

Free Magazine

暮らしに彩りをプラス

VOL 231

Posting & TakeFree

# Plus



PlusHP

2024.10.11 発行

発行部数 100,000部  
(八戸市内 80,000部配布)

X(旧 Twitter) Instagram @plushachinohe

**八戸智徳** 八戸智徳  
中学校硬式野球クラブチーム

**随時体験受付中**

申し込み 問い合わせ

小学6年生から中学校2年生で硬式野球に興味があれば、お気軽にお問合せください。

八戸智徳リトルシニア事務局 HACHINOHE

心を豊かにする

# 読書

どくしょ

特集 P4-P5

ゆったりした気持ちで本に向き合う絶好の季節が到来しました。

今号では本を愛する店主さんたちが営む個性的な古本屋さんをご紹介します。新書店ではお目にかかることのできない本も多く取り揃えておりドリンクやフード提供を行うなど、各店こだわりの嬉しいサービスにもご注目ください。楽しい、面白い、思いもよらなかった本との素敵な出会いが皆さんに訪れますように。元々の本好きさんも読書初心者の方も気軽に訪れて、あなたにぴったりの一冊を。心に染みる本は記憶にずっと残ります。本って本当に素晴らしいですね。そんな、秋です。



撮影協力：GERONIMO (ジェロニモ)

お店により新書も取り扱っております

## 灯油の配達はお任せください

24時間LINEで注文可能!



参加締切 2024年10/31 23:59まで

### 10月応募プレゼントキャンペーン!

応募は公式LINEをお友達登録・お客様情報登録するだけ!!



抽選で20名様に  
はれわたり  
10kg  
プレゼント!

- 油屋金太のLINEをお友達登録しておくといっぱい♪
- いつでも灯油の単価が確認できる!
  - 時間を気にせずいつでも配送予約ができる!
  - 予約の確認、変更もできる!

LINEから「友だち追加」をクリック!



便利な定期配送をオススメ!

※定期会員は年3回以上継続給油される方に限ります。

- Point.1 ホームタンク給油通常価格より1Lあたり3円引き!
- Point.2 混雑時や緊急時など優先対応!
- Point.3 灯油切れがないので安心!
- Point.4 減った分を満タン給油!



(株)日本システム 受注センター

# 油屋金太

〒039-1101 八戸市尻内町泉沢29-25

## 0178-27-9727

油屋金太 検索 <https://nihon-system.com>

電話受付時間 [月~土] 8:30~17:00  
※日曜・祝日は除く

最新単価やお得な情報もここからチェック!



腰痛と股関節の痛みが日頃から悩まされている  
Pimo・美々さんが体験してみました!

痛みの根本的な原因を探するため、先生と一緒にポイントとなる箇所を丁寧に探していきます。



痛みの原因を見つけたらそこに「気」を送ります!

さっきまでの痛みがウソのように全然痛くない!! 不思議! これで張り切って釣りにいけちゃう~♡

施術後  
ラクに曲げられるように!

CHECK!  
腰が痛いからといって腰が原因とは限らないんです!

Pimo 美々さん 50代 釣りレジャー

## 揉まない、強く押さない、バキバキしない 医療従事者や有名アスリートも認める気導術

体の様々なつらい痛みを悩んでいる方がいらっしゃると思いますが、その中でも不調を抱えるNo.1部位が、腰・肩。八戸市類家にある「八戸整体」は、「病院に通っても症状が良くならない」と、腰痛と肩こりに悩まされる方の駆け込み寺として、延べ3万5千人以上を治療してきた実績のある整体院です。

同院の施術法は、痛み所を揉んだり、骨をボキボキするのではなく、痛みの本当の原因を見つけ「気」を送り、痛みを取る「気導術」。最近ではメジャーリーグの選手をはじめとする有名アスリートへの施術など、世界中に浸透しつつある、日本生まれの独自の「気」のパワーを使った施術法です。

骨をボキボキする整体では、骨格のゆがみやズレを原因

と考えますが、同院では、筋肉の異常や体の重心といったバランスを原因と考え、痛みの根本的な原因を探し出し、そこに直接アプローチ。「気」のパワーを使うことで、身体の痛みだけでなく、心的ストレス症状にも対応できるのが気導術の特長です。

気導術は現在、国内だけでも6,000名以上の方が身に付けていて、その約半数が医療従事者。そしてその中には、100名を超えるドクターもいるそう。この事実は、人の身体を治すための医療現場で気導術が「プロが効果を出すためのハイレベルな技術」であることの証。

「病院に通っても症状が良くならない」「気導術がどういったものか知りたい」という方はまず、初回限定コースを体験してみませんか?

