



#### 葬儀についての生前相談はもちろんのこと、ご相談の中で

「葬儀前にやるべき事」「葬儀後にやるべき事」の

葬儀以外でのご相談も増えてきました!

#### ご相談例

- 親が施設に入ったので、実家の生前整理をしたい
- 葬儀後はバタバタすると思うので、事前に遺品整理の見積もりをお願いしたい
- 実家の不動産査定をしてもらいたい
- ハウスクリーニングをしてほしい
- 葬儀後では不安なので、相続関係の相談を事前にしておきたい。
- 墓じまいや仏壇じまいをどうしたらよいか
- 自分が亡くなったときにお墓ではなく散骨してほしい

他、様々なご相談を頂いております。 お困りごとはサイエングループにお任せください。 葬儀の準備や葬儀後の各種お手伝いなど お忙しいお客様もご安心してお任せいただいております。

**O** 

詳しくは 9.11ページを ご覧ください。

#### 多様化=簡素化ではない!

コロナ禍を経て葬儀の多様化が進んできています。中には葬儀が簡素化してきたと思われている方も いらっしゃるのではないでしょうか?

サイエングループは決してそう感じておりません。多様化が進んでいるからこそ、葬儀の原理原則である「人の心を 大切にしながら時代の変化を取り入れていく」ということを胸に、どうしてよいか困惑しているお客様の立場に立ち、 想いをお聞きしながら、悔いの残らないお葬式のお手伝いをさせていただいております。

私たちには「この国に新しくて正しいお葬式のあり方を伝えていく」という大切なミッションがあります。 時代の変化の中、ぜひ一度新しいお葬式についての話を聞きに来てください。お待ちしております。

# そもそも一般葬・家族葬とは?

#### 一般葬

事前に新聞に掲載し、 葬儀の案内をお知らせする葬儀

#### 家族葬

事前に新聞には掲載せず、葬儀終了後に 新聞に掲載するか、一切掲載しない葬儀



サイエン通信

「葬儀・仏事の豆知識」

# 保存版

家族葬

# この2つのパターンが定番でしたが 一般葬・家族葬の形態に変化が見られています

# 多様化してきた一般葬と家族葬

#### 座らないお葬式

一般葬だけれども、 参列者は着席せずに、 焼香・喪家への挨拶 後、退席して いただく葬儀

家族葬の融合 家族葬で新聞には掲載 しないけども、親しい方

一般葬と

(会社関係・友人・町 内等) にピンポイントで それぞれ連絡し、 参列していただく葬儀

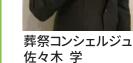
サイエングループでは多様化する葬儀に対応できる会館が

上記以外にも「こんな事ができないか?」等のご相談が

ございましたら、ぜひお近くのサイエンまでご相談ください。

# お知らせする 家族葬

家族葬だけれども、事 前に新聞で「家族葬で」 と掲載し、訃報のみ お知らせ する葬儀





宮崎 州生

# 葬祭コンシェルジュ

#### サイエングループの会館紹介



セレモニーホール斎苑 小松本館 石川県小松市糸町2-1



セレモニーヴィラ・サイエンコートヤード 石川県小松市白江町ソ3-1



家族葬専用施設 斎苑HOME 石川県小松市糸町3-9



セレモニーホール斎苑 小松南館 石川県小松市符津町い35



こちらも多様化

ですね!

セレモニーホール斎苑 かが 石川県加賀市山代温泉36-177-1



セレモニーホール斎苑 山中 石川県加賀市山中温泉塚谷町1-123



セレモニーホテルSAIEN 石川県金沢市玉川町9番15

24時間・年中無休受付。寝台車ですぐにお迎えにあがります。



**∞0120-526-055 1 0120-210-779** https://www.sa





#### 生前相談で不安を安心に!

最近では万が一の前にご相談に来られる方が増えております。

金沢・小松・加賀に全7会館ございます。

サイエングループではファイナンシャルプランナーが常駐しております。お葬式や事前手続のことで 少しでも不安に思う事がございましたらお気軽にご相談くださいませ。ご連絡をお待ちしております。

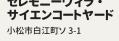
#### 座らないお葬式











ご相談の際は各会館の利用状況もございますのでお手数ですが 右記までご連絡ください。各会館の場所は左記をご覧ください。

生前相談ご予約専用ダイヤル 0120-526-055 365日 24時間お電話を 受け付けております



# 不動産と相続のご相談

相続

不動産 (土地・建物・マンション)

家屋解体

遺品整理

税金

お悩みはそれぞれのプロが対応!ご相談は窓口一本サイエンへ

空家•土地



宅地建物取引:



ついての相談 (動産・負債も含め)

司法書士

ついての相談 (税金・納税)

税理士

安心のネットワークで相続に関するお悩みを

マンストップで解決 「宅地建物取引士と遺品整理士は サイエンにいます



相続や不動産など資産に関するお悩みは



誰に頼んだら נונוס?



