

あなたと街をつなぐ、暮らしをちょっと楽しくする

地域生活情報誌 月刊ぶらざ

【発行部数 285,000部】◆県南版 105,000部 ◆県央版 180,000部
【無料宅配部数(5月号実績)】◆つくば・土浦・牛久 92,593部 ◆県央版 136,129部

月刊 Plaza 県南版

クーポン・求人情報付
2016 vol.140
6
TAKE FREE

キレイ&健康大特集 ひと目でわかる達人ファイル

美人は食べてキレイになる! とっておきのランチ特集 住まいを見に行こう!!



Noble Home
NH

2016年6月末まで
期間限定
商品

好評販売中!

3年連続
着工棟数

No.1

by BRANDY

Noble Home

※平成24～25年度
新住宅産業研究所調べ
(茨城県ビルダー業工務店ランキング)

900万円台から

叶う家 CELES

価格重視 × 価値重視

“安い・えらべる・こだわる”の叶う!!【セレス】

こだわりの
外観3デザイン



モダン Style



エレガント Style



ナチュラル Style

販売価格 (プラン名: CE-EW-19-11 (19坪))

989.8万円

※外観ベースはイメージです。実際の仕様とは一部異なります。

※1. 表示価格には建物本体価格 (8%税込) です。屋外給排水工事・付帯工事・地盤改良工事 (地盤検査の結果による)・外構・タイルデッキ・テラス・その他諸経費などは価格に含まれません。

CELES
“安い・えらべる・こだわる”の叶う!!【セレス】

「建物コスト」を最小限に抑え、
私らしく「カスタマイズ」できる!!

必要な物だけを賢くチョイス!!

コストを抑える所は抑えて、
こだわりたい所に
賢く建築費用を割り当てられる

例えば…

キッチン
壁紙にブレードアップ! など

インテリアをお任せください!!

お客様1組ごとに
専属のインテリアコーディネータが
外観・内観のデザインを
サポートしますので、より
満足度の高いマイホームを
実現できます

お気軽に
ご相談ください。

大切な住まいを安心保証!!

入居後も安心の住まいを
お約束するために充実の
アフターサポート体制を整えています。

入居後の定期点検

24時間365日サポート

30年間長期延長保証システム

Long Life
Guaranty

※詳しい保証内容はWEBで
ご確認ください。

オススメ間取り紹介

家族団らん重視の
ファミリータイプなら…

4LDK 31坪タイプ

- ママの家事がラクになる
スイスイ水廻り動線
- 家族の会話を育むリビング階段



CE-S-31(3)

【延床面積】103.92㎡(31.42坪)

1F 54.24㎡(16.40坪)

2F 49.68㎡(15.02坪)

お客様からの人気の間取りをぎゅっと詰め込んだ

他にも100プラン以上の間取りから自由に選択できます

19~43坪 夫婦2人向け 3~5人家族向け 家事ラクプラン 2階水廻りプラン

※画像は全てイメージです。標準仕様とは一部異なりますので予めご了承下さい。図面記載の家具は一例です。建物価格には含まれません。

などなど

セレスの詳しい情報や、
住宅に関する詳しい情報・
資料請求はホームページまで

ノーブルホーム

検索



つくば展示場

〒305-0817 つくば市研究学園5丁目 20-3
(C49 街区 3 画地)

■営業時間 AM9:00 ~ PM7:00

☎ 029-850-1100



土浦展示場

〒300-0812 土浦市下高津 4-19-7
(ABC ハウジング 土浦綜合住宅公団内)

■営業時間 AM10:00 ~ PM6:00

☎ 029-835-9150

株式会社 ノーブルホーム

本社/〒310-0853 茨城県水戸市豊原町1196-15 ☎029-305-5555 ■営業時間/AM9:00~PM7:00
■建設業許可/茨城県建設業許可 第 78 - 240 第28371号 ■宅地建物取引業者免許/茨城県建設業許可 第6033号
■宅地建物取引業保証法人/㈱ハウスコム 茨城県登録番号448,00000000156

※広告有効期限: 2016年6月末日

屋上庭園の家

大幅なコストアップなく、屋上を自由に使える広々スペースにした住まい。



DUE

デザイナーハウスのようなスタイリッシュでモダンな外観スタイルの住まい。



cube style

キューブスタイル機能、デザイン、価格を徹底して追求した四角いスタイルが特徴の住まい。



年間120棟を超える実績
完全自由設計の家づくり

アメカジスタイル

趣味を楽しめるガレージがあるシンブルで格好いいアメリカンスタイルの住まい。



Flat Modern フラットモダン

開放感を満喫できるゆとりのプランとお洒落なモダンデザインの平屋住まい。



casa carina

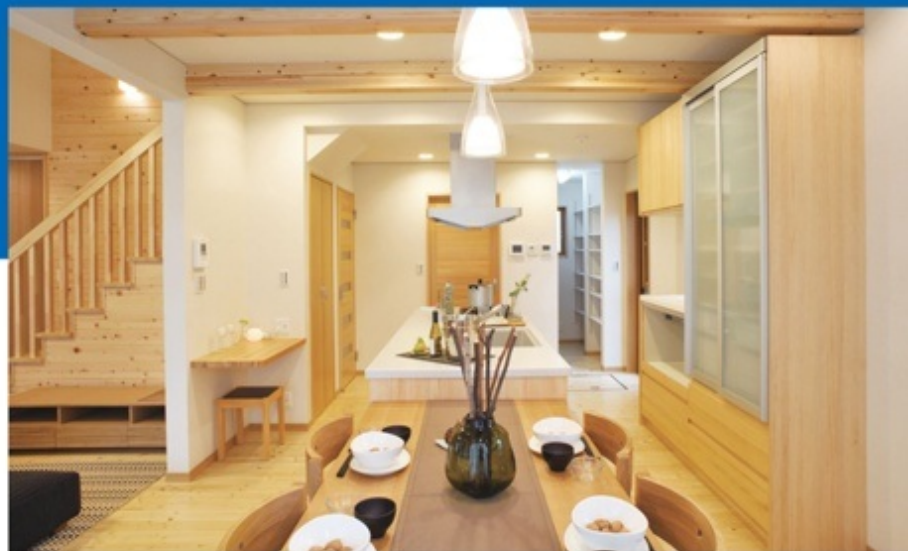
南欧邸宅をイメージした愛着あるデザインのナチュラルテイストな住まい。



ローコスト&ハイクオリティの家づくり

Housing Realestate
ager
アゲル

1,000万円台でかなえる
自由設計の注文住宅



外観デザインから空間プランまで、ご希望のライフスタイルに応える多彩な住まいを、自由設計の注文住宅で実現いたします。

多彩なシリーズの住まいを実物体験!

各種モデルハウスを、
いつでもご案内・ご覧いただけます。

Housing Realestate
ager
アゲル

注文住宅のスペシャリスト・アゲルがご案内します。

- 宅地建物取引業免許 茨城県知事(4)第5851号
- 公益社団法人全国不動産協会会員
- 一般社団法人全国住宅産業協会会員
- 建設業許可 茨城県知事許可(般-26)第30990号
- 一級建築士事務所登録 茨城県知事登録第A3015号

茨城県つくば市研究学園4-1-9

3/10 NEW OPEN

029-886-3221

茨城県牛久市神谷6-41-2

029-893-6511

茨城県かすみがうら市上稲吉1917-1

0299-57-3371

アゲルの最新情報はホームページで www.ager.jp アゲル

FAX/029-886-3225 Eメール/info@ager.jp(午前9:00~午後7:00 第1-3火曜日/水曜日定休)

新築建売

区画 No.35

- オール電化
- リビングエアコン付
- オープン外構
- 小屋裏収納あり
- 全居室照明・カーテン付き

ひたち野東4丁目分譲地 好評販売中!!



4LDK 土地面積 233.87㎡(70.74坪)
建物面積 112.62㎡(34.07坪)

販売価格 3,300万円 (税込)



家族とのコミュニケーションがとりやすく、リビングに開放感が広がる人気の対面式キッチン。

広々2Fホールはフリースペースとして活用できる。

小屋裏収納で収納力アップ

まもなく完成! 先行販売受付中!



区画 No.8
4LDK 土地面積 243.26㎡(73.58坪)
建物面積 114.26㎡(34.62坪)
販売価格 3,280万円 (税込)



区画 No.36
4LDK 土地面積 204.77㎡(61.94坪)
建物面積 110.13㎡(33.32坪)
販売価格 3,350万円 (税込)



区画 No.37
4LDK 土地面積 204.62㎡(61.62坪)
建物面積 115.92㎡(35.07坪)
販売価格 3,450万円 (税込)



区画 No.38
4LDK 土地面積 204.57㎡(61.86坪)
建物面積 117.99㎡(35.70坪)
販売価格 3,550万円 (税込)

周辺環境

ショッピング、教育施設、医療機関が揃う
利便性の高い好立地



ひたち野東4丁目分譲地
全 **50** 区画
販売価格 **1,650万円**~



【ひたちの東4丁目物件概要】■所在地/年々市ひたち野東4丁目9地より分譲■交通/JR常磐線「ひたち野うしく」駅より約700m(徒歩9分)■今日販売棟数/5区画■区市町村/市東区■地目/宅地■土地権利/所有権■用途地域/準住居地域■建ぺい率/60%■容積率/200%■土地面積/204.57㎡(61.86坪)~243.26㎡(73.58坪)■建物面積/110.13㎡(33.32坪)~117.99㎡(35.70坪)■建築確認/建築確認番号第27A建済T0565号他■販売価格/3,280万円~3,550万円(税込)■道路/6m■構造/木造枠組工法■地盤/平屋■現況/建築中他■引渡し/相談による■敷地/地上2階建■設備/公衆上・下水道オール電化・エコキュート■取引態様/売主



周年

山新 グランステージ つくば

おかげさまで**10周年!** 10年間のご愛顧に感謝を込めて

記念 特別 SALE

2Fインテリアステージ 特別企画!!

期間限定 6/1(水)~6/13(日)「**ぷらざ**を見た!」と言ってください!!

店内全品 1点(1セット)につき 税込 **29,800円** 以上の品 **5% OFF** 1点(1セット)につき 税込 **98,000円** 以上の品 **10% OFF**

2Fインテリアステージに限り有効となります

1Fホームセンター、ケズガレージ、トモニーは対象外となります

●店内展示商品に限ります。カタログ等の取り寄せ商品と西川産業の「AIR」は対象外となります。●工事費(住宅設備機器取付費、カーテンレール取付費など)諸経費等は割引対象外となります。

6/1(水)新聞折込チラシ掲載品も対象となります! チラシは山新のホームページからもご覧いただけます <http://www.yamashin-grp.co.jp/>

例えば



チラシ掲載品

布張り3人掛ソファ

当店通常 159,800円の品 税込 **138,000円**

さらに10%OFF! 税込 **124,200円**

例えば



チラシ掲載品

ツインベッド シングル+シングル

France Bed

当店通常 243,600円の品 税込 **200,000円**

さらに10%OFF! 税込 **180,000円**

例えば



チラシ掲載品

ダイニング6点セット

当店通常 155,000円の品 税込 **120,000円**

さらに10%OFF! 税込 **108,000円**



山新グランステージ つくば
2階 インテリアステージ

茨城県つくば市面野井字登戸44
☎029-849-2266

営業時間
あさ 9:00~よる 8:00



シニア向け分譲マンション
(中高年齢者専用)

「デュオセーズつくばみらい」
中古物件のご案内!

即入居
可能!

内覧
可能!

家具付き住戸もご用意しております。

つくばエクスプレス
「みらい平」駅徒歩7分/
天然温泉大浴場/レストラン・
居宅介護・看護事業所併設



人生を、より自分らしく
自由であるために。

1LDK 55.75㎡~2LDK 69.75㎡
2,700万円~**3,598**万円

「終の棲家」として、快適にお住まい頂けるお部屋がご見学できます。

H' TYPE

1LDK

専有面積
60.72㎡
バルコニー面積
10.8㎡

販売価格 (000号室)
2,990万円

費用	お一人様
管理費	43,472円
修繕積立金	9,110円
合計	52,582円

費用	お二人様
管理費	66,472円
修繕積立金	9,110円
合計	75,582円



C' TYPE

1LDK+S

S-サービスルーム

専有面積
63.33㎡
バルコニー面積
10.2㎡

販売価格 (000号室)
3,280万円

費用	お一人様
管理費	45,262円
修繕積立金	9,500円
合計	54,762円

費用	お二人様
管理費	68,262円
修繕積立金	9,500円
合計	77,762円



毎日を充実させる共用部

天然温泉*大浴場

ダイニング&レストラン

ビリヤードコーナー

ブラックラウンジ

※掲載の写真は平成27年1月~4月に撮影したものです。
※1 大浴場の温泉は、敷地内の温泉よりポンプ加压して湯温管で汲み上げ、送湯管ならびに貯湯タンク経由で給湯します。また、高圧加熱、加水、循環ろ過を行い湯温と水質を維持します。

資産になる「所有権方式」の新築マンションです。

「所有権方式」だからできる3つの権利。

1
使用
住む

2
収益
賃貸

3
処分
売却

■「デュオセーズつくばみらい」物件概要【全体概要】●所在地/茨城県つくばみらい市陽光台二丁目1番3地●交通/つくばエクスプレス「みらい平」駅徒歩7分●用途地域・地区/準住居地域●敷地面積/5,765.92㎡●建築面積/2,408.11㎡●建築延床面積/13,685.77㎡(容積率対象外共用廊下等の面積2,365.03㎡を含む)●構造・規模/鉄骨コンクリート造 一部 鉄骨造 地上9階建●総戸数/150戸(他に管理運営室等)●建築確認番号/第UHEC建確25290号(平成25年9月12日付)第UHEC建確25290変1号(平成25年10月21日付)第UHEC建確25290変2号(平成26年9月30日付)●分譲後の権利形態/敷地・専有面積割合による所有権の共有・建物(専有部分)区分所有権(共用部分)専有面積割合による所有権の共有●管理形態/管理組合結成後、株式会社フージャースリビングサービスに委託(常勤)●駐車場/72台(平置き32台(内身障者用1台)機械式40台/月額2,500円~6,000円)他平置9台(店舗用7台、カーシェア用2台)、他機械式2台(介護事業者用2台)シニアカー平置き3台/月額使用料500円●自転車置場/150台(平置、月額使用料/無料)●バイク置場/小3台(月額使用料500円)●竣工時期/平成26年12月11日(竣工済)●入居時期/即入居可●入居時条件/満50歳以上、ご自身で身の回りのことができ、共同生活が可能なお方(複数入居の場合、1名が前記対象外でも審査により入居が可能な場合がございます)●設計・監理・施工/株式会社長谷工コーポレーション●管理会社/株式会社フージャースリビングサービス●売主/株式会社フージャースコーポレーション【先着順販売概要】●販売戸数/6戸●間取り/1LDK、2LDK●専有面積/55.75㎡~69.75㎡●バルコニー面積/10.2㎡~11.8㎡●バルコニー方向/南・東・西●販売価格/2,700万円~3,598万円●管理費(月額)/40,072円~49,652円(※給湯器リース料月額1,942円含む)※入居者1名増加につき追加ライフサービス費23,000円加算●現状/空室●引渡年月/相談●修繕積立金(月額)/8,360円~10,460円●食費(お一人様につき1日3食・30日)/49,200円(任意)●管理運営金(引渡時一括)/300,000円(2人目から1人追加毎に200,000円加算)●ライフサービス預り金(引渡時一括)/200,000円(2人目から1人追加毎に100,000円加算)●先着順受付時間/10時~18時●取引条件の有効期限/平成28年6月末日※先着順につき、ご希望の住戸が売却済の場合が御座います。予めご了承ください。●お問い合わせ/株式会社フージャースコーポレーション「デュオセーズつくばみらい」販売室・TEL/0120-500-958●営業時間/10:00~18:00 定休日/水曜日※ご入居には一定の審査がございます。また、申込の際には身分証明書(健康保険証・運転免許証等)および認印が必要です。●仲介手数料或約価格の3%+6万円×消費税

棟内見学は完全予約制となります。

現地周辺案内

つくば駅 7分

デュオセーズつくばみらい

見学会当日のご予約、ご対応できない場合がございます。予めご了承ください。
つくばクロスパス「敷地内」駅へは各利用、徒歩で快速に乗り換え。

安心の県内860棟の実績!

建てた人の86.4%が「知人に紹介したい」と解答!

※2014年10月～2015年9月にお引き渡しをしたお客様のアンケート調べ

完全フル装備+自由設計で実現 子ども達がのびのびと育つ理想の家

開放感があって明るく、どこにいても人の気配を感じられる家にしたいと考えたWさんご夫妻。リビングを吹き抜けにし、その内側にストリップ階段をつけました。さらに、扉を開けたまま過こせるよう、子ども部屋には引き戸を選びました。「将来的には子供部屋を2部屋に仕切れるように、左右対称の間取りにしました。ファミリースペースとの間の引き戸を全開にすると20畳ほどになるので、友達を含め、5～6人の子供達が走り回っていますよ。」ファミリースペースの一部はすのこ床。1階のリビングを覗くことができ、反対にキッチンにいても2階の様子がわかります。



リビングを見る事ができるファミリースペースのすのこ床。



スタイリッシュなツートンカラーのWさん邸。

Wさんが建てた自慢の「完全フル装備の家」をご紹介

■プロフィール
Wさんご家族(夫婦+お子様2人)
(延床面積) 142.40㎡(43.0坪)
1階 71.20㎡(21.5坪)
2階 71.20㎡(21.5坪)

自然光がたっぷりそそぐ木の質感がこころ良いリビング



開放感のあるファミリースペース。奥は引き戸の子供部屋



1.5坪の大型バスは浴槽TVも標準



豪華なシステムキッチンも標準

自由設計の注文住宅「完全フル装備の家」参考プラン

「完全フル装備の家」で建てる
2世帯 参考プラン

52.00坪
1F/86.12㎡(26.00坪)
2F/86.12㎡(26.00坪)
延床/172.24㎡(52.00坪)

太陽光発電システム込み

4LDK+2LDK 適度にプライバシーや独立性を保ちながら、2世帯家族でにぎやかに暮らせる間取りです。

もちろん完全フル装備 本体価格 **2,470.1万円+税**

「完全フル装備の家」で建てる
4LDK 参考プラン

33.25坪
1F/57.13㎡(17.25坪)
2F/52.99㎡(16.00坪)
延床/110.12㎡(33.25坪)

太陽光発電システム込み

4LDK シューズクロック 全南向きの明るい空間。収納も十分確保した満足プラン。

もちろん完全フル装備 本体価格 **1,684.1万円+税**

完全フル装備の家®はココが違う!

POINT 1 引っ越して、すぐ住める!
エアコン台、カーテン、LED照明など、通常、後から買いそろえるものも、富士住建なら最初からついているので、引き渡しと同時に新生活が始まります。

POINT 2 高品質な設備・仕様だから追加費用をかける必要なし!
初めから良いものがついているので、追加で費用をかける必要がありません。

POINT 3 長く安心して暮らせる!
実績で実証された耐震性。長期優良住宅にも標準対応しているのでも、孫の代まで安心して暮らせます。

長期優良住宅の条件

地震に強い家 省エネの家
長く住める家 維持管理を考えた家

※長期優良住宅はプランにより、申請できない場合や追加費用がかかる場合があります。申請費用は別途必要です。居住面積70㎡以上、基準耐震の床面積40㎡以上。

連続5回 巨大地震が加震後の実物大モデル

つくばショールームでおいしいものを食べよう!

初夏の感謝祭

6/4(土)・6/5(日) 10:00~17:00

焼きそば、アイスクリーム、ヨーヨー釣り、クレーンゲーム

お子様限定

※写真は全てイメージです。※商品が無くなり次第終了となります。※イベントにお越しの際は事前に予約が必要です。

建てた後に、「あれも欲しかった」とならないよう確認を!

お事務局 竹田(左)・加藤(右)

住宅展示場では豪華なオプション設備がついていて、実際にその設備にすると大きな追加費用になってしまうので事前の確認が重要です。富士住建では高級設備・仕様が全て標準装備。ぜひ比べてください。

つくばショールーム

0120-06-2210

つくば市松代1-6-1(土浦学園通り沿い)

富士住建

つくばカードローン
IMA☆(いまほし)

お利息
最大5,000円まで
無料
キャンペーン

平成28年5月1日(日) - 6月30日(木)

24h
WEB
申込・契約
OK!



★★★★★
いま欲しいときに頼りになる、
安心・便利なカードローン。

IMA★ **発売中!**
imahoshi



キャンペーン内容	初回利用日から初回約定返済日までのお利息最大5,000円をキャッシュバック ※キャッシュバックは平成28年8月下旬を予定
キャンペーン対象者	キャンペーン期間中に、新規にご契約、ご利用された方で、 かつ平成28年8月3日の約定返済日まで遅れなくご返済いただいた方

0120-885-668

フリーダイヤル 電話受付時間 平日9:00~19:00 ※銀行休業日を除く



筑波銀行ホームページアドレス

<http://www.tsukubabank.co.jp>

筑波銀行

検索



筑波銀行
Tsukuba Bank

「ZERO SECH」

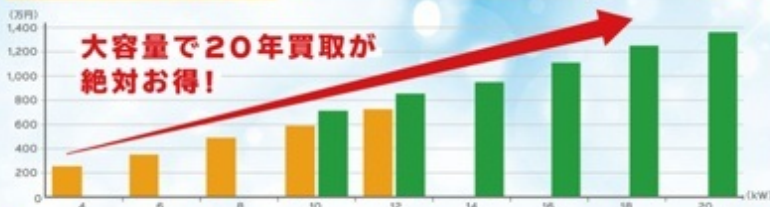
今なら
初期費用
(460万円の
太陽光発電が)

ゼロ円 600万円収入が増える
で 大容量ソーラー付き住宅に!

ゼロセッチ
とは?

太陽光発電の設備費用を、住宅ローンとは別にリース契約とすることで
マイホーム予算に負担のない設置を可能とした新提案です。

20年間の経済メリットの目安 ■ 10kW未満(買取期間10年)余剰 ■ 10kW以上(買取期間20年)余剰 ○ オススメ



経済メリット = **A** 電気代削減メリット + **B** 売電収入メリット

(太陽光発電でまかなう電気) (電力会社に売る電気)
売電単価は、10kW以上の設置では24円/kWh、10kW未満の設置では31円/kWhとなります。

これをリースの支払いに回します

ゼロセッチ5つのメリット

- ① 初期費用が0円だから、住宅ローンの借入が少なくなる!
- ② 土地選びが劇的に変わる! 備かる土地選び!
- ③ どんなに載せても0円。たくさん載せた方が得!
- ④ 住宅ローンを1/2に。ライフステージに合わせた収入の活用!
- ⑤ 性能が高い家ほど備かる!

さらに
床下暖房
プレゼント!!
H28年
9/30まで

土日祝内覧会開催中!

メガソーラーハウスを見に行こう!

土浦西根西展示場

17.08kw太陽光発電全量売電

20年間の月々ローン負担額

実質約 **39,170円!!**

実質月々約
3万円代でガレージ付き、3LDKが手に入る!

詳しくは会場で!!



20年間の
総売電額
約1,350万円
付き

木造世界No.1クラスの地震対策

耐震構造と世界 NO.1 減震装置が標準装備!



耐震実験済みの安心構造

▼実際の仕様はこちらの2会場でご覧ください! 平日も内覧可能です(要予約)▼

土浦西根西展示場

▶ナビ/土浦市西根西 1-6-24



龍ヶ崎展示場

▶ナビ/龍ヶ崎市藤ヶ丘 7-26-5



KURAMOCHI
JAPAN
STYLE

家を建てるだけでは
終われない、
その先の未来へ共に。

伝承と革新の家づくり。

※完全ご予約制につき、見学ご希望の方は下記つくば展示場までご連絡ください。

「蔵持」つくば研究学園 新・モデルハウス (THINK HOUSE) 見学ご予約受付中。



KURAMOCHI

www.kuramochi-housing.co.jp

株式会社蔵持ハウジング つくば展示場：つくば市研究学園 6-51-12 つくばハウジングパーク内 TEL 029-855-8885

USHIKU MODEL HOUSE 029-872-3751 TSUKUBA MODEL HOUSE 029-855-8885 AOYAMA DESIGN LAB.03-6904-6106

TO THE FUTURE
WITH
INNOVATION

【表紙の写真】



山新グランステージつくば
2Fインテリアステージ
▶P.3



Body Brain communication studio
▶P.13,32



BODY MAKE Studio 創
▶P.18



伝説のすた井屋 つくば大学店
▶P.22



trattoria Lusso
▶P.24



がぶり亭
▶P.24

Contents

10 キレイ&健康大特集

女性医師に聞きました!
キレイと元気のためにやっている習慣

12.キレイの達人ファイル付 キレイ特集

16.健康の達人ファイル付 健康特集

19.美人は食べてキレイになる!

28 とっておきのランチ特集

38 住まいを見に行こう!!

押さえておきたい! 6月の住宅イベント・セミナー情報

- 22 グルメガイド
- 31 生活のお役立ち情報
- 34 ヘアサロン
- 37 ぶらざ赤十字募金
- 47 街のインフォメーション
- 48 I♥PET
- 49 わが子がイチャバン!
- 50 求人ぶらざ
- 52 映画上映スケジュール
- 53 クミ先生に聞く 気学九星術
吉本興業「茨城住みます芸人」
オスベンギン日記 第六巻
- 54 読者プレゼント
- 56 密着!ぶらざ24時・編集後記



MINI クリーン・ディーゼル 3車種同時デビュー。

この力強い加速を、この燃費性能を、確かめてみないか。

車両本体価格 ¥3,000,000~¹ 月々のお支払 ¥19,500~²
各モデルについての詳しい情報はこちらから [»](#)

MINIショールームで試乗受付中。

MINI 5 DOOR. MINI 3 DOOR. MINI CLUBMAN.



*1 表示価格は、MINI Cooper D 3 Doorの車両本体価格(消費税込)です。オプション装着価格、付属品価格、保険料、税金(消費税を除く)、登録に伴う諸費用、リサイクル料金は含まれておりません。別途必要となります。*2 自動車取得税は2017年3月31日まで、自動車重量税は2017年4月30日までに新車登録された車両が対象となります。オプション選択などにより減税率が異なる場合や対象外となる場合があります。自動車取得税は、都道府県により運用が異なります。※掲載のお支払例は、諸費用・税金を含まない車両本体価格(消費税込)に基づき年間走行距離9,000kmタイプの「MINIフューチャーバリューローン(3年・36回払い)」にて試算されております。金利は実質年率3.95%ローンは3年36回払いまで適用されます。最終回のお支払は、残債額の一括払い、残債額の再ローン契約、車両返却、お乗換がお選びいただけます。最終回に車両返却またはお乗換をご選択された場合、車両状態ならびに走行距離がローン契約時に定めた保証条件を満たさない場合は規定に基づき清算が必要となります。詳細はMINI正規ディーラーにてご確認ください。また、再ローンでの適用金利は、その時点で当社が定める実質年率となります。「MINIフューチャーバリューローン」は、MINIファイナンシャルサービスの標準型ローンプログラム(クローズドタイプ)です。お支払例:月々お支払額(34回)¥19,500、頭金¥0、ローン元金¥3,000,000、初回お支払額(1回)¥20,530、ボーナス月お支払額(6回)¥159,000、償還額(最終回お支払額)¥1,638,889、お支払総合計 ¥3,276,419、手数料率(実質年率)3.95%。



MINI つくば

〒305-0817
つくば市研究学園4丁目1番地13
TEL:029-860-3298 水曜日定休
<http://www.tsukuba.mini.jp>

“カラダに良い”と言われる情報は巷にたくさん溢れているけど、
一体どれが「本当に」身体のためになることなの？



そこで、カラダの専門家である女性医師に相談！

忙しい女性医師の方が自身のために日々実践していることなら、きっと本物に違いない！

つくばで活躍する女性医師3名に「キレイと元氣のために本当にやっている習慣」を聞いてきました！



婦人科・小児科・内科
庄司クリニック

庄司 真弓先生

肌トラブルや生活習慣病の原因となり得る活性酸素の除去を目的に、ビタミンCや大豆発酵エキスを主としたサプリメントを摂取している他、週に1度は加圧トレーニングを行っています。

皮膚科
いけがみ皮膚科

池上 美智子先生

毎日朝と昼は手作りのグリーンスムージーを飲んでます。旬のフルーツと野菜とチアシードをブレンドして朝・昼ごはん。夜は玄米とお肉と野菜のごはんでは体の中からキレイになる様に心がけています。



産婦人科
医療法人社団 清虹会
なないろレディースクリニック

飯村 光代先生

3食きちんと食べる事！食事抜きダイエットは女性ホルモンのバランスが崩れ、月経不順や老化の原因に。月経は約40年も付き合っていくからこそ基礎体温を付け、自分の体と上手に付き合う事が大切。



女性医師に聞きました！
キレイと元氣のためにやっている習慣

●書店員に聞く！

5月にオープンしたばかりの「TSUTAYA LALAガーデンつくば」の店員さんにきいてきました！

「キレイと元氣」に効くおすすめ本はありますか？

古川さんのおすすめはコレ



小原正子 (著)
KADOKAWA 1,404円 (税込)



「おはら美容」
詳細はP.47へ!!

美容マニアとしても有名な美人芸人、クワパタオハラの小原正子さんが、日々実践している美容術を紹介。子育て等で忙しい中、時短やコスバを意識して編み出された方法なので、「タオルドライはせず、濡れたまま化粧水をつける」など、日常に簡単に取り入れられそうなものばかり。「美肌習慣」真似してみませんか？

読んだら
すぐにやりたくなる！
40歳で20代の美肌を
保つ秘訣が満載です！

阿部さんのおすすめはコレ



小林弘幸 (著)
大矢 たいはる (音楽)
アスコム 1,296円 (税込)



「聞くだけで自律神経が整うCDブック」

自律神経研究の第一人者であり、順天堂大学医学部教授の小林先生が開発した付属のCDは、聴くだけで交感神経と副交感神経のバランスが整い、頭痛や肩こり、不眠、疲労、食欲不振、更年期障害なども改善すると話題の本です。特に症状が無い時でも、聴くだけでリラックスできるので、眠れない夜などにもおすすめです。

「自律神経の名医」
が開発したCDは、
聴くだけでリラックスして
元氣になれます！

ダイエット美容
グッズセットの
読者プレゼントあり！

P.54も
見てね!

TSUTAYA LALAガーデンつくば



TEL.029-861-1811
つくば市小野崎字千駄共278-1 LALAガーデンつくば1階
営業/10:00~24:00 [SAZA COFFEE] 10:00~22:00

5月20日にオープンしたつくば市内初のブック&カフェ。スペシャルティコーヒーを提供する「SAZA COFFEE」とコラボし、なんとコーヒーを購入すると、新刊本や雑誌等を店内で自由に読むことができます。コンセプトは「つくばスタイル」。教育や科学、自然、アウトドア、パンとコーヒーなど、つくばの方のニーズに合った分野の本が豊富店内は「自然との調和」をテーマに、シンボルツリーを中心に天然木材を使用した居心地の良い空間が広がります。

美容クリニックの
最前線

将来の美と健康のために 今出来ること

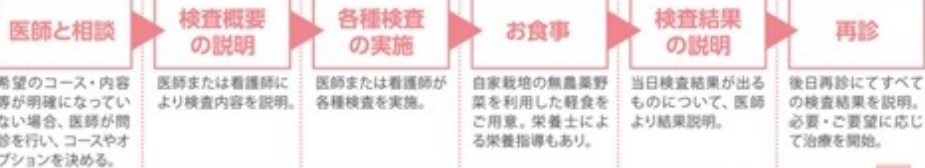
ぶらざスタッフが
行ってきました!



一生付き合っていく身体のために自分と向き合うこと、自分を知ることはとても大事なことです。今話題のエイジングケアの現場を、ぶらざスタッフが未来の自分のために調査してきました!

「ウェルエイジングケアのすすめ」
いつまでも若々しく健康的でいるために
老化は遅かれ早かれ誰にでも起きるもの。ウェルエイジングとは、老化とつきまつきあいつつ、ゆっくりと年を重ねるということ。充実したライフスタイルを長く続ける秘訣のひとつとして注目されています。そこで、つくばでウェルエイジングに力を入れている庄司クリニックさんに行って調査してきました。
実は老化は20代から徐々に始まっているのですが、気が付く人は多くありません。ただ30歳を過ぎると、じわじわと不調が出現し、やむなく自分の身体と向き合うことが多くなります。
よりよく年を重ねるためには、規則正しい睡眠・食事・適度な運動などの正しい生活習慣の他、自分の身体の状態を知り、悪い状態になる前に元の状態に戻すことが必要となってきます。
そんなときには、「アンチエイジングドック」で自分を見つめ直すことができます。アンチエイジングドックとは現在のカラダの状態や、老化度を知り、予防していくための検査です。病気になる前に自分の身体の弱みや、将来かかりやすい病気等が分かるのだそう。検査の結果から必要に応じて弱み改善にふさわしいウェルエイジングケアを先生が紹介してくれます。
今の身体の状態を把握できるとともに老化や生活習慣の兆候も知る事ができると考えれば、10年後、20年後もずっと健康であるための一歩として踏み出してみるのがいいですね。

アンチエイジングドックの流れ



こんな方におすすめ!

- 今の身体の状態を知りたい方
- 生活習慣病を予防したい方
- 身体の老化度が気になる方

検査内容

- 体組成検査**..... 筋肉、骨、脂肪、水分の量(率)や基礎代謝量を調べます。
- 酸化ストレス度/抗酸化力測定**..... 体の中で発生する活性酸素の毒に受けるダメージ量(酸化ストレス度)、身体の老化や病気に抵抗する力(抗酸化力)を測定します。
- 血管年齢/動脈硬化リスク検査**..... 血管の硬さと足の血管のつまり具合を調べ、動脈硬化を調べます。
- 骨年齢/骨粗しょう症リスク検査**..... 密度を測定して骨粗しょう症リスクを検査します。
- 糖代謝検査**..... 血液中のブドウ糖がエネルギーとして適切に利用されたり、緊急時のために蓄えられる仕組みが正常であるかどうか、血液中に増えすぎているかどうかを調べます。
- ホルモン量測定**..... ホルモン不足が原因の身体の不調を改善するために、ホルモン量を検査します。

※保険外診療となり、上記の場合25,000円(税込)となります。

将来かかりやすい病気がわかるのなら、家族にもすすめてほしい!

それぞれの結果に合わせていくつになっても元気でいられるサポートを提案してくれます!

ぶらざスタッフが潜入! ウェルエイジングケアをご紹介します

運動療法

健康を維持していきたい方、ご年配の方や時間がない方におすすめ

パワープレート®は10~15分程度のトレーニングで、ジムの1時間分の運動と同じ運動効果があります。プレートに乗るだけで筋肉が鍛えられる新感覚トレーニング。ご年配の方でも安心です。コンディションに合わせたメニューで取り組むので、負担をかけることなく無理なく運動ができます。



時間が無い方でも、短時間で効果的な運動が出来るね!

