

MEGURO information & Entertainment Magazine 2025冬特大号 No.106 FREE



ターミナル

〔特集〕目黒さんぽ
冬のグルメ&スイーツ

〔ニュース&トピックス〕
目黒エリア情報

エンタメ&美術
薬膳レシピ
整理収納アドバイス
眼鏡セレクト

読者
プレゼント
掲載

ウェスティンホテル東京

「ストロベリー アフタヌーンティー 2026」

ウェスティンホテル東京は、2026年1月5日（月）～4月30日（木）まで、ロビーラウンジ「ザ・ラウンジ」にて、ウェスティンガーデンに面した優雅な空間で楽しむ「ストロベリー アフタヌーンティー」を提供します。

『ストロベリー アフタヌーンティー（週末限定）』のおすすめは、4粒の苺を贅沢にあしらった「苺のタルト」と、もっちりしっとりとした生地に軽やかなクリームと苺の酸味が絶妙に調和する「苺ロール」。さらに、ピスタチオの香ばしさが際立つ「苺とピスタチオのモンブラン」や、苺のピューレを練り込みしっとり焼き上げた「苺とラズベリーのチーズテリーヌ」など、素材と食感のバランスにこだわったラインナップを用意。セイボリーは、新春の彩りを感じさせるメニューを揃えました。ミモザのように華やかな「ポテトサラダと生ハムのドッグサンド」や、バジルの香りが広がる「モッツアレラ トマト オリーブのバジルトマトジュレ」、軽やかなパイ生地で仕上げた「サーモンムースのポローバン」など、甘いスイーツの合間にリフレッシュできる味わいです。

期間：2026年1月10日（土）～4月29日（水祝）
※土・日・祝休日限定

時間：① 11:30～② 12:00～③ 12:30～
④ 14:00～⑤ 14:30～⑥ 15:00～⑦ 16:30～
⑧ 17:00～⑨ 17:30～※2時間制（30分前L.O.）
料金：9,400円（税・サービス込）
場所：ロビーラウンジ「ザ・ラウンジ」（1F）

『ストロベリー ウィークデイ アフタヌーンティー（平日限定）』は、旬の苺を様々な表情で楽しむ「ストロベリー ウィークデイ アフタヌーンティー」をご提供いたします。上質な空間にふさわしく、見た目にも華やかなスイーツと贅沢な



セイボリーを一皿に盛り込んだ甘酸っぱいハーモニーをお楽しみいただけます。

期間：2026年1月5日（月）～4月30日（木）※平日限定

時間：① 12:00～14:00 ② 12:30～14:30
③ 13:00～15:00※2時間制（30分前にL.O.）

料金：7,800円（税・サービス込）

数量：1日限定40食

場所：ロビーラウンジ「ザ・ラウンジ」（1F）

HP：https://www.theloungeloftkyo.com/jp/

予約：https://www.tablecheck.com/ja/

shops/westin-tokyo-lounge/reserve

※要オンライン予約、およびオンライン事前決済

◆ご予約・お問い合わせ：

ロビーラウンジ「ザ・ラウンジ」

TEL.03-5423-7287

レストラン「あえん」福島県を応援！
浜通りの食材を使った冬メニューを提供

四季の旬菜料理を提供するレストラン「あえん」の都内4店舗にて、2026年3月10日（火）までの期間、福島県浜通りの食材を活用した『あえん 冬メニューフェア』を開催しています。

「あえん」は“里山の恵み”をキーワードに、新鮮なこだわり野菜や、厳選魚、良質なお肉を使い、素朴な味わいや雰囲気、そして季節の移り変わりを、季節の旬菜料理を通してお楽しみいただける和食レストランです。

冬メニューでは、未だ復興が続く福島県を応援するべく、浜通りの食材の魅力をお届けする商品を用意。浜通りは、福島県東部にあたる太平洋沿岸の地域で、温暖な気候と海に恵まれており、1年を通して海産物を獲ることができるほか、山側のエリアでも高地の気候を生かした新鮮な農産物が育てられています。

『冬の竹籠ごちそう膳（3,300円）』は、「川俣シャモの生ハムと冬の彩りサラダ」や「鶏ときのこのわっぱめし」に加えて、「季節のごちそう竹籠造り」では、「阿久津農園産春菊お浸し」「川俣シャモ白湯スープ」「いわき名産メヒカリ南蛮」「キハダまぐろと根菜のあおさ海苔あん」「やなぎだこの麴揚げとあおさとろろの海苔巻き天ぷらなど盛りだくさん。『小名浜海星高校 実習船福島丸のまぐろと冬の彩りサラダ（1,480円）』は、福島県いわき市南東部の地域である小名浜の高校生が、遠洋漁業実習で漁獲しためばちばぐろを、冬野菜と一緒にサラダに仕立てた逸品。

また12月からは、「あえんの納豆」が新メニューとして登場します。北海道産のユキシズカ大豆を使用しており、柔らかく滑らか



な食感が玄米によく合う、「あえん」こだわりの納豆です。「あえんの納豆」は同日より、「玄米食堂あえん」の店舗でも販売します。

◆あえん 自由が丘店

住所：目黒区自由が丘2-8-20

電話：050-3627-5780

営業時間：月～土ランチ 11:00～15:00

ディナー 17:00～21:30（LO 20:30）

日祝ランチ 11:00～15:00

ディナー 17:00～21:00（LO 20:00）

定休日不定休（年末年始のみ）

https://aen-restaurant.jp/jiyugaoka/



※掲載情報は、2025年11月末現在のものです。予告なく変更になる場合があります。最新情報はHPをご確認ください。

Soup Stock Tokyo

冬季限定の人気メニューが登場！

Soup Stock Tokyo では、牛肉の旨味にミルクと生クリーム、チーズが溶け込んだ冬一番の人気スープ①『温野菜とチーズのブラウンシチュー』と②『オマール海老ソースと帆立のケイジャン風フリカッセ』の販売をスタート！ブラウンシチューの「ブラウン」は、じっくり炒めた玉葱の色。柔らかな牛肉の濃厚な旨味にミルクとチーズが溶け合うこのシチューは、スープ専門店ならではのこだわりが詰まった一品。ブロッコリー、じゃがいも、にんじんなど、温野



