

Free Magazine

暮らしに彩りをプラス

— プリュス —

Plus+

VOL. 188

Posting & TakeFree

2022.12.16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
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!

プライベート 忘年会 & 新年会

今年は新店 × 少人数で しっかりと Cheers!

コロナ禍で3回目となる忘年会・新年会シーズン。とある調査で、半数以上の企業が「忘年会および新年会を開催しない」と回答し、会社行事の定番だった忘年会は、大人数での会食の自粛や若者の忘年会離れもあり、開催しないところが増えています。一方、感染防止と経済活動の両立として「少人数での会食を行いたい」「親しい人と忘年会をして1年の区切りをつけたい」と言う声もあふれています。そんな方にオススメの、忘年会&新年会を少人数でしっかりと過ごせるお店をご紹介します。今年オープンした注目のお店で、年末年始を楽しんでみませんか?



撮影協力 / Bar Rencontre(バー ランコントル)



VIANOVAお客様感謝企画

Christmas Fair 2022

ガラポン抽選会

令和4年 12/12(月)~12/25(日)

期間中、毎日11:00~18:00まで

※期間中のお買い上げレシート5,000円(税込)毎に1回抽選できます!お一人様レシート合算でも、最大10回(50,000円)迄の抽選とします。

空クジなし!

金賞	JCB商品券 50,000円 ×14名様	銀賞	JCB商品券 30,000円 ×28名様		
3等	JCB商品券 10,000円×56名様	4等	カタログギフト 70名様	5等	JCB商品券 3,000円×98名様
6等	パティスリー ヤスヒロ商品券 1,000円×140名様	7等	ローソン コーヒー2杯券 280名様	未等	バブ入浴剤 3,000名様

VIA NOVA

ファッションビル ヴィアノヴァ
〒031-0042 青森県八戸市大字十三日町1 TEL.0178-43-8300
営業時間 ●ショップ 10:00-19:00 ●レストラン 店舗によって異なります
●ヴィアノヴァパーキング 24時間営業

令和4年度八戸市商業団体等販売促進支援事業補助金活用事業



おかげさまで多くの方々にご利用いただいております



売市 玉泉院



諏訪 玉泉院



下長 玉泉院



白銀 玉泉院



TERASU GYOKUSENIN テラス 玉泉院

玉泉院全ての会館で対応可能

家族葬は玉泉院へお任せください

要予約
事前相談
見積りも承って
おります。



※写真は投影イメージです。

故人様との思い出をゆっくり振り返る事が出来る時間のお手伝いをさせていただきます。

今だから
選ばれるお葬式

業務拡大!スタッフ増員決定!!

葬祭補助スタッフ(葬儀担当者補助業務) 採用人数 **10名**

月給 **200,000円**~

3年~4年の業務経験後、葬儀担当者としてご活躍頂きます

葬儀担当者になった場合

月額20万円~30万円+各種手当有
月収例 **30万円以上可!!**

最近に左右
されないお仕事

こちらも
同時募集中!

セレモニースタッフ2名

正社員
月給 **15万円**~

※パート・アルバイト相談OK!

女性活躍中!

勤務地 諏訪玉泉院(八戸市諏訪3丁目14-15)
内容 葬儀、日程の打ち合わせ、式場設営、接客、会場案内等
資格 高卒以上、普通自動車免許(AT限定可相談)
給与 上記参照 ※研修期間有(待遇等に変更なし)

時間 9:00~18:00(休憩60分) **休日** 週休2日制 ※シフト制
待遇 ■社保完備 ■通勤手当(1日400円) ■車通勤可(無料駐車場有) 宿直手当・成績手当・資格手当・職務手当(規定有) 【資格取得支援制度有 ※会社全額負担】
応募 まずはお気軽にお電話下さい♪面接は希望日時に行います。

葬祭業全般・冠婚葬祭互助事業(経済産業大臣許可(互)第6023号)

玉姫グループ玉泉院 〒031-0803 八戸市諏訪3丁目14-15 **TEL:0178-72-4242** (採用担当者)



真心でご奉仕する ぎよくせんいん **玉泉院** 八戸市諏訪3丁目14-15
TEL:0178-72-4242

24時間総合案内ダイヤル
※3分10.0円の通話料がかかります。

050-5264-6690

葬儀受付・事前見積り・見学会、お問い合わせはこちらへ

**12/24(土)までの
期間限定
販売!!**

お酒臭さが少ないので
食べやすい!
一度に全部食べたくなる
美味しさ~♡

さやが 彩花さん
(30代 主婦)

★100円で
クリスマスラッピングも
可能です。

Merry Christmas

シュトレン 2,160円

毎日少しずつ食べながら、クリスマス当日を楽しみに待つドイツの伝統菓子。

Yummy!

