

Free Magazine

暮らしに彩りをプラス

— プリュス —

# Plus+

VOL. 87

Posting & TakeFree

2018.9.28 発行

発行部数 100,000部  
(八戸市内 80,000部配布)

プリウス 八戸

検索

f プリュス 公式フェイスブックページ

三浦文彰&モスクワ・ツロイツ with 川本嘉子 コンサート 最も注目を集めるバイオリニスト

2018 **10/7日** 開場 14:00 開演 14:30

会場: スワニー (六ヶ所村文化交流プラザ)

前売券 **2,000円** (税込)  
(当日2,500円) [ローチケ] Lコード 22715

※ローチケ、他各プレイガイドで取扱い中

主催・お問い合わせ: (一財)六ヶ所村文化振興公社 TEL.0175-72-3400

Plus+ 編集部がナビゲート!

## ドライブで行く 絶景紅葉 スポット

### LET'S GO!



四季折々の風景が楽しめる日本。秋の醍醐味は何と言っても紅葉ではないでしょうか?

青森県内にもたくさん的人气紅葉スポットがありますが、ドライブしながら紅葉狩りをしたい方にオススメなのが八甲田連峰。八甲田ロープウェイから見下ろす、絶景360度パノラマビューはもちろんのこと、八甲田山までの道程にもたくさんの紅葉スポットが存在しますし、何と言っても紅葉の木々の間を車で走り抜ける爽快感がたまりません。

今年の紅葉狩りは、ドライブコースとしても最高な八甲田連峰に出かけてみませんか?

特集 / P1・P4-5

ひと皿で秋を思う存分楽しめる、この季節だけのパンケーキ

期間限定

秋のさつまいもパンケーキ ¥950 (税込み)

メープルシロップと塩バターで仕上げたほくほくのさつまいも、むらさきいものチーズクリームに、甘酸っぱいりんごのジャムを添えて。濃厚な黒ゴマのアイスクリームもアクセントに。



\*提供期間\* 10月5日(金)~26日(金) 1日限定10食

## Hanamizuki Cafe 八戸店



パンケーキ専門店

Hanamizuki Cafe



- 青森県八戸市田向2丁目25-5
- TEL.0178-32-7600
- 営業時間/11:00~17:30 (17:00ラストオーダー)
- 定休日/火・水曜日(祝日は営業)

# 食欲の秋到来!!

読者プレゼント  
あります!!  
詳しくは  
P06へ!

## リーズナブルな本格ステーキで 食欲を満たせ!!

ジャッキー

八戸市・新長横町にある隠れた名店「ジャッキー」。ログハウスの落ち着いた喫茶店のような雰囲気のお店で、ランチタイムから夜遅くまで営業しているため、場所柄、お酒を飲んだ後のメのラーメンを食べに訪れる方もいるなど、幅広い世代に愛されています。

「うちのメニューは、できる限り手作りするのが基本。ひとり仕込みをするので手間がかかって大変ですが、何を食べても美味しいね!」と語ってくれるお客様の喜ぶ顔が見たくて!と話すのは、マスターの大西信(おおにし)さん。

創業以来20数年間、ほとんど値段が変わっていないというメニューは、和洋中とバリエーション豊富でどれを食べようか迷ってしまうほど。なかでもオースメの「牛ステーキ定食」は、贅沢な牛ロースをリーズナブル

に味わえると、同店の人気メニューのひとつになっていきます。「価格を抑えているので高い牛肉は使えないけれど、その分ステーキソースにこだわっています。この家庭にもあるような物を隠し味に入れていんだよね(笑)。ぜひ当ててみて!」と大西さん。その旨さのヒミツを解き明かしたくなるほどの絶品ソースは、たまらなくクセになる逸品です。

また、牛ステーキはデフォルトで1枚150gとボリュームたっぷりですが、要望があれば何グラムでも増量可能で、お値段はマスターと交渉!我こそは!と思うフードファイターは挑戦してみるのもいいですね!安い!旨い!ボリューム満点な本格牛ステーキで、食欲の秋を満たそう!!

ジャッキー

八戸市類家字縄手7-60  
0178-47-8791  
12:00~24:00  
(ランチメニューは12:00~16:00)  
日曜日 近隣に有料駐車場あり

スーパーホテル、ローソン、三ツ屋食堂、オインビルズ、小西鮮魚店、かまや酒店、ジャッキー、ポルウルの木、フラワーショップ、林、パーキング

※表示価格はすべて税込です。

牛ステーキ定食 1,000円  
(ランチタイム以外は+300円)

ボリュームたっぷり 150g!

自家製ステーキソースの隠し味は、創業以来だれも解き明かせないらしい!! 気になる~!!

『有名店より美味しい!!』と実は隠れた人気メニューでもある牛ステーキ定食は、なんといってもそのリーズナブルさと絶品ソースの旨さが魅力。

塊肉で購入しているという牛肉は、お客様の要望があれば何グラムでも挑戦OK!

要予約 150g・1,000円~

食欲の秋、大食いチャレンジに挑戦するべし!!

肉野菜炒め

ポークのチリソースかけ

手間ひまかけて手作りにこだわったメニューをどれもリーズナブルに味わえるため、毎日通ってしまいたくなるほどの安旨ランチ!コーヒー付きなのも嬉しいですね!

日替わり定食(A・B) 650円 [コーヒー付き]

Plus+ 別冊 2018 vol.4

住まいづくりサポートマガジン

三八地区の建築家がデザイン設計施工した住んでみたい家

500円 (税込)

地元の建築家だからできる家づくりを紹介!

好評発売中!!

