

Free Magazine

暮らしに彩りをプラス

— プリュス —

# Plus+

VOL. 121

Posting & TakeFree

2020.2.21 発行

発行部数 100,000部  
(八戸市内 80,000部配布)

Facebook プリュス Instagram @plushachinohe

お電話一本! 楽々注文! スマホからはこちらへ!

## 灯油配達

ナナヨウ ☎ 0120-33-7740



Dear 新米ママ

八戸での子育てをもっと満喫しよう!

Fight!

## 子育て応援

特集 P4-P5

新生児～幼児期育児は、想像以上にハード。初めての経験による寝不足やイライラで、ストレスや不安をたくさん抱えている新米ママもたくさんいらっしゃると思います。今号のプリウスではそんな新米ママに向けて、出産前のペリーベントから、ベビー用品、ベビーマッサージ、子連れでできるヨガをはじめとした習い事など、八戸市および近郊で楽しんで子育てできるようなコンテンツやコミュニティをご紹介します。新生児～幼児期育児は、子どもの一生を考えると、ほんの少しの貴重な時間。上手にストレス発散をしながら、この時期ならではの子育てを楽しんでみては?



完全予約制

八戸市大久保 完成見学会開催

2/22(土)・23(日)・24(月) 月曜休

OPEN 10:00～17:00

玄関やキッチンカウンター部分に施したグレーホワイトの羽目板がポイント! アクセントに照明器具や小物はブラックを使用した格好良さを兼ね備えたお家です。

来場者プレゼント HANAMIZUKI green ドライフラワーをプレゼント!

各日先着5名様 写真はイメージです

完全予約制 見学ご希望の方はWEBサイトもしくはお電話にてお申し込みください。TEL 0178-32-7530

住所/八戸市大字大久保字下長根 ナビ検索 マップコード 346 651 352\*31

Instagramのフォローやいいねをお願いします! @jwood\_official @hanamizuki\_cafe @hanamizuki\_green

株式会社ジェイウッド 八戸店/青森県八戸市田向2丁目25-5 TEL/0178-32-7530 営業時間/10:00～17:00 定休日/第1・3火曜日、毎週水曜日

ジェイウッドモバイルサイト





知っておきたい  
**マナーガイド**

**春彼岸**

(3月20日をはさんで17日から23日)



ご先祖様に感謝の想いを伝えにお墓参りに行きましょう。お墓参りに「こうやらなければならない」という決まった仕方はありません。宗派や地域・その家の習慣によって違いがありますので、基本的な流れや一般的な作法を知っておくと良いかもしれません。

**Q お墓参り(供養)は  
どんなことをするの?**

仏教において、供養の基本は五供(ごく)をお供えて合掌することです。5つをお供えるのが理想ですが、気持ちがかもっていれば揃っていないでも構いません。



**五供(ごく)**

**1 香** お線香の香りで心身が清められる。



**2 お花** 清らかで美しい花をお参りする人に向けて、飾ります。



**3 灯燭**



仏壇のろうそくと同じで、煩惱を消し明るく照らす光の象徴です。お線香に火をつけるためだけでなく火をとますこと自体がお供えになります。

**4 浄水**



清らかなお水をお供えします。お参りをする人の心が洗われることを意味します。

**5 飲食**



普段、私たちが食べるものと同じものをお供えします。また、故人の好物や季節の食べ物をお供えしてもよいでしょう。古くから日本の同食信仰という習慣があり、食べることも供養だと言われていました。お参りした後は、墓前で頂いても、持ち帰って頂いても構いません。