パンетоーネ 700円

クリスマス時期にのみ食べられるイタリアの伝統菓子。白神こだま酵母と国産小麦、有機レーズンなど素材にこだわりつつ、伝統的な味わいに仕上げた一品。

オススメ自家製酵母パン

ワイン用ぶどうの搾りかすから酵母を起こした自家製天然酵母パンは、カンパーニュ、バゲット、ベーコンエビなどハードパンを中心に、5~6種類提供しています。自家製天然酵母のおかげで、ハードパンでも中はしっとりモチモチ♪

ワイン用ぶどうから搾った酵母パン

はちのへワインリー
Bakery Wine Co. 9.9.1977

コロボ
天使のえくぼ

**パン屋のこだわりが詰まった 天使のえくぼ
クリスマス伝統菓子はいかが?**

読者プレゼント
あります!!
詳しくは
P06へ▶

家 族の病気をきっかけに、海外では使用を制限されているショートニングやマーガリン(トランス脂肪酸)といった添加物を一切使わず、北海道産小麦、大豆粉、もち大麦をはじめとした国産の厳選粉や可能な限りの有機食品を使用し、体が元気になる素材にこだわったパンを焼き始め、今や健康志向の方に大人気のパン屋さん「天使のえくぼ」。

同店ではこの時期、毎年心待ちにしているファンも多い、クリスマス菓子「シュトレン」と「パンетоーネ」を限定販売しています。クリスマスを待ちわびながら、毎日少しずつスライスして食べるドイツの伝統菓子「シュトレン」と、イタリアの伝統菓子「パンетоーネ」は、白神こだま酵母と国産小麦を使用。有機レーズンなど素材へのこだわりはもちろん、伝統的なレシピを守りながら、一つひとつ丁寧に手ごねで仕上げられています。一口頬張れば、ラム酒漬けにしたドライフルーツのかくわしい香りが口いっぱいに広がり、お酒が苦手な方でも食べやすい、アルコール臭を抑えた作りになっています。クリスマス用ラッピングもあり、贈り物としてもオススメです!

また、この時期ならではのもうひとつの楽しみ。八戸市南郷にある「はちのへワインリー」のブドウの搾りかすから起こした天然酵母パンも、今年度分が発売されました。

「酒粕でパンが出来るのならば、ワインの製造過程で出るブドウの搾りかすからもパンが出来るかもしれない」という発想から挑戦し、試行錯誤の末、自家製天然酵母が完成。現在は、マスカットベリーAから起こした天然酵母パンが、5~6種類ほど並びます。ハードタイプでありながら、自家製酵母のおかげで中はしっとりモチモチとしたパンは、小麦本来の味わいが楽しめ、ワインやチーズとの相性もバッチリ!酵母が無くなり次第、販売終了との事なので、早めのGETをオススメします。

今年のクリスマスは、同店のこだわりいっぱいの商品で過ごしてみたいはいかが?

天使のえくぼのパンは、ラビア・イオン田向店をはじめ、市内スーパーなどでも販売中です。

天使のえくぼ イートインもOK!

〒817-0033 八戸市大久保西ノ平25-313
TEL 0178-38-5330 FAX 11:30~18:00
日曜日、月曜日、木曜日 あり
Instagram tenshinoekubo.pan

※表示価格はすべて税込です。

初心者向け 初心者向けの分かりやすい内容で人気!

**女性のためのやさしい
マネーセミナー**

人生100年時代と言われる今。かしこくお金と付き合っ安ん心のセカンドライフを迎えられるように楽しく学んでみませんか?

こんな事が学べます!

- ① かしこい運用で10年後に差をつける
- ② 無理のない家計節約術
- ③ 話題の「NISA」「iDeCo」も解説
- ④ 人生3大支出の不安を安心にかえる貯蓄術
- ⑤ 即効性のある保険節約術

**お持ち帰り
紅茶ギフトつき**

**参加費
無料**

コロナ禍の今だからこそ
お金と真剣に向き合
ましょう!

