

4月2日はGTの日

Gate Town News  
http://www.nakamegurogt.jp

発行 全体管理組合  
A棟管理組合  
B・C棟管理組合

目黒区上目黒2-1-1  
TEL (5704) 0046  
FAX (5721) 8928

**GTニュース**

春、GTニュースの紙面は最新話題がたくさん。  
GTニュースのバックナンバーはホームページでご覧になれます。

2011年4月  
第34号

「坂道ウォーキングのすすめ」は  
1部200円、下記で販売しています

- 区政情報コーナー(区総合庁舎本館1F)
- 健康推進課窓口(同上 本館3F)
- 区立体育館(区内5ヶ所)
- 次の区内書店
- 新高堂書店(上目黒1アトラスタワー)
- ミツノ書店(上目黒2-16)
- 生方書店(東山1-24)
- 王様書房(祐天寺2-12)
- 金華堂書店(中町1-6)
- 恭文堂(鷹番3-3)
- 八雲堂書店(中根1-3)
- 町田書店(中根1-6)
- 不二屋書店(自由が丘2-11)

目黒区は起伏に富んだ坂の多いまちで、区内には名の付いた坂が三十三あります。これらの坂を手軽に楽しく歩きながら、健康づくりをしてみてはいかがでしょうか。

昨年、目黒区から「坂道ウォーキングのすすめ」と言う冊子が発行されました。

GTニュースでも一度取り上げましたが、その中から今回はGTを中心に挑戦できるコースを紹介いたします。有酸素運動のウォーキングと筋力トレーニングをバランスよく行う「坂道ウォーキング」をご家族でぜひお試しください。

坂道ウォーキングは全部で七コースあります。

近くの隠れた名所を訪ねながら  
坂道に挑戦してみませんか!

坂道ウォーキング

**コースデータ**  
★距離: 6.32km  
★時間: 約1時間30分  
★歩数: 約9,280歩

**ルート概要**  
■中目黒駅(スタート)  
■けこぼ坂  
■なべこぼ坂  
■馬喰坂  
■十七が坂  
■茶屋坂  
■新茶屋坂  
■目黒川緑道  
■別所坂  
■新道坂  
■中目黒駅(ゴール)

**コースデータ**  
★距離: 6.32km  
★時間: 約1時間30分  
★歩数: 約9,280歩

**ルート概要**  
■中目黒駅(スタート)  
■けこぼ坂  
■なべこぼ坂  
■馬喰坂  
■十七が坂  
■茶屋坂  
■新茶屋坂  
■目黒川緑道  
■別所坂  
■新道坂  
■中目黒駅(ゴール)

このコース最大の魅力  
美しいS字を描く長い急坂。カーブを曲がるごとに斜度がきつくなり、最後の階段はこれでもか!と言わんばかりの駄目押しの一発、筋力アップ必至です。

レベル3: 最後は本道にしんどい  
レベル2: 徐々にきつくなる  
レベル1: 最初はゆるやか

横断歩道を渡ってね!

なべこぼ坂緑地公園 1  
けこぼ坂 2  
馬喰坂 3  
十七が坂 4  
茶屋坂 5  
新茶屋坂 6  
別所坂 7  
中目黒一丁目児童遊園 8  
中目黒駅 9

**トピックス**  
GTマンション快適性・安全性向上の取組み

GTマンションでは、居住環境向上のため様々な取組みを行っています。今回は、ハイックエントランスからゴミ置き場へ下る急階段に手摺を増設し、両側手摺としました。居住者の高齢化などに伴う転倒事故防止の為、予防策の一環

**GTタワーの安全対策**  
被災度判定システム

中目黒GTタワーは、制震構造のオフィスビルであるが二千人以上が働くこの大型ビルで、大地震が発生した場合目視ですぐに被害の程度を判断するのは難しい。しかし、各テナントでは避難の必要があるのか、仕事が継続出来るのかなど判断を迫られます。このため、地震後の建物被害状況を素早く検知出来る診断システムを導入しています。建物内の地下から最上階まで数階おきに、計5台の地震計を設置し、予め建物設計時の構造や強度データを入力した

として行っており、これからも、居住者の皆様からご意見・ご要望を伺いながら安心・安全な住まいづくりに取り組んでまいります。

コンピューターで地震発生後瞬時に解析を行い、建物の被災状況を診断するものです。これにより、建物の危険度を判定し即時の対応が可能です。

**非常用エレベーターの長周期地震動対策**

同時に、同タワーの全長百二十メートルを超える非常用エレベーターについて、長い周期の揺れでも停止装置が反応せず、停止しない場合に備えてワイヤーが壁に当たらないようにするなど、プロテクト対策を強化しました。設置した被災度判定システムは、三月十一日発生した東日本大震災に際して、正常に機能し、



