PLUAL

Vol.23 福島版

2020 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

春の舞

2020年スポーツの年ですね！

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】クロスフィットトレーナー・Reebok Brand アンバサダー

AYA Exercise

AYAボディメソッドBASIC

読者プレゼント！
別紙同封専用ハガキで、なんと100名様に当る！

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!

ベルヴィグループ
毎日が可愛い振袖展示会を開催中!

住職からのお話し
通夜葬儀を行う重要性

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～金曜10:00～17:00 ※土曜・日曜・祝日を除く

PLUAL Vol.23 プラール 福島版 2020 SPRING

■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4月10日発行（年4回）

お得が満載 プラスアルファカード!!

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

プラスアルファカードのお問い合わせは
☎024-923-7279

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!!

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!

ポイント交換方法

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数を「別紙ポイントカタログ専用お申込みハガキ」に用意ございますので記入漏れなく、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. カタログの中からお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ます。記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週間位でご注文いただいた商品をお届けします。

※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

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.024-923-7279
●受付時間／月曜～金曜 10:00～17:00（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!!

キリトリ線

新規互助会会員ご紹介キャンペーン

2020年5月31日まで

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。

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	

のりしろ　のりしろ　のりしろ

キリトリ線

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

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。

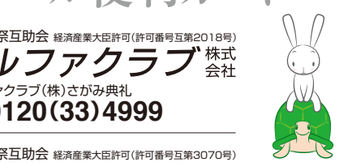
点線に沿って切り取ってください。免許証・カード等と一緒に保管し、ご利用下さい。

キリトリ線

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



Vol.23 CONTENTS

PLUAL プラール

INDEX

2 アルファクラブグループ
ご加入コース内容の確認をしてみませんか?
冠婚葬祭オープン情報

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ボディメソッドBASIC

6～7 ベルヴィグループ
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

8～9 人生の節目のお祝い事
ベルヴィグループのブライダル情報

10～11 ベルヴィグループ総料理長が紹介
春の簡単レシピ
ランチ情報／鈴鐘／成庵

12～13 健康コラム「知っていると安心」
～健康維持の4つの秘訣～
公益財団法人 星総合病院／2020星座占い

14～15 住職からのお話
「通夜葬儀を行う重要性」
さがみ典礼が選ばれる理由／法事法要

16～17 さがみ典礼
新盆のご準備はお早めに…
エンバーミング／内覧会日程
マンガでわかる葬儀／遺言書システム／19のしたく

18～19 アルファクラブグループ
川柳大賞発表・新規提携店
海洋葬のごあんない

20 ご紹介キャンペーンのごあんない

一口メモ 聖火（せいか）

東京2020オリンピック聖火リレー

聖火はギリシャのオリンピア遺跡で太陽を利用して採火され、聖火ランナーによってオリンピック開催地まで届けられます。伝統的に、オリンピックの開会式が行われる数ヶ月前に、古代オリンピックが行われていたペロポネソス半島のオリンピアにおけるヘーラーの神殿跡で採火されています。

東京2020オリンピック聖火リレーは日本全国を巡り、震災から9年目の被災地も訪れる予定。新しい時代の希望のオリンピック聖火リレーとして、復興に力を尽くされている方々にも、元気や力をお届けするように、進んでおります。

前号で実施いたしました「お正月特別企画 お年玉プレゼント」にて、会員の皆様からたくさんのご応募を頂戴いたしました。厳正な抽選を行い当選された方々に、商品の発送させて頂きました。前号でご案内した通り、当選者は連絡及び商品の発送をもって発表に代えさせて頂きました。たくさんのご応募本当にありがとうございました。 プラスアルファカード事務局

会員様向け

アルファクラブグループ 厳選すてきな大人旅 初夏の日帰りバスツアー

初夏の山形・東沢バラまつりとさくらんぼ食べ放題の旅

東沢バラ公園

さくらんぼ狩り
山形の夏の代表「さくらんぼ」。中でも人気が佐藤錦です。地元の種苗会社の社長が生みの親・佐藤錦にちなんで「佐藤錦」と命名され、誕生しました。

東沢バラ公園
日本有数の規模を誇るバラ園と3つの湖を中心とした美しい公園。約7ヘクタールの広さに世界各国の約750品種・2万株余りのバラが咲き誇り、甘い香りに包まれています。

高畠ワイナリー
ワインが出来るまでを見学でき、地下セラーも見られます。見学後は10種類ほどあるワインを試飲しながら、お気に入りのワインをお選びください。ワインソフトなどワイン以外の土産品も豊富です。

さくらんぼ狩り

出発時間の目安　福島8:00／郡山7:20／須賀川7:10／白河7:00／いわき6:30／会津若松7:30 ※会津若松地区は大峠経由です。

福島県内各地=最寄IC=<高速道路>=東根北IC=村山:東沢バラ公園にてバラまつり2020鑑賞(10:00～11:00)=寒河江:チェリーランドさがえ(昼食・お買物)(11:40～12:50)=寒河江IC=<高速道路>=かみのやま温泉IC=上山:さくらんぼ狩り(30分食べ放題)(13:40～14:20)=高畠ワイナリー(お買物)(15:10～15:50)=米沢北IC=<高速道路>=最寄IC=福島県内各地

到着時間の目安　福島16:50／郡山17:20／須賀川17:30／白河17:40／いわき18:20／会津若松17:20 ※会津若松地区は大峠経由です。

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! 申込時ご提示で

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：令和2年5月8日
■旅行日：令和2年6月中旬～7月上旬(平日)
※詳しくは、お問い合わせください。

[お問合せ・資料請求は最寄りの各支社へ]

■ 郡山本社	〒963-8861 郡山市鶴見坦2-4-5	TEL.024-923-7279
■ 福島支社	〒960-8136 福島市八島町5-41	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 須賀川市岩作40-1	TEL.0248-94-7120
■ 白河支社	〒961-0985 白河市和尚壇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

[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

※掲載日程は中止または、日程変更の場合がありますので、予めご了承ください。

ご加入コース内容確認してみませんか?

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。

冠婚・葬儀後の加入メリット

互助会は冠婚葬祭に使用してしまうと会員の権利はなくなります。

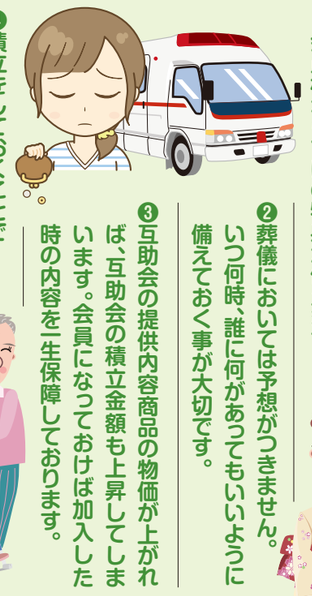
❶冠婚利用後でも、お子様が誕生され、お宮参り・七五三・入学式・卒業式・成人式などのお祝い事が続くことが予想されます。衣裳の貸し出しや写真の提供など会員様ならではの特典が使えます。

❷葬儀においては予想がつきません。いつ何時、誰に何があってもいいように備えておく事が大切です。

❸互助会の提供内容商品の物価が上がれば、互助会の積立金額も上昇してしまいます。会員になっておけば加入した時の内容を一生保障しております。

❹積立をしておくことで急な出費には困りません。

以上の理由から冠婚や葬祭の利用後、1日でも早い再加入をお勧めしてます。



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～金曜 10:00～17:00
※土曜・日曜・祝日は対応しておりません