スピリチュアル施術に興味ある方/  
どなたでも出来るようになります。  
ご自身と家族の健康のため、独立開業したい方、  
気導術整体を勉強してみませんか?

日本気導術学会認定 第15期

### 気の整体 受講生募集

申込締切:11/8(金)  
開校日:11/17(日)

お問合せ 八戸整体  
TEL.0178-22-0314

第11期卒業生

初回限定(60分) 気導術整体コース 初診料 2,200円 50分 7,700円 通常 9,900円(税込) 約67% OFF

プリウスを見た! で 3,000円(税込) ※初診料・施術料込み

### 八戸整体 要予約

〒8 八戸市類家3-6-18 ☎0178-22-0314 🕒9:00~18:00  
🗓️日曜日 📍あり

ホームページ

※表示価格はすべて税込です。

## 福祉施設職員・訪問入浴看護師募集!

### 採用試験のご案内

応募締切:10月28日(月)

令和7年4月1日採用 | 試験日11/2(土)

福祉施設職員	仕事内容	福祉施設における児童・障がい児・障がい者・高齢者の生活支援及び一般事務
	必要な資格	社会福祉士、精神保健福祉士、公認心理師、介護福祉士、教員免許、保育士、社会福祉主事任用資格、介護職員実務者又は初任者研修修了のいずれか
	給与	大卒 207,500円 短大卒 196,700円 ※そのほか扶養手当・住居手当・寒冷地手当・賞与
訪問入浴看護師	仕事内容	訪問入浴サービスを利用される方の健康管理 入浴介助及び記録などの一般事務
	必要な資格	准看護師
	給与	准看護養成2年卒 204,300円 ※そのほか扶養手当・住居手当・寒冷地手当・賞与

\*資格は、令和7年3月31日までの取得見込を含みます。給与は、処遇改善手当を含みます。

勤務地 八戸市内の事業団が運営する施設  
勤務 シフト制・週38時間45分  
休日 週休2日・有給休暇(初年度10日間) リフレッシュ休暇(年4日間)・結婚休暇など

★採用試験の詳細内容は、ホームページをご覧ください。臨時職員の募集案内もホームページに掲載中です。

社会福祉法人 八戸市社会福祉事業団  
〒039-1166 八戸市機城八丁目8番39号  
TEL(0178)41-1215 E-mail mgt-div@hsfj.or.jp

八戸ワイン産業振興プロジェクト応援企画催事 第17弾

HACHINOHE PARKHOTEL

## 八戸毬姫牛 5thアニバーサリー& ワインを愉しむ会

11/29 金 Fri

時間 18:30~

お一人様 12,000円  
お料理・お飲み物(税・サービス料込)

主催: 株式会社イチカワファーム  
共催: 八戸ワイナリー / (株)八戸パークホテル

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

年に一度の大特価!

# エステSALE

脱毛、ボディ、フェイシャル すべて

## 最大 40% OFF

ただいま絶賛開催中!

詳しくはお問い合わせ下さい。

エステサロン majewel 八戸市石堂2-21-2 レカンプレイス2F  
Tel.0178-32-0755  
●営業時間/10:00~19:00  
●定休日/火曜日 完全予約制

# 中心街のと真ん中で 炉端88(はちはち) 手ぶらで気軽に楽しめる炉端焼き!!

今年7月にグランドオープンした「炉端88」は、大きく開放的な常設テントが店舗となっており、友人や仕事仲間、家族とともに炭火BBQを思う存分楽しめるテンション爆上がりのお店! 中心街を明るくしたい一心の店主さんが、八戸ならではの食材を豪快に振舞います。

オススメの看板メニュー「海鮮セット」は、豪華な4種の海のお宝が一度に楽しめ、網の上でジュージュ焼かれると、誰もがニンマリ笑顔のひとつき。海鮮メニューのほか肉メニューもあり、さまざまな食材を味わえるのも魅力です。お得な飲み放題メニューとともに、貸し切りなど宴会もオススメですよ!

