

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(2月号実績)】◆つくば・土浦・牛久 92,606部 ◆県央版 136,231部

月刊 Plaza 県南版

クーポン・求人情報付
2017 vol.149
3
TAKE FREE

ディーラーおすすめ!国産車と輸入車の新車セレクション

春のスクール特集 歓送迎会を成功させるならこのお店 住まいを見に行こう!!



ぶらざクーポン
配布中!

QRコード

ぶらざクーポンを使うと
日本赤十字社へ募金できます
[P#]http://www.joyo-plaza.co.jp
twitter @joyo_plaza

設置場所
随時
更新中!

【本誌の配達を希望されない皆様へ】
大変お手数ではございますが下記へ
ご連絡をお願いします。
月刊ぶらざポスティング担当
TEL.029-835-3535





コーディネートされた家具付き フル装備のデザイン建売住宅

見学予約受付中



※平成24～26年度優良住宅産業研究機構
（建築用ビルダー賞）着工棟数ランキング



「シックモダン」スタイルの家。



「ナチュラルカジュアル」スタイルの家。



No.05 | 4LDK 【敷地面積】217.03㎡(65.65坪) 【延床面積】124.21㎡(37.57坪)
1F/61.90㎡(18.72坪) 2F/62.31㎡(18.85坪) **販売価格 2,950万円** (税込)

土地+建物+外構+家具+省エネ給湯器+駐車場3台
「ウッドノート牛久南」物件概要：●所在地/牛久南南6丁目●交通/JR常磐線「牛久南」まで約2,400m(徒歩30分)●開発許可番号/第1号(牛27417)●開発総面積/9,577.14㎡●敷地面積/5.5区画●今回販売棟数/1棟●構造/木造軸組半二世帯住宅工2階建●土地用途/217.03㎡(65.65坪)●延床面積/124.21㎡(37.57坪)●販売価格/2,950万円(税込)●道路/敷地境界 約6m●都市計画/市街化区域●用途地域/第一種低層住居専用地域●建ぺい率/50%●容積率/100%●設備/東京電力、都市ガス、公営水道、公共下水●学区/向台小学校(徒歩9分約600m)、牛久南中学校(徒歩10分約800m)●地目/宅地●権利/所有権●引渡日/相談●建物完成時期/2017年1月●設計-施工/株式会社ノーブルホーム●取引態様/売主



No.02 | 4LDK 【敷地面積】217.31㎡(65.74坪) 【延床面積】120.62㎡(36.48坪)
1F/60.86㎡(18.41坪) 2F/59.76㎡(18.07坪) **販売価格 3,180万円** (税込)

土地+建物+外構+家具+省エネ給湯器+駐車場3台
「ウイングタウン本郷」物件概要：●所在地/稲敷郡阿見町●交通/JR常磐線「荒川沖」まで約1,800m(徒歩23分)●開発許可番号/変更第1号(牛27611)●開発総面積/31,253.04㎡●敷地面積/10.3区画●今回販売棟数/1棟●構造/木造軸組半二世帯住宅●土地用途/217.31㎡(65.74坪)●延床面積/120.62㎡(36.48坪)●販売価格/3,180万円(税込)●道路/公道約6m●都市計画/市街化区域●用途地域/第一種低層住居専用地域●建ぺい率/40%●容積率/80%●設備/公営水道、個別プロパン、東京電力、公共下水●学区/本郷小学校(徒歩18分約1,400m)、朝日中学校(徒歩9分約700m)●地目/宅地●権利/所有権●引渡日/相談●建物完成時期/2017年2月●設計-施工/株式会社ノーブルホーム●取引態様/売主

ノーブルホームの「デザイン建売住宅」の魅力

当社インテリアコーディネーターが1棟1棟、床や壁紙、照明はもちろん家具までコーディネートした様々なスタイルのデザイン、一つとして同じ建売住宅はなく、付加価値の高いお住まいを提供しています。プロのスタッフの思いこもったオンリーワンの住まいをぜひ、ご体感ください。

- 01 一棟一棟異なるこだわりのデザイン**
ニーズに合わせたオリジナル取り設計 / テーマに合わせた外観・内観デザイン
- 02 優れたコスト×安心安全な品質**
厳選された設備・品質でうれしい価格設定 / 家族の安心を守る厳しい検査・施工体制
- 03 充実のフル装備で入居のスムーズ**
最新設備 / カーテン / コーディネート家具
- 04 住んでも安心のアフターサービス**
定期点検 / 30年長期保証保証システム[※] / 24時間365日サポート[※]

ウッドノート牛久南【牛久南南会場】

ウイングタウン本郷【稲敷郡阿見町会場】

物件についてのお問い合わせは、下記展示場まで

| | | | |
|--|--|--|---|
| 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) 029-850-1100 営業時間 AM9:00～PM7:00 | 土浦展示場 〒300-0812 土浦市下高津4-19-7 (ABCハウジング土浦総合住宅公園内) 029-835-9150 営業時間 AM10:00～PM6:00 | 守谷展示場 〒302-0109 守谷市本町241-1 (守谷住宅公園内) 0297-47-8870 営業時間 AM10:00～PM6:00 | うしく展示場 〒300-1207 牛久市ひたち野原5-21-1 (うしく住宅展示場内) 029-870-4570 営業時間 AM10:00～PM6:00 |
|--|--|--|---|

NH ノーブルホーム 本社/〒310-0852 水戸市笠原町1196-15 ☎029-305-5555 ●営業時間/AM9:00～PM7:00
 ●建築業許可/茨城県知事許可(特)260 第28371号●宅地建物取引業者免許/茨城県知事(特)第6531号
 ●住宅性能保証責任法人(特)ハウスジーン 展示場事業者番号NR200808356

Webには掲載以外にも茨城県内各地の土地・建売の情報が満載!!
 見学会やイベント情報も随時掲載中!!

年間**150棟**を
超える実績!

