

Free Magazine

暮らしに彩りをプラス

— プリュス —

Plus+

VOL. 164

Posting & TakeFree

2021.12.17 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

コミュニティラジオ ビーエフエム
Be FM 76.5 MHz
HACHINOHE

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!

特集 P4・P5 一年の締めくくりは熟練職人の握る寿司で!

お持ち帰り

年越し寿司 2021

元来、年越し料理と言えは「おせち」でしたが、最近では元旦に食べるという方が多くなり、変わって年越しには「年越しそば」が縁起物として全国に広まり、地域によっては「年越しうどん」や「すき焼き」という食文化も見られます。

ここ八戸では、美味しい魚が獲れることから「年越し寿司」が定着していますが、実は北海道発祥の習慣で、今では北海道だけでなく東北地方にも食文化として根付いています。

年内最後のプリウスは、今から予約しても間に合う「年越し寿司」の美味しいお寿司屋さんをご紹介します。コロナ禍で、我慢や行動制限を余儀なくされたこの一年、スーパードライや回転寿司とは一味違う、熟練職人の握る絶品寿司で今年を締めくくりませんか?



撮影協力/裏町しはん



シルバーブリーズ Silver Breeze

八戸～苫小牧 運航ダイヤのご案内

就航便	八戸 → 苫小牧	苫小牧 → 八戸
シルバープリンセス	08:45 → 16:00	21:15 → 翌日04:45
シルバーティアラ	13:00 → 20:15	23:59 → 翌日07:30
シルバーブリーズ	17:30 → 翌日01:30	05:00 → 13:30
シルバーエイト	22:00 → 翌日06:00	09:30 → 18:00

家族の一員であるペットと一緒に過ごせる ペット同伴室、ドッグラン完備

冬の北海道旅行は シルバーフェリーで!!

緑と木のテイストを基調とした心安らく船内



特等室 ゆったりと寛ぎたい空間で優雅なひとときをお楽しみください。※定員2名

1等ペット同伴室 ペットと一緒に過ごせるお部屋をご用意しております。4名定員、2名定員のお部屋がございます。

2等室 座席指定で、座席ごとにロッカー・マットレス・仕切りを設置。気軽に利用できるのが魅力です。

エントランス 船内のご案内はこちらで、ショッピングカウンターではお土産も販売しております。

プロムナード 24時間ご利用いただけるフリースペース。オーシャンビューを楽しむことができます。

全長	150.0m	全幅	23.0m
総トン数	8,901トン	航海速度	20.0ノット
車両搭載能力	トラック70台(12m換算)	乗用車	30台
旅客定員	●特等室/6名(2名×3室) ●1等室/28名(2名×6室、4名4室) ●2等室/56名(1名×56室) ●2等室/232名(座席指定) ●ドライバースループ/78名 その他:展望浴室、ベビールーム、ペットルーム他		

新型コロナウイルス感染症の対策について 弊社ではお客様に安心してご利用いただけます様、新型コロナウイルスの感染予防及び感染拡散防止の対策を実施しております。

○ターミナルと船内の出入口にアルコール消毒液の設置 ○乗船受付時に検温実施 ○ターミナルならびに船内各所の消毒作業実施 ○体温確認・検温にご協力頂けない場合はご乗船をお断りさせていただきます。

お客様のご理解ご協力を何卒宜しくお願い申し上げます。

ご予約お問合わせ ☎0120-539-468 (フェリー予約センター) ゴーサンキュー シルバー

川崎近海汽船株式会社 <https://www.silverferry.jp/>

●苫小牧港フェリーターミナル/050-3821-1490 ●八戸港フェリーターミナル/050-3821-1478

ユニバース 各店で好評販売中!

※一部取り扱いのない店舗がございます。ご了承ください。

読者プレゼント
あります!!
詳しくは
P06へ▶

Barilla

世界中で愛されている
本場イタリアNo.1メーカー
1877年創業「バリラ」

パスタは旨み・アルデンテ・安定性・品質にこだわり、ソースは保存料不使用で「イタリアの家庭で作られるものと同じもの」を目指して作られています。



スパゲッティ No.4 (1.6mm) 500g
地球のために、プラスチックから紙パッケージへ

- ツルツル** パスタの表面がツルツルとしたのどごし
- 弾むような食感** タンパク質の割合が高い為、時間が経過しても弾力をキープ。
- アルデンテな茹で上がり** 品質が安定している為、誰でもモチモチに茹でられる。



ベストジェノベーゼ 190g
化学調味料・保存料・着色料不使用
●イタリア産バジルを使用。
●パルミジャーノ・レッジャーノチーズを使用。
バジルと混ぜる直前に割るのでフレッシュ!

安心とこだわりが紡ぐ
贅沢なひとときを!

