

Free Magazine

暮らしに彩りをプラス

VOL. 148

Posting & TakeFree

Plus+

— プリュス —

2021.4.23 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

それいけ!! アンパンマンミュージカル 勇気の花に歌おう!

6月12日 八戸市公会堂

1回目 開場10:30 開演11:30
2回目 開場13:30 開演14:30

入場料金 81人席1グループ4名まで
前売券 3,000円(税込) 当日券(税込) 3,200円

4/29(水・祝) 10時~ 前売券販売
詳しくは下記ホームページをご覧ください。
RAB青森放送 アンパンマンミュージカル八戸

それいけ!!アンパンマン ミュージカル八戸公演事務局 ☎0800-800-5122(平日の朝10時~夕方4時まで)

特集 P4-P5

GWは道の駅をめぐるドライブで
グルメを楽しんじゃおう!

MICHINOEKI GOURMET

道の駅 グルメ

十和田 & 上北

ドライブがてら、道の駅に立ち寄り
お楽しみのひとつと言えば、その道の
駅にしかないオリジナルグルメ。

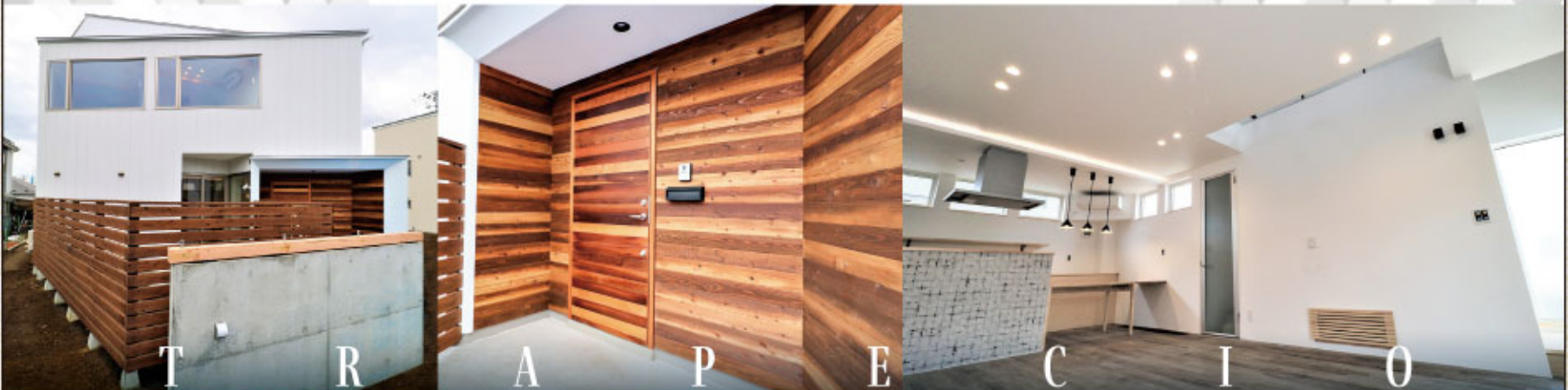
食事はもちろんですが、各道の駅の
個性が表れていて人気なのがソフトク
リームやアイスクリームで、老若男女幅
広い世代に人気があります。

今年のゴールデンウィークは、人気
料理と絶品ソフトクリーム&アイスク
リームを食べ比べしながら、十和田&
上北方面の道の駅をめぐる日帰りドラ
イブで過ごしてみませんか?



おいしい道の駅を
いっただっき
まあ〜す!

OPEN HOUSE トラペーシオ



5/8 土・9 日 10:00-17:00



完全予約制 予約締切日: 5/6(木)
ご予約は、左記 予約サイト からのみ受付致します。

会場: 八戸市田向4丁目



今設計コンセプトは形に沿う建築です

基本は台形地 その台形地に対する線形と新たなスペース
それが台形建築であり 平行四辺形ガレージ そして新たなパティオ
これらが建築コンテンツであり トラペーシオ建築です
ぜひご覧いただければと思います

有限会社 ヤマト設計工房



〒039-1165 八戸市石堂1丁目27-14 TEL 0178-21-6491 FAX 0178-21-6492
営業時間/9:00-17:30 定休日/日曜・祝日
URL <http://www.yamatosekei.com> E-mail info@yamatosekei.com

創業140余年の トウショウグループが総力を挙げて安さに挑戦!!

決算総力祭

4/30^金まで

工場直売
だから
激安

品質に
自信
あり!

アフター
フォローも
万全

仏心堂は良い品を日本一激安販売!

※お客様の設置場所寸法を必ず測ってご来店ください。



ご来店のお客様へ

新しい販売の形!!
良い品を1円でも安く!
配送用に無料貸出用の
お車をご用意しております!
配送料も削減しお客様へ還元!

良い品を1円でも安く!
店舗の装飾や看板、配送など
徹底したコストカットにより、
一流メーカー品など
「良い品をより安く」の
実現に挑戦!!

期間限定特別企画
**古いお仏壇
引取無料!!**
※お買上げ総額15万円(税込)以上
ご購入のお客様が対象となります。

仏具付!
特別商品大奉仕!!

新型コロナウイルス対策として
販売員はマスク着用、消毒を徹底し店内も積極的に
換気を行っておりますのでご安心ください。

<p>1 上置き型 12号 天然木ダーク色 目玉商品</p> <p>サイズ/高さ36.5× 幅26.5×奥行21cm 3基 限り 決算特別価格! 5,000円 (税込 5,500円)</p>	<p>2 上置き型 16号 タモ無垢</p> <p>サイズ/高さ43× 幅45×奥行34cm 決算特別価格! 2.5万円 (税込 27,500円)</p>	<p>3 上置き型 16号 屋久杉調</p> <p>サイズ/高さ48.5× 幅41×奥行35cm 決算特別価格! 5.98万円 (税込 65,780円)</p>	<p>4 モダン仏壇 40号 ナチュラル調</p> <p>サイズ/高さ122× 幅45×奥行38cm 決算特別価格! 9.8万円 (税込 107,800円)</p>	<p>5 モダン仏壇 40号 WN調</p> <p>サイズ/高さ121.5× 幅45×奥行37cm 決算特別価格! 14.8万円 (税込 162,800円)</p>
--	--	---	---	---

展示本数200本!厳選商品多数をご用意しております!!

