

PLUAL

Vol. **20** 福島版

2019 夏号

アルファクラブグループ
会員様限定フリーマガジン
プラール

会員様向け アルファクラブグループ
日帰りバスツアー

【特集】クロスフィットレーナー・Reebok Brand アンバサダー

AYA Exercise

Aya Body 体を鍛えるファンクショナルトレーニング

子どもが結婚を決めたけれど、式はしないかも...という方へ
結婚式のこと、子どもと話してみませんか?

さがみ典礼「盆」を迎えるにあたり
お盆の特別なおもてなし料理
特に「新盆」の場合準備が必要です

【表紙写真】福島：達沢不動滝
福島県耶麻郡猪苗代町大字釜釜字達沢に
ある滝。いなわしろ新八景の第二番、ぶく
しまの水三十選の一つ。

アルファクラブ株式会社
アルファクラブ東北株式会社

お客様相談窓口：TEL.024-923-7279
お客様相談窓口：TEL.024-932-0432

【受付時間】月～土曜9:00～17:00 ※日曜・祝日は対応していません

PLUAL Vol. 20 2019 SUMMER プラール 福島版

編集・発行 / プラスアルファカード事務局

〒963-8861 福島県郡山市鶴見坦2-4-5

☎024-923-1055

令和元年7月1日発行(年4回)

お得が満載
プラスアルファカード!!



PLUS ALPHA CARD
アルファクラブグループの互助会入会で
「プラスアルファカード」のご利用が可能!!

プラスアルファカードのお問い合わせは
☎024-923-7279

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!!

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



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ます!

提携加盟店ガイドでお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2 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3 アルファクラブ主催のイベントを優先的にご案内!!

お得4 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!

1 ポイントがたまりましたら、ご希望カタログのポイントを「**別冊ポイントカタログ**」専用お申込み紙が年1回郵送いたしますので記入し、お近くのポストに投函してください。

2 ご自宅に注文されたカタログが届きます。

3 カatalogの中から好きな商品をお選びいただき、同封のお申込みハガキに記入していただき、必ず「購入後のハガキをポストにご投函ください」。

4 ハガキ到着後2週間ほどご注文いただいた商品をお届けします。

ポイント照会のご案内

ポイントの照会は、「**ホームページ**」及び、お客様相談窓口にて!!
プラスアルファカード **検索** <https://www.plusalphacard.jp>
提携加盟店GUIDEBOOK→<https://www.plusalphacard.jp/member>

【ご注意】プラスアルファカードの累積ポイントは、付与月より2年間の有効となります。2年が過ぎますと対象ポイントは失効となりますのでご注意ください。ご不明点がございましたら、お問い合わせください。

●お客様相談窓口/アルファクラブ株式会社 TEL.024-923-7279
●受付時間/月曜～土曜 9:00～17:00(日曜・祝日を除く)



プラスアルファカード
提携加盟店大募集中!!
※同封のワンコインクーポンも同時大募集中!!

新規互助会会員 **2019年9月30日まで**
ご紹介キャンペーン



お友だちを紹介して
QUOカードをもらおう!

応募上のご注意

※福島県内在住の方に限ります。
※同居のご家族様は対象外です。
※新規入会に限らせていただきます。
※紹介いただくお友達の方の世帯にて、当社の互助会の加入がある場合は対象外です。
※紹介ポイントの3000Pとの併用は出来ませんので、予めご了承ください。

ご契約成立で

会員様に
QUOカード
5,000円分

新規加入者様に
QUOカード
2,000円分

3 ↑谷折り(矢印の方向へ折り曲げてください)↑

切り離さずに3辺の「のりしろ」にのりをつけ、ご記入いただいた内容が隠れるように谷折りで貼り合わせてください。

フリガナ 会員様 ご氏名	
〒	□□□□-□□□□
ご住所	
電話番号	()

STEP1 会員様のお名前・ご住所・連絡先をご記入いただき、のりですめてポストへ!

STEP2 専門スタッフから、はがきを送っていただいた会員様へお電話いたします。

STEP3 会員様とお友だちに専門スタッフから詳細をご説明いたします。

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
☎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
☎0120(72)1477

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てご利用下さい。



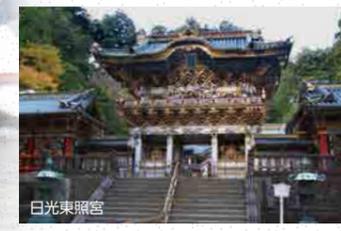
INDEX

- 2~3 アルファクラブグループ
日帰りバスツアー
- 4~5 クロスフィットトレーナー・Reebok Brand アンバサダー
「AYA Exercise」
Aya Body 体を鍛えるファンクショナルトレーニング
- 6~7 健康コラム「知っている安心」
～小児の食物アレルギーについて～
星総合病院 / 2019星座占い
- 8~9 子どもが結婚を決めたけれど、式はしないかも...という方へ
結婚のこと、子どもと話して見ませんか?
ベルヴィグループ
- 10~11 結婚式の費用をお手伝い
ブライダルフェア / ピアホール / 七五三のご案内
- 12~13 ベルヴィグループ総料理長が紹介
夏の簡単レシピ
暑い日にぴったりのメニューですね!
成人式振袖展示会 / オーベルジュ鈴鐘 / なごみ一席 成庵
- 14~15 さがみ典礼
「盆」を迎えるにあたり ～お盆の特別なおもてなし料理～
新盆 / 法事法要 / さがみ典礼から生まれる物語
- 16~17 さがみ典礼
内覧会のごあんない
マンガでわかる葬儀 / こちの会 / 19のしたく / エンバーミング / 並木温泉 ゆの郷
- 18~19 アルファクラブグループ
アルファクラブの川柳大賞・提携店のご紹介
アルファクラブの集い / 新規提携店のごあんない / 海洋葬(散骨)
- 20 ご紹介キャンペーンのごあんない

打ち水
(ウチミズ)

夏場の暑さを和らげる対策として、よく知られている「打ち水」。自宅の前の道や庭に水をまくことで、清涼効果を期待して行うもので、土ぼこりやほこりを抑える効果もあります。また、水をまくことで地熱を下げる効果がありますので、涼気を取るために冷房設備などが整っていない時代には、積極的に打ち水を行っていたようです。一方で、その場を清めるという神道的な意味合いもあり、玄関先や人が出入りする場所への打ち水は、「来客への気遣い」のひとつでもあったようです。

日光東照宮
日本を代表する世界遺産「日光の社寺」。その中でもっとも有名な「日光東照宮」は徳川家康がまつられた神社で、現在の社殿群はそのほとんどが寛永13年3代将軍家光による「寛永の大造替」で建て替えられたものです。境内には国宝8棟、重要文化財34棟を含む55棟の建造物が並び、その豪華絢爛な美しさは圧巻です。