バリラ × セグラヴェューダス



どちらも本場メーカーが誇る手間のかかった商品!
贅沢なひとときをお楽しみください。



2006 Grand Vintality Award
「世界最優秀ワイナリー賞」受賞
数々の賞を受賞し世界でも高く評価されているCAVA
「セグラヴェューダス」

CAVAの中でも数少ない15ヶ月以上の長期熟成や手摘みのぶどうを丁寧に搾った果汁のみを使用するなど、こだわりの詰まったスペイン産スパークリングワインです。

デザイン
リニエール



金賞受賞
セグラヴェューダスブルート
レゼルバ 750ml 辛口

「熟成させたカバ」だからこそ
味わえる繊細な泡



セグラヴェューダス
ブルートロゼ
750ml 辛口



セグラヴェューダス
セミセコ
750ml やや甘口

15ヶ月以上熟成させたレゼルバは、カバの総生産量のたったの約10%と希少です。「熟成」にこだわった繊細で滑らかな味わいは、食前から食後までこれ一本でお楽しみいただけます。

※ストップ120歳未満飲酒・飲酒運転。ご応募は20歳以上の方に限らせて頂きます。

〈商品に関するお問合せ先〉 右記公式サイトやSNSで商品詳細など情報発信中! ぜひご覧ください。

バリラ パリラジャパン株式会社 お客様相談室
0570-082-877
9時~17時(土日祝日を除く)

セグラヴェューダス 三菱食品株式会社 お客様相談室
0120-561-789
9時~17時(土日祝日、年末年始を除く)



バリラ公式



セグラヴェューダス公式



バリラ Facebook



セグラヴェューダス Instagram

読者プレゼント
あります!!
詳しくは
P06へ▶

創味 ハコネーゼ 濃厚パスタソース

「その休日をもっと素敵に」をコンセプトに味にこだわり抜いて作ったパスタソースです。
ぜひお家でプロの味をご賞味ください!!

海老の旨みたっぷり
濃厚トマトクリームソース

海老と旨みと北海道産生クリームの濃厚な味わい

生クリーム仕立ての
濃厚ボルチーネソース

薫り広がるボルチーネと北海道産生クリームのまろやかで贅沢な味わい

魚がしんにくの
完熟トマトソース

食欲そそる魚がしんにくの香りと濃厚な完熟トマトの深いコク

3つの特徴

- 味へのこだわり: プロの料理人向けの開発チームから生まれた、まさにプロの味
- ハコネーゼの由来: 「箱がないからハコネーゼ!」名前のとおり外箱を使用しておりません
- レンジで簡単: 袋のまま、電子レンジ(500W)で1分あたためただけ!

商品に関するお問合せ先 8時30分~17時30分/土日祝日・年末年始を除く
株式会社創味食品 ☎075-612-3333

おかげさまで
開院一周年を迎えました

あき矯正歯科医院

Aki Orthodontic Office

気軽に相談 笑顔が続く矯正歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~12:30	●	●	●	●	●	★	▲	/
14:00~18:30	●	●	●	●	●	★	/	/

★ 土曜は 9:30-12:30、14:00-16:30
▲ 日曜は 9:30-13:00

WEB予約はこちら ▶
☎0194-66-9430

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

医療ハイフ (ウルトラセルQプラス)

高密度焦点式超音波 [HIFU] による
たるみ、小顔、二重あご治療

ウルトラセルQプラスは、高密度焦点式超音波(HIFU)によるたるみ、小顔治療を目的とする医療器械です。
短時間で施術が可能で、痛み施術後の腫れも少なく、皮膚の深い層(SMAS筋膜)に到達することで皮膚を内側から引き上げ、たるみを改善するとともに、小顔効果もあり、脂肪減少による二重あごを改善します。

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)において議長(チェアマン)を務める。

【ウルトラセルQプラス(医療ハイフ)】 38,500円(税込)~
※記載の料金は、標準的な料金です。※自由診療(保険適用外)
※医療ハイフの診療は【八戸院】のみ可能です。

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
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

●診療時間/AM10:00~PM7:00 (日・祝日はPM6:00まで)
●年末年始は1月1日~3日のみ休診
●各種ローン・クレジット可 提携駐車場有り

公式サイト
完全予約制



だし巻き卵 300円

1本作りに
15分程度
お時間をいただきますので、ご予約をおすすめします。

卵と出汁のみのシンプルな材料で作る自慢の「だし巻き卵」は、黄身が濃厚な卵を使用することで、たっぷり出汁を抱え込んでも、色良くツヤツヤな仕上がりに。箸を入れた途端、昆布とカツオの合わせ出汁がジュワーッとあふれ出てしまうので、カット売りしないのもこだわりなんだとか。

オススメ
No.1

ごんまりとした店内に並ぶ惣菜の数々は、忙しいお母さんの味方♡唐揚げやトンカツなどの揚げ物は、電話注文でできたてが受け取れますよ!



常時30種類ほど並ぶ惣菜は、
各50円~400円! 種類豊富!

※メニューは日替わりです。
商品によってはすぐに売り切れてしまうものもあるので、確実に手に入れたい方は電話予約をおすすめします。

元・職場の同僚同士で営む 減塩と手作りにこだわったお惣菜屋さん

テイクアウト専門店 Chick -チック-

読者プレゼント
あります!!
詳しくは
P06へ▶



阿吽の呼吸でお惣菜を作り、店頭で並べるお二人は、元・職場の同僚同士。今後は、お昼のお弁当や仕出しにも取り組んで行くそうです。

左 下道遥奈さん 右 田島裕子さん
したみちはるな たしまゆうこ

印は、店頭でちょこんと出された看板と、お惣菜ののぼりだけ。裏通りゆえ、注意して見なければ通り過ぎてしまうような、惣菜・弁当のテイクアウト専門店「Chick(チック)」が先月、八戸市青葉にオープンしました。イチオシの「だし巻き卵」は、箸を入れると中からジュワーッとあふれ出てくる出汁がたまらない逸品で、オープンから1カ月足らずながら、すでにピーターが付くほどの人気商品となっています。

