2022 年 1 月 1 日発行　発行：白河市商工課 / 一般社団法人 産業サポート白河　　令和 3 年度 福島県地域創生総合支援事業（サポート事業）

らくり瓦版

La'CRE
白河市創業者支援施設ら.くり

VOL.19

〒 961-0951　福島県白河市中町 65 楽蔵内　TEL/FAX 0248-29-8775　rakuri-shirakawa@road.ocn.ne.jp

Report　講座・セミナー報告

しらかわ創業塾実践編

しらかわ創業塾は基礎編に続き、実践編が 11 月 6 日、20 日、12 月 4 日土曜日に開講され、７名が受講しました。講師の阿部隆昭行政書士が自身の起業体験談を交えながら、創業時にはどう行動すべきか、マーケティングの重要性、などを分かりやすく講義。受講者は資金計画・収支計画を立てるにあたって、軌道に乗るとは売上ですべて経費を賄えるようになること、売上予測は「普通「」マックス」「アンダー」の３パターン出す、といった細かい説明を受けて実践。最終日はプレゼンテーションと質疑応答に臨み、創業への思いを語りました。

News release　講座・セミナー

創業応援プロジェクト「起業塾」塾生募集中

◆日時　1 月 29 日㈯　9：30 ～ 16：30
　　2 月　5 日㈯　9：30 ～ 16：30
　　2 月 19 日㈯ 13：30 ～ 16：30
◆場所　東京第一ホテル新白河
◆講師　波多野卓司（中小企業診断士）
◆参加費　無料
◆対象者　原則全回参加できる方
　創業希望者＋創業から２年以内の事業者
◆個別相談会　２月 19 日午前に開催

◆お申し込み・お問い合わせ
西郷村商工会　TEL 0248-25-1266
お近くの表郷商工会、ひがし商工会、大信商工会でもお申し込みいただけます。

Information　起業情報

空き店舗バンク

空き店舗バンクは、店舗を貸したい所有者と、店舗を借りたい利用者をマッチングして流通を図る制度です。現在、白河市中心市街地の物件が数多く登録されています。内覧できる空き店舗バンクツアーは継続的に開催されていますが、気になる登録物件がありましたら、事務所系・飲食店系など業種やご希望に合わせてご案内しますので、お問い合わせください。

◆白河市まちづくり推進課空き家対策係
　TEL 0248-22-1111（内線 2238）

Information　起業情報

起業・創業 無料相談

起業･創業についてのご相談を承ります。平日の９時から 17 時、おひとり 60 分程度、場所は白河市産業プラザ産業支援センター（白河市立図書館建物内）または白河市産業プラザ人材育成センター（白河市中田）です。メール、またはお電話にてお申し込みください。メールの方は①お名前②電話番号③希望日時④相談内容をご記入の上、下記アドレスへお送りください。折り返し担当よりご連絡を差し上げます。仕事帰りをご希望の方は、17 時以降の対応もできますので、お問い合わせください。

◆お申し込み・お問い合わせ
産業サポート白河　TEL 0248-21-7361
メール　sunport@train.ocn.ne.jp

肩こりや腰痛がつらい時、ケガの後遺症が治らないというような時、マッサージや整体の施術を受ける方は多いと思います。整体にも様々なタイプがありますが、経絡整体は漢方整体とも言われ、人体にあるつぼを刺激することで、不調のあるところを調整するのだそうです。整体師の塩田節子さんは長くリラクゼーションの仕事をしてきたそうですが、Ｕターンを機に経絡整体を学び、免許を得て開院しました。骨盤や背骨のズレ･歪みを細かくチェックし、ズレのあるところを矯正し、症状にもよりますが筋肉の固くなったところをほぐします。足の冷えやむくみが気になる方には、オイルトリートメントによるリフレクソロジーコースもお勧めです。

経絡整体てまり
TEL: 080-2846-5374 営業 13 時～ 19 時 木曜定休
白河市中山南 5-245　アークガーデン中山 A105

楽蔵テナント紹介…【呑み屋 ほの字】

仕事が終わって家に帰る前に立ち寄って一杯やりたいお店。日が暮れると、身を切るような寒風が吹くこの時期、呑み屋ほの字さんの入口に灯る提灯がお客さんを誘います。看板メニューは疲れて冷え切った体を温めてくれるおでん。ほかにも、ほっとできてお酒に合う料理ばかりです。

TEL 0248-21-8383
営業 17:00 ～ 22:00 水曜日定休
写真左はこの日おすすめのカキフライ、おでん、厚焼玉子。季節に合わせて鍋物や焼魚などもあります。