

PLUAL

プラール

2015 AUTUMN

プラスアルファカード会員
限定フリーマガジン

Vol.
05
福島版

特集

「終活について」芸能人インタビュー

歌手 **北原ミレイ** さんに
聞きました!

秋の彩り鮮やかな季節です

紅葉見頃情報!!

楽天トラベル「朝ごはんフェスティバル(R)2015」
「オーベルジュ鈴鐘」が東北エリア2位
福島県では唯一東北大会出場へ!!

PLUAL Vol.05 2015 AUTUMN

編集・発行 / プラスアルファカード事務局

〒963-8861 福島県郡山市鶴見垣2-4-5

TEL.024-923-1055

平成27年10月10日発行(年4回)

会員様の同居ご家族の方も会員価格でご利用OK!

会員様向け

お申込みの
会員さまに
プラス
アルファ
カード
500
ポイント
プレゼント!

日帰りバスツアー

会員様以外の一般のお客様もお申し込みいただけます。

旅行日

平成27年
12月上旬～中旬

※詳しくは、お問い合わせください。

ご旅行代金
(税別)
5,900円
※定員になり次第締め切いたします。

年末の築地市場
ショッピングの旅

福島県内各地=最寄IC=<東北道~羽生PA「鬼平江戸処」にて(休憩・30分)~東北道・
首都高速>=築地市場(ショッピングをお楽しみ下さい。昼食は各自・120分)=浅草散策
(浅草寺・仲見世・雷門他・45分)=<首都高速・東北自動車道>=最寄IC=福島県内各地

羽生PA「鬼平江戸処」

東北自動車道の羽生PA

のそばにある栗橋には、江戸時代には栗橋関所があり、江戸の入り口として厳しく取り締まっていました。そこで羽生PAを江戸の入り口と見立て、古き良き時代の江戸へタイムスリップしていただくエリアです。江戸の伝統の味と技を継承している老舗店舗を結集して、豊富な江戸の食と土産をふんだんに用意しています。また江戸の代表的な広小路・両国広小路の屋台を再現した「みやげ処 屋台連」では、江戸老舗の名品、江戸にちなんだ商品や鬼平江戸処ならではの商品を数多く取り揃えています。

築地市場

東京都中央区築地にある公設の卸売市場で、日本最大の魚市場です。都内に11ヶ所ある東京都中央卸売市場の1つですが、規模の大きさとその知名度の高さで、東京のみならず、日本を代表する卸売市場となっています。

浅草・雷門

浅草寺の正面入り口。最初の門は、平公雅によって浅草寺の総門として942年(天慶5)に建てられました。数度の火災による焼失、再建がなされましたが、1635年(寛永12)、徳川家光によって建てられた門には、右に「風神」左に「雷神」を安置され、あるところから「正しくは“風雷神門”、略して雷門」と呼ばれました。1865年(慶応元)の火災に遭って以来、昭和35年再建されるまで、95年間ものあいだ雷門は幻の存在だったこととなります。



【最少催行人員】40名 【食事条件】食事なし

【添乗員同行の有無】

添乗員は同行しませんが、バスガイドがご案内します。

【後援】アルファクラブ株式会社・アルファクラブ東北株式会社

【旅行企画・実施】(株)近畿日本ツーリスト東北
郡山支店 TEL.024-923-1250

【お問合せ・資料請求は最寄りの各支社へ】

- 郡山本社 / 〒963-8861 郡山市鶴見垣2-4-5
TEL.024-923-7279
- 福島支社 / 〒960-8136 福島市八島町5-4-1
TEL.024-533-4170
- 会津支社 / 〒965-0026 会津若松市平安町2-12
TEL.0242-22-1315
- 白河支社 / 〒961-0041 白河市結城71
TEL.0248-22-9040
- いわき支社 / 〒970-8026 いわき市平字中町15-3
ピュアベルヴィいわき内
TEL.0246-24-0321

プラール便利カード



冠婚葬祭互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第2018号)

アルファクラブ株式会社

アルファクラブ(株)さがみ典礼

TEL.0120(33)4999



冠婚葬祭互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第3070号)

アルファクラブ東北株式会社

アルファクラブ東北(株)葬祭部

TEL.0120(72)1477



アルファクラブ株式会社 お客様相談窓口: TEL.024-923-7279
アルファクラブ東北株式会社 お客様相談窓口: TEL.024-932-0432

【受付時間】月~土曜9:00~17:00 ※日曜・祝日は対応しておりません



- P2** トレッキングで
彩る秋を満喫
- P4** アルファクラブがセレクトする
紅葉見頃情報!!
- P6** 特別インタビュー「終活について」
北原ミレイさんに聞きました
- P8** ベルヴィグループ
No.1に選ばれる式場
最新ブライダル情報
- P12** 成庵・料理長に聞きました!!
秋の簡単レシピ
- P14** マンガでわかる葬祭
「エンバーミング」
暮らしの知恵袋
- P16** 葬祭式場オープン情報
内覧会・親友葬のごあんない
- P18** アルファクラブグループの
追悼式典「ここの会」
- P20** 健康シリーズ
季節の変わり目に注意!
- P24** とっても楽しい会員様限定
お得なバスツアー



協力「常陸太田市観光物産協会」TEL.0294-72-8194

【表紙 PHOTO】

茨城県常陸太田市、竜神川の長い年月をかけた浸食作用によって、竜のように屈曲した美しいV字型の渓谷に架かる日本最大規模の歩行用吊橋。375mの長さを誇り竜神湖面から100mの空中散歩から眺める四季折々の大パノラマは気分爽快。世界一の長さを誇る瀬戸大橋の明石海峡大橋と同じ構造で天に昇る竜をデザインした主塔が美しい。詳しくは、<http://www.kanko-hitachiota.com/>

初心者必見!!

