

photo_Satoshi Nagare
text_Seishi Isozaki
edit_RCKT/Rocket Company*

29 ヒルズパ仙石山

MORI LIVINGへの招待

東京タワーを間近に臨む開放的な空間で
“Active”と“Relax”を手に入れる

HILLS SPA SENGOKUYAMA

ヒルズスパ仙石山

所在地：東京都港区六本木1丁目9-10 アークヒルズ 仙石山森タワー1F
／アクセス：六本木一丁目駅 徒歩4分（東京メトロ南北線）、神谷町駅 徒歩6分（東京メトロ日比谷線）／営業時間：6:30～22:00（平日）、10:00～21:00（土日祝）／休館日：水曜日※最終入館時間は開館30分前※夏期・年末年始に休館あり※入会預託金、年会費が必要です。入会には審査があります。

ヒルズスパに関するお問い合わせ
ヒルズスパメンバーシップデスク
03-6406-6808（平日 9:30～18:00）
www.hillspa.com

レジデンスに関するお問い合わせ
森ビル株式会社 住宅事業部
0120-52-4032 www.moriliving.com

3レーンまで設けることができる
20メートルの室内プール。キッズ向けのスイミングクラスも開催しており、専用のロッカーも完備。

アークヒルズエリアを訪れる目的として、『ヒルズスパ仙石山』の存在を挙げる人が増えている。「このスパを見て、アークヒルズ 仙石山レジデンスに住むことに決めたというお客様も少なくありません。ほかのレジデンスから、わざわざこちらにトレーニングをしに来る方も多いいです」と、トレーナーの高島順平さんは話す。

2012年に竣工したアークヒルズ 仙石山森タワーの1階・2階に位置するこのスパは、明るく開放的な雰囲気がある。南側一面がガラス張り、目の前に東京タワーがそびえる絶好のロケーションでトレーニングができると評判だ。「トレーニングの効果を上げるには、継続することが何より大事。この眺めの良さは、ジムに通うモチベーションを上げてくれると思いますし、外の景色を楽しみながら気分よく汗を流せるので、トレーニングの効果もアップするはずです」と、高島さんは太鼓判を押す。

館内には、ライフフィットネス社の最新マシンを備えたジム、長さ20メートルのプール、ジャグジー、

ドライサウナ、ピラティスマシンを備えたスタジオに加え、プライバシーに配慮したエステティックサロンも併設。経験豊富な専属トレーナーによるパーソナルトレーニングやストレッチなど、会員一人ひとりのニーズに応える、手厚いサポートに定評がある。「パーソナルトレーニングはまずカウンセリングを行い、トレーニングの目的、現在の体つき、筋力、体力レベルなどを細かくチェックします」と、高島さん。その上で安全に、最短で目的を果たせるようプログラムを組んでいく。ジムでのトレーニングというと、ハードな印象を持たれがちだが、日々の体調管理やリラクゼーションを目的に軽く汗を流すだけでも、もちろん構わないという。

健康と美容、双方へのアプローチが可能なスパの特性を生かし、ジムでのパーソナルトレーニングとエステティックサロンのボディトリートメントを組み合わせて相乗効果を狙うこともできる。「運動の後には、筋肉にたまった乳酸を流すデトックスマッサージがおすすめです。ゆったりとした空間で、リラッ

クスして施術を受けていただけます」。そう話すセラピストの碓井真紀さんは、ヒルズスパ仙石山に通う人は、男女を問わず、美に対する意識が非常に高いと感じている。「トリートメントを受ける男性の割合が他店よりも多いですし、女性のお客様のなかには、私たち以上に美容に関する知識を持っている方がいて驚かされます」。そうした客にも満足してもらえるよう、開業5周年を迎えたこの夏、施術に使う化粧品を一新。バリエーション豊富な歴史を持つオーガニックスパブランド『YON-KA』を新たに導入した。1回の施術で目に見えて肌が明るくなる即効性と、植物由来のやさしい香りが好評だそう。

スパの他にも、アークヒルズエリアには健康的な暮らしを支える要素が揃っている。閑静な高台に位置し、豊かな緑がいたるところに溢れているため、リラクゼーション効果は抜群。周辺の道路のゆるやかな勾配は、散歩やランニングにちょうどいいとの声も聞く。「スパのエントランスと同じフロアにあるサラダ専門店や、定期的にアークヒルズ カラヤン広

場で開催されるヒルズマルシェなど、ヘルシーな食生活をかなえるお店やイベントが豊富なのも、このエリアの魅力だと思います」と、高島さんと碓井さんは口を揃える。日々健康で、充実した生活を送るのにこれ以上ない住環境が整うアークヒルズエリアは、今後ますます注目を集めるに違いない。

MORI LIVINGでは、居住者向けのスポーツイベントも開催。4回シリーズで行われたランニングイベントは大盛況だった。



経験豊富なスタッフが全力サポート

Beauty

ゆったりとしたプライベート空間で
極上のボディトリートメントを満喫できる



左／ゆったりとした空間で、ボディからフェイシャルまで、豊富なトリートメントメニューやマッサージを受けられる。今年、トリートメントに使う化粧品を植物由来の『YON-KA』に変更。全80種類のうち、数種類を組み合わせ使用し、「目に見える違い」を実感できるケアを行う。右／セラピストの碓井真紀さん。「メニューはすべて男性にも女性にも受けていただけるので、お気軽にどうぞ」。営業時間：12:00～20:30。水曜定休。

Fitness

都心のパノラマを見渡しなが
最新のマシンで効率的にトレーニング



左／ヒルズスパ仙石山は、港区に5か所あるヒルズスパの中でいちばん新しく、トレーニングルームには最新のマシンがずらりと並び、「それぞれ台数が多いので、順番待ちはほとんどありません」と、トレーナーの高島順平さん。限られた時間を有効に使いたい人にはうれしいだろう。右／昼と夜ではがらりと雰囲気が変わる。夜はライトアップされた東京タワーを眺めながらトレーニングできる。営業時間：平日 6:30～22:00、土日祝 10:00～21:00。水曜定休。

Check It!

アークヒルズエリアで、元氣とキレイの素をチャージ

GREEN BROTHER'S 仙石山森タワー店

心と体をもてなすNYスタイルのサラダカフェ

常時8種類のオリジナルサラダを用意するほか、カスタムサラダにも対応。注文を受けてから新鮮な国産野菜と香り高いハーブ、時には旬のフルーツをボウルに盛り合わせ、「1つのフルコース」を表現する。五感で楽しめるサラダはどれもボリューム満点で主食になる。



住所：港区六本木1-9-10 アークヒルズ 仙石山森タワー 1F
TEL：03-6441-2598／営業時間：平日 8:00～22:00、土日祝 9:00～20:00。定休日なし

HILLS MARCHE

生産者とのコミュニケーションも楽しみたい

2009年よりアーク・カラヤン広場で続く、大人気の青空市場。当初は週1回だったが、年々賑わいを増し、現在は毎週土曜日と火曜日に開催している。首都圏の農園が生産する新鮮な野菜や旬のフルーツを中心に、生鮮食品、加工食品、花、雑貨などの展示販売を行う。



住所：東京都港区赤坂1-12-32 アークヒルズ アーク・カラヤン広場
開催時間：10:00～14:00。雨天決行・荒天中止
お問い合わせ：ヒルズマルシェ事務局／Tel：03-6406-6619（平日 10:00～18:00、開催日 8:00～17:00）