八戸市内ほか主要書店やセブン-イレブン各店で

取扱店舗: [八戸市] 伊吉書院(西店・類家店)/カネイリ(番町店)/成田本店(みなと高台店)/TSUTAYA(八戸ニュータウン店)/木村書店(小中野)/【おいらせ町】カネイリ(下田店)/【三沢市】ジョイム(緑町店・栄町店)/【青森県南地区】一部除くセブン-イレブン(八戸市・おいらせ町・階上町・南部町・十和田市)

問い合わせ先/(株)リズム・エージェンシー TEL.0178-44-7655

就労継続支援 A型事業所 はちのへ東奥朝日ソリューション

作業業務拡張につき 利用者さん 急募!!

就労継続支援事業は、一般の会社に雇用されることが困難な障がい者の方に就労の機会を提供し、働きながら一般就労を目指す事業です。A型事業所では、雇用契約を結び最低賃金を保障、毎月給料が支払われます。見学・体験についてもお気軽にお問合せください。

就労継続支援A型事業所 農業施設での軽作業 パソコン業務 他

【賃金】時給 738円  
【時間】午前10時~午後3時(休憩45分)  
※時間については個別の状況を協議  
【定休日】日曜・祝日他(休日は、月8日以上)

施設内 ◆書籍・DVD・CDのチェック ◆チラシウェブサイトの運営 etc.  
施設外 ◆契約ホームページの掲載管理 ◆デザインサポート作業 ◆チラシ広告マーケティング調査業務 ◆ワイン用ぶどう・トマト栽培 etc.

就労継続支援 A型事業所 長横町本所事業所 八戸市長横町16 大里ビル1F TEL.(0178)51-6930

見学随時承ります

オーダーメイドキッチン承ります!

オーダーメイドキッチン 1型・L型・アイランド型 etc... w2400~ 40万円~ (税別・工事費別)

天板・収納もすべてオーダーメイド

リノベーションに最適!!

写真のキッチンは100万円(税別・工事費別)です。

シェアスペース始めました! ●9:00~17:00(Mon-Fri) ※土・日・祝の利用は要相談

Life design studio

I'm Home

フリーデスク 急な出張の方、ノマドワーカーに最適なプラン。 500円/2時間 1,000円/1日利用

オープンスペース セミナー、サークル、ワークショップ、講習、会議に、最大20名程度収容可能です。 1,500円/1時間

シェアキッチン クッキングサークル、料理教室、パーティーなどに。 1,500円/1時間

Wi-Fi FREE

三沢市中央町2丁目5-23 Open 10:00-17:00 日・祝定休

事前にご予約いただければ、上記以外の時間でも対応いたします。

tel.0176-51-3538 fax:0176-51-3539

# より上質なおもてなしを!!

## 老舗割烹の完全予約制ランチ

割烹  
白山

読者プレゼント  
あります!!  
詳しくは  
P06へ▶

完全予約制  
**ランチ**  
スタート

ランチメニューは2種類のみ  
の提供となります。

**ま**もなく創業50年。多数のメディアで紹介されるなど、三戸町の名物となっている「川蟹すいとん」の名店『割烹 白山』。昨年再開したランチ営業が人気の同店ですが、より上質なおもてなしをしたいと、ランチを完全予約制としました。

「地元はもとより、近隣市町村や県外からのお客様も多く、三戸観光めぐりのスポットのひとつとしてご利用いただいております。このたび完全予約制のランチにすることにより、店内の混雑や喧騒を避け、プライベートな空間で散策の途中にゆっくりランチを楽しんでいただけるようになりました。また、予約制にすることにより、お客様のご都合に合わせて、その日仕入れた新鮮な食材や旬の食材など、今まで以上に良質な料理を提供しています。個室は4名様より予約可能ですので、ファミリーでのお出かけや気の合う仲間とお出掛けの際に、ぜひご利用ください!」と話すのは、同店専務の本庄孝浩(ほんじょうたかひろ)さん。

ランチは2種類のみですが、オススメの『旬の食材たっぷりバラエティランチ』は、素材はもちろんのこと「これで1,500円!?!」と驚くほどのボリュームと、割烹ならではの贅を尽くしたこだわりのメニューです。

三戸町は「県立城山公園」や「11匹のねこのまち」をはじめ、観光スポットも満載!これから始まる紅葉や三戸町の歴史を楽しみながら、ゆっくりと三戸名店の味を堪能してみませんか?



旬の食材たっぷり  
バラエティランチ

デザート・コーヒー付き **1,500円**

コースバ抜群のランチ御膳は、その日仕入れた旬の食材をふんだんに使ったメニューが盛りだくさん。要望があれば、予算に合わせてグレードアップも可能です。



川蟹すいとん&  
海鮮丼セット **1,000円**

デザート・コーヒー付き

川蟹の濃厚なダシと、南部地域産の小麦粉をオリジナルブレンドで使用した、風味の強いモチモチすいとんのハーモニーを味わえる「川蟹すいとん」と、ボリューム満点な海鮮丼をセットでお得に味わえます。

みそ汁を名物  
「川蟹すいとん」へ  
変更できます  
**+200円**

大きな御膳で提供される料理に  
セレブ気分♡  
川蟹すいとんの  
濃厚ダシは必食の味!!

