

Liaison

KASUMI STYLE

リエゾン

79

2019 WINTER

発行:三井不動産ビルマネジメント株式会社 霞が関オフィス

より幅広い利用を目指して

31 Builedge 霞が関プラザホールが リニューアルします!

読者特典
あり!

Welcome to My Office! リエモニ会社案内

株式会社アクアライン/スタジオフィット

第28回/ちょこっと・霞・歴史さんぽ

初午祭は、日本のハロウィン?

地口行灯の風景を巡る

第15回/OTOKO NAIL もっと適正休憩!

「手の健康コース」でぜひ甘皮処理を

店長の一押し!

[中国料理] 華華(チャチャ)

50TH
ANNIVERSARY
KASUMIGASEKI BUILDING



31 Builedge 霞が関プラザホールが リニューアルします！

2019年6月3日のオープンをめざしリニューアル工事が進む31 Builedge 霞が関プラザホール。
内装や設備がどのようにリニューアルするのか、完成予想図とともにそのポイントをご紹介します。

50TH
ANNIVERSARY
KASUMIGASEKI BUILDING

31 Builedge Kasumigaseki PLAZA HALL

Entrance

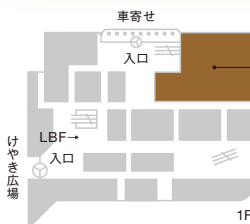
31 Builedge 霞が関プラザホールの新しい顔となるエントランス。前室を増設することでよりエスカレーター動線に近付きます。



After



Before



31 Builedge Kasumigaseki PLAZA HALL

- 霞が関ビルディング1階
- 総合予約窓口 [☎]03-6324-1091
- [✉]mitsui-conference@mfbm.co.jp

31 Builedge 霞が関プラザホール担当者インタビュー

リニューアルの背景について教えてください。



Misaki Suzuki

三井不動産ビルマネジメント株式会社
ビジネスソリューション事業推進本部 事業部 事業グループ
鈴木 美咲

Interview

31 Builedge 霞が関プラザホールは、霞が関ビルディング竣工時からテナント企業のみなさまを中心に、セミナー、シンポジウム、株主総会、また、霞が関ビルディングのイベント等に活用されてきました。そして、このたび霞が関ビルディング50周年を機にリニューアルを行うことになりました。

これまでの利用法からさらに幅を広げて、さまざまな人に、さまざまな場面で使っていただけるようにすることが大きなコンセプトです。リニューアルにより霞が関ビルディングの認知を上げるとともに、ワーカーのみなさまにとってもより使いやすくなることでさらに愛着を増していただければと考えています。

現在、リニューアル工事が進んでいます。どのように変わるのでしょうか。

空間構成が前室、ホワイエ、ホールの3つに変わります。最も大きな変化はホワイエを拡張し、前室が増設されることです。前室ができることで通路から視認しやすくなりますので、プラザホールの新しい顔となり、より認知度を向上させていく狙いがあります。

ホワイエについては、区画を拡張し、長方形の空間に整えました。利用方法としては、ホールでのセミナー後の展示会や懇親会が中心となります。そのほか待合と

After



Before



Foyer

面積を拡張するホワイエ。内装は床仕上げをフローリングに、壁面も木調を中心としてモダンで落ち着いた雰囲気になります。

Hall

イメージが一新されるホール。意匠面はもちろん、音響や映像など機能面も向上し、さまざまな用途での利用が可能に。

Before



After



しても利用可能です。また、パントリーも増設しますのでケータリングなどもしやすくなり、利用用途がさらに広がります。

ホール内はどのようにリニューアルするのでしょうか。

これまでビジネス向けの内装だったものを、さまざまなイベントにも活用できるようにリニューアルします。床材はこれまでカーペット敷きでしたが、改修後はすべてフローリングに。天井はスケルトン仕上げとして開放感を演出します。インテリアにあわせて家具も一新し、ホールの印象は大きく変わります。

