

広告掲載のお申し込みは、各広告会社へ

無料配布 岩手県内 **110,000部**発行
This magazine is not for sale.

平成29年3月14日発行(月2回火曜日発行) 発行/株肆星舎
〒020-0021 盛岡市中央通3-3-2 菱和ビル8階
TEL (019) 621-8150 FAX (019) 626-3580
[E-mail] info@k-yuuyu.com [URL] http://k-yuuyu.com

ポスティングエリア **盛岡地区約75,000部**
※ご自宅にポスティングされない場合はお近くの設置店をご利用ください。

オール女性スタッフが、あなたの目指すキレイをサポート

日本形成外科学会 形成外科専門医
さくら美容形成クリニック
院長 田崎 治子

[検診科目] 形成外科・美容外科・美容皮膚科

0120-777-392

〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通 13-8 鳴海ビル 2F
[診療時間] 10:00~19:00 [定休日] 不定休
HP <http://sakura-keisei.jp/>



“旬な情報” みんなでつくる情報紙
ゆうゆう
情報紙 游悠

おうちカフェ

自宅でゆったり
カフェ気分



まだまだ寒さが残る今の季節。
温かいコーヒーをおうちで飲んでほっこりしませんか?
そこで、今回はおうちで楽しめるおうちカフェを提案します。

3/18 岩手朝日テレビ 9:30~O.A
いいコト!内 新コーナー
みなみのいいコト!
毎回イオンモール盛岡南の情報満載!
1回目の今回は無印良品の情報をお届け!さらに当日は中継もあります!

おうちカフェ 自宅でゆったりカフェ気分 1・2・3

街のうまいもの図鑑..... 4
読者プレゼントコーナー..... 7
催事&伝言板..... 9
春のならいごと特集..... 10
ヴォイスユウユウ..... 10
映画情報pick up..... 11
NewsNews..... 11

2017	日	月	火	水	木	金	土	2017	日	月	火	水	木	金	土
3				1	2	3	4	4							1
	5	6	7	8	9	10	11		2	3	4	5	6	7	8
	12	13	14	15	16	17	18		9	10	11	12	13	14	15
	19	20	21	22	23	24	25		16	17	18	19	20	21	22
	26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	

●印は遊悠の発行日です。4月は発行日が通常と異なります。

岩手県内 **110,000部**発行

三井住友海上グループの保険代理店
業務拡大につき 正社員募集
▶損害保険・生命保険の提案・プランニング
▶契約業務 ▶契約後のアフターフォロー
■給与:月給25.4万円~
※経験・スキルを考慮の上、優遇します。
■休日:土・日・祝日・夏季休暇5日
有給休暇20日・年末年始
■勤務:9:00~17:00
■待遇:交通費支給・各種社会保険完備、
昇給年1回、賞与年2回
詳しくは、下記までご連絡ください。
連絡先 **MS岩手株式会社**
〒020-0022盛岡市大通3-3-10 七十七日生盛岡ビル9F
tel:019(623)2400

入場無料 **いま注目の「体温免疫」**
100歳まで元気で**ほっこり**逝ける眠り方
無料 **健康睡眠セミナー**
現代人は男女とも低体温。低体温はガンや認知症、
動脈硬化、不眠症、アレルギー疾患などの原因。
3月19日 会場:ふれあいランド岩手
盛岡市三本柳8-1-3
【開場】13:00~ 【講演・体験交流】13:30~15:30
●ゲスト講演「冷えとリンパについて」
●迫り来る認知症と介護
●健康寿命を延ばすためには?
●あたたかみ睡眠のご提案
【毛細血管血流観察実演】15:30~
※希望者は無料で行なえます
主催:いわて健康睡眠促進協議会
お問い合わせ 090-3645-3480(事務局:金浜)

「おうちカフェ」とは、自分の家でカフェのような雰囲気を出してコーヒータイムを楽しむこと。カフェのオシャレで落ち着いた空気を醸し出すために料理や飲み物、小物、音楽など細部にわたりにこだわることがポイントになってきます。大好きなお友達や親戚を招いて大声で笑ったり騒いだり、少し疲れたらソファに横になったりできる自由さが魅力です。

また、おうちカフェでこだわりたいのがコーヒー。インスタントコーヒーとレギュラーコーヒーの違い、皆さんはご存知ですか? 焙煎したコーヒー豆から抽出したコーヒー液を乾燥させて粉末にし、お湯に溶かすだけで飲めるのが「インスタントコーヒー」、焙煎したコーヒー豆からコーヒー液を抽出し飲むのが「レギュラーコーヒー」です。手軽に味わえるインスタントコーヒーと違い、手間がかかるレギュラーコーヒーは芳醇な香りと本物の味を楽しめます。

次ページからは、おうちカフェに役立つ情報をたっぷりご紹介いたします。自分好みのコーヒー豆を選び、美味しいコーヒーの淹れ方、可愛いラテアートの方法を学び、コーヒーに合う焼き菓子、おしゃれなカフェグッズを揃えておうちカフェを始めましょう。おうちカフェで、ちよっと幸せなひとときを過ごしたら、明日はもっと元気になるはず!

※巻頭特集(1~3ページ)取材協力店よりプレゼントがあります!詳しくは7Pの読者プレゼントコーナーを参照ください。

正職員募集
新卒・中途は問いません
盛岡友愛病院 ●看護師
ゆうあいの里・ゆうあいの街 ●介護福祉士 ●ヘルパー(2級以上)
給与・待遇:当法人給与・待遇規定による
(介護福祉士資格手当、夜勤手当、院内保育施設、研修制度、資格取得支援制度あり)
応募方法:電話連絡の上、履歴書を郵送下さい
連絡先:医療法人 友愛会 盛岡友愛病院 総務課
〒020-0834 盛岡市永井12-10 ☎019(638)2222

東北最大級! 170坪の豊富な品揃え
ブランドバッグ
ジュエリー・時計
お売り下さい!

LOUIS VUITTON HERMÈS CHANEL GUCCI PRADA COACH TIFFANY & CO. Cartier ROLEX OMEGA

金 プラチナ・ダイヤ 当店へ、ぜひお持ち下さい!
●壊れた地金 ●素材の不明なもの

3月3日の公表相場		当店買取単価(1g)	
純金	¥4,845	18金	¥3,301
プラチナ	¥3,906	14金	¥2,400
		Pt900	¥3,124
		Pt850	¥2,905

商品券・金券買取相場 記載以外の各種金券も買取中!

VJA・JCB・ナイスギフト	95%	JTB・近ツリ・日本旅行バスカード	92%	収入印紙シート	91%
ひょう・全国百貨店共通商品券		川徳商品券・友の会券		収入用紙(バラ1,000円以上)	
UC・三菱UFJニコス		いわて生協・アークス図書カード	90%	現行普通切手シート(52円~)	80%
日専連	92%	セブン&アイ・マイカル		記念切手シート(10枚以上・50円以上)	70%

偽ブランドは買わない! 持たない! 流通させない!
エコノマート
〒020-0133 盛岡市青山4-46-15 3F
【営業時間】10:00AM~6:00PM
岩手県公安委員会許可第211170000736号
時計・バッグ・地金・金券の買取相場は **エコノマート**
ホームページ、またはお電話で!
TEL.019-647-2909

店頭での買取の場合、その場で現金での支払いとなります。
ご来店の際、免許証・保険証等の身分証明書をご持参ください。

なかなか目にする事のない生豆。



ひとつひとつ丁寧にその場で焙煎。



素朴でシンプルなパッケージで販売。

20種類の生豆から自分好みの味を!

うっすらと青みがかった生豆のコーヒー豆。生豆を焙煎することにより、コーヒー独特の味と香りに変化します。

なかなか目にする事がない生豆を販売しているお店があります! 鉈屋町の外れにある緑色の「fulaafu」生豆と焙煎では、20種類もの生豆を販売。

甘さとほろ苦さのバランスの良さが際立つ「オリジナルの鉈屋ブレンドII」、チョコレットのような後味のペルーの「クナミア有機栽培」、豊かなコクと力強い苦味が特徴

のインドネシアの「マンデリンG1」、他にもブラジル、パプアニューギニア、メキシコ、エチオピア、キューバ、ドミニカ、ケニア、コロンビアなどさまざまな国の生豆を取り揃えています。時期によって新しい生豆を入荷したり春夏秋冬に合わせたブレンドを作ったりするそう。

コーヒー豆は産地によって酸味、苦味、甘み、コクなどそれぞれに個性があります。コーヒー豆に詳しくなくても「苦いのが好き!」、「酸味のあるまろやかなものが良い」など希望を伝えると店主の「絞ノ口」さんがその条件に合う生豆を提案してくれるので安心。好きな生

焙煎している時間も約30分かかると焙煎を待つ

豆を選んだあとは、その場で好みに合わせた焙煎具合で焙煎してくれます。焙煎で酸味の強いもの、苦味の強いものなど生豆本来の持ち味を上手に引き出しながら味や香りを仕上げます。焙煎の時間が長ければ甘さや苦さが短ければ酸味が生かされるなど焙煎によってコーヒーの味は変化。焙煎した豆をそのままティークアウトすることはもちろん、ペーパードリッパーやコーヒーメーカーなど普段のコーヒーの淹れ方に合わせて挽いてくれるサービスもしています。

焙煎している時間は約30分かかると焙煎を待つ。一杯無料で提供されます。焙煎済みの豆も8種類ほど用意しているので時間のない方はこちらを購入したり、事前に電話予約をするそう。また、カフェとしてコーヒーを飲むだけの利用もできます。「煎りたての新鮮なコーヒーの香りと味をぜひ味わってください。そして、家でコーヒーを淹れる時間そのものを楽しんでほしい」と語る絞ノ口さん。自分のお気に入りの生豆が焙煎される音と香りに包まれながら、ゆったりとした時間を過ごしてみたい。

焙煎している時間も約30分かかると焙煎を待つ。一杯無料で提供されます。焙煎済みの豆も8種類ほど用意しているので時間のない方はこちらを購入したり、事前に電話予約をするそう。また、カフェとしてコーヒーを飲むだけの利用もできます。「煎りたての新鮮なコーヒーの香りと味をぜひ味わってください。そして、家でコーヒーを淹れる時間そのものを楽しんでほしい」と語る絞ノ口さん。自分のお気に入りの生豆が焙煎される音と香りに包まれながら、ゆったりとした時間を過ごしてみたい。

焙煎している時間も約30分かかると焙煎を待つ。一杯無料で提供されます。焙煎済みの豆も8種類ほど用意しているので時間のない方はこちらを購入したり、事前に電話予約をするそう。また、カフェとしてコーヒーを飲むだけの利用もできます。「煎りたての新鮮なコーヒーの香りと味をぜひ味わってください。そして、家でコーヒーを淹れる時間そのものを楽しんでほしい」と語る絞ノ口さん。自分のお気に入りの生豆が焙煎される音と香りに包まれながら、ゆったりとした時間を過ごしてみたい。

焙煎している時間も約30分かかると焙煎を待つ。一杯無料で提供されます。焙煎済みの豆も8種類ほど用意しているので時間のない方はこちらを購入したり、事前に電話予約をするそう。また、カフェとしてコーヒーを飲むだけの利用もできます。「煎りたての新鮮なコーヒーの香りと味をぜひ味わってください。そして、家でコーヒーを淹れる時間そのものを楽しんでほしい」と語る絞ノ口さん。自分のお気に入りの生豆が焙煎される音と香りに包まれながら、ゆったりとした時間を過ごしてみたい。

焙煎している時間も約30分かかると焙煎を待つ。一杯無料で提供されます。焙煎済みの豆も8種類ほど用意しているので時間のない方はこちらを購入したり、事前に電話予約をするそう。また、カフェとしてコーヒーを飲むだけの利用もできます。「煎りたての新鮮なコーヒーの香りと味をぜひ味わってください。そして、家でコーヒーを淹れる時間そのものを楽しんでほしい」と語る絞ノ口さん。自分のお気に入りの生豆が焙煎される音と香りに包まれながら、ゆったりとした時間を過ごしてみたい。