加入数約2400万件を誇る、確かな国の許可事業

互助会の事業は、経済産業大臣の厳しい審査をパスして、営業許可番号を与えられた企業だけが行える事業で、経済産業大臣の指導と管理のもと営業しています。また、冠婚葬祭互助会には、全国に約2,400万人の契約があり、その規模からも安全性や信頼性をご理解いただけることでしょう。万が一倒産などのトラブルが起こっても「割賦販売法」により掛金の1/2は保全が義務づけられているので安心です。アルファクラブグループにおいても、会員の皆様からお預かりしている掛金の1/2を「互助会保証株式会社」・「日本割賦保証株式会社」等との間で前受業務保証金の供託委託契約を締結し保全しております。

また、アルファクラブグループは一般社団法人全日本冠婚葬祭互助協会（全互協）に加盟しています。全互協では、全加盟互助会が協力して作りあげた独自の消費者保護の仕組み（互助会加入者施行支援機構・互助会契約者保護機構等）により、会員の皆様の安心・安全が守られています。

BODY&MIND

AYAボディをつくる言葉

トレーナーとして、1人の女性として、心に刻んでいることをお伝えします。トレーニングをしながら、あなた自身の言葉で目標を見つけてみてください。

“強く、美しくあり続けたい”

心身ともに鍛えてこそ、真の強さを手にすることができます。真の強さをもたらしてくれる唯一のものが、トレーニング。肉体的にも強くなるのはもちろん、挫けそうな時、自分を奮い立たせながら目標を達成することで、精神的にもタフになっていくのです。そんなトレーニングを続けていったら、美しくならないわけがないと思いませんか。さらなる強さと美しさを求め、トレーニングはずっと続けていくと誓っています。

“鍛えることから生まれる自信”

以前、すごくシャイだったのにトレーニングを続けた結果、オープンマインドな性格に変わった方がいました。タフなトレーニングを乗り切った達成感や、自分にだってできるんだ、という自信によって、自ら殻を打ち破ることに成功したのです。トレーニングには、人に自信を与え、性格や考え方を変える力さえもあります。私自身、トレーニングの難易度を上げ、課題をクリアするたびに、自信が深まっていくのを実感します。

“そこに立っているだけで存在感のある人になる”

何か言葉を発したわけでもないのに、現れただけで、その場の空気がガラッと変えることができる、存在感抜群の人っていますよね。その人から溢れて出てくる自信やオーラ、そして誇り。決して目に見えるものではないけれど、そういうのって絶対に伝わるし、人を魅力的に輝かせてくれます。私も、「この人に教わりたい」と直感してもらえるように、堂々と胸を張り、自信と誇りをもって人生を歩んでいきたいと思っています。

“トレーニングは自分にとってのビタミン”

私のとって、ビタミンのように自分を元気にしてくれて、生きていくうえで欠かせないのがトレーニング。朝昼晩ご飯を食べ、夜になったら眠りにつくように、当たり前のようにやっています。もはや“NO TRAINING, NO LIFE”! トレーニングをはじめたばかりの時期は「しんどい」「面倒」と思うかもしれませんが、続けていくうちに、カラダを動かさないと気持ち悪くなってきます。そう感じるようになったらしめたもの!

“常に進化し続けたい”

トレーニングにも、人生にも、ゴールはありません。ひとつ目標を達成できたら、新しいものを設定します。自転車を漕がずに放っておいたら錆びてしまうのと同じように、カラダもトレーニングをしなければすぐに衰え、人生も輝きを失ってしまいます。そう、“常に進化し続けたい”というのは、究極の目標なのです。目標達成のためには、明日できることも今日やるように心がけています。ダイエットも今日がスタート!

AYA ボディメソッド BASIC

AYAトレ決定版 ベーシック編

DVD付きAYA ボディメソッド BASIC
AYAトレ決定版ベーシック編
(講談社)中の掲載写真より

Faster, Stronger, Better!

Tough×Beauty!

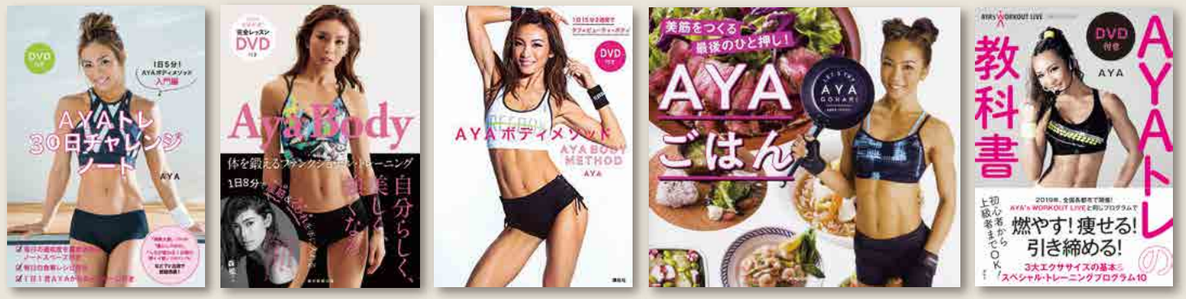
AYA Exercise

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付き1日15分2週間でタフ×ビューティ・ボディ』『AYAボディメソッドBASIC～DVD付きAYA トレ決定版ベーシック編』『AYAトレの教科書～DVD付き』(講談社)など

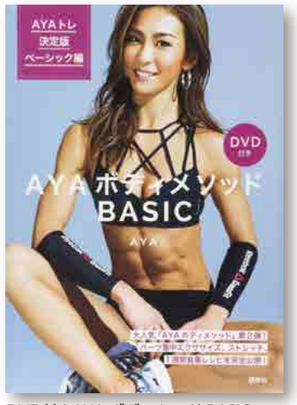
AYAさんおススメ「AYA トレボディメソッド」

※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。



下記掲載例:腹筋メイク&ウエストシェイプでは、本格的な動きかもしれませんが

自分なりの無理のないポーズを作り肩こり・腰痛など改善に努めましょう



DVD付きAYA ボディメソッド BASIC
AYAトレ決定版ベーシック編(講談社)

AYAトレのルール

1. **無酸素運動(筋トレ)だけでなく有酸素運動も**
   無酸素運動×有酸素運動を組み合わせれば、筋肉づくりと脂肪燃焼を同時に狙えて効果的!
2. **1種目だけチャレンジするなら12～15回×3セットを目安に**
   気になるパーツを鍛えたいときや時間がないときは、1種目だけ集中的に行ってもOK。
3. **正しいフォームで行う**
   ウエイト代わりに使うペットボトルがカラダの軸をブレさせず、フォームを安定させます。負荷がキツいときは水の量を減らして調整を。

腹筋メイク&ウエストシェイプ

Weighted Sit Up
ウエイテッド・シット・アップ

準備するもの
・2Lペットボトル
・バスタオル

ペットボトルで負荷をかけつつ、重心移動しやすく

① 腰が当たる位置にバスタオルをセット。ペットボトルを持つ。

② 仰向けで足裏同士をつける。ペットボトルは頭上へ。

③ ペットボトルを重りにして、その反動を使って起き上がる。腕は曲げないように。キツければ、水の量を減らし負荷を下げても。

④

NG

上体はしっかり起こすこと。

Rockies
ロッキース

準備するもの
・2Lペットボトル

ひねってひねって、憧れのくびれウエストへ

① ペットボトルを持ち、膝を立てて座り、足を浮かせる。

② ひじを張り、顔は正面のまま、腰を右にツイスト。

③ 左にツイスト。右にひねって1回、左にひねって1回とカウント。

ARRANGE 負荷DOWN▼

難しい人は、足を床につけたままで。キツければ、水の量を減らしても。

PART Ⅱ

結婚式を挙げて本当に良かった！

実際に結婚式を挙げた体験レポート

施行式場●ベル・カーサ
施 行 日●2019年2月23日
新郎●古川恭章様・新婦●（廣野）真理様

Q 迷ったことはありますか？

A 小さい頃から結婚式には興味がありましたし、親からもぜひ結婚式をしてほしいと言われていたので、迷いはありませんでした。

Q 挙げるきっかけは何ですか？

A お互いの両親や、これまで支えてきてくれた方へ対するけじめと感謝の気持ちを表したいと思ったからです。

Q 両親や家族の感想を教えてください。

A 両親は、私の幸せそうな姿を見ることが出来て、本当に良かったし、何より安心したと話してくれました。親戚には、これまで参加した結婚式の中で一番楽しめたし、料理も口に合い美味しかったと言ってもらえました。

