

多賀城にニューオープン
自家焙煎珈琲+天然酵母パン+国産小麦のケーキ

行ってきました

コトリコーヒーに行ってきました



「小鳥が羽を休めるように 小鳥が夢を語るように ゆったりと…」コトリコーヒーでそんな時間を過ごしてほしい、店主・庄司さんご夫妻の想いがお店の名前に込められています。客席が13名と小さな可愛らしいカフェスペースでは、自家焙煎珈琲や手作りスイーツを楽しむことができます。天然酵母のパンは試行錯誤の末に辿り着いた優しい味と柔らかさ。多賀城の、大きな魅力のひとつになりそうな予感です。

コトリコーヒー
住所 / 多賀城市中央2-9-13
(多賀城駅より徒歩3分、お店専用の駐車場はありません)
TEL / 070-5320-2048
営業時間 / 11:00~18:00 (L.O.17:30)
定休日 / 日曜・祝日・第一月曜
※裏表紙のプレゼントもご覧ください

たびむすび

多賀城市

石巻市
田代島

INFORMATION

夏休みが終わり、季節は秋。
東北の秋は、紅葉、食材、収穫祭、
いろいろなところで
その季節感を感じることができます。
冬が来るまでの短い季節、皆さんのお出掛けに
役立つ旅の情報をお届けします。

募集型企画旅行

松村正子さん さんと行く

募集中

「多賀城の魅力発信のために、皆さんのアイデアください!」ツアー

多賀城には名所旧跡がたくさんあります。その魅力をもっとたくさんの方に知ってもらうにはどうしたらよいかしら?多賀城の魅力を発信したいと考えている松村さんと一緒に、多賀城市内を歩いてみませんか。そして、魅力発信のためのアイデアをテーマに参加者同士で交流会。旅を企画することに興味がある方、自身の住んでいる地域にもアイデアを反映させたい方、とにかく多賀城が好きな方、ぜひご参加ください。

- 出発日 / 2013年 10月5日(土)
- 旅行代金 / お一人様 大人 **2,000円**(税込)(大人・子供同額税込)
- 食事 / 1回(昼食付き)
- 添乗員 / 同行しません。現地ガイドがご案内します。
- 定員 / 20名様(最少催行人数10名)
- お申込方法 / お電話かメールでたびむすびにお申込ください。追って手続きについてご案内いたします。



多賀城跡



多賀城跡

写真提供:宮城県観光課

行程

東北本線「国府多賀城駅」集合(9:30) → 多賀城碑 → 多賀城跡 → 昼食&アイデアワーク・交流会 → 多賀城廃寺跡 → 「国府多賀城駅」解散(15:00)



株式会社 **たびむすび** (一社) 全国旅行業協会正会員 宮城県知事登録旅行業2-344号

たびむすび営業部(株ゆいネット内) 〒980-0013 仙台市青葉区花京院2-1-14 花京院ビル12F TEL.022-748-6230 FAX.022-726-0343

■ e-mail info@tabimusubi.co.jp ■ WEB <http://www.tabimusubi.co.jp>

営業時間:月~金 9:00~17:00 ※上記アドレスからのメールを受信できる状態でお問い合わせください。



夏だ、船だ、田代島だ



行ってきました

日帰りバスツアー 「田代島の夏休み」に行ってきました

7月20日、田代島への日帰りバスツアー「田代島の夏休み」に行ってきました。なかなか梅雨明けのしなかった今年、ツアー開催前日まで島は風雨がひどかったそうですが当日はよい日和となりました。波も静かで穏やかな船旅、フェリーから降り船着場を歩いてゆくと、早速ねこたちのお出迎えです。

島に着いたら自由時間。ねこがよく休憩しているという

商店の前で一緒に休憩をする方、猫神社やマンガロτζをまわる方、島を半周する方など、皆さん思い思いの田代島の夏休みを過ごしていました。

旅にはいろいろな形がありますが、ねこを見ながら考え事をする旅、ねこの写真を撮る旅など「ねこ」のテーマで旅をするのもよいですね。冬が来る前に、ふたたび訪れたいなと思いました。



募集型企画旅行



行程

行き 仙台駅発(7:00) → 石巻フェリー乗り場発(9:00) → 大泊着(9:38) → 猫神社～田代島自由散策
 帰り 仁斗田発(14:18) → 石巻着(15:00) → 猫塚少林神社(16:15) → 仙台駅前着(17:30)

※上記のフェリー時刻は通常ダイヤのものです。当日の発着時間は、出発1週間前にお送りする最終日程表でご確認ください。

※天候等の理由でフェリーが欠航になる場合がございます。その際は3日前までにお知らせし、ツアーを中止いたします。ご了承ください。 ※釣りはできません。 ※画像はイメージです。

