

地域密着型情報誌



# Tsuggaru

2017 January vol.89


1



- 1月のイベント情報
- 弘前のクリニック情報
- 学校からの伝言板
- 津軽の求人情報
- 読者プレゼント・他

FMジャイゴウェーブ (76.3MHz) で放送中!  
Facebookでいいね!してね!   いいね!

HP→<http://navi-hiro.com/>  
E-mail→[info@navi-hiro.com](mailto:info@navi-hiro.com)

NAVI通信  検索 



自由にお取り下さい



名古屋名物!!  
赤から  
弘前市青山に  
オーブ



赤から鍋と焼肉

2人前より承ります。  
一人前 **990円** (税別)

辛い万歳。旨い万歳。

名物 赤から  
焼肉

全国で大人気!  
**赤から鍋**  
辛さを極めた  
やみつきの旨さ!  
名物「赤から鍋」、  
クセになる旨さの  
「セセリ焼き」  
プリプリとした食感が特徴の「鶏セセリ焼」と、名古屋味噌と赤唐辛子をブレンドした秘伝のスープで味わう「赤から鍋」の二本柱でお客様をお待ちしています。美味しい食べ方の極意をご提案することで、何度も楽しみたいくなる「クセになる味」を実現しました。

何番? 今日は何番?

赤0番	赤1番	赤2番	赤3番	赤4番
赤5番	赤6番	赤7番	赤8番	赤9番
赤10番				

**おたかしセット**  
1,990円 (税別)

一人前 全8品

- 枝豆 ● 鶏セセリ
- 鶏かわ ● 赤からカルビ
- 焼きキャベツ
- 本日の一品 ● 赤から鍋
- 鍋後のパッセ(デザート) (鶏セセリ・鶏かわ・カルビ・キャベツ・鶏皮)

**赤からセット**  
2,300円 (税別)

一人前 全10品

- 赤きゅう ● 鶏セセリ
- 鶏かわ ● 鶏カルビ
- 大株サラダ ● 手羽先唐揚げ
- 本日の一品 ● 赤から鍋
- 鍋後のパ ● デザート

**飲み放題 2時間1,480円(税抜)**  
**最大100名様までご利用可能!!**  
忘新年会・予約承り中!!



**赤から**

住 弘前市青山1丁目19-2  
電 **0172-31-2901**  
営 平日17:00~24:00  
土日祝11:00~24:00  
ラストオーダー 23:30



# Tsugaru イチオシのお店 1

おしゃれ工房

## ぱあま屋

おしゃれ工房ぱあま屋のここが

いいね!



イトーヨーカドー  
イスタミネラル  
● 当店  
P 当店P  
ホテル 駅前公園  
ニューレスタ

弘前市駅前町15-8  
0172-34-3722  
AM8:45~PM7:00  
毎週月曜日・第3火曜日

- ★交通 JR弘前駅より3分 近いです!
- ★場所 イトーヨーカドーバスターミナル前、虹のマーチの隣!(駐車場有)
- ★バリアフリー お年寄りに優しいバリアフリー 車椅子もOK!トイレも大丈夫
- ★オアシス(シャンプー台) 移動しなくてパーマ、カラー、カットできます。
- ★ファミリー 3歳~100歳まで老若男女、どなたでも歓迎

カット&カラー専門店

# かっとん

主婦に人気の美容室

Menu

Aコース カットのみ **1,080円** 受付時間 18:00まで

Bコース カット+シャンプー **1,400円**

Cコース カット+カラー+シャンプー **3,990円** 受付時間 17:00まで

Dコース カラー+シャンプー **2,910円**

TEL0172-55-9688

営業時間 8:30~  
A・Bコースは18:00まで受付  
C・Dコースは17:00まで受付

年中無休

住所 弘前市早稲田4-3-4

近所案内: ヤマガタ電機、メダナパブリキ、ユニクロ、ワークマン、西松屋

求人募集19P

主婦に人気の美容室

弘前初 カット&カラー専門美容室

# てっかっと

てっかっとの従業員は、この道10年以上のベテランばかり!! 安心してご利用下さい。

★ menu ★

Aコース カットのみ **1,080円**

Bコース カット+シャンプー **1,400円**

Cコース カット+カラー+シャンプー **3,990円**

おかげ様で  
ご来店人数  
**7万人突破!**

ありがとうございます!!

9:00~19:00 (全コース19:00まで受付)

住所 弘前市早稲田3-2-4  
原田バイクの対面アークA内側

0172-35-4816

至国道7号線1

弘前警察署

本店 かつば寿司

ホリデイスポーツ アークA 八橋

みちのく銀行

弘前駅前方面!

求人募集19P

噂のヘアーカット専門店

センカット

# 1カット

男性も 女性も 子供も いつでも 誰でも

早い! 安い! つまりお得!

## ヘアーカット1,080円

ぜひカットさせてください!!

住所: 弘前市早稲田4-3-2  
0172-26-0141

\*営業時間\* \*定休日\*  
10:00~20:00 年中無休

近所案内: ユニバース、ヤマダ電機、法務局、コナカ、メダナパブリキ

理容師・美容師  
大募集!!

正社員、パート  
090-7563-6489  
(担当/阿保まで)

おかげ様で ご来店人数  
**23万人突破!**  
ありがとうございます。

求人募集19P

九周年にちなんで9極のプライス!!

※1ヶ月限定

- 平日PM3時までコース 1ヶ月 **¥3,000**
- シニア(60才以上)コース 1ヶ月 **¥3,000**
- らくらくダイエットコース 1ヶ月 **¥3,000**
- 筋トレ専門コース 1ヶ月 **¥3,999**
- レディースコース 1ヶ月 **¥4,000**
- ジュニアコース 1ヶ月 **¥5,000**
- 一般コース 1ヶ月 **¥6,000**

弘前ドリーム

# Dream

ボクシングジム

弘前ドリーム 検索

住所 弘前市取上5-8-1  
0172-33-7474  
営業 13:00~21:00

お問い合わせ 090-2024-2177

アパート入居者募集

仲介料無料・退去時クロス貼替なし

- ドリームⅢ(弘前市富田町)吉川広告様となり 1K/1DK/2K(エアコン・ストーブ完備)¥23,000~
- ドリームⅡ(弘前市中野5丁目)ローソン裏 1DK/2K(エアコン・ストーブ完備)¥20,000~
- ドリームⅠ(弘前市中野2丁目)第二プール近く 1DK(エアコン・ストーブ完備)¥18,000~

短期入居・保証人・職業・ペット・冷蔵庫・洗濯機等については要相談



# アントルメ佐藤菓子店

住 藤崎町大字藤崎字村岡27 休 月曜日  
電 0172-75-2217 営 9:00~19:00

※価格は全て税抜です。

改装・増築リニューアルオープン



FOODS

詰め合わせ(洋菓子)



1,450円 2,200円 2,500円

詰め合わせ(和菓子)



2,570円 2,400円

和・洋菓子各種取り揃えております。  
お好みの詰め合わせも承ります。



どらやき各種 190円  
いちご大福 180円 大の里 180円 生菓子 200円



ソフトクリーム 300円  
フォンケーキ 各種 320円  
人気商品



ビスケットスペシャル 500円  
ガトーアジャック 370円  
ピシュー 330円  
生シュー スワン 200円  
ケラカージュ ショコラ 350円  
クレームと季節のフルーツ 450円  
チョコ生ショート 300円  
おすすり商品  
ミルクアイスクリーム 300円  
クリスマス 500円  
モンブラン 300円  
ふりりんごのクリームパイ 300円

## ラーメン ショップ 弘前店

味を守り続けて26年。  
これからも頑張り続けます。

### おすすめMENU

平日限定 セットメニュー

- A. ラーメン・ギョーザ.....750円
- B. ネギラーメン・ギョーザ.....850円
- C. ネギミソラーメン・ギョーザ..900円

※ライス・おにぎり(1個)はサービスです。

住 弘前市堀越字川合184  
電 0172-27-3292  
営 11:00~20:00  
休 月曜日 P あり

## 2時間飲み放題 宴会プラン

¥5,000~ 要予約

### 忘新年会プラン

もあります! 要予約

5名様からご予約承ります。  
お気軽にお問い合わせ下さい!!

## 焼肉の東天

TEL: 0172-35-8929

住 所 弘前市新緑地町52 定休日 水曜日  
営業時間 18:00~翌2:30

**奇跡の蜜芋(国産紅はるか)使用**

# 半生干し芋

まろっと  
濃縮された  
濃厚で  
自然な甘み

やめられない  
あと引く  
甘さ!

おっとり  
もっちり  
食感

超えた  
超えた

蜜芋屋の  
半生干し芋

超えた  
超えた

しっとり  
なめらか  
口の中で  
とろける

3800円

蜜芋・大学いも  
スイートポテト  
焼き芋各種

080-6000-3216

住所/弘前市城東5丁目13-1  
営業時間/10:30~19:00 定休日/日曜日・祝日

弘前市で唯一の焼き芋専門店!!

## 蜜芋屋

蜜芋屋の  
スイートポテト  
160円

大学いも  
1,000円  
280円

焼き芋  
100円

080-6000-3216  
営業時間/10:30~19:00  
定休日/日曜日・祝日

古いも  
若きも  
蜜芋屋  
2800円

ほっくり金時使用。  
りんごの甘みが  
香ります。

# 忘・新年会プラン

2016年12月1日~2017年1月31日

5名様から1泊2食付  
**10,000円**  
(日帰り8,000円)

2時間飲み放題付!!  
宴会場カラオケサービス付!!