**お墓参りの手順**

**1 あいさつ**

寺院墓地の場合は本堂にお参りします。霊園の場合は霊園管理者へ挨拶に行ってもよいでしょう。

**2 お掃除**



墓前で合掌してから枯葉などのゴミを拾います。墓石に水をかけながら柔らかい布ややわらかいスポンジで汚れを落とします。

**3 打ち水**

手桶にきれいな水をくみ、柄杓で墓石に打ち水をして清めます。

**4 お供え**

花立てにお花、水鉢に水を入れてお供え物を置きます。



**5 お線香・合掌**

お線香に火をつけて、口で吹き消さず手で振るように消します。複数人でお墓参りに訪れた場合は、故人に近い間柄の人から順番にお参りします。



**6 お参りが終わったら**

お墓参りが終わったらお供え物は持ち帰って頂きましょう。そのまま置いて帰ると墓石にシミやサビがついたり、カラスが食べ散らかして汚してしまいます。

**お墓参りに持っていくもの**

**【掃除用具】**

ほうき 雑巾 ゴミ袋 バケツ

**【お供え物】**

故人の好物や季節の食べ物

**【お参り用】**

お線香 ろうそく マッチ お花

**お墓参りの注意点**

◆ 霊園の決まりに従いましょう。

基本的に、他のお墓やお墓参りをしている他の家族に配慮し、時・場所・場合に合わせて行動しましょう。

◆ 宗派によってお墓参りも違います。

宗派や地域・その家の習慣がありますので必ず決まり通りの仕方でも構いません。親族に聞いたり、同行してお参りの仕方を見て頂くのもよいでしょう。

期間中はお寺により彼岸会や施餓鬼法要を行っているお寺もありますので、一度、普段お世話になっているお寺に足を運んでみてはいかがでしょうか？

**見学会開催**

見学会では、いろいろなイベントを企画しております。お気軽にお越しください！ご来場の方に記念品をご用意しております。

祭壇展示、生前見積、湯灌実演等

※施行状況により時間・内容は変更になる場合がございます。

**売市玉泉院** 開催時間 10:00-15:00

**諏訪玉泉院** 開催時間 10:00-15:00

**3月13日(金)**

**3月19日(木)**

**スタッフ募集中**

新会館オープン予定に伴い、スタッフを募集しております。

- ① 葬祭プランナー
- ② ホールスタッフ

お気軽に  
お電話  
ください

お問い合わせ

諏訪玉泉院 tel.0178-72-4242

真心でご奉仕する  
ぎよくせんいん

**玉泉院**



玉姫グループ 諏訪玉泉院

八戸市諏訪3丁目14-15



玉姫グループ 売市玉泉院

八戸市長根3丁目11-8



玉姫グループ 八戸市諏訪3丁目14-15  
☎0178-72-4242

葬儀受付・事前見積り・見学会  
お問い合わせはこちらへ

**24時間**

総合案内ダイヤル

☎050-5264-6696

※3分10.5円の通話料がかかります。





音楽好きのマスター自慢のギターが並ぶ店内は、木を基調とした居心地のいい空間♪

カズミ 香寿美さん (30代 主婦)

カズミ 香寿美さん (30代 主婦)

オススメ

ナイジェル・ハンバーグステーキ (200g) 590円

牛肉100%のハンバーグは、白ワインと醤油をベースとした和風グレイソースでご飯が止まらない旨さ!!



豊富なメニューでお手頃価格!  
手作りで美味しい  
まちの洋食屋さん  
ないじえる

本日の日替わりLUNCH 690円

※写真は、和風ポークステーキランチタイムの人気No.1メニュー♪ライスセット、パスタセットの2種類から選べます。デザート付きなのも女性には嬉しい♡



◀仕込みの合間にギターを弾くマスター・越後正人さん。手先が器用だから、こんなにもたくさんのメニューをこなせるんだなあ…と納得の手さばき。

読者プレゼントあります!!  
詳しくはP06へ▶

ないじえる

〒八戸市下長1-6-22 ☎0178-38-6287

【昼の部】11:00~15:00 (L.O.14:15)  
【夜の部】月~金曜日 18:00~23:00 (L.O.21:00)  
土曜日 18:00~23:30 (L.O.21:30)

※日曜日はランチのみの提供になります。☒ 不定休 ☑ あり



「近所で働く方が何度も足を運べるように!」とお手頃な価格設定ながら、手作りや素材にこだわったメニューの中でもイチオシは、牛肉100%使用なのに200g590円という破格プライスの「ナイジェル・ハンバーグステーキ」。なめらかな舌触りのハンバーグを引き立てるのが、白ワインと醤油をベースとし、ヒミツの調味料が味の決め手という和風グレイソース。思わずライスが進んでしまいう味付けに、ランチ、ディナーとも人気なのがうなずけます♡

「大人になっても、お子様ランチのように、あれもこれも食べたい」と言う方も多いと思いますが、メニューに迷ったら「よし、両方頼んじゃえ!」と欲張ってしまいたいそうなお手頃洋食。そんな、まちの洋食屋さんを訪ねてみませんか?

**現** 在地の下長で創業、長横町・昭和通りに移転し、まちの洋食屋さんとして長らく親しまれ、数年前に再び現在地へと戻り、トータル30年近く営業している老舗洋食店「ないじえる」。人気のハンバーグの他、ワンコインメニュー、690円の日替わりメニュー、ピラフ、パスタなど、リーズナブルな上に、迷い悩んでしまうほどの豊富なランチメニューが人気のお店です。

「洋食と言っても、日本人ならコメと合わせて食べたいでしょ?」と笑って話すのは、お店を一人で切り盛りしている、マスターの越後正人(えちごまさと)さん。

若い頃は、東京のフレンチレストランで腕を振るつたという越後さん。八戸に戻り、フレンチの技術をベースに、日本人ならではの「ライスに合う味付け」を追究し、フレンチに限らず様々な料理を楽しんでもらいたいという思いから、まちの洋食屋さんスタイルでこのお店をオープンしたそう。

※表示価格はすべて税別です。

赤ちゃんからお年寄りまで  
家族みんなが使える成分の  
約80%がお水のクリーム!!