田代島へ日帰り バスツアーのお知らせ

貸切バスでラクラク。まだ行ったことのない方、行きたいけど行く機会がなかった方、冬がくる前にぜひご参加ください。

田代島と仙台～2つの猫神社を巡る

●出発日/2013年10月26日(土)

●旅行代金/お一人様 大人 5,250円(税込) 子供 4,100円(税込)

●集合時間/6:45 ●集合場所/仙台駅西口団体バス駐車場

●定員/40名(最小催行人数35名) ●添乗員/同行します

●料金に含まれるもの/往復貸切バス代金、保険料、フェリー代、添乗サービス料

●料金に含まれないもの/昼食、自宅から集合場所までの往復交通費、その他個人的な費用

●お申込方法/お電話かメールでたびむすびにお申込ください。追って手続きについてご案内いたします。

※島には飲食店・コンビニなどはございません。昼食は各自ご持参ください。



山元で活躍する皆さんのお話

行ってきました

山元町に行ってきました

たびむすび

大崎市鳴子温泉

石巻市
山元町
金華山

INFORMATION



参加者の質問に丁寧に答える作間さん

6月のある日、たびむすびスタッフは南三陸町で復興支援業務に携わる皆さんと共に、巨理・山元方面の視察に行ってきました。

最初にNPO法人ガーネットみやぎ代表の澁谷直美さんから、震災後から現在までの復興支援活動についてのお話を伺いました。ガーネットみやぎでは、支援物資に関わる活動や、山元の苺を使った商品の企画販売、石巻のムール貝を商品化などにも取り組んでいます。

その後、澁谷さんと「株式会社一苺一笑」に伺いました。一苺一笑は、いちご農家の若い世代3人が設立し共同で運営する農業法人。当日説明してくれた作間さんは、もともと会社員でしたが、震災を機に苺栽培への取り組みを始めたそうです。ハウス内の設備の紹介から、いま考えていること、今後の展望などをお話しいただきました。「始めたばかりでまだ経験が浅いから」とご自身を謙遜していましたが、前へと進もうとする強い思いが感じられました。

がれきを積んで行き来する大型車両や、基礎だけが残されたJR山下駅。一方、周辺では苺のビニールハウスの再建が続々と進んでいました。たびむすびでは、目に見える景色はもちろん、現地の方々の気持ちにも触れて復興を感じていただきたいと思っています。つぎに訪れるときにはどのような風景が見られるでしょうか。とても楽しみです。



ハウスの設備についてのお話を伺う



澁谷さんのお話に耳を傾ける

季節は秋、気候もよく

外出の計画を練りたくなりますね。

この機会に、足を延ばして鳴子や

金華山にもでかけてみませんか。

記事を読んでもっと知りたいと思う場所が

見つかったら、行ってみてください。

たびむすび情報

たびむすびでは、被災地の視察や復興支援活動を伴う旅行の企画やご提案も承っております。お話を聞きたい業種、地域などのご要望をお聞かせください。当方からご提案をさせていただきます。

募集型企画旅行

の予告です

金華山観光復興協議会ワークキャンプ

●出発日/2013年 11月9日(土) 1泊2日

牡鹿半島の沖合に浮かぶ金華山は、黄金山神社を中心に豊かな自然が広がる島です。「日本五大弁財天」の一つに数えられる黄金山神社、弁財天のお使いは巳(蛇)ということで、巳年の2013年とは深い縁がある年にあたります。震災によって神社の施設は大きな被害を受けましたが、全国各地から集ったボランティアの力もあり12年に1度の大祭が開催されています。

その金華山で、11月に1泊2日のワークキャンプを開催します。詳細内容が決まりましたら、たびむすびのホームページやフェイスブックなどでお知らせいたします。ご縁年を締めくくるにふさわしく盛りだくさんの内容でご案内する予定です。ぜひご参加ください。



写真提供:宮城県観光課



株式会社 たびむすび (一社) 全国旅行業協会正会員 宮城県知事登録旅行業2-344号

たびむすび営業部(株ゆいネット内) 〒980-0013 仙台市青葉区花京院2-1-14 花京院ビル12F TEL.022-748-6230 FAX.022-726-0343

■e-mail info@tabimusubi.co.jp ■WEB <http://www.tabimusubi.co.jp>

営業時間:月~金 9:00~17:00 ※上記アドレスからのメールを受信できる状態でお問い合わせください。

伝統工芸の漆器でいただく美しいランチにうっとり

ナビゲーター 早川昌子(古民家びと) ※10:00~15:00の半日を目安としています。時間はみなさんのご都合に合わせてください。

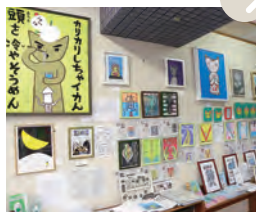
ナビゲーターより一言 古民家の荘厳さに感動、展示されている漆器の美しさにうっとり、その漆器でいただくランチに舌鼓。鳴子の中山平で贅沢な時を過ごしてみませんか。

10:00~ スタート!
鳴子温泉駅



10:05~ ①好日館

鳴子御殿湯駅舎内に飾ってある大野隆司さんの作品を多数見ることができます。宮本悠哉さんや佐々木一澄さんの絵葉書もあります。



11:00~

②中山平
「しんとろの湯」へ車で移動

源泉では90度以上のお湯を、約80mの樋を使うことで加水せず自然の力で温度を下げています。つるつるのお湯を体感してください。



ナルハン

鳴子で楽しく半日過ごそう!