本格的な登山より気軽にハイキングより本格的週末は、街から離れて癒し空間へ…
大自然の紅葉を堪能しませんか？



トレッキングで 彩る秋を満喫。

さわやかな秋風を感じて、色とりどりの鮮やかな自然を
楽しみませんか？



●初めてのトレッキング

近い友人に登山やトレッキング経験のある人と同行してもらうことで安心して始めることができます。しかしながら、危険に対する知識は自分でも積極的に情報収集して身に付けるようにしましょう。トレッキングは、気軽さはありませんが、軽い散歩のように考えていると思わぬ方向に行ってしまうこともありますので、しっかりと準備は怠らないよう心掛けましょう。

●トレッキングの準備

まず最初に、快適なトレッキングシューズを手に入れられるかどうかで、山道での楽しさを左右するでしょう。悪路などに遭遇を考えると、しっかりとしたシューズ（ブーツ）が懸命です。その他、レインウェア・防寒着・トレッキングパンツやタイツ・帽子・手袋など、また行動中の道具としては、カメラや携帯・時計・水筒（ポト）など必要に応じて準備しましょう。



●屏風岩 (南会津郡南会津町)

見頃 10月中旬～11月上旬

伊南川の急流が長い歳月をかけて形成した奇岩、怪岩が天を突くようにそそり立ち、むきだしの白い岩肌にも赤く染まったモミジが映えます。周辺には渓谷美が楽しめる遊歩道も整備。



●翠ヶ丘公園 (須賀川市)

見頃 10月上旬～11月上旬

日本の都市公園100選にも選ばれている公園。東京ドームの7倍もの広さの園内には万葉歌碑が60基点在しています。



●五色沼 (耶麻郡北塩原村絵原)

10月中旬～11月上旬

磐梯山の噴火によって、絵原湖など大小約300の湖沼が裏磐梯にできたと言われるが、その代表的なものが五色沼。片道約3.6kmのトレッキングコースがあり、沼とイタヤカエデ、ハウチワカエデ、ヤマウルシなど満喫できます。

※磐梯熱海温泉「鈴鐘」のアクセスは約50分程度

●鶴ヶ城公園 (会津若松市)

見頃 10月下旬～11月上旬

秋の夜長に、光に照らされた鶴ヶ城公園を散歩するのがおすすめ。会津平野を彼方に囲む山々が紅に染まり、幻想的な姿を見せます。

●南湖公園 (白河市)

見頃 10月下旬～11月中旬

1801年に松平定信によって築造された、1周約2kmの湖周辺に広がる、日本最古ともいわれる公園。カエデなどの木々が色付き、湖面に映り込む様子が美しく、紅葉狩りや散策に訪れた人々の目を楽しませてくれます。

紅葉見頃情報

福島・秋のめぐりまわし



●夏井川渓谷 (いわき市)

見頃 11月上旬～11月中旬

多くの滝や淵が変化に富んだ景観を作り、イロハモミジやカエデなどの紅葉が美しく、渓谷を彩る。特に支流の背戸峡には大勢の人々ににぎわいをみせます。

楽天トラベル「朝ごはんフェスティバル(R)」

(商標登録第5453045号)
<http://travel.rakuten.co.jp/special/asafesta/>
楽天トラベル「朝ごはんフェスティバル(R)2015」ユーザー投票で東北エリア「2位」、福島県では唯一東北大会出場へ!

●天然黒むつの西京焼き

三大伊豆深海底物の最高級黒むつを特製西京味噌にじっくり漬込みました。あぶらがのっけていて朝ごはんをおかわりしたくなる絶品メニューです。お客様の安らぎと幸せを願いながら作らせていただいております。

福島県郡山市磐梯熱海温泉

「離れ」の隠れ宿 オーベルジュ **鈴鐘**

〒963-1309 福島県郡山市熱海町熱海5-38

お問い合わせはお気軽に

024-994-1555

お電話でのご予約受付時間 9:00～21:00



ふるさと旅行券がご利用できます

プラスアルファカード特典

平日・日曜日は宿泊料金から **10%OFF**

お二人様 5,000円割引

平日・日曜日は 25,000円(税別) **-2,250円(税別)**

※年末年始・GW お盆は除きます。



60歳以上 平日限定
最上級の客室を特別価格!
1日1組・お一人様20,000円(税別)
※年末年始・GW・お盆は除きます。

【電車】JR「磐梯熱海駅」タクシーで約5分
【車】磐越道「磐梯熱海IC」より約5分
東北道「郡山IC」より約20分

すずかね 検索

特別インタビュー

終活について

終活は周りに迷惑をかけないように
考えておくべきなんです
悲しむのではなく
受け止めるものと思います

歌手 北原ミレイさん

芸能生活を振り返って…

特別足跡を残す為に歌って来たというより、気にせず歌ってきました。ただ感謝している事は、節目毎で、いろんな恩人の方がいます。私は愛知県豊川というところに生まれて、高校を運動が好きでテニスの特待生で入ったんです。それで学校のある朝礼に、校長先生が当校の大先輩に「大津美子さんが当校の卒業生なんです」と言っているのを聞いて、私も歌手になりたいと思いました。「大津美子さんってここに幸あり」で大ヒットした方なんです。小さい頃から歌手になりたいと思う



北原ミレイ(本名:南玲子)血液型B型、愛知県豊川市生まれ。「ざんげの値打ちもない」と云う衝撃的な曲で生まれ、「石狩晩歌」と云う名曲に育てられました。昭和から平成へと時代を駆けぬけながら様々な歌をうたい、今やっと私に似合う道を私らしい歩幅で歩いています。そして、これからもミレイの歌の道は続きます。皆様の熱いご声援を心の糧として…

「UFO」だけの話って?