「昔からの夢だったお惣菜屋さんを、念願叶ってオープンしました。日々家事に追われる皆さんの負担を、少しでも減らす手助けになればという想いで、安心安全と美味しさを追求した料理を心がけています。家族みんなで楽しめる、バラエティ豊富なお惣菜を用意しておりますので、お気軽にご来店ください!」と話

すのは、店長の田島裕子(たしまゆうこ)さん。

元々料理が好きで、これまで企業の商品開発や保育施設の調理師など、長年「食」に携わる仕事に就いてきたという田島さん。その経験と栄養士の資格を活かした料理は、どれも減塩を基本とし、健康的な薄味にこだわりつつも、しっかりと出汁を効かせることで風味豊かな美味しさに。常時30種類ほど並ぶ豊富なお惣菜は、メイン料理から副菜まで揃い、家庭的で栄養バランスも考えられていることから、会社帰りにフラリと立ち寄る男性客も多いそう。

年末年始で何かと忙しいお母さんも、毎日の献立に頭を悩ませている方も、おふくろの味が恋しい単身者の方も、みんながほっこりしてしまうお惣菜屋さん、ぜひ立ち寄ってみませんか?

テイクアウト専門店 Chick -チック-

〒039-118-19 ☎0178-38-9545
16:00~20:00(L.O.19:30)
日曜日、祝日 〆なし
Instagram chick18_19



※表示価格はすべて税込です。

花屋が作った! 現代風のオシャレなしめ縄飾り好評発売中!!

販売期間 12/31(金)まで 売り切れ次第終了

しめ縄飾り 2,200円~

ドライフラワーの飾りは取り外し可能(ミニ以外)のため、お正月が過ぎても自由にアレンジ可能!

ミニしめ縄飾り 1,100円~

Lamp.12 flower & plants
八戸市大久保字鹿待場11-4 ☎090-6688-2917
10:00~18:00 (木曜日 12:00~18:00) 配達等不在此の場合あり
月曜日 ※イベント出店等で臨時休業の場合あり Instagram lamp.12_flowers

3ヶ月 ハロートレーニング ~公共職業訓練~
受講生募集!

一緒に学んでみませんか? "急がば学べ!"

住宅建築施工科 再就職をめざし、目標の幅を広げたい方などが、木造住宅を建てる際に必要な関連知識や技能を学んでいます。

応募期間	令和4年1月4日(火)~2月8日(火)
受講申込	居住地を管轄するハローワーク窓口
進考日時	令和4年2月15日(火) 8時50分開始
訓練受講期間	令和4年3月7日~9月6日【6ヶ月間】
受講料	無料(テキスト代等別途必要)
訓練受講場所	八戸実習場(八戸市東家2丁目7-40 八戸地域職業訓練センター内)
お問合せ	八戸実習場(0178-73-5535) 又は ハローワーク

見学説明会を開催いたします。受講風景も見学できますので、参加ご希望の方は「八戸実習場」へお問合せ・お申込みください。

独立行政法人高専・障害・求職者雇用支援機構青森支部 青森職業能力開発促進センター
ポリテクセンター青森 八戸実習場

温泉 YouTuber 田中なつき 今号のイチオシ動画

【温泉】一人で家族風呂が1番の贅沢だと気が付きました。

チャンネル登録をお願いしま〜す!

温泉の詳しい情報は公式YouTubeの動画を見てね!

公式 YouTube 公式 Twitter

田中なつきのLINE公式アカウント 田中なつき

平川市 つがる温泉

■ツルツル感あり、湯上がりはなかなか汗がひかない源泉掛け流し温泉!
■手すりのついたバリアフリーの浴室もあり、浴室が広いので家族みんな安心して入浴できる!

今号掲載の動画はコチラ

なつちゃん's POINT

田中なつきに関するお問合せ Mail : info@dspro.jp

配送スタッフ募集! 病院や薬局等にお薬をお届けするお仕事です

配送スタッフ(パート)

【内容】病院や診療所、調剤薬局、ドラッグストアなどの医療機関様へ医療品を納品する業務。

給与▶時給850円

資格/学生不可、要普通運転免許(AT限定可)
時間/8:00~12:30または7:30~12:00(実働4.5h) ※月~金(週5日、隔週土曜出勤あり)
休日/日曜・祝日(GW・年末年始) 待遇/交通費別途支給、労災・雇用保険加入、有給休暇
応募/電話連絡の上、履歴書(写真貼付)を郵送下さい。面接時に免許証をご持参下さい。
【会社概要(2021年3月末時点)】売上高/2兆21億2100万円 決算期/3月31日
URL▶http://www.medicco.co.jp/ Webでも24h応募受付中!

株式会社メディセオ 八戸支店 〒039-1165 八戸市石堂1丁目20-23
☎0178-28-1461 (担当/採用係)

特集 一年の締めくくりは熟練職人の握る寿司で!