受講者の声

貯蓄や投資といったことに初心者の私でも分かりやすく説明してもらえました。具体的にどうすればいいのかといった個人的な相談も無料の個別相談があり、実際にお話しされた講師の方に相談できるのも便利だと思いました。
Aさん(36歳)

年金が気になっていたので参加しました。自分のできることを分かりやすく説明してくれて良かったです。
Bさん(48歳)

とにかく分かりやすく勉強になりました。一歩踏み出すきっかけになりました。
Cさん(29歳)

【会場】八戸パークホテル 八戸市吹上1丁目15-90 (JR本八戸駅から車で10分)

2023
1/21(土) 13:30~15:30 | 28(土) 13:30~15:30 | 29(日) 10:00~12:00

講師
田端 渉 | 本田 桂子 | 三浦 睦

※開始時間の15分前から受付開始

- 各回先着20名様
- お連れ様1名様まで可 (パートナーの場合、男性も可)

お申込み 二次元コードを読み取り、申込みフォーム入力、またはお電話にてお申込みください。

株式会社RKコンサルティング本社
セミナー担当/月~金曜10:00~18:00
0120-367-377

かんたん
フォーム
申込み

https://form.run/@rkinc-aomori

※二次元コードが読み取れない場合は、左記のフリーダイヤルからお申込みをお願いいたします。

感染症対策実施

新型コロナウイルス感染拡大防止のため ●アルコール消毒液設置
●講師席にアクリル板設置 ●受付・講師の検温とマスク着用
●30分毎の換気 ●座席の間隔の確保を行っています。

今年も新店の少人数でしっぴり

読者プレゼントあります!!
詳しくはP08へ

今年オープンしたばかりの新店の中から、ブリス編集部注目のお店5軒をピックアップ。気の置けない仲間、オススメのお店でゆっくりと過ごしてみませんか?

※表示価格はすべて税込です。

地酒はもちろん
全国各地の限定酒・銘酒を堪能したい!!

桔梗野、六日町に店舗を構える人気居酒屋「KI-MU家」の姉妹店でもある同店は、日本酒を豊富に取り揃えており、青森県の地酒はもとより、全国各地から仕入れた限定酒や希少な銘酒を堪能できる。日本酒好きにはたまらないお店。地元の新鮮魚にこだわった刺身や焼き物をメインに、揚げ物、八戸産牛やさめつ娘牛の肉料理など、パリエーション豊富な料理とともに、心ゆくまで楽しめます。2階には個室も完備し、和室ながらテーブル席となっているためゆったりと寛げるのもオススメポイントです。

2022 6/21
魚と肉と地酒 マルキ商店 OPEN

牛すじ赤ワイン煮込み (バゲット付き) 1,800円

地元八戸市の希少な黒毛和牛を使用。2人で食べるのにちょうどいいボリューム感。赤ワインが進み過ぎて困る一品!

2022 11/1
ソムリエ厳選ワインを味わいながら
気兼ねなく過ごしたい

八戸市鷹匠小路の横丁「たぬき小路」にあった人気ビストロ「origo (オリゴ)」は、「Bar Rencon tre (バーランコントル)」と名称を変え、ソムリエ資格を持つ店主が営むワインバーとして代替わり。



2日前までの要予約 4名様以上 人数は少人数でも対応可能な場合もございますので、お問い合わせください。

忘新年会コース (飲み放題付)
人気No.1のお刺身盛り合わせをはじめ、八戸産牛のステーキや鍋が必ず入る人気のコース!!

お一人様 2時間 6,000円~ (ドリンクは90分L.O.)

ドリンクのみの飲み放題もあり
お一人様 2,200円



小川原湖牛
ランプのレアカツ 1,800円

青森県産銘柄牛「小川原湖牛」の赤身を、サツとレアに揚げた柔らかかつ。ポン酢、ワサビ、2種類の塩で味わえば、お酒が進む一品。

2022 8/27
海鮮押し寿司
蟹いくらこぼし 1,800円

見た目の華やかさから、年末年始はもちろんハレの日のお祝いにもオススメです!



酒と料理 Mock モック OPEN

大人が酒と料理をゆっくりと嗜める
隠れ家的居酒屋!!

市内をはじめ、数店で修行を重ねたマスターが、和食をベースに、和食の概念にとらわれないこと、フレンチやイタリアンのエッセンスを加えたオリジナル料理が人気のお店。カウンターに設けられた生け簀から直接調理されるのは、その日に全国各地から選りすぐった新鮮魚介類。そんな新鮮魚を使った人気メニューの「海鮮押し寿司蟹いくらこぼし」は、カニ、いくらをはじめ数種類の海鮮が入っており、2~3人でシェアして食べられるほどのボリューム感と華やかさが、ちょっと豪華に過ごしたい忘新年会にピッタリ。大人が酒と料理をゆっくりと嗜める、そんな中心街の外れにある隠れ家的居酒屋です。

いわとくパルコ ローソン

八戸市鷹匠小路6 平坂ビル
TEL 0178-38-5383
18:00~翌11:00
月曜日、第1火曜日
Pなし (近隣に有料駐車場あり)
Instagram maruki_shouten