ご旅行行程

出発時間の目安 福島7:30 / 郡山7:50 / 須賀川8:15 / 白河8:30 / いわき7:20 / 会津若松7:30
 福島県内各地=最寄IC=<高速道路>=日光IC=日光・田母沢御用邸記念公園(見学)・日光東照宮
 7:20~8:30 10:00
 自由参拝(拝観料は各自払い)・磐梯日光店(昼食)=今市:日光水車蔵(たまり漬けのお買い物)=
 13:00 13:20 13:50
 西那須野:千本松牧場・チーズガーデン塩原店=西那須野IC=<高速道路>=最寄IC=福島県内各地
 14:40 16:10 16:45~18:00
 到着時間の目安 福島18:00 / 郡山17:30 / 須賀川17:00 / 白河16:45 / いわき18:00 / 会津若松18:00



千本松牧場
那須野が原開拓の一環として1902年、松方正義が那須開墾社から土地を譲り受けて開場。那須地方において、大型機械を投入する欧米式の農場経営の先駆的存在。名前の由来は、当時周囲に多数自生していたアカマツ林から採られました。



日光田母沢御用邸記念公園
栃木県立の都市公園 歴史公園。元は皇太子時代の 大正天皇の静養地として 造営された旧御用邸の建物と庭園を公園として整備。一般公開しています。明治期以降に数多く造られた御用邸建築のうち、全体がほぼ完存する唯一の例として貴重であり、建造物群は国の重要文化財に指定されています。

会員様向け
祝！令和日光御用邸と
那須開拓の歴史を訪ねて
厳選すてきな大人旅
秋の日帰りバスツアー

ご旅行代金 **5,900円** (税込)
 会員様以外のお客様もお申込みいただけます
 ■申込み開始日:8月5日
 ■旅行日:令和元年 9月中旬~10月中旬(平日)
 ※詳しくは、お問い合わせください。
 [食事条件] 食事あり
 [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 TEL024-923-1250
 [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
 ■県南支社 / 〒962-0033 須賀川市若作40-1 TEL.0248-94-7120
 ■白河支社 / 〒961-0985 白河市和尚塚2-2 TEL.0248-21-1178
 ■いわき支社 / 〒970-8026 いわき市平字中町15-3 TEL.0246-24-0321

2019 7.1(月) START!
 フラズアルファアプリ 誕生記念!
1700 ポイント プレゼント!
 キャンペーン期間 2019年7月1日(月)~2019年9月30日(月)
 1 提携店検索
 提携店で割引などのサービスを受けられます
 2 ポイントを貯める
 イベントに参加してポイントをゲット!
 3 ポイントを使う
 たまったポイントは素敵な景品と交換♪
 詳しくは同封のアプリチラシを必ずご確認ください

●二の腕のワークアウト

Superman Push Up

スーパーマン・プッシュ・アップ
タプタプの二の腕をしっかり引き締める。

①

腕立て伏せの姿勢をとる

両手を肩幅に開いて床につき、腕を伸ばす。肩は手の真上になるようにする。脚を伸ばして、つま先だけを床につけて、腕とつま先で体を支える。足から首まで一直線になるようにし、顔は前に向ける。



②

肘を曲げ 体を床につける

肘を曲げて体をつけ、うつ伏せになる。顔は前を向く。



③

両手を床から離して前に伸ばす

スーパーマンが飛んでいるように、胸をやや浮かせ、床につかないように両腕を前に伸ばす。



④

手を床に ①の姿勢へ

両肘を曲げて手を胸の脇に戻す。両手を床について腕を伸ばし、体を持ち上げる。①の姿勢に戻って、繰り返す。



LIGHT EXERCISE
キツイ人は負荷を軽くした、このポーズでOK!
ひざをつけて行えば負荷が軽くなる。

●デコルテのワークアウト

Plank Up

プランク・アップ
胸元のたるみを引き締めて美しいシルエットに。

①

腕立て伏せの姿勢をとる

両手を肩幅に開いて床につき、腕を伸ばす。肩は手の真上になるようにする。脚を伸ばして、つま先だけを床につけて、腕とつま先で体を支える。足から首まで一直線になるようにし、顔は前に向ける。



②

右肘を曲げ床につける

左手で体を支えながら、右肘を曲げて床につける。お腹が下がらないように。



③

両肘を曲げ体を支える

右肘を曲げて、両肘を床につける。肘と前腕で、上半身と腰を浮かせた姿勢を支える。



④

右肘を伸ばす

左肘は曲げたまま体を支え、右手のひらを床について左肘を伸ばす。



⑤

右肘を伸ばす

右手のひらを床について右肘を伸ばし、①の姿勢に戻る。



LIGHT EXERCISE
キツイ人は負荷を軽くした、このポーズでOK!
ひざをつけて行えば負荷が軽くなる。

Aya's Food Style.

低糖質・高たんぱく質が基本、毎日野菜をたっぷり食べる。

食事は低糖質が基本ですが、朝食か昼食で炭水化物をとりまわす。また、ハードなトレーニングが予定している日は、バテないように、運動前に雑穀米などのおにぎりを食べることもあります。

もちろん、毎日のたんぱく質摂取は重要。お肉は1日に最低でも手のひらサイズくらいはとりまわす。代わりに魚、豆類、卵でもOK。プロテインを取り入れることもあります。

油抜きはしません。不足すると肌がカサカサにな

るので気を付けて。脂質は質にこだわって、ナッツ、チアシード、ココナッツオイルなどから摂取。ナッツは脂質だけでなく、さまざまなミネラルを含んでいるので毎日ひとつかみ程度はとってOK。野菜はたっぷり食べまわす。なお、果物は糖分が多いので野菜よりも少量にまわす。いも類は大好きですが、食べ過ぎないようにまわす。

スティックすぎる食生活は続きません。週に1日は好きなものを食べていい日にまわす。

One Plate Dishes!



ソテーした野菜をコチュジャンとトマトソースで味付け。大好きな蒸したさつまいもを添えて。



スモークチキンに、ほうれん草とペペリーフのサラダ、ピネガードレッシングで。



まぐろにすりおろしたトロロをたっぷり。めかぶをのせて。



なす、にんじんなど野菜たっぷりの冷たいそうめん。えびでたんぱく質をプラス。

AYAさんに聞きたいQ&A

AYAさんみたいになりたい! 女性が憧れるそのボディ。正しいワークアウトのルールやキレイの秘密を聞きました!

今回 AyaBody

体を鍛える
ファンクショナル
トレーニング

Q1 シューズは必要ですか? はだしでもいいの?

運動にもよりますが、基本的にはシューズを履いて行ったほうが、着地時に足への負担が軽くなります。滑り止めにもなり安全にできます。

Q2 ひざが痛いのですが、やっても大丈夫?

ひざだけでなく、関節などに痛みがあるときは行わないこと。痛みがなくなったら取り組んでください。また、トレーニング途中で痛くなったらすぐに中止してください。

Q3 トレーニングはいつ行ってもいいの?