nana's green tea

ホリデーシーズン限定人気メニュー！

抹茶・日本茶をテーマとするカフェブランド「nana's green tea」は、2025 年 11 月 5 日（水）より、ホリデーシーズン限定フードとして好評の「リゾット」を提供しています。今年は「Risotto with cheese」をテーマに 2 種類のリゾットを用意。①『明太子のチーズリゾット〜フランス産発酵バター付き〜（1,480 円 / 税込）』は、玄米入りご飯に、豆乳とチーズを合わせたクリーミーなリゾットです。明太子の塩気とほ

terminal 4



菜がごろっと入っていて食べ応えも十分で、冬一番人気のシチューです。「フリカッセ」は食材をクリームで煮込んだフランスの家庭料理。そのフリカッセを、Soup Stock Tokyo ならではのオマール海老ソースと、アメリカ南部のケイジャン料理特有のスパイスでアレンジした一皿です。オマール海老の旨味の中にごろごろとした帆立の存在感と、ケイジャン料理の特徴であるスパイスの中に、ホットソースの辛酸っぱいアクセント。お皿に添えた軽やかな酸味のサワーソースを加えていただくことで、爽やかな味わいに味を変えながら食べすすめていただくことができます。12 月 26 日（金）まで、Soup Stock Tokyo 外食店舗（一部店舗を除く）で販売。

リゾット（1,480 円 / 税込）は、玄米入りご飯に豆乳とチーズを絡め、海老と相性の良いトマトの酸味とコク。海老の旨味とほうれん草のやさしい甘みが調和し、トッピングのモッツアレラチーズが全体をとろりと包み込むまろやかな味わいに。12 月 27 日（なくなり次第終了）。



会員拡大キャンペーン

入会金・会費
(200円) (400円)

期間限定

3月15日まで

0円

※個人会員は対象外です。

加入事業所募集中!!
福利厚生充実

社員の活力

人材の確保

企業の価値

に繋がります。

公益財団法人 目黒区勤労者サービスセンター

目黒区勤労者サービスセンターは、中小企業勤労者等の福祉の向上と中小企業の振興・地域社会の発展に寄与するため、目黒区内の中小企業・商店の事業主・従業員と区民の方に福利厚生事業を行う公益財団法人です。

会員の皆様の会費と目黒区からの補助により、さまざまなサービスを提供しています。

☎03(3715)4135 ✉mks@meguro.or.jp

窓口業務 平日 8:30~17:00 (土・日・祝・年末年始は休業)

〒153-0063 目黒区目黒 2-4-36 目黒区民センター2階

目黒区勤労者サービスセンター

検索



技術と信頼

目黒建設業防災連合会

会長 加藤 公章

目黒建設業協会	会長	山本 尚人
目黒電設安全防災協会	理事長	浜副 正保
目黒設備協会	会長	小澤 孝行
目黒造園協力会	会長	鶴見 實



不動産のことなら 大丸 へ!!

地元「目黒区」で創業 79 年



〈信頼第一〉の理念で営業しています。
「お断りしない」・「諦めない」専門スタッフがおりますので、
お気軽にご相談ください。

売買部	賃貸部	管理部
- 仲介業 - 借地底地の売買 - 各種手続き	- 募集広告 - 入居者査定 - 入居者斡旋 - 賃貸査定	- 賃貸管理 - 滞納督促 - 建物点検 - 営繕業務

お部屋探しは「学大 大丸」で検索!!

株式会社 大丸

TEL03-3710-1151 (大代表) FAX03-3713-0020
目黒区鷹番3-21-17 無休
平日10:00~18:00 (時短営業) 日・祝祭10:00~17:00
<https://daimaru.es-ws.jp/>



学芸大学に2店舗 徒歩0分と3分



Information

◆ Suica・PASMO の
コード決済サービス「teppay」
を2026年秋より提供開始

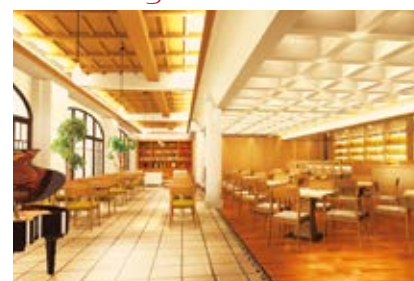
東日本旅客鉄道株式会社は、モバイルSuicaのアップデートを行い、新たにコード決済サービス「teppay (テッペイ)」を2026年秋より提供開始する予定です。また、2027年春には株式会社パスモと提携し、モバイルPASMOにおいても「teppay (テッペイ)」の提供を開始予定です。モバイルSuica・モバイルPASMOのアプリさえあれば、新たにアプリのダウンロードや登録をすることなく「teppay」の機能とし

て「コード決済」「残高の送付」「オンライン決済」等のサービスがご利用可能となります。また、特定の地域でご利用いただける「地域限定バリュー」機能も提供します。JR東日本が行った「キャッシュレス決済に関する調査」の中で、多くの生活者がキャッシュレスの多様化・複雑化に対して何らかのストレスを感じており、馴染みのサービスにまよめたいというニーズがあることがわかりました。このニーズに対応するため、交通・電子マネーの領域でお馴染みの決済手段となっているモバイルSuica・モバイルPASMOが、より多様な決済シーンに対応できるよう進化します。



