

Free Magazine

暮らしに彩りをプラス

VOL. 191

Posting & TakeFree

Plus+

— プリュス —

2023.2.10 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

選手募集中

八戸智徳リトルシニア事務局 体験希望の方は事前にご連絡をお願いします。

TEL: 0178-73-5236
Mail: hachinohechitoku@itsolution.co.jp

HACHINOHE

「僕の好きな君が好きな鍋焼きうどんが好きだ。」

鍋焼きうどん

特集 P4-P5

撮影協力 / 漁港ストア



海鮮鍋焼きうどん 820円(税込)



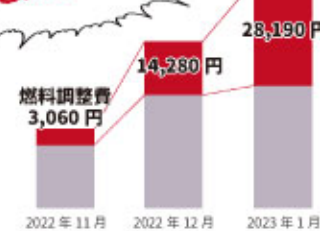
厳冬の季節、鍋焼きうどんのことをふと思う心は、恋した時の感覚に似ているのかもしれない。思い出すと、気になってしまうものだ。立ちのぼる湯気で軽い幻惑に襲われる鍋焼きうどんは、両手におさまる小宇宙と言える。また鍋焼きうどんは僕の好きなあの子にとっては宝箱のような存在かもしれない。

ギリッとしばれる八戸の冬に鍋焼きうどんを食べないのはもったいない。一人より二人が良い。家族そろってならもっと良いと思う。目の前に置かれた鍋焼きうどんに向き合い、好きな順番で好きなようにふうふういただく。みんな一緒に体が温まり火照った頬を見ると恋したあの時の笑顔である。鍋焼きうどんには人を幸せにする力があるように思う。

さて、八戸市内には多くのお店で鍋焼きうどんが提供されていますが、今回のプリウスは5つのお店を紹介させていただきます。3年ぶりのえんぶり開催に喜びつつ、心温かくこの冬を乗り切っていきましょう。

電気温水器 をお使いのお客様へ

電気代高騰



理由は使用量に応じて加算される

燃料調整費の上限撤廃

11月燃料費調整単価 3.47円

1月燃料費調整単価 13.41円

約4倍

電気を多く使用する電気温水器は電気代が大幅にアップしています

詳細はお気軽にお問合せください

電気代は温水器の約1/3!!

エコキュートで電気代削減!!



エコキュートに取り替えるなら今がチャンス!

エコキュート & 寒冷地エアコン

温水器からエコキュート、またはエコキュート買替えと一緒に寒冷地エアコンを設置

最大 18万円 補助



エコキュート単体

温水器からエコキュート、またはエコキュート買替え

最大 8万円 補助



最大補助 キャンペーン適用 期間限定!!

※補助金を受けるためには、対象となる電力会社の電気料金プランの加入・補助金対象機種を設置が条件となります。詳しくはお問合せください。

エコキュートに加え、エアコン・IHクッキングヒーターなどの設置でも補助金を活用できます!

ご相談・現地調査 無料!!

寒冷地エアコンの設置は 現地確認が重要です!

価格に自信があります!

Panasonic DAIKIN MITSUBISHI ELECTRIC HITACHI



東北電力電化普及協力店エルパルショップは、販売・設置・アフターサービスの審査基準を満たした電化システム機器の信頼のお店です。豊富な知識と確かな技術で、お客様の快適生活をサポートします。



見積無料

WEB・LINEからの ご相談もOK



10 YEARS

ANNIVERSARY



株式会社イーエス電気 TEL. 0178-20-9657

〒030-1103 八戸市青森代字内舟渡 56-1 営業時間 / 9:30~17:30 (電話受付 9:30~19:30) https://www.esdenki.com



※写真はイメージです。

THE HOME カバードポーチのある家 新商品発表相談会

10:00-16:00
ご予約はコチラから



2/11 SAT · 12 SUN · 18 SAT · 19 SUN

【場所】セルコホーム八戸 プレゼンテーションルーム
八戸市青葉1丁目18-4 吉田ビル 3F



カバードポーチのある家

カバードポーチとは名前の通り「覆われた(カバード)」ポーチ。もともとは北米の農家で、アライグマが畑にいたずらをしないか見張るために造られたのがカバードポーチです。現代でも徐々にアレンジされていき、テラス席でランチをしたりビールを飲みながら夕涼みをしたりと、家族や仲間とのコミュニケーションを大切にしたい北米やカナダでは、伝統的なスタンダードスタイルのひとつ。そんな素敵なカバードポーチとソーラー発電システムを全9プランに設計された商品が「カバードポーチのある家」です。