人通り賑やかな三日町を眺めながら乾杯ができ、地元客はもちろん観光客でも賑わう、新たな街なかのスポットが誕生しました! 飛び込み大歓迎! もちろん手ぶらでOK! 今ならSNSアップでイカ串300円が無料! さあ、行かなくちゃ!

ちなみに読者モデルのP!mo・フルちゃんは、トロサーモン串(500円)をととても美味しく平らげました。

### 炉端88(はちはち)

青森県八戸市三日町21-1 八戸まちなか広場「マチニワ」隣ジャリニワ内  
 ☎ 090-8590-8889 定休日 不定休 休 日なし Instagram robata\_88\_89  
 四日～土曜日 17:00～22:00 (20:30 L.O.)  
 日曜日 14:00～20:00 (18:30 L.O.)

※表示価格はすべて税込です。



## 持ち込みOK!!

人気NO.1 ロングベーコン 400円

人気NO.2 大ほっけ 800円

人気NO.3 八戸 穂姫牛串 800円

豚バラ 400円

ほたて串(大) 400円  
他その他単品メニューがいろいろあります

海鮮セット 1,800円  
カニみそ、貝付ほたて、とろサーモン、赤えび

迷ったらまずこれ!

### 飲み放題 90分 2,000円

ビール、角ハイボール、各種サワー、ノンアル、ソフトドリンク

※ビール、角ハイボール無 1,500円  
※席代(英代) 500円

グループ全員で飲み放題をご注文していただくと、お持ち込みもOK!

### セルフ日本酒(地酒) 1杯 300円

好きな銘柄を自分で選んで飲み始めちゃう!

# 高価買取 おたからや 驚きの高価買取

眠ったお品物が 化けちゃうぞ?!

丸いおな 女優タレント

金 貴金属・プラチナ

当時流行った喜平のネックレス等 2,145,500円

昔買った指輪 724,900円

金の杯・銀の杯 984,200円

天皇陛下御即位記念 10万円金貨 399,900円

「これ金なのかな?」ご相談大歓迎! どんな状態のお品物も喜んでお買取させていただきます!

刻印がない金製品 / 離れたアクセサリー / 万年筆のペン先 / 工業用金銀 / 金貨

## おたからや店舗案内 さくら野百貨店八戸店

青森県八戸市三日町13 さくら野百貨店八戸店2F  
 【営業時間】10:00～18:30

おたからや 業界最多級 買取金額最大 2倍

10/31まで おたからや ハロウィン特別クーポン

即日現金買取・査定料無料・手数料無料

高価買取 おたからや

0120-555-600

【受付時間】8時～21時 お問い合わせ先: はじめてのご相談・出張買取予約などお気軽にお電話ください!

古物屋業法に基づき、身分証明書のご提示が必要です。ご来店の際は右記のいずれかを必ずお持ちください。【運転免許証/マイナンバーカード/各種健康保険証/在籍カード等】 株式会社いーふ5ん 古物商 青森県公安委員会許可 第451380001308号

# 読書



お気に入りのカルチャー書籍に  
きつと出逢える

今年8月、八戸市の中心街にNEW OPEN。特筆すべきは、映画、音楽、写真、広告、建築などの専門書で、近隣では入手できないようなものが数多くある圧倒的なラインナップ。民族史、郷土作家にまつわる書籍も多数揃っており、カルチャー書籍のお宝がわんさか！約1万冊の蔵書の中からお気に入りの一冊を手に取り、カウンター、ベンチ、チェア席でドリンクを片手に、本の奥深い世界へ身を委ねてみませんか。

■ 八戸市三日町32 江口ビル3F  
 ☎ なし ☎ 13:00~19:00  
 ☎ 月・火曜日 ☎ なし  
 Instagram geronimo\_3f



店主さんのセンスが光る店内装飾はすべて手作りDIY  
 買取りや引取りもお気軽にどうぞ!