名物

川蟹すいとん

地元を含む東北・北海道地方の川蟹を原材料とし、丁寧な下処理を重ね、殻ごと叩いてとった川蟹の濃厚なダシが特長。創業当時の看板メニューでもある白山伝統の味。



**割烹 白山**  
三戸郡三戸町 同心町古間木平39-1  
☎ 0179-22-2177  
🕒 11:00~14:00 **完全予約制**  
📍 水曜日 📺 あり 📱 割烹 白山

※表示価格はすべて税別です。

**HAPPY HALLOWEEN** **土屋ホームの収穫祭**

**2棟 同時公開!!**  
9/29(土)・30(日)  
10/6(土)・7(日)・8(月祝)

**2 week open 10:00-17:00**

アンケートご記入のお客様に  
**ハロウィンお菓子詰め合わせプレゼント**  
※数に限りがございます。

資金のことなら **FP** が  
不動産のことなら **宅建士** が  
**ご相談にのります!**

**会場** 八戸市諏訪1丁目分譲地内

土地面積は3,305.8㎡を1坪、建築面積は3,312.4㎡を1坪で少数点第3位を切り捨てて算出しております。

**諏訪A 4LDK** **カフェ風MODEL**

ヒートポンプ  
全館冷暖房システム

**家具付き**

【物件概要】●所在地/八戸市諏訪1丁目5番82、5番84 ●交通/市営バス諏訪河原バス停徒歩6分 ●権利/所有権 ●地目/宅地 ●用途地域/第一種低層住居専用地域 ●建ぺい率・容積率/50%・80% ●道路幅員/東側12m(市道、アスファルト舗装)に2m接す ●設備/東北電力、公共上下水道 ●学区/小中野小学校、小中野中学校 ●建物構造/木造(軸組構造)2階建て ●建築確認番号/H29確認建設八戸第0746号 ●間取り/4LDK ●完成/6月12日完成 ●価格/3,348万円(税込) ●引渡/相談 ●取引態様/売主

敷地面積: 267.73㎡(80.98坪) ■延床面積: 103.51㎡(31.24坪)  
(通路部分45.94㎡13.89坪含む) □1F面積: 51.34㎡(15.49坪)  
□2F面積: 52.17㎡(15.74坪)

**諏訪B 4LDK** **シンプルモダンMODEL**

太陽光パネル  
5.2kW搭載

**家具付き**

【物件概要】●所在地/八戸市諏訪1丁目5番81、5番83 ●交通/市営バス諏訪河原バス停徒歩6分 ●権利/所有権 ●地目/宅地 ●用途地域/第一種低層住居専用地域 ●建ぺい率・容積率/50%・80% ●道路幅員/東側12m(市道、アスファルト舗装)に4m接す ●設備/東北電力、公共上下水道 ●学区/小中野小学校、小中野中学校 ●建物構造/木造(軸組構造)2階建て ●建築確認番号/H30確認建設八戸第0153号 ●間取り/4LDK ●完成/8月28日完成 ●価格/3,250万円(税込) ●引渡/相談 ●取引態様/売主

敷地面積: 221.79㎡(67.09坪) ■延床面積: 103.50㎡(31.24坪)  
(通路部分47.57㎡14.38坪含む) □1F面積: 53.82㎡(16.24坪)  
□2F面積: 49.68㎡(14.99坪)

八甲田連峰の紅葉スポットをナビゲートするのは、P!mo・玲菜さん、真理さんの2人。今回はご紹介できませんが、周辺には温泉なども点在しているので、紅葉とともに楽しむのもオススメです!



## 01 鳶沼

奥入瀬エリアに位置し、鏡沼・月沼・菅沼・瓢箪(ひょうたん)沼・赤沼・長沼と並び「鳶七沼」と呼ばれる沼のひとつ。ブナの原生林に囲まれ、色づいた木々が沼に映える秋の朝焼けは、観光用ポスターなどで、『一度は訪れたい場所』として紹介されることも多い絶景スポット!

P!mo 真理さん (20代 フリーター)

青森県内の紅葉スポットの中でも、ダントツの人気スポット! インスタ映え間違いなし!

青森県内  
十和田市奥瀬郷  
0176-74-1233 (奥入瀬溪流館)



## ふかし

の湯治小屋で、青森ヒバの箱型に温泉から出る蒸気を通し、そをかけてお尻を温めます。子宝の湯とも呼ばれ、婦人病・胃腸・く。

服を着たままで座るので、気軽に温まることができます! 座っているうちにポカポカ気持ちよくて、寝転びたくなくなっちゃっ♡

荒川字南荒川山国有林酸ヶ湯沢50  
0176-723-4670 (青森市観光交流情報センター)

## 03 地獄沼



青森市荒川南荒川山国有林酸ヶ湯沢  
017-723-4670 (青森市観光交流情報センター)

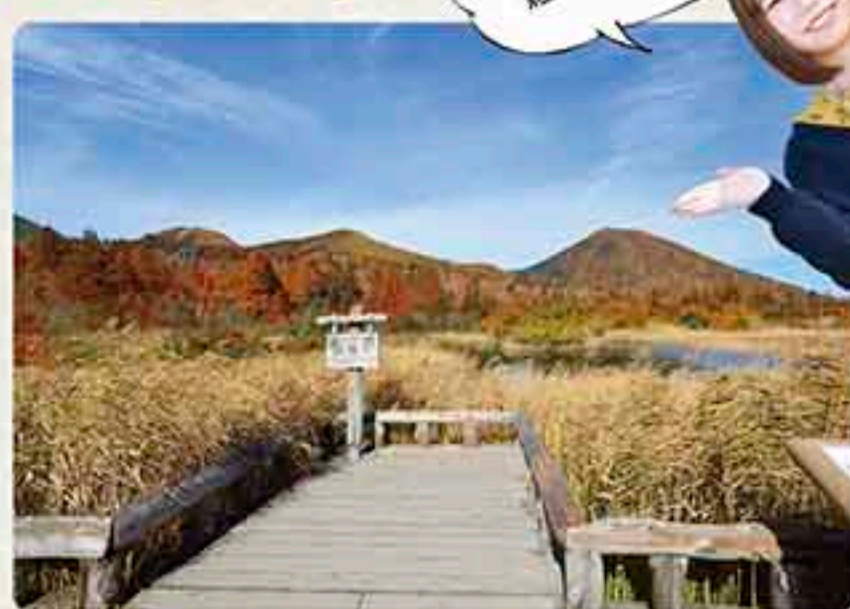
かつて爆発火山跡に、近くから湧き出る温泉水が溜まったもの。泉温は98度。付近には火山活動のなごりの噴気口がいくつかあり、硫黄を多く含んだガスや温泉が噴出しています。湯気が立ち込める沼で見る紅葉は幻想的!

