

新しい魅力の発見

街なか散歩

特集 P4-P5

今号は、最大震度6強を記録した地震から約ひと月半を経た八戸市中心街を、ゆっくりと歩く特集です。皆さんは「まち」を、じっくり、くまなく歩いたのは、いつですか? 見慣れた通りにも、ふと足を止めれば、面白いこと、思いもしない出会いがきっと見つかります。

冬だからこそ感じられる、人の温もりや想いも目にすることも。街角に、ビルに、お店に、ガラスに、鏡に映る「いまの自分」。まだまだ続く厳しい寒さの中、厚着して、足元を整えて、さあ「まち」へ出よう!

楽しみながら、この「まち」の今を見つけに行きましょう。暮らしに彩りをプラスしてほしい想いを、いつも胸に。私たちプラス編集部が街なか散歩です。

いわて山形村短角牛でナイト

令和8年 2/22(日) 18:00~20:00

受付 17:00から 開場 17:30

場所 八戸プラザホテル 〒031-0081 青森県八戸市柏崎1丁目6-6 TEL:0178-44-3121

前売 12,000円 当日価格 15,000円

小学生以下:3,000円(お子様短角牛プレート)

2時間飲み放題付き 定員:100名

申込み受付 2月13日(金) 17:00まで 【定員になり次第終了】

申込フォーム

主催:山形村短角牛活性化推進協議会 (久慈市、新岩手農業協同組合、新岩手くじ短角牛生産部会、JA新しいてくじ短角牛肥育部会)

共催:(有)総合農産山形村、いわて牛普及推進協議会 後援:(一社)久慈市観光物産協会、八戸プラザホテル、八戸せんべい汁研究所、久慈まめぶ部屋

【申込フォームまたは、事務局へ電話をお願いします。】

山形村短角牛活性化推進協議会 事務局 TEL:0194-72-2129

(久慈市役所 山形総合支所 産業建設課) 受付時間:平日/9:00~17:00

山形村短角牛とは… 春から秋は広大な牧場で自然放牧により育ち、ストレスがなく健康な牛となります。その後は、安全安心な国産飼料100%で育てられ、ヘルシーな牛肉本来の旨味の深い味を堪能できる赤身肉です。須田総料理長も絶賛のお肉!!

お楽しみイベント

＜ウェルカムイベント＞

「久慈まめぶ汁」「八戸せんべい汁」の汁-1グランプリ

連続久慈市長が来る!

山形村短角牛商品が当たる抽選会

会場では山形村短角牛特別販売会(Instagramフォローで割引あり)

全国闘牛サミット in久慈大会PR

令和8年6月14日に10年ぶりに久慈市山形町で「全国闘牛サミットin久慈大会」が開催されます。

会場にて、平庭闘牛PRキャラバン隊が闘牛大会の紹介を行うとともに、来場者に抽選で招待券をプレゼント!

山形村短角牛を贅沢に使ったフルコース

山形村短角牛のロースト

赤ワインソースとロックホールチーズ

山形村短角牛のトウガラシ

内もものタルタル

山形町産原木しいたけと

寒め法蓮草のブランデーコンソメスープ

完全
予約制

第3弾

終活フェア

2026

2/15日

開催時間

9:00~16:00

会場

売市玉泉院

セミナーに参加して頂いた方限定

お米 まっしぐら
(令和7年産 5kg)

2,000円(税込)で

特別提供

一世帯につき1袋限定

セミナー
開催時間

- ① 9:30
- ② 11:00
- ③ 13:00
- ④ 14:30

各時間
30組まで

ご来場記念品
アンケートご記入の方

たまご
1パック進呈

1世帯につき1パック限り

※イラストはイメージです。

メモリアル
フォト撮影

記念の一枚を
撮ってみませんか

- ・台紙つき
- ・参加費無料

1世帯につき1枚限り

骨の
健康チェック

してみませんか?

かかとで
計るよ!

あなたの今の状態は?
簡単にチェックできます!

参加
無料

お墓・お骨の
無料相談ブースあります!

- ・墓じまいはどうしたらいいの?
- ・永代供養っていくらかかるの?

ぜひご相談
ください!

イベント当日
互助会にご入会された方

アークス
ユニバース
商品券
5,000円分
プレゼント!

※イラストはイメージです。

ご予約はWEBからでもお電話でも

開催場所

売市玉泉院

八戸市長根3丁目11-8

☎0178-72-4195

完全予約制

WEBからのご予約はこちら

右記のQRを読み込んでください



Plimo・佐保里さんが
人気の2メニューを体験してみました!

