

子供連れでも気兼ねなく食事できる充実の新サービス/日本料理 鶴渡幸
客の好みに応えてくれる旬の創作料理が味わえる新店/楽食家 たちかわ
庄内空港開港20周年を迎えメモリアルツアー登場! /庄内空港ビル株式会社
ダメージレスを極限まで追求した秋の「美髪」スタイル/ビ・モード・レオラ
心に届く本物の菓子づくり/菓匠菊池
酒田の生活情報たっぷり! bq A la carte

食べて、遊んで、癒されて♪

秋風感じる

自然を満喫!
スローウォーカー
SPECIAL

ビーク bqなお出かけ!



Model / 鈴木麻友さん

Place / 酒田市 山居倉庫

Hair&Make-up / 今野綾華さん[Vomme]

Fashion by

ガルドローブ

酒田市中町2-5-1
マリーナ5清水屋2F
☎0234-26-4016
※電話窓口/グラスライ
ン/10:00~18:30



んだ! ブログ 管理人、五十嵐が行く!

突撃!! とびりの んだ! ブロガーさん

んだ! ブロガーさんの顔が見てみたい!

読者さんのご要望にお応えして、んだ! ブログ管理人の五十嵐が取材に行ってきました! ブログさんの基本プロフィールからブログについて色々聞いちゃいましたよ! 今回のゲストは「たかつち」さんと「ユウ」さんです。

突撃されたいブロガーさん大募集!!
★bqに出演したいブロガーさん大募集! 詳しくは「んだ! ブログ」にて。

みんなで発信! つなごう山形人の想い!
http://n-da.jp/

突撃!! たかつちの happening days

01 なんだ! ブログ?

農業ブログを始めるつもりが、日々のハブニングのブログになっちゃいました(笑)。日記形式のブログで、変わりだねの野菜を紹介しているので、ぜひ楽しんで下さい!



02 楽しく書くコツは?

僕の場合、テーマを決めずに好きな事を書いてから題名を後づけしてます。その方が書きやすいですね。それと毎日いろんな方からのコメントを楽しみに書いています。

Profile

■生年月日 /1977.10.29
■血液型/AB型
■サイズ /身長 170cm /体重 69kg
■趣味 /飲みニケーション

突撃!! ユウの Princess Diary

01 始めにきっかけは?

知り合いから勧められたのと、キャンペーンのお仕事を日記に残したかったからです。

02 なんだ! ブログ?

毎日、些細なことをマイペースにつづっています。最近はパレエだったり、お買い物の事とかをのせています。美味しかった食べ物も紹介してますので、みなさん遊びにきて下さい!

03 ファイブ☆は?

韓国! 11月に韓国旅行いってきます。



Profile

■生年月日 /1985.8.27
■血液型/O型
■趣味/韓国



日本料理 鵜渡幸(ういづき)

子供連れでも気兼ねなく 食事できる充実の新サービス

専用の個室で親も子も
のびのびとお食事を

子供連れでも気兼ねなく外食を楽しめる飲食店がなかなか無い。そんな悩みを抱える多くの親御さん達にとって、「日本料理 鵜渡幸」が始めた新たな取り組みは非常に嬉しいニュースになるはずだ。

子供向けのメニューはあっても、食事以外の部分で子供用のサービスを入れている飲食店は確かに少ない。しかし親にとっては「食事以外の部分」が実は重要。おむつを替える場所が無かったり、急に泣かれて気まずい思いをしたりと、「疲れる外食」になってしまう事が多いからだ。そこで鵜渡幸は、子供連れでも気兼ねなく食事できる場を提

供する事が一つの地域貢献と考え、様々なサービスを始めた。まず周囲の目が気にならないよう専用の個室を用意。子供連れに嬉しい座敷席で、親が余計な心配をしなくていいよう床の間の花瓶や掛け軸など壊れ物は全て撤去してある。またゆりかごやパウンスアーを完備し、子供が退屈しないよう絵本や折り紙も用意している。そしてトイレにはおむつ替え用ベッドを設置。このベッドがある事で外食時の安心感がどれほど変わるかは、赤ちゃんがいるご家庭の方ならお分かりだろう。

あとは子供達に美味しい料理を存分に食べさせてあげよう。「わんぱくお子様セット」はハンバーグやオムライスなどボリューム満点の全6品で、

幼児には4品をワンプレートに乗せた「キッズプレート」をご用意。安全な食材を使い、作り置きせず常にできたてを提供するこだわりは普段どおり子供用メニューといえどそこは鵜渡幸、味の心配はご無用だ。ランチはもちろんお食いち初め、七五三、誕生日などお祝い事での利用も大歓迎。人目を気にせず子供と自由に過ごせる特別なひとときを、ぜひ。



日本料理 鵜渡幸
酒田市あきほ町663-8
☎0234-22-5620
営/11:30~15:00(L.O14:00)
17:30~22:00(L.O21:00)
休/水曜(祝祭日の場合翌日休)
http://udokou.com



01 座敷席の個室で子供と一緒にのびのびランチ! 「わんぱくお子様セット」1,050円。 「キッズプレート」630円(幼児用)。



02 子供連れに嬉しい個室は設備も充実。 03 トイレにはおむつ替え用ベッドを設置。 04 美しい外観も鵜渡幸の魅力の一つ。

素敵な情報をあなたに届けます。

Monthly Pick up! "bq 4U"



01 手前:「3種盛り」左奥:「年輪大根」中奥:「さんまの菊花あえ」。料理は食材やお客さんの好みで、日によって変わる。 02 どの料理もお酒に合う味わいなので、日本酒や焼酎と共に楽しみたい。 03 店内は落ち着いた雰囲気やゆくりと過ごせる。



客の好みに応えてくれる 旬の創作料理が味わえる新店

食材の味を生かした
お酒が進む多彩な料理

酒田市日吉町にオープンした和食の新店「楽食家たちかわ」お店では楽食家の名が表すように、まるで家にいるような落ち着いた雰囲気の中で、旬の食材や地魚を使った美味しい料理が楽しめる。