酸ヶ湯温泉の近くにあるので、紅葉を見ながら日帰り入浴を楽しむのもいいですね!



## 02 睡蓮沼

睡蓮科のエゾヒツジグサが自生していることから『睡蓮沼』と呼ばれており、数多くの八甲田山中の湿原のなかでも、睡蓮沼からの眺望はひときわ雄大。山々を背景に素晴らしい紅葉が見られます。高山植物の宝庫で、天然記念物アオモリガエルも生息。



十和田市法量谷地国有林内 0176-75-2425 (十和田湖総合案内所)

四季折々の植物が楽しめる睡蓮沼の紅葉も見逃さない!!!



# OPEN HOUSE

## 欲しいものがギュッと詰まった ちょうどいいお家

9/29(土) 30(日) 10:00▶17:00

**会場** 八戸市石堂4-7-48

のぼり、誘導看板を目印にお越しください。

**見どころポイント!**

- 将来を見据え、和室を備えた1階だけでも生活できるプラン
- サンプルルームが1階にあるらくらく動線
- お財布に優しい長期優良住宅
- ヒートポンプオール電化住宅

エムズハウス 公式キャラクター チャペ

「理想の家づくり」を30年以上お勤めしてきた実績がお手伝いします

**M'sHouse** ★ エムズハウス

0120-626-663 八戸市沼館2-12-5 サニーハウスH エムズハウス 八戸 検索

## 布ナプキンって知ってる??

### なんで使わないの??

### こんなに気持ちいいのに♡

- ・赤ちゃんが生まれました
- ・子宮筋腫が消えました
- ・パートナーシッスがうまくいくように♡
- ・経血が減りました
- ・内膜症が無くなりました
- ・女性として生きるのが楽しくなりました
- ・生理痛が無くなりました
- ・お金が巡るようになりました

※お客様の感想であり、効果には個人差があります。

**Petite la' deux**  
Les produits naturels

◆ 営業時間 11:00 ~ 17:00

◆ 定休日 水曜日  
営業日につきましてはHPをご覧くださいませ。

〒039-1112 青森県八戸市南白山台1-5-36 コネッソ102

HP: <https://petiteherbes.wixsite.com/petiteherbes>

MAIL: [petiteladeux.shop@gmail.com](mailto:petiteladeux.shop@gmail.com)

0120-970-653

P 駐車場有

# 06 城ヶ倉大橋



豊かな自然が手つかずのまま残されている十和田八幡平国立公園有数の景勝地。溪流に架かる全長360mの上路式橋・城ヶ倉大橋からは、八甲田連峰や岩木山はもちろん、青森市街地まで見渡せる。約120mの高さから望む、ブナ、ナラ、カエデ、ダケカンバが彩る溪流の紅葉は魅了されます。

青森市荒川南荒川山国有林  
☎017-734-5153(青森市観光課)

橋と溪流に太陽の光が差し込み、自然のライトアップのような形になる夕方の時間帯がオススメ♪色鮮やかな紅葉をさらに赤く鮮やかに染め上げます♡

玲菜さん (20代フリーター)

# ドライブで行く 絶景紅葉スポット



# 05 八甲田山

日本百名山のひとつにも数えられ、日本を代表する紅葉名所のひとつとして知られている「八甲田山」。片道約10分の八甲田ロープウェーは、雄大な眺望が楽しみ、年間来場者数は約10万人。カエデやナナカマド等に彩られた山腹から、遠くの岩木山や北海道を見渡せる山頂など、空の空中散歩が楽しめます。

青森市寒水沢1-12  
☎017-738-0343  
(八甲田ロープウェー株式会社)  
9:00~16:20(冬季 15:40)



360度の大パノラマ! 見渡す限りの紅葉のじゅうたんは圧巻!!

# 04 まんじゅうふかし



酸ヶ湯温泉ベンチの上の腰を湯、若返り、痔疾にも効

青森市 ☎017-72

# 相続手続き・生前贈与・遺言など 私たちにお任せください!!

1人で悩まず お気軽に ご相談ください



# 相続で、お困りではありませんか?

- ◆身内が亡くなり、不動産や預金等の相続手続きが必要...
- ◆亡くなった身内が借金をしていた...

1 先日、身内が亡くなってしまいました...

2 現金 不動産 株券 資産 困ったなあ... 遺産の手続きをどうしたらいいかわからない??

3 そんな時は司法書士にご相談ください! 最適な方法で遺産相続の問題を解決いたします!

**例 八戸市 30代 女性**  
父が亡くなり、しばらくして自宅に督促状が届き、父が借金をしていたことが判明しました。相続放棄のことで相談に伺ったところ、借金は10年以上の取引であったため、相続放棄をする必要もなく、むしろ過払い金を取り戻せることが判り、手続きをしてもらいました。

**例 八戸市 40代 男性**  
父が亡くなり、不動産や預金等の財産がありました。何から手をつけていいのかわからなくて相談に行ったところ、遺産分割協議書作成から、登記手続まで一括してやっていただき大変助かりました。

# 相続 遺言 登記

いろいろ気になるってこと、相談してみよう!

