

Lime 通信

Member Magazine

ライムメンバーズが贈る
豊かに生きるための情報発信誌
ライム通信

2012
秋号
Autumn
issue

Vol.

1

特集

生活習慣病を知る。

生活習慣病とは毎日の良くない生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気です。

日本人の3分の2近くがこれで亡くなっています。

このため厚生労働省では「健康日本21」という健康づくり運動も

平成12年から始まっていたのをご存知でしたか？

CONTENTS

Lime-1・3 特集
生活習慣病を知る

Lime-4 リーダーズインタビュー
吉田 卓史 株式会社ライムメンバーズ 代表取締役

Lime-5・6 ライムメンバーズからのお知らせ
西城秀樹クリスマスディナーショー ほか

Lime-7・10 ライムメンバーズカードご利用ガイド

Lime-11 編集部からのお知らせ
群馬県・秋のイベント ほか

健康日本21とは？

健康増進法に基づき策定された「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針(平成15年厚生労働省告示第195号)」は、国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向や国民の健康の増進の目標に関する事項等を定めたものです。本方針が全部改正(いわゆる「健康日本21(第2次)」)されました。(平成24年7月10日厚生労働省告示430号) 詳しくは「健康日本21推進全国連絡協議会 <http://www.kenkounippon21.gr.jp/>」参照。

SPECIAL FEATURE

[特集：生活習慣病を知る]

「6つの生活習慣病」を知って、

Lime通信第1号の特集は「生活習慣病」です。会員のみなさまに毎日健康的に生活していただくために選んだ生活習慣病は6つの病気があります。これらの発生原因とその予防法を知ることで、さらに快適な生活を育んでいきましょう。

糖尿病

Diabetic

厚生省の平成19年の国民健康・栄養調査によると、「糖尿病が強く疑われる人」の890万人と「糖尿病の可能性が強く疑われる人」の1,320万人を合わせると、全国に2,210万人いると推定されています。しかも、糖尿病が疑われる人の約4割はほとんど治療を受けたことがないといわれています。そもそも糖尿病とは一言でいうと「血糖値が高くなる病気」なのです。

血糖値とブドウ糖との関係を知る

ブドウ糖とは、人間の体の中になくはないもの。いうならばもっとも重要なエネルギー源。食べ物を摂取した時に、人間は血糖値、つまり血液の中のブドウ糖の濃度が上がります。そうすると、膵臓（すいぞう）からインスリンというホルモンが分泌され、血糖値が高くなりすぎないように調整されます。このインスリンの分泌が足りなかったり、しっかりと機能していないと血糖値が高くなってしまいます。つまり、糖尿病になってしまうのです。

糖尿病の予防法は？

- 野菜はたっぷりとり/野菜に含まれる食物繊維は、肥満を防ぐ働きをします。
- 食事は決まった時間に/朝食を抜いたり、寝る前3時間の間に食べない。
- 調味料はかけずに食べる/マヨネーズやドレッシングは油が多く太ります。
- 多いときは残す/多いと感じたら無理をせずに残す。
- お茶碗は小ぶりのものを/お茶碗を小さくすると1膳の量が少なくなります。

●薄味にする/濃い味のおかずはお米を多く食べてしまいがち。

●食べ過ぎに注意/甘いものや脂っこいものは太ります。

●ながら食いはやめる/テレビ見ながら食いは、食べる量がわからない。

●ひとり分ずつ取り分けて食べる/大勢で大皿から食べると、多く食べてしまいがち。

●食品のエネルギーを知る/毎日の食事がどの位のエネルギーなのかを知る。



脳卒中

Apoplexy

脳卒中は脳の血管が詰まったり、破れたりしてその先の細胞に栄養が届かなくなり、細胞が死んでしまう病気です。そうすると急に倒れて意識がなくなったり、半身のマヒが起きたり、ろれつが回らなくなったりします。それは突然やってきます。これは脳の血管が一時的に詰まるために起こるものです。

日本で脳卒中にかかる人は多い？

日本は、昔から脳卒中の多い国でした。今では死亡原因第3位ですが、昭和26年～昭和55年の間は、日本の死因のトップ。これは、死亡する確立が低くなったことが原因です。しかし厚生労働省の平成17年の調査では総患者数が142万人いることから、患者の数自体が少ないわけではありません。

脳卒中のいくつかのタイプを知る。

脳卒中の発作は同じように起こりません。代表的なものは、脳梗塞（こうこうそく）と脳出血です。脳の血管が詰まるタイプの代表が脳梗塞。脳の血管が

破れるタイプの代表が脳出血です。以前は脳出血が多かったのですが、現在は脳梗塞が多いといわれています。その原因は昔は高血圧治療の技術が低かったため高血圧の人が多かったのが原因とされます。栄養不良で血管が弱くて破れやすかったようです。

脳卒中の危険因子とは？

予防の最も大切なのは、高血圧を防ぐことと言われています。ここでは生活習慣での危険因子を考えてみます。

●大量飲酒/1日に1合を超えて飲酒する人には、脳卒中で死亡する人が多い。

●喫煙/1日平均40本のたばこを吸う人は、吸わない人に比べて4倍も脳卒中で死亡しやすい。

●運動不足/運動が不足すると、食事とったエネルギーを消費しきれず、肥満につながる。

●肥満/脳卒中の危険因子である高血圧や糖尿病の原因になるため、間接的に脳卒中の危険因子となる。

以上のように脳卒中は毎日の生活習慣がいか悪いかで、病気になるかならないかが大きく左右される病気です。

脳卒中を防ぐ食生活とは？

高血圧を防ぐための減塩・薄味の知識を知ることです。それではいくつか薄味に慣れる具体例を上げてみます。

●減塩醤油を使用する

●天然だしを使用する

●ハーブや香辛料で味付けする

●酢や柑橘類など、酸味を利用する



●味見をしないで調味料を使わない

●甘味が濃い塩分も濃くなりがちなので、砂糖やみりんの量を控える
脳卒中は毎日の食生活でのちょっとした注意が大切です。

心臓病

Heart Disease

日本において心臓病の人は厚生労働省平成17年の調査では、患者数は約86万人。年間に約18万人ほどの方が亡くなっています。

心臓病とはどんな病気？

ひとくちに心臓病といってもいろいろな病気がありますが、代表的なのが、動脈硬化が原因となる虚血性心疾患（きょけつせいしんしゅかん）。狭心症（きょうしんしょう）や心筋梗塞（しんきんこうそく）はこの仲間です。虚血性心疾患とは、簡単にいうと、心臓に血液が行かなくなる病気です。血液が行かないと、血液を通じて送られてきた酸素や栄養が来なくなり、酸欠や栄養不足が起き、細胞が死に至ります。

心臓病の予防法は？

4大危険因子をなくすことです。それは「高血圧」「脂質異常症」「喫煙」「高血糖」の4つ。まずは血圧と血液中の脂質を正常に保つことが重要。高血圧を防ぐためには減塩が大切。脂質異常症を防ぐには、動物性の脂肪や炭水化物、甘いものをとりすぎないこと。特に喫煙は生活習慣病すべての危険因子です。

脂質異常症

Dyslipidemia

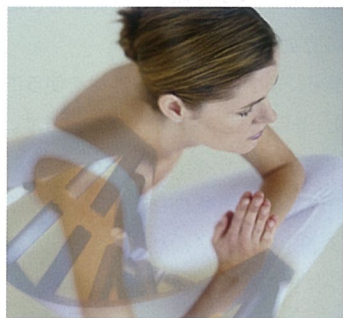
厚生労働省平成12年の基礎調査によると日本の中性脂肪やコレステロールの高い脂質異常症の人は約2,200万人も存在します。異常とされる基準値を上回る人は、男性では30代から50代にかけておよそ2人に1人が、女性では60代でおよそ3人に1人となっています。しかも、自分が脂質異常症である

SPECIAL FEATURE

[特集:生活習慣病を知る]

「6つの生活習慣病」の対処法を知る。

ことを自覚していない人が多く、自覚されている人はわずか3割に過ぎないことが調査でわかっています。



脂質異常症とは?

