

お年玉プレゼント!

【お正月特別企画】アルファクラブグループ

PLUAL

Vol. 22 茨城版

2020 新春号

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

PLUAL Vol. 22 2020 WINTER プラール 茨城版

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2年1月10日発行(年4回)

アルファクラブグループ
会員様向け 日帰りバスツアー

2021年・2022年向け

成人式振袖ご予約会スタート!!

実際に結婚式を挙げた体験レポート!!

結婚式を挙げて本当に良かった!

互助会で結婚式の費用をお手伝い。

さがみ典礼がご提案する

終活について

エンディングノートや相続相談

読者プレゼント!
別紙同封専用ハガキで、
なんと100名様に当たる!



長野・信州アルファ
牛サイコロステーキ

アルファクラブ株式会社 お客様相談窓口：TEL.029-827-1055

【受付時間】月～金曜10:00～17:00 ※土曜・日曜・祝日を除く

**お得が満載
プラスアルファカード!!**

互助会入会で PLUS ALPHA CARD
「プラスアルファカード」と
「アプリ」がご利用可能!!

プラスアルファカードのお問い合わせは
☎029-827-1055

提携店はガイドブックまたは、アプリ専用サイトでチェック!!

お得1 カードまたはアプリ
提示で提携加盟店にて
お得なサービスが
受けられます!

※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!!

ポイント交換方法

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!

※ポイント交換は、アプリ専用サイトからも可能です。

公式アプリ
プラスアルファカード 登録
1000 ポイントプレゼント!
アプリご登録キャンペーン実施中!

ダウンロードはこちらから

PLUS ALPHA CARD App Store からダウンロード Google Play で手に入れよう

プラスアルファ 検索

ポイント照会のご案内

ポイントの照会は、「ホームページまたはアプリ」
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.029-827-1055

●受付時間 / 月曜～金曜 9:00～17:00(土曜・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
ご紹介キャンペーン**

2020年 2月29日まで

応募上のご注意

- ※茨城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。

**お友だちを紹介して
QUOカードをもらおう!**

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	〒□□□-□□□□	都道府県	区市町村
電話番号	()		
会社記入欄			

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

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
〈茨城エリア〉

冠婚葬祭互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第2018号) 株式会社

アルファクラブ(株)さがみ典礼

☎0120(718)918

アルファクラブグループ
新年のごあいさつ
人生の節目を互助会がお手伝いします

アルファクラブグループお正月特別企画
お年玉プレゼント!

成人式振袖展示会

結婚式を挙げて良かった!
実際に結婚式を挙げた体験レポート

互助会で結婚式の費用をお手伝い。

ベルヴィグループのブライダルフェア
忘新年会／歓送迎会

健康コラム「知っていると安心」
～心筋梗塞でも予防できる～
一般財団法人 太田綜合病院／2020星座占い

ベルヴィグループ総料理長が紹介
新春簡単レシピ

新規提携店のご紹介

さがみ典礼がご提案する
終活について
さがみが選ばれる理由／さがみ典礼から生まれる物語

さがみ典礼
館内を自由にご覧いただける内覧会
法事法要／マンガでわかる葬儀／葬祭場オープン／海洋葬（散骨）

アルファクラブグループ
川柳大賞発表・日帰りバスツアー
プラスアルファカードアプリ

ご紹介キャンペーンのごあんない

Vol. 22

CONTENTS

PLUAL

ブラール

一口メモ しめ縄(しめなわ)

太陽の神様が隠れないように結界をはったのが由来

ある日太陽の神様である天照大神(あまてらすおおみかみ)が、天岩戸に隠れてしまい、世の中真っ暗になって作物が育たなくなりました。なんとか天岩戸から天照大神を連れ出すことに成功したほかの神様たちが、二度と岩戸に隠れないように(太陽が隠れないように)「しりくめ縄」というものを貼り巡らせたそうです。これが現在の「しめ縄」の起源と言われています。そして、しめ縄をはった内側は神聖な区域とされていて、そこから悪いものを寄せ付けないという意味があります。つまり「お正月に年神様をお迎えしやすく」、かつ「悪いものを家に入れない」という2つの意味があるのです。

謹賀新年

旧年中は格別のご厚情を賜り、厚く御礼申し上げます。

会員の皆様が新しい年を健やかに迎えられること、心よりお慶び申し上げます。

2019年を振り返りますと、さまざま

な出来事がありました。「天皇の退位等に関する皇室典範特例法」の公布に伴い、5月1日より新元号「令和」に改元が実施され、新たな時代が幕を開けました。9月と10月には、観測史上最強クラスといわれた台風15号と19号が上陸し、千葉県を中心に関東や東北地方の各地に甚大な被害をもたらしました。今もなお、多くの方々が不自由な生活を強いられています。被災された皆様に謹んでお見舞い申し上げますとともに、「日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。そして10月1日には、消費税増税という私たちの生活に直結する大きな転換期がありました。軽減税率やキャッシュレス決済など、暮らしの工夫を私たち一人ひと

りが考え、実践しなければならぬと改めて実感いたします。日本中が熱狂したラグビーW杯日本大会は記憶に新しいところですが、日本代表の選手たちの活躍と「ワンチーム」の精神は、多くの人に感動を与えました。

新たな年2020年を迎えて、私どもアルファクラブグループは、これからも地域の皆様のお気持ちに寄り添い、大切な人生の節目を支える企業としてお役に立てるよう「層精進してまいりますので、この季刊誌「ブラール」を末永くご愛読いただけますとともに、アルファクラブグループへの変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、新しい時代「令和」が、皆様にとって平和で夢と希望に満ち溢れた素晴らしい時代になりますように、そして皆様のご健康とご多幸をご祈念申し上げます。年頭のご挨拶とさせていただきます。

2020年(令和2年)

アルファクラブグループ代表 神田 成一

人生の節目を互助会がお手伝いします



終活&ご葬儀 法事・法要

故人様の意志はもちろん、残されたご家族様や参列者の方々も安心・納得の葬儀プランや法事・法要プランをご用意しております。どんな小さなご要望もお聞かせください。人生の最後を飾るご葬儀も、自分らしく悔いのないものにしてください。もちろん、終活のご相談も承ります。

ご葬儀・法事・法要プラン全般



ご長寿祝いや 結婚記念日

60歳の還暦から大還暦までの長寿祝い、結婚25年目の銀婚式、50年目の金婚式など人生の節目を家族や親族、親しい人たちと一緒に盛大に祝うのが一般的ですが、あまり知られていないしきたりや準備するものは、いくつもあります。そんな時、是非ご相談ください。経験豊富なスタッフが、ご相談から記念撮影まで丁寧にご案内致します。

記念撮影&ご会食



ご出産

新たな家族の一員が加わるご出産。父となる感動、母となる喜び、お孫さんを持つ幸福。それぞれの永遠の宝物をプロのカメラマンが、記念に残すお手伝いを致します。

記念撮影



ご結婚

何年経っても、記憶として残る結婚式は、新たな家族としてスタートする日です。それぞれに特色があるベルヴィグループの結婚式場で、家族やゲストに伝えたい想いを形にしましょう。思い通りのウェディングを実現する為、最高の晴れ舞台にする為に、最高のスタッフと設備で全力でサポート致します。

