

PR



CD「ロコモかしこもサビないで」

販売／●佐々木整形外科麻酔科クリニック
 (仙台市青葉区北山1-4-8) ☎022-272-1675
 ●東北福祉大社会貢献センター予防福祉健康増進推進室 (仙台市青葉区国見ヶ丘6-149
 東北福祉大雄翔館1階) ☎022-208-7790

歌に合わせて体操
 楽しくロコモ予防しよう

シンガー・ソングライターのリ
 ピート山中さんと、佐々木整形
 外科麻酔科クリニックの佐々木
 信之さんがロコモティブシンド
 ローム(ロコモ)予防ソングを考
 案。ロコモは加齢で運動器の働
 きが衰え、要介護になるリスクが
 高まる状態。東北福祉大特任准
 教授の鈴木玲子さんがつくった
 体操の解説書付き。陽気な歌に合
 わせて体操しよう。1000円。

塩釜ならではの酒と食
 月を愛でながら楽しもう

秋の地酒「ひやおろし」や、お
 つまみにぴったりなかまぼこな
 どが味わえる。28日は音楽イベ
 ントも開かれる。会場の旧亀井
 邸は、日本建築に西洋建築を取
 り入れた貴重な建造物。塩釜神
 社では「しおがまさま神々の月
 灯り」が同時開催される。参道や
 境内のライトアップの他、雅楽
 などの演奏を披露するイベント
 「月と灯りと音」がある。



月見カフェ2012

9月28日(金)・29日(土) 17:30~20:30 (予定)
 会場／旧亀井邸 塩釜市宮町5-5
 問／ばそとも倶楽部 ☎022-366-6711

南三陸の名物丼
 秋バージョンが登場



南三陸キラキラ秋旨丼

提供店／南三陸町▶南三陸さんさん商店街(季節
 料理志のや、創菜旬魚はしもと、松原食堂、豊楽食
 堂)、今度は居酒屋だよ!旧の出荘、静江館、南三陸
 ホテル観洋(レストランシーサイド、海フードBBQ)
 気仙沼市▶鮎処えんどう本吉店
 問／南三陸町観光協会 ☎0226-47-2550

南三陸町の食材を盛り込んだ
 名物「南三陸キラキラ丼」の秋限
 定丼が2年ぶりに復活した。同
 町飲食店組合などで企画。仮設商
 店街に入る飲食店の他、ホテル、
 居酒屋などで、ギンザケやサン
 マ、カツオ、アナゴといった海の
 幸を中心に使い、それぞれ趣向を
 凝らしたトッピングで販売する。
 価格は各店で異なり1500円
 から。10月末ごろまで楽しめる。

PICK UP



中華そば 道三

仙台市宮城野区五輪2-12-21
 永和ハイツ第2ビル地下1階
 営／11:30~14:00、17:00~23:00
 (日曜・祝日21:00まで)
 休／無休

☎022-297-5655

あっさりスープが自慢
 うま味も豊かな中華そば

仙台市宮城野区役所前にオー
 プン。鶏がらの他、煮干しや昆
 布といった魚介類でだしを取っ
 たあっさり仕立てのスープが自
 慢だ。素材のうま味もたっぷり。
 「中華そば」(写真・630円)
 をはじめ、マイルドな味わいの
 「みそラーメン」(730円から)、
 かつお節で香り付けした鶏油が
 アクセントの「しょうゆつけ麺」
 (750円)などがある。

温泉郷の紅葉を満喫
 臨時バスが運行

鳴子峡の美景を楽しんでもら
 おうと、ことしも紅葉シーズン
 に合わせて臨時バス「紅葉号」
 が10月12日(金)~11月11日(日)に運
 行する。鳴子温泉駅前と中山平
 温泉駅前を往復。鳴子峡、日本
 こけし館前、しんとろの湯など
 を経由する。始発便は鳴子温泉
 駅前発8:30、最終便は中山平
 温泉駅前発16:35で1日10
 便、予約不要。



みやぎデジタルフォトライブラリー

鳴子峡臨時バス「紅葉号」

10月12日(金)~11月11日(日)
 問／ミヤコバス古川営業所

☎0229-22-1781



阿武隈ライン いも煮舟

11月25日(日)まで
 発着所／観光交流センター 丸森町字下滝12
 問／阿武隈ライン保勝会

☎0224-72-2350

屋形船の上で絶景とともに
 熱々の芋煮を楽しむ

屋形船の上で秋の味覚芋煮を
 味わおう。「いも煮舟」は「阿武隈
 ライン舟下り」の秋の人気企画。
 鮮やかな紅葉と荒々しい岩肌が
 織り成す絶景とともに、熱々の芋
 煮が楽しめる。料金は、乗船料
 に芋煮とおにぎりが付いて大人
 2000円、小学生以下1400
 円。11:30と13:00に出航し、約
 1時間でコースを巡る。予約が
 必要で、3人以上で受け付ける。