脂質異常症というのは、血液中の脂質、具体的にはコレステロールや中性脂肪が多すぎる病気です。「血液の中にアブラなんかあるの?」と思われるかたが多いのですが、血液中にはコレステロール、中性脂肪、リン脂質、遊離脂肪酸の4種類の脂質が溶け込んでいます。ところが、血液中の脂肪が異常に増えても、ふつうは、痛くもかゆくもありません。自分では全然気づかず、「脂質異常症です」といわれても、それが何を意味するのかピンとこない人が多く、そのまま放置してしまうようです。放置したらどうなるか。増えた脂質がどんどん血管の内側にたまって、動脈硬化になってしまいます。ところが、動脈硬化になっても、まだ自覚症状がありません。ついには、心筋梗塞や脳梗塞の発作を起こして、やっと脂質異常症の重大さに気づくというこわい病気です。

脂質異常症の発見の仕方

症状のない病気を早期に見出すにはどうするか。それには無症状のうちから定期的な健康診断で調べてもらうこと。それしか方法はありません。1年に1回はかならず健康診断を受ける習慣をつけましょう。

治療の基本は食事療法と薬物療法

脂質異常症の治療は生活習慣の改善と薬物療法が基本です。生活習慣の

改善は、血中脂質を下げるだけでなく、動脈硬化が進むのを防ぐのが目的です。動脈硬化を促進するほかの要素、高血圧、肥満なども改善できるように生活を改善します。そのおもな内容は、
●禁煙 ●食生活の是正 ●適正体重の維持 ●運動の増加 です。なかでも特に重要なのが食事(食事療法)で、これは適正体重の維持とも深く関わってきます。

高血圧 High Blood Pressure

2006年国民健康・栄養調査によれば、日本人では40~74歳の人のうち男性は約6割、女性は約4割が高血圧(140/90mmHg以上)です。このように、高血圧は日本人にたいへん多い病気です。ピークは1960年代前半。その後、男女ともに血圧は下がってきています。平均血圧が下がってきている理由の一つに、高血圧性の病気で治療を受ける人が増えていることが上げられます。厚生労働省の患者調査によると、1955年には、高血圧性の病気で治療を受けている人は人口10万に対して61人。1975年には475人。2005年には513人となっています。国民の血圧が平均2mmHg下がれば、脳卒中による死者は約1万人減り、新たに日常生活活動が低下する人の発生も3,500人減ることが見込まれています。

高血圧と食事との関係とは?

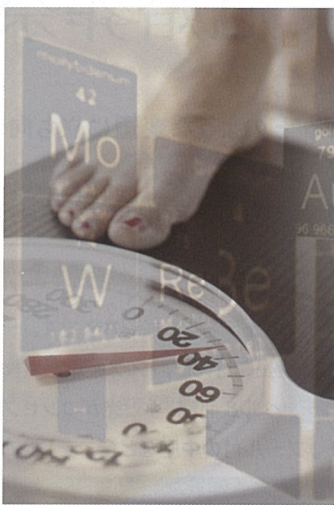
食塩をとり過ぎると血圧を上げることは、多くの研究や統計などから指摘されてきました。しかし、食塩による血圧上昇の程度には個人差があって、食塩を多くとってもまったく血圧が上がらない人もいます。日本人の成人に勧められている1日の塩分摂取の目標値は、男性10g未満、女性8g未満。毎日とる食事の塩分を気にする事が一番。では実際にはどうすれば塩分を減らせるのか?それには、まず、塩分の少

ない食品を選ぶことが大切です。加工食品や外食の塩分量をぜひ考える習慣をもちたいものですね。

肥満

Fatness

日本は、欧米にくらべれば肥満の基準が厳しくなっています。しかも肥満者の割合が少なく、欧米にくらべると、極端な肥満の人が少ないといわれています。ただし、日本人は、欧米に比べると肥満度が比較的小さくても糖尿病などにかかりやすいので、油断できません。男性の場合、どの世代でも10年前、20年前よりぐんと肥満者の割合が増えています。とくに40代から60代の肥満者は30%を超えています。女性では、30~60歳代において肥満者の割合が20年前、10年前と比べて減少しており、また20~40歳代においては低体重が増加傾向になっています。



肥満とはどんな状態のこと?

肥満というのはふつう、からだがかた太っているという意味ですが、医学的に「肥満」という言葉を使うときには、脂肪が一定以上に多くなった状態のことをいいます。人のからだはさまざまな物質でできていますが、水分と、筋肉に多い糖質とたんぱく質、骨に多いミネラル、脂肪でできているといえます。肥満というのは、このなかの脂肪の割合が多すぎることをいいます。体重が重くて

も、プロレスラーやハンマー投げの選手など筋肉や骨の割合が多い人は脂肪は少ないから、肥満といいません。

あなたは大丈夫ですか?BMI数値

BMI数値とは肥満指数のことです。身長と体重から計算します。

[BMI計算式]

$$BMI = \frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}}$$

日本肥満学会が決めた判定基準では、統計的にもっとも病気にかかりにくいBMI22を標準とし、25以上を肥満として、肥満度を4段階に分けています。

肥満度の判定基準 (日本肥満学会2000)

BMI	
低体重(やせ)	18.5未満
普通体重	18.5以上 25未満
肥満(1度)	25以上 30未満
肥満(2度)	30以上 35未満
肥満(3度)	35以上 40未満
肥満(4度)	40以上

肥満症とわかったら

どのくらいやせればいいのか? まずは健康障害(合併症)をなくすことと、内臓脂肪を減らすことをめざします。体重が減ることにより、健康障害がなくなることや、血圧、血中脂質、血糖値などのさまざまな検査の数値が正常になることが大事です。

正しいダイエットの基本

●エネルギーのとりすぎを改める

肉・油脂・お菓子類を減らし、野菜・海藻・きのこなどをしっかりとる

●食べ方の悪いクセを改める

1日3食きちんと食べる。3食ほぼ同じ量を心がけ、よく噛んで味わいながらゆっくり食べる。夕食がいちばん多いというケースが太りやすいので要注意。また、寝る3時間前に食べ終え、夜遅くに食べない。

●有酸素運動と筋肉運動を習慣に

LEADER'S INTERVIEW

[リーダーズインタビュー]

吉田 卓史

Takashi Yoshida

株式会社ライムメンバーズ 代表取締役

MF: まずはじめに株式会社ライムメンバーズの事業地域や冠婚葬祭事業の展開についてお聞かせください。

吉田: 当初は北関東地区の群馬県高崎市を中心に株式会社ライムメンバーズを展開していました。平成21年に縁あって東海地区で三重県津市を中心に同じ冠婚葬祭事業の株式会社ベルライフを設立し、昨年東京でのスタジオやドレスサロンを開始、現在は群馬・三重・東京の3地域で事業を行っています。

MF: 冠婚・葬祭というビジネスは、働くスタッフの方々は全く異なる職場環境のように思いますが、一貫した職場の哲学みたいなものはあるのですか？

吉田: それは一言「想い」です。全従業員に「私たちはおもてなしの心を持ってお客様の満足」を第一に考えます」という基本方針を徹底させています。結婚式も葬儀もどちらも人生にたった一度だけの儀式を通して如何にお客様の「想い」に寄り添えるか、ですね。

MF: なるほど。働くスタッフの気持ちは一緒なのですね。ただひとくちに冠婚葬祭と言っても「結婚式」「葬儀」とではサービス・営業・料理など具体的な業務内容では違いがあったり、また、事業所も3地域に渡っていて、全体を把握するのはとても大変なのではないかと想像してしまうのですが？

MF: 冠婚葬祭業は数多くの企業が参入しています。その中で独自の事業性を維持することは至難のわざだと思います。そのあたりの秘策とか？

吉田: それは仕事に携わるすべてのスタッフに常に「どうしたらお客様に満足していただけるか」を考えるよう指示しています。最終ジャッジは私がしますが、一人ひとりの熱意、それにつきます。