いわとくパルコ ローソン

八戸市島屋部町1-14
TEL 050-8884-3704
17:00~22:30 (L.O.)
水曜日
Pなし (近隣に有料駐車場あり)
Instagram saketoryouri_mock
※席数に限りがあるため、事前にお電話でのお問い合わせをオススメいたします。

参加店全店共通でご利用できます。

PREMIUM TICKET
『年末商戦でプレミアム商品券を使っちゃおう』
プレミアムチケット

令和4年度八戸市商業団体等販売促進支援事業補助金活用事業

ご購入されたお客様は
年内 12/31 土 SAT

までにご利用お願いします。

チケット利用期間 令和4年 2022 10/11 火 TUE ▶ 令和4年 2022 12/31 土 SAT

商品券は、こちらの参加各店でご利用頂けます。

店名	商品販売場所	商品販売住所	TEL	主な販売商品
グランドサンピア八戸	グランドサンピア八戸	八戸市東白山台1-1-1	0178-23-5151	イベントチケット・温泉・レストラン・ゴルフ・売店・ホテル
八戸ワイナリー	ワイン専門店 VIN+	八戸市島屋部町12 ゆりの木ビルF	0178-81-2016	ワイン販売・ワインバー
関トウインクル	ラウンジカフェ by Twinkle	八戸市東白山台1-1-1 グランドサンピア八戸内	0178-32-7310	pacchiグッズ一式 CD・Tシャツ・バッジ等
関フラワーショップ花蔵 本店 関フラワーショップ花蔵 三日町店 関フラワーショップ花蔵 milcah店		八戸市朝日町43-1	0178-44-4187	フラワー全般
関仙台屋	関仙台屋(グランドサンピア八戸内併用)	八戸市新瀬1-17-11	0178-33-0253	フルーツ類
関山千岩村商店	ヤマセン岩村商店 八戸店	八戸市河原木字神才22-2	0178-28-9366	鮮魚全般
関坂下商店	魚や 坂下商店 八戸店	八戸市河原木字神才22-2	0178-28-9362	鮮魚全般
関味の海苔屋	関味の海苔屋	八戸市神台4-1-1	0178-33-7623	海苔せんべい・珍味等
関ル・ボエム	洋菓子のル・ボエム	八戸市下長2-17-22	0178-20-4565	手作りのケーキ・洋菓子
サンエーミート	サンエーミート	八戸市漢高台2-21-16	0178-31-4906	精肉全般

お問合せ 年末商戦推進イベント実行委員会
〒039-1111 青森県八戸市東白山台1-1-1
グランドサンピア八戸内 TEL:0178-23-5151 (10:00~18:00)

23rd ANNIVERSARY
Town Plastic Surgery Clinic
おかげさまで23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

わきが・多汗症の手術にはいくつかの方法がいられていますが、3大汗腺といわれるアポクリン汗腺、エクリン汗腺、皮脂腺を確実に取り除くために、当院ではイナバ式を改良した皮下組織削除法にさらに剪除法を併用して万全の手術を心がけております。これによってニオイだけでなく汗も確実に減らすことができ、脱毛も同時に行えます。また、手術以外でわきが・多汗症を治療したい方にはボトックス注射によって一定期間、症状をおさえる事ができます。

わきが・多汗症手術(片脇): 158,400円(税込) ボトックス注射(片脇): 22,000円(税込)
※記載の料金は、標準的な料金です。術前診察(保険適用外)です。

わきがは汗腺のはたらきによって、独特のにおいがする体質です。ご自分がわきがが多汗症かどうかを判断するには、右記の5項目にあてはまるかチェックしてみるといいと思います。

チェック項目
1. 白いシャツの脇の部分が黄ばむ
2. 耳あかが湿っている
3. 両腕のどちらかがわきが体質である
4. 全身汗っかきである
5. 脇の毛が濃いほうである

1~3に該当→わきが体質の可能性大
4~5に該当→多汗症の可能性大
すべてに該当→わきが多汗症の可能性大

医療法人 きびたき会 理事長
医学博士
石原 信浩 先生
慶天堂大学医学部卒業
慶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 Clinic

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

●診療時間/AM10:00~PM7:00 (日・祝日はPM6:00まで)
●年内は休まず診療します。1/1~1/3のみ休診します。
●各種ローン・クレジット可 提携駐車場有り