私の大親友で普通の主婦なんです。東京のマンションの一階に住んでいる宇宙の話が好きの方がいるんですよ。ある時「大変なのよー」と言ってきたんですよ。聞いて聞いたら、マンションのお庭があるんですよ。UFOが降りて来たって言うんですよ!! 私の息子と観たから本当だ。って真剣な顔して言ってます。その方は嘘をついたり、作り話をする方の人ではないものですか? そんな事ってあるのかな? って思いました。それと親友の家の電気が消えたりしていたりするので「UFO」なんです。私はUFOを観たことありませんが、耳鳴りする時があるんです。関係ありませんが(笑)



終活UFO

終活なんて考えてもみなかつたです! 自分には関係ないと思ってました。でも、その時時が来るのかな? とおもうと嫌だなって思っていました。しかし「UFO」の「終活」について考えさせてください。若い時と今の体は違うなと思います。さかみ典礼さんにお邪魔して、みなさん真剣に考えている姿を拝見したり、祭壇の前で歌っていたんだって考えた時に、悲しむのではなく受け止めるものと親友とも話をするように

今後の抱負と会員様へ

私は歌手の事しかしていませんでしたので、二日でも長く歌えたら良いなと思えます。その為に、体づくりのヨガ、ボイストレーニングをして、少しでも健康でいられるように努力していきます。こつて健康で歌って来れて良かったなという部分で、皆様と一緒に頑張る健康でいてほしいなと思っております。皆さんの拍手や応援が私の励みになりますので、これからも応援よろしくお願ひします。



取材を終えて…

芸能生活今年で四十五年の北原ミレイさん。本当に素敵な笑顔と素晴らしい歌声には圧倒された。終活にはほど遠くは言え、ショーを重なる事で関心を持って頂け光栄に思っております。またお体も元気で、まだまだご活躍が期待出来る北原ミレイさんでした。





ベルヴィ郡山館 本館2Fに
7つ目の会場「イシス」
郡山初テイストのハイセンスな大人の空間

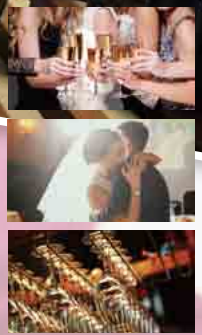
誕生



「イシス」オープンキッチン



「イシス」キッズスペース



7つ目の会場「イシス」誕生

ベルヴィ郡山館(マネージャー)
大竹 圭

ベルヴィ郡山館は、8月28日に生まれ変わりました。30年以上、郡山の地で愛され続けてきたベルヴィ郡山館は、この夏新たなステージへと躍進して参ります。「Happy Magic」想いに魔法を。7つの魔法で思いをカタチに。幸せな人生が今始まるをメインテーマに掲げ、これまで以上にお客様に寄り添った式場へと生まれ変わりました。特に目玉として長年、列席者の語らいの場としてご利用頂いたウエディングスペースが新しいも新たに新パーティ会場「イシス」へ生まれ変わりました。中央には多くのゲストで卓を囲むマガシープテーブルを配置し、アットホームなパーティに。また食欲をかきたてるダイナミックなオープンキッチンでの演出に、大切なシーンを見逃すことなく、子供をあやせるキッズスペースも会場の中心に併設されました。他にも驚きの演出が盛り沢山な新会場「イシス」。ぜひ一度ご来館頂きその魅力を肌で感じてみてはいかがでしょうか。



ベルヴィ郡山館が創り上げる結婚式の特徴は、最初の入り口がとても広いという事。入り口が広いというのは、選択肢がたくさんあるという事です。挙式は、パージンロードが長い豪華な教会、厳かで日本の文化を感じる神殿、お二人らしさを表現する人前式もご要望にお応えいたします。そしてなんとこちらも魅力的なのが、リニューアルオープンの新会場を含めた個性が広がる7つの披露宴会場です。広い選択肢の中で思い描いている結婚式をカタチにすること、私はその第一歩が会場選びではないかと考えます。豊富な選択肢からお二人の理想に一番近い会場を選んで頂き、打合せがスタートします。この打合せが私たち、ウエディングプランナーがお二人の思いをカタチにする為の大事な期間になります。お二人よりもお二人の結婚式を考え、カタチにする、それが私たちの仕事です。披露宴会場が1つ増え、お客様に提案させて頂く新しいものがまたひとつ増えました。常に新しいものを取り入れ、他にない結婚式を創る。こうしてお二人の憧れや要望がカタチとなり満足して頂き、ゲストの方々にも思えばに残る結婚式をお手伝いさせて頂きます。

Belle Vie 郡山館
郡山市山根町8-7 TEL.024-923-1165
ブライダルフェア
※最新情報は、
今すぐQRコードで
アクセス!!



1年半連続
第1位
2015年11月現在

8月28日に生まれ変わる
Happy Magic
Like You Beamed.
想いに魔法を
7つの魔法で、思いをカタチに。
幸せな人生が、今、始まる。



驚きの魔法

新郎新婦へ。プロポーズサプライズや、余興で魔法を。ゲストの皆様へは充実した映像演出、プロジェクションマッピング等の演出で驚きの魔法を。



感動の魔法

道路沿いにも見えるお城のような憧れの大聖堂。披露宴会場は7つの全く異なる会場をご用意。更に郡山エリア1位評価の人気のお料理。味はもちろん、様々な演出で大切なゲストを始め皆様に感動の魔法を。



感謝の魔法

今まで大切に育ててくれた両親やご親族の皆様へ。また今まで支えてくれた友人や周りの大切な方へ。感謝の想いを伝える最高の機会です。心からの感謝のごもったおもてなしで魔法をかけましょう。



笑顔の魔法

スタッフからお二人へ、そして大切な全てのゲストへ向けてベルヴィ郡山館はチーム全員で創り上げる「team for wedding」をモットーとしています。その同じ場所にいる全員が笑顔で、心から楽しんでいただく魔法をかけることが私達の使命です。



輝きの魔法

最高の一日にするために、今まで一番輝いた一日にするために。ベルヴィ郡山館には専用の美容室やヘアメイクも従事。そしてなんととってもドレスの種類も豊富さは、福島県内随一。必ず、運命の一着で出逢い、輝いた最高の一日を創り上げます。



おもてなしの魔法

結婚式専門に作られた施設。大切なゲストに最高のおもてなしをするための準備は常に完璧。館内にはゲスト専用の更衣室、授乳室を揃えており、また全館バリアフリーで車いすでも不自由ない大きな造りになっています。



絆の魔法

ベルヴィ郡山館は、地域の方に愛され30年が経ちました。結婚式だけではなく、七五三、成人式と続いていくお二人の歴史を温ながらサポートさせていただいております。またレストランの記念日ディナー等、結婚式で終わりではない、繋がっていき絆がここにあります。

ベルヴィグループ 検索
来館時ご提示 プライダルフェア 参加の会員様には プラスアルファカード 300ポイントプレゼント!