鳴子温泉に行ったら、ここもまわってみて! というオススメを紹介いたします。テーマは「伝統工芸の漆器でいただく美しいランチにうっとり」。鳴子で半日楽しく過ごす「ナルハン企画」の第5弾です。今回は特別に、「古民家びと」主宰の早川昌子さんにおススメいただきました。

(大崎に人を呼ぶ観光仕掛人育成塾のみなさんにも、今後またおススメいただく予定です。)



13:30~

④岩堂沢ダム

漆木舎を出てニッ森トンネルを抜けると目の前に広がる岩堂沢ダム。秋の紅葉は知る人ぞ知る穴場のスポット。冬期は道路が閉鎖になるのでご注意ください。



12:00~

③漆木舎(うるしごや)



約180年前の古民家を利用して建てられた、漆工芸家の佐藤建夫(さとうたてお)さんの工房兼ギャラリー。漆器の作品と、全国でも非常に珍しい漆絵を展示しています。予約をしておけば漆器に盛り付けられたランチも楽しめます。珈琲は予約なしでOK。

佐藤漆工房 ギャラリー漆木舎 住所/大崎市鳴子温泉字南原200 TEL/0229-87-2361



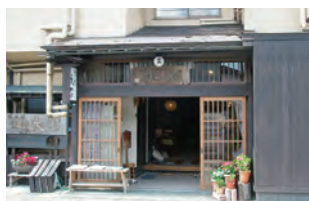
手配旅行

金曜日は鳴子に泊まろう「ナルキン」プラン

金曜日は鳴子に泊まろう「ナルキン」プランに新しく「スローライフ琢琇のんびり館」が加わりました。おひとりさまからOKです。

●設定期間/ 2013年9月~2014年3月31日までの金曜日、1泊2日

東鳴子温泉 旅館大沼



- 宿泊代金/お一人様 **6,800円**(税・サービス料込) ※別途入湯税150円がかかります
- 食事/夜食1回(おにぎり2個)、朝食1回
夕食をご希望の場合1,500円(税込)追加。前日17:00までの予約。
- お部屋/本館又は湯治館利用(いずれも原則バストイレなし)
- チェックイン/14:00(最終チェックイン20:00) ●チェックアウト/10:30(通常10:00)
- お申込方法 お電話かメールでたびむすびにお申込ください。空室状況によりご希望に添えない場合がございます。●お支払い チェックアウトの際、旅館で現金にてお支払いください。

鳴子温泉 スローライフ琢琇のんびり館



- 宿泊代金/お一人様 **5,250円**(税・サービス料込) ※別途入湯税150円がかかります
- 食事/夜食1回(おにぎり2個)、朝食1回
夕食をご希望の場合1,050円(税込)追加。前日17:00までの予約。
- お部屋/和室8畳(バスなし、トイレ付)
- チェックイン/14:00(最終チェックイン21:00) ●チェックアウト/12:00

仙台から鳴子までの行き方

高速バス
運行 宮城交通
運賃片道1,200円

仙台駅前発	8:20	10:00	15:00	17:00	鳴子温泉車湯発	7:30	10:15	14:30
東鳴子赤湯着	9:42	11:22	16:22	18:22	東鳴子赤湯発	7:33	10:18	14:33
鳴子温泉車湯着	9:45	11:25	16:25	18:25	仙台駅前着	8:55	11:40	15:55

★旅館大沼へは東鳴子赤湯で下車
★のんびり館へは鳴子温泉車湯で下車
※バス時間、運賃は変更になる場合がございます。
※乗車前にバス会社に直接お問い合わせください。

JR

仙台(新幹線利用:所用時間約15分)	仙台(東北本線利用:所要時間約45分)
古川(陸羽東線:所要時間約47分)	小牛田(陸羽東線:所要時間約80分)
鳴子温泉 運賃片道2,290円(新幹線自由席利用)	鳴子温泉 運賃片道1,620円

他に不定期で仙台から鳴子温泉駅までの全車指定席の快速列車「リゾートみのり」も運行。
※JRの時刻、運賃は時刻表やみどりの窓口等でご確認ください。

ちっちゃい

～私の好き・やってみたくらいからビジネスの種を見つける～

受講生募集!