この日注文した料理は、秋を感じる旬の品々。まずは秋の食材をふんだんに使った「3種盛り」。脂の乗った鮭の塩焼き、ホクホクした里芋のウニ焼き、肉厚の焼きしいたけは、どの料理も素材本来の風味を生かした繊細な味わいである。また大根をかつら剥きにし、鳥のひき肉を薄く巻いた「年輪大根」はダシの効いた薄味のお店のモットーは「ちょっとずつ、いっぱい」。営業は夜

のみの為、来店されるほとんどのお客さんがお酒を楽しむ。そこでお酒の味が最大限に引き立つ料理を意識し、少しずつ旬の味を味わえ、ひとやすみ。から満足ゆくものであった。店主は「一回来てくれたお客様の顔がもう一度見られる事ほど嬉しいものは無い」と語る。一度通ったお店にまた足を運ぶのは、きっと店主の人柄や心温まる料理の数々に魅了されたからだろう。



楽食家 たちかわ
酒田市日吉町2-1-30 華吉ビル1F
☎0234-24-5455
営/17:30~22:30
休/日曜

「割烹 綾」が贈る
bq読者へ感謝を込めた...

爆弾企画!!

~呑べえさんいあっじや~

「ピーク見た!」で**2,000円**
コース料理サービス!

第1弾!! 9/26,27,28
第2弾!! 10/17,18,19

※コース料理は日によって異なります。

伊豆菊 割烹 綾
酒田市中町2-1-16
tel.0234-28-8602
営/17:00~22:00 休/不定休

ご飯のおかずにも、お酒のお供にも...

あの「名店の味」を電話1本で
ご家庭にお届けします

手羽先
ギョーザ
1パック10本入り
¥1,750

ギョーザ
1パック20個入り
¥1,400

9/30まで送料無料 あとわずか!
鈴なり
酒田市中町3-1-15
tel.080-2820-4195
※電話受付 15:00~21:00

撮影衣裳無料!!

まゆちゃん(光ヶ丘) ゆうせいくん(十里塚) ドレスお着替え夫人気!! あやかちゃん(東泉町) はるかちゃん(浜中)

秋本番!! 七五三!!

10/31(月)まで

9月 土日祝日も!! **2,753円**
10月 平日 **3,753円**
(10月の土日祝日は4,725円となります)

赤ちゃんキャンペーン 大募集!!
お問い合せ下さい。

フォトスタジオ ヴィエント 前日・当日予約もOK!!
三川店 0235-35-0811

三川ジャスコ コスプレージュさん機
お得意クーポンGET!!
ヴィエント 検索



特典盛りだくさん!
秋の旅行は今がチャンス

気候も涼しく過ごしやすくなる秋は、旅行にぴったりの季節。秋の雰囲気を楽しみながら楽しい旅に出かけたいという人も多いのでは? そんなあなたの為に耳より情報を入手。今年、「庄内空港」の開港20周年を記念してANAより3つのメモリアルツアーが登場! まずは大人も子供も大好き「東京ディズニーリゾート」への旅。ワンデーパスポートが特別料金な上に、パーク内での食事やお買い物で使えるギフトカードや、イクスピアリのお買い物券が付いてくる! 旅先で美味しいものが食べたいというあなたには「グルメ&スイーツ」札幌3日間がおススメ。白

庄内空港ビル株式会社

庄内空港開港20周年を迎え
メモリアルツアー登場!



い恋人パークや、札幌で一番人気のスープカレー店を巡るので、お腹いっぱい満喫しちゃう。そして海外派のあなたには、世界遺産を巡る「紅葉の九寨溝・黄龍・成都を訪ねて」をご用意。なんとパンダが生息する場所も巡る旅である。とてもお得で特典が盛り沢山のメモリアルツアーは期間限定だから今がチャンス! さらに10月から12月22日の期間は庄内-東京間が最安値1片道9800円の「スーパー旅割」も導入。連休の多い秋に東京に遊びに出かけたい人にはとってもおススメ。ご利用の際には搭乗日の45日前迄の予約が必要なのでお早めに。また10月中は観光シーズンに合わせ東京線が1日5往復に増やして利便性もアップ。まだ

まだ素敵な情報が沢山あるので詳細はお近くの旅行会社へ! 旅行の他にも庄内空港では10月2日に駐機場及びまつりの広場で「開港20周年記念フェスタ」を開催。熱気球体験飛行やなりきりパイロットなど子供も楽しめるイベントが満載。開港から20周年を迎え、私たちの旅行がさらに身近に。ワクワクする空の旅はいつも「庄内空港」から始まる!



01 今年、開港20周年を迎えた庄内空港。10月2日には駐機場及びまつりの広場で記念フェスタが行われる。
02 開港20周年メモリアルツアープランが登場! どのプランもお得で特典が満載。03 各プランの詳細はお近くの代理店へ。

髪を傷めないパーマ&カラーでヘアチェンジ
季節の変わり目はヘアチェンジのサイン。秋の涼やかな風を受け流すふわ髪が恋しくなったら、「ビモード・レオラ」で自分らしい秋のパーマスタイルを手に入れよう!
美容に対するビューアナ姿勢がファンに長年支持され続けているレオラ。秋からの新メニュー「美髪コース(写真右)」にもレオラらしい美へのこだわりが満載。毛先にレイヤーを入れたいふわふわ感重視のカットにカラーは秋らしいトーンのオレンジページジュでナチュラルな明るさを。注目のパーマはプラチナイオン水効果でくっきりカラー&ダメージレスを両立させた「プラチナカラー」。