お一人に寄り添い
夢をカタチにする

ベル・カーサ(プロデューサー) 渡辺 美友
ベル・カーサでは、お一人に寄り添い夢を
カタチにするをモットーにしております。結
婚式を成功させるためには、新郎新婦様の想
いと、たくさんの方の支えが必要です。私達
がお手伝いさせて頂く中でもゲストの方か
らお二人への愛情を感じる場面もたくさん
あります。生に度の輝く舞台である結婚式
に携わることができ、私達はとても素敵な
仕事をさせて頂いてると日々感じております。
結婚式は、十人十色。お一人にしかできない、
オリジナルウエディングをベル・カーサでは
目指しております。

ベル・カーサに「歩足を踏み入れると焼き
たてパンの香ばしい香りが漂うスペインの街
並...。お越し頂くすべての方を非日常空間へ
とご案内いたします。最高のひとときをベ
ル・カーサで:

Belle Vie
GROUP



Palacio de Vinosa
BELLE CASA

バラシオ デ ビアナ
ベル・カーサ

☎024-536-1165
福島市西中央5-49-1



ベル・カーサ 検索

ベルヴィグループ 検索

来館時
ご提示

プライダルフェア
参加の会員様には

プラス
アルファ
カード

300ポイント
プレゼント!

前撮り成人式

衣裳から着付、写真撮影まで
トータルサポート!
お近くの式場へお問い合わせください



ゲストハウス ならではの貸切感

白河市内で唯一の300名キャ
パシティのゲストハウス。小高い
丘の上にたたずむベルヴィ白河は、1つの
チャペルと1つのバンケットで1日2組様
限定の結婚式をお手伝いしております。
チャペル、バンケット、ロビー、そのすべて
がその瞬間、お2人だけのウエディングス
テージです。大切なゲストの皆様と、お2
人だけの貴重なお時間をぜひ、森の邸宅
で過ごして頂きたいと思っております。

四季折々で変わる壮大な景観



敷地全体が桜をはじめ
め、たくさんのお木々に
よって彩られているベ
ルヴィ白河
は、ロケー
ションも抜群。丘の上という立
地も、市内でありながら他の建
物に損なわれることのない景観
を創り出しているポイントです。
その中でも春の桜と夏の緑は必
見。結婚式の前撮りでも毎年大
気な天然のフォトスポットです。せ
くすの回りに体感ください。



House of Bellevie
SHIRAKAWA

ハウス オブ ベルヴィ白河

☎0248-22-1165
白河市東小丸山24

ハウスオブベルヴィ白河 検索

「1階」「アンブル」は充実、
お洒落の両方が叶うW会場


1階の会場「アンブル」はムービングプロ
ジェクターを設置。ふたりの顔を映し出せば
遠くの席のゲストにもよく見え、広い空間で
も一体感を感じられる。館内のゲストが寛ぐ
スペースにはゆったり過ごせるように全てに
ソファを用意。おもてなしを重視したい花嫁
も納得の施設が魅力。

「2階」「スペース」は
キラキラと輝く夢の世界

2階の会場「スペース」は煌め
く鏡の世界。光を放つミラーオプ
ジエやオリジナルデザインの椅子や
小物など、こだわりのアイテムが満
載!花嫁が一番キレイに見えるようにフ
イティングにも工夫を凝らしている。会場
中が輝きで包まれているのでゲストの表情
も明るく自然とみんな笑顔に。

ラスリースガーデン
ベル・ルクス

☎0242-23-1165
会津若松市平安町2-88



ベル・ルクス 検索



ベルヴィグループ 検索

来館時
ご提示

プライダルフェア
参加の会員様には

プラス
アルファ
カード

300ポイント
プレゼント!



THE PERFECT WEDDING
BELLE QUEENS
SUKAGAWA

パーフェクトウエディング
ベル・クイーンズ須賀川

☎0248-76-8765
須賀川市岩作40-1

ベル・クイーンズ須賀川 検索



- 材料**
- 茄子4本
 - 万能ねぎ
 - 南瓜1/4
 - 生姜
 - きのこ各種
 - 万能返し
 - だし



秋茄子と南瓜の 旬あんかけ

作り方

- 茄子は乱切りに、南瓜は食べやすい大きさにカットします。
- きのかも食べやすい大きさにカットします。
- 万能ねぎは小口切りに、生姜はすりおろします。
- 南瓜は電子レンジで火を通します。

ポイント

南瓜は包丁で切る前に、ピーラーで使う分だけ皮を剥くと、簡単に皮剥きが出来ます。

- 油を火に掛け、茄子・南瓜を素揚げします。
- “あん”の作り方

だし6に対して、万能かえし1、だし480cc・万能かえし80ccを鍋に入れます。沸騰した所に、カットしたきのこを入れ、水溶き片栗粉で止めます。

ポイント

きのこは煮過ぎると食感が悪くなるので、入れたらすく水溶き片栗粉で止めると良いです。

- “あん”は、硬く止めると伸びづらく、具と一緒に食べられます。素揚げした材料を器に盛付、きのこあんを掛け、生姜・万能ねぎを盛付れば完成です。

揚出し豆腐・魚・肉の“あん” としても良いです。

- 味付け煮玉子

ゆで卵を作り、殻をむき袋に玉子と返し1とだし3を入れ、空気を抜き1日置くと完成です。



味付け煮玉子



天丼たれ

返しの活用術

- 冷やし蕎麦……………返し1・だし汁6
 - 温蕎麦……………返し1・だし汁10
 - 天丼たれ……………返し1・だし汁3
- 醤油・みりん・甘味の入ってる濃い醤油なので、何対何で使用出来る便利な調味料です。煮魚の隠し醤油など、料理全般の隠し味に入れると便利に美味しく出来ます。



秋那須と南瓜の俊あんかけ



万能返し(自家製めんつゆ)

作り方

濃口醤油・みりん・ざらめ糖を鍋へ入れ、沸騰直前まで火に掛けます。

(ざらめ糖が溶けるまでは混ぜ、沸騰すると吹きこぼれるので注意して見てください。) 味の素はお好みですが、入れる時は火消して5分以上置いてから入れます。冷めたらボトル容器に入れ保存します。常温での保存も大丈夫ですが、高温の場所は避け、なるべく冷蔵保存してください。