完全自由設計

ローコスト&ハイクオリティの家づくり

1,000万円台でかなえる
自由設計の注文住宅



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
広々とした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
な外觀スタイル
の住まい。



cube style

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。



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。



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。

アゲル
土地
情報

売り主につき
手数料0円

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5951号
○会社社団法人全日本不動産協会会員
○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(統26)第30990号
○一級建築士事務所登録 茨城県知事登録第A3015号

つくば市 学園南3丁目 全16区画

NEW 1,190万円 ~ 1,430万円
211.71㎡(64.04坪) 216.79㎡(65.57坪)

つくば市 研究学園3丁目 全31区画/残り13区画

1,590万円 ~ 2,190万円
195.50㎡(59.14坪) 227.83㎡(68.92㎡)

牛久市 ひたち野東2丁目
全15区画/残り6区画

1,180万円 ~ 1,350万円
211.03㎡(63.83坪) 200.30㎡(60.59坪)

阿見町 うずら野1丁目
全9区画/残り7区画

750万円 ~ 930万円
233.04㎡(70.49坪) 205.75㎡(62.23坪)

NEW かすみがうら市
全15区画

680万円 ~ 820万円
187.52㎡(56.72坪) 199.04㎡(60.20坪)



つくば店 029-886-3221
茨城県つくば市研究学園 4-1-9



牛久店 029-893-6511
茨城県牛久市神谷 6-41-2



土浦店 0299-57-3371
茨城県かすみがうら市上稲吉 1917-1

好きな時間に
気軽に!



お仕事にも! お引越しにも!

— 便利でお得な —
トヨタレンタカー

軽自動車も
あるんだ!





仕事でも引越しにも人気NO.1!
雨の日でも安心!

レジアスエースバン 人気 No.1!



レンタル料金
12時間まで **¥12,420**

荷室寸法 荷長 3,000mm、荷幅 1,545mm
荷高 1,335mm (3/6人乗りタイプ)

近距離・短時間の
お荷物運搬に!

タウンエースT



レンタル料金
12時間まで **¥6,480**

荷台寸法 荷長 2,430mm、荷幅 1,585mm
荷高 360mm

たくさんのお荷物運搬
家族でのお引越しに最適!
リフト付ならさらにラクラク!

ダイナ アルミバン



レンタル料金
12時間まで **¥14,040**

荷室寸法 荷長 2,785mm、荷幅 1,780mm
荷高 1,900mm
リフト付車両…普通免許運転不可

*荷室・荷台寸法は最大寸法になります。細部寸法は部位・突起物等により変わります。

全国どこからでも

トヨタレンタカー予約センター
ゼロハチゼロゼロ ナナセン イチバンバイ

☎ **0800-7000-111** 無料

Welcab

ウェルキャブ専用
ゼロハチゼロゼロ ナナセン フクシ

☎ **0800-7000-294** 無料

オープン時間8:00~20:00(年中無休)※一部つながらない電話・回線があります。

24時間いつでも

ホームページトヨタレンタカータイプ
www.toyota.co.jp/rent/

携帯で、便利

携帯からのアクセスはこちら!
<http://rent.toyota.co.jp>

※機種によりご利用できない場合があります。

詳しくはお近くのトヨタレンタリース店へお問合せください

トヨタレンタリース茨城 **検索** <http://toyota.r-ibaraki.co.jp>

| | |
|--------------------|-----------------------|
| 水戸駅南店 029-225-0100 | 土浦荒川沖店 029-842-0102 |
| 県庁前店 029-243-0202 | 土浦駅西口店 029-825-3100 |
| 赤塚店 029-251-0100 | つくば学園店 029-851-0100 |
| 日立多賀店 0294-37-0100 | TXつくば駅前店 029-860-2900 |
| 日立駅前店 0294-22-2221 | 牛久店 029-870-0100 |
| 勝田店 029-274-3399 | 取手店 0297-78-0100 |
| 石岡駅前店 0299-36-0330 | 守谷店 0297-48-2900 |
| 茨城空港店 0299-37-2131 | 古河駅前店 0280-32-0077 |
| 神栖店 0299-93-1100 | 筑西店 0296-20-2100 |
| 那珂店 029-295-7867 | 石下店 0297-42-1010 |

教育と買物を徒歩圏で叶える緑豊かな分譲地

ライフィン つくば並木 新規分譲開始

建築条件はありません



物件概要 ■所在地/茨城県つくば市並木三丁目12番1地 ■交通/つくばエクスプレスつくば駅から約4,800m ■建築予定面積/184㎡ ■開発面積/3,979.41㎡ ■土地面積/185.35㎡(1区画)~227.08㎡(1区画) ■販売価格/18,420,000円(1区画)~21,830,000円(1区画) ■用途地域/第一種中高層住居専用地域 ■その他の制限/第一種文教地区・第一種高度地区 ■地区計画/並木第四地区地区計画 ■建ぺい率/60% ■容積率/200% ■地目/宅地 ■道路/6m,9m,12mつくば市道(建築基準法第42条第1項1号道路) 6m開発道路(建築基準法第42条第1項2号道路) ■施設/公共水道・公共下水道・都市ガス・東京電力 ■負担金/上水道加入金80,000円(+消費税) ■取引形態/売主(1/ばらき不動産) ■免許番号/茨城県知事(3)6074号 ■開発許可番号/28つくば開発許可第120号 ■建築条件/建築条件はありません ■売主のため特約手数はかかりません ※図面と現況が異なる場合は現況を優先させていただきます。

つくば立体デザインの家

8号棟 土地 建物 外構 オール電化 エコキュート 太陽光発電 駐車場2台

太陽光発電とエコキュートで
光熱費の節約ができる家

販売価格 3,680万円 4LDK 敷地面積/180.07㎡(約54.47坪) 延床面積/111.78㎡(約33.81坪)

9号棟 土地 建物 外構 省エネ給湯器 駐車場2台

朝からリビングが
暖かい
穏やかな家

販売価格 3,480万円 4LDK 敷地面積/180.01㎡(約54.45坪) 延床面積/111.78㎡(約33.81坪)

物件概要 ■所在地/茨城県つくば市研究学園二丁目22-6地 ■交通/つくばエクスプレス研究学園駅徒歩14分 ■都市計画/市域化区域 ■用途地域/第一種中高層住居専用地域 ■敷地面積/180.01~180.07㎡(約54.45~54.47坪) ■建物面積/111.78㎡(約33.81坪) ■構造/木造2階建 ■建物種別/第15LDH1W種0376号地 ■建ぺい率/40% ■容積率/80% ■地目/宅地 ■道路/9mつくば市道 ■設備/オール電化・太陽光発電(8号棟)、都市ガス(9号棟) ■建物完成時期/平成28年7月 ■入居時期/即入居可 ■価格/3,480~3,680万円(税込) ■取引形態/売主(1/ばらき不動産) ■売主のため特約手数はかかりません ※図面と現況が異なる場合は現況を優先させていただきます。

販売会開催

3月の毎週**土日**
10:00~16:00

販売会ご来場でお申込み、ご成約の方**〈先着1名様〉**に
家具・カーテン・エアコン等

100万円分
プレゼント!