較し良い点は取り入れ、改善するべき点は改善するということができると考えています。そのことが経営理念にもある「新しい価値の創造と最高のサービスの提供を通して社員のしあわせを追及するとともに社会に貢献することにつながる」と考えています。

MF: 冠婚葬祭業は数多くの企業が参入しています。その中で独自の事業性を維持することは至難のわざだと思います。そのあたりの秘策とか？

吉田: それは仕事に携わるすべてのスタッフに常に「どうしたらお客様に満足していただけるか」を考えるよう指示しています。最終ジャッジは私がしますが、一人ひとりの熱意、それにつきます。

MF: すべての結婚式で提供されている料理には定評があるとお聞きしたのですが？

吉田: まず基本は良い食材を使うこと。そして地産地消を心がけています。それと「おいしいことだけでなく食事をする雰囲気やおもてなしがお客様の満足形成する大事な要素だと思います。そんな基本的な「食」のルールを大切にしています。

MF: 貸衣裳の「ラヴィータ」についてお聞かせください。

吉田: ウェディング関係のコスチュームを扱うお店は数多くありますが、世界のトップブランドを取り揃えるのは勿論、オリジナルのブランドをつくることで当社にしかない衣裳を提供で

「想い」をもって冠婚葬祭業界で活躍。

各界の企業リーダーにインタビュー。

今後の日本の文化並びに経済界がどのような変遷に立ち向かうのか。

各界のユニークな人物像をあぶり出す。

第1回目はこのLime通信の発刊者でもある吉田卓史社長のビジネス手法に迫ります。

インタビュー：M-FACTORY (MF)



きと考えました。国内でもかなり感性が鋭いと思われる3人をピックアップしブランドをつくりました。1人はミュージシャンのBENI。「Rouge de BENI (ルージュ・ド・ベニ)」のブランドで展開しています。もう1人は女優・モデルで活躍している酒井彩名。ブランド名は「Aya nature (アヤナチュール)」。男性ブランドとしては成宮寛貴。俳優として有名ですが感性が凄い。ブランド名は「la da mode (ラ・デ・モード)」です。

MF: 来年群馬県太田市にオープンされる結婚式場「PLEIAS太田 (プレィアス太田)」についてお聞かせください。

吉田: 太田市ではライムメンバーズ初

めのウェディングビジネスです。一口で特長を言えば、「スケール感溢れるチャペル&邸宅、水と光がコンセプト。プール付の中庭など全てを1組で独占出来る贅沢な1日が叶うハウスウェディング。」というところでしょうか。太田地区では唯一の貸切ハウスウェディングとなります。太田駅前に開業準備室もオープンしていますので是非よろしく願います。

MF: 次に、葬祭事業では「家族葬のアウラ」についてお聞かせください。

吉田: 高齢社会になり、お亡くなりになる方は80代以上の方が増えてきました。現役を引退してから20年以上経過され、会社や友人といった繋がりが少なくなってきた「葬儀」とい

うことで、家族や親戚などの身近な方たちのみが集まる葬儀が増えてきました。その中で当社は、家族の方と同じ気持ちでお手伝いさせていただきたいという「想い」を込めて「家族葬のアウラ」としました。ただ、これまでの実績と一級葬祭ディレクターという資格を持ったスタッフがおりますので、社葬などの大規模な葬儀も執り行っております。

MF: 「ライムメンバーズ」の名のもと「互助会」を構成され運営されています。その「互助会」についてお聞かせください。

吉田: 互助会とは人生でもっとも晴れやかな「結婚式」や突然起こる「葬儀」この2つを大きな柱とし、一般料

金よりお得な料金でご利用いただける会員システムです。その他にもお宮参り、七五三、成人式など生まれてから亡くなるまでの人生の通過儀式をサポートしています。会員の方々に、より良いサービスと安心を提供していくのが我々ライムメンバーズの努めです。

MF: これからも会員の方々のたくさんの人生のためにも是非元気に頑張ってください。本日は長い時間有り難うございました。

インタビュー後記: お客様のために新しいものをどんどん発信していくのが楽しい。そんな眼差しが印象的な経営者というのが第一印象でした。今後のご活躍を期待したいと思います。

INFORMATION

[ライムメンバーズからのお知らせ]

チケット
好評発売中



ETERNA TAKASAKI PRESENTS

HIDEKI SAIJO ACOUSTIC CHRISTMAS DINNER SHOW 2012

西城秀樹 アコースティック クリスマス ディナーショー 2012

場 所 エテルナ高崎 2Fヴァンペール

日 程 2012年12月15日(土)

チケット 一般 25,000円(税込)
ライムメンバーズ会員 23,000円(税込)

※料金にはディナー・ドリンク・ショー・消費税・サービス料が含まれています。
※払い戻しは出来ませんのでご了承ください。

時間

1部 16:00 受付
16:30 ディナー
17:30 ショー

2部 19:30 受付
20:00 ディナー
21:00 ショー

チケットお問い合わせ

エテルナ高崎 TEL:027-323-1122

LAVITA
DRESS & COSTUME

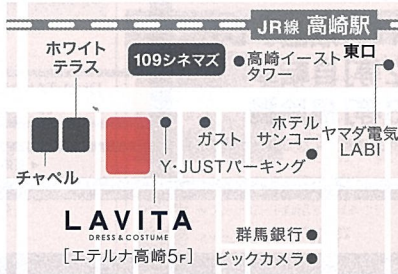
花嫁を手掛けるプロ集団が贈る

エテルナ高崎成人式

衣裳もヘアメイクもすべて本物志向

花嫁を手掛けるエテルナ高崎のスタイリスト、ヘアメイクアーティスト、カメラマンが贈るプロフェッショナルな成人式。エテルナ高崎の成人式は本物志向の女子におすすめです。新年を迎えたら本格的に準備開始。きちんと試着してお気に入りの一着を見つけてください。まずはお気軽にご相談ください。

お問い合わせ ラヴィータ Tel:027-323-8077



GLOSS

GLOSSプレミアムプラン(ウィンター)

2012年12月~2013年3月までに披露宴実施のお客様に最大100万円分プレゼント。

プレゼント内容

- 会場使用料
- ドロップ&フライ〈ガーデン演出〉
- スナップ写真
- リアルタイムエンドロール
- 料理ワンランクグレードアップ
- ドリンクワンランクグレードアップ

※日時によりプレゼントに含まれる内容が変わります。期間限定、組数限定となりますので、お早めにお問い合わせください。
※詳しくはお問い合わせください。



お問い合わせ グロス Tel:027-345-1122

INFORMATION

[ライムメンバーズからのお知らせ]

—ETERNAL—
TAKASAKI

忘・新年会宴会プラン

エテルナ高崎の宴会は1つの会場を完全貸切。料理は季節に合った食材を使用。マイク・カラオケと設備が充実しているので安心して楽しんでいただけます。

日 時	平成24年12月～平成25年2月28日
料 金	おひとり様5,500円(税込)～ / 旬の食材セレクト料理(8品) + フリードリンク
人 数	30名様より承ります

お問い合わせ エテルナ高崎 Tel:027-323-1122

※他にもビュッフェプランなどもあります。予算に合わせたプランが可能です。お気軽にお問い合わせください。



地域の皆様
参加型
イベント

お客様感謝祭 11/18(日)10:00～14:00

家族葬の **アウラ** 江木会館

午前中は

近隣サークル発表会 パワーストーン教室

大好評!!

特別販売会開催

- お茶の詰め合わせ ●お花の販売 ●格安野菜・果物販
- ティッシュ&トイレトペーパー山盛り販売 ●軽食販売

お楽しみ

スタンプラリー 抽選会

- [1等] 液晶テレビ
- [2等] 自転車
- [3等] 掃除機

※商品は変更になる場合があります

人形供養祭

13:00より開始
[人形受付]10:00～13:00



役目を終えた人形・ぬいぐるみの保管・処分の仕方がわからず押入や物置に放置していませんか?愛情を注いできた人形・ぬいぐるみを、真心込めてご供養いたします。

[供養料] 人形1体 **会員様 無料** **一般 100円**

※供養料はすべてチャリティ活動支援にお役立ていたします。

- (人形をご持参される方へ)
- 必ず、お人形だけのご持参をお願いします。
 - ケース・ガラス・備品などはご自分で処理をお願いします。



アウラ 江木会館

高崎市江木町 1625-1
TEL:027-328-4111

TOPICS

太田駅前に邸宅貸切ウェディング来夏OPEN!!