- 空き家問題
- 過払金請求
- 債務整理

# 借金問題も承っております

お問い合わせ 受付時間 9:00~18:00  
**0120-660-434**

**はやて司法書士事務所**  
認定司法書士 赤坂 剛史  
八戸市堤町4-6 東野ビル2階 TEL.0178-51-8270



**プラス プリウス INFO**

編集部にお便りや、近隣のイベント情報をお届けします!

**VOICE 読者メール**

■新そば特集第2弾の茶屋東門さん。評判が良いのでいつか行ってみたいと思っていたら、今回特集に載っていてビックリ!ジャズとお蕎麦の組み合わせにも興味があります。この機会にぜひ行ってみたいですね!(タロイモ・50代)

☆東門さんはとても落ち着いたステキな空間で、ゆっくりとお蕎麦が味わえますよ(^\_^)

■新そば特集第2弾の手打ち蕎麦処もりきさんは、おばあちゃんの家に行った感覚で本格お蕎麦を味わえる、とても素敵なお店ですよ!!(ひろ・40代)

☆自宅をお店にしており、玄関を開けると「ただいま〜」と言いたくなるような、本当にホッとするような空間ですよ!!

■ジェイウッドさんの完成見学会のお家は、すごく私好みです!将来の参考にするために、今回の見学会に行ってみようと思います!(ちなママ・20代)

☆たくさんの住宅を実際に見て参考にすることで、実際のイメージも膨らみやすくてすよね!予定の

合う見学会にははとんどん行ってみてください(^\_^)

■以前掲載されていた種差海岸アウトドアトリップに参加してきました!たくさんの方と交流でき、SUPの楽しさに感激するとともに本格BBQも最高でした!またこんな企画があったらいいな!(チャレンジャー・40代)

☆ご紹介したイベントをたっぷり楽しんでくださったようですね(^\_^)

**EVENT INFO**  
近隣のイベント情報

9/29(土)・30(日) 第33回にんにくとべごまつり  
田子町の特産品である「たっこにんにく」と「田子牛」を一度に味わえる贅沢なイベント!ドリアでお馴染みの仲本工事さんなど特別ゲストも! [時間]10:00~15:00 [場所]創遊村229スキーランド [料金]入場無料 [問合せ]にんにくとべごまつり実行委員会 事務局 0179-32-3111

9/30(日) 第1回阿光坊古墳まつり  
阿光坊古墳群史跡公園オープン1周年!せんべい焼き体験やコフンウォークラリーなど体験イベントや各種ステージ。 [時間]10:00~15:00 [場所]阿光坊古墳群史跡公園 [料金]入場無料 [問合せ]おいらせ阿光坊古墳館 0178-20-0405

9/30(日) 第14回新田城まつり  
新田南部氏の遠野への出立行列を再現した時代絵巻、中学生神輿、子ども提灯行列、婦人踊り等200名の大行列。その他吹奏楽や踊り、よさこい、郷土芸能などのステージイベントや出店も。 [時間]9:00~14:00 [場所]新井田公園 [料金]無料

[問合せ]大館公民館 0178-25-3331

9/30(日) はちのへホコテン!  
ストリートステージ、ストリート出店&カフェ、ストリートイベントなど盛りだくさん!健康まつり&環境展、古本市、ボランティア市民活動フェスティバル2018同時開催! [時間]11:00~16:00 [場所]八戸中心商店街 [料金]無料 [問合せ]はちのへホコテン実行委員会 0178-43-5111

10/8(月・祝) 縄文なべまつり  
せんべい汁提供(100円)やステージイベントなど。 [時間]10:00~16:00 [料金]入場無料 [場所]八戸公園 0178-96-2932

**STAFF VOICE**  
スタッフのぼやき

いつも応援ありがとうございます!最近読プレ応募にて住所がなかったり間違っていたりという方が多く見られ…せっかくなので、間違いなく応募してくださいね♡(ちびび)

**配布地域**  
■八戸市(ポストイン)  
■おいらせ町・階上町・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・カプセンター  
ラピア・八食センター  
TSUTAYA八戸ニュータウン店

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!

**10月 HAPPY FORTUNE TELLING**  
2018.10/1(月)~10/31(水)

1月 周りに感傷されず、自分の価値観を大切にしましょう。一日の中に、ひとりで考える時間やリラックスできる時間を大切に!

2月 自分ひとりで悶々としていた悩みがスッキリ解決へ向かう事が多くありそうです。ヒントは何気ない会話にあります。

3月 即決しそうな情報が多く入ってきます。ゆっくりと深呼吸をして、自分なりに考えをまとめてからの決断が必要です。

4月 何をやっても順調に進めることが出来る時です。笑顔とユーモアを忘れず、計画は前倒しで進めましょう。

5月 好調な時ほど、自分の事より、地域、社会に奉仕を忘れず、周囲からの雑音は気にせず淡々とやり遂げて!

6月 打算的な情報に翻弄されそうです。ひとりで出来ることでも、誰かに協力してもらいながら進める事が必要な時です。

7月 効率よく進めたいと思う気持ちとは正反対に、余計に時間と労力がかりそう。一つ一つ進める事が一番の近道です。

8月 積極的に多くの人と交流すると良いときです。知らない人と話す時は、遠慮せず自己アピールする事で運気がアップします!

9月 何かと変化が欲しいと思う事が多くなりそうです。変化には良くも悪くも痛みはつきもの。新しい友人からの情報に変化の力がか!