<p>6 伝統型仏壇 53号 黒檀調</p> <p>サイズ/高さ160×幅62×奥行53cm 決算特別価格! 22.5万円 (税込 247,500円)</p>	<p>7 伝統型仏壇 53号 桜</p> <p>サイズ/高さ162×幅63.5×奥行68cm 決算特別価格! 39.8万円 (税込 437,800円)</p>	<p>8 伝統型仏壇 53号 鉄刀木</p> <p>サイズ/高さ155×幅61×奥行55cm 決算特別価格! 39.8万円 (税込 437,800円)</p>	<p>9 伝統型仏壇 60号 アッシュ</p> <p>サイズ/高さ182×幅80×奥行57.5cm 決算特別価格! 39.8万円 (税込 437,800円)</p>
--	--	--	---

仏心堂のお墓は
全てコミコミ!

お墓の安心スリープライス

流通コストやムダな経費を迎えることで、この低価格を実現いたしました。

墓石本体 基礎工事 据付工事
耐震施工 文字彫刻 付属品
**全てを含んだ
安心価格!**

59.8万円 (税別)
(税込657,800円)
見積無料

79.8万円 (税別)
(税込877,800円)

99.8万円 (税別)
(税込1,097,800円)

お仏壇の仏心堂 八戸店

八戸市小中野3-15-9 トウショウグループ トウショウ物産

お問合せ ☎0120-015-076



夏に向けて理想のBodyを!!

独り占めできるプライベートスタジオで マンツーマン指導の 加圧トレーニング

読者プレゼント
あります!!
詳しくは
P06へ▶

KAATSU
トレーニングスタジオ
@last(アトラス)

肉 体改造やダイエットに効果があると言われており、多くの芸能人やプロスポーツ選手なども取り入れている人気のトレーニング「加圧トレーニング」。八戸市長根にある「KAATSUトレーニングスタジオ @last(アトラス)」は、そんな人気トレーニングをマンツーマンで指導してもらえる、プライベート感が好評のスタジオです!

「加圧トレーニングは、専用器具を使用し血流を制限して行うため、専門知識が必要とされますが、当スタジオでは、認定資格を持つ専属トレーナーの私がマンツーマンで指導いたします。何だか難しそうなおトレーニングに聞こえるかもしれませんが、利用者の8割が女性。運動初心者の方やご年輩の方の健康維持目的も多く、それぞれの能力や目的に合わせた個別メニュー構成が好評で、無理なく通っていただけます。理想の身体づくりを一緒に実現してみませんか?と話すのは、代表の中山慎司さん。

加圧トレーニングとは、腕や脚の付け根に専用のベルトを巻き、適切な圧力をかけ、血流に制限を加えた状態で運動するもので、通常の運動に比べ、より早く、多くの成長ホルモンが分泌されます。そのため、週1回60分程度のトレーニング

でも十分な効果があると言われており、「毎日時間を取るのが難しい」という方にピッタリ。その日の体調や気分に合わせてメニュー変更可能なのも、飽きずにトレーニングできる要素のひとつです。

また、完全予約制のマンツーマン指導だから、スタジオを独り占めすることができ、他の利用者と空間共有することもないので、コロナ禍のこのご時世でも気兼ねなく通えます。さらに、外観からは分からない隠れ家的スタジオなので、人知れずこっそり肉改造できるのも人気の秘密。

「運動を始めたけれど、トレーニングの仕方が分からない」「頑張っているつもりなのに、自己流だからなかなか結果が出ない」「忙しくて時間が取れない」など、トレーニングに興味はあるのに今一歩踏み出せていないその貴方! 未体験の加圧トレーニング&マンツーマン指導で、夏に向けて理想のBodyを手に入れてみませんか?



代表
中山慎司さん
個々に合わせた内容で、楽しくトレーニングしていただくのが目標です! まずは一度、体験にいらしてください!!

InBody検査

筋肉量や脂肪量を測定し、お客様の要望を取り入れながら、お一人おひとりに合ったメニューを作成していきます。



部位別に気になる部分もマンツーマンで指導してくれます。

加圧トレーニング



空圧式加圧トレーニング機「加圧マスター」を使用。少しずつ圧をかけながら、個人にあった適正な圧を決めていきます。



TRX

2本のストラップを使用し、自体重を利用して数百種類のエクササイズを行うことが可能! 筋力、持久力、バランス、柔軟性、体幹を同時に鍛えることができる。米海軍特殊部隊開発のトレーニング方法。

その他トレーニングマシン完備

体験

60分 ¥3,000
体験利用はお一人様1回限り

パーソナルトレーニング

60分 ¥5,500
お得な回数券もあります♪

予約時「Plus+を見た」で
入会金半額!
通常10,000円
5,000円
2021/5/31(月)まで

@last
Personal training gym
八戸市長根4-7-5 ☎ 090-2795-6158
10:00~21:00 不定休
あり Instagram kaatsu_atlast

3日前までの要予約 完全予約制
サンライズ アイデンタル 小八戸校 第二中学校 マックスバリュ
赤いドアが目印!

※表示価格はすべて税込です。

3周年イベント
4月30日(金)は
定休日のためお休みします。

濃厚一翔 煮干し 850円

和え玉 250円

スープの中に隠れた甘みのある新たまねぎが良いアクセント!! スープは、まるで煮干しポタージュのよう♡

第1弾 2日間限定

4/28(水)・29(木・祝) 数量限定



八戸産・カタクチイワシの煮干しを新たに加えたことで、香ばしさUP!
煮干し好きなら、行列してでも食べるべし!