設備面についてはいかがでしょうか。

正面のスクリーンは150インチ2面マルチを導入します。さらに今まで正面しかありませんでしたが、左壁際に150インチスクリーンを新設、また可動式120インチスクリーンも2面ご用意。ホールの利用目的にあわせて使い方が選べます。音響設備に関しては、コンサートの開催も想定し、高性能な設備を導入しました。また、照明や映像の操作については、お客様が操作しやすいようタッチパネル式として、利便性も向上します。

最後にメッセージをお願いします。

今回のリニューアルにより、各種イベントや高度な設備が必要な商品発表会、イメージを重視する催事の開催など、さまざまな用途に利用できるようになりますので、ぜひ活用していただきたいです。2019年6月3日がリニューアルオープンとなります。新しい31 Building 霞が関プラザホールに、ぜひご期待ください。

会社名

株式会社 アクアライン

○霞が関ビルディング30階

リエゾンモニター

千葉 拓郎さん 小野 麻垂矢さん

○トレーニングチーフ ○ヨガチーフ



「スタジオフィット」で長く続けられる運動を！ マンツーマンでサポートします。

霞 霞が関ビルディング30階にオフィスを構え、「水」をテーマに事業展開する株式会社アクアライン。水まわり緊急修理サービス事業を中心に、ミネラルウォーター販売事業を展開。さらにフィットネス事業も手掛け、2018年4月より霞が関ビルディングから徒歩3分の位置にあるパーソナルトレーニングスタジオ「スタジオフィット」を運営しています。トレーナーのお二人にその特徴を伺いました。

巷にはさまざまな形態のフィットネスがあり、最近では短期集中型が注目を集めています。スタジオフィットのコンセプトは、長期的に行える運動を提供し、健康をサポートすることです。長く続けられる楽しさを実感いただくことを目指しています。コースはトレーニングだけでなく、ピラティス、ストレッチヨガの3つをご用意。それぞれに専門のインストラクター・トレーナーがいて、

マンツーマンできめ細やかなサポートを行うことが大きな特徴です。たとえばスポーツクラブやグループレッスンでは、見様見真似でふわっと始めてしまいがちで、なかなか効果が得られず、誤った取り組みをしても指摘してもらいづらい。ここでは、お話をうかがい目的に合わせたメニューをご提供します。そのうえで直接アドバイスしながら進めていきますので、目的への近道をつくることができます。また、複数のコースがあるので、その日の体調や気分に合わせて最適なものを選んでいただけるのもメリットです。ウエアやシューズ、タオルのレンタルがあり、シャワーも完備していますので、会社終わりや思い立った時に気軽にきていただけます。仕事のストレスがたまっている、運動が苦手だけど身体を動かしてみたい、そんな人ほど来てほしいですね。運動したはずなのにすっきりと疲れがとれ、癒される。そんなふうに感じていただけたらと思います。

スタジオフィット

港区虎ノ門一丁目2番18号

虎之門興業ビル5F

☎0120-2110-38

【営】月～金：9時～22時

【お問い合わせ受付時間】

月～金・土・日・祝：9時～21時

特典

初めての方限定で、1回無料。
予約時にリエゾンを見たとお伝えください。

- 初回の方1回限り
- 他のサービスとの併用不可
- 2019年3月31日まで



1 スタジオフィットのエントランス。2 リラックスしてトレーニングできるウッディで落ち着いた雰囲気スタジオ内。3 完全個室の男女別シャワールームを完備。4 カフェスペース。5 心と身体を癒すことができます。

One Point Lesson

1日20回3セットのスクワットがおすすめ



○ 良い姿勢

× 悪い姿勢

トレーニングチーフの千葉さんに自宅でも簡単にできるおすすめの運動をお聞きしたところ、「間違いなくスクワット」とのこと。足が元気なことが健康に大切で、スクワットはそのためにもぴったりだそうです。ただし、正しい姿勢で行うことを忘れず。右のポイントに気を付けて、1日20回3セットを取り入れてみてください。

- 脚は肩幅より少し広げる。
- つま先は少し外側に向ける。
- おなかをしめ、あごを引き、背筋をのばす。
- 骨盤と股関節を意識してしゃがむ。
- 膝が前に出たり、背が丸まらないように。