読者プレゼントあります!!  
詳しくはP06へ▶

ビューティーサロン emu(エミュ)

**発** 売から20年以上、アットコスメの口コミランキングで第1位を獲得したこともある、実力派オールインワンジェル「エバメールジェルクリーム」をご存じですか?

「私たちの体は約70%が水分。さまざまなお肌のトラブルは水分不足からくる乾燥が原因であることも多いです。成分の約80%が水でできているこのジェルクリームは、角質層のすみずみまでたっぷりと水分を行き渡らせ、お肌を潤わせます。20年の販売実績1,900万個が物語るように、エステサロンや美容室でも定評があり、低刺激で敏感肌の方でも安心して使え、これ1つで化粧水・乳液・クリーム役割を果たすほか、クレンジングやピーリングなど、さまざまな使い方もできるんですよ!当サロンでは、実際に商品の良さを体験していただき購入することができますので、お気軽にご来

店くださいね!」と話すのは、同店スタッフの梶澤(かばさわ)さんと岩沢さん。

界面活性剤・香料・鉱物油・エタノール不使用で、刺激になるような添加物はできる限り含めず、赤ちゃんからご年配の方まで家族みんなで使えます。また、お顔だけではなく頭皮など全身ケアも可能なのが魅力のひとつ。

同サロンでは、ジェルクリームのほかにも基礎化粧品、ファンデーションなどのメイク化粧品などエバメール商品にくわえ、サプリメントなど多数ラインナップ。また、従来の使い心地の良さはそのままに、植物と乳酸菌、そして酵母を掛け合わせ美容に特化したジェルクリームも新発売!

インターネットショッピングで何でも手に入る時代ですが、サンプルを実体験し、スタッフにアドバイスをもらえるのは実店舗のみ。まずは一度、サンプル体験から!!

店舗では実際に商品の良さを体験できます! たっぷり使って本当の良さを確認してください。

お化粧をしていて肌の体感に抵抗がある方は手で体験してもOK!  
サンプルもありますよ!  
お肌がプルプルになりました♡

**ジェルクリーム180&500(E)**

ジェルクリーム180g (約1ヵ月分)左 **3,850円**  
ジェルクリーム500(E)ポンプ 右 **8,800円**

水と天然由来のものを中心とした保湿成分が角質層のすみずみまで潤いを届け、肌のキメを整えます。これ1つで化粧水・乳液・クリームの役割を果たすほか、クレンジングやピーリングとしても使えます。

**万能オールインワンジェル!!**

**新商品** ウォーターモイチュアライジングジェルクリーム

従来のさっぱりとした使い心地はそのままに、107種類の植物と乳酸菌と酵母をかけたあわせた美容に特化したジェルクリームが新登場!

100g **3,850円**

60歳から始める青森の冬のサプリ  
**プロテオグリカンサプリ**

鮭の鼻軟骨から抽出される「プロテオグリカン」は、若々しい肌を保ち、柔軟な関節を維持するとても重要な成分。今後大注目の美容成分です!

まずはお試し  
14日分 **1,650円**  
今なら  
**送料無料**  
**500円!!** (ワンコイン)

※1家族様1袋限り

※表示価格はすべて税込です。

スタッフ 美人姉妹!

姉妹でお待ちしております。何でもお気軽にご相談下さいね♪  
左) 梶澤さん 右) 岩沢さん

ビューティーサロン **emu**

大丸駐車場 P

☎ 0178-47-9111  
平日10:30~16:30/第2・4土曜日 10:30~13:00  
第1・3土曜日、日曜日、祝日  
3,000円以上お買い上げで、八青パーキング、大丸駐車場の1時間無料券を差し上げています。

ビューティーサロン emu

大丸駐車場 P

☎ 0178-47-9111  
平日10:30~16:30/第2・4土曜日 10:30~13:00  
第1・3土曜日、日曜日、祝日  
3,000円以上お買い上げで、八青パーキング、大丸駐車場の1時間無料券を差し上げています。

Plus+ ビューティーサロン emu  
クーポンで **35%OFF**  
12月31日(日)まで



## お子さま連れ大歓迎♪ プライベートな ポーセラーツ教室

Coco Rose ココローズ

自宅兼のプライベートサロンだから、お子さんが騒いでも安心。特別に準備することもなく気軽に始められるため、なかなか自分のために習い事ができないと思っているママにもオススメです！お子さんと一緒に作るのも楽しいですよ♪

📍 八戸 ココローズ 検索

お問い合わせ

cocorose0714@gmail.com

LINE ID:@dxy1768m



## “スキンケアもできる” ベビーマッサージ

ベビーマッサージ教室 Lily リリィ

エステティシャン歴10年の講師が教えるベビーマッサージ。赤ちゃんにも安心のベビーミルクローションを使用し、生後2か月から受講可能です。ママも楽しめるコラボレッスンも開催しており、乳児期にいろいろな思い出を残せる企画も盛りだくさん♪

