

Free Magazine

暮らしに彩りをプラス

— プリュス —

# Plus+

VOL. 88

Posting & TakeFree

2018.10.12 発行

発行部数 100,000部  
(八戸市内 80,000部配布)

プリウス 八戸

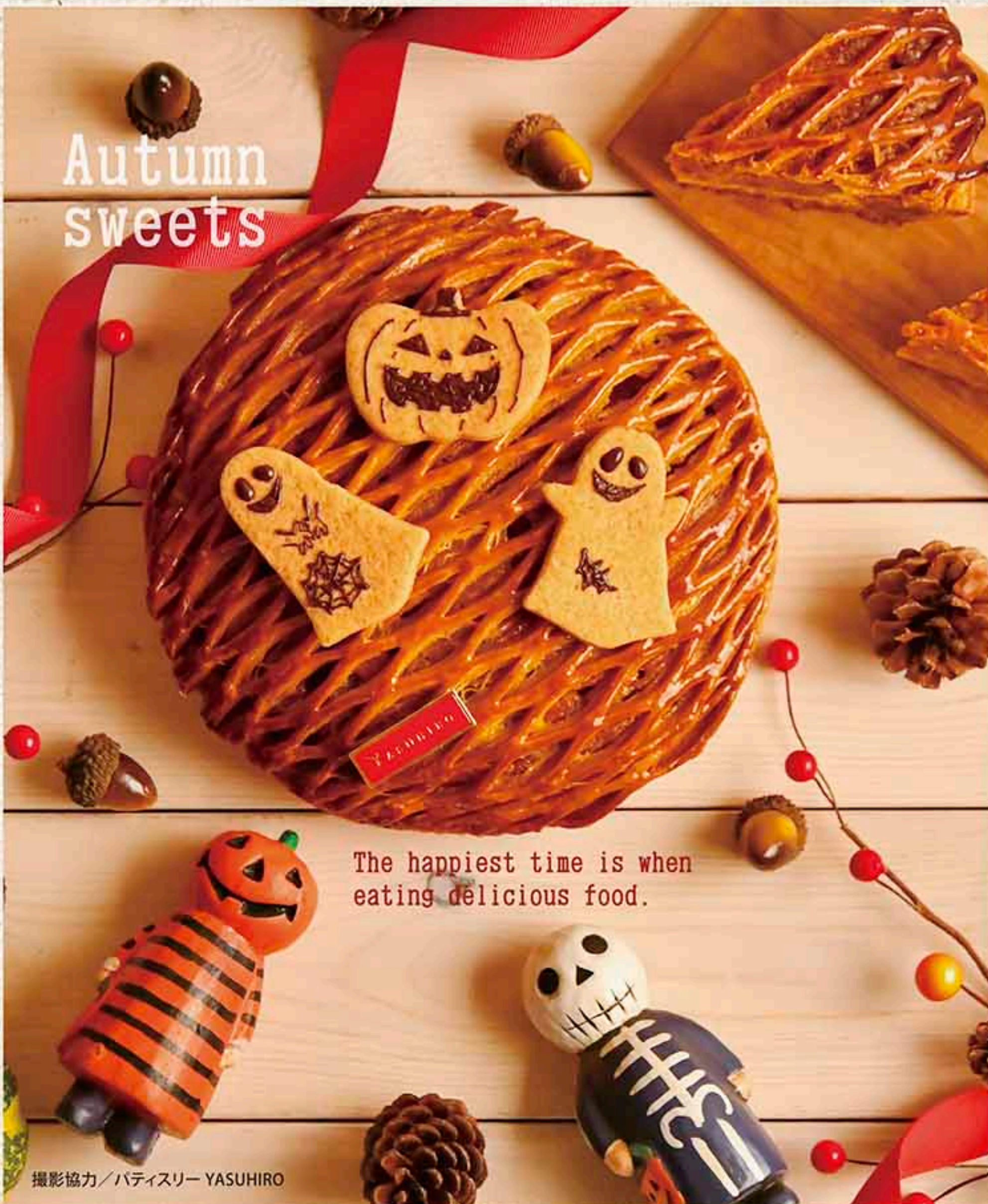
検索

f プリュス 公式フェイスブックページ

コミュニティラジオ局 ビーエフエム

**Be FM** 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!



Autumn sweets

The happiest time is when eating delicious food.

撮影協力/パティスリー YASUHIRO

食欲の秋!  
旬の味覚がたっぷり!

## 魅惑の秋スイーツ

特集/P1・P2

**多**くの食材が旬を迎え、豊富に揃う「食欲の秋」。「幸せホルモン」と呼ばれ、食欲を抑える働きがあるセロトニンの分泌量が日光に当たる時間と比例していて、日照時間が短くなっていく秋に分泌量が減り、食欲が増してしまうとも言われています。

そんな食欲の秋、プリウスで特集するのは、この時期ならではの秋スイーツ!

栗やカボチャ、サツマイモ、ぶどう、イチジクなど多くの果物が旬を迎える秋。旬の果物をたっぷり使った、魅惑の秋スイーツを味わってみましょう。

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  
●TEL0178-32-7600  
●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)

秋の味覚「かぼちゃ」を  
これでもかと味わえるパイは、  
ハロウィンパーティーに  
オススメ!  
おばけクッキーに  
子どもたちも喜びそう!



## かぼちゃ本来の 味がしっかり! パンプキンパイ新登場!

サクサクの食感とホロホロほどける口どけがたまらないクッキーをはじめ、焼菓子を得意とする「パティスリー YASUHIRO (ヤスヒロ)」ではこの秋、満を持してパンプキンパイが新登場!「やっと今年、納得のいくかぼちゃに巡り合えました」というパンプキンパイは、たっぷりのバターと、皮を少し入れて炊き込むことで、かぼちゃ本来の風味を強めた特製ペーストに、シナモンを効かせ仕上げた絶品パイ。味はもちろん、キレイな網目に焼き上げられたパイは、リピーター必至の人気商品になる予感!