血圧計測 ▶ トレーナー判断 ▶ トレーニング
体験トレーニング 2,500円
(カウンセリングを含め1時間程度)

ヘッドスパ

髪が健康が気になる方、頭や首が凝っている方におすすめ



生体電流に近い電流を頭皮にある育毛促進や血行促進の領域へ流すことで直に刺激を与え、真皮細胞まで育毛成分を届ける育毛ヘッドスパです。

微細な振動が気持ちよくて、ついつい眠ってしまう方もいるみたい。

通常価格 5,000円
(1回あたり40分)

点滴療法

身体を動かすことが苦手な方、1度ですぐに効果を実感したい方におすすめ



施術ルームは、心地よい風が入り広大な自然が窓から眺められるリゾート地のような空間。かなりリラックスできそう?

美白やアンチエイジングなどの美容効果。様々な疾患の予防や機能改善などを強力に促したい方

血中のビタミンC濃度を通常の10~100倍以上という超高レベルに上げる
【高濃度ビタミンC点滴】

慢性疲労症候群、生理不順、アレルギー性鼻炎、偏頭痛発作、慢性じん麻疹、耳鳴り、慢性副鼻腔炎などお悩みの方

ビタミンB群(B1/B2/B3/B5/B6/B12)とビタミンCが含まれた
【マイヤーズ・カクテル】

アロマトリートメント 身体の悩みや体調に合わせた施術サービスが始まりました。

全粒粉の手作りパン

クリニックの栄養士が作った天然酵母の自家製パン。普通のパンより栄養価が高くヘルシー♪ダイエット中の方にも優しいパン。毎週水・土曜日、12時前後からダイニングでいただけます。



今回取材を
させていただいた
クリニック



婦人科/小児科/内科 庄司クリニック

■住所/つくば市中野158-1
■休診日/木曜・祝日・第1・3・5日曜日
※婦人科のみ水曜午後は19:00まで ※小児科は事前予約制 ※日曜日は第2・第4のみ



Tel.029-836-0405

<http://shojclinic.jp/>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	△	△
14:00~17:30	○	○	○	○	○	△	△





美容所登録サロン ジオリッチシフォン

先生 山口千賀子さん

掲載 p.14

お客様を癒してさしあげるだけでなく、お肌の悩みを解決するサロンです。茨城ではほとんど取扱のない化粧品や施術ばかり。肌の悩みがある方は一度ご相談してみてくださいね。

私がココを選んだ理由

いつも丁寧な対応で、強引な勧誘もなく安心して通えます。今までは病院でシミとりや注射をしてきたのですが何故だか若く見られませんでした。しかし、シフォンさんの化粧品とエステに通うことで本当に肌がきれいになり初めてお友達から褒めてもらい、エステの大切さがよく分かりました。

[40代・女性]



トータルエステティック CoeuR [サロンプル]

先生 エステティシャン 青木さん

掲載 p.14

手技と手技だけでは得られないマシンとの融合により、最高のトリートメントをご提供致します。日々のストレスから解放し、心身ともに安らぐひとときをお過ごしください。

私がココを選んだ理由

年々痩せにくく、特に腰回りが気になっていました。1か月集中で通い、パッツパツのジーンズがすっきり入りました!今も定期的に通い、体型も維持。「すっきりしたね」と言われて嬉しいです。スタッフさんが親身になってアドバイスを下さるので、自宅でも毎日楽しくダイエットに励んでいます。

[30代・女性]



Iris ネイルスクール&アトリエ[アイリス]

先生 ネイリスト 井坂さん

掲載 p.14

全てのお客様がゆったりできる空間をご用意いたしました。オシャレだけでなく健康的で美しい自爪をいつまでもきれいに保てるようにネイルをされるお客様もたくさんいらっしゃいます。

私がココを選んだ理由

ジェルネイルをはじめ約10年。先生の作品を見てから虜になり、ずっとお願いをしています。気さくな先生なのでデザインの相談もしやすく、施術はあっという間に過ぎてしまいます。常に見えている手先が華やいていて気持ちも明るくなるので、今後も続けていきたいです。

[40代・女性]



オンフルール Biviつくば店

先生 エステティシャン 赤石さん

掲載 p.14

オンフルールでは、お仕事や家事、育児でお疲れの女性が気軽に寄れるように、何時間でもくつろげる癒しの空間を演出しています。是非一度お気軽にお立ち寄りください。

私がココを選んだ理由

無料カウンセリング時に色々相談させて頂き、全身脱毛をお願いする事になりました。ワキ脱毛を7年前程に某サロンで体験して以来だったので不安でしたが、凄く丁寧な施術で安心して出来ました。お話しも色々頂き、楽しいひと時を過ごす事が出来てこれから通うのが楽しみになりました!

[30代・女性]



ホワイトエッセンス デンタルオフィスゴリ

先生 歯科衛生士 石川さん

掲載 p.15

担当するセラピストは全て国家資格を有する、歯科医師や歯科衛生士です。45種類のデンタルエステメニューから、お客様のご希望に沿うものを提案し、やさしく施術していきます。

私がココを選んだ理由

ホワイトニングに興味はあるけれど、歯医者さんの施術が苦手で悩んでいました。「施術はやさしくさせていただきますので、ご安心ください。」と、カウンセリングから丁寧に向き合ってくれる姿に施術に対する不安が無くなりました。今では施術後の仕上がりがとても楽しみになりました。

[20代・女性]



アンティグラビティフィットネス エアリー

先生 インストラクター 久美さん

掲載 p.15

カラーゲンホットヨガと空中ヨガ、最先端のフィットネス2種類の中から好きな時に好きな方を選んで通えます。トップレベルの講師陣による指導で、初心者でも安心!

私がココを選んだ理由

難しそうでしたが、こんな私でもできて嬉しかったです。たった1回のレッスンで肩こりが楽になったのにはびっくり!血行が良くなったのかむくみも解消!音楽に合わせた楽しいフィットネスで、こんなに次の日すっきりするとは思いませんでした。

[40代・女性]



ふらさ流
ひと目でわかる

キレイ & 健康

キレイの達人ファイル

女子力アップのサポートをしてくれる美の達人たちをご紹介します!実際のお客様たちが、そのお店を選んだ理由もぜひ参考にしてみてください!



Total Beauty Salon nico[ニコ]

先生 エステティシャン 田村さん

掲載 p.13

弱い光を連続使用して毛包に作用させる最新脱毛機なので、体への負担も少なく、毛周期に左右されずに次の脱毛が3週間後に可能です。忙しい女性の美をトータルに応援!

私がココを選んだ理由

他サロンでは脱毛完了までに3年以上もかかる上、予約が取りにくいのがストレスでした。でもこちらでは1か月に1度通って最短で約半年で脱毛完了と聞いてびっくり!まだ2回目ですが、早くも産毛が生える間隔が遅くなり、手入れが楽になりました。

[20代・女性]



Body Brain communication studio [ボディブレイン]

先生 トレーナー 西脇さん

掲載 p.13

スタッフ全員でお客様を理想のカラダへ導きます。5月から空中ヨガをはじめとしたスタジオレッスンがスタート!しなやかな身体で女子力UPを目指しましょう!

私がココを選んだ理由

空中ヨガは身体がとても気持ち良く伸びて、体が硬い私でも楽しくできました!以前からパーソナルでお世話になっていて、これからも大好きなトレーナーの方にしっかりと私の身体を見てもらいたいと思い、早速パーソナルとのセット会員になりました。

[40代・女性]



エステ&リラクゼーション Garnet[ガーネット]

先生 オーナー 柳生さん

掲載 p.13

当店は、兼子ただし氏から直接指導を受けた認定店です。血流促進、集中力UP、ダイエットも期待できますので、瘦身コースと併用されるとさらに効果が期待できます。

私がココを選んだ理由

ストレッチ専門店業界NO.1の兼子ただし氏のストレッチを行っているアットホームなサロンで美に磨きをかけ、またある時にはストレッチで身体を正しくしてあげる。ホームサロンで3つの融合サービスを行っているところはなかなかありません!同業者として、同じ女性としてもお話が合います!

[40代・女性]



パワープレートつくば

先生 トレーナー 小笹さん

掲載 p.13

運動と身体の専門知識と指導経験で会員様の美しいカラダづくりをサポートします。パワープレートつくばでは個別指導で、体重ではなく、体型から変えるレッスンなのでリバンドしません。

私がココを選んだ理由

他の施設にも見学や体験に行きましたが、30分で効果のでる理由、運動で体型が変わる理由をしっかりと説明してくれたのはここだけだったので入会を決めました。綿密なトレーニングメニューを作成して頂き、楽しく通っているうちにみるみるお腹も凹んで、半年で体型も変わりました!

[40代・女性]



Le ciel.[ルシエル]

先生 院長 岩瀬千晶先生

掲載 p.14

肩こり、腰痛、頭痛などの身体の不調、産後の骨盤調整、姿勢など女性の悩みに特化。お肌のトラブル、ボディラインの崩れも骨盤・背骨の歪みを整え、改善していきます。

私がココを選んだ理由

歪みを整えてもらうのはもちろん、むくみ・肩こり・片頭痛など日によって違う症状に合わせて、丁寧に施術を受けられます。家での運動や食生活のアドバイスもしっかり。施術中の女子トークも楽しく、心も身体もすっきりします!親子で通っています。

[40代・女性]

ぶらざ募金クーポン 有効期間Q8年6月末日

【既存の方もご利用可能!】
ぶらざ掲載価格にてご提供!

※ご予約の際に「ぶらざ募金」とお伝えください。
※他サービス使用不可。

Total Beauty Salon nico [ニコ] ☎080-8868-9991(脱毛・ネイル専用)

脱毛 Total Beauty Salon nico

☎080-8868-9991

つくば市春日2-33-4
営業/火~土 11:00~20:00
日・祝 10:00~18:00
●予約TEL.029-861-1009
(男性による着信対応あり)
駐/あり ※全て税別表記



痛くない! 早い脱毛で夏までにツルスベ美肌へ! 1回毎の明朗会計で安心!

夏駆け込み脱毛キャンペーン! 8月末まで
最大50%OFF!!

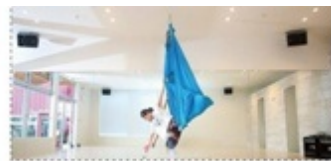
「ぶらざを見た」でご予約ください!
お1人様1度限りの体験プライス!

★全身(V・I・O以外)・・・30,000円→15,000円
(2回目を除く18,000円/回)

★わき・ひじ下・ひざ下 18,000円→9,800円
(2回目を除く10,800円/回)

痛みのある脱毛から解放!!
★V・I・O……………10,000円→5,500円

最新のコラーゲンマシン導入!!
最新お試し(20分) 1,000円



ボディブレイン
フィットネス Body Brain communication studio

☎029-856-3435

つくば市学園の森3-29-6
RJPO内
営業/平日9:00~22:00
(土日祝は19:00迄)
休/木曜、第5週日、年末年始
http://body-brain.jp/



自然空間にこだわり、床には素足に心地よい無垢材を使用。木の香りとたっぷりの日差しの中、重力からも解放されて心身ともにリフレッシュ! 室内にいなながら自然との一体感を感じられるスタジオはつくばでここだけ!

まずは体験! スタジオ体験3,500円
体験後即日入会で体験料無料!!

つくばでパーソナルトレーニングと言えここ!
大人気の完全予約制パーソナルトレーニングと組み合わせると、
スタジオ(月4回)通常3,180円→7,020円迄

詳細は「Body Brain つくば」で検索! ※全て税別表記

キレイ & 健康

キレイ特集

キレイを作る美人道
女子力向上委員会

1回の施術で見た目に変化!

ハイパーナイフ全身体験

通常(2時間) 29,800円が
19,800円

短時間で脂肪の燃焼分解を促進します。
血管、リンパの循環をスムーズにすることで新陳代謝を促進し、冷え性やむくみの改善、高周波の効果で、コラーゲンやエラスチンを増やし肌ハリを与え表面を滑らかに美肌に導きます。

彫刻美整形メソッド
30分……6,300円 60分……12,600円

形成技術を強調した手技で、
ハイテクオロジー美容技。
アジアの伝統美容、骨気(コルチ)の進化版。

筋膜デトックスマッサージ
上半身・下半身各5,500円 全身10,000円

筋膜を束ねる筋線をリリースする事でコリや痛み、肩こり、腰痛、脚、腕のムキを解消。脂肪やリンパ、静脈にもアプローチするので、瘦身効果も得られるオールハンドのコース。

兼士ただし氏から直接指導を受けた認定店!

マッサージでは解決できない深層部の筋肉を正しく伸ばします。慢性的な肩こり、偏頭痛、腰痛を解消し、姿勢を整え内臓も正しい位置に戻りウエストを細く、ネコ背、まき肩、骨盤矯正、O脚等の症状を改善しスタイルアップ!

◆kanekoストレッチ……………4,300円
◆kanekoストレッチ+整体……………7,500円

kanekoストレッチと整体を組み合わせた、最高の全身メンテナンスです。

エステ&リラクゼーション
Garnet ☎090-9853-1389

〒305-0852 茨城県つくば市見沼1-1-1
電話予約見沼1389 10:00~20:00 [営業時間外店舗相談]
定休日 日曜、祝日 ※土曜はお問い合わせください 駐車場 あり

★完全予約制 施術中はお電話に出られない事がございます。
★施術1回毎の支払いで、お風呂や無理な販売は一切ありません。安心してご来店ください。

パワープレート®つくばなら 短時間で効果大!

筋肉を鍛えて、姿勢美人!

30分の加速度トレーニング®で筋肉を鍛えて、
美しいカラダになるフィットネススタジオ

個別指導のストレッチとエクササイズで、みるみる姿勢がキレイになる。
仕事や家事で時間がないけど、本気でカラダを美しくしたい方。

無料体験会! **パワープレート 3次元振動体験会**

5月29日(日) 13:30~17:00
イースつくば2階センターコート

体験受付中! **レッスン(30分) + カウンセリング(30分)**

ビジターレッスン 通常6,240円が
OFF 2,160円 予約制

肌もケアする*エンビロン®スキンケアプレゼント!

トレーナーの小冊子です。美しいカラダづくりをサポートします。

パワープレートとは1台でトレーニング、ストレッチ、リラクゼーションの効果があるトレーニングマシンです。
加速度トレーニングとは3次元振動により、体にかける力を大きくしたトレーニングです。

イベント、体験レッスン、資料請求の申込み、お問い合わせはこちら

0800-800-7175 TSUKUBA

パワープレートつくば 検索 イースつくば内フィットネススタジオ

エステ&リラクゼーションGarnet ☎090-9853-1389

★初回限定★
ハイパーナイフ全身体験29,800円→19,800円

※ご利用は初めての方に限りです

ぶらざ募金クーポン 有効期間Q8年6月末日

パワープレートつくば ☎0800-800-7175

掲載価格にてご提供!

※初めてご利用の方に限りです ※ご予約の上、クーポンをお持ちください

ぶらざ募金クーポン 有効期間Q8年6月末日

女子カアップの前に まずは 己を知ろう!

ぶらざスタッフ ダイエット企画始動!
プロの手をお借りして

目指せ!女子カアップ!スリムアップ!

下記「フィオーレ」内フィットネスクラブ、「ヴィス」ポススポーツクラブつくばでは、専門のトレーナーによる効果的な運動指導や、毎日の食事指導の他、コラーゲンホットヨガやアンティグラビティフィットネスもある複合施設ならではの、今までにないオリジナルのダイエットプログラムを開始予定!今回、ぶらざスタッフもそのプログラムに参加させて頂くことに。さて、一体どこまで痩せられるでしょうか?

詳細は、来月7月号にて!乞うご期待!

僕たちにお任せください!
一緒にがんばりましょう!



ヴィススタッフの皆さん

自分の体を知る「ボディチェック」

日本肥満学会による肥満判定基準では、BMI数値22が、最も病気になりにくい標準体重といわれています。書き込んでチェックしてみてください。

$$\text{BMI} = \frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}}$$

(例) 158cmなら1.58で計算

※BMI=Body Mass Indexの略で体格指数の事

【BMIによる肥満の判定】日本肥満学会による肥満判定基準より

18.5未満	18.5~25未満	25~30未満	30~
痩せ	標準	やや肥満	肥満

ちなみに、標準体重を求めるには、BMI数値22を基準に計算します。

$$\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)} \times 22 (\text{BMI}) = \text{標準体重 (kg)}$$

ぶらざスタッフもやってみました!

結果は・・・ひ・・・**肥満!**

今まで「太って何が?」と思っていたけれど、この企画を機に、ついに腹をくくってダイエットを始めることに...



ぶらざ募金クーポン 有効期限:28年6月末日

デンタルケアグッズ進呈!
(歯科専売品)

※お一人様1回限り

ホワイトエッセンス つくば ☎029-875-4114

ホワイトニング デンタルオフィスゴリ

☎029-875-4114

つくば市小野崎
字千敷町278-1
LALAガーデンつくば内1F
営業/平日・土曜10:00~19:00
日曜10:00~18:00 休/月曜
予約可|個室あり|カード可



笑顔の印象を大きく変える口元。輝く白い歯を手に入れたあなたにおすすめなのが歯のホワイトニングに特化したデンタルエステ「ホワイトエッセンス」。確かな技術を利用しやすい価格で提供。各種保証制度が充実しているのも人気の理由です。

初めての方におすすめの「歯のホワイトニング」
ホワイトニング12本 8,000円 (前歯12本の範囲) 保険外 診察費別途

20種類以上の豊富なプログラムで願いをサポートしてくれる **茨城初!** **女性限定** **世界シェアNo.1** **ニューヨーク発!** **美しいエクササイズ**

コラーゲンホットヨガ **ヴィエル** **どちらも通える** **アンティグラビティ** **エアリー**
フィットネス

両こり むくみ 頭痛 腰痛 便秘 肌荒れ 生理不順

ヴィエリー **誕生**
アンティグラビティフィットネス & コラーゲンホットヨガ

「コラーゲンホットヨガとアンティグラビティフィットネス、どっちもやりたい!」というご要望にお応えし、「ヴィエル」と「エアリー」を統合いたしました。好きな時に好きな方を選べるのは日本でここだけ!

W 体験キャンペーン!
2枚組体験チケット **1,980円** (税込)
以前体験したことがある方も購入可能!!

受付期間 → H28年6月末日まで **ご利用期間** → H28年7月末日まで

6月中ご入会 **特典1** ◆入会金 10,000円 ◆事務手数料 3,000円 合計13,000円(税別) **0円** **特典2** 入会時にLINEお友達登録で、先着15名様限定 ヨガマット or グリップ付靴下 プレゼント!! **特典3** 入会後 **水素水飲み放題!!**

美と癒しと健康の夢空間 **フィオーレ**

TEL.029-882-2100

■茨城県つくば市下原370-1 2F
■休館日/毎月9日
■営業時間/【月~金】11:00~23:00 【土・祝日】10:00~20:00
http://fiore-tsukuba.com **フィオーレ つくば**



東京で2時間待ちの有名かき氷店 **「かな」完全プロデュース!**
自家製ソースに富士の天然氷使用
超絶 **ふわふわ かき氷**

フィオーレ内カフェ **営業時間** 11:00~19:00 (L.O.18:00) ☎029-836-0114

ぷらざ流
ひと目で
わかる

健康の達人ファイル

これから訪れる梅雨。温気が高いことや日ごとに気温差も生じるせいか、もっとも体調を崩し易いといわれている時期。そんな時だからこそ、自分のからだと向き合い、暑い夏に向けて万全にからだメンテナンスをすることがオススメ。ここでは、常日頃から活躍されている健康の達人をぷらざがフィーチャー！



ネイルサロン「Pinky Pinky」
【大塚 幸希】

「爪トラブルのお悩みを一緒に改善致します！」

爪の悩みを抱えた10〜70代の幅広い層が通うサロン。メディカルアロマを使ったケアを取り入れて、爪のトラブルをネイリスト歴10年以上の技術で、本来の健康で美しい爪を取り戻してくれます。先生の飾らない性格が男女共に支持されています。

掲載 P.19



「オーナー」
フィレチーニートサロン
きくえい

お医者様も通う
評判の女性限定プライベートサロン

足の圧力は手の3〜4倍！ソフトな刺激で血流とリンパ液の流れが良くなり、免疫力向上、肩こりや腰痛、全身の歪み、アレルギー等が改善する他、細胞の活性化による美肌効果、足痩せ、ウエストの引き締め等の美容効果も常にお客様を思うオーナーの人柄も魅力。

掲載 P.17



「塚本 晴香 さま」
ジオリッチ

お客様の体質に合った漢方で、
長年の悩みを解決！

当サロンの漢方は30年も続く『銀座まるかん』、創業者の斉藤一人さんは高額納税者としても有名な会社のもの。長い間たくさんの方が効果を実感されています。成分の絶妙な配合、広告やCMをしないので高価な成分の漢方が格安で飲めるのも魅力的な所です。

掲載 P.17



「庄司 真弓 さま」
庄司クリニック

女性の「美と健康」をサポート

専門の女性ドクターを中心に、幅広い診療で地域の全ての女性と子供たちの健康をトータルサポート。医療をはじめ、運動・食事など、健康に必要な各面から、いつまでも若々しく、美しくという女性共通の願いを叶えるお手伝いをしてくれます。

掲載 P.11



「二瀬 雅史」
せくら眼科クリニック

全てを患者さん目線で考える
良心的なクリニック

丁寧かつ迅速な診療が評判。1人で通えない方のために無料送迎サービスも実施。少しでも患者さんの業代負担が少なく済むよう、つくばで唯一院内処方を採用するなど、徹底した患者さん想いところが、地域の人のからの信頼が厚い理由の一つ。

掲載 P.18



「横山 和則 さま」
花クリニック南大通り

慢性副鼻腔炎(蓄膿症)の
日帰り手術クリニック

医学博士。東京医科歯科大学医学部卒業。土浦協同病院にて耳鼻科検科長を務め、2000年に当院を開院し、現在に至るまで3,000件を超える手術実績を持つ。季節の花や緑にかこまれた外観、優雅なひと時と安心感をさそう配慮を施した院内で安らぎを得られるよう、工夫されている。

掲載 P.18



「豊嶋 幸一 さま」
バナナケア

茨城初！ヘッドマサージ専門店
オーナーは講師も務める確かな技術

有名大手エステ店に勤務経験あり。出産後、偏頭痛・首のコリに悩まされ数えきれない程のサロンを巡るもよくなり自ら技術を習得。だからこそお客様のことを真剣に考えてくれる。ヘッドマサージは、頭痛、眼精疲労、首肩のコリから顔のくすみ・むくみ・たるみまで幅広い効用がある。

掲載 P.19



「平澤 圭 さま」
新リンパ療法整体センターつくば

「本気で症状を改善」したい方に
情熱で挑むセンター

冷え症や肩こり、腰痛や生理痛になりやすい方、風邪をひきやすい方の体質には骨格や骨盤に歪みがある可能性があります。新リンパ療法では、痛みやしびれ、凝り、張り、むくみを調整し、骨格プロモーション調整によって自律神経を整えます。

掲載 P.19



「増淵 隆夫 さま」
総健康館つくば店

手足の痛みシビレに。
根本的な改善・再発防止に真剣なサロン

病院で「良くならない」と言われた娘さんの脊柱側弯症が改善した経験から、この技術の偉大さを実感し、より多くの方の身体を良くしたいとの思いで開業した院長。本場米国で習得した技術と食事睡眠を含む指導で、もう良くならないと諦めていた方も多数改善！

掲載 P.19



「箱山 隆夫 さま」
からだリセット

確かな技術で
「からだ」をしっかりと「リセット」

丁寧な問診で、ひとりひとりの身体の不調に合わせ、どんな症例にも対応。身体の構造理論を熟知した院長が施術を行う為、1回でも効果の違いが分かる。骨格だけでなく自律神経にも作用し、冷え・不眠・便秘の方にもおすすすめ。

掲載 P.18



「青島 幸一 さま」
つくばみなみ整体系

信頼と実績の20年。
開業10年、施術回数も6万回を超えました！

長年の経験と知識を持った施術前の丁寧な問診と分かりやすい説明、ひとり一人にご満足いただける最良の施術を第一に心がけております。些細なカラダの不調、慢性的な痛みなどは、日常生活の中でふとした瞬間に現れます。そんなときは、ぜひご相談ください。

掲載 P.17



「創 隆」
BODY MAKE Studio

デスクワークや立ち仕事で
蓄積した疲労を解消します

理学療法士でもあるピラティスインストラクターの先生。病院のリハビリテーション科勤務を経て習得された知識・経験で身体の悩みをサポート。病気がケガを未然に防ぐ「予防医学」を運動療法で導いてくれます。

掲載 P.18

ぶらざ募金クーポン 有効期間:Q8年6月末日

《新規のお客様》
ぶらざ掲載価格にてご提供!

※来店時にご持参ください ※他身との併用不可
つくばみなみ整体室 ☎029-875-8755

ぶらざ募金クーポン 有効期間:Q8年6月末日

《リピーターのお客様》
ぶらざ掲載価格にてご提供!

※来店時にご持参ください ※他身との併用不可
つくばみなみ整体室 ☎029-875-8755

整体 つくばみなみ整体室

☎029-875-8755
つくば市高野台2-15-33
電話受付/8:30~21:00
休/木曜 駐/あり
☆複数人数・学生・高齢者
割引あり☆イオンモールつくばより車で5分



厚生労働大臣認定病院

ウトウトしてしまうほど心地良く、一度で全ての骨格が調整できます。臨床20年、施術回数6万回超の豊富な経験を積んだ国家資格者が整体を行います。また、女性へのやさしい施術から体育会の方へのガッチリ施術まで幅広く対応し、有名プロスポーツ選手も多く来院。かかりつけをお探しの方はぜひお試しください。

感謝の気持ちを込めて
おかげさまでこの道20年、開業10年！
新規の方はもちろん、リピーターの方も、
ぶらざ掲載価格にてご提供!!

●30分コース.....3,000円
●60分コース5,000円▶4,500円
●90分コース7,000円▶6,000円

ご希望にお応えして!
マタニティコース90分5,000円!
※安定期~妊娠8ヵ月までの方
日々の疲れやスポーツ前後のメンテナンスなども、
ぜひ、当院にお任せください。
一交差事故後の症状のご相談承ります。
早めのご予約がおすすめです



キレイ & 健康

健康特集

ドッカカン!!

センイ補給のサプリメント スリムドカン

銀座まるかん

40代以上の原因不明の体調不良、体質でお悩みの方のため漢方処方サロン。お客様の血流測定や内臓の叫びと言われる肌診断機の測定に基づきお客様に合った漢方を処方。漢方はサプリより効果が高く、薬のような副作用がないので安心して飲み、3~6ヶ月続ける事で確実な効果を実感。漢方も体質に合っていないと効果は薄くなってしまいます。まずは機械診断で自分の身体を知ることから始めてみませんか?

漢方処方 お腹も便秘もスッキリ! 体&ひざ腰楽々♪
血流&内臓診断機検査 50分 お茶・お菓子付き 漢方3ヶ月分購入で、
(59歳までの方) 10,800円→5,400円(税込) →機械診断が
(60代以上の方・平日限定) 10,800円→4,320円(税込) 0円に!

漢方 ジョリッチ

☎029-896-3648
土浦市木田余東台2-4-12
営/9:00~20:00
(最終17:00)
休/火曜 駐/あり



銀座まるかん土浦店 ジョリッチ ☎029-896-3648

漢方3ヶ月分購入で、機械診断が0円に!

※はじめての方限定 ※他サービス併用不可
ぶらざ募金クーポン 有効期間:Q8年6月末日

女性施術者による女性専用サロン。足を使い、擦るような施術でリンパと血液の流れを良くし、体の中から改善します。「癒される以上に、通い始めてからの身体が全然違う。本当に楽になった!」と虜になる方続出!夜10時まで営業のため、仕事帰りにご予約の方も歓迎です。

フリーセラピーのここが凄い!!

①結果が早く出る 手の3~4指の力でほぐすため効率が良い。	②痛みがなく、もみかえしがない 手の「点」での刺激ではなく足の「面」を使うので痛くない。	③美容にも効果大 老廃物を排出し、美肌効果やダイエットにも効果的。
----------------------------------	---	--------------------------------------

冷え、肩こり、腰痛、アレルギー、全身の歪み、女性ホルモンのバランス、美容でお悩みの方!
一度効果を感じて頂きたいから、初回限定の特別価格をご提供!

120分コース.....13,500円→半額6,750円(税込)
きくえ〜コース.....19,500円→半額9,750円(税込)
●60分コース.....7,500円→5,250円(税込)
●90分コース.....10,500円→7,350円(税込)

【当日、次のご予約を頂いた方に】
次回施術料15%OFF!!
+定額無料サービス

【当日ご予約のない場合】
通常料金、定額より15%OFF
+定額500円別途

「店名は、亡き母の名前「きくえ」と「効く」を掛け合わせたもの。お1人お1人の不調の原因に合わせて、根本から改善し、「来て良かった」と思ってもらえる様、常に努力を重ねています。」と語るオーナー自身、事故の後遺症を克服した経験の持ち主。

フリーセラピー Foulée Therapie® 協会認定
フリーセラピーサロン きくえ〜

☎029-822-8275
土浦市港町2-8-22 マリーナ
ガーデン土浦210 駐/あり
営/10:30~22:00(受付21時
迄) 休/月曜 ★土浦駅まで送迎可(前日迄要予約)



フリーセラピーサロン きくえ〜 ☎029-822-8275

ぶらざ掲載価格にてご提供

※ご利用は初めての方に限りです
ぶらざ募金クーポン 有効期間:Q8年6月末日

ふらざ募金クーポン 有効期間:08年6月末日

体験レッスン1,700円→1,000円。
さらに、体験当日に回数券をご購入いただいた方は体験料無料

※要予約 ※初めての方限定

BODY MAKE Studio 創【そう】 ☎029-875-5644

ピラティス BODY MAKE Studio 創

☎029-875-5644

つくば市梅園2-17-4 2F
mo-baco内 駐/あり
営/6:30~22:00
休/祝日
◆早朝・深夜歓迎
◆創 つくばJで検索!

【Tsukuba Therapeutic pilates(つくばセラピューティックピラティス)】
理学療法士の福田先生が医学的根拠に基づき、心身の癒しと、治療やリハビリのために考案したピラティス。



▲出張レッスンの様子

身体に悩みを抱えた20~70代までの幅広い年齢層が集まるレッスン。普段は意識しにくい体幹部のインナーマッスを鍛え、身体の歪みを改善し正しい姿勢へと導きます。

週1回、3か月の運動習慣で身体は変わります!

肩こり・首の痛み・腰痛をはじめ、疲れが取れにくい
冷え症・むくみ等の悩みを抱えた方にオススメ。
☆手ぶらでOK。仕事前・仕事後に気軽に通えます。
☆8名までの少人数制のため、1人1人じっくりレッスンできます。

ふらざクーポン特選で体験レッスン1,700円→1,000円
さらに、体験当日に回数券をご購入いただいた方は**体験料無料**

お客様の声

- 腰痛になる回数が増えましたが、個人的な症状を気にかけて指導・治療してくれるので、自分の身体と向き合う時間が持てます。(40代・女性)
- 肩こりによる偏頭痛が無くなりました。腰・首・肩などの痛みを伝えたと運動しながら改善してくれるので助かっています。(50代・女性)

出張レッスンスタート!