ビモード・レオラ
ダメージレスを極限まで
追求した秋の「美髪」スタイル



自宅でコテやアイロンを使わず再現できる手軽さと指とおりなめらかな質感は感動モノ。最後はうるツヤ、サラふわの2つから好みの質感を選べる「うるふわホイップ」。ナノスチームで髪の芯まで浸透する美髪効果絶大のトリートメントで仕上げ、秋の美髪スタイルの完成! ダメージを気にせず、パーマ&カラーを一度に施術できる夢のようなコース。一緒にやると傷みが...と敬遠していた人も、施術後の美髪っぷりに感動する事間違いなし! 手軽に大胆チェンジするならロングスタイルのエクステ(写真左)もあり。人気のアッシュカラーはトレンドのページジュベースで、定番のブラウン系よりも上品な透明感にちよっとしたおでかけ時にも自分で

簡単に巻けるシンプルなカラーもポイントだ。
レオラのメニューはロッド1本1000円のポイントパーマから充実のセットメニューまで50種以上と実に多彩。そこに一人ひとりのスタイルの個性が加わればスタイリングの可能性はまさに無限大。あらゆるニーズに応える唯一無二のヘアサロンで、思い通りの秋スタイルに変身しよう!

ビモード・レオラ
酒田市北里町4-22
☎0234-24-1902
営/火-日 9:00~19:00
水-木 9:00~18:00 金 9:00~20:00
休/月曜、第1・2火曜、第3日曜
★新規のお客様10/31まで10%OFF!!

今月のカップル♥
Happy Wedding!! Sep-10 2011

BRIDAL KITAMURA
ブライダル キタムラ

お客様からのコメント
「和装も洋装も種類が沢山あり悩みましたが、自分にぴったりの衣装を見つけることができ大満足でした。スタッフの方も親切で、楽しく衣装を選ぶことができました。」

酒田市中央東町1-32 tel.0234-22-2364 営/9:30~18:00 休/水曜

前菜 焼 刺 煮 麦皿 止

万代 菜食
健康 美味

万代秋の膳
10/1~31迄 3,000円
旬を磨いた極みの六品

酒田市中町1-6-17 tel.22-2200 営/PM5:00~PM11:00 日曜日定休

bqも大評判! ALBAの
10月のカレー

ご当地コラボ物語~神戸編~
★牛すじ肉と小海老フライの焼カレー ¥940
トトロ牛すじ煮のこっくりした旨味とスパイスが織りなす和食は創作料理の極!
★果肉たっぷり! マンヨーヨーグルト ¥315

酒田市ゆたか1-1-5 tel.34-4088
11:00~14:30 17:30~20:30 水曜休

10月のおにぎり祭り
焼きそばおにぎり

特製ソースの香りが食欲をそそり、シャキシャキ野菜とプリプリソーセージが味の染みこみご飯とマッチ! 焼きそばの味わいにご飯の旨味をプラスしたおにぎりは、秋の行楽や運動会にピッタリ。

期間限定 ¥130
あべこめや 酒田市北新町2-12-6 ☎0120-22-1867



酒田市下黒川 開運出世の滝

学問の神様が宿るありがたい滝

旧八幡町の下黒川に鎮座する御瀧神社の裏手に、「開運出世の滝」といういかにもご利益がありそうな滝があります。神社に祀られている御祭神は建内宿禰(タケウチノスネ)といい、「三人寄れば文殊の知恵」ということわざで馴染みが深い、文殊様に匹敵する学問の神様。学業成就の御利益を求めて、わざわざ内陸から足を運ぶ参拝客も多いそうです。また滝の水量と光の加減によって、岩肌が不動様に見える時がごく稀にあるとか。もしお目にかかれたら幸運が舞い降りるかも…?



SHONAI この秋は、庄内のいいところ見つけに行こう!
スローウォーカー

私たちが住む町には、身近にあるからこそ忘れがちな素晴らしい場所が沢山あります。自然と共に歩んできた庄内の歴史は、長い年月の中で生まれた数々の物語を語りかけてくるよう…。昔から語り継がれてきた自然とその歴史にふれることで「庄内再発見の秋」を楽しんでみませんか?



遊佐町吉出 胴腹滝(どうはらたき)



岩の裂け目から湧き出る二筋の清流

里山の杉木立に囲まれた、小さな社(やしろ)の両脇を流れる二筋の滝。岩の裂け目から流れ落ちるその滝は、身体の胴腹(どうばら)から湧き出したような様から「胴腹滝」と呼ばれています。左右の滝で微妙に味が違い、左の滝はコーヒーマスターの水で、右の滝はまるやかで日本茶に合うんだとか。また社に祀られている不動尊は、どうばらから延々と清水を生み出す様から安産の神として昔から崇められているそうです。



遊佐町吹浦 出羽二見



茜色の空と夕風に浮かぶ夫婦岩

遊佐町吹浦の「出羽二見」は、観光地として有名な十六羅漢の南側にあり、海上安全の象徴として地元の漁師さん達に崇められてきました。名前の由来は、全国で最も有名な夫婦岩がある三重県二見浦海岸にあやかったものだから。注連縄で結ばれた夫婦岩が夕日に照らされたシルエットはまるで絵画のような情景で、好天の日には多くのカメラマンが訪れる、庄内の人気夕日スポットです。



酒田市総光寺沢 きのご杉



丸みを帯びた穏やかな景観の杉並木

歴史ある城下町松山に総光寺というお寺があります。その山門前の参道に立ち並ぶなんとも印象深い形の杉は、人呼んで「きのご杉」。歴代住職が長年に渡り丹念に刈り込みを続けた結果、このような形になったんだそう。その昔、お寺の住職に最上狭から連れてこられたきのご杉達。山々に囲まれひっそりと佇む彼らは、今日も遠く離れた故郷を想っているのでしょうか?