ビジネス開業応援塾

Fight!

「いつか何かを始めよう」と考えていた皆さんや、震災をきっかけに「何かを始めたい」と決心した皆さんを応援する「ちっちゃいビジネス開業応援塾」を開催しています。起業したばかりの先輩や、ベテラン起業家のお話を伺ったり、自分の「ゆめ」をまとめたりする講座です。参加者の皆さんと一緒に新たな一歩を見つけませんか?

クリック!

ちっちゃいビジネス

検索

第1回 先輩起業家視察ツアー

開催しました



6月21日、「第1回先輩起業家視察ツアー」にて、仙台市中心部から離れた立地にありながらお客様の絶えない繁盛店を訪問しました。はじめに訪れたのは太白区秋保の「Pizza&Cafe 森のオープン Dottore (ドットーレ)」。自慢の窯焼ピザを味わいながら、オーナーの佐藤大志さん、真理さん親子からカフェ経営への熱い想いを伺いました。お店の隅々までおもてなしの心が行き届き、居心地の良い空間に一同癒されました。こだわりのインテリアも必見でした。その後、名物のおはぎは一日平均5000個が売り切れるという「主婦の店 さいち」を視察。自然豊かなロケーションにある「木の家 珈琲館」では、お菓子をいただきながら視察ツアーを振り返り、懇談会を開催しました。

第2回 先輩起業家に聞く!セミナー

開催しました



7月2日、仙台市青葉区米ヶ袋にある「珈琲まめ坊」を会場に、「第2回先輩起業家に聞く!セミナー～好き!を仕事にした、ひと足先の世界へ～」を開催しました。講師は「珈琲まめ坊」オーナーの青木まさ江さん。珈琲の魅力にはまり、美味しい珈琲を求めて店舗を巡っていた青木さんは、大好きな珈琲といつもの一緒に過ごしたい!私は絶対に珈琲屋になると強く思い、ご自身のお店をオープンしました。「好き!」という強い気持ちで、困難を乗り越える原動力になるといってお話を受講生は大きくうなずいていました。受講希望者が多く、午前と夜の2回に分けての開催となりました。

第1回 シミュレーション講座

開催しました



7月19日、「第1回シミュレーション講座～自分のメニューにキャッチフレーズをつける～」を開催しました。売れる商品を作るためには、消費者に訴えかける商品名を考えることがとても重要です。プランニングルームMP主宰の早坂久美さんを講師に迎え、ネーミングの基礎や考え方のコツについてお話を伺いました。

講義の後はグループに分かれ、ワークショップを行いました。「夏野菜を使った新メニューの名前を考える」というもので、お店のこだわりや客層、立地などの資料を基に真剣に話し合いました。各グループから個性的なメニュー名が発表され、充実したワークショップになりました。

第1回 広報講座

開催しました



7月23・24日の2日間、「第1回広報講座～ちっちゃいビジネスをはじめるために必要な写真撮影の基本～」を開催しました。フォトオフィスCHIBAの千葉裕幸さんを講師に招き、商品をキレイに、より魅力的に見せるための写真撮影の基礎について学びました。

1日目は、講師のデモンストレーションとともに、ピント・露出・絞りなどカメラ操作の基礎や商品写真とは何か?について、お話を伺いました。2日目は、講師のアドバイスを受けながら、受講生が持参した商品を並べ、撮影実習を行いました。商品の形や色、高さなどを考慮し配置を少し変えただけで、商品写真が見違えるように変化するように受講生はびっくりしていました。

Pick Up!

活躍中の受講生についてはこちらをご覧ください

- *コトリコーヒー(庄司良博さん・美穂さんご夫妻)・・・たびむすびINFORMATION(P7)、読者プレゼント(裏表紙)
- *ワールドバイクドチーズケーキ(渡沢真さん・由布子さんご夫妻)……………読者プレゼント(裏表紙)

開催中

「めざせ! ちっちゃなかわいいショップ・サービス」基本講座

平成25年8月21日(水)～10月16日(水)

8月21日(水)より、「めざせ!ちっちゃなかわいいショップ・サービス」基本講座が始まりました。地域の農・水産物や加工品、手づくり雑貨の販売など、主に実店舗での物販を希望する方へ向けた内容です。また、地域資源を活用した観光ビジネスや、各種講座の企画・運営などで起業を目指す方のご参加もお待ちしております。