つくばエクスプレス 研究学園駅 **徒歩14分**



お問い合わせ

ばらき不動産
IBARAKI
本社 | 茨城県笠間市美原1丁目1-43
TEL.0296-78-5545 FAX.0296-78-5540
つくば営業所 | 茨城県つくば市吾妻3丁目18-7
TEL.029-893-4813 FAX.029-893-4813

0296-78-5545
営業時間/9:00~18:00(火曜・祝祭日を除く)
宅地建物取引業
茨城県知事免許(3)6074号
いばらき不動産 検索



茨城県マスコット ハッスル黄門

ご存知でしたか!!

とっても便利な

シルバー人材センターです



頼れるシニアが、
そのお仕事を引き受けます。

まずは
お問合せ
ください



例えば...

お庭の除草作業

お庭の手入れが気になってはいるが、時間や人手が無くてなかなか作業が出来ない方へ。

植木の手入れ

大切な植木。高い技能を持つ経験豊富なスタッフなので安心です。

襖張替

古くなった襖や障子を専門技術で、キッチンとキレイに仕上げます。

簡単な大工仕事

気になっている直したい所を、長年の知識と技で使いやすくします。もちろん丁寧。

引越しの事前準備・お掃除

食器や本、衣類などの梱包や軽作業をお手伝い。※墓地のお掃除も可能です。

家事のお手伝い

お困りの家事をトータル的にサポート。知恵袋としても評判です。

など

※「具体的な作業内容」と「その料金」等についてはお近くのシルバー人材センターにお問合せ下さい。
※お仕事をお受けする形態は、その内容により、請負、委任、労働者派遣、有料職業紹介のいずれかとなります。

その他

●宛名書き

●受付事務

●樹木消毒

●屋内外清掃

●広報誌等の配布

●和洋裁 ●ペンキ塗り

●障子の張替

●パソコン指導

サービス分野

●福祉 ●介護サービス

●観光ガイド ●育児サービス

他にも、いろいろなお手伝いが可能です。

あなたの知識と技術と経験を地域で活かしてみませんか

シルバー人材センター

会員募集中!

入会の条件

- おおよね60歳以上で働く意欲のある方
- 入会説明会を受け、センター事業の趣旨に賛同していただける方
- 入会申込書と所定の書類を提出され、規定の会費を納入していただける方

【詳しくはあなたの街のシルバー人材センターにお問い合わせ下さい。】

- | | | | |
|-------------------------|-----------------------|------------------------|--------------------|
| ■ 水戸市 029-303-7272 | ■ 北茨城市 0293-42-3262 | ■ 筑西市 0296-25-4181 | ■ 美浦村 029-886-0007 |
| ■ 日立市 0294-34-6018 | ■ 笠間市 0296-73-0373 | ■ 坂東市 0297-35-4811 | ■ 阿見町 029-888-2036 |
| ■ 土浦市 029-824-8281 | ■ 取手市 0297-72-9288 | ■ 稲敷市 029-892-3323 | ■ 境町 0280-86-5415 |
| ■ 古河市 0280-92-7018 | ■ 牛久市 029-871-1468 | ■ かすみがうら市 029-898-3130 | ■ 茨城町 029-292-8627 |
| ■ 石岡・小美玉市 0299-23-3399 | ■ つくば市 029-879-5199 | ■ 桜川市 0296-55-0201 | ■ 城里町 029-288-7013 |
| ■ 結城市 0296-33-0222 | ■ ひたちなか市 029-273-4727 | ■ 神栖市 0299-92-7583 | ■ 大子町 0295-79-1222 |
| ■ 龍ヶ崎市 0297-64-3641 | ■ 鹿嶋市 0299-83-5577 | ■ 行方市 0299-80-6818 | ■ 河内町 0297-84-5455 |
| ■ 下妻市・八千代町 0296-44-3198 | ■ 潮来市 0299-63-1213 | ■ 鉾田市 0291-32-4448 | ■ 五霞町 0280-84-0208 |
| ■ 常総市 0297-22-2588 | ■ 守谷市 0297-48-8591 | ■ つくばみらい市 0297-25-2102 | ■ 利根町 0297-68-7896 |
| ■ 常陸太田市 0294-72-7700 | ■ 常陸大宮市 0295-53-5885 | ■ 大洗町 029-264-8828 | |
| ■ 高萩市 0293-23-7911 | ■ 那珂市 029-295-5741 | ■ 東海村 029-282-3446 | |

公益社団法人 茨城県シルバー人材センター連合会 ■TEL.029-244-4622 ■ホームページ <http://www.ibaraki-silver.jp> ■Eメール ibarakirengo@sjc.ne.jp

イオンモール土浦

SPRING has come!

Event Information

2/24 **観覧無料**
会場 専門店街1F 花火ひろば

あさみちゆき **北川大介**
 新曲「出ない手紙を書いています」
 発売キャンペーンミニライブ
 新曲「晴美のブルース」
 発売キャンペーンミニライブ

時間
 ①13:00~
 ②15:00~

時間
 16:30~

2/25 **2/26** **観覧無料**
会場 専門店街1F 花火ひろば

NTT ドコモ タブレット移動図書館
 NTTドコモのタブレットイベント開催! 移動図書館がやってくる!
 誰でも自由にタブレットで読書! 絵本を楽しむ体験型イベントです。
 タブレットだからカラーの表紙が楽しめる!
 タブレットで子ども様に絵本の読み聞かせ!
 “タブレットならではの”をぜひご体験ください。

時間 2月25日 ①11:00~19:00
 2月26日 ①10:00~18:00

会場 専門店街1F 花火ひろば

3/5 **観覧無料**
会場 専門店街1F 花火ひろば

ララちゃんとおそぼろ!!
がっきで
チャチャチャ

みんなの大好きなモーリーファンタジーのララちゃん、
 モーリーの仲間たちとおそぼろくるよ!
 公式アプリやオンラインをきっかけにララちゃんを
 歌ったりおどったり、たのしくおそぼろ!!