いつ行っても問題はありませんが、おすすめは「太陽が昇っている日中」に。夜にハードな運動で逆に体を目覚めさせてしまうと、よい睡眠が取れず疲れを持ち越したまま翌日を迎えることがあります。

Q4 1日に何時間運動しているの?

毎日ハードな練習をしているわけではありません。まったく運動をしない日も。平均すると1日1~2時間という感じかな。筋トレをしないときは10km走ったり。ヨガでもウォーキングでもなんでもいいので、みなさん体を動かす習慣をつけてもらいたいですね。

Q5 朝ごはんは食べますか?

私がトレーニングするのは午前中なので、朝ごはんにはエネルギー源になるものをしっかり食べます。

Q6 お菓子は食べてもいいの?

スティックな食生活を送っていると思っている人が多いみたいですね。大好きなモンブランを食べたりしますよ。トレーニングはずっと続けていきたいので、無理は禁物。平日は我慢、週末は自分を少し甘やかしてOK。メリハリのある生活を送らないと続きません。

AyaBody

体を鍛えるファンクショナル・トレーニング

DVD付
Aya Body
体を鍛える
ファンクショナル・トレーニング
(朝日新聞出版)

朝日新聞出版

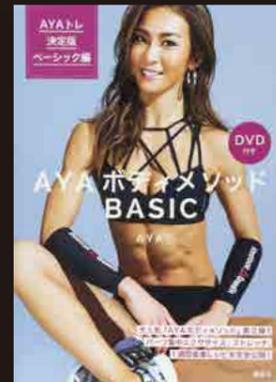
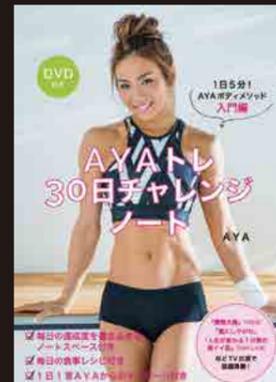
AYA Exercise

AYA PROFILE

1984生まれ。クロスフィットトレーナー。Reebok Brand アンバサダー。体育系大学を卒業後、フィットネスインストラクターになり、同時にモデルとしても活動。その後、運動強度の高い米国発祥のトレーニング「クロスフィット」と出会い、単に細いだけではなくタフに引き締まった身体を理想とするようになる。現在、「Reebok CrossFit Heart & Beauty」でトレーナーとして、タレント・モデルをはじめ、男女問わず身体への意識の高い多くのクライアントを担当する。著書に「AYAボディメソッド~DVD付1日15分2週間ダマ×ビューティボディ」「AYAボディメソッドBASIC~DVD付AYAトレ決定版ベジック編」(講談社)など

AYAさんおすすめ「AYAトレボディメソッド」

※それぞれ、最寄りの書店および、インターネットでお買い求めください。





星総合病院
診療部長兼小児科部長
佐久間 弘子 先生

小児の食物アレルギーについて

食物アレルギーとは？

食物アレルギー診療は日進月歩です。新しい発見がたくさんあります。私たちのからだには、ウイルスや細菌などの外敵が入ってきたときに「抗体」をつくり、外敵をやっつけてくれる「免疫」がそなわっています。ところがこの免疫が、本来栄養になる食べもの(味方)に対して「敵だ！」と反応してしまうのが食物アレルギーです。

攻撃側をIgE抗体(アイジーイー抗体)免疫グロブリンEの略)といい、アレルギーの原因をアレルゲン(抗原)といいます。アレルゲンが体内に入ると、敵をやっつけようと「アレルゲン特異的IgE抗体」が作られますが、血液検査で「食物特異的IgEが陽性なので、その食物は食べられない」と思っている方が多いのは残念です。

生後4〜5か月頃を目安に、「新鮮な食材を十分加熱して、少しずつ」離乳食を進めれば、症状が出ても軽症ですみますので、こわがらずに、「アレルギー症状が出てから」の診断をおまかせください。アレルギー症状と明らかに結びつき、再現性があることが必要。「普段は食べていますが、体調の悪い時だけ、卵を食べてじんましんが出ます。」という方は、卵のアレルギーではなく、原因は他にありそうです。じんましんは、原因不明が半分以上と言われていますが、風邪で免疫が変化したときや、衣類のこすれや圧迫、寒さや暑さ、汗などでも出ます。

アレルギーにはどんな食べ物が多いのでしょうか？

三大アレルゲンの鶏卵・牛乳・小麦に加えて、イクラ・ピーナッツが増加中です。学童〜成人では果物類、ソバ、エビ、魚類が多いです。新規発症ではリンゴ・モモ・キウイ・メロン・バナナの順で、果物が増えています。なお、魚卵はほぼイクラです(まれにカズノコタラコ)。イクラは幼児が好ん

食物アレルギーの発症と感作はイコールではありません

アレルゲンに反応するIgEが存在することを「感作(かんさく)」といいます。食物特異的IgEが陽性でも、症状を起こす場合と起こさない場合があります。食物アレルギー診療は、IgEの有効性診断の裏付けとリスク評価)と限界(症状に関係のないIgEが存在する)を、食物経口負荷試験で検討することです。

- 食物アレルギーリスクを増大させる因子として注目されているのは…
- ① アレルギー疾患の家族歴
 - ② 秋冬生まれ
 - ③ 離乳食を遅らせること
 - ④ アトピー性皮膚炎
 - ⑤ 皮膚バリア機能の低下
 - ⑥ 環境中の食物アレルゲン

(図1)



図2:アレルギーマーチ

図1:食物アレルギー診療ガイドライン2016より

離乳食を遅らせることが食物アレルギーのリスクを高めます

当院では「スキンケア外来」を設け、乳児湿疹のスキンケアを指導しています。スキンケアで改善しない場合は、食物日誌で児と(母乳栄養なら)お母様の食事内容を記録していただき、食物抗原の除去・摂食による湿疹の変化を観察し、食物アレルギーの関与を判断しています。つきに「離乳食を遅らせること」が食物アレルギーのリスクを高める点についてお話しします。二重アレルゲン曝露仮説とは、「微量の環境内食物抗原への曝露は、経皮感作(経湿疹感作)を誘導し、高用量抗原の経口摂取は免疫寛容を誘導する」というものです。つまり、ホコリ中の食物成分が湿疹を刺激すると特異的IgEが産生され、一方で、特異的IgEができる前に早く食べると食物アレルギーにならないという説です。