芳醇な香りが魅力

生豆から焙煎したコーヒーを楽しむ

焙煎を待つ時間にはコーヒーを1杯無料で提供。



ショーケースには20種類もの生豆が陳列。



ゆったりとしたソファで焙煎を待ちます。

バリスタ選手権出場

オーナーに聞く! 美味しいコーヒーの淹れ方



県内で初めてデザインカプチーノを導入した同店。

おいしい静岡茶はお近くの小売店、スーパーでお求めいただけます。

製茶問屋 吉田銘茶株式会社

本社 盛岡市山王町7-29
 製茶工場 盛岡市好摩町南158
 仙台営業 仙台市太白区郡山8-15-24
 TEL 019(681)7917

★玉露煎茶 煎茶
 ★粉茶 煎茶 玄米茶
 ★焙じ茶 煎茶
 ★ティーパック
 ★贈答品 仏祝儀 (各種お取り寄せ 致します)

同店オーナー 金井さん直伝 美味しいコーヒーの淹れ方



- 沸騰させたお湯をドリッパーに移すなどして90℃位まで下げる。
- 挽いた粉をフィルターに入れてドリッパーにセットし、軽く揺すって平らにならす。
- お湯30ccを粉の中心から円を描くように注ぎ約30秒蒸らす。
- 残りのお湯を粉の中心に500円玉位の大きさの「の」の字を書くようにゆっくり淹れる。
※フィルターと接している緑の粉には直接お湯をかけないこと。お湯を注ぐ位置は高くせず、粉に近い位置で注ぐ。
- 最後にサーバーを軽く回して味を均一にして温めたカップに注いで出来上がり。

簡単! なんちゃってデザインカプチーノ

- ★材料/牛乳・チョコソース・エスプレッソコーヒー(濃めに作ったコーヒーでも可)
- 牛乳を耐熱カップに入れ、60℃に電子レンジで温める。※コンロで温めてもOK。
 - コーヒーカップにエスプレッソコーヒー約30ccを注ぐ。
 - 温めた牛乳をミルクピッチャーに入れ約30秒泡立てます。※ピッチャーの底をテーブルで軽く叩いたり、上下に回して大きな泡を残さないように。
 - ミルクピッチャーを45度に傾け、泡立てたミルクを高い位置からカップの半分位まで注ぐ。
 - ミルクピッチャーをコーヒーの液面に近づけ、白い泡を乗せる感じで中心に注ぐ。
※白い部分が足りなかったら、残った泡をスプーンですくってカップの真ん中にのせてもOK。
 - 爪楊枝にチョコソースをつけ、お好みのイラストを描いて完成。



2017 3.1 OPEN ヒラトヤグループ 美容室 ACCE 移転オープン

感謝を込めて!! 『特別メニュー』

OPEN記念 \4/30まで!!

A オートシャンプー+カット (¥3,000相当) → **¥2,000**

B カット+トリートメント (¥7,500相当) → **¥3,980**

C カット+パーマ+頭皮エステ (¥10,500相当) → **¥5,980**

D カット+カラー+頭皮エステ (¥10,000相当) → **¥5,980**

※B・C・Dメニューはシャンプーフロー込みとなります。 ※全て税抜き価格です

ヘッドスパ NEW 新しいアクセのヘッドスパは贅沢個室の極上スパ★

頭皮ケアがメインのヘッドスパ

***クレンジングスパ** [30分コース] (¥3,500相当) → **¥2,450**

頭皮ケアと髪の手入れが両方できるヘッドスパ

***リペアスパ** [45分コース] (¥4,500相当) → **¥3,150**

※混雑が予想されますので電話予約をおすすめします。 ※全て税抜き価格です

OPEN記念!! 大抽選会 期間 3/31まで!!

1等 ヘッドスパ 無料券 (45分コース) ¥4,500相当

2等 ヘアカラー 無料券 (シャンプー別) ¥3,500相当

3等 技術料金半額券

4等~8等 日用品など **ハズレなしの豪華抽選会です**

※1等~3等は次回からご利用いただけます。 ※高校生以下の方は抽選対象外となります。(ご家族とご来店の場合対象)

技術料金¥7,000以上の方へ

ケアドゥエ **CARE DUE** ¥1,500相当

シャンプー&トリートメントセットをプレゼント!!

美容室 ACCE 0120-910-627

盛岡市盛岡駅前北通11-1 OPEN. 10:00~20:00 (年中無休)

<http://www.hiratoya.com>

大小さまざまな味のクッキーを用意!



20種類以上の焼き菓子を

コーヒーなどのドリンクとともにカフェに欠かせないのがスイーツ。おうちカフェをするのには必要なアイテムです。ね。虹色の看板がトレードマークの「ひだまりカフェ」。日替わりのケーキを始め、風味豊かな岩手県産の南部小麦を使用したクッキーやガレット、ブラウニー、パウンドケーキなど20種類以上の焼き菓子を販売しています。店主のまっちさんが作るお菓子はほっと心が和む優しい味わい。泡盛に漬けた「泡盛ケーキ」を使った「泡盛ケーキ」などの珍しいケーキやコ

ほっと心が和む

素朴でシンプルな焼き菓子を



泡盛ケーキ



ビスコッティ



愛犬用手づくりクッキー

こだわりのケーキも用意!

同店自慢のケーキは数種類用意! 4月末まで常時販売している「盛岡りんごパイ」は、1カップの中に盛岡りんごの紅玉が半個も入った贅沢な逸品。ほのかな甘さのアイモンドクリムとりんごの酸味、サクとしたタルトが絶妙な組み合わせ。他のケーキはまっちさんが季節の食材を使



盛岡りんごパイ

ひだまりカフェ まっちさん考案 ちょうど大人のバナナケーキ

★材料(18cmシフォン型) / 卵2個・バナナ200g
 A) サラダ油100g、砂糖100g、粉黒糖20g
 B) 薄力粉(ふるったもの)180g、ベーキングパウダー小さじ1、重曹 小さじ1/2、塩 小さじ1/2、シナモン3g
 ※オールスパイスやナツメグ、クランム、チョコチップなどを入れても美味。

★作り方
 ① Aをハンドミキサーで白っぽくなるまで混ぜる。
 ② ①に卵を加え乳化するまでよく混ぜる。
 ③ 荒めに刻んだバナナを②に加え、軽く混ぜる。
 ④ ③にBを加え、粉っぽさがなくなるまでよく混ぜる。
 ⑤ ④を型に入れて180℃のオーブンで40分焼く。
 ※竹串をさして、ドロツとした生地がついてこなければOK。そうでなければ3分ずつ様子を見ながら焼く。
 ⑥ お好みで生クリームを添えたり、ココアパウダーや粉糖をふりかけて出来上がり。



カップスタンドとお菓子スタンド

ハンドクラップ

普段の自宅にないものを取り入れることで本物のカフェの雰囲気になくることが出来ます。テーブルにクロスを敷いたり、紙ナプキンを皿に敷いてお菓子をのせたりすると家に居ながら、いつもと違う雰囲気になります。他にも、いちご柄のカップやポットなどの食器類。ホーロー素材で軽い「インニシャル入りマグカップ」は、わざと塗り残しをするなどアンティーク風に。大きく表記されている英字は、おうちカフェに招待した方とインニシャルを合せたりできるので、ちょっとした遊び心をプラスできます。

手づくりアイテムが

オープンから28年、可愛い雑貨を求めて長年にわたって通い続けるファンも多いお店「おもはんはうす」。県内で活躍するクラフター約200名の手作り作品とナチュラルで素材なカントリー雑貨など約1,000点もの商品を取り扱っています。そんな同店で、おうちカフェにオススメのグッズを紹介してもらいました。おうちカフェの主役はカップやポットなどの食器類。ホーロー素材で軽い「インニシャル入りマグカップ」は、わざと塗り残しをするなどアンティーク風に。大きく表記されている英字は、おうちカフェに招待した方とインニシャルを合せたりできるので、ちょっとした遊び心をプラスできます。

可愛いグッズ

揃えておうちカフェを楽しもう



インニシャル入りマグカップ



シュガーポット



ホーローキャニスター

盛岡鉄道まつり

今年も走るぞ! 赤い新幹線vs500系
 新幹線も参戦・ぶっ飛び新幹線ジオラマ
 プラレールタウン・鉄道用品販売

3/25(土)・26(日)

10:00~17:00(最終入場16:30)

盛岡 アイーナ4F・5F
 いわて県民情報交流センター

入場料:大人600円 小人300円(各税込)
 3歳以下のお子様は入場無料

カラマツトレイン盛岡店 019-622-2900



花柄の紙ナプキン

ハンドクラップ

普段の自宅にないものを取り入れることで本物のカフェの雰囲気になくることが出来ます。テーブルにクロスを敷いたり、紙ナプキンを皿に敷いてお菓子をのせたりすると家に居ながら、いつもと違う雰囲気になります。他にも、いちご柄のカップやポットなどの食器類。ホーロー素材で軽い「インニシャル入りマグカップ」は、わざと塗り残しをするなどアンティーク風に。大きく表記されている英字は、おうちカフェに招待した方とインニシャルを合せたりできるので、ちょっとした遊び心をプラスできます。

回進堂 盛岡フェザン店

FESAN フェザン・おでんせ館1Fに

3月17日オープン!

株式会社 回進堂

〒020-0034 岩手県盛岡市盛岡駅前通1番44号
 盛岡駅ビル フェザン おでんせ館1F 回進堂
 TEL.019-613-2637・FAX.019-613-2637
 【オンラインショップ】http://www.kaishindo.jp

回進堂 盛岡フェザン店 先行発売

蒸がんづき 味噌
 蒸がんづき ごま
 蒸がんづき 黒糖
 焼がんづき 黒糖
 焼がんづき りんご

なつかしいのに、あたらしい

回進堂 がんづき

- 1個.....各120円(税別)
- 5個入り.....700円(税別)
- 10個入り.....1,300円(税別)

海鮮・鶏の水炊き・キムチ鍋etc...

歓送迎会ご予約はお早めに! 家庭料理居酒屋日だまり



ほっとする家庭料理が自慢の居酒屋「日だまり」では、歓送迎会にぴったりのコースのご予約を承り中です。早春が旬のお刺身盛り合わせや、海鮮鍋などが含まれる、大好評の宴会コース。「ゆうゆうを見た」で、飲み放題150分+お料理9品と通常のプランよりお得に! 人気の小上がりは6名様まで、広々とした3階お座敷は10名様から最大36名様まで、貸し切りも承ります。他のお客様を気にすることなく、おくつろぎください。この季節の送別会、歓送迎会、ぜひ日だまりへ!

★飲み放題120分+お料理8品
5,000円 → **4,000円**(税別)
★「ゆうゆうを見た」のご予約で宴会プランがお得に!!

★飲み放題150分&お料理9品
5,500円 → **4,500円**(税込)

料理一例/海鮮鍋、春が旬の鮮魚お造り、季節の先付3品、県産焼き鳥、メのおそばなど
※他のサービスとの併用はできません。

日だまり
盛岡市大通2-4-18
019(656)6870
営業/17:00~24:00(L.O.23:30)
休/日曜 席/宴会場(36名様まで)
カウンター、テーブル、掘りごたつ

歓送迎会におすすめ! 特別メニュー +バイキング&お酒飲み放題!!



◎忘新年度会プラン
ローストビーフ+^{120分}
海老とアスパラの
アイオリ風味のプレート
+バイキング
期間/~4月29日まで
●お酒飲み放題付
2日前までの**3,500円**
予約で

※2日前までの要予約です。3名様~20名様、1グループ同一プラン、ご利用は120分とさせていただきます。水曜、日・祝日は休業。貸切の場合あり。

旬の食材を使用したバイキングが楽しめるホテルエース内「ビーハイブ」。4月29日までお得な「忘新年度会プラン」を開催中。刺身の盛り合わせや水餃子など約40種類の料理が味わえるバイキングに、お酒飲み放題、さらに特別メニューとして「ローストビーフ」と「海老とアスパラのアイオリ風味のプレート」付き! さらに、乾杯酒の梅酒サービス、2日前の予約で3,500円とお得に。歓送迎会や年度末年度初めの飲み会にぜひご利用ください!

ホテルエース盛岡
ビーハイブ
盛岡市中央通2-11-35
TEL019(654)3811
営業/18:00~22:00
(19:30最終入店)
定休/水曜・日曜・祝日

街のGourmet 旬のうまいもの鑑

ゆうゆう特選版



2時間 飲み放題付 **宴会コース** [※お料理のみは2,000円~]
◎料理/鍋物、刺身、揚げ物、小鉢
お1人様 **4,000円**~
※10名様程度で要予約。※お料理のご予算はご相談に応じます。

旭橋のたもと ニューウイング向かい 本格和食と地酒を堪能!