ウェディング全般



ご成人

冠婚葬祭の「冠」は、人生の通過儀礼の事を指します。一生に一度しかない、大人になる大切な記念日、成人式も大切な通過儀礼の1つです。豊富なバリエーションの衣裳の中から、主役となるあなたが、一番輝ける振袖・袴を選ばお手伝いをさせていただきます。もちろん、記念撮影もお任せください。

衣裳レンタル&記念撮影



七五三

お子様の成長をお祝いする節目の行事である「七五三」。お着物や衣裳のレンタルや着付けをはじめ、衣裳のことなら私共にお任せください。プロの手による記念撮影で、家族の記憶に残る、かけがえのない思い出お作り致します。

衣裳レンタル&記念撮影



ご誕生

お子様が誕生したことを、その土地の守り神がいっぱやる神社へ、健やかな成長を祈って参拝するのが、お宮参りです。一般的には、生後1カ月ほどの時期に行います。そのご家庭や地域ごとに、様々な決まりや風習がございますので、記念撮影や衣裳の事はプロに任せたいものです。ご家族での誕生祝いの撮影や、お食事会等もお手伝いさせていただきます。

衣裳レンタル&記念撮影

戦後まもなくの日本は貧しく、人生における最大の出来事である婚礼や葬儀などの儀式を満足いく形で行うことができませんでした。そんなときに地域の人々が知恵を出し、協力し合って相互に助け合い、冠婚葬祭の儀式を行うという考えが生まれ、発展したのが互助会です。人生の節目は突然やってくるもの。アルファクラブグループは、あなたとあなたの大切な人の笑顔を守るお手伝いをしたいと考えております。いつでもあなたの力になれるように互助会がご家族の暮らしをサポートいたします。

安い 月々の少ない掛金で大きな安心をお約束いたします。
充実 婚礼施設43施設・葬祭施設332施設がご利用いただけます。(2019年9月30日現在)
お得 各地の様々なレジャー施設やゴルフ場を会員割引価格でご利用いただけます。
便利 ご家族の方はどなたでもご利用いただけます。
安心 厚生労働省認定 葬祭ディレクター・技能審査「一級葬祭ディレクター」が24時間・365日対応いたします。
保証 引越・転動などでご住所が変わってもご利用いただけます。



冠婚・葬祭・互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第3007号)
アルファクラブ武蔵野 株式会社



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



冠婚・葬祭・互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第3087号)
アルファクラブ株式会社【栃木】



冠婚・葬祭・互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第3090号)
サテコシステム 株式会社



冠婚・葬祭・互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第2016号)
アルファクラブ 株式会社【福島】



冠婚・葬祭・互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第3078号)
アルファクラブ静岡株式会社



信州玉姫殿グループ 冠婚・葬祭・互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第3079号)
アルファライフ株式会社



冠婚・葬祭・互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第3016号)
株式会社東冠

「安心と信頼」の実績

※2019年9月30日現在

総婚礼式場数 **43式場** 総葬祭式場数 **332式場**
年間婚礼5,000件を超える実績 年間葬祭25,000件を超える実績

総関連施設数 **11施設**



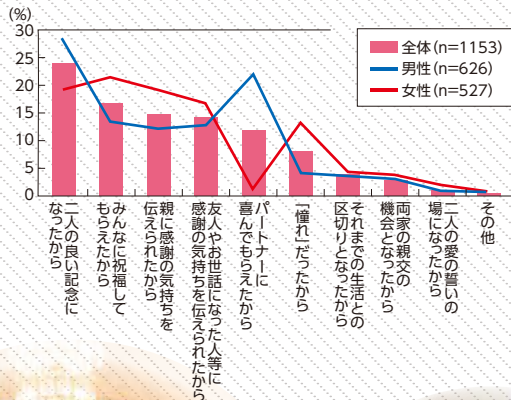
PIIIA 4

お子様やお孫さんに
後悔させないために!!

結婚式(挙式・披露宴)を 挙げてよかった95%

よかったと思う理由

【男性】「二人の良い記念日になったから」「パートナーに喜んでもらえたから」が多く、「二人の満足」を重視する傾向
【女性】「みんなに祝福してもらえたから」が最も多く、「親や友人」へ感謝の気持ちを伝えられたなど、周りとの共感を重視する傾向がある。



互助会で 結婚式の費用を お手伝い。

結婚式(挙式・披露宴)を行わなかった人の 2人に1人が後悔している ※25歳～34歳

後悔している理由

「二人の良い記念」という意味合いが強くなり、両親や友人への感謝を伝えたり、周りから祝福されるような面が薄くなり、後悔の気持ちが残る。

25～29歳	後悔している 55.3%	後悔していない 44.7%
30～34歳	後悔している 50.5%	後悔していない 49.5%

調査対象: 全国20～44歳の男女4000名
調査機関: 一般財団法人冠婚葬祭文化振興財団 冠婚葬祭総合研究所

Q 両親や家族の感想を教えてください。
A 友人や会社関係のゲストはもちろん、家族を巻き込んだ演出やサプライズもあり、家族も楽しめる結婚式でした。逆に親からのサプライズにも対応してくれて、親の気持ちも伝わる結婚式になりました。会場スタッフのサービスや対応もよく、居心地がよい空間でした。



Q 式でこだわったことは？
A テーマに合わせてイメージを統一したこと。有名テーマパークをイメージし、ドレスや会場コーディネート・ペーパーアイテムを準備しました。ずっと作りたいと思っていたムービーにもさりげなく取り入れ、世界観を統一させました。進行は、とにかくゲストに楽しんでもらえるようにしました。ただし、想いを伝えたい場面と感動させたい場面とのメリハリがつくよう、プランナーさんと相談しました。



Q 迷ったことはありませんか？
A 結婚式でウェディングドレスを着るのが夢で、二人でどんな結婚式をしたいかイメージを入籍前から話していました。結婚式という機会がないと、なかなかみんなで集まることもないから…。結婚式をやらなという選択肢はありませんでした。

Q 結婚式でしか味わえなかったことは？
A 主役になれたこと！これは結婚式でしか味わえないと思います。みんなが私たちの為に集まってくれて嬉しかったです。結婚式の準備・打ち合わせから当日と、本当に楽しくて、こんなに時間があつという間に感じたのも、結婚式だからかなと思います。