何から 始めたらいい?

お金のお悩みやご不安は サイエンのFPに ご相談ください



・ファイナンシャルプランナ-有資格者・



すなだ たくや 砂田 拓也 金沢エリア



田村 裕美子 小松・加賀エリア



ふしさと み り い 伏里 美里依 小松・加賀エリア

専門スタッフが適確なアドバイスをいたします。まずは一度ご相談ください。

2024年4月1日より相続登記が義務化されました。



國0120-526-055



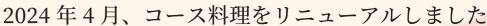
サイエンのおもてな

# コース米

コロナ禍を経て、お葬式でのおもてなしが 変わってきました。

以前はオードブルやお弁当が主流で、お葬式で は温かい食事など期待できない、という声が多 くありました。

サイエンでは、ご親戚様へのおもてなしとして コース料理をご提供しております。温かいお料 理や作りたてのお料理を提供することができる ので、皆様に喜んでいただいております。 お料理の取り分けなどの必要がなく、ゆっくり と思い出を語らう空間になっております。







旬の食材を贅沢に使用し ております。季節を一層 感じられるお料理をぜひ お楽しみください。 お葬儀やご法事でご利用 いただけます。

「試食&内見会」 について

「試食&内見会」を毎日開催しております。 ご希望日の2日前までにお申し込みください。 ※試食会は下記の会館にて開催しております。

2023年は134件391名様が コース料理の試食&内見会 に参加されました





サイエンコートヤード 小松市白江町ソ 3-1 【お問い合わせ・お申込み】

0120-526-055 受付時間 8:30~17:00





セレモニーホテルサイエン 金沢市玉川町9番15

【お問い合わせ・お申込み】

0120-210-779 受付時間 8:30~17:00



# サイエンだからできる お葬式の後のお手伝い

サイエンでは、ご遺族の皆様が前向きに歩きだすために、 お葬式の後も様々なお困りごとを解決するお手伝いをさせて頂いております。 ご相談・お見積りは無料ですので、お気軽にお電話ください。

# 遺品整理 🗇

サイエンでは遺品整理を 形見分けの延長としてご遺 族のお気持ちに沿いながら 丁寧に対応させていただい ております。

見積りから整理まですべて サイエンスタッフが行います ので安心してお任せください。



不動産の解体・売却や、 どなたもお住まいにならな くなった家の有効活用など 家や土地に関するお悩み ごとがあればお気軽にご相 談下さい。家屋内片付け から建物解体までワンス トップでご対応いたします。



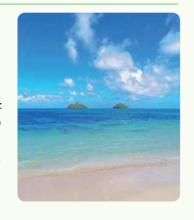
# 相続手続き 🙎

お葬式後は、相続・口座の 解約・保険関係など様々な 手続きが必要となり、慣れな い方にはとても大変です。 不安を感じる方は、ご相談 下さい。



#### ハワイ 海洋散骨 🎎

サイエンがご案内する海洋 散骨プランは「天国の海」 と呼ばれる全米最大・最長 の珊瑚礁が広がるハワイの 中でも特別な場所で行いま す。故人様とご遺族様の新 しい旅立ちの一歩をサポー トいたします。



## 墓地•墓石 凸 仏壇 🚇

墓地のご紹介、お墓の新設 建替、修繕、補修、移転、 お墓じまいなどのご相談。 伝統的な仏壇から上置仏壇 家具調仏壇など各種仏壇 仏具のご購入や仏壇洗い 補修などもご相談ください。





# 法事・返礼品 ♥

満中陰(四十九日)、初盆、一 周忌、三回忌、七回忌など年 忌法要にご用命ください。法 要内容のご相談もお任せくださ い。香典返し、お見舞い、お供 えのお返しなど様々なシーンで ご利用頂ける品を多数ご用意し ております。





ご相談 お見積り

無料



拓也 砂田



東京都在住 芙弓 様 (妹様)



#### 埼玉県在住 中澤 亜也 様 (お姉様)

# 儀からちょうど今日で三か月、 さってありがとうございます。 ゼロからのスタ この度はインタビュー

葬式をするのも初めてで知識もなく、 こでサイエンさんを紹介されて。 その中で砂田さんが最初から常にリ 父の葬儀は急だったので、 スムーズに進めてくれたので、 まずお寺に連絡したんです。

顔の遺影写真を作ることができました 時に自宅に寄って頂いたのも有難かったで に助かりました。 泊はもちろん、 けつけたんですが、 お陰で父の写真などを探せて、 気持ちよく葬儀を終えることが 部屋着などアメニティーも充 喪服のレンタルもできて本当 セレモニーホテルでは宿 ほとんど手ぶらで駆