※12月25日、31日~1月3日はご利用できません。  
※4名様以下のご利用はできません。  
※調理加工の関係で当日のご予約や他プランからの変更はできません。

**大館矢立ハイツ**  
0186-51-2311

秋田県大館市長志字陣場311  
【営業時間】7:00~21:00【定休日】年中無休

求人募集19P

# 楽しく飲んで唄って

カラオケスナック  
**百桃**

18:00~25:00  
2h飲み放題・歌い放題  
(団体様)  
お一人様 ¥3,000

今年も大変お世話になりました。  
2017年もご愛顧の程、宜しくお願い致します。  
**新年会・歓送迎会承ります!**

あなたの歌を  
CDにできます。  
3曲入り  
1枚1,000円

**団体様歓迎**  
30名様位までOK!  
ご予算、相談に応じます。

住所/弘前市鍛冶町7-5 電話/0172-36-7141  
定休日/月曜日 携帯/090-6254-9818

土手町通り 中三  
榎木内科 朝日会館  
●当店 西海岸  
奥天第3P

BunanoSato ShirakamiKan  
- 新年会プラン -



日帰りの場合 5,000円

**ご宿泊宴会**  
1泊2食付(お一人様) **8,500円**より  
(税込・入浴税別150円)  
●ご宿泊お1人様1室ご利用の場合は500円増しとなります。

期間:2017年  
**1/31迄**

飲み2時間 2,000円  
放題3時間 2,500円

〒036-1411 青森県中津軽郡西目屋村大字田代字神田219-1  
アノ里 白神館 TEL.0172-85-3011

**Risubon**

もちパイ160円  
パンプキンパイ130円

シゴック各種265円

アップルパイ130円

年末年始のおみやげに最適!

ワッフル各種140円

ミニクレープ各種155円

雪だるま雲平 210円

生チョコクリームシフォン  
生クリームシフォン  
各140円

クレープメニュー ¥285

- ・ストロベリー
- ・ブルーベリー
- ・生チョコクリーム
- ・生チョコバナナ
- ・バナナ
- ・ミックス
- ・ミックスバナナ
- ・苺ミルクフィユ
- ・マロン
- ・パイナップル
- ・キウイ
- ・ツナ
- ・チーズ
- ・エッグ
- ・リンゴ
- etc...

冬の期間限定!!  
かぼちゃクレープ ¥855

おすすめメニュー  
・シュークリーム ¥110 etc...

**Risubon**  
リスボン菓子店

住 黒石市くみの木2-56  
電 0172-53-0644  
営 9:00~19:00  
休 不定休 P あり

ユニバース  
ドコモ黒石  
黒石駅 至102号線!

マックスバリュ

くちこみT sugar 本誌掲載のお店に行かれた方からのクチコミ!!

鶏皮のお惣菜が好きでよく行ってます。そのままでも卵で食べてもおいしいです! 食感と味が絶妙!!  
黒石市 M.Y様  
品ぞろえが良く店主さんも良い方でした。  
平川市 A.N様

**肉の豚金**

毎回行く度に覚えててワックス等も豊富で良い  
弘前市 M.S様  
スタッフの方の対応が良く又行きたいと思いました。  
平川市 R.S様  
格安な料金に付け加えて店員さんが明るくて話しやすい。  
平川市 Y.K様

**かつとん**

久しぶりに食べたくなって行っちゃいました!! 懐かしく変わらぬ美味しさで満足、満足でした!!  
青森市 M.N様  
ネギミソラーメンがおいしい。  
大館町 Y.H様  
元気なあいさつが好きです。  
弘前市 K.T様

**ラーメンショップ**

甘辛南蛮タルタルがおいしかったです。  
弘前市 Y.S様  
弁当も予算に応じてくれるので会社のイベントにおすすめです。  
弘前市 H.S様  
とても気持ちの良い接客でした  
黒石市 Y.N様

**旨い屋**

とても親切な対応で印鑑を自分で選んで作ってもらうことが楽しく感じられました。  
弘前市 T.K様  
以前、孫娘の就職祝いにハンコを買いに行ったら沢山の種類と可愛い柄に驚きました。  
大変気に入って来ました。  
平川市 N.T様

**太田印房**

法事で利用した事があります。送迎もしてくれるし料理もおいしいので周りの評判もよかったです。  
大館市 K.S様  
年末年始のオードブルを注文しようと思ったのですが既に完売。人気のようなので次回は早めに注文したいです。  
弘前市 Y.A様

**矢立ハイツ**

ミニクレープが美味しいです。大きさも丁度良いですね。  
つがる市 T.S様  
カルピスシェイクが絶品!  
黒石市 A.S様  
クレープが好きでよく買いに行きます。対応もよく美味しかったです。  
藤崎町 C.K様

**リスボン**

大好きな焼き芋のお店が近くてうれしい。女子にはタマラナイ!!  
弘前市 S.G様  
大学いもが好きなので買ってました!! 買って気持で行って来ました。  
平川市 R.K様  
半生干芋が美味しくてリピート中!!  
藤崎町 K.Y様

**蜜芋屋**

赤からの鍋の素が好きでずっと食べてました。T sugarでOpenを知りすぐに行きました! 辛さと甘さのバランスが最高!!  
弘前市 T.S様  
手羽先唐揚げがオススメ!!  
ビールがすすみます!  
藤崎町 S.A様

**赤から**

**T.RISE Group** ハルル樹木

1/21(土) 新店舗 プランタンフローリア  
ハルル樹木に Grand Open!

**Froria printemps**

オースンを記念してT sugarご持参の方に  
ティーライズグループ6店舗でA~D下記のサービスを致します。

**メニュー A** **メディカルパーマ**  
(カット・パーマ・トリートメント)  
(ロング料金別途¥1,000) **¥8,000 ▶ ¥5,000**

**メニュー B** **SNSで大人気!! ツヤ感・手触り・柔らかな発色・ダメージレス  
イルミナカラー**  
(カット・全体染・ハイライト・シャンプー・ブロー) **¥3,000 OFF**

**メニュー C** **リタッチ(根本染)カラー**  
(シャンプー・ブロー別途¥2,000) 通常¥3,000~¥3,500 ▶ **¥1,000**

**メニュー D** **スペシャルシンデレラコース**  
(カット・パーマ・カラー・トリートメント・ネイル・エステ) **¥26,000 ▶ ¥13,000**

**コース 1日限定 3名様まで**  
**シンデレラコース**  
(カット・パーマ・カラー・トリートメント・ネイル・エステ) **¥20,000 ▶ ¥10,000**

※メニューの料金は、消費税抜き表示です。

2017 1月 JANUARY

**げんねん ECO スクール**

第一部 **食品中の放射性物質**  
講師/日本原燃(株)

第二部 **スイーツデコ ミラー&ケース (お菓子付き)**  
講師/MIMY 佐々木香織

**弘前会場** (日時) 1/17(火)  
13:00~受付開始  
13:30~開講(第一部・第二部)  
16:00 終了予定  
●応募締切/1月10日(火)必着  
●開催場所/弘前工業専門学校201室

**青森会場** (日時) 1/18(水)  
9:30~受付開始  
10:00~開講(第一部・第二部)  
12:30 終了予定  
●応募締切/1月10日(火)必着  
●開催場所/青森県立中央大学

**青森会場** (日時) 1/19(木)  
13:00~受付開始  
13:30~開講(第一部・第二部)  
16:00 終了予定  
●応募締切/1月11日(水)必着  
●開催場所/青森県立中央大学

**八戸会場** (日時) 1/20(金)  
13:00~受付開始  
13:30~開講(第一部・第二部)  
16:00 終了予定  
●応募締切/1月12日(木)必着  
●開催場所/ユーリー5階視聴覚室

**応募方法**  
郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、受講希望日、託児サポート希望の有無(0歳児~未就学児童対象・お子様のお名前(ふりがな)、生年月日、性別)を明記の上、日本原燃サイクル情報センターへハガキかメールでお申し込みください。  
※お問い合わせ・お申し込み後のキャンセルは必ずお電話(017-731-1563)でお問い合わせ下さい。(受付時間:平日9時~17時)

※第二部のみ参加はできません。  
F030-0802 青森市本町1-2-15  
日本原燃サイクル情報センター「ECOスクール」係  
mail: ecoschool@jnfl.co.jp

※お申し込みの際の個人情報につきましては、ECOスクールの運営及び実施に関する範囲内で大切にさせていただきます。

**弘前からJリーグを目指して!**  
**ブランデュエ弘前FC**

ブランデュエ弘前FC ホームページ →

**<2017サポーターズクラブ会員募集>**

レギュラー会員 3,000円  
ルーキー会員 1,000円  
ファミリー会員 6,000円  
プレミアム会員 30,000円  
(詳細はホームページをご覧ください。)

“わあんどの街弘前”で熱く戦う選手の応援を  
来シーズンも宜しくお願いします!

