vol.94　2026年11月8日発行

Senpan!!

センパン

仙台の注目情報を毎月イイトコドリ!

河北仙販×S-style×Kappo

11月9日（月）の河北新報朝刊は休刊日のためお休みとなります。
※掲載の情報は、本誌発行後、変更になる場合もありますので、予めご了承ください。

朝はそば屋のカレー！　昼休憩には穴子天丼。そして仕事終わりのかき揚げ丼…
これが私の3食です！（メタボ予備軍かって!）
そんな話はさておき……今月は、新そばの季節にぴったりの特集をお届けします！



この一杯、規格外。



ボリュームと味わいに満足 愛され大盛りメニュー！

そば屋の暖簾を掲げながら、大盛りメニュー「日本一シリーズ」で知られる人気店。エビ天2本が主役の「日本一天丼」（2,190円）は、プリッとしたエビとサクサクの衣、甘じょっぱいタレが三位一体の味わい。

そば処 亀鶴庵（きかくあん）

住仙台市太白区八木山南1-3-22
☎022-244-2026
営11:30～15:00（LO14:20）
休月曜



創業40余年の老舗蕎麦屋の 知る人ぞ知る名物メニュー

そば処ながら、カレーにも根強いファンが多数！ カツオ節、宗田節、サバ節で毎朝とるそばだしが、スパイスと絶妙に調和。そば屋ならではの「そば屋の和風チキンカレー」（700円）は、土・日曜の昼のみ数量限定で登場する。

そば処 登喜和（ときわ）

住仙台市太白区泉崎1-33-17
☎022-246-0124　営月・水・木曜11：00～15：00、火・金・土・日曜11：00～15：00、17：00～21：00※LO各30分前　休無休



穴子をまるまる一本 目でも楽しめる豪快さ

カジュアルな店内で、旬の食材や創作天ぷらが味わえる専門店。ランチタイム限定の「天まで穴子丼」（1,600円）は、ふっくらした穴子をまるごと一本揚げたインパクト溢れる逸品！ 贅沢な味わいをご賞味あれ。

天ぷら 天寅（てんとら） 仙台ヨドバシ店

住仙台市宮城野区榴岡1-3-1 ヨドバシ仙台第1ビル1F　☎022-352-4557　営11：00～23：00、金・土曜、祝前日11：00～24：00※ランチタイムは11：00～16：00（LO15：30）　休無休



鈴木です

S-style編集長の間借りコラム ちょっとお時間よろしいですか？

秘境の先に待っていた絶景！ 秋はお得に日帰り温泉めぐり

今回の温泉特集の取材で、鬼首の秘湯『峯雲閣』を初めて訪ねました。山深い道を進み、迫力ある建物が見えた時には思わず「着いたー！」。そして目の前に現れたのは、滝つぼそのものが温泉になった露天風呂！ 以前、大崎市のポスターで白鵬関が入浴する姿を見ていたのですが、「これがあの温泉か！」と興奮。自然の中に溶け込むような光景に圧倒されました。実は今回の表紙も、この『峯雲閣』で撮影しました。モデルは、連載「すがわら湯めぐり中」でおなじみの菅原茉椰さん。

今月のS-styleでは、宮城を中心に山形・福島まで63湯を紹介し、77枚の入浴料割引クーポンを収録しています。菅原さんの特別企画や便利な早見表も掲載。まだ知らない名湯との出合いを楽しみながら、秋の湯めぐりにお役立てください。

定期購読の申込みはお近くの河北仙販まで



S-style11月号【巻頭特集】
宮城 日帰り温泉63湯
日帰り温泉63湯／割引クーポン77枚
菅原茉椰連載特別編／日帰り入浴早見表

おいしい秋、そば日和。

そば処 水火風弘（すいかふうこう）

広瀬川源流エリアに湧く長命水で打つ、香り豊かな手打ちそばが自慢。滋味深い二八そばに、天ぷらや副菜、甘味まで、手仕事の味が揃う「華芽（かめ）乃御膳」（2,500円）がおすすめ。