企業・店舗・福祉施設にお勤めの職員さまを対象に、休業前や就業後のなどの希望の時間帯に合わせて伺います。
○カラダと心が活性化されると気持ちも前向きになり、作業効率の向上や良好な人間関係の構築に繋がります。
○スタジオに通う手間が省け、効率よく定期的な運動を習慣化できます

時間:1レッスン1時間 料金:18,000円/回
定員:10名(1名増員ごとに500円追加)
場所:運動ができるスペースをお借りします

ふらざ募金クーポン 有効期間:08年6月末日

ふらざ掲載価格にてご提供

※はじめての方限定 ※他サービス併用不可

からだりせっと リラクゼーションサロン ☎029-843-2590

整体 からだりせっと リラクゼーションサロン

☎029-843-2590

土浦市荒川沖東2-4-1 1F
ハル接骨院内 休/日・祝日
営/10:00~13:00 15:00~20:00※土曜は1800迄診療
駐/近隣のコインPをご利用下さい



地元で愛されて8年。院長は15年以上の経験を持つ国家資格保持者で筋肉のプロ。身体の構造理論に基づいた施術だから、原因を根本から改善に導いてくれる。スポーツマンの学生から70歳の女性まで幅広く通い、1回の施術で94%の方が効果を体感している驚きの整体を特別価格で受けられる。

**バキバキ骨をならさない
イタ気持ち良い整体**

初診料2,000円+施術料5,400円
=7,400円▶**3,000円**

**「妊娠しやすい体質改善」を施す
不妊専用のモニターも募集中!**

不妊治療で悩む女性を整体で妊娠までに至った経験から、より多くの妊娠で悩む方の手助けをしたいとモニター募集も行ってあります。詳細はお気軽にお問合せください。

お子様の近視でお悩みの方へ

**近視の進行を抑える
目薬をご存知ですか?**

お子様の近視進行を抑制するための目薬があります。

子どもの近視は、主に眼球が楕円形に伸びてしまう(眼軸長が伸びる)ことで、ピント位置がずれることにより生じるケースが多くあります。近くで見ることが習慣化してしまうと近視になりやすく、一度眼軸長が伸びてしまうと戻ることがありません。

この目薬は、眼軸長の進展を抑制し、近視の進行を遅らせるという点で統計的にも臨床的にも有意な効果が確認されている唯一の治療法です。

毎日就寝前に1滴点眼するだけで、近視の進行を平均60%軽減させると言われています。副作用がほぼ皆無の近視抑制薬です。

この点眼薬は、アトロピンを0.01%配合させた点眼薬で、Singapore National Eye Centre(SNECシンガポール国立眼科センター)の研究に基づいて開発されたものです。日本でも7大学(大阪医科大学、大阪大学、川崎医科大学、京都府立医科大学、慶応大学、筑波大学、日本医科大学)にて臨床研究中です。当院の目薬も国内臨床研究と同じ目薬を使用しています。

●本治療は自由診療となります。●目薬(1&5ml)は同費用で1ヵ月の使い切りです。

このようなお子様に
おすすめは

□軽度または中等度の近視の方 □6~16歳の学童の方
□1~3ヵ月毎の定期通院が可能の方

詳しくは、スタッフまたは医師にご相談ください。

さくら眼科クリニック <http://www.sakura-ganka.com/>
白濁り白内障手術・硝子体手術 ☎029-850-5500

つくば市木木1424(筑波技術大学天久保キャンパス付近) 駐/あり

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	休
15:00~18:00	●	●	●	休	休	休	休

無料送迎 お1人で通院できない方や体の不自由な方のために、無料送迎を行っています。お気軽にご利用ください。

つくば「慢性副鼻腔炎(蓄膿症)」の日帰り手術

蓄膿症の日帰り手術クリニック **花クリニック南大通り**

☎029(863)3561 <http://1187clinic.jp>

つくば市竹園2-18-2 駐/あり
診療/午前中は手術、午後外来となります。
※完全予約制です。お電話でご予約ください。
休診/木曜(午後)・日曜・祝日

初夏の爽やかな季節ですが、寒暖の差も大きく、体調を崩したり風邪をひかれる方も多いようです。鼻漏をきっかけとして、黄色い鼻汁や鼻閉、頭痛などの症状が続く場合は、慢性副鼻腔炎(蓄膿症)の可能性がります。これは、元々の鼻の中の構造に狭い所があり、粘液が鼻の奥の副鼻腔という所にたまってしまいうことから起こります。数ヶ月経過してもなかなか良くならない場合や、いったん症状が収まっても、また悪くなってしまう場合は、薬による治療の限界が少しも

蓄膿症の治療・日帰り手術の検討

初夏の爽やかな季節ですが、寒暖の差も大きく、体調を崩したり風邪をひかれる方も多いようです。鼻漏をきっかけとして、黄色い鼻汁や鼻閉、頭痛などの症状が続く場合は、慢性副鼻腔炎(蓄膿症)の可能性がります。これは、元々の鼻の中の構造に狭い所があり、粘液が鼻の奥の副鼻腔という所にたまってしまいうことから起こります。数ヶ月経過してもなかなか良くならない場合や、いったん症状が収まっても、また悪くなってしまう場合は、薬による治療の限界が少しも

アロマ・緑・BGM等、リラックスした状態でお待ち頂けるように配慮しています。

横山 和明先生
医学博士、東京医科歯科大学医学部卒業。
土浦協同病院にて耳鼻咽喉科長を務め、2000年に当院を開設し現在に至る。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30~12:00							手術
12:30~17:30	○	○	○	○	○	○	診療 15時迄



マサージュ ヘッドマサージュ専門店 **バナケア**

090-1994-9795
土浦市南中村4-8-16
営業/11:00~16:00 駐/おり不定休 ●男性は紹介制
●茨城初/バナケア/株主
●通院中、偏頭痛の方もお気軽にご相談下さい。



頭痛・眼精疲労・首肩のコリ、スッキリしたい方にはオススメです。専門店ならではの知識・実力、講師をも務める高い技術で評判。

顔のマサージュ 毎朝毎夜の洗顔をよくする為、顔や首のマサージュをもちろんです。足・腰・背中・肩甲骨を施術
【初めての方限定】
60分 6,480円~6,000円 100分 10,900円~9,000円
80分 8,640円~7,000円 120分 12,960円~11,000円
【一度でも来店された方限定】上記金額に特別オプション
ラクラク肩甲骨や痛い足のむくみ取り.....+5,000円
仙骨フットマサージュ(腰痛緩和).....+1,000円
こんな症状でお悩みの女性の方へ
頭痛、頭の重い方・眼精疲労・睡眠障害・ホルモンバランスの乱れ・だるさ・疲労がぬけない・めまい・自律神経のみだれ・顔のむくみ、くすみ、たるみ等

ぶらざ募金クーポン 有効期限:08年6月末日
ぶらざ掲載価格にてご提供
※初めての方に限りです
※ご予約時に「ぶらざ見た」でも適用

新リンパ複合整体センター S-JG本部 ☎029-821-6977

029-821-6977
土浦市港町3-9-4 駐/6台
営業/9:00~17:00
日・月・金
(火・水・土=営業月1回)
※土浦駅東口より車3分
※完全予約制(予約はTELで)



慢性的な症状に「リンパの流れ」をスムーズにし「自律神経を整えて」心身共に楽にする新リンパ複合整体が生まれました。

★8周年記念キャンペーン★
初回全身プロモーション検査
+初回施術(合計90分)
初回 7,200円~5,500円
【新リンパ療法】生理痛・便秘・下痢・冷え症・更年期障害・腎臓障害・骨盤デトックス・手足がだるい
【自律神経専門】イライラ・ドキドキ・不眠・不安・背中痛・落ち込み・眼精疲労・めまい・ストレス
【複合整体療法】姿勢調査・肩こり・腰痛・手足の痛み・頭痛・ぎっくり腰・寝違い・首痛・腰痛・関節痛・むくみ・骨盤調整・O脚

ぶらざ募金クーポン 有効期限:08年6月末日
全メニュー10%オフ価格でご提供
※ご希望時限定
※来店時にクーポンをお持ちください

Pinky♥Pinky ☎029-838-5055

029-838-5055
つくば市高野台3-2
営業/8:00~18:00(最終受付)
日・火曜10:00~17:00
駐/完備
★男性の来店もOK ●ネイルサロン、スクールも併設♪



本格的な夏を前に、キレイな足元を取り戻したい方必見! ネイリスト歴10年以上の技術で、今までのどの方法よりも美しく、ほとんど一度の施術で痛みを改善します。巻き爪以外の足のトラブルもご相談ください。

●フットカウンセリングのみ.....2,160円
●フットケア.....4,320円
●巻き爪ケア.....1枚所2,160円
●フット角質ケア.....2,500円~
●フットケア+カラー.....6,480円
●メンズネイルケア.....3,240円
アロマを使用したフットバスを使います
随時受付中・ネイリスト向け1day巻き爪ケア講習10,800円

ぶらざ募金クーポン 有効期限:08年6月末日
ゆがみ検査+骨盤矯正+カイロプラクティック通常8,400円+半額!!
※初めての方に限りです。

総健美館 つくば店 ☎029-857-1891

029-857-1891
つくば市南3-4-1 ルビオ1-704 営業/10:00~20:00
(火・水・土(予約のお電話は毎日可)) ★土曜は早めのご予約がお勧めです。★旧店名「ライフパートナーつくば」



「一生このまま、とあきらめていた症状が改善し、生きる世界が変わったよう!」と喜びの声多数!

本気で良くなりたいたいのためのカイロプラクティック
問診+歪み検査+骨盤矯正+施術で約90分通常8,400円
+初回額 半4,200円
当日次のご予約を頂いた方は、次回施術5,000円!!
顔の歪みや、腰痛、シミ、冷え、ムクミが気になる方に★カイロの技術で健康的な美しさに導く「美容カイロエステ」もあります。
6/19日(日)カイロ健康講座(お申込み) ★詳細はお問い合わせ下さい。



蒸し鶏と豆腐のごまさラダ...600円(税別)
つくば鶏の蒸し鶏×豆腐×シャキシャキレタスが好相性。4人でも余裕で取り分けられる満足のボリュームです!

掲載 P.22 炭火串焼 木鶏 研究学園本店

ダイエット中でもOK! キレイ & 健康

美人は食べてキレイになる!

バランスが取れた食事をして内側からもキレイになろう!



骨付鳥ひなどり...870円(税込)
鶏肉のタンパク質はアミノ酸バランスに優れ、特に骨付き鳥にはコラーゲンが多く含まれており、肌の潤いや弾力を保つ美肌効果も◎

掲載 P.23 大和骨付鳥 一勝 つくば店



グリル野菜のスペイン風ピザ...900円(税別)
薄く伸ばした特製生地に、グリル野菜をトッピング!スペイン産アンチョビ&オリーブオイルで仕上げた自然の旨味◎のヘルシーピザ!

掲載 P.23 Spanish Bar Bonito



サグ・マトン...890円(税込)
ビタミンや鉄分、βカロチンなどが豊富なほうれん草が入っているので、美容健康に◎特に、辛いのが苦手な方にもオススメです♪

掲載 P.22 インドレストラン&バー アニータ



しゃぶライス ゴマダレ&ポン酢付...880円(税込)
2種の秘伝のたれがついて2度楽しめる!暑い日にこそさっぱりと食べられ、豚肉のビタミンB1で疲労回復・体力増強!

掲載 P.22 伝説のすた井屋 つくば大学店



トスターダ…600円(税別)

たっぷりの野菜が摂れるボリューム満点のサラダ。フラワートルティーヤを揚げたサクサクのシェルを豪快に手で崩して召し上がれ。

掲載 P.27 エルトリート つくば学園店



大黒牛ホルモン…500円(税別)

お肌に良いコラーゲンたっぷり、細胞の再生効果も。ビタミンB2や鉄分・亜鉛などのミネラルも豊富で疲れ知らずの身体に!

掲載 P.26 焼肉・ホルモン大黒 荒川川店



オーガニック野菜を中心としたコース…4,000円(税込)~

健康を第一に考えた、「ゆずもファーム」のオーガニック野菜を使用。本来の自然に限りなく近い土壌で愛情を注いで作られている。

掲載 P.25 リネア クッチーナイタリアーナ



彩りトマトのサラダピッツァ…1,400円(税別)

ピザが大好きだけどカロリーが気になるという方にオススメ♪女性に嬉しい「新鮮野菜のサラダ感覚ピザ」はヘルシーでワインとも相性◎

掲載 P.23 東京パルTAKEO



名物!シーザーサラダ…850円(税別)

葉物野菜には普段不足しがちな栄養がたっぷり!グラナダノーチーズを目の前で削りかけてくれるので風味豊か♪モリモリ頂けます。

掲載 P.27 アルゾーニイタリア Arzonie ITALIA



会津産産!馬刺し 赤身(ロース)…980円(税込)

冷凍していないから肉の繊維を壊さず、本来の旨味を味わえる。低脂肪・高タンパク質・鉄分豊富で健康志向も兼ね備えた逸品。

掲載 P.26 会季彩 かがり



フレンチトーストセット…1,700円(税込)

非常に珍しい蓮根豚などを使用したメイン料理が数種類。美味しく、美しく、健康的な食事バランスを考えてお作りしています。

掲載 P.25 インカローズ ブランチ INCAROSE BRUNCH



じゃがいも、西洋のポテト-ネギを使った濃乳スープ…350円(税別)

無農薬や無化学肥料の食材を使用。食欲が落ち栄養が偏る季節でも、冷たくて飲みやすく、スムーズに栄養補給ができる。

掲載 P.23 ル パパ グルトン Le Papa Glouton



炭火焼きバジルチキンサラダ定食…885円(税込)

野菜も摂れるバランス定食。特製の野菜ドレッシングをかけてどうぞ。紫蘇ひじきご飯・味噌汁・お新香付き/804kcal・塩分5.6g

掲載 P.27 おおとや 大戸屋 BiViつくば店



ジャーサラダ…女性無料

ガラス製のジャー(瓶)に野菜を詰めたNY生まれのお洒落なサラダ。お腹が満たされるだけでなく酵素の働きでアンチエイジングにも◎

掲載 P.26 あいせきあん 相席庵



ランチセット…1,550円

ランチセットはサラダバー付!つつい栄養が偏りがちになってしまう外食でも、サラダバーでお腹にもカラダにも嬉しいお食事を。

掲載 P.25 つくばイタリアンの老舗 チムニーギオット



前菜…(コース価格)1,750円(税込)~

無農薬の自家製野菜で作る前菜の一つにピクルスがあります。ビタミンCが含まれ、お肌や髪、爪が育ち、風邪もむきにくくなります。

掲載 P.23 ラフェリーチェ モーニング・カフェ・イタリアン La Felice



天然酵母を使ったパン…各種170円(税別)~

余計な化学物質などの添加物を排除し、小麦、お米、麹を原料とした自家製の天然酵母を使用。身体にも優しく、美味しさも長持ち!

掲載 P.29 和のベーカリーカフェ 蔵日和【くらひより】



冷やしサラダ蕎麦…900円(税別)

蕎麦は低カロリーで、ポリフェノールや必須アミノ酸、ビタミンB1、B2など栄養豊富!野菜もたっぷり摂れるヘルシーメニューです。

掲載 P.27 くらむぎ 蕎麦ダイニング 久呂無木



サンチュ…518円(税込)

サンチュは無農薬の水耕栽培で育てたもの。お肉と一緒に食べれば血中のコレステロールを下げる効果も。特製味噌で召し上がれ。

掲載 P.25 焼肉赤牛 つくば本店



バーニャカウダ…1,600円(税別)

地元野菜を中心に旬と鮮度にこだわり、毎朝市場で調達。素材本来の味を活かした調理法だから、品数が多くてもさっぱりと頂けます。

掲載 P.24 トラットリア ルッソ trattoria Lusso

山梨

人気ツアーのため、早めのお申込みがおすすめ!!

日帰り
バスツアーで
行く

ランチバイキング付



もも狩りと

桔梗信玄餅詰め放題



もも狩りイメージ



桔梗信玄餅イメージ

7月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

旅行代金 **黒日 8,500円 赤日 9,000円**
日帰り・昼食付 [大人・小人(3才以上)同額]

出発日 **7/15 A・16 B・17 A・18 B・19 A
20 B・21 A・22 B・23 A・24 B**

行程 各乗車指定地→(常磐道)守谷(8:00)→御坂(もも狩り)→一宮(昼食バイキング)→
桔梗屋一宮店(工場見学・お菓子詰め放題)→守谷(17:30)→各乗車指定地

〈協賛店舗名〉(立寄) 御坂農園グレープハウス

夜の動物に会いに行こう! 迫力満点の **ナイトサファリツアー**

草食動物の
エサ1袋付き!
キリンやゾウなどに
自由に
あげられます!



ナイトサファリイメージ

出発日

**8/3 A・4 B・5 A・6 B・7 A
8 B・9 A・10 B**

旅行代金 日帰り・夕食付
大人 **9,600円** 小人 **8,700円**
(3才から小学生)

行程 各乗車指定地→(常磐道)友部(15:30)→那須(夕食)→
那須サファリパーク(ナイトサファリ)→友部(21:00)→
各乗車指定地

〈協賛店舗名〉(夕食) お菓子の城 那須ハートランド

乗車指定地のご案内

- 出発日 A**
1. 関鉄水戸営業所
 2. 水戸駅南大橋
 3. 笠間市宮笠町駐車場
 4. 茨城町役場前
 5. 小美玉市役所前
 6. 石岡イベント広場前
 7. 石岡駅バスターミナル
 8. かすみがうら市役所千代田庁舎前
 9. 関鉄本社前(土浦市)
 10. 土浦駅東口
 11. 荒川沖駅東口
 12. 阿見町役場前
 13. 牛久市東口
 14. 潮来駅東口
 15. 鹿島神宮駅前
 16. かすみがうら市役所兼庁舎前
 17. 行方市役所玉造庁舎前
 18. 行方市麻生公民館前
 19. 佐原駅北口
 20. 関鉄江戸崎営業所
 21. 竜ヶ崎市役所前
 22. 取手市役所藤代庁舎前
 23. 取手駅西口
 24. TX 守谷駅西口
 25. 関鉄水海道営業所
 26. 新守谷駅前
 27. 笠間市役所岩間支所前

- 出発日 B**
1. 新幹田駅前
 2. 関鉄鉢田旅行センター
 3. 小川文化センター前
 4. 石岡イベント広場前
 5. 石岡駅バスターミナル
 6. 八郷中央公民館前
 7. さん・あびお前
 8. 関鉄本社前(土浦市)
 9. 土浦駅東口
 10. 関鉄つくば中央営業所
 11. 谷田部駅西口センター前
 12. 結城駅南口
 13. 下館駅南口
 14. 八千代中央公民館前
 15. 関鉄下妻旅行センター
 16. 石下駅前
 17. 関鉄水海道営業所
 18. TX 守谷駅西口
 19. 新守谷駅前
 20. 岩瀬中央公民館前
 21. 桜川市役所大和庁舎前
 22. 桜川市役所真壁庁舎前
 23. 筑西市役所明野支所前
 24. 筑波交流センター前
 25. 大穂駅西口センター前
 26. TX つくば駅9番乗り場

上記乗車指定地から1グループ1箇所お選びいただけます。赤字 ② は、無料駐車場のご案内ができる乗車地です。※1グループ8名以上のお客様の運送につきましては、指定地以外のご希望乗車地(但し、大型貨物バスが通行可能であり、その他交通の妨げにならない場所)をお選びいただけます。なお、乗車指定地を含め1グループ1箇所のみからの乗車とさせていただきます。※詳しくは、お問合せください。

お問い合わせ
お申し込み

旅行企画・実施

関鉄観光株式会社 ☎029-822-3727

本社/土浦市真鍋1-10-8 受付時間/9:00~18:00 後援/関鉄観光バス株式会社



関鉄観光バスは、日本バス協会から最高ランクの3つ星を獲得しております。高いレベルでの安全確保への取り組みが優良なバス会社として評価されています。快適で安心な旅を、こころもったおもてなしでご提供致します。

観光庁長官登録旅行業・第1293号(社)日本旅行業協会正会員 総合旅行業務取扱管理者 小林 英樹

バス運転士募集中! P.51もご覧ください。

●お申し込みは原則出発日の15日前までにお願致します。また、お申し込み後、お客様のご都合で旅行を取消される場合、旅行代金に対しお1人さまにつき次に定める取消料を頂きます。

出発日の15~4日前まで...旅行代金の20%

出発日の3日前~当日まで...旅行代金の30%

旅行開始後および無連絡不参加...100%

●旅行催行の中止/お申込み人数が30名に満たない場合は催行を中止することがあります。この場合当該旅行実施日の15日前までに中止する旨、お客様にご連絡致します。



炭火串焼木鶏 研究学園本店
 ☎029-875-3947
 つくば市研究学園5-6-6D12 1階
 2階にも店舗があり、ご宴会のご予約もスムーズに取れます。
 営/17:00~24:00 休/年末年始 駐/あり(店舗ビル裏)
 http://www.makke.info/

予約可 | カード可 | 個室あり | 敷居あり | TAKEOUT | クーポンあり
酒と相性の良い、鶏創作料理も充実
 鮮度抜群の鶏肉を使う看板メニューの串焼きは、焼き師が毎日昼から手間を惜しまず1本ずつ丁寧に作る串打ち。備長炭でじっくり焼き上げた味はまさに絶品!
 ぶらざクーポンで 串盛り(5本)900円→8本にしてご提供! (部位はおまかせになります)
宴会コース 飲み放題21杯付 4,500円(税込) ※4名様~
 精料理コース 白濁鍋コースから選べます。
 10名様以上で2階にもある店舗の貸切でも対応できます。



伝説のすた丼屋 つくば大学店
 ☎029-846-3939
 つくば市天久保2-2-4
 サンライズビル102号
 営/11:00~24:00(L.O.)
 ★テイクアウトもできます!
 容器代+10円

子連れ歓迎 | クーポンあり | TAKEOUT | 予約可
テレビで多数取り上げられた話題の「すた丼」
 「絶対の掟」により守られてきた秘伝のニンニク醤油たれを厳選された豚バラ肉に絡め、超剛力な炭で一気に仕上げた圧倒的なボリュームの丼!
すた丼・生姜丼630円 肉増し780円
ミニ530円/飯増し730円/肉飯増し880円
ぶらざクーポンで肉増しサービス!
 ラーメン(醤油・味噌)580円



美味しいお店をご紹介します

グルメガイド



フォントレーヌの森
 ☎029-857-2468
 つくば市吉瀬1247-1
 営/9:00~18:00
 休/水曜日(夏休みは無休です)
 ※予約はHPからも可能。
 【フォントレーヌの森】で検索!

予約可 | クーポンあり | TAKEOUT | 子連れ歓迎
雨の心配がないから、焼肉よりもBBQの方が楽しい!
 今年もBBQシーズンがスタート!
 食材は持ち込みでも、手ぶらでも可能! 屋根付きの会場は雨でも安心! 団体様でもご家族様でもOK! 木漏れ日の中、爽やかBBQ♪
 ●食材持ち込みBBQ(1日2回) 大人1,050円(税別)~ 小学生以下650円(税別)~
 ●手ぶらBBQ 食材セットコース2,300円(税別)~ お子様セット1,300円(税別)~
 その他ピザや焼きそばなど単品メニューなども充実。
 道具一式のレンタルセットもご利用! ※2日前までに要予約



アニータ
 ☎029-841-7785
 土浦市摩利山新田269-5
 営/11:00~15:00
 17:00~22:30
 無休 駐/あり
 ★料理長による、インド料理教室開催中(不定期)

予約可 | TAKEOUT | クーポンあり | 子連れ歓迎
6月限定ランチ&ディナーお得なキャンペーン開催
 都内で20年間料理長を務めたシェフ。本場のスパイスで作るカレーでありながら、日本人の嗜好に合わせた食べやすい味に仕上げました。
 ①6/1(水)~15(水)ランチ限定 1人1食メニュー アニータスペシャルセット1,150円→600円(税込)
 ②6/1(水)~30(木)ディナー限定 タンドリーディナーセット1,780円→1,390円(税込)
 キーカレー/チキン/ナン/ライス/サラダ/ドリンク
 オススメ! 日替わりランチセット (本日のカレー/ブレッド/ナン/ミニサラダ) 690円(税込)



大和骨付鶏 一勝 ☎029-879-9856 ①ディナー:ソフトドリンク1杯サービス ②平日ディナー限定! 2h飲み放題2,500円→1,480円 ●人数分有効 ●クーポンを渡ってしまっても、「ぶらざ見た」で適用 ぶらざ募金クーポン 有効期限:28年6月末日	ウエストハウス ☎029-851-9211(本店) 【ランチ・ディナー共通】 ドリンクセットの中から1杯サービス! ●他サービス利用不可 ●注文時、クーポンをご提示(1グループ4名様まで可) ●全店舗でご利用可 ●デザートのみのご注文は不可 ぶらざ募金クーポン 有効期限:28年6月末日	アニータ ☎029-841-7785 ①アニータスペシャルセット600円 ②タンドリーディナーセット1,390円 &チキンティッカピースプレゼント ●6/1~15限定 ●26/1~30限定 ●1枚で1グループまで ぶらざ募金クーポン 有効期限:28年6月末日	炭火串焼木鶏 研究学園本店 ☎029-875-3947 串盛り(5本)900円→8本にしてご提供!(部位はおまかせになります) ●1枚で1グループ ●他クーポンとの併用不可 ぶらざ募金クーポン 有効期限:28年6月末日
東京バルTAKEO ☎029-895-3815 コースじゃなくても飲み放題OK 30分延長クーポン ●2~8名までのグループ限定 ●お1人様1フード以上ご注文の方に限り ぶらざ募金クーポン 有効期限:28年6月末日	Spanish Bar Bonito ☎029-896-8855 【ランチ限定】 1ソフトドリンクまたはタルトカップのクレマカタルーナサービス ●1枚で1グループ ●他のサービスとの併用不可 ぶらざ募金クーポン 有効期限:28年6月末日	ルールル吉瀬 フォントレーヌの森 ☎029-857-2468 クーポン持参で 入場料30%オフ! ●1枚で1グループ ●ぶらざ掲載価格は入場料込みの金額です ●入場料大人:600円、子供400円 ぶらざ募金クーポン 有効期限:28年6月末日	伝説のすた丼屋 つくば大学店 ☎029-846-3939 肉増し無料!! ●1枚で人数分 ●期間限定メニューを除く ●他クーポンとの併用不可 ぶらざ募金クーポン 有効期限:28年6月末日

Spanish Bar Bonito



デザートプレート
ぶらざ特典で1,800円→1,000円
数送迎会や父の日、誕生日などの記念日
に日頃の感謝の気持ちを込めてご希望
のメッセージを添えることができます。



▲写真は季節限定 北海道直送! 贈り物ホタテとイペリコ豚ソーセージのミックスパエリアのランチセット。ディナーは単品でご注文いただけます。
◆お子様プレート680円

- ①プレミアムバスタランチ.....1,380円
●魚介の「エリア」のダシ巻るベスカートレバスタ
- ②BONITOランチ.....1,380円
- ③Eleganciaランチ 追加人数1人から1,850円
自製の海鮮シーフード「エリア」がメインのフィッシュから選べます。
※「エリア」のご注文を断る場合がありますので、ご予約お申し込みの際は
季節限定 北海道直送! 贈り物ホタテとイペリコ豚ソーセージのミックスパエリア(6月限定まで)
①〜③のランチは、サラダ・おすずめピンチョス・スープ・ペイン/ケット(飲み物)・食後のデザート1ドリンク付
その他ランチセット.....980円〜
お子様プレート始めました! 680円

パーティープラン(4名様〜) お1人様
フードコース7品120分飲み放題! 4,000円(税込)
※4,500円/3,000円のグレードアッププランもございます。
※仕入れにより内容が異なる場合がございます。
※価格は全て、税込表記以外別注です。

ランチも気軽に!!
「パレランチをお楽しみください」
ホタテの旨みとイペリコ豚ソーセージの凝縮したダシで焼き上げたパエリアは必食! 北海道産直の殻付ホタテを贅沢に盛り込んだミックスパエリアは、季節限定のため6月下旬までの予定です。

★週末は家族みんなでパエリア★
土日祝のパエリアランチ・ディナーでパエリアをご注文のご家族にお子様ドリンク(小学生まで)をサービス!

☎029-896-8855

つくば市東新井17-3 休/火曜日
クローバービルA 駐/あり
営業/11:30~15:00(14:30L.O.)
17:00~0:00(23:00L.O.)
日祝は23:00(22:00L.O.) 連休の場合、最終日は23:00(22:00L.O.)



Le Papa Glouton



【本日のランチ】
若手産あべ蘭と有機野菜のトマト煮

フランス郷土料理が中心、気楽に入れて食べられるお店
無農薬・無化学肥料による安心安全な野菜をたっぷり使用。「たわいもない会話をしながら気楽に食べてほしい」というゲスト思いのシェフだからこそ、幅広い年代から愛されている。

今月のお得なディナーコース3,200円(税込)
前菜/スープ/魚料理/肉料理/デザート/パン/食後の飲み物
本日のランチ(肉料理or魚料理)1,000円(税込) | パン
牛ハラミステーキランチ.....1,780円(税込) | コーヒー
+600円で朝食、+350円でスープ、+400円で自家製デザート追加

☎029-875-7961

つくば市西の宮2-14-16
セントラル68 1F
営業/11:00~14:00(L.O.), 17:00~22:00(L.O.) 休/月・第2・3日曜
(祝日や連休は営業致します。)
lepapaglouton.webnode.jp



La Felice



ランチのメインコース
(2,350円)に、+850円
で食べられる

アットホームな雰囲気心地よいレストラン
名古屋式の贅沢なモーニングから始まり、昼夜は自家製無農薬野菜で作るイタリアンに变身。オーナーの人情が溶け込む優しい味と共に、のんびりお食事ができるお店。

●モーニング(9:00~11:00) コーヒー400円
【トースト/サラダ/スクランブルエッグ/季節メニュー1品が付き】
●ランチ(11:30~15:00) ランチコース1,750円
【前菜/パスタ/ドリンク/デザート】
【完全予約制】ディナー(18:00~20:30L.O.)
◆単品バスタ(平日のみ)1,300円 ◆コース2,500円

☎029-879-8897

つくば市吉連511-5 駐/あり
営業/9:00~20:30(L.O.)
休/不定休
★お子様イスもあるので、お子様連れも気軽に来店できます。



ウエストハウス



納豆オムライスポカドのせ
1,280円(税別)
(サラダスープ付)



個室・音響設備・送迎バスあり(10名様から相談可能)
★2次会・ママ会などのパーティにぴったりプラン★
手作り洋食+3h飲み放題 4,200円
(アルコールソフトドリンク付)

☎029-851-9211 駐/0299-66-6637 地蔵
【本店】つくば市西の宮2-14-12
【学園店】つくば市西平塚210-1
(TEL.029-859-4025)
【神立店】つくば市神立
下宿吉3184-5
営業/11:00~23:00(日・祝22:30迄)

数々の洋食メニューから30種類以上のデザートまで全て手作り!
本店・学園店・神立店と全3店舗となった、1982年創業の老舗洋食屋。常に、よりおいしくと研究し続ける当店の料理はボリュームもあり、誕生日会、ママ会、2次会等のパーティでも大満足間違いなし! 老若男女に愛されるつくばの名店。

★お誕生日プラン1,500円
(2名名様分)
記念写真・誕生日ソング・お好きな文字入デザートプレート
※要予約※1名追加につき+750円

一勝



☎029-879-9856
つくば市東768-4 駐/あり
営業/11:30~14:30
17:30~23:00(L.O.22:30)
休/木曜 ●最大35名様まで可
●無料送迎あり(要相談)
●テイクアウト(事前予約が◎)

こだわりの鳥料理を味わえる骨付鶏専門店
コクと旨みのある奈良県産大和肉鶏を450℃の窯で一気に焼き上げ凝縮された味わいの骨付鳥が絶品。

骨付鳥が付く女子会コース 3,000円(税込)
「ぶらざ見た」でご予約の限定料理8品+飲み放題3h付)
ディナーでもランチと同じ価格で定食が食べられます
全11種類! 大好評の定食メニュー500円~
骨付鳥定食.....870円 チキン南蛮定食.....680円
味噌湯汁豚肉定食970円 お子様ランチ.....300円
飯付牛のオングレステーキ定食.....980円
飯付牛の焼肉ブロック定食.....950円
17:30~20:00まではハイボールとサワー一割半額

東京バル



☎029-895-3815
つくば市研究学園5-15-7
営業/16:00~25:00(L.O.24:00)
休/日曜日
★各種ご宴会4名様~
★10名様以上で無料送迎バスあり

ビアテラスOPEN! キンキンに冷えたビールを! 開放感あふれるテラス席はこの季節イチハンの特等席。冷暖房も完備しているので、快適に過ごせる。

コースじゃなくても飲み放題OK
90分2,000円(税別) 2~8名様までのグループ限定
女子会4,000円(税込・お料理9品)
「ぶらざ見た」のご予約で3時間飲み放題も付きます!
●大好評! 「時間無制限ワイン 飲み放題2,000円(税別)」開催中!
6月から新メニューも続々登場!

クーポンあり
子連れ歓迎

5/17(金)~6/19(日)

お父さん
ありがとうフェア

期間中ご来店のお父様に、
グラスワイン(白または
ビール)orアルコールビ
ールを1杯プレゼント!

パスタ・ピッツァ・カレー・サラダ・ドルチェ

50種類以上食べ放題!!

MENU

お1人様(大人) **1,480円** 小学生...980円 3歳以下...無料
未就学児...450円 シニア(65歳以上)980円

ドリンクバー190円 (平日得々タイム)平日15:00~17:59は無料!
ルチエバー300円 (6月限定)雨トクDay雨の日の11時~15時、18時~22時は無料!

雨の日の判断は、駐車場入り口に立つカエルのマークが目印です!
※平日料金です。土日祝日の場合、未就学児・3歳以下を除き100円追加されます。※表示価格はすべて税別です。

ファミリーイタリアン
ガスパロ 幸せを運ぶヨウム店
☎029-886-4649

つくば市西岡243-3 (駐車場あり)
OPEN ◆ 11:00~23:00(L.O.22:00)
CLOSE ◆ 第2・第4月曜日(夜日の場合は営業、翌火曜日休み)

キッズルーム完備! 大変好評のため、ご希望の方は事前にお電話で空き状況を
ご確認くださいませますとスムーズです。

ホルモンダイニング 大黒 荒川沖駅前店

おかげ様で**6周年!**

日~木曜 **感謝イベント開催**

限定!! **21:00までのご来店**
飲み放題120分 980円
通常1,800円→

ご予約時、又はご来店時に「ぶらざ見た」とお伝えください!

日~木曜 **食べ放題もあり!**
お食事メインの方も大歓迎!
大黒の味を食べ放題でも楽しめる♪

90分 2,800円~ (税別)
ホルモン:おつまみ・ライスなど種類豊富! 全コース1ドリンク付!

大黒おすすめコース
ホルモン専門店だからできる、和牛もつ鍋付きの宴会プラン!
コース料理は焼肉&ホルモンを含めた12品~と大ボリューム!!

2時間飲み放題!
2名様~ 全12品 4,500円

白米キムチ・粒立・おすすめサラダ・大黒オリジナル焼肉のから揚げ・料理長厳選ホルモン
2種・カルビ3点盛り合わせ・こだわり牛もつ鍋・デザート・お楽しみお目撃バリデザート

ホルモン **ダイニング 大黒** 荒川沖駅前店 ☎029-875-5527

土浦市荒川沖東3-3-19
営業/17:00~翌1:30(L.O.)
駐/あり
※提携駐車場もございますので、
お気軽にお問い合わせください。

クーポンあり
予約可|カード可|

相席庵

【お得情報】週末は早い時間がラスト!女性は早めの時間帯に来店されるので、
男性の方も早い時間のご来店で、スムーズに相席がしやすくなります!

男性も女性も30~40代が中心のお客様です。

女性の料金システム

相席して
いないと 飲み放題&ビュッフェ付 (時間無制限) **無料!**

相席して
いるとき 飲み放題&ビュッフェ付 (時間無制限) **無料!**

男性の料金システム

相席して
いないと 通常メニューよりご注文 (ドリンク500円~)

相席して
いるとき **飲み放題&ビュッフェ付**
平日:¥1,500円 週末:¥1,500円
※表記は全て税別価格 ※チャージ500円+税は別途
※ソング・ツナギ・上下ジャージ等、出合いの場に相
応しくない服装はご遠慮ください。セクハラ等、嫌がる
行為、差別的、罵りの方にご迷惑がかかる行為は遠慮
通報させていただきます。

ゆったり落ち着いた空間で楽しむ、
大人の相席スタイルのお店がOPEN!
テレビや雑誌で話題!相席スタイル
のお店が、つくば市松代にニュー
オープン!大人の落ち着いた雰囲気
の中、新しい出会いを見つけてみま
せんか?相席と言っても、会話を楽
しむだけ!女性の方はとにかくお得!
相席中はもちろん、相席をしてい
なくても飲み放題&ビュッフェがなん
と無料!せっかく飲みに行くなら、お
得に楽しめる相席庵へ!

☎029-886-6390

つくば市松代2-2-2 尾尾ビル2F
営業/平日18:00~翌2:00
金・土・祝 前日18:00~翌4:00
不定休 専用駐車場あり
●Twitterでお店のお得情報や混
雑状況発信中!@aisei_an

クーポンあり
予約可|カード可|

季彩 かがり

【お得情報】週末は早い時間がラスト!女性は早めの時間帯に来店されるので、
男性の方も早い時間のご来店で、スムーズに相席がしやすくなります!

手ごろな感覚で本格京料理を
楽しめる和食専門店。
「全日本料理コンクール大臣賞」
受賞歴のある店主は、都内を含
め各地の料亭で修行を積んだこ
の道30年以上の実力派。繊細な
料理の数々はひとつひとつ丁寧
な仕事が評判で、五感でその技
をじっくりと味わえる。

お得なランチセット980円~

- 寿司御膳
- せいろう御膳
- 海鮮丼御膳
- 海板御膳
- かに釜御膳
- 鍋御膳

様々な季節の旬を
少しずつ楽しめる
京を彩る昼御膳

各2,000円

四季折々の京料理を
堪能できるコース **3,500円~**

接待・お祝い・各種ご宴会に。
当店ではお鍋やお造りなど、すべてのお
料理をお一人様ずつお出ししております。
気兼ねなくお料理をお楽しみください。

仕出し弁当 2,000円~
会議用お弁当や接待お弁当に。

☎029-875-7219

つくば市竹園1-9-2 デイスタウン
地下1F 休/日曜
営業/昼11:30~14:00(13:30L.O.)
夜17:00~24:00(23:30L.O.)
「季彩かがり」で検索!
スタッフ募集中!