期間  
限定

パンプキンパイ 3,000円  
(クッキーなしは2,700円)

ハロウィン仕様は10/31(水)まで  
ご予約受付中!  
予約の最終お渡し日は10/30(火)  
【消費期限2日間】

通常1カット  
430円のところ

新登場キャンペーン

1カット 330円

南部町の農家・水梨さんの愛情たっぷり♪  
今季初登場ということで、たくさんの方に  
味を見てもらいたいという思いから、今年  
はキャンペーン価格にて販売します。

〒八戸市根城7-1-26

☎ 0178-51-6618

🕒 10:00~19:00

(クッキーは8:30から

購入できます)

📅 水曜日(祝日により変動あり)

📍 あり



※表示価格はすべて税込です。

パティスリー  
**YASUHIRO**  
-ヤスヒロ-

食欲の秋!  
旬の味覚がたっぷり!

# 魅惑の 秋スイーツ 特集

読者プレゼント  
あります!!  
詳しくは  
P06へ▶

P!mo・杏奈さんと向かったのは、  
八戸市内のスイーツ店5軒。  
それぞれのお店の、この時期  
オススメのこだわりスイーツを  
ご紹介いたします!



P!mo  
30代主婦  
杏奈さん



タルト  
カフェ・マロン  
350円

コーヒーのホロホロ生  
地、アーモンドクリーム、こ  
ろころ入った栗が三位一  
体となった、パイのように  
サクサクな生地のタルト。

ケイク マロン  
1,500円

栗の渋皮煮をたっぷり入れ焼  
き上げた、ラム酒香るパウンド  
ケーキ。フランス産の高級マ  
ロンがさらに贅沢感を演出!



Pâtisserie  
**HUIT**  
-ユイト-

## この秋は栗推し! 隠し味で 秋の味覚を凝縮!

イートインスペースもあるので、  
秋のスイーツを味わいながら、  
読書の秋を楽しむのも  
オススメ!



白山台から田向に移転3年。今年で10周年を  
迎えた「Pâtisserie HUIT(ユイト)」は、稀少で  
最高品質のショコラを使用した「カルパノ」な  
ど、チョコレート系スイーツに定評のある同店  
ですが、この秋のオススメは、栗を贅沢に使  
ったスイーツ。フランス産高級マロンなどの厳選  
素材と旬を大事にし、隠し味をプラスして味に  
深みを持たせることで、秋の味覚をぎゅっと凝  
縮。パッケージの高級感にもこだわっており、贈  
り物としても最適ですよ。

〒八戸市田向1-10-1  
☎ 0178-32-7898  
🕒 10:00~19:00  
📅 水曜日 あり



※表示価格はすべて税別です。

タルト・ポム  
400円

さくさくタルトにクレ  
ーム・ダイヤモンド・コンポ  
ートポムを詰め込み、季  
節のりんごをたっぷ  
りつけて焼き上げたフ  
ランスのりんごタルト。

PÂTISSERIE  
**Vanille**  
-バニーユ-

## トラディショナルな フランスのケーキで秋を彩る

「自信のあるものしか出していないので、並んでいる商品全てがオススメ!」と話すオーナーシェフ戸田智博さんが、ひとりで切り盛りする「PÂTISSERIE Vanille(バニーユ)」。本場に近いフランス菓子を提供する同店秋のオススメ「和栗のモンブラン」は、とにかく素材を食べ比べ、和栗本来の美味しさを味わえるものに仕上げたという、開店当初からの人気メニュー!紅玉を使った「タルト・ポム」とともにどちらも期間限定で、「旬を過ぎれば作らない、とにかく鮮度が命!」という同店ならではの逸品です。

和栗のモンブラン  
460円

開店当初から秋冬の  
人気No.1ケーキ!!し  
っとりしたスポンジに栗  
と生クリームをのせ、  
和栗クリームをたっ  
ぷりかけた、ちょっとリ  
ッチなモンブラン。

秋冬人気No.1の  
「和栗のモンブラン」は、  
想像以上に濃厚な栗の風味が  
ダイレクトに伝わり、  
モンブラン好きには  
たまらない一品!!



〒八戸市小中野6-8-1

☎ 0178-24-9200

🕒 9:30~19:30

📅 木曜日 あり



※表示価格はすべて税別です。

ワッフルは安くて  
ボリュームたっぷりだから、  
食欲の秋にもピッタリ!  
たくさん甘いものを食べたい  
欲張りさんに◎



Pâtisserie  
**Sanpuku**  
八戸店  
-さんぶく-

ワッフル 110円  
(左から)黒ごまワッ  
フル【期間限定】・カ  
スタード・生クリーム

パンプキンパイ 280円

地元産のかぼちゃペーストをパイに  
のせ焼き上げました。生クリームたっ  
ぷりで召し上がれ!

モンブラン  
350円

フランス産マロンベ  
ーストを使用し、シ  
ンプルな工程で仕  
上げた王道モン  
ブラン!