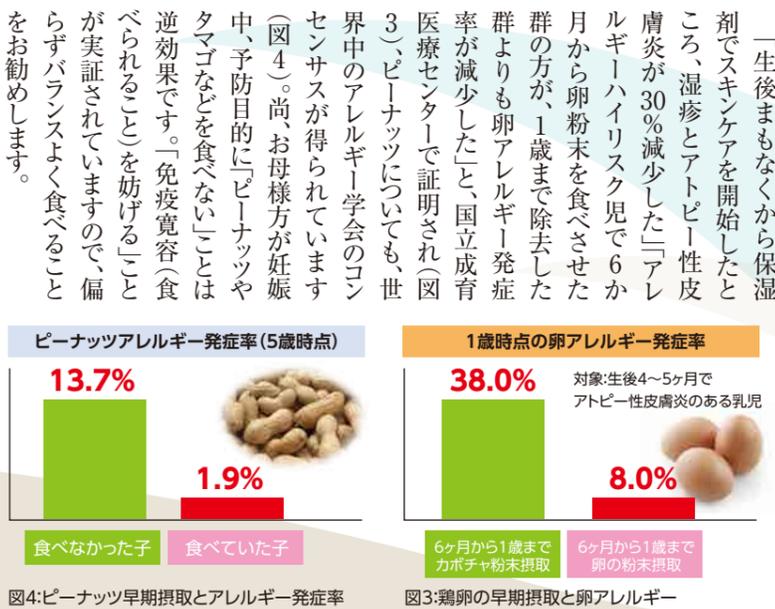
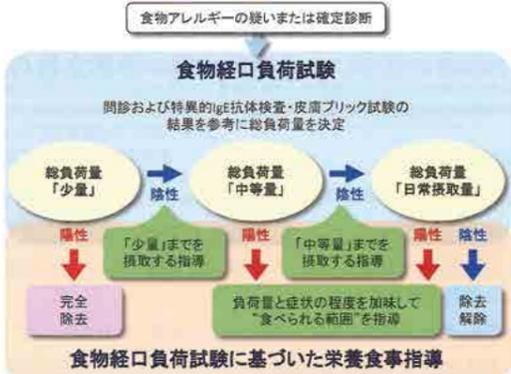


図4:ピーナッツ早期摂取とアレルギー発症率

図3:鶏卵の早期摂取と卵アレルギー



で食べ、ある日突然アトピーラキシシーを起こします。イクラを食べさせるのは、消化管が成熟してからの方がお勧めです。花粉・食物アレルギー症候群(PFAS)は、花粉症に起因する食物アレルギー(口腔アレルギー)で、花粉特異的IgEと「果物の、花粉と共通する部位(コンポー

ネント)」が反応して、口腔粘膜に過敏症状を生じるものです。これら食物アレルギーの確定診断には、食物経口負荷試験(図5)が必須です。当院小児科は食物経口負荷試験を実施しています。誘発症状に対応する体制を整

え、医師・看護師・栄養士の監視のもとで負荷食を食べます。近隣の小児科医や学校栄養士の皆様から紹介をいただき、年間約500件の入院負荷試験を行っています。「陰性なら自宅でも食べましょう、陽性(アレルギー症状が出た)なら、もっと少ない量で、安全に食べられる量を見つけましょう、ゼロにしないで食べましょう、アナフィラキシーのリスクが高いのでエピペンを処方します」などの対応を行い、耐性獲得(フリーに食べられるようになること)を目指します。

「必要最小限の除去、食べられる量を見つける」ためには、栄養指導が必須です。どのくらい食べられるか、不足しやすい栄養をどう補うかなど、おいしく安全な食事のために、管理栄養士が栄養指導をしています。

現在、重症例に対する経口免疫療法の有効性が報告され、経皮免疫療法(皮膚に貼る)や、舌下免疫療法(牛乳・ピーナッツ)が試みられています。「令和」に生まれた赤ちゃんは、男性の平均寿命82歳・女性の88歳と考えると、22世紀まで活躍する方々です。適切なスキンケアや食事指導で、アレルギーのない時代となるよう願っています。

2019 7月~9月 12星座占い

おひつじ座
3月21日 ~ 4月19日

専門分野において大きな仕事を成し遂げ、自然と自分の世界が広がっていくような体験をする方が多くなるでしょう。「私の探求めていた道(場所)だ!」と思えるような世界にたどり着くことができるかも?

ふたご座
5月21日 ~ 6月21日

この時期は人との関係を通じて本当の自分に気づくような場面も多くなるかも。人付き合いを通じて自分がもっと自由に解放されていくような不思議な感覚を味わうことになるでしょう。

しし座
7月23日 ~ 8月22日

「現状維持」なんて小さくまとまらずに、野心的に物事に取り組んでいきたい時。大ブレイクを果たす可能性もありますから、やってみてみたいことがある方はどんどんチャレンジを!

てんびん座
9月23日 ~ 10月23日

「お勉強」に限定されず、人との会話の中で得られるハッとした気づきなども含まれます。あらゆることに学びのチャンスがある年なので、関わる全ての人のコミュニケーションを大切に。

いて座
11月23日 ~ 12月23日

自分とは何者なのか?という根源的な問いを掲げ、その答えを自分自身で見出していくような時間となります。公私ともにあらゆることを刷新できる時期。大胆な冒険をしかけていってOK!

みずがめ座
1月20日 ~ 2月18日

家族や故郷などあなたの「ルーツ」となる存在との関係性が劇的に変わっていくでしょう。その変化は自分の原点を振り返るような意味深い機会を与えてくれることでしょう。

おうし座
4月20日 ~ 5月20日

自分の人生を本気で変えたいと思うなら、今、勇気を出して行動すべきです。今までやりたかったこと、きつと成し遂げることができるでしょう。

かに座
6月22日 ~ 7月22日

自分が与えられたものを受入れ、「組織や社会にどうコミットしていくべきか」を真剣に考えることで周りの人々との信頼関係も強固なものとなっていきます。

おとめ座
8月23日 ~ 9月22日

身近な人との時間を大切にすることで運気も気持ちも安定し、物事が良い方向に進みます。大切な人々を優先することで、あなたのキャリア構築も力強くサポートしてもらうことができるでしょう。

さそり座
10月24日 ~ 11月22日

様々な変化を経験してきた方も多かった?どこか、自分の立場や生き方が不安定で定まらないような感覚で不安を抱えていたかもしれませんが、そのモヤモヤは嘘のように晴れていくはずですよ。

やぎ座
12月24日 ~ 1月19日

自分の中に眠っていた才能を掘り起こし、それを「自分らしさ」として定着させていくような、ある意味で「実験的な」、そして「挑戦的」な運気を迎えていたといえるでしょう。

うお座
2月19日 ~ 3月20日

仕事運や出世運に恵まれる時期。キャリアにおける上昇志向が高まり、常にモチベーションを高く維持することができるでしょう。「チームワーク」が大きなテーマとなってくることも考えられます。

子どもが結婚を決めたけれど、式はしないかも……という方へ

結婚式のこと、 子どもと話してみませんか？

お子さまのご結婚、おめでとうございます。うれしい反面、結婚式をするのかしないのか、気になっていませんか？
親が口を出すのは……と遠慮があるかもしれませんが、子どもの想いを決め付けてしまわず、まずは話してみてもいいのでは？
子どもはいつだって親孝行をしたいと思っているもの。
「結婚式をすることが親孝行になるのなら」と、心が動くことだってあるのです。

