

Free Magazine

暮らしに彩りをプラス

VOL. 37

Posting & TakeFree

2016.8.19 発行

発行部数 100,000部
(八戸市内 80,000部配布)

コミュニティラジオ局 ビーエフエム
 76.5 MHz


Simul Radio BeFMがインターネット (パソコン・スマートフォン)で聴ける! 聴き方や操作方法など詳しくはBeFMの番組表またはホームページで!

Plus+

プリウス八戸 検索  プリウス  公式フェイスブックページ



大人の習い事

特集 P4-P5

大人になって自由な時間が生まれた今こそ、新しい趣味や習い事を始めるチャンス!もしかして、何かを始めたいけど、何が自分にできるのか、やりたいのかわからないと悩んでいませんか?

でも大丈夫!習いたかったのにできなかった憧れのレッスンや、子どもの頃に挫折した習い事のリベンジ。人生を楽しむためのスキルアップや、こんな習い事があるの?と思わせる意外なもの、などなど...

今号のプリウスでは、人生を楽しく彩る「習い事」をまとめてみました。まずは、みなさんの始めたい「習い事」のイメージを探してみてください!

P! 110 さくらさん (30代 介護士)

たいへん
よかったです
ました

撮影協力/山の楽校



My Relaxation Space



自分たちだけのくつろぎの空間

二つの吹抜けが光と風を呼んでくれる。光が入る。風が入る。ほら、心がだんだんほぐれてくる。ここは自分たちだけのくつろぐ場所。

8/27 sat
28 sun
10:00 ~ 17:00

WAC design 株式会社 ワタナベ設計 WATANABE ARCHITECTS & CONSULTANTS

八戸市柏崎1-8-25 小倉ビル3F TEL.0178-51-8113

ワタナベ設計 検索

第12回 話題のスイーツから人気の味まで、
選りすぐりの「うまいもの」が一挙勢揃い!

秋の全国 うまいものまつり



私が
ご紹介
します!!
P!mo
プリウス読者モデル
ミハルさん
(20代 会社員)

秋の全国
うまいもの
まつり 限定 **100円券** お買い物券 春屋

■お住まいの地域(例:八戸市城下)と、年齢をご記入ください。

住所 年齢 歳

※1,080円(税込)以上お買い上げて、100円券1枚のみ利用可。
※1名様1回限り有効。 ※現金とのお引換えはできません。
※釣銭は出ません。 ※一部対象外
※有効期限/2016年8月24日(水)~8月30日(火)
※プリウスをそのままご持参いただくか、切り取ってご持参ください。

〒030-0801 八戸市城下 三春屋 4F

8/24(水) > 30(火)
【営業時間】 ※最終日は午後5時で終了
午前**10時**~午後**7時** [会場]三春屋 4F 催事場

初登場! チュベド・ショコラ
割れチョコミックス

■盛り売り(100g~) **400円** ■ミックス5(1kg) **3,218円**

CODEX国際規格にのった、カカオ由来以外の植物性油脂を使用していない上質なチョコレート「クーベルチュールチョコレート」を使用した、高級チョコレートがこの価格!

高級チョコレート
東京自由ヶ丘で行列の出来る割れチョコ専門店



初登場! ラ・バナデリーア
**フレッシュバター
ブレッツェル**

1個 **368円**

ドイツ発祥のブレッツェル。バターたっぷり濃厚なのに、フレッシュな味わい!じゅわっとバターのお味が口に広がります♥

海外直輸入の
本格パンを提供する
パンのセレクトショップです。



初登場! フォンターナ
マルゲリータピザ

信州の薪を使って石窯で焼き上げる本格ピザ♪
ナポリで修行したピザ職人が作る
ピザとして有名★ 1枚 **1,080円**

**10万枚以上販売の
大人気ピザ!**
石窯で焼いた
手作りナポリピザ。



2014年
モンドセレクション
銀賞受賞

松風庵 かねすえ
さぬきわらび餅

讃岐特産の高級砂糖「和三盆」を使用したとっても上品な甘さ♥本わらび粉のこし強さと、たっぷりきな粉のハーモニーが絶妙★
450g **1,100円**

実演
もっちり、
つるん♪
弾力最高!



空とぶからあげ
空とぶからあげ

・塩にんにく・しょうが醤油

染み込んだ秘伝のゆずこしょうダレがgood★
からあげ激戦地、大分・中津の味をぜひ!
各100g **378円**

実演
T.K.O.木下のおかんが作るからあげ!



上村水産
北のまつり寿司

うに、カニ、イクラなど、8品の具材を盛り込んだ北海道ならではの豪華なお弁当です!
1折 **1,620円**

実演
うに、カニ、イクラ!
厳選の海の幸がいっぱい!



初登場! 餅や一蓮 蔵 ■かにしゅうまい 6個入 1,080円	初登場! ガトーフェスタ ハラダ ■グーテ・デ・ロワ 簡易大袋26枚(2枚入×13袋) 972円	実演 函館志摩屋 ■函館スフレ 5個 864円	実演 京都・きぬかけの路 まざあぐらす ■クロワッサンシュークリーム カスタード・チョコ・抹茶 各1個 270円 モカエクレア 1個 291円
実演 RUNBLOOD ■浅草とろ生ぶりん 1個 322円	実演 三河あんき堂 ■みたらし団子 1本 108円	実演 肥後屋 ■いきなり団子 6個入・1パック 972円	実演 うさぎ家 ■りんご黒酢入りじゃがいも南蛮 100g 478円
餃子専門店 いさみや ■いさみや餃子 15個入・1パック 1,350円	博多やまや幸太郎 ■本漬辛子明太子(無色) 100g 1,404円	丸友本舗 ■紀州南高梅 200g 1,296円	栄屋 ■穴子寿司 1折・7個入 1,296円

ラーメン茶屋

【営業時間】午前10時30分~午後6時30分
◎ラストオーダー/午後6時
※最終日ラストオーダー/午後3時30分(午後4時閉店)

初登場!
北海道石狩市役所前に本店があり、海外においてはマレーシアにも出店!自家製麺にオリジナルみそを焼いて作ったスープは個性抜群!

麺や雅
■焼きみそラーメン
1人前 **810円**



三春屋 営業時間
2F-SF 午前**10時**~午後**7時**
1F 午前**10時**~午後**8時**
BF 午前**9時**~午後**8時**

八戸市十三日町13番地
TEL.0178-24-7111

痩身×ボディメイク×即効性

パワーツリーを使った
痩身コースが大人気!

