハンマーヘッド

～ご家族と一緒に～

- カップヌードルミュージアム
- 横浜アンパンマン
こどもミュージアム
- よこはまコスモワールド
- マリントワー
- アニタッチ みなとみらい
- YKOHAMA AIR CABIN
- 野毛山動物園



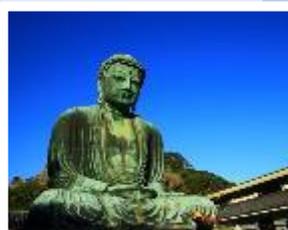
まだまだ時間のある人は！

足を延ばして小旅行

鎌倉

小町通りや鶴岡八幡宮、鎌倉大仏など多くの観光スポットがあります。神苑ぼたん庭園では冬ぼたんが見られるかもしれません。カフェや食事処も充実しているおすすめスポットです✦

アクセス: 横浜駅からJR線で鎌倉駅(約25分)



横浜 三溪園

三溪園は東京ドーム4個分にもものぼる広大な日本庭園です。京都や鎌倉から移築された歴史的な建造物が楽しめます。2月には例年では梅の花が見ごろを迎えます。

アクセス: 横浜から市営バスで三溪園入口(約40分)



江の島

江の島は名前の通り「島」ですが、橋を歩いて渡って入ることができます。弁財天仲見世通りでお土産を探したり、食べ歩きをして楽しめます。丸焼きたこせんべいがおすすめです♪

アクセス: 横浜から片瀬江の島駅(約30分) + 徒歩15分



三浦海岸 河津桜

例年の見ごろが2月上旬～3月上旬といわれ、三浦海岸桜祭りも開花に合わせて開催されます。桜並木の散歩はいかがでしょうか？濃いピンク色の可愛い河津桜に癒されること間違いなしです。

アクセス: 横浜から京急本線で三浦海岸駅(約45分)



センスがいいって思われたい！

おすすめの横浜みやげ特集

ありあけ横濱ハーバー

みんなに愛される定番のお土産♪
横浜ハンマーヘッドでは写真を入れて、
世界に1つだけのオリジナルハーバーが作れます！



横浜かをり レーズンサンド

日本大通りに本店を構える歴史のあるお店。
欲しくなってしまう洋菓子が多くありますが、
その中でもレーズンサンドがおすすめです。

フランセ 横濱ミルフィユ

フランセは果実の味わいが美味しい洋菓子店です。
ミルフィユはサクサクとした食感が特徴で、
どこか懐かしさも感じられるお菓子です。

馬車道十番館 ビスカウト

毎日職人が焼き上げているサクサクのクッキーと
サンドされたクリームが◎
老若男女問わず喜ばれる事間違いなしです。

重慶飯店 パイナップルケーキ^{ハウリンズ}(鳳梨酥)

生地には発酵バターが使用されており香りが最高♡
パイナップルジャムには程よい酸味があって、
甘すぎないところがおすすめポイントです。

むてきろう 霧笛楼 横濱煉瓦

煉瓦をモチーフにしたフォンダンショコラ。
しっとり濃厚なチョコレートケーキに、
クルミーソースが染み込んだ深い味わいです。



駅や空港では取り扱いのない商品もあります。取扱い店舗に関しては、各自で確認をお願いいたします。

センスがいいって思われたい！

おすすめの横浜みやげ特集

VANILLABEANS ショーコラ

お取り寄せでも大人気のこちら。
お店には迷ってしまう程のチョコレート菓子が♡
ショーコラとパリトロが不動の人気です。

えの木てい 横濱レモン

レモンの風味がとっても爽やかなチーズケーキ。
素材への細かなこだわりが感じられる、
繊細で美味しい洋菓子です。



ストラスブール Strasbourg チーズインバウム

お好みで冷やして食べたり、温めて食べたり。
お店には可愛らしい焼き菓子が多くあるので、
こちらもお土産に最適です！

エシレ・パティスリー オブール Chausson ECHIRE (ショソン・エシレ)