盛岡駅から徒歩3分、純和風の居酒屋「飲み処 旭」。和食職人が旬の食材を使用して、丹精込めて作る料理と地酒が楽しめます。宴会コースでは、新鮮な魚介類を使った刺身をはじめ、鍋物や揚げ物、小鉢など旬の食材を使った料理の数々が並びます。宴会は最大34名様まで、お料理のみは2,000円からご用意。お料理の内容や予算もご相談に応じます。

飲み処 旭(あさひ)
盛岡市盛岡駅前北通1-10
橋市盛岡ビル地下1階
TEL019(625)0234
休/日祝日
営業/17時半~22時半
(L.O.22時)
席/カウンター6席、座敷最大34名可、個室あり

シンプルモダンな店内で本格中国料理を堪能 各種パーティー、歓送迎会



JAZZが流れ清潔感のあるシンプルモダンな内装の広東料理店「中国料理 空(くう)」。約60種のヘルシーな広東料理があり、お値打ちな価格設定。特別な時には高級食材を使ったコースも楽しめ、シチュエーションに合わせて利用できるお店です。カメ出しの紹興酒、ワイン、日本酒などドリンクの種類も豊富です。

パーティープラン・4名様から30名様まで
料理7品 飲み放題付き
4,500円(税込)から
5,000円、6,000円、8,000円、10,000円コースもございます

中国料理 空
盛岡市菜園2丁目5-13
MOSSビル並び
TEL019(625)5336
営業/ランチ11:30~14:30
ディナー17:30~23:00
休/日曜(祝日は営業)

鶏だし牛だしのお店 中華そば 青山



「旬菜食堂 盛岡*BARU GOTTSU」の姉妹店「中華そば 青山」。新メニューとして、マイルドな辛みがクセになる「鶏だし(辛口ごま味)」、牛だしのコクと魚介のあっさり感が絶妙にマッチした「牛だしダブル」が登場。ご飯付きの「鶏だし(辛口ごま味)」880円が、下記クーポン使用で500円に!

★新メニュー
●ご飯付き「鶏だし(辛口ごま味)」880円
→下記クーポン使用で**500円** 4月末日まで 1H限定10食

●牛だしダブル.....800円

★通常メニュー
●鶏だし(醤油).....680円
●鶏だしダブル(醤油).....720円
●牛だし(醤油).....760円

★15時までのお得なランチセット
●牛だし+半牛めしor豚めし.....1,000円
●鶏だしダブル+半牛めしor豚めし.....980円
●鶏だし+半牛めしor豚めし.....980円

中華そば 青山
滝沢市中鶏飼81-1 P6台
25席(カウンター9席)
営業/平日:11:00~15:00 日祝:11:00~19:00
不定休(4月から火曜定休)

旬菜食堂BARU GOTTSU ランチもディナーも春の新メニュー登場!



ホテル盛岡ヒルズ1階「旬菜食堂 盛岡*BARU GOTTSU」は、昼はランチ、夜は季節の食材を使用した創作料理とお酒が楽しめます。ランチの新メニューの「和牛カルビの鉄板焼きオニオンソース(ライス・スープ付き)」1,280円がクーポン使用で880円に! 3月14日(火)~16日(木)の3日間限定のディナーではドリンク半額、シェフの手づくりピザを1テーブルにつき1枚サービス。約60種類を揃えるワインと、春の新メニューを味わってみては。

★ランチ/和牛カルビの鉄板焼きオニオンソース(ライス・スープ付き) 1,280円→下記クーポン使用で**880円** ※+200円でサラダ・ドリンク・デザート
★ディナー/3月14日(火)~16日(木) **3日間限定**
●プレミアムモルツ、強炭酸ハイボール、ハウスカクテル、チューハイ、グラスワインなど(一部除く)ドリンクが半額!!
●「シェフの手作りピザ」1テーブルにつき1枚サービス!

盛岡*BARU(ごっつ) GOTTSU
営業/ランチは土日祝休み
ランチ11:30~14:00
ディナー17:00~24:00
休/日曜(予約営業可)
※駐車場はございません。

★中華そば 青山★ **鶏だし(辛口ごま味)500円券**
クーポン持参の方、1枚につき2名様有効。※注文時にご提示ください。他クーポン・サービスとの併用不可。有効期限/2017年4月末日まで

★盛岡*BARU GOTTSU★ **和牛カルビの鉄板焼きオニオンソース880円券**
クーポン持参の方、1枚につき2名様有効。※注文時にご提示ください。他クーポン・サービスとの併用不可。ランチタイム限定。有効期限/2017年4月末日まで

★飲み処 旭(あさひ)★ **幹事1名様無料券**
クーポン持参の方、1枚につき1名様有効。※10人以上の宴会予約の際に「遊悠」を申し込みたいとお伝えください。幹事様の料金が無料になります。他クーポン・サービスとの併用不可。有効期限/2017年3月末日まで

★日だまり★ **本日のおすすめ小鉢1品サービス**
クーポン持参の方、1枚につき1グループ有効。※注文時、店員にご提示ください。他クーポン・サービスとの併用不可。有効期限/2017年4月末日まで

★ホテルエース盛岡 ビーハイブ★ **ランチバイキング100円割引券**
クーポン持参の方、1枚につき5名様有効。※ランチバイキングのみご利用いただけます。他クーポン・サービスとの併用不可。有効期限/2017年5月末日まで



(有)高橋保自動車商会

土・日・祝祭日も営業中! ☎019-665-1777



この看板が目印です。
スタッフ全員が中古自動車販売士の資格を取得しております。
■岩手県盛岡市高松1丁目7-8
■営業時間 10:00~19:00 [定休日:無し]



フェア 特別金利! 2.5%~

(実質年率)

創業40年! 決算大商談会!

地域密着! おかげさまで

	100万円 84回払いの場合	200万円 84回払いの場合	300万円 84回払いの場合
当社 2.5%の場合	支払総額 1,091,089円 月々 12,900円	支払総額 2,182,178円 月々 25,900円	支払総額 3,273,267円 月々 38,900円
B社 6.9%の場合	支払総額 1,263,682円 月々 15,000円	支払総額 2,527,364円 月々 30,000円	支払総額 3,791,046円 月々 45,100円
C社 9.8%の場合	支払総額 1,385,834円 月々 16,400円	支払総額 2,771,668円 月々 32,900円	支払総額 4,157,502円 月々 49,200円

※この表を参考にお気軽にスタッフまでお問合せ下さい

ダイハツムーブキャンパス L SAIL 4WD アップグレード 寒冷地仕様 平成28年 検31.10 ベージュM 5km アップグレードリアカメラステリミアリアスピーカー4WD エコアイドルスマートアシスト寒冷地仕様ミラーヒーターVSC 未使用車 フロアマットドアバイザースタッドレスアルミ付 決算大商談会!! 135.0万円	スズキ ワゴンR スティングレー X CVT HDDナビ 地デジスマートキー HID 平成21年 検31.3 ブルーメタリックパール6.9万km スマートキー革巻ステアオートエアコンABS CVT HDDナビ地デジDVD プッシュスタートHID 車検2年付! 決算大商談会!! 65.0万円	ホンダ ライフ G 4WD SDナビ ETC 平成22年 検31.3 シルバーM 5.8万km 4WD SDナビ ETC キーレスABS プライバシーガラス 車検2年付! 決算大商談会!! 65.0万円	ダイハツ タント L SAIL 4WD アップグレード 寒冷地仕様 未使用車 平成28年 検31.9 パールIII 5km アップグレードリアカメラステリミアリアスピーカー4WD エコアイドルスマートアシスト寒冷地仕様ミラーヒーターVSC 未使用車 フロアマットドアバイザースタッドレスアルミ付 決算大商談会!! 135.0万円
---	--	---	--

ホンダ フィット13G Fパッケージ 4WD 寒冷地仕様 SDナビ ETC 平成25年 検なし ブルーM 5.7万km 寒冷地仕様・ワイパーデアイザー・ミラーヒーター 4WD・SDナビ・アイドリングストップ スマートキー・純正ETC・VSA 決算大商談会!! 118.0万円	ホンダ フィット13G Fパッケージ 4WD SDナビ スマートキー 寒冷地仕様 平成26年 検なし シルバーM 5.1万km 寒冷地仕様・ワイパー・ミラーヒーター チェーンベルト・SDナビ・スマートキー プッシュスタート・ETC・VSA 決算大商談会!! 118.0万円	ホンダ フィット ハイブリッド Fパッケージ スマートキー ビルトインETC VSA 平成27年 検30.6 レッド 2.3万km スマートキー・プッシュスタート タッチパネルエアコン 純正ETC・VSA 決算大商談会!! 138.0万円	ホンダ フィット ハイブリッド ベースグレード SDナビ 地デジ ETC ワンオーナー 平成23年 検なし シルバーM 4.0万km SDナビ・フルセグ・SD録音・USB ETC・クルコン・ワンオーナー車 決算大商談会!! 89.9万円	トヨタ ヴィッツ F 4WD SDナビ チェーンベルト 平成26年 検なし シルバーM 5.9万km 切替4WDオートSDナビ・USB プライバシーガラス・チェーンベルト 決算大商談会!! 99.9万円	日産 ノート15X SV 後期型 地デジ スマートキー 平成24年 検なし シルバーM 6.8万km 純正SDナビ・地デジ・インテリキー チェーンベルト・ETC・後期型 決算大商談会!! 59.9万円
---	--	---	---	--	---

スズキ スイフト XG 後期型 スマートキー プッシュスタート 横滑り防止 平成26年 検なし ブラックパール 3.2万km 後期型・スマートキー・プッシュスタート 横滑り防止・新車保証 決算大商談会!! 89.9万円	スズキ スイフト XG 4WD 後期型 寒冷地仕様 SDナビ スマートキー 平成26年 検なし シルバーM 7.7万km 後期型・寒冷地仕様・シートヒーター 4WD・SDナビ・スマートキー ワイパー・ミラーヒーター 決算大商談会!! 79.9万円	トヨタ イスト 150 X チェーンベルト ETC 平成20年 検なし シルバーM 6.5万km CVT・タイミングチェーン・ETC オートエアコン・ミラーウインカー 録音機能付 決算大商談会!! 45.9万円	ダイハツ プーン 1.0C Lリミテッド 4WD 後期型 HID チェーンベルト 平成20年 検なし シルバーM 7.9万km エンジンスタート付・4WD・後期型 チェーンベルト・HID・ETC・純正CD 録音機能付 決算大商談会!! 35.9万円	マツダ デミオ 13C タイミングチェーン キーレス 14インチAW 平成23年 検なし シルバーM 1.3万km 低走行・チェーンベルト・タイミングスリッパ プライバシーガラス 決算大商談会!! 79.9万円	VW ゴルフ TSIトレンドライン プレミアムエディション 純正ナビ 地デジ 平成23年 検29.6 ホワイト 3.8万km Bガイドモニター・ETC・HID・オートラト フォグ&リアフォグ 決算大商談会!! 125.0万円
--	---	---	--	--	---

ホンダ フリード スパイクG エアロ インターナビ 両側パワースライド 寒冷地仕様 後期型 平成26年 検29.11 ホワイトパール 7.3万km 寒冷地仕様・ワイパー・ミラーヒーター・シートヒーター 後期型・スマートキー・プッシュスタート 両側パワースライド・純正インターナビ Bカメラ・地デジ・HID 決算大商談会!! 128.0万円	ホンダ フリード スパイクG エアロ パワースライド スマートキー SDナビ Bカメラ 革巻ステア 平成22年 検29.10 ターコイズM 8.6万km パワースライド・スマートキー・HID・フォグ SDナビ・地デジ・Bカメラ・革巻ステア 決算大商談会!! 79.9万円	日産 キューブ 15X Four 切替4WD SDナビ 地デジ 寒冷地仕様 平成24年 検なし シルバーM 7.4万km 切替4WD・SDナビ・地デジ・USB ETC・チェーンベルト・寒冷地仕様 決算大商談会!! 79.9万円	トヨタ bB s エアロパッケージ 純正SDナビ 地デジ 後期型 エンスタ 平成22年 検なし ホワイトパール 9.6万km 後期型・純正SDナビ・地デジ・エンスタ 革巻ステア・チェーンベルト 決算大商談会!! 49.9万円	VW ニュービートル ベースグレード ディーラー車 HID 平成17年 検なし ホワイト 5.1万km ディーラー車・キーレス・HID・純正アルミ 横滑り防止 決算大商談会!! 49.9万円	フォルクスワーゲン ボロ TSIコンフォートライン ディーラー車 タボ ETC 平成22年 検なし レッド 6.1万km 1.2ターボ・ディーラー車・ETC 横滑り防止・リアフォグ・純正アルミ 決算大商談会!! 79.9万円
--	--	--	---	--	---

