

# おひとりさまの年末年始お出かけガイド

ひとりでも、いえ、むしろひとりだからこそ、マイペースで楽しむ。そんな年末年始の過ごし方を見つけてみるのはいかがでしょう。8~13歳の4人のお話をはじめ、1月号の記事の中から、「マイプラン作り」のヒントを探してみました。



## コンサート&美術館・映画館

「元日の夜はニューイヤーコンサートを見るのが定番」とおっしゃる芳賀のどかさん(13歳)。年末年始はジャンルを問わず、「カウントダウンコンサート」や「ニューイヤーコンサート」など特別なコンサートが目白押し。インターネット検索も便利ですが、お近くのホールのポスターや新聞の広告欄などでも情報を得ることができます。

また、お近くの美術館や博物館、映画館も要注目です。たとえば、東京国立博物館は「博物館に初もうで」と題して、毎年1月2・3日にさまざまなイベントを開催していますし、六本木の森美術館など、元日からオープンしているところもあります。映画館は年末年始も休まず上映するところが多く、「シネマ歌舞伎」(東京は1月3日先行公開、全国公開は1月17日から→45歳)をはじめ華やかな新春ラインナップがずらり。ただし、上映時間が通常と異なる場合もあるのでご注意ください。

## コンサート・映画・美術展などを探すのに便利なウェブサイト

- チケットぴあ <http://t.pia.jp/>
- イープラス <http://eplus.jp/>

## お正月こそボランティア?

阿部絢子さん(8歳)や大谷彩美さん(12歳)が体験された海外ボランティアは、今度のお正月に行くのはむずかしいかもしれません、その次のお正月に向けて計画を練り始めてみてはいかがでしょうか。12歳でご紹介した「IMAGINUS」のほか、「ボランティアプラットフォーム」や「国際協力機構(JICA)」などの窓口があります。「初めてのかたには、派遣手続きのサポートがあり、現地で日本語対応がある、1週間ぐらいの短期間のプログラムがおすすめです。活動内容が現地で役に立っているか、よく考えて選んでください」(ボランティアプラットフォーム・堀佐知子さん)。「JICAボランティアは、現地の人と同じ言葉を話し、ともに生活・共働しながら開発途上国の国づくりのために協力しています。20歳~69歳のかたにご参加いただけます」(国際協力機構・金崎さおりさん)。

## 海外ボランティアの相談ができる窓口

- 一般社団法人  
ボランティアプラットフォーム  
所在地 東京都新宿区西新宿3-2-11  
新宿三井ビルディング2号館3階  
☎ 03-6304-5353  
<http://volunteer-platform.org/>
- 独立行政法人国際協力機構(JICA)  
所在地 東京都千代田区二番町5-25  
二番町センタービル  
☎ 03-5226-9813  
<http://www.jica.go.jp/volunteer/>

## ホテルで過ごすお正月

「2015年からは、ホテルでお正月を過ごします」とおっしゃる島崎とみ子さん(10歳)。お正月は宿泊プランも充実しています。初日の出観賞や初詣でツアー、コンサート・落語会の鑑賞など、立地を生かしたオリジナルイベントつきのプランも!

中村絵子さん(78歳)にお話を伺った東京マリオットホテル(品川区)は、リニューアルから二度目のお正月。『栄養と料理』読者に限り1名さまから申し込める連泊プランをご用意くださっています(詳細下記)。

## 東京マリオットホテル連泊おせちプラン

お申し込みは、東京マリオットホテル(宿泊予約☎ 03-5488-3939)にお電話いただき、「『栄養と料理』を読んで」とお伝えください。

大晦日の「カウントダウンパーティー」の翌日は御殿山庭園を望む「なだ万」雅殿でゆったりと老舗のおせちを。2日の朝はラウンジ&ダイニング「G」でお正月ブッフェが楽しめます。

- 日程/12月31日(水)  
~2015年1月2日(金)
- お部屋タイプ/デラックスキング
- 料金/90,000円~  
(1名さま/2泊3日/宿泊税別)