今日は何か食べよう？

今日のランチはどこに行こう？

とっておきのランチ特集

新メニューから定番まで
ぶらざオススメのランチをご紹介します。

ランチ
A～Q は P.30に
クーポンあり！

J INCAROSE BRUNCH [インカローズ ブランチ]



ランチ営業 ランチ休み / 土日祝

平日 11:00～15:00

オススメランチメニュー

フレンチトーストセット1,700円(税込)
厳選した素材を使用した、お肉やお魚料理を数種類の中からお選び頂けます。季節限定のメイン料理と絶品フレンチトーストをお楽しみ下さい。

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.256
みてね!

G スペインバル Bond [ボンド]



ランチ営業 ランチ休み / ランチ休みなし

平日 11:00～15:00(14:30L.O.)
土日祝 11:00～15:00(14:30L.O.)

オススメランチメニュー

ランチバリエーションセット1,780円(税込)
前菜盛り合わせ / サラダ&スープ / 魚介類のバリエーションデザート盛り合わせ / コーヒー

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.246
みてね!

D Spanish Bar Bonitot [ポニート]



ランチ営業 ランチ休み / 火曜日

平日 11:30～15:00(14:30L.O.)
土日祝 11:30～15:00(14:30L.O.)

オススメランチメニュー

平日限定!バリエーションスープ・ドリンク・デザートは別料金580円・4,280円
12種類のバリエーションを好きなだけお選びいただけます。シーフードのバリエーション・地元の銘柄豚ロースポークのバリエーションから選べます。

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.236
みてね!

A 伝説のすた井屋 つくば本店



ランチ営業 ランチ休み / 年中無休

平日 11:00～(通し営業)
土日祝 11:00～(通し営業)

オススメランチメニュー

秘伝の出汁で食す野郎の肉茶づけ
伝説のすた井まぶし850円【期間限定】

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.226
みてね!

K つくばイタリアンの老舗 チムニーギョット



ランチ営業 ランチ休み / 年中無休

平日 11:00～15:00(L.O.14:45)
土日祝 11:00～15:00(L.O.14:45)

オススメランチメニュー

★ランチセット1,550円
お好きなパスタorピッツァ+ミニドリア+ピッツァ+サラダ+ドリンクバーが食べ飲み放題!

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.256
みてね!

H ベーカリーレストラン サンマルク つくば研究学園店



ランチ営業 ランチ休み / 無休

平日 11:00～16:00
土日祝 11:00～16:00(グランドメニューで実施)

オススメランチメニュー

【平日限定】週替りランチ790円(税別)～
全てパン(orライス)食べ放題付!
サラダランチ790円(税別) グラタンランチ890円(税別)

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.256
みてね!

E 大和倉付 一勝つくば店 [イッカツ]



ランチ営業 ランチ休み / 水曜日

平日 11:30～14:30(14:00L.O.)
土日祝 11:30～14:30(14:00L.O.)

オススメランチメニュー

チキン南蛮定食680円(税込)
自家製タルタルが絶品に旨い大盛り・お替り無料デザイナーでも同じ価格で定食が食べられます!1年ランチは土日のみ禁煙

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.236
みてね!

B インドレストラン&バー アニータ



ランチ営業 ランチ休み / 年中無休

平日 11:00～15:00
土日祝 11:00～15:00

オススメランチメニュー

アニータスペシャルセット1,150円(税込)
カレー+チキンカレー・ミックスベジタブル/サラダ/ナン/チキンティッカ2ピース/ドリンク(ラッシュール)4200円でナンおかわり可能

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.226
みてね!

L 焼肉赤牛 つくば本店



ランチ営業 ランチ休み / 12/31,1/1

平日 11:30～15:00(L.O.14:30)
土日祝 11:30～15:00

オススメランチメニュー

★石焼ビビンバランチ.....864円
★贅沢ランチ.....1,922円
お肉・お魚・お野菜・お豆腐・お味噌汁・お漬物・お茶・おデザート

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.256
みてね!

I しゃぶしゃぶ美山 イオンモール土浦店



ランチ営業 ランチ休み / 年中無休

平日 11:00～16:00
土日祝 11:00～16:00

オススメランチメニュー

しゃぶしゃぶ・すき焼き食べ放題
牛肉&豚肉コース(70分)1,580円(税別)
お肉・お魚・お野菜・お豆腐・お味噌汁・お漬物・お茶・おデザート

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.256
みてね!

F trattoria Lusso [トラットリア ルッソ]



ランチ営業 ランチ休み / 6/28～6/30

平日 11:00～14:00
土日祝 11:00～14:00

オススメランチメニュー

★ウイーンズランチ2,300円(税別)
金魚湯/玉手箱の味噌汁/合わせ/ソーダ/デザート/漬物/お茶/おデザート

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.246
みてね!

C ウェストハウス 本店・学園店・神立店



ランチ営業 ランチ休み / 土日

平日 11:00～17:00

オススメランチメニュー

ウェストハウス一番人気ランチ!
ハンバーガーボリタン980円
(サラダ・スープ付)税別

- お子様連れOK
- お子様メニュー
- お子様用イス
- 個室あり
- テラス席
- 座敷あり(要予約)
- 禁煙 / 分煙

P.226
みてね!

藤右エ門 栄の レストランウエディング



過去150組以上の実績あり!



【実際に挙式・披露宴をされた方へ】
 ◆建物に癒があって、妻に椅子もリラックスできました
 ◆いかにも洋食ではなく、和食を取り入れた独自の料理が良かったです。



抽選で10組20名様

年内にブライダルをお考えのあなたに
「藤右エ門 栄」のお食事券をプレゼント!

HPのアンケートにお答えください。
 (回答期限 6/1~6/30 まで)

詳しくはHPへ [とうえもん] 検索

遊食伊太利庵 藤右エ門 栄

TEL.029-857-4020 休/月曜
 つくば市金田38-1 駐/あり
 営/11:30~15:30(最終予約受付13:30)
 18:00~22:00(最終予約受付20:30)



ウエディングプランナー 募集中!

接客が好き! 世話好き! そんなアナタに
 ぴったりの職場です。敷地内にあるベーカリー・カフェ 蔵日和のスタッフも同時募集中!
 18時までのお店なので、「ライフスタイルに合わせて働きたい」という方も歓迎です。



がぶり亭 研究学園店・土浦店
 ランチ営業 ランチ休み/年中無休
 平日 11:30~14:00
 土日祝 11:30~14:00
オススメランチメニュー
 ●ひな鶏ランチ994円 ●おや鶏ランチ1,102円
 人気の骨付がぶり鶏とおにぎり2個・スープ・サラダ付セット
 ★ランチタイムはソフトドリンク108円★
 ○お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙/分煙 P.246
 ●テラス席 みてね!



リネア キッチン・イタリアーナ
 ランチ営業 ランチ休み/水曜日
 平日 11:30~15:00(14:00L.O.)
 土日祝 11:30~15:00(14:00L.O.)
オススメランチメニュー
ランチセット1,240円~
 メイン1品(生/スタ・リゾット・肉or魚料理など)
 +結葉・イタリアの自家製フォカッチャ・ドリンク付
 ○お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙/分煙 P.226
 ●テラス席 みてね!



ガスバロ 幸せを運ぶイタリアン店
 ランチ営業 ランチ休み/第2・第4月曜日
 平日 11:00~15:00
 土日祝 11:00~(通し営業)
オススメランチメニュー
パスタ・ピッツァ・カレー・サラダ・ドルチェ
50種類以上食べ放題! 1,480円+税
 お1人様(大人)
 ○お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙/分煙 P.266
 ●テラス席 みてね!



遊食伊太利庵 藤右エ門 栄(とうえもん さかえ)
 ランチ営業 ランチ休み/月曜日
 平日 11:30~15:30(最終予約受付13:30)
 土日祝 11:30~15:30(最終予約受付13:30)
オススメランチメニュー
ランチコース2,800円(税別)~
 お好みの前菜/お好みの主菜/焼ききたてパン/
 サラダ/デザート/コーヒー又は紅茶
 ●お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙/分煙 P.236
 ●テラス席 みてね!



Q 大戸屋 BIVIつくば店 (おとおや)
 ランチ営業 ランチ休み/年中無休
 平日 11:00~(通し営業)
 土日祝 11:00~(通し営業)
オススメランチメニュー
しまほっけの炭火焼き定食965円(税込)
 脂がのったしまほっけを、じっくり炭火で焼き上げました。
 すりたての大根おろしとともにどうぞ。634kcal・塩分3.1g
 ○お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙/分煙 P.276
 ●テラス席 みてね!



ルール吉原 フォンテヌの森
 ランチ営業 ランチ休み/水曜日
 平日 11:00~15:00
 土日祝 11:00~15:00
オススメランチメニュー
セットコース2,300円(税別)~
 季節な準備は何もしずらで(ベキューが楽しめます)
 ※2日前までのご予約となります
 ○お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙 P.226
 ●テラス席 みてね!



Le Papa Glouton(ルパパグルトン)
 ランチ営業 ランチ休み/月曜・第2日曜・第3日曜・第4日曜・第5日曜
 平日 11:00~15:00(14:00L.O.)
 土日祝 11:00~15:00(14:00L.O.)
オススメランチメニュー
本日のランチ1,000円(税別)
 肉料理or魚料理/パン/コーヒー(+650円で前菜・
 +350円でスープ・+400円でデザートが付き)
 ○お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙/分煙 P.236
 ●テラス席 みてね!



モーニング・カフェ・イタリアン La Felice
 ランチ営業 ランチ休み/不定休
 平日 11:30~15:00
 土日祝 11:30~15:00
オススメランチメニュー
パスタコース(毎食はフレッシュトマトと
アボカドのアーリオ・オーリオ)1,750円
 前菜/スタ/ドリンク/デザート(スタは毎日2種類から選べます。
 ○お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙/分煙 P.236
 ●テラス席 みてね!



M 季彩 かがり
 ランチ営業 ランチ休み/日曜日
 平日 11:30~14:00(13:30L.O.)
 土日祝 11:30~14:00(13:30L.O.)
オススメランチメニュー
親子丼セット980円(税込)
 九州から取り寄せた地鶏と玉子を焼いた、とろとろ・ふわふわに仕上げた親子丼。蒸し鶏・サラダ・香の物・御膳付き。
 ○お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙/分煙 P.266
 ●テラス席 みてね!



N 蕎麦ダイニング 久呂黒木(くろむぎ)
 ランチ営業 ランチ休み/日曜日
 平日 11:30~14:00
 土日祝 11:30~14:00
オススメランチメニュー
せいろ・かけ蕎麦+海鮮丼1,300円(税別)
名物極み筑波カレー蕎麦(ライス無料)900円(税別)
 ○お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙/分煙 P.276
 ●テラス席 みてね!



O メキシカンレストラン エルトリート つくば学園店
 ランチ営業 ランチ休み/日曜・祝日
 平日 11:00~15:00
 土 11:00~15:00
オススメランチメニュー
ランチファヒータ・・・840円(税別)
 香ばしいチキンと深いビーフの両方が楽しめる定番メニュー。焼立てのトルティージャ・スープ付き。
 ○お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙/分煙 P.276
 ●テラス席 みてね!



P Arzonie ITALIA(アルソニー イタリア)
 ランチ営業 ランチ休み/年中無休
 平日 11:00~15:00L.O
 土日祝 11:00~15:00L.O
オススメランチメニュー
【平日】ランチコース1,700円(税別)~【土日祝】2,000円(税別)~
 (各コース内)本日の前菜/ソーサーサラダ又は本日のスープ
 選べる(スタorピッツァ)/選べるドルチェ/食後のお飲物
 ●お子様連れOK ○お子様メニュー
 ●お子様用イス ●座敷あり(要りごたつ)
 ●個室あり ○禁煙/分煙 P.276
 ●テラス席 みてね!

ひと目でわかる!!
ランチ
早見表

店名	ジャンル	ランチ定休日	クーポン	掲載ページ	店名	ジャンル	ランチ定休日	クーポン	掲載ページ
モーニング・カフェ・イタリアン La Felice	イタリアン	不定休	—	P.23	大和骨付鶏 一勝つくば店	和食	木曜日	有	P.23
trattoria Lusso	イタリアン	6/28~6/30	有	P.24	骨付がぶり鶏 がぶり亭	和食	年中無休	—	P.24
リネア クッチーナ イタリアーナ	イタリアン	水曜日	—	P.25	季彩かがり	和食	日曜日	有	P.26
チムニーギョット	イタリアン	年中無休	有	P.25	蕎麦ダイニング 久呂無木	和食	日曜日	有	P.27
ファミリーイタリアン ガスパロ 幸せを運ぶヨウム店	イタリアン	第2、第4月曜日	—	P.26	大戸屋BIVIつくば店	和食	年中無休	有	P.27
Arzonie ITALIA	イタリアン	年中無休	有	P.27	伝説のすた丼屋	丼もの	年中無休	有	P.22
Le Papa Glouton	フレンチ	月曜日 第2、第3日曜日	—	P.23	インドレストラン&バー アニータ	インド	年中無休	有	P.22
INCAROSE BRUNCH	フレンチ	不定休	有	P.25	ルーラル吉瀬フォンテーヌの森	バーベキュー	水曜日	—	P.22
ウエストハウス	洋食	土曜日・日曜日	有	P.23	焼肉赤牛 つくば本店	焼肉	12/31、1/1	有	P.25
ペーカリーレストラン サンマルク つくば研究学園店	洋食	年中無休	有	P.25	しゃぶしゃぶ美山 イオンモール土浦店	しゃぶしゃぶ	年中無休	有	P.25
Spanish Bar Bonito	スペイン	火曜日	有	P.23	メキシカンレストラン エルトリート つくば学園店	メキシカン	年中無休	有	P.27
スペインバルBond	スペイン	年中無休	有	P.24	蔵日和	ペーカリー カフェ	月曜日	—	P.29

お得にランチ♪
ランチ
クーポン

ランチ情報はP.28・29

<p>M ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>ランチ:ソフトドリンク1杯サービス</p> <p>●他サービス併用不可 ●1枚で1グループ有効</p> <p>季彩かがり ☎029-875-7219</p>	<p>H ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年7月末日</p> <p>①レストランバンプレゼント ②誕生日コース500円引</p> <p>●①②併用不可 ●他サービス併用不可 ●①は1グループにつき1枚 ●②はともにもクーポン併用の方限定【月刊ぶらざ6月号】</p> <p>サンマルクつくば研究学園店 ☎029-860-3090</p>	<p>C ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>ドリンクセットの中から1杯サービス!</p> <p>●他サービス併用不可 ●注文時、クーポンをご提示し1グループ名様まで ●全店舗ご利用可 ●デザートのみのご注文は不可</p> <p>ウエストハウス ☎029-851-9211(本店)</p>	<p>この広告の見方</p> <p>Z レストランPLAZA</p> <p>写真</p> <p>クーポン内容がひと目でわかる!</p> <p>ランチメニュー ランチメニュー(年中無休) 平日 11:00~15:00(14,000.0.) 土日祝 11:00~15:00(14,000.0.) ☎029-835-3335</p> <p>クーポン内容がひと目でわかる!</p> <p>Z ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>●注意事項</p> <p>レストランPLAZA ☎029-835-3335</p>
<p>N ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>①釜飯メニュー半額(※鶏釜飯・蟹釜飯を除く) ②ミニ丼(通常400円)1つプレゼント!!</p> <p>●①②いずれか1つ ●1枚で2名様まで有効 ●②はお食事された方限定</p> <p>蕎麦ダイニング 久呂無木 ☎029-846-5001</p>	<p>I ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>平日限定 ご飲食代より10%オフ</p> <p>●他サービス併用不可 ●ぶらざ見たことご予約ください</p> <p>しゃぶしゃぶ美山 イオンモール土浦店 ☎029-875-6118</p>	<p>D ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>【ランチ限定】1ソフトドリンクまたはタルトカップのクレマカタラーナサービス</p> <p>●1枚で1グループ ●他のサービスとの併用不可</p> <p>Spanish Bar Bonito ☎029-894-8855</p>	
<p>O ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>お会計から10%OFF</p> <p>●他サービス併用不可 ●ランチコース共に有効 ●人数分有効</p> <p>エルトリートつくば学園店 ☎029-850-2012</p>	<p>J ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>ランチタイムデザートサービス</p> <p>●他サービスとの併用不可 ●枚で人数分有効 ●ご注文時にご提示ください</p> <p>INCAROSE BRUNCH ☎029-859-8677</p>	<p>E ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>【ランチ】ソフトドリンク1杯サービス</p> <p>●人数分有効 ●クーポンを使っても、「ぶらざ見た」で適用</p> <p>大和骨付鶏 一勝 ☎029-879-9856</p>	
<p>P ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>ソフトドリンク1杯サービス</p> <p>●枚で2名様まで ●他サービス併用不可 ●材料費ご注文の方限定</p> <p>Arzonie ITALIA ☎029-839-5388</p>	<p>K ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>お食事代10%OFF</p> <p>●グループ名様まで ●ランチ・ディナー共に有効 ●他サービスとの併用不可 ●チムニーギョットのみの有効 ●カード支払い時は5%OFF</p> <p>チムニーギョット ☎029-852-3598</p>	<p>F ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>①ドリンクまたはミニデザートサービス ②デザートご注文の亦、メッセージ&デコレーション無料サービス ③女子会プランご予約の方にピザをプレゼント</p> <p>●①~③併用不可 ●③は事前にご予約ください ●①は1枚で4名様まで ●②は1枚で1つ ●他サービス併用不可</p> <p>trattoria Lusso ☎029-860-7788</p>	<p>A ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>どの時間帯でも利用OK! 女性限定 杏仁豆腐サービス</p> <p>●お食事をご注文された方 ●1枚で人数分 ●デイケアフットはご利用できません ●他クーポンとの併用不可</p> <p>伝説のすた丼屋 つくば大学店 ☎029-846-3939</p>
<p>Q ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>ドリンクバー無料サービス</p> <p>●予約不要・混雑をご待機ください ●人数分有効 ●他サービスとの併用不可 ●大戸屋イースつくば店でもご利用可</p> <p>大戸屋 BIVIつくば店 ☎029-846-1801</p>	<p>L ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>赤牛カルピ1皿サービス!</p> <p>●枚で1つ ●他のサービスとの併用不可 ●つくば本店のみ使用可</p> <p>焼肉赤牛 つくば本店 ☎029-886-6629</p>	<p>G ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月末日</p> <p>①ランチ(アレルギーセット)1,480円(税込) ②ランチ(アレルギーセット)+最高級イペリコ豚のロースト1,980円(税込)</p> <p>●2名様よりご注文可能 ●他サービス併用不可</p> <p>スペインバル Bond【ボンド】 ☎029-854-1055</p>	<p>B ぶらざ募金クーポン 有効期間▶28年6月15日</p> <p>アニータスペシャルセット 1,150円→600円</p> <p>●6/1(水)~15(水)限定</p> <p>アニータ ☎029-841-7785</p>

お役立ち情報

↓下記の↓
クーポンを
お店で使うと
ぶらざで

1枚10円

平成28年熊本地震
災害義援金
として募金いたします。

詳細はP37を
見てください

有限会社 千代田衛生 Clean Up

完全予約制



創業35年の経験と実績
おうちのキレイに、
とことん本気です。

当社は掃除の技術はもとより「人としての気遣い」
「ホスピタリティ」を重視したお掃除を心がけてい
ます。清潔感のあるスタッフがお待ちします！

エアコンクリーニングは、エ
アコンを分解し、内部の汚
れがカビを除去。フィルタ
ーや熱交換器までもクリー
ニングするので、エアコンの冷
却機能や冷却効果が回復！
年に1度のメンテナンスでエ
アコン自体の寿命も延びま
す。気持ち良いエアコンの空
気で夏を迎えましょう！



エアコンクリーニング
(壁掛けタイプ)
12,312円(税込)→**9,590円(税込)**

エアコンクリーニング
(壁掛けタイプ)
+抗菌コートセット
14,472円(税込)→**11,750円(税込)**

作業項目 エアコン本体/アルミフィン/
ファン/ドレンパン/外装/パネル/フィルター
※幅が20cm以上の場合、別途お見積りとなります。

●ハウスクリーニング
トイレ・浴室・洗面所・キッチン・窓・換気扇・玄関・フック

サービス内容・料金は「千代田衛生」で検索！
お見積りも・ご相談はHPまたはお電話で
気軽にお問い合わせください。

エアコンが活躍する季節到来！
キャンペーン実施中！

エアコン内部は湿度が高いため、
ダニやカビの絶好の繁殖場所。
エアコンから嫌な臭いがする場
合は、カビやホコリ、ダニがエ
アコン内部に溜まっています。健康被害
を防ぐためにも、エアコンクリ
ーニングを定期的に行いませう。お
掃除後は空気の入りがスムーズ
になり、エアコンへの負荷が減
るので、節電にもつながります！

☎0120-262-226

かすみがうら市上稲吉17-3
☎/8:00~17:00
休/無休

- 結婚や出産、マイホーム完成、
子供の成長で使わなくなった
不用品の回収
- 商品の整理・回収
もやっています。
詳しくはHPをご覧ください。



クーポン
あり

Rakudaの 国家整備士が プロの技術で責任を持って 安全整備いたします

公道局認定工場

整備・修理

当店の自動車整備は過剰整備をせず、使用
できる部品はそのまま使用します。更に、お客
様のご予算に合わせて中古部品等を使用したり
、最善の整備方法をご提案致します。新品は
もちろん、リサイクルパーツ、社外品、輸入品、
全て取り扱っております。

**見積
無料**

**引取
納車**

**代車
完備**

**安心して
お任せ下さい！**

ぶらざクーポン券をご提示が「ぶらざ見た」で

車検を控えた貴方に、1,000円割引！

1,000円割引後車検料金表		重量税・自賠責保険・諸経費・法定点検 検査手数料等全て込み価格	
軽自動車 ムーブ、ミラ等	51,300円	小型車 ヴェッグ、パワ等 [1,000kg以下]	62,870円
中型車 キューブ、フィット等 [1,001~1,500kg以下]	72,150円	※平成27年4月現在の価格です。※交換部品、 調整等が別途費用となります。※初年度登録(又 は初年度検査)から13年以上経過している車検 は上記料金とは異なりますので別途お問合せ下 さい。※消費税込み表示です。	

大型トラック、バイク、外車も安い!!上記車種以外の車種はお問合せ下さい。

★予約、お問合せの際には車検証をお手元にご用意の上、お電話下さい。

車検専門店 Rakuda

営業時間 9:00~18:00
土曜 9:00~16:00

- ◆土浦本店：土浦市鉦町1-5-18(乙戸西通り) ☎(029)843-5456
- ◆龍ヶ崎預り所：龍ヶ崎市佐貫町2-18-6 ☎(0297)65-0523

<http://go.rakuda-pro.com/>

ぶらざ募金クーポン
※他券併用不可

ぶらざ募金クーポン
1,000円(税込)割引
※他券併用不可

暮らしと生活の お役立ち 情報

クーポン
あり

ミライフ株式会社 土浦店

TOTO
ビュアレストQR(便器)
床排水リモデルタイプ

Panasonic
ビューティ・トフレ(便座)
CH931SPF

ミライフ

- トイレリフォーム(洋式→洋式)
基本工事費込で9.4万円(税込)

**TOTO
ビュアレストQR(便器)
+
Panasonic
ビューティ・トフレ(便座)**

従来品より水道代も年間約14,200円お得に！一流
メーカー便座・便座、しかも工事費込でこの価格！+
3,000円(税込)で手洗付！

**6月24日(金)までに
お申込の方のみの特別価格
限定10台**

※お客様のご要望と現状により、工事価格が変わる
ことがあります。

TOTO節水トイレ取替キャンペーン!
(パナソニック温水暖房便座)お見逃しなく!
関東39店舗展開の総合エネルギー
会社のミライフをご存知ですか?
日々の暮らしを快適にしてくれる製
品とサービスがとっても評判な会社
なんです。今月も既存トイレを超節
水型のトイレにするリフォーム工事
に注目です(最新型のお掃除ラクラク
・清潔で安心の一流メーカーのト
イレに取り換え)。ご検討中の方は、
ぜひこの機会をお見逃しなく!

☎0800-800-5792
土浦市北神立町7-2
☎/9:00~18:00
休/土・日・祝
<http://www.melife.co.jp/>

土浦店

龍ヶ崎店

龍ヶ崎店

土浦店

誌面掲載の便器+便座
基本工事費込で
9.4万円(税込)

●他券併用不可

MI-XX DANCE CLUB

ダンスを通して明るく楽しく、出来ないことがあるようになった時の喜び、続けることの大切さを仲間とともに体験できるレッスンを目標としています。スキルアップできるような個性に合わせた丁寧な指導を心がけています。子供から大人まで初心者大歓迎です！お気軽にお問い合わせください。

曜日	教室	対象	時間
月	下妻教室	未就学児	17:00~17:40
火	基崎教室	小学生~中学生	18:00~18:50
木	大穂教室	小学生~中学生	17:30~18:20
火	大穂教室	小学生~中学生	17:30~18:20
水	基崎教室	未就学児	17:00~17:45
水	基崎教室	小学生~中学生	17:50~18:40
金	下妻教室	未就学児	17:00~17:40

入会金3,000円/年会費1,800円/月謝3,500円

主婦の方大歓迎!大人のダンスクラス

●教室/つくばカピオ内、他 ●対象/高校生以上

日程【ヒップホップクラス】隔週(水)13:00~14:15 入会金3,000円/年会費1,000円
 【ジャズクラス】隔週(水)14:30~15:45 チケット制(1回1,500円/3回4,000円)

ぶらざ 体験レッスン 通常1回無料 ▶ 2回無料! H28年 7月末日迄

MI-XX DANCE CLUB
TEL.090-3238-4311

●教室やレッスンの詳細はお電話にてお問合せください。
 ●http://www.m-studio-x.com(QRコードからも見れます!)

Body Brain communication studio

トレーニングの専門家が揃ったスタジオだからこそ、ダンスが苦手、運動神経が悪いと感じるお子様のサポートも万全!

つくば市学園の森にキッズダンススタジオOPEN! ヒップホップを中心に、少人数で基礎からじっくり指導。アットホームなレッスンで、楽しみながらリズム感や柔軟性、積極性が身につきます。

オープンキャンペーン 6月・7月 (先着30名様限定) レッスン料 **無料!!**

★KIDSクラス(4歳~小1).....7,000円(税込)
 月・火/16:15~17:15
 ★ジュニアクラス(小2~中1).....7,500円(税込)
 月・火/17:45~18:45、金/17:00~18:00

029-856-3435
 つくば市学園の森3-29-6
 RUPO内
 室/平日9:00~22:00 (土日祝は19:00迄)
 休/木曜、第5週目、年末年始
 http://body-brain.jp/

↓下記の↓クーポンを
お店で使うと

1枚 10円

平成28年
熊本地震
災害義援金
として募金
いたします。

詳細はP.37を
見てください

↓下記の↓
クーポン

ダスキントウグリーン

害虫や病気がから庭木を守る「葉葉の保護」
 初夏に向けての時期のお手入れが1年の生長を左右します。病虫害の活動も活発になるこの時期に、被害を初期段階で防ぐためにも、早めのケアがおすすめ。プロに任せてキレイなお庭を手に入れましょう。

「ぶらざ見ました」で1回お試し(50坪平均)5,940円~**3,240円~**
お庭・芝生の無料診断付き!
 庭木の育て方などアドバイス致します。●月定10,800円~

0120-018-028
 つくば市観音台1-36-2
 ご連絡いただければスタッフが伺いします。
 http://tg.duskin.jp/

- 虫が多くて困る
- 花が咲かない
- 葉が鮮やかでない
- 枯れてしまう
- 庭の手入れをする人がいない
- 雑草取りが面倒

季節のお手入れ1回お試し3,240円~(50坪平均)

体験レッスン通常1回無料▶2回無料!

029-856-3435

プロに教わる! バレーボール教室

先生はなんとサンガイア選手!

Vリーグで活躍中のプロ選手が基礎から丁寧に指導。大人も子どもも楽しく運動できます!

スクールスケジュール		
KIDS&Jr. (年長~小4) 【月】17:00~18:45 吾妻小 【月】18:00~19:45 鳥名小 【火】17:30~19:15 竹園西小 4,500円/月	Jr.アカデミー男子 (小3~小4) 【金】17:00~19:30 竹園東小 【土】17:00~19:30 松代小 【日】16:00~18:30 松代小 6,500円/月	Jr.アカデミー女子 (小3~小4) 【木】18:00~20:00 前野小 【金】18:00~20:30 前野小 【土】17:00~19:30 松代小 【日】16:00~18:30 松代小 8,500円/月
Jr.ユース男子 (中学生) 【月】19:30~21:30 手代木中 【火】19:30~21:30 竹園西小 【土】17:00~19:30 手代木中 5,500円/月	Jr.ユース女子 (中学生) 【月】19:30~21:30 松代小 【火】19:30~21:30 竹園西小 【土】17:00~19:30 手代木中 5,500円/月	エンジョイクラス (高校生以上) 【月】19:30~21:30 吾妻小 【金】19:30~21:30 竹園東小 5,000円/月

【入会金】子ども5,000円/大人6,000円(保険含む) 詳細はHPへ

つくばユナイテッドSun GAIA
TEL&FAX 029-879-7345

レッドバロン土浦

新車・中古車あわせて63,000台以上の圧倒的な在庫の中から欲しいバイクがきっと見つかります!1店舗では国内外車問わず常時170台以上展示!

免許取得応援3万円サポートキャンペーン実施中!
 詳しくは「レッドバロン 免許応援」で検索!

キャンペーンの対象となる方
 ●初めて二輪免許の取得を目指す方
 ●大型免許にステップUPしたい方
 ●合宿免許を利用する方
 店舗にてキャンペーンにお申込みいただけます!免許取得前でもOK!

ダイレクト買取がスゴイ!!
 自社整備・直接販売というメリットを最大限に活かし、中間コストがかららない為、高価買取を実現比べてみてください!!

029-843-1221
 土浦市中820-1
 室/10:00~20:00
 休/火曜(祭日の場合は営業)
 駐/あり
 ★オートバイ買取大歓迎

体験レッスン通常1回無料▶2回無料!

090-3238-4311

スクールガイド

↑上記の↑
クーポンを
お店で使うと
ぶらざで
1枚10円

平成28年熊本地震
災害義援金
として募金いたします。

詳細はP37を
見て下さい

体験レッスン1回無料&
ご入会の方は1ヶ月レッスン料無料
●お問い合わせ、お電話ください。

【先着30名様手ぶらで1日乗馬体験！】
●当日、別途レンタル1,080円・保険代200円のみ必要となります
●お問い合わせ、お電話ください。

実力派の講師陣が勢ぞろい!
授業のお約束はNo Japanese!
ハンズイングリッシュの特徴



★講師陣は100%ネイティブ
★オックスフォード発音を習得
★日本人スタッフもお子様1人1人をケアしてくれるので安心
★月額5,500円から、非常に良心価格設定!

★8か月の赤ちゃんから在籍
★小学生で英検3級取得者多数

ずっと通い続けられる英会話スクール

さらに英語力を
高めるクラス開設!

- 帰国子女クラス
- 中学生の会話力強化クラス

受講料(月4回)

リトルベビー.....5,500円 ★年齢・能力に応じ10段階でクラスを設定
ベビー〜幼稚園.....8,600円 ★定員は6名までの少人数制
小学生.....9,600円 ★小学3年生で英検3級を取得する生徒多数
中学生.....10,000円 ★シチュエーションに応じた会話力を強化します

「ぶらざ見た」でお申し込みの方
体験レッスン1回無料!&
ご入会の方は1か月レッスン料無料!

HANDZ★Returnee Class★
トライアルレッスン
時間/15:30より50分間
対象/年長〜小学2年生まで
●ホームページより申し込みください!

HANDZ ENGLISH SCHOOL
つくば校 ☎029-875-3722
つくば市吾妻3-7-14 休/日曜・月曜



無料体験レッスン受付中!

Benesse
こども英語教室
supported by Berlitz

授業日 火曜・水曜・土曜 授業時間 16:00~18:00 (土曜:10:00~12:00)

そろばん教室

1コマ授業時間 50分 授業日 月曜日、水曜日、金曜日
授業時間 16:00~18:00 費用 入会費5,000円・授業料5,000円(税込)

アクセスマップ
イースつくば
ケーズデンキ
セブンイレブン

お申し込みお問い合せ
J-STUDIO 研究学園校 ☎029-846-3277
つくば市学園の森2丁目16-1

乗馬クラブ クレイン茨城



あなたも乗馬体験1回コースで乗馬デビュー!「乗馬をしにいく」ではなく、「馬に会いに行く」という感覚でお越し下さい!
乗馬は、運動が苦手な人も十分楽しめるスポーツ!
「遊び心」や「面白そう」といった興味心から気軽に始めてみませんか?

.*先着30名様ご招待.*
手ぶらで1日乗馬体験!
※当日、別途レンタル1,080円・保険代200円のみ必要となります

要予約 ●20分乗って、馬を動かす体験ができる
●小学生〜70代くらいまでOK! ●初めての方大歓迎!

動物取扱業登録済。詳細はwww.uma-crane.com参照ください。

☎029-861-8867
つくば市水郷410
電話受付時間/9:30~18:00
休/火曜 駐/あり
★TXXI万博記念公園駅より無料送迎(土)あります!
(要予約)



安心して学べる
全国外国語教育振興協会加盟校

高校生・大学生の英会話なら、イーオン!
夏の個別無料体験レッスン受付中

日常英会話 海外旅行 将来のため 学校の勉強 TOEICテスト・英検対策
英語を身につけて、将来の選択肢を広げよう。レベル別目的別の多彩なコースからあなたにピッタリのコースをご紹介します。いつでも英語に触れることができるサポートサイトも充実! まずは個別コース説明会・無料体験レッスンにお越しください。お申込みはWebまたはフリーコールまで。

夏の英会話応援キャンペーン 好評につき延長 申込締切
学費の20,000円割引あり 学割も! 6/30

ラッキーウィーク(6/16~30)実施中!
ご入学全員に「英会話が楽しくなるイーオングッズ」プレゼント 親子説明会も開催中!

同時受付中 おためし英会話 10回 19,800円(税別) 期間限定受付
レベルに応じた実際のレッスンに参加するので、雰囲気もわかり納得して継続できると好評です。
※入会金無料、テキストコピー対応 ※他特典併用不可、お一人様1回限り

●お近くのイーオンは
つくば駅前校 つくば桜校
こども英語 英会話受付中!

