



気軽に楽しく健康習慣。カラダ整え体力アップ

セントラルウェルネスクラブ北仙台 徒歩4分(約270m)



青葉区昭和町1-37JACビル2F
平日 9:30~22:00 土 10:00~21:00
日 10:00~19:00
祝 10:00(月曜日を除く)~19:00(月曜日を除く)
スポーツ施設利用時間は閉館30分前まで
TEL.022-275-8411



セントラルスポーツは全国200店舗を展開する総合型スポーツクラブ。中でも「セントラルウェルネスクラブ北仙台」は、東北最大級の規模を誇ります。魅力は何と言っても充実の設備と多彩なプログラム。各種マシンやランニングトラックを備えた広いマシンジム、自然光がたっぷり差し込むスイミングプールはもちろん、東北では珍しいスカッシュコート(2面)や、ゴルフレンジ(10打席)も。ゴルフレンジは屋上にあるので、街なかにながら開放感が抜群で、気軽なストレス発散に最適です。他にも、3つのスタジオではホットヨガやピラティス、最近女性にも人気の格闘技エクササイズなど80以上のプログラムを展開しています。すべて月会費に含まれており(一部コースを除く)、いくつ参加しても追加料金不要。健康的に汗をかいたら、広々としたお風呂&ジャグジーとサウナですっきりリフレッシュを。

五戸奈緒美店長の一押しは、自分だけのプログラムで「なりたいカラダ」を目指す「パーソナルトレーニング」。体の不調をじっくり整えていく機能改善から、積極的な体力づくりや筋力アップ、さらにアスリートのための強化プログラムまで、マンツーマンで対応します。ケガをしないよう体力や目的に合わせてサポートしてくれるのは、プログラムでは。最初の2回を無料体験できるので、ぜひ試してみてください。また子ども向けスクールが充実しているのも特長で、基礎的な体育実技をマスターするコースから競技者を目指すコース、さらにクラシックバレエやチャダンスといった趣味を楽しむコースまで多様です。老若男女すべての人に「ぴったり」が見つかるスポーツクラブ。自分らしい健康習慣、気軽に始めてみませんか。



おしゃれに楽しく、エシカルに、洗練のライフスタイルショップ

真野屋 徒歩4分(約270m)



北仙台で今、熱い注目を集めるスポットが「真野屋」。「美と健康」をコンセプトに、上質で心地よい暮らしを提案するライフスタイルショップです。食品コーナーでは、農薬不使用・有機栽培などこだわりの生産者から直接仕入れる産直野菜、素材を厳選して手作りされたお弁当やデリ、スイーツの数々、珍しい調味料やアルコール類、レトルト、冷凍食品。無添加の_snackや雑穀といった体気遣う食品など、デパ地下をしのぐ品揃えに心が躍ります。雑貨は、焼き物や木工、ガラス工芸、鉄器、布製品、アクセサリなど、東北のメーカーや作家を中心に「本気のものづくり」をセレクト。真野瑞巳社長は「東北の素晴らしい作り手の思いと技を集めて発信したい」と意気込みます。

飲食コーナーも充実。スパイスたっぷりの薬膳カレーなどに優しいランチが人気のレストランに、国産小麦や甜菜糖など原材料にこだわった焼き立てパンが並ぶベーカリー。自然光が差し込む明るいカフェコーナーでは、自家製プリンや山形の雪室で貯蔵した「雪室熟成珈琲」など真野屋ならではのメニューが選べます。「実は、イスや机は廃校から回収したものを使っています」と真野社長。よく見ると他にも、とび箱でできた商品棚やドアを再利用したテーブルなどもあり、これらはリサイクル業を営む親会社が手掛けたものだろう。シックなモノトーンの壁材もペットボトルを再利用した素材で、売店は震災の津波で流された貨物コンテナだったとか。「使われないものに価値を与えて循環させる。楽しみながらできればいいですね」。エシカルでおしゃれで、ワクワク感満載、毎日通いたくなるお店です。