三川町押切新田 山の神のケヤキ



数世紀に渡り町を見下ろし続ける大ケヤキ

酒田市と三川町を繋ぐおぼこ大橋の手前を左折し、旧7号線を1kmほど進んだ右手に「山の神のケヤキ」と呼ばれる巨木があります。山の神の境内にそびえ立つこのケヤキは根回り約7m、幹周り6.4m、樹高25mという巨大さで、樹齢は350年から400年。四方に幹を伸ばし、数世紀に渡り町を見下ろし続けるその姿はさすが

老賢者のよう。柱の斗組(ますぐみ)の「嘉永3年(1850年)再建」という墨書銘が、神社とケヤキの長い歴史を物語っています。ケヤキは三川町の「町の木」でもあり、西風の強い三川町で古くから防風林として活躍してきました。山の神のケヤキはその町の木を代表する存在として、長年地元の人々に敬われ続けているのです。



「明日しちごしちゃん?」
うん、素敵な写真たくしちゃん撮ろう。

Photo Canvasの楽しい七五三

6切写真1枚
価格 ¥12,600のところ

価格 ¥10,500
2枚目以降 ¥2,100~

- 七五三衣裳を無料でお貸しします。
- 写真をキーホルダーにしてプレゼント。
- 千歳飴をプレゼント。

Photo Canvas フォトキャンパス

酒田市東中の口町1-28
tel.26-5233【要予約】
営/9:30~18:30 休/水曜



9/29(木)
11時オープン!
自信の手作り!!

唐揚げ弁当

398円 税込

+みみ汁サーピズ!!
ごはんも付いてきます。
おかずのみだ298円!!

種類も豊富!! 生姜焼弁当 398円 焼魚弁当 398円
とんかつ弁当 398円 のり弁当 298円

手づくりの店
弁当・惣菜

酒田四丁
セブンイレブン 小松 写真印刷 7号線

酒田市鶴岡5丁目32-61
営/11:00~14:00 16:30~19:00 休/日曜
予約 TEL/FAX (31)3312

たまご(10個パック) 98円 100パック限定 9/29~10/1迄の3日間限定!!

たかはし
高橋商店



菓子職人、小倉氏が伝える京都の味
秋の風情を京菓子里で愉しむ

長年京都で修行を積んだ小倉氏が手がける、「秋の京菓子」がいよいよ登場する。

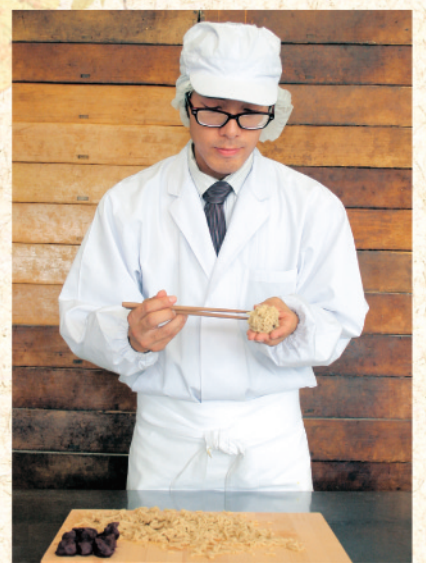


生の栗から作られた、みずみずしく
芳醇な味わいの「栗きんとん」

**色彩豊かな和菓子が
数多く登場する秋**
空が高く感じられ、少しずつ色づく草木が秋の訪れを感じさせてくれる季節。この時季になると秋の情景や風物を色彩豊かに表現した和菓子が数多く登場し、私たちが喜ばせてくれる。この秋「菓子職人」から登場するのは京都伝統の和菓子「栗きんとん」。今回はそのお菓子を、それを手がける菓子職人をご紹介します。

**京都で修行を積んだ
小倉氏が作る京菓子とは**
菊池より販売される京菓子は全て菓子職人、小倉氏が手がけている。彼が作る京菓子は、本場の味や形を追求し、酒田にいながらも本物の美味しさが楽しめる。その背景には、小倉氏が高校を卒業後、菓子職

人の道を目指し京都にある製菓技術専門学校へと進学。そして京都の菓子店に就職し6年間本場の菓子づくりを経験した事がある。またその豊富な経験から、京都にある大学や短大で菓子の歴史や文化の講師を務めていた経歴を持つ。今回発売される「栗きんとん」も京都伝統の技法で作られてある。皆様がよく見かける、し



ぼった形の「栗きんとん」は京都では茶巾(ちやきん)と呼び、京都でいう「栗きんとん」とは栗と小豆の他に、そぼろ餡で作られたものを言う。菊池の「栗きんとん」はもちろんそぼろ餡を使った京菓子である。

**生の栗を使った
風味豊かな自家製そぼろ**



「栗きんとん」 ¥294

小倉氏が作る「栗きんとん」の魅力は生の栗から手間と時間をかけて作っている所にある。京菓子の中でも特に繊細であり、みずみずしい美味しさが大切にされる「きんとん」。その味わいを再現する為に、新鮮な生栗を蒸して、裏ごしした後自家製の白餡とあわせた特製そぼろを作り上げている。そして匠の技で餡玉にそぼろをふんわりとまとわせる事で見た目にも美しい京菓子が出来るのだ。

「栗きんとん」を口に運んだ瞬間、みずみずしさと共に栗の豊かな味わいが口中に広がる。そぼろは軽く滑らかな舌触りで、そのあっさりとした上品な甘さに驚かされる。

他のお菓子と比べ控えめで上品な味わいは、京菓子が茶の湯と共に発展して来たからである。お茶の美味しさを引き立てる京菓子、召し上がる際はぜひ温かいお茶と一緒に味わって頂きたい。

色とりどりの落ち葉や木の実が集まった
秋を代表する干菓子「吹き寄せ」



秋の情景を詰め合わせた
彩り豊かな季節のお菓子
小倉氏がこの秋お届けするもう一つの商品が、秋の京都を代表する干菓子「吹き寄せ」である。モミジ・イチヨウ・松葉など、秋の情景を詰め合わせた見た目にも美しいお菓子は、落ち葉や木の実が秋風で