レクサス HS 250h HDDナビ 地デジ プリクラッシュ Fカメラ 平成22年 検29.12 ブラック 4.0万km プリクラッシュセーフティシステム・TVナビキット付 純正HDD・F&Bカメラ・LEDライト パワースライド・フルセグ・ETC 決算大商談会!! 198.0万円	トヨタ SAI S 純正HDDナビ Bカメラ スマートキー HID ETC 平成22年 検なし レッドマイカ 5.0万km 純正HDDナビ・Bカメラ・スマートキー VSC・フロントカメラ・パワースライド・HID 革巻ステア・クルコン・ETC 決算大商談会!! 148.9万円	トヨタ カローラ アクシオ 1.5X 4WD 寒冷地仕様 SDナビ ETC VSC 平成26年 検29.6 シルバーM 6.0万km 寒冷地仕様・ワイパーデアイザー・4WD CVT・チェーンベルト・SDナビ・USB ETC・VSA 決算大商談会!! 99.9万円	日産 ラティオ S 純正SDナビ アイドリングストップ チェーンベルト 平成26年 検なし プリアシストシルバー 5.1万km 純正SDナビ・アイドリングストップ タイミングチェーン・ETC・横滑り防止 決算大商談会!! 98.0万円	日産 ティーダ ラティオ 15S Four 切替4WD 後期型 寒冷地仕様 ETC 平成23年 検なし シルバーM 5.0万km 切替4WD・CVT・チェーンベルト 後期型・キーレス・ETC・社外CD 決算大商談会!! 69.9万円	アウディ A3 スポーツバック 1.4 TFSI 後期 純正HDDナビ Bカメラ 平成24年 検なし ブラック 2.7万km 純正HDDナビ・アイドリングストップ・HID リアフォグ・後期型 決算大商談会!! 158.0万円
--	---	---	--	---	---

トヨタ アクア S 寒冷地仕様 モデルスタ SDナビ 地デジ Bカメラ エンスタ 平成26年 検なし アメジストM 5.6万km モデルスタ・エアロ・寒冷地仕様・ワイパーデアイザー SDナビ・Bカメラ・フルセグ・黒革シートカバー エンスタ・VSC 決算大商談会!! 129.9万円	トヨタ プリウス S 後期型 純正ナビ Bカメラ HID ETC 平成24年 検29.7 ブラック 6.0万km 後期型・純正マルチリンクナビ・ステアリングスリッパ 純正SDナビ・Bカメラ・フルセグ・純正HID スマートキー 決算大商談会!! 139.9万円	ホンダ レジエンダ アドバンスパッケージ 4WD 純正HDDナビ HID 平成17年 検なし レイクジョアシルバーM 6.2万km アドバンスパッケージ・パドルシフト・ASF・VSA スマートカードキー・ミリ液レシーバー Bカメラ・パワースライド・クルコン 決算大商談会!! 79.9万円	ホンダ クロスロード HDDナビエディション 4WD 寒冷地仕様 HID VSA 後期 平成21年 検なし グレーM 6.1万km 寒冷地仕様・ワイパーデアイザー・ミラーヒーター 後期型・HDD・インターナビ・Bカメラ F&Rキットガード・VSA 決算大商談会!! 138.0万円	スズキ エスクード XG 4WD 後期型 寒冷地仕様 キーフリー HID 平成24年 検29.10 シルバーM 4.7万km 後期型・寒冷地仕様・チェーンベルト・オートラト キーレス・ヒーター・ワイパー・Bカメラ ミラーヒーター・クルコン・HID 決算大商談会!! 149.9万円	日産 ジューク 16GT Four タイプV 純正ナビ Bカメラ HID 平成26年 検なし Mグレー 5.7万km 純正ナビ・SDナビ・Bカメラ・フルセグ・DVD再生 4WDターボ・インテリキー・HID・ETC 寒冷地仕様・VDC 決算大商談会!! 159.9万円
--	---	--	--	--	---

トヨタ カローラ フィールダー 1.5X 4WD 純正ナビ 地デジ Bカメラ 寒冷地仕様 平成25年 検なし ブロンズM 7.5万km 寒冷地仕様・ワイパーデアイザー・ミラーヒーター 4WD CVT・純正ナビ・Bカメラ・地デジ・TVキット ワンオーナー車 決算大商談会!! 118.0万円	スバル エクシーガ 2.0i-S 4WD HDDナビ 地デジ HID エンスタ 平成21年 検なし パールホワイト 9.1万km 寒冷地仕様・ワイパーデアイザー・4WD・HDDナビ DVD・フルセグ・HID・エンスタ・純正エアロ 決算大商談会!! 79.9万円	三菱 エアトレック ターボR 4WD 寒冷地仕様 SDナビ 地デジ HID 平成15年 検なし ブラック 8.6万km 寒冷地仕様・ワイパーデアイザー・4WDターボ SDナビ・地デジ・DVD・HID・パドルシフト プッシュスタート・HID・VSC 決算大商談会!! 39.9万円	トヨタ iQ 100G レザーパッケージ 純正HDDナビ 地デジ HID 平成20年 検29.11 ホワイトパール 3.3万km ハーフレザーシート・ウインカーミラー・革巻ステア 純正HDDナビ・フルセグ・スマートキー プッシュスタート・HDD・VSC 決算大商談会!! 69.9万円	トヨタ プロボックスバン DXコンフォート パッケージ 4WD ETC チェーンベルト 平成23年 検なし ホワイト 8.0万km 4WD・ETC・キーレス・タイミングチェーン パワーウィンドー 決算大商談会!! 59.9万円	トヨタ ラドクルーザー ZX ブルークロス サルーフ 純正HDDナビ モデルスタ 平成27年 検30.1 パールホワイト 2.3万km 特別仕様車・モデルスタエアロ・8マフラー・寒冷地仕様 サルーフ・純正HDDナビ・リアエンター・HID クルーBOX・TVキット 決算大商談会!! 658.0万円
---	---	---	--	--	--

トヨタ ヴェルファイア 3.5V LEエディション 4WD サルーフ純正 HDDナビ 平成21年 検31.1 ブラック 5.0万km 高剛パワースライド・リアシート・エンターテインメント 4WD・20インチAW・フルセグ・エンスタ パワーバックドア・HID 決算大商談会!! 275.0万円	マツダ MPV 23T 4WD 両側自動ドア 純正8インチナビ 地デジ Bカメラ 平成22年 検なし シルバーM 4.3万km 4WDターボ・両側パワースライド・純正8インチ ナビ・スマートキー・Bカメラ・フルセグ・HID 純正エアロ・シートカバー 決算大商談会!! 179.9万円	トヨタ ヴィッシュ 1.8X 4WD SDナビ ETC 寒冷地仕様 後期型 平成26年 検29.6 シルバーM 6.4万km SDナビ・ビルトインETC・タイミングチェーン 4WD・寒冷地仕様・ワイパーデアイザー ミラーヒーター・VSC 決算大商談会!! 139.9万円	日産 セレナ 20S 4WD HDDナビ インテリキー パワースライド 平成19年 検なし パールホワイト 10.5万km チェーンベルト・ETC・4WD・パワースライド スマートキー・HDDナビ・地デジ Bカメラ 決算大商談会!! 49.9万円	ホンダ ステップワゴン スパダS Z HDDナビパッケージ 4WD 後期 両側自動 平成20年 検なし シルバーM 7.9万km 両側パワースライド・後期型・チェーンベルト 純正HDDナビ・地デジ・Bカメラ・HID エンスタ・ETC 決算大商談会!! 115.0万円	ホンダ ステップワゴン G Eセレクション 4WD 寒冷地 両側自動 SDナビ 後期 平成26年 検なし ブラックパール 5.9万km 寒冷地仕様・ワイパーデアイザー・ミラーヒーター 両側パワースライド・地デジ・Bカメラ・HID 純正SDナビ・ETC・VSA 決算大商談会!! 189.9万円
---	---	---	---	---	--

ゆうゆうからの お知らせ
ゆうゆうに広告を出してみませんか?
「新しくお店をオープンする」「新商品を紹介したい」「イベントを開催予定」など、ゆうゆうで御社のPRをしませんか。
詳しくは、ホームページまたは、ゆうゆうまでお電話ください。ゆうゆう営業部/TEL019(621)8150

情報紙ゆゆう後援 平成28年度 岩手の民俗芸能祭開催



3月19日に都南文化会館キヤラホールで「平成28年度 岩手の民俗芸能祭」が開催されます。同芸能祭は、県内各地より様々な民俗芸能を一同に集め、民俗芸能本来の姿で演じてもらうことにより、県民に郷土芸能の由来、伝承への理解と関心を高めてもらう、伝承活動の励みとするのが目的。神楽や田圃踊り、鹿踊、剣舞、虎舞などの県内各地の踊りを一同に見ることができ、貴重なチャンス！さらに、民俗芸能体験もできます。この機会にぜひ足を

3月19日に都南文化会館キヤラホールで「平成28年度 岩手の民俗芸能祭」が開催されます。同芸能祭は、県内各地より様々な民俗芸能を一同に集め、民俗芸能本来の姿で演じてもらうことにより、県民に郷土芸能の由来、伝承への理解と関心を高めてもらう、伝承活動の励みとするのが目的。神楽や田圃踊り、鹿踊、剣舞、虎舞などの県内各地の踊りを一同に見ることができ、貴重なチャンス！さらに、民俗芸能体験もできます。この機会にぜひ足を

ルシアのリンパボディケアで 気になる部分のお手入れを



県内初のリンパケア専門サロン「ルシア」では、滞っているリンパ液をリンパ節に流し老廃物を排出するオールハンドケアのリンパケアが大好評。余分な水分や脂肪、老廃物や毒素をリンパ節に流し、尿として体外へ運び出すことで詰まりやすさを解消。お腹(腸)全体を優しく



全身が温まる人気の「腸もみ」リンパケア。

今月の特別メニュー

◎腸もみ+レッグ(脚)リンパケア (70分) **7,500円** (税別)

本宮店・みたけ店共通リンパ施術メニュー(冷え・むくみに)

- 腸もみリンパケア(40分) **5,800円**
- 肩・背中・腰(40分) **5,500円**
- レッグ(脚)ケア(60分) **6,500円**
- カロン式造顔リンパケア(50分) **6,300円**

全身リンパケア(80分) **9,500円** (税別)

全身リンパケア(100分) **11,500円** (税別)

全身リンパダイエット(90分) **18,000円** (税別)

IBCラジオでも0.A中! 3月14日(木)14:10~、3月23日(木)8:40~

※価格は全て税抜き。

県内初登場「カロン式造顔リンパケア」
目指そう! 小顔美人
首こり解消が近道!!