Q 結婚式でしか味わえなかったことは？

A これまで支えてくださった方々が自分たちの為に集まり、笑顔でお祝いしてくれる、こんな幸せな時間は無いと思います。

Q 式でこだわったことは？

A 自分たちがやりたいことをやる自己満足の式ではなく、とにかく列席された方が飽きずに楽しめる式にしました。高齢の親戚や友人の子供等、年齢層が幅広かったのですが、シェフがそれぞれに合わせて料理の工夫をしてくれたこと、それをきちんと把握しておもてなしをしてくれた式場のスタッフに感謝しています。

Q 挙げて良かったと思うことは？

A 一番はやはり自分たちや親戚、友人に対するけじめが付けられ、普段会う機会がない親戚や友人に会えたこと。夫と様々なことを相談しながら時間をかけて準備した期間は、夫との絆をさらに深めることに繋がったと思う。自分たちが納得できる式を挙げることができ、とてもいい思い出になった。

Q これから挙げられる方へ伝えたい事は？

A 夫は結婚式を挙げることに少し消極的でしたが、最終的には結婚式を挙げてとても良かったと言ってくれました。結婚式では、普段見れない夫の表情を多く見ることが出来ましたし、参列してくださった方が撮ってくれた写真など、とても貴重な思い出となりました。これほど幸せな非日常を味わえる時間は、他に無いと思います。

お子様やお孫さんに
後悔させないためにも!!

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。

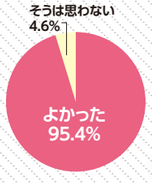
25～29歳	後悔している 55.3%	後悔していない 44.7%
30～34歳	後悔している 50.5%	後悔していない 49.5%

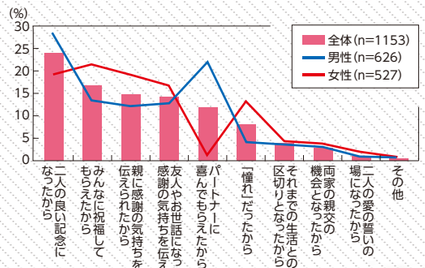
調査対象：全国20～44歳の男女4000名
調査機関：一般財団法人冠婚葬祭文化振興財団　冠婚葬祭総合研究所

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。





＼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！

家族だ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、ちょっとの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）

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。

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。

※イメージ

※イメージ

※イメージ

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、チャペル式挙式料などが含まれます。

会員様特典

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。

ベルヴィグループの成人式が選ばれる理由

1. 一ヶ所で全て揃う写真&美容&衣裳
2. 式場ならではの品質&充実のサービス
3. ご予算に合わせた柔軟なプラン進行

- ロケーションがとにかくスゴイ! 式場ならではのロケーションを活かした撮影が可能。
- 新作衣裳入荷!全店合計600着 カワイイ衣裳が絶対に見つかります。
- 毎日が可愛い振袖展示会を開催しておりますので、お客様のご予定で衣裳ご見学可能。
- 会員価格でのお得なプランをご用意。

◆成人式女性プラン◆

振袖・帯・帯揚・帯締め・伊達衿・着付け
ヘアメイク・写真2P

¥82,000お得

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(衣裳グレードアップ・和装小物・草履パック・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◆

¥15,000お得

紋付袴セット…¥50,000(税別)

互助会会員¥35,000(税別)

※その他着付け・写真はオプション

卒業式お衣裳もご予約受付中!

展示会では新作衣裳をはじめ、たくさんの振袖や髪飾りや小物などをご用意しています。気になる振袖は、無料で何着でも試着OK!
振袖や帯、髪飾りの選び方、式当日のスケジュールなどの不安は経験豊富なスタッフにお気軽にご相談ください。
ご家族とご来館いただき、お気に入りの一着をお選びください。

2021 衣裳展示会

夏季 成人式振袖 ご予約展示会

開催時間 10:00〜17:00

互助会会員さまだから
成人式を華やかで、
お得に飾る事ができます

※掲載日程は中止または、日程変更の場合がありますので、予めご了承ください。

福島地区	4/25(土)・26(日) 〈会場〉ベル・カーサ 福島市西中央5-49-1(親族控室) TEL.024-536-1165
福島全地区	5/2(土)~6(水) 〈会場〉ベルヴィ郡山館 郡山市山根町8-7(2F衣裳振袖サロン) TEL.024-923-1165
須賀川・会津合同開催	5/23(土)・24(日) 〈会場〉ベル・クイーンズ須賀川 須賀川市岩作40-1(親族控室) TEL.0242-23-1165
会津地区	5/30(土)・31(日) 〈会場〉ベル・ルクス 会津若松市平安町2-88(1Fドレスサロン) TEL.0242-23-1165
会津地区	7/17(金)~26(日) 〈会場〉ベル・ルクス 会津若松市平安町2-88(1Fドレスサロン) ※水曜休館日を除く TEL.0242-23-1165
福島県南地区	8/1(土)・2(日) 〈会場〉ハウス オブ ベルヴィ白河 白河市東小丸山24 TEL.0242-23-1165
福島地区	8/7(金)~10(月) 〈会場〉ベル・カーサ 福島市西中央5-49-1(親族控室) TEL.024-536-1165
福島全地区	8/16(日)~30(日) 〈会場〉ベルヴィ郡山館 郡山市山根町8-7(1Fドレスサロン) ※水曜休館日を除く TEL.024-923-1165

新作や人気ブランドの振袖は、早い時期に
予約が決まってしまいますので、早めがおすすめです
2022年〜2024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。

その他の衣裳!!早期ご予約がお得!!

卒業式袴・新作入荷! (一般価格¥40,000→会員価格¥28,000)衣装のみ
七五三衣裳・新作入荷!(一般価格¥50,000→会員価格¥35,000)衣装・写真・着付けセット

結婚式は、もちろん

人生の節目のお祝い事

ベルヴィグループがお手伝いします

成人式の祝い

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・袴を選ぶお手伝いをさせて下さい。もちろん、記念撮影もお任せください。

結婚記念日の祝い

記念日は毎年あるわけですが銀婚式や金婚式は、お孫さん達と祝うのも記念になります。紙婚式(1年目)・銀婚式(25年目)・金婚式(50年目)

七五三の祝い

お子様の成長をお祝いする節目の行事である「七五三」。男児は、3才と5才・女児は、3才と7才。成長を感謝し、幸せを祈るのがならわしです。

長寿の祝い

60歳の還暦から大還暦までの長寿祝い、人生の節目を家族や親族、親しい人たちなどと一緒に盛大に祝うのが一般的です。

●還暦(60歳)●古稀(70歳)●喜寿(77歳)
●傘寿(80歳)●米寿(88歳)●卒寿(90歳)
●白寿(99歳)●百寿(100歳)

ご誕生

お子様が誕生したことを、その土地の守り神がいらっしゃる神社へ、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ヶ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め事や風習がございますので
ご会食や記念撮影・お衣裳の事は、ぜひご相談ください。**

ベルヴィグループ
各種ご宴会

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。

最寄りの式場へお問い合わせください。

お一人様 5,000円〜(税別)

会議やセミナーも可能です!!