実際に結婚式を挙げた体験レポート

施行会場 ● ベルティアーズ日立
施行日 ● 2019年9月29日
新郎 ● 薄 圭裕様・新婦 ● (吉成)由美子様



結婚式を挙げて 本当に良かった！

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！

家族からできるサポートがあります。互助会会員様のあなたなら、そんなお子様の結婚式を費用面から支えることができます。

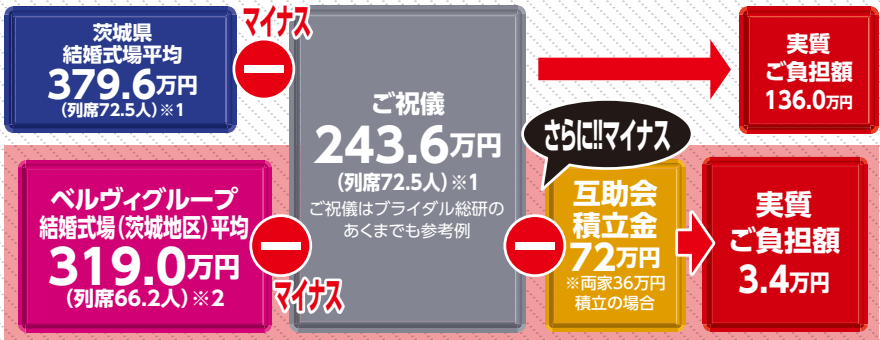
- 互助会は月々3,000円の積立、ちょっとした節約で貯められます。
- 結婚対象者が自分で備える場合もありますが、準備期間が短く難しいのが現状です。
- お子様・お孫様に互助会をプレゼントしましょう！

互助会組織の結婚式場 だからこそできる

- 互助会を積み立てたので負担が少なく、結婚式が挙げられます。
- 経済産業省の許可事業である互助会だからこそ出来る仕組みです。

式場見学・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。



※1: プライダル総研2018調べ

※2: ベル・アー・ジュ、ベル・ザ・クラス、フランベルアムール、ベルジャルダン(2017.7～2018.6)

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。



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。※新婦プランには、タキシード、チャペル式挙式料などが含まれます。

Q 挙げて良かったと思うことは？
A 来て欲しかったゲストのみんなに会えたこと。みんなに楽しんでもらえたこと。普段なかなか伝えられない、家族への感謝の気持ちを伝えることができたこと。イメージしていた以上の結婚式を挙げることにできたこと。本当に結婚式を挙げて良かったです！

Q これから挙げられる方へ伝えたい事は？
A 結婚式を挙げるか迷っているなら、プランナーさんに相談するべき！どんな些細な事でも親身になってアドバイスしてくれます。打ち合わせも当日も楽しんで！準備は大変だったけど、当日の事を考えたら楽しく準備ができました。当日はあつという間なので、一瞬瞬間を噛み締めて…。緊張はするけど楽しみたいと思った！



Bridal information 土浦市

新年最初の豪華お年玉付き BIGブライダルフェア

1/19(日) 新作フルコース大試食会
2/15(土)・3/22(日)

おすすめポイント

- 土浦駅徒歩5分のリゾートウエディング空間が3周年を迎え、記念式典が充実
- 美しいステンドグラスのチャペルでゲストに囲まれて誓う永遠の愛
- 盛大なパーティも、少人数のウエディングも、好みに合わせて選べるスタイル

フラン ベル アムール
TEL.029-823-8765
土浦市港町1-11-8

フランベルアムール

Bridal information 牛久市

ビック ブライダルフェア

1/26(日)・2/16(日)・3/22(日)

おすすめポイント

- 開放感あふれる本格リゾート空間!洗練された大人なウエディングが叶えられる
- TV番組で紹介された母親とも歩めるバージンロードが自慢のチャペル
- 駅徒歩10分の好立地で遠方からも招待しやすいおもてなし空間

人数やテイストの異なる2つのパーティー会場から選べる。
どちらもゆったり寛げる明るい雰囲気

ドレスが映える長さ10mの
ブルーのバージンロード

Bridal information 石岡市

～月に1度の開催～ 【挙式が見れる!!】豪華コース付 感動の挙式体験フェア

1/19(日)・2/16(日)・3/22(日)

おすすめポイント

- 【選べる挙式スタイル】幻想的なチャペル&開放的なガーデン挙式
- 【式当日はまるごと貸切】ゲストとプライベートに過ごせるウエディングが叶う
- 【リゾートガーデン】憧れの演出を自由自在に叶える貸切空間

天井高8mの広々とした空間と
ヒールホワイトの大理石のバージンロード

**ARTISTIC WEDDING GALLERY
Belle AGE**
アーティステック ウエディングギャラリー
ベル・アージュ
TEL.0299-36-1165
石岡市石岡2-16-1

ベルアージュ

Bridal information 日立市

【お年玉特典付き】 NEW YEAR SPECIAL 7DAYS 1/1(祝)～1/7(火)

【VALENTINEフェア】
シェフ特製お料理試食×絶景&会場見学
2/9(日)

【新リゾート空間】
全て体験×試食付♪丸わかりフェア
3/8(日)

おすすめポイント

- 【2018年11月、NEWオープン!】ハイセンスな新しいリゾート空間
- 【絶景のロケーション!】貸切感&開放感が溢れる抜群の好立地
- 【一日貸切ウエディング】ナチュラル×上質感溢れる空間でふたりらしいウエディングを

ガラス越しに見えるライブ感溢れるキッチン。
シェフが腕を振るった
出来立ての料理が運ばれます。

Belle Tears HITACHI
ベル・ティアーズ日立
TEL.0294-87-8972
日立市西成沢町1丁目4-30

ベルティアーズ日立

BELLE THE CLASS
モダンリゾートウエディング
ベル・ザ・クラス
TEL.029-878-1165
牛久市ひたち野西1-22

ちよつとオシャレに LUNCH

- 営業日:月～金曜日
- 休業日:水曜日
- ランチ営業時間
11:30～14:30
¥1,300(税込)～

ベルザクラス

開放的で爽やかな雰囲気
というエッセンスを取り込み
「アットホームでカジュアルな
居心地の良さ」。

テクスチャーを感じる
ラフな素材の組み合わせが、
女性にも共感を与えます。

カフェスタイル

ゲストとの距離が近くて笑顔あふれるパーティにしたい人、
ゆっくりと会話を楽しみたい人にピッタリのカフェウエディング。
友人知人へのお披露目会、1.5次会ウエディングなど、いろいろなスタイルの挙式ができる。

ベル・ザ・ダイニング

オープンキッチンでの
ライブクッキングも可能

Bridal information 守谷市

《月に一度の限定開催》 シェフが贈る至高の絶品料理試食

1/26(日)・2/16(日)・3/22(日)

おすすめポイント

- 守谷駅徒歩10分&東京から約20分!ゲストを招待しやすい好立地
- 開放的なリゾート空間で、ふたりらしさがあふれる憧れのウエディングを叶えよう
- 緑に囲まれたナチュラルな空間で自然体で過ごす大人なおもてなし

四方を緑で囲まれた
プライベート感あふれるリゾート空間

ちよつとオシャレに LUNCH

- 営業日:月～金曜日
- 休業日:水曜日 土日祝
- ランチ営業時間
11:00～15:00(L.O.14:00)
プレートランチセット
¥1,100(税別)～

WORIYA BELLE JARDIN
ESTD 2216
BY BELLE VIE GROUP

ベル・ジャルダン
TEL.0297-48-1165
守谷市松並青葉4-1-12

ベルジャルダン

結婚式がおトクにかなう!
8つの中から好きな項目を
セレクトしよう

SELECT PLAN

【茨城地区全体共通】2020年6月までの挙式・披露宴⇒3～4項目

おもてなし重視のお二人へ 想い出重視のお二人へ こだわり重視のお二人へ

- ①ドリンク.....50%OFF
- ②会場費.....100%OFF
- ③料理.....10%OFF
- ④フォトアルバム.....50%OFF
- ⑤記録DVD.....50%OFF
- ⑥エンドロール.....50%OFF
- ⑦新婦衣装3着目100%OFF
- ⑧演出アイテム...5万円分

●2020年6月末日までに40名様以上で結婚式(挙式・披露宴)を挙げるカップル対象。●日付はセレクトデーに限ります。
●衣装については一部ブランドは除く。●詳しくはお問い合わせください。

家族や親しい友人とゆったり食事を楽しめる
アットホームな挙式&会食プラン

アットホーム ウエディング

茨城地区
全体共通

20名様
70万～

ナチュラルで
あたたかな空間を
感じられるウエディング
おふたりのオリジナル
メニューでおもてなし!!