エシレバターを使った贅沢バタークリームパイです。
崩れやすいのでホテルで食べたり、帰りの電車で
ご褒美おやつとして食べるのもいいかも◎

鎌倉紅谷 クルミッ子



鎌倉土産として大人気のこちらは、横浜ハンマー
ヘッドのKurumicco factoryでも購入できます。
クルミッ子パフェや飲むクルミッ子も人気です♪

横浜発 クラフトビール

横浜発のクラフトビールがあるのをご存知ですか？
ビール好きの同僚やご家族へのお土産として最適。
帰りの電車でこっそり飲んでも！（笑）

駅や空港では取り扱いのない商品もあります。取扱い店舗に関しては、各自で確認をお願いいたします。

紹介しきれなかったお店①

- ◆ **Port Terrace Cafe** 馬車道駅から徒歩8分 (東南アジア料理)
赤レンガ倉庫やベイブリッジを眺めながら食事を楽しめます。
- ◆ **Cafe Next-Door** 元町・中華街駅から徒歩5分 (カフェ)
フレンチの名門「横濱元町霧笛楼」の姉妹店。元町はお散歩コースとしても最適です。
- ◆ **NOUMU** 桜木町駅から徒歩2分 (スープ/カフェ)
「HOTEL EDIT YOKOHAMA」1階にあるスープ専門店。モーニングにも◎
- ◆ **Wines Kitchen Rigatto** 桜木町駅から徒歩7分 (イタリアン/ワイン)
お洒落な店内でリーズナブルに美味しいイタリアン・ワインが楽しめます。
- ◆ **山手十番館 レストラン&カフェ** 元町・中華街駅から徒歩6分 (フレンチ)
山手の歴史ある素敵な洋館でいただくフレンチ。ぜひ発表後のご褒美として。
- ◆ **^{うまや} 驛の食卓** 馬車道駅から徒歩4分 (居酒屋/ビール)
工場直送の新鮮で美味しい横浜ビールが楽しめます。
- ◆ **馬車道タツプルーム** 関内駅から徒歩5分 (バー/ビール)
ベアードビール直営店。レトロな店内で個性豊かなベアードビールの飲み比べができます。

紹介しきれなかったお店②

- ◆ **アンティーカ・ピッツェリア・ダ・ミケーレ 横浜** 馬車道駅から徒歩10分 (ピザ/バー)
会場から徒歩圏内の横浜ハンマーヘッドにあるピザが美味しいお店。
- ◆ **釜めし酒家 鶏味庵** 関内駅から徒歩5分 (釜飯/居酒屋)
美味しい釜飯がいただけます。ランチの親子丼もおすすめ。
- ◆ **さかえや 横浜みなとみらい本店** みなとみらい駅から徒歩1分 (水炊き/鳥料理)
濃厚水炊きがおすすめ。寒い冬にはぴったりです。ランチの利用も可能です。
- ◆ **地葉** 桜木町駅から徒歩6分 (焼き鳥)
おまかせコースのみの贅沢焼き鳥。大将が目の前で焼く焼き鳥は絶品です。
- ◆ **勝烈庵 馬車道総本店** 馬車道駅から徒歩1分 (とんかつ)
地元でも人気のとんかつの名店。フルーティなソースも人気の秘訣です。
- ◆ **横濱酒場 まるう商店さん** 桜木町駅から徒歩5分 (居酒屋/海鮮)
三浦半島の魚料理がいただけます。新鮮刺身の「どっさり盛り」をぜひ食べてみて！
- ◆ **千花庵 野毛店** 桜木町駅から徒歩3分 (蕎麦)
石臼挽きの美味しい10割蕎麦が自慢のお店です。一品料理にもこだわっており美味です。

紹介しきれなかったお店③

- ◆ ^{ハウテンカク} **鵬天閣 新館** 元町・中華街駅から徒歩1分 (点心/飲茶)
小籠包が絶品のお店。焼きたてのテイクアウトもできるので中華街散策の際にもどうぞ。
- ◆ ^{サイコウシンカン} **菜香新館** 元町・中華街駅から徒歩3分 (点心/中華)
中華街で美味しい点心や飲茶をお探しの方におすすめです。
- ◆ ^{ゴクウチャソウ} **悟空茶荘** 元町・中華街駅から徒歩7分 (中国茶カフェ)
本格的な茶器で中国茶を。ポットの中で開く花に癒されます♪茶葉はお土産としても◎
- ◆ ^{サントン} **山東** 元町・中華街駅から徒歩5分 (中華)
長い歴史をもつ家庭中華料理店。水餃子がとにかく美味。職場の飲み会でもよく使います。
- ◆ ^{シャテンキ} **中華粥専門店 謝甜記** 元町・中華街駅から徒歩5分 (中華粥)
様々な味が楽しめる中華粥専門店。二日酔いの日のモーニングとしてもおすすめです！(笑)



当院スタッフの横浜愛♥により沢山のおすすめ店が寄せられました！
こちらもお店選びの際の参考にして下さい！



最後に…

コロナ禍ではハイブリット開催となっていた学会ですが、
現地参加でしか味わえない醍醐味がありますよね♪

JSPEN2024はもちろんの事ですが、ぜひ横浜もお楽しみ下さい。
横浜に初めてくる方も、そうでない方も・・・

All Together!!

※今回ご紹介したお店や観光スポットは、メニューや営業時間に変更となる可能性があります。
行かれる際は各自でホームページなどの確認をお願いいたします。

Special Thanks

Information provision

Dietitian

Risa.F
Yuki.O
Youko.K
Taichi.W



Information provision
Minato NST Therapist

Kensuke.S
Keisuke.M
Kanao.K
Narumi.S



Design : Saori.S



Edit : Rie.O