Instagram @shio.lily

ご予約・お問い合わせ

LINE ID:@905cqnxb



Little stars リトルスターズ

## カラーライセンス取得も!!

ディナー食  
装飾は  
お祝い  
名前  
さまと  
お

お問い合わせ

littlestars\_2015@yahoo.co.jp

LINE ID:@uay1085a



インストラクターコース



▲日本ヴォーグ社ポーセラーツインストラクターカリキュラムを受講することにより、さまざまな技法や知識・テクニックを学び、ポーセラーツインストラクターのライセンスを取得することができます！自分で教室を開いたり作品の販売も可能に。

紙を使っ  
作品づ



## ベリーペイントや ごろ寝アートで 一生に一度の記念を!!

一般社団法人 ディーコネクション

一般社団法人 ディーコネクション 検索

お問い合わせ 018-889-3146



ホームページ

赤ちゃんの健やかな成長や安産の願いを込めて、お腹にペイントをして撮影する「ベリーペイント」や、赤ちゃんの「ごろ寝アート」を定期的で開催！かわいい衣装やセットをご用意してお待ちしております♪



## 素材やデザインにこだわった ベビー用品&雑貨

なきむしスマイル

📍 上北郡おいらせ町内山平886-1  
☎ 080-5745-1790 🕒 10:00~16:00  
📅 水曜日、木曜日(ほか変動あり)  
※フォトスタジオは土日のみの予約制

📍 なきむしスマイル 検索

素材やデザインにこだわったベビー用品、大人も楽しめる雑貨など、かわいい手作りの品を取り揃えています。ベビー用品は出産祝いのギフトにも人気♪キッズルームやフォトスタジオも完備！



HERITAGE HOME

# OPEN HOUSE

2/22 sat 23 sun 24 mon

open 10:00 - 17:00

\*24日以降の平日のご案内も可能です。

\*電話予約のほか、WEB予約もご利用いただけます。



WEB予約フォームはこちら

## 造作の掘りごたつで家族の時間を楽しむ家

足をゆったり伸ばしてくつろぐことのできる造作の掘りごたつ。

使うシーンによって、タタミに付け替えができることも魅力的です。

また、この季節はおうちの温かさを実際に体感いただけるチャンスでもあります。

ぜひ木のぬくもりとあたたかさをご体感ください。

皆様のご来場を心よりお待ちしております。



会場地図 QR コード

八戸市東白山台4丁目20



ヘリテージホーム八戸支店  
八戸市根城7丁目1-5

ご予約・お問い合わせはこちら \*お気軽にお問い合わせください。

0178-73-5155



Dear 新米ママ♡

八戸での子育てを  
もっと満喫しよう!

Fight!

# 子育て応援 特集

八戸市および近郊には、新米ママが出産前後に楽しんで利用できるコンテンツやコミュニティがこんなにもあるんです。

上手に利用しながら、新生児～幼児期育児を満喫してみませんか?



3つ子+1

## 4人のママ講師が教える 産後ママのためのヨガ

まあるい心 For smiles

骨盤のゆがみや産後太りが気になるママさん必見!産後1カ月のママから参加可能なヨガレッスンは、赤ちゃんと一緒にヨガをすることで絆を深めながら、女性としての美を保ち、心も身体もリフレッシュできます。東北初的美ラク抱っこスペシャリストとして、抱っこひもの正しい使い方講座も開催中。

資格

お問合せ

・副日本ママヨガ協会認定講師  
ママとベビーのヨガ

☎ 090-4636-8987(雑音)

✉ reina51774@gmail.com

Instagram Facebook 325forsmiles

・美ラク抱っこスペシャリスト

LINE ID:@325forsmiles



離乳食や成長発達も気軽に相談!

## 元保育士による ベビーマッサージ教室

RTA指定スクール comfy コフイー

「ベビーマッサージ=ふれあい」を伝えながら、赤ちゃん和妈妈が楽しく過ごせるレッスンイベントを企画しています。離乳食や成長発達のご相談、ママ同士の交流会等のイベントも開催!赤ちゃんとお過ごす毎日を、さらにステキなものにしてみませんか?

RTA指定スクール comfy 検索



ご予約・お問合せ

LINE ID:@atg4292r



## 赤ちゃんに触れることで、 ママを感じる幸せ



お問合せ

✉ nijiro.babymam@gmail.com

LINE ID:@519ylpka



## 八戸ベビーママサロンにじい

助産師・保健師経験のある講師がママと赤ちゃんのコミュニケーションのお手伝い。ベビーマッサージ、赤ちゃん体操など月齢に合わせたクラスがあり、子育てを豊かにしてくれるレッスンがたくさん!赤ちゃんとの触れ合いで成長を感じながら、子育てと一緒に楽しみませんか?