NPO法人 弘前Jスポーツプロジェクト事務局  
(営業時間/9:00~18:00 定休日/土・日曜日・祝祭日)  
〒036-8061 弘前市神田5丁目3-3  
TEL 0172-35-2012 mail info@blancdieu-hirosaki.com

**世界初!!** 浄水器は新しい時代へ...

スタイリッシュ&スリム

**高性能浄水器** + **ホワイトボードフレーム  
液晶テレビ  
写真フレームなど**  
(家庭水への必要性) 多彩なオプションがあります

**取り付け場所を選ばない超薄型設計!!**

地下1000mの天然水の水質を限りなく再現

お台所もスッキリ! 邪魔にならないA4サイズ (ノートパソコンサイズ) **A4サイズ**

高性能カートリッジ内蔵! 「AQUA TV」高性能浄水器装置

厚さ...なんと、薄いの **39mm**

**10年間カートリッジ交換が不要です!!**

賢者の浄水30歳! **イワナは嘘をつかない!** 各水質によるイワナの生育

オプションで液晶テレビを付ければテレビを見ながらクッキングも可能です!

検体名	生育時間	原因の研究
水運水	1時間	塩素1.5ppmにより塩素中毒
電気分解水	12時間	PH8.5の高いアルカリによる環境 悪化
AQUA TV	成育中!	ミネラルが豊富で有害物質を除去

※検体によっては取り付けない場合があります。お問い合わせ下さい。

**i shop リフォーム**

MAP 消防屯所 当店 すみれ老人ホーム 北橋小 帯八橋宮

住 黒石市馬場尻東161-19 ☎ 10:30~  
☎ 080-5224-1179 📍 あり





# 12月・1月の津軽のイベント情報



## 弘前市 弘前市内イルミネーション開催中 開催日/～2月28日(火)

冬の風物詩として毎年ご好評をいただいているイルミネーション。弘前市は城下町でありながら、もう一方で明治大正時代の洋館が数多く点在するハイカラな街です。期間中は現存する洋館など、市内の文化財施設などがライトアップされます。周辺のストリートをイルミネーションで作ります。街中にファンタジックな空間を演出します。



【点灯時間】日没～23:00 【場所】弘前市追手門広場、市内文化財など  
【問合せ】HIROSAKI DESIGN WEEKコンソーシアム事務局（弘前市広聴広報課内）TEL：0172-40-0494

## 平川市 ひらかわイルミネーションプロムナード 開催日/～2月3日(金)

弘南鉄道平賀駅前通りが約90,000個のイルミネーションでライトアップされます。光り輝くイルミネーションによる幻想的な雰囲気が楽しめますので、ぜひお越しください。



【時間】17:00～23:00まで  
※12月23・24・25・31日のみ17:00から～25:00まで  
【場所】平賀駅前通り 【問合せ】平川市経済部商工観光課 TEL：0172-44-1111

## 弘前市 弘前市・西目屋村消防団出初式 開催日/1月9日(月)

新春恒例の「弘前市・西目屋村消防団出初式」が土手町通りを会場に行われます。新年を迎え、歴史と伝統を誇る弘前市消防団のまとい振りや行進ラッパに合わせた勇壮な分列行進など、消防の心意気を披露します。



【時間】9:30～10:30 【場所】弘前市土手町十文字から一番町十文字  
※8:50～10:30まで会場周辺の通行が規制されます。ご理解・ご協力をお願いします。

毎月

西弘商店会維持振興会

# 24 25 26 にしひるの日

日は 西弘にある各店舗で様々なイベントを開催!!3日間は西弘に来ると何かがある!!

居酒屋 DINING HACHI	飲み放題30分延長 25日店休
居酒屋ゆかい	17:00～1:00 居酒屋ゆかいのスペシャル割引2時間飲み放題 1,290円→1,000円(290円引) 1,650円→1,350円(300円引)
居酒屋いち	12:00～深夜 次回つかえるサービス券
惣菜さとう	10:00～18:30 特上西弘定食850円(ハンバーグ・春巻・串カツ・ササミカツ・から揚げ2個) 西弘定食600円(とんカツ・とり唐2個)/お弁当・定食どれでもコロッケ1個サービス!!
しゅう	17:00～0:00 お会計2割引(税別)
じゅんフォト	9:00～17:00 プリント注文→ディズニーハンカチプレゼント 証明写真注文→アルバムプレゼント 25日店休 26日は18:00まで
株式会社三栄商会	ガソリンスタンドで給油のお客様ティッシュBOX1ヶプレゼント
タヤけ小やけ	18:00～2:00 その場で割り引き抽選会(100円～最高半額!!空くじナシ) ※1組につき代表の方1回のみ抽選となります。
西弘カラオケルーム メロディクイーン	16:00～20:00ご来店でルーム料金24%OFF!
焼肉 五エ門	17:00～L.O. サワー・ソフトドリンク飲み放題1時間240円 (食べ放題2時間コースの方に限る) 26日は17:30～
ブルナ	11:00～14:00/17:00～23:00 マンゴーラッシュ1杯サービス
やきとり西弘中野ベース	24日 18:00～19:00 ビールお1人様1杯無料 25日店休 26日 18:00～19:00 焼酎・日本酒・ワイン・サワー類いずれかお1人様1杯無料
Pub house かくれ家	ウィスキーボトルキープ2,400円



※順不同

※日付のない場合は3日間同じ内容です。上記にない店舗でも色々実施しております。ご来店お待ちしております!

生きる。あきらめない、その気持ちに応えます。

たとえ治すのが難しい病気になっても、決してあきらめないでください。たとえば、一定の評価と実績をもつすばらしい働きをする成分が、生きたいと願う気持ちを徹底的にサポートします。



- 6年間、80病院で採用！
- 2つ以上当てはまる方へ特にお薦めです。
- ☑過去にかかったことがある
  - ☑ご自身の健康を気遣っている
  - ☑現在、再発してしまった
  - ☑健康診断の数値が気になる
  - ☑毎日喫煙している
  - ☑ご両親に大病で死亡した方がいる
  - ☑睡眠時間が少ない
  - ☑「あなたの治療は難しい」と言われている

心と身体に健康プラス  
～創薬できるお薬～

**株八木橋薬局**

弘前市大字和徳町23-5 日曜日 9:00~19:00  
0172-35-2811

家賃を節約 18,000円～

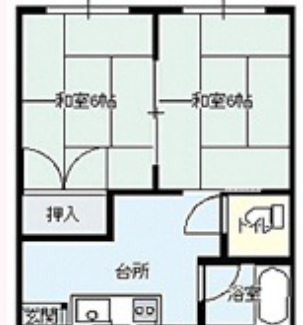
弘前市富田町55

弘前市中野  
ドリームⅠ  
ドリームⅡ  
も同時募集

**ドリームⅡ**



間取 1K  
賃料 2.5万円  
間取詳細  
洋間6・キッチン  
トイレ・浴室



間取 2K  
賃料 2.5万円  
間取詳細  
和室6×2・台所  
トイレ・浴室

お問い合わせ ☎ 090-2024-2177 (渡辺)



ACROSS PLAZA アクロスプラザ 黒石店

資材館  
**おもしろ市場**  
OPEN

なんでも扱う大型リサイクルショップ

- 着物、端布、生地、手芸
- 美術品、額縁、骨董品
- 業務用厨房商品
- 家具、家電、生活用品全般
- ステレオ、モニター大量入荷
- 介護用品、おもちゃコーナー
- 古本コーナー

津軽塗  
閉店商品  
大量入荷中



無料 0800-777-0112

**現金**  
券  
つかみどり

金額に応じた金券を差し上げます。  
100円以上お買上の方お一人様1回  
期間 2017年1月15日迄

**引越、閉店、遺品整理**  
不用品 おまかせ!!

鍵と防犯の専門店



弘前富田新築移転オープン!!

確かな技術で低価格!

- 合カギ製作
- 各種錠前(交換・取付・修理)
- ドアロック開錠
- 紛失キー再製
- 特殊錠取付(電気錠・指紋錠・リモコン錠)
- 金庫(開錠・修理・特価販売)
- 防犯機器取り付け

あらゆるカギと防犯のご相談はカギヨシへ  
☎0172-36-0036

営業時間 9:30~18:00 土曜17:00迄  
店舗定休日 日曜・祝日 土曜不定休  
夜間、休日のカギのトラブルは随時受付

Lock&Security



車用ヘッドキー 各種 ¥1,050(税込)



近ホームキー 各種 ¥1,290(税込)

LIFE

- 合カギ 432円(税込)~
- 特殊キー(ディンプルキーなど) 1,944円(税込)~
- イモビライザーキー 8,640円(税込)~

住 弘前市富田3丁目3-27  
☎ 0172-36-0036  
営業 9:30~18:00  
土曜日は17:00まで  
休 日・祝・土曜日不定休 有



資格免許をとろう!

常時講習中!