レストラン
ソルフェージュ

TEL.03-5726-8320



「リパティヒルクラブ」に併設しているイタリアンレストランです。
身体と心が喜ぶ健康的で、美味しいお料理をご提供いたします。

一般のお客様もご利用いただけます。

毎月2回のピアノラウンジをはじめ、ワイン会、ディスコナイトなど、イベントも多数開催しております。

営業時間▶11:30~21:30(ランチタイム11:30~15:00/カフェタイム15:00~17:00/ディナータイム17:00~21:30)

休業日: リパティヒルクラブ月未休館日及び年末年始 ※個室もございます。

〒152-0023 東京都目黒区八雲3-26-6 リパティヒルクラブ1F <https://www.restaurant-solfège.com>

目黒通り「自由が丘三丁目」
交差点横

P 駐車場
70台完備

食ブログでのご予約
オフィシャルサイト



宝塚歌劇 星組公演

ビート・シアター

『恋する天動説』

ー The Wand'rin' Stars ー

作・演出／大野 拓史

ギャラクシーレビュー

『DYNAMIC NOVA』

作・演出／稲葉 太地

ビート・シアター『恋する天動説』
ー The Wand'rin' Stars ーは、1960年代、イングランド南東部の海浜リゾート地ブライトン。労働者階級の若者たちは、三つボタンのスーツでダンスミュージックに興じる“モッズ”と、リーゼントに革ジャン、ロックンロールを愛する“ロッカーズ”に二分され、勢力争いを繰り返していた。リゾートのイベントに乱入した若者たちの悪ふざけが、両勢力の乱闘騒ぎにエスカレートする中、警官隊に追われたモッズのリーダー格アレックスは、スクーターに乗って高級ホテルの一角へ突っ込み、気を失ってしまう。そのホテルでは、一族の実権を握る祖母から家同士の結婚を強いられた花嫁のシンシアが、まだ見ぬ花婿の到着を待ちわびており、突然現れたアレックスを花婿と勘違い。カーレーサーを目指すシンシア

は、今後も挑戦を続けられることを条件に渋々結婚を受け入れており、目覚めたアレックスにレースの魅力を熱く語り始める。人違いである事に気付いていないアレックスは、シンシアの熱意に心打たれて挑戦を応援し、二人は意気投合する。
アレックスの好敵手であるロッカーズのリーダー格レスリー、祖母の財産を手に入れようと画策するシンシアの叔父、本物の婚約者など、様々な人物の思惑が渦巻く中、アレックスとシンシアの出会いがカーレースのようなスピードで急展開して行くのだが……。
違う階級に生まれ育った男女が偶然出会い、葛藤や障壁を乗り越えて関係を育む様子をロマンティックに描き上げるミュージカル・コメディを、星組新トップコンビ暁千星と詩ちづるの大劇場お披露目公演としてお届け致します。
ギャラクシーレビュー『DYNAMIC NOVA』は、NOVAとは新しい星を意味する言葉。新たな星の誕生に心躍らせる人々に見守られる中、ついにNOVA誕生の時がやって来る。力強く輝くNOVAに導かれながら、数多の星々を巡っていく、エネルギーでダイナミックなレビュー作品。星組トップスター暁千星を中心に壮

大なスケールでお送りする、極上のエンターテインメントをお楽しみください。

出演は、暁 千星、詩 ちづる ほか。

◆会場：宝塚大劇場

宝塚大劇場（兵庫県）

2026年1月1日（木）

～2月8日（日）

一般前売：2025年12月13日（土）

◆会場：東京宝塚劇場

日程：2026年2月28日（土）

～4月12日（日）

一般発売：2026年2月1日（日）

<https://kageki.hankyu.co.jp/revue/2026/koisurutendosetsu/>



© 宝塚歌劇

宝塚歌劇インフォメーションセンター 0570-00-5100

<https://kageki.hankyu.co.jp>

目黒シネマ
目黒駅から徒歩3分

目黒駅西口より徒歩3分のところにある映画館です。通常2本立て・当日券のみ・自由席ですが、1本立てやイベント付き特別興行など、一部の上映についてはオンライン事前予約可・全席指定での案内となります。入場券は一般1,600円、学生1,200円など。最新の上映内容など、詳しくはホームページでご確認ください。

★東京都品川区上大崎 2-24-15-B1

★お問い合わせ 03-3491-2557



▶公式サイト QR コード

地域に根ざした総合建設業
企画・設計・施工

磯部建設株式会社

〒153-0065

目黒区中町 2-39-16

TEL03-3719-6181 FAX03-3719-6889

建築塗装の専門店

(株) 天田塗装

TEL & FAX 03-3712-3058

090-6548-2138

東京都目黒区中町1-23-16

地元目黒で
がんばって
います！



お客様の要望を形に、
信頼される塗装店を目指しています。
経験と知識、確かな技術で応えます。
室内、屋根、外壁、防水、細かな工事から
大規模工事まで、まずは電話でご相談を！

洋服のオーダー・リフォーム・リメイク

ファッション工房 ルクレ

TEL03-6303-4324 FAX03-6303-4325

▶ 10:00 ~ 19:00 ▶ 水曜定休

▶ 目黒区鷹番 3-7-14

▶ <http://www.recreer.jp> ▶ info@recreer.jp

プロの技でお気に入りの一着を！

「ファッション工房 ルクレ」は、洋服のオーダー・リフォーム・リメイクの専門店です。オーナーはファッション業界で30年以上の実績を持つデザイナー。「デザインは気に入っているのにサイズが合わない」「体型をすっきり見せたい！」etc…ファッションで困っていることがありましたら気軽にご相談下さい。着る人のこだわりや要望を引き出し、個々に合った服づくりを提案いたします。プロの技でお気に入りの一着が甦ります。リフォームにとどまらずプロの技によるリメイク・オーダーで、あなたをより美しく際立たせる一着を手に入れてみませんか？