土浦校
●お申込みはwebまたはフリーコールへ [月9時~24時]を見たと
お電話ください。

AEON
英会話イーオン

0800-111-1111

ふらざ募金クーポン 有効期間+28年6月末日
新規限定 [平日限定] all menu 30%OFF
[土日祝] all menu 20%OFF
※他サービスとの併用不可
※ご予約時に「ふらざ見た」とお伝えください
Regolith [レゴリス] ☎029-863-2311

ふらざ募金クーポン 有効期間+28年6月末日
新規でなく [平日限定] all menu 30%OFF
でもOK [土日祝] all menu 20%OFF
※過去3回以下のご利用かつ、半年から一年以上来店のないお客様に限り
※他サービスとの併用不可※ご予約時に「ふらざ見た」とお伝えください
Regolith [レゴリス] ☎029-863-2311

新しくヘアサロンを探している方へ

ヘアケア・薬剤知識の専門家がオーナーを務めるサロンです。

レゴリスを知ってもらう為の
お試しキャンペーン



Regolith
hair creative brand

平日限定
all menu **30%OFF**
土日祝
all menu **20%OFF**

- カット.....4,860円
- カラー.....5,400円~
- パーマ.....8,100円
- ノンアルカリパーマ.....10,260円
- ノンアルカリネットパーマ 12,960円
- トリートメント.....2,160円~

詳しくは、つくば美容室レゴリス 検索！

ブログやインスタでもお店の情報は
ヘアアレンジがご覧いただけます。
「レゴリス つくば アメロ」
「レゴリス つくば インスタ」で検索！

一流の知識と技術を受け継いだスタッフがお迎えします。

レゴリスのシャンプー剤は、細胞の栄養となる華陰類・電解質で出来ており修復効果
が高い商品。糖やミネラルにこだわる理由は髪が美しく「髪」のため。薬剤
は目的に合わせて選択し使用しています。特に髪のダメージを気にしている方でもパーマ
スタイルを楽しめるノンアルカリパーマは、生まれたてのような髪の上から80%
以上のお客様がリピーターに。高いデザイン力はもちろん、お肌やエイジングケアにま
で精通し、毛髪に悩みのある中高年の方に高い支持を得ているヘアサロンです。



Regolith [レゴリス]

つくば市二の宮2-3-1
TEL/029-863-2311
営業時間/平日10:00~20:00
土日祝9:00~19:00
休/火曜日、第1・3月曜日 駐/あり
【カード可】【予約優先制】



春だから気分も新たにイメージチェンジ



きっと見つかるあなたにピッタリのサロン

john masters organics

ジョンマスターオーガニックは1991年、「地球に敬意を払うラグジュアリーなビューティラインを」というコンセプトでニューヨークに誕生しました。化学物質を一切使わずオーガニックハーブを贅沢に配合したヘアケア、スキンケアプロダクトを揃え、注目を浴びているオーガニックブランドです。

茨城県初の
ジョンマスターオーガニックプレステージサロン

sarari
hair make & spa salon

縮毛矯正で
湿気に負けない
美髪へ

★平日限定★ 1日5名様限定!! 通常料金 ¥16,000~

カット+縮毛矯正+トリートメント ¥9,900~ (税抜)

キャンペーンセットメニュー

オーガニックケアカット (オーガニックシャンプー・ブロー付).....	通常料金 ¥5,500 ▶	¥4,950
カット+カラー.....	通常料金 ¥10,500 ▶	¥9,450~
カット+パーマ.....	通常料金 ¥10,500 ▶	¥9,450~
カット+デジタルパーマ.....	通常料金 ¥13,500 ▶	¥12,150~
カット+オーガニックスタンダードスパ.....	通常料金 ¥7,000 ▶	¥6,300~
カット+オーガニックアロマスパ.....	通常料金 ¥9,000 ▶	¥8,100~

(ミディアム+¥500/ロング+¥1,000/ベリーロング+¥1,500) ※表示料金は全て税抜き表示となります。

単品メニュー ◆オーガニックケアカット ¥5,500 ◆カラー ¥6,000~ ◆デジタルパーマ ¥9,000~ ◆オーガニックスタンダードスパ ¥4,000~ ◆カラーリタッチ ¥5,500 ◆パーマ ¥6,000~ ◆縮毛矯正 ¥9,000 ◆オーガニックアロマスパ ¥6,000~

sarari
hair make & spa salon
【美容室サラリ イースつくば店】
イースつくばアウトモール
☎029-848-5077
http://www.sarari-beauty.com
【営業時間】10:00~21:00 予約優先制

キャンペーン料金はクーポン券をご持参の方に限ります。

キャンペーンチケット
掲載価格にてご提供

※スタイリストのご指名はできません。
※他のクーポンとの併用不可
※ご来店の際はこちらのクーポン券をお持ちください。
◆有効期限：2016年6月30日まで

ぶらざ募金クーポン 有効期限:08年6月末日

★オープン記念★
カラー・ストレート・トリートメント20%OFF
+施術をされたお客様にアミノプラセンタ・ミニシャンプープレゼント

※必ずぶらざクーポンをお持ち下さい ※1枚で一人様まで有効 ※他のサービス券との併用不可

Vist hair design ☎029-846-7001



デリケートな大人の髪には、土壌である頭皮からいたわることが基本。ここでは美しい髪のために、すべての施術に炭酸泉と超軟水をダブルで使用。ここまで導入するのは全国的に珍しく、「どこよりもお客様の髪と頭皮をいたわるサロンでありたい」というオーナーの強い信念から、髪のダメージが気になり始めた人や、いつまでも健康で艶やかな髪でいたい人にこそおすすめめのサロン。

- ★オープン記念★
●プラチナカラーケアコース[カット+カラー+プラチナ+トリートメント]16,424円→13,139円
●頭皮ケアコース[カット+W炭酸頭皮ケア].....7,992円→5,862円
●プラチナパーマケアコース[カット+プラチナ+パーマ+W炭酸頭皮ケア]13,690円→10,952円
【W炭酸頭皮ケア】美容液を使い、頭皮から首・肩にかけてリンパマッサージをします。頭皮にハリが出て、健やかな髪を育みます。
●フラーレンストレートコース[カット+フラーレン+ナノミスト].....18,360円→14,688円
- カラー(税込)18,104円→6,483円 パーマ(税込)19,720円→7,776円 トリートメント3,240円→2,592円
★オープン記念★施術をされたお客様にアミノプラセンタ・ミニシャンプープレゼント【新規限定6月末日】

つくば Vist hair design
☎029-846-7001
つくば市竹園2-13-1
営業/10:00~20:00
(カット~19:00)
カラー/パーマ~18:00まで受付
休/火曜日 駐/あり(店舗前)
http://vist-hair.com/

ぶらざ募金クーポン 有効期限:08年7月末日

(新規・既存のお客様共通)
くせ毛専用カラー施術の方に、専用のシャンプー&トリートメントミニボトル(各40g)合計3,600円分をプレゼント!!

※お1人様につき1セットまで ※各来店時にC表示下さい

pure green ☎029-846-4525



くせ毛専用カラー新登場!!天然水使用の水カラーがバージョンUPして、くせ毛・ダメージヘアの悩みを解消!!梅雨時の気になるくせ毛も、カラーでまとまりやすい髪に变身!!

7月末までのキャンペーン
くせ毛専用カラー 20,000円→15,000円~

1. カウンセリング
2. モニターでの頭皮状態の確認
3. 頭皮クレンジング+シャンプー
4. 天然水のヘッドスパ
5. くせ毛専用カラー+シャンプー
6. ヘッドマッサージ
7. スタイリング
8. モニターで頭皮状態の確認

タカラジェンヌも御用達の専用シャンプー&トリートメント(合計3,600円分)をプレゼント!

●カット...4,000円 ★天然水を使ったエステもあります ※全て税別表記

専用の天然水を使い製品の使用量を半減することによって人体への刺激もカット。アトピーや敏感肌の方でも安心です。

本当の安心・安全を目指しました
高めの料金設定には理由があります。
「精進」って知っていますか?
天然水を使用するのとでは?
ここでは伝えきれない、いや、お客様の声を聞かぬ中!

HPIは、[puregreen つくば]で検査!

つくば natural hair pure green
☎029-846-4525
つくば市牧園1-18 駐/あり
営業/9:30~18:30
休/火曜、第2・3日曜
★ヒーリングミュージックが静かに流れる店内での施術は、つい眠ってしまうほどの心地よさ。

●ミニストップ
●ドライブイン牧園
●つくばエクスプレス
●国道6号(常磐)バス
●常磐線
●常陸大宮駅
●常陸大宮駅西口

FRIENDS HAIR&MAKE サラつやストレートで梅雨を乗り切ろう!

カット+サラつやストレート(縮毛矯正)

30% OFF S¥9,660~L¥13,800 (通常料金S¥13,860~L¥19,800)
もちろんトリートメントプラスでも30%OFF!

◆デザイナーズカット	通常料金 ¥4,000	20% OFF	¥3,200~
◆カット+リタッチカラー	通常料金 ¥7,800~	20% OFF	¥6,240~
◆カット+カラー	通常料金 ¥9,100~	20% OFF	¥7,280~
◆カット+ナチュラルパーマ	通常料金 ¥9,500~	20% OFF	¥7,600~
◆カット+サイエンスパーマ(形状記憶)	通常料金 ¥13,800~	20% OFF	¥11,040~
◆インフェノム・トリートメント(内部補修)	通常料金 ¥3,000~	20% OFF	¥2,400~

雨の多い季節はやっぱりストレート!

さりげない上質感がキレイを演出

上記メニューに追加で20%OFF!

※上記はショート料金です。毛量・長さにより料金が異なります。 ※表示料金は全て税抜き表示となります。

FRIENDS HPIは ←コチラ

★ご予約、お来店の際はこちらのクーポン券をお持ちください
※スタイルリストのご指名はできません。
※他のサービスとの併用はできません。
◆有効期限2016年6月30日まで

イオンモール土浦店 ☎029-824-8100
ひたち野うしく店 ☎029-878-0788
牛久店 ☎029-874-8758

ぶらざ募金クーポン 有効期間08年6月末日

(新規限定)ヘアエステ初回から3ヶ月間2,000円OFF!!
(新規でなくてもOK) [平日ご来店の方限定]
ぶらざクーポン持参で、オリジナルヘアケア商品プレゼント!

※クーポンのご提示が無い場合、対象外とさせていただきます。必ずご提示をお願いいたします。※他券併用不可 ※1枚で1名様まで

La fonte【ラ・フォンテ】 ☎029-855-1243

完全予約制 | 着付可 | 子連れ歓迎



私達が「髪育へ向けた心」を
皆で目指してまいります。

「髪を傷めない」ではなく、パーマやカラーを繰り返すごとに栄養補給美しい髪を取り戻してと話題「本当に髪を大切にしていきたい」という方に支持されている。

3ヶ月後、あなたの髪で体験して下さい

初期ご来店の方は、髪の状態を詳しく把握する為、カウンセリングに30分〜1時間程度おかけします。(パーソナルカラー診断込み)

「お客様の声/お客様フォト」多数掲載中
「ラ・フォンテ」で検索
スタッフ募集中心詳細P.51へ

「髪を傷めない」ではなく、パーマやカラーを繰り返すごとに栄養補給美しい髪を取り戻してと話題「本当に髪を大切にしていきたい」という方に支持されている。

パーマやカラーをしながら栄養補給、続けるほど髪質も髪育も改善ヘアエステはラ・フォンテでしかできない独自の技術です。

ヘアエステが初めての方は、初回から3ヶ月間2,000円OFF!!

トリートメントエステ 14,040円→12,040円(税込)
カラーエステ 15,120円→13,120円(税込)

オプションとしてトリートメントを追加するのではなく、カラーと同時に栄養分を補給し、閉じ込めていきます。

※カット・トリートメント・スタイリング込のロング料金なし。

つくば La fonte

029-855-1243

つくば市二の宮1-13-3 駐/完備
営業/10:00~19:00(土日祝9:30~)
休/火曜 ●1人1人の髪の状態に合わせたとても丁寧な施術です。お早めにご予約の上、時間に余裕をもってご来店下さい。



ぶらざ募金クーポン 有効期間08年6月末日

(新規限定)全メニュー20%OFF
(新規でなくてもOK)全メニュー10%OFF

※必ずぶらざクーポンを持参下さい ※1枚で1名様まで有効
※他のサービス等との併用不可

理容室Hair Resort Zephyr ☎029-860-3167

予約優先制 | カード可 | 男性歓迎 | 子連れ可



ヘッドスパが気持ち良い、疲れが取れるとリピーター急増中! 薄毛・抜け毛で悩みの男性にオリジナルヘッドスパが人気。1,500円と安価で気軽にできるのも魅力で、カットついでにという人がほとんど。

ヘッドスパが気持ち良い、疲れが取れるとリピーター急増中! 薄毛・抜け毛で悩みの男性にオリジナルヘッドスパが人気。1,500円と安価で気軽にできるのも魅力で、カットついでにという人がほとんど。

新規のお客様限定 全メニュー20%OFF

(既存の方でも)

- カット (シェービング+シャンプー込) 4,000円→3,600円(10%OFF)
- カット+カラー 8,000円→7,200円(10%OFF)
- カット+パーマ 8,000円→7,200円(10%OFF)
- 縮毛矯正 9,800円→7,840円(20%OFF)

※全メニュー税抜き価格で表記しています

●大好評! オリジナルヘッドスパ1,500円→1,000円

つくば Hair Resort Zephyr

029-860-3167

つくば市研究学園5-14-2
営業/平日10:00~20:00
土日祝9:00~19:00
休/火曜・第2水曜 駐/あり

★熱心地技藝でお洒落な理容室。美容室併設。夫婦で通う方も。



ぶらざ募金クーポン 有効期間08年6月末日

(新規限定)全メニュー20%OFF

※来店時にご持参ください ※他券との併用不可 ※販売品は除く

blanca ☎029-875-3626

予約優先制 | 男性歓迎 | カード可 | 子連れ歓迎



勉強熱心で頭皮ケアの知識豊富なスタイリストと、都内で10年以上活躍し、芸能人のヘアも担当してきたオーナーの2名による一貫した施術が好評。

▼髪と頭皮に過剰に残った界面活性剤を除去してくれる「生キューティクルトリートメント」を茨城初導入!

頑固なくせ毛もまとまり、雨の日にモチリつかない髪へ!

「最近、髪質が変わった」と感じ始める30代からのヘアケアに定評があり、美に敏感な女性達から「来る度に髪が綺麗になっていく」と絶賛されるほど。カットの技術も高く、「伸びても崩れない」と大好評!

新規限定! お得なセットメニュー

生キューティクルトリートメント 一週間集中ケア

- +カット 7,560円→6,048円
- +カット+カラー 14,040円→9,990円
- +カット+リラックスパー 16,200円→12,960円

★新規限定全メニュー20%OFF!!★ カット4,320円→3,456円(税込)
縮毛矯正(カット込)+ラメラトリートメント20,520円→13,824円(税込)
オーガニックストレートでダメージが少ない施術です。

つくば blanca hair design

029-875-3626

牛久市ひたち野4-11-9 103
(TXつくば駅から車で約20分)
営業/10:00~20:00、日祝9:00~19:00
休/火曜、第2、第4月曜
駐/あり ●数日前のご予約がオススメです。●スタッフ募集中心P.51



カード可 | 予約優先制 | 男性可 | 子連れ歓迎



白を基調とした清潔感のある、アンティーク調の店内。

「ミニマルダメージパーマシステム」なら、髪に優しいが歴然とツヤと柔らかさのあるパーマで、髪に寄り添った層からこんなにも違うの? と驚きの声が多い。

スタッフは全員都内を含め15年以上のベテラン。「髪本来の素材美を損なうことなく楽しめるデザイン」を実現。

ミニマルダメージパーマシステム

髪の痛みを気にしている方に最適なアルカリ剤を使用しないパーマシステムもご用意。髪の健康と高度なデザインを両立させます。

デジタルパーマ12,000円 ストレート13,000円~

新のお手入れも豊富! これからの梅雨の時期に部分矯正(前髪・後髪) 5,000円~

つくば初! 髪の主成分を配合した業界初トリートメント!

- 生ケラチントリートメント 他メニューに+2,000円
- カット+生ケラチントリートメント(S・8選) 16,300円→5,500円
- カット(S・8選) 4,300円→3,440円
- カラー+カット(S・8選) 4,800円→3,840円
- カラー(後髪) 16,800円→5,440円

※表示価格は全て税別です

つくば Cachette HAIR DESIGN WORKS

029-896-5556

つくば市花室981-1 1F
営業/平日10:00~20:00
土日祝9:00~19:00
休/火曜・第2、4水曜
駐/20台あり(テナント駐車場内で自由に駐車可能) ●予約あり

Cachette ☎029-896-5556

初めて来店のお客様掲載価格にてご提供!!

※ご予約前に「ぶらざ見た」とお伝えください

ぶらざ募金クーポン 有効期間08年6月末日

予約可 | 予約優先制 | カード可 | 子連れ歓迎



★スタッフ大募集中! 詳細はP.51

きめ細やかな接客と髪へのいたわりを徹底した優しい薬剤選びから、大人の女性に選ばれているサロン。

★初めてご来店の方お試し価格★

- [カット] 3,800円
- [カラー] + [トリートメント] 4,600円
- [カット] + [カラー] + [トリートメント] 7,800円
- [カット] + [パーマ] + [トリートメント] 7,800円

(+2,000円でデジタルパーマに変更可)

“お悩み解決”からのプラスワンメニュー

※TOKIOインカラミトリートメント導入キャンペーン
通常4,000円→他メニューとの併用で3,000円(既存の方でもOK)

- [カット] + [縮毛矯正] + [トリートメント] 12,000円
- [カット] + [縮毛矯正] + [毛先デジタルパーマ] + [トリートメント] 12,980円

つくば Velocca

029-875-6758

つくば市天久保3-6-2
営業/10:00~19:00
休/火曜・第3月曜 駐/あり

★クレジットカード可
★全メニュー税込価格! シャンプー・ブロー込・ロング料金なし

Velocca ☎029-875-6758

(新規限定)ぶらざ掲載価格にてご提供!!
(新規でなくてもOK) 他メニューとの併用でTOKIOインカラミトリートメント3,000円

※シャンプー・ブロー込 ※他サービスとの併用不可
※ご予約時に「ぶらざ見た」とお伝えください

ぶらざ募金クーポン 有効期間08年6月末日

予約可 | カード可 | 予約優先制 | 男性歓迎 | 子連れ歓迎



最新イリミナカラーのピンクヘア! 10分でカラーオフ! 6月末日まで10%OFF!

シメシメヘアに「PLOSION」

▲10秒でスキンケアからナイトケアまで完結。こちらの高濃度炭酸ミストを特別価格で販売中!

今話題のイリミナカラー導入! 通常のカラーよりダメージを1/6に軽減! ツヤ・色味・モチも未体験の仕上がりに!

Shineで初めて「炭酸泉」をされる方限定1,000円→無料!

- ヘッドスパ 1,500円→5,500円→1,350円→4,950円
- カット(シャンプー・ブロー込) 4,500円→4,050円
- パーマ 6,500円→5,850円
- カラー(根元) 5,000円→4,500円
- ハイトングレイカラー(根元) 5,500円→4,950円
- Tokioフラーレンストレートパーマ 16,000円→14,400円
- Tokioトリートメント 4,000円→3,600円
- 年間カラーリングチケット 5回20,000円/10回37,500円
- オースメイルミナカラー 7,300円→6,570円

つくば Shine

029-855-8806

つくば市二の宮2-12-14 駐/あり
営業/10:00~20:00
(カット+カラーorパーマ1830、カット1900まで受付)
日祝9:00~19:00
休/月曜

Shine ☎029-855-8806

(新規限定)全メニュー20%OFF(カットは対象外)
(新規でなくてもOK) 掲載価格にてご提供
ジョンマスター、プローション、ヘアビューザー2Dプラスなどの商品も10%OFF

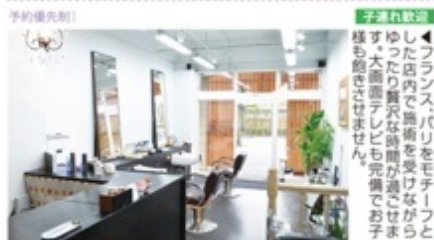
※1枚でお友達もOK ※ご来店時にクーポンをご持参ください
※他のサービス等との併用不可 ※全て月末日まで

ぶらざ募金クーポン 有効期間08年6月末日

ぶらざ募金クーポン 有効期間:08年6月末日

(新規限定) カットメニュー30%OFF!
(新規でなくてもOK)
学生限定、メンズカット初回2,800円(2~3回目3,000円)
※1枚でお1人様まで ※他のサービス券併用不可
※予約の際に「ぶらざ見た」とお伝え下さい。

MARNE【マーズ】 ☎029-875-9566



梅雨時のくせ毛対策もお任せ!丁寧なカウンセリングと、生活習慣まで考慮した再現性の高いスタイル提案が好評。男女ともに支持されているサロンです。

- 新規限定 カットメニュー 30%OFF
- ◇メンズカット.....4,000円→2,800円 (シャンプー・カット・シャンプー・シェーブ・ブロー込)
 - ◆レディースカット(カット・ブロー・シャンプー)4,200円
 - ◇中学生以下.....3,000円→2,100円 (シャンプー・カット・シャンプー・シェーブ・ブロー込)
 - ◇ファッションカラー.....3,500円~
 - ◇パーマ.....4,500円~
- ※出張施術も承ります※曜日や時間帯、ご相談下さい。
高齢の方やおからの不自由な方など、「外出が難しい、サロンに行かなくても行けない、でも髪を整えてスッキリしたい」という方のために、ご自宅までお伺いします。

つくば Hair Salon MARNE

☎029-875-9566

つくば市吾妻3-8-10
ロワール502 駐/あり
営/10:00~20:00 休/火曜
★「MARNE つくば」で検索!
※全て税別表記



ぶらざ募金クーポン 有効期間:08年6月末日

★新規のお客様★
ぶらざ限定特別価格にてご提供

※他のサービスとの併用不可
JEWEL ☎029-828-8448



臭わない・染みない・傷みが少ないダメージ抑制カラー登場!エコサート認証のオーガニック原料を使用したヘアカラー剤です!ぜひ、お試しください。

- 新規のお客様限定!お試しプライス!
- ダメージ抑制カラー.....5,400円
 - ダメージ抑制カラー(根元).....3,780円
 - カット.....3,240円
 - カット+ダメージ抑制カラー.....8,640円
 - カット+パーマ.....8,100円
 - カット+トリートメントパーマ+トリートメント11,800円
 - カット+縮毛矯正.....10,800円

つくば JEWEL

☎029-828-8448

つくば市花室1569-1 駐/あり
営/10:00~19:00(最終受付)
日曜のみ9:00~18:00(最終受付)
休/火曜日
★最終受付時間からのパーマ、カラー予約もOK!



オーナーは雑誌等の撮影現場でのヘアメイク経験も豊富で、伸びた時のまとまりやすさ等も考慮したスタイル提案はさすが。その人に「本当に合う」を重視するからこそ、時には似合わないスタイルもきちんと伝えてくれるのも魅力です。「同窓会で髪型を褒められた!」「つむじが割れにくくなった!」「一度他店に行ったけど、やっぱりここでない!」という根強いファン多数!

- カット(S・B込).....4,000円(税別)
- カット+カラーorパーマ(S・B込)10,000円(税別)~
- カット+エアウェーブ(S・B込)13,000円(税別)~

つくば Rhythmic

☎029-852-2765

つくば市研究学園5-2-7 2階
営/10:00~20:00(カット+カラーorパーマ18:00、カット19:00迄受付)
駐/あり 休/火曜、第3火水
定休日以外でも出張でお休みの事も、事前予約がスムーズです。



読者の皆さまへのお願い

平成28年熊本地震災害 救護活動中

日赤茨城県支部は、甚大な被害がでている「平成28年(2016年)熊本地震災害」において、医療チームの派遣や救護物資(ブルーシート700枚)の送付など、救護活動を展開しています。また、この災害で被災された方を支援することを目的として、義援金を受け付けています。お寄せいただいた義援金は、被災県に設置される災害義援金配分委員会を通じて全額を被災された皆さまにお届けいたします。

- 義援金名称 「平成28年熊本地震災害義援金」
- 受付期間 平成28年4月15日(金)~平成28年6月30日(木)
- 送金先銀行口座 常陽銀行 本店営業部(普)89731
筑波銀行 県庁前支店(普)1141543
茨城県信用組合 県庁前支店(普)7552761
- 口座名義 日本赤十字社茨城県支部 支部長 橋本晶
にはんせきじゆうじしやいばらきけんしふ しふちよう はしもとまさる
- 振り込み依頼書の備考欄に「平成28年熊本地震災害義援金」と明記してください。領収証の発行をご希望の場合は、住所・氏名・送金日・金額等を当支部にご連絡ください。所得税等の税控除を受ける際には、領収証が必要です。



熊本地域内の避難所を巡回する水戸赤十字病院の医療チーム

ぶらざ赤十字募金

この度の震災による災害に、心よりお見舞い申し上げますとともに、被災地域の日も早い復旧を祈念いたします。月刊ぶらざでは、微力ながら平成28年熊本地震災害義援金として、読者のみなさまが月刊ぶらざ掲載店をご利用になった「5月号」、「6月号」のクーポンをお店様から回収し、クーポン1枚あたりを10円として日本赤十字社へ寄付させていただきます。

「クーポンを使う」という、読者のみなさまのちょっとしたご厚意が、復興への一歩の後押しになります。小さな金額も、集まれば大きな力に。
「私たちの力を、被災地で尽力を続ける方々に託したい」
そう思っています。

4月号募金額の届込金受取書

これまでのご報告

- 東日本大震災義援金
2011年4・5月合併号~2016年4月号(枚あたり10円)
クーポン回収数 24,539枚 ▶245,390円の募金となりました。
- 茨城県台風18号等災害義援金
2015年10月号~2015年12月号(枚あたり100円)
クーポン回収数 1,478枚 ▶147,800円の募金となりました。

日本赤十字社 茨城県支部
Japanese Red Cross Society
公式facebook <http://www.facebook.com/jrcibaraki>

水戸市小吹町2551
TEL.029-241-4516
日赤茨城

地域の一員として社会貢献をしたい!ぶらざはそんなふうと考えています。趣旨にご賛同くださったお店様、読者の皆様は心より御礼申し上げます。

1・13
(水～月)

山新グランステージつくば 10周年記念特別SALE開催

会場 山新グランステージつくば 2Fインテリアステージ

時間 9:00～20:00

10年間のご愛顧に感謝を込めて、2Fインテリアステージにおいて「ぶらざ見た」と言っていたいたすべてのお客様に、特別企画をご用意。1点(1セット)につき29,800円(税込)以上の商品は5%オフ、98,000円(税込)以上の商品は10%オフになります。※2Fインテリアステージに限り有効※一部対象外の商品あり



布張りカウチソファ
118,000円→106,200円(税込)



ツインベッド(シングル+シングル)
280,000円→252,000円(税込)

山新グランステージつくば 2Fインテリアステージ
☎029-849-2266

つくば市西野井字豊戸44
☎/9:00～20:00

掲載
P.3

4・5
(土～日)

「つくば市学園南 新規建売住宅販売会」

会場 つくば市学園の森2丁目

時間 10:00～16:00(予約不要)

つくば市の人気エリア、学園の森に新規建売住宅が5棟完成!吹き抜けのあるリビングや、収納充実の家事ラクキッチン、家具付きのデザイン性など見どころ満載。同分譲地内では、完成済みの5棟の建売住宅を一度に見学可能です!当日は予約不要で見学できますので、ぜひお気軽にご来場くださいませ。



ノーブルホーム [つくば展示場]
☎029-850-1100(つくば展示場)

[つくば展示場]つくば市研究学園5-20-3(イースつくば近く)
[土浦展示場]土浦市下高津4-19-7(ABCハウジング土浦住宅公園内)

掲載
表紙裏

4・5
(土～日)

初夏の感謝祭 つくばショールームで おいしいものを食べよう!

会場 つくばショールーム

時間 10:00～17:00

つくばショールームで「初夏の感謝祭」が開催されます。当日はアイスや特製焼きそばをご賞味いただき、緑日でお楽しみください。そして「完全フル装備の家」の豪華で高性能な標準設備を見て、さわって、体感してください。家づくりがはじめての方にも参考になるショールームです。是非、ご家族でおでかけください。



富士住建 つくばショールーム
☎0120-06-2210

つくば市松代1-6-1(土浦学園通り沿い)
☎/9:00～19:00(水・木曜日は17:00迄) 年中無休

掲載
P.5



11・12
(土～日)

完成見学会開催!

会場 つくば市研究学園・牛久市

時間 10:00～17:00

自由設計の注文住宅ならではのメリットを最大限に発揮して、皆様が思い描いた住まいのカタチを確かな施工技術でしっかりと実現いたします。ローコスト・ハイクオリティの完全自由設計で、当社は年間120棟の実績でご好評いただいております。また、「アゲル」は、土地を探して注文住宅を建築することをとても得意としています。



※写真はイメージです

アゲルホーム
☎029-886-3221

つくば市研究学園4丁目1-9 ☎/9:00～19:00
休/第1,3火曜・水曜 ★HPにてお客様からの声多数掲載中)

掲載
P.1

押さえておきたい!!

6

June

- 6/1(水)
- 2(木)
- 3(金)
- 4(土)
- 5(日)
- 6(月)
- 7(火)
- 8(水)
- 9(木)
- 10(金)
- 11(土)
- 12(日)
- 13(月)
- 14(火)
- 15(水)
- 16(木)
- 17(金)
- 18(土)
- 19(日)
- 20(月)
- 21(火)
- 22(水)
- 23(木)
- 24(金)
- 25(土)
- 26(日)
- 27(月)
- 28(火)
- 29(水)
- 30(木)

住まいを見に行こう 住宅イベント・セミナー情報



11・12 (土・日) 住宅ローン借り換え相談会

会場 イーアスつくば3階 トイザラス前特設会場
時間 10:00~18:00

毎月の返済額を減らしたい、ローンの残高が1,000万円以上・返済期間が10年以上残っている、2%以上の金利で返済している、ひとつでも当てはまれば住宅ローンの換え時かもしれません。どなた様もお買い物ついでにふらっとお立ち寄り頂けます。また、1Fでは年中無休にて相談を承っております。

ARUHI イーアス つくば店(旧SBIモーゲージ)
☎029-896-8112

つくば市研究学園5-19 イーアスつくば 1Fメディカルコート
●ご来店の方には粗品をプレゼント



12 (日) 第48回 賢い住宅資金勉強会【参加無料】

会場 リクシルつくばショールーム(つくば市研究学園5-20-7)
時間 13:30~15:30(受付13:00~) 【限定10組様・予約制】

120分で500万円得する!?少しの知識でローン返済が数百万円変わることも!購入前のチェックポイントやお得な土地の見つけ方など、損しない家づくりのための「お金の戦略」がわかる勉強会です。「本当に払いきれるのか?という不安が消えた!」など毎回大好評!

株式会社リアルウッド研究学園店
☎0120-856-858

つくば市研究学園1-3-6 休/水曜、第1-第3火曜
http://www.realwood.co.jp/



保険貯蓄ナビ

HOKEN CHOCHIKU NAVI
Ilias TSUKUBA



保険の賢い、比較と選択。

備える	貯める	殖やす
比較	選択	安心
生命保険	損害保険	

取替保険会社
30社から
組み合わせ

保険無料相談実施中!

暮らしの基本となる住まいの保険。一昨年の春からの増税を含め、何もかも「値上げ」なのか?と聞いておられる方には、「火災保険」の見直しをお薦めしています。条件が整えば、予想以上の見直し効果が期待出来るかもしれません。



保険の見直し相談(無料)でご来店のお客様に
T-POINT 100ポイントプレゼント!
「ふらさ見た」の事前予約で
T-POINT 2倍(200ポイント)

SBI モーゲージ は、ARUHI に新生いたしました。

借りるなら今!! (フラット35)Sの利用で
全期間固定金利の当初金利が低金利
1%を下回る

[フラット35] 史上最低金利

ARUHIフラット35に借り換えて、ずっと超低金利を!

返済期間	金利引き下げ期間中	引き下げ終了後	事務手数料
15~20年	年0.660%	年0.960%	ご融資金額×2.0% (消費税別)
21~35年	年0.780%	年1.080%	

※最低金利は、フラット35の現在までの金利優待に準じた水準のこと
※最低の金利は、融資残高が9割以下の場合※5月現在

ex
お客様にとって住宅を持つ日は、一生に一度の「ある日」。私たちARUHIは、住宅ローン【フラット35】5年連続シェアNo.1の実績と長年にわたる豊富な経験で、お客様の大切な「ある日」が最高のものとなるようにお手伝いします。ARUHIには「始まり」という意味もあり、お客様の素晴らしい「始まり」から終わることなく寄り添えるよう、邁進して参ります。

西武筑波店 tel.029-861-7433 イーアスつくば店 tel.029-868-7225

つくば市吾妻1-7-1
西武筑波6F
営/10:00~19:00
年中無休 駐車場3台無料
保険貯蓄ナビで検索

つくば市研究学園5-19
イーアスつくば3F
営/10:00~21:00
駐車場無料 年中無休
保険貯蓄ナビで検索

保険貯蓄ナビ Nexus tel.029-896-8020 ARUHI イーアスつくば店(旧SBIモーゲージ) tel.029-896-8112

つくば市研究学園5-19
イーアスつくば 1Fメディカルコート
営/10:00~20:00
駐車場無料 年中無休
保険貯蓄ナビNexusで検索

ARUHI
つくば市研究学園5-19
イーアスつくば 1Fメディカルコート
営/10:00~20:00
駐車場無料 年中無休
ARUHIで検索

19 (日) クレバリーホームの家づくりが分かる! パス見学ツアー

会場 クレバリーホーム住宅展示場「ハウジングスクエア」
時間 9:00~19:00

毎回大好評!千葉県君津市にあるクレバリーホームの住宅展示場「ハウジングスクエア」を見学します。住まいと暮らしの体験ラボ「住宅館LABO」や、全9棟のモデルハウスを一気に揃えた「ハウジングパーク」など。参加無料。ランチ付き。当日のスケジュールはお問合せください。

クレバリーホーム土浦店 様 クラフト
☎0120-498-793

土浦市大町13-16 営/9:00~18:00
休/毎週水曜 ★HPは【クレバリーホーム】で検索



19 (日) 第37回 後悔しないための賢い家づくり勉強会【参加無料】

会場 イーアスホール(イーアスつくば内) つくば市研究学園5-19
時間 13:30~16:00(開場13:00) 【限定20組様・予約制】

参加者の93%の方が、「購入前に聞いてよかった」と答える、契約前に知っておきたいことが分かる勉強会です。家作りをする上での重要ポイントや住宅会社を選ぶ判断基準(モノサシ)について学べる大変貴重な機会です。お気軽にご参加下さい。

株式会社リアルウッド研究学園店
☎0120-856-858

つくば市研究学園1-3-6 休/水曜、第1-第3火曜
http://www.realwood.co.jp/



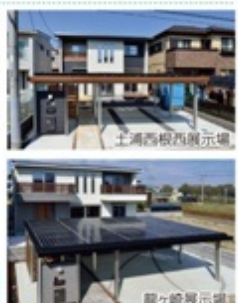
毎週土日 メガソーラー0円設置住宅を見に行こう!

会場 土浦西根西展示場(土浦市西根西1-6-24) 龍ヶ崎展示場(龍ヶ崎市藤ヶ丘7-26-5)
時間 10:00~18:00

定期的な新提案「太陽光0円設置住宅」が内覧できます。太陽光発電の初期費用が0円だから住宅ローンの借入が少なくなる、マイホーム予算に負担のない新しい提案です。内覧会で実際の仕様をご覧ください!

