

PLUAL

Vol.27 茨城版 2021 SPRING

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」

【特集】
フィットネスプロデューサー

AYA's Healthy Life

自宅でできる軽めの運動

オレンジ レアチーズ ケーキ

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!

結婚式を挙げて本当に良かった!
結婚式体験レポート!!

結婚式はもちろん
人生の節目のお祝い事

～葬儀を終えて～
ありがとう心に残るお見送り

表紙衣裳: 聖爛寿(せいらんじゅ)

爛漫の花をよこびの花として、白・赤・金が調和したうかけは花嫁の美しさを一段と引き立てる。真白な駒羽二重に螺鈿幸玉箔を打ち、本手描で赤の濃淡に染めて金箔と刺繍で仕上げた贅を極めた作品。

本手描友禅作家 秋山 草さん

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

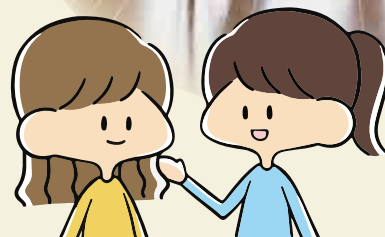
PLUAL Vol.27

茨城版 2021 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3年4月10日発行(年4回)

新規互助会 会員ご紹介 キャンペーン



2021年
6月30日
まで

お得が満載 プラスアルファカード & プラスアルファアプリ



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 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 別紙ポイントカタログ
専用ハガキに必要事項
をご記入後、ポストに投
函してください。

2 注文いただ
いたカタログが
ご自宅に届き
ます。

3 欲しい商品を
同封のハガキ
にご記入後、ポ
ストに投函し
てください。

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。

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4 アルファクラブ
主催のイベントを
優先的にご案内!!

お得5 アプリご登録で
1,000ポイント
プレゼント!!

便利!!
アプリで現在地近くの
提携店がすぐ見つかる!!

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!!

【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 10:00～17:00(土曜・日曜・祝日を除く)

お友だちを紹介して QUOカードをもらおう!

ご契約成立で
それぞれにプレゼント!

2021
SPRING

会員様に

新規加入者様に

「QUOカード」 「QUOカード」
5,000円分 2,000円分



応募上
の注意

※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。

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
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。

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)
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(718)918

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、
ご利用ください。



一口メモ 卯月 (うづき)

卯月と呼ばれる由来は？

旧暦の4月の名称は、「卯の花(ウノハナ)」が咲く季節なので「卯月(ウヅキ)」と呼ばれるようになったという説があります。枝先いっぱい群がるように咲く純白のウノハナは、新緑の中でひときわ目立ちます。また豆腐のしぼりかす(おから)をウノハナと呼ぶのは、この白い小花の咲いている姿と似ているからです。ウノハナの植物名は「ウツギ」ですが、通常はウノハナと呼ぶことが多いといえます。薬用としては、木部の生薬名を「洩瀉(そうじょ)」といい、煎じて利尿薬に利用しています。材質が堅いので、たんすや小箱の木釘に使われたり、樽の呑み口や笛にも利用されています。

INDEX

- 2~3 アルファクラブグループ
アルファクラブオフについて
みなさまの安心と安全のために 10の衛生対策
- 4~5 フィットネスプロデューサー
AYA's Healthy Life
自宅でできる軽めの運動
- 6~7 結婚式体験レポート!!
ランチ情報 / 各種ご宴会 / お得に叶える7プラン
- 8~9 互助会で結婚式の費用をお手伝い
マタニティウエディングの家族を強くするパワー
人生の節目のお祝い事
ベルヴィグループのブライダルフェア日程
- 10~11 健康コラム「知っていると安心」
～股関節疾患は適切な治療が必要!!～
山形済生病院 整形外科 診療部長 / 星屋 古い
- 12~13 ベルヴィグループ総料理長が紹介
簡単レシピ ～SPRING～
夏季成人式振袖ご予約展示会 / 記念写真&七五三
- 14~15 ～葬儀を終えて～
ありがとう心に残るお見送り
法事・法要 / マンガでわかる葬祭話 / なな花・なな御膳 / エンバーミング
- 16~17 さがみ典礼
お盆の準備はお早めに! ～「盆」を迎えるにあたり～
興達堂の仏壇販売会 / 内覧会日程 / 葬祭場オープンのご案内 / 19のしたく / 遺言書システム
- 18~19 アルファクラブグループ
川柳大賞発表・新規提携店のご紹介
社会貢献活動 / ご葬儀後の役所・法律手続きの無料相談のご案内
- 20 ご紹介キャンペーンのごあんない

Vol. 27 CONTENTS PLUAL

プラール

～ALL FOR YOU～ みなさまの安心と安全のために 10の衛生対策

※1:ウイルス殺菌に効果のある次亜塩素酸もしくはアルコール使用

 来館される方 非接触型 体温計検温 お客様	 入館前の 手指等の 消毒※1 お客様	 お料理 すべて個人盛り スタイルで提供 お客様	 受付をお手伝いいただく方 マスク・フェイスシールド着用 感染・拡散防止 お客様	 お客様同士 食事の間隔を あける お客様
 1日2回の検温 健康面チェック スタッフ	 お客様と接客時 マスク着用 スタッフ	 全施設・室内 感染予防 常時換気 スタッフ	 調理 マスク・ゴム手袋 フェイスシールド着用 スタッフ	 こまめな手洗い・うがい アルコール除菌※1 館内の定期的清掃 スタッフ

新型コロナウイルス感染防止 ガイドライン 実施宣言



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で策定している「新型コロナウイルス感染拡大防止ガイドライン」に基づく取り組みを実施しています。

互助会の オンライン入会



アルファクラブ

オンライン入会のメリット

- ご自宅PC・スマートフォン・タブレットで簡単にお手続きが完了
- オンラインで24時間いつでも、互助会のお申込みができます
- オンラインでお申込みを完了した日時から会員の権利が発生します

お申込みは
必要な端末と
ご本人名義の預金通帳
をご用意してアクセス!!

オンラインで互助会入会のお申込みサービスが開始! 当サービスにより従来の対面によるご案内が不要となり、スマートなお手続きが可能となりました。PC・スマートフォン・タブレットから、24時間365日いつでもお申込み頂けます。お申込み内容を確認後、一週間程度で約款・パンフレット・役務内容確認書・確認書(重要事項説明)を郵送いたします。

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

冠婚葬祭互助会 経済産業大臣許可(許可番号互第3070号)
株式会社
アルファクラブ東北



アルファクラブ東北

互助会会員様向け優待サービス

登録料
年会費
無料

アルファ クラブオフ

ご利用方法

月々の積立分のサービスが1日で受けられます!

たとえば
家族4人で
お出かけした場合

1日でなんと3,600円
おトクに!

	お会計より1,000円OFF 10,000円▶9,000円 4人で 1,000円OFF
	映画鑑賞チケット 一般 1,800円▶1,300円 4人で 2,000円OFF
	お会計より10%OFF 6,000円▶5,400円 4人で 600円OFF



全国で
20万件の
メニューを
ご用意!

アルファクラブオフおすすめメニュー

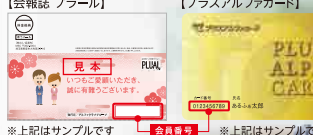
会員専用サイトはこちら
アルファクラブオフ 検索
https://www.club-off.com/alphacub/



互助会入って良かった♪!

STEP 1

まずはご自身の会員番号をご確認ください



STEP 2

プラスアルファアプリをダウンロード!



こちらのQRコードからダウンロードしてください

アルファクラブオフとは?

お得なサービスが 無制限で利用可能

宿泊 育児 介護 グルメ

リラクゼーション 自己啓発など

各サービスが利用回数などの制限を気にすることなく
何度でも利用いただけます。

会員様のご家族の皆様もご利用になれます

この機会にご登録して ぜひ、ご活用ください!!