POINT① 高気密高断熱+ソーラーパネル搭載

高い省エネ性能に加えて、創エネ完備で住む人にもお財布にも優しい住まいをご提案。コストパフォーマンス重視の方もそうではない方も必見です。近年、電気料金の値上げの動きが活発です。発電ができる住まいに住み続けることで、ランニングコストに大きな違いが出てきます。

POINT② ZEH+の性能条件クリア ※1

近年主流になりつつある「ZEH住宅」ですが、その上の性能を持った住宅は「ZEH+住宅」となります。今回の商品は標準仕様にも関わらず、性能面でZEH+の条件をクリアしている点が一番の特徴です。

POINT③ 100万円補助対象条件クリア ※2

今なら100万円の補助を受けられるチャンスです。もちろん、標準仕様のままで対象条件をクリアしています。その他の条件などにつきましてはお問合せください。

※1 ZEH+の補助金を受けるには、他にも条件があります。また、2023年度の補助金は今後発表される予定となっており、適用条件が変更になる場合もございます。ZEH+の補助金を受ける場合、その他の政府の補助金併用はできません。
※2 補助金を受け取るには各種申請が必要となる場合がございます。
予算額には限度があり補助金を確約するものではありません。その他の政府の補助金併用はできません。

新商品販売記念特別キャンペーン

限定
3棟

ソーラー発電システム 無料プレゼント!!



※写真はイメージです。

期間：2023年3月31日まで

4.0kw~6.0kwのシステム本体と工事費を弊社にて負担いたします。建物タイプにより発電システムのkw/hが異なりますのでご了承ください。

【対象条件】

※新商品「カバードポーチのある家」を2023年3月31日までに注文契約される方
※三八上北エリアに建築される方
※完成後オープンハウスの会場として一定期間ご提供いただける方

3/25(土) 先着3組様

モデルハウス見学ツアー in 宮城



高性能を誇るセルコホームのカナダ輸入住宅。その魅力を探りに、堪能しに行きませんか？
素敵な出会いがあるかもしれません…
詳細はホームページとInstagram(@selcohome_hachinohe)で
随時更新していきます！



Good Quality Good Price Good Design

セルコホーム
TEL.0178-71-3037

セルコホーム八戸
〒031-0804 青森県八戸市青葉1丁目18-4



セルコホーム 八戸 検索
https://hachinohe.selco-partner.jp



**お弁当
惣菜の
人気店**

**三春屋から移転!
どうぞお試しを!**

**お弁当・惣菜
エナック**



スラマッダタン!
(いらっしゃいませ)



ハンバーグ弁当 490円



若鶏唐揚げ弁当(塩) 490円



中華炒め弁当 490円



**インドネシアの
本場ナシゴレン 480円**



ミーゴレン 450円
インドネシア辛い焼きそば
本場の味



ジャワカレー 490円



冷たい、温かい飲み物 **全品100円**
(ピンのコーラもあります)



店主 アバスさん

昨 年閉店した八戸市の老舗百貨店・三春屋の地下で長年に渡り弁当、惣菜を販売していたテイクアウトの人気店「エナック」が中心街に移転オープンしました。お店を運営するのは八戸で暮らして約20年、笑顔が光るインドネシア出身のアバスさん。店名のエナックは、インドネシア語でおいしいという意の「エナ」が由来。食欲をそそる5種類以上の定番弁当、オムライス、から揚げや、現地の食材も使ったスパシーなナシゴレン(炒めご飯)、ミーゴレン(焼きそば)、ココナッツ香るジャワカレーなど常時50種類以上が店頭に並び、常連客、ファンの皆さんに喜ばれています。価格はお惣菜が150円から、お弁当は400円~490円とお財布にも優しいお店で、チキントルティーヤ、ピサンゴレ

(パナナの天ぷら)、など独特の料理も気になるころ。ご来店される方の中にはランチ時に訪れた後、仕事終わりに夕食としても購入する1日2度来店の大ファンもいらっしゃいます。お店をここまで育ててくれた八戸の皆さんに感謝しているというアバスさん。料理の感想などお客さんに聞きながら、日々努力を重ね、お店を営んでいます。とあるお客さんから、「近隣にこんなお店がなかったのでもって助かって重宝しています。」とのお話も聞くことができました。1階路面店、のぼりが目印、ショーウィンドーから見える色彩豊かなラインナップに足を止めていただきご入店ください。そしてアバスさんの手作り弁当、惣菜をお試しください。遠くの国から来てこの町でがんばり続けている、ということでも応援したくなるお店「エナック」です。

**お弁当・惣菜
エナック**

〒030-0828 八戸市堤町8
☎ 090-7794-6048
🕒 10:00~18:30
📅 日曜日、祝日 📺 なし
🐦 @enak_osouzai

オードブルなどの
ご予約は、定休日
でも対応可能です
のでお気軽に
ご相談ください!