正確なデータが提供されました。これにより、建物の被災状況が即時に判断できるようになり、今回の地震ではデータ上での建物異常は確認されませんでした。

なお目視でも異常は確認されませんでした。

GTでは、これからも働く方の安全と安心を最優先に施設の改善を行っています。

今回の地震でのデータ画面

▲ 今回の地震でのデータ画面  
階層ごとに震度6から震度4までがデータとして出ています

**新春のギャラリー 展示レポート**  
今年も多彩なアートがGTのギャラリーを飾っています

① 中村 潤 絵画展  
1月11日(火)~1月24日(月)

⑤ 安藤行宏写真展  
3月15日(火)~3月28日(月)

④ 宮坂栄一わらべ画展  
2月22日(火)~3月14日(月)

③ 「描きたかった絵」 宮田憲一イラスト展  
2月8日(火)~2月21日(月)

② ちょうどよい暮らし 社教館グループパネル展  
1月24日(月)~2月7日(月)

**編集後記**

今年の冬は一段と寒かったせいか目黒川の氷も今が丁度見ごろになっています。

この時期の風物詩、びかびかの一年生のランドセルも近頃は一層カラフルになってきましたが、ご時勢を反映してか、防犯ブザーやGPS付きなどセキュリティ機能を充実させた商品が多いそうです。

やはり安全・安心も買うんでしようか。でも、ランドセルに新しい教科書を詰める、お子様の新鮮な気持ちは大切にしていきたいものです。

この度の東日本大震災により、被災された皆様によりお見舞い申し上げます。

GTプラザ商店会ではGTの日を記念して、セールを予定しておりますが、この度の地震の甚大な被害に鑑み中止することいたしました。

また、この地震による影響で商品不足が起きており、皆様には大変ご迷惑をお掛けいたしました。今後とも商品供給に努力してまいりますのでご理解の程お願いいたします。

GTプラザ商店会からの お知らせ



### ペンリレー 15 GTタワーのテナント 紹介コーナー!!

今回は11階のアライン・テクノロジー・ジャパン株式会社さんです。

アライン・テクノロジー・ジャパン株式会社は、米国カリフォルニア州に本社を置く、「アライナー矯正」を代表とするインビザライン®という透明なマウスピース型歯科矯正装置を歯科矯正医に提供しているメーカーです。

インビザラインは、現在40カ国超で展開しており、日本では中目黒GTタワーから

日本全国にインビザラインを広め、取り扱う先生方をサポートしています。インビザラインは、3Dシミュレーション(CAD/CAM)に基づいて患者様毎にカスタムメイドで作製される、透明で取り外し可能な「アライナー」というマウスピースを順次装着し、きれいな歯並びへ動かしていく矯正装置です。

アライナーは透明なので、装着していても目立たず、治療中でも周りに気付かれづらいです。また、食事や歯磨きの時は取り外しが可能なので、好きなものを食べることもできますし、アライナーを洗浄することもでき衛生的です。

これまでに、世界各国に6万人を超えるインビザライン・ドクターが登録されており、

**New! カーシェアリング  
スタートしました**  
皆さん、カーシェアリングってご存知ですか。複数の拠点(駐車場など)に駐車してある所定の車を、マイカー感覚で短時間、気軽にレンタルできるシステムです。GTで

も地下の駐車場スペースを利用して始めました。会員登録や利用予約をパソコンや携帯で行い、ドアの開閉も携帯電話を使って行います。ガソリン満タン返しや保険料も必要なく、簡単・便利な合理的サービスとして普及が進んでいるようです。



▲アライン社の歯科矯正装置

140万人を超える患者様がインビザラインで治療を行っています。(2010年12月末現在)日本では2006年から歯科矯正の先生方への提供が開始され毎年インビザラインで治療を行っている患者様が増え続けています。美しい歯並びで、自分の笑顔に自信を持っていただける方が増えるように、これからも日本中にインビザラインを広めていきたいと思えます。いつの間にか、あの人の歯並びがきれいになっていたら、それはインビザラインかもしれません・・・

#### GTでの利用方法は...

- ①会員登録・利用予約
  - ②予約時間にGT駐車場へ
  - ③駐車場係へ携帯会員ペー
  - ④車両呼び出し
  - ⑤利用後GTへ返却
- お問合せ(カレコ)  
02-2622-9292(105)  
インターネット  
「カレコ」で検索

### 新春イベント レポート

#### GT賀詞交歓会

一月十八日、午後三時からGTホールにおいて、GT賀詞交歓会が行われました。開会に先立ち、アマビレトリオによる演奏会が行われ、六十名以上の関係者の皆様が、楽しいひとときを過ごしました。