参加費 50名まで
ララちゃんシール
プレゼント!

時間 ①11:00~11:30
 ②15:00~15:30

会場 専門店街1F 花火ひろば

3/26 **観覧無料**
会場 専門店街1F 花火ひろば

中澤卓也
 新曲「青いダイヤモンド」
 発売キャンペーンミニライブ

時間
 13:00~

会場
 専門店街1F
 花火ひろば

2/25 **2/26** **観覧無料**
会場 専門店街1F 花火ひろば

ミニ移動博物館がやってくる!

時間
 10:00~18:00

会場
 専門店街1F
 花火ひろば

3/4 **観覧無料**
会場 専門店街3F イオン土浦店前

**自分で描いた絵は
 意外と難しい!?
 コンパクトパズル**

時間 ①13:30~14:30
 ②15:00~16:00

会場 専門店街3F
 イオン土浦店前

対象 4歳~小学6年生

3/25 **観覧無料**
会場 専門店街1F 花火ひろば

**カピバラの
 赤ちゃんが
 やってくる!**

開催決定!!

3/26 **観覧無料**
会場 専門店街1F 花火ひろば

美川憲一
 新曲「十三夜月」
 発売キャンペーンミニライブ

時間
 15:00~

会場
 専門店街1F
 花火ひろば

Big Friday 専門店限定企画 **2月は24日(金)・25日(土)・26日(日)**

毎月、月末の週末、金曜からの3日間連続

WAON POINT **10%ポイントバック!!**
 つかって、おトク!

たまっている「WAON POINT」をWAON POINT加盟店でご利用いただくと、後日*ご利用WAON POINT数の10%**を還元いたします。

電子マネー・WAONカードのWAONポイントのご利用は対象外となります。

※1 翌月末までに、WAON POINTをご利用いただいたカードに順次付与いたします。
 ※2 残数は切り捨てとなります。(WAON POINTは7の倍数では、最大10%の還元とし、場合によりWAON POINTに満たない場合は、1%の還元となります。)

イオンモール土浦ビッグフライデー

専門店税込3,000円(合算可)以上ご購入のレシートで**シネマ鑑賞券**を先着**50名様にプレゼント**

レシート対象期間 2月24日(金)のみ **シネマ鑑賞券引換場所** 2Fインフォメーション **引換期間** 2月24日(金)のみ 10:00~21:00

※詳しくは、イオンモール土浦ホームページ <http://www.aeon.jp/sc/tsuchiura/> をご覧ください。 ※イベント内容及び出演者は主催により変更・中止させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

イオンモール土浦
 〒300-0811 茨城県土浦市上高津367番地

イオンモール土浦
 TEL.029-835-8000 (受付時間)
<http://www.aeon.jp/sc/tsuchiura/>

イオン土浦店
 TEL.029-835-8000 (受付時間)
<http://www.aeon.jp/aeon/tsuchiura/>

右のQRコードを読み取るだけで、イオンモール土浦特等サイトに簡単にアクセスできます。

※電話番号をよこしお申込みの上、お届いたのらないようおかけください。



| 専門店街 | | イオン土浦店 | |
|-------------------------|-----------|------------|-------------------|
| 1F-2F-3F | 1F レストラン | 1F 食品売場 | その他 1F-2F-3F |
| 9時~22時まで | 11時~22時まで | 9時~24時まで | 7時~22時まで 9時~22時まで |
| 駐車場のご案内 | | 駐車場の案内 | |
| P 駐車場 4,800台 (臨時駐車場を含む) | | P 駐車場 440台 | |

土浦市
国分町

自然素材たつぷりの
健康住宅

毎週
土日祝
見学会開催！
10:00▶17:00



夜もあつたか
めくもりの家

エコアイ「年中快適」全館空調換気システム

床暖冬涼夏

「省エネ床下暖房」は、従来の床だけを暖める床暖房と違い、床下で暖められた空気を循環させて、床だけでなく家全体を暖めます。暖房費は一般住宅と比べて1/3に節約します。

浴室も洗面所もあたたかい
キッチンもあたたかい
底冷えする朝もあたたかい
床がほんのりあたたかい

冬は暖かく夏は涼しい理想的な空調・換気システム

PM2.5を98%、花粉を98%カットする
アレルノンフィルター

花粉・ほこり 砂ほこり PM2.5・ダニ

PM2.5が含まれた外気を取り込みます。
PM2.5フィルターZ(シグマ)50

PM2.5フィルターZ(シグマ)50は電石加工されているため、電荷を帯びたPM2.5を98%キャッチします。

98%除去された外気を室内へ取り込みます！

いまならまだ間に合う!!!!
600万円相当のソーラー発電が0円で設置
今なら初期費用0円

LINE@で毎な情報やお得なイベント案内を配信！
LINE@はじめました
スマホでアクセス！お友達追加できます！▶▶▶
LINEの友だち追加から「二次元コード」または「ID検索:@xxk1074f」で登録！

最新！ディーラーおすすめ！ 国産車と輸入車の新車セレクション

春に向けて、車のお買い替えや新車のご購入を考えている方もきっと多いはず！
今回は乗りたい車がまだ決まっていないあなたに、各ディーラーのスタッフさんからオススメしたい最新の車をご紹介します。



日本

スズキ自販茨城



約6年ぶりにフルモデルチェンジしたスイフト!!
120kgの軽量化を実現し、低燃費を追求した
マイルドハイブリッド1,200cc、低燃費・ハイパ
ワーを両立する1,000ccターボの2タイプを設
定!!欧州で鍛え上げた軽快で機敏な走りをご
体感下さい!!ご試乗で、QUOカード進呈中!!



店舗情報については、P.10をご覧ください。
ご来場クーポンもあり!!クーポンを持っていくと来場記念品がもらえます!