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。

全国どこへでも 送料無料

お祝い事ギフト承ります

1個からでも ギフト包装・のし掛け 無料

写真も入れられる オリジナルメッセージカード 無料

詳しくは最寄りの式場へお問い合わせください

4月・5月・6月 BRIDAL FAIR

※掲載日程は中止または、日程変更の場合がありますので、予めご了承ください。

Bridal information 郡山市 ビックブライダルフェア

4/12(日)
5/10(日)
6/14(日)

おすすめポイント
1. 【NEW】7つもあるパーティ会場が続々リニューアルオープン!
2. 【挙式】聖ステーラ教会と神殿2つの挙式会場はどちらも独立型
3. 【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

Belle Vie ベルヴィ郡山館
ベルヴィ郡山館
TEL.024-923-1165
郡山市山根町8-7
ベルヴィ郡山館 検索

Bridal information 福島市 模擬挙式&披露宴体験型!BIGフェア!!

4/18(土) 婚礼ハーフ料理試食会&相談会
5/17(日) 模擬挙式&豪華フルコース試食会
6/14(日)

おすすめポイント
1. 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
2. 各会場ごとに特徴が違い、好みで選べる3つの独立型パーティ会場
3. 三ツ星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

Palacio de Viana BELLE CASA
パラシオ デ ビアナ
ベル・カーサ
TEL.024-536-1165
福島市西中央5-49-1
ベルカーサ 検索

Bridal information 須賀川市 豪華試食付きフェア

4/18(土)
5/2(土)〜6(水・祝)
6/14(日)

おすすめポイント
1. 2つのガーデンがリニューアル人前式や演出、1.5次会が可能に!
2. 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
3. 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

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
TEL.0248-76-8765
須賀川市岩作40-1
ベルクイーンズ須賀川 検索

Bridal information 白河市 ビックブライダルフェア

4/12(日)
5/17(日)
6/28(日)

おすすめポイント
1. 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
2. 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
3. 新白河駅&白河ICからのアクセス抜群!遠方ゲストも参列しやすい

House of Bellevie SHIRAKAWA
ハウス オブ ベルヴィ白河
TEL.0248-22-1165
白河市東小丸山24
ベルヴィ白河 検索

Bridal information 会津若松市 ブライダルフェア

4/12(日)
5/17(日)
6/14(日)

おすすめポイント
1. 【新コーデ】「SHABBY CHIC」「Cafe de Reception」が話題!
2. 【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!
3. 【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!

la Carte Garden BELLE LUXE
ラ・スリーズガーデン
ベル・ルクス
TEL.0242-23-1165
会津若松市平安町2-88
ベルルクス 検索

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
プラスアルファカード 300ポイントプレゼント!

来館時ご提示で

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♪

助産師が出産を迎えるママや初めてママになった新人ママをサポート!!
詳しくは、各式場までご相談ください。

BELLEVIE LUNCH

● 営業日：月～金曜日
※施設の利用状況により休業する場合がございます。
● 休業日：水曜日 土日祝
● ランチ営業時間
11:00～15:00（L.O.14:30）
¥1,200（税別）～

ベルヴィ郡山館
TEL.024-923-1165
郡山市山根町8-7（レストラン・ラピス）
ベルヴィ郡山館 検索

「成庵」おすすめディナー
～贅沢旬の味覚プラン～ 8,000円
旬の食材をたっぷりといただけるとのことで、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～
ご予算に応じて承ります。お気軽にご相談ください。

「成庵」おすすめランチ
～花かつみ～ 1,500円

歴史情緒溢れる古民家での結納や法事、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（元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・貸切大人数宴会、結納・法事・顔合わせ・お食い初め・七五三・女子会など幅広い利用が可能です。

結納の会食会場は
華やかな装飾で彩られます

なごみ一席
成庵
SEIAN NAGOMI ISSEKI
慶事の集い・御法事承ります
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。
成庵 検索 http://www.seian-co.jp/

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

LINE@登録でドリンクサービス
今スグ登録！

楽天トラベル 朝ごはんフェスティバル 2018 福島県第1位

メイプルサーモンと
ホタテの木の実焼き
「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

旬の贅沢会席料理

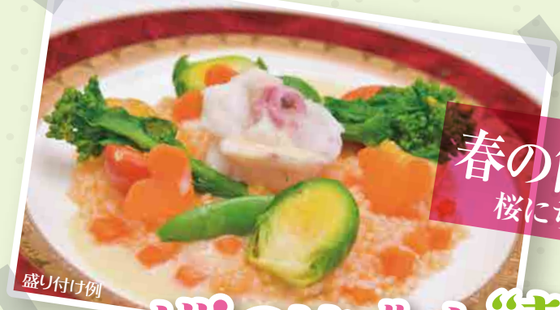
快挙達成！世界からも認められました。
世界最大の宿泊予約サイト「ブッキングドットコム」で、優れたおもてなしの施設に贈られる「クチコミアワード2018」にも選ばれました。

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
今秋より自慢の贅沢懐石料理がさらにグレードアップ。
さらに、露天風呂や内風呂で楽しめる伝統の湯。
ゆったりとして寛ぎの時間が流れます。

モダンな木の温もりが感じられるリビングと
磐梯熱海の四季を感じる彩りを加えた庭園へ
2019年・リニューアルオープン
全室床暖房完備・料理もさらにグレードアップ

「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
☎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
すずかね 検索

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
34,000円（税別）➡30,600円（税別）
お二人様で6,800円割引！
予約時にお伝えください
※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 29,000円（税別）
※グループ全員が60歳以上に限定※年末年始・GW・お盆は除きます。


盛り付け例

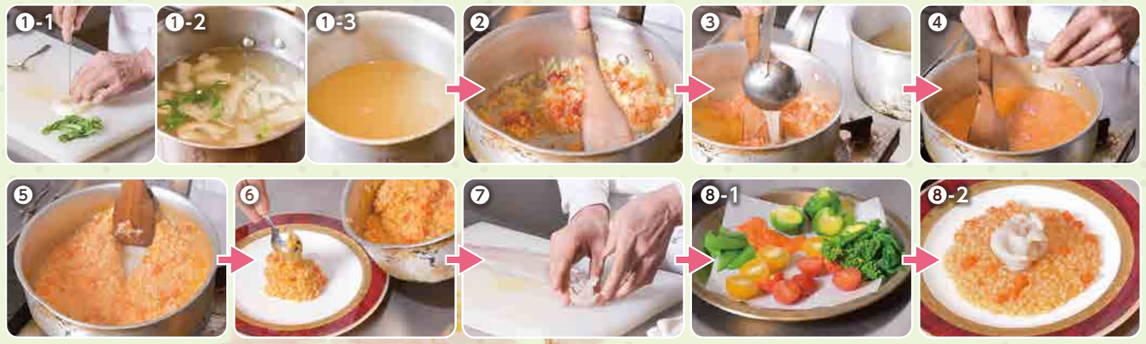
ベルヴィグループの総料理長が紹介
春の簡単レシピ!! 桜にちなんだメニュー

桜のリゾット"真鯛"飾り

材料【3人前】
●米（生米）…200g●真鯛または、桜鯛の切り身●野菜（オニオン…1/3・人参…1/3・菜の花…3本・春野菜）●桜塩漬…少々●ブロード（ブイヨン）…400cc●バター…20g●オリーブオイル…20cc●パルメザンチーズ…10g●トマトビューレ…5g●白ワイン…20cc