初午祭は、日本のハロウィン？ 地口行灯の風景を巡る

初午祭って、なんのお祭り？

皆さんは「初午祭」、はつうまのお祭りをご存知だろうか？ 現在の日本の暦は太陽暦だが、明治になるまでは月の満ち欠けを基準にする太陰暦＝旧暦で、2月の初めの立春近くが正月で1年の始まりである。同じように旧暦2月の初午の日は今の3月にあたり、ちょうど稲作を始める時期であったため、農耕の神様を祭る初午祭が行われる。稲荷の名は「稲生り」から来たともいわれ、伏見稲荷や豊川稲荷[写真1]など各地の稲荷神社で盛大にお祭りが執り行われ、赤い幟と地口行灯(江戸時代より祭礼の際に飾られる絵と文字を楽しむ行灯。地口とは、ことわざをもじって洒落た言葉遊び)を飾る。

千葉県香取市や静岡県三島市、奈良県の旗船など、この日に子供たちが各稲荷神社や近所の家をまわるとお菓子がもらえる風習もあり、日本のハロウ

インのようなものか？ 現代でもこの風景や風習は残っているのだ。

初午祭と地口行灯をめぐる散歩

では今回は初午祭と地口行灯をめぐる散歩を楽しもう！

まずは銀座の歌舞伎座へ。この時期の歌舞伎座では、入りの歌舞伎稲荷神社では、初午祭が執り行われ、さらに参拝者にはお神酒とお汁粉が振る舞われるほか、二月興業中の場内には地口行灯も飾られて、洒落の効いた言葉遊びで粋を演出。また赤坂見附の豊川稲荷の初午祭でお供料を1,000円以上奉納すると串札とお赤飯がいただける。

本郷三丁目の三河稲荷神社[写真2]周辺は、近隣商店街が地口行灯で飾られる。全

て手作りの地口行灯を眺めながらお参りするものも日ならではの楽しみとなる。

一年中楽しめる地口行灯は、浅草の伝法院通りの街灯[写真3]。全ての街灯が地口行灯である。

その洒落を紐解きながらの浅草巡りも粋なもの。さてさて、あなたはどこで初午祭を楽しみますか。どなたを誘っていくの？なんて野暮なこと聞くのはやめときますよ！

参考文献／私の根っこプロジェクト <http://www.i-nekko.jp/>、歌舞伎美人かぶきと <https://www.kabuki-bito.jp/news/>



1 豊川稲荷の初午祭



2 三河稲荷神社



3 浅草、伝法院通りの地口行灯街灯

もっと！ 適正休憩！

オトコネイルよりおすすめのサービスやポイントをご紹介します。

Presented by OTOKO NAIL

Service Menu 15 「手の健康コース」でぜひ甘皮処理を

乾燥する冬は甘皮処理でささくれを防ごう

爪切り、縦筋除去、甘皮処理、ささくれ処理、艶出し、マッサージと手の爪まわりを中心に手をトータルでケアする「手の健康コース」。はじめての方にもおすすめの定番コースです。

乾燥している冬にこそ、このコースに含まれる甘皮処理をぜひおすすめします。甘皮とは、爪の根元にある薄い皮の部分のこと。ケアしないで放っておくと、ささくれの原因となり、見た目もよくあり

ません。爪の成長の妨げにもなってしまいます。甘皮を定期的にケアすることで、これらを防ぎ健康的な爪をキープすることができます。

冬場は爪まわりの保湿も大切。セルフケアとしておすすめしたいのが、キューティクルオイルを爪の先や周りに塗ること。ハンドクリームとの併用もGood。適正休憩所のおすすめグッズは右を参照ください。

○約60分・6,480円

乾燥する季節のおすすめケアグッズ



手と爪のセルフケアにおすすめしたいのが肌再生成分入りハンドクリーム(918円)、爪と甘皮の乾燥防止にキューティクルオイルペン(1,080円)。適正休憩所の施術でも使用しています。

甘皮処理の流れ(手の健康コース内)



1 手をぬるま湯につけ、皮膚をやわらかくして、甘皮処理をやすくします。



2 柔らかくなった甘皮を専用の道具でやさしく押し上げます。



3 押し上げられた甘皮を専用のニッパーでいらない、少しずつカット。



4 ささくれもあわせて除去。爪まわりの形がきれいに見えるようになります。

＼ 男性も女性もご利用できます！ ＼

Presented by OTOKO NAIL

適正休憩所 (霞が関ビルディング1階)

【営】月～土:11時～20時

【休】日・祝 【☎】0120-662-880

<http://www.otokonail.com/>

店長のイチ押し!