〒八戸市一番町1-2-19

☎ 0178-27-5807

🕒 9:00~19:00

📅 第1・3月曜日 なし



※表示価格はすべて税別です。

## メディアにも 取り上げられた絶品ワッフルが 食欲の秋にピッタリ!

五戸町で親子三代続く老舗菓子店「菓子工房 三福」が八戸駅前に出店した「Pâtisserie Sanpuku(さんぶく)八戸店」は、ワッフルが人気のお店。真っ白でいて、なめらかで軽い中にもコクがある生クリーム「ピュアクリーム」を使用したワッフルは、メディアに取り上げられるほど。秋スイーツは定番の「モンブラン」や、生クリームたっぷり味わう「パンプキンパイ」が人気となっていて、クリーム好きにオススメのお店です。



PÂTISSERIE  
**Roji**  
-ロジ-

## 食欲の秋+芸術の秋 まるで宝石のような秋スイーツ

『箱をあけた瞬間の歓び』をコンセプトに、その見た目の美しさはまるで宝石のようで、食べてしまうのがもったいないほどのスイーツを作る「PÂTISSERIE Roji(ロジ)」。ムース系を得意とする同店の秋スイーツは、厳選した栗や安納芋をなめらかに仕上げた、フワッと軽い口当たり一品。もはやスイーツと言うよりもアートと呼ぶにふさわしいフォトジェニックなスイーツたちは、インスタ映えもバッチリ!食欲だけでなく、芸術の秋にもふさわしいスイーツは見逃せません!

①上和栗(国産の和栗モンブラン) 420円②安納芋のモンブラン 430円③Buddy[パティ](バナナタルト キャラメル風味) 460円④R[アール](タルトティラミス コーヒーブリュレ入り) 460円

秋スイーツのほかに、  
最近シェフがハマっているという  
タルトもオススメ!  
サクサクの生地と  
ムース系のコラボが  
たまりません♡



〒八戸市東白山台3-1-1  
☎ 0178-38-6858  
🕒 10:00~19:30  
📅 木曜日 あり



※表示価格はすべて税別です。



Wacoal Garden  
ワコールガーデン八戸店

×  より、そう、ちから。  
東北電力

# 女子力 ダブルアップセミナー

10.31 開講 **受講無料**

会場:東北電力株式会社 八戸営業所  
時間:10:30am~2:00pm



Wacoal Garden  
ワコールガーデン八戸店

正しい探すで  
2cup upも!

## 下着で変わる 好印象を作る下着選び

- ♥ 体型・年齢によって異なる正しい下着の選び方
- ♥ 服装で異なる下着選びで好印象
- ♥ 下着を買い替えるタイミング
- ♥ 長持ちさせる収納方法



## 女性ホルモン活性化 IHで作る料理教室

ふりんと丸く  
引き締まった  
美しいお尻

- ・もち麦と豆乳のヴィシソワーズ **全6品**
- ・紅しょうがのかき揚げ
- ・サバ缶とキャベツのパスタ
- ・鶏ハムサラダ(トマト寒天)
- ・プレーンパン ・豆乳のブラマンジェ



お申込みはMailまたはFAXで...

応募条件:東北電力Webサービス「よりそうeネット」会員の方、  
またはイベント当日「よりそうeネット」加入いただける方

E-mail:xytsx454@ybb.ne.jp

FAX.0178-44-7803 株式会社エシノ内 担当:小笠原

申込み締め切り:10月18日(木) 5:00pmまで

定員20名

定員になり次第受付終了

氏名・年齢・住所・ご連絡先を明記の上、ご応募ください。  
E-mailでご応募の方は「女子力セミナー」と表記の上送信ください。  
アレルギーをお持ちの方は申込時にお知らせください。

当選された方には、後日ハガキにて詳細をお知らせいたします。当日、ハガキをご持参ください。  
【個人情報保護について】お預かりした個人情報を適切に管理し、個人情報を第三者に開示いたしません。

主催:「女子力ダブルアップセミナー」事務局 【お問い合わせ先: 株式会社 エシノ TEL.090-1605-0398】

共催:ワコールガーデン八戸・東北電力株式会社 八戸営業所

# OPEN HOUSE

10/20(土)・21(日) 10:00~17:00  
八戸市新井田風凌  
※雨天でも開催いたします。

延床面積 37.29坪



高気密  
高断熱

※外構はイメージです。

特別に公開いただいたお住まいをご覧になるチャンスです!

- ★補助金を利用した賢い家づくり地域型住宅グリーン化事業対象物件
- ★長期優良住宅認定の省エネ住宅 ★2帖大容量のパントリーがあるキッチン
- ★玄関周りがスッキリ!! 使いやすいシューズクローク
- ★造り付けのRカウンターやガラスブロックなど女性好みのデザイン
- ★企画型ではない完全自由設計です

省エネ住宅の燃費の良さを  
ご覧いただける資料を  
ご用意してご説明いたします。

期間中ご都合の悪いお客様は、ご相談いただけ  
れば可能な日に対応させていただきます。  
お気軽にお問い合わせください。

画に送ったらお電話を  
090-1499-7071 (担当:川村)

k-p-m 提案します、「我が家」の住まいづくり  
**有限会社ケーピーエム**  
〒039-1166 青森県八戸市根城1-34-9  
TEL.0178-44-9810 FAX.0178-44-9812  
建設業許可青森県知事許可(般-27)第17441号  
住宅性能保証制度業者登録第21006784号  
ホームページリニューアルしました! <http://www.kpmstyle.com/>

# 新築住宅完成見学会

10/13 sat. 10:00~16:00  
八戸市鮫町字上手代森

10/14 sun. 10:00~15:00  
[12:00~13:00の間は不在の場合があります。]



3つの丸窓が特徴的!!