一人住まいのお父様の家や荷物などのお

で安心して、 にゼロからのスタ-

んや班長さんのお宅にまでお使いをしてくれ えるくらい何度も足を運んで頂いて、 ずつ確認してくれて、 分の判断ができないものはTV電話でひとつ にはセカンド とても丁寧に仕事をしてくれました。処 遺品整理の進め方はいかがでしたか? ハウスのようですと言ってもら だったのでびっく 梱包も丁 寧で、 砂田さん お値段 しまし

まずはお葬式のことからお話をお あっという間 どうしてい お父様のご葬 自分達でお あって、 ったくノープランでした。 遺品整理や不動産のアフタ 四十九日までに考えようと思っていまし 無料で見積りや相談ができると聞い したんです。

TV電話などを使ってスム

ズに進めて頂け

離れてい

そこに砂田さんか

大事な家のことなので、人を見て信頼をおけ 不動産担当の常務さんも砂田さんも人として る方に任せたいと思ったんです サイエンのお二人は熱意が違いました! サイエンに相談されてどうでしたか? 他の業者さんにも話を聞いたんですけ 家への想いも汲んでくださって。

本来辛いはずの遺品整理を

やり取りは笑い



の遺品整理

を引き受けてくだ

お客様 インタビュ-

オンラインでご相談、

家のこと、家財のこと

# 遺品整理は気持ちの整理

もしれませんが、 が絶えず、こんなことを言っては怒られるか そして砂田さんの人柄!

思うんです。

**姉** そして何よりお葬式から遺品整理までず に来られた際にはぜひお会いしましょう! 顔で進める事ができて良かったです。 っと携わってくれて本当に安心でした。 そこを手助けしてくれたこともすごく良か でやると思い出や感情で作業が進まなかっ とても和やかに進められました。 最後までお世話させて頂いて、 捨てることが罪悪感に繋がったりすると 遺品整理は気持ちの整理なので 整理を自分 三人で笑

時間の面でとても助か ことでした。 家庭や仕事がある中で く費用もそうですが、 が素晴らし 離がある 何度も行 った か  $\mathcal{O}$ 



たです 本当にホスピタ

事務手続きを誰

おきた

退品の処分や葬儀、 行政へ

届出などの声

」を結ぶと

いう方法があります。

#### Saienoroup Event Report

サイエンでは年間を通してイベントを開催しております。 皆様ぜひお気軽にご参加ください!!

やプレゼント応募、これまでのイベ ントレポートや会報誌のバックナン バーもご覧いただけます。







#### サイエンコートヤート ナーコンサ 2023.12.3

小松市の新会館「サイエンコートヤード」でディナーコン サートを開催しました。 彩りもかわいい 9 品の前菜プレート やお肉料理に、みなさん大満足でお話も弾んでいました。 李彩霞さんの二胡コンサートでは温かい人柄そのまま、 ほっこりとした時間となりました。素晴らしい演奏はもちろ <mark>ん、</mark>小さいお子様のための曲や飛び入りの方とのデュオ

演奏、曲間のトークもお上手で 二胡の楽器の説明も交え、とても

> 李さんありがとう ございました!!



コートヤードのモダンな建物は美術館のようです。 ぜひ一度見に来てください! 砂田 拓也



彩り豊かな前菜プレート

## クリスマスの寄せ植え教室 2023.12.6 / 2023.12.13

白山市で花とハーブの生産をされている宮子花園さんを講 師にお迎えし、シクラメンやバラ、コニファーなど6種類の 苗を贅沢に使った寄せ植え教室を開催しました。みなさん

手際が良く、あっという間に華やかな作品 ができあがりました!

お花の管理方法も教えて いただき、持ち帰った寄せ 植えはお部屋や玄関を彩

ってくれたことでしょう♪ サイエン谷のフローレン 嶋乃々佳



教室後は温かいハーブティで 寛いでいただきました







#### 募集中のイベントは、

同封のチラシやパコナビをご覧ください!

パコナビからはイベントのお申込み

その内容に法的効果があるのは、 関係や遺言の執行など、 いつくかもしれませんが、 まず 遺産の処分、 「遺言書」を思 法で定めら 見人が本人に代わって行うものです 遺品の整理、 本人の死後に発生する、