- フォークリフト
- 車輛系(整地等)
- 小型移動式クレーン

フォークリフト 運転技能講習 2日間コース

車輛系建設機械 運転技能講習 2日間コース

小型移動式クレーン 運転技能講習 2.5日間コース 3日間コース

※フォークリフト・車輛系建設機械の場合は大特免許所持の方に限ります。

青森労働局長登録教習機関  
青森県産業機械講習センター  
弘前市石渡1丁目23-1(三ツ矢自動車学校内)  
0172-34-6767



運転免許は三ツ矢におまかせ

冬に強いAWD教習車/インプレッサG4

教習車種

- 普通自動車免許(AT・MT)
- 普通二種免許
- 中型自動車免許
- 自動二輪免許(普通・大型)
- 大型特殊自動車免許
- 牽引自動車免許

おすすめの5大ポイントでスムーズに教習できます。

- ポイント1 コンピューターで楽々! 技能予約やキャンセルが全てこの一台でOK! ※電話でも予約・キャンセル出来ます。
- ポイント2 バイタリティーと思いやりのスタッフがあなたをサポート! アットホームな雰囲気であなただけに合わせた教習。親切丁寧な指導致します。
- ポイント3 学科問題練習機「武威」 あなたの強い味方うけあいです...!
- ポイント4 先進の教習設備でらくらく リアル3次元コンピュータアクセス・マスターズ。より安全な運転操作や適切な状況判断を学習できます。
- ポイント5 あなたのスケジュールに合わせた教習プラン 安心・おまかせコース/スピードコース/マイペースコース/期間限定コース

各種教習ローンの取り扱いをしております。詳しくは、当校受付までご相談下さい。

三ツ矢自動車学校 弘前市石渡1丁目23-1  
0172-35-6611  
<http://www.mituya-ds.jp>

平成28年4月6日

おめでとう!



# 弘前市立裾野小学校開校



11月12日(土)に開校・校舎落成記念式典が行われました。裾野の宝「63名の裾野っ子」です。



## 裾野小学校の秘密と自慢

2階建ての校舎は細長く、廊下の端から端までは、なんと100mもあります。でも、走る児童は0! ちなみに10mずつ印がついているよ!

修斉小と草薙小の学区と一緒に、学区の端から端までの距離は約8.5kmです。細長い学区ですが、3つの市や町と接しています。さて・・・。

弘前市立博物館所蔵の国の重要文化財である猪形土製品「いのっち」をチェーンアートで作成した裾小の「いのっち」が玄関ホールでみんなを出迎えてくれます。

## 今年、たくさんの行事を楽しみました!



6月 真っ赤な裾Tで運動会



7月 モーモースクール



9月 桜植樹



9月 東京フィル公演



10月 吉澤先生特別授業



11月 工事車両乗車体験



第37回ご紹介の学校は、弘前市立裾野小学校と弘前市立東目屋小学校です。

## 「はじめの一步」

弘前市立裾野小学校 教頭 相澤 純子

平成28年4月6日、弘前市教育委員会委員長九戸眞樹様の開校宣言と共に、裾野小学校は「はじめの一步」を踏み出しました。修斉小、草薙小が3月に閉校し、2校が統合して児童63名、教職員13名で、完成したての校舎でスタートしました。校舎ばかりでなく、校章、校歌も新しいです。また、入学式をはじめ全ての行事が第1回目です。今年度は、裾野小の土台を創るための「はじめの一步」を大切に、日々の教育活動を行っています。



## □ 校章 □ [作成者：弘前市教育委員会教育長 佐々木 健氏]



裾野地区は、岩木山山麓に広大なりんご園が広がっています。地の青は裾野の豊かな大地であり、円は地域が一つであることを表しています。白いりんごの花びらは、裾野小学校で生き生きと学ぶ子どもたちです。金色(こんじき)の「裾小」の文字は、これから築く日々の積み重ねが輝かしいものであるように、祈りを込めています。

## □ 校歌 □ [作詞：船越素子氏] [作曲：川村昇一郎氏]

【作詞に込めた思い】 Think globally, act locally(地球規模でものを考え、地域で活動しよう)という思いを込めています。そして、校歌の作詞を始める前に修斉小、草薙小を訪問し、両校が地域の方々に愛されている学校だと実感し、その思いを裾野小学校へと繋いでいくお手伝いができればと願い作詞しました。【作曲に込めた思い】 音域を広くしないで、やさしく、歌いやすく、それでいて歌詞の内容を十分表現できるように心がけました。校名を歌うところを合唱にし、それを繰り返して盛り上げ印象づけるようにしました。これらによって、新しい学校と児童が、未来へ大きく羽ばたくよう、願いを込めています。

※校歌は、弘前市のホームページで昨年度の校歌練習風景動画にて聴くことができます。

## 「子どものために」

弘前市立東目屋小学校 教頭 鎌田 悟

今年度、東目屋小学校に赴任した私にとって、そこは夢のような学校でした。東目屋に生まれ育った子どものために、教職員も保護者も地域の方々も、「全員野球」で取り組んでいるからです。多くの大人たちがつながり、子どものための活動を行っています。今回は、そんな様子についてお伝えします。

先日、学校の誕生日を祝う学校行事「もちつき会」が行われました。全校児童は58名ですが、もちつき会の参加者は、130名を超えます。児童・本校教職員はもちろん、保護者、地域の方々、そして弘前大学学生等が参加しているからです。本校は、今年創立86年を迎えましたが、現在に至るまでの歴史を、学校通信から引用して紹介します。

- ・明治20年に時習簡易小学校創立
  - ・明治30年に国吉尋常小学校創立
  - ・昭和5年、両校が統合するための新校舎完成
- 当時は中津軽郡東目屋村立東目屋尋常高等小学校。後に弘前市立東目屋小学校に改称。
- ・昭和25年12月に火災が発生したが、翌昭和26年12月に新校舎が竣工
  - ・昭和53年に新校舎が竣工し現在に至る
- (時習簡易小学校から数えると128年が過ぎたこととなります。)



さて、本校の学校教育目標は「正しく強く大らかな子」です。「正しく」は、正しい道を歩もうとする真面目で正義感に満ちた姿を、「強く」は、意思も身体も強く夢やめあてに向かって努力する姿を、「大らかに」は、友だちの失敗や過ちには寛大で、共に力を合わせて進むことを喜びと感じる心を持った姿を求めています。教育目標の実現を目指し、先生方は日々奮闘しています。



学校はもちろん、保護者・地域の皆様も、子どもたちのために頑張る姿は同じです。例えば、小中合同で行っている運動会。今年度は保護者の方々が、本物の応援を児童・生徒に見せたいと応援団を結成して披露しました。夜に集まり練習をした応援は迫力満点で、児童・生徒の心に大切なものを残してくれました。

また、11地区の町会長の皆様は、夏休み冬休み前に、子どもたちからあげられた危険箇所を、可能な限り改善して子どもたちが安全に過ごせるよう配慮してくれています。

チーム東目屋は、「子どものために」を合い言葉に頑張っているのです。

# 弘前のクリニック情報

身体の調子はいかがですが？どこか気になる事がございましたら、お早めに専門医療機関に受診・相談される事をお勧め致します。

**Dr.はらの「目より健康コラム」** はらクリニック 院長 原 徹 TEL 0120-1641-12  
弘前市駅前3-3-7 (AKIMOTOビル3F) <http://www.hara-cl.com>

## ✓ 子供は褒めろ！

vol.31

嫌いな勉強を子供にさせるには、  
①強制的にやらせる  
②将来、役に立つからと諭す  
③勉強したら褒美をあげる  
などの方法がありますが、最も成果の上がるのは、③が正解と言われて

います。子供は「目先の利益や満足をつい優先してしまう」のです。医療現場でも、子供に対して痛みを伴う治療の時は、「体にいい」とか「大きくなったら役に立つ」といってもほとんど無駄です。まして、叱つたらおしまいです。恐怖からは信頼関係は生まれません。

水いぼを取る時でも、前医での痛み記憶が残っている子は、暴れて麻酔のシールを貼らせてくれません。貼っただけでも褒める。泣いても、動かなかったことを褒める。繰り返して褒めることで、子供は頑張ります。



HOSPITAL

## Tsugaru アニマル通信

vol.29

### 猫の肥満細胞腫

明けましておめでとございます。ごり動物病院eのごりです。今年も動物たちが健やかに過ごせますようお祈りします。今回は猫の肥満細胞腫のお話です。犬にも肥満細胞腫がありますが、病態が異なりますので犬は次回にします。猫の肥満細胞腫は高齢の猫に見られる皮膚腫瘍の一つですが皮膚のみならず脾臓、肝臓、腹腔内リンパ節に発症しやすい腫瘍です。肥満細胞は核の周りの細胞質と言われる部分に顆粒を持っているのですがその顆粒の量やタイプによ

て良性、中間型、悪性に分けられます。症状は皮膚では気付く頃には小豆くらいの大きさで、円形もしくは卵円形で触ると硬く、脱毛や赤く(紅斑)なり、場合によってはジュクジュクしたびらんや潰瘍となります。発症は単独の場合も多発する場合もあります。脾臓や肝臓、腹腔内リンパ節で発症すると慢性的な嘔吐や下痢を起こすことがあります。肥満細胞の顆粒にはヒスタミンという物質が多く含まれていてこの顆粒が刺激によって放出されるとショックや血液が固まりにくくなります。診断は皮膚の場合には針生検や切除生検によって診断しますが、検査は肥満細胞の顆粒を染色することで確定することもあります。場合によっては

検査機関で検査する必要がある場合もありますので、主治医の先生にご相談ください。脾臓などの場合には血液の塗抹検査(血液を直接顕微鏡で検査する)にて肥満細胞を多く認める事もあります。治療は皮膚の場合には余裕をもたせた切除(十分なマージン)をし、脾臓の場合には脾臓摘出が選択されます。また抗がん剤による治療も行われます。肥満細胞腫は良性から悪性までパラエディーに富んだ腫瘍ですので、いずれにしても早期発見、早期診断、早期治療が大切ですので、皮膚の場合はわかりやすいので体中の皮膚チェックをしてみてください。



**ごり動物病院** 院長: 土田 靖彦  
弘前市安原1丁目1-8 TEL 0172-32-3808

# いずみだ整体療術院

**新しいメニューが出来ました!!** (初回限定 1回限り)

NEW ■ かつさ(ボディ) 45分 2,500円 → **2,000円**

NEW ■ かつさ(フットケア) 30分 → **1,200円**

**\* 通常メニュー \*** (初回限定 1回限り)

- 整体療術 60分 → 3,000円 → **2,500円**
- 肩こり、腰痛、冷え症、90分 → 4,000円
- 骨盤矯正etc... 120分 → 5,000円
- かつさ(フェイス) 40分 → 1,500円 → **1,200円**
- かつさ(ボディ) 45分 → 2,500円
- 女性限定 90分 → 4,500円
- かつさ(フットケア) 30分 → **1,500円**
- 超音波(スクラブ) 30分 → **1,500円** ※顔の状態より施術できない場合もありです。

施術したい所を選んでください。

- ①脚前面
- ②脚裏面
- ③おしり
- ④背中と首
- ⑤腕
- ⑥お腹

※例: 45分 脚前面とお腹etc...