受付はスマホの
QRから簡単に
できちゃうから便利!

2025年11月16日グランドオープン 「美活」「健活」「温活」で 自分史上最高のBody!

無料体験レッスン&豪華入会特典!
オープン記念キャンペーン

2026年
2月末日
まで

1回で
姿勢が変わる
要予約 ご新規様1回限り
グループピラティス
無料体験 所要時間 約60分 ※プライベート
レッスンは対象外
マットピラティス・マシンピラティス・ヨガ・シルクサスペン
ションの中から好きなメニューをお選びいただけます。

※東北初 要予約 ご新規様1回限り
ローズ温浴 初回体験
1回40分 7,700円 ▶ **5,500円** 女性
限定

同時入会キャンペーンも実施中

入会金 5,500円
お得に通える特別契約プラン
一例 全ての設備が使用できるプレミアムプラン
月4回プラン 月8回プラン
15,400円 ▶ **12,100円** 29,040円 ▶ **16,900円**

その他、豪華入会特典など盛りだくさん!
※入会条件や詳細はHPにてご確認ください。

シルク サスペンション

ニューヨークで開発され
た空中トレーニング。姿勢
改善や体幹強化にク
わえ、リラクゼーション効果
も高い注目のプログラム!

マシンピラティス
マシンを使用することで、正し
い姿勢と動きにより効果的に
エクササイズが可能。初心者
の方も安心して出来ます。

パウダールームも
可愛くてテンション
爆上がり♡

ピラティススタジオ ピース+温活サロンR

都会を中心に人気が爆発的に広がっているエクササイズ
「ピラティス」。美活・健活に敏感な方なら、その効果や魅
力をすでにご存じの方も多はずです。そんな注目のピラティ
ススタジオ+温活サロンが、戸市中心街に誕生しました。地
域エリアでは群を抜く、本格的な設備・空間・指導力を備え、大
きな注目を集めています。

当サロンは、最新マシンを使用したマシンピラティス、シル
クサスペンション、マットピラティス等の多彩なプログラムが
最大の魅力!「体が硬いから不安」「運動が久しぶり」という方
でも、一人ひとりの目的やレベルに合わせ無理なく安心して始

められます。ただ鍛えるのではなく体の内側から整え、なりた
い体へと導くメソッドであることが、ピラティスが多くの支持
を集める理由です。

洗練されたお洒落な空間に足を踏み入れた瞬間、自然と気分
も高まり、楽しく、そしてしみじみと、自分の体と向き合える時
間が流れます。

現在お得な入会キャンペーンを実施中!この機会に以前か
ら気になっていたという方はぜひ、新しい自分への扉を開いて
みませんか?

極上の癒し、ローズ温浴との相乗効果もぜひお試しください!

インストラクターは4名在籍。
みなさん楽しく
自分史上最高の
BODYを手に入れよう!

ピラティススタジオ
ピース+ 温活サロンR 予約制

戸市十三日町15 フラワーエイトビル6F
TEL 0178-51-8277 Instagram pilatesstudio.peace
平日 9:30~20:00
土日 9:00~20:00
祝日 8:30~17:30
※水曜日 あり(ビル裏5台)

ご予約や詳細は
こちらから

※表示価格はすべて税込です。

店舗を持たないお花屋さんの いつもの日常を華やかに彩る お花の定期便

戸市内
限定
※定期便は
送料無料で。

ご自宅に

- ・季節ごとにお花を楽しみたい
- ・仏壇やお墓に定期的にお花を供えたい

季節のお花 コース	お供え用 コース
	
3,300円 4,400円 5,500円	3,300円 4,400円 5,500円

※1対にもできます。

会社・お店に

- ・会社やお店を華やかにしたい
- ・生き生きとしたお花でイメージアップを図りたい

季節のお花 コース	季節のお花で華やかに ご自宅 お勤め先 お店など
	
3,300円 5,500円 8,800円 11,000円	6ヶ月継続で 「花瓶」プレゼント

※花瓶がプレゼントがお選びいただけます。

お届けサイクル

- 毎週 ■隔週(第2,第4週) ■毎月
- ※お花・色・デザイン等の指定はできませんので、
あらかじめご了承ください。
- ※どのコースもお届けの曜日は火・水・木のいずれかとなります。