ブロード（ブイヨン）の作り方
①野菜のサイド（オニオンや人参、春野菜の端の部分）をバターでソテーして、400ccの水を入れ20分程度煮込みます。煮込んだものをざるでこします。野菜のブロードの出来上がりです。※ブロードをきのこの石づきを使って作ると、きのこリゾットが作れますね。

リゾットの作り方
②オニオン・人参を、オリーブオイルでソティします。その後、米（生米）を入れコーティングしたら、トマトビューレ・白ワインを注ぎます。
③ブイヨンを何回かに分けて投入し、リゾットを14分程度炒めていきます。
④桜の塩漬を入れます。
⑤一瞬線が出てもどる位が目安です。最後に、チーズ・オリーブオイル・バターで仕上げます。（お好みで、塩・コショーを少々）
⑦真鯛または、桜鯛の切り身は、一人前が3切位レンジで少し温め、表面を白くします。
⑧春野菜をまわりに飾ります。



桜とうふ

材料【約6ヶ分】
●水…300cc●牛乳…300cc●砂糖…10g●塩…少々●桜の葉の塩漬け…2枚または、桜の花の塩漬け6ヶ●葛（くず）粉…40g●ゼラチン…3g（水に戻しておきます）●練り胡麻●タッパ

みたらしあん材料
●水…100cc●醤油…50cc●砂糖…20g●水溶き片栗粉

作り方
①桜の葉の塩漬けは水に浸し、サッと塩気を抜いて、水300ccに浸しておきます。
②鍋に葛粉と①の桜の葉を加え、葛粉をよく溶かします。
③練り胡麻・牛乳・砂糖・塩を加えて、中火にかけます。木ベラ等で混ぜながら沸騰させ、弱火にし10分程絶えずかき混ぜます。桜の葉は、沸騰直前に取り出します。桜の花の場合は、入れたままでOKです。（目安としては、徐々に粘り気が出てきます）その後、火から降ろし、戻したゼラチンを加え、型（写真のような金型が無ければ、ご家庭の小ぶりなタッパでも大丈夫です）に流し、粗熱をとり冷蔵庫にて、半日くらい冷まし固めます。
④適宜にカットして、「みたらしあん」をかけて出来上がり。
※黒蜜などをかけ、デザートとしてもお召し上がれます。

盛り付け例

健康コラム 知っていると安心

公益財団法人　星総合病院
健康管理センター長
水野　光仁 先生

健康管理医が勧める 健康維持の4つの秘訣

1 年1回程度、定期的な健康診断と、自分の健康管理の見直しを！

自分の身体というのは自分が一番知っているようで、日々変化しています。年1回程度は健診をうけ、去年と今の自分を見比べる機会をもちましょう。特に注目してほしいのは

①体重・BMI ②血圧 ③血糖値

この3つです。これらの項目は、あなたの余命に直結する数値です。（図1・図2参照）

健診で異常が見つかった際は、必ず二次検査を受けましょう。面倒くさがって異常を放置して後悔する人がたくさんいます。結果に不明な点がある場合も、健診をした医療機関か、通院先の主治医とよく相談して下さい。

2 よく食べ、よく寝て、よく遊べ！

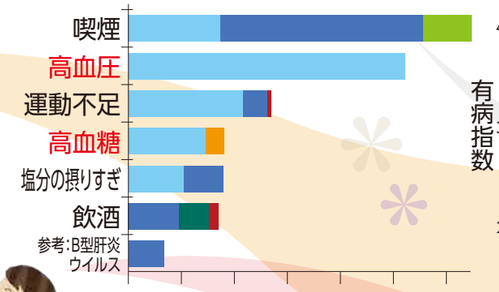
よい健康習慣を保つことは意外に重要です。例えば、2012年に97歳で他界されたブレスロー教授が提唱した「7つの健康習慣」（上図）を全て実行している80歳位の方は、2つ以下しか実行していない30歳位の方の健康度とほぼ同じになります。

私も人の健康状態を、下図のⒶⒷⒸを基準に考えています。

この基準が履行されている限りうつ病等の病的状態ではないと判断しています。人生の中ではどうしてもストレスフルな課題を乗り越えて行かなければいけません。そのとき心と体を回復させる活動が生活サイクルとしてちゃんと行えていることはとても大切なことです。

ブレスローの7つの健康習慣

寿命に影響を与えた因子トップ6（図2）

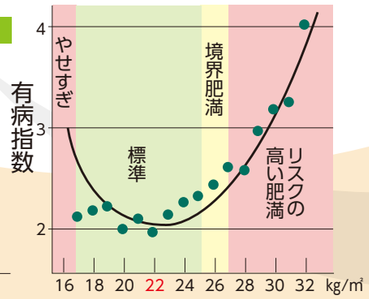


高血圧・高血糖は特に寿命に関与する因子として知られています。

酒、たばこ、塩分の摂りすぎ、運動不足が体に悪いのは当然です

※Ikedaら, Lancet.2011より一部抜粋

体重（BMI）と有病率の相関性（図1）



体重は病気のなりやすさに大きく関与しています。

※有病指数：主要な10疾患の同時罹患数
Tokunagaraら,Int J Obes. 1991よりグラフ引用

孤立しないで前向きな感情で生活しましょう！

3 人とのつながりを大切に！

近年、社会的孤立が平均余命を短縮することが証明されてきました。その繋がりというのは何も親類縁者である必要性はなく、例えば仕事やボランティア活動等を通じて社会的繋がりを得ることでもよいのです。

無理は禁物ですが、年齢に関係なく社会的活動を継続することが健康維持にとても役に立ちます。ある研究では十分な社会的繋がりは認知症のリスクを最大半分まで減少させるようです。

また、「人を許す」ことも重要だと言われます。人を恨んだり、怒ったりすることはネガティブ感情を惹起し、継続的に身体にストレスを与えます。人はひとりひとり違いますから相容れないこともありますが、その細かな違いでいつまでも対立し続けてもお互い疲弊するだけです。他者との関係を見直し、許す感情をもってみると意外に心は落ち着くものです。

4 守りの健康より攻めの健康づくりを！

病気を恐れてただじっとしているだけでは人は徐々に衰え結局病気になってしまいます。「自らの健康は自ら作っていく」という攻めの姿勢で、生活習慣の改善に努めましょう。無理に継続できない困難なことをする必要ありません。出来ることをできる範囲で、何かを目指して進む、という「ポジティブ感情」が健康をもたらします。

2020 4月~6月 12星座占い

おひつじ座 3月21日～4月19日

いつ「本番」が始まってもおかしくないというくらい、運気のボルテージを一気に上げていく時期に突入していくのだと言えます。目標を掲げ、行動をもって、予感を確信へと変えていくでしょう。

おうし座 4月20日～5月20日

新しい“運気の芽”は、ぐんと伸びて、様々な養分を吸収していく健やかな成長期に入っていきます。それは、人生を支えてくれる「使い尽くせない資産」となっていくことでしょう。

ふたご座 5月21日～6月21日

暗い土中から日の光の差す世界へ顔をだし、その勢いのままに、これまで隠していた部分まで一気に露わになっていく。苦境から逃れる様なタイミングとなっていくでしょう。

かに座 6月22日～7月22日

いよいよ根底から人生や人生観が変わっていきやすい地殻変動のタイミング。これは逆に言えば、既存の地盤に亀裂が入り、これまでの生き方が崩されていくということでもあります。

しし座 7月23日～8月22日

社会的なサイクルの終わりに向かっていく時期で、ある種の「再起動ボタン」を押していくタイミングとも言えるかも知れません。習慣をどこまで捨てていけるかが深く問われていくでしょう。