◆新春寄席 〜桂文珍・春風亭小朝・
ロケット団・柳貴家雪之介

日程：2026年1月16日（金）
時間：13:00 開場／13:30 開演
会場：めぐろパーシモンホール大ホール
内容：2026年の幕開けは、めぐろパーシモン寄席で初笑いといきましょう。
料金：S席 3,800円／A席 3,300円
※未就学児入場不可
チケット取扱：めぐろパーシモンホール 窓口・電話・ネット、チケットぴあ

◆PANDA Wind Orchestra 2026

日程：2026年1月31日（土）

時間：16:30 開場／17:00 開演
会場：めぐろパーシモンホール 大ホール
内容：吹奏楽は「ジャンル」じゃない。「芸術だ」。吹奏楽の魅力を追求してきた彼らが、今聴いてほしい音楽を詰め込んだ《“マジ” PANDA》が始動！！
出演：松村秀明（指揮）、PANDA Wind Orchestra
料金：全席指定一般 5,000円／U25 2,000円
※車椅子席はめぐろパーシモンホールチケットセンター電話・窓口のみ取扱い。
チケット取扱：めぐろパーシモンホール 電話・窓口・ネット、イープラス
問い合わせ：株式会社 UTACA
info@utaca.jp

▶めぐろパーシモンホールチケットセンター
TEL.03-5701-2904（10:00～19:00）

<https://www.persimmon.or.jp/>（24時間受付）
詳しくは公式サイトでご確認ください。

自由が丘インターナショナルテニスカレッジ

テニスを楽しみたい方から
トッププロを目指す方まで、生徒募集中

充実したコーチ陣による少人数制のクラスを実施している。
「自由が丘インターナショナルテニスカレッジ」。1人1人のレベルに合わせたコースが選べる一般コースを始め、フォーラムの修正やゲーム戦略を学べるゲームクラスなどもあります。
この他、ジュニアクラスも定評があり、キッズからの指導もしっかりとしたカリキュラムで行われています。このカレッジから、インターハイ優勝者も出ており、指導力の高さは実証されています。

●2026年募集スケジュール（1期を8週として年8期を1サイクルとしています）

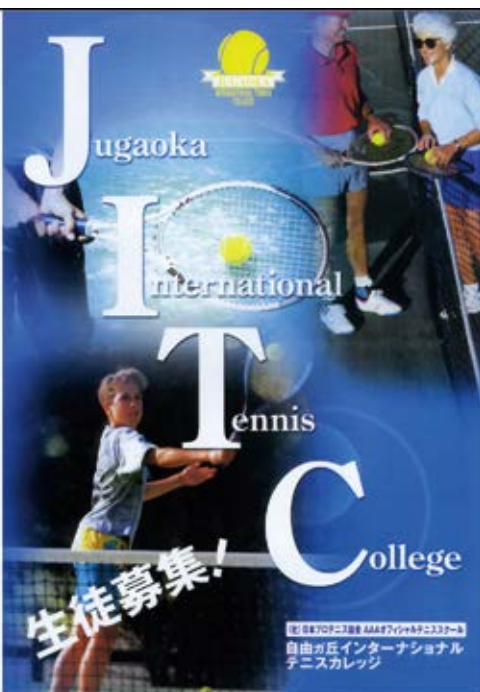
261期	1/5（月）～3/1（日）	〔8週〕	受付開始 11/29（土）
262期	3/2（月）～5/3（日）	〔9週〕	受付開始 2/7（土）
263期	5/7（木）～7/1（水）	〔8週〕	受付開始 4/4（土）
264期	7/2（木）～8/26（水）	〔8週〕	受付開始 6/6（土）
265期	9/3（木）～10/28（水）	〔8週〕	受付開始 8/1（土）
266期	10/29（木）～12/23（水）	〔8週〕	受付開始 10/3（土）

〒152-0023 東京都目黒区八雲3-23-7
TEL 03-3723-3911 FAX 03-3723-3913

<http://www.jitc.jp>

受付時間：10:00～20:00
（月曜のみ15:00～20:00）

※日本プロテニス協会AAAオフィシャルテニスクール



この冬、光の妖精になろう*..o..o

中目黒 あかりまつり

2025

2025年1月12日（月）まで開催！

中目黒 GT 各所 東急東横線・東京メトロ日比谷線「中目黒駅」隣接

★冬の七夕

夜の中目黒を彩る、光のうきわの幻想パレード

参加型イベント「NAKAMERING Parade」

12月20日（土）+ 21日（日）
18:00～19:00（17:30 受付開始）

ぜひ
ご参加ください！

【参加方法】

2025年12月1日以降に発行された中目黒 GT 内
店舗発行のレシート 500円分が参加券になります。

★光のゲート

「Nakameguro Gate Sky」

ナディム・カラム、高橋匡太
GT プラザ広場（B1F）

12月15日（月）～25日（木）
中目黒 GT に恒久展示されている
ナディム・カラムにより創造された
「古代の行列」の精霊は、年に
一回クリスマスが近づくと、世界
中から仲間がツリーに集合します。

★GT イルミネーション

GT タワー前広場＋蛇崩緑道

2026年1月12日（月）まで
冬の風物詩となった中目黒 GT
のイルミネーション、温かな
光が街を彩ります

主催：中目黒GT全体管理組合 協賛：中目黒GTプラザ商店会 後援：目黒区
お問い合わせ：㈱中目黒ジーティー 03-5704-0046 東京都目黒区上目黒2-1-1



公益社団法人 目黒区シルバー人材センター

会員募集と仕事のご案内

<https://meguro-sc.or.jp>

会員登録するには

区内にお住まいの60歳以上の健康で働く意欲のある方なら
どなたでも登録できます。入会希望者の方を対象に下記のとおり
説明会等を実施しております。まずは、お気軽にお電話下さい。
●入会説明会 … 毎月1回 第2木曜日 午後1時30分～
●入会手続 … 毎月1回 第3木曜日 午後1時30分～
●場 所 … 目黒区シルバー人材センター会議室