※表示価格はすべて税込です。

はちのへ東奥朝日ソリューション
障がい者就労支援施設
障がい者放課後デイ等サービス

**障がい者支援員
正職員募集**

- 障がい者サービス管理責任者
- 児童発達管理責任者 ■保育士

元気に明るく
チームワークを大切にした
働きやすい職場です。

利用者さんの
支援・サポートをする
やりがいのある仕事です。

お問合せ 長横町本所事業所 ☎ 0178-51-6930
八戸市長横町16 大里ビル1F はちのへ東奥朝日ソリューション 検索

月給 [資格手当あり]

16万円~20万円

資格 普通自動車免許(通勤用) 時間 9:00~17:00

休日 ・シフトにより月8日休み ・夏季休暇
・年末年始休暇

待遇 ・資格者優遇
・各種社会保険完備
・資格手当、通勤手当あり

勤務地 ・長横町本所事業所
・八日町事業所 他

いっしょに
働きませんか?



長横町本所事業所
大里ビル 1階



八日町事業所
八戸第一ビル 5階

仕事内容
・パソコン業務の指導と
入所者管理の為の作業業務
・入所者の生活就労サポート

うどんが好きだ。」

うどん

特集 P4-P5

※表示価格はすべて税込です。

ボリューム
すごーい!!

鍋焼きうどん 1,180円

※麺がなくなり次第終了いたしますので
予めご了承ください。

こだわりの自家製うどんに サクサク大きな天ぷらで人気

私のうどんてんまる

毎朝挽きたての天然出汁と、毎朝打ちたての無添加自家製うどんを、茹でたてで提供する3たてにこだわった讃岐うどん専門店てんまるの鍋焼きうどんは迫力ある鉄鍋で作られ、ぐつぐつ熱々が運ばれてくる。大きな海老天、揚げ餅天など具沢山のボリューム満点ぐあいに得した気分です。こりこり麺、出汁すべてが丁寧で作られた味で、うどん作りに込める情熱が伝わってきます。天ぷらも作り置きではなく、熱々をジュワッいただくことができる嬉しい一品!

〒817-0013 八戸市日計1-3-16 ☎0178-80-7356
 平日 ランチのみ/11:00~15:00
 土日祝 ランチ/11:00~15:00
 デイナー/17:00~20:00 (L.O.19:45)
 休なし Pあり Instagram udon_tenmaru

浜のスーパー 漁港ストア

〒817-0013 八戸市新湊3-4-14 ☎0178-33-2241
 月曜日~金曜日/11:00~14:00
 土・日・祝/10:00~15:00
 朝市開催時/7:00~15:00
 年末年始 Pあり Instagram gyokostore

うどん

八戸の歴史とともに 歩み続けてきた江戸前そば屋

そば処おきな

明治40年創業、この地で開業して116年目という超老舗。八戸のそばを語る際に必ず名前が挙がるという、おきな店主は現在4代目。伝統を継承してきた一子相伝、江戸前そば屋のかえしを使用して作る鍋焼きうどんは、長年ファンを魅了し続けています。それぞれの具材の旨味がつゆに溶け込んでいくバランスを楽しみながら、あつあつをふうふう自由に楽しんでほしいという4代目店主。揚げ餅とホタテが嬉しいアクセントとなり心に笑顔が生まれます。家族中心に営むスタッフのやさしい気配りにも触れられ、食べ終わったあとは気持ちも温まってじんわりと汗をかいていました。

〒817-0013 八戸市馬場町4 ☎0178-22-1444
 11:00~15:00 (L.O. 14:45)
 17:30~20:00 (L.O. 19:45)
 休 日曜日 Instagram okina.soba
 Pなし おんでカード加盟駐車場をご利用の際は
 駐車券提示で100円券を差し上げます。
 (1,000円以上お食事された方に限りです。)

鍋焼きうどん 1,375円

※希望の方には
ライス無料

あつまったよ

がつくら漬
付き

2週連続 同時開催 2/18・19・25・26

10:00~17:00 完全予約制ではありませんが
予約優先です

WEB予約はこちらから
ご予約を頂いた際に、予約内容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きます。予めご了承ください。

前日までのご予約
ご予約来場特典
2,000円クオカード
分プレゼント!

