



# ONE + vol.65



例年以上に暑さの厳しかった夏も  
終わり、段々と秋らしい日和に  
なってきましたね! 今年の秋は、  
「食欲の秋」や「読書の秋」などに加えて  
「平成最後の秋」でもあります。  
いつもとは少し違う秋を感じながら  
今月のONE+もぜひお楽しみください!

## 東北の文化 芋煮について

今回は主に、東北地方で行われる芋煮についてのお話です。

### 芋煮の歴史

芋煮のはじまりは、江戸時代の山形県中山町だと  
言われています。農家では、米以外に芋が食べられて  
いましたが、里芋は日持ちがしないため、腐る前に  
全部食べ切る必要があり、その時に生まれたのが  
芋煮でした。

あなたの  
webサイトは  
大丈夫ですか?

## Google Chrome アップデートで 常時SSL対応が必要になります!!



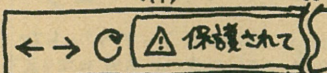
### 01 アドレスバーに警告が出る!?

日本で最も利用の方が使っているGoogle  
Chrome (なごブラウザ)ですが、アップデートに  
よってSSL (https://)に対応していないサイト  
では、アドレスバーに警告が出るように...

今まで



これから



### 02 そもそもSSLって何?

(Secure Sockets Layer)

インターネットで行われる通信を暗号化  
して、情報のやり取りに信頼性を持  
たせる仕組みのことです。



[見分け方]

未対応は...  
http://~  
対応は...  
https://~

### 03 SSL対応によるメリット+

- ★ webサイトの安全性向上!!  
データの改ざんや傍受を防ぎます。
- ★ ユーザーへの信頼性獲得!!  
SSL対応マークが表示されます。
- ★ 検索結果での順位向上!!  
Google では表示順位が上がります。
- ★ webサイトの表示高速化!!  
表示が早くなるため、機会損失も回避!

### 04 もしも対応に迷ったら...?

常時SSL対応については、なかなか  
浸透が進まなかった背景があり、本当に  
必要なの? という質問をよくいただきます。  
ただ、2018年7月24日にリリースされた  
「Chrome 68」がS. アドレスバーに警告が  
表示されるため、ご希望のお客様は、

まずはお気軽にご相談ください!!

ごめい

## 芋煮は東北だけじゃないぞ! 日本三大芋煮

実は東北だけでなく全国に広がっている芋煮。今回は三つの芋煮をご紹介します!



山形県 中山町 (ここがはじまりとされています)  
牛・ネギたっぷりすき焼き風 or 豚肉・味噌ベース



愛媛県 大洲市  
具だくさんの「芋炊き」。醤油ベースの甘めのスープ (鶏がらベース有)



島根県 津和野町  
鯛と里芋に柚子皮を添えた、すまし汁のような出汁の旨味が特徴。



全国各地で作られる芋煮は大きく分けて醤油派・味噌派の  
2つに分かれます。私は、醤油が大好きです。  
あなたはどの派ですか?

(ららら)

目覚めあきり!

## 秋こそ、リラックス快眠術

十分に寝ているはずなのに、朝の目覚めがスッキリしない...なんていうこともありが  
たね。「睡眠時間」と「睡眠の質」は別で、良質な睡眠をとるのが「快眠」  
だ。美容と健康に欠かせない快眠のポイントをご紹介します。

- 室温は27~29℃、湿度は50~60%
- コーヒーや紅茶などカフェインは、就寝の8時間前からは控えましょう。
- 就寝直前のブルーライトはNG。PCやスマホは寝る1時間前までに。
- 就寝前の軽いストレッチは寝返りも打つ準備運動として、快眠に効果的だ。
- お風呂で体温を上げた後、体が冷めてきた頃が眠りに入るベストタイミング!