姉妹店 AND BOOKS の各種ドリンクを飲みながら本を選ぶ事ができます

BEER	SOFTDRINK
●ギネス 800円	●水出しアイスコーヒー 500円
●ハートランド 600円他	●レモンスカッシュ 500円他



# アンドブックス ANDBOOKS

古本屋GERONIMO(ジェロニモ)の姉妹店で、こだわりの店主さんが営む隠れ家的カウンターバー。食文化、お酒にまつわる本や店主さんが好きな猫に因んだ本、雑誌類が並ぶ。研究を重ねたという10種のスパイスが効いたカレーの有名店でもあり、カレー目当てに訪れるお客さんも多いとか。静かに音楽が漂う落ち着いた雰囲気雑誌をめくりながら、一杯のお酒が心に染みるんだなあ、これが。

■ 八戸市十六日町48-3本多ビル2F  
 ☎ 090-2275-3791 ☎ 19:10~24:00  
 ☎ 月・火曜日 ☎ なし  
 Instagram and\_books2018



まるで別時間が流れているような非日常空間



全10席ほどの店内は一人でゆっくりくつろげます

店主さんの好みでウィスキーはスコッチのみ約50種類。

SOFTDRINK 550円  
 ●ハイネケン0.0(ノンアルコールビール)  
 ●オレンジジンジャー 他

BEER  
 ●ミッケラー 950円

WHISKY  
 ●スコッチウィスキー 1shot 750円~

●マッシュルームカレー 950円

ドリンク1杯注文で入場無料♪  
 若い方の発表の場として提供しており、ただ今写真展を開催中。

# ゲーム&ワークショップ

●開催時間 10:00 ~ 16:00 ※各イベントは無くなり次第終了

2店舗同時開催 人気 おばけランタン ¥300(税込)  
 12日 13日 14日  
 暗いところでやさしく光る! かわいいおばけランタンをデコレーションしよう

2店舗同時開催 人気 ハロウィンお面 無料  
 12日 ~ 18日  
 カモイのマスクングテープを使ってデコレーションしてみよう!

2店舗同時開催 初 おばけボウリング ¥300(税込)  
 19日 20日  
 おばけをたくさん倒して景品をゲットしよう!

2店舗同時開催 初 ドキドキ掴み取り ¥200(税込)  
 19日 20日  
 お菓子や小さなおもちゃがたくさん入ったドキドキワクワクの掴み取り! 話題になったあの目玉グミも入っているかも!?

# キッチンカー&ハロウィン限定おかし

★出店時間は各キッチンカーのSNSでご確認ください

類家店 14日 初 Haruharu Crepe  
 たっぶりのフルーツとフルーツソースが自慢のクレープ屋さんです。  
 ★季節限定商品★ マロンくるみクレープ ¥650(税込)

売市店 16日 AGERU  
 サクサク軽い骨無しフライドチキンやフライドポテトを楽しめるお店です。

売市店 17日 Pizza 217  
 耳まで美味しい焼きたてのナポリピZZアを楽しめます。

委託販売 12日 ~ 無くなり次第終了  
 売市の人気パティスリー ソレイユ  
 ハロウィンお菓子を限定販売! ※無くなり次第終了

その他にもハロウィン向けお菓子がいっぱい! ハロウィンパーティにぴったりのお菓子だよ!

## アダチ文具券販売中

買って嬉しい文具券です。500円券、1000円券がございます。取り物にどうぞ。

ギフトもお気軽に相談ください  
 こども会・町内のイベントの景品、個人でのギフト商品など、お客様のご要望に応じてご利用します。お気軽にご相談ください。

無料! 期限なし! お得なポイントカード  
 ・通常価格商品が200円(税込)で1ポイント  
 ・特別価格商品は500円(税込)で1ポイント  
 ・クレジットカード・キャッシュレス決済は500円(税込)で1ポイント  
 ・40ポイントで500円券になります。

ご了承ください  
 ・店内商品表示価格は全て税込価格です。  
 ・高値商品は予告なく変更になる場合がございます。  
 ・アダチ文具券・券面ハガキ・切手・印紙・一部特価商品は割引対象外となります。  
 ・店舗により差額が異なるため、画像はイメージです。

## 各種SNSで情報発信中!

クーポンやお得な情報、新商品情報など楽しい情報がいっぱい! 是非ご登録&フォローお願いします

LINE  
 ●お友達登録で10%OFFクーポンプレゼント!  
 ●毎月10日は20日まで使える5%OFFクーポン配信中!