**かつさとは?**

専用のかっさプレートを使用し「汚血」(老廃物)の排泄をサポートし血流を良くする。体の代謝が良くなるため、高いデトックス効果が得られる。注: 個人差はあります!

美容    ダイエット    老化防止

\*\*\* 出張あり・完全予約制・男性可 \*\*\*

**TEL: 090-7524-5032**

※施術中は電話に出られない事があります。その際は、折り返しご連絡いたします。

住所: 弘前市泉野4-10-4  
営業時間: 9:00~17:00  
定休日: 日曜日    ご予約は20:00までOK!  
駐車場: あり

**かつさの効果**

- 顔**: お顔の老廃物を流し、むくみ解消、小顔効果、たるみ、くすみ、シワ、シミ、リフトUP
- 体**: セルライトをつぶし、歪み矯正。リンパを流して肩こり、むくみ解消、風邪予防・便秘・冷え性解消
- 足**: 体の弱っている部分や悪い部分を見わけ治療効果を高めます。

9:00-12:00  
 14:00-18:30

※受付は、診療時間終了の30分前となります。  
 ※木曜日・第3日曜・祭日は休診日です。

住 弘前市大字早稲田4-1-5  
 電 0172-26-1692



**【最新4D超音波】**

妊娠24週胎児



4D超音波は、3Dの画像に動画性を加えた技術で、赤ちゃんの動きをリアルタイムで見ることが出来ます。お顔だけでなく、お腹の中で動いている様子も鮮明に見ることができます。



いちろうクリニックでは妊娠から出産までの時期が最高の思い出となりますように最新の医療技術をはじめ、経験豊かな医師・スタッフがまごころを込めて赤ちゃんとお母さんを応援します。

**【ホテルのような入院室】**

木のぬくもりを感じ、気持ちがりラックス出来るように配慮致しました。



**【キッズルーム完備】**

お子様連れでも安心して御来院頂けます。

弘前にラグビーワールドカップ2019公認チームキャンプ地誘致を実現する会



医療法人

**あきた耳鼻咽喉科クリニック**



Blancdiéu  
 HIROSAKI FC

目指せJリーグ！  
 当院は全力で応援しています！

スギ花粉舌下免疫療法を新規で開始できるのは1月末まで！

「喉」元過ぎれば暑さを忘れる」ように、この時期にスギ花粉症の辛さを思い出すのは難しいかもしれません。しかし今年のスギ花粉飛散量は過去20年間で2番目の多さとなり、多くのスギ花粉症の方がひどい症状で苦しみました。そんな中、スギ花粉舌下免疫療法を続けている方々の8割以上は、症状も軽く快適に過ごせました。このようにスギ花粉症に優れた効果が期待できるスギ花粉舌下免疫療法の新規受付は毎年1月31日まで一旦中断しなければなりません。弘前市周辺ではスギ花粉が飛んでいる2月～5月には治療を開始できないからです。詳しいパンフレットもご用意しています。是非ご相談くださいね。

日本耳鼻咽喉科学会認定  
 耳鼻咽喉科専門医 補聴器適合判定医



院長 秋田 二郎

◆診療科目  
 耳鼻咽喉科・アレルギー科

◆診療時間 ※水・日曜日、祝日は休診。但し急病の方はご連絡ください。

	月	火	水	木	金	土
午前9:00～12:30	○	○	×	○	○	○
午後3:00～6:30	○	○	×	○	○	○

※土曜午後5:00まで

◆住所：弘前市南城西2丁目5-12

◆電話：0172-32-2332

◆URL：<http://www.akita-ent.net/>



糖尿病・代謝・内分泌内科・胃腸内科

**今村クリニック**

弘前市大字松原西2丁目1-1 Tel.0172-88-3090

日本糖尿病学会専門医  
 日本消化器病学会認定専門医

院長 今村憲市



駐車場完備

気になる症状があればお早めに当院へどうぞ。

**知って得・納得一口メモ**

**大腸癌検査が気になる方へ**

大腸癌検診で便潜血反応が陽性になると全大腸内視鏡検査を受ける必要があります。特に大腸内視鏡検査は苦痛をとまなうため検査を受けるのが億劫になり大腸癌の診断が遅れることにつながりかねません。

最近、国立弘前病院では大腸CT検査を行っております。この検査はチューブを挿入した肛門から炭酸ガスを注入し、大腸全体を膨らませた後CT撮影を仰向け、うつ伏せ状態で2回行い、撮影したCT画像をコンピュータソフトで3D処理することにより、内視鏡を挿入したかのように大腸の内側を調べるものです。注入されたガスは体内で素早く吸収され消えるとのことです。

今村クリニック 院長 今村 憲市

弘前市医師会からのお知らせ  
**当番制で休日午前中に診療を行っております。**

1月の当番

内科 診療時間/9:00~12:00

1(日)	場崎クリニック	弘前市代官町86-2	TEL:38-6600
8(日)	さがらクリニック	弘前市桔梗野1-3-3	TEL:37-2070
15(日)	千葉胃腸科内科医院	弘前市石渡3-13-2	TEL:36-7788
22(日)	弘前温泉養生医院	弘前市真土字勝剣林334-1	TEL:82-3377
29(日)	沢田内科医院	弘前市茂森新町1-6-4	TEL:37-7755

お問い合わせは、一般社団法人弘前市医師会 TEL:32-2371 <http://www.hirosaki.aomori.med.or.jp/>

HOSPITAL



2016年、平成28年はみなさまにとって、どんな年でありましたでしょうか。早川内科肛門科も開院してなんと22年が過ぎました。医療は確実に進歩をしており、長生きすればするだけ医療も進歩し、さらに元気で長生きできるようにするという時代を迎えております。

もちろん、病気の早期発見、早期治療が原則であります。2017年、平成29年も知識と技術を研鑽し、みなさまのお役に立つ早川内科肛門科であり続けるよう頑張っけてゆきたいと思っております。これからも職員ともども、早川内科肛門科をよろしくごお願い申し上げます。



●住所/弘前市安原3丁目7-5



# 早川内科肛門科

Tel.0172-87-7700

最新の医療設備と施設で快適な環境づくりを行っております。あたたかい看護が治療活動を支えます。

診療時間	月・火・木・金	午前 9:00~12:00 午後 3:00~17:00
	水・土	午前 9:00~12:00
	日・祝	休診 (急患は電話連絡をお願い致します。)



# さわだ整形外科



整形外科  
 リハビリテーション科  
 リウマチ外科  
**骨粗鬆症  
 検診も  
 行っ  
 ています**

腰痛症・腰椎椎間板ヘルニア・腰部脊柱管狭窄症や、筋・筋膜性疼痛症候群などに対する治療  
**「トリガーポイントブロック」をご存知ですか?**  
 ※NHK「たのびてワッパン」で紹介された治療です。  
 やけどや一般外傷に対する治療として、被覆材を用いた、湿潤療法を行っています。痛みも少なく、治療期間が短縮されます。  
 ※身体障害者福祉法第15条の指定医となっておりますので、福祉用具の判定や、身体障害者意見書等の作成を行っています。「後たきり」の患者さんには検診も行っています。

<p><b>診察室</b>                  明るく清潔感あふれる部屋で、整形外科専門医の院長による診察を行っています。</p>	<p><b>レントゲン検査室</b>                  最新のデジタル検査機器を使って、安全で的確な撮影を行っています。骨粗鬆症検診・骨密度測定も行っています。</p>
<p><b>処置室</b>                  採血や点滴、各種の注射を行っています。ギプスを巻くものもこの部屋で行います。</p>	<p><b>リハビリテーション室</b>                  最新の治療機器を導入しています。運動器リハビリテーション・セラピーの資格を持った看護婦が担当しています。</p>

診療時間	【月・火・木・金】	午前 8:30~12:00 午後 2:00~6:00
	【水・土】	午前 8:30~12:00
	【日・祝祭日】	休診 ※急患応需

弘前市大開3-2-1(南高校通り)  
 TEL 0172-87-3311





# 救急情報

## 急な病気やケガ... 知ってよかった

弘前市急患診療所 場所/弘前総合保健センター1F

連絡先/0172-34-1131

所在地/弘前市大字野田 2-7-1

診療科目/内科・小児科・外科(休日診療のみ)



休日診療 (日曜・祝日・8/13・12/31・1/1~3)	夜間診療 (毎日)
10:00~16:00	19:00~22:30

内科・小児科以外や受付時間外などの救急医療情報は  
弘前消防本部(病院紹介専用)

**0172-32-3999**

あなたは大丈夫？  
ワキガのお悩み...