ほぐす「腸もみ」リンパケアは、腸もみでリンパの話を取りとめることで、血行が良くなり、全身が温かくな

ミニ2リンパ講座

- 日時/3月17日(金) 10時~14時
- 会場/ルシアみたけ店
- 参加料/1,080円

普段は聞けないリンパの話や自分でできる簡単なリンパ施術などを学べます。ご予約はルシアみたけ店 TEL019(656)8220

ルシアみたけ店
盛岡市みたけ4-13-45
TEL019(656)8220
営業/10:00~20:00 P有

**中性脂肪が減って
お腹周りがスッキリしました
40代・50代に
おすすめしたい
健康ダイエット!!**

お客様アンケート

当店の施術を受けていかがでしたか? (満足度100%で満足下さい)

①効果/小顔矯正 - エキスタ - ネイル **55%**

②リンパボディケア **55%**

③ボディダイエット **55%**

ご感想をお聞かせ下さい。

体調がよくなったこと何れ嬉しい。(腰痛・肩こりなど) ストレスも、アドバンスが効いた感じがします。 先生の手が柔らかく、気持ちよくて、くたくた感があります。 本業に忙しかつたので、先生にお願いしたいです。

体調がよくなったこと何れ嬉しい。(腰痛・肩こりなど) ストレスも、アドバンスが効いた感じがします。 先生の手が柔らかく、気持ちよくて、くたくた感があります。 本業に忙しかつたので、先生にお願いしたいです。

体調がよくなったこと何れ嬉しい。(腰痛・肩こりなど) ストレスも、アドバンスが効いた感じがします。 先生の手が柔らかく、気持ちよくて、くたくた感があります。 本業に忙しかつたので、先生にお願いしたいです。

Doctor's Column Doctor's Column Doctor's Column Doctor's Column Doctor's Column Doctor's Column Doctor's Column

美容外科・形成外科・皮膚科 **医学博士 石原先生のドクターズコラム vol.92**

目のまわりの若返り

目のまわりと言うのは皮膚が薄いために、老化現象が起こりやすい部位です。気になる症状としては、上まぶたや下まぶたのたるみ、目尻のしわなどです。まぶたのたるみは手術できれいにする事が可能です。手術以外では、ヒアルロン酸を使った注射でシワを目立たなくする方法が一般的です。これだと腫れも少なく、次の日からお化粧することも可能です。最近では、高周波の熱を用いたサーマクールという器械で、皮膚の下のコラーゲンを増やし、張りを取り戻すことも積極的に行われるようになりました。気になっている方は、それぞれのしわやたるみの具合をまずは実績のある美容外科の専門医に診断してもらって、適切なアドバイスを受けるといいでしょう。

がんばってます!東北

医療法人きびたき会
タウン形成外科クリニック理事長
医学博士 石原 信浩 先生

- ・順天堂大学医学部卒業
- ・順天堂大学医学部大学院卒業
- ・日本美容外科学会認定専門医
- ・日本形成外科学会正会員
- ・日本美容医療協会会員
- ・第88, 93, 94, 100回日本美容外科学会(東京)、第5回 東方美容外科学会(韓国ソウル)において産長(チェアマン)を務める。

当院で使用するヒアルロン酸(厚生労働省認可)

ホロニック盛岡 ダイエットをお考えなら **今が最適!!**

☎0120-090948 わくわく しあわせ

ご予約は簡単!!「無料相談です」とお伝えください

- ◎営業/10:00~19:00 ◎定休/木曜、日曜
- ◎女性も安心。ラクラク駐車場有
- ◎資格取得・開業サポート制度有
- ◎盛岡駅から盛岡I.C.方面へ車で約5分

マックス 青山一
スズキリナ
盛岡市
大田橋
盛岡駅

17th ANNIVERSARY
Town Plastic Surgery Clinic

美容外科 形成外科 皮膚科

盛岡 青森 仙台 郡山 いわき 表参道

タウン形成外科クリニック

日本美容外科学会認定専門医 医学博士 理事長 石原 信浩

全国共通フリーダイヤル ☎0120-107-286

●診療時間 AM10:00~PM7:00(日・祝日はPM6:00まで) [盛岡院]019-653-5500

●土・日・祝日、連休中も診療いたします ●各種ローン・クレジット可

info-m@keisei.ne.jp http://www.keisei.ne.jp

詳しくはHPをご覧ください 盛岡タウン形成外科 検索

完全予約制

大人女子に大好評!
脱セルライトで美ボディをGET!

くびれ ヒップアップ 美脚 温活 筋力up

体験者の声

「体の脂肪で下っ腹のふくらみに悩んでいました。実際にボディメイクをしてから、こんなに違う。お尻も引き締まりました。足も引き締まりました。ボディメイクは本当に効果的ですね。スタッフの指導も丁寧で、ボディメイクの楽しさや大切さも教えてもらいました。ぜひボディメイクを体験してください。」

◎下記クーポン使用でお得に!

ビッター通常価格 [半身]13,500円 → **ご新規様限定 5,400円**

ホロニック盛岡 ☎0120-090948

盛岡市中屋敷町7-18 *営業/10:00~19:00 *木・日曜定休 *駐車場有

たった3分で実感! 泡パックの修復力!

天然由来アミノ酸洗浄成分配合
『ロックイオン ナチュラルシャンプー』

今だけ! 初回限定トライアルキット

ロックイオン ナチュラルシャンプー
ロックイオン ヘアミネラルローション
各30ml + 詳しいご使用ガイド付き

送料無料で **463円** (税別)
※一世帯様一回限り

頭皮クレンジング・マッサージ、傷んだ髪の修復

ロックイオンはココが違う!

赤ちゃんにも優しい **安心設計**

- ★天然由来アミノ酸洗浄成分が豊富
- ★火山岩ミネラル・フムスエキス(フルボ酸他)配合
- ★合成添加物無添加

お問合せ
ご注文は **0037-6186-5894** 受付時間(平日)9:30~18:00 (コール有効期間 ~2017/6/30)

ロックイオン 検索 株式会社 Joyプラン http://www.joy-plan.com

★ルシア★
人気メニュー割引券

★ホロニック盛岡★
筋膜リリースセルトリコース割引券

クーポン持参の方、1枚につき1名様初回限り有効。※リンパダイエットを特別価格にてご利用いただけます。予約時に「游悠クーポンあり」とお伝えください。他クーポン、サービスとの併用不可。有効期限/2017年3月末日まで

クーポン持参の方、1枚につき1名様初回限り有効。※予約時に「クーポンあり」とお伝えください。他クーポン、サービスとの併用不可。有効期限/2017年4月末日まで

○ホームページ
http://moripass.com/
○受付窓口
・盛岡市役所本館
5階 子ども未来課
・都南総合支所
1階 税務福祉係
・玉山総合事務所
1階 健康福祉課

○郵送先(住所不要)
〒020-8530
盛岡市役所
子ども未来課企画係 宛

もりパス
モバイル
サイトは
こちら→

「もりパス」って何？
もろおか子育て応援パス
ポート(通称もりパス)と
は、盛岡市内の協賛店舗約
400店で、子育て支援
のさまざまなサービスを受
けられるものです。
対象は、市内在住で18歳
未満のお子さんをお持ちの
世帯、母子手帳の発行を受
けた妊婦がいる世帯。「も
りパス」のカード、または
「もりパス」の携帯画面を
提示すると、お得なサービ
スがたたくさん！登録は無
料です。(協賛店、サービ
スの内容はホームページか
ら確認できます。)

○申し込み方法
モバイルサイトからの登
録、または受付窓口・ホー
ムページから申込用紙を入
手し、その場で記入か郵送
でご提出ください。
■お問い合わせ
盛岡市役所保健福祉部
子ども未来課企画係
TEL 019(613)8356



子育て世帯を応援します
「もりパス」に登録して、
お得なサービスを！

肩こり、冷え症、腰痛でお悩みの方に！
症状改善に「開運橋療術センター」

県内外からも多くの人
が通う「開運橋療術セン
ター」。開運橋療術セン
ターでは、血液の循環を
よくし、体の抵抗力を改善
するために生み出された「血
液循環療法」という施術を
受けられます。
施術を行っているのは院
長の山口さんが県内で唯
一。心地よく体を和らげる
施術に県内外から多くの
人たちが通っています。
「血液循環療法とは、手
指によるソフトな押圧で、

血液循環療法
14周年
記念!
◇下記クーポンで
お試し価格
**全身整体
コース
60~70分
4,000円**
↓
初回の方、50%OFF
2,000円

患部のしこりや全身の動
脈系を和らげ、血液の循環
を良くする施術法を行っ
ています。
組織や血管の硬化や硬
結によるしこりは、老廃物
や毒素が溜まり、慢性痛の
原因となる恐れが、そのし
こりや動脈系をしこり押
圧して放すという作業で
血流を良くしてしこりを
解くことで、新鮮な血液が
供給されて代謝が活性化。
自然にしこりが柔らかく
なり、適度に体が温かくな
ります。

偏頭痛、腰痛、膝痛、冷
え症、火照り症、頻尿、全
身疲労、眼精疲労、その他
慢性疾患でお悩みの方、一
人ひとりに合わせた施術
をご用意します。

お知らせ
※3月14日(火)は、休業し
ます。
※平日の16時以降、また
は、土日の予約が比較
的取りやすくなつて
おります。
よろしく願います。

■血液循環療法はこんな方におすすめです

頭痛 冷え性 膝痛 自律神経失調症 花粉症
肩こり 腰痛 顎関節症 リウマチ

盛岡てがみ館で好評開催
中の第52回企画展「続・な
つつかしの盛岡」建物編」
明治の末から昭和のはじめ
にかけて全国的に起った
絵葉書の流行によって、盛
岡でも数多くの絵葉書が発
行されました。それらの中
には、盛岡の建築物にまつ
わるものが多数あります。
絵葉書に記録された盛岡の
建築物で、現在もその姿を
見ることが出来るものは多
くありません。今回は第45
回企画展「なつつかしの盛岡」
の続編として「建物編」と

盛岡の街
つつかし
内容：同館学芸員が、同展
で展示中の絵葉書や資料に
ついて解説を加え紹介しま
す。※当日来館した方にポ
ストカードプレゼント。
5月27日(土) 14時
講師：佐々木章行氏(同館
学芸員)

★関連イベント
※要入館料、予約不要
「なつつかしの盛岡」
3月23日(木) 14時
同館展示室
講師：佐々木章行氏(同館
学芸員)

内容：同館学芸員が、同展
で展示中の絵葉書や資料に
ついて解説を加え、関連する
イベントを紹介いたします。
盛岡てがみ館
TEL 019(604)9302

盛岡てがみ館第52回企画展
「続・なつつかしの盛岡」
建物編」好評開催中

室(ラザザおて6階)
入館料/一般200円、高
校生100円
※中学生以下及び盛岡市内
在住65歳以上の方は無料
★関連イベント
※要入館料、予約不要
「なつつかしの盛岡」
3月23日(木) 14時
同館展示室
講師：佐々木章行氏(同館
学芸員)

内容：同館学芸員が、同展
で展示中の絵葉書や資料に
ついて解説を加え紹介しま
す。※当日来館した方にポ
ストカードプレゼント。
5月27日(土) 14時
講師：佐々木章行氏(同館
学芸員)

内容：同館学芸員が、同展
で展示中の絵葉書や資料に
ついて解説を加え、関連する
イベントを紹介いたします。
盛岡てがみ館
TEL 019(604)9302

**血液循環療法・東洋整体術
開運橋療術センター**

受付時間/9:00~18:00 療術時間/9:00~20:00
※その他ご要望の時間に応じます。ご相談ください。
必ず、電話予約後においでください。
特に日・祝日は事前予約

TEL 019-654-6117 完全予約制

盛岡市開運橋通4-28 開成ラザザ406号室
ホームページ http://www.kaiunbashi.jp

検索

技術と良心価格のスーパータイヤ専門店
TRC タイヤ流通センター **安さ満開フェア!**
3/14(火) 3/26(日) 期間中無休
**タイヤ保管
承ります**

BRIDGESTONE
エコピア
ネクストリー
155/65R13
4本で **12,800円** 数量限定

BRIDGESTONE
エコピア
ネクストリー
155/65R14
4本で **17,800円** 数量限定

TRC タイヤ流通センター
●営業/10:00~19:30
北山トナール店
盛岡市北山2丁目17-7 Tel.019-663-0604

TRC タイヤ流通センター
●営業/10:00~19:00
マックスバリュさんそば
西根店
八幡平市平野25地割279-1 Tel.0195-64-1021

TRC a オートレットTRC
●営業/10:00~19:00
タクダスポーツさんそば
東仙北店
盛岡市東仙北1丁目12-27 Tel.019-681-2205

JU 岩手 × Goo 4/1(土) 2/日
クルマ情報誌とコラボして開催!! 10:00~17:00
春の大中古車市

2日間限定で各社コミコミ価格の特選車多数ご用意

2会場 同時開催
盛岡 盛岡タカヤアリーナ 特設会場
(旧 アイスアリーナ)
宮古 シートピアなど 特設会場

4/1(土) 宮古会場 4/2(日) 盛岡会場 各日10:00~16:00

成約された方に
選べるカタログギフト
プレゼント!

全車保証付き!!

詳しくはテレビ岩手HPを検索

いつもあなたの側に。
街の便利屋 助さん
お見積り無料

この季節の困った事の一つにタイヤ交換がありますよね! そんな人たちのために...
出張タイヤ交換キャンペーン開催!

