

# メトロポリターナ、東京メトロ53駅で明日配布スタート 1月号は「和のお稽古」特集 ～踏み出そう、新しい「道」へ。～

産経新聞社は、首都圏で働く女性をターゲットにした、新しいライフスタイルを提案するフリーマガジン「メトロポリターナ」1月号を、東京メトロ駅構内の専用ラックで1月10日(土)から19日(月)まで配布します。メトロポリターナは昨年10月より全面リニューアル。自宅やオフィスから離れて、ホッとひと息つける第三の居場所「ココロのサードプレイス」を新コンセプトに、今年もココロが満たされる情報をお届けします。

## 特集「踏み出そう、新しい「道」へ。」

新しい1年のスタートにふさわしく、日本伝統のお稽古事を特集！ 華道、書道、武道……。「道」とつく学びを通して得られるものは、単なる技術や知識だけではありません。凛とした空気の中で心がスッと整ったり、何気ない日常に四季の移ろいを感じたり。それは、自分をアップデートしてくれる「新しいサードプレイス」の発見につながるはずです。「伝統文化って少しハードルが高そう…」と感じている方でも大丈夫！ 初心者の人でも気軽に、そして楽しく始められる4つの教室をピックアップしてご紹介します。

### ○気になる「道」 おすすめ4選

書道：集中して文字を書く。シンプルだけど奥深い、究極のデトックス体験。

華道：花を愛で、対話する時間。それは自分自身を見つめ直す、贅沢なひととき。

香道：静寂の中で香りを「聞く」。日常を忘れて、豊かな香りの世界に浸る時間。

合気道：運動が苦手な女性にも人気！ しなやかな動きで、心も体も整える。

「まずは気軽に始めたい」という方のために、関連書籍やオンライン教室の情報も併せてご紹介。

そのほか、芸人で漫画家の矢部太郎さんによる8コマ漫画の新連載「うとうと東京」が始まります！ 東京から情報発信するクリエイターを紹介する連載「光が紡ぐ言葉」では、映画にドラマに大活躍の俳優森田望智さんが登場。人気の街連載「Tokyo Pocket」は白金台、ゴージャスなイメージとは異なる、静かで安らぎのある時間が流れる街をご案内します。



ニュースリリース  
報道関係者各位

産経新聞社  
metropolitana  
2026年1月9日

メトロポリタナは、東京メトロ53駅(浅草、上野、三越前、日本橋、京橋、銀座、新橋、虎ノ門、溜池山王、赤坂見附、青山一丁目、外苑前、表参道、渋谷、池袋、大手町、後楽園、御茶ノ水、東京、霞ヶ関、四ツ谷、新宿三丁目、新宿、秋葉原、八丁堀、茅場町、東銀座、日比谷、神谷町、六本木、広尾、恵比寿、高田馬場、早稲田、神楽坂、飯田橋、九段下、竹橋、新御茶ノ水、赤坂、乃木坂、明治神宮前(原宿)、代々木公園、東池袋、市ヶ谷、麹町、有楽町、半蔵門、神保町、白金高輪、麻布十番、六本木一丁目、四谷三丁目)に専用ラックを設置して無料配布しています。  
※駅係員へのお問合せはご遠慮ください

【公式サイト】<https://metropolitana.tokyo/ja>

【Instagram】[@metropolitana\\_Tokyo](https://www.instagram.com/@metropolitana_Tokyo)

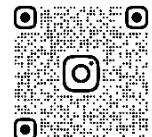
[\[X\]@metropolitana\\_t](https://www.x.com/@metropolitana_t)

#### 【メトロポリタナ】

2003年に創刊した、産経新聞社が発行するフリーマガジン。毎月10日に東京メトロの主要駅で配布しており、創刊当時から、働く女性を中心にメトロの駅から発信する様々なライフスタイルを提案しています。

発行／産経新聞社

編集・制作／メトロポリタナプロジェクト



METROPOLITANA\_TOKYO

メトロポリタナ  
公式サイト

メトロポリタナ  
公式Instagram

メトロポリタナ  
公式X