## ワキガのあれこれ

実は悩んでる人も多いワキガの臭い。それぞれの発症の原因や治療について、皮膚科・美容外科・美容皮膚科でおなじみの、はらクリニック院長、原先生にお話を伺いました。

### Q1 ワキガはどうして起こるのですか？

A1. ワキの下にあるアポクリン腺から出る汗が、ワキガ特有のにおいの原因となります。産まれたばかりの赤ちゃんには全身にアポクリン腺がたくさんありますが、活動をしていないので蒸発を免れたりすることはありません。アポクリン腺の発達は女性では初潮を迎える頃、男性はやや遅れて活動を開始します。

### Q2 ワキガは遺伝すると聞いたことがあるのですが...

A2. 結論から言うと、ワキガは優性遺伝です。片親のワキガの場合は50%、両親がワキガの場合は75%遺伝確率です。

### Q3 遺伝が無くても、ワキガになるんですか？

A3. 現代の食生活や精神的ストレスが、ワキガを引き起こしていることは確かです。特に、思春期は、性ホルモンの分泌が盛んなため、ワキガの症状が現れる事があります。このタイプのワキガは、年齢が高くなると自然に匂いが少なくなります。

### Q4 自分がワキガかどうか診断する方法はありますか？

A4. 耳アカを診る方法があります。これは外耳道にもアポクリン腺があるため、ワキガの人はほぼ例外なく耳アカが溜っています。食べるものや生活習慣が原因でワキガになる場合もあります。

### Q5 足の匂いが強いのですが、ワキガと関係ありますか？

A5. 足には、アポクリン腺が無く、エクリン腺という身体中どこにでもある汗腺から分泌される汗とアカ、それに細菌が働いて足の匂いを作り出す、「イソ吉草酸」だと言われています。

ワキガは、決して病気ではありません。人類がまだたくさん毛があったころは、殆どみんなワキガでした。進化の過程で、だんだん毛が薄くなると同時に匂いも減ってきました。アポクリン腺の無い人はいません。ちょっとした程度の差なのです。

ワキガの原因になりやすい習慣や食べ物 飲酒・喫煙・ニンニク・タマネギ・香辛料・コーヒー・チョコレート・やすい習慣や食べ物 バイナッフル・マンゴーなどはアポクリン腺からの分泌を活発にします。

- ワキガの手術法**
- ①切除法...ワキの下の有毛部分を切り取る
  - ②剪除法...有毛部分に切り込みを数本入れ、裏側のアポクリン腺をハサミで取り除く
  - ③皮下組織掻爬(そうは)法...数センチの切り口を開け、スプーン状の器具で皮膚の裏側を削る
  - ④皮下組織削除法...1センチの切り口を開け、ローラー付きの刃で皮膚の裏側を削る
  - ⑤皮下組織吸引法...数ミリの穴をあけ、細い管からアポクリン腺を含め脂肪吸引
  - ⑥皮下組織超音波吸引法...数ミリの穴を開け、超音波にて破壊してから吸引

ワキガは放っておくと症状が悪化する場合があります。早めの治療や予防が大切です。はらクリニックでもワキガの診察をしています。一人で悩まず、病院で診てもらって、快適な毎日を過ごしましょう。



HOSPITAL

**はらクリニック**  
最新レーザー医療 美容外科/形成外科/皮膚科  
0120-1641-12

http://www.hara-cl.com  
弘前市駅前3-3-7 (AKIMOTOビル3F)  
(診療時間)平日9:00~12:00/15:00~18:00  
土曜9:00~12:00/13:00~15:00  
(休診日)日曜・祝日

健康保険が使えます  
お気軽にご相談下さい。  
治療費等詳しくは、  
ホームページまたは、  
お電話でご相談下さい。

レーザー治療に関する設備は  
東北最大!



# ごり動物病院

日本獣医皮膚科学会  
認定医  
獣医学博士  
院長 土田靖彦

**診療時間**  
午前9:00~13:30  
午後4:00~8:00

\*受付は診療終了30分前までにお済ませください  
\*急患の場合必ず電話連絡の上ご来院ください

### 診療動物

犬・猫・うさぎ・フェレット  
ハムスター・鳥・は虫類など

### 休診日

水曜日・祝日  
※学会などにより休診となる場合あり

### 診療内容

内科・外科・皮膚科・その他  
アニマルレイキヒーリングも行っております。  
※アニマルレイキヒーリングとは自然治癒力を高める手当療法です。



弘前市安原1丁目1-8 TEL 0172-32-3808 http://www.gorivet.com

# おおたのはんこは良いはんこ

今年で創業122年を迎える太田印房のはんこは、確かな技術と心を込めた「唯一無二」。

おけそおご  
すたいろ祝入  
すい本は学  
めあ物勿論・新  
ですあなたを論社  
にも身にそ人  
つもの



こんなものもあります!

- 縁起の良い印鑑
- 可愛いおしゃれハンコ
- 携帯ストラップ&まつり札



## 太田印房

住 弘前市和徳町212  
電 0172-32-7666  
営 8:30~19:00  
9:30~17:00(日・祝)  
休 正月・GW・お盆各3日間



# 文化祭・学園祭 オリジナルクラフト 作るうぜ!!



オリジナルシャツプリントサービス  
**CRAZY MESH**  
クレイジーメッシュ

飛び込みプリント可!!  
気軽にご来店下さい。

青森県弘前市境関字亥ノ宮 42-3  
営業時間 11:00 ~ 20:00  
TEL 0172-78-3086  
f CRAZY MESH SSP



76.3MHz **FM JAIGO** ラジオは、ともだち♪  
**WAVE**  
(株) エフエムジャイゴ ウェーブ

### 週間番組表 (一部抜粋)

Time	月	火	水	木	金
8:00	「リメンバーミュージック・邦楽」				
9:00	「演歌と歌謡の時間」				
10:00 ↓ 13:00	「ラジドキ」 パーソナリティ: 藤原あすか・いっくう				「じゃい金」 藤原あすか いっくう
14:00	あれこれ、はれぢ	板橋かずゆきのミュージック・ベジタブル	第1週 「ゆりとけんじの演歌旅」 第1週以外 「午後の歌謡・演歌」	「スターダストレビューの星になるまで」	「俊ちゃんの人生応援歌」
14:30	「午後の歌謡曲」	小澤俊のオー!リンズ!	「午後の歌謡・演歌」	「午後の歌謡曲」	
15:00 16:00	「アフタヌーンパラダイス」				
17:00	「リメンバーミュージック・邦楽」				

リクエストはこちらへ↓

#### E-mail

生放送番組用  
live@fm-jaigo.co.jp  
制作番組&他メッセージリクエスト用  
fm763@fm-jaigo.co.jp  
※「件名」に各番組名を必ず入力してください。

#### FAX

0172-43-8211  
\*おかけ間違いにご注意下さい。

#### ハガキ

〒038-1199  
田舎館郵便局 私書箱5号  
\*ご希望の番組名を書いてお送り下さい。

FM JAIGO WAVE受信エリア:

田舎館村・藤崎町(旧常盤村)  
■市街地…弘前市・黒石市・平川市  
■一部…青森市(旧浪岡町)・板柳町

**リクエスト・  
メッセージ  
お待ちしております!**

おススメ映画情報!



**1月7日(土)公開**  
**中島みゆきconcert 一会**  
**2015~2016 劇場版**  
 2015年11月12日から2016年2月11日にかけて開催され、約6万人を動員した『中島みゆき Concert「一会」(いちえ)2015~2016』を、あらかも会場の最前列にいるかのような臨場感で体感できる貴重な機会をお見逃しなく!  
**特別鑑賞料金 2,500円**  
©2016 YAMAHA MUSIC PUBLISHING INC.



**1月14日(土)公開**  
**本能寺ホテル**  
 元OLと織田信長との「本能寺の変」前日の奇妙な遭遇を描く歴史ミステリー。婚約者の両親に会うために京都を訪れたヒロインが「本能寺ホテル」という宿に泊まり、本能寺の変の前日に、暗殺の標的となっている信長に出会い、信長や森蘭丸と交流するさまが描かれる。  
©2017 フジテレビジョン 東宝 ホリプロ



**1月27日(金)公開**  
**ドクター・ストレンジ**  
 ベネディクト・カンバーバッチを主演に迎えたヒーローアクション。事故で両手が思うように動かなくなった天才外科医の姿を描き出す。たとえ敵であろうとも他者を傷つけることのできない外科医の行く末は?  
©2016 Marvel



**1月28日(土)公開**  
**恋妻家宮本**  
 作家・重松清の小説「ファミレス」を脚色し、子供が独立して二人きりになった夫婦が、家族の在り方を模索していくさまがコミカルに展開する。熟年離婚の危機に瀕した夫がどんな家族像や夫婦像を示すのかに注目!  
©2017「恋妻家宮本」製作委員会

※旧ワーナーマイカル・シネマズ弘前  
**AC イオンシネマ弘前**  
 AEON CINEMA  
 〒036-8091 弘前市高崎2-15-1 さくら野百貨店別館  
 お問い合わせ: 0172-26-1113 URL www.aeoncinema.com