役所への届出、

続きをどうすればよいかと不安に感

は独身者の場合には、

死後の事務手

行ってもらう

「任意後見制度」があ

じる人もいることでしょう。

方法として、

設計図が必要でしょう。

今回の相談 いずれも

定してもらう「法定後見制度」と、

た際に家庭裁判所に成年後見人を選

質問者のように子どもが

いない夫

いても往き来がない、

あるい

管理・身上監護等の各法律行為を 判断能力が不十分になった際に財産 目分の意思で任意後見人を選定し

後者の設計図に関するものです

るかに悩む「高齢時代」、

生の終末期をどう整理す

制度には、

判断能力が不

-分になっ

制度はどうでしょう

生きるかに悩む

れている事項に限られます では、「成年後見制度」という法律

·死後事務委任契約」は、遺言書では対応できない細々した事柄を第三者に頼みたい場合に結んでおく契約です

死後の整理において「遺言書」が有効なのは、相続や遺産の処分など法に定められている事項のみ。

遺言書では対応できない

明書を添付するなどして、 体裁を整えておきま を結ぶという方法があります。 (自分)は受任者(相手) 実印を押

# 定めておく項目例

きている間の法律行為について、

これらの制度は、

本人が生

要等の方法/飼育して る寺院の指定/納骨) 関係者に対する連絡 永代供養/法 葬儀を依頼す いるペットを 家財道具の ビス料金の

# 「死後事務委任契約」は契約書に

依頼するかを書面にして契約書を作 第三者との間で「死後事務委任契約」 ちんと締結されたことを証明できる 契約がき に何を 印鑑証 委任

死後の事務を頼んでおきたい場合

# 処分

任契約は終了しないことを定めてお 委任契約は委任者の死亡で委任が終 受任者にすぐ報告される体制をとっ を発するので、 るといった方法も考えられます。 て生じる費用や報酬を受任者に預け かなければなりません。 ておく必要があります。 するため、 委任者が死亡しても委 委任者が死亡したら 事務に伴 また本来、

この契約は委任者の死亡後に効力 、役所への各種届出



事務を安心して任せられる第三者が

死後の

で死後の事務を含めた各種サポ

なお、

O法人や金融機関など





# 映画のロケ地巡り へへへ

昭和レトロな懐かしい雰囲気が魅力の内川周辺は、 ロケ地としても人気です。竹野内豊さん主演の「人 生の約束」や松本潤さん主演の「ナラタージュ」な ど映画の撮影で使われました。





#### 番屋カフェ

映画「人生の約束」では 漁師たちの番屋として使 われました。現在はリノ ベーションしてカフェ&

# 内川周辺の街歩き



#### 新湊きっときと市場 ● ●

"富山湾の宝石"と称される白エビをはじめ、ベニズワイガニ、 ホタルイカ、ブリ、など獲れたての海の幸がズラリと並ぶ海 鮮市場です。海鮮丼や定食、浜焼きなど美味しいものがいっ ぱい♪内川ならではのお土産もいっぱい。





#### カニ、白えび、ホタルイカがた~っぷりの海鮮丼!

#### おしらせ

新湊内川を訪ねるバスツアーを開催します! 詳細は同封のチラシをご覧ください。

内川エリアのおいしいお土産を20名様に1 プレゼント!詳しくは裏表紙をご覧ください。

ふるってご応募ください!



#### 1 藤見橋

新湊の曳山から欄干や装飾のデザ インの着想を得た豪華絢爛な橋



#### 8 神楽橋

朝日や夕日が欄干のステンドグラ スを通して幻想的な雰囲気を醸す



#### 9 山王橋

藤見橋

2 西橋

橋のある風景

内川には個性的な13の橋が架かっており、懐かしい港町

の風情が楽しめます。観光船に乗ると海王丸パークから富

山新港や内川をぐるりと一回り、小さな船旅を楽しめます。

バルコニー風のアプローチに、手を かたどった4基のアート彫刻を設置 付いた、屋根付きの歩行者専用の橋



7 中新橋 8 神楽橋

#### 10 東橋

「日本のベニス」とも呼ばれている富山県射水市にある内川。 大きな心の先輩と、大きな体の後輩がノスタルジックな

雰囲気の水辺の回廊と橋のある街を巡ってきました。

4 奈呉の浦大橋

全国でも珍しい橋の両端に休憩所が



9 山王橋

室町幕府将軍足利義材の銅像や出 陣する様子を描いたパネルを設置



おでかけ特集



放生津橋

/ 12 二の丸橋

# ② 4人のお仕事クロストーク 先輩 × 後輩 対談



田中

分かるわー。私も最初はバタバ

ばります!