スイフト HYBRID RS
1,691,280円～
(メーカー希望小売価格・消費税込)



FREED HYBRID
2,256,000円～
(メーカー希望小売価格・消費税込)



HONDA

日本

Honda Cars 茨城西

1,500ccのコンパクトミニバン。小回りが利いて燃
費もよく、1,500ccの車としては力強い走りも実
現。大人数が乗れる広々空間で、ファミリーカーな
らでは様々な安全装置が充実しているのも特
徴。どこへ行くにも、誰が乗るにも、全てにおいて
“ちょうどよい”が詰まった新型車です。



店舗情報については、P.65をご覧ください。
ご来場クーポンもあり!!クーポンを持っていくと来場記念品がもらえます!



PEUGEOT

フランス

PEUGEOT つくば



1958年に初めてディーゼル車を発表し、以来、
プジョーはディーゼルエンジンの進化の牽引役で
有り続けています。BlueHDiは、クルマと暮らしを
革新する最新のクリーンディーゼルエンジン。人
にも環境にも優しく、優れた経済性を持ちながら、
新次元の力強い走りを生み出す動力性能も大き
な魅力です。299万円～のモデルもございます。



308 SW GT BlueHDi
3,788,000円～
(メーカー希望小売価格・消費税込)

☎029-843-8833

土浦市卸町2-14-3 営業時間:10:00～19:00 定休日:水曜日

Car catalog

ライフスタイルに合わせて、
お気に入りの1台を選んでみませんか？



Mercedes-Benz

ドイツ

メルセデス・ベンツ つくば



1883年に設立された世界最古の自動車メーカーの一つでもあるベンツ。「未来型Eクラス」をキャッチに発表された新型Eクラスは、「完全自動運転にさらに近づく革新的な安全運転支援システム」など数々の先進的技術を搭載しています。車内空間の快適さに至るまで、未来の車を思わせる、死角のない最新型のモデルです。



E200 AVANTGARDE Sports

7,270,000円～

(メーカー希望小売価格・消費税込)

☎029-852-5600

つくば市研究学園2-1-5 営業時間:10:00～19:00 定休日:水曜日
【認定中古車販売拠点】つくばサーティファイドカーセンター(つくば市学園の森3-5-2)



PORSCHE

ドイツ

ポルシェ センターつくば



Macan

6,850,000円～

(メーカー希望小売価格・消費税込)

1948年以來、ポルシェは常にスポーツカーを創り上げてきました。それは、これからも決して変わることはありません。しかし、夢だけでポルシェを諦める時代は終わりました。このポルシェ マカンは月々10,500円～でお客様の手に。「いつかはポルシェ」ではなく「今、ポルシェ」を。詳細は店舗まで、ぜひお越しください。



☎029-858-0911

つくば市学園の森3-5-2 営業時間:10:00～19:00 定休日:水曜日



ドイツ

MINI つくば/MINI NEXT つくば



豊富なカラーや可愛らしいデザインからは想像もつかないパワフルな走りは、まさにドイツ車ならではの。クラブマンは MINI の中でも特別ラグジュアリーな仕様です。クリーンディーゼルを搭載し、よりお得なオプション“MINI YOURS”が付いたこちらのモデルは、シートに座るだけでもスペシャルな MINI をご体感頂けます。



MINI COOPER SD CLUBMAN

4,100,000円～

(メーカー希望小売価格・消費税込)

☎029-860-3298

つくば市研究学園4-1-13 営業時間:10:00～19:00 定休日:水曜日

↓下記の↓
クーポンを
お店で使うと

1枚10円

東日本大震災の支援
活動に従事する「日本
赤十字社」へ寄付い
たします。

詳細はP.52を
見て下さい

車検専門店Rakuda 〒029-843-5456(土浦本店) / 0297-65-0523(龍ヶ崎予備所)

1,000円(税込)割引

●お断り不可

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

整備・修理 見積無料 引取納車 代車完備 安心してお任せ下さい!

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。

ふらざクーポン券をご提示が「ふらざ見た」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

| | |
|--|--|
| 軽自動車 ムーブ、ミラ等 51,300円 | 小型車 ヴィッツ、パソ等 【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 | |

★予約、お問合せの際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

◆土浦本店：土浦市町町1-5-18(乙戸近辺) ☎(029)843-5456
◆龍ヶ崎予備所：龍ヶ崎市佐買町2-18-6 ☎(0297)65-0523
<http://go.rakuda-pro.com/>

バイク販売買取・アフターサービス

レッドバロン 土浦

RED BARON



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

バイクのある生活、レッドバロンが全力でサポートします!

オートバイ買取実施中!

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

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し込みいただけます!免許取得前でもOK!

全国311店舗展開のオートバイ買取り&販売専門店。

世界のオートバイを販売している当店は、国内4メーカーの新車・中古車はもちろん、外車・逆輸入車、往年の名車といわれた旧車やサイドカー・トライクまで、豊富に取り揃え。楽しいバイクライフに欠かせない点検・整備、万が一のアクシデントにも対応するロードサービスに至るまで万全のアフターサービスが揃う。スタッフの細やかな対応も魅力。

☎029-843-1221

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



クルマのことなら
オートボックス

オートボックスグループの
まかせて **安心 納得** の

もちろん **お見積りは無料!!**
お気軽にお尋ねください

車検

信頼の技術 納得の正直価格 選べるパーツ

期間限定 3月31日◎まで
入庫予約で **500ポイント** & **5箱** プレゼント!

入庫予約で **500ポイント** & **5箱** プレゼント!

オートボックスの車検は
安心3重保障 **3つの保証が1年間無料で付いてくる!**

パンクによるタイヤ交換補償 **1万円** ※1年保証
窓ガラス修理・交換補償 **3万円** ※1年保証
パンパーキス修理・交換補償 **1.5万円** ※3年保証

オートボックス・カーズでクルマが売れる!

無料査定 実施中!!! おクルマ査定 所要時間 30~40分

あなたのクルマを **高価買取めざします!**

ガチャガチャにチャレンジ!

査定でPON! **ティッシュ(5箱)**
キッチンペーパー
ポケットティッシュ

買取でPON! **査定額1万円増額!**
5,000ポイントプレゼント
カップラーメン1ケース

期間限定 3月31日◎まで

オートボックスで売却するメリット!

- 1.おクルマの査定額5日間保証!
- 2.リサイクル料金を別途返金!
- 3.おクルマの名義はしっかりと変更!