※優待サービスの一例です。※掲載内容は2021年2月現在の情報となります。予告なく変更になる場合がございます。

●花&スイーツギフト
5,000円(税込5,500円)～

●グルメカタログギフト
10,000円(税込11,000円)
15,000円(税込16,500円)

グルメカタログギフトのお申込み方法

- 贈る** 選べるグルメカタログにお申込みハガキをセットしてお贈りします。
- 選ぶ** 商品をお選びいただき、同封のお申込みハガキにご記入の上、ポストに投函していただきます。
- 使う** 選んだあとは、クリアファイルを思い出のアルバムなどとしてご利用ください。

掲載商品はすべてインターネットでも閲覧ご注文できます!!

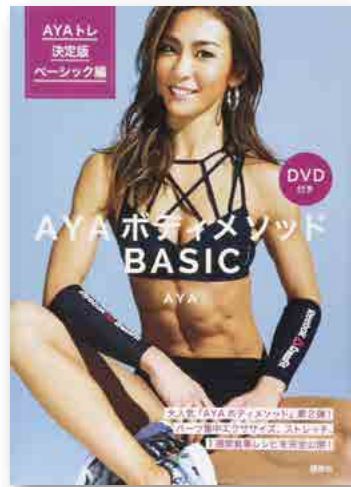


詳しくは最寄りの
ベルヴィグループ
各式場までお問い合わせください。

感謝の気持ちを込めて、
母の日・父の日のプレゼントは
ベルヴィグループで贈りませんか?

人気の花&スイーツギフトから
グルメカタログギフト(おうちレストラン)まで
ご自宅に居ながら250種類の厳選されたグルメをお楽しみいただけます。





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)

自宅でできる軽めの運動 背中や腕のたるみの改善!!

- 1 無酸素運動(筋トレ)だけでなく有酸素運動も
無酸素・有酸素を組合せ、筋肉づくりと脂肪燃焼も狙えて効果的!
- 2 12~15回×3セットを目安に
気になるパーツを鍛えたい・時間がない際は集中的に!!
- 3 正しいフォームで行いましょう
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。負荷がキツイときは水の量を調整。

AYAトレの
ルール



背中&腕のたるみシェイプ

Reverse Fly

リバース・フライ
上体はキープしたまま。ひじ曲げ厳禁!

【準備するもの】
500~750Lペットボトル×2本



ペットボトルを両手に持ち、やや前屈。
ひじを伸ばしたまま胸を開き、
ペットボトルを限界まで上げる。

上体をアップダウン
させないで、①に戻る。
キツければ、水の
量を減らしても。

Bent Over Row

ベント・オーバー・ロウ
肩甲骨同士をくっつけるイメージで

【準備するもの】
500~750Lペットボトル×2本



ペットボトルを両手に持ち、やや前屈。

脇を締めたまま
両ひじを引く。

上げたペットボトルを下
げて①に戻る。キツけれ
ば、水の量を減らしても。
上げたペットボトルを下
げて①に戻る。キツけれ
ば、水の量を減らしても。
脇が空いてしま
うのはダメ。
肩は上げない。

ある日のAYAの食事レシピ



キヌアのサラダピラフ

名案! ご飯代わりにスーパーフード。

- 【材料】
- キヌア(ゆでたもの) 150g
 - 鶏胸ひき肉 50g
 - パプリカ(赤) 50g
 - ココナッツオイル 小さじ1
 - レッドオニオン、ルッコラ、塩、こしょう 各適量

(つくり方)

1. パプリカは、小さめの乱切りにする。
2. フライパンにココナッツオイルを熱し、鶏胸ひき肉、パプリカを入れて炒め、塩、こしょうをふる。
3. キヌアを加えて軽く炒める。
4. お皿に盛り付け、スライスしたレッドオニオン、刻んだルッコラを散らす。



たらのソテー キャロットラペのサラダ添え

レーズンやくるみで味&栄養価UP。

- 【材料】
- 生たら 1切れ
 - にんじん 1/3本
 - レーズン 大さじ2
 - ココナッツオイル、塩、こしょう、くるみ、イタリアンパセリ...各適量

(つくり方)

1. にんじんはできるだけ細いせん切りにし、塩をふっておく。
2. にんじんがしんなりしたら、レーズン、粗く刻んだくるみ、混ぜ合わせた④で和える。
3. 生たらは、塩こしょうをし、フライパンにココナッツオイルを熱してソテーする。一口大に切り、電子レンジで加熱したかぼちゃもソテーする。
4. お皿にたらのソテーをのせ、イタリアンパセリを散らす。②のキャロットラペとかぼちゃのソテーを添える。



しらたきのパッタイ風

*麺→しらたき。で大幅カロリーダウン。

- 【材料】
- しらたき 1袋
 - 豚ひき肉 50g
 - ゆでえび 3尾
 - もやし 1/4袋
 - ココナッツオイル 小さじ2
 - しょうゆ 小さじ2
 - ナンプラー 小さじ1/2
 - 目玉焼き 1コ
 - 香葉、塩、こしょう 各適量

(つくり方)

1. しらたきは水気をきり、鍋に入れて空炒りして水分をとばす。
2. フライパンにココナッツオイルを熱し、豚ひき肉、しらたき、もやしの順に入れて、炒める。
3. ④で調味をし、塩こしょうで味を調え、刻んだ香葉を半分混ぜる。
4. お皿に盛り付け、えび、目玉焼き、残りの香葉をのせる。

AYA's Healthy Life

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

AYA PROFILE

1984生まれ。フィットネスプロ
デューサー。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トレ30
日チャレンジノート〜DVD付き 1
日5分! AYAボディメソッド入門
編」「AYAトレの教科書〜DVD付
き」(講談社)など

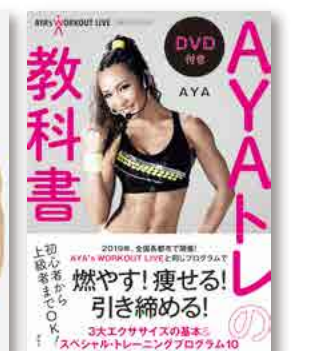
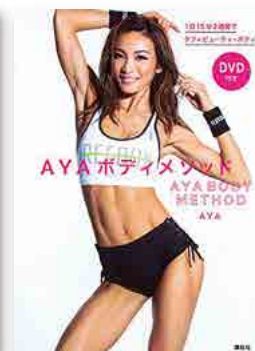
YouTubeチャンネル
AYA's ファンクショナルLIFE
公開中

Letter from AYA

「本型 = 自分自身です。
人がどうとか、周りがどうとか、じゃなくて
自分がどうしたいか。
人のためにじゃなく自分のために変わろう。
あなたが自分の人生の運転手なんだから...
自分の努力に誇りを持って、もっと自分を愛して
あげて☆
体を動かして、もっとHAPPYになろう!!
より健康的に、よりファットに、より美しく...
みんなの「フィットネス」に何か小さな影響を
与えられたら良いな。☆
この本を手にとった方1人1人がもっと輝ける
ように... 時々、いつもいつでも応援しています。
You've always been beautiful.
Now you're just deciding to be healthier,
fitter, faster, Stronger, better.
Remember that.
So just enjoy your Life and be HAPPY!!
AYA

AYAさんオススメ「AYAトレボディメソッド」

※それぞれ、最寄りの書店および、インターネットで買い求めください。





結婚式 体験レポート!!

PART VI

結婚式を挙げて本当に良かった!

結婚式場 ●ベル・ティアーズ日立
挙式日 ●2020年10月11日
新郎・渡邊 政仁様・新婦・木村友紀様

Q この時期に結婚式を挙げることを迷ったことはありませんか?