ご契約期間について

ご契約後は自動更新となります。解約する場合は
は次のお届け予定日の7日前までにお電話
等でご連絡ください。
※解約は定期便2回継続以降可能となります。

flower
company

tel.070-1639-9066
電話対応時間/10:00~19:00
休日/日・月



詳しくは
こちらから

美容外科・皮膚科
医学博士 石原先生のドクターズコラム

美容外科における ヒアルロン酸治療

年齢によるシワができてしまった部位に
ヒアルロン酸を注射することによってシワ
を浅くし、目立たなくすることができます。
ヒアルロン酸は、額、眉間、目尻、法令線な
どのシワはもちろん、顔全体の適切な部位
に注射することで全体のリフトアップ効果
をもたらすこともできます。さらに、涙袋を
つくる、鼻すじを通す、あごをとがらせるな
ど治療にも応用されています。ヒアルロン
酸は効果が永続するものではなく、定期的
(約半年から1年)に注射していく必要があ
ります。まずは専門医にご相談ください。

診療費用

二重まぶた(埋没法)	片目 26,400円	わきが・多汗症(手術)	片脇 158,400円
二重まぶた(切開法)	片目 118,800円	多汗症ボトックス注射	片脇 22,000円
注射による腫瘍摘(ヒアルロン酸)	4,400円	ケミカルピーリング(にきび)	11,000円
ヒアルロン酸(しわ)	1ヶ所 5,500円	フォトフェイシャル(しみ・くすみ・からげ)	18,700円
プラセンタ注射	初回料金 1ヶ所 1,100円	しみ・ほくろ・いぼ	1ヶ所 3,300円
注射による豊胸術(ヒアルロン酸)	1cc 3,080円	脂肪溶解注射(カベリン)	1日 4回 11,000円
脂肪吸引	1ヶ所 187,000円		
タトゥー除去レーザー	5,500円		

※自由診療(保険適用外)です。※表記は全て税込です。

石原信浩先生
医学博士
院長
医療法人きびたき会理事長

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68, 93, 94, 100回日本美容外科学会(東京・神
戸など)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。

八戸タウン形成外科クリニック
院長
立山 啓悦先生
札幌医科大学医学部卒業
日本美容外科学会会員

青森タウン形成外科クリニック
院長
医学博士
加賀利 要介先生
大分医科大学医学部卒業
日本形成外科学会認定専門医

リゼ脱毛
当院ではリゼ脱毛レーザー
脱毛を取り入れています。
リゼ脱毛 検索

全身+VIO+顔(5回コース)
月々 **3,100円** より

※料金は変更になる可能性があります。最新
情報はHPでご確認ください。

完全予約制 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 石原 信浩 八戸院長 立山 啓悦 青森院長 加賀利 要介

八戸(市街) いいねん女 ハローワークへ 青森(全県共通) いいねん女 に ハ
TEL 0120-107-868 TEL 0120-107-286

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

八戸市
三好公園
八戸市公会堂
八戸市庁舎
八戸市役所
モスバーガー
さくら野百貨店
ファミリーマート

さくら野百貨店八戸店より徒歩2分

公式
サイト

Instagram
HP

八戸タウン形成外科 検索

11:00 ① ぽっかぽっかの春でがらスタート

新鮮野菜、果物ほか100種類程度を扱い、県産品と契約農家さんを大切にしている青果ショップ「あられ」。店内調理の焼き芋は、個人店ならではのうれしい価格で販売。半分に割ると、ふわりと立ちのぼる湯気。しっとりとした甘さに、自然と笑顔がこぼれ、体も心もほぐれに。

焼き芋 紅はるか 322円

〒8戸市十三日町29-1 ☎090-4069-8154
 9:30~18:00(土曜日は17:30まで)
 日曜日、祝日(水曜日は不定休)
 なし Instagram seikashop_arare580

11:30 ② 日常前に使われる 手工製品の盛りだくさん

地域風土、文化から生まれる、全国各地の職人手作りの雑貨、衣服等を取り扱うお店。地蔵では陶器類を中心に多くの商品が被書を受けていますが、変わらぬものづくりの魅力を伝えています。スタッフさんにお尋ねしながらあなたの一品を手にとってください。

〒8戸市三日町37 フタバ(薬局2F) ☎0178-20-7357 10:00~18:00
 火曜日(土曜日等により臨時休業あり)
 なし Instagram tenokuni

12:15 ③ 星のおうく橋下で新発見

新しい魅力の発見 **街なか散歩**

ランチ営業をしているお店も何件かあり嬉しい発見!