見どころ

- ご夫婦で趣味を楽しめる  
広々ワークスペース
- 照明器具や  
キッチン吊り棚に  
こだわったLDK
- ノザワだからできる、  
塗装の技術を生かした  
塗り壁仕上げ



見学会についてのお問い合わせは  
070-2019-9513 (担当:コサワまで)

新築・リフォーム  
造作作業員スタッフ募集!!  
未経験者OK!!丁寧に教えます。  
【詳細はお問い合わせください】

青森県知事免許(1)第3487号  
株式会社ノザワ デザインエイト事業部  
〒039-1113 青森県八戸市西白山台6-9-45  
TEL(0178)20-9958 FAX(0178)20-9354  
HP://www.re-design8.com E-MAIL:info@nozawa-r.jp  
nozawa.co  
Design 8  
＜事業内容＞リフォーム・リノベーション 70年代不動産PC・新築工事・住宅診  
断・エクステリア・解体工事・空家対策 その他お気軽にご相談ください!

# ヴァンラーレ八戸FC × 青森ワッツ

## ～ 八戸で活躍するプロチーム 夢の対談 ～

**青** 森県を拠点とし、それぞれ活躍するプロスポーツ3チーム。同じ地域で活躍する各チームの選手が一度に集まることはなかなかなく、今回はまさに夢のような企画の対談! BeFMの人気パーソナリティー・小泉亮さんを迎え、和気あいの雰囲気の中、それぞれの選手から現在のチーム状況や思いなど伺いました♪



東北フリーブレイズ 14 FW  
たなか ごう  
田中 豪 選手[キャプテン]



ヴァンラーレ八戸FC 14 DF  
かない りゅうた  
金井 隆太 選手



青森ワッツ 22 SG/SF  
もんま けいじろう  
門馬 圭二郎 選手[キャプテン]



BeFM  
パーソナリティー  
小泉 亮

### Q.現在のチーム状況は?

**田中選手:**今シーズンは、昨シーズン在籍していたコアな選手が抜けてしまいましたが、若手選手の成長も著しく、新加入の外国人選手とのコミュニケーションも円滑で、いい雰囲気の中練習ができています。選手一人ひとりの意識が高まっており、出だしから期待できるシーズンだと思います!

**金井選手:**ファーストステージはまずまずの成績で終わりました。約1ヶ月の中断期間が明け、今が大事なとき。監督が入院するなどアクシデントがありましたが、厳しい状況にこそ団結してポジティブに!という意識で、さらに結束が深まりセカンドシーズンもいいスタートを切ることができています。残り数試合、最後まで走り続けたい!

**門馬選手:**チーム旗揚げのメンバーや主力選手が抜け、昨年よりさらに若いチームとなり不安の声も聞こえていましたが、選手一人ひとりが自分のやるべきこともしっかりと把握していますし、逆に若い選手だからこそできることもあると思います!練習中もお互いに言いたいことを伝え合い、いい意味でバチバチしながら、練習が終わればみんなでご飯に行くなどコミュニケーションがすごく取れています。これからさらに結束を深め、昨年の悔しさをバネにまともまっていきたい!

### Q.お互いのチームの印象は?

**田中選手:**みんなのSNSもフォローして試合結果もチェックしています。ほかのチームの選手が頑張っていると自分の意識も高まるし、励みにもなりますね!結構ほかのチームの選手同士ご飯に行ったりもしているみたいで...僕はまだ誘われたことないんですが(笑)そういう交流もいいなと思いますし、同じ地域で戦うプロスポーツ選手、また仲間として一緒に地元を盛り上げていきたいですね!

**金井選手:**いち観客としてフリーブレイズさんの試合はカッコイイ!青森ワッツさんはよくイベントで一緒になることも多く、ワッツさんのイベント時間のほうがお客さんが多いこともあって... (笑) まだまだ自分たちの認知度が低くて負けてられないな!と思います。いい意味でお互いに反抗心を持って刺激し合っていきたいですね!

**門馬選手:**個人的にアイスホッケーが好きで、フリーブレイズさんの試合は演出もすごいし迫力もあり、その場の臨場感は見ていると惚れ惚れします!やってみたくと思うんですが、でも痛そうだし(笑)ヴァンラーレさんは、試合中の観客との一体感に憧れますね!マネできる場所はマネして自分たちのチームにも取り入れていきたいです!

### Q.ほかのチームと今後どういう交流をしていきたいですか?

**田中選手:**ほかのチームとお互いの競技を教え合っ体験してみたい!観客も巻き込んで、それぞれのスポーツにも興味を持ってくれたら嬉しいですね。スケジュールが合えば、スポーツ選手として、スポーツ交流もおもしろそうだし、リフティング対決とかガチ勝負も楽しそう!!

**金井選手:**田中選手の案いいですね!(笑)僕もアイスホッケーやバスケをやってみたく!それぞれのサポーターも交えて三者三様のスポーツを楽しめるファン感謝祭みたいなのができたらいいですね!

**門馬選手:**それぞれのチームのハーフタイムに出てみたいですね。個人的にはブレイザーの代わりにハマーに乗ってボールを投げてみたい!(笑)お互いの試合会場に登場するのも楽しいんじゃないかなと思います。

### Q.はじめて試合を見に来てくれる人に、勝利はもちろん、ほかに何を届けたい?

**田中選手:**会場に来るだけでいろんなものが楽しめるエンターテインメント性をフリーブレイズでは大事にしています。見に来てくださる方が、ブレイズの会場にいけば楽しいことや美味しいものがたくさんあると思ってくれるような、試合観戦+遊びに行こう!という感覚で来られるようなものを提供していきたいですね!

**金井選手:**スタジアムも完成し環境も整い、スタグルの充実などにより来場者も増えとても賑わっています。スタグルに関しては、Jリーグ以上のラインナップなこともあり、お祭り気分楽しんでもらいたいですね!またスポンサー企業さんもたくさんあるので、いろんな広告を見て、「ここもスポンサーなんだ!」なんて思いながら、細かなところまで見てもらうとよりヴァンラーレ八戸がどういうクラブチームなのか分かっていただけたらと思います!