WEB限定
一家族1枚限り

OPEN HOUSE

使いやすさ抜群のぐるぐる動線32坪、4LDKの家
30代が選んだ、モノトーンでまとめたシズルモダンな家

太陽光
9.8kw搭載

見どころPoint

- 家事効率アップの洗面、家事室は必見
- 視界を遮らないオープンキッチン
- 買い置きなども充分収納できるパントリー
- 吹抜からの陽の光がそそぐリビング
- 必須アイテムのシューズクローゼット
- 使い方自由な可変可能な子供部屋
- 電気料金値上げの今だからこそ、ソーラーシステム

「North West Style grow」登場
キッチンが主役の
使い勝手の良い間取り

見どころPoint

- キッチンを中心とした
使い勝手のいい間取り
- 家族とのつながりを感じる
ワークスペース
- 屋根に覆われた
全天候型のバルコニー

会場 八戸市河原木 26-12

河原木展示場プレオープン

「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 感染対策実施中

エムズハウス株式会社 八戸市根城3丁目3-3

エムズハウス 八戸 検索

しばれる八戸の冬に
体の芯まで温まる

麵喰処はっと庵 八戸八日町店

昭和23年製麺所創業、昭和48年麵喰処はっと庵として開業。
県産小麦ねばりごしを使用した自家製麺の極太うどんは、嬉しいほどのもちり感。
つくねやキノコ類など10種類以上の栄養豊富な具材から味が染み出て、真っ白な豆乳スープと見事マッチ。付属の白ゴマをすり潰して入れることにより、さらにコクが出て味わい高さ一品に。
女性一人のお客様でも安心して食事を楽しめるはっと庵。最後まで味わって健康になってほしいというお店の思いがこもっています。

八戸市八日町1-1
ダイワロイネットホテル八戸1F
0178-22-3583
11:30~21:00 (L.O. 20:30)
年中無休 休 なし



豆乳鍋焼きうどん
1,300円

「僕の好きな君が好きな鍋焼きうどん」

鍋焼き

読者プレゼント
あります!!
詳しくは
P06へ▶

旨い、安い、早い!
演歌流れる憩いの

創業約50年、地域の皆さんにお世話になりながら和の八戸、ザ・港町を今でも守り続ける温かな店。アノ海鮮鍋焼きうどんは、麺もたれも自家製。具もついかげつのから揚げから出汁が染み出て味が絡み、ふのりの主張も相まって、浜どころならではの味わい。そばたれで煮込んだおでんも人気で女性の皆さんたちにも喜ばれています。海が見えるロケーション。家族そろってにこやかに食事をお楽しみください。月に1度開催する感謝の日は、なんと麺類半額。当日お店に足を運ばなければわからないゲリライベントなので、その日に来店すると超ラッキー!



鍋焼きうどん
1,230円

※混雑時には鍋焼きうどんを提供できないことがありますので予めご了承ください。

中心街にある
「蕎麦」と「酒肴」のお店

手打ちそば番丁庵

健康、安心、安全の手打ちそば。化学調味料、食品添加物は一切使用せず昔ながらの手作りのものを厳選し味と素材に拘った料理でもてなす番丁庵。八戸のそば店を少しでも盛り上げていきたいと願う店主の思いが反映された店内には日本画、書、陶器などが飾られ、和の高き香りを感じながら食事を楽しむことができます。うどんすきを思わせる具だくさんの鍋焼きうどんに乗せられた一片のゆずは太陽を思い、春菊の味わいは大自然を連想し、森羅万象という言葉が浮かんだ。あたりまえのことを特別熱心に、とは店主の心意気。

八戸市番町8-4 キムタクビル1F
0178-22-7767
11:00~14:30 (L.O. 14:00)
17:30~21:00 (L.O. 20:30)
火曜日(祭日は営業) 休 なし