出張タイヤ交換料金表(1台/4本)

軽自動車	2,000円
普通車	2,400円
RV車、ワゴン車等	3,200円

※通常、上記金額に別途出張料金800円がかかります。

複数台割引あり!
一度に2台以上で作業料金を割引
いたしますので、ご家族、ご友人、ご
近所までまとめて交換がお得です。
※同じ場所・時間帯での作業に限ります。

空気圧チェック!
補充をいたします!
タイヤ診断書をお渡します!
(すべて基本料金に含まれます)

ハウスクリーニング

各種ハウスクリーニング

- トイレ 6,000円~
- フロア ●洗面台 ●ガスレンジ
- ストープ ●レンジフード 各 8,000円~
- エアコン ●浴室 各 12,000円~
- 窓・網戸・サッシ ●外壁

各要お見積(見積無料)

キッチンまるごとクリーニング 25,000円~
●レンジフード・キッチン・戸棚クリーニング

水まわりまるごとクリーニング 25,000円~
●トイレ・浴室・洗面台クリーニング

力仕事 ¥2,980~/1時間
●家具の移動 ●照明器具の取替
●物置の整理 ●庭木などの整理
●購入用品の組立 ●除草・枝切

代理作業 ¥2,980~/1時間
●病院の順番待ち ●荷物・郵便物の受取り ●家族の送迎 ●犬の散歩

害虫駆除 見積
●鳥の巣 ●毛虫 ●ゴキブリ ●蜂の巣 ●白アリ ●ネズミ 他

アルバイト募集

定年退職後は、あなたのプロの特技を
街の便利屋「助さん」で、活してみませんか?
塗装、大工、剪定などの職人・経験者の方を優遇いたします。
詳しくは、お電話でお問い合わせください。

【お問い合わせ】
街の便利屋「助さん」
フリーダイヤル 至急一番 救急一番
0120-491-991
〒020-0121 盛岡市月が丘2丁目6-35
※料金は税別表示です。

その他
お困りごと
何でもご相談
ください!

街の便利屋
「助さん」クーポン
3/31
まで

**掃除
10%割引**

※その他の各種クーポンとの
併用はできません。

街の便利屋
「助さん」クーポン
3/31
まで

**シルバー割引
基本料20%OFF**
(65歳以上の方が対象となります。)

※その他の各種クーポンとの
併用はできません。

★開運橋療術センター★
全身整体コース50%OFF券

クーポン持参の方、1枚につき1名様有効。※初めての方、全身整体コース
が2,000円ご利用いただけます。※予約時にクーポン利用とお知らせ
ください。※他クーポンとの併用不可。有効期限/2017年3月末日まで



田清魚店 春の貝フェア

今年の貝は良い出来！
貝新の出来！

春の貝新物入荷中



田清魚店

田清魚店ホームページ
<http://tasei.seijiro.jp>

- フェザン店 TEL019-604-2815
- ななっく店 TEL019-654-6763
- マルイチみたけ店 TEL019-641-3122
- オガールプラザ紫波店 TEL019-601-7380

また、フェア期間中の18日(土)には、各店10個限定で岩手県産の鮑(あわび)が1,000円(税別)など目玉商品が登場します！毎日お店をのぞいてみると目玉商品の「貝」に驚くこと間違いなしです。一年で一番美味しいこの時期に、「春の貝」を是非ご賞味下さい。



田清魚店 「春の貝フェア」開催中！

田清魚店では、毎月その時の美味しいテーマにフェアを開催しています。3月は「田清魚春の貝フェア」をフェザン店・ななっく店・マルイチみたけ店・オガールプラザ紫波店で開催中！ホタテ、ホッキ、鮑(あわび)、つば貝、アサリ、蜆(しじみ)など新物がぞくぞく入荷中です。春は、多くの貝が産卵期を迎えるため、身がぷっくりと膨れ、充実に食べごろになっています。アサリの味噌汁に、しょうが汁を少し入れて食べると更に旨味が広がるなど、お店では美味しい食べ方も教えてくれるので、気軽にスタッフに声を掛けてください。

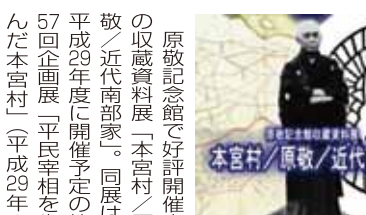
「うさとの服展」の開催は、縫製グルーブによって製作。綿・麻・絹を育てるところから始まり、手紡ぎ・手織り・草木染めの自然服のうさとの服。土からうまれて土に還る服。いのちのかたまりのような服。そんなうさとの服を見に出かけてみませんか？

◎開催情報
日時/3月25日(土)・26日(日) 10時~18時(最終日は16時まで)
会場/大慈清水お休み処
入場無料
★関連イベント
エンサウンドの抱っこスピーチ体験、やえはた自然園(花巻)の菓子やお米販売、まゆだまの製品販売
お問い合わせ
まゆだま
TEL090(2793)2088



「うさとの服展」2017開催

原敬記念館で好評開催中の収蔵資料展「本宮村/原敬/近代南部家」同展は、平成29年度に開催予定の第57回企画展「平民宰相を生んだ本宮村」平成29年6月3日~8月20日、同じく第58回企画展「近代南部家と原敬」平成29年10月21日~平成30年1月14日の3回展示です。当館に収蔵されている資料の中から原敬と旧本宮村(現盛岡市本宮、近代南部家)に関する資料約50点を公開します。また併せて平成28年に新しく収蔵された新収蔵



資料も公開します。ふだんは収蔵庫に保管されている貴重な資料が公開されているので、この機会にぜひ来場してみたい方が多いか。◎開催情報
期間/5月7日(日)まで
9時~17時(入館は16時半まで)
休館日/毎週月曜日※祝日の場合は翌日
会場/原敬記念館 小ホール
企画展示コーナー
入館料/一般200円、小学生50円
展示内容/原敬生家棟札(当館蔵)原直記宛南部利濟御内書(吉田福治氏寄贈)新収蔵資料 鈴木殿宛原敬書簡(照井重子氏寄贈) など
お問い合わせ
原敬記念館
TEL019(636)1192

「本宮村/原敬/近代南部家」好評開催中

2017年 2月25日・26日に開催されました いわてS-1 スイーツフェア

店主こだわりスイーツ人気投票 結果発表

1位 サラダファーム 自社産いちご使用 「いちごの森 クリームエクレア」	2位 フルールさくや 奥州市 菊地農場産卵使用 「奥州ポテト」
3位 フランタンブラン 岩手県産牛乳使用 「半熟チーズタルト」	4位 一心堂 石巻谷いちごハウスたかはし産 いちご(とちおとめ)使用「いちご大福」
5位 茶caféちゃちゃ 西和賀産 わらび粉使用「ふわどら」	

お問い合わせ 盛岡/八幡平元気まるごと発信事業実行委員会(事務局:岩手県盛岡市広域振興局経営企画部)TEL019-629-6516

ご高齢者向け宅配弁当を1食からお届けします!

宅配クック123 ワン・ツウ・スリー

123の 普通食 おかずのみ 540円(税込) 500円(税抜) おかず+ご飯 594円(税込) 550円(税抜)	123の 健康ボリューム食 おかずのみ 606円(税込) 562円(税抜) おかず+ご飯 660円(税込) 612円(税抜)
123の やわらか食 おかずのみ 777円(税込) 720円(税抜) おかず+ご飯 820円(税込) 760円(税抜)	123の カロリー・塩分調整食 おかずのみ 777円(税込) 720円(税抜) おかず+ご飯 820円(税込) 760円(税抜)

健康寿命を考えると、管理栄養士が作成する日替わりメニューが評判の宅配クック123の弁当は、皆様の体調や健康状態に合わせて様々なニーズに対応しています。前日夕方までのご注文で翌日にお届け! (土日祝も対応可) 1食からでも注文可能でお届けは無料です。 ※写真はお届け例のイメージです

盛岡店 盛岡市長橋町25-60 FAX656-1673 年中無休
TEL019-656-1670

SAIJI GUIDE 催事 & 伝言板 DENGONBAN

載せてほしいイベント等ありましたら、必要事項を記入の上、郵送またはFAXにて編集部までお送りください。(Eメール不可/受付はイベント開催日時・申込開始日の1か月前まで)

〈記入事項〉①イベント名 ②開催日時 ③会場 ④参加料金(無料の場合はその旨を記入) ⑤お問い合わせ先(電話番号必須) (注意事項) ●掲載は無料です。●原則としてお送りいただいた資料の返却はできかねます。●入場券等の読者プレゼント提供を希望される場合は事前に電話でご相談ください。●お問い合わせ先が携帯番号の場合は、都合の良い時間帯等ありましたらご明記ください。●掲載は非営利目的のものが優先です。●掲載の可否に関するお問い合わせには対応しかねます。悠悠紙面にてご確認ください。

展 示

- 藤村節子 布絵展「ふるさとの風景」
◇日時/開催中~4月30日(日)9時~17時
◇会場/網張ビクターセンター ◇入館無料
◇問/同センター TEL(693)3777
- 盛岡ジョイン パッチワークキルト展
◇日時/3月17日(金)~19日(日) 10時~17時(最終日15時まで)
◇会場/エスポワールいわてイベントホール
◇問/小野寺礼子ジョインパッチワーク教室 TEL090(2752)1837
- 写真 鬼海裕一展 10th 巖鷲山
◇日時/3月25日(土)~26日(日) 9時半~17時(最終日15時まで)
◇会場/プラザおどって2階ギャラリー
◇入場無料 ◇問/TEL(661)0884[鬼海]

音 楽

- レヴァンテ・マンドリン オーケストラ 第12回演奏会 盛岡公演
◇日時/3月18日(土)18時~
◇会場/盛岡市民文化ホール小ホール
◇入場料/500円(当日700円)、高校生以下無料
◇問/TEL090(2799)2882[内海]

講 演 会・講 座

- Happy Princess 第87回スイーツデコ教室 クローバースイーツの写真立てを作ります。
◇日時/3月25日(土)14時~16時
◇会場/緑が丘地区活動センター
◇材料費/1,200円
◇対象:定員/5歳(保護者同席可)~大人15名
◇申込:問/黒石野歯科医院 TEL(662)5678[武田]

★日程・会場・料金等は主催者都合により変更になることもあります。★市外局番記載なしは(019) ★休館日等は各施設にお問い合わせください。

サンライフ盛岡

- はじめよう! キャラクターデザイン体験講座
◇日時/4月15日(土)15時~16時半
◇会場/同施設 ◇定員/先着10名
◇講師/千葉てるお氏(アートクリエイター)
◇受講料/500円(資料代含)
◇申込/3月18日(土)10時より下記電話にて先着順受付
◇問/同施設 TEL(635)9600

イベント

- 網張ビクターセンター「網張の森雪上ハイキング」
◇日時/3月19日(日)、20日(月・祝)、25日(土)、26日(日)、27日(月)の各10時~11時
◇集合場所/同センター
◇参加料/300円 ◇募集人数/10名
◇問/同センター TEL(693)3777
- MCL専門学校グループ春のお仕事フェスタ2017 進路のための体験型ガイダンス。40種類以上の仕事体験ができます。
◇日時/3月19日(日)10時半~15時半
◇会場/アイーナ8階 会議室804
◇申込:問/同 TEL(629)1000
- (公財)岩手県国際交流協会 外国人との交流会ちゃっとランド「Cultural Mosaicの国カナダの首都オタワを知る」
◇日時/3月19日(日)14時~15時

映 画

- 春休み親子映画会
◇日時/3月27日(月)14時15分~15時半
◇会場/プラザおどっておどってホール
◇入場無料
◇問/盛岡教育事務所管内教育振興協議会 TEL(651)0331

春から始めるならいごと特集

春になりいごと

はじめませんか?