●2020年6月までに挙式&会食をお考えの方
●大人20名様以上のお客様

Belle Vie GROUP

結婚式場ならではの
おもてなし空間と宴を彩る真心込めた
お料理をご堪能ください。

贅沢ビュッフェ プラン

新年会・謝恩会

- ◆気軽にみんなで5,000円(税別)
- ◆リッチにお得に6,000円(税別)
- ◆満足感たっぷり8,000円(税別)

美食コース プラン

新年会・謝恩会

- ◆料理6品.....7,500円(税別)
- ◆料理7品.....8,500円(税別)
- ◆料理7品.....10,000円(税別)

2/29日まで

**プラン
特典**

- 幹事さま無料
- カラオケ使用料無料
- 会場費無料

※全て2時間飲み放題付き・送迎バス・プロジェクター・スクリーン等オプションあり
※メニューに関して、お客様の好みやご予算に応じて変更可能
※ご詳細は、最寄りの会場へお問い合わせください。

**ベルヴィグループの宴会プラン
豪華10大特典付**

- 幹事様1名分無料
- 3つ星レストラン出身シェフが腕を振るった料理でおもてなし
- ドリンク飲み放題
- 会場貸切サービス
- 通常2時間のパーティ、30分延長OK
- カラオケ無料サービス
- プロジェクター無料サービス
- 専属パティシエが、デザートを手作り
- 控室・更衣室の使用無料
- 案内状作成サービス

※30名様以上のご利用時のみの特典となります。

歓送迎会

大切な節目のお祝い事は
華やかなロケーションで
心ゆくまでお過ごしください。

アルファクラブグループ

お一人様
5,000円～(税別)

BELLE TEARS HITACHI Presents

ベル・ティアーズ日立で体感!ものまねエンターテインメント

みはるの ものまね SHOW

2020
1/19

お一人様
¥15,000

Part1 11:30～/13:30～/15:00～
Part2 17:30～/19:00～/21:00～

みはる MIHARU

お友達を当社
結婚式場に紹介し
ご成約された場合
会員様に10,000ポイント
プレゼント!!
※ポイントは結婚式後の
付与となります。

ブライダルフェア
参加の会員様には
300ポイント
プレゼント!
※来館時
で提示

ベルヴィグループ
助産師安心サポート!
マタニティ
ウエディング!
助産師が出席を迎えるママや初めて
ママになったママをサポート
詳しくは、各会場まで
ご相談ください。

先輩花嫁の結婚式を発信中! チャンネル登録は
こちらから

ベルヴィグループ

健康 知っていると安心 コラム



一般財団法人太田綜合病院
太田熱海病院 病院長
丹治 雅博 先生

心筋梗塞でも 予防できる

心疾患危険度セルフチェック

- 肥満体型である
- 血圧が高めである
- 血糖値、コレステロール値が高めである
- 普段あまり運動しない
- 軽い運動でも動悸や息切れを感じる
- 風呂は熱い湯や長湯が好きだ
- タバコを吸っている
- お酒を毎日飲んでいる
- 仕事や生活のリズムが不規則である
- 普段からストレスを感じている

この項目に数多く該当する方は要注意です。
梗塞を起こした人の半数以上が発症前の1週間以内に「運動時に苦しかった」などの前兆を感じています。何か前兆を感じたら医療機関を受診しましょう。

「生活習慣の改善」

生活習慣が乱れていると心臓を巡る冠動脈が硬く狭くなり、狭心症や心筋梗塞の要因になります。とくに注意すべき危険因子が脂肪分や塩分の多い食生活、喫煙、運動不足です。予防するには日々の暮らしを見直すことが第一といえるでしょう。

①食生活の改善

心筋梗塞の予防は、何より動脈硬化を起さないことで、それには食生活における工夫が一番です。

●塩分の摂取は控えめに

血液中に塩分(ナトリウム)が増えると血圧が上がります。血圧が高い状態が続くと血管壁は厚く硬くなってしまう。したがって動脈硬化を抑える第1歩は血圧を低く抑えることです。それには食事の際の塩分を控える必要があります。1日の塩分摂取量はできれば6グラム以下に抑えましょう。

●動物性脂肪を避け、魚を食べましょう

脂肪の主成分である脂肪酸には飽和脂肪酸と不飽和脂肪酸があり、飽和脂肪酸は血液中の悪玉コレステロールを増やし動脈硬化を促進します。肉や乳製品などの動物性脂肪には飽和脂肪酸が多く含まれています。ベーコンやコンビーフなどの肉の加工品の脂やラードなどの脂も飽和脂肪酸です。肉や乳製品も大事な栄養分なので食べ過ぎは避け、魚料理を2日に1回、最低でも週に1〜2回食べると心疾患を抑制する効果があると言われています。

●野菜や海藻からミネラルを摂りましょう

血液中のカリウムが増えるとナトリウムが排出され血圧が下がります。高血圧の予防は心筋梗塞の予防に直結するのでカリウムの摂取は大事です。カリウムを豊富に含むのは

心筋梗塞とは

心臓は血液を全身に送るポンプの働きをしています。ポンプとして働くために心臓の筋肉も酸素や栄養を必要とします。その血液を供給するのが心臓を取り囲むように広がっている「冠動脈」と呼ばれる血管です(図1)。この冠動脈で動脈硬化が進行すると、血管の内壁にコレステロールなどの脂質の塊が付着します。この塊が大きくなり血液の流れが悪くなることで、心筋が虚血に陥った状態が「狭心症」です。さらに脂質の塊が破裂してできた血栓により血管が詰まると、心筋が壊死して「心筋梗塞」になります(図2)。

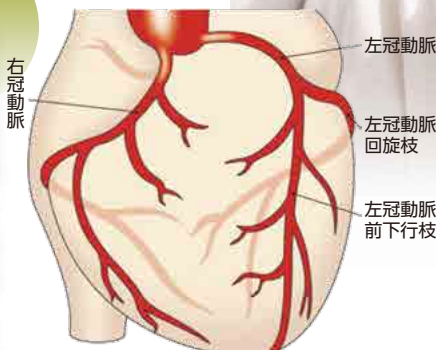


図1: 心臓を取り囲むように広がっている冠動脈
※北海道心臓協会イラスト集より引用

心筋梗塞を防ぐには 「心筋梗塞の前兆を見逃さない」

多くの人を前触れもなく突然襲う恐ろしい心筋梗塞、実は予兆を感じている人も多く、早期に検査、治療を行うことで予防が可能です。心筋梗塞の前兆である狭心症では以下の様な症状が現れます。