A コロナウイルス第二波の落ち着いてきた頃、結婚式を延期された方々のニュースや記事を目にするようになりました。私たちも結婚式を実施してから万が一、感染者を出してしまったらと思うと判断が難しかったです。家族や式場のスタッフの方やふたりで何度も相談して開催することにしました。



Q 結婚式のご両親やご家族の感想を教えてください

A 少人数で、ゲストは身内だけでの挙式だったため、アットホームな雰囲気良かったと言いました。久しぶりに、また、初めて会う親族もいて、ゆっくりと話をすることも出来たので有意義な時間を過ごせたと言っていました。

Q 結婚式でしか味わえなかったことを教えてください

A 両家の親族が一度に集まる機会はなかなかなかったので、結婚式はとても貴重な時間でした。また、このような状況の中だからこそ、結婚式という非日常の空間をみんなで味わうことで、家族との絆も、また両家の親睦も深まったと思います。

Q 結婚式を挙げて良かったと思うことが、改めてゲストの皆様から笑顔で祝福してもらったことなども嬉しかったので、結婚式を挙げて良かったなと思いました。前撮りをして写真もたくさん残せたので、とても良い思い出になりました。



Q 結婚式を挙げるきっかけは何ですか?

A 当初はふたりとも結婚式を挙げるつもりはありませんでした。しかし家族に話したところ、新婦の父から「人生の節目として結婚式を挙げたらどうか?」という一言がきっかけになり、親孝行として挙げるのもいいのではないかと思うようになりました。初めて式場を見学した際にも、少人数でも結婚式ができるということで決めさせて頂きました。

Q 式場の安全対策はいかがでしたか?

A 招待状には式場の感染症対策の案内や、当日の検温やアルコール除菌、マスク着用や感染症対策のアナウンスをして頂きました。式当日もゲストが少人数だったので、密にならず安心して利用できました。テーブルごとにも人数の調整をしながら間隔を取ることができたり、パーティーの時間短縮もしながら会食の時間を短くしたことで、ゲストの皆様にも安心して頂けたと思います。

Q 結婚式をこれから挙げる方に伝えたいこと

A コロナウイルス感染症で不安な時期が続いていると思います。その中でも自分たちの幸せな気持ちを届けてください。ふたりや家族、式場の方と話し合いながら素敵な結婚式を迎えられますように。



式場スタッフからのメッセージ

政仁さん、友紀さんご結婚誠におめでとうございます! おふたり、ご両家様のお手伝いが出来ましたこと、心より嬉しく思っております。当日までの心配なお気持ちや結婚式に対する想いを伺い、ゲストの皆様が安心して、そして楽しんで頂けるようにと準備を進めておりました。結婚式当日のおふたりや皆様の幸せいっぱいの楽しそうな様子を見ていて、私達も嬉しい気持ちになりました。本当にありがとうございます。おふたりとご家族皆様の末永い幸せをスタッフ一同心より願っております。

安心・安全な結婚式

ベルヴィグループでは、今般の新型コロナウイルスによる感染症への対策の一環として、館内の衛生強化にあっております。ご来館いただくお客様とスタッフの安全面を考慮し、皆様に安心して過ごしていただけますよう、万全の対策でお待ちしております。

【ベルヴィグループのYouTube動画】
お客様の安心と安全のために
結婚式の感染防止取組みガイドライン

ベルヴィグループでは、お客様の安心と安全を最優先に考え、安心して過ごしていただけるよう新たな感染防止のガイドラインを作成いたしました。

結婚式でお得なプチ贅沢ランチを!

ベル・ティアーズ日立 BELLE TEARS ワンプレートランチ

サラダ・カプレーゼ・ブチスープ・デニッシュパン、選べるパスタ(2種類から1つお選び頂けます)肉or魚料理・デザート・コーヒーor紅茶

¥1,500 (税込¥1,650)

GoToイート対象店 ※期間は政府方針に準じます

選べるパスタ + 肉料理 OR 魚料理 + サラダ + カプレーゼ + ブチスープ + デニッシュパン + コーヒー OR 紅茶 + デザート

完全予約制

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 検索

●ランチ営業時間11:30~15:00(L.O.14:30)
●休業日/水曜日

「バラエティ豊かなメニュー」から「セレクト」できる

ベル・ジャルダン ARROW スペシャルランチ

GoToイート対象店 ※期間は政府方針に準じます

きのこの海の幸のトマトクリームソース + ゴルゴンゾーラのリカーニクリームソース + ナスとツナのジェノベーゼソース + ブロッコリーとモロヘイヤのクリームソース

選べるパスタ + お好きなデリ2種 + ミニスープ + コーヒー紅茶 (Hot / Icy) + デザート

Pasta Arrow Course アローコース 1,500円(税込1,650円)
【選べるパスタ、デリ2種、ミニスープ、コーヒー、プチデザート】
※プラス¥300でグレードアップデザートに変更出来ます。

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 検索

●ランチ営業時間11:30~15:00(L.O.14:00)
●休業日/水曜日・土曜日・日曜日・祝日

オープンキッチンでのライブクッキング

ベル・ザ・ダイニング LUNCH PLATE ランチプレート

GoToイート対象店 ※期間は政府方針に準じます

お好きなデリ2種 + BREAD 自家製ハーブブッティ + PASTA 自家製ハーブパスタ + MAIN 自家製メイン料理 + SOUP 自家製ミネストローネ + DRINK コーヒー紅茶 (Hot / Icy) + DESSERT 自家製デザート

¥1,300 (税込¥1,430)

お好きなデリ2種、パン、ハーブパスタ、メイン料理、スープ、ドリンク、デザートがついたワンプレート

モダンリゾートウェディング ベル・ザ・クラス
TEL.029-878-1165
牛久市市たち野西1-22
ベル・ザ・クラス 検索

●ランチ営業時間11:30~14:30(L.O.14:00)
●休業日/水曜日

ベルヴィグループ 各種ご宴会

結納 顔あわせ

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。

お一人様 5,000円(税込5,500円)~

ベルヴィグループの宴会プラン 豪華10大特典付

最寄りの式場へお問い合わせください。

- 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
- 音響使用料無料サービス
- 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。

結婚式を安心・安全に! お得に叶える 7 PLAN SEVEN WEDDING PLAN

- New Normal Wedding**
挙式や写真撮りされた方、これからされる方も別日に披露宴可能なプラン
- Family Wedding**
ご家族・ご親族中心の少人数結婚式
- 2 Place Party**
複数会場同時にパーティを行うプラン
- 1Day“W”Party**
大切な人たちと一日中楽しめる、2部制パーティ
- Maternity & Baby**
ウェルカムベビー! 充実サポートで安心
- Infinity Photo Plan**
衣裳着数無限∞夢のようなフォトプラン
- At Plan**
アットホームなパーティもプラス

※詳細は最寄りの式場までお問い合わせください。

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いの神社へ、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。



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いただきます。もちろん、記念撮影もお任せください。

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。



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)



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

賀寿祝い

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。

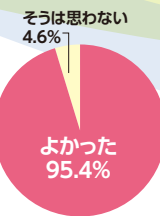
- 還暦(60歳) ●古稀(70歳) ●喜寿(77歳)
- 傘寿(80歳) ●米寿(88歳) ●卒寿(90歳)
- 白寿(99歳) ●百寿(100歳)



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くれたから」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(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の

- 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の出来る仕組みです。

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。

月々お積み立てで実質負担額が大幅に軽減されます

結婚式の費用をお手伝い。

お子様やお孫さんに後悔させないためにも!