ハワイアンミュージックとアロマに包まれながら、本場・ハワイ仕込のロミロミで癒されると人気のサロン「リレハウス」。オープンから2周年を迎え、ロミロミだけでなく、痩身メニュー「パワーツリー」も大人気となっています。

「これまでお客様から、痩身メニューのご要望をたくさん頂いたため、元々エステティシャンだった経験を生かし、県内でもまだ数少ないパワーツリーを使った痩身メニューを始めました。結果が出るからと、リピーターさんも多いんですよ」と話すのは、オーナーの池田彩子(いけださいこ)さん。



「痛そう!!」と思ったパワーツリーは、ほど良い圧迫感が心地良い〜♡
1回の施術でウエスト周りがスッキリ!翌日もそのままだ状態がキープ
されていたので、パワーツリーのリピーターが多いのにも納得です(*・v・*)

読者プレゼントあります!!
詳しくはP06へ▶

おかげ様で2周年
リレハウス

流す

リンパドレナージュ
~血液・排泄促進~

ほぐす

オールハンド痩身
~セルライト分解~

整える

ボディメイク
~筋膜調整~

ハワイアンの医療行為として伝わる本格的なロミロミから、ボディメイクに即効性のあるパワーツリーまで、満足度100%!ハワイを感じて素敵な空間で、あなたも癒されてみませんか?

menu

- ★ **ハワイアンロミロミ**
60分 / 6,000円 90分 / 8,000円
120分 / 10,000円
- ★ **パワーツリースリムボディ**
全身.....120分 / 10,800円
上半身or下半身.....60分 / 6,200円

2周年企画
読者限定 お試しコース
ご予約時に「Plus+を見た」で
パワーツリースリムボディ
全身 90分 / 7,000円

★ **ブライダルコース**
オーダーメイドにて。時間・料金は要相談。



女性専用 完全予約制

ハワイアンロミロミヒーリング
リレハウス
〒八戸市南類家2-27-3
コートハウス南類家F
☎ 0178-79-6592
(施術中は出られないことがあります)
🕒 10:00~18:00 月曜日
📍あり 検索



ロミロミスクール開講中
本場のロミロミを
学びませんか?

プロのセラピストから、趣味で学びたい人まで、マンツーマン指導で、本場仕込のロミロミセラピストを育成します。ロミロミの技術はもちろん、オーナー自身が本場・ハワイで学んだ文化やアロハスピリッツ等まで、惜しみなく伝授。詳しくはお問い合わせ下さい。

ハワイが大好き!

オーナー 池田彩子さん

オーナーご自身がブライダルを控えており、「パワーツリーやロミロミを取り入れて、ブライダルに向けた女性のキレイをお手伝いしたい」という思いから、パワーツリーを使ったブライダルメニューを考案中。ひとりひとりに合わせた、オーダーメイドプランで施術してくれるそうですよ!

半期に一度!最新トレンド発信!試食付!
ドレスファッションショー&
ジャズパーティを開催! ノートルダム八戸

3周年
アニバーサリー
特典あり!

鮮やかな緑に囲まれて真っ白に輝く外観。ひとつ先のウエディングをご提案するノートルダム八戸は『想いを、かたちに。』をコンセプトに、オープンから3周年を迎え、このたび「恋人の聖地サテライト」にも選定されました。そんなノートルダム八戸では、結婚式をこれからお考えのおふたりにぴったりな特別企画「THE LOVEL COLLECTION ザ・ラヴェルコレクション ドレスファッションショー〜JAZZ PARTY〜」を開催します。「こちらの企画は半期に一度、ノートルダムスタッフが贈る新作ドレスファッションショーです。FIVESTARオリジナルブランド『THE LOVEL』の、ナチュラルスタイルかわいいた新作ドレスが登場するだけでなく、CMソング等を多く手がける八戸出身のピアニスト・佐々木浩平さんのユニットによる生のジャズ演奏とコラボ。ありきたりでは満たされないおふたりに、ぜひオススメいたします」と話すのは、ノートルダム八戸・支配人で、ブライダル

プロデューサーの宮川絢子(みやがわひろこ)さん。同企画は、プロミュージシャンの指先が奏でる、柔らかなジャズの調べとともに、あこがれのウエディングドレスを間近でじっくり見られるだけでなく、模擬挙式も開催。ショー終了後には、ドリンク&チャームを楽しみながらジャズを聴けるミニ演奏会もあり、デート気分が気軽に参加できるような内容となっています。また、会場見学、相談会も同時開催。「入場無料ですが、先着順・予約制となっていますので、お申し込みはお電話またはホームページからどうぞ!と宮川さん。自然の光あふれる空間・緑を感じられる会場、ナチュラルコスチュームスタイルの魅力など、ノートルダム八戸でとっておきの一日を過ごしてみませんか?



ノートルダム八戸支配人・ブライダルプロデューサー 宮川絢子さん

ご成約特典 Plus+読者限定
フェアにご来店いただき、ご成約されたカップルには
新作ドレス1点無料レンタル
or
お料理グレードアップ
のいずれかをプレゼント!
※ただし、諸条件があります

【2部制】第1部10:00~/第2部16:00~
平日もフェア開催中!
8/20-27 sat 【夏No.1フェア】ノートルダム夏祭りへGO! 無料試食付
8/21 sun 帰省に合わせてしっかり相談会 会場見学、試食、見積もり相談
8/25 thu ノートルダムスペシャルティ〜美食会〜 平日休みの方に

Dress Fashion Show
THE LOVEL COLLECTION
ザ・ラヴェル コレクション
— ドレスファッションショー —
JAZZ PARTY
2016.8.28 日
プロミュージシャンの指先が奏でる、柔らかなジャズの調べとともに、いま、ふたりの未来が歌い出す。
ダイナミックで繊細なジャズの生演奏をバックに、模擬挙式、ドレスファッションショーなどをお楽しみいただける特別企画。ありきたりでは満たされないおふたりへ、新たなイメージが溢れ出す、とっておきの一日をご用意しました。想いを、かたちに。ノートルダム八戸は、ひとつ先のウエディングをご提案します。
第1部
10時00分 受付開始
11時00分 試食
15時30分 ファッションショー開始
第2部
15時00分 受付開始
15時30分 ファッションショー開始
17時00分 試食
ショーの後、ミニ演奏会が
ございます。
ドリンク&チャーム付き
(アルコール有り)
Personal Style Wedding
ノートルダム八戸
0120-80-3311
青森県八戸市城下2-11-70 営業時間/10:00~19:00(火曜定休)
www.notredame-hachinohe.com
FIVESTAR WEDDING



CocoRose ココローズ

〒八戸市桜ヶ丘4-6-16
月・火・木 10:00~16:00
八戸 ココローズ

お問合わせはLINEから!!