3/31までに車をご購入で、ドラム缶1本分のガソリンが抽選でもらえるキャンペーン! ※詳しくはスタッフまで

このクーポンを切り取ってお持ち下さい。

①店内商品割 3,000円(税別)以上お買い上げで **500円割引**
※一部商品を除く
月野Plaza 有効期限:129年3月末日

②店内商品割 3,000円(税別)以上お買い上げで **500円割引**
※一部商品を除く
月野Plaza 有効期限:129年3月末日

③店内商品割 3,000円(税別)以上お買い上げで **500円割引**
※一部商品を除く
月野Plaza 有効期限:129年3月末日

④車検予約特典 車検の入庫予約でオートボックスポイント **500ポイント** & **ティッシュ5箱** プレゼント!
月野Plaza 有効期限:129年3月末日

Super AUTOBACS スーパーオートボックス・土浦東大通り

TEL.029-841-3848

■住所 | 茨城県土浦市西根南3-5-25
■営業時間 | AM10:00~PM8:00

〒317-0001 茨城県土浦市西根南3-5-25

地球に優しく

私たちに
できる
ことは?

「いばらきエコスタイル」

Ibaraki eco style

家庭の省エネ
のすすめ

家電・機器を選ぶときは、省エネ型

省エネ性能の優れた機器に買い替えた場合のCO₂排出量、電気料金を比較してみましょう。

●電気冷蔵庫

401~450L 新旧機種比較

年間CO₂排出量
(kg/年)



約8,530円節約

●照明器具

白熱電球60W相当品の比較

年間CO₂排出量
(kg/年)



電球形LEDランプは長寿命
トータルコストでお得!

約2,410円節約

※年間電気料金は1日5.5時間点灯した場合の目安電気料金です。

●液晶テレビ

40V型 新旧機種比較

年間CO₂排出量
(kg/年)



約3,510円節約

●エアコン

2.8kW (8~12畳) 新旧機種比較

年間CO₂排出量
(kg/年)



約4,800円節約

出所:「省エネ性能カタログ2016年冬版」経済産業省資源エネルギー庁

新生活に合わせて
省エネ家電への買い替えを

技術の進歩により、家電製品やガス・石油機器などの機器は、機能性とともによりエネルギー消費効率が大幅に向上しています。

機器の買い替えの際に、省エネ型の製品を選択することが、家庭の省エネにつながります。

上手な買い替え方

例えば、冷蔵庫は家族の人数や買置き量を、エアコンは部屋の広さや建物の構造を考慮して、消費電力量を比較しながら、ライフスタイルに合った大きさや機能の機種を選びましょう。

表示内容
check

統一省エネルギー
ラベルの例
(電気冷蔵庫)



何が表示されているの? 統一省エネルギーラベル

- 多段階評価
市場における製品の省エネ性能の高い順に5つ星から1つ星で表示
- 省エネルギーラベル
省エネ性マーク、省エネ基準達成率、エネルギー消費効率、目標年度を表示
- 年間の目安電気料金
エネルギー消費効率(年間消費電力量等)をわかりやすく表示するために年間の目安電気料金で表示

出所:「省エネ性能カタログ2016年冬版」経済産業省資源エネルギー庁

ご家庭のエネルギー使用状況と対策がわかる!

「毎月の光熱費を抑えたい」と思っている方も、実際の対策に戸惑っていませんか。そこで、各家庭のエネルギー消費状況から具体的なアドバイスが受けられる「うちエコ診断」について、うちエコ診断士の今泉 真太郎さんにお話を伺いました。



Q 「うちエコ診断」とはどのようなものですか?

A 「うちエコ診断」とは、私たち「うちエコ診断士」が環境省の診断ソフトを用いて、受診者と対面でご家庭のエネルギー使用量を確認し、その結果に基づいた「省エネルギー」対策をアドバイスするものです。診断は無料です。

Q 診断ではどのようなことを行いますか?

A まずは、戸建て住宅が集合住宅か、木造か鉄骨か、さらに家の広さ、築年数など家の構造や世帯人数などの家族構成、そして、自家用車、給湯、照明、テレビ、調理食洗、冷暖房など10項目のエネルギー使用状況について、ヒアリングを行います。エネルギーの使用状況とは具体的にどのような項目ですか?

A たとえば、暖房であれば、暖房器具の種類、使用年数、平均使用時間、設定温度などです。

Q 診断結果ではどのようなことがわかりますか?

A エネルギー使用状況を診断ソフトに入力することで、年間のエネルギー使用量、光熱・燃料費、またCO2排出量などが「数値化」されます。



さらに、受診者のご家庭が平均と比べて「エネルギーを使い過ぎていないかどうか」、また、「家庭が100世帯あったと仮定した場合、あなたの家庭のエネルギー消費量は何位か」などがその場ですぐに確認できます。

Q 結果を受けて、受診者の反応はいかがでしたか?

A エネルギー使用状況が「数値化」されることで、「こんなに使っているのか」と驚かれる方もいらっしゃいますが、普段なかなか把握できないエネルギー使用量が「わかってよかった」という声も寄せられています。そして、この診断結果を基に、年間のCO2削減目標と光熱費の削減目標を設定し、受診者に適した省エネ対策のアドバイスを行っています。

Q 省エネ対策やCO2削減と聞くと、なかなか自分には難しそう……と考える方もいらっしゃると思いますが、決して難しいことはありません。たとえば、皆さんは暖房の設定温度を高めに設定していませんか?あるいは、お風呂でシャワーを流しっぱなしにしていませんか?じつは、「冷暖房の設定温度を控える」「暖房の風向きを下向きにする」「シャワーの使用時間を短くする」

「冷蔵庫の温度設定を弱にする」「冷蔵庫に食材を詰めすぎない」など、日頃の生活を少し見直すだけでも省エネにつながるのです。実際に、こうしたアドバイスを受けて、「それだったらすぐにできますね」と前向きに省エネに取り組もうとされる受診者も多いです。

Q 「うちエコ診断」では省エネ対策後の節約の効果もわかりますか?