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 国会食や記念撮影・お衣裳の事は、ぜひご相談ください。

【衣裳レンタル】お宮参り



赤ちゃんの生誕をご報告し感謝と健やかな成長を願う日

【衣裳レンタル】卒業式



学生生活最後の日だからこそ華やかな衣裳で大切な節目をお祝い

【衣裳レンタル】一般レンタル



お慶びの日を華やかに演出するための格式ある着

【衣裳レンタル】一般レンタル



披露宴の出席やお子様のお宮参り七五三入学式など大切な記念日に

【衣裳レンタル】賀寿祝い



還暦から白寿まで長寿を寿ぐ人生の節目にふさわしい衣裳です

すぐに挙げたい! 最短1ヶ月プランもご用意しております

「お腹が大きいと選べるドレスも少ないのかな」館内にドレスサロンがあり、デザイン・サイズが豊富に揃う。背中が編み上げで調整できるドレスもあり、体型の変化に応じてデザイン変更も可能。前撮りと同時に撮影も! 今しか残せない一枚を! 「大きいお腹の写真を残しておきたい」生まれてくる赤ちゃんへの贈り物となる記念撮影。館内での素敵なロケーションでの写真が残せる。前撮りと同時に挙式後の撮影にも対応。

ベルヴィグループでは、妊婦さんが安心できる様々なサービスをご用意! マタニティウエディングには新しい 家族を強くするパワーがあるのです。

赤ちゃんを授かった喜びとともに、妊娠中に挙式するカップルは年々増えています。ふたりだけでなくおなかの赤ちゃんにも「おめでとう」の声を掛けてもらえ、結婚と妊娠の喜びをみんなに分かち合えるのが魅力。両家族、新郎新婦、おなかの赤ちゃんの3世代で行うことで家族の絆もぐんと深まり、新たな一歩を踏み出す大きな力になります。

妊婦さんの心と体の変化を助産師さんがサポート!

「はじめての事ばかりで心配!」そんな不安を和らげてくれるのが、助産師さんに直接相談できるサービス。妊娠から出産、育児に至るまで、母子の健康を守るため日々活動しているプロフェッショナルがアドバイスしてくれる。母と子の体調を最優先し、そばで見守ってくれる存在は心強い。

充実設備と専門知識を持つプランナーがサポート!

「つわりが重いから、迷惑かけちゃうかも!」打合せの約束や準備への不安も、専門知識を持つプランナーがサポート。挙式までのスケジュールは最短で1ヶ月。打合せの時間は自由に設定でき、個室や自宅からオンライン・電話、メールでのやりとりも。負担を最小限に準備を進められる。

種類が豊富なドレスで妥協しない衣裳えらび!

「お腹が大きいと選べるドレスも少ないのかな」館内にドレスサロンがあり、デザイン・サイズが豊富に揃う。背中が編み上げで調整できるドレスもあり、体型の変化に応じてデザイン変更も可能。前撮りと同時に撮影も! 今しか残せない一枚を! 「大きいお腹の写真を残しておきたい」生まれてくる赤ちゃんへの贈り物となる記念撮影。館内での素敵なロケーションでの写真が残せる。前撮りと同時に挙式後の撮影にも対応。

マタニティ婚を応援するお得なプラン

マタニティ婚の花嫁さんを応援するお得なプランがあり、予算に合わせた提案もしています。見学の際に相談してみてください。

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 牛久市

BIGフェア
4月25日(日)
5月30日(日)
6月27日(日)

- 📍 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パーজন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

Bridal information 土浦市

【1日2組限定】アムール貸切見学ツアー〜五感で楽しむ絶品試食〜
4月18日(日)
5月23日(日)
6月20日(日)

- 📍 土浦駅徒歩5分のリゾートウエディング
- 📺 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

Bridal information 守谷市

週末SPプレゼント! 人気コース試食×ALL体験
×BIG特典
4月11日(日)
5月23日(日)
6月13日(日)

- 📍 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

Bridal information 日立市

【今だけ☆2周年記念】豪華特典&絶品試食付き ALL体験フェア
4月・5月・6月 毎週末

- 📍 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

BELLEVIE ONLINE WEDDING

会場見学からドレス選び・打合せも可能! 結婚式や成人式・お祝い事お気軽にオンライン相談!!

📍 自宅から プランナーにオンライン相談できる!

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

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
ベルザクラス 検索

Wedding Resort **Franc Belle Amour**
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 検索

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 検索

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 検索

健康 知っていると安心 コラム



山形済生病院 整形外科
診療部長
佐々木 幹 先生

股関節疾患は適切な治療が必要!!

コロナ禍の折、世界中の話題はコロナ感染に関わるものばかりですが、他の病気がなくなっただけではなく、コロナウィルスの陰で苦しんでいる人もたくさんおられます。グラフは人工股関節全置換術の手術件数の推移を示したのですが、経年的に増加を示しており、10年前と比べると倍近くになっています。これは日本人の高齢化が影響しているものと思われませんが、股関節疾患が一定数存在することを示すものです。



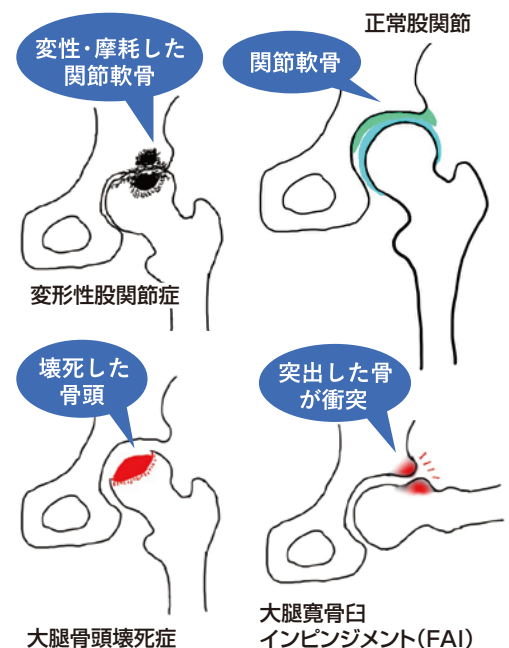
今回の健康「コラム」では子どもからお年寄りまで幅広く関わる股関節の病気についてお話しします。股関節は体幹と下肢をつなぐ人体最大の関節で、人が歩行する時には股関節には体重のおよそ3倍の力が加わるとされます。股関節疾患は年代毎に好発する病気が異なっていますが、今回は成人の股関節疾患についてお話ししたいと思います。

股関節の病気(成人)

成人の股関節疾患として、知っておいて頂きたい病気は3つあります。

1つは変形性股関節症で、関節軟骨が磨り減ってなくなってしまう病気です。変形性股関節症はさまざまな股関節疾患の最終的な状態でもあり、骨折や脱臼などの外傷後にも生じることがあります。日本人では寛骨臼形成不全が変形性股関節症の原因として最も多く、8割を占めるとされています。寛骨臼形成不全は小児期の寛骨臼が浅い状態を指しますが、成長が終了した時点で浅い状態が改善していなければ将来変形性股関節症になる可能性が高いと考えられています。程度が軽いと当初は症状がないか軽微であることも多いので、痛くなるまで患者さん本人が気付いていない場合もあります。軟骨は経時的に摩耗し、回復することが期待できないため、変形性股関節症は基本的には「だんだんと悪くなる病気」です。寛骨臼形成不全が原因で、年齢が若く、軟骨が十分に残っている場合には寛骨臼回転骨切りなど自分の関節を温存する治療が適応となりますが、50歳以上で軟骨変性が進行していれば、人工股関節全置換術の適応となることが多いのが現状です。

2つ目の疾患は大腿骨頭壊死症です。原因はわかっていませんが、大腿骨頭の一部が壊死してしまう病気です。壊死した骨は強度を失うために、体重の負荷に耐えられなくなると微小骨折を生じます。微小骨折に伴い骨頭の圧潰が