成庵 秋の 簡単レシピ

万能返し (自家製めんつゆ)

【返こは】煮かえしの略語で、お蕎麦屋さんとかで作るそば汁の素。本来、寝かせて醤油の雑味を取り使用します。だし汁と割って、つけ麺が多いですが、添加物など多く入っており、甘過ぎたりするのが多いです。ぜひこの機会に、自家製めんつゆを作ってみてください。成庵料理長 深谷 英俊

材料

- みりん ……180cc
- 濃口醤油 ……200g
- ざらめ糖 ……200g
- ……900cc
- 味の素 ……少々

鶏きのご蕎麦



- きのこ各種
- 鶏もも肉…1枚
- ねぎ…2本
- だし汁
- 万能かえし

材料(4人前)

- 蕎麦(乾麺又生麺) ……400g

作り方

- 鶏もも肉を皮と身に分け、身を小口切りします。
- きのは食べやすい大きさにカットします。
- ねぎは、立てに包丁を入れ、芯を外し外側は小口に切りザル洗いをし、水をきります。芯は1cm位にカットします。
- そばつゆ・だし汁10に対して、万能かえし1(だし汁1500cc・万能かえし150cc)だし汁と万能かえしを鍋に入れ、鶏皮と一緒に入れ沸騰したら取ります。
- ①小口に切った鶏肉に片栗粉をまぶします。そばつゆを200cc鍋に沸かし、鶏肉を火が通るまで煮込みます。

- ②そばだしに、カットしたきのこ類・ねぎの芯を入れ、煮込みます。(煮すぎると食感がなくなるので、沸騰したら止めます)
- 蕎麦を茹で、②そばだしを入れ、①の鶏肉のみ入れ、ねぎを盛付れば完成です。



鶏きのご蕎麦

緑あふれる庭園の中で
本格和会席料理を。

プラスアルファカード特典

- [ランチタイム]
ソフトドリンクサービス
- [ディナータイム]
1ドリンクサービス

入店時
ご提示



成庵

ご法事・お祝い事 承ります

成庵

〒963-8874 福島県郡山市深沢二丁目1-7
TEL.024(932)0753
http://www.seian-co.jp/

営業時間

ランチ/午前11時30分～午後3時
ディナー/午後5時30分～午後10時
日・祝日/午前11時30分～午後9時
休業日/水曜日

マンガでわかる 葬祭話 vo.5 エンバーミングって?

さらに、日本の28%はさがみなんじや〜

え〜と！

エンバーミングとは！

故人の元氣だったお姿に近づける科学的な技術

このように、お別れのためにご遺体に防腐・殺菌処置を施し生前の姿に近づけること

さがみ典礼は日本で初めてエンバーミングを導入したそうだ〜！

エンバーミンク？

状態変化の心配が軽減され、故人の遺志や残された人の想いを十分に葬儀に反映可能。大切な最期をゆ〜つと過ごすことが可能。

「エンバーミンクにより「お葬式のスタイル」が広がります!!」

ドライアイスが不要。触れた時の冷やかさ・違和感から解消され、らしいお姿で〜

え〜あなた！凄〜！「さがみ典礼さん？普通に当たり前だと思っただけ、これって必要ね！」

はい！さがみ典礼です。

だから、亡くなったらエンバーミングを求める遺族が多いのだ！

その一言で、お酒も無くなったらおかわり！

ねえ〜ねえ〜さがみ典礼さんお勉強も教えて(笑)

飲み過ぎよ〜

やさらかで清潔なゆとりのあるお別れをご提供!!

白菜

選び方 ずっしりと重く、葉先が巻いてあるものを選びましょう。カットは中が黄色で葉の密度が濃いものを選びましょう。

保存方法 カットは冷蔵庫の野菜室。丸ごとは新聞紙に包んで立てて置くといいでしょ。冷凍は、ざくきりにし、塩もみするか、固めの塩茹でに。

ニンジン

選び方 しんの直径が小さくて、全体の赤みが強くて鮮やかなものが新鮮。表面が滑らかなものを選び、しんの直径が大きく、そのまわりが黒ずんでいるのは育ちが悪く、甘くないので避けたほうが無難。

保存方法 皮をむいていない状態は、冷蔵庫に入れず風通しのいい冷暗所で保存。使用の場合は、水分をふいて、切り口に水で濡らしたペーパータオルをあて、乾燥しないようにするといいでしょ。

タマネギ

選び方 茶色のたまねぎは、皮がよく乾いていて、中身がしっかりしまっているものが良品です。芽が出掛かっているようなもの、触ってみてフカフカしているようなものは避けた方が無難です。

保存方法 皮がついたままの状態、風通しのいい冷暗所で常温で保存ができます。日光が当たる場所では芽が出てしまうので注意。使いかけは、切り口にしっかりラップをかけて冷蔵庫に入れましょう。

長ネギ

選び方 白い部分が固くしまり、緑色の葉がしゃっきりしてるものを選びましょう。

保存方法 冷蔵庫の野菜室。泥付きは新聞紙に包んで、日陰に立てて置きましょう。

かぼちゃ

選び方 皮の色が濃い緑色で、表面をたたくとコトコツ音がするほど硬く、持ったときにずっしりと重いものを選びましょう。カットしてるものは、中の黄色がきれいで厚みがあり、種がざっしり詰まっているのを選びましょう。

保存方法 丸ごとの場合は風通しのよく日が当たらない涼しい所に。カットした物は種とわたをスプーンなどで取り除いてからラップで包み、冷蔵庫の野菜室で保存しましょう。

「暮らしたの知恵袋」

「選び方と保存方法」

「知っている、とっても便利だね」

仏壇・仏具・墓石から霊園選びまでお任せください

仏壇・仏具の 興運堂

プラスアルファカード特典
通常価格の **20%OFF**

◆興運堂 郡山本店
郡山市菜根4-2-18
TEL.024-923-1194

◆興運堂 会津店
会津若松市山見町24-13
TEL.0242-25-1194

◆興運堂 福島店
福島市宮町5-10
TEL.024-521-1771

◆興運堂 白河店
白河市和尚壇2-2
TEL.0248-21-1194

内覧会のお問い合わせは
☎024-923-7279

来館時
ご提示
内覧会に
ご参加頂いた
会員様には
プラスアルファカード
300ポイント
プレゼント!