X(旧Twitter)  
 @adachi\_buncho

Instagram  
 @adachibuncho

## 店舗のご案内

営業時間 9:30 ~ 20:00

- 類家店 八戸市類家五丁目2-1 TEL 0178-43-9430
- 売市店 八戸市売市三丁目1-3 TEL 0178-51-8160

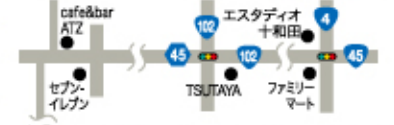
文具はおもしろい!



## 絵本とサンポ

一昨年前、十和田市にオープンした一組限定、貸切制の小さな絵本屋さん、子育て中の皆さんがホッとできる場所で、自然に包まれた秘密基地のよう。心がほんわかする、くすっと笑ってしまう、やさしい母心を思い出す絵本と、こだわりのドリンクとともに、大切な方と楽しい時間をごゆっくりお過ごしください。自由に遊んでね。

〒100-0001 十和田市西四番町7-52-1  
 ☎なし ☎10:00~15:30  
 ☎土・日・月曜日・祝日  
 ☎あり(2台)  
 Instagram ehontosanpo2022



完全予約制  
 90分貸切  
 0歳無料  
 大人 1,500円(1ドリンク付)  
 子ども(1歳~6歳で) 500円(ドリンクなし)



ドリンク 550円  
 ●自家焙煎コーヒー  
 ●デカフェコーヒー  
 ●ハーブティー  
 ●紅茶 他

ドリンク 300円  
 ●青森県産りんごジュース  
 ●しそジュース(自家製)

おすすめの本  
 お母さんの宝物 1,485円  
 十和田市出身、在住の作家の母の愛が詰まった本

こんとあき 1,430円  
 オーナーさんと自身のお母さんの思い出の本

カードゲーム  
 あおもりレシピ 1,540円

自家焙煎珈琲を楽しみながら  
 お気に入りの一冊を



本が大好きな店主さんの人柄がにじみ出るような明るく温かい雰囲気、親子で楽しく訪れることができる愛らしい店名の書房は、昨年6月にオープン。小説をはじめエッセイ、子育て、健康、教育、自然他、様々なジャンルの文庫本を中心に約2,500冊が並びます。新書は店主さん好みの生物、環境問題の専門書と児童向けの絵本をご用意。おいしいコーヒーを飲みながら、あなたの一冊を探してみてください。

〒100-0001 八戸市根城5-2-13  
 ☎090-5239-9968 ☎10:30~16:30  
 ☎月・火・水曜日 ☎あり(店裏に1台)  
 ☎八戸かるがも書房 検索



Happy

●ブレンドコーヒー 250円  
 ●ジャスミンティー 250円  
 ●リンゴジュース 280円  
 ※小学生はジュース類150円(ソフトドリンクのみ)

1ドリンクご注文か、本1冊お買い上げでテーブル席をご利用できます。



文具はおもしろい/  
 Adachi

# アダチ文具 Halloween Marché

アダチでハッピーハロウィン!  
 期間中は楽しいイベントがいっぱい!

ハロウィンマルシェ  
 10/12(土) ~ 20(日)

## イチオシイベント

●開催時間 10:00~16:00  
 ※各イベントはなくなり次第終了

2店舗  
 同時開催  
 12(土)  
 13(日)  
 14(月)

大好評  
 窓にラクガキを  
 しよう!



無料  
 窓にも書ける人気のクレヨンでお店の窓にラクガキしよう!  
 ※定員に達し次第終了

田澤  
 洋紙店  
 コラボ  
 類家店 12(土)  
 売市店 13(日)

初  
 ハロウィンリースを  
 作ろう!



¥300(税込)  
 ●類家店...限定 30個  
 ●売市店...限定 20個  
 紙パーツをかさねて貼るだけの簡単リース!  
 ○所要時間:10~20分

初  
 カボチャフレームを  
 作ろう!



¥650(税込)  
 ●類家店...限定 10個  
 ●売市店...限定 5個  
 台紙に細い紙を縫うように差し込んで作るアートです  
 ○所要時間:20~30分

**プラス**  
INFO

編集部  
に届いた  
お便りや、  
近隣の  
イベント  
情報を  
お届け  
します!