Interview

私は、親のひと言で結婚式を決めました

結婚式をしようか迷っていたとき、ふとした親との会話で気持ちが決まった。
そんな2人の花嫁に、迷いの理由や結婚式を決めた経緯、当日の様子について話を聞きました。

「結婚式ははじめ」その言葉で一步踏み出せた (吉田れいこさん 29歳)

たくさんの祝福や父の涙 お金には代えられない時間に

両家の顔合わせをした直後に妊娠が発覚。「仕事をバリバリやっていた準備の時間も取れなさそうだったし、結婚式はせずに出産して子育てをと思っていました」。しかし、ある日、義父に言われた「はじめとして結婚式はしておいた方がいい」という言葉に「結婚式は自分たちのためではなくて親やお世話になった人のためにするものなのかも」と心が動いた。ちょうど産休、育児休暇に入り時間ができ、結婚式に向け準備をスタート。当日は9カ月になったわが子のお披露目も叶い、たくさんの祝福の言葉もらった。式後、「いい式だったね」と言ってくれた父の目には涙が。その涙を見て心から「やると決めて良かった」と幸せがこみ上げた。



上：花嫁の手紙を読んだときから涙をこらえていた父。父が泣くのは初めてだった。下：両家の親には大きな座布団をプレゼント。親は度々当日のビデオを見返しているという

「式をするなら力になるよ」親が不安を吹き飛ばしてくれた (松本美香子さん 31歳)

結婚式をしなかったら抱けない いろんな感情が生まれた

結婚式に憧れはあったが、「他のことにお金をかけてもいいのでは？」「誰にどこまで声を掛ければいい？」などマイナス要素が浮かび、「やらないのも選択肢の一つ」と考えていた。そんなある日、ふと母が「結婚式、するなら手伝うよ」と一言。それを聞いて「ああ、支えてくれるんだな」と安心感が生まれた。「普段そんな話はしなかったからこそ」、その言葉が頭を離れず、「よし、やろう」と心を決めた。父からは「自分たちのときも親に出してもらったから、全部出すよ」と資金援助の申し出も。「親の言葉がうれしかったから、将来私も、自分の子どもに同じようにしてあげたいと思っています」。

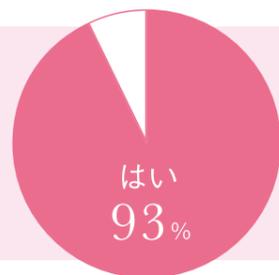


上：あまり感情を表に出さない母がドレス姿を見て「キレイだね」と言ってくれたことがうれしかった。下：クールな父が涙をこらえている様子に、友達もみんなもらい泣き

子の心、親知らず

花嫁105人に聞きました！

Q 結婚式をした理由の一つに、「親孝行をしたい」という気持ちがありましたか？



なんと9割以上の花嫁が、「結婚式をすることが親孝行になる」と考えていることがわかりました。「晴れ姿を見たい」そんな想いがあるなら伝えてみるのも良いのでは。

Check

話を切り出す前に知っておきたい

子どもの悩みと、今どきの結婚式事情

子ども世代が結婚式に対してどんな負のイメージを抱きやすいのか、また、最近の結婚式はどんな感じなのか知っておくと、無理のないコミュニケーションができるはずです。

式に対する 悩み

お金がかかりそう

結婚式にかかる費用の平均は約360万円。招待客からご祝儀を頂けるとしても、約半分は自己負担しなければならず、もったいないと考える人も。

恥ずかしい

人前に出るのが苦手なタイプは、結婚式で主役になるのが嫌と敬遠しがち。ボーイッシュな女性で、ドレスを着るのに抵抗がある人もいます。

手間がかかる

招待客の選定からお声掛け、衣裳や料理、引出物や演出などさまざまなものを決めて準備するのが面倒という声も。仕事が忙しい人ならなおさら。

ゲストに負担

わざわざ自分たちのためにお金や時間をかけて集まってもらうのが申し訳ないと、友人や職場関係者、親族に対して遠慮している人は多いよう。

悩みに 寄り添う 式の形

カジュアルに

フルコースの料理を出さず、ビュッフェ形式の立食にしたり、公園やキャンプ場で行ったりと、形式ばらない自由な形も好まれています。

少人数制

盛大に行うのだけが結婚式ではありません。職場関係者や友人を呼ばずに家族だけ、そんなスタイルも増えています。

お得&お手軽

会場によってはお得なバックプランや、平日割引や仏滅割引などがあることも。上手に利用すれば、費用や準備の負担を抑えることが可能。

シンプルに

挙式だけ、披露宴だけ、写真だけなどやりたいことだけをすることも一つの手。お色直しをしない、余興を入れないなど余計なものを省くのもあり。

Advice

いつ切り出す？どう伝える？

子どもとの円満コミュニケーション アドバイス

いざ話してみようと思っても、嫌がられないか、ケンカにならないか不安になってしまうもの。相手を傷つけず、気持ちを逆なでせず、上手に話すコツを専門家に聞きました。



お話を聞いた人
晴香葉子さん

作家・心理学者。早稲田大学オープンカレッジ心理学講座講師。心理学研究の傍ら、執筆、講演、監修などで活躍中。著書に「本心がわからない」ときに読む本〜嘘を知る、嘘に強くなる〜(あさ出版)ほか。

これは
言っちゃダメ！
なNGワード

「恥ずかしくて
親戚に言えない」

「式をしないと
かっこ悪い」

世間体や体裁を理由にするのは、最も嫌がられること。他人にどう思われるかではなく、子どもの幸せを願っているのだという気持ちを伝えて。

< 望ましいスタンス >

断りやすく話す

「もし話したくないんだっいたらいいけど」と前置きの言葉を入れるだけで、相手に負担を与えずに済みます。答えを急がせないのがポイント。

< 目指すべきゴール >

子どもの選択を サポート

「こうしてほしい」と自分の想いを押し付けるのではなく、あくまで子どもにとって良い選択を支えるのだというスタンスで話しましょう。

< 切り出し方 >

いきなり本題に入らず「最近どう？」「仕事は忙しい？」など近況を聞くことから。キャッチボールをして、会話の土台をつくるのが大切です。

< 自然な伝え方 >

手伝いたい 想いを語る

「もし結婚式するなら、ドレスのお金くらいは払いたいな」など、仮定+支えたい想いを示します。手伝いたい内容は、具体的なほど効果的。

< タイミング >

「気分一致効果」といい、気分が良いときは、物事を前向きに考えられます。おいしいものを食べているとき、くつろいでいるときなどがチャンス。

< シチュエーション >

結婚式の 話題が出たとき

ドラマで結婚式のシーンが出たとき、親族の結婚式の話が出たときなどに、ついでにという感じで「あなたはどうしたい？」と聞いてみて。

互助会では、それぞれに合った結婚式のスタイルを提案してくれるので、気軽に相談してみましょう。

まずはお子さまと話してみませんか？

アルファグループ
一般社団法人 福島県助産師会

プレママ・新人ママ 無料セミナー

助産師さんをお招きして
ママの不安を解消!