進行すると、疼痛が生じ、最終的には変形性股関節症へ移行します。若年者で骨頭に健全な部分が残っている場合には健康部を体重のかかる位置に移動させる骨切り術が選択されますが、健康域が少ない場合にはやはり人工関節以外では救済できない場合もあります。ステロイド(副腎皮質ホルモン)という薬剤との関連が指摘されており、多量飲酒はリスク因子の一つとされていますので該当する方は知っておく必要があります。

3つ目の疾患は大腿寛骨臼インピンジメント症候群(Femoro-Acetabular Impingement: FAI)と呼ばれる疾患で、近年スポーツ愛好者の股関節痛の原因として注目されています。大腿骨の一部と寛骨臼が衝突することで関節唇や関節軟骨を傷めてしまう病気で、形態的に骨の張り出しが大きい人でアイスホッケーやサッカーの選手に多いといわれています。典型的には股関節を深く曲げる動作や内向きに捻る動作で痛みがでるため、スポーツ活動などに支障がでます。単純X線写真だけで診断が難しいこともあり、正しく診断がつくまでに時間がかかることもあるので、スポーツ愛好者で長引く股関節痛がある人は専門医に診て頂くといひしょう。

股関節疾患はこどもから高齢者まで幅広く存在

どの世代においても歩行困難につながる重要な病気ばかりです。膝や足首に比べると深部にあるため診断が難しく、痛みの局在も臀部、鼠径部、大腿部、膝周囲と広範囲にわたるため、腰や膝の疾患との鑑別を要し、しばしば難治します。歩き方がおかしい、左右の足の長さが違う、股関節や膝が痛いなどの症状がある場合には一度整形外科を受診しましょう。



治療について

本日お話しした股関節疾患は適切な治療を行わずに悪化した場合、最終的に変形性股関節症となり、耐えがたい痛みや歩行能力を低下させます。装具療法やリハビリなどの保存療法でも改善しない場合や見込めない場合、手術が必要になります。若年者では関節機能を改善させ、変形性股関節症の進行を予防するための骨切り術が第一選択になります。骨切り術では対応が難しい場合や年齢が50歳前後以降では人工股関節全置換術が選択されることが多くなっています。人工股関節全置換術は機能を失った股関節を人工関節に置き換えることで疼痛を改善し、関節機能を回復させる手術で、製品と技術的な進歩を受けて成績がさらに向上し、年々手術件数は増えています。変形性股関節症が原因で歩くのが困難になった高齢者でも人工股関節全置換術を受けることで痛みなく歩けるようになることが期待できるので、お困りの方は一度専門医にご相談されることを良ひひしょう。

人工股関節全置換術



★12星座占い★ 2021年4月～6月



おひつじ座
3月21日
～4月19日

基礎工事を終えた土台の上に、柱を立てていくような一年になりそうです。頑丈で、あなた好みの、人生という名の「家」を建てるために、外の世界から様々な材料やスキルを仕入れていきましょう。



ふたご座
5月21日
～6月21日

キーワードは「新しいステージへの旅立ち」。ここから1年は今まで以上に冒険心を持って、「挑戦」を軸に自分の可能性を広げていきましょう。時代の大きな変化もあなたの背中を押します。



しし座
7月23日
～8月22日

人間関係や周囲との関わり合いの中から多くの幸運が舞い込んでくる予感。公私ともに未来と一緒に歩むパートナーが見つかったり、才能を評価し、背中を押してくれるキーマンに出会える可能性。



てんびん座
9月23日
～10月23日

「とにかく面白おかしく笑って過ごしてください」って伝えたいです。上手くいかないことや嫌なことも「こんな経験できてラッキーだな」ってくらいの気楽さで笑って受け流しちゃってください。



いて座
11月23日
～12月23日

「フットワーク」と「アップグレード」。直感の赴くままに軽やかにアクションを起こし、仕事でも恋愛でも何でもランクアップを目指してほしいです。今のあなたに「現状維持」なんて言葉は不要です。



みずがめ座
1月20日
～2月18日

旅の準備は整いました。あとは旅立つだけ。旅に出る前に言うべきことがあります。それはこの旅の主役は「あなた」であるということ。そして、とにかくアクションを止めないでほしいということ。



おうし座
4月20日
～5月20日

前年に思いつきり広げた可能性を基盤にし、「ポジション」を確立していくような星まわり。得意分野を突き詰めて、活躍できる居場所を広げていくことを意味します。理想とする未来にも近づくでしょう。



かに座
6月22日
～7月22日

愛情深く、家族や家庭をテーマに持つ星座。これまで以上に家で過ごす時間を大切にしたり、離れて暮らす家族に頻りに連絡するようにすると、心穏やかな日々を送ることができそうです。



おとめ座
8月23日
～9月22日

「自分の役割に向き合う」ことがテーマ。あなたにしかできない役割やポジションに大きな光が当たりそうです。新しいアイデアを提案したり、効率的なやり方はないか模索したりしましょう。



さそり座
10月24日
～11月22日

「自分の居場所」を整えること。職場や家族、趣味のコミュニティなど、「自分」と改めて向き合う時です。もし今の環境に不満があったり、将来に不安を感じたりするならば、行動を起こす方が良さそう。



やぎ座
12月24日
～1月19日

序盤からちょっと不安にさせてしまうかもしれません。期待と不安が入り混じる少し不安定な運勢になりそうです。不安や恐怖を感じたり、余計なことまで心配の種にしまうこともあるかも。



うお座
2月19日
～3月20日

新しいステージに向かっていくための大事な準備期間になりそうです。目標のために地道な努力を続けてきた人は「いよいよ美りそう」というまで来ています。しかし、一歩を踏みとどまっているのかも。

◆成人式女性プラン◆

振袖・帯・帯揚げ・伊達袴・着付け
ヘアメイク・写真2P

成人式パック **¥82,000** お得

互助会会員**¥120,000**
(税込**¥132,000**)

互助会12万コースが成人式のご利用コースとなります

成人式前撮りパック

互助会会員**¥145,000**
(税込**¥159,500**)

時間にゆとりを持ってお気に入りの写真が撮れます!一生に一度の成人式を思い出に残る写真にしませんか?

※成人式パック・成人式前撮りパックともに、衣装や写真のグレードアップ・和装小物・草履・バックは、別料金となります。

◆成人式男性プラン◆

紋付袴セット **¥10,000** お得

互助会会員**¥40,000**
(税込**¥44,000**)

※その他着付け・写真は別料金となります。



※全館とも感染症対策を徹底しております。
※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。

2022 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

茨城地区合同

4/16(金)~18(日)

9/17(金)~19(日)

〈会場〉ベル・ティアーズ日立
日立市西成沢町1丁目4-30(1F・ウイッシェ)

TEL.0294-87-8972

9/10(金)~12(日)

〈会場〉フランベル アムール
土浦市港町1丁目11-8(1F・シェ)

TEL.029-823-876



互助会会員様だから成人式を華やかで、
お得に飾る事ができます
2023年~2025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。

卒業式お衣裳もご予約受付中!

成人式展示会で同時予約受付中!!

卒業式袴・新作入荷!

卒業式一般価格¥40,000(税込¥44,000)

会員価格**¥32,000**

(税込**¥35,200**)

※衣裳のみ

会員様特典 **随時受付中!!** 衣裳から着付け、写真撮影まで
トータルサポート!!

互助会会員 **撮影料金 50%OFF**

撮影基本料金

平日 3,000円(税込3,300円)
→1,500円(税込1,650円)
土日祝 6,000円(税込6,600円)
→3,000円(税込3,300円)

撮影料金 + セット商品

【七五三プラン】衣裳・着付け・ヘアメイク・写真(2P)
40,500円(税込44,550円)~

子供の成長も華やかに...

今からの準備がおすすめです!!
新作衣裳入荷!!