おとめ座 8月23日～9月22日

あえて「けもの道」に足を踏み入れることで、常識的現実から離脱し、望ましい未来への抜け道や近道を決定的に歩み始めていくことが大きなテーマとなっていくでしょう。

てんびん座 9月23日～10月23日

“向こう側の世界”に首を突っ込んだ不自然な体勢から、改めて“こちら側の世界”へと「地に足をつける」ことが求められていくはず。自分なりにパワースポット化ということでもあります。

さそり座 10月24日～11月22日

運気の流れの総決算たる「収穫期」。自分と世界との結びつきやその熟成の帰結であり、いつの間にか育んできていた「目に見えない財産」が顕在化してくるタイミングでもあります。

いて座 11月23日～12月23日

できるだけ聞き取るべき声や対象を絞り、持ち運ぶ資産を厳選し、関わりをコンパクトにすることで、漂泊と定住あいだに自分なりの落としどころを作る。それが課されたテーマと言えます。

やぎ座 12月24日～1月19日

運気にパーッと風穴があけられていく“転換期”を迎えていくでしょう。思わぬ形で結果に繋がり、自分が生きている社会や現実の見え方そのものまで変わっていきやすいタイミングです。

みずがめ座 1月20日～2月18日

演技している自分の姿を客観的に外から見つめていくことで「姿勢をただす」時期。我を忘れていないか確認し、継続的に「自分自身をコントロールする」習慣が求められるのです。

うお座 2月19日～3月20日

これと定めた物事にのめり込んで、そこにどれだけ深く没頭していけるかが問われていくでしょう。地道に根気強く活動を続けていくことも必要となっていくはず。

Funeral information

住職からのお話「通夜葬儀を行う重要性」

一般社団法人 日本仏教協会
代表理事・住職
中 根 善 弘

1. 通夜の大切さ

仏式の葬儀において通夜葬儀の儀式を行うことの大切さを皆様に改めて知っていただければと思います。

まず「通夜」についてです。「通夜」の儀式はお釈迦様が入滅された際、弟子たちがご遺体を取り囲み、見守りながらお釈迦様の教えを語り合ったことに起源します。

そのことから、故人の現世での最後の夜を共にすごし、集まった方々と故人の思い出を語り合うというものになりました。仏教的な意味合いですと、語ることにより故人を偲び、供養するという、とても大切な儀式になるのです。

また、死を受け入れて翌日の葬儀へ心の準備をすることや、故人の死を通じて「生死」や「縁」について考える事が重要で、「通夜」を行うことはとても大切なのです。

一般社団法人日本仏教協会は、全国の寺院、僧侶の有志が宗派の垣根をこえて集まり結成された一般社団法人。『日本仏教を守る』『僧侶を守る』『寺院を守る』を三本の柱とし活動。

2. 引導作法

次に「葬儀」についてです。仏式の葬儀式は、各宗派の教えに則って導師(お坊さん)が故人を送り出す儀式です。ほとんどの宗派で最も重要とされるのが、引導作法といって、導師が故人に死の事実を認識させ、現世の執着を捨て、仏道へ導く大切な作法です。「引導を渡す」なんて言葉がありますが、この言葉は仏式葬儀の引導作法を語源としています。

この引導作法をもって故人は仏道に入るので、引導作法を行う葬儀式はとても大切であることが分かりますね。

3. 心残りのない葬儀のために

死というのは唐突に訪れるものです。いざという時に通夜葬儀という仏式本来の儀式を間違いなくを行えるよう、互助会に加入することは安心につながると思います。万が一の際には、大切な方とのお別れに心残りの無いようにしていただければ幸いです。

さようならが あたたかい
さがみ典礼

事前の相談から葬儀後までトータルサポート

事前相談 | 終活 | 家族葬 一般葬 社葬 | 家族葬 36万〜

感謝が溢れる思い通りのお葬式

さがみ典礼なら叶えられる

イメージキャラクター 加藤 茶さん

さがみ典礼とは…
https://sagamitenrei-group.com/fukushima/

さがみ典礼が選ばれる理由

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

福島47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

福島県における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いただいております。24時間365日、無休でご対応します。

福島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

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、故人様を元気だった頃のお姿に戻させていただき、感染症や伝染病の心配がある場合も、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。

●エンバーミング(遺体衛生保全)

大切な方とのお別れを最後まで美しく

故人を生前の元気だ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を基に行います。長い闘病生活や介護の後にお亡くなりになった故人は、必ずしも安らかなお顔であるとは限りません。その時までの苦痛や疲れをお顔に大きく残したまま最期を迎える方もいらっしゃいます。処置を行うことによって、病気や怪我によって失ってしまった顔の張りや明るさを戻すことが可能になります。

エンバーミング(遺体衛生保全)
見送る人にもやさしいお葬式
QRコードより、エンバーミングの動画があります。

エンバーマー 鈴木 広之

ご予約特典 会員様法要メリット

❶法要・法宴祭壇無料 ❸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
❷会場費無料 ❹陰膳無料 ※15名様以上でのご利用の場合 ❺法要ご案内状無料

四季折々の庭園や贅沢な会席料理を愉しみながら…
郡山での法要をご検討の方へ

なごみ一軒 成庵
郡山市深沢二丁目1-7 電話予約:10時〜20時
TEL.024-932-0753

ご自宅から近い会場、ご親族様が集まりやすい会場をお選びいただけます
お近くの施設をご検討の方へ
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

法事・法要 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」にお気軽にご相談ください。

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。

「盆」を迎えるにあたり

お盆の特別なおもてなし料理

お盆料理（オードブル）イメージ

お供えでご先祖様をおもてなし

お盆は、「迎え盆」と呼ばれる十三日の朝から始まります。この日にご先祖様を迎える盆棚をつくり、位牌や香炉を盆棚に移して仏壇を閉じます。十六日が「送り盆」。この日は最後の食事ですので豪華にお供えします。迎え盆と同じく「送り火」で霊を送ります。

それぞれの家庭での習慣でお迎えを…

お盆は、ご先祖様がこの世へ帰ってくると言われており、ご先祖様を仏式で祀っている家では八月十三日から十六日の間に供養を行います。寺院で施餓鬼供養をするとともに、自宅では里帰りされる先祖の霊を迎えて供養を行います。供養の方法は地域や家庭・宗派によって違いますので、それぞれの家庭の習慣で行いましょう。

特に「新盆」の場合は準備が必要です

先祖の霊をはじめて迎える新盆（初盆）

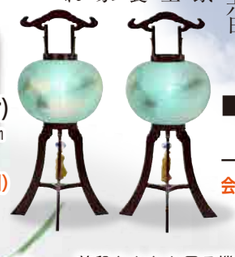
「新盆（初盆）」は、ほかの先祖とは別に位牌を取り出し、お飾りやお供えをします。先祖の霊は浄化されているので落ち着いていますが、新しい御霊（みたま）はまだ荒々しいので、ていねいに行います。

新盆のご準備はお早めに…

■マトイ型
直径37㎝・長さ100㎝
一般価格26,250円（税別）
会員価格21,000円（税別）

■一番型
直径50㎝・長さ85㎝
一般価格25,000円（税別）
会員価格20,000円（税別）

■オリジナル盆棚（経机付）
寸法：高さ164㎝・横90㎝・奥行123㎝
一般価格57,500円（税別）
会員価格46,000円（税別）



■オリジナル回転灯籠 LED（一対）
一般価格28,500円（税別）
会員価格20,000円（税別）

その他豊富に取り揃えております

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

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。

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。

皆様に館内を自由にご覧いただける内覧会を開催!!