海鮮鍋焼き
820円

棟方志功 奈良美智 東郷青児 藤田嗣治
南部藩、津軽藩ゆかりの品 山口長男 草間彌生

八戸・青森 お宝なんでも
無料鑑定会

どの鑑定会も午前10時から午後3時までの開催です。

八戸 2月25日(土) 会場 八戸プラザホテル 別館 2階
あけぼの 青森県八戸市柏崎1丁目6-6

青森 2月26日(日) 会場 まちなか温泉 青森センターホテル
2階 会議室 青森県青森市古川1丁目10-9-1



《優先予約》青森支店にご来店の際はお電話にてご予約ください。
0120-518-100
無料 こっとうや 百番

東大赤門前で45年の実績
本郷美術骨董館® 青森支店
東京公安委員会許可305471009552号 美術品商 東京国立博物館 特別支援者 第3170号
青森支店 青森県青森市新町2丁目2-11 東奥日報新町ビル2階 seven C's内
電話/0120-518-100 Eメール/info@hongou.jp
テレビ放映された高額鑑定の映像配信 本郷美術 検索

女性トレーナーによる
女性専用パーソナルジム
| 完全個室 | プライベートサロン |
N-Body
女の身体を変えるのは女
[1回60分 ¥3,500]
※都度払い。入会金なし。

1/20 NEW OPEN!
最新鋭マシン導入!
脱毛、リンパマッサージSTART!!

完全
都度払いだから
お好きな回数通って
お好きな時に
やめられる♪

脱毛 回数縛りなし! 細かいパーツ設定なし!
全身(VIO含む) 通常 20,000円 → 初回 10,000円
全身(VIO除く) 通常 17,000円 → 初回 8,500円
顔・両腕まるごと・
背中(うなじ含む)・両足まるごと... 通常 ¥5,000円 → 初回 2,500円
VIO 通常 5,000円 → 初回 2,500円
※Vラインのみなど一部位の場合はオプション料金となります。
その他オプション 通常 3,000円 → 初回 1,500円

リンパマッサージ 30分 3,500円
※表示価格はすべて税込です。

完全予約制 女性専用
八戸市青葉一丁目17-13 グレース青葉102
TEL.080-8573-7601
mail:n-body410@docomo.ne.jp

HP Instagram LINE

プラス INFO

編集部にご来社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

■八戸ブイヤベースフェスタ特集を楽しみにしていました!どのお店も美味しくって迷ってしまいましたが、以前から行ってみたい炭焼きイタリアンバル ポルタオットさんが気になる!20歳を過ぎてお酒も飲めるようになったので、お酒とともに楽しみたいです。(匿名希望・20代)

☆ポルタオットさんは今回が初参加なので気になりますよね!私もさっそくブイヤベースの予約しちゃいました(^^)

■三菱食品株式会社さんのバラを使って自分で作ったパスタとともに、ダンシングフレームシリーズのワインが飲めたら最高ですね!これがユニバースさんで全て買い揃えることができるなんて知りませんでした!ぜひ試してみたいです。(匿名希望・50代)

☆ジェノベーゼパスタとワイン!きっとステキなおうち時間になっちゃいますね♡

■肉食女子なのでいわて山形村短角牛でナイトのイベントが気に入ります!友人と行きたいな~!(匿名希望・30代)

☆毎年売り切れ必至の大人気イベント!!私も肉食女子なのでお持ち分かります~♡しかも飲み放題付きなんて幸せの極みっ!(笑)

■八戸港フェリーターミナルにあるレストラン シルバーさんは、今回初めて知りました!子供が船好きなのでぜひ食事に行ってみたくです。(モンブラン・40代)

☆フェリーを眺めながら食事ができるなんて、フェリーターミナルならではの広々としたテーブル席なので、ぜひお子さんと一緒に行ってみてくださいね(^^)

■三菱食品株式会社さんのバラを使って自分で作ったパスタとともに、ダンシングフレームシリーズのワインが飲めたら最高ですね!これがユニバースさんで全て買い揃えることができるなんて知りませんでした!ぜひ試してみたいです。(匿名希望・50代)

☆ジェノベーゼパスタとワイン!きっとステキなおうち時間になっちゃいますね♡

EVENT INFO

近隣のイベント情報

2/11(土) 第16回南郷雪笠まつり
南郷の雪と温かなキャンドルの灯火。各施設の雪とキャンドルで幻想的な夜を楽しもう!【時間】17:00~20:00ごろ【場所】南郷周辺施設【料金】入場無料【問合せ】森と水のサンクチュアリ連絡協議会 山の楽校 0178-82-2222、朝もやの館 0178-80-8088、道の駅なんごう 0178-82-2902

2/11(土)・12(日) 南部地方えんぶり

南部町内のえんぶりは、すべての動きが速くて楽しい「どうさいえんぶり」が楽しめます。甘酒のお振舞や、せんべい汁、手打ちそばなど販売あり。【時間】11(土)8:30~、12(日)9:00~【場所】南部町刺吉地区、南部芸能伝承館屋外広場 ほか【料金】入場無料(販売あり)【問合せ】南部地方えんぶり保存振興会事務局 0178-38-5965