タウン形成外科 検索 詳しくはHPをご覧ください。

完全予約制

さくら野百貨店八戸店より徒歩2分

★合鴨の北京ダック風
1,500円



★白いマーボ=豆腐 700円

豆乳をベースとした、見た目は白いのに味はしっかりマーボ=豆腐な変わり種! 県産銘柄鶏「あべどり」使用。

★蟹肉入り
ぶがひれスープ
900円

2022 4/1
OPEN

神楽

八戸市売場で愛された「魚ものがたり四季鮮(旧・かん東)」が、店名も新たに六日町にてリスタート! 八日町の姉妹店「海の台所 稲瀬」は海鮮がメインであるのに対し、こちらでは、地元でも希少な県産食材を使用し、青森の四季を感じる料理をコンセプトに、肉料理中心のメニューを提供しています。最近の推しは、中華料理を学んできた料理人が居酒屋メニューに落とし込んで作る、本格的な「ラーズナブルな中華料理。グランドメニューが無いのも特徴で、その日仕入れた旬の素材を組み合わせて作る一期一会メニューが楽しみのひとつ。個室、半個室もあるため、お子様連れのファミリーでも楽しめます。

何度通っても飽きない!
一期一会メニューが
楽しみのひとつ

八戸市根城より9月に移転リ
ニューアルオープンした同店
は、東京の焼きとり激戦区で
修行してきた店主が作る「炭
火焼きとり」が自慢! すべて1
本1本手差しにこだわり、炭火で
じっくりと焼き上げる焼きとり
は、香ばしくてふっくらジュー
シー。少し甘めながらもアツサリ
とした無添加の自家製タレが、食
欲を掻き立てます。中心街への移
転を機に、人気の刺身など、焼きと
り以外の一品料理メニューも大幅
に充実! リーズナブルだから、あ
れもこれも注文したくなる、焼き
とりだけでは満足できない欲張り
さんにオススメのお店です。

炭火焼きとり ごち

2022 9/10
移転OPEN



左奥から 鶏唐揚げ(5個) 500円 / モツ煮込み 680円 /
ぎんなん串(2本) 300円 / 焼きとり盛り合わせ(5本) タレ、塩 各750円

前日までの要予約

3名様以上

★2時間 5,500円コース

★2時間30分 6,500円コース

飲み放題付き
宴会コースも
ご用意して
おります。



プライベート
忘年会
&
新年会



Bar Rencontre

フランス語で「出会い」を意味する同店では、オスマのグラスワインを各種1杯700円から気軽に味わう事ができます。カウンターのみのおつまみも充実した店内は、アットホームだからおひとり様でも入りやすく、2次会、3次会などにもオスマメニューにサッとワインを飲んで帰るのも乙です。

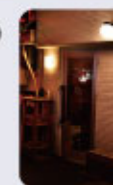
八戸市六日町8
やま正ビル1F
0178-70-5139
17:00~LAST
日曜日・月曜日
Pなし(近隣に有料駐車場あり)
Instagram kagura.hachinohe



八戸市朔日町41-2
0178-79-7929
17:00~22:00
日曜日(祝前日は営業)
Pなし(近隣に有料駐車場あり)
Instagram gochiyakitori



八戸市鷹匠小路4-8(ためき小路)
070-1160-7104
18:00~24:00
日曜日・月曜日
Pなし(近隣に有料駐車場あり)
Instagram rencontre_8nohe



冬の節電チャレンジ
キャンペーン

エントリーでもれなく 国の節電プログラムに基づき

2,000 ポイント
がもらえる!

さらに抽選で、よりそうeポイント5,000ポイント進呈!

冷蔵庫 : 設定温度は適切に

設定温度を「強」から「中」にした場合(周囲温度22℃)

月間で電気約5.14kWhの節電
約130円の節約

エアコン : 冬の暖房時の室温は20℃を目安に

外気温度6℃の時、エアコン(2.2kW)の暖房設定温度を21℃から20℃にした場合(使用時間: 9時間/日)

月間で電気約9.42kWhの節電
約240円の節約

よりそうeねっと 会員の方

マイページにログインをしていただき、表示されるエントリーフォームからお申し込みください。新規会員登録後のお申し込みも可能です。



インターネットからのお申し込みができないお客さまは、お電話ください。

本キャンペーンに関するお問い合わせ

0120-211-526

問い合わせ受付時間/9:00~17:00
(土日祝日・年末年始期間12/29~1/3を除く。
問い合わせ受付は2023年4月28日(金)まで)

●東北電力ネットワーク(株)の「離島供給約款」の対象となる山形県の飛鳥および、新潟県の佐渡島・粟島のお客さまは対象外とさせていただきます。
●キャンペーン適用には諸条件がございます。

「冬の節電チャレンジキャンペーン」にエントリーして、冬の節電に取り組みませんか?

冬の電力需給も全国的に厳しい状況です。毎日のちょっとしたことの積み重ねが、無理のない節電につながります。キャンペーンWebサイトで紹介している節電のコツをチェックして、節電に取り組みませんか。エントリーをお忘れなく!