語学

英会話で世界を広げて 一生ものの財産を作っちゃえー!

英会話こそ「途中で挫折してしまった」という経験のある方が多いのではないのでしょうか?プライベートの海外旅行で役立つことはもちろん、ビジネスの幅を広げたり、就活にも有利な英会話を、今こそしっかりと身につけたいと思っている方へオススメするのが、ジャクソン・ツー英会話教室。

こちらの教室では、どうして英会話を覚えたいのか、覚えたらどうなりたいのかという、しっかりとした目的意識のもと英会話のレッスンが始まります。ここがポイントで、この目的がしっかりとないと長続きしないんだそうです。

レッスンでは、講師も生徒も話すのは英語だけ。初めのうちは気後れしてなかなか話せない方も、ユニークでフレンドリーな講師の皆さんのおかげで、ばっちりマスターできるんだとか。

一生ものの財産になること間違いなしの英会話。「習うより慣れろ」が鉄則、大切なのは英語に触れ続けることだそうですよ!

ジャクソン・ツー英会話 番町教室
〒八戸市大字番町22 ☎0178-24-3861
火~土曜日 10:00~20:30
月曜日、日曜日



教室相例!!
ゆかたウィーク!
浴衣姿も似合う講師のニックさん

教室に入ったから日本語禁止!会話は英語で!とにかく英語に触れることが、覚える秘訣みたい。和やかな雰囲気で行われるレッスンは、子どもから大人まで楽しく学べますよ!

基本コース 英会話 90分/週1回
指導料 13,166円/月

9月入会の方
月謝1か月無料
キャンペーン実施!!

(※別途、入会金28,800円、共益費10,800円/年がかかります。)

他にも、幼児・中学生コース、高校生コース、親子コース、シニアコースなどもあります。

※白山台教室も ☎0178-38-3451 無休
※表示価格は税込です。

学校で、を学ぼう!

種類も多く、従来とは違うユニークな習い事も増え、青葉湖展望交流施設・山の楽校は、廃校を利用して、体験することができる。中でも人気の、お郷特産のそばを打つ「地元のおばあさん直伝のそば打ち体験」。

そば粉300gを使用し、コシがありツルツルとしたそばは打ちやすいので、初心者の方でも安心!家族や友人と楽しめます。打ちあがったそばは、さっそく校内の釜で茹

を使って作る「豆腐づくり」、「味噌づくり」、あると便がある炭焼き小屋を利用して炭を作る「炭焼き」など、季節くさんありますよ!詳しくは、お問い合わせ下さい!

〒八戸市南郷大字島守字北ノ畑6-2
☎0178-82-2222 月曜日(月曜日祝日の時はその翌日)
8:00~17:00 年末年始



とても懐かしい雰囲気でのそば打ち体験!!
ベテランの先生が付き、混ぜ方の手つきや、切るとき加減など分かりやすく指導してくれるので安心して作業することができました。

■そば打ち体験
・大人 1,500円
(10名以上の団体は要予約)

※表示価格は税込です。

何かを始めたいけど、やりたいことがわからないと悩んでいる方、まずはこちら!

- はちえきキャンパスin八日町**
いけばなやダンス、ヨガなどからクッキングまで100を超える講座。入会金不要で気軽に参加できる1回完結型の講座も開催。はちえきキャンパスin階上もあります。
〒八戸市八日町8番地 八戸液化ガスビル2階 ☎0178-46-3025
- NHK文化センター八戸教室**
魅力的な300講座があなたの日常に素敵な変化を与えてくれます。秋講座は9/1から受付開始です。
〒八戸市堤町4-7 NHK八戸放送会館内 ☎0178-24-1800
- 八戸ポータルミュージアム はっち**
ギャラリーやスタジオでは、伝統工芸の体験教室や親子で参加できるワークショップなどが行われています。
〒八戸市三日町11-1 ☎0178-22-8228
- ガラス工房「スターブリッジ」**
コップやアクセサリーなどのガラス作品の体験ができます。
〒八戸市沼館4-7-106 (Pia Do内) ☎0178-45-7173
- 八戸リサイクルプラザ**
リサイクル施設見学と、牛乳パックからのハガキ作り・石鹸作りなどの手作り体験教室を開催。
〒八戸市大字御引字山田山1-1 ☎0178-70-2396
- 各地区公民館及び瑞豊館**
近所の公民館などでも、趣味、健康・軽スポーツ、料理、パソコンなど、市民向けのさまざまな講座を開催しています。お気軽にどうぞ。
〒八戸市教育委員会社会教育課 ☎0178-43-9154
- 八戸市縄文学習館**
縄文土器作り・土偶作り・土製耳飾り作り、火おこし体験など、縄文人の「ものづくり」が体験できる。いろいろなメニューを用意しています。
〒八戸市大字是川字中居3-1 ☎0178-96-1484

平成28年度 地域創業促進支援事業

はちのへ 創業スクール

夢を実現!!

創業・起業に興味がある方、お気軽にご参加下さい!

創業者の体験を聞いてみたい...
どうやって創業したらいいのかわからない...
必要な手続きや税金についても学びたい...

創業に関する基礎がすべて学べる!!

受講生募集

日時 9/11(日)~10/16(日) 全7回
10:00~16:00 ※カリキュラムの詳細は、右記をご覧ください。

内容 ベーシックコース
◆ビジネスプランについて知ろう
◆創業に必要な手続き・会計知識・お金の集め方を学ぼう
◆営業力を身につけよう 等

場所 八戸商工会館 会議室 (八戸市堀端町2-3)
定員 30名 (定員になり次第締め切ります)
受講料 10,800円(税込) (テキスト代を含む。第1回開講日にお支払い下さい)
対象者 創業を予定している方、創業に興味・関心のある方
申込方法 お電話にてお申込み下さい。☎0178-51-9593
申込締切 9月5日(月)
主催 八戸商工会議所

無料 創業支援のプロによる「創業スクール体験講座」
※創業スクールに参加されない方もご参加頂けます。

日程: 9月4日(日) 13:00~14:30
場所: 八戸商工会館
内容: ◆創業準備から創業後までの流れを知る
◆創業に関する基礎情報
◆創業スクールの研修カリキュラム概要説明
講師: 中小企業診断士 8サボ専門アドバイザー 淵沢 智秀氏
申込締切: 8月31日(水)