記念写真 & 七五三

※最寄りの式場へお問い合わせください。

【ゲストルーム】
カジュアル・和モダン・ラグジュアリー
3タイプフロア

- 全室に最高級の今治タオル・シモンズペット・MIKIMOTOアメニティ付き、4K大画面テレビでYoutube視聴も可能
- エグゼクティブスイートとデラックススイートには、全リラクス肩湯付

2F:宴会・法事会場
朝食(和食)
客室
朝食(洋食)
2F:朝食会場
リラクス肩湯付

GoToイート対象店
※期間は政府方針に準じます

大人が一時の羽を休める場所
■ラウンジ
valor(バロー)81F
TEL.023-665-1553
営業時間18:00~24:00

■天ぷら 山寺 1F
TEL.023-665-1552
営業時間17:00~22:00(不定休)

LUXURY FOR ALL 18室の贅沢空間のおもてなし

HOTEL URBAN GRACE GRAN
ホテルアーバングレイスグラン

●最寄駅: 山形駅 ●アクセス: 山形駅東口徒歩3分 【アーバングレイス】 棟間
〒990-0039 山形県山形市香澄町1丁目18-12 TEL.023-625-1414
FAX.023-635-0303 http://urban-grace-gran.jp/

プラスアルファカード特典
●1室2,000円引き
●天ぷら 山寺 (ワンドリンクサービス)

マイプルサーモンと
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
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。

感染拡大防止の取り組みといたしまして、お客様ごとの距離の確保、露天風呂は貸切でのご案内など、様々な対策を行っておりますのでご安心ください。贅沢な時間や非日常へのご案内ができます。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

オーベルジュ 鈴鐘 女将 鈴木 鈴

GoToトラベル対象
※期間は政府方針に準じます

「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(税込37,400円)→30,600円(税込33,600円)
●お二人様で6,800円(税込7,480円)割引!!
※お部屋数・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組お一人様 29,000円(税込31,900円)
※グループ全員が60歳以上に限定。99年未満年齢・GW・お盆は除きます。

春色満載の Pasta はいかがですか? ハンカチ Pasta に包まれた ホタテ貝のムニエル



盛り付け例

パスタ生地は、市販のものでもOK!!ラザニア生地を伸ばしても使用可能!!簡単にできます。

●材料(1人前)

【パスタ生地】●強力粉...120g ●薄力粉...30g ●卵白...20g ●水...25cc ●塩...0.5g ●オリーブ油...40cc ●エディブルフラワー(食用花:彩的にすみれ・ラベンダー・ミント等がおすすめ)
【ホタテのラタトユ】●ホタテ貝...3ヶ ●ラタトユ(フランス南部の地方料理・トマト中心のみじん切り野菜炒め) ●赤・黄ピーマン ●オニオン ●長ネギ ●ミニトマト(1~2個) ●セロリ
【春のガルニ(付け合せ)】●トマト ●オリーブ ●プチペール
【ソース】●ブイヨン ●オレンジ ●バター



作り方

- ①ボールに小麦粉を振るい入れ、水が多めの卵白水と少なめのオリーブ油を合わせ練り混ぜます。全体にしっかりとしたら、生地をラップに包み、冷蔵庫で1時間寝かせます。
- ②生地を丸棒等で伸ばしていきます。伸ばし1mm程度の厚さにし、平くなった生地の上にエディブルフラワー(食用花)を均等に散りばめ挟み折り、もう一度伸ばします。
- ③赤・黄ピーマンやオニオンを適宜サイズに刻み、フライパンで軽く炒めます。
- ④ホタテ貝の側面に個々に切り込みを入れて、刻んだピーマンとオニオンを適量詰めて、軽くフライパンで炒め、ムニエルにします。
- ⑤ラタトユの残り野菜をブイヨンスープにし、バターとオレンジの皮をすり、香りをつけ仕上げます。
- ⑥ハンカチパスタは、適宜サイズにカットし、約30秒サッと茹でます。出来上がった、ホタテのラタトユを包み込み、プチトマトやプチペールを盛り付け、最後にブイヨンやオレンジ・バター等のソースを掛けて完成です。

ホテルアーバングレイスグラン「天ぷら山寺」の
料理長が教える自宅でも出来る
おいしい天ぷらの作り方

■作り方
今回は、小麦粉を使用して作ります。
1つのボールの中に3種類の衣(ころも)を作ります。
【通常の衣】えびや魚などに適しています。
振った小麦粉100g・卵水(水10・卵1個)振った小麦粉お玉1杯分と卵水スプーン2杯分をわけておきます。
①ボールに卵水を入れ、振った小麦粉を何回かに分けて、加えます。(ポイント:小麦粉に卵水を注ぐと混ぜにくくなるので、卵水に粉を加えます。)
②泡立て器を寝かせ「8の字」を書くように動かし、粘り気が出ないようにザックリと混ぜます。浮いている粉は、泡立て器でトントンと叩いて下に沈めます。
③ベースの衣の完成。多少ダマが残ってもよい。箸ですくうと、衣が途切れずにスーッと流れ落ちるくらい。
【濃いめの衣】ボールの1/3の部分に、お玉1杯分ほどの小麦粉を加えます。さつまいもやかぼちゃなどの根菜類に適しています。
【薄めの衣】ボールの1/3の部分に、スプーン2杯程度の卵水を加えて薄めます。タラの芽や葉物野菜など、野菜の色合いを出したいものに適しています。
【揚げ方のポイント】えびやタラの芽は、180℃の油で1分揚げるとカラッと仕上がります。さつまいもやかぼちゃなどの根菜は、170℃の油で2~3分揚げ、外に出してからアルミホイルに3~4分包んでおくとホクホクに仕上がります。

濃いめ 薄め 通常 ※ボールイメージ

ボール全体が均等濃度にならないようにします。

盛り付け例

1 2

■天ぷら 山寺
ホテルアーバングレイスグラン1F
飛沫防止アクリル設置しております。

料理長 植木 淳

～葬儀を終えて～
**ありがとう
心に残る
お見送り**

茨城県龍ヶ崎市・さがみ典礼 龍ヶ崎ホール
お客様 渡邊 進太郎様(長女・内田早苗様・次女・川村弥生様)
葬儀担当者:村松 正稔(館長)

大塚 啓子

◆お客様より

直前まで元気いっぱいだった母の急逝に戸惑い悲しみで杯の中、村松様・大塚様をはじめ皆様が私たちにすべきことを一つ丁寧な温かくサポートしてくださいました。そして故人の尊厳を大切に接していただいたことが印象的でした。エンバミングにより、綺麗な母の姿とお別れできました。人とのつながりを大切に母の思い出の写真をたくさん準備して飾りました。至れり尽くせりの親族控室があったことで、家族と近い身内で母を囲み、のんびり思い出話が出来ました。きつと母も喜んでくれたに違いありません。本当にありがとうございました。また、法事もお世話になりました。コロナの感染対策もしっかりしており安心出来ました。

◆葬儀担当・村松正稔より

渡邊様は、突然のお別れの中での葬儀の打ち合わせでした。渡邊様は、最後の時間を大切にゆつたりとお別れしたいと希望されておりました。故人のヨリ子様は、自分より周りの人たちの事を一番に考える方と伺いました。その方々と、綺麗な姿のままお別れ出来るようにエンバミングを提案させて頂きました。通夜の際には、ヨリ子様のたくさん思い出話をしながら、一緒の時間を過ごされている皆様を見てみると、ヨリ子様は暖かな愛情を恵んでくださった方だと改めて感じました。これからの、故人様との最後の時間を、ご遺族様へご親族様と一緒にご寄り添い、ご葬儀のお手伝いをさせていただきますと思います。

◆担当・大塚啓子より

突然のお別れだったので、話しかけた事伝えなかった事が少しでも心残りがないようにとの思いで、お手伝いさせていただきました。ご遺族様から「ゆつくり最後のお別れをすることが出来ました」と感謝のお言葉をいただき、有難く思いました。これからもご遺族様の悲しみが少しでも穏やかになつて頂けるように、ご葬儀のお手伝いをさせていただきますと思います。



葬儀担当・村松正稔(館長)

次女・川村弥生様

お客様・渡邊進太郎様

担当・大塚啓子

長女・内田早苗様

マンガでわかる 四十九日
葬祭話 までの法要



初七日を終え、7日ごと(二七・三七・四七・五七・六七・七七)四十九日(と極楽浄土に行けるかどうかの裁きが行われます。

初七日	二七日	三七日	四七日	五七日	六七日	七七日
7日目	14日目	21日目	28日目	35日目	42日目	49日目

この世からあの世へ善を送る...