エントリー
お忘れなく!

エントリー期間:2022年12月31日(土)まで

さらに!

冬季期間の節電にチャレンジ!

開催期間/2022年12月1日(木)~2023年3月31日(金)

月間型の節電プログラム

電気ご使用量が前年同月比-3%以上達成で、よりそうeポイントを進呈

国の節電プログラムに基づき

全員に
プレゼント!

よりそう
eポイント
1,000
ポイント/月
進呈!

さらに! /

抽選で
プレゼント!

よりそうeポイント
最大
30,000
ポイント
進呈!

合計26,000名さまに当たる!

※上記ほか、「指定時型(kWh型)節電」のご協力もお願いしています。

詳しくは下記キャンペーンWebサイトへ



より、そう、ちから。
東北電力

東北電力 冬の節電チャレンジ で 検索

エントリーはこちらから
(キャンペーンWebサイト)

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

■ラーメン特集第10弾の丸心ラーメンさんは家からも近く、お店の前にある看板を見るたびに美味しくさうどでも気になっていました。年末に向けて寒くなる時期、ラーメンを食べて心も体も温まりたい!(匿名希望・30代)
 ☆たくさんラーメンを食べて体の芯からポカポカしちゃいませよ(^_^)

■遺贈も過ぎ、頑張れど頑張れど1gも体重は減らない。これからの第2の人生を楽しむためにもN-Bodyさんに行って自分磨きをしてみたい。変身できるといいなあ~!(匿名希望・60代)
 ☆実は冬の方が痩せやすいそうです!自分磨き頑張らませよ(^_^)

EVENT INFO 近隣のイベント情報

開催中~2023/1/15(日)
Town's イルミネーション'22
 お子さまから大人まで楽しめるイルミネーションとなっています。【時間】16:00~21:00【場所】五戸町図書館前芝生広場【料金】入場無料【問合せ】五戸町商工会 0178-62-3151

12/16(金)~2023/2/14(火)
アーツワダ ウィンターイルミネーション
 約30万球もの青色LEDが光のじゅうたんのように広場全体を覆いつくし、幻想的な世界を演出!
 【時間】16:30~21:00【場所】十和田市現代美術館アート広場【料金】入場無料【問合せ】十和田市商工観光課 0176-51-6773

12/31(土)
燕嶋神社 干支花火 昇進祈願祭
 年末年始は燕島で福を授かりませよ!【時間】23:30~0:30【場所】燕島体験所前【料金】入場無料【問合せ】燕嶋神社奉賛会 0178-34-2730

配布地域
 ■八戸市・路上町着前地区(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
 カプセンター・ラピア
 八倉センター
 TSUTAYA八戸ニュータウン店等

本誌が居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!

次号 vol.189 特集 **ベストオブ プリュスグルメ2022** 1/13 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

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

第42回 **航空自衛隊 北部航空音楽隊 定期演奏会**

日時 令和5年2月19日(日)
 開演 15:00

会場 八戸市公会堂
 入場無料(要応募)

詳細はこちらから

北部航空音楽隊 後援

生放送 ON AIR Be FM 76.5MHz

【ゆらじ! Hachinohe内】
プリュプリュ★プリュス

毎週 金曜日 夕方4:30~4:45

メディアで大反響の大人も知らない? ふしぎ現象事典に続く

わかりやすくてタメになる **新しい子どもの理科雑学書籍が新発売!**

マイクロマガジン社

読者プレゼントあります!! 詳しくはP06へ

なぜ飛行機は空を飛べるの? **説明できない? カガクのふしぎ 1,100円(税込)**

なぜ飛行機は空を飛べるの? **説明できない? カガクのふしぎ 1,100円(税込)**

太陽が沈むとき どうして空が赤くなるの?

全国の書店はじめ Amazon、楽天ブックスなど各サイトにて好評発売中!

株式会社マイクロマガジン社 TEL.03-3555-3478

読者プレゼント

【応募方法】ハガキまたはプリュス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(※送付先住所と異なる場合は「別名希望」と記載)

【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等は厳重に管理し、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。

天使のえくぼ A-188 800円分のお買物券 3名様	酒と料理 Mock(モック) B-188 3,000円分のお食事券 3名様	魚と肉と地酒 マル牛商店 C-188 3,000円分のお食事券 10名様
バーランコントル Bar Rencontre D-188 1,000円分のお食事券 20名様	炭火焼きとりごち E-188 2,000円分のお食事券 5名様	神楽 F-188 2,000円分のお食事券 5名様
		株式会社マイクロマガジン社 G-188 「なぜ飛行機は空を飛べるの? 説明できない? カガクのふしぎ」 1,100円分のお食事券 5名様

ハローワーク 急がば学べ

職業訓練

受講料 無料

受講しませんか?