はちのへ創業スクール カリキュラム

日程	時間	テーマ・カリキュラム概要	講師
9月11日(日)	10:00~10:30	オリエンテーション ・カリキュラム全体の説明	八戸商工会議所
	10:30~12:00	創業者のお店を見てみよう ・創業者の店舗見学	リフォームソーイング 数織工房32
9月18日(日)	13:00~16:00	ITを活用して事業を知ってもらう方法 ・WEBを使った集客・販路開拓・SNSの活用術	株式会社 アイテック 向井 誠二氏
	10:00~12:00	相手に良い印象を与える話し方を知ろう ・魅力的に伝えるプレゼン手法・論理的な話し方・伝え方	株式会社 アイテック 中山 恵美子氏
9月25日(日)	13:00~16:00	創業に必要な会計の基礎知識とは ・税務に関する基礎知識・会計の基礎知識 ・決算書の読み方・収支計画書の作り方	税理士 神子 幸祐氏
	10:00~12:00	ビジネスプランの基礎 ・ビジネスアイデアを考える ・ビジネスプランの作成準備	中小企業診断士 小野寺 毅氏
10月2日(日)	13:00~16:00	ビジネスプランの構築方法 ・実現したい創業イメージ・ビジネスモデルの作り方 ・ビジネスアイデアの整理	中小企業診断士 小野寺 毅氏
	10:00~12:00	顧客を得るために知っておくべきこと ・営業計画・販売計画の作り方 ・販路開拓・顧客へのアプローチ	中小企業診断士 小野寺 毅氏
10月9日(日)	10:00~16:00	事業を分析する方法 ・マーケティングの基礎理論・市場分析の方法 ・商品・サービスの強み・弱み	中小企業診断士 小野寺 毅氏
	10:00~16:00	ビジネスプランを作ってみよう ・ビジネスプランの作成方法 ・リスク分析と回避策の検討	中小企業診断士 小野寺 毅氏
10月10日(月・祝)	10:00~12:00	ビジネスプランを精査し完成させよう ・ビジネスプランのブラッシュアップ	中小企業診断士 小野寺 毅氏
	13:00~16:00	ビジネスプランをプレゼンしてみよう ・ビジネスプランの発表	中小企業診断士 小野寺 毅氏
10月16日(日)	10:00~11:00	創業者の体験談② ・創業者の体験談・創業にあたっての心構え	株式会社 エスエス エステサロン マジュエル
	11:00~14:00	創業に必要な資金の集め方 ・資金調達の方法・創業者融資制度について	日本政策金融公庫 青森県信用保証協会
	14:00~15:00	創業に必要な手続きとは ・創業時に必要な手続き・契約書の作成方法 ・事業活動に伴うリスク	かわくち 社会保険労務士事務所 特定社会保険労務士 川口 孝子氏

お申し込みお問い合わせ 八戸商工会議所 中小企業相談所
〒031-8511 八戸市堀端町2-3 はちのへ創業・事業承継サポートセンター内
TEL 0178-51-9593 FAX 0178-51-9594 ※お電話による受付時間は、9:00~17:30(土・日・祝日除く)



特集

大人の習い事

大人になって自由な時間が生まれた今こそ、新しい趣味や習い事を始めるチャンス！
人生を楽しむためのスキルアップ、こんな習い事があるの？
と思わせる意外な教室、親子いっしょに楽しめる体験など、
カッコイイ大人のための趣味・習い事・教室・レッスン・スクールなど目白押しです。

手芸

お子様連れも大歓迎☆ 世界にひとつだけのオリジナル 食器を作ってみませんか？

今 年1月にオープンしたばかりの、ポーセラーツのレッスンが受けられるサロン「CocoRose(ココローズ)」。住宅街にあり、自宅の一室でレッスンをしている為、ゆっくりとプライベートな時間を過ごせるサロンです。
ポーセラーツとは、白磁(白い陶器)に、水をつけるとシールになる転写紙を切って貼り付け、800度の専用の窯で焼成するもの。自分だけのオリジナル食器が作れると、いま女性に人気の習い事です。
「当サロンでは、ベビーチェア等もご用意しておりますので、お子様連れのお客様も大歓迎です！誰でも簡単にできるので、お子様と一緒に作るのもいいですね。世界にひとつだけの作品は、友人へプレゼントすると大変喜ばれるんですよ。また、集中して作業すると無心になれるので、とてもいいリフレッシュになります！」と話すのは、講師の河村恵利子(かわむらえりこ)さん。
特別に準備するものもなく、気軽に始められるのも、ポーセラーツの魅力のひとつ。子育て中で、なかなか自分の習い事が出来ないと思っている女性の方にも、オススメです！オリジナル作品を作って、オシャレな食器でステキ女子を目指してみませんか？

少人数制だから、
しっかり教えてもらえます！
贈り物にも絶対喜ばれるし、
可愛い食器で
女子力もアップですね♪

オリジナル哺乳瓶(3,500円～)の他、アニバーサリープレート(3,500円～)も作れます!!出産祝いや、自分の子供用に作るのもオススメです

■2時間体験コース

- マグカップ 2,500円
- スクエアプレート (13cm×13cm) 2枚 3,000円

※表示価格は税込

運動

子供といっしょに出来るので 楽しさ倍増！親子トランポリン

何 かやりたいと思っても、なかなか行動に移せませんか？それなら、小さなお子様をきっかけに動き出してみるのはいかがでしょうか？
ニューフィットネスで開催している「親子トランポリン教室」は、ミニトランポリンを使って「びよーん、びよーん」と飛んで跳ねての全身運動、かつ楽しそうな習い事です。しかも、年齢問わずできることも魅力ですから、お子様も夢中になること間違いなし。
エクササイズとしてもリンパや血液の循環が良くなって、筋トレやダイエット効果もあります。NASAでも飛行士たちの訓練にとり入れているほど。お子様にとっても、一緒に運動できる安心感があります。インストラクターは何と、世界大会に多数出場しているレスリング元日本代表。
1レッスン1,500円。フルタイム会員の方1名につき、お子様(小学生限定)1名が無料で受けられるのもうれしいですね！

NewFitness
ニューフィットネス

〒八戸市城下2-11(イオンタウン城下内)
☎0178-24-1515 平日・土曜日 9:00～22:00
☎月末の2日間 日曜日 9:00～18:00

料理

懐かしの小 田舎暮らし

口に習い事と言っても、最近ではききました。八戸市南郷にある地元の方が先生となって、田舎暮らしばあさんとの会話を楽しみながら、南北打ち体験。
粉は、小麦粉二割、そば粉八割の「二八そば」のそばを作ります。二八そばは同士で、和気あいあいと楽しむことができて、美味しくいただくことも。
他にも、この地区で栽培された大豆利でうれしい「保存食づくり」、裏庭に季節に応じて楽しめる体験メニューがた

シンプルなきのぎの繰り返しだけで、トランポリンの上でバランスをとりながら、下半身を鍛え、子供もが「名無し」で、親子で楽しめるのもうれしいですね！

入会金(入会時のみ).....5,000円
登録手数料(入会時のみ)....2,000円

・つきよん会員.....3,800円(4回/月)
・アフタヌーン会員...3,800円(全日13:00～17:00)
・フルタイム会員.....4,800円(使い放題)
・親子トランポリン...1,500円(フルタイム会員はお子様無料/毎週日曜日9:30～10:15)

今なら 先着50名 **0円**

・U27フルタイム会員...4,500円(27歳以下使い放題)

※表示価格は税別です。

新聞配達員 急募!!