天然魚×赤シャリ 高級感をまとった 深みのある寿司

今春、オープンから35年続く名店「大磯(おおいそ)」が「鮨瑞穂(みずほ)」として移転リニューアル。二代目・磯洋介さんの握る寿司は、八戸ではほぼ見かけることのない、赤酢を使ったシャリが特徴。一度栽培が途絶え「幻の米」とされる、県産の寿司専用米「ムツニシキ」を特注の羽釜で炊き上げ、赤酢を混ぜ合わせできた赤シャリは、コクや深みがあり、それだけでインパクトがありますが、そのシャリに負けないネタとして、天然本マグロをはじめとした「天然物」にこだわり、仕入れています。ネタが乾かない、昔ながらの氷式冷蔵庫を使用しているのも美味しさの秘訣。親子二代で握るこだわりの寿司は、若い世代からも愛され、ファンを増やし続けています。

要予約

ご予約はお電話から!

予約締切 12/25(土)

受取日時 12/31(金) 時間は応相談

※現金のみのお支払いとなります。
※テイクアウト寿司承ります。お問合せください。

【店内飲食】全15席 ※年内は12/29(水)まで。
8,000円 / 12,000円 2コースを用意

〒八戸市岩泉町5-1
☎0178-51-6244
🕒17:00~23:00(L.O.22:30)
📅日曜日
🚗なし(近隣に有料駐車場あり)
📱Instagram sushi_mizuho

P! (30代主婦)



八戸ではほぼ見かけない赤シャリと天然魚が高級感を演出!



年越し寿司 1人前 5,000円

年越し寿司 1人前 3,500円

要予約

ご予約はお電話から!

予約締切 12/28(火)

受取日時 12/31(金) 12:00~17:00

〒八戸市六日町23-1 M亀井ビル1階
☎0178-38-3373
🕒11:30~13:30(L.O.) / 17:30~22:00(L.O.)
📅日曜日 🚗なし(近隣に有料駐車場あり)
📱Instagram uramachishihan_8nohe

「いとをかし」は現在休業中です



新鮮なネタで勝負するお店が多い八戸で丁寧な仕事で施された寿司は貴重!



P! (20代主婦)

裏町しはん 八戸穂姫牛の握り入りで贅沢に!

鮮度だけではない美味しさを再発見

和食とワイン、本格日本料理を楽しめるお店「裏町しはん」で、最近人気となっているのが、江戸前の丁寧な仕事が施された寿司。港町ゆえ、新鮮なネタで勝負するお店の多い八戸にありながら、湯霜や焼霜、昆布締め、熟成などあらゆる技法を使い、ひと手間加えたネタは、魚の美味しさを再発見させてくれます。水の温度にこだわって炊き上げるシャリは、京都の赤酢と岐阜の黒酢をブレンドし、最低30日間寝かせ熟成させた酢を使って仕上げ、砂糖不使用で酸味の際立つシャリに。その酸味が、ネタの甘みと旨みを上手に引き出しています。年越し寿司ならではの贅沢として、魚だけでなく、地元ブランド牛「八戸穂姫牛(まりひめうし)」の握りが入るのも見逃せません!

お寿司屋さん「年越し寿司」を皆さんが紹介しまくって盛りだくさんな盛り合わせを食べてませんか? 職人さんは、食べた後違いますよ! すべて税込です。

Plus+の住宅展示場 第2弾! 年内最終公開

地元ビルダー 3社合同 Plus+ミニハウジングタウン

OPEN HOUSE

八戸駅西 12/18(土)・19(日) 10:00~16:00

※平日に見学ご希望の方は、予約制にて承ります。各社ホームページから、またはお電話等でお申込みください。

八戸駅西エリア 売土地あります。土地探しのご相談も承ります。お気軽にご来場、ご相談ください。

【新型コロナウイルス感染拡大に伴う対応】会場には感染予防対策のアルコール消毒等をご用意しておりますが、「発熱・咳」などの症状のある方は、感染拡大・予防のためにも、ご来場を控えていただきますようお願いいたします。何卒ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。



寒くなった今だからこそ 高気密・高断熱・省エネの最新モデルハウスでその暖かさを体感してみてください!

NOと言いません。YES! 新イェス住宅

八戸市石堂2丁目29-6 フラッシュマンション 1F
TEL.0178-38-3851

6LDK 2階建て+大空間吹抜け 駐車場2台

土地面積 215.00㎡(65坪) / 建物面積 159.09㎡(48.12坪)

見どころポイント

- お子様の成長を意図した玄関・家事室・お風呂につながる動線
- 3世代同居に備えた部屋割りと収納スペース
- 冬でも春の暖かさ。1階フロア全面蓄熱式床暖房
- 板倉ならではの木の外壁
- 吹抜けから光がたくさんはいる広々LDK



Takayama Home タカヤマホーム株式会社

八戸市新井田字八幡川原1-1 TEL.0178-25-0655

4LDK 駐車場3台 耐震耐久性 たっぷり収納

土地面積 197.3㎡(59.8坪) / 建物面積 121.1㎡(36.6坪)

見どころポイント

- 「FPの家」HEAT20 G1グレード×長期優良住宅仕様×省令準耐火構造
- キッチン・ユーティリティ・ファミリークローゼットの奥様専用家事動線
- 毎日使う洗面・手洗い・ダイニングには手作りカウンター
- 無垢板やモザイクタイルなどの自然素材をオシャレに演出
- 就寝前のくつろぎタイムは間接照明のホテルライクな寝室で
- 各部屋にたっぷり収納と将来を見据えた子供部屋づくり