第2弾 5日間限定

5/1(土)~5(水・祝)

一翔人気の「京都背脂醤油ラーメン」がワンコインで味わえる!!

京都背脂醤油ラーメン(並) 通常価格 770円 ▶ 500円

一翔 京都
〒030-0845 八戸市下長5-1-3 ☎ 0178-85-9407
平日 11:00~14:00 17:30~21:00 (L.O.20:45)
土日祝 11:00~15:00 17:30~21:00 (L.O.20:45)
金曜日 あり(お昼のみ、お隣の「炙っ亭」さん駐車場も利用可。)

※表示価格はすべて税込です。

行列必至! おかげさまで3周年! 限定ラーメン&ワンコインイベント開催

この機会にお試しください!

「おかげさまで、当店は3周年を迎える事ができました。普段では絶対できないワンコインラーメンも、手間とコストが掛かって限定でしかできないラーメンも、仕入業者さん、問屋さんの協力のもと提供することができました。お客様への感謝を込めた周年イベント、できる限りたくさんの方の量を仕込みますので、ぜひお越しください!」と話すのは、店主の小西皓也(こにしひろや)さん。

イベントの目玉「濃厚一翔煮干し」は、濃厚と謳いつつも、いわゆるセメント系と言われるドロドロとした灰色のスープとは一線を画す、あっさり仕上げが特徴。静岡産ひらこ煮干しと長崎産うるめ煮干しに、今年八戸産カタクチイワシの煮干しを加える事で、香ばしくフラッシュアップされたスープは三段仕込み、自家製煮干し醤油をかえしに、二翔自慢の豚骨スープと合わせ、まるで「煮干しポタージュ」のようなクリーミーな味わい。8時間かけてじっくりと低温調理されたレアチャーシューはしっとり美味しく、ザク切り新たまねぎが良いアクセントになっている。手間暇掛かったラーメンは、限定だからできる至極の一杯です。

そして、ワンコインで提供する「京都背脂醤油ラーメン」は、つけ麺と並ぶ、同店の看板とも言える創業以来の人気メニューで、背脂チャーシュー系スープに九条ネギのサツパリ感が合う一杯。見た目ほどくどくないラーメンですが、お好みで背脂を少なくする事も可能です。

ゴールデンウィーク前半、後半と、今年二度楽しめる一翔のラーメン。毎回行列必至のイベントですが、並んでも食べる価値ありの一杯。ファンの方はもちろん、食べた事がない方もぜひこの機会にお試しください!

「京 都仕込みのラーメン&つけ麺が人気の『麵家一翔(いちしょう)』は、間もなくオープンから3周年を迎え、お客様への感謝企画として周年イベントを開催します。

「おかげさまで、当店は3周年を迎える事ができました。普段では絶対できないワンコインラーメンも、手間とコストが掛かって限定でしかできないラーメンも、仕入業者さん、問屋さんの協力のもと提供することができました。お客様への感謝を込めた周年イベント、できる限りたくさんの方の量を仕込みますので、ぜひお越しください!」と話すのは、店主の小西皓也(こにしひろや)さん。

イベントの目玉「濃厚一翔煮干し」は、濃厚と謳いつつも、いわゆるセメント系と言われるドロドロとした灰色のスープとは一線を画す、あっさり仕上げが特徴。静岡産ひらこ煮干しと長崎産うるめ煮干しに、今年八戸産カタクチイワシの煮干しを加える事で、香ばしくフラッシュアップされたスープは三段仕込み、自家製煮干し醤油をかえしに、二翔自慢の豚骨スープと合わせ、まるで「煮干しポタージュ」のようなクリーミーな味わい。8時間かけてじっくりと低温調理されたレアチャーシューはしっとり美味しく、ザク切り新たまねぎが良いアクセントになっている。手間暇掛かったラーメンは、限定だからできる至極の一杯です。

そして、ワンコインで提供する「京都背脂醤油ラーメン」は、つけ麺と並ぶ、同店の看板とも言える創業以来の人気メニューで、背脂チャーシュー系スープに九条ネギのサツパリ感が合う一杯。見た目ほどくどくないラーメンですが、お好みで背脂を少なくする事も可能です。

ゴールデンウィーク前半、後半と、今年二度楽しめる一翔のラーメン。毎回行列必至のイベントですが、並んでも食べる価値ありの一杯。ファンの方はもちろん、食べた事がない方もぜひこの機会にお試しください!

グルメを楽しんじゃおう!

グルメ

田&上北方面の道の駅5カ所を案内してくれ
は、Plmo・美々さん。それぞれの地域の特徴
と名物メニューは必食の価値あり!

※表示価格はすべて税込です。



おすすめ
グルメ!



十和田産米「まっしぐら」を
使用したアイスもあります。

牛バラ焼き定食 1,100円
(みそ汁・小鉢付き) 単品:950円

言わずと知れた十和田B級グルメは観光客に大人
気!ほぼ全ての食材を十和田市産にこだわり、醤油
ベースにニンニクを効かせた甘辛ダレで、万人受け
するオーソドックスな味に仕上げられています。

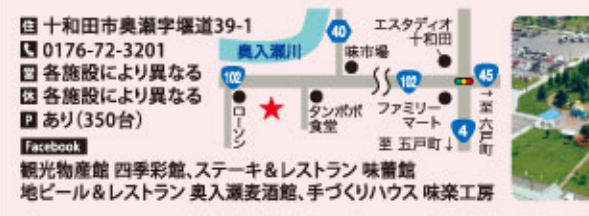
道の駅とわだ内「レストラン 四季」にて提供
11:00~16:30 (L.O.16:00)



道の駅奥入瀬 奥入瀬ろまんパーク

**地ビールに十和田ガーリックポークなど
奥入瀬のすべてが味わえる!!**

奥入瀬観光の東玄関口といえばココ!美しい景観が楽しめる広
大なエリアに、ホッとくつろげる親水公園や芝生広場などがあ
り、ゆったり自然を満喫できます。また、地ビールを堪能できる
「地ビールレストラン 奥入瀬麦酒館」や、県産和牛のステーキが
味わえる「ステーキレストラン 味薯館(みらいかん)」などが併設
され、グルメな方も大満足間違いなしの道の駅です!