公益社団法人 目黒区シルバー人材センター

〒153-0063 目黒区目黒 1-25-26 田道ふれあい館 B1
TEL.03-3793-0181

センターがお引き受けできる主な仕事

●育児支援・家事援助サービス
●ふすま・障子張り ●出張着付け ●除草
●毛筆・硬筆での宛名書き ●経理事務 ●植木の剪定
●出張パソコン指導 ●ビル・マンション清掃 ●施設管理

センターの独自事業

●パソコン教室 ●実用・小中学生書道教室 ●日本画教室
●シニアの学校 ●着付教室 ●和洋服のリフォーム

その他各種お仕事をお受けしますので、
お電話にてお問合せください。

郷さくら美術館

目黒区美術館

松岡美術館

郷さくら美術館 Duet / 二人展
押元一敏 / 染谷香理 ～静と動の交錯～

新たに二重奏を意味する「Duet」と題して、最前線で活躍しており人気を博す押元一敏 / 染谷香理の現代日本画家の二人展を開催いたします。現代日本画は、伝統にもとづきながら、それぞれの作家が独自の表現を追求しています。様々なアプローチから独自の画風を追求している対極的な両者の作品をどうぞご堪能ください。

会期：2026年2月15日（日）まで／休館日：月曜日（但し1/12は開館、1/13は振替休館）、年末年始（12/29～1/5）／場所：郷さくら美術館／時間：10:00～17:00（最終入館16:30）／一般800円、高校・大学生300円、中学生以下無料＊小学生以下は要保護者同伴＊障がい者手帳・療育手帳をお持ちの方は、該当料金より半額
https://www.satosakura.jp ★お問い合わせ：03-3496-1771



染谷香理《夜風景図》2020年

めぐろの子どもたち展

目黒区立の幼稚園・こども園、小学校、中学校で学ぶ子どもたちが、授業中に制作した図画工作・美術・書写などの作品を展示します。子どもたちの素直な目を通して発見された驚き、美しいものにしたという意欲など、心の動きが豊かに表現された力作を紹介。あわせて海外の友好都市の子どもたちの作品も展示する予定です。

会期：2026年1月17日（土）～2月1日（日）
場所：目黒区目黒2-4-36
時間：10:00～18:00（入館は17:30まで）
休館日：月曜日 無料
https://mmat.jp/
★お問い合わせ：03-3714-1201

開館50周年記念
わたしを呼ぶ《アート》古代エジプトの棺からシャガールまで

当館は1975年11月25日、新橋日比谷通りに面した松岡田村町ビル内に開館しました。初代館長 松岡清次郎は20代半ばより骨董に目覚め、半生をかけて2,400点余りの美術品を蒐集しました。開館50周年企画の第3弾では、清次郎の人となりにふれつつ、白金台移転後は紹介する機会のなかった作品も含めた様々なコレクションをお楽しみください。

会期：2026年2月8日（日）まで
場所：港区白金台5-12-6／時間：10:00～17:00（入館は16:30まで）／休館日：毎週月曜日（祝日の場合は翌平日）展示替え期間、年末年始／一般1,400円、25歳以下700円、障がい者手帳をお持ちの方と介助者1名まで半額、高校生以下無料 https://www.matsuoka-museum.jp
★お問い合わせ：03-5449-0251

色絵オルペウス物語図双耳壺
サヴォナまたはナポリ窯 17世紀

山種美術館

Bunkamura Gallery 8/

【特別展】

LOVE いとおしい…っ！

一鍋木清方の恋もよう、奥村土牛のどうぶつ愛ー

私たちの身の回りには、さまざまな愛の形があります。恋人同士の燃え上がるような愛、親子や夫婦など家族への愛、生まれ育った故郷への愛、身近な動物への慈しみの愛。また、最近よく耳にする「推し活」も、一つの愛の形といえるでしょう。この冬、山種美術館ではLOVEをテーマにした日本の近代・現代絵画を中心に取り上げ、ご紹介する特別展を開催します。会期：2026年2月15日（日）まで

場所：渋谷区広尾3-12-36／時間：10:00～17:00（入館は16:30まで）／休館日：月曜日（1/12は開館、1/13は休館、12/29～1/2年末年始休館）／一般1,400円、中学生以下無料（付添者の同伴が必要）

【冬の学期】大学生・高校生500円

https://www.yamatane-museum.jp/

★お問い合わせ：050-5541-8600（ハローダイヤル）

奥村土牛《愛》1947(昭和22)年頃
絹本・彩色 山種美術館池永 康晟 個展
少女より始まる

日本画における人物画の復興を提唱し続ける池永康晟。この度Bunkamura Galleryにおいて初めての個展。麻布の肌理と岩絵具の粒子が作り上げる、静謐でありながら情熱的な魅力を持つ作品たち。本展では更なる進化を求め続ける作家の最新作を中心に紹介。現代美人画のパイオニアであり、美人画ブームを牽引し続ける池永の魅惑的な世界にどうぞご期待ください。

会期：2026年1月10日（土）～1月27日（火）
場所：Bunkamura Gallery 8/（渋谷ヒカリエ8F）
東京都渋谷区渋谷2-21-1／時間：11:00～20:00
https://www.bunkamura.co.jp/gallery8/
★お問い合わせ：Bunkamura Gallery8/ 03-3477-9174

「少女より始まる」式・菱々子 45.0x45.0cm
亜麻布・岩絵具・膠・墨・金銀泥

ターミナル 冬特大号プレゼント

【メールでの応募方法】

件名に「ターミナルプレゼント2025冬号」と記載し、住所・氏名・ターミナル収得場所・希望商品名・感想を明記の上、メールアドレス info@terminal-jp.com へ。