●胸痛

胸の中央部の圧迫感や痛みとして感じられますが、多くの人はこの感覚を痛みというよりも不快感や押しつぶされるような感覚と表現します。

●肩こり、腕・背中・脇の痛み

痛み、不快感は肩、腕の内側、背中、のど、あご、歯などに広がることもあります。

●息切れ、呼吸困難、動悸、息苦しさ

典型的な狭心症は運動によって引き起こされ、数分以内に続くことはなく、安静にすることで治まります。心筋



図3: 心筋梗塞予防に良いとされる食材

脈硬化を促進する活性酸素を除去してくれます。要するに野菜類、海藻類、大豆製品などは体に大切なミネラルやビタミンの宝庫(図3)。心掛けて摂取するようにしましょう。

●ご飯の大盛りはやめましょう

ごはんやパン、うどんやそばなどの炭水化物は分解される過程で糖分に変わり過剰な摂取が続くと糖尿病を引き起こします。また血液中の中性脂肪を増やし、それが悪玉コレステロールの増加につながって脂質異常症をも引き起こします。糖分は肥満や糖尿病を呼ぶだけでなく動脈硬化にも大敵なのです。まずはごはんの大盛りを避けましょう。ごはんでお腹をいっぱいにするのではなく、少量ずつでもいろいろなおかずを用意してバランスのいい食事を心がけましょう。

●食事はバランスが大事

いくら体にいいと言っても、何かひとつの食材に偏った食事をしていてはむしろ体には逆効果。要はタンパク質、脂質、糖質(炭水化物)、ビタミン、ミネラル、食物繊維などをバランスよく摂ることが重要です。それと共に朝食を抜かず、三食きちんと決まった時間に食べるといった規則正しい生活が大切です。

い生活が望まれます。間食や夜食も控えましょう。夜遅い食事は肥満の元です。

②日常的に軽い運動を

運動不足を放置しているとやがて筋肉量が減ってしまいます。筋肉量が減ると基礎代謝も落ちやすくなります。その結果、内臓脂肪が付き血液の循環も悪化して動脈硬化が促進されます。とにかく体を動かしましょう。勧められるのは有酸素運動です。しっかりと呼吸をしながら軽くゆつたりとした運動で、たとえばゆっくりペースのジョギング、自転車こぎ、水中歩行、スローペースの水泳といったものです。ラジオ体操や早歩きなどを1回30分以上、週に5回行なうと1カ月で1〜2%ほど内臓脂肪が減るという報告があります。

③禁煙とストレス解消

タバコは「健康への最大危険因子」であり、禁煙のメリットは計り知れません。禁煙することにより心筋梗塞の危険性は低下しますので、まずは禁煙をしましょう。またストレスも発症の引き金になります。規則正しい生活で過剰なストレスをためないようにしましょう。

2020 1月~3月 12星座占い



おひつじ座

3月21日
~4月19日

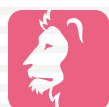
2019年に切りひらいた旅のルートを辿りなおし、さらに延長・拡張していくような冒険を、この時期に体験。勉強や研究、取材や発信など、知的活動にも力がこもるときです。



ふたご座

5月21日
~6月21日

人間関係において「だんだんと森の深いところに分け入ってゆく」ような感じ。単純と思っていた相手が複雑な内面を見せてくれたり、口約束が現実化していったりするタイミングです。



しし座

7月23日
~8月22日

新しいアイデアをどんどん出しに行ける、とてもクリエイティブな時間です。2019年の中で道筋をつけた創作活動の場があれば、そこで「大暴れ」できる感じがあります。



てんびん座

9月23日
~10月23日

フットワーク良くガンガン動く時期となっています。昨年かなりいろいろな「ルートの開拓」してきた人も少なくないはずですが、ルートを積極的に「使っていく」ような時間となるようです。



いて座

11月23日
~12月23日

非常にアクティブな日々が続きます。熱い「勝負」が続き、新境地に到達できるようなタイミングです。また、あたたかなコミュニケーションが広がる時期でもあります。



みずがめ座

1月20日
~2月18日

きらめくような素晴らしい時間となっています。愛の追い風が吹いていますし、褒められたり誘われたりする場面が多いでしょう。一方、1月から2月上旬は忙しい「計画の時間」です。



おうし座

4月20日
~5月20日

1月は年明けから半ばにかけて、キラキラしたチャンスが巡ってきやすい、ワクワクする季節です。また、年明けから3月にかけて、遠出する機会が多いでしょう。



かに座

6月22日
~7月22日

「いろいろな人がドタバタしてくる」ドラマが展開。複数人が入り乱れて登場するので、過去二年ほどで培った「少しずつ関わろう」など、方針がかなり役に立つはずです。



おとめ座

8月23日
~9月22日

「後片付け」のような、様々な忙しい作業に追われる人もいます。いずれにせよ、「今の自分に合った形に、環境をカスタマイズする」プロセスが展開していきます。



さそり座

10月24日
~11月22日

とても賑やかな、慌ただしい雰囲気になります。色々な方面に声をかけ、対話や活動の道筋を作れます。いろいろな人のニーズを聞いて、自分がやるべきことが見えてくるかもしれません。



やぎ座

12月24日
~1月19日

ほぼぶっ通しでてんてこ舞いの忙しさとなるかもしれません。1月下旬から2月上旬は一息つけるかもしれませんが、それ以外は非常に密度の濃い時間となるでしょう。



うお座

2月19日
~3月20日

ひときわ忙しい時期となっています。2019年中にあなたが自らの手で切り開いたフィールドにたくさんの人が集まってきて、とても賑やかな状況になるでしょう。忙しくも楽しい時間。

新規提携店の ご紹介

暮らしを楽しく、お得に。ますます便利に！
全900店舗以上の加盟店
今すぐWEBサイトへアクセス!!

プラスアルファカードのお問い合わせは
☎029-827-1055
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!!
コチラからアクセス!!
<https://www.plusalphacard.jp/member/list>