今回のお店

中国料理
華華(チャチャ)
〇霞が関ビルディング1階



山本 航大さん

通いたいと思えるお店を目指して

当店は2018年11月にオープンした、しらすチャーハンと手作り餃子を提供するお店です。華華(チャチャ)という店名は、「ちゃちゃ」と食べるカジュアル感を表現しています。英字で表すとChaChaで、Cha(チャーハン)+Cha(チャオズ＝餃子)という意味も込めています。

モットーは「自分が通いたいと思えるお店」です。健康、美味しさ、店内の雰囲気、接客の気持ちよさを追求し、すべての人を感動させたいと考えています。

当店のおすすめのしらすチャーハンは、本場台湾からインスピレーションを受けたメニューです。しらすは、釜揚げしらすと揚げしらすの2種をふんだんに使用。香ばしさと食感の違いを楽しめます。油は体に優しい無添加の植物性油なので、動物性のようにもたれることなく、さっぱりと召し上がっていただけます。

しらすチャーハンにはおすすめの召し上がり方があります。まず、そのままほぐして厳選のしらすや野菜の味わい深い素材の味を楽しんでいただきます。次に「自家製食

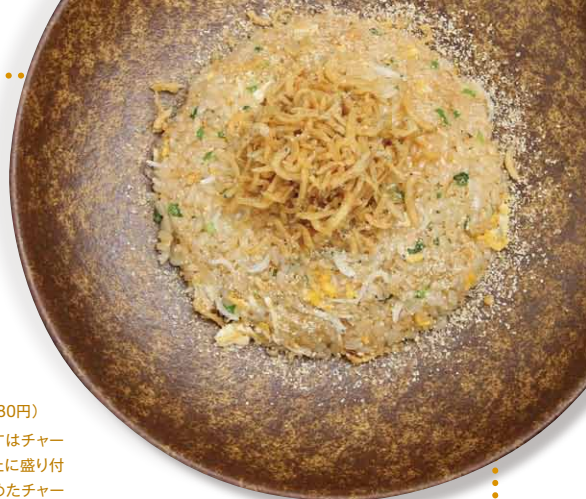
しらすチャーハン スープ付(980円)

使用しているしらすは2種。釜揚げしらすはチャーハンと混ぜ、カリッと揚げたしらすは上に盛り付け。無添加のヘルシーな植物性油で炒めたチャーハンは、さっぱりといただけます。

べるラー油」をプラスしコクのある味わいに。最後はサイドメニューの鶏のうまみたっぷりの上湯(シャンタン)スープを加え、雑炊のようにして締めます。3段階の食べ方で、しらすチャーハンをご堪能ください。

ちよい飲み利用にもおすすめ

もうひとつの看板メニューである「チャチャ焼餃子」は、ディナーメニューでご提供しています。皮は薄めでパリパリの食感、具は野菜たっぷりと、2つのバランスにこだわっています。お好みの味で餃子を楽しめるようソーススタンドをご用意しています。ソースは濃口醤油や特製ごまソース、食べるラー油、酢など、具材はねぎ、タマネギ、大根おろし、しょうが、にんにくなどがあります。ビール+餃子セットは500円でご提供しています(お一人様1回まで)。



自家製食べるラー油やスープにより、さまざまな味を楽しめるのも魅力。

また、和牛のもも肉をレアに焼き上げた「国産熟成肉 中華風」もおすすめ。甘辛い甜醤油(テンジャンユ)ソースが肉のうまみを引き出します。そのほかにも趣向を凝らしたサラダメニューなど、モダンにアレンジした中華料理をご用意しています。ディナータイムには、ちよい飲みのご利用にもぴったりと思います。もちろん締めには、しらすチャーハンをお召し上がりください。



国産熟成肉 中華風(1,500円)

