

働く女性のワーキングスタイル発見マガジン

# Actaleia

www.actaleia.com

May 2020  
Vol.71  
アクタレイア  
無料

未来を見続ける

Working × Woman / 古川 志穂

毎日忙しく働く人たちがほっと一息つけるような場をつくりたいと、一昨年12月仙台銀座に「お菜晩酌志ほ」をオープンしました。お店をきりもりする志穂さんはこれまでキャリアコンサルタントや営業の仕事に携わり、それはやりがいのある仕事でしたが、毎日が張り詰めた気持ちの連続だったそうです。「仕事終わりに、ほっと気持ちを緩めることができる場所があったら、ちょっとガス抜きできる場所があったら」と考えていました。手作りのお菜(おかず)をいただきながら東北のお酒と志穂さんとの会話を楽しむ…カウンターだけのお店だからこそ、働く人の気持ちがよくわかる志穂さんだからこそ、このあたたかな雰囲気を楽しめます。

新しい仙台を発見できる  
まちあるきツアー!

## たびむすび

INFORMATION

仙台を大好きな人たちが、その楽しさを教えてくれるミニツアー「仙台ふららん」。新型コロナウイルス感染症の兼ね合いで、まだまだ自粛の期間ですが、そろそろ外を歩けるといいなと、そんな希望をもって予定を掲載いたします。状況により、延期・中止となる場合がございますので、仙台ふららんのWEBサイトをご確認ください。

最新情報・お申込み・お問合せはこちら→

http://www.sendai-furaran.com/

仙台ふららん

検索



1

### 仙台『幕末さんぽ』第2回 奥羽越列藩同盟人物伝

家紋講座でも人気の厚綿広至(あつわたひろし)氏による「幕末さんぽシリーズ」第2弾! 奥羽越列藩同盟成立の経緯や内情、結成から瓦解までの流れを解説、列藩同盟の第一線で活躍した、主な伊達家家臣たちを紹介します。歴史初心者の方にも聞いてほしい、楽しい寺子屋講座です(講座のみです、歩きません)。

開催日時 2020年7月5日(日) 13:00~15:00

参加費 お一人様 2,200円

集合場所 12:50 清浄光院万日堂(仙台市青葉区宮町5-1-11)

定員 20名(最少催行人数8名)



3

### 新寺界隈で『ブラタタリ』仙台の幽霊と妖怪!

元大手旅行代理店・広告代理店に勤務、趣味は寺社仏閣とたたり場所のまちあるきという工藤佳一氏が、仙台の『幽霊』『妖怪』『パワースポット』をご案内する人気シリーズです。実体験の怪談も含めて楽しく語る(?) 汲めど尽きせぬ怖〜い話も、みんなで聞けば怖くない!

開催日時 2020年8月29日(土) 10:00~12:30

参加費 お一人様 2,500円

集合場所 9:50 地下鉄東西線「連坊」駅

定員 20名(最少催行人数8名)

幕末の仙台藩には、  
こんなに魅力的な人物がいた!

日本中の怖いスポットを  
散策しているガイドが楽しく?  
ご案内!



2

### 仙台市中央卸売市場に潜入!

仙台市中央卸売市場にて、マグロのせりを間近で見学します。マグロ以外の魚介類や青果のせりの様子、上から眺める卸市場全体の眺めも圧巻です。マグロの解体ショー見学や嬉しい試食、旬の果物おみやげ付き! ツアー終了後は、市場内の食堂での朝食もおススメです。親子参加もぜひ。

開催日時 2020年7月11日(土) 6:00~9:00

参加費 お一人様 3,000円

集合場所 5:45 仙台市中央卸売市場(仙台市若林区卸町4-3-1)

定員 20名(最少催行人数8名)



4

### 五郎八姫の目線で歩く仙台城址完全ガイド

美しく聡明な女性だったと言われる、伊達政宗公の長女・五郎八(いろは)姫。悲運の中でも凛として生きた姫のゆかりの地を「姫研」代表の佐藤康子氏のご案内します。仙台市の観光案内サイト「せんだい旅日和」モデルコースにも選ばれている本コース、ぜひ解説付きでお楽しみを。

開催日時 2020年9月5日(土) 10:00~12:00

参加費 お一人様 2,000円

集合場所 9:50 地下鉄東西線「国際センター」駅

定員 20名(最少催行人数6名)

早起きは三文の徳あり!  
見て・聞いて・食べてお得な市場見学!!