2/15(水) [ミミちゃんルーム]
☆ひなまつり製作☆
※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、感染対策にご協力ください。また内容を変更・中止する場合がございます。予めご了承ください。【時間】10:00~【料金】無料【対象】1・2歳児【定員】3組【予約締切】開催日3日前【場所・問合せ】ニチキッズ八戸ゆりの木保育園 0178-73-7180

2/17(金)~20(月) 八戸えんぶり
800年以上続く、豊作を祈願する八戸市の伝統祭り「えんぶり」が今年も開催!約30数組のえんぶり組が中心街に集結する「一斉揃り」は圧巻です!【時間・場所】各曜日により異なる(一斉揃り10:30~11:10)【料金】入場無料(有料の場合あり)【問合せ】一般社団法人 VISIT八戸 0178-70-1110

STAFF VOICE

スタッフのほやき

この季節、バスに乗る機会が多く、改めて八戸のバスの便利さに驚いています。(ポプ)

配布地域
■八戸市・階上町着前地区(ポスティング)
■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・ラビア
八倉センター
TSUTAYA八戸ニュータウン店等

次号 vol.192 特集 「三沢ほつき丼」 2/24 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

プラスのポスティング等、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

AnnabruXa
スピリチュアルカウンセラー養成講座

1期生募集!!
2023年 2/25(土)スタート
最終申込締切 2/20(月)

アソナブルーシャオリジナル「スピ☆ス☆WEB 鑑定シート」を使用して、受講後すぐにカウンセラーとしてお仕事ができる講座です。
講座内容や料金等、詳しくはコチラ▶

お申し込みの情報はコチラ▶
八戸ポータルミュージアム はっち3F たまに庵
お問い合わせはお電話または下記QRから
tel.0178-43-3937
11:30-15:00 水曜日
アンナブルーシャ 代表

読者プレゼント

【締切】2月15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 プラス編集部【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には厳重に管理し、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いたします。

プラス 八戸 検索

エナック A-191 塩唐揚げ 3個入りパック 引換券 5名様	私のうどん てんまる B-191 天ぷら 盛り合わせ 引換券 5名様	そば処おきな C-191 鍋焼き うどん お食事券 3名様
浜のスーパー 漁港ストア D-191 海鮮鍋焼き うどんお食事券 5名様	麺喰処はっと庵 八戸八日町店 E-191 豆乳鍋焼き うどんお食事券 5名様	手打ちそば番丁庵 F-191 そばの芽 サラダ 引換券 3名様

全国 20銘柄
HACHINOHE PARKHOTEL

各種銘酒を取り揃えております

黒糖 福井県
初亀 静岡県
正雪 静岡県
兼井 山形県
ゆきの美人 秋田県
明鏡止水 長野県
喜楽長 滋賀県
庭のうぐいす 福岡県
三井の寿 福岡県
あづまみね 岩手県
徳運江 宮城県
瀬川橋 三重県
美文夫 高知県
波葉 新潟県
最澄 青森県
靖正宗 青森県
陸奥八仙 青森県

美酒で一献
弥生 第3回

2023年 3/28(火)
時間 18:00~ 場所 八戸パークホテル
料金 お一人様 ¥12,000
八戸パークホテルオリジナル会席料理(オリジナルグラス付)お飲物付(消費税・サービス料込)

新型コロナウイルス感染症対策 ソーシャルディスタンスレイアウト&換気防止アクリル板の設置で安心のコロナ対策

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

Plus+ 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、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★

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

上記の答えは次号のプラスに掲載します。

たった1回の施術で効果を実感いただけます!

なぜ、どこに行っても改善しなかったつらい腰痛・肩こりの症状を1度の施術で和らげることができるのか? その秘密を、期間限定の特別価格で体験してください。

歴18年の確かな技術をお試し価格で受けられるのは今だけ!
強く押ししたり揉んだりバキバキはしません

初回限定 プリウスを見た!で/
通常9,900円(税込) 約67%OFF 3,000円(税込)
※初診料・施術料込み

「つらい腰痛・肩こりを楽にしたい…」 そのために、こんなことをしていませんか?
✓腰を自分でトントンと叩く ✓腰を揉んでバキバキと鳴らす
✓誰かに強く揉んでもらう ✓つらい所にシップを貼ってしまう
✓痛みのある箇所を受けにくい

どれか一つでも当てはまったら当院にご相談ください!