裁きに合わせて、故人様が成仏できるよご遺族様が供養(法要)を行います。

二七日(ふたなのか)から七七日(なななのか)四十九日法要のお花や法事・法要、御膳セットをご用意しております

さがみ典礼では、二七日から七日毎に5回お届けするお花セット「なな花」や御膳セット「なな御膳」、七七日(四十九日)のご自宅法要用の御膳セット「七七御膳」の配達も承っております。

ご法要、仏壇・仏具や墓石につきましても、経験豊富な「さがみ典礼」にお申し付けください。

忌中法要 5セット分

故人様が成仏できるよう「忌中法要」を。

ご遺族様のみで供養する「忌中法要」に

なな花・なな御膳

Aセット 50,000円 (税込55,000円)
●供花一対×5セット
●上記写真は1セット分です。

Bセット 30,000円 (税込33,000円)
●供花一対×5セット
●上記写真は1セット分です
●花巻は別売りです
一対15,000円(税込16,500円)

50,000円 (税込54,000円)
●4名様+膳膳1個(箸付き) / 5セット
●上記写真は1セット分です
●賞味期限: お引渡しの翌日(要冷蔵)

お一人様 10,000円 (税込10,800円)
●賞味期限: お引渡しの翌日(要冷蔵)
●料理内容は季節により変更になる場合がございます。

ご遺族様のみで供養する「四十九日法要」に

七七御膳

お一人様 15,000円 (税込16,200円)
●賞味期限: お引渡しの翌日(要冷蔵)
●料理内容は季節により変更になる場合がございます。

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

エンバミング (遺体衛生保全)
見送る人にもやさしいお葬式

「元気なころの姿に戻った」
「最後の親孝行ができて
本当に良かった」
とのお声を頂いております。

QRコードより、動画があります。

●エンバミング(遺体衛生保全)

故人様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ミングです。アルファクラブグループは1988年に日本で初めてエンバミングを導入した先駆者として、経験と実績を重ね、全国各地のエンバミング技術に対して指導的な役割を果たしています。私たちは、エンバミングをご遺族様と故人様がより良いお別れをするための※グリーフケアのひとつとして考え、心を込めて施術を行っています。※グリーフケアとは、身近な人との死別を経験し、悲嘆に暮れる人をそばで支援すること、悲しみから立ち直れるようにすることです。

●お客様の声

エンバミングのおかげで、長い闘病生活で瘦せてしまっていた父がふくよかな姿で帰ってきました。元気で優しい父の顔をみんなの心に刻んでもらえたと思います。(福島県・女性)

エンバミングをしていただいて、時間ゆとりをもって見送ることが出来ました。スーツを着た主人を見て、家族のために夜遅くまで働いてくれたことを思い出しました。(茨城県・女性)

顔を見た方から綺麗と言ってもらえました。親戚や友人知人にもエンバミングを薦めています。(福島県・男性)

新しい生活様式「さがみ典礼」のお葬式CM

さがみ典礼の施設は、みなさまのお住いの地域で社会生活を維持するのに、必要な施設としての役割も担っています。

99%除菌のおしぼり

徹底した99%除菌のおしぼり使用

定期的消毒と換気徹底します

焼香は間隔をあけて並びお進みください

会食は間隔をあけて飛沫防止アクリル設置

料理スタッフのフェイスシールド着用の徹底

お席とお席の間隔は広く

QRコードより、CM動画公開されておりますのでご覧ください。

ご安心ください!!
法事・法要まで当社で執り行えます

葬儀後にご準備いただく、仏壇・仏具・墓石そして法事や法要まで、当社が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。法要会場を一から探す手間や担当者、改めて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、法事・法要の際、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、スタッフが親身になってお手伝いいたします。

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。

「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

内覧会とは…

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。

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。



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いただきます。

館内を自由にご覧いただける内覧会を開催!!

※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

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
☎029-827-1055

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!!
※紹介された方が参加しない場合もポイントは付与されます。

地区	4月	5月	6月
県北	22日(木)・23日(金) さがみ典礼日立大沼ホール	21日(金)・22日(土) さがみ典礼日立大久保ホール	お問い合わせください (仮称)さがみ典礼 家族葬ホール 高萩 オープン内覧会
県央	16日(金)・17日(土) さがみ典礼土浦ホール 23日(金)・24日(土) さがみ典礼石岡ホール	21日(金)・22日(土) さがみ典礼かすみうらホール	18日(金)・19日(土) さがみ典礼石岡西ホール 25日(金)・26日(土) さがみ典礼土浦南ホール
県南	14日(水)・15日(木) さがみ典礼守谷ホール	21日(金)・22日(土) さがみ典礼牛久中央ホール	18日(金)・19日(土) さがみ典礼龍ヶ崎西ホール
県東	16日(金)・17日(土) さがみ典礼クレストホール 鉾田	21日(金)・22日(土) さがみ典礼鹿嶋ホール 5周年記念内覧会	18日(金)・19日(土) さがみ典礼行方ホール
県西	12日(月)・13日(火) さがみ典礼神栖ホール 12日(月)・13日(火) さがみ典礼坂東ホール	14日(金)・15日(土) さがみ典礼神栖ホール 21日(金)・22日(土) さがみ典礼みらい平ホール	12日(土)・13日(日) さがみ典礼神栖ホール 18日(金)・19日(土) さがみ典礼水海道駅前ホール

JR高萩駅の近くに待望の斎場が 6月オープン予定!!

大切な方との最後のお別れを心休まる空間でお過ごしいただけます。
●ベッド・お風呂完備の親族控室
茨城県高萩市大和町1-8-2

(仮称)さがみ典礼 家族葬ホール高萩

アルファクラブグループ
さがみ典礼
高萩市

相続のこと、考えてますか?
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
- ②便せん
- ③封筒

遺言書が届けられる3つの安心

- 安心1 相続トラブルを回避できる
- 安心2 相続手続きの負担が軽減する
- 安心3 故人の遺志を残された家族が確認できる

「19のしたく」 ご紹介

さがみ典礼版 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/>

位牌・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)

さがみ典礼の トータルサポート

事前の相談から葬儀後まで
「さがみに聞いてみよう」

トータルさがみ 検索

ご葬儀の前



いざという時あわてないために、事前に手順や費用などを相談して残された家族の負担を減らしたい。
●弔辞マナーがわからない…
●葬儀費用の準備、みんなどうしてるの?

ご葬儀



初めての葬儀でわからないことだらけ、近くに葬儀場はあるのか? 葬儀の流れは?
●必要なものがわからない
●病院にお迎えをお願いしたいのですが、来てくれますか?