住仙台市青葉区作並湯ノ原6-3
☎022-395-2490
営10:00～16:00（LO15:00）※そばなくなり次第終了
休月曜（祝日の場合は営業）、毎月11日



里山Dining 七ツ母里（ななつもり）

七ツ森の麓、山に囲まれた田園風景の中に立地。地域で栽培した常陸秋そばを使い、玄そばを都度石臼で挽いた香り高いそばを提供する。写真は鰹節と焼きあごのだしがすっきり上品な「手打ちそば」（880円）。

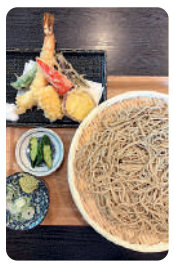
住黒川郡大和町宮床字長倉19　☎022-341-1183
営11:30～LO14:30、土・日曜、祝日11:00～LO14:30
休月・火曜



そば HARUKI（ハルキ）

『秋保神社』裏手のそば処。全国の名産地から旬のそば粉を厳選し、毎朝打つ十割そばは凛々しくしなやかな食感。「天ざる蕎麦」（2,000円）はエビと旬野菜の天ぷらを添えて。

住仙台市太白区秋保町長袋字清水久保54-1
☎なし
営11:00～LO15:00
休金曜



SOAN（そうあん）

『秋保草庵』の姉妹店。昼は秋保で打ったばかりのそばを使った「特製ぶっかけそば」（1,980円）や、ガレットを提供。夜はお酒とアラカルトを楽しめるビストロとして親しまれている。

住仙台市青葉区支倉町4-27 TC支倉1F
☎022-302-5342
営11:00～15:00（LO14:30）、17:00～22:00（LO21:00）　休不定休※SNSで確認を



屋台手打蕎麦 鴨まる（かも）

全6席の屋台スタイルで営業。休日は畑に出向き、そばやネギを育てることにも励む店主が、「鴨せいろ」（1,700円）一本で勝負！ カモの脂とキレのあるつゆが、そばの風味を引き立てる。

住仙台市青葉区中央4-3-23 第一カネマビル1F　☎なし
営9:40～14:00頃※そばなくなり次第終了
休日曜、祝日※ほか不定休はSNSで確認を



imosen（イモセン）

仙台の朝そばムーブメントを牽引する存在。そば（冷or温）に日替わりのかやくご飯、とろろ、お新香付きの「早餐蕎麦（ちょうしょくそば）」（1,000円）は、朝限定の人気メニューだ。そば湯まで堪能し、朝活を楽しもう。

住仙台市青葉区一番町4-5-11
☎022-223-1538
営モーニング7:00～11:00、ランチ11:00～LO14:00　休日曜



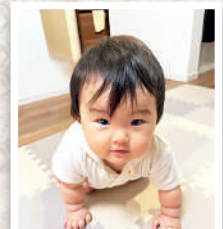




発行：河北仙販Senpan!!編集室　仙台市宮城野区新田3-20-12　TEL 022-353-7885　FAX 022-353-7883　E-MAIL senpan06@senpan.co.jp



井口新大くん（4歳）
紗良ちゃん（4ヵ月）



河村紬生ちゃん（10ヵ月）



佐々木悠綱くん（1歳）



坂本湖夏ちゃん（1ヵ月）

いぎなり めんこい! 孫自慢



尾形春斗くん（2歳）



鈴木風音くん（2ヵ月）



齋藤愛來ちゃん（1歳）



中澤陽彩ちゃん（4歳）



梅宮結菜ちゃん（3歳）

ご自慢のお写真をお送りください。
募集中のテーマは「孫自慢」「うまいもん、豊作！」！

【応募方法】郵送

写真1枚に必要事項を添えて下記住所まで郵送

〒983-0038仙台市宮城野区新田3-20-12
河北仙販 物流ビジネス推進課
「孫自慢」係 ※必要事項：氏名／年齢／性別
「うまいもん、豊作！」係
※必要事項：ひと言コメント／ニックネーム