10月 金運に関する流れが大きく変わるとき。大きなお金を使う時は冷静に、きちんと目的と予算を決めてから決断を。

11月 人との繋がりが強まります。信頼できると思える人に出会えたら腰を割って話すことで、生涯の宝となる関係を築けます。

12月 何事にも手を抜かない一生懸命な姿勢が、尊敬され評価されます。あなたと一緒に何かをしたいと思う人たちに大切に。

**Plus Presents 読者プレゼント**

[締切] 10月3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ご意見・ご感想 ⑥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

※当選者の発表はチケットまたは賞品の発送をもって代えさせていただきます。ご応募時の個人情報は厳重に管理し、目的以外では使用いたしません。

**ジャッキー**  
プレゼント番号 A-87  
日替わりランチ  
ペアお食事券  
3名様

**割烹 白山**  
プレゼント番号 B-87  
川蟹すいとん  
海鮮丼セット  
ペアお食事券  
5名様

次回 vol.88 特集 「秋のスイーツ」 10/12 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

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ一人でも留まらずに無料相談会をご利用ください

**B型肝炎訴訟(給付金請求)について**

**無料個別相談会**

完全予約制 ☎ 0120-013-621  
(ご予約受付時間) 9:00~18:00

個別面談なので、他の方と顔を合わせることはありません。

無料電話相談も同時受付中! お気軽にお電話ください。

10/26(金) ユートリー (八戸地域地産産業振興センター) 4F 情報室  
10/27(土) リンクモア平安閣市民ホール (青森市民ホール) 会議室4

対象者 昭和16年7月2日~昭和63年1月27日生まれ ※ご遺族の方も給付金請求できます

給付金 50万円~3,600万円 ※病態に応じて給付金等の内容が異なります

弁護士費用 着手金・相談料 無料 成功報酬制 ※訴訟実費別途

弁護士法人 プレシャス総合法律会計事務所  
東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A 【営業時間】平日 9:00~18:00

**森林・林業体験イベント**

林内での作業や木工、癒しの音を通じて、森林・林業のこと、もっと感じてみませんか? お一人様の参加、女性の参加も大歓迎! お気軽に参加ください!

2018.10.27 SAT

集合場所 八戸合同庁舎 (八戸市大学尻内町字鴨田7)

行き先 市民の森 (八戸市南郷)

募集定員 40名 (小学校高学年以上) ※定員になり次第募集締切

参加費 無料

お申し込み方法 下記必要事項をご記入の上、メールまたはFAXにてお申し込みください。

①参加者氏名 ②性別 ③年齢 ④住所 ⑤緊急連絡先電話番号 [メール] [nakamura@kyodo-ad.com](mailto:nakamura@kyodo-ad.com) [FAX] 0178-71-3086

【お申し込み受付期間】 2018年10月12日(金)まで

主催:青森県三八地域県民局

※定員になり次第募集は締め切らせていただきます。※電話でのお申し込みは受け付けておりませんのでご了承ください。※18歳未満の方は保護者同伴でお申し込み願います。※お申し込みをいただく個人情報は本業務に関する連絡以外の目的に使用いたしません。※道路状況、天候などにより予告なくイベント内容を変更する場合がございます。

お問い合わせ:(株)協同八戸支局 〒031-0075 八戸市内丸3丁目3-21秋田屋ビル3F / TEL:0178-71-3005

初歩から始める 10/9(火)開講

前結び着付教室 初心者大歓迎

新規受講生募集中!!

全15回 6ヶ月間(火・水・木・金・土曜) 会費1回500円

①10:00~12:00 ②14:00~16:00 ③18:00~20:00

着付の基礎から学ぶことができます。(お手持ちの着物で習えます) ※ご都合にあわせて受講日程を調整できます。お気軽にご相談下さい。

【受講特典】きものお食事会(年末はきもの忘年会、夏はゆかたパーティーを予定。ランチ会もあります。)

まずはお試し 着付け無料体験会 10/2(火)・3(水)・4(木)・5(金)

自分で着物を着られる楽しさを。着かた倶楽部 S&K

八戸市内丸3-7-17 プリマヴェーラA (八戸プラザアーバンホールそば)

お問合せ・お申込み ☎ 0178-24-0355

生徒さんの声も掲載してます! <http://www.oracity.net/kikata-club/> 着かた倶楽部 八戸 で検索!

# 子どもの好きなモノを見つけて伸ばす。 楽しい!嬉しい!を運営理念とする 放課後等デイサービス

白山台  
放課後等デイサービス  
みゆ〜みゆ〜

**6** 歳〜18歳までの障害のある児童や発達に特性のある児童が、放課後や夏休み等長期休暇に利用できる福祉サービス「放課後等デイサービス」。そのなかで、児童の療育の場、集団適正の向上とともに、ご家族のレスパイトケア(休息)や就労を目指した支援を担っているのが八戸市白山台にある『白山台放課後等デイサービス みゆ〜みゆ〜』です。

「市内には30近くの同じような事業所がありますが、当事業所では、スノーズレンルームを完備するなど、東北屈指の設備を備えています。ただお預かりするだけではなく、個々に合わせて活動やトレーニング内容を定めるのはもちろん、高等部においては一般就労や就労支援に向けての訓練時間を設けており、A型・B型支援事業所を併設している当社ならではのカリキュラムを実施しています。随時、見学も受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください!と話すのは、同事業所・管理者の田端真貴子さん。

同事業所の特色のひとつとして挙げられるのが、オランダ発祥の「スノーズレンルーム」。

薄暗い部屋で音や光や触覚など、五感を刺激する道具を用いて様々な感覚から心地よい刺激を受けたり、リラックス効果を得ることが期待されるリラクゼーションルームは、外部からの刺激や感覚を受け取るのが難しい重度の知的障害を持つ児童にも効果的で、情緒の安定をはかることを目的としています。日本でもまだ導入している所は少なく、同事業所では最先端の設備を体験することが可能です。

「今後は年齢に合わせて支援していくために、さらにより良い環境の提供を目指していきたい」と田端さん。

今年4月の報酬改定によって、全国的にサービスの質の低下が問題視されている「放課後等デイサービス」。その中でも、トップクラスの設備と経験豊富なスタッフが揃う『白山台放課後等デイサービス みゆ〜みゆ〜』なら、きめ細かなサービスを受けられます。気になる方は、ぜひ一度見学に行かれてみてはいかがでしょうか?