伊達家の家族をめぐる愛の物語とともに  
仙台城跡を解説

今後開催の「仙台ふららん」のご紹介

## Actaleia Vol.71

[Actaleia・アクタレイア]とは…  
active(活発な)とthaleia(ギリシャ神話における美と優雅の女神・「花の盛り」の意)という2つの言葉を組み合わせた造語。自分らしく輝きながら頑張る女性を応援したいという意味が込められています。

お問い合わせ 掲載記事内容・広告掲載・配布本など  
株式会社ゆいネット  
仙台市青葉区花京院2-1-35 佐藤ビル1階  
tel.022-726-0341 fax.022-726-0343  
e-mail.info@actaleia.com URL.http://www.actaleia.com/

twitter @Actaleia #follow Us!!

staff  
publisher 稲葉 雅子  
photo 鈴木 圭介 株式会社たびむすび  
graphic designer ミライズ株式会社 平山 昌伸  
publishing 株式会社ゆいネット

○本誌記事・写真・イラストの無断転載を固く禁じます。  
○本誌で掲載されている内容は、2020年4月24日現在のものです。  
情報内容が変更されている場合もございますことを、ご了承ください。

## FORTUNE

~アクタレイアウーマンに贈る 占い~  
占い師プロフィール  
心眼・カード占い  
占いかず  
仙台在住、出張型占い師。ブライダルサロン、雑誌の占いも担当。

http://ameblo.jp/makinohouse/

PC http://www.actaleia.com/fortune/

モバイル http://www.actaleia.com/fortune/m/



**08 Pizzeria Rocco** ◎ろっこ



いろは横丁にあるナポリピッツァ専門店。ふんわりモチモチの本格ピッツァは、各種と焼き上がるまで1枚たったの3分程度、テイクアウトの他、デリバリーも対応しています。

4月から、店頭では、様々なお店のお惣菜・お菓子なども日替わりで販売、色々なお店の味をお試しできるチャンスですので、ぜひお運びを。

仙台市青葉区一番町2-3-30  
☎022-224-5733  
<https://www.facebook.com/rocco.sendai>  
Instagram rocco\_pizza6

**お店からの一言**  
毎日元気にテイクアウトとデリバリーで営業しています!

**09 はせくら食堂** ◎はせくらしょくどう



国分町の焼肉・ホルモンで人気の「溶岩焼肉 薩摩黒家」の姉妹店が、西公園通り沿いに新しくオープンしました。薩摩黒家自慢の黒毛和牛をじっくり煮込んだ和牛すじ丼やビーフカレー、にんにくの効いたスタミナ豚味噌丼がリーズナブルに楽しめます。当面はランチのみの営業となりますが、ぜひ、お試しください。

仙台市青葉区支倉町2-48  
宮城県建設産業会館 1F  
☎090-9847-0500

**お店からの一言**  
4月1日にオープンしました。焼肉店の姉妹店として、お肉にこだわった厳選メニューのランチをお楽しみいただけます。

**01 お菜晩酌 志ほ** ◎しほ



仙台銀座にある、からだにも心にも優しいお菜(おかず)と東北6県の美味しい日本酒が楽しめるお店です。お菜は定番や日替わりを合わせて毎日10種類前後。日本酒に合うあてもご用意しています。

好きなお菜を選んでお持ち帰りできるサービスも実施中、手軽に気軽にほっとできるおうちごはんをお楽しみいただけます。

仙台市青葉区中央3-10-5 2F  
☎080-2818-9497  
<https://www.osaibanshaku-shiho.net/>

**お店からの一言**  
ほっとするお菜で、楽しいおうち飲み、おうちごはんのお役に立てたら嬉しいです

**みんな元気に**  
**営業中です!**

緊急事態宣言、初めての経験でした。飲食店をはじめとするサービス業など、厳しい状況が続きますが、自粛の気持ちをもって過ごすゴールデンウィークが終わり、少しずつ世の中の流れが良い方向に向かうことを願っています。開業応援塾でお世話になった皆さんの中から一部ですが、元気ががんばっているお店をご紹介します。

※この記事の取材は4月20日前後で行っています。各店、営業日・営業時間・営業形態などが変更となっている場合がございますので、訪問の前にご確認いただきますようお願いいたします。

**10 Panch** ◎パンチ



宮城県南のブランド食材・野田鴨や畜産家「べこ屋の洋ちゃん」牛など地産産食材をふんだんに使った料理を提供。定番・手刺しの炭火串焼きや旬菜鮮魚の季節感あふれるメニュー、地酒など飲み物とのリアージュも楽しめます。テイクアウトでは、炭火串焼きのほか、32℃豚のメンチカツ、特上ステーキめし、特上やきとりめし等が大好評。