Heritage Home ヘリテージホーム

八戸市根城7丁目1-5 TEL.0178-73-5155

1F 1LDK/2F 3LDK 駐車場3台 たっぷり収納

土地面積 198.35㎡(60坪) / 建物面積 136.87㎡(41.31坪)

見どころポイント

- 玄関共有の完全分離型二世帯住宅
- 10年ごとにメンテナンスのいらない外装材仕様、長期にわたり経済的
- 低炭素認定基準住宅、光熱費も長期にわたり経済的
- 自然素材をふんだんに使った内装は人にも優しく健康的
- ハンドメイドだから出来る自分だけの空間



主催:フリーマガジンPlus+ | ミニハウジングタウンに関する問合せ | 株式会社 リズム・エージェンシー プリュス編集部 TEL.0178-44-7655

年越し寿司
極み握り 1人前
4,860円

※写真は3人前です。
※別途折代がかかります。

創業以来
変わらないという
少し甘めのシャリが
子供に大人気!



P!mo
30代目 藤原さん



日本料理と鮨の店
ぼてじゅう

八戸前沖で獲れた天然ものにこだわり
熟練の板前が握る!

創業から50余年。八戸を代表する寿司の名店「ぼてじゅう」では、鮮度を保つための徹底した温度管理と品質保持にこだわったネタと、調味料等の小手先でごまかすことのない、素材の持ち味を存分に活かした寿司が自慢。創業以来変わらない少し甘めのシャリが、ネタの美味しさを引き立たせてます。港町・八戸ならではの、前沖で獲れた天然ものにこだわったネタはもちろん、トロやウニ、数の子など高級素材を厳選した年末ならではの寿司。熟練の板前が多数在籍しているので、大口の注文でも対応してもらえる安心感も、人気店たる理由のひとつです。

〒830-0843 八戸市鷹匠小路4-3 ☎0178-43-1961
ランチ 11:30~14:00(L.O.)
ディナー 平日 17:00~22:45(L.O.21:30)
日・祝 17:00~21:45(L.O.20:30)
年中無休(12/29~1/1を除く)
〒7台(18:00以降は3台) Facebook ぼてじゅう 八戸



要予約
ご予約はお電話から!

予約締切 12/29(水) 受取日時 12/31(金) 8:00~16:00

※大みそか以外にも、クリスマス用、パーティー用寿司承ります。お問合せください。
※12/31は持ち帰り寿司のみ対応いたします。

旬の地魚をより美味しく
独自ブレンドの
シャリにファン多し!

全国各地の銘酒・ワインとお寿司のマリアージュが楽しめる名店として、昨年20周年を迎えた「鮓 ほそ畑」。17歳で寿司職人の道に飛び込んだ店主のこだわりは「寿司屋として、当たり前を当たり前」。握る寿司からは、その丁寧な仕事ぶりが伝わってきます。寿司屋の要であるマグロは、産地にこだわらず、その時々美味しいものを。その他のネタは、八戸港で水揚げされた旬の地魚にこだわり、仕入れしています。お米屋さんの特注している店独自のブレンド米を、ムラの出ないガス火で炊いたシャリも美味しさのポイント。これまで数十年かけて培った経験に裏打ちされた寿司が、年末の食卓を華やかに彩ります。

年越し寿司 1人前
特上:3,300円/上:2,500円
刺身盛り合わせ 1人前 2,200円

受取日時 12/31(金) 12:00~18:00

要予約 ご予約はお電話から!

※限定数に達し次第、予約は締め切ります。
※大みそか以外にも、クリスマス用、パーティー用寿司承ります。お問合せください。
※仕入れ状況により、内容は写真と異なる場合がございます。※お持ち帰りは1人前よりOK。

〒830-0821 八戸市期日町20-1
☎0178-73-5575
17:30~23:00
日曜日・祝日に
あたる月曜日
なし(近隣に有料駐車場あり)



おうちで
寿司とワインの
マリアージュは
いかがですか?



P!mo
50代 鈴木さん

八戸市内の4軒の「年越し寿司」のP!moの皆さま。一年の終わりにこそ、ちょっぴり楽しんでみてはいかがでしょうか。握った寿司の満足感が...

※表示価格は...

家族理想
3LDK+和室
35坪のお家



※内観はイメージです。

見どころ POINT

- 玄関には必須アイテムのシューズクロック
- 小上がりの和室は6帖と収納がある広々空間
- キッチン・洗面所・家事室とりそうなお動線
- 吹抜のある、18帖のLDK+6畳の和室
- 2階ホールは、家族で使えるフリースペース

どこにいても家族を感じられるくつろぐ家

OPEN HOUSE

12/18(土)・19(日) 八戸市多賀台1丁目1-41
10:00~17:00



遊びにきてねー! エムズハウス公式キャラクターチャペ

WEB限定
一家族様
1枚限り

前日までのご予約 WEB予約はこちらから▶

来場予約特典 クオカード 2,000分プレゼント!