資格

日本ベビー&チャイルドケア協会認定  
ベビーマッサージ・赤ちゃん体操指導者  
助産師、保健師、看護師

HP 八戸ベビーママサロンにじい 検索

Facebook Instagram アメブロ

## 子育てしながら インストラクター

世界に一つだけのオリジナルの器や小物が作れます!普段はもちろん、結婚や出産の祝い、はじめ、贈り物にもピッタリや誕生日を入れた、お子揃いの食器もいろいろあります。

八戸 リトルスターズ 検索

フリーコース



▲お好きな白磁と転写して、自分好みのオリジナルを楽しめるコース。



おいらせ町染屋 常設展示場

# 薪ストーブ体感会

2/22(土)・23(日)・24(月)

13:00-20:00



かんたん!  
ラクチン!



Mamanの家

## 薪ストーブはおもしろい!

これまで薪ストーブを設置した住宅は何棟も建ててきましたが、完成して引渡したあと、実際に子どもが長時間、その暖かさやおもしろさを体感する機会はありませんでした。今冬、展示場で宿泊体験やワークショップなどを開催し、自分自身も実際に薪ストーブのある暮らしを体感することにより「こんなに良いものだったのか!」と、改めてその魅力に気付かされました。実体験をもとに味わった楽しさや感動を、ぜひ皆さんにも伝えられたらと思っています。薪ストーブは、後付けをする場合はかなり専門的な知識が必要です。弊社は新築でもリフォームでもそれに対応する技術も備わっていますので、まずは体感会にお越しいただき、お気軽にご相談ください!



省エネ住宅のトップランナーを選定する表彰制度  
ハウスオブザイヤー(省エネ)2017・2018  
**優秀賞受賞**  
2年連続受賞!  
省エネ住宅の「Mamanの家」が評価され  
優秀賞を受賞しました!



省エネで暖かい  
ミゾエホームの**Mamanの家**

薪割りだって実は  
女性や子供でも簡単なんです!  
親子のコミュニケーションツールにも!

### 薪ストーブのPOINT!

- エアコンやFFファンヒーターとは比べ物にならない暖房力。高気密・高断熱にこだわる弊社の暖かい家とも相性抜群!
- 薪は自然エネルギー、再生可能エネルギーを活用した環境にも優しい暖房器具
- 遠赤外線効果で体も建物も芯から温めてくれる
- 薪ストーブならではの料理も楽しめる
- 炎には【1/f ゆらぎ】による自然現象の癒し効果も

実は楽しみ方が無限大にあるんです!

## ACCESS MAP

場所: おいらせ町染屋

相模茶屋 月見亭

染屋入口

三沢警察署 おいらせ交番

すき家

タケダ

至十和田

おいらせ町立 木内々々小学校

常設  
展示場



株式会社 ミゾエホーム  
Maman Hachinohe

建設業許可 青森県知事(般-30)  
第300398号  
1級建築士事務所 青森県知事  
第1524号

八戸市北白台山4-1-16  
☎ 0178-27-6300  
ママ 住宅 八戸 検索



## 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

■唐揚げが大好きな自分にとって、今回の特集はサイコーでした(o^o)今回からあげ特集されていたお店を巡ってみたいと思います!! (ガーリックパウダー・20代)  
 ☆ぜひぜひお店巡りにしてください!色んな味比べが出来て楽しいですよ~(v^v)

■今回のからあげ特集、まだまだ開拓出来てないお店が沢山ありました!順番に、食べ歩きしたいです!(あまみママ・40代)  
 ☆新しくお店を知ってワクワクしますよね!ぜひ食べ歩きしてくださいね~(^^)

■マルショウカネマタさんのページを見て医師が勧める健康まくらにすごく興味を持ちました。自分に合った枕を作りに行こうと思います。(ESE・50代)  
 ☆自分に合った枕で、睡眠の質が変わると言いますよね!素敵な枕が見つかるといいですね!

■家の見学会や相談会などの情報を知ることが出来て良かったです。新聞をとっていないので、このような地域でのイベント情報を集める事が出来るので楽しみにしています。(もいもい・20代)  
 ☆これからもたくさんイベント情報を発信していく予定です!楽しみにしていて下さいね(v^v)

■八戸市にこれ程!から揚げがあると驚きました。J-BASEさんの「秘密基地」のフレーズぐっと来ました。(トリビュート・50代)  
 ☆「秘密基地」、家族との空間にするか、自分だけの空間にするか...どんな空間にしようか、考えただけでワクワクしますよね!

■八戸市民ですが毎回楽しみに拝見しています!八戸にこんなお店があるんだ!と知ることができ、実際に行ってみるとオススメ通り本当に美味しいです。ちなみにプリウスに掲載していたカフェは制覇しました(笑)素敵な空間が八戸にたくさんあり、より八戸が大好きになりました!!これからも八戸のおすそめをたくさん発信してほしいです★(さとえり・20代)  
 ☆カフェ制覇おめでとうございます(o^o)次は唐揚げ制覇の連絡お待ちしてますね! (笑)これからも素敵な情報発信できるように頑張ります!