お問合せ 八戸腰痛肩こり整体院 営業時間/9:00-19:00 日曜日以外は無休で営業中!
八戸市類家 3-6-18 スシロー類家店隣 直ぐそば TEL.0178-22-0314

青森県のローカル YouTuber 田中なつき

今号のイチョウ動画

1kgの爆盛りトルネードそばに食らいつくぜ!!

なっちゃん's POINT
今回は約1kgの大盛りトルネードそば!巨大タワーのような破壊力なのに、これで1,100円は安すぎじゃない? 今号掲載の動画はコチラ▶

詳しい情報は公式YouTubeの動画を見てね!

LINE公式アカウント Twitter公式アカウント YouTube公式アカウント

田中なつきに関するお問合せ Mail: info@dspro.jp

障がい者支援員 正職員募集

(サービス管理責任者)

元気に明るく
チームワークを大切にした
働きやすい職場です。

入所者の
生活就労サポート

パソコン業務の指導と
入所者管理の為の
作業業務

利用者さんの
支援・サポートをする
やりがいのある仕事
です。

障がい者支援員の仕事は
生活支援や職業支援等
多岐にわたります。



Ts 就労継続支援A型事業所
トラストソリューション
TEL.0178-20-8818
八戸市廿三日町38 ワークベース・ピナクル3F

いつでもお気軽にご連絡・ご見学ください!

見学 体験 相談

<https://www.normaliz.jp/>



生のステージをご覧になって、明日につながる希望と活力! そして感動をお届け致します!!

チケット先行電話予約!!

2月13日(月)より
電話予約承ります!
2月24日(金)より
発売開始!
良いお席はお早め!

「湯道」23(水)公開
50年の感謝を届けたい
あなたの大切な街へ、
50年の感謝を届けたい

天童よしみ
コンサート2023

6/14(水) 八戸市公会堂
昼の部 開演 13:30 料金 SS席 ¥7,000 (各税込)
夜の部 開演 17:30 料金 SS席 ¥6,000 (各税込)

プレイガイド▶八戸市公会堂・ラピア

好評 発売中!

吉幾三
コンサート2023
郷愁 ~ぬくもりを歌にのせて~

6/2(金) 八戸市公会堂
昼の部 開演 14:00 夜の部 開演 18:00

好評 発売中!

三山ひろし
15周年記念コンサート2023
歌う門には夢またる!

3/21(祝) 八戸市公会堂
昼の部 開演 13:00 夜の部 開演 17:00

主催 RAB青森放送 ※新型コロナ対策は万全です。世界芸能のオンラインショップでもチケット販売いたします▶

お問い合わせ
チケット予約 **世界芸能(株)** ☎(022) 222-4997
〒980-0803 仙台市青葉区宮城2-3-9
<https://sekaigeinou.com/> (平日9:30~17:00)

春先取り!

eスマイルレディーズ
エネルギーセミナー

参加無料
事前申し込み制
応募券切: 3/3(金) 必着

日時 令和5年 3/29(水)
13:30-15:30(13:00開場)

場所 アップルパレス青森
3階「ねぶたの間」

Program

- 基調講演 (45分)
1. 「エネルギーが危ない!!いま何が起きているの? ~私たちの暮らしとエネルギー~」
(一財)日本エネルギー経済研究所 常務理事 山下 ゆかり氏
- 15分休憩 チェアヨガで気分リフレッシュ!
- パネルディスカッション (45分)
2. 「私たちの暮らしとエネルギー」

右記の応募フォームからお申し込みください。
※応募多数の場合は抽選となります。※当選の通知は3/16頃までにはがきにてお知らせいたします。
お問い合わせ/問ソノペ内 事務局 0120-005-775

主催: 東北エネルギー懇談会
後援: 青森県エネルギー問題懇談会連絡協議会、青森県商工会議所連合会、青森県地域団体連合会、東奥日報社

東奥日報創刊135周年記念

青森県出身 沖澤のどか 待望の凱旋公演!

