

今月のPick Up!

桜ヶ丘バランス整骨院 presents

おうちでできるストレッチ

座りっぱなしの「腰痛」で悩んでいる方へ!

(殿筋群(でんきんぐん)のストレッチ)



① おお向けに寝る。片方の足を曲げ「4の字」にする。

② 伸ばしている方のもも裏を両手で抱え、自分の方へ引き寄せる。

③ お尻とももの外側が伸びている感覚があればOK!

※反対側も同様に行ってください



ダメな例

伸ばしている時に背中が丸まってしまうと×
背中を床につけて天井を見ること!

季節の変わり目は「あっさり」になる方も多いですが、何か不調を感じたらご相談ください!

EAST 2F 桜ヶ丘バランス整骨院
営業時間/10:00-21:00
TEL/022-303-7202ヤマト書店
TSUTAYA BOOK STORE

今月オススメの1冊

「だいじょうぶ
だいじょうぶ」いとうひろし (作・絵)
講談社 ¥1,000 (税込)

小さな男の子(僕)がおじいちゃんと散歩に出掛け、世の中を知るにつれて悩みや不安が増えていく。おじいちゃんはいつも寄り添って僕に魔法の言葉を掛けてくれる。「だいじょうぶ だいじょうぶ」と。先の見えない不安な状況だからこそ大人にもおすすめです(佐藤)。

ヤマト書店
TSUTAYA BOOKSTORE 仙台長町ヶ丘店
☎022-342-0611\ランチデー / 10/18(日)
レシート抽選会 11:00-17:00施設内で当日発行の
レシート2,000円(税込)分につき
ガラポン1回!(一組当たりレシート10,000円(税込)分まで
合算可能、最大ガラポン5回まで)※スマートレシートでの抽選会参加も可能です。
※景品が無くなり次第終了とさせていただきます。

ご来館のお客様へのお願い

- 他のお客様やスタッフと2m程の間隔を保つよう、ソーシャルディスタンスにご協力ください。また、ご来館の際は最少人数でのお買い回りや会計にご協力をお願い致します。
- 混雑が見込まれる時間帯をできるだけ避けた、分散来館へのご協力をお願い致します。

★比較的混雑が緩和される時間帯

(あくまでも目安となります)

平日、休日ともに

9:00-10:00 14:00-16:00 19:00-22:00



SNSでも随時情報を発信しています。是非チェックしてみてください!



駐車場ののご案内

WEST 直結 立体駐車場 280台 雨の日も安心

EAST 平面駐車場 150台 (23:00~6:00入庫不可)

駐車料金 180分無料【さらに施設利用で追加120分無料】

〈EAST〉
仙台市青葉区桜ヶ丘7丁目40-1
〈WEST〉
仙台市青葉区長町ヶ丘2丁目21-1

つどう、つながる、ひろがる

BRANCH Life



BRANCH Sendai MONTHLY NEWS October 2020

ランチライフ | 10月号

ランチ仙台をご利用いただくお客様へ

当施設は新型コロナウイルス感染拡大の状況を注視しながら、お客様にとって生活に必要な商品サービスの提供を行っております。以下の各種対策を実施、お客様及び従業員の健康と安全に努めております。

- 消毒剤の提供
- 従業員のマスク着用・手洗い
- 共用スペースの一部利用停止
- 定期的な換気清掃

It feels like
Autumn is coming.

photo by LifeStudio

HELLO! AUTUMN

秋のBRANCH仙台には今話題のアイテムやサービスがいっぱい!

各店とも新型コロナウイルス感染予防対策をしっかり行って営業しております!



Floor Map

- A ソフトバンク BRANCH仙台長町ヶ丘店
- B ダイシャリン
- C シローの店 長町ヶ丘店
- D ほけんの窓口
- E 桜ヶ丘バランス整骨院



「対面はアクリル板越しですが、お客様にピッタリのご提案を心がけています」と高倉副店長。



月2回ほど定期的にイベントを開催しています。何でも気軽に相談ください!

「かんたん来店予約」が出来ます!



WEST 1F ソフトバンク BRANCH仙台長町ヶ丘店
営業時間/10:00-19:00 定休日/毎月第2水曜日
TEL/022-739-8908

リモートでの仕事やビデオ通話...
スマホやタブレットでのお悩みを
丁寧に伺います!