さがみ典礼

すべて展示されていますので、
お葬儀の全てをお分かり
いただけます!!

内覧会

10月	11月	12月
17日(土)・18日(日) 開成斎場	オープン内覧会13日(金)~16日(月) さがみ湖南斎場	13日(日)・14日(月) さがみ菜根斎場
17日(土)・18日(日) さがみ鏡石斎場	21日(土)・22日(日) 須賀川斎場	12日(土)・13日(日)・14日(月) さがみ白河昭和町斎場
23日(金)・24日(土)・25日(日) さがみ門田斎場	20日(金)・21日(土)・22日(日) さがみ葬斎会館 会津若松	11日(金)・12日(土) 会津斎場
17日(土)・18日(日) さがみ福島南斎場	21日(土)・22日(日) さがみ福島ホール	19日(土)・20日(日) さがみ福島北斎場
18日(日)・19日(月) さがみ典礼 小名浜斎場	15日(日)・16日(月) さがみ葬斎会館 いわき	13日(日)・14日(月)・15日(火) さがみ勿来斎場

内覧会の流れ

①受付 まずは受付にいらしてください。
※プラスアルファカードをご提示ください。

②見学および展示 担当が説明をしながら会館内をご案内します。また、実際にお葬式等でお出しする料理などの展示もしております。

③相談 ご葬儀について知りたい事や不安事など何でもご相談ください。

加入されている互助会利用時の料金をお知らせする事もできます!

会館内をくまなくご覧頂けます! 気になる所は聞いてください!

互助会の葬儀提供商品が全てご覧頂けます!

思い伝わる温かい瞬間 親・友・葬=家族葬

生前相談
安心の
無料

新しい葬儀のかたち

家族葬 一般葬・社葬 公営斎場 大切な別れの時間を身内や親友だけで...
さがみ典礼は さがみ典礼の 安心価格 **240,000円~** (税別)
お電話1本でご葬儀のあらゆる事全てお任せいただけます。

随時受付中!!
生前相談 何でも相談会 終活セミナー
エンバーミング(ご遺体衛生保全)

ご存知
ですか?
公的機関から
葬儀費用の
補助金が出ます
国民健康保険加入の方
健康保険加入の方(上席)
葬後 **5万円** 給付

※給付金額は、市や組合によって異なる場合があります。



なをしを心がけておりま
す。ご家族や親族、ご会
葬を頂く方々の想いを
形に、世界にたったひと
りのセレモニーを
作り上げます。

今年11月、湖南地区に
待望の会館オープン!
葬祭プランナー 齋藤 可奈子
さがみ湖南斎場は収容人数最大
150人の式場がご利用頂きます。格式の
ある漆りの祭壇を常設させていただき荘
厳に厳肅な儀式を執り行う事が出来る
式場となります。さまざまなお宗旨に対
応しており、仏式、神葬祭、キリスト教な
どまた、無宗教葬なども執り行えます。
ご親族様専用部屋はご家族様のお気持
ちを考え、極力ご負担をかける事のない
よう、安置室、仮眠室、ユニットバスなど
も完備しており安心して儀式に臨んで
頂けます。また、会食会場は最大100
名のお席をご用意出来、通夜振る舞いや
精進上にご利用頂けるのももちろんのこと
と回忌法要などにもご利用頂けます。
駐車場も約80台駐車スペースを完備して
おります。地域の方々に日頃から親しん
で頂けるよう多目的にご利用頂けるお部
屋もございます。さがみ湖南斎場ではス
タッフ一人ひとりが身近な
方の立場に立ったおもて
なしを心がけておりま
す。ご家族や親族、ご会
葬を頂く方々の想いを
形に、世界にたったひと
りのセレモニーを
作り上げます。

2015年11月オープン!!

2015
NEW
OPEN

さがみ典礼 さがみ湖南斎場

アルファクラブグループ
郡山市湖南町舟津字
太田道上3097-1



郡山市の火葬所に近い
葬祭場が今年12月オープン!
葬祭プランナー
鈴木柚佳里
さがみ金屋斎
場はお客様のこ
要望に合わせら
れる式場です。大
ホールは250~
300名、中ホール
は100~150名、小ホールは80名
様収容出来ます。
社葬・団体葬から少人数のお葬儀ま
で幅広くご利用頂けます。駐車場も
100台完備しております。ご家族様用
の宿泊施設も完備しており、事情でこ
家庭にお戻りできない方も直接会館に
安心して入り頂けます。ご会食会場
も併設しており、故人のお好きだったお
料理やお客様のご希望の和洋全中での
お料理をご提供させて頂いております。
ですので、お葬儀だけではなく、ご法要や
新盆の会食などにもご利用頂けます。
さがみ金屋斎場では身近な方の目線
に合わせた想い伝わる心の葬儀をお約
束いたします。一番大切なのはしのぶ想
いの伝え方です。親友葬・親族、ご友人
の想い、そんな想いの伝えられる温かい
瞬間のために私たちは全力で皆様のお
手伝いをさせていただきます。

2015
NEW
OPEN

さがみ典礼 さがみ金屋斎場

アルファクラブグループ 建設予定地: T963-0725 郡山市田村町金屋字漆保3-1
お問い合わせ: アルファクラブ(株)葬祭本部内 開設準備室
TEL.024-923-4999



2015年12月 オープン!!