私もです!時間がかかるかもしれま 相談とかお話をしてもらいやすい

田中さんみたいな先輩になれるようにがん

私も後輩が出来たら、

田村主任や

ていくうえでめちゃくちゃ大事やと思うよ。

仕事ができていると思います。 な時も田中さんや他の支援部の皆さん が終わることがあります(笑)。そん 私はいまだにバタバタして一日 してくださるので、 何かあっても先

ございますー

サイエンのお仕事って非日常の出 し、仕事覚えるの大変やったで もう3年目になるん

期って自分で判断してできる仕事がな に取り組めていますよ。 いことがつらいもんね。 たのを思い出すわ。 に立ちたいし、どうしようって不安やっ 分からない状態やったし、でも何か役 けど、田村主任をはじめ他の先輩方も 未だに分からないことの方が多いです 丁寧に教えてくれるので安心して仕事 私も最初は何を聞いていいかも はい。お葬式に関しては特に、 入社してすぐの時

田村

田村 先輩になれればいいと思います。 でいいと思うよ。 大丈夫。

せんが、

でも2人ともできる仕事がどんどん増 の手を止めて質問するのも気遣うしね タして一日終わることもあったし、先輩

ちになるし、

いい刺激をもらってます

田中

えていってるし、

私も頑張ろうって気持

嶋·吉村 一緒に頑張ろうね。 うん。確かに。



そのまま

や、こういう風にした方がお客様に喜んで そうそう。 そんな風に感じてもらえてよかった。 今でもそうやし、こういう社風が 仕事の中で気になったこと

続いていけばいいなと思うよ。 私たちも先輩に助けてもらったこといっぱい 事でもチャレンジする後押しになりますよ

#### 仕事の流儀

どの業務にも意味があり、すべてお客様へのサービスに つながっているということを意識して取り組むことです。

目標のスタッフ・・・田中 昭美さん(支援部)

#### 吉村からお客様へ

いつも「お客様のために」という意識を大切にされている方で、田中さんの仕事への向き合い方は自分の仕事への意識が変わる きっかけになりました。日々丁寧に指導くださり、分からないことがあればすぐに駆けつけてくださる頼もしく優しい先輩です。

> サイエンでよかったと仰っていただけるよう、お客様の為に 日々成長していきたいです。

# フレッシュなスタッフをご紹介します







#### 目標のスタッフ・・・田村 裕美子さん(コンシェルジュ)

田村さんのように仕事をするにはあと何十年かかるだろう…という感じですが、お客様と接する田村さんを見る度に、お客様がおっしゃった 言葉をひとつも聞き逃さない姿に驚きます。聞くだけではなく寄り添い、すべての事に対して真剣に向き合う姿はかっこいいです。

#### 仕事の流儀

日々色々なお仕事をさせていただく上で、初心を忘れずに 謙虚な姿勢で取り組みたい気持ちが大きいです。

#### 嶋からお客様へ

お客様の期待に応えられるよう、精一杯頑張ります!







会社の中に『なんでも相談できたり話を聞

もらえるんじゃないかとかあれば教えてね。

いて答えてくれる人がいる』って仕事を続け







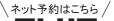


非日常感漂う町屋で 味わう新感覚スタイルの 金沢薬味海鮮丼

きらきらと煌めく、艶めかしい鮮魚をコロコロと宝 石の様に詰め込んだ金沢薬味海鮮丼。

TILE (タイル) はお好きなネタをご自由にレイアウト する創作海鮮丼専門店です。

築110年の町屋を改装した店舗は、にじり口が目 印。オープンコードを入手して、美味しい宝石箱 へのゲートをお開きください。



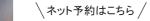


**2** 076-255-2802 金沢市此花町 4番 18号 11:00 ~ 15:00 (L.O.14:00) 17:00 ~ 22:00 (L.O.21:00) 不定休 https://tile-japan.jp/



伝統の食文化を カジュアルに "体感" する

日本の伝統的な「細巻き寿司」や「日本茶」を現 代風にアレンジ。選んで、作って、食べる新しい スタイルの体感型レストラン。厳選された茶葉が 並ぶ「利き茶スタンド」と、こだわりの山中漆器を使 用した「味噌汁バー」も楽しめます。





**☎** 076-256-5076

金沢市袋町1-1 かなざわはこまち2F 11:00 ~ 21:30 (L.O.20:30) 休 / かなざわはこまちに 準ずる https://coil-japan.jp/









創業70年以上の味、石川県のソウルフード

#### さぶろうべい

自慢の白菜鍋はメインのお肉を親とり・若とり・ぶた・ とりもつから選ぶことができ、季節ごとにきのこや玉ね ぎといった旬のトッピングもご用意しております!

● 高松総本店 ☎ 076-281-0529 かほく市高松丁42 11:00 ~ 21:00 (L.O 20:40)

●藤 江 店

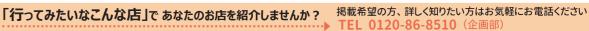
**☎** 076-266-1555 金沢市藤江北 4-472 11:00 ~ 14:30 (L.O 14:00) 17:00 ~ 22:00 (L.O 21:40)

