＊編集後記＊

SAYU
★卒業以来28年ぶりに母校の体育館に。当時は将来後輩に講演をするなんて想定外（笑）人生なにが起きるかわかりませんね（しみじみ）（SAYU）

HIDE
★犬の散歩をしてみたい。誰か、犬を貸してくれないかなぁ。（HIDE）

KEN
★岩手県雫石町の国見温泉に行って来ました。沸き上がるエメラルドグリーンの湯が秘湯の様相。11月中旬からは冬季休業との事でまた来春デス。（KEN）

KANA
★冬のあったかドリンク、6種類もあって迷いますが私のイチオシは「番茶ラテ」。気持ちがほっこりします。期間限定なのでお早めに♪（KANA）

HIROKO
★久々にDSで“脳トレ”したら、私の脳はなんと実年齢+10才!!ショック…（HIROKO）

SHIHO.T
★今年もボジョレー・ヌーボーの時期になりました！お薦めワイン付きのパーティープランで、味わってみませんか？（SHIHO.T）

SHIHO.K
★今月からアロマ講座の受講をしています。面白いです！来年5月のアロマ検定に向けて頑張ります。（SHIHO.K）

YUYA
★急に寒くなりストーブを持っていない私は買おうか悩む日々です。（YUYA）

SEIKO
★今月から盛岡店の正社員としてお世話になります菱沼です。厨房を担当しています。料理は奥がふかいので日々勉強ですが、皆様に「おいしい」と言っていただけるとやる気倍増です！盛岡店共々今後よろしくお願いします！（SEIKO）

★このニュースレターはWEBでもみられます。
http://bcac.jp/newsletter/
★送付不要という方は下記にメールください。
件名にお名前をご記入のうえ、
stop@bcac.jp宛に送信してください。
★次回は2010.12月発行予定です。

編集／発行責任者
BCAC BeeCreative A,C.
Beeクリエイティブ　エー・シー
株式会社 惣兵衛　代表取締役 畠山さゆり
〒025-0024　花巻市山の神578-4
T+F.0198-24-7100　✉info@bcac.jp
http://bcac.jp/

げんまいと おやさい。 Sobe's Cafe 花巻

11月のイベント情報

マクロビスイーツ作り教室
11/28（日）15:00〜17:00
参加費3,000円

1dayお料理教室基礎
11/13（土）
15:00〜17:00

三浦シェフのお料理教室
11/20（土）
15:00〜17:00

氣功教室
詳細後日

★緊急告知★
オーナーが絶大な信頼を寄せる個人カウンセラー
生支州さんのワークショップ。
この日は大シフトがおきるでしょう！
11/23（祝・水）
15:00〜17:00 WS
17:00〜18:00 お食事
参加費7,000円
限定20名様

11/20（土）ディナーは三浦シェフが作ります

3日間限定!!
ボジョレー・ヌーボーパーティープラン！
お一人様5,000円（ワイン付）

Sobes deli cafe 盛岡
ココロトカラダニソーベーズ

ヒメノアキラライブ
11/5（金）19:00〜
3,000円
（1drink+軽食）

New
日曜日11:00〜17:00
ずっとランチが食べられます

予告 12月12日（日）漢方食養生講座
冬の過ごし方
インフルエンザを予防しよう！
盛岡 9:30〜11:30
花巻 15:00〜17:00

ココロとカラダをデザインするお話会

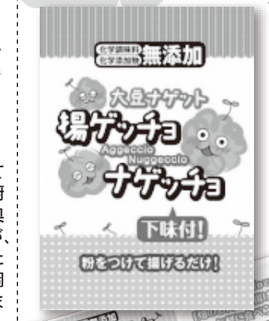
11/10（水）
18:30〜
「3カ国語がマスターできるNLP活用術」
講師　北島恵美子さん

11/27（水）
18:30〜
「お気軽テーブルコーディネイト（仮）」
講師　小池祥子さん
（↑花巻店をコーディネイト）

参加費2,000円（食事+スイーツ付）

ソーベーズオリジナル商品新発売！

人気メニュー
「畑のお肉のからあげ」がご家庭で気軽に食べられるようになりました♪



作り方が書いてあるリーフレットつき

じっくり下味を付けたので必要な分だけ解凍し、粉をつけて揚げるだけ！

500g（5人前）1,100円
180g（2人前）475円
冷　凍

忙しい日の強い味方
（ハタケヤマは毎回コレに頼ってマス！）

ひきつづき乾燥状態の「畑のお肉」100g 360円も販売中♪

惣兵衛米初荷完了!! 好評発売中♪
無化学農薬・無化学肥料栽培7年目、今年もおいしくできました。
ご注文はこちらから → http://kome.sobe.jp/

個性派「HP」発信基地
＊number#064 >>>2010.nov.>>>
Better than yesterday. Better than today.
BCACアンテナ
【紙版】

ありがとう7年目
無化学農薬・無化学肥料
惣兵衛米収穫祭

大人気！玄米のり巻

10月24日（日）Sobe's Cafe花巻に、のべ70名のお客様がいらしてくださり、盛大な収穫祭となりました。
山の神様もご先祖様もよろこんでくださることでしょう。
本当にありがとうございました！

岡部慶子（イラストレーター）&中村ひろみ（こけめ農園）のH&Kコレクション（フリマ）は大人気！

毎度おなじみ無農薬野菜「やさいっこ村」

飛ぶように売れました！

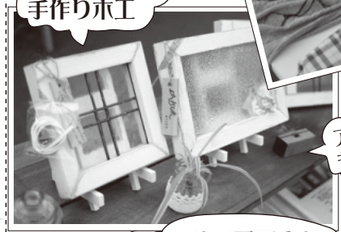
11/7は3周年イベント

オーナー母も駆り出されて大餅つき大会！杵と臼は「やきもの工房コシカ」さん提供

BBQコンロで焼く大豆ナゲット&野菜

納豆、いそべ、きなこでいただきました

やきもの工房コシカさん



だいすホっこ手作りホ工

アクセサリーも大人気！

大鍋でつくった芋の子汁♡

かわいいちびっ子♡

ユーヤシェフもひっぱりだこ

マルツ工房さん愛の芽バッチ

もりおかフェアトレードマーケットあすか&みかちゃん

くじをみてます

ドレスコードは割烹着

くじをひくのは1才3ヶ月ショータくん

たのしいくじびき抽選会