	タイトル	日付	時間	会場	定員
第4回	自分の事業の計画をたててみよう	9月11日(水)	午後の部 14:00～15:30 夜間の部 18:30～20:00	午後の部 創業スクエア ルームA 夜間の部 (株)ゆいネット 会議室	午後の部 20名 夜間の部 10名
第5回	ひとりでもできる、マーケティング	9月18日(水)	午後の部 14:00～15:30 夜間の部 18:30～20:00	午後の部 創業スクエア ルームA 夜間の部 (株)ゆいネット 会議室	午後の部 20名 夜間の部 10名
第6回	いくら売ればイイのかな? 売上とは?経費とは?	9月25日(水)	午後の部 14:00～15:30 夜間の部 18:30～20:00	午後の部 創業スクエア ルームA 夜間の部 (株)ゆいネット 会議室	午後の部 20名 夜間の部 10名
第7回	いくら売ればイイのかな? 実例で学ぶ、売上計画	10月2日(水)	午後の部 14:00～15:30 夜間の部 18:30～20:00	午後の部 創業スクエア ルームA 夜間の部 (株)ゆいネット 会議室	午後の部 20名 夜間の部 10名
第8回	伝えたい人に伝えよう、プレスリリースとは?	10月9日(水)	午後の部 14:00～15:30 夜間の部 18:30～20:00	午後の部 創業スクエア ルームA 夜間の部 (株)ゆいネット 会議室	午後の部 20名 夜間の部 10名
第9回	プレゼンの手法を学ぶ	10月16日(水)	午後の部 14:00～15:30 夜間の部 18:30～20:00	午後の部 創業スクエア ルームA 夜間の部 (株)ゆいネット 会議室	午後の部 20名 夜間の部 10名

※連続しての受講をおすすめします

第2回 先輩起業家に聞く!セミナー セミナー&ミニ交流会

「かわゆい! を販売展開」

募集中

合同会社メリーメリークリスマスランドの泉友子さんをお迎えして、ショップを開業した経緯やご苦労されたことについて伺います。皆さんの夢を叶える一歩を踏み出しませんか。終了後、ミニ交流会を開催します。ご自身のPRや他の受講生の取り組みに耳を傾け、情報交換をしましょう。

- 日 時 平成25年10月18日(金) 18:30～20:15
- 会 場 株式会社 ゆいネット
仙台市青葉区花京院2-1-14 花京院ビル12F
- 参加費 300円(ミニ交流会飲食代)
- 定 員 20人(先着順)

第3回 専門家懇談会

「ちっちゃいビジネスを始めるために 必要な、初心者の法律知識」

募集中

我妻崇法律事務所の弁護士・我妻崇先生をお迎えして、起業にまつわる法律について解説していただきます。個人事業から法人化する際の法的手続きやネットショップでよくあるトラブルなどについて、お話を伺います。座談会では参加者からの質問に我妻先生が答えてくださいます。

- 日 時 平成25年10月15日(火) 14:00～16:00
- 会 場 創業スクエア ルームA(東北ろっけんパーク 3F)
- 参加費 無料
- 定 員 20人



■講座参加料

無料

※現地視察や交流会など別途費用をご負担いただく場合がございます。

■受講参加対象

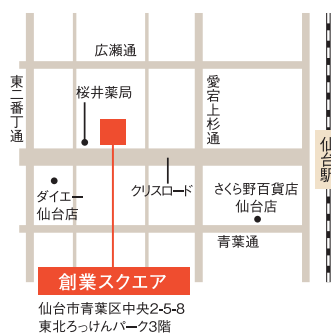
興味のある方なら、どなたでも(年齢、性別、資格など問いません)、どの講義でも受けられます。

■申込み・問合せ 「株式会社ゆいネット」

お申し込みは、①ホームページ ②メール ③FAXのいずれかで
 ①ホームページからのお申し込み ▶ <http://chiiki-biz-sendai.net>
 ②メールでのお申し込み ▶ info@chiiki-biz-sendai.net
 ③FAXでのお申し込み ▶ 022-726-0343
 お名前、ご連絡先、受講希望日をお知らせください。
 詳細は、ホームページにて随時お知らせいたします。 <http://chiiki-biz-sendai.net>

※本セミナーは、仙台市「地域ビジネス創出支援事業」の一環として実施されるものです。

■会場案内



株式会社ゆいネット
(株)ゆいネット 会議室
仙台市青葉区花京院2-1-14
花京院ビル12階
TEL.022-726-0341

毎週水曜日は、朝活 朝のジブン磨き勉強会～朝カフェ～



朝、ちょっとだけ早起きをして、ジブン磨きをしてみませんか？毎週水曜日の朝7時30分、クリスロードのスターバックスでショート勉強会“朝カフェ”が開催されています。毎回、各専門団体と連携しながら、「Facebookとは」「税金とは」「仙台を知ろう」「スキルアップの手法」など、様々なテーマで勉強の場を提供しています。

参加料は、スターバックスのカウンターでドリンクを注文するだけ。朝カフェでしか生まれない出会い、得られない体験、学びがあります。興味あるものをWEBでチェック、申込みをしてお楽しみください。