●野々市店

**2** 076-259-1751 野々市市本町6丁目13-29 11:00 ~ 14:30 (L.O 14:00) 17:00 ~ 22:00 (L.O 21:40) 土日祝11:00~22:00(L.O21:40)

https://saburoubei.jp/

さぶろうべい





# 出汁の新しい世界を体験

ひがし茶屋街の近く、古民家を改装したお店。

「barrier= 結界」をコンセプトに、賑わいのある金沢市街の中心にありながら、 喧騒とは線をひき、"陰と陽"、"昼と夜"、そして"古と新"の対比をイメージしています。 三方(さんぼう)をお膳として利用し、岡持ち(おかもち)に収められた 三つのお椀料理に、サイフォンで抽出された一番出汁を注ぎます。 これにより、一杯の出汁がお客様の食体験に奥深さと芳醇さを加えます。 どうぞ出汁の新しい世界をお楽しみください。







#### MENU

三種のおかずと、季節の押し寿司・ラーメン・デザートのセット

a コース 4,070 円(税込) | b コース 6,050 円(税込) | c コース 6,820 円(税込) dコース 8,800円(税込) | 精進料理コース 4,950円(税込)

季節の野菜や能登の岩牡蠣、のどぐろの炙りなどコースごとに変わる三種のおかずに 特製お出汁をかけてお召し上がりいただきます。(メニュー内容は季節により変動いたします。)



076-204-7018

金沢市尾張町2丁目14-21 11:00~22:00 (L.O.21:00)

定休日:不定休



# マイクログリーン ONLINE STORE

# **NEW OPEN**







#### ABOUT "OTM's microgreen"

マイクログリーンとは 5cm にも満たない小ぶりの野菜で、発芽して 1~3 週間 くらいの野菜の若芽野菜の総称です。

マイクログリーンにはビタミンC、ビタミンK、ビタミンE、ルテイン、カロテノイ ドが通常の成熟した野菜に比べて5倍以上も含まれている他、カルシウムや亜鉛、 マグネシウムなどのミネラルも非常に豊富です。

マイクログリーンはすべて金沢産、農薬不使用で丁寧に育成しています。 右のQRのオンラインストアからご購入いただけます。

#### **OTM FARM**



https://store.o-tm.jp/



FERMES のフードは、腸内環境を整え消化吸収を助ける作用のある、発酵食品に注目した 発酵健康フードです。それぞれのベース肉に発酵食品をプラスすることで美味しさがアップだ けでなく、乳酸菌類や酵素の作用でビタミン、ミネラルなどの栄養摂取を助けます。「おやつ」 だけど愛犬の健康を考えた身体に優しい補助食です。



国産鹿肉



豪州産カンガルー肉



















076-214-6008

shop@fermes.jp



内灘海岸のすぐそばにある乗馬クラブ

## ヴィテン乗馬クラブ・クレイン金沢







年間約500名の方が50代以上!初 めての方や運動が苦手な方も安心し て乗馬を楽しめます。本誌を見た方は 7/31までの期間中、体験乗馬に無料 ご招待いたします。(装具レンタル・ 保険料として1,860円が別途必要) 要予約

□ ★ 076-239-0009

金沢市粟崎浜町1-7 電話受付 9:30~17:00 (月曜は16:00 迄) 火曜休

(動物取扱業)登録番号:第106E001号 種別:展示 有効期限: R8.12.3 取扱責任者: 大久保佳代



想像を超えるフルーツ大福

#### 和菓子処 中越





みかんを丸ごと白あんと 羽二重餅で包んだ「まる ごとみかん大福」は当店 の人気商品です。りんご やブルーベリー、季節のフ ルーツを使った大福もおす すめ。季節のご挨拶やお 手土産にいかがでしょう か。金沢百番街あんと店 でもお求めいただけます。

#### **☎** 076-267-1893

金沢市畝田東2-218 10:00 ~ 17:00 水曜休

https://www.nakagosi.



城下町金沢の野菜・フルーツ専門店

## サカイダフルーツ



ツや野菜、ギフト品、ス イーツなどを豊富に揃え ております。

国内外の美味しいフルー

スタッフ一同、店頭でお待 ちしております。

是非、お立ち \*\ゼント\* 寄りください。



**☎** 076−260−2404

金沢市武蔵町15-1 金沢エムザ地下 10:00 ~ 19:00 不定休



少人数で貸切ができるお店

#### スパイスカフェ エスライン



エスニック料理がベース の一風変わったカフェ。 店内は中2階や地下の小 部屋、開放的なテラスが あり、様々な雰囲気をご 堪能できます。

少人数での貸切にも対応 しておりますので、ご家族 や気の知れたお仲間達と の集まりに最適です。

#### **☎** 0761-24-1115

小松市今江町 5-358 11:30~15:00(土日祝) 18:00 ~ 23:00、火曜休 https://cafe-s-51.com



ユーミンさんもお気に入り!ほうじ棒茶のお店

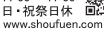
# 松風園茶舖

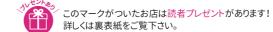


松任谷由実さんが愛飲 している看板商品「松乃 棒」をはじめ、自家焙煎 にこだわった特長のある 棒茶が勢ぞろい! 夏場はすっきりと水出し 棒茶がおすすめです。 どうぞお気軽にお立寄り ください。