【ハガキでの応募方法】

住所・氏名・ターミナル収得場所・希望商品名・感想を明記の上、〒152-8799 目黒郵便局私書箱41号ターミナル編集部宛「ターミナルプレゼント2025冬号」係まで。2025年12月30日締め切り（消印有効）。当選者への賞品発送をもって発表とかえさせていただきます。

【1】p12掲載 郷さくら美術館

Duet / 二人展
押元一敏 / 染谷香理 ～静と動の交錯～
2026年2月15日（日）まで

【2】p12掲載 松岡美術館

開館50周年記念
わたしを呼ぶ《アート》古代エジプトの棺からシャガールまで 2026年2月8日まで

【3】p13掲載 山種美術館

【特別展】LOVE いとおしい…っ！
一鍋木清方の恋もよう、奥村土牛のどうぶつ愛ー
2026年2月15日（日）まで

LIFE STYLE COLUMN

眼鏡のセレクトショップ OQMEL が教える「もう迷わない眼鏡選び」 楽しむことを教えてくれる フランスの色鮮やかな眼鏡

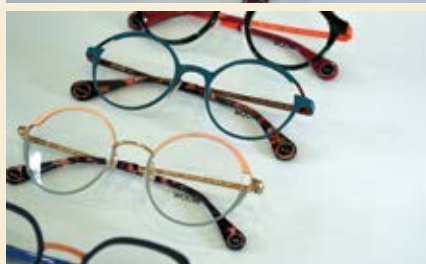
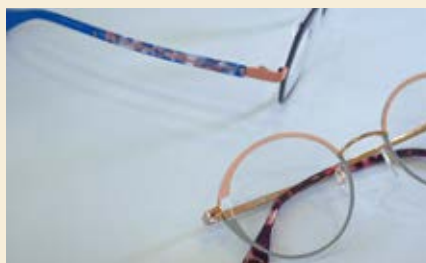
どうせ眼鏡を掛けるなら、嫌々掛けるのではなく楽しみたい！気分を上げたい！！という時にお薦めなのが、フランスの色鮮やかでデザインに遊び心を感じるフレームたちです。

視力矯正器具という大切な役割がある一方、顔の中心で掛けることもあって、その人の印象を大きく左右するのが眼鏡。その為毎日掛ける眼鏡であれば、周囲の人に与える印象を考慮して「いじわるそうに見えないかな」「派手な印象になってないかな」など“客観的に見てどう見えるか”に主軸を置いて眼鏡選びをすることになるのがほとんどです。

ただ心が晴れない日が続いた時には、“自分が楽しい気持ちになること”に主軸を置いて眼鏡選びたい時もありますよね。そんな時にお試しいただきたいのが色鮮やかで、品の良さもしっかりキープしてくれるフランスのアイウェアブランド FACE a FACE(ファース・ア・ファース)やその姉妹ブランド WOOW(ウー)のフレームです。

つまらない気持ちを跳ね除けてくれそうな、ビビッドなイエローやピンクが差し色に入りながらも、ベーシックカラーとの絶妙な色の組み合わせ。柄と柄を合わせたり、鮮やかなブルーからブラウン、グリーンへのグラデーションなど、ただただ感嘆する色の美しさ。そして眼鏡を外すと見えるテンプルエンド(耳に掛けるパーツの先端)がブーツの形になっているという遊び心のあるデザインは、掛ける人を楽しませてくれるので不思議と笑顔を引き出してくれます。

一見掛けこなすのが難しそうに見えますが、ご安心ください。これも基本の目幅と顔幅を合わせることを忘れなければ、必ず似合います。似合うのにちょっといつもと違う感じが、心地よく非日常へと導いてくれます。そしてより色鮮やかなフレームをお選びいただくと、まるで絵本作家になったような気分…ピュアでワクワクする気持ちが沸き上がり、なんか楽しい！つとになっていただけますので、まずはお試しを。



◆ OQMEL (オクメル)

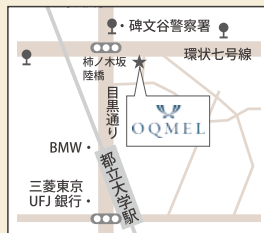
TEL:03-5726-8870

営業時間：11:00～19:00

定休日：毎週水曜日・第二火曜日

住所：目黒区平町 1-1-5-1F

<https://www.oqmel.com/>



洋菓子店クリオロの 新作ショコラは日仏融合の味わい

中目黒駅近くの洋菓子店クリオロ。「日本とフランスの融合」をテーマに、2026年のバレンタインに向けた新商品を中目黒店は1月5日から販売スタート(オンラインショップは1月1日から注文開始)。シェフパティシエ サントス・アントワヌが、四季や風土が育んだ繊細な日本素材からフランス人の視点で開発。“和”を感じさせるパッケージは、口に入れた瞬間に押し寄せるフレーバーと感動を“波”で表現しています。『ジャポネ・フランコ(3,888円/税込)』は、日本で暮らすこと32年。その長い間に培ってきた日本人の感性と、シェフのルーツであるフランス的感覚を重ね合わせ作り上げた新作ショコラセット。日本各地の素材一つひとつと丁寧に向き合い、心を込めて形にした8粒のショコラは、長年の経験と素材への敬意から生まれた“結晶”です。8粒のうち4粒は、フランス・パリで開催され

た世界最大級のチョコレートの祭典「サロン・デュ・ショコラ」内で発表されたショコラ品評会へ出品して金賞を獲得したボンボンショコラ。

◆クリオロ中目黒店

営業時間：11:00～19:00

定休日：不定休

※12月31日は11:00～18:00

※1月1日～4日は冬季休業

目黒区上目黒 1-23-1 中目黒アリーナ 103

TEL：03-5724-3530

詳しくはホームページをご覧ください。

<https://ecolecriollo.com/>



目黒さくら文化協会

Meguro Sakura Culture Association



「目黒さくら文化協会」は、目黒の文化的・歴史的資源である「目黒のさくら」にスポットを当て、保全や育成に加え、アートや音楽、文芸やアニメなど幅広い分野で活用し、環境と文化を融合した目黒独自の「さくら文化」を開花させる地域の文化活動を行っております。主旨にご賛同いただける会員様の募集を行っております。