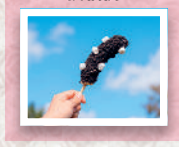
【応募方法】直接

河北仙販各支店に直接お届け、または河北仙販社員に手渡しも可

【応募方法】応募フォーム

「孫自慢」 「うまいもん、豊作!」

「うまいもん、豊作!」投稿例



五橋の新店で発見！
贅沢チョコバナナ。
トミセさん

旬食材、お出かけ先のご当地グルメ、この秋食べた“うまいもん”のお写真を投稿ください！

PRESENT プレゼント

【応募方法】郵送

はがきに「希望の商品名」「住所」「氏名」「電話番号」を記載し下記住所まで郵送

〒983-0038
仙台市宮城野区新田3-20-12
河北仙販 物流ビジネス推進課
「プレゼント」係

応募締切
2026年11月30日（月）
※どなたでも応募できます

本プレゼントを通じて得る個人情報は、第三者に開示することは一切ありません。お客様からご提供いただきました個人情報はプレゼント商品の発送、当社からのDM発送以外の目的で使用することはありません。

【応募方法】応募フォーム

応募フォームへのアクセスはこちら

『小西屋』「陶芸教室体験」体験講習費無料チケット



4名様

Workshop＆Gallery 小西屋
住仙台市青葉区宮町1-3-15
☎022-227-2450
（10：00～12：00）
陶芸体験／第1・3木曜13：30～15：30

Instagramはコチラから

陶芸の楽しさを気軽に体験できる『小西屋』。初めてでも参加できる体験講習で、世界にひとつだけの作品づくりを楽しもう。体験講習費無料チケットを4名に。

森永乳業「森永ココア」200ml×12本



5名様

おなじみの『森永』のココアを、ストローを挿せばすぐに味わえるプリズマパックで。常温保存できる200mlサイズを、12本セットで5名にお届け。

トレボン食品「シャンメリー」ゴールド&ロゼセット

10名様



トレボン食品
住仙台市宮城野区小田原2-3-18
☎022-256-4137
営8：30～17：00
休土・日曜、祝日

ホームページはコチラから

クリスマスの定番「シャンメリー」。仙台の飲料メーカー『トレボン食品』が製造するゴールドとロゼをセットで10名にプレゼント！

居酒屋『ふくたけ』1,000円分お食事券



10名様

ふくたけ
住仙台市太白区中田町前沖北85-2-B
☎070-7586-9178
営18：00～23：00、土・日曜、祝日17：30～※土・日曜は要予約　休不定休

ホームページはコチラから

選りすぐりの食材で作る、仙台ならではの郷土料理が自慢の『ふくたけ』。その味を堪能できる1,000円分のお食事券を10名に。※1会計2,000円以上で利用可

『キジトラ珈琲舎』店主・伊藤誠の気ままコラム



寝ているだけで褒められたい

国本武春を覚えておられるか。

浪曲師だった。いずれ斯界の屋台骨を背負って立つと目されていた逸材だった。忠臣蔵やら紺屋高尾やらの名演がどこぞのあげる君のおかげでYouTubeに残る。

その一方で、一貫して異端の人でもあった。

デビュー間もないころに腕試しで出た津軽三味線のコンクールでピンク・フロイドを弾いてみせた。結果は知らない。腕前は確かだった。演者と曲師の二人三脚が聴かせどころの浪曲にあって、弾きながら唸るというのは型破りだった。

2003年、文科省のプログラムで米国テネシー州に1年間留学する。官費留学生だ。夏目漱石か。下宿に引き篭もった漱石先生とは違って、こちらは現地の音楽家とブルーグラスのバンドを組み演奏活動を行い、CDも発売している。中学生の時に聴いたビル・モンロー以来のブルーグラスファンだったという。ギター、バンジョー、マンドリンに三味線をねじ込んだ。

今の耳で聴くと、バンジョーと三味線はどこか共通点がある。弦を弾いた音が長く伸びない。だから細かいフレーズを弾き続け、あるいは三味線は叩き続ける。米国内で放送されたテレビ番組に出演した映像を見ると、仲間たちが本気で三味線とセッションしている様子が伝わる。国本が浪曲を一節唸るや司会者が「ソレジャナイ」と言わんばかりの勢いで止めちゃうおまけ付きだけど。