日時	毎週水曜日(正月、お盆などはお休みです)
場所	スターバックスコーヒー クリスロード店2階 仙台市青葉区中央2丁目5-3 第二やまふくビル
受講料	受講料は無料です。 スターバックスコーヒーのカウンターにてドリンクをお求めのうえ会場にお越しください。
お申込み方法	①朝カフェのホームページで、講座の予定をご確認ください。 ②ホームページから参加申し込みを行ってください。一度に複数講座の申し込みはご遠慮ください。 ③参加受付のメールが事務局から送られます、ご確認ください。 ④当日、会場にお越しください。
お問合せ	朝カフェ運営事務局 http://www.asacafe.jp

Café Honoka×宮城のこせがれネットワーク 「Honoka Farmers Market」のご案内



コーヒーマイスターがいるカフェCafé Honokaと宮城県内の若手生産者がコラボし、太白区柳生の北原ハーブガーデンでイベントが開催されます。県内の生産者自慢の野菜やお菓子・お惣菜の販売、生産者自らが先生となるワークショップもあり、さらに、こだわり農作物と幻の豚「島豚KAZUGORO」をBBQでいただくこともできるそうです(予約制)。消費者と生産者、普段顔を合わせる機会の少ないこの関係に繋がりが生まれることで、毎日の生活が今までより豊かに感じられる、そんなイベントにしたいそうです。今回は特別に、皆で乗れるミニSLも会場にやってきます。ぜひご家族で参加してみてください。

日時	9月16日(祝)・11月4日(祝) 11:00～15:00 ※雨天決行(雨天の場合ミニSLの運行は中止となります)
会場	Café Honoka 仙台市太白区柳生北原32-4北原ハーブガーデン内
BBQ参加費	大人 2,000円 小学生 1,000円 未就学児 無料 ※BBQは予約制となります
主催	Café Honoka 共催 宮城のこせがれネットワーク
お問合せ	Café Honoka ■TEL: 022-242-8839 http://honokacoffee.com/hpgen/HPB/entries/89.html

AREA エリアインフォメーション INFORMATION

土曜の朝活で仕事をスムーズに! 「働く女性のpotluck meeting」のご案内



「参加者がそれぞれ食べ物を持ち寄る」という意味の「potluck」からタイトルをつけた「働く女性の potluck meeting (ぼつとらっく みーていんぐ)」は、「働く女性たちが職場の枠を越えて経験や知恵を持ち寄って語り合い、学び合う場」です。10月から月1回(全3回)土曜の朝に開催し、ひとつのテーマに沿って、働く女性同士で意見交換をする、新しい朝活の時間です。

初回のテーマは「コミュニケーション」。職場で自分の意見を上手に伝えるにはどうしたらいいか?ゲストスピーカーと参加者のみなさんと、それぞれの成功談、失敗談、悩みなどを持ち寄りましょう。

日時	2013年10月5日(土) 9:00～10:30
会場	エル・ソーラ仙台 サポートルーム 仙台市青葉区中央1-3-1 アエル28・29階
ゲスト	田中志津さん(大人の情報誌りらく編集長、コミュニケーション・ソムリエ)
対象	イキイキと働き続けたい女性、職場の枠を越えてつながりたい働く女性
定員	20名(9月12日より先着順) 参加費 1,000円程度(コーヒー&軽食代として)
お申込み・お問合せ	仙台市男女共同参画推進センター エル・ソーラ仙台 ■TEL: 022-268-8044 http://www.sendai-l.jp 11月2日、12月7日にも違ったテーマで開催いたします。ぜひこちらもご参加ください。

庄内名産えだ豆収穫、人気の農家民宿に泊まる旅 女性限定、山形へのモニターツアーのご案内

えだ豆、パプリカ等の収穫体験のほか、人気のマクロビカフェ「Bio」や東北初「真のナポリピッツァ協会」認定店「緑のイスキア」を巡り、宿泊は日経新聞「泊まってみた農家民宿」で全国1位を獲得した「菜あ」。山形の庄内地方を満喫できるツアーの参加者を募集しています。

日時	9月14日(土) 1泊2日 限定10名
集合	仙台駅発 9月14日 8:00 解散 仙台駅着 9月15日 18:30予定
参加費	12,000円(税込、モニターツアーのためアンケートにご協力いただきます)
お問合せ	株式会社出羽庄内地域デザイン ■TEL: 0800-800-0806 http://www.cradle-ds.jp/ryoko/plan/2013-08-14.html

超かんたん! 誰でも!
すぐできる!

お手軽 3行レシピ

大好評につき、
レギュラーコーナーになりました!