10 十和田市奥瀬字塚道39-1
0176-72-3201
各施設により異なる
あり(350台)
Facebook: 観光物産館 四季彩館、ステーキ&レストラン 味薯館、地ビール&レストラン 奥入瀬麦酒館、手づくりハウス 味楽工房

レジにて
奥入瀬スペアリブの
お土産用も販売中!
贅沢なスペアリブの味が
家庭でも味わえます♥

十和田ガーリックポーク スペアリブセット 1,815円

(ご飯・みそ汁・おしんこ付) 単品:1,650円
十和田市が誇るブランド豚「十和田ガーリックポーク」
を、奥入瀬ビールヴァイツェンに漬け込み煮込んだ柔ら
かなスペアリブは、250g~300gとボリュームたっぷり!



道の駅奥入瀬内
「地ビールレストラン 奥入瀬麦酒館」にて提供
11:00~19:00 (L.O.18:30)
年末年始、火曜日(祝日の場合は営業)

奥入瀬ソフトクリーム (バニラ) 300円

地元・十和田市の生乳100%使用し、同駅内の
手作りハウスで製造。濃厚なミルク風味が絶品!
道の駅奥入瀬内「観光物産館 四季彩館」
「手づくりハウス 味楽工房」にて提供
観光物産館 四季彩館 手づくりハウス 味楽工房
9:00~17:00 9:00~16:30



道の駅おがわら湖 湖遊館

**濃厚な出汁と大粒の身が魅力の
「大和しじみ」を味わい尽くす!**

県道8号線沿い、小川原湖の玄関口に位置する同駅
は、小川原湖で採れた全国有数の漁獲量を誇る「しじ
み」が有名なほか、特産の長いも、ニンニクなどの農産
物や、地元農家のお母さんの手造りおにぎりや漬物、
お菓子などが人気です。また週末は、キッチンカーや出
張販売企画など随時イベントも開催しており、県内の
人気店の味も楽しめます!小川原湖や温泉など、自然
豊かな東北町を散策がてら立ち寄るのがオススメ♥



10 上北郡東北町上野字南谷地122
0176-58-1122
4月~9月 8:30~18:00
10月~3月 9:00~17:30
1年未年始 あり(108台)
Facebook: 道の駅おがわら湖

おすすめ
グルメ!



しじみラーメン 750円

濃厚なしじみ出汁と旨味がたっぷりの塩ラーメンは、小川原
湖産・大和しじみ(Lサイズ)がふんだんに入った贅沢な一品!

さらにビッグな
小川原湖産・大和しじみ
(3Lサイズ)がたっぷり入った
1日5食限定
「特選しじみラーメン」
(1,200円)もあるよ!!

**ソフトクリーム
(しじみ) 300円**
オープン当初からマイナー
チェンジを繰り返して、改良を
重ねたというソフトクリーム
は美味しさUP!!しじみの粉
末と塩気がミルクベースの
ソフトクリームと相性抜群!

西商品、道の駅おがわら湖内
「レストラン ポロトピア」にて提供
レストラン 10:00~16:00 (L.O.)
ソフトクリーム 9:30~17:00

HOUSE
限定~
約制
同時
学会

.25 sun
00~17:00

こちらから
話にてお願いいたします。

対策として、消毒、換気を実施しています。
力ください。
ージホーム
青森県八戸市根城7丁目1-5
73-5155

十和田西金崎会場

空間を贅沢に使い、伸びやかに広がるLDK。壁一面
に設けた大きな窓から明るい日差しが降り注ぎ、夜
には間接照明の描く光のグラデーションがご家族を
優しく包み込みます。全ての空間に“心地いい”を演
出した安らぎの住まいです。



優しい光が満ちる安らぎの家

特集 道の駅

GWは道の駅をめぐるドライブ

十和田 & 上北

道の駅とわだ とわだぴあ

☆☆ 十和田に来たらコレ!
☆☆ ご当地B級グルメと旬の美味しさが楽しめるアイス

地元生産者が育てた採れたて野菜のみを扱い、仕入野菜は一切並べないというこだわりの農産物直売コーナーは、種類豊富で、県内有数の農業生産高を誇る十和田市ならではのなかでもハーブ類の取り扱いがポイントで、近隣市町村の飲食店の方も買い付けにくるほど施設内には南部製織製作などを体験できる施設や、子どもが遊べる遊具が設置された芝生広場も併設しているため、ファミリーでのお出かけにもオススメです。

農アイス ~おおすず~
コーン 300円 / ワッフル 350円
十和田産大豆「おおすず」100%の豆乳を使用したソフトクリームは、ほんのり大豆の風味が香るソフトクリームに、春増り長芋を使用した春色の長芋ソースをトッピング!
※写真はワッフル、長芋ソース(季節限定)トッピングです。
【ソフトクリームの販売】10:00~17:00
毎週水曜日木曜日はスーパー洗浄のため16:30で終了する場合がございます。

ピーツ、ルバーブなどの地元産の野菜を使用した、季節によって変わるオリジナルソースが農アイスの美味しさの決め手!
〒10和田市伝法寺町
☎ 0570-010-309
4月~10月 9:00~11月~3月 9:00
11/1 ☎あり
Facebook 道の駅とわだ

道の駅しちのへ 「馬肉」「そば」七戸が誇る 二大名物ご当地グルメ!

JR新幹線七戸十和田駅から徒歩5分。七戸町自慢の銘菓や地酒、民芸品などのお土産が人気のほか、地元・七戸町の生産者が販売する野菜や漬物などの加工品も豊富で、県内屈指の商品数を取り揃える同駅。七戸町出身の洋画家・藤山宇一記念美術館では町を代表する画家の作品や文化財の展示が見られるなど、産直以外にもさまざまな施設を併設しており、24時間利用可能なトイレと休憩施設が一体となった道路・観光情報館は機能も充実しています。ショッピングも芸術も楽しめる複合施設!