角田市角田泉町73-1  
☎0224-63-5939  
<https://road-trip-tohoku.com/service/panch/>

**お店からの一言**  
角田駅からすぐ近く、お店の情報はFacebookでも確認できます。仙台ではなかなか味わえないメニューも楽しめます。

**11 綴café** ◎つづりカフェ



北目町で、蔵王のハーブやスパイスをはじめ、地元の食材をふんだんに使ったランチやスイーツを提供するカフェ。

4月からお弁当やお惣菜のテイクアウトでの営業を開始。日々変わるカラフルなお料理はHPやSNSでぜひチェックを。店舗内では、野菜や水産加工品、卵や焼きたてのパンなど、地域のつながりを大切に商品も取り扱っています。

仙台市青葉区北目町4-7 HSGビル 1F  
☎022-393-7888  
<https://tsuzuri.jp/>

**お店からの一言**  
新型コロナウイルスの影響で日々変化を求められる毎日ですが、地域のつながりを大切に、がんばっていききたいと思います。

**02 kaffe tomte** ◎カフェ トムテ



立町の住宅街にあるマンション1Fという立地にも関わらず、遠方からのファンも多い人気店。地産地消にこだわった、お野菜たっぷりのごはんは、からだにやさしく彩りも豊かです。

4月から、店舗前に惣菜やお弁当、焼き菓子等の販売を実施しています。メニューは日替わりですので、SNSでご確認ください。

仙台市青葉区立町18-12  
ライオンズマンション西公園第3 103  
☎080-4938-0038  
<https://ja-jp.facebook.com/kaffe.tomte/>

**お店からの一言**  
山形や、宮城県内の力強い無農薬のお野菜を毎日日替わりメニューで提供しております。美味しくお腹いっぱい食べても、スッキリ!

**03 evening bar & night cafe ano.café** ◎あのかふえ



お酒も珈琲もケーキもカレーも時間帯に限らず楽しめる「昼からバー&夜までカフェ」。ビル2階の隠れ家的なお店です。

お店の名前を冠した「あのかふえのポークカレー」など自慢のカレーや、こだわりのサイフォンコーヒー、手作りケーキもぜひお試しください。カレーとケーキ、ドリンクはテイクアウト可能です。

仙台市青葉区国分町3-6-17  
熊谷ビル 2F 202  
☎022-797-2886  
<https://anocafe.shopinfo.jp/>

**お店からの一言**  
「カフェ飯×お酒」推奨店。当店イチオシ「ギョーカレー×ビール」を是非お試しください!

**12 Cafe 食堂 Laugh** ◎カフェしょくどう ラフ



アンティーク家具を配したシックな空間ながら、「おうちごはんよりちょっとだけオシャレに。」をモットーとした“食堂”スタイルが親しみやすいお店です。

看板メニュー「竹鶏たまごのふわとろオムハヤシ」をはじめ、地元食材を豊富に使った手作り料理とスイーツが人気。現在はお食事、お惣菜のテイクアウトを実施中です。

名取市増田字柳田396-1-103  
☎022-393-5609  
<https://www.facebook.com/pages/category/Coffee-Shop/Cafe%E9%A3%9F%E5%A0%82-Laugh-1393507204286001/>

**お店からの一言**  
期間限定で惣菜のテイクアウトも行ってまいります。おうちでカフェごはんを楽しんでいただけたらと思います!

**13 スペタノカフェ**



おかたづけ・メルカリ講座やフリマイベント主催などを通して、ママさん支援や人とのつながる場づくりを支援している牧野和子さんが運営するマルシェカフェ。定禅寺通りのカフェ部門は4月で一旦閉店となり、今後は、出張型カフェとなります。子育てや介護にがんばる方には出張料無料でドリンクの提供もするそうです。

出張型カフェとなりますので、お電話でご依頼ください。  
☎090-7333-8915  
<https://ameblo.jp/makinohouse>

**お店からの一言**  
子育て、介護でがんばっている女子、援カフエ仲間が作るお茶やお菓子、アクセサリなどを提供しています。あなたも仲間になりませんか?

**04 焼菓子工房 はおはお**



「自分のつくる焼菓子で地域と繋がりたい」と佐藤紀子さんがつくったお店。人気のシフォンケーキ、パイナップルケーキ、かばさんクッキーなど、かわいい店内に所せましと焼菓子が並びます。お手頃な価格と少ない単位の包装がありがたい、子供にも大人にも身体にも優しいお店です。お気に入りものは予約してから伺ってください。