学習する力や  
コミュニケーション能力を  
身につけるとともに、  
社会性も  
育てていきます。

**見学随時  
受付中です!**  
お気軽にお問い合わせ  
ください!



## 活動・トレーニング内容

### 1 児童の個別の状態に応じたソーシャルスキルトレーニング

- 各個人のわかりやすい提示にてカードを作成し、指導に使用する
- 事例を作成し、ロールプレイをし、スキルを身につける
- 日々のスケジュールを作成し、自分で片づける訓練を取り入れる



### 2 心と体の安定を図る

- スノーズレンルームにて、情緒の安定を図る。心の安定を図ることで学校や家庭でも安心して生活できるよう努める。



スノーズレン  
ルーム!

### 3 児童の能力に合わせた創作活動

- 視覚からの刺激で認識訓練
- 個室や仕切りを利用して個別指導
- トランプ・オセロなどで数字の増加や漢字の意味を教えていくトレーニング



### 4 行事などを通じた集団適正の向上

- 事業所近辺の散歩(多くの発見を促す)
- 学校と連携を図り、学校行事へ向けた取り組み、体力づくり・集団での適正向上



### 5 児童の適正に合わせた創作活動

- ぬりえ ●折り紙
- 粘土、書道などで手先(指先感覚)のトレーニング



### 6 個別支援計画

- 個別の年間スケジュールを立てて、短期目標・長期目標を設定する。日々、評価・修正をし日々の計画に取り組む。



### 一日の流れ (一例)

#### 平日

- 13:00 登所(始まりの会)
- 14:00 活動(個別 or 集団) 宿題、創作活動、運動
- 15:30 おやつ
- 16:00 活動(個別 or 集団) 創作活動、運動、音楽
- 16:45 自主選択活動(スノーズレン等)
- 17:15 終わりの会
- 17:30 降所



※17:45を過ぎた場合、30分毎に100円の延長料金を頂きます。

#### 休日

- 9:00 登所(始まりの会)
- 10:00 午前活動(個別 or 集団) 学習活動、創作活動、運動、課外活動
- 12:00 昼食
- 13:00 自主選択活動(スノーズレン等)
- 13:30 午後活動(個別 or 集団) 学習活動、創作活動、運動、課外活動
- 15:30 おやつ
- 16:00 創作活動、課題活動、自主選択活動
- 16:30 終わりの会
- 17:00 降所



※17:30を過ぎた場合、30分毎に100円の延長料金を頂きます。



白山台放課後等デイサービス みゆ〜みゆ〜

**みゆみゆ**

八戸市北白山台5-2-5 東奥日報八戸支社ビル1F

お問い合わせ

☎(0178)38-5870

#### ご利用案内

定員	一日10名
対象	就学のお子様の知的障がいや発達障がいのお子様で、八戸市より障がい児通所支援給付決定(受給者証交付)を受けている方
定休日	木曜日、日・祝日、8/13~8/16、12/29~1/3
利用時間	【平日】学校終了後~17:30 【休日】9:00~17:00

# 北海道発“高コストパフォーマンスエコ住宅”

**田向4丁目**  
**モデルハウス 最終公開!!**  
 10月中旬まで  
 見学ご希望の方は下記までご連絡ください!

見学するなら今がラストチャンス!!



■ ZEH(ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス)仕様  
 ■ 2×6工法 ■ 高気密・高断熱  
 ■ ダクトレス第一種熱交換システム換気  
 ■ 太陽光発電システム6.48kW

**[MAP] 八戸市田向4丁目**



土地/53.98坪 建物/31坪

こちらの「旗」が目印です!

**駅西區画**  
**モデルハウス 10月中旬いよいよオープン!**  
 見学ご希望の方は下記までご連絡ください!



● 標準低炭素住宅仕様 ● 2×4工法  
 ● 24k相当高性能グラスウール断熱  
 ● 太陽光発電システム4.0kW

**[MAP] 八戸市櫛引字高田**



土地/66.85坪 建物/32.75坪

## 2017 寒冷地で着工数 **No.1**

6年連続 帯広圏  
 3年連続 釧路圏

**帯広エリア**  
 過去最高着工数 **-38.2℃**  
 過去最低着工数 **37.1℃**

**釧路エリア**  
 過去最高着工数 **7.7℃**

順位	ハウスメーカー	戸数
1	ロコスホーム(帯広)	68
2	アイ建設工房(帯広)	37
3	ホーム創建(帯広)	34
4	藤河建設(帯広)	33
5	セキスイハイム(大館)	31
6	星屋(帯広)	20
7	ミサワホーム(東京)	17
7	ホーム建(帯広)	17
7	北王(帯広)	17
7	タマホーム(東京)	17
7	一業工務店(東京)	17
7	グッド住マイル(帯広)	17