〒8戸市三日町37 フタバ(薬局2F) ☎0178-20-7357 10:00~18:00
 火曜日(土曜日等により臨時休業あり)
 なし Instagram tenokuni

12:45 ④ 創業おすめめの量どばん

旬の食材を玉締め揚げのごま油でカラッと仕上げた、揚げたての天ぷらを楽しむことができる人気店では、ランチもおすすめ。天井をはじめ、満足度の高い日替わり定食が魅力的です。カウンター、テーブル席にてゆっくり味わうことができます。

〒8戸市十八日町35 ☎0178-20-0755
 11:30~14:00、18:00~22:00 ※土曜日は夜営業のみ
 日曜日 〆なし Instagram takeyuki.suzuki.526

14:00 ⑤ 季節行事の小物、グッズを覗く

超老舗のパッケージ屋さんとして、お店を営む方の利用が多い同店ですが、一般客としても購入したい魅力的な商品が多数あります。この時期は、恵方巻やひなまつり、招き猫グッズなども並び、遊び心にもスイッチが入る穴場。

〒8戸市十八日町13 ☎0178-43-0518
 平日9:00~17:30、土曜9:00~17:00
 日曜日 〆あり Instagram iwaoka.8nohe

14:45 ⑥ 温かい1杯のコーヒーで試読時間のひととき

地震では大きな被害を受けた、サブカルチャーを深く掘り下げた専門書が多数揃う古書店。この日は、「はちのへ」の歴史についての本探しのため、試読席を利用しました。(試読席利用の場合はドリンクオーダーをお願いします)。街歩きの際に、ホッと心を落ち着けてくれる場所でもあります。

〒8戸市三日町32 江口ビル3F ☎なし 13:00~19:00
 月・火曜日 〆なし Instagram geronimo_3f

16:00 ⑦ 今夜のお楽しみお披露

昨年12月、事業承継により「焼き鳥よしこ」から「焼き鳥よしこ」へと新たにスタート。ブランド鶏・菜彩鶏を使用し、調理法、味付けは「よしこ」そのまま。その日のおすすめ部位を、温かたし味で、店主おまかせ10本セットを1日10パック限定で販売しています。

焼き鳥よしこ
 〒8戸市八日町38 ☎070-8557-0445
 16:00~19:00 〆なし
 日曜(1月時点、3月からは変更の可能性あり)

16:00 ⑧ 今夜のお楽しみお披露

今夜のお楽しみは、これだ! **焼き鳥よしこ**

ねぎま、手羽先、正肉、砂肝、ぼんじり、レバー
 ※取材時の取り扱い焼き鳥の部位(その日によって変わります)

16:00 ⑧ 今夜のお楽しみお披露

今夜のお楽しみは、これだ! **焼き鳥よしこ**

ねぎま、手羽先、正肉、砂肝、ぼんじり、レバー
 ※取材時の取り扱い焼き鳥の部位(その日によって変わります)

「県営住宅入居者」募集のご案内

県営住宅は、**単身の方も申し込み可能**です。但し、入居条件がございますので詳しくは下記までお問い合わせ下さい。

詳しくは青森県のホームページをご覧ください

入居者募集受付期間 (日曜日は除く) **2/2~2/10**

【問い合わせ先】
県営住宅等指定管理者 株式会社 東北産業
 TEL.0178-20-4002
 〒039-1164 八戸市下長4丁目10-3 FAX.0178-20-6272
 営業時間 8:30~17:15 定休日 土曜・日曜・祝日

新聞配達員募集!

朝のお手軽アルバイト
 健康増進 お小遣い稼ぎ 家計の足しに

配達区域 **八戸市・南郷地区・階上町**
 \お気軽にお問い合わせください/
はちのへ東奥・朝日販売センター
 ☎0178-71-1880

就労支援金
 6カ月以上継続して働ける方に支給いたします。支給月・方法は販売店によって異なりますので、ご確認ください。

福利厚生
 傷害・賠償責任保険加入、年間勤続祝い金制度、災害・病気見舞金制度、冬期給付金の進捗あり。

スペインフェスタ

2026 **3/30 MON** START 18:00
 お一人様 **16,000円**
 お料理・お飲み物・消費税・サービス料込

清野 はる美 Harumi.Hirano
 キューパ生まれ、3歳からスペイン・カナリア群島に在住。6歳時帰国。9歳時、小松節子スペイン舞踊団に入団。フラメンコ・クラシック・エスパニョールを学ぶ。13歳で初舞台を飾る。その後スペイン公演を含むすべての舞台に参加。