**☎** 076−261−5879 金沢市長土塀1丁目

18番36号 11:00~17:00 日 祝祭日休 **回** 





# 空腹や 腹にしみ入る アミノ酸~



こんにちは!支援部の小山しほりと申します。普段は事務手続き等、主に裏方のサポート業務をしております。 今回皆様に語りたいのは、私が愛してやまない「お肉」です。これ以上好きになる食べ物はきっと現れない… それくらい大つつつつ好きです。2月9日(肉の日)が誕生日なのもきつと運命でしょう。

お肉には様々な調理方法がありますが、ダントツで好きなのが「焼肉」です。一番シンプルに素材の味を楽しめる事が魅力だと思っています。タレや 味付けに意識が行きがちですが、カットや下処理でも大幅に味が変わってきます。同じ部位でも店が変われば全く違う味になるので、苦手だった部位 が大好きになることもしばしば… そんな事を繰り返すうちに、焼肉店巡りをするようになりました。

なぜこんなにも夢中になるのか…ふと疑問に思い調べてみた所、お肉には至福物質の元になる「アラキドン酸」と幸せホルモンの元になる「トリプトファ ン」が多く含まれているそうです。特にトリプトファンは糖分=ご飯との相性が良く、焼肉定食は最適な組み合わせと言えます。美味しい上に幸せにも なれる、こんな素敵な料理の虜になるのも仕方がないです。

南加賀地区には美味しい焼肉店がたくさんありますが、私の独断でお気に入りの逸品をご紹介します。

ご覧下さい!どう見ても美味しい

です!分厚いタンの中に特製味ネ

ギをたっぷり入れた逸品で、適度

な歯ごたえとうま味を存分に味わ

えます。ネギを肉に乗せて焼く店

が多いですが、中に入れる事で

肉汁を吸ったネギを余すことなく

頂けます。タンは色んなお店で頂

きますがここまで好みの物には

中々出会えません。出会いに感

謝。見た目の美しさも相まって頂

少しレアな状態で塩で頂くのがお

詳細は裏表紙をご覧ください。

レバ刺しが

2012

食べられなくなり

ショックを受ける

いた時の多幸感がやばいです。

読者プレゼントに

薦めです。

#### 同担歓迎♡最推しタン

ネギ包み牛タン (牛 部位:舌)



**2** 0761-46-6638 小松市北浅井甲2番地 18:00~23:00 (LO-22:30) 水曜、第2・4火曜休 https://tadori-yakiniku.com/ 衝撃の出会い、これぞ運命

ハツ刺し・焼ハツ (牛 部位:心臓)



**2** 0761-78-2234 加賀市山中温泉東町 二丁目ツ-13 17:30 ~ 23:00 火曜休

初めて頂いた時に衝撃を受けまし た。新鮮な生のハツをネギと生姜 醤油で頂くのですが、驚くほど臭 みがありません。コリコリとした 食感と淡白な味でどんどん箸が進 みます。こちらと特製キムチがあ れば永遠にビールが進むことで しょう。もちろん焼いても美味い んです!

表面を炙る事で味と食感が変化 し、より強く旨みを感じられます。 塩コショウだけのシンプルな味付 けが尚好し!

ハツはあまり食べなかったのです が、この出会いをきっかけに色ん なお店で注文するようになりまし た。私の中のハツ概念を変えてく れた逸品です。



https://r.goope.jp/sanzenri/

コロナで外食が 同志と肉巡りを できなくなり、肉の お取り寄せを始める

コロナ初期

コロナ禍

コロナ後 to be continued

2023

新規開拓中!

2024

新たな出会いを求め

めることが第

こすこともあ

立き気と

つ

た症状まで引き起

ス

は 目

Þ

5  $\mathcal{O}$ 

猫 ッ

解消

るスト

チで

悪化すると頸

O

高さにします

J

思

11 9

たら行ってみてください

や肩こり

は

b ネ

ちろん、

頭痛、

 $\Diamond$ 

ま

 $\mathcal{O}$ 夕 ち

高さに近づけます。

ソ

コ

ン

デ

レ 7

チ る 0

ス

レ

ネ

ッ

ク

0)