光と水のリゾート空間、上質感漂う新ウェディングステージ。

セレブが愛用するリゾート地にある別荘やホテルのように優雅で贅沢なゲストハウスが誕生。美しいチャペルは、バージンロードの長さ14mと県内でも屈指のスケールを誇る。大階段からの新郎新婦入場でドラマティックに幕が開ける。スケール感溢れるチャペル&邸宅と充実の付帯設備を完全貸切できるのは太田エリアではここだけ。



[プレイアス太田 開業準備室] 群馬県太田市飯田町1319
TEL:0276-60-1100

第3回ライムメンバーズ杯

チャリティゴルフコンペ 2012.5.15(火)開催

高崎市サンコー72カントリークラブにて「第3回ライムメンバーズ杯チャリティゴルフコンペ」を開催いたしました。参加人数290人とたくさんの方々にご参加をいただき盛大に終了いたしました。表彰式では群馬県出身タレントの団しん也さんのトークショーをはじめ、エテルナ高崎のお料理など参加者の皆様に楽しんでいただきました。また、チャリティ金は、高崎市社会福祉協議会と群馬テレビ・上毛新聞愛の募金へ寄付させていただきました。ご協力ありがとうございました。



上位入賞者

- 優勝 小谷野 浩志 様
- 準優勝 山崎 忠志 様
- 3位 小谷野 保貴 様
- 4位 森口 達治 様
- 5位 竹林 輝男 様

ライムメンバーズカードご利用ガイド

保存版

ライムメンバーズ会員のご家族みんなで使えるカードです。

直営店(冠婚葬祭・お飲食・エステなど)、提携店(ショッピング・グルメ・レジャーなど)で「割引特典」や「サービス」を受けられます。

※「アウラの会」会員はご本人様に限ります。※各種バック・コースおよび他のサービス・割引券との併用は出来ません。※提携店及びカード特典は予告なく変更されることがあります。



お出かけ先で便利!!
ブックマークしよう!!

▼携帯サイトでも確認出来ます
www.limemembers.com/m

加盟店募集中

【お申し込みお問い合わせ先】ライムメンバーズカード事務局 card@limemembers.com

高崎/直営

【婚礼】



スタイリッシュモダンウェディング
ETERNA
TAKASAKI

【エテルナ高崎】
高崎市栄町22-30
TEL: 027-323-1122

会場使用料 **50%OFF**
※通常一般価格 157,500円(税込) ~ 披露宴での会場使用料
特典 宴会幹事1名様分 **無料**
※宴会コース利用で 20名様以上の場合

高崎/直営

【婚礼】



PRIVATE WEDDING
GLOSS

【クロス】
高崎市倉賀野町392-1
TEL: 027-345-1122

特典 会場使用料 **50%OFF**
※通常一般価格315,000円(税込) ~ 披露宴での会場使用料

太田/直営

【婚礼】



邸宅貸切型ウェディング
PLEIAS
OTA

【プレイアス太田 開業準備室】
群馬県太田市飯田町1319
TEL: 0276-60-1100

2013年夏グランドオープン!!

特典 会場使用料 **50%OFF**
※通常一般価格250,000円→ライムメンバーズ会員価格125,000円

高崎/直営

【葬儀】



アウラ江木会館

アウラ緑町会館

アウラ本郷会館

アウラ倉賀野会館

家族葬の **アウラ**

【江木会館】高崎市江木町1625-1
TEL: 027-328-4111
【緑町会館】高崎市緑町1-6-2
TEL: 027-370-3030
【本郷会館】高崎市本郷町111-1
TEL: 027-343-0729
【倉賀野会館】高崎市倉賀野町2465-2
TEL: 027-345-0983

会場使用料 **50%OFF**
※通常一般価格105,000円(税込) お葬式での会場使用料
特典 フリードリンクサービス
※通常一般価格21,000円(税込) 通夜・告別式2回分・精進落しは除く
マイクロバス **無料**
※通常一般価格36,750円(税込) 1運行
供花・供物 **10%OFF~**
※当社旅行・受注のみ

高崎/直営

【美容・ファッション】



エステティック&ネイル
Esthetique & Nail
VENUS ROAD
【ヴィーナスロード】
高崎市栄町22-30 (エテルナ高崎1F)
TEL: 027-345-6800
特典 エステ **10%OFF**
※ヴィーナスロード高崎店が初回のみ、ブライダルコースを除く
ネイル **10%OFF**
※指定ネイルサロンでネイルケアメニュー、一部コースを除く

高崎/直営

【美容・ファッション】



ドレス&コスチューム
LAVITA
DRESS & COSTUME
【ラヴィータ】
高崎市栄町22-30 (エテルナ高崎5F)
TEL: 027-323-8077
特典 結婚式式添衣裳 **特別価格**
※モーニング・留袖・礼服・フォーマルドレス

高崎・藤岡

【飲食】



とんかつ専門店として94年6月から展開。
メニューは定食や御膳などセットメニュー
中心に20種類程度。女性や子供向け
メニュー各種用意し、家族連れに人気の
とんかつ専門店として定着しております。
総本店/高崎市中島町68 TEL: 027-363-4188
中居店/高崎市中居町1-6-1 TEL: 027-352-3464
藤岡店/藤岡市中大塚201 TEL: 0274-24-8110

特典 お食事代 **10%OFF**

高崎

【飲食】



石臼挽き自家製粉の店
うちだ
更科 十割
昼11:00~14:30 夜17:00~19:30
水曜定休日
高崎市倉賀野町93-1 TEL: 027-346-4432

特典 お食事代 **50円引**

高崎

【飲食】

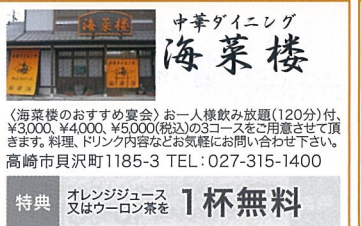


そば処 梅の花
高崎市栄町25-2 TEL: 027-327-4178

特典 お食事代 **5%OFF**
※栄町店のみ

高崎

【飲食】



中華ダイニング
海菜楼
〈海菜楼のおすすめ宴会〉お一人様飲み放題(120分)付、
¥3,000、¥4,000、¥5,000(税込)の3コースをご用意させて
頂きます。料理、ドリンク内容などお気軽にお問い合わせ下さい。
高崎市貝沢町1185-3 TEL: 027-315-1400

特典 オレンジジュース
又はウーロン茶を **1杯無料**

高崎

【飲食】



食の安全・安心・満足感を
目標にしています
居酒屋
笑座衛門
昼11:30~15:00
夜17:00~1:00
高崎市高岡町375-2 TEL: 027-322-4655

特典 来店の方全員に
乾杯ドリンク1杯無料

高崎

【飲食】



日本三大うどんのひとつ
水沢うどんの専門店
そば処 万葉亭
当店の水沢うどん・水沢とうふは
モンドセレクション最高金賞受賞
高崎市伊香保町水沢48-4 TEL: 0279-72-3038