真野屋 CEO 真野 瑞巳さん

宮城県仙台市青葉区昭和町1-37ビル1F
食料品・生活雑貨コーナー 10:00~21:00
レストラン 11:00~19:00 (L.O 18:00)
カフェ 10:00~19:00 / ベーカリー 10:00~17:00
食育(バー・軽食)コーナー 11:00~21:00
年中無休(年末年始を除く)
TEL.022-342-1755



北仙台
温故知新なまち、



JR仙山線「北仙台」駅/徒歩2分(約120m)

レトロモダンで愛らしい北仙台駅舎や看板は、昭和4(1929)年に開業以来、改装を重ねるもその風情を今に伝えています。その歴史を紐解くと、仙山線、仙台鉄道、仙台市電が重なって乗り入れ、交通の要衝として発展してきたことが分かります。駅前の不思議に広い道路幅も、仙台市電の軌道の起点が置かれた名残りと聞けば納得。昔から、都心へのアクセスの良さを享受しながら

ら文化を培ってきた街が、ここ北仙台です。駅界隈には戦前から大きな材木商があったものの戦後廃業し、跡地に日用品を扱う市場ができました。「東京の浅草にあやかって繁盛させたい」と名付けたのが、仙台浅草の始まりです。昭和、平成と変遷を乗り越え、令和に入った今では、昔ながらの商売とイマドキの若い感性が融合するディープな個性を放つ一帯に。歴史ある古

き良き街並みと都市化した地域がゆるやかに隣り合う住み心地の良さが、魅力です。



北仙台グルメ&スポーツMAP



KITA-SENDAI
gourmet and
wellness map



極上の一杯をゆっくり味わう

Quiet Corner Coffee (クワイエット コーナー コーヒー) 徒歩3分(約210m)

青葉区昭和町3-31 Villa Santa Clara 2F
10:00~19:00
日曜営業
水曜定休
TEL.022-343-6793



本当は教えたくないスペシャル空間

駅から徒歩すぐ、足元の小さな看板が目印。一人や少人数で静かな時間を楽しむのにおすすめのカフェです。福岡・久留米の焙煎所「COFFEE COUNTY」の豆を使用し、ハンドドリップで丁寧に淹れられたコーヒーは風味豊か。自家製スイーツとの相性もぴったりで、つい長居してしまいそう。



石窯で焼き上げる本場のピザ

イル・ピッツアイオーロ

徒歩7分(約560m)

青葉区堤町1-9-21 第13ジュリヤン 1F
[月・火・木・金・土・日]
[ランチ] 11:30~15:00(L.O 14:00)
[ディナー] 18:00~22:00(L.O 21:00)
TEL.022-725-3141



ピザのおいしさの真髄を感じてほしい

本場ナポリで修行を積み、世界大会で3位を獲得した経験のあるシェフが手作りするピザ専門店。じっくり寝かせて小麦本来の味を引き出し、高温の石窯で焼き上げた生地は、かみしめるほどにうま味が広がります。鮮やかな“焼き”の職人技も必見!大人気で売り切れる日もあるので、ぜひ早めの来店を。



本格フレンチで素敵な時間を

NAGELIBRE KAMIYAMA (ナージュリグレ・カミヤマ) 徒歩5分(約330m)

青葉区昭和町2-23 2F
11:30~14:00
[火~土]18:00~23:00
[日・祝]18:00~22:00 日曜営業/月曜定休
TEL.022-233-8366



素材を生かすプロの技を堪能

本格フレンチとワインを味わえるレストラン。食材の良さを生かした繊細な料理を堪能できます。気軽な仲間とのカジュアルなランチも、おめかしして大切な人と出かけたディナーも、シーンに応じて楽しんで。特別な記念日には、花束のプレゼントがついた「アニバーサリーディナーコース」がおすすめ。