**EVENT INFO**  
近隣の  
イベント  
情報は  
変動する  
場合があります

**10/12(土)・13(日)**  
**道の駅 十和田湖 オープニングイベント**  
ご来場者へオリジナルワイン・十和田湖ひめま  
魚番がプレゼント(先着順)されるほか、ステージ  
イベントもあります。【時間】10:00~15:00【場所】道  
の駅十和田湖【料金】入場無料  
(販売あり)【問合せ】小坂町観光  
産業課 0186-29-3908

**10/12(土)・13(日)・14(月)**  
**第8回 おいでよ道の駅おがわら湖  
あつまれキッチンカー**

今回は初出店12台を含む、総勢47台が集結!【時  
間】9:00~16:00(最終日~15:00)【場所】道の  
駅おがわら湖【料金】入場無料(販売あり)【問  
合せ】道の駅おがわら湖 湖遊館 0176-58-1122

**10/13(日) 新郷ふるさとまつり2024**  
郷土芸能フェスティバル、ものまねアーティスト  
ショーほか、新郷ふるさと物産まつりも同  
時開催!【時間】10:00~15:00【場所】間  
木ノ平グリーンパーク【料金】入場無料  
(販売あり)【問合せ】新郷村みらいを創  
造する協議会 0178-78-2111

**10/13(日) MISAWA BBQ**  
**ジャンボリー2024 ~地産地消みさわ~**  
秋の祭典「三沢の文化「バーベキュー」を中心とし  
た、体験・参加型のイベントです。【時間】9:45~  
15:30【場所】道の駅みさわ 斗南蒲  
記念観光村【料金】入場無料(BBQ  
チケット有料)【問合せ】(一社)三沢  
市観光協会 0176-59-2311

**10/19(土)・20(日)**  
**第13回タブコマルシェ**  
手作り雑貨や飲食ブースなどの

店舗が出店、創って遊べる楽しいマルシェ!【時間】  
10:00~16:00(20日~15:00)【場所】田子町タ  
ブコマルシェ【料金】入場無料(販売あり)【問  
合せ】タブコマルシェ運営委員会 080-6645-7227  
(担当:川名)

**10/20(日)**  
**ナニヤドラ選道**  
**ふるさと産業フェスタ2024**  
グルメブース、物販ブース、企業PR・  
体験ブースなど盛りだくさん♪各市町村のおい  
しいのしずけな1日!!【時間】10:00~16:00  
【場所】長根屋内スケート場 YSアリーナ八戸【料  
金】入場無料(販売あり)【問合せ】八戸市商工  
労働まちづくり部商工課 0178-43-9242

**10/20(日) 第25回全国朝市サミット  
2024 in 八戸**  
通常出店する約300店舗が出  
店し、プラス全国から15の朝市  
団体も出店参加。【時間】3:00  
~9:00【場所】館鼻岸壁朝市  
【料金】入場無料(販売あり)【問  
合せ】全国朝市サミット実行委  
員会 070-2004-6524

**配布地域**  
■八戸市・階上町蒼前地区(ポストイン)  
■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・ラビア  
カプセンター長苗代店  
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!

次号 vol.232 特集 **10/25** 発行  
「紅茶の日」

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**

待望の  
**第4期生 募集!**

2024年  
**10月26日(土)**  
スタート

**Annabruxa**  
スピリチュアルカウンセラー養成講座

◆いままでも得た  
古い知識を利用したい  
◆占い師やカウンセラーとして副業したい  
◆今の仕事に+αするスキルとして  
講座内容や料金等詳しくはコチラ▶

八戸ポータルミュージアム  
はっち3F たまに庵  
お問い合わせは電話または下記QRから  
tel.0178-43-3937  
11:30-15:00 火曜日  
アンナブルージャ 検索