☎ 上北郡七戸町字 荒熊内67-94
☎ 0176-62-5777
🕒 9:00~18:00
📍 3/31 ☎あり
Instagram michinoeki_7nohe

ソフトクリーム (そば) 250円
「そばの町」としても有名な七戸町ならではの、そばの風味が香るソフトクリームはさっぱりとした味わい!

馬肉ラーメン 900円
最高級の県産馬肉と地場産野菜をたっぷり使用したラーメンはピリっと辛味の利いた味噌ベースで、リピーターも多い名物メニュー!!

道の駅しちのへ内「レストラン 絵馬」にて提供
☎ 平日 11:00~15:00 (L.O.14:30)
土日祝 11:00~16:00 (L.O.15:30)

おすすめグルメ!
シャモロック カレー 700円
濃厚な出汁ときめ細かきで引き締まった、地鶏らしき噛み応えのある肉質が特徴の「青森シャモロック」と、自慢の六戸産ニンニクを使用。青森県産のブランド鶏の美味しさを気軽に味わえる一品です。

道の駅しちのへ内「六味庵」にて提供
🕒 11:00~15:00 (L.O.14:30)

行者菜アイス 280円
六戸町でしか生産されていない行者ニンニクとニラを掛け合わせた野菜「行者菜」のアイスクリームは注目!!

手作りアイスクリーム 各種230円~
地元産の野菜を加工したオリジナルの手作りアイスクリームは現在6種類のフレーバー。

道の駅ろくのへメイプルふれあいセンター
日本一を誇る「大玉にんにく」と青森シャモロックの絶品カレー!

八戸市、三沢市、十和田市のちょうど中間辺りに位置する同駅は、六戸町特産の野菜をはじめ、六戸町が発祥である「青森シャモロック」、そして大玉日本一を誇る「大玉にんにく」が有名。元々は、加工品の研究室だったという同駅は、現在も大きな加工室を施設内に完備しており、特産のニンニクや行者菜を使ったさまざまな加工品を開発、販売しています。特にオススメの手作りアイスクリームは、添加物を加えていないため、安心・安全で、地場産の野菜を使用し、他にはない味を楽しめると人気♪

☎ 上北郡六戸町犬落瀬字後田87
☎ 0176-55-4134
🕒 9:00~18:00 (冬季11月~2月は17:00閉店)
📍 年末年始 ☎あり

陽だまりと木のぬくもりを感じるアメリカンハウス

八戸売市会場

サークルトップの窓から明るい日差しが注がれるリビング。室内は落ち着いた雰囲気を感じられるカントリースタイルで仕上げました。大容量のシューズクローゼットや広々としたバス・ユーティリティなど見所もいっぱいです。



至石壁方面
至ラッキー埠頭
至八戸駅
至下辺方面
至八戸市4丁目

見学会場

OPEN ~期間
ご予約
2棟見学

4/24 Sat open/10:00

見学予約は

※当日のご予約はお電話

※会場では新型コロナウイルス感染予防対策として、ご見学の際はマスク、白手の着用にご協力ください。

Heritage Home

八戸支店 〒039-1166 phone:0178-7
●ホームページをチェック!
Heritage Home

プラス 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

■春満喫の春のランチ特集、素敵だなと思いました。新年度早くも疲れが出てきてますので、美味しいランチ食べてパワーチャージしたいです。(ゆこたん・40代)
☆春の陽気を感じながら美味しいものを食べ、元気満タンで頑張りたいです!

■四川家庭料理 楊さんの移転&リニューアルオープン待っていました!! いつもランチで利用させてもらってましたが、今度はお酒を飲みに行こうと思います(^o^)/今からとても楽しみです! (ちー・30代)
☆街ナカに移転して、より行きやすくなりましたよ! シビ辛料理をご堪能あれ!

■天使のえくぼさんの豆乳食パンが一番好きなパンでオススメです。毎朝パン食なので、飽きずに身体にもよくなる美味しいだけ!

すよ。(マミー・20代)
☆豆乳食パンはまだ食べた事なかったので、買いに行かなくては〜ε=(。ω。)

EVENT INFO 近隣のイベント情報

新型コロナウイルス感染症関連により変更・中止となる場合がございます。ご確認ください。

4/24(土)・25(日) 第18回桜流錦馬
桜が満開を迎える中央公園緑地で女性限定の「桜流錦馬(やぶさめ)」が開催されます。全国から集まった女性騎手による男様な姿は圧巻! [時間] 10:00~14:00 [場所] 十和田市中央公園緑地 [料金] 入場無料 ※乗馬体験/500円 [問合せ] 十和田流錦馬観光連盟 0176-26-2945

4/25(日) ハンドメイド作家さん合同販売会&ワークショップ
体験会&販売会を開催! 皮革製品、天然石、羊毛フェルトなど。お気軽に来店してくださいね! [時間] 10:00~17:00 [場所・問合せ] スタジオ・マルシェ 0178-38-0233 (担当: 対馬)

4/28(水) ミミちゃんルーム
「親子で楽しく! ちのぼり製作」 [時間] 10:00~ [対象] 1歳児~2歳児

【参加費】無料 [申込締切] 4/26(月) [場所・問合せ] ニチキッズ八戸ゆりの木保育園 0178-73-7180 (担当: 小林) ※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、人数制限を設けております。

STAFF VOICE スタッフのぼやき

今寒ぢやいけないうわかってるう〜(白目) はっ! 見たことない文字がいっぱい(にんにく娘)

配布地域
■八戸市・階上町萱前地区(ポストイング)
■おいらせ町・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・カブセンター・ラピア・八食センター・TSUTAYA八戸ニュータウン店等

次回 vol.149 特集 「コロナ禍で移転し 頑張る飲食店」 5/7 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