「春から心機一転、新しいことを始めたい」「自分をさらに磨きたい」など、そろそろ何かをスタートしたいと考えている方も多いこの時期。最近では、大人になってから、何かのきっかけで習いごとを始めようと考えている人が増えていっています。仕事中心の生活になってしまいがちな人から、新しい人が前々からやってみたくて、家事や育児をこなしている主婦の方が息抜きやストレス発散として習い事をする、さらには将来のキャリアで手に職をつけておきたいと考えている人など様々です。「前から興味を持っていただけ、どんな感じかわからないと不安」という方は、各スクールの体験教室がおすすめです！一度体験して、疑問点を聞

なりたいごとの種類

■**語学系**
英会話が最もポピュラーですが、韓国語・中国語・フランス語・イタリア語なども学べるごとのも。

■**パソコン系**
仕事に役立つ、エクセル・ワードだけでなく、ブログ・SNSや動画編集・イラスト・デザインなど、幅広いスキルを身につけておきたいという方も増えています。

■**音楽系**
ボーカルスクールや楽器・ギター・ドラム・サックス・ピアノなど、年齢や性別を問わず人気。

■**文芸系**
着付け・茶道・華道・書道など女性に人気。

■**ファッション系**
洋裁・手芸・編み物など。

JEUGIA 子どもから大人まで学べる！150種類以上の講座を

イオンモール盛岡南にある「ジュージヤカルチャーセンター」は子どもから大人まで学べる150種類以上の講座が受講できる総合カルチャーセンターです。3月17日(金)は「カワイイ体育教室」ティンクルコース(2歳~3歳の未就園児対象)の無料体験会を開催します。いろいろな能力が著しく伸び始める2歳。この時期に「心とからだ」の発達のための新しい体験ができます。また、入会金不要で資格取得が可能

な講座も人気！4月9日(日)・16日(日)は2日間の受講で環境省が定める動物取扱責任者(保管と訓練)になれる「ペットシッター」資格認定講座を開催。取得後は全国各地でも即開業できるペット系資格の中で有効な資格として認められています。

■**お問い合せ**
JEUGIA
イオンモール盛岡南1階
TEL.019(656)4422



ペットシッター士資格認定講座イメージ

入会金不要! 1日で資格取得が可能な講座

- 3月26日(日) 「TCカラーセラピスト養成講座」
- 4月15日(土) 「カラータイプアドバイザー認定講座・初級レベル」
- 4月30日(日) 「生前整理アドバイザー2級資格講座」

※詳細はHPにて [ジュージヤ 盛岡](#) 検索

4/14(金)単発講習会 開催

- 会場 サンライズ盛岡(2F) 集会室A
- 参加費 第1部 第2部 各1,800円
- 定員 各先着15名
- スケジュール 第1部 10:00~12:00 第2部 13:15~15:15

お申し込みは電話またはメールでどうぞ

Marble Art® マーブルアート教室

マーブルアート教室では、平成29年度「初級コース」第11期生を募集いたします。

初級コース 教室生募集(本部)

- ◆Aコース「初級コース」1月1回 5月~11月(7単位)(Bコース(7単位)・Cコース(7単位))
- ◆A・B・Cコース全21単位取得後は、Marble Art®マーブルアート教室を開いたり、作品を販売できる「知的財産権」ライセンス契約を結ぶことができます。

受講日:5/9、6/13、7/11、8/8、9/12、10/10、11/14 (毎月火曜日、10時~15時ごろまで)

受講料:入会金 5,000円(工具・マットをご用意します) 各講座ごと3,000円+材料費+会場費(300円)

会場:西部公民館(盛岡市南青山6-1)

お申し込み・お問い合わせ Marble Art®マーブルアート TEL.080-6290-0202 携帯 ykar-m12@ezweb.ne.jp 〒020-0105 盛岡市北松園3-34-5 たかはしがさく

可愛くて優雅なフラダンス、情熱的なタヒチアンダンス

少人数のレッスンで基礎から丁寧に踊ります。初心者大歓迎!お申し込みの際「ゆうゆうを見た」で無料の体験レッスン&入会者にはレッスンパウ(スカート)の特典も!!

募集クラス(月2回、月曜)

- 午後:初級
フラ 14:10~15:10
タヒチ 15:20~16:00
- 夜:初級
フラ 19:00~20:00
タヒチ 20:10~20:50

レッスン会場

- いわて県民情報センター アイーナ 〒020-0021 盛岡市盛岡駅西通1-7-1 詳しくは下記までお問い合わせください

パパフラ盛岡 PAPA HULA O HO'ONANI I KALANI MORIOKA

お申し込み:090-3469-2775 または papahula-sendai2007@movie.ocn.ne.jp

整体師 フットセラピスト 受講生募集中

高レベルな実践主体!マンツーマン指導!!

- ◎東洋整体とは
脊椎・肩甲骨・骨盤・手足の各関節の歪みやズレの矯正と、骨格筋や平滑筋(内臓)の調整等を手技を使って、症状の改善や施術を行う民間療法の一つです。
- ◎整体科(初級・中級・上級の3コース)
◇実技スクール/週1回から可
2時間1単位取得×12単位取得で卒業
- ◎フットセラピストコース
◇実技スクール/週1回から可
2時間1単位取得×4単位取得で卒業

東洋整体専門学院 盛岡市天昌寺町8-35
お問い合わせ/9:00~20:00
Tel.019-647-6267

新規受講生募集

新しい自分を発見! 学ぶ楽しさを見つけてみましょう!!

きもので遊ぼう教室

- 内 容 / 着物を普段着のように着こなしてお出掛けしてみませんか?
- 開催予定 / 月2回 第1・第2火曜日 10:30~12:30
- 教 室 / IAT 岩手朝日テレビ内 会議室
- 受 講 料 / 6,000円(3か月分)
- 準 備 / 着物一式(着物をお持ちでない方は浴衣でもOK) ・メモ用筆記具

見学自由

NPO法人 いわてアカデミー学院 お申し込みの時「情報紙ゆうゆうを見た」で入会金 **1,000円** 50% OFF

020-0021 盛岡市中央通3-3-2 菱和ビル内
◆お申し込みお問い合わせ TEL.019-653-6564(平日10:00~17:00) ★新規募集キャンペーン(3月末まで)
◆ホームページから <http://iwate-academy.com/> 入会金 **2,000円**

「私の節約方法」part2

今回のテーマ① **「私の節約方法」part2**

★**新聞紙**
新聞紙を雑巾として使うこと。また、新聞・チラシ類はスーパーの古紙リサイクルポイントシステムで回収し出し、買物券に交換するためポイントを貯めています。滝沢市 Sさん (26歳 女性) — 再利用できて、ポイントも溜まってお得☆

★**早寝**
暖房費節約のため早く寝ること。そのおかげで睡眠時間が長くなり体調(特にお肌)に良い影響があるみたいです。盛岡市菜園 Kさん (50歳 女性) — 冬は早寝に限ります

★**節約……**
冬になったのに、妻に風呂の温度と水位の設定を下げられてしまいました。なので、仰向けに寝るべくようにして湯船に浸かっています。盛岡市青山 ゆうくんさん (33歳 男性) — お休みの日に日帰り温泉で温まるのもいいかも

★**ひきこもる**
外出するとあれこれ買ってしまうので、冬場はなるべく必要なもの以外は買わないよう外出を控えています……。お金はもちろんガンガン代も節約できます! 盛岡市好摩 マールさん (49歳 女性) — 外に出なければ、お

★**残り湯**
今までさまざまな節約法を取り入れてきた私。最近これぞ!と感して実践しているのが風呂の残り湯を徹底的に使い回し作戦!!洗濯にはもちろんのこと、イレの元栓を閉め、残り湯を活用したり冬場は水も冷たくて面倒だけれど……、かなり効きます! 盛岡市上堂 ポン太チロ・ミーちゃんさん (39歳 女性) — 徹底していますね!!

★**持参**
出かけるときは必ず家にあるお茶やコーヒーを持って行き、外では絶対買わないようにしています。盛岡市下太田 盛岡うさぎさん (41歳 女性) — 毎回かかる飲み物代を節約するだけでも、かなり貯まりますよ

★**冷蔵庫**
買い物をしない日(冷蔵庫掃除の日)を設けること。盛岡市中堤町 Y.Tさん (59歳 女性) — 冷蔵庫の中が期限切れのもので溢れることもなくなりますね!

★**まとめ買い**
食品をまとめ買いするときはスーパーの閉店間際に行きます。値引き商品があるのでお得です。盛岡市東松園 愛実さん (41歳 男性) — 安くまとめ買いができるなんてラッキー

★**5000円玉貯金**
買い物した時にお釣りで5000円玉が来ると、必ず貯金箱に入れていきます。結構貯まりますよ! 盛岡市飯岡新田 Yさん (47歳 女性) — やるやうなと思うていてもなかなかお財布から5000円玉を回収できません……。

★**スーパー**
不要なものを買わない。空腹でスーパーに行かない。紫波郡矢野町 Sさん (51歳 男性) — お腹が空いている時にスーパーに行ってしまうと余計なものまで買ってしまうですよ……。

★**冷蔵庫**
買い物をしない日(冷蔵庫掃除の日)を設けること。盛岡市中堤町 Y.Tさん (59歳 女性) — 冷蔵庫の中が期限切れのもので溢れることもなくなりますね!

★**まとめ買い**
食品をまとめ買いするときはスーパーの閉店間際に行きます。値引き商品があるのでお得です。盛岡市東松園 愛実さん (41歳 男性) — 安くまとめ買いができるなんてラッキー

★**5000円玉貯金**
買い物した時にお釣りで5000円玉が来ると、必ず貯金箱に入れていきます。結構貯まりますよ! 盛岡市飯岡新田 Yさん (47歳 女性) — やるやうなと思うていてもなかなかお財布から5000円玉を回収できません……。

★**スーパー**
不要なものを買わない。空腹でスーパーに行かない。紫波郡矢野町 Sさん (51歳 男性) — お腹が空いている時にスーパーに行ってしまうと余計なものまで買ってしまうですよ……。

NEWS NEWS

介護福祉士実務者研修

12月末までの修了が必須です

平成29年度の介護福祉士国家試験を受験する上で必須となる研修です。12月末までに修了しておく必要があります。盛岡校では毎月開催しています。

■お問い合わせ
EDDC医療福祉学院盛岡校
0120(900)445
盛岡市中央通3-2-16
大同ビル2F ホテル東日
本手前左折すく

4月生開催スケジュール
◆通信添削開始:4月1日~
◆スクーリング:
介護過程Ⅲ
6月18日(日)
7月 2日(日)
7月16日(日)
7月29日(土)
8月 6日(日)
8月19日(土)
※9:00~17:30
+医療的ケア演習1日
★受講料割引キャンペーン中!
89,000円(税込)
(ヘルパー2級取得者)
5月生・6月生も募集中です!
詳細はホームページを参照ください。

NEWS NEWS

「足裏反射区かき出し療法」の資格を取ってみませんか?

足安館・ソレイユでは、「足裏反射区かき出し療法」資格受講生を募集しています。正しい施術法と理論を習得し、施術によって、身体健康増進のために活躍してみませんか?

■お問い合わせ
足安館・ソレイユ
TEL 080-1-8800-6041
HP / sokkenyo.com

「足裏反射区かき出し療法」とは、足裏のツボ「反

NEWS NEWS

平成28年度パネル展 埋蔵文化財講座

「縄文人体文土器とその世界」開催

開催情報
講座日時/3月18日(土) 13時半~15時10分
会場/滝沢市埋蔵文化財センター
入場無料※予約不要
講座内容/「けや木の平岡地遺跡 人体文土器の世界」井上雅孝氏(滝沢市埋蔵文化財センター)

「狩猟文土器(人体文土器)金子昭彦氏(若手県立博物館主任専門学芸員)14時~16時」人体文土器の頃の土偶八木勝枝氏(公財)岩手県文化振興事業団埋蔵文化財センター文化財専門員14時40分~
※3月31日まで同センターロビーにてパネル展も開催中。開館時間9時~16時半まで。
■お問い合わせ
滝沢市埋蔵文化財センター
TEL 019(694)9001

NEWS NEWS

おばあちゃんの手作りおもちや教室

「11のぼり」開催

3月23日にクロステラス盛岡でおばあちゃんの手作りおもちや教室「11のぼり」が開催されます。裁縫道具を使って作るこのぼりは15cm位の出来上がりなので、玄関やリビングに気軽に飾れます。こいの模様もこの配色次第で様々なタイプを作れます。家族分のこいを作ったりしても良いですね。端午の節句を手づくりのこいのぼりでお祝いしてみませんか?