2026年5月17日(日)
中目黒 GT プラザホールにてイベント開催決定！

<https://meguro-sakura.com/>

整理収納アドバイス

「わかる」が勝ち！のお片づけ 「スペース」を作ってわかる

お片づけの基本は「わかる」こと。

無理なく出来るお片づけのコツを整理収納アドバイザーがご提案します。

モノを整理するときに、いる・いないでわかるという方法を知っている方は多いですね。その方法でなかなか進まない人、減らせない人にほんの少しの意識で変わる術をご紹介します。年末年始、思い立った時が整理の始め時。用意するものはシートと空き箱と紙とペンです。



Step1
シートを広げ、モノを並べる場所を作る
片づける時に中のものを全部出すために、事前にスペースを作りましょう。シートや布などを床に広げます。なんとなく机の上に置いたり、とりあえず袋に入れたりするのはNG。こうすれば出しながら、わかる作業がスムーズになります。



Step2
わかる基準を使っている・使っていないにする
モノが減らせない方は、いる・いないでわけようとする、「全部いる」にしてしまいがち。ここでは使っているか使っていないかを基準にします。写真のように大きく書いた紙をシートの上のそばに貼っておきましょう。わかるスピードがアップします。



Step3
迷うものを一旦封印する
使っていないものでも手放す判断が出来ない時は、「迷う」に分類し、段ボール箱などに入れていきます。わけ終わったら、箱に蓋をして日付を書いてください。半年後、1年後など期限を決めてその時期が来たら中身を手放しましょう。

【スペースわけのメリット】

- ・複数人での作業でもわかりやすい
- ・持っているモノの量（多さ）を把握できる
- ・迷うものを見ると手放せない理由が見えてくる
- ・期限を決めると手放すきっかけが出来る

“ワンポイントアドバイス”

迷うものを入れた箱は奥にしまいこまず、出来るだけ日常で目に入る場所に置いてください。そうすることで案外決めた期限より早く手放せることがあります。モノは使ってこそ価値がある。「もったいない」精神を間違えずモノを活かしていきましょう。

Profile

整理収納アドバイザー／
わかるくんインストラクター
栗原晶子

コラムや取材記事を通じて、わかりやすくてやる気が出る整理収納を発信。エンターテインメントとイチジクをこよなく愛している。

● check here ●
あなたに合う
お片づけの方法を
見つけてみませんか？
「わかるくん体験会」
参加者募集中。



▲サイト QR コード

▶▶▶ MEGURO AREA NEWS

◆中目黒に“出雲の大しめ縄”
山陰の食の店「出雲しめなわ」
がオープン

中浦食品株式会社は、山陰地方の魅力を発信する新拠点として、東京・中目黒にアンテナショップ「出雲しめなわ 東京店」を2025年12月6日（土）にグランドオープンしました。店内正面には出雲大社神楽殿の“大しめ縄”を手がける「飯南町大しめなわ館」による本格しめ縄を設置。出雲そば、宍道湖産しじみ、地酒や和菓子など、島根・鳥取の特産品と“物語”を取り揃え、関東初のブランド拠点として展開。店内正面に本格“大しめ縄”を設え、「山陰から東京へ、そして世



界へ——ご縁をつなぐ場所」をテーマに空間演出。ロゴは日本神話「因幡の白うさぎ」をモチーフにした“ゆるうさぎ”。親しみやすいデザインで、縁結びの文化を表現しています。

●出雲しめなわ 東京店
目黒区上目黒3-11-7
プリエ中目黒102
電話：03-6412-8859
営業時間：11:00～20:00
定休日：月曜日（催事・仕入れにより臨時休業あり）

◆2つの文具ブランドの周年が交差する瞬間をかたちに「Campus X Rollbahn」初のコラボレーションアイテムを発売

コクヨ株式会社は、2025年に50周年を迎えたキャンパスノートにおいて、株式会社デルフォニックス（本社：東京都目黒区）が展開し、2026年に25周年を迎えるステーションナリーブランド「ロールバーン」と、周年が“交差する瞬間”をかたちにするコラボレーションを実現。両ブランドの顔である定番ノート・リングメモの表紙デザインと中紙を入れ替えた「デザイン交換ノート」の3品番、両者の世界が交わる風景を切り取った「コラボレーション限定デザイン」5アイテム18品番を、12月17日（水）からの文具女子博で先行販売のち、2026年1月9日（金）より一般発売をします。



5F	Speyside Way	☎ 03-3723-7807
4F	まあじゃんリパティ	☎ 03-3718-7773
3F	FST JAPAN 合同会社 OFFICE	☎ 03-6421-4760
2F	KBS GOLF EXPERIENCE TOKYO	☎ 03-6421-4762
1F	自由が丘ベーカリー	☎ 03-6421-4761
B1F	hyphen	☎ 03-3723-2251

東京都目黒区自由が丘 1-26-9
TEL 3723-3033 FAX 5706-8339

三笠屋ビル

ココロとカラダがよろこぶ福まねき GOHAN 2025 年 12 月
ココロとカラダのめぐりをよくして老化を防ぐ

『薬膳ひじきそばろ』

季節のめぐりはココロとカラダのめぐりに影響します。めぐる季節に沿った食べ物や暮らし方を取り入れて、ココロとカラダのめぐりをよくして、福をまねいてみませんか？

薬膳では、春夏秋冬の季節ごとに関連する色があると考えます。例えば、春は青、夏は赤、秋は白、冬は黒といったように季節にはそれぞれテーマカラーがあります。その季節のテーマカラーと同じ色の食べ物を食べたり、身につけたり、インテリアに取り入れることによって、季節のパワーをチャージできるんですよ！