ご予約を頂いた際に、予約時間が複数重なった場合には、時間調整をご相談させていただく場合がございます。予めご了承ください。



「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
エムズハウス株式会社
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

【新型コロナウイルス感染予防に伴う対応】ご来場時の手指消毒・検温にご協力ください。「発熱・咳」などの症状のある方は、感染予防のためにも、ご来場を控えていただきますようお願いいたします。何卒ご理解とご協力のほど、よろしくお願いたします。感染拡大のため、イベントを中止する場合がございます。中止の場合は、ホームページにてお知らせいたします。ご了承ください。

お客様の夢・理想を叶えるお手伝いを一緒にしませんか?
お仕事の内容 建築設計、お客様との打合せ、コーディネイトなど作成
雇用形態 正社員
給与 経験、能力など考慮し、決定いたします
詳しくは、info@ms-house.com 又は、0120-626-663へお問い合わせください。

プラス INFO

編集部
に
届いた
お便りや、
近頃の
イベント
情報を
お届け
します!

VOICE 読者メール

■クリスマス特集をワクワクしながら読みました! ripplesさんのレッドシリーズはクリスマスにピッタリで素敵ですね!! (匿名希望・30代)
☆「冬季限定」と書かれていると欲しくなってしまうのは私だけでしょうか?(笑)ステキなクリスマスをお過ごしくださいね(♡)☆

■Ramen Street様さんの油そばが大好きです! 新作にも期待しています!(にぼ神・30代)
☆2周年感謝祭でもワンコインで提供された、レギュラーメニューに昇格した「鴨鶏豚と6種の魚介ラーメン」は食べられましたか? 油そばもベロリと食べられる美味しさですよ。

■最近ナンプレに真剣に取り組んでいます! 全くできなかったのですが、毎週切り抜きし

て謎解きをし、次号で答え合わせというのを繰り返しているうちに得意になりました!(まいべる・30代)
☆今号は冬休みスペシャル・ナンプレ特大号!! 年末年始にじっくりと謎解きを楽しんでみてくださいね(♡)/

EVENT INFO 近頃のイベント情報

12/21(火) ミミちゃんルーム「クリスマス製作」親子で一緒に素敵な作品を完成させよう!
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、人数制限を設けております。[時間] 10:00~[料金] 無料 [対象] 0歳の未就園児 [申込締切] 12/18(土) [場所・問合せ] ニチエキッズ 八戸ゆりの木保育園 0178-73-7180(担当:藤村)

12/31(土)~2022/1/1(日) 蕪嶋神社 干支花火昇祈願祭 歌謡ショーや打ち上げ花火など。[時間] 23:30~0:30 [場所] 蕪嶋神社前 [料金] 入場無料 [問合せ] 蕪嶋神社奉賛会 0178-32-2730

開催中~2022/1/10(月・祝) ミサワパルティ 三沢市の中心繁華街にある「なかよし公園」の16mの巨大ツリーが、あなたを幻想的な

世界へと誘います! [時間] 16:00~24:00 [場所] 中央町なかよし公園 [料金] 入場無料 [問合せ] 三沢市商工会 0176-53-2175

STAFF VOICE スタッフのぼやき

来春にはお出かけ特集ができる事を願って…。今年もご愛読ありがとうございました。(TOMO)

配布地域
■八戸市・階上町蒼前地区(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
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等

次回 vol.165 特集 「おにぎり」 1/7 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

1月 アンナブルーシャスピヌメ
数秘術占い

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を、一桁になるまで足していきます。

例 プリュス 1980年5月5日生まれの場合
★生年月日を西暦に直し、全て一桁の数に分割して足します。
1+9+8+0+5+5+5=28
★加算した数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

読者の詳細はコチラをCHECK
YouTube
vo202201
※スピリットメモロロジーの略

- 1 ライフパスナンバー 1
今年はお周りの人に奉仕する気持ちからスタートになりませぬ。ボランティア活動など積極的に参加してみましょ。あなた自身も助けられるでしょう。
今月の一言+ 失望はしないであらう
- 2 ライフパスナンバー 2
将来の成功のために種まきをする月です。出会いを求めたり、新しいビジネスだったり今すぐ計画を立て始めてね。小さな行動が2022年大きく飛躍しますよ!
今月の一言+ すでに決断はついている
- 3 ライフパスナンバー 3
今月は芸術的インスピレーションが湧き上がってくるでしょう。たくさんアイデアを思いつく人もいますでしょう。休日には思い切ってシェフに徹してみると吉。
今月の一言+ 感謝の気持ちを伝えよう
- 4 ライフパスナンバー 4
新年から笑いの絶えない時間を過ごすように、できるだけ子供のように思いっきり楽しんでね。ストレスを解放することに今月は注意を払って!
今月の一言+ 決めるのをもう少し待て
- 5 ライフパスナンバー 5
去年から先延ばしにしてしまったことなどに取り掛かっていきましょう。新しい年に入って少し自分の作業に集中する時でもあります。
今月の一言+ ミスをするのを避けよう
- 6 ライフパスナンバー 6
去年とは違って、いくつかの大きな変化が訪れる予感。新年早々好奇心でワクワクするかもしれませんが、今は焦らず計画を立ててね。
今月の一言+ 自信を持って
- 7 ライフパスナンバー 7
今月は家族や自分自身に健康の問題が出やすい月です。十分な睡眠、小食、少しの運動を心がけてください。なかなか会えなかった家族にも再会するとよいでしょう。
今月の一言+ 顔をやわらかくせよ
- 8 ライフパスナンバー 8
今月は新年早々孤独な時期を迎えそう。しかし、せつかなので、自分自身を癒す為に時間を使うようにしましょう。体調を整えるのも今のうちですよ。
今月の一言+ もっと奇抜な方法でやってみよ
- 9 ライフパスナンバー 9
今月は自分自身以外の事で相当エネルギーを使うことになるでしょう。しかし個人的利益を求めてはいけません。2022年は大きく飛躍するための試練の年です。
今月の一言+ 待ってはいけません