(株)ネクサス・アールホームイースト
☎0120-235-373

[土浦本店]土浦市中央南1-4-33
TEL029-835-5370 www.nexus-r-home.com



毎週土日 無料相談会やってます。 (事前予約制)

会場 つくばランチ 建築資料カフェ
時間 10:00~17:00

ファーストステージには営業マンがいません。設計士と直接お家の話をしませんか。これまでに無料相談会ではこんな話をしています。

- ▶聞取りやデザインの話 ▶住宅ローンの話
 - ▶土地の選び方の話 ▶その他、住宅に関すること
- 「相談会の予約がしたいのですが…」とお電話下さい。

ファーストステージ 一級建築士事務所
☎0120-436-888

つくば市稲荷前13-12 昼/9:00~18:00
休/毎週水曜日、第2・4木曜日、祝日 ★相談無料(事前予約制)

掲載
P.57



小さなお子様も一緒にどうぞ。

随時開催 シニア向け分譲マンション「デュオ セーヌつくばみらい」中古物件見学会

会場 デュオセーヌつくばみらい(TXみらい平駅から徒歩7分)
時間 10:00~18:00[完全予約制]

マンション内に訪問介護事務所と居宅介護支援事務所を併設し、24時間体制で医療相談、緊急対応が受けられ、協力医療機関とも連携。安心・安全・快適な生活を支える各種サービスが揃い、新しい選択として人気。実際の共用施設、レストランのお食事、お部屋をご見学いただけます。

資産になる所有権方式のマンションなので、相続も売却も可能。



天然温泉大浴場やレストラン、カラオケバーティールーム、ブックラウンジ、ビリヤード、倶楽部など充実した共用部。

フージャースコーポレーション
☎0120-500-958

昼/10:00~18:00 定休日/水曜日
[シニアみらい]で検索

掲載
P.4

随時開催 新モデルハウス 研究学園に誕生

会場 研究学園(お問い合わせください。)
時間 完全予約制

「自分らしい生き方を愉しむ住まいとは何か?」それを考えるきっかけとなる新モデルハウスが研究学園に誕生。伝統ある数寄屋造りの建築様式を取り入れ、自由に洗練された意匠を追求します。これからの、あなたらしい住まいをいっしょに考えて参ります。新モデルハウスの見学はメールまたはお電話にて受け付けております。



株式会社 蔵持ハウジング
☎029-855-8885(つくばモデルハウス)

info@kurauchi-housing.co.jp 【午々本社】午久市中央5-13-15
[つくば展示場]つくばハウジングパーク内【午久展示場】うしく住宅展示場内

掲載
P.8

突然ですが No.62 地図と測量にまつわるクイズ

一国土地理院「地図と測量の科学館」より

Q.都道府県の問題

和歌山県和歌山市は、およそ北緯34度に位置しています。次の都市のうち、和歌山市と同じくおよそ北緯34度に位置している都市はどこでしょう。

- A.アテネ(ギリシャ)
- B.ロサンゼルス(アメリカ)
- C.カイロ(エジプト)

答えはP.56!

毎週土日 決算大商談会開催!!

会場 SVつくば市学園の森・虹の杜ひたち野西・GEL龍ヶ崎市藤ヶ丘六丁目 他
時間 10:00~18:00

つくば市エリア・牛久市エリア・龍ヶ崎市エリアの各分譲地にて、決算大商談会を開催いたします。ご来場された際、アンケートにお答えいただいた方には、プレゼントをご用意しております! 内覧可能物件も続々登場です! ぜひ、ご来場ください。

茨城グランディハウス 県南支店
☎0120-74-0711

牛久市ひたち野西2-22-4 昼/10:00~19:00
★HPは【茨城グランディハウス】で検索

掲載
P.43



当社発行例

毎週土日 家づくり講座

会場 イオンモールつくば2F
時間 ①10:30~②13:30~③15:30~(各回90分)

まずは基礎知識を得たい、という人のために

テーマ別の口座を用意

- 土地探しから建てるまで講座
- 注文住宅(価格)まるわかり講座
- 工務店・ハウスメーカーの選び方講座 など

スーモカウンター注文住宅イオンモールつくば
☎0120-300-829

つくば市稲岡66-19 イオンモールつくば2F

掲載
P.44



毎週土日 ウッドユータウンつくば 竹園三丁目2期 現地見学会

会場 ウッドユータウンつくば竹園三丁目・2期
時間 10:00~18:00

暮らしの便利が揃う、つくば駅周辺の立地、つくば竹園三丁目2期で新築分譲が続々登場。公園がすぐ隣、小中学校まで約400mで、子育て世代にも優しい人気のエリアです。現地は平日もご案内できます。お気軽にお問い合わせください。



研究学園展示場▲

つくばハウジングパーク内▲
トヨタウッドユーホーム展示場▲

トヨタウッドユーホーム つくば支店
☎029-841-6767(つくば支店)

[つくば支店]土浦市御町1-1-1開鉄つくばビル1F 休/水曜日
[つくば展示場]つくばハウジングパーク内tel.029-858-6691

掲載
P.45

毎週土日 間取りプランニング相談会

会場 LA VINGつくば ショールーム
時間 10:00~17:00

家族構成、ライフスタイルと家族の数だけ住まいのカチはさまざまで想いはそれぞれ違います。まずは、お客様のこだわりや希望をお話ください。デザイナーがその内容を整理し、あなただけのオリジナルプランをご提案します。

ラヴィングつくば
☎029-861-0205

[ショールーム]つくば市研究学園1-3-12
昼/9:00~18:00 休/水曜日、第2・4木曜日

掲載
表紙



随時開催 家づくり相談会 アフター6見学会

会場 取手市ゆめみ野2丁目(会場の詳細はHPをご覧ください)
時間 家づくり相談会/10:00~18:00 アフター6見学会/18:00~21:00

平日の1日1組様限定でアフター6見学会を開催中!土日にお仕事の方や「夜はどんな感じか見てみたい」、「仕事帰りに見られたらいいんだけど」という方は必見です。完全予約制なので、ゆっくり見学しながら、どんなことでもお気軽にご相談頂けます。皆様のご予約をお待ちしております。



エステージ株式会社 取手支店
TEL 0120-107-217

取手市取手2-2-10 シンロクビル3F ●「一冊一会」の出会いを大切に、お客様それぞれの理想をカタチにし、共に創りあげていきます。

掲載 P.42

随時開催 出張外装セミナー

会場 ご自宅orつくば市松代1-21-8ピカソハウス(株式会社ピカソ)
時間 10:00~18:00内のご希望時間【完全予約制】

ご自宅または弊社にて、塗装工事に関するノウハウについてのセミナーを行います。「業者選びのコツ」、「我が家にあう塗装」、「手抜き工事をされないために」、「見積り通りの見方」...などを丁寧に伝えたいと思います。出張・相談料は無料です。セミナーでの塗装の営業は一切いたしませんのでご安心ください。



RE PICASSO [リ・ピカソ]
TEL 0120-913-184

つくば市松代1-21-8ピカソハウス
TEL 10:00~18:00 http://picasso2012.com

下記参照

毎週水曜 ふらざ読者だけにお届けする 特別イベント

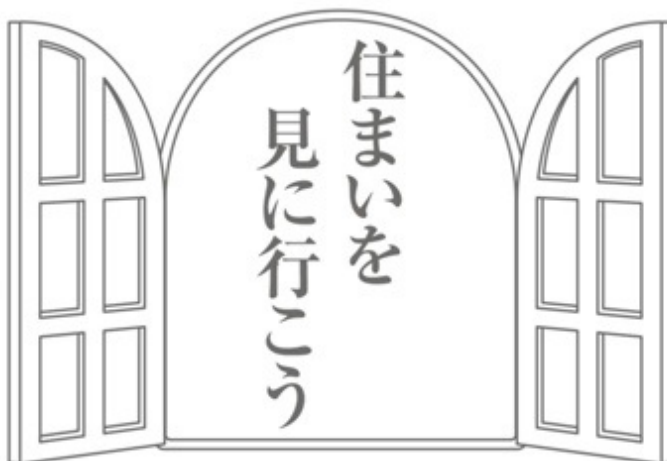
会場 土浦市右柳1680-1(48号線からお越しの方は、サイクリングショップ左折です!)
時間 10:00~17:00

4月より毎週水曜日に限定開店していた、アウトレット家具と雑貨のお店が好評につき延長が決定しました!6月も引き続き、家具のプロのおじさまが倉庫でお待ちしております。寸法を計るだけでもよし!見るだけでもよし!ふらっと遊びにきてください。もしかしたら、掘り出し物がみつかるかも!



看板も電話番号もない
期間限定のアウトレット家具と雑貨のお店

【アウトレット家具と雑貨購入の注意点】配送はいたしません。支払い方法は現金のみです。商品の交換・返品はできません。



リ・ピカソの 夏期リフォーム 人気ランキング

1 樹脂製内窓「インプラス」

今ある窓にプラスするだけの内窓。樹脂の熱伝導率はアルミに比べて約1/1000。外気の温度に左右されにくく、断熱・遮熱や結露軽減の効果があります。



2 玄関ドア「リシエントII」

既存の枠はそのままの「カバー工法」のため外壁や内装は傷めず、1日で工事完了。爽やかな風を採り込んで夏の熱気や湿気をすっきりさせる機能があります。



3 壁タイル「エコカラット」

壁に貼るだけで、ジメジメする余分な湿気やなかなか消えない生活臭、空気中に漂う有害物質を吸収。清々しい空気でお家が安心して過ごさせる空間を作ります。



リ・ピカソの塗装が選ばれる理由

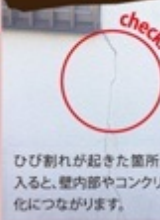
ピカソはお客様の大切なおうちの状態により長期間安心して住んでいただける最高のプランをご提供します。ピカソは手抜き工事を許しません!現場管理を徹底し、妥協はしません。

チョーキング



紫外線や熱等で塗料が劣化し、触るとチョークの様に粉状になってしまう場合、塗り替え時期のサインです。

クラック



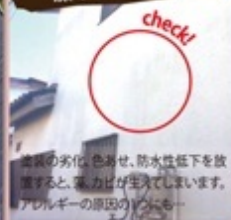
ひび割れが起きた箇所から水が入ると、壁内部やコンクリートの劣化につながります。

屋根の劣化



屋根も太陽の紫外線や雨などで塗料が劣化。塗替え時期が過ぎると表面の防水性が低下し、雨もりの原因に。

藻やカビの発生



塗料の劣化、色あせ、防水性低下を放置すると、藻やカビが生えてしまいます。アレルギーの原因の一つにも。

お家にこんな症状を見つけたら...

「これってもしかして...」と思ったら!

相見積りも大歓迎!

まずは無料診断を! 担当スタッフが伺いして、じっくり診断いたします。

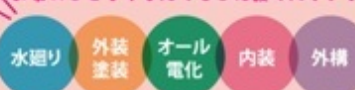
更に、ふらざ読者限定!10万円以上のご契約をいただいたお客様は工事費1万円引き!

RE:PICASSO
[リ・ピカソ]

「ふらざ見た」とお伝えいただくとスムーズです
TEL 0120-913-184
つくば市松代1-21-8ピカソハウス

詳しくはHPへ

お家のことならなんでもご相談ください!



暮らしを楽しむ家創り

モニター募集中!
茨城県内で
家を建てる方限定
※詳細はお問合わせください

- 土地探しに困っている方
- ローン相談(借入がある方)
- 注文住宅は高くて諦めている方

特典 モデルハウスや見学会に来場予約していただいた方には、素敵なプレゼントをご用意しております。



見学会 イベント情報

6/4・5
見学会・松戸市松台
見学会・八千代市勝田台

Coming Soon
家フェス 第二弾

ゆめみ野モデルハウス
取手市ゆめみ野2-2付近

エステージ株式会社 28年1月 取手支店オープン 0120-107-217

ESTAGE 建築業知事免許/国土交通大臣免許(般-27) 第26018号 宅地取引業免許/国土交通大臣(1)第8891号 URL <http://www.esterna.co.jp/> BLOG <http://ameblo.jp/estage/>

■本社/千葉県八千代市八千代台西1-1-3 ソシアルビル ■千葉支店/千葉県千葉市花見川区横戸町1134-1 ■勝田台支店(LPIA・colhoモデルハウス)/千葉県八千代市下市場1-7-2



第37回 後悔しないための賢い家づくり勉強会

この3年で約4000人強のお客さまが参加し、その93%が満足した大好評の勉強会です!

後悔しない家づくりの為の重要ポイントや住宅会社選びの判断基準(モノサシ)をお伝えしたいと思います。私には理想のお家は難しい...そう思っている方こそ、ご参加頂きたい勉強会です。

「まだまだ」の人も「そろそろ」の人も
家づくりの正しい始め方
お得なポイント大公開!

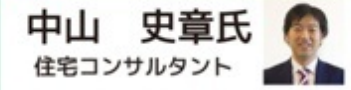
- セミナー内容**
- ✓ やっぱり買うなら消費税増税前のほうが得なの?
 - ✓ マイホーム購入のタイミング、あなたにとって最適な時期とは?
 - ✓ 住宅の一部がインターネット注文できるとしたらいくら安くなる?
 - ✓ 建てた十年後に後悔しないための事前チェックポイントとは?
 - ✓ 建築家のデザイナーズ住宅を安く建てるための方法とは?
 - ✓ 使い勝手の悪い素人プランの見分け方とは?
 - ✓ 性能を下げずに価格を下げる方法とは?
 - ✓ 3割引で住宅を取得する方法とは?
 - ✓ お得な土地の見つけ方とは?
 - ✓ 日本の住宅はなぜ高い?

参加者特典 ※1家庭1冊のプレゼントになります。
「資産価値の高い家づくり22の知識」
東京丸善書店 ビジネス書ランキング1位!

定員: 先着20組様
参加費: 無料/事前予約制
毎回満席のご予約を頂いている大好評の勉強会です!
お申込みは早めにお申し込みは早め!

- パパ、ママ、安心! キッズルームあり
- お車でも大丈夫! 駐車場あり
- 勉強会后、限定3組様! 個別相談あり

開催日 2016年 6/19日
時間 13:30-16:00(開場:13:00)
会場 イーアスつくば イーアスホール
茨城県つくば市研究学園5-19
講師 中山 史章氏



住宅コンサルタント
早稲田大学卒業後、大手経営コンサルティング会社で大手ハウスメーカーから中小工務店まで様々な住宅会社を手掛ける。現在経験を活かし、全国各地で住宅購入者向けのセミナーを開催。住宅会社の表も裏も見てきて得た、「少し知るだけで家計への負担が劇的に軽くなる、家を建てる前に知っておきたい知恵」をご紹介します。建築計画が数年先という方も、是非学びに来て下さい。

HPまたはお電話から!
0120-856-858

アールプラスハウスうしく 検索
<http://www.ecoreal.co.jp>

買の家づくり勉強会 会場MAP



主催 ■ハイアス・アンド・カンパニー株式会社 東京都港区白金台3-2-10白金台ビル6階
ハイアスとカンパニーは個人は住宅・不動産を納め安心して眠るようになることにも、個人の不動産資産の価値を最大限に引き出すことを理念として、住宅関連商品、不動産サービス等を開発・展開している会社です。個人の最大の資産は住宅です。その価値が30年で「ゼロ」になってしまう家ではなく、「資産価値を維持できる家」を多くの方に手にしていただきたいと思います。

アールプラスハウスうしく 検索
<http://www.ecoreal.co.jp>
共催 ■株式会社リアルウッド
つくば市研究学園1丁目3番地6

サクツ

と知りたい。

一戸建てや建替えを

考えてるけど…予算やダンドリのこと。



5・6月の住まい講座

参加無料(各回90分)

ダンドリ、お金、土地探し

はじめての注文住宅講座

- 土地探しと家づくりのダンドリやお金のこと、中立な立場のアドバイザーが、初心者の方にもわかりやすく教えます。

どう探す?どう見分ける??

ハウスメーカー・工務店 選び方講座

- アフターサービスや契約時期など、見落としがちな比較ポイントを徹底解説。自分に合った会社選びのコツを学べます。

1000万円台で家が建つ!?

注文住宅価格まるわかり講座

- 建物価格の相場やコストダウンのツボなど、予算内で納得度の高い家を建てるために必要な知識を学べます。

5/28(土) 29(日) 6/4(土) 5(日)

※表示以降の土日祝も随時開催しています。詳しくはHPで確認ください。

10:30~/13:30~/15:30~ ※講座所要時間は前後する場合がございます。

イオンモールつくば店

●つくば市稲岡66-1外 イオンモールつくば2F 暮らしのマネープラザ内 ●圏央道「つくば牛久IC」そば
●9:00~21:00(定休日/なし) ※火・水曜は予約受付のみ

水戸エクセルみなみ店

●水戸市宮町1-7-31 エクセルみなみ4F ●JR「水戸駅」南口より徒歩1分
●10:00~18:00(定休日/なし) ※火・水曜は予約受付のみ

柏店

●千葉県柏市末広町7-3 柏第一生命ビル7F ●JR・東武野田線「柏駅」西口より徒歩3分
●10:00~18:00(定休日/火・水)

ご予約

0120-300-829

毎日受付 9:00~21:00

スーモカウンター

検索

※ご予約の方が優先となります。週末は混み合いますので事前予約がおすすめです。
※定休日以外に臨時休業させていただく場合がございます。

住まいのプロがサポート
Suumo
スーモカウンター

トヨタの木の家
Special Campaign



木の住まいの新たなスタンダード
ツーバイフォーで創る「エネルギー収支ゼロ」の暮らし

高性能
2×4
ツーバイフォー

エネルギー収支ゼロ
ZEH
ゼッチ (ゼロ・エネルギーハウス)

ZEHスペシャルパッケージ

限定3棟

502 (10×7) 35坪プラン選択の場合 (税抜)
125万円相当の
グレードアップ設備プレゼント!!

本体価格
1,844.4万円 (税抜)

一本の通じやすい
ZEH断熱仕様

電気を賢くコントロール
クラウドHEMS

樹脂
トリプルガラス

エコで経済的な
生活を始めよう!

高性能エアコン1台
+ 洋室用エアコン1台

LED照明

35坪プラン

延床面積
35坪
プラン



太陽光発電
7.7kW

クラウド
HEMS

蓄電池

◆ZEH(ゼッチ)とは?◆

ZEHの定義は「ネットゼロエナジー」であり、太陽光発電の場合は売電を前提に、住宅で使う一次エネルギーを太陽光発電の発電電力でまかなえる住宅。太陽光発電は全量売電は対象外、余剰売電のシステムのみ認められます。ゼロなら何でも良いわけではなく、「快適性を保ちつつ極力省エネ化を回り、省エネ後のエネルギー消費を太陽光でまかなう住宅」との考えです。

つくば支店

TEL.029-841-6767

住所 | 土浦市加町1-1-1 関鉄つくばビル1F
営業時間 | 10:00~20:00



研究学園展示場

TEL.029-875-3775

住所 | つくば市研究学園4-1-8
営業時間 | 10:00~18:00



つくばハウジングパーク内
トヨタウッドユーホーム展示場

TEL.029-858-6691

住所 | つくば市研究学園6-51-12
営業時間 | 10:00~18:00



TOYOTA WOODYOU HOME

本社 | TEL.028-625-7878(代) 〒320-8541 宇都宮市ノ沢町256-7
つくば支店 | TEL.029-841-6767 〒300-0847 土浦市加町1-1-1 関鉄つくばビル1F

お問い合わせフリーダイヤル

0120-627-115

建設業許可/国土交通大臣許可 第15069号 宅地建物取引業/国土交通大臣免許 国土第166号 (注) 茨城県宅地建物取引業協会会員 (注2) 全国宅地建物取引業協会保証協会会員 (一社) 日本ツーバイフォー建築協会会員 (注3) 首都圏不動産公正取引協議会加盟

ついに阿見町に
美しく完成しました。

D-Concept
UNIVERSAL DESIGN HOUSE
**GRAND
OPEN**

6月末まで公開!

平日の内覧ご希望の方は、ご予約にて承ります。
その他詳細につきましてはお問合せ下さい。 open 10:00▶▶▶ close 17:00

【研究学園店】 【ひたち野うしく店】
☎0120-856-858 ☎0120-302-401 リアルウッド 検索



毎日の暮らしを
デザインする住まい。

デザイナーとインテリアコーディネーターが提案する
最高のプランニングは家族の未来が見える優しい住まい。
上質な住宅設備と細部まで拘ったデザインは、
きっと日々を彩るアクセントになっていきます。
日々のライフスタイルをデザインしてくれる...
そんな住まいをご提案いたします。



創業40年 約4,000棟の実績のリアルウッドが自信を持ってお届けする

リアルウッド 検索



阿見町荒川本郷に堂々完成。
洗練されたデザイン、厳選された設備、
家族の未来を考えたユニバーサルデザイン。
そのすべてを驚きの価格で。

High Quality Conscience Price

998 [税別]
万円~



ご来場予約特典

ご見学時は、多数のお客様のご来場が
予想されます。スムーズなご案内の為、
事前にホームページやお電話での
ご予約をお勧めします。

ご予約でのご来場者様にはもれなく...

QUOカード500円分プレゼント!



エリアモニターハウス募集

※完成後3ヶ月間モデルハウスとしてお貸しいたします。
※モニターハウスに申し込まれた方がお申し込みの上見学させていただきます。お申込みは先着順とさせていただきます。
※応募要項と募集要項の掲載が当次紙、最終決定させていただきます。

先着1組様限定
998万円 ▶▶▶ **948万円** [税別]

D-Conceptは、敷地形状やご家族構成、ご予算に応じて24坪・26坪・30坪
プランをご用意しています。エリアモニターハウス募集は、それぞれの
販売価格から、24坪プラン：50万円、26坪プラン・30坪プラン：100万円を
モニター特典として割引させていただきます。

モデルハウスまでのアクセス



稲敷郡阿見町大字荒川本郷
字大塚2042-81
お車で直接お越し下さい。
現地にてスタッフがお待ちしております。

付帯工事までいれて「この価格」
D-Concept資金計画例
[24坪2LDKプラン]の場合

①D-Concept本体価格 **998**万円
②付帯工事 **約170**万円

合計1,168万円 [税別]

700万円で土地を購入し
D-Conceptを建築した場合の返済額
[本体価格+付帯工事] [土地代]
1,168万円+消費税+700万円
=約**1,961**万円

月々支払額▶約**54,000**円

年収約**280**万円~ローンが組める!
※借入可能年額はお客様の収入等により異なります。

D-Conceptに関するお申込み・お問合せは最寄の店舗まで!

■リアルウッド ひたち野うしく店
〒300-1207 茨城県牛久市ひたち野東1-24-1

☎ **0120-302-401**

■リアルウッド研究学園店
〒305-0817 茨城県つくば市研究学園1-3-6

☎ **0120-856-858**

リアルグループ
株式会社リアルウッド

☐定休日:毎週水曜日・第1・第3火曜日
☐建設業許可国土交通大臣許可(般-23)第13667号

http://www.realwood.co.jp

リアルウッド

検索

資料請求はこちらから

D-Conceptオフィシャルカタログ



5/29(日) クワバタオハラ 小原正子トークショー
(先着30名様) 握手・サイン会開催!

LALAガーデンつくばリニューアルオープンを記念して、コスメコンシェルジュ認定・日本化粧品検定1級を持つ美容マニアの小原さんのトークショーを開催! 当日までの、TSUTAYAにて話題の著書『おはら美容』を購入すると握手・サイン会への参加券と引き換えられる、参加補助券が買えます! 詳細は、下記をご覧ください。



小原正子 Masako Ohara
美容マニアの著書『おはら美容』の著者

場所/LALAガーデンつくば1Fプラザステージ(つくば市小野崎字千駄町278-1) 時間/14:00~(トークショー終了後握手・サイン会開催)
料金/無料 【握手・サイン会参加方法】当日13:00~参加補助券をお持ちのうえ、列にお並び下さい。先着30名様に「参加券」を配布します。
※参加券1枚で一人様。サインはお一人様1冊まで。※天候等の諸事情により開催における中止や変更が発生する場合があります。

6/7(火)~7/10(日) 無限迷宮への夢 エッシャーの世界

茨城県初となる異才の版画家エッシャーの個展です。「だまし絵」の代表作とともに、そこへ至るまでの様々な表現への挑戦や、エッシャーの師メスキータの木版画も併せて展示します。作品と下絵などの資料140点により、その迷宮世界の魅力を紹介します。



場所/茨城近代美術館(水戸市千波町東久保666-1) 時間/9:00~17:00(入館16:30まで)
休/毎週月曜日
料金/一般1,190円、高大生980円、小中生480円
(障害者手帳をお持ちの方と付き添いの方1人は無料です)
問合せ/TEL.029-243-5111

6/19(日) MI-XX DANCE CLUB 第5回発表会

今回で5回目となる発表会。1部は3歳~大人までが出演するクラスの発表。日頃のレッスンの成果を発表します。2部はゲスト、当スクールのパフォーマンスチーム、インストラクターによるダンスショーケース。観てくださる皆さまに楽しんでいただけるよう全力で準備しております。皆さまのご来場をお待ちしております!



場所/カピオホール(つくば市竹園1-10-1) 時間/[開場]16:30[開演]17:00
料金/入場無料
問合せ/090-3238-4311
[HP]http://www.m-studio-x.com
●教室の情報はP.32をご覧ください

随時 がん体験者によるピアサポート相談窓口開設

がん患者やその家族の方々の精神的な不安をやわらげるため、がん体験者(ピアサポーター)が相談に応じています。相談は無料です。※予約優先制



- 【相談窓口は各病院13:00~15:30】
- 総合病院土浦協同病院(第1・3月).....予約TEL.029-830-3711
 - 茨城県立中央病院(空閑)(第2・4金).....予約TEL.0296-78-5420
 - 日立製作所日立総合病院(毎週木).....予約TEL.0294-23-8341
 - 東京医科大学茨城医療センター(第2・4水) 予約TEL.029-887-1161
 - 国立病院機構水戸医療センター(第3金).....予約TEL.029-240-7711
 - 友愛記念病院(第4金).....予約TEL.0280-97-3000
 - 茨城西南医療センター病院(第1木).....予約TEL.0280-87-6704
 - 筑波大学附属病院(第1木).....予約TEL.029-853-7970
 - 日立製作所ひたちなか総合病院(第1火).....予約TEL.029-354-6843
 - 筑波メディカルセンター病院.....予約TEL.029-851-3511
- ※予約不要。開催日時は病院までお問合せください。

問合せ/茨城県保健予防課 TEL.029-301-3224

松本零士展 ~7/10(日) 一夢の彼方へ~

国内外で高く評価され、「漫画界のレジェンド」とも称されるマンガとアニメーション界の巨匠、松本零士の展覧会を開催します。『銀河鉄道999』や『宇宙戦艦ヤマト』『宇宙海賊キャプテンハーロック』など、SF漫画の不朽の名作を生んだ松本零士の直筆原稿を中心に、約300点の作品や資料を展示します。



場所/しもだて美術館(茨西市丙372) 時間/10:00~18:00(入館17:30まで)
休/毎週月曜日
料金/一般700円、高校生以下無料
(障害者手帳等をお持ちの方と付き添いの方1人は無料です)
問合せ/TEL.0296-23-1601

6/5(日) 茨城町いきいき健康まつり2016

脳トレーニング、美顔健康教室、健康度測定コーナー、健康相談、認知症予防講演会等、今回は、認知症予防に焦点をあてたイベントとなっています。美顔健康教室では、iPadを使用した「脳若トレーニング」の体験ができます。健康度測定コーナーでは、美肌測定や血管年齢のチェックができます。



場所/茨城町総合福祉センター「ゆゆう館」(茨城町小塚1037-1) 時間/9:30~14:30
料金/参加無料
問合せ先/茨城町健康増進課TEL.029-240-7134
http://www.town.ibaraki.lg.jp/

6/12(日)~7/3(日) 第42回 水戸のあじさいまつり

水戸のあじさいまつりでは、保和苑を中心とした「水戸のロマンチックゾーン」を会場に、様々な催しが行われます。保和苑では、西洋あじさい、がくあじさいなど約100種6,000株のあじさいが色鮮やかに咲き誇り、皆様のお越しをお待ちしております。



場所/保和苑(水戸市松本町13-19)及び周辺史跡
料金/入場無料
駐車場/桂岸寺駐車場(有料)、常盤銀行末広町支店(土日のみ)、茨城県信用組合上水戸支店(土日のみ)、船・割烹一心(平日のみ)
問合せ/水戸のあじさいまつり実行委員会(水戸市観光課) TEL.029-224-1111 ホームページは「水戸のあじさい」で検索!

7/10(日) 平成28年度 第3回いばらき民間保育園就活応援セミナー

平成27年4月から子ども子育て支援制度が施行され、新たなスタートを迎えました。安心した就業・安定した雇用へ向けて足がかりとなるべく、各保育所の保育内容や職場環境を分かりやすく説明する場を設け、「夢と自身」を与える場の提供、更には「保育現場の更なる魅力」を発信します。



場所/土浦市茨城県南生涯学習センター(土浦市大和町9-1 ウララビル5F) 時間/[受付開始]12:30~(入退自由) 料金/入場無料
参加対象者/保育士養成校に在籍する学生・潜在保育士の求職者
問合せ/茨城県民間保育園協議会青年部TEL.0297-85-5062
●「2016いばらき民間保育園就活応援セミナー」で検索!

街のインフォメーション
TOWN NEWS

6/4(土)~5(日) 霞ヶ浦環境科学センター 環境月間イベント

「環境の日」は、1972年6月5日にストックホルムで開催された「国連人間環境会議」を記念して、6月5日に定められました。日本ではこの日を「環境の日」として定め、6月の1か月間を「環境月間」としています。環境保全の重要性を再認識し、今、私たちにできることを考えてみましょう。



場所/茨城県霞ヶ浦環境科学センター(土浦市沖宿町1853番地) 時間/9:30~15:00
料金/入場無料
問合せ/茨城県霞ヶ浦環境科学センター環境活動推進課 TEL.029-828-0961
●土浦駅東口から無料送迎バス運行(1時間に1本程度)●駐車場あり

6/12(日) フィオリーナマンドリンアンサンブル 第5回定期演奏会

2011年に発足し、真摯にマンドリンの音楽に向き合いつづけて、第5回目の定期演奏会。演奏指導および指揮はマンドリンのブロン青山忠氏。曲目は、有名な「レ・ミゼラブル」「シャンソンメドレー」を始め、マンドリンオリジナル劇的序曲「細川ガラシャ」、組曲「カーニバル」、「交響的前奏曲」などを演奏いたします。



場所/パピオホール 大ホール(つくば市吾妻1-10-1) 時間/[開場]13:30[開演]14:00
料金/入場無料
問合せ/TEL.029-852-9394(村上)
[ホームページ]http://fiorina.cloud-line.com/
後援/つくば市教育委員会・土浦市教育委員会・牛久市教育委員会

6/20(日) ママ・パパのための子育て&教育セミナー

日々子育てに追われているママ・パパ達のために、ほっと一息つける場として、子育て&教育セミナーを定期的実施予定。講師は東京教育家庭研究所で学び、県内各地で講師として引っ張りだこの鈴木君子さん。子供を伸ばすほめ方・叱り方のポイントから、不登校や思春期・反抗期の悩みまで、しつけや教育についてお話を伺います。



場所は5月1日にオープンしたばかりのフィットネススタジオ「Body Brain 研究学園店」。6月1日にキッズダンスのクラスも開講! 詳細はP.32へ!
場所/つくば市学園の森3丁目29-6 Rupo内A棟 時間/10:00~12:00(予定) 定員/15名(先着予約制)
料金/一般1,500円 ※スタジオ会員の方は無料
問合せ/Body Brain 研究学園店 TEL.029-856-3435
★日程は、参加者や講師のご都合によって調整させていただく場合がございます。

土浦市



〈2才〉ホテルちゃん
ツンデレです♥



土浦市

〈3ヶ月〉はなちゃん
わが家のアイドルです♥

土浦市



〈3才〉ばみいちゃん
ためき顔♥



土浦市

ウバちゃん
つぶらな瞳

水戸市



ラブちゃん

ファーストステージIP57スタッフさんの愛犬♥

土浦市



〈1才〉ハクちゃん
ハリレーンギフショップdoors(P53)さんの愛犬♥



つくば市

〈14才〉アレちゃん
甘えん坊&お利口さん♪



つくば市

〈3才・12才〉みいみいちゃん・グレムちゃん
仲良く日向ぼっこ。我が家の自慢の娘達。



ペット写真 写真募集!!

応募方法

- ①お写真1点 ②掲載者名、年齢、性別
 - ③応募者のお名前 ④住所、電話番号
 - ⑤写真に対するコメント(20字以内)
- ※文字がオーバーしている場合は、こちらで編集がはります。

上記の内容を明記の上、
以下の方法で
「月刊ぶらざ編集部」まで
お送り下さい。



ネットから

メール>>>plaza@joyo-plaza.co.jp
HP>>>http://www.joyo-plaza.co.jp

郵送

〒300-0037土浦市桜町1-6-13
常陽通商土浦駅前ビル4F

※ご郵送の場合、写真裏にお名前をご記入ください。また、お写真はご返却できません。※メールで絵文字は使えません。♥→(ハート)とご記入ください。※申込み内容に不備があった場合は掲載が遅れます。また、順次掲載致しますが、応募が殺到した場合掲載までに3ヶ月以上かかる場合がございますので、予めご了承ください。

正解!



読者プレゼントの
詳細はP.54!

飼い主さんを探しています



サブくん 男の子/5才くらい

散歩が好きで、歩き始めにははしゃぎます。ひょうひょうとしており、愛嬌もあって、相棒としてすばらしい犬になると思います。怖い顔をしています。忠実で主人を守る気持ちが強いです。群れで生きてきたので、ほかの犬に対しても穏やかです。無駄吠えはありませんが、野犬の遠吠えに反応して吠えることがあります。すぐに鳴き止みます。

茨城県と常総市とCAPINで運営している、常総野犬保護ワーキングチームで活動保護した3番目の犬です。

【大きさ】中型(10~18kg) 【避妊・去勢】済
【特徴】首輪がついていたので元飼い犬だと思います。
【現在の飼育状況】茨城県と常総市とCAPINで運営している、常総野犬保護ワーキングチームでお世話をしています。

譲渡活動について

CAPINでは定期的に各地で里親会を開催しています。
わんにゃんに会いに来てくださいね!
●第2日曜 こまち動物病院(つくば市)
●第4日曜 亀有駅北口前浅野ビル2階カメラ座(千代田線)

▽譲渡方法、条件▽

- *終生飼養、避妊去勢、毎年のワクチン、
- *猫の場合は完全室内飼育、犬はフィラリア予防
- *当会の定めるアンケート・誓約書へご記入頂き、お届け致します。

シェルターから Messages



私たちの活動の中心、土浦市筑波山麓にある里山シェルター。

私たちの情報共有と連帯の基地となっています。小さな命・自然にやさしい町づくり、人も動物も幸せになれるコミュニティづくりを目指し、いま、ジャンルを超えた複数のNPO法人の皆さんと協働しています。

私たちの目標は、殺処分ゼロと、犬猫の避妊去勢手術の徹底がやがてはこの国に実現すること。命を捨てない、殺さない社会を目指して、いっしょに活動しませんか?