**上品な甘さと食感の
違いを楽しむ**
京都での干菓子は、お茶に合わせて作る菓子として生菓子と同じように馴染み深い菓子である。美しい色合いと繊細な形を築き、京都の人達には薄茶を召し上がる際によく使われている。有平糖(あるへいとう)・州浜(すはま)・生砂糖(きざと)など様々な種類があり、季節に合わせて可愛らしい形や色彩で四季の美しい彩を作り上げている。

小倉氏が手がける「吹き寄せ」は「州浜」と「生砂糖」の二種類の干菓子を取り合わせている。州浜は生の大豆の粉に水飴・砂糖を混ぜて作ったもので、半生の柔らかさと大豆の風味が魅力。また生砂糖は寒梅粉・水・砂糖を混ぜて乾かしたもので、パリパリとした食感が特徴的である。どちらもシンプルかつ上品な甘さが楽しめる。

「吹き寄せ」は秋が深まるにつれ、干菓子の色合いや内容が少しずつ変わって行くのも魅力である。これからの季節、風情を彩った季節の京菓子で、変わりゆく秋の美しさを楽しんで頂きたい。



干菓子「吹き寄せ」 ¥700

中通り商店街
マリイン
清水屋
市役所

本店

菓子職人 小倉 菊池

酒田市二番町8-19
☎0120-30-3331
営/10:00~18:10(本店)
休/元旦のみ
支店
東町工房店・東東町店・千石町店

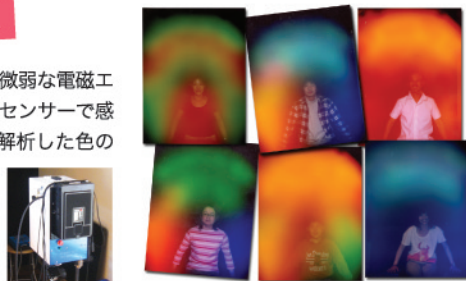
私の人生何色? vol.1

オーラ写真で自分リサーチ

物思いにふける秋は自分を見つめ直すのにピッタリの季節。「オーラ写真」は、あなたもまだ知らない本当の自分を写し出してくれます。写真一枚で手軽にできる「自分再発見」の秋を楽しんでみませんか?

★写真で見える自分のエネルギー!

私たちの体は、「オーラ」と呼ばれる目に見えない微弱な電磁エネルギーを常に発しています。そのオーラを特殊なセンサーで感知し、コンピューターで解析して色に変換。そして解析した色の情報をカメラに送り、目に見えるようポラロイド写真に写し出したのが「オーラ写真」です。



★色の特徴と意味を知ろう!

オーラの色は7色あり、それぞれにエネルギーの特徴があります。オーラの位置にも注目しましょう。

- Red** 強い意志を持つリーダータイプに多い、情熱のオーラ。頑固な一面もあり。
- Blue** 愛情深い人が持つ優しさと奉仕のオーラ。人に気を遣い過ぎて消耗する傾向あり。
- Green** バランス感覚に優れた人の調和のオーラ。理論に固執して独断的になる事もある。
- Orange** 創造のオーラ。チャレンジ精神が旺盛。自由を求めるゆえ組織では孤立する事も。
- Yellow** 周りをハッピーにさせる明るさのオーラ。ユーモアのセンス抜群。ワガママな面も。
- Purple** 精神面でのリーダー的存在に多い、神秘と直感のオーラ。利己的な一面もある。
- White** 高いエネルギーを持つ全ての色の統合色。白一色のオーラを放つ人は極めて希少。

<エネルギーの見方>

- 頭上:現在の状態 ○右:過去のエネルギー ○左:未来のエネルギー
- のど:表現しようとしているエネルギー ○ハート:感受しているエネルギー



★診断書を読んで自分再発見!

撮影後はオーラの診断書をお渡します。自分が持つエネルギーの過去や未来の傾向まで書かれた診断書は、まさに「自分説明書」。自分を再発見する事で意識が変わり、きっと新しい毎日が始まる事でしょう!

<p>天然石の店 タオ1</p> <p>酒田市亀ヶ崎3-9-3 ☎0234-23-5889 営/11:00~18:30 土日祝 11:00~18:00 休/不定休</p>	<p>★詳細チャクラ診断書(14枚)付/約45分 8,000円</p> <p>★簡単チャクラ診断書(4枚)付/約30分 5,000円</p> <p>★診断書(2枚)付/リーディングなし/約10分 2,500円</p> <p>初めての方は2,500円のコースがオススメです。</p> <p>全コースピーク見たて20%OFF!!(10/31迄)</p>
--	---

bq's SELECT

★酒田の注目アイテム!★



「自まつげ」勝負宣言!

一日ひと塗りで魅惑の目元に

bq編集部・菅原の2ヶ月間体験レポート

ホントに伸びた!

毎晩寝る前にアイラインに塗布、2ヶ月後にはメガネに触れるほどの長さになりました!ハリと弾力のある立派なまつげになりました。さすが専門ディーラーの人気商品。通販やドラッグストアで見かける市販品とは一味違いますね。もちろん塗布部分のトラブルも全くナシ。おかげで今は少量のマスカラで十分なボリュームが出るから自然にアイメイクがナチュラルになって、気づけば流行りの「薄盛り」美人に!?

もちろんしっかり付ければ、ゴージャスな目力だってゲットできちゃう。エグータム、恐るべし!



<エグータム購入のみもOK! 購入予約OK!> 売切れが続いていましたが...

10月入荷予定!