おそうじ本舗 日立駅前店 日立市大みか町3-24-9 TEL.080-0777-8822 【特典】全てのメニュー10%OFF	喫茶セインツ 石岡市府中1-8-28 TEL.029-24-0160 【特典】手作り季節のクッキープレゼント	キレイ総合研究所 つくば市研究学園5-4-9 メゾンエチュード102 TEL.029-875-3790 【特典】 ・Bodyの施術を体験の方プラス10分のサービス ・脱毛でお越しの方、1ヵ所プラスで脱毛サービス	呑み処 楽笑 鹿嶋市佐田3-49 佐田店舗102 TEL.029-82-1505 【特典】ソフトドリンク1杯サービス
黒ばら 桑原商店 日立市若葉町3-7-7 TEL.029-21-2808 【特典】5%OFF	野口自動車整備工場 稲敷郡阿見町岡崎2-1-6 TEL.029-888-2787 【特典】車検時のオイル交換サービス (軽～普通自動車まで)	executive hair lounge DOLCE つくば市下広岡1040-7 ジョイプラザ3号 TEL.029-875-5958 【特典】 ・新規のお客さま 全メニュー20%OFF ・クイックヘッドスパのサービス	呑み処 歩杯 鹿嶋市宮中5-11-13 金田ビル102 TEL.029-83-5123 【特典】ソフトドリンク1杯サービス
中村豆腐店 かすみがうら市深谷2379 TEL.029-897-0321 【特典】生揚げ1枚プレゼント	Live House Country 土浦市港町1-6-15 TEL.029-826-7040 【特典】ドリンク1杯サービス	Mont-Saint つくば市二の宮2-9-8 江戸ビル101 TEL.029-859-8633 【特典】10%OFF	新川茶屋 神栖市波崎7384-1 TEL.0479-44-8881 【特典】お茶・マグカップ10%OFF
まちのお花屋さん フルールシェリー 土浦市東真鍋町4-6 TEL.029-869-9087 【特典】5,000円(税抜)以上のお買い物で5%OFF	トータルビューティーサロン ネクサス 石岡市東石岡3-4-36C TEL.029-57-3600 【特典】カイトプラクティック 20分3,000円を20分500円	乗馬クラブ クレイン茨城 つくば市水堀410 TEL.029-861-8867 【特典】体験乗馬45分5,000円(税別)を30%OFF※装具レンタル500円(税別)と保険200円は自己負担	焼オートデックデルト 神栖市鰐川125-362 TEL.029-90-0300 【特典】車検整備時にガソリン添加剤プレゼント
Hairdesign Chou Chou 小美玉市上玉里65-25 TEL.080-8045-3095 【特典】10%OFF	カイトプラクティック スマイルギフト つくばみらい市伊奈東34-375 TEL.080-5477-2504 【特典】 ・初回6,000円→3,000円(問診含む) ・2回目以降、またはご紹介で500円引き	居酒屋 此の味 鹿嶋市宮中221-4 桜ビル101 TEL.029-83-4433 【特典】ソフトドリンク1杯サービス	
E-one way 石岡市東田中1528 TEL.029-26-7837 【特典】板金、塗装、車検工賃20%OFF			

※詳しい店舗情報は、プラスアルファ カード専用WEBサイトにてご確認ください。※上記提携店リストは順不同になります。※店名等の誤字・脱字の際は予めご了承ください。

暮らしを楽しく、お得に！
アルファクラブグループ
会員様のためのアプリ

登録
無料

1000 ポイントプレゼント！
アプリご登録キャンペーン実施中！

ダウンロードはこちらから
App Store からダウンロード
Google Play で手に入れよう

プラスアルファ 検索

プラスアルファアプリに
関するお問合せは 茨城 専用ダイヤル **029-827-1055**
受付時間 ※土日祝は除く
10:00～17:00

ポイント貯める
ポイントを使う♪

※景品画像はイメージです
貯まったポイントは素敵な
景品と交換できます。
※2000ポイントからカタログ交換
可能です。

新春簡単レシピ!! 和洋グラタンの競演! 新春メニューのお楽しみ! 牡蠣のクリームアンディーブ シャンパン風味

これは簡単!!

盛り付け例

材料【2人前】
 ●牡蠣…2ヶ(生牡蠣or落とし牡蠣) ●アンディーブ
 (別名チコリ)…2枚 ●クリーム…50cc ●シャンパン
 …50cc ●卵黄(玉
 子1個分)…1
 つ ●バター(油分
 の使用)…100g
 ●チーズ…少々
 ●ベーコン…1枚



作り方

①アンディーブのジュリアン(千切り)をバターソーシ
 ーで、シャンパン50ccを沸かし、クリーム50ccを入れて
 煮つめ、牡蠣の汁を入れます。その後、牡蠣本体を入
 れ、火を通して全体を温めます。牡蠣本体は、いちど取り
 出しておきます。
 ②オランダースソースを作ります。卵黄にシャンパン10cc
 以下を入れて湯煎し、常温で溶かしておいたバターの
 油分のみを入れ、ホットマヨネーズ(バター油分を使わ

ない場合:市販のマヨネーズでもOK)を作ります。
 ③クリーム①と②を合わせ、塩・コショウを少々かけて、
 ソースを作ります。
 ④牡蠣の殻(殻がない場合は、オープンで使用出来る陶
 器)に①を入れ、上に牡蠣本体をのせます。③で合わせ
 たソースをかけます。
 ⑤チーズをかけて、オープンで約180℃にて1分目安焼
 き上げます。



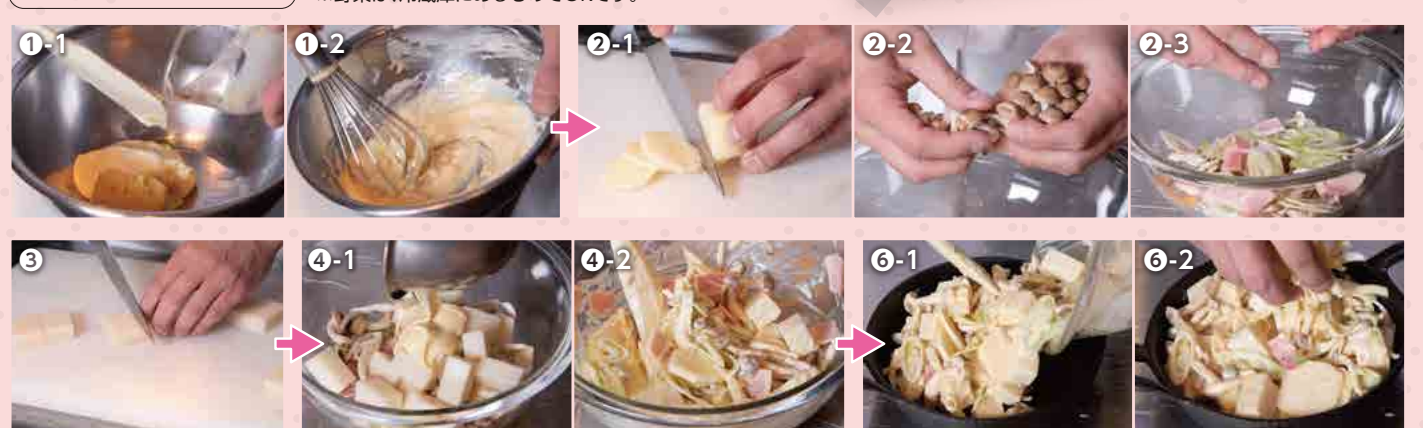
材料【2人前】

●餅…4切れ ●長葱…1/3本 ●
 しめじ…1/4P ●ベーコン…1枚
 ●里芋またはジャガイモ…1ヶ
 (スライス後、水にさらす) ●ピ
 ザ用チーズ…80g ●パン粉…
 適量 ●刻みのり