女性や55歳以上も活躍中!!

アルバイト ①朝刊 ②夕刊 ③朝夕刊
★類家地区 ★田向地区
★尻内地区 ★ニツ家地区

【勤務時間】朝刊1日2時間程度 夕刊1日1時間30分程度のお仕事です。
【給与】時給700円～
【待遇】ガソリン手当(自家用車持ち込みの場合、走行実績にて支給)冬期手当・月額3,000円支給(1月～3月)その他、各種手当あり

はちのへ東奥・朝日販売センター
中央店 八戸市本郷7-1 ☎0178-71-1880

集金スタッフ 募集!!

集金スタッフを募集中です。
都合のよい時間にお仕事出来ます。

【仕事内容】新聞購読料の集金
【給与】平均3～5万円
【勤務時間】都合のよい時間

- ◎ガソリン代支給
- ◎未経験者の方でも歓迎
- ◎毎月20日頃から、10日間位のお仕事です。

お子様たちの成長が、どうしてこんなにうれしいんだろう。

私をためそうもういちど。

お気軽にご参加ください!

くもんの先生 説明会

会場 八戸商工会館
八戸市本郷町2-3(八戸市庁隣)

日程 9/2(金) 10時～12時

特に吹上小学校区(田向エリア) 旭ヶ丘小学校区で指導者を募集しています!!

※教室開設時に「開設認可料」108,000円が必要です。
日時が合わない場合は、個別に説明会をさせていただきます。
お気軽にご相談ください。

くもんの先生になりませんか。 まずはホームページをチェック! くもんの先生

お問い合わせは 0120-834-414 受付時間9:30～17:30 土・日・祝日を除きます

公文教育研究会 030-0801 青森市駅前2-2-4 KUMON

ハ戸グランドホテルのステーキが食べ放題

※予約優先となっております。

予約不要! 当日飛び込みOK!

ステーキ祭

夏の感謝祭 10日間の期間限定 特別企画を お見逃しなく!!

8/22(水)～31(水) 17:30～21:00 (L.O.20:30) 会場 1F サヴァロッソ

食べ放題メニュー 制限時間 90分

ステーキ、ライス、パン、サラダ、スープ
大人(中学生以上) 2,700円
小学生 1,500円
未就学児(ソフトドリンクのみ) 500円

女性のお客様にはデザートサービス!

制限時間 90分 **飲み放題メニュー** 生ビール、ワイン、焼酎、ソフトドリンク 1,000円
ソフトドリンクのみの飲み放題は500円となります。

※表示価格は全て税別です。

ハ戸グランドホテル 八戸市番町14番地 TEL.0178-46-1234

早得コース 4名様〜 **10月末までの期間限定**

お料理7品

- 中華4点盛り
- 鶏のから揚げ
- エビチリ
- 麻婆豆腐
- 冷し棒棒鶏麵
- チャーハン
- サラダ

130種類の飲み放題付き お一人様 **3,500円**

※16:00〜[予約でのみ受付] ※ご予約は前々日まで

打ち上げや女子会におススメ ☆ **16時から始まる期間限定** **宴会コース!** **アチュアチュ**

読者プレゼントあります!! 詳しくは P06へ▶

女性でも気軽に、本格四川料理を楽しめるお店として連日にぎわっている「中華ダイニング a-chu a-chu(アチュアチュ)」。同店ではイベントの多いこれからの季節に合わせて、新しいコースが登場しました!

「よくゴルフをするのですが、ゴルフって大体夕方16時頃に終わりますよね。そのままのテンションで飲みに行きたいと思っても、時間的にあいてるお店は少なく。気分が冷めることなく、飲めたらいいのと思っていたところ、お客様からも同じようなご要望を頂いたので、それならばと、早い時間に始められる宴会コースをご用意させていただきました。ゴルフに限らず、イベント後の打ち上げのお客様にもピッタリです」と話すのは、オーナーの内山龍達(うちやまりょうたつ)さん。

こちらのコースは、オススメの麻婆豆腐や中華4点盛り、さっぱり食べられる冷し棒棒鶏麵など人気のお料理7品に、130種類の飲み放題付き。八戸市卓越技能者の料理長・木立隆(きだちたかし)さんが、一品一品細部にまでこだわって作った上質な中華料理を、低価格で堪能できるというのも、同店最大の魅力です。

どこのお店よりもいち早く宴会を始められて、しかもリーズナブル!少量ずついろんな味を楽しめるのもウリなので、女子会にも喜ばれそうですね。期間限定のお得なコースで、明るいうちから宴会を楽しんでみませんか?

a-chu a-chu 中華ダイニング アチュアチュ

八戸市十三日町1 ヴィアノヴァB1F
TEL.0178-41-2425

ランチ 11:30~15:00 (L.O.14:45)
ディナー 18:00~22:00 (L.O.21:30)

火曜日 あり ヴィアノヴァ指定駐車場(割引券あり)

予約が16時からOKで、早めにスタートしたい人には嬉しいですね! 中華の王道メニューを、少しずつみんなでシェアできるのでGOOD。隠味のきいたお料理は、どれも美味しい~!



プラス プリウス INFO

編集部にお届けしたお便りや、近隣のイベント情報をお届けします!

VOICE 読者メール

■スパイシーフードの辛さメーターはわかりやすく参考になった。のすけさんの「からのすけ」に興味があったんだけど、あまり辛いのは得意ではないから、ターベゲートさんのトムヤムビーフが大丈夫だったら挑戦してみようかな。(ESE・40代♀)

☆少しずつ辛さをレベルアップしながら、挑戦してみてください!

■チャベルさんはオムライスのイメージが強かったので、カレーライスもあると知って驚きました。とっても辛そう。でも、美味しそう。ぜひ食べてみたいです。(ばるる・20代♀)

■ゆりの木通りに、気になっていた耳つぼ専門店 きのの扉さんがあったなんて知りませんでした。お腹ぼこりが気になっていたんで、行ってみたいと思います。(マロン・40代♀)

☆これから来る食欲の秋に向けて、少しでも落としておきたいですね~(^^)

■きくやさんのラーメンとても美味しそうです。豚

骨大好きなので気になります。チャーマヨ井は奥さんが好きそうなので家族で行きたいです。(アッキー・30代♀)

☆仲良くご家族で行ってみたいですね!