ベル・クイーンズ須賀川では
出産を迎えるママや
初めてママになった新人ママに向けて
不安を少しでもやわらげ
赤ちゃんとの生活を安心して
過ごしていただくための
無料セミナー・相談会を行います!

10:00~12:30

8.25 参加費用:無料
(ランチ代1,000円)
※当日、会場にてお支払いいただきます。

●対象
【プレママイベント】 妊娠5ヶ月~10ヶ月
【新人ママイベント】 子供が2ヶ月~11ヶ月

●持ち物
【プレママイベント】 特にごさいません
【新人ママイベント】 バスタオル(1枚)
ママset(オムツ・ミルク・離乳食セット)
※離乳食の提供はございませんので、ご了承ください。

ベル・クイーンズ須賀川 | お気軽にお申し込み
お問い合わせください

ベル・クイーンズ須賀川
Tel.0248-76-8765

ベルヴィグループのビアホール

BEER HALL in BELLEVIE

完全予約制
前売・お一人様 **5,000円** (税込)

■ベルヴィ郡山館 ※7/19~8/12の火・水・木はお休み
7/19~8/12の金・土・日・月の週4日間
開催時間 / 17:30~21:00 (ラストオーダー20:30)

■ベル・カーサ ※7/14・31 8/7はお休み
7/11~16・7/28~8/10
開催時間 / 18:00~21:00 (ラストオーダー20:30)

■ベル・ルクス ※7/5~8/4の月・火・水・木はお休み(7/15は祝日の為開催)
7/5~8/4の金・土・日・祝
開催時間 / 18:00~21:00 (ラストオーダー20:30)

■ベル・クイーンズ須賀川 (LOVE'sビアガーデン2019)
7/25~27・8/1~3・8/8~11の10日間
開催時間 / 18:00~21:00 (ラストオーダー20:30)

※ベルヴィ郡山館
小・中学生3,000円/未就学児無料
※ベル・カーサ ... 当日券:5,500円
小・中学生2,500円
※ベル・ルクス
小・中学生2,500円/未就学児無料
※ベル・クイーンズ須賀川
小・中学生2,500円/未就学児無料

詳しくは最寄りの結婚式場まで

結婚式っていくらお金がかかるの?!

月々お積み立てで実質負担額が大幅に軽減されます

結婚式の平均費用より 互助会で負担を少なく!

【ナシ婚】で、子供やお孫さんに後悔をさせないために

- 互助会は月々3,000円の積立、ちょっとした節約で貯められます。
- 結婚対象者が自分で備える場合もありますが、準備期間が短く難しいのが現状です。
- お子様・お孫様に互助会をプレゼントしましょう!

※1:ブライダル総研2018調べ
※2:ベルヴィ郡山館、ベル・カーサ、ベル・クイーンズ、ベル・ルクス、ベルヴィ白河(2017.7~2018.6)

福島県 結婚式場平均 395.9万円 (列席84.9人) ※1	ご祝儀 260.9万円 (列席84.9人) ※1 ご祝儀はブライダル総研のあくまでも参考例	実質 ご負担額 135.0万円
ベルヴィグループ 結婚式場(福島地区)平均 339.5万円 (列席80.6人) ※2	互助会 積立金 72万円 ※両家36万円積立の場合	実質 ご負担額 6.6万円

さらにマイナスイメージ

36万円コースの場合、総額60万円相当のアイテムが含まれています。

結婚式に必要なアイテムが互助会に含まれています。

- ウエディングドレス 平均 28万8,000円
- お色直しドレス(カラードレス)平均 30万4,000円
- カラー写真四つ切 平均 2万7,000円

ほか、ヘアメイク・着付け料などが含まれます(新婦プラン例)
※コースによって内容が異なります。※新郎プランには、タキシード、チャペル式場料などが含まれます。

会場見学・予約のお問い合わせは
0120-35-8765
受付時間 9:00~18:00
※「プラールを見た」とお伝えください。

会員様特典

会員さま特典 随時受付中

¥15,000 お得

一般価格¥50,000~(税別)

◆衣裳・着付け・写真(2P)
→会員価格¥35,000~(税別)

◆人気のスナップ撮影
¥30,000(税別)も好評承り中!!
※最寄りの式場へお問い合わせください。

子供の成長も華やかに...

記念写真 & 七五三

衣裳から着付け、写真撮影まで
トータルサポート!!

BELLE VIE

バンケット「ベルヴィ」

ベルヴィ郡山館のメインバンケットであり
福島県No.1のバンケットであり続ける

Renewal Open

シンプルデザインと自然素材を丁寧に使用し、どこか50年前の海外のような、それでいて未来の日本のバンケットデザインが感じられます。

Belle Vie 郡山館
ベルヴィ郡山館

7・8・9月 ブライダルフェア

ブライダルフェア 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!

その他のフェアについても、最寄りの式場までお問い合わせください。
※日程は変更になる可能性があります。予めご了承ください。ご来館希望の際は、各式場にお気軽にお問い合わせください

<p>【夏オリジナルブライダルフェア】 7/7(日)</p> <p>【秋オリジナルブライダルフェア】 9/29(日)</p> <p>大階段でのフラワーシャワーが大人気の独立型チャペルセレモニー 各会場ごとに特徴が違い、好みに選べる3つの独立型パーティ会場 ミツリレストラン出身のシェフによる料理、オリジナルメニューも対応</p> <p>ベル・カーサ 024-536-1165 福島市西中央5-49-1</p>	<p>【BIGブライダルフェア】 7/21(日)・8/25(日)・9/16(祝)</p> <p>お盆限定大相談会 8/10(土)~8/18(日)</p> <p>シルバーウィーク大相談会 9/21(土)~9/23(祝)</p> <p>【NEW】7つもあるパーティ会場が随々リニューアルオープン! 【学式】聖ステラ教会と神殿、2つの挙式会場はどちらも独立型 【パーティ】各会場専用ホワイエやキッズルームなど付帯設備も充実</p> <p>ベルヴィ郡山館 024-923-1165 郡山市山根町8-7</p>	<p>【BIGブライダルフェア】 7/21(日)・8/25(日)・9/22(日)</p> <p>お盆限定プレミアム相談会(試食付) 8/10(土)~8/18(日)</p> <p>【新コーデ】[SHABBY CHIC][Cafe de Reception]が話題! 【プランナー】[親身なサポート&提案力、マタニティでも安心!]の声多数! 【特典】花嫁が喜ぶ特典を多数用意。フェア限定特典も要チェック!</p> <p>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</p>	<p>【満足×体験×充実度No.1☆】 模擬挙式・試食付パーティBigフェア 7/21(日)・9/22(日)</p> <p>ワンプレートスイーツ付相談会 8/9(金)~8/15(木)</p> <p>ガーデン付の邸宅で貸切パーティ!花嫁必見のNewコーデ登場 家族だけの結婚式から、大人数の盛大なパーティまで幅広く対応OK 新白河駅&白河ICからのアクセス抜群!遠方ゲストも参加しやすい</p> <p>ハウス オブ ベルヴィ白河 0248-22-1165 白河市東小丸山24</p>	<p>【月1限定BIGフェア】 試食×見学をギュッと凝縮! 7/21(日)・9/22(日)</p> <p>2つのガーデンがリニューアル。 人前式や演出、1.5次会が可能!</p> <p>全館1日1組で貸切ができるので、 プライベート感のあるウエディングを実現 和にも洋にもとらわれない自分らしさを叶えるステージと提案力</p> <p>LOVE's 0248-76-8765 須賀川市岩作40-1</p>
--	--	--	--	---

助産師さんが安心サポート!