ミニトマトのはちみつコンポート

【材料】(4人分)

- ◎ミニトマト(20個)
カラフルなトマトを使って
- ◎はちみつ(大さじ3～5)

【手順】

- ①ミニトマトは皮を湯むぎする
- ②はちみつを少量のお湯で溶き、沸騰したらミニトマトを入れる
- ③弱火で5分ほど煮たあと、1日程度冷蔵庫でねかせてできあがり

*みなさんのお手軽レシピを教えてください! 送り先は裏表紙の左下「ゆいネット」まで。掲載させていただいた方へは「ホンノキモチ」をお送りします。

これから
参加できる!

Tohoku Rockenpark Sendai Navic
東北ろっけんパーク×仙台なびっく
東北復興交流ツインステーション

イベント
企画情報

EVENT & INFO

Sendai Navic
仙台なびっく・仙台なびっくWEEKS

9月上旬～11月上旬
目指せ日本一! 楽天イーグルス応援WEEKS(仮)

・仙台なびっくワークショップ

9月5日(木)
**編み物教室 レース編みで
チャームを作ろう!**
●講師/笑顔届け隊

9月7日(土)
**onagawa fish×山田大輔&33工房
女川フィッシュにペイントしよう!**
●講師/本町商店街「33工房」山田大輔さん

・復興物産市 東北いいもんパーク 9月21日(土)～9月23日(月)

・仙台なびっくJAZZ LIVE 9月7日(土)～9月8日(日)

Tohoku Rockenpark
東北ろっけんパーク
・仙台あおばスイーツフェア

9月7日(土)～9月8日(日)

・復興物産市 東北いいもんパーク

- 9月13日(金)～9月15日(日)
- 9月20日(金)～9月22日(日)
- 9月27日(金)～9月29日(日)
- 10月4日(金)～10月6日(日)
- 10月11日(金)～10月13日(日)



東北復興交流ツインステーション 仙台なびっく



住所/〒980-0811 仙台市青葉区一番町4-4-35
TEL/022-748-5871
営業時間/10:00～19:00 定休日/無休
●公式サイト▶<http://sendai-navic.com/>
●E-mail▶info@sendai-navic.com
●Twitter▶@snavic
●Facebook▶sendai.navic

仙台市中心部9商店街の情報発信基地「仙台なびっく」。この施設は仙台市中心部9商店街がそれぞれに発信していた情報を一元化し、仙台市民の皆さんや観光客の方々により身近な情報発信と、更なる中心部商店街の活性化を目的に平成23年8月から運営がスタートしました。都市型 Tourismus「商店街にぎわいガイドツアー」や、「仙台なびっくワークショップ」などの体験型のプログラムや、仙台市中心部9商店街の魅力を伝える展示展「仙台なびっくWeeks」、復興物産市「東北いいもんパーク」などの催事が開催されています。また、各商店街組合に加盟する店舗の基本情報や、商店街で催されるイベント情報などのスケジュールなどもご案内しています。

東北復興交流ツインステーション 東北ろっけんパーク



住所/〒980-0021 仙台市青葉区中央2-5-8
TEL/022-395-6101
営業時間/10:00～19:00 定休日/無休
●公式サイト▶<http://tohoku-rockenpark.com/>
●E-mail▶info@tohoku-rockenpark.com
●Twitter▶@trockenpark
●Facebook▶tohoku.rockenpark

「東北ろっけんパーク」は、仙台市がすすめる「仙台経済ステップアッププラン 2013」の一環として、被災した東北各地の産業や観光の復興をバックアップする施設。1階「東北ろっけんパーク」では、東北の復興商店街の情報発信や復興支援グッズを販売するほか、毎週末の3日間は復興物産市「東北いいもんパーク」を開催しています。2階は新たに事業を立ち上げ、店舗出店を目指す人を対象とした「TRY6チャレンジショップ&チャレンジボックス」。6つの一坪ショップとボックスには個性豊かな商品が揃います。3階「創業スクエア」では、起業や創業をめざす方々への相談受付やアドバイスのほか、各種セミナーの開催、支援情報の発信などを行っています。

PRESENTS

[読者プレゼント]

応募
方法

下記URLにアクセス。読者アンケートにご協力ください。

PC <http://actaleia.com/present/>

モバイル <http://actaleia.com/m/>



※当選者は発送をもってかえさせていただきます。
※ご応募いただいた個人情報(氏名、年齢、住所、メールアドレス等)は、今後の誌面づくりの参考及びプレゼントの発送のみに利用させていただきます。

A 11月4日開催 Honoka Farmers Marketで利用できる1000円分商品券

エリアインフォメーション(P13)掲載のHonoka Farmers Marketで利用できる1000円分の商品券。11月4日開催の本イベントへ参加いただいた場合、会場内にある各物販・飲食ブースでご利用いただけます。