アルファクラブグループ さがみ典礼

ここちの会

岩手・山形・福島・茨城
同時開催

アルファクラブグループの 心穏やかに故人様を偲ぶ 追悼式典「ここちの会」

アルファクラブグループ
第一回 追悼式典
ここちの会
交付

アルファクラブグループ(岩手・山形・福島・茨城エリア)では、今年6月28日に、各地区二斉追悼式典「ここちの会」を開催いたしました。

「亡くなられた方々のご冥福を改めてお祈りするとともに、心穏やかに故人様を偲ぶ心地の良い時間を過ごしていただきたい」と、残された遺族の悲しみを二日でも早くくぬぐい去り、穏やかな気持ちになつて欲しいとの願いを込めた式典が、「ここちの会」です。

故人様との思い出を語る映像や故人様へのメッセージを添えた心のこもった折り鶴と献花、そして心穏やかになる歌声とオーケストラによる音楽で、少しでも故人様のご家族や参加者様の手助けになつたのでは?と存じます。さらに、式典後の軽食・デザートとともに、ご家族や参加者様

が、亡くなられた方に想いを
はせる大切なひとときをゆつたり過ごしていただきました。
これからも、故人様への想いを大切にし、少しでもお役立ていただけるよう努力を重ね、「ここちの会」をより有意義な会へ育てていきたいと思います。



願いを込めたメッセージの
折り鶴と献花でお祈り



持てば **お得** な プラスアルファカード!

お得1

カードの提示で
提携加盟店にて
お得なサービスが
受けられる!



提携加盟店にて
割引やお得な
特別サービスが
受けられます。

提携加盟店ガイドで
好きなお店を
今すぐチェック!

※サービスの一例です。詳しくは加盟店ガイドをご覧ください。
※加盟店ご利用でのポイント付与・ポイント使用はできません。

お得3

役立つ情報満載の
フリーマガジンが
年4回届きます!

お得でためになる
情報が満載
の、プラスアルファ
カード会員様限定のフ
リーマガジン「プラー
ル」が、年4回届きます。
地域のイベント情報や、
健康に関すること、冠婚
葬祭に関する情報など盛
り沢山です。



お得4

アルファクラブ
主催のイベントを
優先的にご案内!!

アルファクラブにて主催
するイベント情報をDM
などで優先的にご案内
いたします。

イベントによって
有料の場合も
ございます。



お得2

2,000ポイント以上
貯まると選べるカタログ
ギフトプレゼント!

プラスアルファカードは、アルファクラブの
サービスのご利用やイベントにご参加いた
だく毎にポイントが付与されます。ポイントが
2,000ポイント以上になると、豪華カタログ
ギフトの商品と交換することができます。

交換方法はポイント交換ガイドをご覧ください。

例えば、こんなことでポイントが付与されます。

当社施設で旅行後 婚礼のご紹介で 10,000 ポイント プレゼント!	新規入会の方を ご紹介で 3,000 ポイント プレゼント!	供物などの お支払時に 300 ポイント プレゼント!	互助会に 新規ご加入で 500 ポイント プレゼント!	当社施設の 法事利用で 3,000 ポイント プレゼント!
興運堂にて 墓石をご購入で 3,000 ポイント プレゼント!	興運堂にて 仏壇をご購入で 2,000 ポイント プレゼント!	興運堂にて 位牌をご購入で 500 ポイント プレゼント!	婚礼・葬祭旅行に 互助会へ再入会 2,000 ポイント プレゼント!	婚礼・葬祭旅行に 互助会へ再入会 500 ポイント プレゼント!

**プラスアルファカード
提携加盟店大募集中!!**

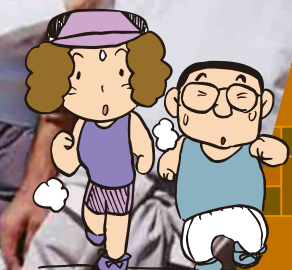
プラスアルファカード提携店一覧は、
ガイドブックまたは専用サイトにて!!
こちらからアクセス!!

<http://www.plusalphacard.jp/member/list>

プラスアルファカードのお問い合わせは ☎024-923-7279

Seasonal turn
季節の変わり目
秋の本調不良に注意!

健康



- 「夏冷え」による
疲れが残っている
 - 急激な気温の変化
空気の乾燥
 - 日照時間の減少
- 気温が下がって爽やかな行楽の季節である秋。「夏場よりも過ごしやすいはずなのに、なぜか体調を崩しやすい」と感じる方はおられますか?
- 体を温める
暖かい飲み物やみそ汁、スープなどを飲む。お風呂は湯にゆつゆと入り、生姜などで体を温める香辛料を使用など。
- 水分を積極的に摂る
秋は夏にくらべると喉の渇きを感じにくくなります。水分補給には、常温のミネラルウォーターや白湯(水を沸騰させて冷ましたもの)がおすすです。
- 太陽の光を浴びて、運動をする
早朝の太陽を浴びることで、自律神経の働きを高め、気分の落ち込みも解消するようになります。
- 早寝早起きをする
早寝早起きをすることで自律神経のバランスを整え、免疫力を高めます。
- 食事に気をつける
サナマからは良質なタンパク質が摂取でき、青魚の脂には血液をサラサラにしてくれる「EPA」や、悪玉「LDL」コレステロールを減らしてくれる「DHA」が豊富。サマインは熱に強いビタミンCや食物繊維が含まれ、肌荒れや便秘の解消に効果的です。

やさしくなめらかな本物の泉質。
街の中で、喧騒を忘れて
大浴場とサウナの
温泉三昧のひととき...

館内にはお食事処や
健康コーナーもございます。
常に気持ちよく過ごせるよう、
早朝から夜遅くまで
皆様のお越しをお待ちしています。

並木温泉

〒963-8026 福島県郡山市並木3-5-14
TEL.024(991)1126

プラスアルファカード特典
入湯料金の
10%OFF

季節感あふれる
日本料理でおもてなし

プラスアルファカード特典
人数分
ワンドリンク
サービス

お問合せは
日本庭園・離れ個室・日本料理

花水木
庭園と季節の料理

〒337-0005 埼玉県さいたま市見沼区小深作758
☎048-682-5311 FAX.048-682-5312
営業時間 昼11:30~14:00(ラストオーダー) 夜17:00~21:30(ラストオーダー)

美人の湯で知られる
名湯「乃木温泉」の湯元で
ゆったり、のんびりー

プラスアルファカード特典
宿泊料より
10%OFF

お問合せは
乃木温泉ホテル

栃木県那須塩原市永田1-993-11 ☎0287-37-4126

アルファクラブカードとオムニバスふくしまが提携しました!