デジタル分野 受講生随時募集中!!

幅広いコース選択!

訓練コース デジタル分野、介護分野、医療事務分野など

- 訓練受講給付金が受給可能。(一定の要件あり)
- 転職・スキルアップを目指す在职者の受講も可能。(条件あり)
- 託児サービス付きの訓練コースも一部あり。

現在募集中の訓練の確認は 青森労働局HPで!

訓練の相談、申し込みは ハローワークで!

青森労働局 / ハローワーク

アンナブルーシャ スピヌメ

数値術占い

1月 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、一桁になるまで全て足していきます。

例 プリュウ 1980年5月5日生まれの場合

1 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

2 加算した数字をさらに一桁になるまで足します。 2+8=10

3 加算した数字をさらに一桁になるまで足します。 1+0=1

ライフパス・ナンバーは 1 一桁になるまで足す

2023年 2023年どんな年? 2023年占いの導き方

生年月日の西暦を2023年に置き、全ての数字が一桁になるまで足していきます。

例 プリュウ 1980年5月5日生まれの場合

1 1980年を2023年に置き、2023年5月5日

2 全ての数字を一桁にするまで足していきます。 2+0+2+3+5+5=17

3 加算した数字をさらに一桁になるまで足します。 1+7=8

あなたの2023年の運勢は 8 一桁になるまで足す

サイクルナンバー

1 今後の方向性をはっきりと決める時、いままで溜めていたアイデアを実行に移していきましょう。公私ともに忙しい年になりますが、積極的に動くべし。

2 2023年は縁の下の方持ちに徹する年。選い出やすい時期でもありますが、焦りは禁物。恋愛関係のトラブルも起こりやすいので、仲間や協力者と調和を心がけてサポートに徹しましょう。

3 一進一退の年になりそう。ユーモアやあなたのセンスが光る年でもあるので、トラブルもラッキーも楽しんで行動しましょう。様々な誘惑が多くなりがちですが、よき見せず浮気心は慎みましょ。

4 大きな変化や決断などは出来るだけ避け、現状維持をしていくことが大事。忍耐を強いられる地味な年になりそうですが、投げ出さずに本来のあなたの実力を養っていきましょう。勉強の年です。

5 2023年は変化の年。フットワークを軽くして、自由に動いてみましょう。行動範囲を広げることが、運氣アップに繋がります。今までは違うタイプの人との出会いもあるので、即断即決を心がけましょ。

6 2023年は信頼と援助の年。家族や恋人関係など、人間関係がクローズアップされます。トラブルがあっても逃げずに対応してね。意外なところで助けてくれる人が出てきて、あなたの信頼度もUPしますよ。

7 自身の内面を充実させるために、スキルアップや自己投資を始めるとき。長期休暇を取る時期を決め、メンテナンスの為にひとりの時間を作りましょ。準備期間だと思って、心の引き出しの解放。

8 2023年は全体的において収穫の時期で、願望達成が望めます。今までチャレンジしてきた事の、成果に恵まれる年。そのラッキーを独り占めせず喜びを分かち合うことで、より成功へと導かれます。

9 古くなった人間関係、仕事、モノなど執着せず手放しましょ。次の新しい方向性を探るためにも、今まで持っていたことに別れをする年になります。大きく進路変更するなら、2023年が大チャンスです。

毎度、お世話になっております。

セブン-イレブン 移動販売のご案内

種差(お昼12時台) 水 は不定期にて実施します。

大久喜(午後13時台)

南浜(午後14時台)

毎週 月

毎週 金

是川地区(お昼12時台)

南郷地区(午後14時台)

青森県第1号店 セブン-イレブン 八戸田向店

お問い合わせ TEL.71-8785 八戸市田向4丁目3-1

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		

横列

今号の問題 A

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

今号の問題 B

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

今号の問題 C

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

上記の答えは次号のプラスに掲載します。

おすすめ売土地情報

[建築条件付]

土地売買契約締結後3か月以内にワナベ建築工房と住宅建築請負契約を締結していただきます。成立しなかった場合、受領した金額は全額無利息で返還致します。

[広告有効期限：令和4年12月末]