沖澤のどか (指揮) / **牛田智大** (ピアノ)

山形交響楽団
青森・八戸公演

メンデルスゾーン
序曲「静かな海と楽しい航海」作品27
ベートーヴェン
ピアノ協奏曲 第4番 ト長調 作品58
ベートーヴェン
交響曲第5番 ハ短調 作品67「運命」

指揮 沖澤のどか
SODOKA NODOKA

ピアノ 牛田智大
TANAKA TOSHIO
©Aigo Saitama

八戸公演

2023 4/8(土)
《全席指定・税込》
S席 7,000円 A席 5,500円

会場: 八戸市公会堂
開演 15:00(開場 14:00)

★プレイガイド★
●八戸市公会堂 ●八戸ポータルミュージアムはっち
●ラピア ●八戸市南郷文化ホール

★インターネット★
●GETTIS <https://www.gettis.jp/>
●ウェブ東奥「ボみっとチケット」
https://www.toonippo.co.jp/feature/okisawa_nodoka/concert

★電話販売★
TEL:017-718-5544(リンクステーションイベント事務局 10時~17時) GETTISはこちらから

★東奥日報文化財団の会員は500円割引いたします。直達、財団事務局(TEL017-718-5115、平日9時から17時)へ、
※新型コロナウイルス感染症対策の最新情報・ご来場のお客様へのお断りは、会場のホームページをご確認ください。
※本公演はマスクを着用されていない方のご入場はお断りいたします。

●主催/東奥日報社、東奥日報文化財団、アート&コミュニティ、青森放送
●特別協賛/青森県ラピア建築協議会 ●協賛/青森銀行、みちのく銀行、青い信用金庫、三八五流通グループ、寺下建設

【お問い合わせ】 八戸公演 八戸市公会堂
八戸市内丸一丁1-1 TEL 0178-44-7171 (<https://hachi-kokaido.com/>)

初心者向け

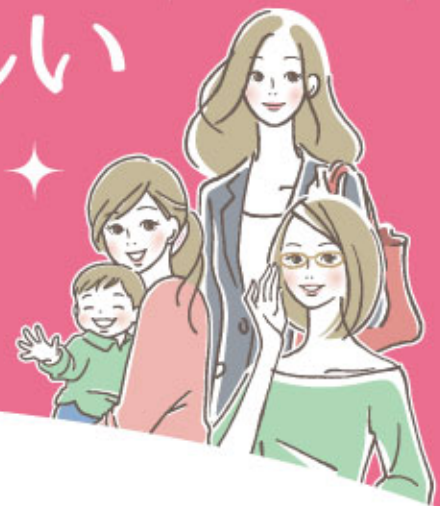
初心者向けの分かりやすい内容で人気!

女性のためのやさしい マネーセミナー

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い
ましょう!

人生100年時代と言われる今。かしこくお金と付き合って
安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!

かしこい運用で
10年後に差をつける

無理のない
家計節約術

話題の「NISA」
「iDeCo」も解説

人生3大支出の不安を
安心にかえる貯蓄術

即効性のある
保険節約術

こんな方におすすめ!

- お金のことに少し興味があるけどどこから調べていいかわからない方
- 投資を始めてみようと思っている方
- 既に投資を始めているけれど、正直、どうなっているかわからない方
- 加入している保険を見てほしい方

セミナーで何が聞けるの?

Q. 初心者向けって書いてあるけど私でも大丈夫?

金利・複利・インフレ・投資信託…、お金周りの用語も分かりやすく説明します。

Q. 老後のお金ってどの位必要なの?

お1人お1人の年収や年金の種類、資産状況により違いますが、このセミナーでは、代表的なモデルケースとして3パターンほどご紹介します。

Q. 入っている保険も見たい

保険は、家計にとって大きな支出を占めていることが多い割に、しっかり理解して加入している方が少ないんです。保険の種類の説明と、FPから見た保険の選び方をご紹介します。

Q. 投資商品を教えてくれるの?

投資とはそもそも何を指すのか? 始めてからの運用方法、投資をするにあたってのリスクを丁寧に説明し、特に時間をかけて行います。そのうえで、リスクを出来る限り抑えた投資の仕方をご紹介します。特定の商品の説明はしていませんので、勧誘等もありません。

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。具体的な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。自分できるところ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)

2/18 (土) 13:30~15:30 | 25 (土) 13:30~15:30 | 26 (日) 10:00~12:00

●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) ※開始時間の15分前から受付開始

講師



吉岡 菜美子



小松 聡純



向田 功見子

お持ち帰り
紅茶ギフトつき



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。

FWD RKC 株式会社RKコンサルティング

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
セミナーHP <https://rk-moneyseminar.jp>

※金融関係の方、同業他社の方、営業や情報収集を目的とした方のご参加はご遠慮いただいております。※応募者の個人情報は弊社からの案内発送やメール連絡、当日の受付に使用します。弊社の個人情報保護方針はHPをご覧ください。

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。