特典 お食事(飲み物・デザート除く)、お土産(自社製品に限り)
10%OFF

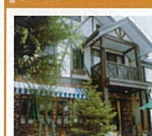
高崎

【飲食】



そば処
藤花庵
自家製粉で打った当
店自慢のそば、煮込みうどんを
ご堪能ください。
高崎市上豊岡町351 TEL: 027-327-8005

特典 お食事代 **10%OFF**

高崎 [飲食]  こうずし 孝鮎 高崎市高関町377-6 TEL:027-324-0769 特典 お食事代 5%OFF ※お客様の希望により孝鮎メンバーカード500ポイントプレゼント	高崎 [飲食]  上州地鶏と群馬の地酒 やきとり 紋次郎 17:00～24:00 日曜定休 高崎市栄町17-12プラス5ビル TEL:027-386-9988 特典 次回ご利用 できる 割引クーポンの発行 ファーストドリンク一杯サービス ※当社指定	高崎 [飲食]  紅屋 高崎店 ※コース予算相談可 高崎市大八木町654-4 TEL:027-363-2914 特典 コースで 8名様以上 5,000円以上 御注文で 幹事分のお料理代無料 1,000円引	高崎 [飲食]  居座古座 高崎市小八木町2038-1 TEL:027-362-5981 特典 次回ご利用 できる 500円金券プレゼント ※カード提示のお客様に限りです。 ※金券はランチでも使えます。
高崎 [飲食]  大中小様々な個室50室の超巨大居酒屋 寿ダイニング 花火 17:00～6:00まで営業・年中無休 高崎市連雀町25寿ビル2F TEL:027-321-7888 特典 来店の方全員に 1ドリンクサービス	高崎 [飲食]  住宅街を再現した テーマパーク居酒屋 スマイルダイニング 悟天 17:00～2:00まで営業 年中無休 高崎市長上並町24 TEL:027-315-8886 特典 来店の方全員に 1ドリンクサービス	高崎 [飲食]  結婚式2次会にもってこいの 巨大居酒屋 カジュアルダイニング 八兵衛 17:00～6:00まで営業 年中無休 高崎市高関町411-4 TEL:027-315-8881 特典 来店の方全員に 1ドリンクサービス	高崎 [飲食]  くつろぎのときを彩る Hand Made Cake モミの木 9:30～20:00 水・第3水曜定休日 高崎市新保町29 TEL:027-363-7830 特典 3,000円以上お買い上げのお客様 コーヒー1杯サービス
高崎 [飲食]  観音山丘陵のカフェで、 ゆったりとしたひとときを。 洞窟観音入口 カフェ・テルモス 高崎市石原町2-652-1 TEL:027-323-1622 特典 毎週土・日は全メニュー 10%OFF ※ランチの方はご予約下さい	高崎 [飲食]  非日常的コーヒー専門店 Since 1965 高崎市緑町1-29-10 TEL:027-370-6300 特典 お食事代 10%OFF	高崎 [飲食]  Heartful sweets パルミエ フランス菓子 10:00～19:30 木・第3水曜定休日 高崎市江木町1612-1 TEL:027-327-8211 特典 デコレーションケーキご予約時カード提示のお客様に 焼き菓子1個プレゼント ※136円まで	高崎 [飲食]  ガトーショコラで有名な パティスリー リアン 高崎駅東口 イーサイト高崎店オープン!! 旬の素材をふだんに取り入れたスイーツをお楽しみ下さい 10:00～20:00 火曜定休日 高崎市問屋町2-3-7 TEL:027-360-3131 特典 当社製品 10%OFF
高崎 [飲食]  写真やイラストだけで 「あなただけのオリジナルデコ」 La La Sweets pâtisserie 10:00～19:30 水・第3火曜定休 http://www.lalasweets.net 高崎市坂塚町382 TEL:027-362-9966 特典 お誕生日ケーキ 200円引 ※他券併用不可	高崎 [飲食]  ブーンブーン カフェ 【ランチ】11:00～16:00 【ディナー】16:00～22:00 【アウトゲイ】21:30 火曜定休日 高崎市新保町149-2 TEL:027-386-9889 特典 お食事されたお客様に クレープロール or フライドポテト サービス	高崎 [飲食]  ブーンブーン キッチン 11:00～20:00 (休憩時間 16:00～18:00) ※土日休憩無し 高崎市上小崎町849 TEL:027-344-0023 特典 お食事されたお客様に フライドポテト or ソフトクリーム サービス ※季節によって変わる場合があります	高崎 [飲食]  充実したワインの品揃えと 業務用の酒販店です 洋酒・ワイン・酒・業務用卸 有限会社 マスカラ 高崎市あら町51番地 TEL:027-322-2464 特典 全品店頭価格 5%OFF
高崎・玉村 [飲食]  昔ながらの伝統と「今」を大切に 福嶋屋 高崎駅東口 イーサイト高崎店オープン!! 和菓子屋が作る 「生ロール」が大人気!! 慶弔・お祝い物予約承ります。 佐波郡玉村町上新田1637 TEL:0270-65-3765 特典 カード提示でお買い上げ合計金額の 5%OFF	高崎・前橋 [飲食]  「宴会」「顔合わせ」「ご結婚」「法事」 承ります 割烹 ぼん 前橋店/前橋市大友町12-14 TEL:027-219-3969 昼11:00～14:00 夜17:00～21:00 高崎店/高崎市坂塚町465-7 TEL:027-363-5445 昼11:30～14:00 夜17:00～21:00 特典 お食事代 5%OFF (但し宴会、法事を除く) ※月曜定休(祝日の場合は翌火曜日)	前橋 [飲食]  煙もくもく、 七輪と炭火でホルモン焼き しやん 前橋荒牧店 前橋市荒牧町618-5 TEL:027-235-8386 特典 デザートサービス ※1グループ人数分までOK!! ※他券併用不可	前橋・伊勢崎 [飲食]  長寿の食卓ウチナー(沖縄)料理 沖縄の元気がやってくる!! ちやん 前橋大友店・スマーク伊勢崎店 前橋市大友町3-2-1 TEL:027-252-0909 伊勢崎市西小保方町368 スマーク伊勢崎1F TEL:0270-30-7788 特典 デザートサービス ※グループ人数分までOK!! ※他券併用不可
伊勢崎 [飲食]  本物の味をご堪能頂ける 伊勢崎の本格手打ちそば そば屋うどん亭 伊勢崎市八丁町4942-1 TEL:0270-63-2961 特典 当店オリジナルケーキサービス ※日本食技能グランプリ1位の当店料理長 が作るオリジナルのスイーツです。	全県 [飲食]  やすらぎの空間を御提供 海鮮四季 北海亭 高崎市浜尻町206-4 TEL:027-364-6491 特典 5,000円以上の 御注文で 1,000円引 ※1グループ1回のみ ※県内全店利用可能 ※セール 期間、他のサービス等との併用はご利用出来ません。	高崎 [宿泊・温泉]  錦山荘 高崎市石原町2892 TEL:027-322-2916 特典 入湯料 100円引 ※日帰り入浴3時間コース600円(税込)を 500円(税込)に割引	高崎 [宿泊・温泉]  快適な空間、 くつろぎのホテルライフを お楽しみください ホテルメトロポリタン高崎 高崎市八島町222 TEL:027-325-3311 特典 宿泊 20%OFF レストラン 10%OFF 基本料金 お食事代
高崎 [宿泊・温泉]  高崎インター隣接の ハイグレード日帰り温泉 京ヶ島天然温泉 湯都里 高崎市島野町890-3 TEL:027-350-8811 特典 入館料 10%OFF グループ5名様 まで利用可能 ※カード提示のお客様に限りです。	高崎 [宿泊・温泉]  飲んで効く温泉 群馬温泉 やすらぎの湯 高崎市金古町1767 TEL:027-372-4126 特典 入館料 100円引 ※ご本人のみ	高崎 [宿泊・温泉]  高崎ビューホテル 高崎市柳川町70 TEL:027-322-1111 特典 シングルルーム宿泊料金 通常価格:7,500円 6,800円 (税金サービス料含む)	高崎 [宿泊・温泉]  旅の疲れを癒し、 こころよい安らぎを誘う 洗練されたおもてなし 高崎ワシントンホテルプラザ 高崎市八島町70 TEL:027-324-5111 特典 12F ステージ&バー ガスライト・しゃぶしゃぶ割烹 銀座 お食事代・宿泊基本料 10%OFF

高崎・前橋・伊勢崎・渋川・富岡

[美容・ファッション]