▲アマビレトリオによる演奏風景



▼賀詞交歓会の様子

**第六天社 一月例祭**  
一月二十二日、午後二時から、梅の花がほころんだ第六

天社境内において一月例祭が、中目黒八幡神社、岡部宮司をお迎えして、崇敬会の皆様で執り行われました。

▼ひと足早く梅の花が春を告げる



▲崇敬会の皆様による玉串奉天

#### 春のイベント紹介

#### 目黒川さくらフェスタ 2011 中止

三月十一日に宮城県三陸沖を震源とした巨大地震が発生いたしました。この地震で東北地方を始めとして甚大な被

害が出ております。この事態を重く受け止め、四月二日、三日に予定されておりました、めぐる観光まちづくり協会主催「目黒川さくらフェスタ2011」は中止となりました。

このたびの、東日本震災により、被災された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。なお、中目黒GTでは、この地震の影響による東京電力の電力供給の大幅な減少に処する為、電力消費量削減の計画停電に協力し全施設で、一部の消灯を始めとして対策を実施しております。

#### GT春まつり 中止

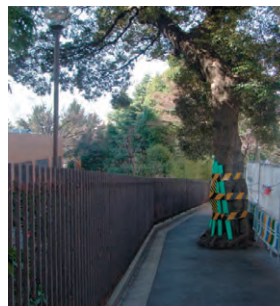
四月二日に同時開催を予定しておりました「GT春まつり」も中止とさせていただきます。

なお、GTの日を記念して敷地内にプラントを配置するなど、春の装いは予定通り三月二十五日から四月三日まで行います。

GTの日は、中目黒GTの軌跡もあり、このような状況ではありますが皆様のご理解をお願いいたします。

### シリーズ6 中目黒地域探訪 『目切坂』 坂道特集その①

今回から数回にわたり、中目黒周辺の「坂」についての探訪特集。第一回は「目切坂」。インバクトのある名称だが、「目切坂」は代官山ヒルサイドテラス脇を通り目黒川・宿山橋に抜ける坂道。坂への道は都心方面からは渋谷川に架かる庚申橋を渡り代官山に至る道が通る。庚申橋のたもとには、一七九九年に建てられた庚申橋供養碑があり、この道が、かつての重要な交通路であった事がわかる。また、渋谷金王八幡・並木橋から来る八幡通りもこの坂に通じるが、八幡通りは旧鎌倉街道と言われる古くからの道で、「目切坂」は都心から目黒に入る交通の要所だった。坂の上に



▲緑豊かな目切坂

は道しるべを兼ねたお地蔵様がたたくみ台座には「右大山道・左祐天寺道」と刻まれている。都会ではめずらしく、今なお緑に覆われ、昼でも薄暗いことから通称「暗闇坂」とも言われる。S字を繋げたような、つづら折りのカーブが続く。ユニークな坂名の由来は「新編武蔵風土記稿」に「メキリ坂、渋谷村の境にあり、白のめきりを業とせるもの、この地に居し故名とせるよしなり」とあることから、との説が有力。下る坂の左手には「目黒元富士」が築かれ、名所を訪れる富士講の人々で賑わった。ここに住む腕さき石工の名声も広まったと推測されるが、かつての鎌倉街道でもあり、ロマンと緑溢れる坂道である。



(今回は「別所坂」です) 助言・協力 平山元也氏

### 新緑のGTイベント くすの木まつり

GTのシンボル、くすの木に因んで毎年行われるGTプラザ商店会主催の「くすの木まつり」が、今年も左記の日程で開催されます。当日は、フォークソングや、恒例ビンゴゲーム、遊びコーナーなど、楽しい企画が沢山ありますのでお楽しみに。  
日時 五月八日(日)  
十三時～十六時  
場所 GT広場  
雨天の場合は中止となります。



▲昨年のくすの木まつりの様子

### 第六天社 五月例祭

五月十四日(土) 十五時から第六天社境内において、五月例祭が行われます。例祭終了後、第六天社崇敬会総会が予定されています。

① 瀬田会スケッチ作品展	三月二十九日(火)
② 深津諭美子と生徒展	四月十三日(水)
③ 天野政雄絵画会	四月二十一日(木)
④ 牧原ゆうき作品展	五月九日(月)
⑤ 廣川五司写真展	五月二十四日(火)
⑥ 東山フォトクラブ写真展	六月六日(月)
⑦ 丸田悦子押し花展	六月二十一日(火)
	七月四日(月)

### GT総会日程

GT管理組合(三管理組合)の定期総会及び株主総会を左記の日程で開催いたします。関係者には後日通知をいたしますのでよろしくお願いたします。  
日時 六月二十三日(木)  
時間 十五時(予定)  
場所 GTホール  
A棟・B棟・全体の各通常総会を順次開催します。その後株主総会を予定しています。