**門馬選手:**試合中に音響が流れたり、スポーツを見ながら大声をあげ、試合にのめり込んでいく楽しさはバスケならではの楽しみです。ハーフタイムショーやチアリーダーの楽しさ、そして下手すれば選手が飛びこんでくるほどの観客とコートとの近さなど、初めて来たかたも引きずり込まれる臨場感を伝えていければいいです。

### Q.プレス読者の皆さんへメッセージをどうぞ!

**田中選手:**去年、全日本選手権大会で初優勝を飾り、もちろん今年も連覇を狙っています!アジアリーグは3期連続で同じチームに敗れているので、今年こそリベンジしたい。今季のチームスローガン『Blue Nation』は、チームカラーの「青」で会場を染めよう!青い八戸にしよう!という意味をこめていて、まだ観戦したことのない方にも応援してもらえるようなチーム作りをしてきました。ぜひ会場に来て応援してください!

**金井選手:**少ない残り試合のなか、鬼気迫る戦いをしていますが、相手がいれば必ず勝つこともあれば負けることもあります。その中でもひとつお見せしたいのは、僕らがピッチで戦いぬく姿。今季のチームはそれを見せられると思っています!そして+αそこで勝利した際は、一緒に喜んで欲しいですし、喜びを共有してもらいたい。また地域貢献活動としていろんなイベントも行っているんで、ぜひそこにも参加して欲しいですね。ブレイズさんに負けない「緑」の街づくりを(笑)Jリーグに行くには成績だけではなく観客動員数も必要です。僕たちと一緒にJリーグを目指しましょう!

**門馬選手:**僕たちプロの仕事というのは、スポーツを通じて夢や希望を与えるものだと思っているので、まずはそういう所を見に来て欲しいと思っています。なかなか勝てないシーズンが続いているので、今シーズンこそは結果を残したい!「WE ARE ONE」のスローガンとともに、スポーツを通じてほかのチームとともにこれからも青森を盛り上げたいです!



## 東北フリーブレイズ

過去の主な成績

- ★アジアリーグ 優勝3回
- ★全日本アイスホッケー選手権大会 優勝1回

八戸市と福島県郡山市を拠点に、2009-2010シーズンから、アジアリーグアイスホッケーに加盟。東北地方唯一の加盟チームとなっている。チーム名「フリーブレイズ」(free blades)は、「フリー」には「氷上を自由自在に翔けあがる」、「ブレイズ」には「氷上を鋭く切り拓いていく」などの意味が込められている。選手部門が主体となったイベント企画、地域貢献活動なども行っている。今シーズンのスローガンは「Blue Nation」。



新アリーナの完成は  
2020年春ごろの予定♪



## 2018-2019 ホーム戦スケジュール

会場 テクノルアイスパーク八戸

日にち	フェイスオフ (試合開始)	対戦相手
10.20	17:00	ハイワン(韓国)
10.21	15:30	ハイワン(韓国)
11.22	19:00	クレインズ(日本)
11.24	17:00	クレインズ(日本)
11.25	15:30	クレインズ(日本)
12.27	19:00	アイスボックス(日本)
12.29	17:00	アイスボックス(日本)
12.30	15:30	アイスボックス(日本)
1.12	17:00	サハリン(ロシア)
1.13	15:30	サハリン(ロシア)

## ヴァンラーレ八戸FC

過去の主な成績

- ★JFL2015 1stステージ優勝(年間2位)

2006年に、前身となる2チームが合流して発足し、東北社会人リーグ2部北に所属。2013年には1部昇格。2014年からはアマチュア最高峰のJFLに参戦し、県内初のJリーグ参入を目指す。チーム名ヴァンラーレ(Vanraure)は、イタリア語のデリヴァンテ(Derivante)【起源】とオーストララーレ(Australe)【南の郷】との造語で、「起源は八戸と南郷」という意味が込められている。先日、J3参加資格を取得し、成績・観客動員数次第で参入が決まる。今シーズンのスローガンは、「全緑(ぜんりょく) -Green Power-」



観戦のお供に♪  
一度に食べ尽くせないので、  
何度もスタジアムに  
足を運んでください!!



## 2018 セカンドステージ ホーム戦スケジュール

会場 ダイハツスタジアム

日にち	キックオフ (試合開始)	対戦相手
第10節 10.14	13:00	FCマルヤス岡崎
第12節 10.28	13:00	MIOびわこ滋賀
第15節 11.18	13:00	デゲバジャーロ宮崎

## 青森ワッツ

過去の主な成績

- ★bjリーグ プレーオフ3季連続進出  
(カンファレンスセミファイナル進出1回)

青森県全域を拠点に、2013-14シーズンからbjリーグ(当時)に参入。2016-17シーズンから、国内リーグが「Bリーグ」に統一、B2東地区に所属。チーム名「ワッツ」は、青森県の方言「わぁあつ」【とても熱い】、「わっつ、わっつど」「わっつり」【力強く】【スピーディに】から、熱く力強いスピーディなゲームを観戦し、選手もブースターも一丸となり、心も体もホットになろう!!という意味が込められている。3チームで唯一のチアダンスチーム「ブルーリングス」のパフォーマンスも必見。今シーズンのスローガンは、「WE ARE ONE」。



応援練習やタイムアウトのたびに続く  
元気なブルーリングスのパフォーマンスは、  
会場内のボルテージを一気にあげてくれます!!