## EVENT INFO 近隣のイベント情報

2/23(日) 三八五こども館くらふとらんど「つるしびな」

八戸公園の木の実を使って、つるしびなをつくらう【場所】八戸公園 三八五こども館【時間】10:00~12:00(受付9:45~)【料金】無料【対象】小学生以下(30名)【問合せ】三八五こども館 0178-96-3480

2/29(土) 第13回たっこにんにくまつり たっこにんにくを使用した美味しい料理やあたたかい鍋物などステージイベントが盛りだくさん! 【場所】田子町農業者トレーニングセンター【時間】10:00~15:00【問合せ】にんにくまつり実行委員会(産業振興課内) 0179-20-7114

## STAFF VOICE スタッフのぼやき

今さらですがプリウスInstagram @plushachinohe 始めてみました!誌面で伝えきれない、取材の裏側部分などもお伝えできればと思っています。フォロワーさんが増えたら、何か企画でも考えようかな...。(TOMO)

### 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  
 やまはる・カプセンター  
 ラビア・八食センター  
 TSUTAYA八戸ニュータウン店等

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!

## 3月 HAPPY FORTUNE TELLING

2020.3/1(日)~3/31(火)

- 1月 思いついた事は即実行!全力で取り組むことで計画通りに展開していきます。周囲への気配りを忘れず。
- 2月 勝いや負けこれなどで、あれこれ気ぜわしくイライラしそう。何事も経験と割り切って取り組むと吉。
- 3月 人間関係は、予想とは違う展開になって、平常心を忘れず冷静な対応を!苦手な人には近寄らないように。
- 4月 何事も「堅実」に進むことが後々の大チャンスに繋がります。裏面が好感をもたれ、周囲からバックアップされます。
- 5月 オーバーワークになりそう。リズムある生活を意識して、余裕ある行動計画を立てる事が大切です。
- 6月 どんなに忙しい時も、人と話すときは最後まできちんと聞いてから返事をしましょう。曖昧な返事はNGです。
- 7月 あれこれ周りがよく見えて迷いが生じるとき、自分の価値観にあったものを選択することが必要です。
- 8月 自分勝手な行動で疎外感を感じそう。正しいと思う時でも原因を探り、冷静な判断が必要です。
- 9月 即決しなければならないような場面が多くなり、決断力が試される月になりそうです。深呼吸で落ち着いて!
- 10月 積極的に外にでて交流しましょう。何気ない会話の中から欲しかった情報が得られます。笑顔と挨拶を忘れず。
- 11月 計画を立てて実行することが必要です。生涯の設計を立てると良い時期です。買い物などはリストを作り効率よく。
- 12月 自分が楽しい事や好きな事に夢中になる時間を作りましょう。頑張るより、自分を楽ませることが必要なときです。

## 読者プレゼント

【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

※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。応募時の個人情報厳重に管理し、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はイメージです。

**ないじえる**  
 プレゼント番号 **A-121**  
 1,000円分のお食事券  
 5名様  
 ※夜限定

**ビューティーサロン エミユ**  
 プレゼント番号 **B-121**  
 エバメールゲルクリーム(180g・3,850円相当)  
 引換券 3名様  
 ※夜限定

**ビストロ エトツフ**  
 プレゼント番号 **C-121**  
 2,000円分のお食事券  
 3名様  
 ※夜限定

【締切】2月26日(水)必着

次回 vol.122 特集「チャーハン」 3/13 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

## Plus+ 頭の体操 ナンプレ

右記QRから他のナンプレにも挑戦できます。レッツチャレンジ!  
 問題提供 https://danboko.net/

ルール 縦横それぞれのマスには1~9までの数字のいずれかが入りますが、同じ列に同じ数字を重複して入れることはできません。また、3x3のブロック内でも同じ数字を重複して入れることはできません。

★今号の問題★

		3				
6	2	4	5	9		
	5	1	9	7		
		7	1	5		
			8			
3	6	1		8	5	7
		7		6		
9						2
	8	9	4	1		

上記の答えは次号のプリウスに掲載します。

## 「夢中になる」がきっとある!! 科学と数の白熱教室

【普】 段の学校生活では体験することのできない『科学とアート』を、楽しみながら学べる」と、口コミで人気となっている教室「リトルデスク」。特に人気なのが、幼児(年中)から小学校6年生までを対象とした、科学と数のカリキュラム「アカデミーコース」で、ゲームやパズルを楽しみながら数学的な発想力を磨いたり、科学遊びや実験を通して探究心を育てることが出来ます。「自分が子どもの頃に出来たらよかったな」と思える、面白くて楽しい科学や数の体験を厳選しています。子どもたちが目を輝かせて活動する姿が何よりもうれし

い!」と語るのは、代表の福田稔(ふくだみのる)さん。都内の教育機関で活躍してきた、稔さん・桂(かつら)さん夫妻が、子どもたちが様々な分野に触れられるよう、八戸近郊の教育の選択肢を豊かにしたいという想いで、5年前に開校した同教室。このたび、親子で参加できる無料の体験会を開催します。お子さんだけでなく、「リトルデスクが八戸にあってよかった!」と、親御さんからも絶大な支持を受ける同教室で、まずは一度無料体験してみませんか? 口コミ人気の理由が分かりますよ!