■グランドホテルさんのサヴァロソは以前ランチに行ったことがあり、ワンプレートランチを頂きました!今回の広告を見てまた近々行きたいなと思います!(スマイルなちゃん・20代♀)

☆たまにはリッチにホテルランチもオススメ(^_^)

■山匠電気工業さんの広告に載っていた「とつたりモコン」が気になりました!寝室の電気のスイッチが微妙な位置で、リモコンがあったらなあと思っていたので、お話を聞きに行ってみたいです。(葉桜・30代♀)

EVENT INFO 近隣のイベント情報

8/20(土)・21(日) **親子映画会「夏のアニメ劇場」**

8/20(土)「ねぎぼうずのあさたろう」「そくそく村のおバケたち」8/21(日)「トク&ジェリー」「TAMA&FRIENDS三丁目物語」【時間】14:00~15:00【場所】八戸公園【交通】全ふれあい広場【料金】無料【問合せ】八戸公園 0178-96-2932

8/20(土)・21(日) **大駱駝艦 金粉ショーinひまわり畑**

女性舞踏手が大自然の中、情熱的かつ野性的

8/22(月) **親子ふれあいのアメリカ式リトミックキダージャム**

アメリカ人インストラクターと音楽に合わせてエネルギーに動いて、身体で英語や歌を覚えよう。【時間】10:00~受付、10:30~11:30【場所】デーリー東北ホール【対象】2歳~7歳【料金】800円【申込】Email:npo.map@gmail.com または 080-1672-7687 (Misawa Access Publications)まで

8/28(日) **シャクナゲの育て方**

【時間】13:00~16:00【料金】無料【講師】木村勝城(八戸シャクナゲ会)【定員】40名※当日申込可能【場所・問合せ】八戸公園 0178-96-2932

8/28(日) **みろく横丁流しそうめん大会**

全長15mの流しそうめん台を設置し、みろく横丁だからこその本格的な竹筒での流しそうめん。【時間】14:00~15:00【料金】無料※お子様連れの方優先【場所】みろく横丁

8/28(日) **おはなし隊キャラバンカーがやってくる!**

全国各地をまわっている移動図書館「おはなし隊キャラバンカー」がはっちの裏に登場します。【時間】14:30~15:30【場所】八戸ポータルミュージアムはっち裏「番町スクエア」【料金】無料【問合せ】こどもはっち 0178-22-5822

9月 タロット占い **HAPPY FORTUNE TELLING**

2016.9/1(木)~9/30(金)

1月 突然のハブニングに慌てそうです。心穏やかに過ごす時間を、いつもマイペースを心掛けてみましょう。

2月 自分の気持ちや考えを大切に、胸を張り凛とした姿勢を心掛けて進むと吉。一つの事に夢中になり過ぎないように注意!

3月 仕事が多忙の時こそ自然との触れ合いを大切に。季節の変化を楽しむ事が運氣アップの鍵です。お散歩が吉。

4月 恋愛運が好調です。自分らしさを大切に、どんな場面でもオシャレな自分でいきましょう。龍バックが吉。

5月 秋空を見上げ深呼吸を!落ち着いて物事を考える習慣が、今年の目標を達成する鍵となります。何事もメリハリを大切に!

6月 いつも持ち歩くバックの中に入っているアイテムに幸運の種が!整理整頓と小物は綺麗に磨きましょう。

7月 これまでの自分のルーツを辿ってみましょう。思い出の場所や物を大切にすることが、これからの未来に繋がります。

8月 健康面が不安定になりがち。朝食をしっかりとり、身体と心は我慢させすぎないように適度が大切です!

9月 「お花」がラッキーアイテムです。誕生日の花言葉などに幸せを運んでくれるヒントが隠されています。

10月 休みの日は、人が集まる場所へ行きましょう。人の持つ「気」があなたのパワーをさらにupさせてくれます。

11月 新しい出会いの予感が!今まで以上に人と人との繋がりを大切に。約束は忘れないように注意が必要です。

12月 今までの努力が形になるのはもう少し先ですが、必ず報われると信じて継続しましょう。濃い色の物が吉。

Plus Presents **読者プレゼント** [締切] 8月24日(水) 必着

※読者プレゼント掲載の写真はイメージです。

【応募方法】ハガキまたはプリウスHP応募フォーム

【記入事項】①ご希望の品(プレゼント番号) ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤性別 ⑥ご意見・ご感想

⑦ペンネーム(紙面掲載用、匿名希望の場合は「匿名希望」と明記)

【応募先住所】〒031-0052 八戸市本徒士町7-1 プリウス編集部

【HP】http://plus-plus.info **プリウス 八戸** 検索

リレハウス プレゼント番号 **A-37**

パワーツリースリムボディ 体験(30分) 3名様

アチュアチュ プレゼント番号 **B-37**

2,000円分の食事券 5名様

STAFF VOICE スタッフのほやき

この度新しく入社しました!一生懸命暑さの中教えてもらっている最中です。暑いですが!!汗だくです!!なのに太った…(@_@;) (ちびび)

配布地域

■八戸市(ポスティング) ■おいらせ町・陸上町 五戸町・南部町・三戸町・田子町(一部新聞折込)

設置店

八戸市庁・三春屋・みなどや やまはる・カブセンター ラビア・八食センター TSUTAYA白山台・イオン田向等

本誌が届かない方は左記店舗へ!バックナンバーは、HPをご覧ください!

次回 vol.38 特集 「グルメツアーズ」 **9/2** 発行

広告掲載のお問合せ先(隔週金曜日発行予定)

(株)リズム・エージェンシー 八戸市本徒士町7-1 TEL.0178-44-7655



内・外・W断熱だから
春・夏・秋・冬とっても快適!