マタニティ ウエディング

結婚式当日は、助産師さんがサポートしますので、安心して挙式ができます。
詳しくは、各式場までご相談ください。

- ① 互助会会員なら、綺麗な式場でお支度、納得の成人式が迎えられる!!
- ② ヘアメイクも、もちろんブライダル専任スタッフが手強い!!
- ③ ブライダル専門スタッフがアドバイス★ご試着★
- ④ 互助会成人式プランでお値段も安心の成人式!!



～成人式女性プラン～

振袖・帯・帯揚・伊達袴・着付け
ヘアメイク・写真2P
お徳 ¥82,000
成人式パック…¥202,000(税別)
互助会会員¥120,000(税別)

※その他オプション(衣装グレードアップ・和装小物・草履バック・前撮りなどのオプションにより追加あり)
※互助会12万コースが成人式のご利用コースとなります

～成人式男性プラン～

紋付袴セット…¥50,000(税別)
お徳 ¥15,000
互助会会員¥35,000(税別)

※その他着付け・写真はオプション



成人式振袖展示会

互助会会員さまだから成人式を華やかに、お得に飾る事ができます

2020 衣裳展示会
夏季 振袖
ご予約展示会

開催時間/10:00~17:00

2021年・2022年に
成人式を迎えられる方!見学OK!

予約制・先着順のため、
お電話にてお早めにお申し込みください。

会津地区 7/12(金)~21(日)
※水曜休館日を除く
(会場) ベル・ルクス
会津若松市平安町2-88
TEL.0242-23-1165

福島地区 8/9(金)~11(日)
(会場) ベル・カーサ
福島市西中央5-49-1
TEL.024-536-1165

郡山地区 8/16(金)~9/1(日)
※水曜休館日を除く
(会場) ベルヴィ郡山館
郡山市山根町8-7
TEL.024-923-1165

歴史情緒溢れる古民家での結納
法事・気軽なランチやディナーを…
四季折々の庭園を眺めながら、歴史情緒あふれる店内(二郡山市指定重要文化財)で和食を愉しむことができます。ランチやディナー、誕生日接待、貸切大人宴会会、結納法事、顔合わせ、お祝い初め七五三、女子会など幅広い利用が可能です。

「成庵」おすすめディナー
～贅沢旬の味覚プラン～ 6,000円
旬の食材をたっぷりいただけることで、ディナーの一番人気です。予算や食材・料理の希望、また単品料理の追加などにも応相談。

◆法事6,000円
◆結納8,000円
◆ご予約に応じて承ります。
お見積りにご相談ください。

「成庵」おすすめランチ
～花かつみ～ 1,500円

結納の会食会場は
華やかな装飾で彩られます

なごみ一帯 慶事の集い・御法事承ります なごみ
TEL.024-932-0753
福島県郡山市深沢二丁目1-7 電話予約:10時~20時
※スムーズなご案内の為、電話・HPでのご予約をおすすめしております。

SEIAN NAAGOMI ISSEKI
営業時間
◆ランチ/11:30~15:00
◆ディナー/17:30~22:00
◆土日祝日/11:30~21:00
◆休業日/水曜日

文化通り 公会堂 FCT 市民文化センター
郡山第一中 郡山第二中 郡山第三中
荒池公園 池田公園 古釜文庫
成庵 郡山東馬

LINE@登録でドリンクサービス
スタッフ専用!

メイプルサーモンと
ホタテの木の实焼き
「楽天トラベル 朝ごはんフェスティバル」で、「全国4位入賞(1900施設中)」&「福島県4年連続優勝」のメニュー

開湯800年の磐梯熱海温泉で
全7室すべて「離れ」の隠れ宿

数々の料理コンテスト受賞歴を誇る
料理長自慢の贅沢会席料理と、露天風呂や内風呂で楽しむ伝統の湯。
ゆったりとした寛ぎの時間が流れます。

快挙達成!世界からも認められました。
世界最大の宿泊予約サイト「ブッキングドットコム」で、優れたおもてなしの施設に贈られる「クチコミアワード」2018にも選ばれました。

旬の贅沢会席料理

「離れ」の隠れ宿
オーベルジュ
〒963-1309 福島県郡山市熱海町熱海5-38
☎024-994-1555 受付時間 9:00~21:00
【電車】JR「磐梯熱海駅」タクシーで約5分
【お車】磐越道「磐梯熱海IC」より約5分
東北道「郡山IC」より約20分

プラスアルファカード特典
宿泊料金から10%OFF
◆平日・日曜/お一人様
28,000円(税別)→25,200円(税別)
◆お二人様で5,400円割引 ※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!
11月組お一人様 23,500円(税別)
※グループ全員の平均年齢以上に設定。年末年始・GW・お盆は除きます。

すずかね 検索

ベリヴィグループの
総料理長が紹介
夏の簡単レシピ!!
暑い日にぴったりのメニューですね!

盛り付け例

トマトとクリームチーズの
冷やし茶碗蒸し

ジュースで
時短!!

④卵を割り入れ、よく溶いてから③を加え混ぜ合わせ、ざるでこします。
⑤お好みの器に④を流し入れ蓋(蓋がない時はラップでOK)をし、蒸し器で10~12分程蒸し上げます。
⑥粗熱をとり冷蔵庫で冷やし、みじん切りしたトマトやパズルなどにバージンオイルをかけ添えます。(そのままでもおいしいですが、茶碗蒸しの中に具材を入れる場合は、魚介や夏野菜などお好みのものでOKです)

材料[2人前]
●卵(L・1個) ●トマトジュース(50ccまたは、生トマトからのフレッシュトマトジュース50cc) ●水(50cc) ●クリームチーズ(30g) ●コンソメ(市販) ●バージンオイル・塩適量

作り方
①クリームチーズは常温で柔らかくします。
②水50ccを鍋(レンジOK)で温めて、コンソメ(少し濃いめの量)を溶かし、塩も少々入れます。
③①に粗熱をとった②(クリームチーズを合わせ充分溶かす)を加え、トマトジュースを混ぜ加えます。

② ③-1 ③-2 ③-3
④-1 ④-2 ⑤ ⑥-1 ⑥-2

ナスで作る
キャビア!!