ペットと共に暮らすということ。

ペットは生活に潤いを与え、安らぎをもたらす家族の一員となり、少子高齢化等の社会情勢の背景もあって、ペットブームが巻き起こされています。

しかし一方で、ペット飼育者のマナーが充分でなく、周囲に様々な迷惑を与えていることも事実です。これからペットを迎える方も、すでに一緒に暮らしている方も、「ペットと共に暮らすこと」を見つめ直してみませんか?

～あなたの犬・ねこが、ご近所から好かれるために!～

- 犬を放し飼いにしないで
散歩のときも、引き際は必ずつけましょう。特定犬はオリの車で飼ひましょう。
- 吠き声・重慶にご用心
むだばえしないようにしつけましょう。飼っている場所を清潔に心がけましょう。
- 犬・ねこを捨てないで!
飼い主の責任で、不妊・去勢手術を受けましょう。
- 被害に備えて～避難所まで一緒に暮らすために～
1、ケージに慣らす
2、むやみに吠えない
3、人を怖がったり攻撃的にならない
- 犬の登録と狂犬病注射は飼い主の義務
散歩のときも、「盛札・注射済票」は必ず首輪などに装着しましょう。(所有者の明示)
- 排泄のしつけ
散歩中、「ふん」をしたときは、必ず持ち帰りましょう。●ねこは室内で飼うように努めましょう。
- 犬・ねこにエサだけを与える人へ
飼うのなら責任をもって飼ひましょう。無責任な飼い方はみだりに繁殖させ犬・ねこを不幸にしています。
- 日常的に健康管理としつけをしましょう。
4、迷子札やマイクロチップの装着
5、迷子札やマイクロチップの装着
6、狂犬病予防接種と各種ワクチン接種
7、寄生虫の予防・駆除

CAPINとは

「動物愛護を考える茨城県民ネットワーク」は、2008年に県南の動物ボランティアが中心となって結成された動物保護団体です。2011年1月にNPO法人となり、現在、会員230名が在籍しています。

NPO法人 動物愛護を考える茨城県民ネットワーク
CAPIN
お問合せ先
TEL.090-6112-7179(鶴田)
HP▶http://www.capinew.jp MAIL▶info@capinew.jp

あなたと街をつなぐ、暮らしをちょっと楽しくする
地域生活情報誌 月刊ぷらざ

ぷらざ掲示板

研究学園 いいむら耳鼻咽喉科

キッズスペースあり
院長 飯村陽一

小児耳鼻科/鼻炎レーザー治療/睡眠時無呼吸症候群

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	/	●	●
15:00~18:30	●	●	●	/	●	/

※土曜日はAM9:00~PM1:00 休診日 木・日曜、祝日

TEL.029-879-9770

つくば市研究学園5-12-4 駐車場完備
研究学園駅前岡田ビル3F

研究学園駅より徒歩1分 エレベーターあり イースつくばより徒歩1分

i-TICKET 順番待ちシステムを導入しています

いいむら耳鼻科 検索

TKC 竹園ファミリークリニック
院長 松本隆之

内科 小児科
外科 整形外科

予防接種
乳児検診

夜10時まで診療

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:00	○	○	休診	○	○	○	休診
17:00-22:00	○	○	休診	○	○	○	休診

休診日/水曜日・日曜日・祝祭日
029-851-4635
つくば市竹園2-8-19
<http://www.tkznfcl.jp>

〒300-0370 つくば市高見原1-1-72
開業時間/9:00~18:30
休/日曜日
メール:info@kp-tsukuba.com



つくば市
(4ヶ月) 青木 蒼良(あおき そら)くん
我が家のアイドル♡



牛久市
(8ヶ月) 山浦 華恵(やまうら はなえ)ちゃん
これから色々な経験しようね♡

わが子がイチバン
My Child is No.1



牛久市
(1才) 橋華ちゃん
いつも笑顔のおてんば娘です!



牛久市
(3才) 鈴木 篤仁(すずき あつひと)くん
お菓子大好き♡もうすぐ幼稚園児です!



結城市
(7ヶ月・7才) つきひちゃん・おとあちゃん
目に入れても痛くない程可愛い子供達♡



つくば市
(5ヶ月) 仁田 芯(にした しん)くん
お出かけ大好き!



つくば市
(6ヶ月) 岡崎 湊音(おかざき みなと)くん
日々成長中!産して♡ダイスキ♡



水戸市
まこちゃん
ママはファーストステージで働いているよ!P.57

お子様の写真大募集!!

QRコードでもメールで応募できます♪

募集要項

- ①3ヶ月以内に撮影した写真(できれば横写真)
- ②お子様のお名前(ふりがな)年齢、性別
- ③応募者のお名前
- ④住所、電話番号
- ⑤お子様に対するコメント(20文字以内)

5歳までのお子様がいたらご家族が一緒でもOK

募集先

〒300-0037
土浦市桜町1-6-13 常陸通商土浦駅前ビル4F
月刊ぷらざ「わが子がイチバン」
(メール又はHPからも応募できます)
*ホームページ www.joyo-plaza.co.jp/
*メールアドレス plaza@joyo-plaza.co.jp

メール応募の際は、姓文字はご利用になれません。♡(ハート)とご記入ください。数日後に弊社より返信がなければお手数ですが再度お送りください

キッズ 小中高 児童発達支援&放課後等デイサービス **こどもプラス**

メディアでもよく紹介される幼稚園や自治体でも取り入れられる、脳科学者柳澤弘樹氏による運動プログラムを導入。お子様の好奇心、やる気、達成感、集中力を育みます。

発達の遅れが気になる子はストレスを受けやすい。思い切り楽しく体を動かせる環境が大切です。跳び箱・逆上がり・縄跳び・側転などで、無理なく、楽しく体を動かします。

●対象年齢:2歳~18歳
●1日1教室10名程 6月より2教室に
●月額平均4,600円
●平日、就学児の送迎あり
【会員児童】自閉症・ADHD・アスペルガー・ダウン症など、診断名がない発達障がいのお子様も一度ご相談下さい。
HP:こどもプラス 高見原で検索

無料運動体験会
毎週土曜日
10:00~16:00
※事前予約制 ※「ぷらざ見た」と電話orメールにてお申込みください

tel.029-828-6550

つくば市高見原1-1-72
開業時間/9:00~18:30
休/日曜日
メール:info@kp-tsukuba.com

キッズ 小中高 児童発達支援・放課後等デイサービス **こどもサークルつくば**

教員免許所持者を中心とした安心して預けられるスクール。子ども達の長所に目を向け、自信につながるように、できる事を増やしていきます。Facebook「こどもサークルつくば」からは、普段の活動がご覧頂けます。

月額4,600円程度~
●対象年齢:2歳~18歳
●学校自宅送迎あり
●土曜祝日営業
詳細は「こどもサークルつくば」で検索

体験お試利用随時受付中!
※事前に電話、メール等でお気軽にお申し込みください。子供だけでなく親御さんも一緒にご参加ください

tel.029-846-3355

つくば市東2丁目31-5
営業/9:00~18:00 休/日曜日
FAX:029-846-3356
メール:kc3@sashinoberte.co.jp

職探し・アルバイト・パート探しにお役立ち!

働きたい あなたのための JOB PLAZA

求人応募の際は
「のりぞき見た」と伝えると
スムーズです。



正社員 **P.8**
営業 設計 施工管理 インテリアコーディネーター

本社(牛久)、牛久展示場、つくば展示場でのお仕事です。

- 時間/8:30~18:00
- 業務/【営業】展示場に来場されたお客様への営業
- 【設計】注文住宅の設計・プランご提案・仕様打合せ・CAD図面作成
- 【施工管理】注文住宅の現場施工管理(関東地域中心)
- 【インテリアコーディネーター】建物のトータルコーディネート
- 給与/月給200,000円~(年齢、経験により考慮)
- 休日/水曜日、隔週火曜日(会社カレンダーによる)
- 年末年始休暇・夏期休暇・GW休暇

株式会社 蔵持ハウジング
〒300-1234 牛久市中央5-13-15【牛久本社】 <http://kumamochi-housing.co.jp>
【応募資格】新卒、中途、未経験者可:全学部全学科※建築関連学部以外でも可
TEL.029-878-3966 担当/採用係まで

創業40年、4,000棟の実績 **株式会社リアルウッド**

正社員:住宅営業/工事管理

給与:25~39万円以上(試用期間あり)
資格:男女共に未経験者歓迎・年齢・経験考慮
勤務地:研究学園・ひたち野うしく・ひたちなか
時間:10:00~19:00
休日:毎週水曜、第一・第三火曜

皆でお客様の幸せな家づくりを目指している、アットホームな雰囲気のある会社です。成果に応じた評価制度もあり、道り甲斐のある環境で仕事ができます。

株式会社リアルウッド **P.42,46**
0120-856-858 担当:相川
面接地/〒305-0817 茨城県つくば市研究学園1-3-6
HP:<http://www.realwood.co.jp/>

sarari つくばで人気のオーガニックサロン **美容師募集!**

資格/美容師免許
給与/◆トップスタイリスト 月給35~50万円
◆スタイリスト 月給25~35万円
※経験・能力により優遇
時間/10:00~21:00(交代制)
休み/隔週休2日(レフト制、有給休暇)
○社会保険完備、交通費支給(月15,000円まで)
○自社アカデミー・スタジオ完備、海外研修
○独立支援制度、各種手当有
◆電話連絡の上、履歴書(写真)をご持参ください。

レセプションスタッフ **P.34**
月給18~25万円
【美容室サラリ イーアスつくば店】
イーアスつくばアウトモール
TEL.0297-74-9986

正社員 **P.7**
①住宅販売 ②設計 ③施工管理

土浦本店・龍ヶ崎支店スタッフ募集!

- 対象/妻昔免・学歴不問★未経験者歓迎!
- 給与/①月給29万円以上(一律諸手当含)歩合月給
- ②月給25~50万円③25~45万円※試用期間(3ヶ月)あり
- 休日/隔週休2日制、GW、夏季、年末年始、有給、慶弔、特別休暇
- 待遇/昇給有、業績により賞与あり、社会保険完備、交通費規定内支給、資格支援制度、各種手当(役職・資格・外勤・残業)

株式会社ネクサス・アールホームイースト
〒300-0815 土浦市中高津1-4-33
<http://www.nexus-r-home.com/>
TEL.0120-235-373 担当/採用係まで

正社員 **P.1**
①住宅営業(広告による反響営業)、②設計・施工管理

3/10土浦市神立に新規開設!オープニングメンバー大募集!!

- 勤務/つくば本社・牛久支店・土浦支店
- 資格/①未経験の方も歓迎
- ②経験・資格のある方優遇
- 給与/25~30万円+歩合※経験・能力による
- 時間/9:00~18:00
- 休日/週休二日
- 待遇/昇給有、賞与年1回、社会保険完備、交通費全額支給、年1回社員旅行有、試用期間3ヶ月有、充実の研修制度

株式会社アゲル
〒305-0817 つくば市研究学園4丁目1-9 ●お気軽にお問合せの上、履歴書(写真)をご郵送下さい。後日面接のご連絡致します。 ●info@ager.jp
TEL.029-886-3221 担当/採用係

飲食

正アハ ホールスタッフ 調理補助 学生・フリーター・ワーカー大歓迎/おいしい・楽しい有り
11:00~19:00/週1日、1日3h OK! INCAROSE BRUNCH ☎029-859-8677 **P.25**
時給900円より※研修期間あり(850円)

正アハ ホール・キッチンスタッフ募集 ママさんスタッフ活躍中!学校・仕事の帰りや休日の空いた時間にもOK/Wワーク可/週3日~1日3時間~OK
ホール900円~キッチン910円~ 1日3時間~週3日 ☎029-875-6118 **P.25**

正アハ キッチン・ホール 9時~23時の間(高校生不可)/週3日、1日4時間~
土日祝入れる方、フリーターの方、長期働ける方大歓迎
サンマルクつくば研究学園 ☎029-860-3090 **P.25**
時給950円~(研修期間900円)トータル月給あり

正アハ ホールキッチンスタッフ募集 10:00~16:00、18:00~23:30の間で応相談/制服あり/駐車場有/食事補助あり
ガスト/お幸せを運ぶコム ☎029-886-4649 **P.26**
時給960円~

正アハ 正社員・アルバイト 週2日~、17~24時の間で3h~応相談/未経験者歓迎
日曜定休/詳しくは面接にて、お気軽にお問合せ下さい。
季節 かがり ☎029-875-7219 **P.26**
正社員13万円~ 7時間900円~ 12時間1,125円

正アハ ホール・キッチンスタッフ ランチタイム・土日入れる方歓迎。週2日~3時間~
OK! 9:00~23:00のシフト制、食事補助あり
エルトリートつくば学園 ☎029-850-2012 **P.27**
時給900円~

正アハ ランチホールスタッフ 時給【土日】950円、【平日】900円/時間9:00~15:00
まかない50%OFF/週3日~、1日3h~交通費規定内支給
限定2名募集! 大戸屋 BIVつくば ☎029-846-1801 **P.27**

正アハ ホール・キッチン・パティシエ 9:00~23:00の間で応相談/シフト制/週2日~1日3h~
まかない有/制服貸与/交通費支給
Arzonie ITALIA ☎029-839-5388 **P.27**
時給900円~(研修期間850円~)

アルバイト、パート、正社員などの求人募集広告を掲載しませんか?
このサイズ(多い時には10数件応募あり!) 詳細は下記までお問い合わせ下さい。
1枚 7,500円(税別) ☎029-835-3535

飲食

正アハ ホール・キッチンスタッフ募集 ランチタイムで主婦の方も働きやすい時間帯!10:00~
14:00の間で週2回、2時間~OK! 制服貸与/シフト制
応募おたづね つかば店 ☎029-846-3939 **P.22**
時給900円~

正アハ 運営スタッフ募集 9:00~18:00/週1回~、1日5h~OK/交通費一部支給/
18歳から/Wワーク可/土日出来る方大歓迎!
時給900円 フォンテヌの森 ☎029-857-2468 **P.22**

正アハ ホールスタッフ 11:00~15:00/18:00~20:00/土日祝でできる方大歓迎!
/まかない付き/日本語・英語が話せるスタッフが選めます
急募!時給750円より アニータ ☎029-841-7785 **P.22**

正アハ ホール・キッチンスタッフ まかない補助/交通費あり/各店にお問合せください
029-859-4025(学園店)/0299-56-6837(神立店)
時給850円より(研修期間あり) カエストロス 本学学園店 ☎029-851-9211(本学) **P.23**

正アハ ホールorキッチン補助 週2、3回のシフト制/22:00~9:50/食事補助、制服
貸与、交通費全額支給(社内規定内)
正社員募集中!(未経験もOK) Bonito【ポニート】☎029-896-8855 **P.23**

正アハ ホール・キッチン補助 ランチ10:00~15:00、ディナー17:00~24:00の間でシフト制
希望に合わせてOK!週1、2日~、1日3h~OKまかない付き
時給850円~(随時昇給あり) 一勝 ☎029-879-9856 **P.23**

正アハ ホール・調理補助 10:30~15:00で働ける方、週3日~OK!まかない付
研究学園店・土浦店同時募集!
時給900円~ がぶり亭 研究学園店 ☎029-828-7729 **P.24**

正アハ ランチ&ディナーホールスタッフ 週2日~1日3h~/交通費支給/食事補助/制服
貸与/経験者優遇/履歴書不要【正社員も募集】
時給900円~(研修850円) trattoria Lusso ☎029-860-7788 **P.24**

正アハ 接客業務・調理補助 10~15時・17~22時・18~23時/週2日~シフト制/まかない
つき/制服貸与/交通費支給/女性スタッフが活躍中!
時給900円~(研修期間有) スペインバル Bond ☎029-854-1055 **P.24**

正アハ 調理・ホール 10:00~23:00/週2日~1日3h~/土日祝日 時給1000円JP
まかない有/制服貸与/交通費支給
時給900円~(研修期間有) 22時以降1,125円 赤牛 つくば本店 ☎029-886-6629 **P.25**

つくば 正社員・アルバイト・パート 求人の種類は P.24

ホールスタッフ 求人の種類は P.24

シフトの融通OK!スタッフ大募集!

- 給与/ 900円~(18時以前は800円) 22時以降深夜手当
- 時間/ 17:00~24:00 (週2日、1日4時間~OK)
- 待遇/ 交通費支給・車通勤OK・まかないあり・週末は時給UP
- 備考/ 学生、フリーター、未経験者も大歓迎!勤務時間、曜日相談可。

赤から つくば研究学園店
〒305-0817つくば市研究学園5-15-6
まずはお気軽にお電話ください。
TEL.029-875-8448 担当/永末

つくば 正社員・アルバイト・パート 求人の種類は P.22

ホール・キッチンスタッフ 求人の種類は P.22

シフトはご相談下さい

- 給与/ 時給900円~ ※22時以降は1,125円~ 社員:月給20万円~
- 勤務/ つくば市研究学園駅徒歩3分
- 待遇/ 昇給、制服貸与、研修有、交通費規定内支給、車通勤可
- 備考/ 木鶏みらい平店・姉妹店Bar Lilac(ライラック)も同時募集

炭火串焼 木鶏 研究学園本店
〒305-8522 つくば市研究学園5-6-6D12 1階
まずはお気軽にお問い合わせください。
TEL.029-875-3947 担当/採用係

つくば アルバイト・パート 求人の種類は P.23

ピアテラススタッフ 求人の種類は P.23

東京バル 6月~8月までの短期アルバイト募集!

- 給与/ 時給900円(研修期間あり)
- 時間/ 17:00~翌1:00の間でシフト制
- 待遇/ 制服貸出、美味いまかない付
- 備考/ 週1日4時間~OK! 学生・フリーター Wフーカー大歓迎

東京バルTAKEO
〒305-0817 つくば市研究学園5-15-7
TEL.029-895-3815 担当/採用係

つくば パート 求人の種類は P.57

ショールームスタッフ 求人の種類は P.57

おしゃれなカフェスタイルのショールームでの勤務です。

- 給与/ 時給1,000円
- 時間/ 9:00~18:00 (1日4時間~、週3日~)
- 休日/ 水曜、第2・4木曜、祝日
- 備考/ ショールームの環境を整えたり、設計士のサポートをします。お客様との会話を素敵な笑顔で対応できる方歓迎!

ファーストステージ級建築士事務所
〒305-0061 つくば市稲荷前13-12
0120-123-087 担当/本社採用係

つくば 正社員 求人の種類は P.14

エステディシャン 求人の種類は P.14

給与を貰って技術を取得 初心者でも安心スタート

- 給与/ 月給19万6000円~+実績給
- 時間/ 10:00~21:00(実働8h)※残業有
- 休日/ 月8日(ローテーション制) 年間105日
- 待遇/ 夏・冬・有給・特別休暇有 社保完備/昇給1回/賞与有/制服貸与/買物割引/施術割引有/残業手当有/交通費規定内支給

オンフルール BiViつくば店
〒305-0031つくば市春葉1丁目8
●応募は下記の電話番号から(株)ブイダ楽田までお電話ください。
TEL.027-395-4363 担当/(株)ブイダ楽田

土浦 正社員・アルバイト 求人の種類は P.26

ホールスタッフ・調理スタッフ 求人の種類は P.26

業務拡大によりスタッフ大募集!

- 給与/ 【正社員】月給22万円~ サービス業経験者23万円~
- 時間/ 【アルバイト】時給900~1,200円
- 待遇/ 17:00~翌1:00の間でシフト制
- 備考/ 制服貸出、無料まかない付♪ 週1日4H~OK! 学生・フリーター大歓迎 一緒にお店を盛り上げましょう。

焼肉・ホルモン 大黒 荒川沖店
〒300-0871 土浦市荒川沖東3-3-19
TEL.029-875-5527 又は、090-7286-9184 担当/採用係

年久 正社員 求人の種類は P.43

営業幹部候補募集 求人の種類は P.43

未経験の方も大歓迎!

- 勤務/ 牛久市ひたち野西2丁目22番4
- 給与/ 【未経験者】 267,000円以上+報奨金 [幹部候補] 311,000円以上+報奨金
- 時間/ 10:00~19:30(休憩2h)
- 待遇/ 社会保険完備、交通費支給他
- 備考/ 年齢不問幅広い年代が活躍中!

茨城グランディハウス株式会社 県南支店
〒300-1206 茨城県牛久市ひたち野西2丁目22番4
●http://www.grandy.co.jp
TEL.029-879-7711 担当/採用係まで

つくば 正社員 求人の種類は 裏表紙

住宅営業・設計 求人の種類は 裏表紙

経験者優遇

- 給与/ (営業)月給25万円以上~ (設計)月給23~40万円以上
- 時間/ 9:00~18:00
- 賞与/ (営業)棟数に応じて報奨金あり (設計)評価に応じて賞与あり
- 待遇/ 社会保険完備、交通費支給
- 休日/ 水、隔週木、指定休、月8日以上
- 応募/ 会社説明会下記URL受付

ラヴィングつくば
〒305-0817 つくば市研究学園1-3-12
●http://www.taiga-k.com/laving/ ●info@ainethome.com
TEL.029-861-0205 担当/採用係まで

つくば パート 求人の種類は P.45

展示場スタッフ 求人の種類は P.45

お気軽にお問い合わせください!

- 時間/ 9:30~18:30
- 休日/ 平日(応相談)
- 勤務/ つくば市研究学園展示場
- 備考/ 詳細はお問合せください。ご来場されたお客様のご案内。家事・育児の経験を活かせるお仕事で主婦の方も活躍中!貴方のマイホームに対するアイデアが活かせる仕事です。

トヨタウッドユーホーム株式会社つくば支店
〒300-0847土浦市卸町11-1閑鉄つくばビル1F
●www.toyota-woodyou.co.jp
TEL.029-841-6767 担当/採用係

サービス

正アハ 経験者にも、未経験者でもOK! 求人の種類は P.49

学童保育スタッフ 求人の種類は P.49

時給900円~

正アハ プライダールシェーピングできる方 求人の種類は P.35

手荒れの心配がないヘアサロンです

正アハ アシスタント1名、スタイリスト1名 求人の種類は P.36

社会保険完備!

正アハ スタイリスト・アシスタント 求人の種類は P.36

週3日~/時間-曜日応相談(例)10:00~15:00 一緒に働いてみませんか?お気軽にお問合せ下さい。

正アハ 美容師・アシスタント・スタイリスト 求人の種類は P.36

急募!給与は経験能力により優遇、社会保険完備、休/定休ほか3日、お気軽にお電話下さい。

正アハ アシスタント 求人の種類は P.36

15万円+技術手当

正アハ スタイリスト・アシスタント 求人の種類は P.36

男女ともに仕事を楽しみながらしっかりと成長できる環境です!社保完備。詳細は「ラフォンテ つくば」で検索!

正アハ スタイリスト・アシスタント募集 求人の種類は P.37

平日のみのパートも大歓迎!

正アハ アシスタント 求人の種類は P.37

月7~8日間休み/給与相談 雇用保険、早番手当あり

接客・サービス

正アハ アイリスト募集 求人の種類は P.14

美容師免許保持者/研修あり 勤務形態(外注、社員、パート)要相談

正アハ 美容カイロエステディシャン募集 求人の種類は P.14

10~70代、未経験者、主婦の方でも活躍しています!資格取得後、自宅や出張でも開業可能/お気軽にお問合せ下さい

正アハ エステディシャン・デザイナー 求人の種類は P.14

土日・夜出勤できる方大歓迎(正社員17万円~800~1900/社会保険あり)一流美容技術を学びながら働けます。

正アハ カイロプラクティック 求人の種類は P.19

未経験者活躍中/資格取得後、自宅や出張でも開業可!女性は美容カイロコースあり/お気軽にお問合せ下さい。

正アハ バス運転士募集 求人の種類は P.21

要大型2種免許-60歳未満の方。主に貸切バス業務(集合高専/バス業務有)

正アハ サービス・販売・カフェスタッフ 求人の種類は P.29

9:00~19:00の間で4時間以上/土日できる方歓迎/社割あり/交通費支給/制服貸与/マイカー通勤可/未経験者OK

正アハ タ方18時closeのお店! 求人の種類は P.32

蔵日和 **029-857-4020**(諸談まで)

正アハ サービス・ゲーム・メンテナンス/事務員 求人の種類は P.32

サト13:30~17:30 事13:00~17:30/サ1週1~相談可 事5日/交通費支給/マイカー通勤可/未経験者OK

正アハ 髭エステディシャン/アイリスト 求人の種類は P.13

毎週月曜+3日休有/休~11~20時、日祝10~18時/交通費支給/労災、雇用保険完備/お気軽にお問合せ下さい。

正アハ スタッフ募集! 求人の種類は P.33

週3回~/10:00~21:00/交代制/運番/パソコンができる方歓迎いたします

正アハ 営業(リフォームプランナー) 求人の種類は P.41

8:30~17:30/月7日休(分付管理可)/社用車貸与/制服貸与/各種保険完備/業績により年3回報奨金制度あり

SHOPPING INFO

イオンモール土浦 tel.029-835-8600

- 土浦市上高津367
- 5/27(金)はやぶさニューシングル「エポレポ!」(新装盤)発売記念ミニライブ&サイン・写真撮影会 ①12:00~②14:00~③16:00~
 - 5/28(土)妄想キャリブレーションミニライブ ①13:00~②16:00~
 - 5/29(日)マオ from SID 発売記念イベント ①13:00~②16:00~
 - 6/4(土)ドールエレメンツ ミニライブ&特典会 ①12:00~②16:00~・春祭りのミニライブ&特典会14:00~
 - 6/5(日)ファンキー加藤ミニライブ&特典会13:00~
 - 6/9(木)ROOT FIVE ミニライブ18:00~
 - 6/10(金)ジェロミニライブ13:00~
 - 西方裕之ミニライブ15:00~
 - 6/11(土)常総学院高等学校 チアリーダー部13:00~
 - 6/12(日)プライダルフアイベント人形学塾13:00~
桂由美FCプライダルフアハウスウェディングドレスファッションショー15:30~
 - 6/18(土)三四郎お笑いライブイベント ①13:00~②16:00~
 - 6/19(日)YOSAKOI開催決定!!
 - 6/26(日)キッズダンスパフォーマンス in イオンモール土浦 ①13:00~②15:00~

つくばクレオスクエア tel.029-855-0051

- つくば市荻葉1丁目6-1
- 6/1(水)~6/24(金)雨の日/ハッピーくじ ※平日限定期間中、平日雨の日はいくじきにチャレンジ!
 - 6/4(土)~5(日)初夏の雑貨市 11:00~17:00
場所/クレオ前広場
お買物&各種ワークショップが楽しめる!
 - 6/10(金)~6/24(金)アクティブアウトドアタウン2周年祭
新店オープンやお得なキャンペーンが盛りだくさん!

あみプレミアム・アウトレット tel.029-829-5770

- 稲敷郡阿見町よしわら4-1-1
- 6/3(金)~6/12(日)「7th Anniversary Sale」
→7年分の感謝を込めたお得なセール!
「7周年特別メニュー」や牛久大仏とコラボレーションしたオリジナルスタンプラリーも開催!
 - 6/3(金)~4(土)・5(日)つくば駅から直行バス運行!
なんと往復運賃無料!
 - 6/4(土)「Auntie Anne's子供向けイベント」・「Tully's Coffee コーヒースクール」・「Bagel&Bagelベグル作り体験会」
 - 6/4(土)・5(日)「いばらき観光物産展」
 - 6/4(土)・5(日)「航空会社ジェットスターイベント」
 - 6/4(土)・5(日)・11(土)・12(日)「キッズケア(託児)プログラム」
→今回は「どんぐりの苗作り」と「フォトフレーム作り」です
 - 6/11(土)「野鳥について学びながら鳥クラフトを作ろう!」

西武筑波店 tel.029-851-0111(大代表)

- つくば市荻葉1-7-1
- 5/25(水)~6/30(木)クラブ・オンカード会員限定
お中元ギフト早期特別に優待会6階=お歳暮ギフトセンター
 - 6/3(金)~9(木)トリプサマーセール6階=催事場※最終日は午後3時閉場 ●5/30(月)・6/20(月)クラブ・オンカード会員限定「ポイントアップデー」西武筑波店各階=対象売場・通常ポイントに2%プラス、4%、6%、7%、9%に。クラブ・オン/プレミアムポイントは「1ポイント=1円」として使えます。※一部専門店はポイント率は異なります。※また、食品売場、セール商品などポイントアップ除外の売場・商品があります。

イオンタウン守谷 tel.0297-47-0609

- 守谷市百舌ケ丘3丁目249-1
- 6/2(木)~9(木)鉄道忘れ物掘り出し市&理由あり品処分大市
 - 6/11(土)ふれあいの森コンサート
 - 6/12(日)あそびの学校
 - 6/16(木)坂本つとむwithケンイチ大倉・はやぶさミニLIVE
 - 6/17(金)美月優ミニLIVE・海映みさきミニLIVE
 - 6/25(土)つくば国際松並保育園バスデーコンサート
Syan / ヴィレーンパフォーマンス
 - 6/26(日)Jay's GardenミニLIVE
 - 6/28(火)入山アキ子ミニLIVE・ジェロミニLIVE

イオンモールつくば tel.029-836-8600

- つくば市稲岡6-6-1
- 5/26(木)ベビーパーク 親子体験イベント開催!
①10:30~②11:45~(各回45分)
0~3歳対象/3Fイオンホール
(お申し込み・お問い合わせ)
TOEベビーパーク(TL0120-415-181)
(電話受付:9:30~17:00/日・祝日は除く)
 - 5/28(土)キッズ工作イベント第1弾
かわくておもしろ♪デコスイーツストラップを作ろう!
9:30~②11:00~③13:00~④14:30~⑤16:00~
1Fセンターコート
 - 5/29(日)キッズ工作イベント第2弾
好きな絵やイラストをがいてオリジナル扇子を作ろう!
①9:30~②11:00~③13:00~④14:30~⑤16:00~
1Fセンターコート
 - 6/18(土)まつげエクステと眉の専門美容室【Blanc】オープン!
お客さまの「安心」と「安全」と「美しさ」を約束いたします

ベルチ土浦 tel.029-835-3000

- 土浦市有明町1-3-0
- 6/1(水)~6/19(日)Thanks! My Daddy 6.19
 - ①6/3(金)②6/10(金)③6/17(金)
ベルチシルトリプルポイントキャンペーン
 - ~6/9(木)サマーニュー
 - 6/20(月)~サマーギフト2016
 - ~6/23(木)サマーコレクション
 - 6/24(金)~6/25(土)~6/26(日)
ベルチシルトリプルポイントキャンペーン
 - 6/24(金)~ベルチサマーセール

LALAガーデンつくば tel.029-860-2777

- つくば市小野崎字千草野278-1
- 6/4(土)ふたりインストアライブ12:00/14:00/16:00
場所/1F プラザステージ
フリーマーケット10:00~16:00 場所/1F 平面駐車場
 - 6/5(日)Gilet (ジレ) インストアライブ13:00/15:00
場所/1F プラザステージ
 - 6/18(土)~6/19(日)L.A.L.Aフレンドシップ対象イベント
父の日にメッセージ入りのおしりをプレゼントしよう!
10:00~17:00 場所/アーケード1F 特設会場 参加費/無料
定員/各日先着100名様

CINEMA 6月映画館上映スケジュール

※5/16現在、確定している上映作品です。いずれも上映終了日は未定。急遽上映が変更になる場合があります。※上映時間、その他上映作品については、各劇場までお問合せ下さい。

Cinemasunshine土浦 <http://www.cinemasunshine.co.jp/theater/tsuchiura/>
TEL.029-835-6611 (自動音声案内) <土浦市上高津367 イオンモール土浦3F>

観覧プレゼント

- 1日~ デッドプール(R15+)<MAX版/字><2D吹>
- 4日~ 植物図鑑 運命の恋、ひろいました/高台家の人々/探偵ミタライの事件簿 星籠(せいら)の海
- 10日~ マネーロンスター<字>
- 11日~ 64-ロクヨン-後編
- 17日~ 10 クローバーフィールド・レイン<MAX版/字>
- 18日~ MARS(マース)ただ、君を愛してる/クリーピー 偽りの隣人/貞子vs加藤子
- 25日~ TOO YOUNG TO DIE! 若くして死ぬ/日本で一番悪い奴ら(R15+)

イオンシネマ下妻 <http://www.aeoncinema.com/cinema/shimotsuma/>
TEL.0296-30-0862 (自動音声案内) <下妻市堀籠972-1 イオンモール下妻 2F>

観覧プレゼント

- 1日~ デッドプール(R15+)
- 4日~ 植物図鑑 運命の恋、ひろいました/高台家の人々
- 11日~ 64-ロクヨン-後編
- 18日~ 貞子vs加藤子/レヴェナント:蘇えりし者(R15+)※~6/30迄
- 25日~ TOO YOUNG TO DIE! 若くして死ぬ

USシネマつくば <http://cinemax.co.jp/category/tsukuba/>
TEL.029-839-5255 (自動音声案内) <つくば市稲岡66-1 イオンモールつくば2F>

観覧プレゼント

- 1日~ デッドプール(R15+)<4DX>
- 4日~ 高台家の人々/任侠野郎
- 10日~ マネーロンスター/アウトバーン
- 11日~ 64-ロクヨン-後編
- 18日~ 貞子vs加藤子/ミスター・ダイナマイト ファンクの帝王ジェームス・ブラウン
- 25日~ TOO YOUNG TO DIE! 若くして死ぬ

MOVIXつくば <http://www.smt-cinema.com/site/tsukuba/>
TEL.029-868-7200 <つくば市研究学園5丁目19番 イーアスつくば3F>

観覧プレゼント

- 1日~ デッドプール(R15+)
- 4日~ 探偵ミタライの事件簿 星籠(せいら)の海/植物図鑑 運命の恋、ひろいました/高台家の人々
- 11日~ 64-ロクヨン-後編/教授のおかしな妄想殺人
- 18日~ クリーピー 偽りの隣人/貞子vs加藤子/MARS(マース)ただ、君を愛してる
- 25日~ TOO YOUNG TO DIE! 若くして死ぬ/嫌な女/日本で一番悪い奴ら(R15+)/二重生活(R15+)
歌舞伎NEXT 阿豆流為<アデルイ>

イオンシネマ守谷 <http://www.aeoncinema.com/cinema/moriya/>
TEL.0297-47-0101 (自動音声案内) <守谷市百舌ケ丘3-249-1イオンタウン守谷2F>

観覧プレゼント

- 1日~ デッドプール(R15+)<2D字・吹>
- 4日~ はじまりのうた※~6/10迄
高台家の人々/植物図鑑 運命の恋、ひろいました
- 11日~ セッション※~6/17迄
64-ロクヨン-後編/ニッ星の料理人/夏美のホテル
- 18日~ ポーイ・ソプラノ ただひとつの歌声※~6/24迄
夢の牛のお医者さん/クリーピー 偽りの隣人/貞子vs加藤子
黄金のアデーレ 名画の帰還※~6/30迄
- 25日~ TOO YOUNG TO DIE! 若くして死ぬ/スポットライト 世紀のスクープ

土浦セントラル <http://www.tsuchiura-central.com/>
TEL.029-821-1554 <土浦市川口1-11-5 TCビル>

観覧プレゼント

- 上映中 レヴェナント:蘇えりし者(R-15+)
- 4日~ マリーゴールド・ホテルで会いましょう

シネプレックスつくば <http://www.unitedcinemas.jp/tsukuba/>
TEL.0570-783-122(自動音声案内) <つくば市下原370-1 つくばYOUワールド内>

観覧プレゼント **クーポンあり**

- 1日~ デッドプール(R15+)
- 3日~ サウスボー
- 4日~ 熊川哲也 K/L/E カン「ニー」ドンキホーテ in Cinema ※~6/17迄
ルーム/植物図鑑 運命の恋、ひろいました
- 11日~ 午後の遺言状【午前10時の映画祭7作品】※~6/24迄
ニッ星の料理人/サブイボマスク /64-ロクヨン-後編
- 18日~ レジェンド 狂気の美学(R15+)/貞子vs加藤子/クリーピー 偽りの隣人
- 25日~ ハリートント【午前10時の映画祭7作品】※~7/8迄
KABUKI DROP/日本で一番悪い奴ら(R15+)

ふらざ募金クーポン
有効期限 H28年6月末日

一般300円引き(1,800円→1,500円)

- 本券一枚につき2名様まで有効。コピー不可 ●他の割引/サービス等との併用はできません
- オンラインチケットや一部特別開催にはご利用になれません。 ●3D作品の利用不可

シネプレックスつくば ☎0570-783-122

あなたと街をつなぐ、暮らしをちょっと楽しくする
地域生活情報誌 月刊ぶらざ

ぶらざ掲示板

バルーンギフトショップ doors
ドアーズ
New Open!