真壁づくりの家

伝統を科学する
真壁づくりの家 全国NO.1
100 YEARS OF JAPANESE CASTLE TOWN WITH SCIENCE

無垢材・ひのき・真壁造り・外張り断熱を備えた
一、〇〇〇万円台で建てる私たち流の木の家

木が見える空間
真壁の魅力

- 1.木が呼吸し、調湿する
- 2.温もりのある癒しの空間
- 3.家が長持ちする
- 4.住むほどに味わいと愛着が増す
- 5.ストレスフリー効果

8/20 土・21 日 10:00~17:00 上北郡おいらせ町
木の家が好き! 完成邸体感見学会

サイエンスホームの住まいは、1,000年以上前に建てられた法隆寺などと同じ工法で建てる「真壁づくり」の家です。

※写真はイメージです

今回の真壁づくりの家のミッドコロ

- ◎ オール国産ひのきの柱を使った家
- ◎ 収納たっぷり、主婦目線の間取り
- ◎ 吹抜のある開放的なリビングとフルオープンキッチン
- ◎ ピアノコーナーと、書斎スペースをLDに設置 ...etc

前回の八戸市に続き、オール国産ひのきの家がおいらせ町にも初完成しました。奥様が、整理収納アドバイザーに相談するなどこだわった収納たっぷりの間取りや、ピアノコーナー、書斎コーナーがあっても開放的で広々としたリビングなどが見どころです。

サイエンスホームの圧倒的な木の存在感の家。住んだことがないけれど、昔懐かしを感じる木の家。木の温もりの中で家族の幸せを感じる家。年月が過ぎるほどに木の味わいの増す家。そんな生活をサイエンスホームがお手伝いできれば幸せです。

サイエンスホーム八戸店
店長 橋本 英文



Access Map



カーナビ設定

青森県上北郡
おいらせ町半込平31-7

道に迷ったら

☎0178-34-5235

優れた性能・品質で
真似のできない低価格!!
6 サイエンスホーム
つの人気のヒミツ

人気のヒミツその1
冬でもぽかぽか
高気密・高断熱の
外張り断熱

人気のヒミツその2
木が呼吸する
メーターモジュールの
真壁造り

人気のヒミツその3
枠組・パネル
強固な
ハイブリッド工法

人気のヒミツその4
人や環境に優しい
無垢の
内部建具

人気のヒミツその5
蓄足ても
気持ちの良い
無垢の床

人気のヒミツその6
木の味わいと
温もりを醸し出す
豊富な木の色

不可能を可能にした真壁づくりの家 全国No.1

サイエンスホーム 八戸

サイエンスホームグループ 全国130店舗

[アメプロ はしもと ひでふみ]で検索!!
サイエンスホームの家に住んでみるの日常をブログで毎日更新中。

サイエンスホーム八戸

株式会社 橋長

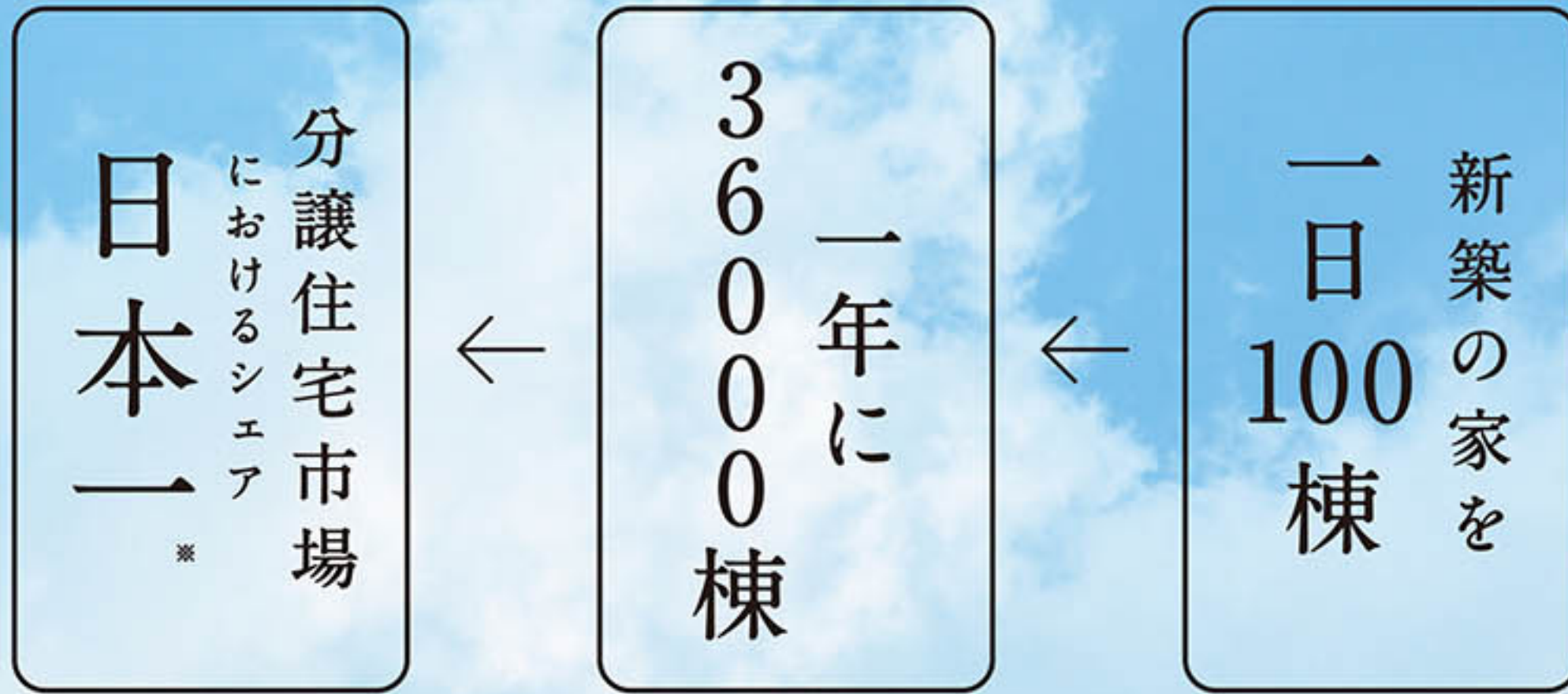
八戸市 白根三丁目14-5 TEL (0178)34-5235

サイエンスホーム 検索

第113回 住宅ローンセミナー &
第65回 失敗しない家づくりセミナー

8/27 場所/フリースクエアノヅキ
時間/13:00~16:00

前日までに、0178-34-5235で要予約



上記は飯田グループホールディングスの実績です。
 ※2013年4月1日～2014年3月31日 住宅産業研究所 調べ

 株式会社 アーネストワン

新築分譲住宅 見学会開催! 会場でスタッフがお待ちしております。下記以外の平日でも見学可能です。平日見学の場合はお電話ください。
第1弾: 8/20(土)・21(日) 第2弾: 8/27(土)・28(日) 9:00～18:00

01 西白山台 第2・3棟会場

カーナビ案内 八戸市西白山台1-12-8付近

1,980万円 (税込) 月々 51,006円

4LDK 駐車 2台可 【月々返済例】地方銀行、紹介ローン、融資限度額1億円、借入金1,980万円、40年返済、利率1.1%(10年固定金利型3.4%より最大2.3%引き下げ)、頭金なし、ボーナス払いなし