**Plus+ Presents**

**読者プレゼント** 【締切】10月16日(水)  
※ハガキの場合は当日消印有効

**エステサロンmajewel** マジュエル  
**A-231**  
ベーシックフェイシャル  
45分コース  
(5,500円相当)  
無料体験券  
3名様  
新規のお客様限定

**はちばち 炉端88**  
**B-231**  
1,000円分の  
お食事券  
5名様

**かるがも書房**  
**C-231**  
書籍  
2割引券  
5名様  
在庫のみに限る

**絵本とサンボ**  
**D-231**  
お子さまの  
リンゴジュース1杯  
引換券  
2名様

**cocofitness**  
**E-231**  
VIRTUALルーム  
ペア無料体験  
(1枠/4,000円相当)  
5名様

**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★

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

上記の答えは次号のプラスに掲載します。

**セミパーソナル** 完全個室  
1人のトレーナーが複数人同時指導  
個別に目的に合わせたメニューをカスタマイズ

**フリートレーニング** 完全自由  
セミバを使わない日や  
運動に慣れていない方に  
オススメです!

**LES MILLS VIRTUAL** 完全自由  
薄暗い空間で没入感満載  
周りの目を気にせず集中できます!

**ヨガクラス** 完全自由  
少人数制なので  
フォーム修正の指導あり  
終了後の達成感が  
断然違います!

**11月導入決定!**  
**NEW フリンピラティス**  
インナーマッスルへのアプローチ!リハビリが起源である  
ピラティスですので運動が久しぶりな方でも安心です。

**無料体験&入会キャンペーン開催中!**  
**新規会員登録 10.31**  
まで

無料体験後に当日入会で、  
**体験料 0円!! + 入会金 5,500円!!**  
1,000円 → 0円!! 11,000円 → 5,500円!!

ご入会・体験申込・  
お問合せはWebから

〒039-1101 青森県八戸市沢内町番田30-3  
(営業時間) 月~金:8時~22時/土日:6時~22時  
(定休日) 毎年1月1日(元日)のみ休業  
(ノースタッフアワー有り)  
営業カレンダーでご確認ください。  
※営業時間等は変更になる場合がございます。

八戸駅西口から車で5分

**“急がば学べ!”**  
**ハロートレーニング**  
~公共職業訓練~

**12月開講募集中!**  
**住宅建築施工科**

受講期間(6カ月):12月3日(火)~令和7年6月3日(火)  
再就職をめざし、職種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。

募集期間 **10/10(木)~11/13(水)** 定員 15名  
※筆記試験、面接(11/19(火))があります。

受講場所 八戸市類家二丁目7-40 八戸地域職業訓練センター内  
受講申込先 居住地を管轄するハローワーク  
お問合せ先 TEL:0178-73-5535 又は ハローワーク  
開学説明会 ①10/24(木)10:00~ ②11/5(火)10:00~  
(電話申込)0178-73-5535 ※別日に個別説明会開催可

受講のメリットは?  
✔ 受講料は「無料」です。(テキスト代等は自己負担) ✔ 充実した「就職支援」があります!  
面接指導や応募書類の添削支援、個別相談など就職活動をサポートします。

「らしく、はたらく、ともに」 独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構(JEED)  
**JEED ポリテクセンター青森 八戸実習場**

# ジブンハウス

住む人の価値観に柔軟に対応するシンプルなつくりと、細部にこだわりが見える家。規格だからこそ透明性のある納得の価格とオプションラインナップが魅力です。



## 八戸市下長1丁目 分譲地

面積: 159.29㎡(48.1坪)  
価格: 920万円



土地情報

所在地: 八戸市下長1丁目17番地 (分譲地内)

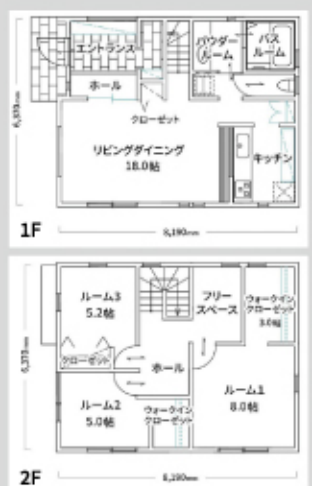


■交通/石堂2丁目バス停から徒歩3分 ■用途地域/第一種低層住居専用地域 ■建ぺい率/50% ■容積率/80% ■(株)東北産業での建築条件付き物件 ■設備/東北電力、公共上下水道 ■取引態様/売主 ■下長小学校まで徒歩11分/下長中学校まで徒歩9分

## ジブンハウス「79A」

広めな玄関は家の顔  
我が家の一番好きな空間に

延床面積  
103.52㎡(31.31坪)



オーソドックスに一番使いやすい長方形のLDKで、必要なものは全てここに。まず入ってすぐの玄関はゆったりとした間口で、趣味のグッズもおける便利なシューズクロークが。18帖のリビング・ダイニングは掃き出しの窓に向かって大きく開けています。パウダールームの洗面台も広々としていて、2階の主寝室には大きなウォークインクローゼットを備えています。各部屋に十分な収納を確保しながら、使い方自由のフリースペースが空間の使い方の幅を広げます。