ゴッドから出来るハイレベルな技術で低価格を実現

美容室
GOD HAIR&MAKE

美容室GOD高崎店/高崎市飯塚町476-5 TEL:027-363-7780
美容室GOD/前橋市元郷社町923-63 TEL:027-255-3554
GOD前橋EAST店/前橋市西片貝町1-215-1 TEL:027-234-0510
GOD青柳店/前橋市青柳町145-1 TEL:027-232-0212
GOD伊勢崎店/伊勢崎市連取町2342-7 TEL:0270-25-5678
GOD渋川店/渋川市石原110-1 TEL:0279-23-0332
美容室GOD富岡店/富岡市南蛇井22-1 TEL:0274-62-4242

特典 通常料金より **30%OFF**

高崎

[レジャー・スポーツ]



自然を感じられ、開放感たっぷり、眺望豊かな練習場です。
いつでも打席料無料です。

観音山ゴルフ倶楽部

高崎市乗附町2670 TEL:027-325-1901

当社所属、2010群馬県オープンゴルフ選手権優勝
**染谷朋幸プロによる
ワンポイントレッスン無料**

※通常レッスンではありません。
※染谷プロ不在の日もありますので事前
にお電話にてご確認ください。

高崎 [宿泊・温泉]



**ホテル
サンコー高崎**

高崎市栄町14-3 TEL:027-326-3570

特典 ホテル料金 **500円引**
※ご予約の際、ライムメンバーズカード利用の
旨をお伝えください。

高崎 [宿泊・温泉]



JR高崎駅西口より徒歩1分
APA HOTEL
＜高崎駅前＞

高崎市八島町232-8 TEL:027-326-3111

特典 基本料金の **30%OFF** 税金サービス
料含む
[シングル] 7,500円～ 5,000円
[ダブル] 12,000円～ 8,000円
[ツイン] 14,000円～ 9,500円

高崎 [美容・ファッション]



Hair Place FOR
高崎市檜物町23-3 F-O-RビルF
TEL:027-326-8891

特典 パーマカラーのお客様に
シャンプープレゼント
次回より **5%OFF**
※毛髪再生医療(自毛植
毛)のご相談は当店まで
お問い合わせください。

高崎 [美容・ファッション]



まずはお試しを！
ラヴィエベル
フェイス 30分 3,150円～
※ブライダルコースも
ご相談ください

高崎市北葉町1-23 TEL:027-329-5735

特典 5,000円以上の御利用で
初回 **2,000円引** 次回 **500円引**

高崎 [美容・ファッション]



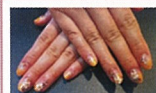
**HEART&HAIR
SLEEPY**
http://www.kaze-sleepy.net

※予約優先
10:00～19:00
火、第3月曜定休

高崎市緑町1-13-6 TEL:027-364-2066

特典 メニューの **10%OFF**

高崎 [美容・ファッション]



ネイル・まつげパーマ
耳つぼスクリュー取扱店
**ネイルサロン
ラバーズ**

※予約優先10:00～19:00 時間外も可 日曜定休
高崎市東町70イースト70ビル2F
TEL:027-326-1728

特典 初回 **3,500円** 2回目
以降 **20%OFF**

高崎 [美容・ファッション]



貴女の美をトータル
プロデュースいたします。
TOTAL BEAUTY SALON
DOUMU

高崎市片岡町2-7-1 TEL:027-323-6077

特典 平日全メニュー **20%OFF**
※着付を除く。カラーカードとの併用は、ご連絡ください。

高崎 [美容・ファッション]



**癒家
つぼ楽**

高崎市上大類町1305-1 TEL:027-352-6626

特典 4,000円以上のコース
・全身(40分)3,150円
・足指(40分)3,150円
※その他メニューあり
500円引

高崎 [美容・ファッション]



ワンちゃんの美容室
イバシヨ
E-baako
※予約優先
10:00～19:00
水曜、第1・第3木曜定休

高崎市筑縄町1-4 TEL:027-388-1166

特典 初回 **50%OFF** + 次回ご利用できる
金券プレゼント

高崎 [美容・ファッション]



おしゃれな時計屋
谷畑時計店
各種時計、輸入アクセサリ、
おしゃれな老眼鏡、
パワーストーンブレスレット

高崎市下和田町4-9-3 TEL:027-323-2485

特典 店内商品及び時計電池交換
10%OFF

高崎 [美容・ファッション]



Epron House
高崎市上小島町432-1
TEL:027-364-1707
http://www.epron-house.com

特典 ¥2,000以上お買い上げの方に
粗品プレゼント

高崎 [美容・ファッション]



**ファッションバッグ
清水**
10:00～19:00 水曜定休

高崎市小八木町1737 TEL:027-361-3434

特典 **20%～70%OFF**
店内にてコピーサービス

高崎 [レジャー・スポーツ]



県内屈指のロケーションで
爽やかゴルフを
**ロイヤルオーク
カントリー倶楽部**

高崎市倉沢町3ノ倉2681 TEL:027-378-2511

特典 **モーニングコーヒー または
オリジナルボール2個サービス**
※カード提示のお客様に限りです。

高崎 [レジャー・スポーツ]



ストレスを感じている方は
お試しください!!
**TRC
乗馬クラブ高崎**

高崎市南大類町124 TEL:027-352-5250

特典 乗馬スクール1回コース5,250円(税込)
30%OFF

高崎 [レジャー・スポーツ]



帝王ジャック・ニコラウスが
設計した
チャレンジャブルな
コースです。
榛名の森カントリークラブ

高崎市倉沢町権田5344 TEL:027-378-4555

特典 通常料金
より全日 **1,000円引**

高崎 [レジャー・スポーツ]



**サンコー72
カントリークラブ**

高崎市吉井町岩崎2179 TEL:027-388-2800

特典 **ボール2個サービス**
※ご予約の際、ライムメンバーズカード利用の旨をお伝えください。

高崎 [レジャー・スポーツ]



グランドゴルフ・ゲートボール
その他出張販売もいたします
**スポーツショップ
ゲートボール社**

高崎市貝沢町597-3 TEL:027-370-6272

特典 スポーツ用品 **20%OFF**
※一部商品除きます

高崎 [レジャー・スポーツ]

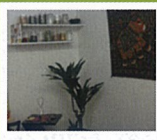


パークレーン
Park Lane 高崎
快適素敵なスポーツコミュニティ
パークレーン高崎

高崎市歌川町8 TEL:027-322-4571

特典 ボウリングゲームの割引
大人1人ゲーム **¥600 ▶ ¥520**
※税込価格

高崎・前橋 [レジャー・スポーツ]



癒しの空間を提供いたします
Rucira studio
ルッチーラ スタジオ
※ヨガ・ジャズ・フラ・サルサダン
ス(高崎)クラシックバレエ(前橋
教室のみ)生徒募集中

高崎市和田町4-5中島ビル2F TEL:027-325-3298
(前橋市南町 買込スタジオ有り TEL:027-221-7818)

特典 ヨガ・ジャズダンス・フラダンス
体験レッスン通常2,100円 **1,000円引**

高崎・渋川・沼田・みどり [レジャー・スポーツ]



BIG ECHO

前橋市文京町3-33-9 TEL:027-243-5503

特典 渋川インター、前橋文京町、東部バイパス、
桐生笠巻、沼田の計5店舗で
お会計額から **15%OFF**

高崎 [住まい・暮らし]



良質な優良家具を低価格にて
須賀木エシールーム
WOODY LIFE
10:00～18:30 火曜定休 群馬県内配送無料

高崎市新保町1067 TEL:027-363-4781

特典 全品店頭価格より **5%OFF**
※一部商品を除きます

高崎 [住まい・暮らし]



住宅全般リフォーム
オーダーカーテン
アールプラン

高崎市筑縄町48番地9 TEL:027-364-1222

特典 リフォーム専門店
オーダーカーテン専門店
全品店頭価格より **5%OFF**

高崎・藤岡 [住まい・暮らし]