厳選の国産熟成肉をレアに焼き、甘辛いソースでいただきます。



チャチャ焼餃子(6個500円)

カリッと焼き上げた薄めの皮とたっぷりやさいの具のバランスが絶妙。ソーススタンド(写真右)からさまざまなソースや薬味を使ってお好みの味で餃子を楽しめます。



Data



☎03-6457-9887
【営】11時～15時(L.O.15時)、
18時～22時30分(L.O.22時)
【休日・祝】
【席】30席

※価格はすべて税込みです。

霞ダイニングの宴

2018 冬 - 2019 春

霞ダイニング各店舗でおすすめ宴会プランをご用意しました。
詳しくは館内ポスター・冊子をご確認ください。



対象店舗にて、
三井ショッピングパークカードご提示で
宴会がおトクに!
※詳しくは館内ポスター・冊子をご確認ください。

飲み放題30分延長サービス

※ご予約時にサービスご利用の旨をお伝えください。
宴会当日に三井ショッピングパークカードをご提示ください。
※2019年4月30日(火)までのサービスです。

さらに

**食べログ
タイアップ企画**



食ベログ × Mitsui Shopping Park Urban
三井ショッピングパークアーバン

× TOKYO MIDTOWN
HIBIYA

詳しくはコチラの
ホームページをご覧ください >>>



WEBでラクラク予約!!

Liaison **YELLOWPAGE**

ホームページでもご覧いただけます。
<http://www.kasumigaseki36.com>



Restaurant

けやき【フランス料理&鉄板焼き】35F

【営】11:30~21:30
【休】日・祝(貸切のみ営業可)
【TEL】03-3581-5200 席数:60 個室あり

初っぱみ【日本料理】1F

【営】ランチ 11:30~14:00 (LO13:30)
ディナー 17:00~22:00 (LO21:30)
【休】土・日・祝
【TEL】03-5521-6001 席数:148 個室:13



Shop

播磨屋本店 東京本店【おせんべい】1F

【営】10:00~19:00
【休】無休
【TEL】03-5512-4747 席数:114

かちどき薬局 霞が関店【薬局、化粧品】3F

【営】月~金 9:00~18:00
土 9:00~13:00
【休】日・祝
【TEL】03-3581-7776

ダイヤモンドカメラ【写真・印刷】3F

【営】9:00~18:00
【休】土・日・祝
【TEL】03-3581-7068

生活彩家 霞が関ビル店【コンビニ】3F

【営】月~金 7:00~21:00
【休】土・日・祝
【TEL】03-3581-7783

ナチュラルローソン 新霞が関ビル店【コンビニ】3F

【営】月~金 7:30~22:30
【休】土・日・祝
【TEL】03-3539-3320

屋台DELI【弁当販売】1F

【営】11:00~13:30
【休】土・日・祝



Service

霞が関ビル内郵便局 3F

【営】郵便窓口 9:00~18:00
貯金窓口 9:00~16:00
保険窓口 9:00~16:00

【休】土・日・祝
【TEL】03-3581-1716
【ATM】平日 8:00~21:00
土 8:00~21:00
日・祝 8:00~20:00

※預入及び硬貨対応の取扱は17:00まで。

Kiraku 霞が関 3F

【営】月 11:00~18:30(最終受付17:50)
火~金 11:00~21:00(最終受付20:20)
【休】土・日・祝
【TEL】03-5512-1159

極東証券 霞が関ビル支店 3F

【営】9:00~17:15
【休】土・日・祝
【TEL】03-3504-0211

三井のオフィス ビジネスラボラトリー 1F

【営】9:00~17:30
【休】土・日・祝
【TEL】03-5511-1500

Presented by OTOKO NAIL 適正休憩所 1F

【営】月~金 11:00~20:00
土 11:00~18:00
【休】日・祝
【TEL】0120-662-880



Clinic

霞が関ビル診療所 3F

【営】月~金 9:00~12:30(受付 8:30~)、
14:00~16:30(受付13:30~)
土 9:00~12:00(受付 8:30~)
【休】日・祝
【TEL】03-3581-6031