ダンス 小谷野 宏司 ダニエル リコ 今田 央

お問合せ **八戸パークホテル** tel.0178-43-1111 **MIYAGO HOLDINGS**

爆笑!ものまねジェットコースター

ノブ&フッキー

2026 **2/7 土**

前売チケット **12,000円**
 お料理・飲み放題付

第1部
 お食事/16:30~ショー/17:20~18:20

第2部
 お食事/19:00~ショー/19:50~20:50

イベントご参加 宿泊プラン **+5,500円**
 お食事/19:00~ショー/19:50~20:50
 お一人様5,500円(税込)でご利用いただけます。お食事/19:00~ショー/19:50~20:50

オンラインショップ 限定前売券 好評発売中
 Tel.0178-23-5152

グランドサンピア八戸 GrandSunpia Hachinohe
 TEL.0178-23-5152
 〒039-1111 八戸市東山1丁目1-1 ※掲載価格は全て税込です。

県内初 歌謡ビッグステージ 必見! 四人衆コンサート2026

~お客様の笑顔と拍手に支えられて~

2026年 **3月20日 金・祝**
 SG GROUPホールはちのへ (八戸市公会堂ホール) 八戸市丸1丁目1-1

チケット S席 6,000円 A席 5,000円 (消費税別)
 全席指定 チケットの通信販売も承ります。

11月25日(火)朝10時より 前売券販売スタート!!

送料 1件につき 別途 600円がかかります。 ※1人様6枚まで

0800-200-1335 (平日10時~夕方4時) 0800-200-1335 (平日10時~夕方4時)

主催 RAB青森放送 企画 四人衆コンサート公演事務局

プラス INFO

編集部へ
届いたお便りや、
近隣のイベント情報を
お届けします!

VOICE 読者メール

■新年は地元の甘い温もりから特集のブ
レッドハウスエビーさんは家族みんな大好き
です!お値段も味も、店主ご夫婦のお人柄も
全部優しくて、ずーっと続いてほしい!温屋さ
んです! (ちえんくんママ・30代)
☆すべてが優しくて美味しいエ
ビーさん、私も大好きです♡

■お花の定期便のflowercompanyさん!ネッ
トとかではあるのを知っていましたが、市内に
もあるんですね!お花を飾りたいと思うことが増
えた最近、検討したいです! (匿名希望・10代)
☆お花が少しあるだけでもきつと気分が上
がりますよね!ぜひ検討してみてくださいね!

EVENT INFO

近隣のイベント情報
イベント情報は変動する場合があります

1/24(土)・25(日)
駒っランド冬まつり
そりすべり大会、宝さがし大会、
なべっこ団子のお振舞など!

ベント盛りだくさん。第13回雪像コンテスト
も同時開催! [時間] 10:00~15:00 [料
金] 入場無料 (各種体験は有料あり) [場
所・問合せ] 十和田市馬事公苑 駒っラン
ド 0176-26-2100

1/24(土)~2/1(日)
RAB×八食センター
極上!!グルメフェスタin八食センター
な~かなか手に入らない青森県初登場の
グルメ・スイーツや全国の極めて美味しい
逸品と究極の品が大集結します! [時間]
10:00~17:00 [場所] 食のテーマパーク
八食センター (施設内3会場) [料金] 入場
無料 (販売あり) [問合せ] 八食センター
0178-28-9311

1/30(金)~2/23(月・祝)
第28回十和田湖冬物語
グルメやスノーパーク、打上花火で冬の十
和田湖を楽しもう! [時間] 雪あかり横丁 (平
日16:00~20:30/土日祝11:00~21:00)、
スノーパーク (平日16:00~19:30/土日
祝 11:00~19:30)、冬花火 (20:00~)
※火・水・木曜日は定休日 (祝日を除く) [場
所] 十和田湖畔休屋多目的広場 [料金] 入
場無料 (販売あり) [問合せ] 十和田湖冬物
語実行委員会事務局 0176-75-1531

2/7(土)
第19回南郷雪像まつり
南郷の雪と温かなキャンドル
の灯火で幻想的な夜。[時

間] 17:00~20:00 [場所] 南郷周辺施設
[料金] 入場無料 [問合せ] 山の楽校運営協
議会 0178-82-2222

2/7(土) ほろ酔いまつり
in雪像2026
南郷でワインを飲みながらワイン販売や飲食
ブース、音楽ライブなど。[時間] 正午~19:
00 [場所] ジャズの館南郷 (道の駅なんご
う敷地内) [料金] 入場無料 (販売あり)
[問合せ] 南郷商工会・なんごうプラザ 0178-82-2348