## 岩手八幡平は いちごの季節パカ!

お土産にぴったりいちごスイーツ

いちごの摘み取り体験 ※実子予約制

いちごパフェ

スイーツフェア NO.1の実力!

採れたていちご

味も見た目も大満足間違いなし!

真っ赤であま〜い

サラダファームヴィレッジ  
 〒028-7113 岩手県八幡平市平笠2-6-333  
 お問合わせ TEL.0195-75-2500 (9:00~17:00) http://salad-farm.jp

## アカデミーコース 春の体験レッスン

幼児・小学生 春のキャンペーン実施中 体験費・入会金無料

体験日 3/8日・22日

数のゲーム 科学あそび・実験

立体やカードを使った白熱のゲーム。自然と数学的な考え方が身につきます。

自分の目と手で探る。たくさんの科学体験。不思議を感じるころが育ちます。

0178-32-7822 受付時間 10:00~18:00 日・月・祝日を除きます

授業の様子はホームページでご覧になれます。

リトルデスク 検索

八戸市十八町1-9 2F





# LUNCH

今週のランチ  
**1,000円**

スープ・サラダ・パン・  
ホットコーヒー付き

選替わりのランチは1種類のみ  
の提供。1種類に絞ることで手回  
りよくクオリティにこだわったラ  
ンチを提供しているそう。

**この内容で1,000円は  
コスパ抜群!**

美味しい野菜が  
料理を引き立てる!

bistro étoffe  
(ビストロ エトッフ)

読者プレゼント  
あります!!  
詳しくは  
P06へ▶

夫婦で  
営む

## カジュアルビストロ

昨

年3月、八戸市鷹匠小路にオープンした「bistro étoffe(ビストロ エトッフ)」。北欧風のインテリアでまとめられた温かみのある店内は居心地が良く、気軽に入りやすいビストロとして、昼夜問わず人気のお店です。「フランス修行時代に、いわゆる『星付き』のレストランに負けないくらいの料理が、その辺にあるお店でリーズナブルに味わえたんです。自分もいつか、気軽に入りやすいのに本格的な料理を楽しめるビストロをやってみたくて思っていて、このたび縁あって八戸市にオープンしました。コース料理ではなくアラカルトをメインとし、肩肘張らずに、はじめてでも食べられるメニューを提供しています。」と話すのは、オーナーシェフの井上健吾(けんご)さん。

主に県産食材にこだわっている。同店最大の魅力は、メインとしても、またメインを引き立てる重要な役割の付け合わせとしても、ふんだんに使用している野菜たち。特に夏場は30種類にもなる自家栽培の野菜を使用しており、獲れたて新鮮野菜の美味しさは格別です。「野菜が美味しい!何か特別な野菜を使っているの?」とよく聞かれるのですが、野菜自体はいたって普通のもので、使っていないんですよ(笑)と井上さん。付け合わせの野菜にも手を抜かない、美味しさのヒミツはその調理法や管理方法。秋穫れのじゃがいもは低温保存で寝かせて糖度を上げることにより、料理に添えられたフライドポテト(フリット)ですら、ひと味違う美味しさ。野菜の旨みや甘みを引き出し、肉・魚も低温でじっくり焼くことで決して火を通し過ぎず、素材が一番美味しくなる瞬間を熟知した井上さんの技が光ります。

素材と調理法にこだわった自慢のビストロ料理。女子会ランチや、夜は自然派ワインとともに仲間とゆるくりと...など、たまにはワンランク上の料理をカジュアルに楽しんでもみませんか?

オーナーシェフ 井上健吾さん

野菜そのものの美味しさを活かし、じっくりと火を通す肉や魚...など、素材や調理方法にこだわった自慢の料理を気軽に楽しんでください。



## Dinner

夜のオススメ

国産牛フィレ(200g)の  
ステーキフリット **2,000円**

数回にわけて火を通し、最後は直火で焼き上げたステーキは、肉質柔らかく香ばしい逸品。種差産の塩、トリュフ塩、グリーンマスタードが添えられており、お好みの薬味で楽しめます。



今別産サーモンの  
低温コンフィ **950円**

青森・今別産の脂の乗ったサーモンを低温のオイルでじっくりと火を通し、今まで味わったことのないような柔らかくでしっとりとした食感は絶品!