## 見積シミュレーション

### ■土地を購入して建築する場合

①本体工事価格	3LDK 東北三県仕様	税込	21,300,000円
②外構工事	AS舗装、砕石敷き、物置	税込	1,650,000円
③付帯工事	給排水、電気工事等	約	1,250,000円
④諸経費	書類作成 申請手数料等	約	2,200,000円
⑤土地購入費用	弊社所有 下長分譲地 S-2	約	9,200,000円
合計 ①+②+③+④+⑤			約 35,600,000円
[3,560万円融資を受けた場合]頭金0円/ボーナス払い0円			月々 89,177円

### ■建物(諸経費・消費税込み)のみの場合

合計 ①+②+③+④	計	26,400,000円
[2,640万円融資を受けた場合]頭金0円/ボーナス払い0円		月々 66,131円

※住宅ローン40年返済 変動金利0.95% お支払い例

ご相談・資料請求は  
ホームページからどうぞ!



東北産業一級建築士事務所 青森県知事第1584号

八戸市下長4丁目10-3 TEL.0178-20-6233 定休日/水曜日

<https://www.touhokusangyou.jp> Instagram [touhoku\\_sangyou](https://www.instagram.com/touhoku_sangyou)

特定建設業許可(特-2)第9864号 青森県知事免許宅地建物取引業(11)第1901号

初めての方でも安心  
株価の変動に左右されない、  
賢いお金の育て方を学びませんか?

人生100年時代と言われる今。かしくお金と付き合ってお金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?  
全国で年間5,000人以上が参加している人気のセミナー

# 女性のためのやさしいマネーセミナー

初心者向け

参加費  
無料

今こそお金と真剣に向き合おう!

こんな事が学べます!

かしく運用で  
10年後に差をつける

無理のない  
家計節約術

話題の「新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

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。自分ですべて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】八戸プラザホテル 青森県八戸市柏崎1-6-6 ※本八戸駅(南口)より徒歩7分 駐車場 300台

10/26(土) 14:00~16:00  
10/27(日) 10:00~12:00

【講師】



三浦 睦



田端 渉

●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

RK 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  
〒272-0023 千葉県市川市南八幡4-17-8 Jプロ本八幡ビル7F  
[セミナーHP] <https://rk-moneyseminar.jp>

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。

0120-367-377  
セミナー担当/月~金曜10:00~18:00  
※二次元コードが読み取れない場合は上記のフリーダイヤルからお申込みをお願いします。

かんたんフォーム申込み  
<https://form.run/@rkinc-aomori>



※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。

10/20(日) 9:30~14:30

# 吉幾三公式キャラクター 就任記念イベント



オリジナル  
フェイスタオル



八戸秘姫牛 肩ロース410グラム



オリジナル  
BOXティッシュ5P

## 互助会加入特典

ご加入いただいた方に

### 3点全てプレゼント!

※加入手続きの際には、初回金・引落し口座・銀行印を御用意下さい。



### ご紹介特典として

ご加入済みの方も!

新規ご契約者さまをお連れ頂きご加入された場合

**吉幾三オリジナルグッズいずれかひとつプレゼント!**



先着**100**名様に新曲CD  
「風ぐるま」をプレゼント!

更に!! ケーキ&ドリンクを  
**無料でお振舞い!!**



※なくなり次第終了とさせていただきます。  
※お一人さま1セット限り。※写真はイメージです。

い くそう  
**1+9=10円市**

- たまご 100パック
- アレンジ花 100個
- カップ麺 300個

お1人様  
各1つまで



※なくなり次第終了とさせていただきます。※写真はイメージです。

当日ご加入いただいた方の中から抽選で10組20名様に当たる!

吉幾三八戸後援会クリスマスパーティー

## 特別ご招待

抽選会<12:00/14:30> ※各回5組様/ご契約1名様につき1回のみ抽選

※パーティーの詳細はイベント当日にお知らせします。

開催  
場所

## 報恩会館 根城

〒039-1166 八戸市根城7丁目16-3

※当日は吉幾三さんの来場はございません。



八田グループ  
公式キャラクター  
**吉幾三**

主催

八田グループ (株)報恩互助会  
青森県八戸市諏訪1丁目15-1

お問い合わせ先 受付時間10:00~16:30(日・祝日を除く)

**TEL.0178-44-2427**