A もちろんです。「うちエコ診断」では、さきほどのエコ対策のほかにも、節水シャワーヘッドを取り付けたり、電球をLEDライトに交換したり、省エネエアコンや省エネテレビに買い替えたりなど、「どのような省エネ対策を行うと、年間でいくら光熱費を抑えられて、何年で元が取れるのか」を金額で確認することができます。

Q 最後に省エネ対策のポイントについて教えてください。

A 私は、うちエコ診断士のほかにも地球温暖化防止活動推進員として、地域の皆様に対する環境教育やエコクッキングのお手伝いなどを行っています。多くの方々と接するたびに、エコに関する新しい発見があり、私自身も大変勉強になっています。そして、こうしたさまざまな活動を通じて、省エネ対策とは、「エコロジィ&エコノミー」であり、無理なくで

きる範囲で実践することだと感じています。一人ひとりのライフスタイルは異なりますので、それぞれに適した省エネ対策があります。皆さんも、まずは普段の生活の中で実践できる「長続きする、無理のないエコ」から始めてみてはいかがでしょうか。



【取材者】今泉 真太郎さん
環境省「家庭エコ診断制度」うちエコ診断士、茨城県地球温暖化防止活動推進員、ハウジングライフ(住生活)プランナー、ホームインスペクター(住宅診断士)、2級建築士、不二建設株式会社 設計部所属

「うちエコ診断」については、下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

記事に関するお問い合わせ

掲載 P.17 **低燃費住宅 つくば**



この会社に決めた理由
つくば市・3人家族

見学してとてもよかったので宿泊体験もしました。夜、外は3°Cでしたが家中どこも20°C位になっていて、お風呂に入る時出る時も寒くなくて感激！寝るまでずっと体がホカホカしていて、冷え性の私が靴下も履かずにぐっすり眠れたのは本当に久しぶりで気持ちよかったです。

随時開催

暖房なしであったかい低燃費住宅を見てみよう!

低燃費住宅の良さを体感するのに、今のこの寒い時期がおすすりできるだけ電力に依存しない、光熱費がかからない低燃費住宅の良さをじっくり体感できます。

[会場] つくば市倉前1179-1(モデルハウス)
[時間] 10:00~17:00
見学をご希望の方はお電話ください。

☎029-869-8844

【ツカリハウス】つくば市千現1-12-6
営/10:00~18:00
休/水曜日、祝祭日

掲載 P.16 **有限会社 海老原工務店**



この会社に決めた理由
LYCKA様・つくば市在住

親の代で家建ててもらい、長年のお付き合いでテナントの改装もお世話になりました。本当に細かい要望もイメージ通りにしてくれました。とっても相談しやすく、親身にしていただきありがとうございます。メンテナンスも対応してくれるので、安心してお願いできました。

随時開催

住宅ストック管理支援事業を活用してお風呂リフォームするチャンス!

水廻りや内窓の設置、外壁・天井・床の断熱改修などリフォームをする最大30万円のリフォーム補助金の対象となる場合も!

[会場] つくば市下広岡1055-4(事務所)
[時間] 10:00~18:00

☎029-851-0792

つくば市下広岡1055-4
営/8:00~18:00
休/日曜日

掲載 P.19 **一条工務店 みどりの展示場**



この会社に決めた理由
K様・4人家族

気密性・断熱性が非常に優れているので、一条工務店さんに決めました。おかげで、冬でも窓辺に結露がでなかったのには、びっくりしています。床暖房もとても快適で温度設定は低めなのに、家全体がいつも春のような暖かさです。

毎日※水木除く

平屋タイプの新築展示場見学・つくばみどりの里分譲見学会
TXみどりの駅徒歩約9分、自然に恵まれ、教育環境もますます期待できる注目のみどりの里分譲地と快適性能に機能美をプラスした今人気の平屋タイプのモデルハウスが見学できます。

[会場] つくば市みどりの2-32-6
[時間] 10:00~18:00

☎029-837-8080

つくばみどりの二丁目32-6
営/10:00~18:00
休/水曜日、木曜日

掲載 P.17 **株式会社 エイチアイ・インダストリー**



この会社に決めた理由
S様・30代

ランカスター-Wを購入しました。物置+自転車置き場が欲しくて、展示場でランカスター-Wを見た時に、これだ!と思い即決しました。部屋が二つに分かれているので、子ども達の自転車置き場+物置小屋としてデザインはもちろん機能性も優れています!

随時開催

小型物置から大型ガレージまで、展示全13棟見学可能!
展示場では完成品として実際に仕上がったガレージを豊富にラインナップ、今人気の大型ガレージ・ゲールガレージも展示中! ガレージハウスはオプションやサイズも豊富。

[会場] 下妻市加養3196-3
[時間] 10:00~17:00
(完全予約制)

☎0296-47-5710

下妻市加養3196-3 <http://hi-industry.com/>

住まいを見に行こう

3

MARCH

購入者は
なぜこの会社を選んだか

- 3/1 (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・祝)
- 21 (火)
- 22 (水)
- 23 (木)
- 24 (金)
- 25 (土)
- 26 (日)
- 27 (月)
- 28 (火)
- 29 (水)
- 30 (木)
- 31 (金)

気軽に行ける、相談できる
イベント情報付き



庭木のお手入れ!

クーポンあり

ダスキントゥルグリーン 観音台店



病害虫対策・木の健康お試しキャンペーン実施中!
木が活発に栄養を取り込み春に向けての準備を始める今、与える肥料が1年の生長を左右します。知識や経験豊富なプロに任せれば、花・実付きが格段に良くなり、葉も緑鮮やかに。樹木を活性化させ、キレイなお庭を手に入れましょう。

「ふらざ見ました」で1回お試し(50坪平均) 3,240円~ 無料診断付き! 庭木の育て方などアドバイス致します。●料定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
お伺いします。
<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



ふらざ募金クーポン 有効期間: 02年3月末日

季節のお手入れ1回お試し3,240円~(50坪平均)

●初めての方に限ります。 ●他のサービスと併用不可

ダスキントゥルグリーン 観音台店 ☎0120-018-028

掲載

P.3

いばらき不動産



この会社に決めた理由

30代・つくば市在住

建てるハウスメーカーは決まっておらず、私たちが希望している立地の土地を探していたところ、希望のメーカーで建築できる土地の売主がいばらき不動産さんでした。スタッフの方の知識も豊富で、安心して契約を進めることができました。

4(土)・5(日)・11(土)・12(日)・18(土)・19(日)・25(土)・26(日)