ご葬儀の後



葬儀後の様々な事。公的な手続きや法要のお仕度から仏壇・仏具選びまでサポート!!
●相続相談
●遺産整理・遺品整理
●墓石や墓地の相談

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

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ので落ち着いていますが、たまはまた荒々しいので丁寧に行います。

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・宗派によって異なりますので、それぞれの家庭の習慣で行いましょう。

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(718)918

特に「新盆」の場合は
準備が必要です

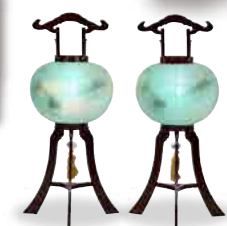
「盆」を迎えるに あたり

お供えで先祖様を おもてなし

■マトイ型
直径37cm・長さ100cm
一般価格26,250円(税込28,875円)
会員価格21,000円(税込23,100円)
■一番型
直径50cm・長さ85cm
一般価格25,000円(税込27,500円)
会員価格20,000円(税込22,000円)



■オリジナル盆棚(経机付)
寸法:高さ164cm・横90cm・奥行123cm
一般価格57,500円(税込63,250円)
会員価格46,000円(税込50,600円)



■オリジナル
回転灯籠
LED(一対)
一般価格28,500円
(税込31,350円)
会員価格20,000円
(税込22,000円)

仏壇・附属品セット販売会



限定5台 olive(オリーブ)上置

サイズ:H50×W37×D34cm
色:ダーク色/ナチュラル色
●スタンド軸 選
●奏明6点セット(選べるカラー4種類)
●おとずれりん金(選べるカラー4種類)
●遥シリーズ 仏器膳
●モダン用おそうじセット

30% OFF
一般セット価格 220,600円(税込242,660円)
会員価格 154,420円(税込169,862円)
※別途、仏壇台もご用意できます。



限定5台 シリウスV

サイズ:H54×W39×D37cm
色:ウォールナット/タモ
●スタンド軸 選
●奏明6点セット(選べるカラー4種類)
●おとずれりん金(選べるカラー4種類)
●遥シリーズ 仏器膳
●モダン用おそうじセット

30% OFF
一般セット価格 296,600円(税込326,260円)
会員価格 207,620円(税込228,382円)
※別途、仏壇台もご用意できます。



限定5台 ノーブルM

サイズ:H56×W42×D37cm
色:ウォールナット/タモ
●スタンド軸 選
●奏明6点セット(選べるカラー4種類)
●豆りん 桜彫金(選べるカラー4種類)
●遥シリーズ 仏器膳
●モダン用おそうじセット

30% OFF
一般セット価格 443,200円(税込487,520円)
会員価格 310,240円(税込341,264円)
※別途、仏壇台もご用意できます。

+ こちらのセットがつきます



			963-8790					
料金受取人払郵便								
郡山局 承認			52					
差出有効期間 2022年12月31 日まで。 (切手不要)			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

1
✂
キリトリ線

家の名義って
そのままでもいいの？

株券が出てきたら
どう扱えばいいの？

年金？葬祭費？戸籍？
役所手続きの期限！

銀行の口座は
凍結された後どうなる？

**ご自宅まで無料訪問・
無料相談にお伺いします
土日祝も無料相談承ります**

ご利用者多数のため、日程を調整させていただくケースもございます

さがみ典礼みんなの相続窓口
0120-256-655 営業時間 9:00~18:00

◎不動産の名義変更◎遺族年金◎預金の解約
◎相続税申告◎株や有価証券・自動車の名義変更

お困りごとの解決実績年間6000件以上

社会貢献活動について

社会的責任の一環として、また地域社会の一員としての観点から、心豊かな街づくりに貢献します。また「お客様の暮らす街や地域でもっとお役に立つ社会に必要とされるアルファクラブグループ」をスローガンのもと、これからも地域社会に貢献できる企業として、様々な活動に取り組んでいきます。



七五三姿で記念撮影 児童養護施設を支援

健康増進と地域密着の活動

感謝

医療従事者へ感染防護品を寄付いたしました



子供たちのための「子ども食堂」開催

医療従事者へ感謝を込めて差し入れを行いました



献血イベントに参加

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、ホームページやブラールで
 発表させていただきます。

日川協加盟 川柳連峰社
主幹 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・ひやなげ川柳会(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)等の役務を兼任。

第9回・テーマは「新春に関する川柳」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。プーア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。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いただきます。

**「川柳」募集の
お知らせ!!** 五七五で終んで
おもしろい人いませんか?

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】
396-8861 福島県郡山市鶴見坦2-4-5
◆期日：2021年5月20日(木)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

佳作

雪解けの
土手に微笑む
フキノトウ

吉田 享子さん(宮手県盛岡市)

「守評」元気に番草く出てるのが
ふきのこ、春は近い！

**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!!



※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。

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/lis>

GRANSHEL
お悩みに合わせたメニューをご提案

花みずき ハブ
皆様の健康を応援します

煮込み食堂 まるしば
看板メニューの牛もつ味噌煮込み

サロン いと 暮らし
健康にこだわったサロンです

石岡市若松2-13-24
TEL.0299-35-8010
●営業時間／10:00～20:00
●休 日／日曜日
お客様の悩みに合わせたメニューを
ご提案し、悩みが改善出来るサロンに
ありたいと思っています。ぜひ一度当サ
ロンへお越し下さい。心休まるひととき
を過ごしていただけますように、スタッ
フ一同心よりお待ちしております。
【特典】ディナーージュオリジナルフィッシュ(60分2,500
円)の施術を受けた方にスチーマーサンプルプレゼント

守屋市本町4408
TEL.090-8021-3929
●営業時間／11:00～18:00
●休 日／不定休
(お問い合わせください)
プロテインに入った美味しい低カロリー
スムージーによって皆様の健康を応援し
ます。栄養8割、運動2割を目指し、毎週
木曜日13:00～ジムを開催しています。
お気軽にお越しください。
【特典】ドリンクご注文の方
クッキーサービス(グループ可)

つくば市下広岡1040-6
TEL.029-859-0048
●営業時間
11:30~20:00(Lo.19:30)
●休 日/木曜日
牛もつを9時間じっくり煮込んだ看板メ
ニウの牛もつ味噌煮込み、その他牛
すじカレーライス、昔ながらの中華
そば、牛骨醤油白湯ラーメンなどを取り揃
えています。美味しく!安く!お腹いっぱい
にお楽しみいただける食堂です。
[特典]煮玉子1個サービス

CERTIFICATE
Chakra Jewel Therapy

There is hereby stated, **Noriko Ogura**, has attended the training of the Chakra Jewel Therapy Basic Course.

THE CHAKRA JEWEL THERAPY BASIC COURSE

NORIKO OGURA
 市川 紀子 様

2004.04.04

Signature: **NORIKO NISHIOJIMA**
 市川 紀子 氏

Date: 2004.04.04

Seal: Nishio Nishio Judo Association

Seal: Nishio Nishio Judo Association

牛久市柏田町3320-7
TEL.029-979-2874
●営業時間／10:00～19:00
●休 日／日曜・祝日
フェイスシャルエステ、ダクニークードによるカードリーディング、精神を整える光線療法、家中の給水をマイナスの水にするレドックスコントロール、除菌器など健康にこだわったサロンです。
【特典】
10%OFF

アルファクラブグループ **友だち登録で
LINE お得な情報・特典**
アルファクラブグループ
のLINEを友だち登録し
ていただいた方に、今すぐお使いいただけるクーポン
やお得な情報をお届けいたします!



今回のプレゼント
オレンジ
レアチーズ
ケーキ

濃厚なサワークリームをブレンドしたチーズクリームと、爽やかなオレンジのスライスをのせたチーズケーキです。※6号サイズ
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。

別紙同封専用
ハガキで、なんと
100名様に当る!

読者
プレゼント



はがきの組み立て方

【手順1】
①のキリトリ線に沿って、はがき部分を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②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③の谷折りですっきり貼り合わせて完成です。

アルファクラブ(株)さがみ典礼
 **0120(718)918**
 ※大事に保管してご利用ください。