プラスのポストイング等、配布に関するお問い合わせは下記までご連絡ください。
(株)ミッド八通 TEL.0178-22-7570

5月 アンナブルーシャスピヌメ

数秘術占い スピヌメ

ライフパス・ナンバーの導き方
あなたの生年月日を構成している数字を、一桁になるまで足していきませう。

例 プリュ子 1980年5月5日 生年月日の場合
★生年月日を西暦に直し、全て一桁の数字に分割して足します。
1+9+8+0+5+5=28
★加算した数字をさらに一桁になるまで足します。
2+8=10
1+0=1
ライフパス・ナンバーは 1 になるまで足す

あなたの生年月日を構成している数字を、一桁になるまで足していきませう。

例 プリュ子 1980年5月5日 生年月日の場合
★生年月日を西暦に直し、全て一桁の数字に分割して足します。
1+9+8+0+5+5=28
★加算した数字をさらに一桁になるまで足します。
2+8=10
1+0=1
ライフパス・ナンバーは 1 になるまで足す

1 ライフパス・ナンバー
今月はあなたの思いが有利に働くときです。物怖じせず新しい世界に飛び込んでみましょう。すでにあなたにはその準備ができています。

2 ライフパス・ナンバー
あなたの周りで困っている人がいたら率先して手を差し伸べてあげましょう。必ずその行動は自分の元へ返ってきます。ただし自分自身を癒すことも忘れないうえ。

3 ライフパス・ナンバー
あなたらしさを表現するのに一番適した月になります。スポットライトが当たる月と言ってもよいでしょう。これまで貯めてきた才能の花を咲かせましょう!

4 ライフパス・ナンバー
ルーティンワークが得意なあなたにとっても少しハードになるかもしれません。常にシンプルを心がけるのが開運の秘訣なので、息詰まったらリラックスを心がけて!

5 ライフパス・ナンバー
遊びと仕事、両方のバランスを考慮しながら好奇心に従って行動する月。まさにワーケーションがピッタリ! 早めに準備を始めましょう!

6 ライフパス・ナンバー
今月のあなたは母なる大地、新緑のように周りにいる人に安らぎを与える存在です。自分自身リラックスできるスペースを確保することも忘れずに!

7 ライフパス・ナンバー
学習意欲が高まりそう! オンラインや読書でどんどん自分磨きをしましょう。ZOOMなどを利用した意見交換ではあなたの知識が光ります。

8 ライフパス・ナンバー
お金を稼いだ分だけたくさん出ていく暗示。あくまで謙虚に、傲慢にならないように! お金とエネルギーの無駄使いをしないようにしましょう。

9 ライフパス・ナンバー
より高い目標に近づくために、さまざまな別れや終わりを覚悟するかもしれません。新しい生活をするためにスッキリ頭を切り替えましょう。

Plus Presents 読者プレゼント

【締切】4月28日(水)必着

【応募方法】ハガキまたはプラス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電話番号 ④氏名 ⑤年齢 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 プリュス編集部【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。ご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実はイメージです。※記入事項は賞品発送の際に必要なため必ずご記入をお願いいたします。

検索 プリュス 八戸

<p>@last(アトラス) A-148 90分(3,000円相当) 無料体験券 5名様</p>	<p>麺家 一兩 B-148 好きなラーメン ペアお食事券 3名様</p>
<p>道の駅しちのへ C-148 馬肉ラーメン お食事券 5名様</p>	<p>道の駅ろくのへ D-148 手作りアイスクリーム 選べる5個セット 引換券 1名様</p>
<p>道の駅おがわら湖 E-148 ソフトクリーム(しじみ) ペアお食事券 3名様</p>	

八戸マイホームセンター 建売住宅 販売見学会

おうち時間を楽しむ 4/24(土)・25(日) 10:00-17:00 八戸市湊町縄張

ひまわり保育園 徒歩5分 青潮小学校 徒歩5分 湊中学校 徒歩11分

2,380万円(税込・諸経費別) 3LDK 駐車場4台可 アイランドキッチン ワークスペース エコキュート エアコン1台 FFストーブ

1F ワークスペース リビング学習やテレワークにも使える! ホール 掃き掃除はすぐできる! 2F 納戸 ファミリークローゼットとしても使える

キッチン キッチンに立つと一連線の家事全体が見渡せる! 動線がラクチン! 階段 暖房効率が! 遮音性がアップ! 一層に終わる!

●所在地/八戸市大字湊町字縄張 32-28 ●交通/市営バス上柳町徒歩8分、JR陸奥湊駅徒歩11分 ●敷地面積/152.08㎡(46坪) ●建物面積/99.95㎡(30.17坪) ●権利/所有権 ●築年月日/令和3年4月 ●地目/宅地 ●用途地域/第二種中層住居専用地域 ●建ぺい率・容積率/60%・200% ●建物構造/木造2階建、3LDK ●駐車場/4台可 ●道路幅員/北側幅員4mの道路に接する ●設備/東北電力、公共上下水道、プロパンガス ●学区/青潮小学校・湊中学校 ●引渡/即 ●取引態様/売主 ●建築確認番号:R02確認建せ八八第0309号 ●道路の一部(幅2m、47.42m)は無償譲渡とする

【新型コロナウイルス感染拡大防止の対応について】会場は感染防止対策を徹底して行っております。ご来場されるお客様へも、マスクの着用と手の殺菌消毒のご協力をお願いしております。

HMC 有限会社 八戸マイホームセンター 〒031-0003 八戸市上2丁目21-39 tel.0178-44-6010 http://www.8myhome.com/ 詳細はコチラから

21st ANNIVERSARY Town Plastic Surgery Clinic

おかげさまで21周年

美容外科・皮膚科 医学博士石原先生のドクターズコラム

わきが、多汗症の治療

日本人をはじめとして東洋人は元来、それほど体臭が強くないので、十人に一人といわれるわきがの方は、そのにおいを気にされる方も多いようです。わきがは、アポクリン汗腺が多くなることによってわきの汗が異質なお臭がする体質で、深刻な悩みとして考えている方も少なくありません。多汗症は、エクリン汗腺が多いのが原因で、わきがのにおいがしない場合もあります。