山口歯科室 3F

【営】10:00~13:00(最終受付12:30)、
14:00~19:00(最終受付18:30)
【休】土・日・祝
【TEL】03-3581-9191

吉田歯科医院 3F

【営】月~金 9:30~13:00(最終受付12:30)、
14:00~18:00(最終受付17:00)
土(第2・第4)、9:30~13:00
【休】土(第1・第3・第5)、日・祝
【TEL】03-3581-7766

霞ダイニングの店舗情報はホームページをご覧ください。

<http://www.kasumi-d.jp>

※2018年12月現在の情報です。
詳しくは霞が関ビルディングホームページをご覧ください。



I N F O R M A T I O N

イベント情報

地域の逸品が目白押しの5日間

霞マルシェ2018を開催しました

地域の逸品を楽しめる秋恒例のイベント、霞マルシェ2018を開催。今回は開催5日間を前半2日と後半3日の2部構成で展開しました。

10月15日、16日は経団連との共催による「東北復興応援マルシェ」。東日本大震災において甚大な被害を受けた岩手県、宮城県、福島県に加え、青森県、秋田県、山形県と東北6県が一堂に会し特産品を販売。

10月17日～19日は「霞が関からまちおこし」で、山口県・岩国市、愛媛県宇和島市、熊本県天草市、宮崎県小林市、鹿児島県薩摩川内市、沖縄県沖縄市の6つのより地域の逸品を紹介、販売を行いました。

魅力いっぱいの各地の秋の味覚を楽しんでいただけたでしょう。



岩手県「そばっち」



福島県「きびたん」



山口県「ちるる」



青森県「決め手くん」



宮城県「むすび丸」



山形県「ベロリン」



1 東北復興応援マルシェより、10/16に行われたPRセレモニー。各県が魅力をPR。2 「東北ユースオーケストラ」有志によるミニコンサート。3・4 ロビー階に並ぶブースはたくさんの方でにぎわいました。5・6 当地グルメを提供するキッチンカーも大好評。

VOICE

三井不動産ビルマネジメントからのお知らせ

新年あけましておめでとうございます。2019年もリエゾンをよろしくお願いいたします。

リエゾン79では、現在リニューアル工事中の31 Builedge 霞が関プラザホールについて紹介しました。これまでテナント企業のみなさまを中心に各種イベントの開催を行ってきましたが、さらに用途を広げるべく、新たに生まれ変わります。リニューアル内容について詳しくはぜひ誌面をご覧ください。

「リエモニ会社案内」では、株式会社アクアライン様に登場いただき、同社が運営するパーソナルトレーニングスタジオ「スタジオフィット」を紹介しました。マンツーマントレーニングにて長く続けられるトレーニングを提供しています。トレーニングチーフの千葉さんに自宅までできるおすめ運動をお聞きすると、「スクワット1日20回3セット」とのこと。2019年の目標が、ひとつできました。

今年もリエゾンの誌面を支えるのはみなさまの声です。ご意見やご感想はinfo@liaison-net.jpまでお寄せください。ご協力よろしくお願いいたします。

http://www.kasumigaseki36.com

リエゾン大募集！

アンケート&全員プレゼント！

みなさまの声がリエゾンの誌面づくりを支えています。

下記の質問にお答えいただいた方全員に
図書カード500円分をプレゼントいたします。

質問

霞が関ビルディング周辺で
お気に入りの場所やお店を教えてください。

応募方法

質問の回答とお名前、ご所属の会社名、プレゼントの送付先を
明記のうえ、下記のアドレスにメールを送ってください。

応募締め切り：2019年1月31日まで

応募はこちらから ▶▶▶ info@liaison-net.jp

*ご応募いただいた方はリエゾンモニターとして登録させていただきます。

ご応募対象について

霞が関ビルディング、新霞が関ビルディング、虎ノ門琴平タワー、虎の門三井ビルディング、東京倶楽部ビルディング、虎ノ門ツインビルディングのテナント企業で仕事をしているオフィスワーカーの方に限定させていただきます。

個人情報の取り扱いについて

個人情報は厳重に管理します。個人情報第三者に提供することはありません。取材等で撮影した写真やインタビュー記事は、リエゾン誌および霞が関ビルディングホームページでの掲載以外には許可なく使用いたしません。