■お問い合わせ&申込
【公社】盛岡市シルバークロステラス
TEL 019(694)8003

3月のライオン 前編

3月18日(土)から上映

フォーラム盛岡

原作/羽野野チカ ■監督/大友啓史
■出演/神木隆之介、有村架純、倉科カナ、染谷将太、清原果耶、佐々木蔵之介、加瀬亮、伊藤英明、豊川悦司

羽野野チカの国民的人気コミック『3月のライオン』が盛岡市出身の大友啓史監督により運命の映画化。史上5人目の中学生でプロ棋士となった桐山零だが、深い孤独を抱え、すがりつくように将棋を指し続ける日々。そんなある日、近隣の町に住む川本家の3姉妹と出会い、彼女たちとのにぎやかな食卓に居場所を見出していくのだがー。原作は現在も連載中。そのため映画は誰も知らない最終巻へとたどり着く。愛することを知らなかった零の闘いの行方は。

人魚姫

3月18日(土)から上映

中劇

監督/チャウ・シンチー
■出演/ダン・チャオ、リン・コン、キティ・チャン、ショウ・ルオ
■上映時間/94分

『少林サッカー』『カンフーハッスル』のチャウ・シンチー監督が放つ、アジア歴代興行収入No.1を記録したファンタジー超大作。開発事業によって絶滅の危機に瀕したドジでキュートな人魚族の娘と、金儲けしか頭にない成金プレイボーイの奇想天外な恋模様を描いたロマンシングアドベンチャー。アクション×コメディ×ロマンス×ファンタジーがありえないほどてんこ盛り、そしてそこにリアルな環境保護へのメッセージを含んだ、誰も見たことのない爆笑エンターテインメント。

仮面ライダー×スーパーヒーロー大戦

3月25日(土)から上映

仮面ライダー×スーパーヒーロー大戦

監督/金田治 ■出演/飯島寛騎、瀬戸利樹、松田るか、松本享恭、小野塚勇人、甲斐翔真、博多華丸、岐洲匠、岸洋佑、山崎大輝、大久保桜子、榎原徹士

『スーパーヒーロー大戦Z』から4年、装いも新たに、夢のオールヒーロー共演ムービーが誕生! 仮面ライダー×スーパーヒーロー大戦Zの活躍はもちろんのこと、歴代の仮面ライダーとスーパーヒーローとが、まさかの「混成チーム」を組織し、次から次へとレベルアップをはたしていくという新感覚のアクションが展開!! 謎が謎を呼ぶ物語の中、登場する全てのヒーローは、なんと総勢100名! すべてのヒーローファンに贈る、超スーパーエンターテインメントを見逃すな!!

Cinema Street 映画情報pick up

上映期間等は変更になる場合があります。詳しくは各映画館にお問い合わせください。

3月の上映予定	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
盛岡ピカデリー TEL 019(653)2420	相棒 劇場版Ⅳ	映画 プリキュアドリームスターズ!	仮面ライダー×スーパーヒーロー大戦 超スーパーヒーロー大戦																			
ルミエール① TEL 019(625)7117	キセキ あの日のソビト	皆さま、ごきげんよう	映画 プリキュアドリームスターズ!	相棒 劇場版Ⅳ																		
ルミエール② TEL 019(625)7118	湯を沸かすほどの熱い愛	海は燃えている イタリア最南端の小さな島	世界でいちばんのイチゴミルクの作り方																			
盛岡中劇 TEL 019(624)2879	映画 ドラえもん のび太の南極カチコチ大冒険	彼らが本気で編むときは	ストーンウォール PG12	人魚姫	傷だらけの悪魔																	
フォーラム盛岡 TEL 019(622)4770 アートフォーラム TEL 019(681)1327	ラ・ランド	3月のライオン 前編	パッセンジャー	映画 ドラえもん のび太の南極カチコチ大冒険	モアナと伝説の海	SING シング	手ア☆ダン 女子高生がチアダンスで全米制覇しちゃったホントの話	MILES AHEAD マイルス・デイヴィス 空白の5年間 PG12	ひるね姫 ~知らないワタシの物語~	劇場版 黒子のバスケ LAST GAME	キングコング：髑髏島の巨神	ひるなかの流星	PとJK	サクラダリセット 前編	素晴らしきかな、人生 WE ARE X	劇場版 しまじろうのわお!しまじろうとにじのアオシス	未来を花束にして スノーデン PG12	五日物語 3つの王国と3人の女 PG12				

営業スタッフ募集

“情報紙 ゆうゆう”をいっしょにつくりませんか?

- 仕事内容:「情報紙 ゆうゆう」の発行に係わる企画営業(クライアントへの広告出稿の提案)、その他付随する業務。
- 雇用形態:正社員(試用期間あり)
- 勤務地:盛岡市
- 勤務時間:9:30~17:30
- 休日:隔週土曜日、日曜・祝日、夏季・年末年始
- 資格:大卒以上、35歳位迄(キャリア形成による)、要普通免許
- 給与:150,000円~
- 待遇:各種社会保険完備、交通費(当社規定による)
- 応募方法:電話連絡の上、履歴書を郵送ください。書類選考後、追って連絡いたします。

情報紙 ゆうゆう 発行/株伴星舎
TEL(019)621-8150 担当/阿部 游悠

情報紙ゆうゆうポスティングスタッフ

急募本宮地区

~ご近所にゆうゆうを配布していただくお仕事~

★年齢は問いません!
★元気な女性大歓迎!

情報紙ゆうゆうの発行日は月2回火曜日です。発行日と前日の2日間(月、火)を使って、ご近所を中心にポスティングしていただく簡単なお仕事です。気軽に電話でお問い合わせください。(平日9:30~17:30受付)

※急募の地区は、すぐにもお願いしたいエリアです。応募にされる方には優先的にご連絡を差し上げるようにしています。

お電話お待ちしております!
(019)621-8150
……ポスティング係まで

◎厨川3~5丁目
◎茶畑2丁目
◎箱清水
◎下太田
◎三本柳
◎津志田
◎大新町
◎天神町
◎中堤町
◎仙北地区
◎滝沢穴口

一部地域では、ポスティングスタッフを随時募集しております。掲載以外の地区でも、気軽にお問い合わせください。盛岡市を中心に約150名の方々が情報紙ゆうゆうをお配りしていますが、ご自宅に届かないときは、最寄りの設置場所でご入手ください。(銀行・郵便局・道の駅など)

ストレッチスキニー
パンツ 5,490円(税別)

マーヴィラツイル
スキッパーシャツ 5,490円(税別)

オーガニックコットン
キャミソール 1,490円(税別)

タッセルラウンド
メタルネックレス 1,490円(税別)

レザー調デザイン
ヒールパンプス 4,990円(税別)

グラデアラベスク
ストール 2,990円(税別)

1F AZUL by moussy
Tel.019(613)8421

シャツ&ボトルネックニットセット
3,990円(税別)、
デニムワイドパンツ
2,990円(税別)、
2way中折れハット1,990円(税別)

1F アースミュージック&エコロジー Tel.019(631)3067

デニムGジャン2,990円(税別)、
ロジックキヤミ&ガウチョ
3点セット4,990円(税別)、
トラリアングルモチモニ
ラリエット1,290円(税別)

1F ローラアッシュレイ Tel.019(631)3063

Casual spring coat with print
lining 21,000円(税別)、Dogwood
floral printed boat neck tunic
13,000円(税別)、Side zip skinny
asretch trouser 11,000円(税別)

1F OPAQUE.CLIP
Tel.019(631)3092

Soft ranch coat 27,000円(税別)、
Jacquard edge to edge jacket
19,000円(税別)、Jacquard dress
21,000円(税別)、MULTI ROOM
SHOULDER BAG 8,900円(税別)

イガンー2,300円(税別)、
パンツ6,500円(税別)、
Gジャン5,990円(税別)

ピシデジサテンMA-1 4,309円(税込)、
16/2ボーター長袖ボードネックブル
3,229円(税込)、
ストレッチスキニーパンツ3,229円(税込)、
ペレニ帽2,149円(税込)

1F セブンデイズサンディ Tel.019(631)3083

コットンツイルレシチョート8,629
円(税込)、TRボンタハイネックブル
オニバ4,309円(税込)、ストレッチ
デニムスキニーパンツ3,229円(税
込)

1F ニューヨークー Tel.019(631)1176

ブラウス15,000円(税別)、ニット
12,000円(税別)、パンツ15,000円
(税別)、コート29,000円(税別)、ネッ
クレス4,500円(税別)、バック
26,000円(税別)、靴18,000円(税別)

2F ikka/LBC Tel.019(631)2088

シャツ11,000円(税別)、
カドソニー11,000円(税別)、
ガウチョ16,000円(税別)、
コート27,000円(税別)、
靴18,000円(税別)

2F モンベル
Tel.019(631)1433

タイプライズブルゾン5,800円(税
別)、スゾレイヤニ28,800円(税
別)、ボイルランダムプリニツSK
4,800円(税別)、スリッポンスキ
ニカ3,800円(税別)

TRPU 2way コート9,800円(税別)、
12QハルスキンリブVネックPO
2,300円(税別)、デニムタックワイド
パンツ4,800円(税別)、スリッポンス
ニカ3,800円(税別)

コアスパットラベルコート4,000円(税別)、トレ
ントフライヤジャケット21,000円(税別)、WIC
ボニタニ/ST3,800円(税別)、ライトレニルタ
イツ3,143円(税別)、ストレッチO.D.ウニク
キャップ2,700円(税別)、フロントバック15
6,600円(税別)、マリボサトレール17,200円(税別)

イオンモール盛岡南 × 情報紙 ゆうゆう Presents

SPRING FASHION SHOW 2017

春服ファッションショーが開催されました!

フードコート7,900円(税別)、
オープンショルダーブラウス
1,900円(税別)、
リパッシュコート2,900円(税別)、
サッシュベルト1,500円(税別)

2F ReCherie-Re-J
Tel.019(656)5721

後ろレースストップカーディガン
4,190円(税込)、綿ピチクルーヴ
ピース4,190円(税込)、UVストール
3,110円(税込)、花柄刺繍バック
4,190円(税込)、靴6,350円(税込)

2F イオン盛岡南レディス売場 Tel.019(631)3000

ライオン取り外しコート9,504円(税込)、
リサイクルコットンTシャツ2,462円(税
込)、ダブルガーゼワイドパンツ4,190円
(税込)、布帛リボンハット3,110円(税込)、
靴4,190円(税込)、靴4,190円(税込)

3F ライトオン Tel.019(631)3308

サテンSKINNY15,000円(税別)、
HERITAGE ORIGINAL
REGULAR FIT JACKET12,000円
(税別)、マエタックブラウス15,000
円(税別)

3F ムラサキスポーツ Tel.019(613)2411

FIRAプリントPK
4,900円(税別)、
ベルドツキワイド
3,900円(税別)、
CONEBIGJKT5,900円(税別)

BILLABONGニットカーディガン
10,500円(税別)、HURLEY Tシャ
ツ4,200円(税別)、Omondタメージ
デニム6,190円(税別)、Admiralス
ニーカー7,300円(税別)

NIKEコーチジャケット9,000円(税別)、NIKE
パーカー5,000円(税別)、NIKEロゴTシャツ
5,000円(税別)、NIKEレガシーロゴレギンス
5,000円(税別)、デニムフロントポケット2,900円(税
別)、NIKE AIR MAX MOTION9,000円(税別)

デニムGジャン2,900円(税別)、
シチュウカドツニー2,900円(税別)、
スカーフ
2,900円(税別)、
ナカオハット2,900円(税別)

3F アメリカ屋
Tel.019(631)1821

花刺繍NT.P.012,990円(税別)、デ
ニムワイドPT(共ズルト)1,990円
(税別)、リパッシュMA=1 2,990
円(税別)、サッシュLOWCARE990円
(税別)、スニーカー1,290円(税別)

3F ルセットアラモード
Tel.019(636)2533

ピックGジャン2,980円(税込)、レ
ースアップパーカー1,980円(税込)、ペ
ルト付キュロット1,980円(税込)、
チェリーキャップ980円(税込)、
リュック2,980円(税込)

3F ハニーズ Tel.019(635)4055

配色リブブルゾン2,980円(税込)、刺繍
ブルオーバニ1,980円(税込)、リング
ジップ台形スカート1,980円(税込)、フ
リルシルタス= BAG1,980円(税込)、
スクエアトップパンプス1,980円(税込)

3F WEGO Tel.019(656)5582

クロップデニムジャケット期間限定1,990
円(税別)、花柄スキッパーシャツ2,990円
(税別)、シアレースワイドパンツ1,900
円(税別)、ツイルキャスケット1,900円(税
別)、ボリュームローファー3,990円(税別)

シャーリング
フレアトップス
2,990円(税別)

フラワーレース
プリーツスカート
2,990円(税別)

アクリル
サーモベレー
1,290円(税別)

リボンミニ
ショルダー
2,990円(税別)

ストラップパンプス
2,990円(税別)

価格は2017年3月8日現在のものです。変更になっている場合がございますので各店へお問い合わせ下さい。また売切の場合もございますのでご了承願います。