仕事や授業、親戚や友人とのコンタクトもすっかり「オンライン」が日常になりました。ソフトバンク BRANCH 仙台長町ヶ丘店でも、コロナ禍ならではの困り事をご相談されるお客様が増えたそうです。遠出の自粛でお孫さんとビデオ通話をしたい、タブレットをもう一台増やしたい...また、家計への負担を減らすために契約プランの見直しをされる方も。それぞれのニーズに合わせた的確なアドバイスが受けられます。入口のサーモグラフィや使い捨て手袋など、感染予防対策も徹底しています。この秋新登場の「話題のスマホ」のチェックにも、ぜひ予約してお出かけください。

話題の機種は
実際に操作感を確かめて!



LG V60 ThinQ 5G
動画を見ながら SNS をしたり使い放題最大2画面が新しいスマホ世界を拓けます!



Google Pixel 4a
Google 製だから YouTube や Google マップなどアプリが最新アップデートで快適!

「極太タイヤで安定した走りの
万能クロスバイク!」



<GIANT> GRAVIER DISC (グラビエ ディスク) 27.5inch ¥58,980 (税別)
カラー/ブルー、マットチャコール

「密になりにくい」自転車ライフで
通勤もレジャーもアクティブに楽しもう!

コロナ禍で公共交通機関を敬遠し、自転車通勤を始めた方が増えたそうですが、坂道が多いプランチ仙台周辺でも楽に走れる万能クロスバイクが今おすすめ。世界中にファンを持つ自転車メーカー GIANT の GRAVIER DISC は「極太タイヤ」で、道を問わず走れる安定性が特色! 軽量アルミフレームにクールなデザイン、お手頃な価格も魅力です。また、どんどん軽く高性能になる「折りたたみ電動アシスト自転車」も男女問わずに人気です。サッとたためて車に載せれば運出もOK! 秋のサイクリングにこだわりの一台を見つけてみませんか?



「自転車遊びに迷ったら、お気軽に声を掛けてください」と遠藤店長。

WEST 1F ダイシャリン

営業時間/10:00-20:00 TEL/022-378-2965
※毎週火曜日が定休日になりました。

マスクをしていてもカットやカラーで
おしゃれに見せられます!

マスクをすることが日常になってしまい、以前のようメイクやヘアアレンジができないと感じている方も多いはず。そんな見た目の印象を簡単に換えられるのが「前髪カット」! シローの店長命ヶ丘店ではなんと ¥500 (税別) でOK! 鼻からおでこまでしか見えない今、前髪の分量はとっても重要なので、気軽にスタイリストに相談してみましょう。ヘッドスパで頭皮のケアをしたり、秋にじっくり来るヘアカラーのイメージもおすすめです!



女性にもおすすめの「ツープロック」! マスクのひもを掛けやすい、乾くのも早く快適です。



ハサミ、コームはもちろん、お客様ごとの椅子・テーブルの消毒、スタッフのマスクには感染予防コーティング剤 (DEFENCE8) で衛生管理しています。

9月・10月限定
「ファイテンマッサージ」



ファイテン製 82 面の「メタックスボール」でコロコロマッサージ! ちょうど良い硬さでカラダの隅隅にもフィットします。ご自宅用にも購入できます。
ファイテンマッサージ ¥1,000 (税別)、メタックスボール (ネイビー、ボルドー、イエロー) 1個 ¥2,200 (税別)



人気の潤肌水「1秒タオル」に、新色 オシャンブルーとピンクが追加! ¥2,350 (税別)

究極の美を求める方に話題! 天然の植物成分が入った「V3 ファンデーション」をお取り扱いしています。(数量限定)

WEST 1F シローの店 長町ヶ丘店

営業時間/平日10:00-19:00 水曜日10:00-16:00
土曜日9:00-19:00 日曜日9:00-18:00
定休日/月曜日、第1・3火曜日 TEL/022-341-8910

多様なニーズに合わせて保険も進化!
30社以上からの最新情報と的確なご提案を。

オープンから1年が過ぎ、20代~70代まで幅広い世代のお客様がご相談されているという「ほけんの窓口」。新規加入はもちろん、保険商品がどんどん多様化しているので、今加入している保障内容の見直しをされる方も多そうです。最近では「あおり運転」対策にドライブレコーダー付きの自動車保険も登場! 生命保険も損害保険もひとつの窓口でOKで、暮らしの変化に合わせた保険選びをサポートしてくれます。清潔感あふれる店内ではアクリル板も設置され、スタッフの手洗い・マスクも徹底して安心です。



店頭には予約なくご相談できるかどうか「Q」表示の案内が、お買い物ついでに立ち寄れます!



WEST 1F ほけんの窓口

営業時間/平日10:00-19:00 土・日・祝10:00-18:00
定休日/毎月第1水曜日 TEL/022-377-2550
募集代理店/株式会社ライフプラザSUN (HM20-230630-320)

「お客さまと一緒に自分合った保険を見つけたい。」