どうぞ皆様、お誘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。

地区	4月	5月	6月
郡山	17日（金）・18日（土） 郡山斎場	21日（木）～25日（月） さがみ家族想ホール本宮 オープン内覧会	19日（金）・20日（土） さがみ若葉斎場
県南	10日（金）・11日（土） さがみ須賀川西斎場	20日（水）・21日（木） さがみ葬斎会館須賀川	12日（金）・13日（土） 須賀川斎場
	10日（金）・11日（土） メモリアル斎場白河	20日（水）・21日（木） さがみ白河斎場	12日（金）・13日（土） さがみ白河昭和町斎場
会津	24日（金）・25日（土） 会津斎場	22日（金）・23日（土） さがみ一箕町斎場	19日（金）・20日（土） さがみ門田斎場
福島	10日（金）・11日（土） さがみ福島北斎場	22日（金）・23日（土） さがみ福島南斎場	12日（金）・13日（土） さがみ福島南斎場
いわき	15日（水）・16日（木） 小名浜斎場	20日（水）・21日（木） さがみ典礼いわき迎賓館	19日（金）・20日（土） さがみ典礼いわき迎賓館

※掲載日程は中止または、日程変更の場合がありますので、予めご了承ください。

さがみ典礼の内覧会

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!!

来館時ご提示

内覧会にご参加頂いた会員様には300ポイント!!

内覧会のお問い合わせは
☎024-923-7279

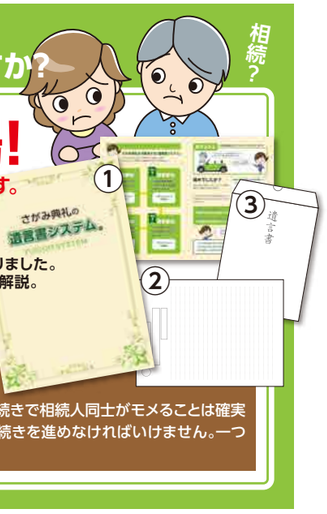
「19のしたく」ご紹介

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」

さがみ典礼版エンディングノート

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
https://sagamitenrei-group.com/fukushima/

40年ぶりに相続法制が改正!
質問です。相続のこと、考えていますか?



さがみ典礼オリジナル遺言書作成キット
『遺言書システム』新登場!
誰でも簡単に『法的効力がある遺言書』が書けます。

遺言書システム作成キット
①遺言書システム…相続法改正により遺言書が変わりました。何がどう変わったか分かりやすく解説。
②便せん …今日から遺言書が書けます。
③封筒 …この封筒を使って大事に保管してください。

遺言書を残すメリット
●相続人同士がモメることなく相続手続きができる
これが本当に一番大きなメリットです。遺言書を残すことで、相続手続きで相続人同士がモメることは確実に減ります。相続が発生すると、相続人全員の意見を一致させて手続きを進めなければいけません。一つ一つの財産をどう分配していくかを決めるのは非常に大変です。

位牌・仏壇・仏具・墓石から霊園選びまで…

仏壇・仏具の興運堂

◆興運堂 郡山本店
郡山市菜根4-2-18
TEL.024-923-1194
◆興運堂 福島店
福島市宮町5-10
TEL.024-521-1771
◆興運堂 会津店
会津若松市山見町24-13
TEL.0242-25-1194
◆興運堂 白河店
白河市和尚壇2-2
TEL.0248-21-1194

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）

街の喧噪を忘れる
至福の時を…
並木の街で。

大広間や個室、そして食事スペースも完備。

ご利用料金

一般入浴	1回500円（子供250円）※3才より小学生まで
大広間	1,200円（子供600円）※一般入浴料込み
個室	2,000円（子供1,000円）※一般入浴料込み

街の中の寛ぎの温泉
並木温泉 ゆの郷
郡山市並木3-5-14
TEL.024（991）1126
■営業時間／8:00～22:00
■定 休 日／毎週水曜日

プラスアルファカード特典
入湯料金の10%OFF

マンガでわかる葬祭話
終活サポート（19のしたく・遺言書システム）

料金受取人払郵便

郡山局
承認
600

差出有効期間
2020年12月31日まで。
（切手不要）

963-8790

福島県郡山市鶴見坦
2-4-5

アルファクラブグループ
アルファクラブ株式会社（本社：総合窓口）

「新規互助会会員ご紹介
キャンペーン」担当者 行

会員様への情報マガジン
PLUAL

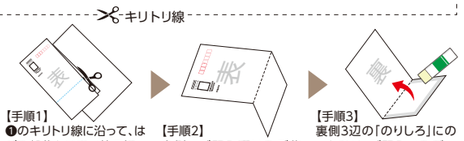
2 ↑山折りにしますので切り取らないでください↑

アルファクラブ株式会社　会員管理室　☎024-923-7279

「個人情報の取り扱いに関する重要事項」お客様の個人情報は①関連会社・提携会社を含む各種商品・サービスのご案内・ご契約の維持管理②当社サービス等の宣伝印刷物などの送付・運営管理等、商品・サービスの充実のために必要な範囲で利用させていただきます。各種商品・サービスの詳細は当社ホームページにてご確認ください。（https://alphaclub.jp/）当社への個人情報の提供はあくまで任意のものですが、情報を提供いただけない場合、当社のサービスを提供できない場合がありません。当社はお客様ご本人からの事前の同意を得ない限り、個人情報を第三者に提供することはございません。ただし、当社のサービスを提供する目的の範囲内で、当社の責任で適切な委託先を選定し、個人情報の取扱いをおよび利用停止等の手続きに関して、当社ホームページ内にございます「個人情報の取扱いについて」にてご確認下さい。個人情報に関するお問合わせ先は先述の通りです。

キリトリ線

はがきの組み立て方



【手順1】❶のキリトリ線に沿って、はがき部分をはさみ等で切り取ります。裏側の会員様枠にご住所・ご氏名等の要事項をご記入ください。

【手順2】裏側にご記入頂いたご住所・ご氏名等が隠れるように、はがきの❷部分を折り線に沿って山折りにします。

【手順3】裏側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❸の谷折りでしっかり貼り合わせて完成です。

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　☎　（　　）

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。

キリトリ線

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

1 キリトリ線

海洋葬（散骨）展開と現状

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

自然の営みの中で生まれ、生き、再びそこへ還る。ご遺骨をお墓に埋葬するばかりでなく、海に還して故人をお送りする。こうした葬儀形式が「海洋葬」です。海洋葬は海外では一般的に行われており、最近は日本でも、遺骨の粉末化などいくつかのルールを守りながら散骨を行う人が増えてきました。散骨された海上地点を船のGPSで正確に記録し、再度同じ場所へ向かい故人を偲んでいただく事ができるため、一周忌やお彼岸などのお参りも可能です。さがみ典礼では、故人と遺族の意思を大切にしながら、経験豊かなクルーと共に自然環境を破壊しないよう節度をもって行って参ります。

散骨可能海域
- 福島県小名浜沖
- 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

■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
会員様だからできる特別料金
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●花篭●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

三陸釜石・中村家 三陸海宝漬

別紙同封専用ハガキで、なんと100名様に当る！

中村家を代表するオリジナルベストセラー。三陸産のめかぶ醤油漬に、だまし煮という技法で柔らかく煮上げた三陸産あわび、濃厚ないくら醤油漬をトッピングしました。炊きたてのご飯にのせてどうぞ。

内容量・重量：三陸海宝漬350g／サイズ：16×20.5×5.8㎝／賞味期限：発送日から90日間／取扱い・保存方法：冷凍／原産国・原産地：三陸産

読者プレゼント

当選者はプラールのホームページに掲載します。
https://www.plusalphacard.jp/about/plual
今回の読者プレゼントクイズ及び前回のクイズ正解は別紙をご覧ください。

第5回 プラール会員様限定「川柳」募集結果発表!!