沼館2丁目 市街地近く生活利便性良好♪

- ①164.96㎡ (49.9坪) **950万円**
- ②164.96㎡ (49.9坪) **1100万円**



●所在地/八戸市沼館2丁目10-2の一部●交通/市営バス：城下4丁目：徒歩5分●建ぺい率/60%●容積率/200%●学区/城下小学校：第二中学校●都市計画/市街化区域●用途地域/準工業地域●地目/田●道路/市道約21m 接道●市道約15m 接道●上下水道(公営)●取引形態/仲介(専任)●備考/分筆後のお引渡し

南部町小泉 開放感あふれる土地♪

- ①836.43㎡ (253坪) **済**
- ②836.40㎡ (253坪) **280万円**



●所在地/南部町小泉字上館野31-1●交通/南部バス：小泉：徒歩5分/青い森鉄道：北栗山駅：徒歩15分●建ぺい率/70%●容積率/400%●学区/南部町立福地小学校：福地中学校●地目/雑種地●道路/東側公道約24m 接道●取引形態/仲介●備考/上下水道宅地内なし(前面道路まであり)

長根2丁目 長根運動公園まで徒歩16分の立地♪ (距離約900m)

- ①165.88㎡ (50.1坪) **1152万円**
- ②165.86㎡ (50.1坪) **1152万円**



●所在地/八戸市長根2丁目1-8●交通/南部バス：緑ヶ丘：徒歩7分●建ぺい率/60%●容積率/200%●学区/八戸小学校：第二中学校●用途地域/第二種中高層住居専用地域●地目/宅地●道路/①北側公道約9m 接道②北側公道約9m 接道●水道/公共水道●ガス/都市ガス引込可●取引形態/仲介●備考/分筆後お引渡し

売市観音下 本八戸駅まで徒歩6分の立地♪

- 515.69㎡ (155.99坪) **1390万円**



●所在地/八戸市大字売市字観音下41-4、41-6、42-6●交通/八戸市営バス：本八戸駅：徒歩6分(約480m)●建ぺい率/60%●容積率/200%●学区/八戸小学校：第二中学校●用途地域/第一種住居地域●地目/宅地●道路/南側幅員3m 舗装市道に幅18m 接道●水道/公営水道●排水/浄化槽●ガス/都市ガス引込可●取引形態/仲介●備考/分筆可



ワナベ建築工房株式会社
八戸市柏崎6丁目24-17
☎ 0120-30-8633

宅地建物取引業登録第2号 第3453号
二級建築士事務所/青森県知事 第2796号
建設業/青森県知事免許(般-3) 第300494号
東北地区不動産公正取引協議会加盟
(公社)青森県宅地建物取引業協会会員



HP



Instagram

光熱費をしっかり抑えてゆとりのある暮らし。

2,000棟以上の施工実績
LOGOS HOME

もう、光熱費は
気にしない。



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

ゼロエネルギー住宅 (ZEH)



※写真はイメージです。

12/17・18
10:00-17:00

GUUUS

完全
予約制

完成見学会

住宅性能基準は
ZEHです。

ゼロエネルギーハウス



ご予約はコチラから

ACCESS MAP 三戸郡南部町大字
片岸字砂場42-1



進化した最新のガラスを採用



独自の反射防止膜を特徴とする高透過率ガラスにより、より多くの光をソーラーセルに集め、高いエネルギー出力を実現します。

5.4kw
ソーラー
パネル
搭載

北海道品質、
ログスホームの家は

強く暖かい
2×6工法

2×4より太い角材を使用している2×6は強度が高くなり、壁も厚くなるので断熱性能に優れています。



寒冷地での
積雪も安心の
高い強度!

140mm
38mm
89mm
38mm

フルバィフォー
2×4
材

フルバィックス
2×6
材

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

大気中の熱と対する夜間電力を使ってお湯を沸かす、省エネな給湯器を採用。

ログスホームは
2,000棟
以上の施工実績

GUUUSのより
詳しい性能はコチラから
ご覧いただけます!



※写真はイメージです。

北海道
住宅着工数 **NO.1**

※2020年、株式会社北海道住宅流通社「北海道住宅データバンク」調べ。
※株式会社ログスホーム、豊栄建設株式会社の実績を合算。

楽しいをデザインする
LOGOS HOME
株式会社 ログスホーム

八戸

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

営業時間 / AM10:00~PM6:00
定休日 / 水曜日・木曜日(祝日の場合は営業)

ログスホーム
Webサイト <http://www.logoshome.jp>

本社所在地: 青森県八戸市沼館4丁目7番地1 TEL: 0178-22-4126 / 一般建築士事務所 北海道知事登録(特)第385号 国土交通大臣許可(特-31)第27425号 宅地建物取引免許 国土交通大臣(1)第9407号(公益社団法人)全国宅地建物取引業保証協会加盟(一般社団法人)北海道不動産公正取引協議会加盟