(別途参加費がかかります)
*P13の情報もご覧ください
*こちらのプレゼントは10月20日が応募締切です

【提供】Café Honoka様
<http://honokacoffee.com/>

10
名様



B あみ印「炒飯の素 お好み焼風味(3袋入)」

50年以上続くロングセラー商品あみ印「炒飯の素」に「お好み焼風味」が仲間入り! 味の決め手はオタフク粉末ソース。エビやかつお節の旨味も効いて、キャベツ・豚肉・紅生姜等を加えるとより美味しく召し上がれます。8月20日発売。

【提供】あみ印食品工業株式会社様
<http://www.amibrand.co.jp/>

10
名様



C オススメアソート5種類のチーズケーキセット

“世界中のチーズをチーズケーキに”をコンセプトにチーズの味わいを活かした10種のチーズケーキをお届けする仙台市太白区富沢のワールドバイクドチーズケーキ。1つ100kcal前後で、カロリーが気になる方にもお勧めです。

【提供】ワールドバイクドチーズケーキ様
<http://chocotte.jp>

5
名様



D モアイがつかなく南三陸とチリの絆 南三陸町「モアイ飴」 汐風サイダー味

今年5月、イースター島から南三陸町に、津波で流されたモアイ像に代わる新たなモアイ像が贈られました。復興と友好の証モアイにちなんで、関東大震災と空襲を乗り越えた「金太郎飴本店」とコラボして作られたモアイ飴です。

【提供】株式会社ゆいネット 復興応援隊
<http://www.m-kankou.jp/>(南三陸観光協会HP)

10
名様



E コトリコーヒーより「お好きな自家焙煎珈琲1杯無料券」

多賀城駅近く、くつろぎのある小さなカフェ「コトリコーヒー」より、3種類の中から選べる自家焙煎珈琲1杯分の無料券を。注文後に豆を挽きハンドドリッップで丁寧に淹れたるたっぶりの珈琲で、ゆっくりとお過ごしください。*P7のお店紹介もご覧ください

【提供】コトリコーヒー様
<http://kotoricoffee2013.blog.fc2.com>

5
名様



F みやぎ生まれの新感覚スイーツ「カスタードフォンデュ(3個入)」

白石市産竹鶏ファームの卵と、角田市産のお米クワイター佐藤裕貴さんの米粉を100%使用した新感覚スイーツ「カスタードフォンデュ」。可愛らしいパッケージでギフトにもぴったり。お求めは竹鶏ファーム直営店かwebサイトへ。

【提供】竹鶏ファーム様
「Ru-UNION」
<http://ru-union.com/>

5
名様



G 「被災ママ812人が作った子連れ防災手帖」

東日本大震災で被災されたママ達の体験談とともに、大震災への備えと被災時に子供を守るためのアイデアや情報をまとめた実践アドバイス本。ほっこりするイラストは仙台在住のイラストレーター・アバナオミさんです。

【提供】NPO法人 MAMA-PLUG様
<http://www.npo-mplug.com>

3
名様



H 「一生「寝たきり」にならない40の習慣」

仙台屈指の整形外科医・佐々木信之先生による一生歩ける体づくりの本。加齢で骨・関節・筋肉・脳神経などの運動器機能が衰え、介護が必要になる状態「ロコモティブシンドローム(通称:ロコモ)」の予防法がわかる1冊です。

【提供】株式会社ゆいネット
<http://www.55yui.net/>

3
名様



注目度高! 読者プレゼント提供協賛募集

アクタレイアでは読者プレゼントへの商品ご提供・ご協賛を募集しております。読者注目度の高いプレゼントコーナーでは、プレゼント写真と共に新商品の情報やショップのセール情報などを盛り込むことができ、PRの場として大いに活用ができます。配布と同時にWeb掲載されるプレゼントは、応募時に商品に関するアンケートも可能です。詳しくは、下記お問い合わせ先まで、お気軽にどうぞ。

【お問い合わせ先】株式会社ゆいネット アクタレイア編集部 Tel.022-726-0341 E-mail.info@actaleia.com

Actaleia

Vol.34

「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2-1-14 花京院ビル12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
福葉 雅子

photo
千葉 裕幸 (フォトオフィスChiba)
株式会社ゆいネット

writer
樋口 奈緒美
株式会社ゆいネット

○個人情報について…皆様からお預かりした個人情報については、取材、プレゼント応募、今後の誌面づくりの参考にのみ利用させていただきます。
お預かりした情報は、適正に管理いたします。
○その他…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、2013年8月20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。

3.9
GREENSTYLE



この印刷物は、環境にやさしい「水なし印刷」
「植物油インキ」を使用しています。

art director
伊丹 勝彦

graphic designer
伊丹 勝彦/渡邊 賢
平山 昌伸

print
今野印刷株式会社

publishing
株式会社ゆいネット

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
占いカズ

仙台在住、出張型占い師。フライダルサロン、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/>



今すぐアクセス!