●学区/白山台小学校:1,700m・白山台中学校:300m●所在地/青森県八戸市西白山台1丁目●JR八戸線「八戸駅」バス17分、バス停「八戸ニュータウン」から徒歩6分●土地面積/227.68㎡～263.31㎡●建物面積/102.06㎡～105.70㎡●建築年月/H28年6月●用途地域/第1種低層住居専用地域●取引態様/仲介●販売棟数/3棟●販売価格/1,980万円～2,290万円(税込)●設備/公営水道、本下水、東北電力、都市ガス●建築確認番号/第H28SHC102935号他 ※こちらの販売価格、外観、図面は、3号棟のものです。

02 東白山台 第2・3棟会場

カーナビ案内 八戸市東白山台4-24-6付近

2,190万円 (税込) 月々 56,416円

4LDK 駐車 2台可 【月々返済例】地方銀行、紹介ローン、融資限度額1億円、借入金2,190万円、40年返済、利率1.1%(10年固定金利型3.4%より最大2.3%引き下げ)、頭金なし、ボーナス払いなし



●学区/白山台小学校:640m・白山台中学校:1,300m●所在地/青森県八戸市東白山台4丁目●JR八戸線「八戸駅」バス15分、バス停「水道企業団前」から徒歩4分●土地面積/258.02㎡～265.52㎡●建物面積/105.70㎡～111.78㎡●建築年月/H28年7月●用途地域/第1種低層住居専用地域●取引態様/仲介●販売棟数/3棟●販売価格/2,190万円～2,290万円(税込)●設備/公営水道、本下水、東北電力、都市ガス●建築確認番号/第H28SHC101880号他 ※こちらの販売価格、外観、図面は、2号棟のものです。

03 湊町 第1・2棟会場

カーナビ案内 八戸市湊町字油久保23-4付近

2,190万円 (税込) 月々 56,416円

4LDK 駐車 2台可 【月々返済例】地方銀行、紹介ローン、融資限度額1億円、借入金2,190万円、40年返済、利率1.1%(10年固定金利型3.4%より最大2.3%引き下げ)、頭金なし、ボーナス払いなし



●学区/青瀬小学校:150m・湊中学校:750m●所在地/青森県八戸市湊町字油久保●JR八戸線「八戸駅」バス40分、バス停「四本松」から徒歩12分●土地面積/168.35㎡～180.68㎡●建物面積/97.20㎡～109.75㎡●入居予定年月/H28年8月●用途地域/第2種中高層住居専用地域●取引態様/仲介●販売棟数/2棟●販売価格/2,190万円～2,290万円(税込)●設備/公営水道、本下水、東北電力、LPガス(個別)●建築確認番号/第H28SHC107232号他 ※こちらの販売価格、外観、図面は、2号棟のものです。

04 市川町 第2・2棟会場

カーナビ案内 八戸市市川町桔梗野上31-732付近

1,780万円 (税込) 月々 45,854円

4LDK 駐車 2台可 【月々返済例】地方銀行、紹介ローン、融資限度額1億円、借入金1,780万円、40年返済、利率1.1%(10年固定金利型3.4%より最大2.3%引き下げ)、頭金なし、ボーナス払いなし



●学区/桔梗野小学校:150m・市川中学校:3,100m●所在地/青森県八戸市市川町桔梗野上●青い森鉄道線「陸奥市川」バス3分、バス停「桔梗野小学校」から徒歩1分●土地面積/154.77㎡～279.84㎡●建物面積/98.00㎡～111.78㎡●建築年月/H28年4月●用途地域/近隣商業地域、第1種住居地域●取引態様/仲介●販売棟数/2棟●販売価格/1,780万円～1,980万円(税込)●設備/公営水道、本下水、東北電力、LPガス(個別)●建築確認番号/第H27SHC122014号他 ※こちらの販売価格、外観、図面は、1号棟のものです。

05 三沢市美野原 第1・1棟会場

カーナビ案内 三沢市美野原1-16-7付近

2,390万円 (税込) 月々 61,569円

4LDK 駐車 2台可 【月々返済例】地方銀行、紹介ローン、融資限度額1億円、借入金2,390万円、40年返済、利率1.1%(10年固定金利型3.4%より最大2.3%引き下げ)、頭金なし、ボーナス払いなし



●学区/木崎野小学校:700m・堀口中学校:660m●所在地/青森県三沢市美野原1丁目●青い森鉄道線「三沢駅」バス20分、バス停「B/Vリ通り」から徒歩6分●土地面積/149.31㎡●建物面積/111.78㎡●建築年月/H28年8月●用途地域/第1種低層住居専用地域●取引態様/仲介●販売棟数/1棟●販売価格/2,390万円(税込)●設備/公営水道、本下水、東北電力、オール電化●建築確認番号/第H28SHC105689号 ※こちらの販売価格、外観、図面は、2号棟のものです。

06 六戸町小松ヶ丘 第1・1棟会場

カーナビ案内 上北郡六戸町小松ヶ丘1-77-97付近

1,490万円 (税込) 月々 38,384円

4LDK 駐車 2台可 【月々返済例】地方銀行、紹介ローン、融資限度額1億円、借入金1,490万円、40年返済、利率1.1%(10年固定金利型3.4%より最大2.3%引き下げ)、頭金なし、ボーナス払いなし



●学区/大曲小学校:2,800m・七戸中学校:4,200m●所在地/青森県上北郡六戸町小松ヶ丘1丁目●青い森鉄道線「三沢駅」バス6分、バス停「小松ヶ丘中央」から徒歩3分●土地面積/232.58㎡●建物面積/114.21㎡●建築年月/H28年6月●用途地域/第1種低層住居専用地域●取引態様/仲介●販売棟数/1棟●販売価格/1,490万円(税込)●設備/公営水道、本下水、東北電力、オール電化●建築確認番号/第H27SHC114427号 ※こちらの販売価格、外観、図面は、8号棟のものです。

※見学会や住宅に関する詳細は、現場スタッフ又は、お電話にてお問合せください。※掲載情報の時点は2016年8月6日となります。 ※広告有効期限2016年8月31日迄 ※売却済みの場合はご容赦ください。 ※契約の際は別途仲介手数料が発生いたします。 ※記載の金利については2016年8月のものとなります。

 飯田グループホールディングス 青森県八戸市尻内町鴨ヶ池16-1 9:00～18:00(水曜定休) 日本最大級の分譲住宅情報サイト「すまい-だ」 全国の住宅を検索できます スマホからでもOK! 1日100棟、分譲住宅日本一 すまい-だ 検索