2017.1.22

津軽の一代様について

「一代様」とは、自分の生まれ年の干支を守り神として信仰するという、藩政時代から続く津軽地方独特の習慣です。新年に家族それぞれの一代様へお参りをしたり、干支の絵馬を奉納したり、受験や就職などの人生の節目においては、厄年に参拝する習慣が今でも残っています。



- 子** 子手観音菩薩 目屋の清水観音  
「多賀神社」弘前市桜庭清水流104
- 丑** 虚空蔵菩薩 百沢の虚空蔵様  
「求聞寺」弘前市百沢字寺沢29
- 寅** 文殊菩薩 最勝院の文殊様  
「金剛山最勝院」弘前市銅屋町63
- 卯** 文殊菩薩 茂森(兼平)の天満宮  
「天満宮」弘前市西茂森1-1-25  
※卯年は2箇所あります
- 辰** 普賢菩薩 愛宕様(勝軍地藏)  
「橋雲寺」弘前市大字愛宕字山下63
- 巳** 勢至菩薩 袋の観音堂  
「白山姫神社」黒石市袋字富岡112
- 午** 大日如来 大鰐の大日様  
「大円寺」大鰐町蔵館村岡12
- 未** 不動明王 古懸の御不動様  
「國上寺」平川市碓ヶ関古懸門前1-1
- 申** 八幡大菩薩 弘前の八幡様  
「弘前八幡宮」弘前市八幡町1-1-1
- 酉**
- 戌**
- 亥**

厄年…災難に遭いやすい年として身を慎む厄を払う習慣があり、一般的には下記の年齢とされています。  
**●男性・25、42(大厄)、61歳 ●女性・19、33(大厄)、37、61歳**  
 厄払い…神社へお参りしたり、厄除け祈願のお守りを買ったりします。また、身につける長いものや、うろこ模様のもので肌身離さず所持できるものを持って行き、祈禱してもらって「御祈禱料」を奉納します。料金は各神社によって異なります。

# 求人情報

新しい自分に  
向かってはばたこう!



## 業務多忙につき、パートタイマー募集

### ■募集内容■

(下記店舗以外でもお気軽にお問合せ下さい。)

店舗	募集内容	時間	店舗	募集内容	時間	店舗	募集内容	時間	
弘前市 大原店	畜産	5H	弘前市 高杉店	畜産	5H	弘前市 岩木店	畜産	5H	
	レジ	5H		レジ	5H		食品	5H	
	食品	7H		レジ	5H		デリカ	5H	
	水産	5H		水産	7H		水産	5H	
弘前市 堅田店	レジ	5H	弘前市 浜の町店	デリカ	5H	弘前市 豊石五所川原	寿町店	食品	7H
	食品	3H		レジ	7H		新宮店	デリカ	5H
弘前市 城東店	レジ	5H					レジ	7H	

お問い合わせ、ご応募は各店舗まで!!

※また、すでに求人終了となっている場合もありますのでご了承下さい。

【生鮮活祭】



株式会社 佐藤長

〒036-8184 弘前市松森町93

TEL (0172) 36-7755

## 作業員急募!!

【勤務地】弘前市内

■大工見習■

【勤務地】宮城県内

■大工■

・16,000円(日給)・赴任旅費別途支給  
・食事付き(3食)・宿舎1人部屋完備

■雑工・土木作業員■

・12,000円(日給)・赴任旅費別途支給  
・食事付き(3食)・宿舎1人部屋完備

【勤務地】福島県内

■除染作業員■

・16,000円(日給)・赴任旅費別途支給  
・宿舎2人部屋・食事別 1,340(2食)

ハウスコンサル 弘前市  
取上5丁目8-1  
TEL 090-2024-2177

## 女性アルバイト募集

学生・留学生もOK!

【職種】接客

【人数】若干名

勤務時間・時給等詳細は  
相談のうえ決定します。  
まずはご連絡ください!

酔い処しゅう

住所:弘前市中野1-13-44

TEL:0172-34-8151

## 理容師・美容師募集

☆業務多忙につき☆

【職種】理容師・美容師 ※正社員・パート

【人数】2名

【資格】理容師または美容師免許

【休日】応相談

【時間】10:00~20:00 ※パートは応相談

【給与】正社員 20万5千~31万以上可

パート 時給730円~1,200円

【待遇】無料駐車場完備

交通費支給・アパート等の賃料を

半額負担します(当社規定による)

【応募】まずはお電話下さい。

090-7563-6489 (担当/阿保)

センカット  
1カット

住所:弘前市早稲田4-3-2

0172-26-0141

## 業務多忙につき

☆美容師募集☆

【職種】美容師 ※正社員

【人数】1名

【資格】美容師免許

【休日】応相談

【時間】8:30~18:00

【給与】20万5千~31万以上可

【待遇】無料駐車場完備

交通費支給・アパート等の賃料を  
半額負担します(当社規定による)

【応募】まずはお電話下さい。

090-7563-6489 (担当/阿保)



〒036-8087 弘前市早稲田4-3-4

TEL 0172-55-9688

## 美容師募集

☆業務多忙につき☆

【職種】美容師 ※正社員

【人数】1名

【資格】美容師免許

【休日】応相談

【時間】9:00~19:00

【給与】20万5千~31万以上可

【待遇】無料駐車場完備

交通費支給・アパート等の賃料を  
半額負担します(当社規定による)

【応募】まずはお電話下さい。

090-7563-6489 (担当/阿保)



〒036-8057 弘前市八幡町3-2-4

TEL 0172-35-4816

## スタッフ募集

明るくて活発な方、大歓迎!!

【職種】フロント事務

レストラン及び宴会場スタッフ

【時給】130,000円

(正社員登用制度有)

【募集人数】1名

【勤務時間】7:00~16:00

12:00~21:00

※シフト制による(休日月8回)

【経歴】未経験者大歓迎

【その他】社保完備・交通費支給

大館矢立ハイッ

0186-51-2311

【住所】秋田県大館市長走字陣場311

3P掲載

## パート・アルバイト募集

明るい職場でおいしいお弁当を作りませんか？

【職種】 接客・調理補助  
 【人数】 若干名  
 【時間】 7:30~13:00  
 17:00~21:00  
 【時給】 700~850円  
 【応募】 詳細は面接にてご説明致します。

40歳くらいまでの方歓迎!

じよいふる

住所:弘前市三岳町5-1  
**TEL:0172-88-6013**

1P掲載

## アルバイト大募集!

11月28日(月)オープン!!

【時間】 16:00~24:00  
 【時給】 800円  
 22:00以降1,000円  
 【勤務地】 赤から弘前青山店  
 【応募】 詳細はお電話にてお問合わせ下さい。

弘前市青山1丁目19-2  
**0172-31-2901**  
**090-2884-4044**

9P掲載

## 社員・パートアルバイト募集

事業拡大中!従業員募集!!  
ゴミを減らし環境改善に貢献できる仕事です!

【職種】 リユース・リサイクル  
 【人数】 2~3名  
 【給与】 正社員15~20万円  
 アルバイト時給800円~(半年間750円)  
 【休日】 柔軟に調整可能です  
 【勤務地】 おもしろ市場黒石店/浪岡店  
 【応募】 詳細は面接にてご説明致します

資材館  
 担当:吉崎  
**TEL:090-2278-4103**

## Tsugaru設置スタッフ募集!!

【人数】 2人  
 【職種】 設置スタッフ  
 【資格】 高卒以上~45歳位まで  
 自動車持ち込み可能な方  
 【時間】 9:00~17:00  
 【日給】 5,000円  
 【配布場所】 弘前市、黒石市、平川市、五所川原市等

ひと月に1日だけのお仕事です。

ご応募お待ちしております

詳細はお電話にてお問合わせ下さい。

応募方法 まず下記電話番号へお電話下さい。追って面接日をご連絡いたします。

応募に関するお問合せは

TEL 0172-33-5312

■ 情報誌・Web・企画制作 ■

〒036-8155 青森県弘前市中野1-9-14  
 E-mail...info@navi-hiro.com

3P掲載

## NEWスタッフ募集!!

週末勤務出来る方  
大歓迎致します!!