**bistro étoffe**  
(ビストロ エトッフ)  
〒830-0811 八戸市鷹匠小路1-1  
TEL 0178-38-8922  
11:30~14:00(L.O.13:30)  
17:30~22:00(L.O.21:30)  
火曜日、第1・3月曜日、その他臨時休業あり  
なし(近隣に有料駐車場あり)  
Instagram bistro\_etoffe



2階は広々としてテーブル席に、  
北欧風のインテリアがかわいく、  
女子会にもいいですね♡

## 就労継続支援A型事業所

# エヌソリューション



**障害をお持ちの方、一緒に働きませんか?**

一般の会社に雇用されることが困難な障がい者の方に、就労の機会を提供するとともに、生産活動その他の活動の機会の提供を通じて、その知識及び能力の向上のために必要な訓練を行う事業です。

## 就労継続支援A型

「A型」は利用者と雇用契約を結んで毎月お給料が支払われるタイプで、一般の会社員と同様に最低賃金も保障されます。また、個別支援計画に基づき、個人のペースに合わせた訓練内容で無理なく作業しながら一般就労に向けて支援いたします。

### 仕事内容

- チラシ広告マーケティング調査業務
- 客室清掃業務
- 各種委託作業

### 労働条件

賃金  
**時給790円~(施設外手当あり)**

時間  
① 10時~15時  
② 9時30分~15時30分

定休日  
日曜・祝日、お盆・年末年始の休みあり

休憩時間は  
作業内容により  
30分~60分



就労継続支援A型事業所  
**株式会社エヌソリューション**  
十三日町事業所

お問い合わせ

〒031-0042 八戸市十三日町8 村吟ビル2階  
**TEL 0178-38-0040**  
【メール】 info@n-solution.co.jp  
ホームページはこちら  
<http://www.n-solution.co.jp>

十三日町バス停前





北海道品質の家づくり

最新のエコ住宅ライフを大公開!

北海道十勝の厳しい気候から生まれた  
太陽光パネル  
標準装備の家

GUUUS

ロゴスホーム  
八戸  
ZEH住宅  
ラスト公開!

光熱費は  
もう気に  
しない!

Point!  
スタイリッシュな  
金属サイディング

OPEN HOUSE

SAT SUN MON  
2/22.23.24  
10:00~17:00

八戸市田向4丁目

モデルハウス見学会開催!

【住所】八戸市田向4丁目6-20

Google MAP



ブラウンを基調としたシックな印象のお家

太陽光パネルが標準装備だから  
毎日の光熱費を抑え、  
住んでからの家計の負担も軽減できる。  
そんなゆとりある暮らしができるお家が完成しました。  
「家づくりって何から始めればいんだらう…」  
そんなお悩みもスッキリ解消できる見学会。  
ぜひこの機会にお気軽にお越しください!

Point!  
リビング天井化粧  
プロペラファン



広々としたシューズクロック



Point!  
キッチン天井埋込  
ライティングレール

※写真は当社施工例

八戸市「一般のオール電化住宅」と「GUUUS」の年間電気料金の比較



年間売電量が、年間電気料金を  
上回れば光熱費が0に  
なることも!

ZEH<sup>®</sup>とは?

家の断熱・省エネ性能を高めて使う  
エネルギーよりも、太陽光発電などで  
つくるエネルギーが上回ることで  
その収支が一次エネルギー消費量換算で  
正味ゼロになる「エネルギー住宅」のことです。

※ネット・ゼロ・エネルギー・ハウスの略

5.4~8.16  
kw  
ソーラー  
パネル  
標準装備

エコな設備も装備!

- ヒートポンプ
- 給湯エコキュート
- 冷暖房エアコン

200パターンプランからお選びいただけます。

GUUUS 企画型PLAN

お客様の家事をスムーズにする機能性重視の暮らしやすい間取り。

- 1階工事面積/53.00㎡(16.03坪)
- 2階工事面積/53.00㎡(16.03坪)
- 延床面積/106.00㎡(32.06坪)

本体価格  
1,449万円(税別)

※パースはイメージです。

楽しいをデザインする  
LOGOS HOME TEL 0178-38-4133  
株式会社 ロゴスホーム

ロゴスホーム八戸

LINE登録で  
特典いっぱい!



八戸市沼館4丁目7-111 ビアドゥイン2階

【営業時間】AM9:00~PM6:00  
【定休日】水・木曜日  
FAX.0178-38-4132

ZEH住宅の詳しい性能、  
モデルの詳細はこちらから!

logoshome.jp/event/  
s-hachinohe/  
entry-5452.html



ロゴスホーム東北 GUUUS

www.logoshome.jp/tohoku



GU7272-2

(株主)株式会社ロゴスホーム 青森市東3条南13丁目2番地1 TEL.0155-22-4126

●宅建免許番号 国土交通大臣(1)第9407 ●(公社)北海道宅地建物取引業協会会員 ●(一社)北海道不動産公正取引協議会加盟 ●一般建築士事務所 北海道知事登録(十)第385号 [広告有効期限] 2020年2月末日

※プリアスのポスティング等、配布に関するお問合せ先 ☎ 0178-22-7570 ※プリアス以外の配布物に関するお問合せは、お受けできません。