川柳監修：山田昇 氏プロフィール
日川協加盟 川柳連峰社
主宰 山田　昇 氏（日川協 常任幹事・福島県川柳連盟理事）
郡山市在住。昭和56年2月・大島公民館の川柳講座を受講して現在に至る（柳歴36年）。川柳連峰社・シニア川柳会・さくら川柳会・ひゃくなげ川柳会（郡山）、川柳宮城野社（宮城）、柳都川柳社（新潟）、全日本川柳協会（大阪）、福島県川柳連盟（福島）等の役務を歴任。

第5回・テーマは「春に関する川柳」でした。全国各方面から応募多数の力作をご応募頂き、誠にありがとうございました。プラール編集員と川柳監修・山田昇氏を中心に厳選の結果、最優秀賞1点および優秀賞1点、佳作2点を選句・掲載させていただきます。

最優秀賞
種をまく　母の背中に　陽があたる
内山　美和さん（茨城県土浦市）
【寸評】春の陽を浴びて野良仕事に励む母の姿が見える。

優秀賞
夢詰めて　春を迎えた　ランドセル
長谷川道雄さん（福島県郡山市）
【寸評】ランドセルには一杯の夢を詰めたピカピカの一年生。

佳作
掲示板　歓喜の笑顔　サクラサク
根本　順子さん（福島県いわき市）
【寸評】「サクラサク」は合格通知。おめでとうございます。

佳作
早ばやと　桜見る会　名簿散る
国分　善章さん（福島県郡山市）
【寸評】多額の税金を使っての桜を見る会に批判が広がる。

選句された方、おめでとうございます。いずれも甲乙つけがたい作品ばかりが届きました。最優秀賞に選ばれた方には、5000円相当、優秀賞に選ばれた方には、3000円相当の「カタログギフト」をプレゼントさせて頂きます。

優秀な作品に選ばれた方には
●最優秀賞：5,000円相当
●優　秀　賞：3,000円相当の
カタログギフトをプレゼント！
受賞作は、ホームページやプラールで発表させていただきます。

「川柳」募集のお知らせ!! 五七五で詠んでみませんか？

今回のテーマは、「夏に関する川柳」
◆応募：メール・郵送にて下記必要事項を明記し、「川柳募集」宛に送ってください。
【メールの場合】
plusalpha@alphaclub.jp
【郵送の場合】
〒963-8861 福島県郡山市鶴見坦2-4-5
◆期日：2020年5月31日（日）当日消印有効
①テーマ「川柳」②名前（ふりがな）
③ご住所 ④お電話 ⑤年齢

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
☎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!!
コチラからアクセス!!
https://www.plusalphacard.jp/member/list

ふく家　食べる
郡山市大町1-6-13
TEL.024-934-2889
●営業時間／17:00～23:00
●休日／日曜・祝日
「てっさ」や「てっちり」、「ふぐの白子」、「ふぐの唐揚げ」など美味しいふぐ料理を安心価格で提供しております。ふぐの唐揚げは魚と違う食感と味です。専門店のふぐの唐揚げを召し上がってください。絶品です！
【特典】ふぐの唐揚げ1,480円を500円でご提供

Lamp Café　食べる
白河市五郎窪38-1
TEL.0248-29-8170
●営業時間／12:00～18:00
●休日／水曜日
明治16年西白河郡役所として建てられ南湖公園に移築された洋館内にひっそりと存在するカフェです。入口の扉をそーっと開けると広がる非現実的な空間にて、飲み物やケーキと共にゆっくりお過ごしください。
【特典】一口焼菓子サービス

KEEP FIELDS　食べる
伊達市保原町6-11
TEL.024-572-3188
●営業時間／19:00～3:00
●休日／日曜日（振替時は月曜日）
伊達市保原町にあるAM3：00まで食べて飲んで遊べるお店です。豊富なドリンクとフードメニューがあり、締めのラーメンは大人気です。ダーツもあり、毎月第4日曜日は音楽ライブを開催!保原の夜はKEEPが盛り上げます。
【特典】小鉢1皿プレゼント

居酒屋 赤とんぼ　食べる
いわき市小名浜横町42
TEL.0246-52-2237
●営業時間／17:00～2:00
●休日／日曜日
美味しい日本酒から魚をメインにいろいろメニューをそろえております。裏メニューの珍しい魚の西京焼きなどもご用意しています。是非ご来店をお待ちしています。
【特典】ドリンク1杯プレゼント

Renatys　暮らす
白河市新白河1-127-2
CASAMAY B-101
TEL.0248-21-8069
●営業時間／10:00～21:00
●休日／不定休
ホットストーンを使ったリラクゼーションサロンです。冷えやむくみでお悩みの方におすすめです。
【特典】炭酸ヘッドスパ10分サービス

富樫縫製　暮らす
二本松市油井字下中ノ内33-1
森木材工業㈱敷地内「S字の蔵」
TEL.0243-24-6364
●営業時間／8:15～17:00
●休日／年中無休
ワークサポートスーツのショールーム「S字の蔵」がオープンしました。腰痛や姿勢の悪さでお困りの方は是非おこしください。オリジナルデザインのTシャツやユニホーム、のぼり等を作成しています。
【特典】10%OFF（ネットで購入の際は備考欄に会員とご記入ください）

CHERRY COKE Lamp　暮らす
福島市大平寺字児子塚68-1
TEL.024-545-5217
●営業時間／10:00～18:00
●休日／月曜日、第1火曜日・第3日曜日
カウンセリングにこだわり、1人1人の悩みに向き合います。トレンドを取り入れつつライフスタイルや好きなイメージなどをお聞きして貴方に合ったヘアスタイルを提案します！
【特典】平日のみQスパ（ヘッドスパ）サービス

Beauty salon Feli-ce（フェリーチェ）　暮らす
いわき市平谷川瀬3-6-1 久善ビル2F21号
TEL.090-2887-8022
●営業時間／10:00～18:30（最終受付18:00）
●休日／日曜・祝日、他
女性はもちろん男性にもご利用頂けるエステサロンです。女性の人気はフェイシャルトリートメントやブライダルエステなど、男性はひげや体の脱毛で来られる方が大勢いらっしゃいます。
【特典】オプション1,000円分プレゼント

松ヶ岡美容室　暮らす
いわき市平研町10-1
TEL.0246-22-3957
●営業時間／8:30～17:00
●休日／月曜・火曜日
衣装レンタル（七五三・十三参り・成人式・卒業式・冠婚葬祭）衣装一式総数100着以上取り揃えています。衣装レンタル・着付・髪セット・メイクのトータルでお手伝いします美容室です。
【特典】衣装レンタル・着付時は足袋プレゼント（成人式・卒業式衣装レンタル時は、髪飾りプレゼント）

会津高原リゾートイン台鞍　遊ぶ
南会津郡南会津町針生字
昼滝山857-150
TEL.0241-64-2011
チェックイン15:00・チェックアウト10:00
標高880mの高原、会津高原だいくらスキー場が目前に広がる白銀に囲まれたリゾートホテル。スキーやスノーボードが楽しめます。四季折々の違う顔を覗かせる雄大な自然の中で大切な人と同じ時間を共有してください。
【特典】通常宿泊料金より
大人1,500円、子供1,000円引き
リフト券・レンタルスキー宿泊者割引あり
（他の割引併用不可）

※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・脱字の際はご予めご了承ください。