配布地域
■八戸市・階上町・青森地区 (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・ラピア
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

次号 vol.263 2/6 金 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
八戸市本郷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

2月 アナブルージャスピヌメ
※スピリットメロロジの魂

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、
一般になるまで全て足していきます。

例) プリュス 1980年5月5日生まれの場合
1+9+8+0+5+5+5=28
★生年月日を西暦に直し、全て
一般になるまで足します。 1+9=10
10+8=18
18+0=18
18+5=23
23+5=28

ライフパス・ナンバーは 1 になるまで足す YouTube

ライフパス
ナンバー
1 【本来のリーダー気質が少し抑えられる時期】「進みたいのに進
めない」感覚が出やすいですが、これは準備期間。計画の見直し
や人に任せる場面が増えたり、昔のアイデアが再浮上します。
ラッキーワード !! 生え入り湯スープ・夢遊屋 (再始動の力を蓄える)

ライフパス
ナンバー
2 【感受性が高まり、人の気持ちを敏感に受け取りすぎる月】「疲れ」
はあなたの優しさのサイン。気疲れしたり人間関係の距離感に
悩むかもしれません。一時間時間を意識的につくりましょう。
ラッキーワード !! 湯豆腐・豆乳鍋 (温かい心を守り、感情を安定させる)

ライフパス
ナンバー
3 【表現力はあるけれど、少し肉声に】「楽しめている自分」に気
づく月。気分の浮き沈みや創作意欲のムラが出るかもしれませ
んが、完成度を求めないで、遊び感覚で表現してね。
ラッキーワード !! トマト料理・トマトパスタ (喜びと情熱を呼び出す)

ライフパス
ナンバー
4 【現実面の調整がテーマ】生活・健康・お金など「基盤」を見
直す時期。細かいことが気になったり、責任が増える可能性も。
生活リズムの見直しをしましょう。片付け・整理整頓が大事。
ラッキーワード !! 根菜料理・炊き込みご飯 (安定・安心をもたらす)

ライフパス
ナンバー
5 【変化したい気持ちはあるけれど、外より内側に】気分転換したく
なるかもしれませんが、何かと落ち着かない状況。SNSなどの
情報を減らすなどして、特に呼吸を意図してみてください。
ラッキーワード !! ハーブ料理・香味野菜 (清々とした流れをやさしく動かします)

ライフパス
ナンバー
6 【「愛」と「責任」のバランスがテーマ】尽くしすぎると心が先に
疲れます。家族の用事が進められやすくなる時期。余裕です。関連
アクションは自分を甘やかしたり、休むことに罪悪感を持たないことが大事。
ラッキーワード !! グラタン・クリームシチュー (心を包み、安心感を取り戻す)

ライフパス
ナンバー
7 【魂の音がはっきり聞こえる月】外の正解より「自分の感覚」を信じて。
一人になりたくなる時があったり、直感が冴える時期です。夢が印象的であ
ったら、要チェック!日記をつけたり、瞑想など静かな時間を取りましょう。
ラッキーワード !! 玄米粥・味噌汁 (感覚を研ぎ澄まし、余計なものを手放す)

ライフパス
ナンバー
8 【大きく動く前のエネルギー調整期間】焦らず「整える」が正解。
結果が着たりして体力の消耗をするかもしれません。仕事の見
直しを考える時でもあります。まずは睡眠を最優先に考えましょう。
ラッキーワード !! 魚類たんぱく質料理 (現実を動かすための土台づくり)

ライフパス
ナンバー
9 【終わりと浄化の月】感情が揺れるほど「卒業」が近いサイン。
過去を思い出したり、涙もろくなるかもしれません。人間関係の整
理と断つ、手放す決断を。ただし、自分の感情を否定しないでね。
ラッキーワード !! スパイスカレー (浄化と再生を促し、新しい流れへ)

読者プレゼント

【締切】1月28日(水)
※ハガキの場合は当日消印有効

※当選者の発表はチケットまたは賞品の発送をも
って代えてさせていただきます。ご応募時の個人情報
に管理し、目的以外では使用いたしません。※読者プ
レゼント掲載の写像是イメージ
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。

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 八戸市本郷7-1 プリュス編集部 [HP] <http://plus-plus.info>