仙台市若林区ないの里2-6-3  
<https://www.facebook.com/pg/yakigashihaohao>  
<https://www.instagram.com/haohao.yakigashi/>

**お店からの一言**  
国産の小麦粉をメインに普段の生活に寄り添うおやつをお作りしています。ほっとするお茶時間にいかがですか?

**05 一番五郎** ◎いちばんごろう



昭和レトロな雰囲気の人気。いろは横丁の入口に構える、「昼は味噌ラーメン、夜は餃子居酒屋」のお店。野菜たっぷりの味噌ラーメンと、肉ぎっしりな一番焼餃子、仙台産ゆき菜を使った仙台新名物・仙台あおば餃子が人気です。

1000円でビールが2杯つく「おつかれセット」は、長居しないちょい飲みにぴったり!

仙台市青葉区一番町2-3-30  
☎022-222-8808  
<http://t.co/ml0BCvtbjb?amp=1>

**お店からの一言**  
ぜひ皆さまいらしてください!

**ちっちゃい** ~私の好き・やってみよう からビジネスの種を見つける~

**開業を応援する情報コーナー**

**★開業講座 ちっちゃいビジネス開業応援塾**  
一人・家族など小規模で何かを始めたい方に向けた講座を開催。名取会場 (café 食堂 Laugh) は6/3(水)から、仙台会場 (スペタノカフェ) は、5月GW以降に状況を見て開催予定です。  
主催:株式会社ちいネット ☎022-726-0341  
<http://www.chiki-biz-sendai.net/>

**★飲食店のサポート、食に関するイベント企画 OFFICE HIRANO**  
食に関するイベントにチャレンジしたい、お店づくりに取り組みたい、そんな方に学びと経験の場をつくるお手伝いをいたします。  
主催:OFFICE HIRANO (平野真樹) Mail:office.hirano@gmail.com

**★缶詰など常温加工品を考えている方のご相談に応じます 東北宝缶詰研究所**  
飲食事業で培った経験を活かして、各方面と連携し少量多品種の高付加価値なプレミアム缶詰を格安でスピーディに小ロットから開発するお手伝いをします。  
主催:株式会社veeel ☎0224-63-5939 Mail:veeel.kkd@gmail.com

**★お菓子づくりの場所貸します 綴café**  
菓子づくりが得意で自分の作ったお菓子を販売したいという方に、菓子製造の許可あるスペースを貸し出しています。  
主催:綴café (ミライト株式会社) ☎022-393-7888  
<https://tsuzuri.jp>

**★ファンと仲間作りのお手伝い マキノハウス**  
どうやって自分の作品や技術を世に出せるの? ファンや仲間を作るの? 定禅寺通りの小さなカフェで委託販売や展示等実践を通してお手伝いいたします。  
主催:マキノハウス (牧野和子) Mail:makinomaki22@gmail.com

**06 Cafe nijineco** ◎にじねこ



保存料、着色料、香料等添加物不使用、国産の小麦やてんさい糖など、からだにやさしい材料で丁寧に作るハンドメイドドーナツカフェです。

人気No.1のねこドーナツや新感覚の冷たいデザートドーナツもお楽しみください。パースデードーナツなどのオーダーメイドやオンラインストアによるお取り寄せも可能です。

仙台市太白区東中田2-29-12  
☎090-7563-8721  
<https://nijineco.com/>

**お店からの一言**  
体思いの材料を使い、心を込めて手作りにしています。ドーナツで心に笑顔をお届けします!

**07 Cafeこもれび**



長町にあるチーズケーキとハンドドリップコーヒーのカフェ。

2017年「まちる仙台」主催のプレミアムスイーツコンテストで優勝した「贅沢はちみつチーズケーキ」をはじめ、目に鮮やかな「映える」チーズケーキが魅力的。季節でメニューが変わるので食べ逃しなく。焼き菓子やチーズプリンもおすすめ。

仙台市太白区長町7-12-4  
DIOSS長町南  
☎080-3149-9177  
<https://www.facebook.com/pages/category/Tea-Room/Cafe%E3%81%93%E3%82%82%E3%82%86%E3%81%B3-265360830689457/>

**お店からの一言**  
新茶のシーズン到来! 香り豊かな抹茶のケーキで、お家カフェをお楽しみ下さい!