作り方

①材料④をすべて混ぜ合わせます。これでソース完成です。
 ②しめじ・葱・ベーコン・ジャガイモは、軽く塩・コショウをし、
 ソテーし、(電子レンジで、3分くらい温めてもOK)冷まし
 ます。
 ③餅(丸餅でも角餅でもOK)を、
 食べやすい大きさに、切ります。
 ④餅・②・④を入れ、混ぜ合わせます。
 ⑤耐熱皿に油を塗り④を入れ、チーズ・パン粉をのせます。
 ⑥トースター(1500W5分)または、オープン(グラタンモード)
 にて、焼き色がつくまで焼きます。刻みのりをのせます。
 ※野菜は、冷蔵庫にあるものでOKです。



感謝が溢れる 思い通りのお葬式

さがみ典礼が選ばれる理由

さがみ典礼とは… <https://sagamitenrei-group.com/ibaraki/>



理由
1



地域密着の葬儀 葬儀利用件数30,000件以上

さがみ典礼はこれまで30,000件以上の葬儀をお手伝いしてきました。地域のお客様との繋がりを強く持ち、地域密着の葬儀に尽力しております。

理由
2



県内最大級の 葬儀場件数

茨城31ヶ所の施設がございます。ご自宅の近くや、ご希望エリアの施設へすぐにご案内できます。

理由
3



事前の見積り提示で 総額費用が明瞭

お葬式をさせて頂く前に必ずお見積りを提出させて頂いております。事前にお客様のご要望をお伺いし、お客様一人一人に合ったご提案をさせて頂きます。

理由
4



スタッフの対応力& 24時間365日対応

茨城県における1級葬祭ディレクターの数はトップクラス。喪主様はじめ、ご家族、ご親戚、参列者様にもすみずみまで心の行き届いたおもてなしを提供させて頂いております。24時間365日、無休でご対応します。

理由
5



エンバーミングふれあうお葬式

さがみ典礼ではエンバーミングを行っております。エンバーミングとは、故人様を元氣だった頃のお姿に戻させていただき、安全かつ衛生的にお別れをしていただく為の技術となります。さがみ典礼では最後までケアさせて頂いております。



茨城県での自社
葬祭場数最大級
※自社調べ



実績年間
30000件以上
1級葬祭ディレクター
によるプロの対応



さようならが あたたかい

さがみ典礼

3. 自分らしく 生活するための準備

人生最終章を迎える生活を考えなくては いけません。広い家から夫婦二人で十分な 家への移住や、入院や介護、ホームへの入所な ど穏やかに坂を下る準備をしていくために 最後まで自分らしい生活を送ることが大切 です。趣味や旅行など現役時代に出来なかつ たことにチャレンジしたりする事も良いで しょう。健康に明るく生きながら、人生の終 りのための活動を行うことが重要です。

いかがでしょうか。様々な考え方があ るかと思いますが皆様と共にさがみ典礼は葬 儀の事を真剣に考え、ご提案させて頂いたき ます。後悔のない葬儀のために、たくさん

知識と経験がさがみ典礼にあります。 選ばれるには理由があります。最後はさ がみに典礼に聞いてください。納得のいく葬 送の時をご提案いたします。あなたの近く にさがみ典礼。

ご葬儀後の相続の 手続きはお済みですか？

●何から始めたらいいの？●不動産の名義はどう やって変えるの？●遺産の分割はどうやって進めて いくの？●相続税はいくらかかるの？
不動産名義変更／戸籍収集／相続手続き／相続税 申告／金融機関／車の名義変更／遺族年金手続き ／葬祭費・埋葬料の請求等の各種サポート

相続手続きは約80種類！
面倒な相続手続きをトータルサポート!!

さがみ相続相談センター ☎ 0120-963-143

【受付時間】9時～18時(年末年始を除き年中無休)
運営事務所：チェスナット司法書士法人・行政書士事務所
東京都港区北青山3-5-12青山クリスタルビル9階

まずは葬儀の形態を知ることが大切で す。家族葬や一般葬、社葬、団体葬など置か れた状況によってふさわしい葬儀の形式が あることを理解すべきです。例えば家族葬 といわれる形態にもメリット、デメリットが あります。メリットは会葬者に気を使わず、 近親者だけでゆつくりと、比較的自由な葬

1. 葬儀に関する準備

最初にさがみ典礼が提案することは互 助会の積立や共済の加入といった金額の準 備と葬儀に必要なものは何か等、エンディ ングノートを活用し、葬儀の準備をすること が必要です。さがみ典礼ではオリジナルのエン ディングノート「19のしたく」を用意しており ます。

2. 相続の準備

相続に関しては、不動産や預貯金などの 資産となるものや、保険やライフラインなど の葬儀後の生活に関すること、菩提寺や家、 地域のしきたりなど様々な社会通念を教え ておくことになります。 葬儀は遺された家族が執り行うものです。 家族に迷惑を掛けたくないよう意思を固めて おくことが最も大切です。さがみ典礼では 相談無料の「さがみ典礼相続センター」を設 け皆様のお手伝いを行っております。

「終活について」

Funeral information



イメージキャラクター
加藤 蒼人

「19のしたく」 ご紹介

無料で全員に
プレゼント!
オリジナル
「エンディングノート」



●お問い合わせ先は
☎ 0120-718-918
<https://sagamitenrei-group.com/ibaraki/>

さがみ典礼から生まれる 物語

茨城県北地区 統括館長 齋藤 和紀

私がこれまでに幾多のお葬儀をお手伝いさせて頂いた中から、息子様を亡くされたご葬祭様の話をさせて頂きます。

「息子が亡くなったので、葬儀をお願いしたい」お父様からの連絡でした。直ぐに、病院にお迎えにあがり、その後ご自宅へと向かいました。

ご安置をした後、ご家族やご親戚の方々は、眠っているかのように穏やかな表情をされている故人様をずっと囲んでおられました。

そしてご両親から息子様についての話を聞かせて頂きました。

学生時代は部活動に明け暮れていたそう、チームメイトからの信頼も厚くキャプテンを務めていたそうです。高校を卒業後は地元企業に就職をされました。年に一度の地元のお祭りが大好きで、毎年そろいの法被を着て参加されていたそうです。

お母様は祭りの写真を見ながら「今年は息子の法被姿が見られないのか」と、涙ながらに呟いておられました。

私はそのお母様の言葉を聞き、ご両親の想いを何とか形にして差し上げたいと考え、ご両親に「息子様の葬儀を大好きだった祭りのように、賑やかに送りしませんか」と、ご提案しました。祭壇には、息子様を着用していた法被を飾り、祭りを楽しんでいる映像を流させて頂きました。出棺時には、若連の方々にもご協力を頂き、式場に太鼓を準備して、祭囃子を鳴らして頂きました。

その様子に、息様が亡くなられてから一度も涙を見せなかったお父様は、堪えることなく大粒の涙を流されておりました。火葬場へ向う霊柩車の中でお父様は微笑みながら「齋藤君、ありがとう。息子もきつと喜んでくれるよ」と、声をかけて頂きました。私は、その言葉に胸をなでおろしました。ご両親が愛した息子様のご葬儀のお手伝いが出来て本当に良かった。ご両親に対し感謝の気持ちで胸がいっぱいになりました。