単なる異端の人ではない。国境もジャンル分けも飛び越えた「マルチリンガルの音楽」を30年も前に実践していたのだ。こんにち、土曜深夜のFMで大友良英さんがよく口にするやつだ。50年代ニューヨークにあったジャズを今なお踏襲するばかりで良しとするプロミュージシャンはいない。国本は日本の語り物「浪曲」をジャンル分けを拒んだ存在として再構築していたのだ。

90年代半ば、タモリさんの番組で国本はシカゴブルーズの巨人、バディ・ガイさんと共演する。弾き始めはお仕事お仕事といった顔をしていたバディさんが、ソロ2回り目では本当に楽しそうな顔をしているのが画面を通じて分ける名セッションだった（これもYouTubeにある）。色物のつもりが本物だったという顔だ。

たぶん同じ番組で日本の高名なギタリストと共演した際、ギタリストは歌い出しを1オクターブ低く出た。ジミヘンの「パープルヘイズ」、明らかに国本を舐めてかかった歌い出しだ。2コーラス目、国本は正規のキーで歌い出す。国本の仕事の本質を見ていないのは、浪曲を古臭いと決めつける日本人の方だったんじゃないか。

国本は2015年急逝する。没後10年を超えちゃった。生きていれば今月1日は66歳の誕生日のはずだった。年齢的には同級生だ。悔しかったろうなあ。苦しいながらも浪曲の屋台骨を支え、なんとしてでも浪曲を時代に繋げたかった。世間がそのマルチリンガルな活動に少しだけ追いついたところだったのになあ。

キジトラ珈琲舎
住仙台市青葉区一番町2-7-3 ベアービル5F
☎022-796-3933　休水曜

福島県相馬市「サンエイ海苔」



宮城県産「焼のり 一番摘み」板のり全型20枚入
税込 1,300円

ごま油＋塩味「韓国海苔」はねのり全型35枚
税込 1,080円

宍道湖しじみしょう油使用 しじみのり



味付け海苔「しじみのり」8切6枚×8袋入
税込 450円

金印の山わさび使用



味付け海苔「わさび海苔」8切8枚×4袋入
税込 400円

ご自宅までお届け。配送料無料！
河北仙販物流ビジネス推進課
お申し込みはお電話で！　10時～18時・日祝休
☎022-353-7885

香川県小豆島町「宝食品」

香川県小豆島産のり100%
小豆島生のり 佃煮



1瓶100g 税込 380円

三重県伊勢志摩産あおさのり100%
伊勢志摩のり 佃煮



1瓶90g 税込 380円

福島県相馬市「サンエイ海苔」
福島県松川浦産青のり100%
松川浦青のり 佃煮



1瓶100g 税込 380円

宮城県白石市 カキヤ

開けたら最後　白米が止まらない！

禁断の紅鮭あぶら漬



紅鮭と玉ねぎをほどよく合わせてオイル漬けに仕上げた、全く新しい食感。あけたら最後、ご飯が止まらないおいしさ！

禁断の紅鮭あぶら漬 100g×1本 税込 400円

禁断のぶりあぶら漬



大分県産ブランド魚「海の匠」の中骨腹部を使用し、アヒージョ風オイル漬けに。ごはんのお供に、パスタにも最適！

禁断のぶりあぶら漬 100g×1本 税込 320円

塩麹入り鮭ほぐし



アイルランド産の鮭と大豆たんぱくを合わせ、塩麹でさっぱりした味わいに仕上げました。

塩麹入り鮭ほぐし 120g×1本 税込 320円

NISHIKIYA KITCHEN
宮城・山形いも煮食べ比べ



宮城いも煮、山形いも煮セット
200g　180g
税込 1,100円

和歌山県みなべ町　紀州総合食品



紀州蔵漬けはちみつ
210g（中玉9～12個程度）
塩分濃度8%
税込 850円