美容室 **Piece** ビース

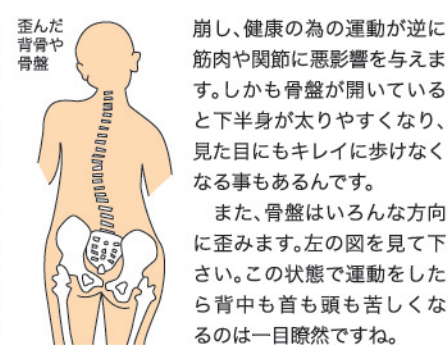
【問合せ・予約】
tel.0234-23-0960
酒田市旭新町8-32-3
営/9:00~18:30 休/月曜、第3日曜

<設楽整体院>の健康コラム

カイロで 活気ある生活をサポート!! Vol.6

カイロプラクティックとは... 痛みの原因を解決することです。

病気の約8割が骨髄(骨格)の歪みからくる神経圧迫が原因と言われています。健康の基本は歪んだ骨盤(骨格)をカイロプラクティックで正しい位置に戻し(矯正)、神経圧迫を取り除き、それを維持していくことです。その為には誘発原因となる3つの生活習慣①バランスの取れた食事②快適な睡眠環境③適切な運動、が大切!生活習慣をきちんとする事で真の健康を取り戻すことができます。今回は、「健康の為の運動」のお話です。



①「健康の為の運動」をあなたはしっかりやっていますか?

近年、健康の為にウォーキングや水泳、ラジオ体操などをやっている方が増えております。しかしその一方で、歩くとき腰や膝、股関節が痛くなったり、ねんざをしやすくなるなどの悩みを持つ人も多くいることをご存知ですか?実は痛みの原因は骨盤に関係している場合があるのです。開いた骨盤の状態を運動をすれば当然膝の内側に負担がかかり、痛み出します。さらに骨盤が原因で骨格が歪めば、身体のバランスを

② 骨盤を締めて、5分の体操で全てOK!

骨盤などの関節は、ゴムなどで締めて動かす事により、元の正しい位置に戻る性質があります。骨格や筋肉の調整も身体各関節の大きさ、筋力の強さに応じたゴムバンド(BCBゴムバンド)を使う事で簡単に自分で行えます。これまで紙面でお伝えしてきたように、体調は交感神経・副交感神経の伝達が大切です。ゴムバンドを使用した運動をする事により、自律神経の伝達は改善され、血行が良くなり栄養も行き渡りやすくなります。何より痛みが軽減され下半身もスッキリ!運動の基本は骨盤を締めてから始めましょう。

私たちと一緒に人から感謝される仕事をしませんか? **無料説明会開催**

●開催日:10/15(土) 10:00~ 10/22(土) 10:00~14:00~
●場所:三川町公民館日農センター 三川町大字横山字西田52-1 tel.0235-66-4403

設楽整体院

酒田藤原店 佐藤 清一 tel.090-4042-1824 酒田市藤原字元和里116-1 tel.0234-34-5158

海老島店 田澤 克哉 tel.090-6855-7999 鶴岡市海老島町5-26 tel.0235-22-6989

庄内余目店 川井 仁 tel.090-6681-6566 東田川郡庄内町余目字梵天塚40 tel.0234-28-8688

ゆたか店 遠藤 幸 tel.090-5351-7384 酒田市ゆたか3-7-2 10月2日(日)OPEN!!

パンダ先生の健康いきいき講座 vol.9 血虚編

漢方での血液イキイキ対策!!

月経痛、PMS(月経前症候群)、不妊症、不正出血、更年期障害など、女性特有の症状に悩んでいる人は多いのではないのでしょうか?中医学でいうと、これらの症状は「血の異常」と深く関係しています。食養生と漢方の知恵で「血」の働きをよくし、元気な身体を取り戻しましょう。

1 血虚と瘀血

生理・妊娠・出産・授乳といった大切な機能を持つ女性の身体は、男性に比べて多くの血液を必要とします。昔は婦人病の事を「血の道の病」と呼んでいたことから分かるように、女性の健康は血液と深い関係があります。

食事の不摂生、運動不足、仕事や育児のストレスなどによって、血が不足した血虚(けっきょ)状態になったり、前回号でお話した瘀血(おけつ)状態になったりすると、月経痛、PMS、不妊症、不正出血、更年期障害などの異常が現れやすくなります。

豊富な黒色の食材(黒豆や黒ゴマ、黒キクラゲ)も補血に役立ちます。また、中国で当帰(とうき)は昔から「女性の宝、美容の女王」と呼ばれ、不足しがちな血液を補う補血作用と、身体を温め血液の流れを活発にする活血作用にすぐれた生薬として飲用されてきました。その当帰を約70%と高濃度に含んでいるのが**婦宝当帰膠(ふほうとうきこう)**です。商品名に同じ当帰とついている漢方薬に**当帰芍薬散**もありますが、主薬である当帰の配合量がぜんぜん違います。

2 不栄則痛・不通則痛

中医学には「不栄則痛(ふえいそくつう)」「(血液の栄養が届かないと痛みになる)」「不通則痛(ふつうそくつう)」「(血液がうまく流れないと痛みが出る)」という言葉があり、血虚と瘀血は痛みのおもな原因と考えられているのです。ですから、女性特有の症状に悩んでいる方は、血を補い(補血)、血行を良くする食べ物を積極的に摂るようにするとよいのです。

4 楊貴妃も服用していた阿膠

また婦宝当帰膠には、**阿膠(アキョウ)**という生薬が配合されていて、これも補血する生薬ですが、阿膠の「膠」とは、「にかわ」と読み、コラーゲンを指します。昔は、非常に貴重なもので身分の高い人しか手に入りませんでした。中国唐の時代の玄宗皇帝が寵愛したあの世界三大美女の一人、**楊貴妃(ようきひ)**も美容に阿膠を服用していたそうです。

さらに習慣性流産で悩んでいた**西太后(せいたいこう)**も阿膠を飲んで、不妊治療に成功し、清(中国のむかしの国名)の世継ぎを産みました。漢方薬効果については、このように歴史が証明しています。