\* 月 \*

たまたま夏の疲れを涼しい秋の快眠で癒してください。佐藤敦子

# インクレイブの1DAYインターン

インクレイブでは今年1月より1DAYインターンシップを実施し、積極的に学生の迎え入れを行い、これまでに20名ほどのインターン生を迎え入れてきました。1DAYということもあり、学生のみならずも参加しやすいようです。

## ■カリキュラム内容

- A00研修 ※A00～弊社の仕事の設計図
- 仮想クライアントへのヒアリング
- グループワーク
- 仮想クライアントへの提案
- フィードバック

これまでにインクレイブが培ってきたマーケティングノウハウを活用した提案を集団思考で構想していくという形で体験していただいています。仮想クライアントを立てて提案するという点が、実際の仕事に近い形で体験できるので、好評をいただいております。学生のみならずにとってもどのような職場が合っているのか、仕事の適性はあるのかを肌で感じてもらう数少ない機会なので、今後も積極的に活用していただきたいと思います。押切

## ハロウィンクイズ


皆さん、どのくらいハロウィンについて知っていますか？  
実はとても古い歴史があり、いろんな意味があったり興味深いイベントです！そこで、今回は色々なハロウィン情報をもとにクイズとして用意いたしました！全問正解できるでしょうか？

Q1 ハロウィンのシンボルカラーのオレンジの意味は？  
① 収穫 ② 朝日 ③ 火

Q2 ハロウィンとよく似た日本の行事はなんですか？  
① お盆 ② 七五三 ③ ひな祭り

Q3 日本でハロウィンが広まったのはどのイベントがきっかけでしたか？  
① USJ ② 富士急ハイランド ③ スズーランド

答えは右上にあるので答え合わせをしてみてくださいませ！敬



# TOPICS

## スタッフ紹介

インクレイブに2人いる伊藤のひとり、伊藤 正晃<sup>まこと</sup>です。  
生まれも育ちも宮城県、今は東京でシステム開発に携わっています。  
前職でハードウェアに関わっていたこともあり、ITが高級な今、昔は、<sup>おぼろ</sup>棒<sup>ぼう</sup>で面白い事ができないかなあと、こそり考えています。

音楽オタクで、せっかく東京に来たら…と、休日はレガと求めて都内の中古ショップを渡り歩いてはいる。ただ、曲が古いせいか、社内では「10歳くらいがバカと聞いているのでは？」とよく言われます。

5年ぶりにONE+担当に振替されました。最近、肉体と精神鍛錬のためにジギンギ等もしています。8月は105km走る、月間120km走破、体脂肪率9%（1桁）に挑戦し、全部クリアしました！（9月は7km/day、120km/月目標♡）  
身体の変化はねらい通りでしたが、一番大きな収穫は、「得たいものを得られるかは自分次第」でした。やれるがやれないが、ではなくて、まずは飛び込んでみる。が大事だなど。まわりでシグ仲間を増やしてきたので、楽しくやっています。走るのあすすめですよ！(´▽`)/ (丸山)

Q1: ① 収穫 → 秋の収穫や太陽の光の象徴とされていることで、お盆 → ハロウィンの先祖の霊が帰ってくる言われています。お盆にも先祖の霊が帰ってくる言われているので、そっくりですね。  
Q2: ③ スズーランド → 1990年代からハロウィンのイベントが盛んに行われるようになった。Q3: ③ スズーランド → 1990年代からハロウィンのイベントが盛んに行われるようになった。Q4: ③ スズーランド → 1990年代からハロウィンのイベントが盛んに行われるようになった。

## ANSWER

## INCRAVE インクレイブ株式会社

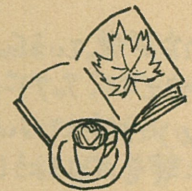
ONE+ 編集部 宮城県仙台市青葉区大町2-10-14 5F  
☎ <https://www.incrave.co.jp> ✉ [one@incrave.co.jp](mailto:one@incrave.co.jp)

気になる情報かございましたら、いつでもお気軽にご連絡ください。

# ONE+

LETTER TO YOU

いつも近くに置いてください。



## [CONTENTS]

- Google Chrome アップデートで常時SSL対応が必要になります!!
- 東北の文化「芋煮」について
- 目覚めすっきり! 秋こそリラックス快眠術
- インクレイブの1DAYインターン
- ハロウィンクイズ