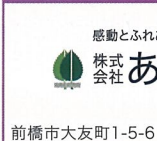


群自燃(株)
※お問い合わせ先は各店舗へ

群自燃(株)各サービスステーション/県内21店舗
群自燃整備工場/高崎市末広町55 TEL:0120-589-815
カードック藤岡/藤岡市森452-10 TEL:0120-755-360

特典 車検基本
整備料金より **5,000円引**
見積り、代車無料、ガソリン、軽油会員価格で給油
※現金払いに限る

前橋 [住まい・暮らし]



感動とふれあいの旅をサポート
株式会社 あおば交通

前橋市大友町1-5-6 TEL:027-256-8470

特典 あおば交通での
車検基本料の
お得なキャンペーンもあります。
詳しくはホームページで！
http://www.aoba-kotsu.com

高崎 [その他] ウェディングサロン・結婚相談 マリエ・ド・モア 結婚を考え始めたらお電話ください。 高崎市住吉町22-2 TEL: 027-326-3607 特典 随時 無料結婚診断 初回体験お見合い無料	高崎 [その他] 安心の結婚相談所 幸和 あなたに合った婚活、出合いのキッカケ作りをベテランカウンセラーがアドバイスいたします。 高崎市東町28-1 TEL: 027-327-6666 特典 入会金 50%OFF 無料個別結婚相談 随時開催!!	高崎 [その他] 絵のある小さな雑貨屋さん 雑貨&カフェ エルポヌール 豆腐100%アイス(プレーン、ヨーグルト味、黒ごま、抹茶など)や美味しい珈琲もあります。 高崎市中居町1-15-7 TEL: 027-388-9230 特典 雑貨 10%OFF ※セール商品及び委託商品は除外	高崎 [その他] 癒しの空気感をぜひ感じてください。 nekoko 11:00~21:00 年中無休 高崎市井野町1009-1 TEL: 027-384-2810 特典 店内全品 10%OFF ※セール品は除く
高崎 [その他] 冠婚葬祭・ギフト・鉢植 花のハットリ 高崎市新紺屋町6 TEL: 027-323-1881 特典 全品店頭価格より 5%OFF ※特売品は対象外	高崎 [その他] お花のことはすべておまかせください 松本花園 高崎市高岡町282 TEL: 027-323-4062 特典 生花 5%OFF	高崎 [その他] 伝統工芸士が作る極上の一品 たねのふた 大門屋 新郎新婦への気持ちをだるまに描き想いを込めて送ってませんか 高崎市藤原町124-2 TEL: 027-323-5223 特典 寿だるま通常6,300円(税込)が 5,000円(税込)	高崎 [その他] 生ピアノでうたってみませんか? 30代からの歌声サロン 今井千春 音楽教室 第1、第3金曜日 19:00~(要予約) 高崎市根小屋町684-45 TEL: TEL:027-346-3091 特典 通常1レッスン1,000円(お茶・お菓子付) ▶ 初回無料
渋川 [その他] 当館自家製達の湯の花まんじゅう。大好評水沢うどん 上州物産館 渋川市渋川3695-2 TEL: 0279-24-3808 特典 お土産品 10%OFF ※一部商品を除く	吉岡 [その他] 男女年齢問わず、楽しめる博物館です。 おもちゃと人形自動車博物館 北群馬郡吉岡町上野田2145 TEL: 0279-55-5020 特典 入館料・大人のみ 100円引	吉岡 [その他] 味・香り 歯ごたえ・栄養分を最大限に高めたこだわりの舞茸です。 おいしい100日まいたけ おいしいじっくり栽培 群馬国産舞茸産地直売所 北群馬郡吉岡町上野田1329 TEL: 0279-54-8976 特典 生舞茸 10%OFF ※特売品は除きます	榛東村 [その他] 日本最大のこけし工房 伊豆屋 工場・創作こけし工芸館(資料館)無料で見学・体験もできます 北群馬郡榛東村長岡1591 TEL: 0279-54-6766 特典 こけし絵付け体験お買い物(食品除く) 10%OFF

広告

会員
募集中!!

安心と信頼のライムメンバーズは、
経済産業大臣の許可を受けた冠婚葬祭互助会です。

当社ライムメンバーズは経済産業大臣の許可を受けた「冠婚葬祭互助会」です。
互助会とは婚礼や葬儀、成人式など人生でのさまざまな節目を安心して迎えていただけるために
事前準備として月々小額の積み立てをしていただくシステムです。
お客さまの大切な冠婚葬祭儀礼のサポートをさせていただきながら、
人生のパートナーとして、安心と信頼を提供するのが、われわれの努めだと思っています。

 LimeMembers

株式会社ライムメンバーズ 経済産業大臣許可(互) 3060号
群馬県高崎市米町 22-30
<http://www.limemembers.com> ライムメンバーズ 検索

人生の歩みを
お手伝い
します。

EDITOR'S CHOICE

〔編集部からのお知らせ〕

AUTUMN EVENT

群馬県・秋のイベント

第55回関東菊花大会 2012年10月24日(水)～11月23日(金・祝)



北関東最大級を誇る菊花の祭典。約1,300鉢の様々な菊が展示され、会場中心部にそびえる特殊作りの五重塔や、花を衣裳にちりばめた平清盛や金太郎などの菊人形が会場を華やかに彩ります。会場内には、全国でも数少ない芝居小屋「ながめ余興場」があり菊花寄席も開催されます。11月中旬から、ながめ公園近くの高津戸峡で紅葉も始まるのであわせてお楽しみいただけます。

〔菊花寄席開催日〕10月27日(土)・28日(日) / 11月3日(土・祝)・4日(日)
10日(土)・11日(日)・17日(土)・18日(日)

〔会場〕ながめ公園

〔所在地〕群馬県みどり市大間々町大間々1635 TEL:0277-72-1968/みどり市観光課

〔公共交通〕東武赤城駅から車5分(もしくは徒歩15分)

〔車〕北関東道太田藪塚ICから県道69号経由で11km20分

〔駐車場〕あり 無料300台

〔料金〕一般400円/小中学生200円(団体割引あり)

猿追い祭 2012年11月7日(水) 正午頃から



その昔、武尊山の白い猿が作物を荒らし害を与えたため、神にすがって猿を追うという行事が始まりました。毎年、旧暦9月中の申の日、花咲地区の酒番と檀香が持参した酒と赤飯を社に供えた後、宮の前で東西に分かれ、互いに「エッチョウ」、「モッチョウ」のかかけ声で赤飯を投げ合います。かけ声には永く栄えようとの祈りが込められており、酒を酌み交わした後、氏子が扮する白猿が宮を3周し、追う者たちは決して猿を追い越してはいけない決まりがあって、勢い余って猿を追い越すと農作物は不作になると言われています。

〔会場〕武尊神社

〔所在地〕群馬県利根郡片品村花咲2021 TEL:0278-58-2112/片品村むらづくり観光課

〔公共交通〕JR沼田駅からバス55分→バス停「武尊口」下車→車10分

〔車〕関越道沼田ICから国道120号・県道64号経由で30km40分

〔駐車場〕なし

〔料金〕無料

第56回関東菊花大会

2012年10月25日(木)～11月25日(日)



関東全域から約800鉢の菊花が寄せられて来ます。懸崖、千輪咲き、盆栽作りなど職人達の丹精込めた作品が秋空のもとに咲き誇ります。

〔会場〕大光院境内内特設会場

〔所在地〕群馬県太田市金山町37-8
TEL:0276-47-1833

太田市役所商業観光課
関東菊花大会実行委員会

〔公共交通〕東武太田駅から車5分

〔車〕北関東道太田桐生ICから
国道122号経由で20分

〔駐車場〕あり 無料150台

〔料金〕無料

桜山まつり

2012年12月1日(土)



桜山に咲く「冬桜」の満開を祝うお祭りです。今回は藤岡市観光大使の「湯原昌幸」さんの歌謡ショーや、名物「とっちゃんげ汁(協力金100円)」などもお楽しみいただけます。

〔会場〕桜山公園

〔所在地〕群馬県藤岡市三汲川2166-1(管理棟)
TEL:0274-52-3111

藤岡市鬼石総合支所にぎわい観光課

〔公共交通〕JR本庄駅からバス40分→バス停「鬼石郵便局」下車→徒歩90分又は車15分

〔車〕北関東道太田藪塚ICから県道69号経由で11km20分

〔駐車場〕あり 無料300台

〔料金〕一般400円/小中学生200円(団体割引あり)

MEMBER'S VOICE

会員のみなさまからいただいたメッセージをご紹介します!