「オムニバスふくしま」は、アーティスト・タレント・スポーツ団体などと、そのファンやサポーターが集う新しいスタイルのポータルサイトです。

アルファクラブカードにオムニバスシールを貼付して、掲載店で提示すると、オムニバス会員特典が受けられます。

オムニバスふくしまのサービス(会員特典)を受けるにはお持ちのアルファクラブカードにオムニバスシールを貼付願います。オムニバスシールはお近くのアルファクラブの施設で無料配布しています。受付にて気軽にお声掛けください。

オムニバスふくしまの掲載店
並びにオムニバス会員特典の
詳細はオムニバスふくしまに
アクセスしてご確認ください。

オムニバスふくしまは、ふくしまの生活情報が盛りだくさん!!

グルメ ショッピング ビューティー フライダル

- 住まい ●動画コンテンツ
- 車 ●イベント
- ペット ●企業求人 etc
- 医療・介護 ●葬祭

今すぐ www.omb.jp へアクセス! オムニバスふくしま 検索

10・11・12月の12星座占い

おひつじ座 自分を律していくことに喜びを感じられるようになりますから、食生活の改善やウエイコントロール、睡眠の質を向上させるなど、気になっていたりしたことに取り組むチャンス。

おうし座 さまざまな誘いや行事があって、外に出ることが多くなるでしょう。それだけ刺激を受ける機会が増え、あなた自身、クリエイティブなパワーを放出させたいという願いが強くなってきそうです。

ふたご座 自分にとって本当に必要なものは何か浮かび上がり、自分らしくいられる環境についても改めて考えるようになるでしょう。この時期に見直し、築き直した土台が、2016年のあなたを支えます。

かに座 目に見えるものではなく、今度は知性に投資したくなるはず。自分に限界を設けず、どんどん追求していき。ネット情報に限界を感じたら、情報交換の場への参加や、第一人者の話を聴きに行くことをおすすめします。

しし座 自分を見つめ直した結果、異動願や辞表を書くことになったとしても、あなたの願いが「より良く生きたい」というものである限り、道は開けていきます。じっくりと自分のスタイルを築き上げていきましょう。

おとめ座 思いつくま行動に移しても、周囲から応援してもらえます。ですから、誰かに反対されるのではないかと思います。自分を抑えるのはやめましょう。もともと自分に厳しいあなたですから、その点が心配です。

てんびん座 思いもよらないことが起こりやすい下半期です。良いことも多いのですが、そうではないこともあり、気分が上がったり下がったり...また、人は簡単に話せない事柄を抱えることになるかもしれません。

さそり座 環境がガラリと変わるわけではありませんが、精神的には、これからぐんとラクになるでしょう。なぜなら、頼りにできる人が登場しそうですからです。文字通り「目からウロコが落ちる」という経験も待っています。

いて座 仕事や社会的活動のレベルアップを目指してください。プライベートの充実だけを考えると、運気を生かす、もったいないこととなります。「私の力はこれまで」と限界を定めてしまわないでください。

やぎ座 拡大の運気がやってきます。あらゆる面がスケールアップの方向に動きますから、細かなことに気を取られていると間に合いません。方向性を定めたら、あとは伸び伸びと進めていきましょう。

みずがめ座 広がった人間関係は落ち着きを見せ始めます。次第に疎遠になる人もいて、寂しいこともあるでしょう。誰かひとり、より親密な交流が生まれます。「深く広くのおつき合いから、狭く深くへの転換」ということです。

うお座 心躍るハブニングが待っているでしょう。特に、周囲の人たちとの関係が良好で、良い影響を受けたり、くつろぎの時間を持ってたりします。それは、あなた自身の変化によるものです。

ご家庭や職場のパソコン・モバイル端末など

インターネットから弔文供花がお申込できます

弔文送信サービス

- 台紙に印字され、ご遺族に届けられます。
- 海外からも、葬儀直前(1時間前)でもご利用できます。
- 最大210文字まで、じっくり自分の言葉でメッセージを作成して頂く事ができます。※定型文もご用意しております。
- ご利用価格は1通 **500円**(消費税別)。
- クレジットカードまたはコンビニでお支払い頂けます。

供花発注サービス

- 弔文と一緒にご利用もできます。
- **25,000円、20,000円、15,000円**の供花がごございます(全て消費税別)。
- 受付終了時間は通夜の日の昼12時です。
- 供花の種類は発注ページでご確認頂けます。
- お支払いはクレジットカードで、領収書の発行もできます。

当サービスはどなた様でもご利用頂けます。
弔電を頻繁にご利用になる企業・団体の皆様は「弔文会員」になられると「まとめてお支払い」ができるなど、さらに使いやすさをプラスしたサービスをご用意しております。

アルファクラブグループ
さがみ典礼

- ご発注時は事前に通夜・告別式の場所・日時をご確認ください。
- このサービスは一般社団法人全日本冠婚葬祭互助支援協会(全冠協)に属し、「きよらサイト」に加盟している葬斎場へお送りする事ができます。

お申込はこちらから <http://www.sagamitenrei.com> 検索

「近くの葬斎場を探す」から斎場をご確認ください

キリトリ線

お名前	血液型
ご住所	
生年月日 年 月 日	緊急連絡先 ☎ ()

アルファクラブ(株)さがみ典礼
☎0120(33)4999
アルファクラブ東北(株)葬祭部
☎0120(72)1477

キリトリ線

クイズで素敵な賞品を当てよう!

【読者プレゼント】前回のクイズと正解は、●Q1・結婚式の引き出物に猿の絵柄がついたものを選んだ(×) ●Q2・お盆飾りのほおずきは、ご先祖様の為の灯火を表している(○) ●Q3・還暦祝いに贈る赤いちゃんちゃんこには、魔よけの意味がある(○)になります。尚、当選者はアルファクラブグループのホームページに掲載します。

別紙同封専用ハガキで

点線に沿って切り取ってください。免許証・カード等と一緒に保管し、ご利用下さい。

左記の「あんしん便利カード」を、万一の場合のために、お名前・住所・電話番号・血液型など記載し、常時携帯されると便利です。