WAT'Sポーズ

## 2018-19 ホーム戦スケジュール

会場 三沢市国際交流スポーツセンター  
八戸市東体育館

日にち	ティップオフ (試合開始)	対戦相手	会場
11. 3	13:00	バンビシャス奈良	三沢市国際交流スポーツセンター
11. 4	12:00	バンビシャス奈良	三沢市国際交流スポーツセンター
11.17	18:00	香川ファイブアローズ	八戸市東体育館
11.18	14:00	香川ファイブアローズ	八戸市東体育館
12.22	18:00	福島ファイヤーボンズ	八戸市東体育館
12.23	14:00	福島ファイヤーボンズ	八戸市東体育館

※2019年のスケジュールに関しては、公式サイトでご確認ください。

先着でオリジナルグッズ  
などがもらえる!

## 八戸・地域スポーツチーム 応援スタンプラリー

開催期間 2018 10.14 >> 2019 3.17

ルール

1. 本スタンプラリーは、各チームのスタンプを収集し、先着100名様にオリジナルグッズをプレゼント♪ぜひ参加しよう!!さらに今回はスタンプをもう一列揃えたら、先着10名様に各チームのグッズ購入に使えるチケット2,000円分ずつプレゼント♪
2. スタンプラリーは、各チームのスタンプを収集し、先着100名様にオリジナルグッズをプレゼント♪ぜひ参加しよう!!さらに今回はスタンプをもう一列揃えたら、先着10名様に各チームのグッズ購入に使えるチケット2,000円分ずつプレゼント♪

今シーズンも、地域のスポーツチームを応援するスタンプラリーを実施!全チームのスタンプを集めたら、先着100名様にオリジナルグッズをプレゼント♪ぜひ参加しよう!!さらに今回はスタンプをもう一列揃えたら、先着10名様に各チームのグッズ購入に使えるチケット2,000円分ずつプレゼント♪

お問い合わせ

八戸スポーツ振興協議会事務局 (八戸市スポーツ振興課内)

TEL 0178-43-9159 FAX 0178-47-0746

E-mail sportsshinkou@city.hachinohe.aomori.jp

URL http://www.city.hachinohe.aomori.jp/index.cfm/12,121000,41,313.html



**プリウス INFO**

編集部にご依頼いただいたお便りや、近隣のイベント情報をお届けします!

**VOICE 読者メール**

■絶景紅葉スポット特集を見て、10月に八甲田山キャンプ&登山を計画しました! 天気にも恵まれますように!(かつ・50代)

☆晴天と素晴らしい紅葉に恵まれますように、編集部でもお祈りいたします(^\_^)

■ジャッキーさんのステーキは安くて美味しそう!! 割烹白山さんの川蟹すいとん&海鮮丼セットも私の大好きなものが全部揃って是非食べてみたいと興奮しました!(ミニマト・40代)

☆どちらもボリューム満点なわりにリーズナブル♡

ぜひお休みの日にお腹を空かせて回ってみてくださいね! ☆

八戸のはるちゃんさん作

**投稿イラスト**

**EVENT INFO**

近隣のイベント情報

**10/13(土) 種差フェス**

マルシェやバル、各種体験や星空ウォッチングまで、種差を遊びつくす1日。【時間】11:00~15:00 種差マルシェ、16:00~20:30種差バル、20:00~21:00星空ウォッチング【場所】種差海岸【料金】無料【問合せ】種差海岸インフォメーション 0178-51-8500

**10/13(土)・14(日) 2018 ヤッサイなんごう友の会 かぼちゃ祭り**

かぼちゃのせり市やランタン作り、屋台にお振る舞い餅などイベント盛りだくさん! 【時間】10:00~15:00【料金】入場無料【場所・問合せ】道の駅なんごう 0178-82-2902

**HAPPY HALLOWEEN**

**10/20(土) ハロウィンフェスタ IN MISAWA 2018**

アーケード商店街、アメリカ広場を中心に仮装コンテストや行列、お菓子のプレゼントなど。みんなで仮装して街を盛り上げよう! 【時間】11:00~17:00【場所】三沢市アーケード商店街ほか【料金】入場無料【問合せ】三沢市商工会 0176-53-2175

**10/20(土) ミミちゃんルーム**

ハロウィンの衣装を作って遊ぼう! 無料でお菓子の試食もあります! 【時間】10:00~10:30【料金】無料【対象】0~2歳児【申込締切】10/17(水)まで【場所・問合せ】ニチイキッズ八戸ゆりの木保育園 0178-73-7180

**10/21(日) 食フェスタ IN かるまい2018**

町の郷土食伝承や地産地消など、食をテーマにした「おいしい祭り」。参加型イベントや試食販売などおもしろ盛りだくさん! 【時間】10:00~15:00【場所】軽米町役場前特設会場及び農村環境改善センター【料金】入場無料【問合せ】軽米町観光協会 0195-46-4746

**STAFF VOICE**

スタッフのぼやき

朝夕寒くなってきました。スポーツ・芸術・食欲の秋はアツという間に過ぎてしまいます。短い秋を満喫しましょう。(ツルの一声)

**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・みなとや  
やまはる・カブセンター  
ラビア・八食センター  
TSUTAYA八戸ニュータウン店

次回 vol.89 特集 **10/26** 発行  
「Deep 餃町」

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

**Plus+ プレゼント**

【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(住所)は厳重に管理し、目的以外では使用いたしません。  
※読者プレゼント掲載の写真是イメージです。