衣とうつわ 手の園 A-262 1,000円分のお買物券 1名様

包装のイワオカ B-262 1,000円分のお買物券 1名様

ジェロニモ GERONIMO C-262 1,000円分のお買物券 1名様

Plus+ ナンプレ

頭の体操

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/>

答え プリュス261号 掲載

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

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。

★今号の問題★

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

上記の答えは次号以降のプラスに掲載します。

令和7年度 Part3
保育のお仕事出張相談会
保育のお仕事に興味がある方

参加費無料
事前申込不要
雇用保険の
求職活動対象

福祉・保育の仕事一日移動相談同時開催

ピアドゥ八戸
ピアドゥ内 1階 ゼビオ前
令和8年 2月3日(火) 10:00~13:00

個別相談 青森県保育士・保育所支援センター職員による個別相談を行います。

保育求人紹介 青森県内の保育所・認定こども園等求人情報の紹介・紹介。ご希望に応じて施設見学・体験の日程調整を行います。

自然災害等の理由から開催を延期中止する場合もありますので、ご来場の前には「青森県保育士人材バンク」の「開催・お知らせ」欄をご確認くださいようお願いいたします。

【主催・お問い合わせ】
「保育士として働きたい」「学びたい」あなたを応援します!
社会福祉法人青森県社会福祉協議会
青森県保育士・保育所支援センター
TEL.017-718-2225 青森県保育士人材バンク

ハチハ。ぜんぶのロケーション。

「時間」にも楽しいおやつを
捧げてあげたい。
匂いや味など見えないものも
映したいなあ。

プロデューサー・演出・ライター 代表取締役 工藤 浩治

テレビ・ラジオ CMの企画制作・映像番組企画制作
アスナロ・チャンネルパーク株式会社

本社/〒034-0041
青森県十和田市相坂字小林 226-3
phone: 090-2366-2951
e-mail: azumadake@gmail.com

身につけよう!介護の資格!

**介護職員
初任者研修**

60歳以上の方も大歓迎!
自分の得意を活かして
あなたも誰かのお助け隊

私の得意をカタチに

- ✓ 人と関わることが好き
- ✓ コミュニケーションなら任せて!
- ✓ 料理が得意
- ✓ 掃除・洗濯が大好き!
- ✓ 体力に自信あり!
- ✓ 明るくて元気な性格

現役の医療・介護スタッフが講師となります

3期 令和8年3月コース
令和8年3月2日(月)~3月31日(火)
※受講については書類選考と面接にて決定します

受講料 33,000円(税込)
※教科書代別途5,000円別途します。

教室場所 ビリーブケアサポート
八戸支店1F
青森県八戸市東家5-27-1

受講時間 平日9:20~16:15

株式会社ビリーブケアサポート <http://believecare.jp>
お気軽にお問合せください ☎0178-71-2611
申し込み受付時間/平日 9:00~17:00 担当:橋本・大程

詳しくは
コチラ

求人情報はこちら



あおもり
GX住宅ビルダーズ

サンハウジング東北産業は
あおもりGX住宅ビルダーズです

青森県では、「あおもりリビングスタイルガイドライン」で提案する、県独自の
高気密・高断熱住宅基準である
「あおもりGX住宅」の普及促進を目的と
して、青森県で住宅の設計・施工実績
や一定の知識を有し、積極的に住まい
づくりに取り組んでいる企業等を
「あおもりGX住宅ビルダーズ」として
公表しています。

見に行こう!

オーナー様邸完成見学会 in 八戸市長者

1/31|土|▶2/1|日|

見学予約は
こちら



詳細は県庁HPを
ご覧ください!→



平屋感覚の暮らし ができる家

生活の中心を1階に集約した、
「ほぼ平屋設計」の住まい。
家事のしやすさ・収納力・子育て中から
高齢になっても暮らしやすさがつづく家です。

オーナー様邸 DATA

敷地面積
239.99㎡ (72.45坪)
延床面積
114.27㎡ (34.5坪)

断熱性能
UA値
0.24 (W/mk)

GX
住宅仕様

完全予約制 10:00~17:00

当日のお問い合わせは
田名部までご連絡ください。 ☎090-3643-4388



次回
完成見学会
予告
2月7日(土)~15(日)



八戸市
新井田水溜

サンハウジング東北産業

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

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

これからの暮らしにちょうどいい「平屋」

OPEN HOUSE

令和8年

2/7|土|・8|日|

10:00-17:00(最終受付16:00)

完全予約制

ご予約は、右記 予約サイト、
またはお電話でも受付しております。

☎0178-21-6491



八戸市
新井田
石動木



Googleマップ



26坪

UA値
0.19W/㎡・K

C値
0.13

長く快適に暮らすための高性能住宅
暮らしの負担を減らす幅広引戸・廊下

断熱等級7
全館空調 YSアクトエア1

ヤマト設計工房

yamatosekei.com



〒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/土曜・日曜・祝日
※定休日の問い合わせは可能です。E-mail info@yamatosekei.com



Instagram

数量限定 ほうおんマルシェ

レトルト食品 加工食品 ジュース など

何が並ぶかは当日のお楽しみ!