ク

になると、

首こ

ンド 上げ

使

つて、

できるだけ

11

僧 イ

帽筋の

ŋ

を解消するス

タ

ッ

は

市

販の

専

崩

右

ラス

は

首から肩に

張

自ス

小山 しほり(こやま しほり) サイエン支援部 1990年生まれ・能美市在住 好きな肉の部位:ミノサンド

これによ には緩や この 出たまま もや らげ 「スト や前傾 ŋ 力 7 背骨に 11 か 2 7 ブが ます。 な S 0) 状 L 姿勢を改

原因 前に突き 成 0) とも 0) 人 フ の頭 呼

てい

るの

 $\mathcal{O}$ か

る

負 ブ

担

や衝撃を

和

部分に当たる頸

ネッ なくなっ

で、

てしまう が正常です。

Ó

が

常に首

に負担 が前に 字カ

があり

0

(背骨)

スマ

0

す

ぎが

11

ます

レ

ネ

ッ

ク

は

「ス

7

ば

肩こりや頭痛を引き起こすこともあり、

百の自然な力

ーブがなくなるスト

-ネッ

ク

要注意です

健康

つ

得情報

竹谷内康修さん監修/竹谷内医院院長、

頭痛を引き起

易に想像できるで 首に大きな負担がか 数倍の重さになっ kg に も な かることは、 つ 7

を改める必要が

あ

ます

パ

ソ

コ

ン マ

を操作す

る時

 $\mathcal{O}$ 

姿

勢

ボ 出 10

・を設置

しまし

う

は ス

フ

オ

ン あ

やタ n

ブ

さ

なくてい

61

レの

ることも

ます

15

cm

ほど

O

台に乗 ように外

せ、

手 H

を前  $\mathcal{O}$ 

キ

ス

は目

O

高

さまで

スマ

ホ

に効く

真上にあれば問題あ つだからです を長時間操 30前に傾くと、 したままパ の重さは約5 れます が ソ た頭を支える これ しまう コン 首に kg ませ ること Þ は か んが 頭 ス 頭 Oで か が マ 椎症と診断され まず

猫背を解消するストレッチ ① 足を肩幅に開いて立ち、両手を お尻の後ろで組む。 ② 顔を上に向け、両手をお尻から 離して斜め下方向に伸ばして20

秒キープ。 ※3セット 伸ばす! 左右の 胸と胸椎が 伸びていることを

意識して!!

#### 首・肩のストレッチ

- ① 椅子に腰掛け、頭を前に倒した あと、少し右に向けます。
- ② 右手を頭の左側に当て、右手で ゆっくり頭を右斜め前に押し10 秒キープ。



首の後ろから

2月9日(肉の日) お肉の食べ過ぎか 肉に愛され生誕 少し丸くなり始める



1993

焼肉デビュー!

お気に入りは

骨付きカルビ

2005

進学祝いで

食べ感動

学校近くの 高級ステーキを コロッケ屋の串カツに 小籠包を

ハマり体重増加

2007

憧れの台湾旅行 浴びるほど飲む

ピチピチ社会人

レバ刺し目当てで 韓国旅行を

運命の日

始める

2018

計画するも頓挫

2020

肉巡り再開

イラスト◎末続あけみ

22

# 読者プレゼント



ご応募方法

Web応募は



こちらから

同封のはがき(切手不要) スマホやパソコンから ご応募ください。

http://pakotto.net/ パコナビ

必要事項をご記入の上、応募ください。 当選者発表は賞品のお届けをもって 代えさせて頂きます。

「ミートショップ タドリ」 焼肉セット(1万円相当) 黒毛和牛ロース 400g と上カルビ 300g 程度



肉好き小山が唸る美味しいお肉です! ● P23 オニクの花道もご覧ください

「サカイダフルーツ」 季節のフルーツ (5,000 円相当)



サカイダフルーツさんが選りすぐった フルーツの詰合せ。中身はお楽しみ!

● お店の詳細は P20 をご覧ください

<sup>おめで</sup>とうございます

"萬斎の芸能玉手箱ペアチケット" 前号でご当選♪



「当たると思って なかったので うれしい!」 小松市 河南様

応募締切



**FOTM ICECREAM** アイスクリーム (5種アソート)



フレッシュなマイクログリーンを 練り込んだ風味豊かなアイスクリーム

「ツキトワ by meigetsudo」 プレミアム アップルクーヘン



りんご果汁が生地に染みたふんわりしっとり 食感♪100%米粉を使ったグルテンフリー!

おでかけ特集「新湊・内川」 行った気分!お土産セット



「白えびの宴」(煎餅)、「片口屋だし」、 「かにラー油」をセットでプレゼント! ● P14、15 おでかけ特集もご覧ください

サイエンオリジナル アレンジフラワー

ご利用いただけます記念日や誕生日に



「山本海苔店」 おつまみ海苔 (わさびごまの味・うめの味)



「カネカ北川製茶」 日本茶ティーバッグ



WEB申込限定プレゼント スマホ・パソコンからご応募の方限定の賞品です

「和菓子処 中越」(4個入り) まるごとみかん大福



● お店の詳細は P20 をご覧ください

※ 写真はイメージです。賞品のデザインは変更になる場合があります。