**ヤスヒロ** プレゼント番号 **A-88**  
クッキーアソート 15枚入り 5名様

**パニーユ** プレゼント番号 **B-88**  
自家製コンフィチュール(ジャム) 6名様

**ユイト** プレゼント番号 **C-88**  
クッキー詰め合わせ 3名様

**さんぶく 八戸店** プレゼント番号 **D-88**  
おまかせワッフル 10個セット 5名様

**ロジ** プレゼント番号 **E-88**  
1,000円分の焼き菓子ギフト 3名様

**芸術祭**

八戸市南郷地域とアートを、ゆっくり、じっくり楽しむ芸術祭を開催します。

2018年10月20日(土)~11月11日(日)  
期間中の金・土・日開催(平日も企画展プログラムあり)  
会場: 八戸市南郷文化ホール、朝もやの館、館のやかた ほか

中屋敷法仁演劇公演「くじらむら」(10/27,28)、大船輪舞踏公演「おじょう節九郎さま」(11/3,4)のほか、公演、作品展示、トークイベント、バスツアーなどを開催します。

HP: <http://nangoartproject.jp>  
問合せ: 八戸市南郷文化ホール(受付時間: 9:00~12:00 休館日あり)  
TEL.0178-60-8080 MAIL: 75info@nangoartproject.jp

**心のイベント**

マインドリセットカウンセリング

**10/31(水)**  
13:00~18:00  
場所: クローバー交流カフェ  
参加費: 3,000円(1人30分程度)

マインドリセットカウンセリングとは  
自分のマインドつまりは「いまを生きづらくしている考え方」をリセットしていく方法です。これは心屋式カウンセリングの手法や考え方をベースとして人間関係・恋愛関係すべてにおいてより幅広い問題に対応できるように考えられたカウンセリングの手法です。

Plus+ 女性の500円割引き

**Suite Marriage** スイートマリアージュ  
八戸市根城字馬場6-61 tel.0178-20-7138  
10時~17時(火曜休み) スイートマリアージュ 八戸 検索

【申し込み方法】電話・HP申し込みフォーム

**橋市 2018 秋の総力祭**

10/23(水)・24(水) 9:00~18:00

店内商品レジにて **20%OFF**

包丁の研ぎ方実演(詳細は店頭にて)  
包丁お買上げ1本につき1本不要包丁引き取ります

Plus+ 持参で粗品プレゼント!

厨房機器・道具・食器・包装資材  
八戸市沼館1丁目21-1 TEL.0178-45-4802  
●通常営業時間/9:00~17:00  
●定休日/日・祝祭日

電話相談無料 お家の電気に関する困ったを解決!

秋の暖房用エアコンキャンペーン

パナソニック 日立 三菱

3メーカー 本体価格 **大特価!**

・新規取付工事費.....45,000円~  
・交換工事費(廃棄処分料込) 50,000円~  
※表示価格は全て税別です。

10/31(水)までの期間限定キャンペーン!  
お早めにお問い合わせください。

住まいのおたすけフリーダイヤル **0120-707-025**

**eco room SUN** TEL.0178-20-8775  
(株)山匠電気工業 エコ電化事業部 八戸市田向二丁目2-5 八戸市民病院向いハッピートラック田向店舗

**10/17(水) IH体験会**

要予約 先着順

お申込み締切: 10/15(月)

①10:00~ ②14:00~ (30分程度)  
【参加費】500円 【定員】各回4名

♪まごころ♪  
♪まんまるかぼちゃパン  
♪豆とベーコンのスープ

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早く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) 平日 **9:00~18:00**

個別面談なので、他の方と顔を合わすことはありません。

無料電話相談も同時受付中!  
お気軽にお電話ください。

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  
※病歴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  
TEL 03-5363-6333 FAX 03-5363-6334 E-mail: info@precious-law.jp http://precious-law.jp/

Akira Nishikino Christmas Dinner Show

**錦野 日** クリスマス デイナーショー

2018 **12.11(火)** S席 ¥25,000 A席 ¥23,000

START 18:00~ お料理・お飲物・税サービス料込

プロフィール  
1970年CBSソニーより「ソニー演歌の騎士(ナイト)」のキャッチフレーズでデビューし、楽曲「もう恋なのかも」で日本レコード大賞最優秀新人賞を受賞する。また、NHK「紅白歌合戦」には、連続6回出場。最近では、「スター」の称号をもらい、テレビ・ディナーショー・コンサート・ライブハウスでダイナミックな歌唱にパワフルなダンス、そして絶妙なトークで世代を超えて多くの人々に親しまれ続けている。

お問合せ・ご予約は八戸パークホテル tel.0178-43-1111 MIYAGO HOLDINGS

参加費  
無料

先着  
30名様  
予約制

# 家相・風水セミナー

10/20(土) 八戸市津波防災センター  
10:30~12:30 (八戸市沼館四丁目6-19) 研修室 B



スピリチュアルアドバイザー

講師 高島 伶明 たかしま れいめい

青森県生まれ、愛知県一宮市在住。幸せに生きるためのヒントをフーチによる波動測定から導き出し、ていねいに相談に対応。個人セッション、講演会、セミナー、執筆など幅広く活躍中。

著書: 運命を好転させた人に共通するたった1秒の習慣(東邦出版)

ブログ「開運の扉」が好評です。  
<http://www.reimei2010.com/>

「家相って気になるけど難しい」、「風水の知恵(自然を生かした使い勝手の良い間取りやカラー)を取り入れたい」など、誰もが聞きたい・知りたい内容を、分かりやすく、楽しく、高島伶明先生が講演。デザインやインテリアの参考にも。希望者には個別相談も行います。

## ~セミナー日程~

【1回目】10/20(土)

### やさしい風水の知識

- ・風水とは
- ・太極の意味するもの
- ・九星と五行
- ・鬼門について...

【2回目】11/17(土)

### 家相風水・開運編

- ・太極から見た間取り
- ・間取り(各部屋)と気の関係
- ・方位、色、形のもつ象意
- ★風水尺など様々なグッズの活用

Happy!