Plus Presents 読者プレゼント [必着] 12月22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はイメージです。※記入事項は賞品発送の際に必要となりますので、必ずご記入をお願いします。

Plus 八戸 検索

<p>ぼてじゅう A-164 1,000円分のお食事券 3名様</p>	<p>ほそ畑 B-164 5,000円分のお食事券 1名様</p>	<p>瑞穂 C-164 1,000円分のお食事券 3名様</p>	<p>裏町しはん D-164 5,000円分のお食事券 1名様</p>	<p>三菱食品×創味食品 E-164 セグラヴェーダス、パリラハコネーゼ 6点セット 10名様</p>	<p>チック F-164 500円分のお買物券 3名様</p>
--	--	---	--	--	--

※店内飲食、テイクアウト使用OK。 ※店内飲食のみ使用可。

相続手続き・生前贈与・遺言など
私たちに任せください!!

1人で悩まず お気軽に ご相談ください

相続 遺言 登記

気になってたこと、相談してみよう!

空家問題 過払金請求 債務整理

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分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。

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

八戸中心街 事務所 NHKすぐそば
こちらです ★2F
駐車場あり

冬休みスペシャル

まもなく冬休み。年末年始を利用して、普段やった事がない方もチャレンジしてみませんか？その楽しさに、ハマる方続出中！（笑）

Plus+ 脳の活性化で気分もスッキリ★ 頭の体操 ナンプレ

右記QRから他のナンプレにも無料で挑戦できます。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、3×3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。

3×3
ブロック

縦列

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

同じ数字が重複
気をつけよう！



今号の問題 A

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

今号の問題 B

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

今号の問題 C

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

上記の答えは次号のプリウスに掲載します。

答え プリウス163号 掲載

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

2021年度最後の

八戸保健医療専門学校

OPEN CAMPUS

日時 | R4. 1月23日(日)

歯科衛生士学科

10:00～12:00
(受付は9:30開始です)

■型取り体験

材料を練って模型で
歯型取り



■歯石除去体験

超音波スケーラーを
用いて模型の歯石除去



スポーツ乗整学科

13:00～15:00
(受付は12:30開始です)

■包帯固定体験

包帯固定の基礎知識
と適切な巻き方



■テーピング体験

テーピングの基礎知識
と適切な巻き方



中学生・高校生・保護者の方々・社会人の方々
どなたでもお気軽にご参加ください！

※新型コロナウイルス感染状況により、オープンキャンパスの中止や一部体験授業内容等が変更になる場合がございます。ホームページ上で告知しますので、右記の二次元コードからご確認ください。



キャリアアップや転職を目指す社会人の皆様へ 専門実践教育訓練給付制度

専門実践教育訓練給付制度の対象講座として八戸保健医療専門学校
歯科衛生士学科が厚生労働大臣より指定を受けました。



専門実践教育訓練給付制度とは

厚生労働大臣が指定する講座を修了した場合、2年以上の雇用保険支給要件期間がある在職者や離職者のキャリアアップの受講費用をハローワークが支給する制度です。

国からのサポート！
返還義務なし！

一年次 給付額	二年次 給付額	三年次 給付額	卒業後 給付額
40万	35万	35万	45万

※給付金支給には条件があります。給付額等についてはハローワークにお問合せください。
専門実践教育訓練給付金の手続きは住所管轄のハローワークが窓口となっています。入学前(2月末まで)にハローワークで受給できるかご確認ください。

八戸保健医療専門学校

〒031-0011 青森県八戸市田向二丁目11-15(八戸市立市民病院向かい)

TEL.0178-24-5127 FAX.0178-72-3072

Mail:azuma_810@royal.ocn.ne.jp



八戸保健医療専門学校 検索



放射線は怖くないの??



Plus+ 放射線セミナー IN 八戸パークホテル

実は暮らしの中にたくさんある

放射線について正しく学ぼう!



東日本大震災での東京電力福島第一原子力発電所の事故から、今年でちょうど10年が経過。当時の様子から、いまだに「放射線」というものに怖さを感じている方も多いのではないのでしょうか?実は放射線自体は、大地や空気、私たちの体内にいたるまで身近なところに存在しています。私た

ちのさまざまな暮らしの中で活用されている放射線について、今回は、東北大学名誉教授で、東北放射線科学センター理事の石井慶造(いしいけいぞう)先生を講師に招き、プリウス読者モデルの皆さんが放射線について正しい知識を学びました!

教えてくれた人

東北大学名誉教授
東北放射線科学センター理事

石井慶造 先生

いしい けいぞう



放射線ってなあに??