わきが・多汗症の根本的な治療は手術になります。削除法や剪除法という手術法が一般的です。局所麻酔による日帰り手術で十分行えますが、包帯などを巻くため、数日間、日常生活がやや不自由になります。また、ボトックス注射で一定期間汗を抑える方法もあり、半年ごとに繰り返していくことで効果を持続させることもできます。

わきが・多汗症手術(片脇):158,400円 ボトックス注射(片脇):22,000円 ※治療は自由診療であり、費用は施術によって異なります。※表記は全て税込です。

医療法人 きびたき会 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修了 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・韓国など)第5回東方美容外科学会(韓国ソウル)において座長(チェアマン)を務める。

美容外科 形成外科 皮膚科

八戸 青森 盛岡 仙台 郡山 いわき 表参道 タウン形成外科クリニック

理事長 医学博士 石原 信浩 八戸院長 中尾 多佳子 青森院長 医学博士 加曾利 要介

八戸 ☎0120-107-868 [全国共通] 青森 ☎0120-107-286

【八戸院】☎0178-51-6825 info-h@keisei.ne.jp
【青森院】☎017-777-3166 info-a@keisei.ne.jp

完全予約制 詳しくはHPをご覧ください。 タウン形成外科 検索

●診療時間/AM10:00~PM7:00 (日・祝日はPM6:00まで)
●年中無休/土・日・祝日も診療
●各種ローン・クレジット可 提携駐車場有り

follow me Instagram

爽やかな絶景やアート作品に感動

お出かけは「近く」が旬！地域の魅力を再発見

東北デスティネーションキャンペーン推進協議会

4月から、大型観光キャンペーン「東北デスティネーションキャンペーン(東北DC)」が始まりました！ コロナ禍の今、なかなか遠出ができないからこそ、まずは私たちが身近なエリアの魅力に触れることから始めませんか。きっと「近場もいいな」と思える場所が見つかるはずです。

自然絶景

海岸線と星空をキャンプで味わう贅沢
魚介類をはじめとする地元の食も欠かせない



種差海岸天然芝生地でリトリートキャンプ 青森県八戸市

テント設置や食材・食事の準備は一切不要なし。美しいとことりの自然体験、キャンプは、これからがベストシーズンです。種差海岸の大自然と満天の星空を、ふかふかの天然芝生で体感。八戸の海産物やブランド牛の豪華BBQにキャンプファイヤーなど、非日常を楽しみましょう。
問/ACプロモート ☎0178(38)8420

八食センター

青森県八戸市

イカの水揚げ日本一を誇る八戸港の新鮮な魚介類をはじめ、地元の名物が所狭しと並ぶ「八食センター」。海鮮丼やお寿司、ラーメンなどの飲食街や子ども向けの遊び場などもあり、家族で「食」「遊」を満喫。市場様で購入した食材を、場内で炭火焼きにして食べられる「七厘村」も大人気。
問/八食センター ☎0178(28)9311



9月30日(木)まで、東北6県を舞台に6カ月間にわたって実施する大型観光キャンペーン「東北デスティネーションキャンペーン(東北DC)」が、東日本大震災から10年目の節目に、各県の力を掛け合わせ、大きな力に、東北の魅力が国内外に発信されるべく開催されています。キャッチコピーは「巡るたび、出会う旅。東北」。花、自然、絶景、酒、食、歴史・文化、温泉、復興という多様なテーマで、東北6県をつないでいきます。
コロナ禍の影響で、なかなか遠出ができない日々が続いています。そこで今回は、春から初夏にかけて訪れたい県内の注目スポットを、途中で立ち寄りやすいスポットや、地元名物などを一緒に紹介します。普段はあまり意識していなかった身近なあの場所も、あらためて巡ってみることで、思わぬ気づきがあるかもしれません。また知らない地域の魅力に触れるたび、見慣れた街並みが新鮮な景色へと変わっていくのを感じられそうです。東北DCをきっかけに地域の魅力を再発見し、地元から東北を元気にしませんか？
期間中に開催されるDC特別企画や、PRリユース編集部スタッフがオススメするこの時季の見どころなども、ぜひチェックを！

普段はなかなか気づきませんが、八戸近郊は見どころが多く、恵まれた環境。日本有数の景勝地「種差海岸」の天然芝生地では非日常を体験できるリトリートキャンプが可能です。桜の時期は、ちょっと足を延ばせば十和田市現代美術館の作品と桜並木を一緒に楽しめます。アクティビティーや映像で自然を堪能できる青森エリアへのお出かけもオススメです。



八戸市のフリーマガジン「プラス」編集部 宗前千穂

自然絶景

大迫力の絶景をアクティビティーや映像で！
青森が誇る自然をじっくり体感



浅虫温泉カヤックツアー 青森県青森市

絶景の海をパドルで進む最高のリフレッシュに！ 浅虫温泉港/島の両回コースなど、ガイドが海上を案内してくれます。実施は5月から。シーカヤック体験のほかSUP(サップ)体験も人気です。 問/4-Ride ACTIVITY STATION ☎017(718)8557



青い森ホール360°
3Dデジタル映像シアター

青森県青森市
「青森県観光物産館アスパム」2階の青い森ホールでは、ドローンや最新の撮影機材を駆使して撮影された、青森の魅力たっぷりの映像を見ることが出来ます。臨場感あふれる360度の映像を楽しんで。 問/青森県観光物産館 ☎017(735)5311

歴史文化

十和田市現代美術館 青森県十和田市

草間彌生や奈良美智、ロン・ミュエクなど、世界で活躍するアーティストらの作品を常設展示。作品は展示室のみならず、中庭や屋上など敷地内のあらゆる空間に展示され、ひとつの街を散歩する感覚でアートに親しむことができます。
問/十和田市現代美術館 ☎0176(20)1127