From: 高崎市 J.K. 会社員 56歳(男性)

アウラにお願いし母親の7回忌を無事済ませました。若いスタッフの方の気遣いが嬉しかった。家族一同とても喜んでいました。ありがとうございました。

葬祭にはキャリアを積んだプロスタッフがご対応しております。一期一会の気持ちを大切にしながら、会員様の大切なお集まりをサポートいたします。

From: 高崎市 M.K. 主婦 75歳

最近孫の結婚式でタイムメンバーズのエテルナ高崎を使用させていただきました。きめの細かいサービスと地場の野菜を使った料理がとても美味しかったです。

ホスピタリティのグレードの高さは我々タイムメンバーズの誇りでもあります。尚、料理は地産地消を基本とする有機野菜を使用しております。

From: 前橋市 R.H. 主婦 54歳

なかなか旅行に行くことがないのですが、タイムメンバーズの会員になっていたため日帰りバス旅行に安く参加できました。私たち会員に向けていろいろイベントなどを計画してくれるので、毎回のイベントが楽しみです。

会員の皆様に喜んでいただくことが私たちの幸せです。これからも皆様に喜んでいただけるイベントを企画していきます。

From: 高崎市 G.M. 自営業 40歳(男性)

タイムメンバーズカードの提携店が以前と比べて多くなっているので嬉しいです。実は私の行きつけのお店もメンバーズカードでの割引をさせたいのですが紹介するのは可能ですか?老舗の料理店です。

基本的に可能です。メールでも電話でも構いませんので一度ご連絡ください。スタッフが対応させていただきます。

Book Review!

朝5時半起きの習慣で、人生はうまくいく

遠藤拓郎 著 フォレスト出版 1,365円

ハーバード大学も注目した「医学的根拠」に基づく、睡眠シリーズ最新刊である。朝早起きの限界は、いったい何時間なのか?朝スッキリ起きるためには、いったいどうしたらいいのか?どうすれば「朝に弱い…」を克服し、早起きの習慣を作れるのか?世界トップクラスの「睡眠の専門医」が、医学的根拠をもとに「朝早起き」に関するこれらの疑問に答える一冊。



日本人の美德 誇りある日本人になる

櫻井よしこ 著 宝島社 735円

日本における保守派のひとりでありジャーナリスト、16年間ニュースキャスターを務めていたことでも知られる櫻井よしこさんによる著書。首尾一貫したブレない発言に、老若男女を問わず共感する人が多い。日本人の忘れつつある、昔ながらの日本人の生き方の素晴らしさ、美德を改めて気付かせてくれる内容。思わず背筋をぴんと伸ばして読みたくなる一冊。



指定施設

お葬式に関するお問い合わせは・・・ ☎ 0120-0983-50 24時間対応

葬祭

アウラ
江木会館

〒370-0046
群馬県高崎市江木町
1625-1
TEL: 027-328-4111

アウラ
緑町会館

〒370-0073
群馬県高崎市緑町1-6-2
TEL: 027-370-3030

冠婚

アウラ
本郷会館

〒370-3334
群馬県高崎市本郷町
111-1
TEL: 027-343-0729

アウラ
倉賀野会館

〒370-1201
群馬県高崎市倉賀野町
2465-2
TEL: 027-345-0983

モダンスタイリッシュ
ウェディング
エテルナ高崎

〒370-0841
群馬県高崎市栄町22-30
TEL: 027-323-1122

ブレイス太田
光と水のリゾート空間
邸宅貸切型ウェディング

[開業準備室]
〒373-0851
群馬県太田市飯田町1319
TEL: 0276-60-1100

プライベートウェディング
グロス

〒370-1201
群馬県高崎市倉賀野町
392-1
TEL: 027-345-1122

ドレス&コスチューム
ラヴィータ

〒370-0841
群馬県高崎市栄町22-30
(エテルナ高崎5階)
TEL: 027-323-8077

提携施設

葬祭

前橋メモリアルホール
メモリアドアネックスホール
メモリアル前橋典礼会館
大胡メモリアルホール
浅川メモリアルホール
伊勢崎メモリアルホール
メモリアル伊勢崎典礼会館
メモリアル高崎典礼会館
高崎メモリアルホール
高崎北メモリアルホール
藤岡メモリアルホール
安中メモリアルホール
太田メモリアルホール
太田東メモリアルホール
太田西メモリアルホール
桐生メモリアルホール
かさかけメモリアルホール
アモート若宮
アモート上小出
アモート太田
アモート太田にしふじホール

前橋市天川大島町
前橋市天川大島町
前橋市大友町
前橋市六供町
前橋市大胡町
浅川市白井
伊勢崎市太田町
伊勢崎市東本町
高崎市寺尾町
高崎市高岡町
高崎市足門町
藤岡市藤岡
安中市下磯部
太田市新井町
太田市東長岡町
太田市細谷町
桐生市本町
みどり市笠懸町
前橋市北代田町
前橋市上小出町
太田市藤久町
太田市藤久町

冠婚

ヴェラテラス前橋ホテル&リゾート
ロイヤルチェスター前橋
ラ・フォンテーヌ
グランドパティオ高崎
アルカーサル迎賓館
ロイヤルチェスター太田
アイランドヒルズ迎賓館

前橋市大友町
前橋市大友町
前橋市表町
高崎市上大類町
高崎市上大類町
太田市飯塚町
伊勢崎市ひるせ町

※ライムメンバーズ会員様はメモリアルグループ施設もご利用いただけます。

互助会プラスの
安心保険

少額短期保険

掛け金は 3,000円から 保険金は 300万円まで 保証は更新最長 99歳まで

「お葬式のお金」少額短期保険で準備すればさらに安心

互助会の積み立てはお葬式費用の一部準備金ですので、祭壇や棺など、お葬式にかかわる費用に充当され、飲食費や返礼品、寺院等の費用などには充当できません。近年では、これらの費用にあてられる少額短期保険に加入される方が増えています。死後の整理資金という位置付けで加入される人も多くなっています。

お葬式費用の内訳

お葬式費用 全国平均 231万円	葬儀一式費用	祭壇・棺・遺影等	互助会プラン
	飲食費用		
	返礼品費用	実費部分	
	寺院等の費用		自己資金 または 保険金

“少額短期保険”
でご準備ができます

引受保険会社：株式会社メモリアル・ライフ 登録番号：関東財務局長（少額短期保険）第18号

※日本消費者協会「葬儀についてのアンケート調査」（2007年）

MLAD1210-04

互助会プラスの安心共済 一人の想い みんなの安心

こども共済

ベストキッズ 0歳～満14歳 月掛金 800円

万一の病気・傷害入院の際には
日額 10,000円

病気・傷害手術を受けた場合
種類に 5万円～20万円

先進医療を受けた場合
1万円～100万円

賠償責任（1,000円は自己負担）
最高 100万円（1事故につき
実払額）

傷害通院をした場合
日額 2,000円

上宅共済生活協同組合

☎ 0120-14-9174 24時間
※詳しくは上記までお問い合わせください

LimeMembers
http://www.limemembers.com

経済産業大臣許可（互）3060号
群馬県高崎市栄町 22-30
ライムメンバーズ 検索

ご紹介キャンペーン!!

結婚式 5万円

結婚を考えている方をご紹介いただき、ご成約
していただくと紹介者へ5万円プレゼント!

互助会 3万円

ライムメンバーズ会員になっていない方をご紹介いた
だき、ご加入していただくと紹介者へ3万円プレゼント!

条件等がございますので、
詳しくはお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

027-363-8081
ライムメンバーズ事務局