3 血虚に良い食材・漢方薬

補血の食材でのおすすめは、鉄分の多いレバー、牡蠣、ほうれん草、小松菜、赤色の食材のトマト、小豆、ブルーベリー、ナツメ、ザクロなど。ミネラルが豊

健康に関するお悩みなら **お気軽にご相談下さい。**

エビスヤ薬局瑞穂 日本中薬研究会 薬剤師:小池昌男 tel.0234-26-8866

酒田市大町14-20 ●お問い合わせはこちら迄 ● 酒田 瑞穂 代理店

ピーク読者プレゼント vol.33

<p>3名様</p> <p>ヒーリングスパ・シン</p>	<p>3名様</p> <p>楽食家 たちかわ</p>	<p>3名様</p> <p>日本料理 鶴渡幸</p>
<p>3. 脂肪溶解トリートメント無料券 (ウエスト)</p>	<p>2. ご飲食券1,000円分</p>	<p>1. わんぱくお子様セット無料券</p>
<p>10名様</p> <p>イオンシネマ三川</p>	<p>10名様</p> <p>割烹 一心</p>	<p>5名様</p> <p>フリースタイルカフェ</p>
<p>6. ペア無料招待券</p>	<p>5. お食事券3,000円分</p>	<p>4. ご飲食券3,000円分</p>

● 読者プレゼント応募方法
ハガキに、①bq33号と明記②郵便番号・住所③氏名④電話番号⑤性別・年齢⑥職業⑦第一希望と第二希望の賞品番号と賞品名⑧面白かった記事の感想や、今後取り上げて欲しいお店、企画投稿等 以上を記入しお送り下さい。応募締切りは10月28日の消印有効です。尚、応募多数の場合は厳正な抽選の上、当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

● 宛先 株式会社ニーズ ピーク編集部 〒998-0864 酒田市新橋1-14-12 TEL.0234-25-1630

安全&美味しい! 富樫さんちのお米のこだわり

いよいよ新米の収穫の季節。美味しいと評判の「富樫農園」さんのお米のこだわりとは?

目標は世界一安全で旨いお米!
この夏、美味しいだち豆を届けてくれた富樫農園さんがいよいよ新米を収穫! 富樫さんのお米づくりは食べる人の健康を考えた減農薬栽培。本来、育苗から収穫まで8回行われる消毒を、工夫を重ねた効果的な農薬散布を実施して年3回までに抑え、安全性を向上させています。また、月山が水源のきれいな水で育てているのも、安心なお米づくりの秘訣です。



みんなも安全なお米食べたいよね!



ふっくらして美味しいそう!

美味しさの秘密は有機肥料!
米の甘みやコクを出す為に富樫農園さんでは有機肥料を使用! しかも余計な化学肥料を使わずに手間と時間をかけて大切に育てているから味も格別なんです。お米の王様「コシヒカリ」や「ひとめぼれ」など、どのお米もふっくらとした炊き上がりで、一粒一粒お米本来の甘みとコクが味わえます。本当に美味しいお米を30年以上追求して来た富樫さんの新米をぜひ味わってみて下さい。

贈答にも喜ばれる「新米の詰め合わせ」
富樫農園さんより「新米の詰め合わせ」が登場! コシヒカリ、ひとめぼれ、こしひかりSD、それぞれ3品種を3kgずつ詰め合わせた商品は、家族で食べ比べて楽しんでも良いし、贈答用で贈ってもきっと喜ばれるはず。電話やFAXで簡単に注文できるので、この秋は美味しいお米を楽しもう!
＜新米の詰め合わせ＞ 3kg×3 4,000円
※送料: 全国一律 700円 (30kgまで)



もらった人も嬉しいね!

	<p>単品でも販売します!</p>	<p>＜コシヒカリ＞ 5kg 2,500円 10kg 4,500円</p>
		<p>＜ひとめぼれ＞ 5kg 2,000円 10kg 4,000円</p>
		<p>＜コシヒカリSD＞ 5kg 2,000円 10kg 4,000円</p>

【ご注文はお電話、FAX、またはインターネットからどうぞ】
tel.fax0235-22-3869 携帯:090-4313-0731 http://togashi.web-tsuruoka.com

作品名	公開日
ツレがうつになりまして	10月8日
カウボーイ&エイリアン	10月22日
ランゴ【2D字幕】	10月22日

イオンシネマ三川
0235-68-1666 上映時間案内▶
WEBサイトでも情報発信!
http://www.aeoncinema.co.jp/mikawa/

ランゴ【2D字幕】

おにぎりも握れるハンドクリーム
肌荒れが入ってないから、手の平に使え、口に入っても安心。赤ちゃんの肌にも使えて大丈夫です。

リスプラン 薬用PWSハンドクリーム
【無香料・無着色】
ハイウォーター・スキンケア

酒田市大町14-20
エビスヤ薬局瑞穂 tel.0234-26-8866

コリスタ 秋ののど自慢大会



自慢の声をみんなに聞かせよう!!
10/7(金) OPEN/19:00~ START/20:00~
上位入賞して 素敵な景品をGET!!
話題の車載用 プラスα クラスタール!
採点は、機械の点数 + 審査員によりフェアな採点を行います!
可愛いから +2万点! 10

大好評! フリスタ秋プラン!!



歓迎会・宴会・結婚式の二次会プラン ¥3,000 (4名様以上で要予約)
女子会プラン ¥2,500 (4名様以上で要予約)
2時間飲み放題 + 料理5品 + カラオケ歌い放題
20名様以上でなんと3名様分(9,000円)が無料!!
歓迎会・宴会プランと女子会プランは料理5品に2時間飲み放題!! しかもカラオケも歌い放題で3,000円と、とってもお得。20名様以上なら3名様分(9,000円)無料になります。100インチの大型スクリーンを生かした楽しい演出もあり、最大85名までご利用できるので、みんなで楽しみ下さい!!