街に溶け込むアート作品を散歩感覚でガイドと一緒に楽しむ奥入瀬入門も必見



チェ・ジョンファ《フラワー・ホース》、奈良美智《夜露死苦ガール2012》、ポール・モリソン《オクリア》 撮影：小山田邦哉



東北DC特別企画
奥入瀬渓流 青森県十和田市

奥入瀬渓流の貴重な自然を、楽しみながら学ぼう！ 東北DC特別企画「奥入瀬の自然・はじめの歩」定時ガイドツアーが開催されます。専門ネイチャーガイドと歩く「コケさんぽ」も含む約25分。初回は4月29日(木・祝)。詳細は東北DC特設サイトをチェック。 問/十和田奥入瀬観光機構 ☎0176(24)3006

ほかにも東北6県の旅情報がいっぱい
キャンペーン期間だけの特別企画も！



巡るたび、
出会う旅。
東北

東北デスティネーションキャンペーン
2021.4.1~9.30

右上のマークが付いた観光コンテンツは、東北デスティネーションキャンペーン向けに特別に企画および実施されるもの。期間限定の企画も多数あるので、ぜひチェックを！ 東北DCホームページでは、ほかにも東北6県の観光情報を多数紹介。お出かけ時の情報収集にぴったりです。東北の食材を使った「TOHOKU SALAD—とうほくサラダ—」の提供店舗の案内も見逃せませんよ。



●東北デスティネーションキャンペーン(東北DC)特設サイト
<https://www.tohokukanko.jp/dc/>

※掲載内容は予告なく変更となることや、時期による変動および臨時休業などで、利用ができない場合があります。利用の前にはあらかじめ各スポットに確認してください



東北DCを一緒に盛り上げよう！

「TOHOKUサポーター」
募集中

サンドウィッチマンがスペシャルサポーターを務める「TOHOKUサポーター」は、東北6県に在住し、東北を訪れた人に向けておもてなしを宣言し実践する「Welcome to TOHOKU」を、東北6県以外に在住し、SNSやブログで東北の魅力を発信したり実際に東北を旅行したりしてその魅力を家族や友人に伝える「TOHOKU Fan」の2通りから選んで、個人および企業・団体で登録できます。登録した人には、認定証などが発行されます。詳細はホームページを確認を。

募集期間 2021年8月31日(火)まで
<https://dc.tohokukanko.jp/dc-welcome/>

地元の
おすすめ情報を発信

「#東北PR局」

東北6県の地域の皆さんが、地元だからこそ分かる旬の情報や、東北の魅力、おすすめの観光地、物産などの写真をインスタグラムを通じて発信する企画。参加方法はハッシュタグ「#東北PR局」を付けて投稿するだけ！ 投稿した写真は東北DCホームページにも掲載されます。



株式会社ジェイウッド

シックな雰囲気の外観とデザイン性あふれる
ストレージルームが特徴です。
八戸店モデルハウスとは異なるデザインのお家を
この機会にぜひご覧ください。



おいらせモデルハウス 見学会開催!

完全
予約制

4/29(木)祝、5/5(水)祝 10:00 ▶ 17:00

建売分譲価格
(土地+建物) **2,990**万円 (税込)

●所在地/青森県上北郡おいらせ町下前田6番6 ●交通/バス停まで 徒歩約5分 ●面積/土地: 285.55㎡ (86.37坪)、建物108.06㎡ (32.62坪) ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●土地権利/所有権 ●地目/宅地 ●用途地域/第一種住居地域 ●都市計画/都市計画区域内、市街化区域 ●接道状況/南側: 幅員約18.0m 接道距離約11.59m ●現況/完成 ●建物完成時期/2021年2月 ●設備/公営水道、公共下水、東北電力 ●建築確認番号/第ERI-200330801号 ●売主/株式会社ジェイウッド

備考/購入申し込み後、3ヶ月以内に当社と土地・建物契約を結ぶものとする。

- 宅地建物取引業: 国土交通大臣免許(1)第9044号
- 建設業: 般-30第25238号
- 広告有効期限2021年9月30日

LIFE INFORMATION

- 百石小学校 約 380m / 徒歩約 5分
- 百石中学校 約2200m / 徒歩約28分



青森県上北郡おいらせ町下前田6番6
ナビ検索 マップコード 84 352 698*34



見学希望の方は
WEBサイト
もしくはお電話にて
お申し込みください。



ご予約は
こちらから

TEL.0178-32-7530

新型コロナウイルス感染拡大防止のため下記の通り衛生対策を実施しております。
●会場内には消毒液を設置しています。●会場内の清掃、消毒を徹底し、定期的な換気を実施しています。●見学は1時間に1組のご案内とさせていただきます。

Hanamizuki Cafe

期間限定メニュー登場!

抹茶クリーム
パンケーキ
1,200円(税込)

●2021/4/24(土)~5/31(月)●

※店内での提供のみとなります。



※写真はイメージです

京都宇治産の抹茶パウダーを贅沢に使い、春らしく抹茶の香り豊かに仕上げました。色鮮やかな抹茶色にふんわりと焼き上げたパンケーキは、ほろ苦くメープルシロップとの相性もぴったり。ほんのり苦味を感じるやさしい甘さの抹茶クリームをたっぷりとのせています!いちごのゼラート、粒あん、栗の甘露煮などトッピングも合わせてお楽しみください!

ゴールデンウィーク期間中の営業については、HPをご確認ください。

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
URL/https://www.j-wood.co.jp



ジェイウッド
モバイルサイト

Hanamizuki Cafe

八戸店/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 (LO. 17:00)
定休日/火・水曜日(祝日は営業)
4月1日より火曜日も定休日となります。
駐車場あり URL/https://8732cafe.jp



Hanamizuki Cafe
モバイルサイト

Instagramでは、
イベント情報や施工事例を更新中!

ジェイウッド
@jwood_official

Hanamizuki Cafe
@hanamizuki_cafe

HANAMIZUKI green
@hanamizuki_green