ナスのキャビア仕立て…
冷たいソフタ

盛り付け例

材料[2人前]
●ナス(3本) ●パスタ(120g・2人前) ●玉ねぎ(1/2個) ●はちみつ ●レモン ●タイム(1束) ●ミント(レモンの皮でもOK) ●オリーブオイル(多め) ●ニンニク(1かけの1/2)

作り方
①ナス3本を1/2にして、油にて火を入れます。(中身に色がつかない程度)
②皮と身は、スプーンを使って別々にして、みじん切りにします。
③オリーブオイル・ニンニク・タイムに火を入れ、みじん切りにした玉ねぎを合わせます(色がつき過ぎない程度)。レモン汁・はちみつ・塩・コショウで、お好みの味方で仕上げ、ナスの身のみじん切りを合わせます。
④③の少量を別の器に移し、ナスの皮のみじん切りを合わせます。これがキャビア仕立てです!
⑤パスタを必ずアルデンテに茹でた後、氷水に入れ、紙ナプキンなどで充分水分をとり、パスタにオリーブオイルをかけて、③と合わせて仕上げます。
⑥盛り付ける際にパスタを菜箸に巻きつけてお皿に盛るとオシャレになります。④をパスタの上に添えます。

① ②-1 ②-2 ③ ④
⑤-1 ⑤-2 ⑥

※タイム・ミントなどを合わせると、さらに風味が広がります。
※付け合わせの夏野菜などを添えると色味も良いですね!

さがみ典礼の内覧会

内覧会にご参加
頂いた会員様には
300ポイントプレゼント!

内覧会のお問い合わせは
☎024-923-7279

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!!

地区	7月	8月	9月
郡山	19日(金)・20日(土) さがみ金屋斎場	22日(木)・23日(金) さがみメモリアル斎場 並木	19日(木)・20日(金) さがみ菜根斎場
県南	18日(木)・19日(金) 須賀川斎場	22日(木)・23日(金) さがみ白河斎場	19日(木)・20日(金) さがみ矢吹斎場
会津	18日(木)・19日(金)・20日(土) 会津斎場	22日(木)・23日(金)・24日(土) さがみ一箕町斎場	19日(木)・20日(金)・21日(土) さがみ門田斎場
福島	18日(木)・19日(金)・20日(土) 福島南斎場	22日(木)・23日(金)・24日(土) さがみ福島ホール	19日(木)・20日(金)・21日(土) さがみ福島北斎場
いわき	19日(金)・20日(土) さがみ典礼 勿来斎場	23日(金)・24日(土) さがみ典礼 いわき迎賓館	11日(水)・12日(木) さがみ典礼 いわき迎賓館

内覧会に参加するには、特別な資格や条件は必要ありません。
この機会に、ぜひお気軽にお越しください。



追悼式典 第5回 ここの会の会



さがみ典礼では、今年で5回目となる式典「ここの会」を、福島・茨城・山形・岩手の各会場にて、斉に開催しました。「ここの会」は、ご遺族様の気持ちに寄り添い、この一年間に亡くなった方への哀悼を改めてお祈りいたします。故人を偲ぶ時間、ここのよ時間を通じて、ご冥福を改めてお祈りいたします。故人を偲ぶ時間、ここのよ時間を通じて、ご冥福を改めてお祈りいたします。故人を偲ぶ時間、ここのよ時間を通じて、ご冥福を改めてお祈りいたします。

マンガでわかる 四十九日法要 御霊前・御仏前

御霊前? 御仏前? これを間違えたら...
「御霊前」になります
「御仏前」になります

通夜や葬儀は「御霊前」 四十九日・一周忌法要は「御仏前」となります!

「御霊前」は、49日間の霊として存在しているときに香典をお供えする場合は「御霊前」になります。
「御仏前」は、成仏したあとにお供えする場合は「御仏前」になります。

「御霊前」と「御仏前」の使い分け

「御霊前」は、49日間の霊として存在しているときに香典をお供えする場合は「御霊前」になります。
「御仏前」は、成仏したあとにお供えする場合は「御仏前」になります。

街の喧噪を忘れる 並木の街で...

内環状線とうねめ通りが交差する市内中心部に天然の温泉が湧く、それが並木温泉です。サウナを備えた男女別の大浴場がある日帰り入浴施設。ここの美肌効果が期待されるアルカリ性の湯で、とろみのある湯が肌をしっとり包み込みます。

大広間や個室、そして食事スペースも完備。

入湯料金の10%OFF

エンバーミング (遺体衛生保全)

大切な方との別れを最後まで美しく、故人を生前の元気があったころの姿に戻すための科学・医学的な処置がエンバーミングです。専門のライセンスを持ったエンバーマーがご家族のご依頼内容に基づき、エンバーミングを行います。

ご遺族様からのお言葉

故人に対する気持ちを再認識させてもらった。時間が経つにつれて忘れてしまう故人への気持ちが高まる機会だった。Kさん(白河市) 故人の事は1日も忘れた事はありませんが、今日もまたいたる事な事を思い出させてくれた事が出てきました。...Sさん(いわき市) 同じ思いを持った人々が集い、改めて故人を偲ぶことが出来ました。...Wさん(会津若松市)

「全互協葬儀品質認定」を取得いたしました

料理とても美味しかったです。何を食べても美味しく頂けました。...Sさん(郡山市) 亡くなったから、慌ただしい日が続く。故人を偲ぶのを忘れてしまっていた。次の準備や周忌の事は、しっかり考えていました。今日は参加できて良かったです。...Tさん(郡山市) とても心地の良い時間となりました。感謝です。お世話様でした。笑顔で元気に過ごしたいと思えます。...Tさん(郡山市)

「19のしたく」ご紹介

さがみ典礼版 エンディングノート

大切な方のお別れに悔いを残さないために、いま確認しておきたい「19のしたく」。送る人と送られる人が、穏やかな気持ちで最後の時間を過ごせるよう、ご活用いただければ幸いです。

「19の項目より一部内容掲載」

病院で亡くなったあと、どこに安置するか決めていきますか?
最期の時を迎える約9割が病院と言われる現代。最近では、直接斎場に搬送するケースが増えていますが、「さがみ典礼」では、一度ご自宅に安置することをすすめています。

お葬式の費用や形式を検討していますか?
家族で葬儀の方針を話し合っておきましょう。費用は、葬儀社への支払いのほか、寺院へのお布施、飲食・接待費なども含めて考えておきましょう。

どのようなお葬式にしたいか、ご要望はまとまっていますか?
形式や規模だけでなく、その方らしさを前面に出した葬儀を営むために、「さがみ典礼」では、前もってイメージしておくことをすすめています。

ご加入コース内容の確認をしてみませんか?

当社職員がお客様を訪問し、ご契約の詳細をお知らせいたします。また同時に、結婚式や葬儀、終活、生前などの相談も承ります。

アルファクラブ(株) ☎024-923-7279
アルファクラブ東北(株) ☎024-932-0432
【受付時間】月～土曜9:00～17:00 ※日曜・祝日は対応していません