【3回目】12/15(土)

### 家相風水・波動編

- ・風水の知識は五次元からの情報?
- ・家相を波動の視点でとらえてみる
- ★意識と念いのエネルギーの活用

お申し込み  
お問い合わせ

TEL 0178-20-5940 FAX 0178-20-5917

NPO法人住まいづくり学院

八戸市大字河原木字小田上26-14  
予約メールアドレス sumai-npo@umineko-hachinohe.jp

お電話の場合

【受付】月~土曜日の午前8時半~午後5時迄  
時間(日・祭日定休)

FAXでのお申し込みの場合

住所・氏名・連絡先電話番号を明記してください。

FPの家 Casa de olive 建築女子×建築男子



# OPEN HOUSE

予約制  
(当日予約可)

HEAT20 G1グレードの家

10/20(土)・21(日)

10:00-18:00

八戸市河原木字高館

長期優良住宅仕様 省令準耐火構造

資産価値アップ!

税金や保険料もグッとお得でお財布に優しい!

## HEAT20とは?

2020年に義務化される改正省エネ基準達成はもちろん、もう少し上のG1・G2という2つの基準で、寒さ・暑さを我慢しない快適な家をつくっていくという考えのもと、専門家の先生方が集まり民間の設計基準を作ったのが「HEAT20(2020年を見据えた住宅の高断熱化技術開発委員会)」です。

G1グレードは改正省エネ基準という東北レベルの断熱性能、G2が北海道レベルの断熱性能です。

断熱地域区分で、ここ八戸は「3地域」となっており、G1グレードでは、外皮平均熱貫流率UA値=0.38W/m<sup>2</sup>・K以下の性能レベルになっています。ZEH(ネット・ゼロ・エネルギーハウス)仕様では、外皮平均熱貫流率UA値=

0.50W/m<sup>2</sup>・K以下になっていますので、ZEHに比べ、G1グレードのほうがより性能が高い住宅と言えます。

## ヒートポンプ電化住宅

もっと便利!もっとお得!  
東北電力のWebサービス「ねっと」  
よりそうねっと

協力 東北電力(株)八戸営業所  
省エネで快適な生活を応援します。



OPEN HOUSE

オシャレ女子が  
こだわった  
カーサ デ オリーブ

作り付けのハンドメイド家具  
たっぷり!!

- ・洗面台
- ・ダイニングテーブル
- ・学習机
- ・TVボード
- ・収納

## point

ガラスブロック、  
モザイクタイルで  
彩られた水回り、  
ウヒヒカウンター

ウヒヒカウンターには、  
収納たっぷり  
勉強もできる  
キッズスペース

洗面脱衣室、  
キッチンには  
ポカポカの  
シート式床暖

Takayama Home  
タカヤマホーム株式会社



タカヤマホーム株式会社は、  
「ZEHビルダー」として、  
低炭素化社会の実現に貢献します。

八戸市新井田字八幡川原1-1  
TEL.0178-25-0655

タカヤマホーム 八戸 検索

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!

駅西地区 Hikariaモデルハウス

**10.13 GRAND OPEN!!**

**10.13⑨・14⑩ 10:00-17:00**  
グランドオープンイベント開催!!

私がお案内致します!



土地/66.85坪 建物/32.75坪

- 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

ハウジングカフェ八戸店  
スタッフの高橋 証  
(たかはし まさき)さん。

## 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ゴスホーム。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」&「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。

### 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!

今週末で最後の公開となります。  
お急ぎください!!

- 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!



## 2017 寒冷地で着工数 (No.1)

6年連続 帯広圏

順位	ハウスメーカー	戸数
1	ロゴスホーム(帯広)	68
2	アイ建築工房(帯広)	37
3	ホーム創建(帯広)	34
4	種河建設(帯広)	33
5	セキスイハイム(大阪)	31
6	星屋(帯広)	20
7	ミサワホーム(東京)	17
7	ホームエック(帯広)	17
7	北王(帯広)	17
7	タマホーム(東京)	17
7	一興工務店(東京)	17
7	グッド住マイル(帯広)	17

帯広エリア  
過去最高着工数 -38.2c  
過去最高着工率 37.1c

釧路エリア  
過去最高年間平均着工率 7.7c

3年連続 釧路圏

順位	ハウスメーカー	戸数
1	ロゴスホーム(帯広)	54
2	伊藤建築(釧路市)	39
3	一興工務店(東京)	23
4	総合住研(釧路市)	20
5	セキスイハイム(大阪)	19
6	日本ハウスホールディングス(東京)	18
7	土屋ホーム(札幌)	17
8	ミサワホーム(東京)	16
9	太平ホーム(東京)	15
10	ウッディークラブ(中津津)	14
11	マルマサ長久保建設(釧路市)	13
12	声田建設(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!

順位	ハウスメーカー	戸数
1	セキスイハイム(大阪)	544
2	一興工務店(東京)	541
3	ロゴスホーム(帯広)	378
4	ミサワホーム(東京)	364
5	土屋ホーム(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	大塚キムラ建設(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

## 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  
※商品券は月末締め後の、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@で予約がおすすめ!!  
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!!  
LINEなら不安なことも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ももらえます!  
お得な暮らし方・土地情報をいち早くゲット!  
担当者に直接聞きたいことを質問しよう!

ピアドゥ内2階 HERE!  
New kid's white apple  
イトーヨーカドー  
HASHIBUN 2 TUU  
げんき堂 整骨院  
パロコ! パンコン 教室  
茶比伊  
さのら めん屋さん  
ファミール  
Natural  
L.S.C  
セ・アップ