今回は冬のテーマカラー「黒」の食材と老化予防にもつながる食材で作る薬膳レシピをご紹介します。



【材料：作りやすい量】

乾燥芽ひじき 15g
黒木耳 3g
豚ひき肉 60g
人参 30g
胡麻油 大さじ 1
水 120ml
酒 大さじ 1
砂糖・濃口醤油 各大さじ 1 と 1/2
黒すり胡麻 大さじ 1
かつお節 1g
おろし生姜 小さじ 1/4 程度

【作り方】

1. 乾燥芽ひじきと黒木耳はそれぞれたっぷりの水で戻す。
2. 戻した黒木耳は細切り、人参は 3cm 長さに切ってから細めのせん切りにする。
3. 鍋に胡麻油を入れて熱し、豚ひき肉を加えてぼろぼろになるまで炒める。
4. 3. に水気を切ったひじきを加えて、中強火で 1 分ほど炒めたら、黒木耳と人参を加え、中強火のまま油がなじむよう炒める。
5. 4. に水、酒、砂糖、醤油を加えて中火で汁気がほぼなくなるまで煮詰める。
6. 5. の火を止め、黒すり胡麻とかつお節、おろし生姜を加えてよく混ぜ合わせたら、そのまま冷まして味を含ませる。

薬膳では冬になると五臓六腑のひとつ「腎」の働きが低下すると考えます。この五臓「腎」は人の生命力の貯蔵庫であり、成長・発育・老化を司っているのですが、寒さによる冷えや乾燥の影響で働きが低下しやすいとされています。「腎」の働きが低下すると、「常にだるい」とか「疲れがとれない」とか「落ち込みやすい」といった症状があらわれます。そうなる前に「腎」の働きを助ける黒の食べ物を食べてパワーチャージをしましょう！

今回ご紹介したレシピに使用した黒の食材「黒木耳」「黒胡麻」「ひじき」には、血行不良を改善したり、老化を防止したりする働きが、「豚肉」「人参」には老化予防の働きがあるとされています。

レシピには書いていませんが、枸杞の実も老化予防や疲労回復効果がありますから、ご自宅にある方はほんの数粒でいいので盛り付けに使ってみてくださいね。冬の薬膳常備菜として作ってもらえたら嬉しいです。

写真・文 薬膳料理講師・東洋運命学鑑定師 薬膳 GOHAN 主宰 高倉知子
HP <http://tanoshiku-yakuzen.com/> (右記 QR コードからご覧いただけます)
Instagram <https://www.instagram.com/yakuzentomoko/>



今号の裏表紙 古布コラージュ「和色 — 紺藍」

明治 23 年に来日したラフカディオ・ハーン（小泉八雲）は、明治期の日本を海外に紹介する中で、日本の印象を「小さな家々の屋根は青く、店には青いのれんが掛けられ、みんな青い着物を着ているが、華やかに見える」と、ジャパンプルーの魅力を語っています。呉須・柏林青・藍色・紺青、そして濃藍、紺系の色は様々ありますが、日本で藍は日常の色。濃く染めた藍も高貴な色ではなく、あくまでも魅力あふれる日常の色で、どんな色との組み合わせも楽しめます。

◆古布コラージュ・アーティスト 住川 信子

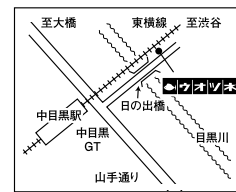
公式サイト <http://www.sumikawa-nobuko.com/>



魚と酒の旨い店



味と鮮度は抜群!



目黒区上目黒 1-6-8 日の出ビル 1F
03-3710-9719
ランチ 11:30~14:00 土日祝定休
夜の部 17:00~23:00 (22:30L.O.)
日祝定休
<http://www.uotsuna.co.jp>



中目黒の駅から徒歩 2 分、魚とお酒の旨い店「ウオツネ」。鮮度抜群の魚料理は近所の常連さんやビジネスマンに大好評。

ランチのメニューも豊富で、ボリュームも満点。ランチのおすすめは刺身・天ぷら・

焼魚が一度に楽しめる三色御膳

(写真上)。夜は仕事帰りにも気軽に立ち寄れて、これからの季節、年末・年始の宴会にも対応。

ご予約ください。



〔編集後記〕

2025 年冬号をお届けします。今年は紅葉も綺麗な見ごろを迎え、気がつけば残り 1 ヶ月を切りました。毎年あっという間に過ぎていくと感じますが、振り返れば情報紙ターミナルも 27 年目に突入。読者やクライアントの皆さまに支えていただき、着実に歩みを進めて来れたことに感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございます。皆さまもご自愛いただき、どうぞ良いお年をお迎えください。

「情報紙ターミナル」は、年 4 回季刊発行している媒体です。目黒区近郊の情報やエンターテインメント、アート情報を発信します。WEB からも見られます。詳しくは右記 QR コードから。情報紙ターミナル <https://meguro.terminal-jp.com/>
次回春号は 2026 年 3 月下旬発行予定です。編集長 住川 禾乙里

株式会社 ERIZUN ターミナル編集部

情報紙ターミナル 2025 冬特大号 NO.106 〒152-8799 目黒郵便局私書箱第 41 号
ターミナル編集部 FAX 03-5726-2071 メールアドレス info@terminal-jp.com

演劇系エンタメ情報配信サイト
エンタメターミナル
もよろしく願います。

<http://entterminal.jp>

STAFF

Editor in Chief 住川 禾乙里
Advertising 住川 信子





古布コラージュ「和色一濃藍」 古布コラージュ・アーティスト 住川 信子