お買い物につきましては
1家族1回の精算とさせていただきます。

感謝祭当日限定

報恩互助会にご加入された方

**お米5kg
プレゼント**

※1契約者につき1つとさせていただきます。

現在募集中のコース

●12万円コース (月々2,000円) ●24万円コース (月々3,000円) ●36万円コース (月々5,000円)

加入手続きに必要な物

・引落とし通帳と銀行印・初回金
・認印(銀行印でも可)

一括払いだと
1割引でさらにお得!

八田グループ

感謝祭

報恩会館 下長

令和8年
2/8日

開催時間

10:00~14:00

開催場所

報恩会館 下長
青森県八戸市下長4丁目22-12



Googleマップ

※駐車場の台数に
限りがございますので、
予めご了承ください。

お惣菜の販売

数量
限定

何が並ぶかは
当日のお楽しみ!



※写真はイメージです。

飲食コーナー

無くなり
次第
終了

八田グループ特製

豚汁 **100円** (税込)

ジュース **無料**



※写真・イラストは
すべてイメージです。

オリジナル 商品展示

※写真は
イメージです。

仏衣など、オリジナル商品を展示!
相談スペースも設けております。



お葬式・お骨の相談コーナー

合葬墓

海洋散骨

お葬式やお骨、お墓に関する疑問や不安
などなんでもご相談ください。専門の相談
員が対応いたします。



報恩会館 鮫

終活セミナー ワンコインお食事会

令和8年
2/21土

開催時間

10:00~14:00

開催場所

報恩会館 鮫

八戸市大字鮫町字
山四郎 17-3
(八戸東消防署 鮫分署となり)

※駐車場の台数に限りござい
ますので、予めご了承ください。



イベント当日

報恩互助会にご加入の方へ

※最大5,000円分の

※加入コースの初回金分の商品券

ユニバース商品券

プレゼント!

お葬式・お骨の
相談コーナー

合葬墓 海洋散骨

参加費
500円 (税込)

完全予約制

【終活セミナーテーマ】近年の葬儀事情と互助会の仕組みについて

【報恩八田調理部特製】

3,500円相当のお料理

お持ち帰り不可とさせていただきます。

ランチ付き



※写真はイメージです。

当日のスケジュール

×終活セミナー 10:30~11:15

×個別相談 11:15~12:00

×お食事会 12:00~

※当日会場でご費用(500円)をいただきます。

※当日キャンセルはご遠慮ください。

予約締切

定員

令和8年 **2/19(木)**

20名

※定員に達し次第、締め切らせていただきます。

ご予約 **☎0178-44-2427**

受付時間9:00~16:30(土・日・祝日営業)

もうすぐ締切り!

報恩互助会会員様限定

※3,000組

6,000名様

応募受付中

抽選にて
無料招待

八田グループ創業220周年記念

吉幾三コンサート

〈日時〉5月5日(火)・6日(水) 全席指定

2026年

1回目 開演/14:00 開場/13:00

2回目 開演/18:00 開場/17:00

〈会場〉SG GROUPホールはちのへ(八戸市公会堂)

主催 八田グループ



すでに報恩互助会に加入されている方には令和7年11月
発行の会報誌「はんど★おん」に応募ハガキが同封されて
います。八田グループ各店舗・会館でも応募できます。

互助会の会員でない方は

「報恩互助会」への加入により

ご応募いただけます

応募締切

2026年 **1月31日(土)**

応募はコチラから

※注意事項等は
応募ページを
ご覧ください。



イベント内容には変更がある場合がございますので、ご了承ください。

お問合せ先

経済産業大臣許可(互)第2007号

株式会社 **報恩互助会**

☎0178-44-2427

青森県八戸市諏訪一丁目15-1
受付時間/9:00~16:30(土日も営業しております)

HP



Instagram



各種
SNSも
見てね!