フリースタイルカフェ
酒田店 tel.0234-25-7565
酒田市幸町1-3-1 第一ビル2F
営業時間 19:00~翌3:00
定休日 日曜日 ※東京四谷店もあります。

Cafe Free Style
マルハン 山形銀行
http://mobile-japan.jp/freestyle_sakata/

SINN Healing Spa 1周年記念フェア開催

日常の喧騒を忘れ、心を解き放つ美と癒しのひととき。



毛穴スペシャルケア
開いた毛穴、黒ずみ、たるみ毛穴の改善。毛穴レス美肌で、白く美しい陶器肌にあなを導きます。
1回 ¥15,000 ▶ 2回 ¥10,000



骨盤トリートメント
骨盤を元に戻せば、健康的なスリキリボディが手に入ります。
1回 ¥18,000 ▶ 2回 ¥10,000



脱毛
各部位の脱毛(ワンクール6回)が驚きの価格で受けられます。
両ワキ ¥1,000 ひじ下 ¥10,000
口まわり ¥1,000 ひざ下 ¥10,000

各メニュー先着10名様

ヒーリングスパ・シン
酒田市ゆたか3-8-1 tel.0234-34-8035
営業/11:00~20:00(水・木・日・祝)11:00~18:00

酒田杉で建てた家

子供達の健やかな未来の為に

大井工務店が創る、アレルギーフリー住宅

10/1(土)2(日) 内覧会開催

場所/酒田市新井田町 時間/10:00~17:00

酒田郵便局 新井田川 会場 コープ中の口

＜人と自然に優しい理由＞

- 1.自然素材を追求し、現代人の住生活を脅かす「シックハウス症候群」のリスクを最大限に排除。
- 2.CO²排出を低減するオール電化住宅。さらに話題の太陽光発電システムを採用。

「利子補給制度」適用住宅! 酒田杉の家は、自治体より金利補助が受けられます。

株式会社 大井工務店 ☎0120-14-1518
山形県酒田市みずほ1丁目21-11 AM9:00~PM7:00 酒田 大井工務店 search

家計・子育て・将来 ライフプランで安心を

～人生設計のプロに相談してみませんか～



無料「家計節約相談会」開催!!
開催日時 毎月、火・金・土・日曜開催!! <要予約>
[9月] 24日(土)、25日(日)、27日(火)、30日(金) ※その他の日も可能ですので、ご相談下さい。
[10月] 1日(土)、2日(日)、4日(火)、7日(金)、8日(土)、9日(日)、11日(火)、14日(金)、15日(土)、16日(日)、18日(火)、21日(金)、22日(土)、23日(日)、25日(火)、28日(金)、29日(土)、30日(日)

時間 ●10時～ ●13時～
●15時～ ●17時～

会場 ミサワホーム酒田店
酒田市あきほ町651-1
※ミサワホーム鶴岡店、鶴岡展示場でも相談会を行いますので、申込み時にご相談下さい。

申込 023-615-0761 携帯.090-9035-9966 担当:五十嵐



至 鶴岡 至 秋田
ミサワホーム酒田店(会場) ジャスコ酒田南店

ご予約・お問合せはこちら **ソニー生命保険株式会社** 山形支社 第3営業所 ライフプランナー ソニー銀行住宅ローン取扱資格者

山形市香港町2-2-31 カーニープレイス山形6F ファイナンシャルプランナー 五十嵐 大輔

tel.023-615-0761 F A X .023-615-0762 携 帯.090-9035-9966 担当:五十嵐 E-mail.daisuke616w_igarashi@sonylife.co.jp

〈荘銀〉ローン ドリームコンシェル

充実のお借入金額 最大500万円

フリープラン・カードローンプランは主婦、パート・アルバイトの方もご利用可能

- マイカープラン** お車のご購入などに
- 学資プラン** 教育資金に
- リフォームプラン** 暮らしをもっと快適に
- フリープラン** お使いみちいろいろ
- カードローンプラン** 急な出費に備えて

お電話でのお問い合わせ・お申込み **0120-0922-39** 受付時間 平日9:00~19:00

荘内銀行

ゆたか限定 Wオリジナルキャンペーン!!

のりかえ ドコモ・auからのソフトバンクに「のりかえ」ご契約で

2名様同時で **最大 40,000円** キャッシュバック!!
1名様でし **最大 15,000円** キャッシュバック!!

※特定機種+指定オプション+ホワイト家族24への加入等条件があります。

新規ご契約 新しく携帯電話番号を選んでの「通常新規ご契約」のお客様

ACアダプター + お父さんグッズ + マスコットストラップ + 貯金箱

もれなくプレゼント!!

SoftBank ソフトバンクゆたか
TEL.0234-33-0015 ※詳しくは店頭までお気軽にお問い合わせ下さい。
酒田市ゆたか1丁目15-1 営業時間/10:00~19:00

金相場が高騰中! 売るなら今がチャンス!!

驚きの価格でお買い上げ致します!!

さらに下記クーポンご利用で 査定価格より... **10%UP**

女性の方・初めての方でも安心!!

親身な接客と丁寧な査定、まずはお気軽にお持ち下さい。

ゴールドワンの買取なら古くても、壊れていても大丈夫です。わずか6~7分のお時間で、買取専門店ならではの納得できる買取額をご提示します。

査定無料

書金属から切手まで 現金買取致します!!

- 金・プラチナ ●ブランド品 ●ダイヤ製品
- 携帯電話 ●一流時計 ●商品券
- 古銭 ●切手

当社は「訪問買取」は行っておりません。お店の機械で計って、正確な査定をするからこそ安心・信頼の買取が出来るんです!

ゴールドワン **GOLD ONE** tel.0234-31-9351 酒田市ゆたか2丁目1-1 営/10:00~19:00

開運! なんでも鑑定団 TVCM放映中

お得なクーポン 金・プラチナ・ダイヤ・ブランド品 <査定価格より> **10%UP Ticket**

お得なクーポン 金・プラチナ・ダイヤ・ブランド品 にご成約のお客様に **ダイヤモンド 水砂糖1kg プレゼントTicket**

お得なクーポン 金・プラチナ・ダイヤ・ブランド品 3,000円以上 にご成約なら **洗剤セット**
10,000円以上 にご成約なら **スチーム鍋 プレゼントTicket**