順位	ハウスメーカー	戸数
1	ロコスホーム(帯広)	54
2	伊藤建設(釧路市)	39
3	一業工務店(東京)	23
4	総合住研(釧路市)	20
5	セキスイハイム(大館)	19
6	日本ハウスホールディングス(東京)	18
7	土曜ホーム(札幌)	17
8	ミサワホーム(東京)	16
9	大平ホーム(東京)	15
10	ウッディークラフト(中標津)	14
11	マルマサ長久保建設(釧路市)	13
12	真田建設(釧路市)	12

夏は暑く・冬は寒い 寒暖差の大きい ▶ 帯広エリア  
 寒い期間が長い ▶ 釧路エリア

厳しい自然環境の中でこそ 選ばれるお家づくり。

全道で多くのご家族に 支持されています。

2017年 378棟 **第3位!**

2016年 284棟 **第6位**

2015年 220棟 **第6位**

2014年 163棟 **第9位**

順位	ハウスメーカー	戸数
1	セキスイハイム(大館)	544
2	一業工務店(東京)	541
3	ロコスホーム(帯広)	378
4	ミサワホーム(東京)	364
5	土曜ホーム(札幌)	363
6	豊栄建設(札幌)	320
7	ジョンソンホームズ(札幌)	285
8	タマホーム(東京)	223
9	日本ハウスホールディングス(東京)	220
10	札幌物産(札幌)	183
11	ecoaハウス(千歳)	152
12	ホーム企画センター(札幌)	148
13	スウェーデンハウス(東京)	146
14	住友林業(東京)	133
15	コスモ建設(札幌)	120
16	大観キムラ建設(苫小牧)	106
17	アーキテックプランニング(札幌)	104

※1 気象データ提供: 気象庁 ※2 総合確認申請棟数(注文住宅+建築住宅)データ提供: 北海道住宅通信社

## 月々5万円台のコンパクトな支払いを実現し、創エネ・省エネ設備も充実したとってもエコなお家 ハウジングカフェの企画住宅「Hikaria(ヒカリア)」新登場!

**Hikaria**  
 光が、くらしをかるくする。



太陽光発電システムを標準装備。  
 電気を作り出すことで、日々の光熱費を抑えてくれる家です。  
 200を超える間取りプランと、豊富なインテリアスタイルを予めご用意しました。  
 本当に必要とするものだけを選び、組み合わせてください。  
 ムダを省いた、シンプルかつ合理的なシステムを採用。  
 一人ひとりにフィットする、価格を抑えた家。  
 それがHikariaです。

**特徴**

エネルギーを創り、エネルギーを抑える。  
 太陽光パネルによって電気を生み出し、「見える化」でエネルギーを効率的に利用。あわせて、ヒートポンプ冷暖房をはじめとした充実の省エネ設備が、エネルギーの消費も抑えます。

環境への優しさを、暮らしへの優しさに。  
 国が定める「低炭素建築物」の認定基準を、Hikariaはクリアしています。地球環境に貢献できるのももちろんのこと、住宅ローンや税制上のメリットも期待できる住まいです。

北海道十勝の厳しい自然に鍛えられた住宅性能。  
 帯広で生まれた私たちロコスホーム。夏暑く冬寒い、十勝の過酷な自然環境に負けない家を建ててきました。地震や積雪に強い2×4工法を採用。壁・床・屋根からなる6面体構造の頑丈であたかな家です。

万が一を考えた保証とアフターメンテナンス。  
 安心して暮らしていただけるよう、建物は「10年保証」と「20年保証(条件付)」; 地盤については「20年保証」をご用意。もちろん、定期的なアフターメンテナンスも実施いたします。

Hikariaの電気代、公開します。 札幌地区の実測値平均

Hikariaの年間光熱費(電気) <b>¥112,971</b>	対して、北海道における年間光熱費(電気+ガス+その他)の平均支出は <b>¥259,479</b>	その差 <b>¥146,508/年</b>
--------------------------------------	--	--------------------------

※総務省 家計調査より、二人以上世帯の平均値。  
 ※計測期間: 2016年10月~2017年9月。計測対象: 札幌市内の14家庭 ※売電単価は建年により異なるものを平均しています

## 八戸エリア 新店舗出店計画のため **スタッフ募集中!!** 詳しくはお問い合わせください!!

いい家いい土地 みつかる  
**HOUSING CAFE**  
 LOGOS  
 ハウジングカフェ 八戸店

ハウジングカフェWebサイト <http://housingcafe.jp>

青森県八戸市沼館4丁目7-111 ピアドゥ内2階  
**TEL.0178-38-4133**

今なら 資料請求で **500円分**の **商品券プレゼント**

※商品券は月末締めの後、本部より発送となります。

【営業時間】AM10:00~PM6:00  
 【定休日】水曜日

一級建築士事務所 北海道知事登録(十)第385号 建設業許可(特-28)十勝03464号 宅地建物取引業免許 北海道知事 十勝(2)706号 公益社団法人 全国宅地建物取引業保証協会加盟

ご来場はスマホでカンタンLINE@で予約がお得!!

LINE@を見学予約から抽選で3名様に**2,000円分**の商品券プレゼント!!

担当者に直接聞きたいことを質問しよう!

LINEなら不安なこと1対1でなんでも気軽に相談! 知りたいことはなんでもLINE@に登録して質問! いつでも予約ができて商品券がもらえます!!

お得な暮らし分譲・土地情報をいち早くゲット!

ピアドゥ内2階 **HERE!**



ハロコリパソコン教室  
 茶比伊  
 ゼのらめん屋さん  
 ファミール  
 Natural  
 L.S.C  
 セ・アップ