これからも、ご遺族から頂く「ありがとう」の一言を胸に、故人様、ご遺族様の思いに寄り添えるお葬儀のお手伝いをしてまいります。

さがみ典礼はこのような想いで
葬儀を行っております



仏壇・仏具の
興運堂

◆興運堂 土浦店
土浦市田中1-6-9
TEL.029-823-4999

◆興運堂 龍ヶ崎店
龍ヶ崎市緑町171
TEL.0297-62-2988

◆興運堂 日立店
日立市大みか6-6-24
TEL.0294-52-1194

霊園選びまで…

プラスアルファカード特典
通常価格の
20%OFF
(一部除外品があります)

和風の心落ち着く空間で
最愛の人とお別れの時間を
気兼ねなくお過ごし頂けます。

北茨城市

1月末オープン予定

**さがみ典礼
北茨城ホール**

葬儀事前相談・葬儀受付【24時間365日対応】

0120(718)918

冠婚葬祭互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第2018号) 株式会社
アルファクラブ

本社 〒963-8861 福島県郡山市鶴見町2-4-5 ☎024-923-1055
茨城支社 〒313-1416 茨城県日立市田町4-49-27 ☎0294-25-0294

海洋葬(散骨)展開と現状

散骨可能海域
●福島県小浜湾沖
●茨城県大洗沖
●沖縄県石垣島沖
※温かい海で最後のお別れも可能です

海洋葬・当日の流れ

集合 → 撮影 → 出港 → 献花
お還し → 献酒 → 帰港 → 会食

マンガでわかる
葬祭話 Vol.23

**葬儀・法事・法要
なぜ行うの?**

今更だけど…
お葬式や法事法要は
何のために
こんなことを
しているのだろう…

そつよね 家族や
親族に言われるから?
親族が来たから、しかたなく?
何となく、曖昧よね…

また法事法要は
「心のケア」なのです!
決して見栄や世間体でもなく、
大きい悲しみなので、
この痛みからは誰しも
自分だけで短期間に回復は
できません。

少しずつ浄化し
深い悲しみを
ほぐしていくのね。

極楽浄土…
故人が極楽浄土に
往生できるように
供養するために
「必ず必要な儀式と
なっています」。

法事・法要の必要性
故人の冥福を
祈るために
行つたのです。
故人が極楽浄土に
往生できるように
供養するために
「必ず必要な儀式と
なっています」。

年忌法要の仏式

名称	法要の年月日	内容
初七日	死後七日目	近親者 知人全招き供養
二七日	死後十四日目	遺族だけで供養
三七日	死後二十一日目	近親者 知人全招き供養
四七日	死後三十三日目	近親者 知人全招き供養
五七日	死後四十二日目	近親者 知人全招き供養
六七日	死後五十一日目	近親者 知人全招き供養
七七日	死後六十一日目	納骨も
新盆	死後満一年	この年間死に仕えを 近親者、知人全招き供養
百ヶ日	死後満二年	近親者、知人全招き供養
七回忌	死後満三年	招き供養
十三回忌	死後満四年	招き供養
十七回忌	死後満五年	招き供養
二十回忌	死後満六年	招き供養
二十七回忌	死後満七年	招き供養
三十三回忌	死後満八年	招き供養

以後は死亡した年も
入れて数えます

一般に、お葬式は、
「お葬式はもうし
法事・法要は必ず行つ
必要があります」
だか…

お葬式はもうし
法事・法要は必ず行つ
必要があります

葬儀・法事のことで困ったら
「さがみ」に相談
お気軽にお問合せください

■海洋散骨の価格例

委託プラン
お客様に代わりスタッフが散骨します
会員様特別料金 (故人様1人分・税込) **74,000円**

チャータープラン
通常料金288,000円(乗船5名・税込)
会員様特別料金 (故人様1人分・税込) **238,000円**

《含まれるもの》●クルーザーチャーター料
●燃料費●クルー2名●散骨司会進行●水溶性袋●花簞●献酒●散骨実施写真●散骨証明書●散骨作業●骨壺処分●搭乗者保険料

【お問合せは、各地区共通】
0120(718)918

会員様だからできる
特別料金

内覧会とは…

普段なかなか見る機会のない会館内をご覧いただくことができ、ゆっくりご相談いただけるコーナーもございます。葬祭ディレクターが個別に葬儀のご相談を承りますので、この機会にぜひ、ご不明な点、心配なことを解消してください。

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!!

①お葬式の相談が出来る
お葬式を行うにあたっての不安なこと、ご相談しておきたい事など、普段聞きにくい事も踏まえ、専門のスタッフがご相談を承ります。

②葬儀場を見学できる
実際に葬儀場を見学する事で、葬儀場の広さや親族控室などをご覧いただけます。

③お葬式費用がわかる
お葬式の費用が実際にどのくらいかかるのかご希望があれば、お見積りを提出させて頂いております。

どうぞ皆様、お問い合わせの上お越しください。
スタッフ一同、心よりお待ちしております。

皆様に館内を自由にご覧いただける内覧会を開催!!

地区	1月	2月	3月
県北	20日(月)・21日(火) さがみ典礼日立ホール	お問い合わせください さがみ典礼北茨城ホール(仮称) オープン内覧会予定	お問い合わせください さがみ典礼北茨城ホール(仮称)
県央	20日(月)・21日(火) さがみ典礼土浦南ホール	18日(火)・19日(水) さがみ典礼石岡ホール	18日(水)・19日(木) さがみ典礼 かすみがうらホール
県南	20日(月)・21日(火) さがみ典礼牛久中央ホール	14日(金)・15日(土) さがみ典礼牛久中央ホール	13日(金)・14日(土) さがみ典礼牛久中央ホール
県東	18日(土)・19日(日) さがみ典礼潮来ホール	14日(金)・15日(土) さがみ典礼潮来ホール	19日(木)・20日(祝) さがみ典礼潮来ホール
県西	22日(水)・23日(木) さがみ典礼 水海道駅前ホール	21日(金)・22日(土) さがみ典礼みらい平ホール	20日(祝)・21日(土) さがみ典礼 水海道駅前ホール

互助会へ入会される方を紹介し、紹介された方が入会された場合
3000ポイントプレゼント!!

法要・法要も
当社で執り行えます

ご安心下さい。さがみの葬祭式場や、関連施設で法事・法要を執り行うことができます。葬儀からその後の仏壇・仏具・墓石そして法事や法要まで、当社がトータルでお手伝いさせていただきます。まずは「さがみ」にお気軽に相談ください。

ご自宅から
近い会場
ご家族様が集まり
やすい会場を
お選び
いただけます

法要会場を改めて探す手間や担当者に一から説明する手間などの煩わしさを省くことが出来ます。また、司会・進行・焼香・返礼品・祭壇花・案内状・席札・バスなどのご要望をお伺いしながら、スタッフがお手伝いいたします。

ご予約特典
会員様法要×リット

①法要・法宴祭壇無料
②会場費無料
③マイクロバス送迎サービス(1台)
※15名様以上でのご利用の場合※1往復3時間以内
④陰膳無料
※15名様以上でのご利用の場合
⑤法要ご案内状無料

「さがみ葬祭施設」での
法要をご検討の方は

アルファクラブ(株)さがみ典礼
0120(718)918