お誕生日・発表会・記念日などにバルーンのアレンジはいかがですか?ご要望のデザインに合わせてお作りいたします。お気軽にお問い合わせください!

080-6719-7239
土浦市並木3-4-7 mycitylife37番館203号

タトゥー除去専門サロン if
esoteric and tattoo remove
完全予約制 水曜定休 駐車場完備

50%OFF
初めての施術

タトゥー除去メニュー

- *ワンポイント 10,000円～ 5,000円
- *名刺サイズ 20,000円～10,000円
- *はがきサイズ 40,000円～20,000円

カウンセリングは無料ですのでお気軽にご相談ください。
※お支払は全て現金でお願いいたします。

つくば市桜1-19-1 tel.029-879-9009
10:00～20:00 (タトゥー除去 イフ)で検索

占 あなたの運勢鑑定します

今、この瞬間を大切に生きる。それが未来への道へとつながっていきます。

029-823-4511 090-2622-0315
住所:土浦市大和町9-1
土浦 吉い 来未 検索へ
http://www.kaiunkumi.com/
気学九星術・手相・姓名 開運アドバイザー 来未(かみ)

★出会いのイベント★カップリングパーティー★
毎月開催! 男女100名参加! 出会いのチャンス! 2000円～3000円! 2000円～3000円! 2000円～3000円!

詳細はHPかPC/スマホ検索 http://jcma.jp

茨城周辺では、つくば・水戸・柏・成田などで開催中!

予約: 050-3391-7064 J-clubパーティー

クーポン クーポン切替保持者①男性500円OFF
②女性参加無料プレゼント

有効期限 2023年8月末日 ※1人1枚のみ有効 ※詳細は別途

いっばく
一白水星
生まれ月 昭和21,10,29,38,47,56,平成2
家庭内でのケンカに注意!!相手の悪いところが見えても、頭ごなしに否定するのはNGです。

好運日 10・18・29日 (333-アジサイ)
注意日 6・15・24日 (333-アジサイ)

じこく
二黒土星
生まれ月 昭和1,10,19,28,37,46,55,平成1
強気な発言は周囲の人の反感を買うことになるので控えましょう。偏頭痛に気をつけて。

好運日 17・19・26日 (333-アジサイ)
注意日 7・12・21日 (333-アジサイ)

ろっぴく
六白金星
生まれ月 昭和6,15,24,33,42,51,60,平成6
出会い運好調。お見合いパーティーなど人の集まる場所では積極的にたがひ喋り過ぎは×

好運日 8・13・22日 (333-アジサイ)
注意日 19・28・29日 (333-アジサイ)

土浦の人気占い師 開運アドバイザー 来未先生にきく

開運術 水流派 **気学九星術**

【占い期間:6月5日～7月6日】 2月3日までの生まれの方は、前年の生まれ年をご覧下さい。

さんべき
三碧木星
生まれ月 昭和9,18,27,36,45,54,63,平成9
金運は良いけれど、出て行く方が多いでしょう。支出を良く確かめて下さい。肩こりは解消を。

好運日 18・27・7月6日 (333-ガーベラ)
注意日 8・13・22日 (333-ガーベラ)

しろく
四緑木星
生まれ月 昭和8,17,26,35,44,53,62,平成8
頭と心がうまく噛み合っていない時ですが、それでも焦らず、ゆっくりに行くことが吉となるでしょう。

好運日 6・17・24日 (333-ユリ)
注意日 9・12・21日 (333-ユリ)

ごおう
五黄土星
生まれ月 昭和7,16,25,34,43,52,61,平成7
新しいことを始めるにはとても良い月です。習い事でも勉強でもOK。ぜひチャレンジしてみてください。

好運日 7・14・23日 (333-カーネーション)
注意日 11・20・29日 (333-カーネーション)

しちせき
七赤金星
生まれ月 昭和5,14,23,32,41,50,59,平成5
約束は守る事。守れない約束・ドタキャンは信用を失うので注意。差し入れが幸運を招く暗示。

好運日 9・21・30日 (333-たんぽぽ)
注意日 18・27・7月6日 (333-たんぽぽ)

ほっぴく
八白土星
生まれ月 昭和4,13,22,31,40,49,58,平成4
仕事運好調で多忙な月です。新規の仕事も行動を起こす時! ビジネスパートナーを大切に。

好運日 10・20・22日 (333-胡蝶蘭)
注意日 17・18・26日 (333-胡蝶蘭)

きんし
九紫火星
生まれ月 昭和3,12,21,30,39,48,57,平成3
体調管理に気をつける月です。欲を出すこと、失敗を招きかねません。慎重に過ごしましょう。

好運日 9・12・28日 (333-シジビウム)
注意日 16・25・7月4日 (333-シジビウム)

こんな手相はありませんか?

太っ腹線 生命線と知能線(頭脳線)が離れて始まっている手相
感情線 知能線(頭脳線)を入れたダブルデートをおすすめします

とても羽振りが良く、ドンとお金を出す性格の持ち主です。自分にこの相がある時は出費に注意しましょう。

来未先生にきく Q&A

Q.私にはまだ会ったことのない彼氏がいます。今年からメールでやりとりを始め、お付き合いをすることになりましたが、友人に「それは彼氏なの?」と「カ」にされ、落ち込んでしまいました。

A.確かに出会って5ヶ月ですものね。ちゃんと電話もしてコミュニケーションを取り、やはりお会いした上でのお付き合いが一番だと思います。ただ最初に会うのは1対1ではなく、友達の後氏を入れたダブルデートをおすすめします。

完全予約制 当日予約は承っておりません。鑑定内容は左側参照

問合せはお気軽に
★営業時間AM11:00～PM11:00迄
★当日予約は承っておりません

TEL.029-823-4511/090-2622-0315

第六回 吉本興業・茨城住みます芸人 **オスペンギン日記** 文/山中崇敬

急がば回れ

5月はゴールデンウィークがありました。満喫できた方や、逆に大忙しだった方も、逆にもうひとつの思い出があることだろうと思います。

オスペンギンが大洗のイベントの司会をしに行ったとき、砂浜での潮干狩りや、隣のひたちなか市のひたち海浜公園へネモフィラを見に行く観光客の方々が多かったです。たまたま、たたくさんの異次元ナンパの車を見かけました。波滞も大変でした。とはいえ、数々の近隣の観光地の中から茨城県を選んでくれたえたわけです。そして、とても嬉しい事だと思っています。

そして、地元の方に「波滞すごかったですね」と聞いてみたら、抜け道というのがあると言っていました。距離は少し遠回りになっても、波滞で2時間以上かかる道のりが、20分30分ぐらいで着いてしまったりするそうです。まさに「急がば回れ」です。

ぜび、次の大型連休で観光地に行く際は、抜け道を調べてから向かうと便利かもしれません。

そうそう、波滞といえは、我々オスペンギンのいるお笑い業界も波滞中と言われていると思います。実力と人気がある先輩後輩芸人がたくさんいて、売れるのが難しくなっているそうです。この波滞は、オスペンギンからすると数ある職業の中から、お笑いを選んでくれたと喜ぶことはできません。ですが、どうにか波滞を回避する「抜け道」を探して、我々オスペンギンも「急がば回れ」で目的地に到着したいと思っています。

そして、これから将来を考えていく若い男女の皆様、お笑い芸人はオスペンギンじゃない、なんちゃって。

今月のなりきり「びん吉」

プレゼント(P.54)の答えは別ページです。

びん吉になりきってる **オスペンギンってそもそも何者?**

山中崇敬(やまなかたかし)さん、ですすけさんの2人からなる吉本のお笑いコンビ。吉本興業の「あなたの街に「住みますプロジェクト」の「茨城住みます芸人」として、茨城を拠点に活動しています。茨城県で開かれるイベントなどの司会にひっぱりだこのお二人の活動の様子は、要Twitterでチェック!

OSUPENGIN Profile

山本崇敬 1981年7月24日 茨城県神栖市出身
ですすけ 1985年6月11日 茨城県古河市出身

【趣味】
散歩、アメフト、サッカー観戦、川柳
【同期の芸人】オリエンタルラジオ、フルーツポンチ、トレンディエンジェル、ほんにゃ

メディア情報

【ラジオ】17:30頃～ぶらざのコーナーもあります! つくばYou've got84.2(発信ch!)
●放送局ラジオつくば(BA.2MHz)
●放送日毎週金曜日17:00～19:00生放送!!

【インターネット配信】http://www.ynn47.jp/ibaraki/ YNNはしもとネットワーク、茨城県
●毎日22:00～23:00まで生配信!
●パソコン・スマートフォンから無料視聴可能!
●アーカイブで、過去放送も視聴可能!



読者プレゼント



**ファーストステージ
住宅作品集セット** 01

応募者全員サービス!
ファーストステージ設計・施工をした十人十色のお家が見られる作品集。※お店につけばランチでお渡しします。

株式会社 ファーストステージ 掲載 P.57



**シネプレックスつくば
映画鑑賞券** 02

5組10名様
★P.52に割引クーポンあり
つくば市下家370-1

シネプレックスつくば 掲載 P.52



**シネマサンシャイン土浦
映画鑑賞券** 03

3組6名様
土浦市上高津367

シネマサンシャイン土浦 掲載 P.52



**イオンシネマ下妻
映画鑑賞券** 04

3組6名様
下妻市電通972-1

イオンシネマ下妻 掲載 P.52



**イオンシネマ守谷
映画鑑賞券** 05

5組10名様
守谷市百合ヶ丘3-249-1

イオンシネマ守谷 掲載 P.52



**オリジナルヘッドスパ
10分無料券(通常1,000円)** 06

3名様
●3,500円(※以上のメニューをご利用の方に限り
ます(※ぶらざクーポンと併用の場合)

Regolith 掲載 P.54



**カイロブラクティク
3,500円券(通常8,400円)** 07

5名様
初めての方でなくてもOK

総健美館 つくば店 掲載 P.19



**無限迷宮への夢
エッシャーの世界** 08

10組20名様
会期2016/6/7(土)~2016/7/10(日)
場所:水戸市千波町東久保666-1
茨城県近代美術館 掲載 P.47



清峰公園屋内プール無料券 09

5組10名様
雨の日でもOK。
50m×9コースの屋内温水プール。
つくば市二の宮2-20

清峰公園 掲載 P.47



**プレジャーガーデン
のりも券2,000円分** 10

5組10名様
ひたちなか市大字馬渡大沼605-4

国営ひたち海浜公園 掲載 P.52



**コストコホールセールつくば
倉庫店1日特別ご招待券** 11

10名様
※本館で、7時以上の、15歳以上入場可能な年齢の19歳未満のお子様を2名までお連れいただけます(※お連れの方の人数は、別途要予約となります)

コストコホールセンターつくば倉庫店 掲載 P.54



**ダイエット美容
グッズセット** 12

2名様
※①または②どちらか1つ、ご希望を明記下さい。
※弊社まで取り寄せられる方限定

TSUTAYA LALAガーデンつくば 掲載 P.10



**松本零士展
一夢の後方へ** 13

15組30名様
会期2016/5/21(土)~2016/7/10(日)
場所:茨西市内372

しもだて美術館 掲載 P.47

ご希望プレゼント番号&アンケート回答用紙

※ご記入のうえ切り取って下さい。
★ご希望プレゼント番号★ 「びん吉」はどのページにいましたか?
第1希望 第2希望 第3希望 P.

Q1. 先月号(H28年5月号)・今月号(H28年6月号)を見て、行った店、行きたい店はありますか?その理由は?
A1. 行ったお店/理由/ 行きたいお店/理由/

Q2. 何の習い事をしていますか?している人は、何を基準に今の習い事を選びましたか?していない人は、はじめてみたい習い事がありますか?
A2. [している・していない] 習い事▶ 基準▶

Q3. ライックみたいな結果にコミットするダイエットがあったとします。月額いくらくらいまでだったら通ってみたいですか?
A3. 月額 [] 円) までだったら通いたい

Q4. みなさまの感想・ご意見・ご要望など何でもお聞かせください。
A4. []

ぶらざの配布員がきちんとお届けしているのかを調査しております

★本誌の届いた日付or手に取った場所 月 日 場所

【ご自宅にぶらざが届く読者の皆様へ】
配布員の配布の仕方でお困りのことがございましたら教えてください。

【ご自宅にぶらざが届かない読者の皆様へ】
ぶらざが設置されているといふと思うお店はありますか?

ご住所 〒 -
お名前 職業
電話番号 () - 男・女 歳

「びん吉」を探せ!!



応募方法

住所・氏名・年齢・職業・電話番号・本誌の届いた日付または手に取った店名など、右の「ご希望プレゼント番号&アンケート回答用紙」を明記の上、ハガキ・FAX・メールのいずれかで「月刊ぶらざ6月号読者プレゼント係」までお送り下さい。

宛先

〒300-0037 土浦市桜町1-6-13 常陽通商土浦駅前ビル4F
「月刊ぶらざ6月号読者プレゼント係」 ※メール応募の場合、件名を同様にお願いします!
■FAX:029-824-3636 ■E-mail:plaza@joyo-plaza.co.jp(QRからも応募できます)▶

ホームページからも応募できます▶ 月刊ぶらざ 県南版 検索



締切 2016.6/30(木) 消印有効

※応募は複数可能。※結果は賞品の発送をもってかえさせていただきます。※プレゼントの発送等には締切日より2週間程度かかります。
※ご投稿の一部は、誌面でご紹介させていただきます。※アンケートは、特集・企画の参考にさせていただきます。※応募者多数の場合、アンケート回答等のあるご応募を優先させていただきます。また、当選者のご連絡先は当選品をご提供頂いたスポンサー様宛への通知や、イベントのご案内等のダイレクトメールを送らせて頂く際に使用する場合がございますので、あらかじめご了承ください。

TVC M 好評放映中!!

25年の信頼と実績で全国27院

城本クリニックは、経験豊富な医師が、安全を第一に考え、**手術を行っている美容専門クリニック**です。

0120-107-929
受付時間 10:00~19:00

美容外科・皮膚科 **口コミ広場** 107.86
千葉県 満足度ランキング **第1位**

親切・丁寧な医療診療を心がけています。

治療後の笑顔がとてうれしいです。より自信を持って、日々過ごしていただけるよう、最適な治療でお手伝い致します。

お気軽にご相談下さい
城本クリニック 柏院 西浦 蘭子先生
日本形成外科学会専門医、日本美容外科学会専門医、日本皮膚病学会皮膚科専門医

大好評ドクターブログ公開中!! **西浦蘭子 ブログ** **ウェブ検索**

豊胸術 あなたにあった豊胸術法で **素敵なバストに...**

バストの悩みは女性一人一人違います。十分なカウンセリングをする事が大切です。手術は豊富な経験を持った専門医が行うので安心です。痛みや傷跡はほとんどありません。入院する必要もありません。手術後のアフターケアも充実しています。

人工乳腺法 バッグを用いる術法
乳房下法、乳腺下法、大胸筋下法
ワキの下からバッグを挿入する方法です。傷跡が目立たないことはもちろん、希望に応じて自由に大きさをコントロール出来ます。

脂肪注入法 自分の脂肪を用いる注入法
PRP注入法、幹細胞脂肪注入法
気になる箇所の脂肪を吸引し、バストに注入する一石二鳥の術法です。腹部や下半身が気になる方、バッグに抵抗がある方にお勧めです。

●乳輪縮小 ●乳腺縮小 ●陥没乳頭 ●胸の形形成も行っています。

私も城本クリニックで **豊胸しました!** **HPもすぐ更新中!**

佐々木 恵子 氏
城本 豊胸 院長

30分で終了! **バストのプチ整形** **ヒアルロン酸注入法で切らずにバストアップ!**
メスを使わない豊胸術
ヒアルロン酸を注射器でバストに注入する注目のプチ豊胸術です。切る事がないので手軽です。2年は効果が見えます。

1ml **7,150円**

30~90代 大人気! **しわたるみりぷトアップ**
まわりに気づかれずに若々しさを取り戻すことができます!

ヒアルロン酸注入

若返り体験を、まずは一度お試し下さい!!
ほうれい線、顔、眉間、目尻などの小じわに効果的です。痛みもほとんどなく、洗顔も当日からOKです。治療も5分で終了します。

0.1ml 9,800円

高品質で安全性に優れたヒアルロン酸を使用しております。

30分で終了! **ミラクルリフト** 術後直後でもほとんど腫れません。
シワとタルミ を切らずに改善!!
強力リフトアップ!
糸でタルミを引き上げる治療です。皮膚を切除することなく、タルミを取り除く画期的な医療技術です。治療直後から大きな効果を確認できることはもちろんのこと、腫れや痛みが少なく、30分で若返りができます。

1本 **50,000円**

超音波脂肪吸引 **安全 安心** **口コミでも大人気です!**

症例数20,000症例以上の城本クリニックでは、**経験豊富な専門医が治療を担当します。**

脂肪吸引のメリットとは痩せたい部分だけをスリムにといった部分痩せが可能です。一度の治療で、美しいボディラインに近づけることができます。吸引時は、細いカニューレを使用し丁寧に吸引しますので、ハリを保ったまま凸凹のない仕上がりとなります。切開部にはプロテクターを使用しますので傷口もキレイです。入院の必要もなく翌日からデスクワーク程度の日常生活が可能です。アフターケアも充実。1ヶ月検診や再診も実施しております。まずはお気軽にご相談ください。

●超音波で脂肪を柔らかくするので、吸引量が今までより20%UP
●脂肪以外のダメージが少ないので、腫れや痛みも非常に少ない
●吸引しやすくなったので、きれいでなかなかに仕上がりが早い
●短時間で吸引できるので、身体への負担が少ない

※超音波1部位 50,000円 ※その他の部位はお気軽にお問合わせください。
太もも **200,000円~350,000円**
やせ薬、ダイエット注射などあります! 詳しくはお問い合わせ下さい。

お腹もスッキリ! リバウンドなし!
脚も細く! スラッと長く!

ボトックス®注入 **注射でシワを消す!**
ボトックス®は米国Allergan Inc.の登録商標です。

目尻、眉間、額のシワに効果的な治療!!
表情に合わせて出るシワを改善します。シワを作る筋肉に働きかけます。治療も注射で行いますので非常に手軽です。

50,000円~80,000円 **簡単注射で顔がツルツルに!**

目の上、目の下のたるみとり術 目の上、目の下のたるんでしまった余分な皮膚や脂肪を取り除けば、若いときの目元に戻ります。

目の上 **300,000円**
目の下 **350,000円**

脂肪溶解注射 **手術をせず、気になる脂肪を注射により溶解する最新技術です。**

●リスクが非常に少なく安全性が高い ●セルライトにも効果がある
●気になる脂肪に注射するだけで短時間でむくみ ●他人に気づかれない

お顔 二の腕 お腹 ヒップ 太もも びくらはき

1カ所1回(片手の平の範囲) **25,000円** ※お体のどの部位でも可能です。

BNLS 小顔・痩身ボディ

BNLSは、短期間で効果を感じる**脂肪溶解注射**です。従来の脂肪溶解注射に比べて即効性があり、腫れや痛みが少なく、植物性由来の主成分でダウンタイムもほとんどありません。やせにくい顔・体の気になる部分を、メスを使わず短時間でスッキリシャープに!

体用 1本 **9,500円** 顔用 1本 **14,000円**

入れ墨(タトゥー)除去 **イレスミの部分を一気に取り除きます。**

切除法 皮膚移植 アブレーション

タトゥーは消すことが難しいというイメージがありますが、現在では技術の向上や治療機が改良されて、きれいに刺青・タトゥーを取り除く事が可能になりました。一人で悩まずには無料カウンセリングにお越し下さい。経験豊富な専門医が、一人一人にあわせた治療方法を提案させていただきます。

臭いワキガ 汗多汗症 臭い汗解消! **今こそ! 保証制度あり**

臭い汗シミには直視下摘除法が効果的です!!
皮膚の下にあるアポクリン汗腺、皮脂腺、エクリン汗腺を時間をかけてひとつずつ丁寧に、かつ徹底的に取り去ります。臭いにはもちろん、同時に多汗症、脱毛にも効果も期待できます。手術は豊富な経験を持った専門医が担当します。他院で治らなかった方もご相談ください。また、汗を止めるだけならボトックス注射で簡単にできます。

直視下摘除法 240,000円 **ボトックス®注射(多汗症治療) 100,000円** (初回1回)

城本の美容皮膚科

しみ取り 美肌治療 シミ・美肌治療 フォトフェイシャル

医療機関でしか受けることができないスキンケアです

シミ ソバカス くすみ 小じわ ニキビ跡 毛穴の開き 赤ら顔

フォトフェイシャルは肌に光をあてるだけで、素肌を持つ本来の美しさを呼び起こし、様々な肌トラブルを一度に解消する、医療機関でしか受けられない最先端のスキンケア。自然に美しい肌へと導きます。

●シミがうすくなって、肌全体が白くなった!
●化粧のノリが良くなった!
●ハリが出てきて肌がプルプルしてきた!
●友達にキレイになつたね、と言われた!

初回たっぷり体験(全額) **29,800円**

ニキビ・凹凸 徹底ケア クレーターやザラザラもツヤツヤに!

治りにくい赤ニキビ、くり返すニキビに **ケミカルピーリング** 初回体験 **7,000円**

毛穴治療: 毛穴の開き、ザラつきを解消 高濃度ビタミン導入 **マクロビール**.....初回体験 **15,000円**

ニキビ跡の凹凸に効果大! **ダーマローラー**.....初回体験 **39,800円**

医療レーザー脱毛

医療機関での脱毛のため、安全で効果的に全身からデリケートな部分までの照射が可能です。城本の医療レーザー脱毛なら、皮を傷つける心配もなく、効果が高く安全です。ワキ、足はもちろんビキニラインや全身様々な部位の脱毛が可能です。もちろん肌もツルツルになると好評です。

選べる 5回プラン・7回プラン ※詳しくは医療メールでお問い合わせ下さい。 ※男性用の脱毛もご利用しております。

二重まぶた **メスを使わず自然な二重に!** **UP**

埋没法ならわずか10分程で二重に!

目もとひとつで顔の印象は大きく変わります。城本クリニックでは、手術前に入念なカウンセリングを行うことにより、あなたに合った二重を提案します。

埋没法(1年保証) 60,000円

二重切開、目縁・目尻切開、眼輪筋下ろし手術も行っています。

ホクロ・イボ除去1個(5ミリ以内) **10,000円**

城本クリニック シロ モト 美容外科 形成外科 美容皮膚科

無料メール相談実施中
安心のアフターケア!

無料相談/受付フリーダイヤル **0120-107-929**

無料メール相談実施中
●ホームページ/専用サイト ●無料メール相談実施中
<http://107929.jp> info@107929.jp

城本クリニック **ウェブ検索**

柏院 柏駅南口より徒歩1分
〒277-0852 千葉県柏市1-4-4 柏駅南口ビル5F

水戸院 水戸駅南口直結
〒310-0018 水戸市東区1-7-4 COMBOX310 2F



一級建築士事務所
first stage

設計士とつくる、デザイナーズ住宅

設計士と直接「家やお金」の話をしませんか？

ファーストステージ特選

6月の最新土地情報

中別府 280万円

- ★島名小学校 約3.1km
- ★高山中学校 約3.3km
- ★万博記念公園 約5.3km
- 所在●つくば市中央約601番37
- 交通●TX万博記念公園駅 徒歩13分(5.3km)
- 地積●168.64㎡(50.01坪)
- 設備●戸外、LPGガス、浄化槽
- 地目●宅地 ●都市計画●調整区域
- 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

中別府 330万円

- ★南西角地・隣接り良好!
- ★旧宅地造成事業地内
- ★どなたでも建築可能です!
- 所在●つくば市中央約1590-95
- 交通●TX万博記念公園駅 4.5km
- 地積●215.04㎡(65.05坪)
- 設備●戸外、個別浄化槽、電気、プロパンガス
- 地目●宅地 ●都市計画●市街化調整区域
- 無固定 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

谷田部 500万円

- ★みずほ団地内
- ★南道路接道で隣接り良好!
- ★旧宅造法のためどなたでも建築可能!
- 所在●つくば市谷田部字1050-23
- 交通●つくばみずほの駅 徒歩28分
- 地積●160.68㎡(48.61坪)
- 設備●上下水道、電気、都市ガス
- 地目●宅地 ●都市計画●市街化調整区域
- 無固定 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

高野台 855万円

- ★閑静な住宅街です!
- ★小野川小学校 約1.8km
- ★谷田部東中学校 約3.7km
- 所在●つくば市高野台2-19-31
- 交通●JRひたち野上約5.2km
- 地積●258.6㎡(78.23坪)
- 設備●上下水道、電気、プロパンガス
- 地目●宅地 ●都市計画●市街化区域
- 1階中高 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

酒丸 900万円~

- ★10年特例用地
- ★ゆったり140坪超
- ★周辺施設充実!
- 所在●つくば市酒丸元西酒丸九郎前705番4
- 交通●TX研究学園駅 1.45km
- 地積●477㎡(144.29坪)~
- 設備●上下水道、電気、プロパンガス
- 地目●雑種地 ●都市計画●市街化調整区域
- 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

西沢 1,099万円~

- ★上下水道内引込
- ★外高ブロックフェンス通行
- ★宅地造成完成後引き渡し
- 所在●つくば市西沢3地
- 交通●TX研究学園駅 約6km
- 地積●337.59㎡(102.77坪)~
- 設備●上下水道、電気、プロパンガス
- 地目●宅地 ●都市計画●市街化区域
- 2階住宅 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

桜 1,100万円

- ★閑静な住宅街で整地地。
- ★環境適し
- ★スーパー、コンビニ等近く生活便利
- 所在●つくば市桜1丁目4
- 交通●つくば駅 3.8km
- 地積●193.00㎡(58.38坪)
- 設備●上下水道、都市ガス、地目●宅地
- 都市計画●市街化区域、第1種低層住宅専用地区 建ぺい率●40%、80%
- [取引業種] 媒介

みどりの 1,170万円~

- ★建築費無し
- ★スーパー、メディカルモール、ドラッグストア等近く生活便利
- 所在●つくば市みどりの中央約35-6
- 交通●TXみどりの駅 徒歩16分
- 地積●217.34㎡(65.75坪)
- 設備●上下水道、電気、都市ガス
- 地目●山林 ●都市計画●市街化区域
- 2階住宅 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

北条 1,280万円

- ★敷地が208.53坪と広々。
- ★駅引き前地のため、どなたでも再建築可能です。
- 所在●つくば市北条大字沢223番1
- 交通●つくば駅 約1.45分
- 地積●208.53㎡(62.83坪)
- 設備●上下水道、電気、都市ガス
- 地目●宅地 ●都市計画●市街化調整区域
- 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

学園の森 1,430万円~

- ★全12区画 開発分譲地
- ★近隣に商業施設多数あり
- 所在●つくば市学園の森1丁目21番30~41
- 交通●TX研究学園駅 約1.8km
- 地積●186.99㎡(56.56坪)~
- 設備●上下水道、電気、都市ガス
- 地目●宅地 ●都市計画●市街化区域、第2種住宅
- 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

天久保 1,980万円

- ★吾妻小学校 約2,000m
- ★吾妻中学校 約600m
- ★引き渡し日は要相談
- 所在●つくば市天久保2丁目10番30
- 交通●TXつくば駅 徒歩28分
- 地積●256㎡(77.44坪)
- 設備●上下水道、電気、LPGガス
- 地目●雑種地 ●都市計画●市街化区域
- 2階中高 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

南中妻 480万円

- ★南中妻セントラルタウン分譲地内
- ★住環境良好な住宅地です!
- 所在●つくば市南中妻1丁目13
- 交通●JRひたち野上約1.5km
- 地積●145.00㎡(43.86坪)
- 設備●戸外、浄化槽、プロパンガス
- 地目●宅地 ●都市計画●調整区域
- 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

藤沢 650万円

- ★新築エリアでお探しの方へ
- ★教育機関、病院等近く生活便利
- 所在●土浦市藤沢1124-1
- 交通●水戸線約7.8km
- 地積●509㎡(153.97坪)
- 設備●上下水道、プロパンガス
- 地目●宅地
- 都市計画●市街化区域、2種低層
- 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

乙戸南 700万円~

- ★小学校・公園近く
- ★子育てしやすい環境です!
- ★全9区画分譲地
- 所在●土浦市乙戸南2丁目18番地内
- 交通●水戸線約7.8km
- 地積●289.78㎡(87.65坪)~
- 設備●上下水道、電気、都市ガス
- 地目●山林 ●都市計画●市街化区域
- 1階低層 建ぺい率●50%、100%
- [取引業種] 媒介

摩利山 1,050万円

- ★スーパー・飲食店など徒歩圏内
- ★生活に便利な環境です!
- 所在●土浦市摩利山田田430-30
- 交通●水戸線約7.8km
- 地積●285.14㎡(86.25坪)
- 設備●上下水道、プロパンガス
- 地目●雑種地 ●都市計画●市街化区域
- 1階低層 建ぺい率●10%、100%
- [取引業種] 媒介

ひたち野東 1,530万円~

- ★人気のひたち野東 土地
- ★商業・住宅用地としていかがですか?
- ★66.85坪×2区画 133.7坪一括可!
- 所在●中久市ひたち野東3丁目1-5、8
- 交通●水戸線約7.8km
- 地積●220.99㎡(66.85坪)
- 設備●上下水道、電気、都市ガス
- 地目●宅地 ●都市計画●市街化区域
- 2階住宅 建ぺい率●60%、200%
- [取引業種] 媒介

内守谷町 598万円

- ★緑豊かな住宅地
- ★南西小学校まで通学1分ができています!
- ★葉山公園まで徒歩1分
- 所在●常陸市内守谷町北の郷3-11-25
- 交通●常陸新幹線常陸小駅 徒歩30分
- 地積●197.54㎡(59.88坪)
- 設備●上下水道、都市ガス
- 地目●宅地 ●都市計画●市街化区域
- 1階低層 建ぺい率●50%、100%
- [取引業種] 媒介

松ヶ丘 2,040万円

- ★閑静な住宅地
- ★周辺商業施設多数!
- ★暮らしやすい環境です!
- 所在●中久市松ヶ丘3丁目19-1より分譲
- 交通●TX守谷駅 徒歩21分
- 地積●198.5㎡(60.04坪)
- 設備●上下水道、電気、都市ガス
- 地目●宅地 ●都市計画●市街化区域
- 1階低層 建ぺい率●40%、80%
- [取引業種] 媒介

毎週土日は、設計士と直接話せる『お金と間取りの無料相談会』

無料相談会のご予約方法

0120-436-888

「相談会の予約がしたいのですが…」とお電話ください。



ハウジングディレクター 村田 大輔
家族のライフスタイルは日々成長し、変化しています。その変化にも対応できる住まいと一緒に計画しましょう。



ハウジングディレクター 樋口 純樹
出会えたお客様の大切な家を最初から最後まで“一緒に楽しく”をモットーに創っていきます!

“ファーストステージでは、設計士・現場監督・保育士を募集しています。”
「家が好きだ」「設計に興味がある」そんな方を本気で探しています。お気軽にご連絡ください。

一級建築士事務所
first stage

設計士と直接お話しする「無料相談会」やっています。
まずは「相談会の予約がしたいのですが…」とお電話ください。
TEL/029-875-4088 HP/http://firststage.biz
受付時間/9:00~18:00 定休日/水曜、第2・4木曜、祝日
建築事務所/茨城県水戸市(特-23) 東273-12号 宅地建物取引業免許/茨城県知事(特) 第 0077号

つくばランチ 建築資料館カフェ
〒305-0061 茨城県つくば市南町13-12

本社・常磐町ランチ 建築資料館カフェ
〒310-0033 茨城県水戸市常磐町1丁目1番地 F5ビル2F

三の丸ランチ 建築資料館カフェ
〒310-0011 茨城県水戸市三の丸2-3-32

ファーストステージ 笠原展示場
〒310-0652 茨城県水戸市笠原町510-7

ファーストステージ 宿泊体験棟
〒311-4142 茨城県水戸市東芝東75-6



ファーストステージ 茨城 検索

Produced by



全国から選ばれる生活情報誌
ふゆふゆ
VOL.140



土間と和室で迎える

町屋造りの和の家

職人仕上げの本物にこだわった自分スタイルの作品



Living dining



Koushi



Doma



趣きある土間からもてなす和モダンスタイル
玄関窓を開けた先に広がる土間と和室は、訪れた方なら誰もが驚くご主人こだわりの空間。
「和室は住まいの奥に配置されがちですが、我が家ではメインなんです」と話すように、納得いくまで何度も打合せを重ねることとで、古き良き町屋造りと現代風和モダンの住まいが実現しました。

大阪格子の引き戸や、石畳や玉砂利といった本物ならではの質感が彩り、ナラの無垢床や柱、梁などを天然塗装で着色することにより、家全体が上質かつ落ち着いた雰囲気包まれています。また和室を格子で囲って客間としたり、リビングと一体化した開放感を楽しむなど、ライフスタイルに最適な空間デザインにも満足。A様。
窓の数や配置も考慮した風通しの良さで、今年の夏も心地良く快適な暮らしが待っています。

平成28年6月1日発行(毎月1日発行) 編集発行人/大内清子 配布先/つくば・土浦・牛久市内指定地域(企業・事業所含む)
発行/常備通商株式会社 〒300-0037 土浦市桜町1-6-13 常備通商土浦駅前ビル4F TEL.029-835-3535 FAX.029-824-2636

ラヴィング LA VING つくば

つくば市研究学園1-3-12

TEL.029-861-0205

[営業時間] 9:00~18:00 [定休日] 水曜日・隔週木曜日

<http://la-ving.com/>



キッズスペース完備