【時給】 1,200円~(委細面談)  
 ※その他手当有り  
 ※服を貸出します  
 ※詳細については面談にて  
 【時間】 20:00~(相談応じます)  
 【勤務】 週1~もOK  
 【年齢】 20代・30代の方  
 【応募】 まずはお電話下さい

らうんじ

弘前市大町1-6-2 駅前センター1F  
 TEL 090-2027-2763 (11:00~)

JOB

## Tsugaru 設置場所一覧

下記の他、掲載店や人の集まる場所に設置しています。

<ホテル>

- ・ホテルニューキャッスル
- ・ホテルナクアシティ弘前
- ・弘前パークホテル
- ・弘前プラザホテル
- ・弘前国際ホテル
- ・弘前グランドホテル
- ・弘前東栄ホテル
- ・ルートイン弘前
- ・ルートイン城東
- ・ホテルハイパーヒルズ弘前
- ・スーパーホテル弘前
- ・プロッサムホテル
- ・ホテルニューレスト
- ・東横イン
- ・ドミーイン弘前
- ・ホテルリコルソ弘前
- ・ホテルアップランド

<公共施設>

- ・弘前市役所
- ・弘前市立観光館
- ・弘前駅案内所
- ・まちなか情報センター
- ・弘前総合学習センター
- ・献血ルーム
- ・ANEKKO野市里
- ・四季彩館
- ・JAつがる弘前
- ・FMジャイゴウェーブ
- ・ロマンピアそうま
- ・道の駅碓ヶ関「関の庄」
- ・鯛come
- ・立佞武多の館

<スーパー>

- ・さとちょう(松森町店)
- ・小比内店・大原店・桔梗野店
- ・相馬店・常盤店・高杉店
- ・浪岡店・鑿田店・新宮店
- ・広田店・森田店・城東店
- ・平賀店・尾上店 浜の町店
- ・寿町店・金木店
- ・いとく(浪岡店・板柳店)
- ・平賀店・アルカディア店
- ・ユニバース(富士見店・城東店・黒石駅前店)
- ・コープあおもり(西弘前・黒石店)
- ・カプセンター(神田店・弘前店)
- ・MAXバリュー 安原店

<学校>

- ・弘前大学
- ・弘前学院大学
- ・東北女子短期大学

<その他>

- ・さくら野 弘前店
- ・ヒロロ3階キッズコーナー
- ・ルネスアベニュー
- ・TSUTAYA
- ・スーパースポーツゼビオ
- ・スーパーフリース弘前中央店
- ・カラオケ合衆国 102号店
- ・カラオケ合衆国 弘前城東店

# Tsugaru イチオシのお店②

**居酒屋 いち**  
 住 弘前市中野1-13-45  
 休 不定休 Pあり  
 営 昼12:00～深夜  
 電 0172-38-6119

★ 当店 ★  
 弘前学院大前駅  
 コーブ  
 みちのく銀行 セブンイレブン

人気No.1 **いち味噌ラーメン**  
 にんにくたっぷり 野菜たっぷり

人気No.2 **とろ〜り見かけ**  
 4種類の肉をたっぷり使用!

2017年も 居酒屋いちを 宜しくお願い致します!

**新年会のご予約承ります。**

**旨いから揚げ 旨い屋**

弘前市新市町55-34-3  
 営 11:30～19:00 (不定休)  
 電 080-4434-3145

お店でメニューを差し上げております

から揚げの味は多彩な15種類

大人の塩	SS	¥400-
旨しゅう油	S	6個入り
塩こうじ	S	¥580-
たれマヨ	M	10個入り
ユリレンチ	M	¥1140-
旨チリ	L	20個入り
ブラックペッパー	L	¥1700-
旨マヨ	L	30個入り
ハニーマスタード	LL	¥2260-
甘辛南蛮タルタル	LL	40個入り
ねぎ塩だれ	3L	¥2820-
ねぎ塩おろしだれ		50個入り
パセリマヨ		
オニオンソース		
チーズ		

12月31日～1月3日は ご予約商品のお渡しのみとなります  
 当日店舗販売は行いませんのでご注意ください  
 お早目のご予約をおすすめいたします

14種類から選べる から揚げ弁当 **¥480-**

電話予約のご来店をおすすめいたします  
 ※※※ 配達についてはお問い合わせください

幕の内弁当・オードブル等は 3日前までにご注文ください

から揚げ・焼きどりのオードブルは当日のご注文でもOK!

**ラーメン ショップ 弘前店**

味を守り続けて26年。 これからも頑張り続けます。

チャーシュー丼 (ミニ) **350円**

ネギチャーシュー丼 (ミニ) **400円**

住 弘前市堀越字川合184  
 電 0172-27-3292  
 営 11:00～20:00  
 休 月曜日 Pあり

旧7号線  
 ラーメンショップ 弘前店 弘前貨物7号倉庫  
 国道7号線バイパス  
 ←至大橋 至城東方面→

**食堂 狼森**  
 おいもり しょくどう

住 弘前市大字狼森字天王8-4  
 電 0172-87-4459  
 営 11:00～19:00  
 休 火曜日

人気No.1 **狼森のみそラーメン 700円**

ニラ・ニンニク 控えめで仕事中でも安心ギョーザ!!

手作り **ギョーザ6個 350円**

味自慢 **焼きそば 600円**

## 地域情報紙「Tsugaru」求人・広告掲載大募集!!

お気軽に ★★ お問合せください!!

人の集まる場所(スーパー・ホテル・学校等)に多数設置しています!



■情報誌・Web・企画制作■  
**NAV! 通信**  
**TEL 0172-33-5312**  
 〒036-8155  
 青森県弘前市中野1丁目9-14



Tsugaru1月号

# 読者プレゼントコーナー



プレゼントコーナー

1

掲載ページ13P

いすみだ整体療術院

整体(60分)or  
かさボディ(45分)

...2名様

※どちらか1つ。※引換券郵送致します。



2

掲載ページ18P

イオンシネマ弘前

映画ご招待券ペア

...3名様

※チケット郵送致します。



3

掲載ページ21P

から揚げ焼きとり 旨い屋

から揚げSサイズ  
(10個入)

...5名様

※引換券郵送致します  
※お店まで引き取りに来られる方



4

掲載ページ21P

狼森食堂

味噌ラーメン  
1杯無料券

...5名様

※引換券郵送致します



5

青森コロナワールド

ポップコーン無料券

...10名様

※引換券郵送致します。



6

青森コロナワールド

映画招待券

...3名様

※チケット郵送致します。



☆☆☆プレゼントの応募方法はこちら☆☆☆

【下記の内容をハガキに記入してNAVI通信宛までご応募下さい】

- ①住所・氏名・年齢・電話番号(ハガキ表面に書いてもOK!!)
- ②希望する商品番号と商品名(第1希望・第2希望迄)
- ③今月掲載の中から利用したお店とその感想
- ④本誌で紹介してほしいお店と理由・くちこみなど
- ⑤本誌を入手した場所
- ⑥Tsugaruご愛読は何回目ですか

※プレゼントのご応募は、お家族様1回のご応募となります。  
 ※当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。  
 ※住所・氏名の書き忘れにご注意下さい。

宛先は → 〒036-8155 青森県弘前市中野1丁目9-14  
 コチラ → NAVI通信「Tsugaru1月号プレゼント」係 までご応募下さい。



NAVI通信NAVI通信NAVI通信NAVI通信NAVI通信

- ◆ホームページ 掲載情報やイベント情報など!
- ◆ブログ スレセント状況やグルメ写真等!
- ◆Facebook いいね!お待ちしております!
- ◆Twitter フォローしてね (^o^)/
- ◆スクログのパスー Tsugaru・KADARUバックナンバー閲覧無料!



プレゼント応募締切  
 &  
 Tsugaru2月号は  
 1月25日(水)

コープあおもりの

# 夕食宅配

## 5つのポイント

配達料  
**無料**

★利用者の声★  
食材が多彩で  
バラエティに富み、  
栄養のバランスも  
とれています。骨取りの  
魚は安心して食べ  
られて、とても  
気に入っています。

### 健康バランス食

#### 油淋鶏 (献立例)



煮和え  
カロリー: 35Kcal / 塩分: 0.6g

ちりめん葱  
カロリー: 28Kcal / 塩分: 0.5g

小松菜のお浸し  
カロリー: 7Kcal / 塩分: 0.2g

かぼちゃサラダ  
カロリー: 58Kcal / 塩分: 0.2g

油淋鶏  
カロリー: 141Kcal / 塩分: 0.9g

このお弁当のカロリー・塩分・アレルギー  
カロリー **269kcal** 塩分 **2.4g** アレルギー (卵・乳・小麦)  
※栄養成分の値は製造時成時の計算値であり、食材、調理状況により  
差異が生じる場合がありますので目安としてお考え下さい。

※メニューは一例です。  
※写真はイメージです。

1. 適切な栄養バランスでカロリー控えめ
2. 塩分控えめ
3. 安全・安心な食材
4. 手作りへのこだわり
5. 高齢者の見守り活動

レンジでチン!!  
ホカホカおいしい!!  
500W 1分30秒  
700W 1分20秒

1食あたり  
本体価格  
**478円**  
税込価格 516円

月～金のうち、週3日以上からご利用いただけます。全3コースからお選びください。

### なごみ弁当



鮭の焼き魚 (献立例)

ごはん付き  
500kcal 基準  
塩分2.5g 基準

1食あたり  
本体価格  
税込価格 537円 **498円**

### 虹のげんき食



肉団子のクリーム煮 (献立例)

おかず6～7品  
350kcal 基準  
塩分3.0g 基準

1食あたり  
本体価格  
税込価格 589円 **546円**

### お届け地域

青森市・弘前市・五所川原市・つがる市(木造・柏・森田)  
黒石市・平川市・藤崎町・田舎館村・大鰐町・板柳町・鶴田町  
※上記地域の中で、一部、お届けできない地域があります。

詳しくは **COOP 生活協同組合コープあおもり** ☎0120-102-705

お電話受付時間/月～金 午前9:00～午後6:00・生活協同組合 コープあおもり 配食サービスセンター

## 夕食配達スタッフ募集!!

【職種】 ご注文頂いたお弁当を自家用車でお届けし、  
利用の申し込み受付と説明をするお仕事です。  
【資格】 普通自動車運転免許(AT限定可)  
自動車任意保険に加入していること  
【勤務地】 青森市(浪岡)・平川市(松崎温泉様近く)  
【時間】 12:30～16:30(4時間)

【給与】 時給720円  
【休日】 土曜日・日曜日・年末年始  
(※祝日勤務あり)  
【待遇】 配達で使用した燃料代は  
規定に沿って支給いたします。  
雇用保険あり。



**無料**