放射線とは **エネルギーの高い原子核、電子、光**のこと。

人の目には見えない小さな「粒」や「光の仲間」で、物を通り抜ける性質や状態を変えたりといった性質を持っています。主なものとしては、アルファ線・ベータ線・ガンマ線・エックス線・中性子線といった種類があり、天然の物質から放出されるものと、人工的につくられるものがあります。

▼アルファ線検出器「アルファちゃん」による放射線測定



放射性物質は、掃除機で吸った塵(ちり)と同様、どこにもあります。

放射線の性質を学ぼう!!

▼一般的なプラスチック製シート



▼放射線を照射したプラスチック製シート



一般的に熱に弱いプラスチック製シートを熱湯に浸して引っ張ると細長く伸びていきますが、あらかじめ放射線を照射しておいたプラスチック製シートを熱湯に浸して引っ張っても伸びない!!

▼放射線を利用した消臭機能のあるタオル



▼消臭機能のないタオル



消臭機能のないタオルに、汗の代わりにフェノールフタレインで赤く着色したアンモニア水をスプレーすると赤く染まったままですが、放射線を利用してつくられた消臭機能付きタオルは、何度吹き付けても着色せず、すぐに白くなります!

暮らしの中で活用されている放射線

工業の現場	農業の現場	医療の現場	研究の現場
原子力発電 溶接検査 タイヤなどの材質改良	熟成などの調整 品種改良 食品の保存	エックス線検査 注射器の滅菌 がんの治療	化学分析・各種測定 潮流・水流の調査 年代の測定

放射線は利用する場面が多々あります。日常生活でも利用されているものには、マスク、ふきん、注射針などがあります。

この性質を活用したもの

分子を結合させる放射線の特性を活かし、強度アップや消臭機能を持たせることに活用。タイヤの強度向上や消臭機能のある靴下、宇宙服にも、放射線技術が応用されています。



放射線を見たい・聞きたいしてみよう!!



放射線を目で見ることのできる「ウィルソンの霧箱」

容器の口の周りにつけられたスポンジにアルコールを塗布して密閉し、アルコール蒸気で満たされた容器をドライアイスで急激に冷やします。その容器の中に天然ウラン鉱石を入れると...



普段は目に見えない放射線の飛跡が出現!!

落雷も目に見える放射線なんだって!



聞く ベータちゃんによる放射線測定

ベータ線検出器「ベータちゃん」を使用して、私たちの生活にある身近な食品などに、どれだけの放射線が含まれているかを調べてみました。



放射線物質が凝縮されるから、灰の方が放射線の数が多くなるんだよ!

精米は「生」よりも「灰」の方が数値は高く、同じく昆布も「乾燥」より「灰」の方が高いです!

放射線の距離による違いはあるの?



離れて測定したり金属板を挟むことで数値がグッと減少。

距離を取ったり、遮へい物を置くことで放射線は防ぐことができる!!

放射線セミナーを受講しての感想

Q 私の趣味は「石集め」なのですが、落ちてきた隕石を拾っても大丈夫ですか??宇宙には非常にエネルギーの高い粒子が降り注いでいると聞き、放射線量も多いのではないかと心配になります。

A 実際に隕石が地球に到達するには何千、何万年もかかります。放射線は時間とともに薄れていくもので、地球に到達した隕石は大部分のものであるため、石の放射線自体は消滅してしまっています!安心して持ち帰ってお家にしましょう!

Q 放射線はとても身近なものであることが分かりましたが、それでも多くの方が、危ない・怖いと思うのはなぜなのでしょう??

A 放射線は大量に浴びると、人間の細胞に影響を与え、それが原因で病気を発症することもあります。ですが、今回の実験でも分かるように、私たちが普段口にする食品にも放射線物質が含まれ、身近にたくさんあります。防ぐ手立てもありますから、大量に浴びなければ決して危険なものではありませんよ!

先生のお話の中で、「チェルノブイリ原発事故の時に、現地の方々がワカメを食べる習慣があったら...」というお話から、ワカメなどに含まれるヨウ素が甲状腺に少く取り込まれることによって、発がん性のある放射性ヨウ素の侵入を防ぐということが分かり、とても興味深かったです!普段の情報だけでは知り得ないようなことを、今回のセミナーで学ぶことができました!

放射線の持つ分子を結合させる特性を利用して、思った以上にさまざまな所にその力が生かされている事に驚きました!エネルギーを利用した原子力発電や、がんの治療に使われていることは知っていましたが、袋に密封したままの注射針の滅菌など細かい部分にもたくさん使われていて、私たちの生活に本当になくてはならないものなんですね!

地球温暖化が懸念される中、風力発電や太陽光発電などの自然エネルギーが注目されていますが、その設置による自然破壊が問題視されているのも事実。原子力発電は「危険」というイメージが強かったですが、放射線とエネルギーは密接な関係で、正しい知識を持ち上手に利用すれば、私たちの生活にかかせないエネルギー源だということ改めて感じました!

Quoカード (3,000円相当) プレゼント!

応募締め切り 2022 1/6 木 まで

東北エネルギー懇談会のホームページにアクセスし、アンケートに答えた方の中から抽選で10名の方にQUOカード3,000円相当をプレゼント!!

エネルギーに関する幅広い情報を掲載中 <https://www.t-enecon.com/> 取材協力:東北エネルギー懇談会 022-267-0021