つくばデザインの家[研究学園2丁目]販売会!
販売会のご来場でお申込み、ご成約の方、先着1名様に家具・カーテン・エアコン等100万円分プレゼント!ご希望のハウスメーカー、工務店等で建築できる分譲地のご案内もいたします。

[会場] つくば市研究学園2丁目22-8他
[時間] 10:00~16:00

☎0296-78-5545

笠間市美原1丁目1-43
営/9:00~18:00
休/火曜日・祝祭日

掲載

P.23

富士住建 つくばショールーム



この会社に決めた理由

1様・4人家族

3人の同僚が、次々と富士住建で家を見ていき、その家を見せてもらい、同僚家族の満足度の高さを実感した事と、住宅性能や豪華な設備に比べて高いコストパフォーマンスが理由です。余った予算でこだわりぬいたこの家は家族みんなが大好きです。

4(土)・5(日)

富士住建 つくばショールームで「大感謝祭」開催
富士住建のつくばショールームでは日頃のご愛顧に感謝の気持ちを込めて「大感謝祭」を開催。旬の味覚等のプレゼントが必ず当たる大抽選会やお絵かきマグカップ作り等をお楽しみ下さい。

[会場] つくば市松代1-6-1(土浦学園通り沿い)
[時間] 10:00~16:00

☎0120-06-2210

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

掲載

P.7,22

株式会社リアルウッドひたち野うしく店



この会社に決めた理由

K様・3人家族

いくつか住宅メーカーを回り、素敵なお家は沢山あったけど、予算と希望の乖離がなかなか埋まらず自分たちの予算では納得のいく家づくりは難しいのかなと思っていた時に、D-Concept 2ndと出会いました。優れたデザイン性とコストパフォーマンスが決め手です。

~31(金)

各エリア1棟限定でエリアモニターを募集。
モニターハウスを募集!!ご契約特典として、建築資金100万円(※)進呈(※応募要項等、詳細はお問合せを。)(※24坪プランの場合50万円、24坪プランの場合より100万円の建築資金進呈。)
[時間] 10:00~19:00
【詳しくはHPまたはお電話より】

☎0120-302-401

牛久市ひたち野東1-24-1
休/水曜日、第1・第3火曜日
<http://www.realwood.co.jp/>

掲載

P.6

株式会社ネクサス・アールホームイースト



この会社に決めた理由

T様・30代

坪単価が安心できる価格で、使っている素材は良いものばかり。私たちがイメージしている家を形にしてくれました。無垢のフロアや建具、太陽光発電、大収納の洗面室が気に入っています。今では快適に暮らすことができ家に帰るのが楽しみです。

毎週土日祝

自然素材たっぷりの健康住宅見学会
冬は暖かく、夏は涼しい、さらに花粉までをカットする高性能な住宅を見学できます。珍しいローリビングで、キッチンとリビングで目線が合うので、自然と家族が集まるめくもりの設計。
[会場] 土浦市国分町2-31
[時間] 10:00~17:00

☎0120-235-373

土浦店:土浦市中高津1-4-33
龍ヶ崎店:龍ヶ崎市佐貫1-13-2
<http://www.nexus-r-home.com/>

掲載

P.21

東洋ハウジングつくば学園の賃貸展示モデルハウス



この会社に決めた理由

U様・印西市在住

担当の方が押し付けがましくなく安心感がありました。決めてからは営業マンが最初から最後まで携わる東洋ハウジングさんのしくみで「こんなのもできますよ」といい提案もしてくれたのも良かったです。永久無料点検という点も良かったです。

18(土)・19(日)・20(月・祝)

ピザ窯のある暮らし体験会×設計プラン相談会
買い家づくり・プランの相談会を開催。注文住宅のベテラン設計士に理想のプランを気軽にご相談ください。当日は「ピザ窯のある暮らし体験会」も同時開催。お腹を空かせてください。

[会場] 東洋ハウジングつくば営業所
モデルハウス
[時間] 11:00~ 13:00~

☎0120-44-6480

つくば市学園の森1-37-1
営/平日10:00~17:00 土日祝10:00~19:00
休/水・木曜日

掲載

P.20

棟匠 インフォレストつくば



この会社に決めた理由

つくば市在住・4人家族

息子がアレルギー体質なので、有害物質を使わない無垢材と自然素材の家が良いと思っていました。棟匠の展示場に行ったとき、外張り断熱と全館空調で、家全体が自然な暖かさに包まれてとても過ごしやすかったです。空気環境と快適さに惹かれて棟匠に決めました。

4(土)~20(月・祝)

無垢の木の家体感フェア
「いつも心地よい木の香りが迎えてくれる…」無垢の木をふんだんに使った棟匠の家は、まるで森の中のように心地よい住まい。住む人に優しい住まいを選びませんか?

[会場] つくば市学園の森1丁目30-2
[時間] 10:00~18:00

☎029-850-1040

[ショールーム]つくば市学園の森1丁目30-2
営/10:00~18:00
休/月曜日(祝日営業、翌日休業)

掲載

P.22

スーモカウンターイオンモールつくば店



この会社に決めた理由

4人家族

スーモカウンターは、建築会社のメリットだけではなく、私たちに合わない部分も第三者的な立場でしっかりと説明してくれました。その会社や担当者の雰囲気など、広告だけでは分からないところのアドバイスもあり、納得して選ぶことができました。

4(土)・5(日)

3月の住まい講座情報
1000万円台で家が建つ?
「注文住宅価格まるわかり講座」他
詳しくは、ホームページでご確認ください。

[会場] イオンモールつくば2F
暮らしのマネープラザ内
[時間] 10:30~13:30~15:30~(各回90分)

☎0120-300-829

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
営/10:00~18:00 休/火・水

掲載

P.18

トヨタウッドユーホーム



この会社に決めた理由

N様・3人家族

私たちの希望に近い場所で分譲をしていたことから展示場を訪ねてみました。住宅メーカーは何社か候補があったのですが、工場バス見学ツアーに参加して、耐震や材質など目で見て非常に安心できると感じ決めました。保証が手厚いところも良いですね。

毎週土日

モデルハウス見学同時販売会
TX沿線、つくば竹園3丁目・研究学園7丁目の魅力溢れる街で分譲を展開中、リアルサイズのモデルハウスを見学することができます。平日のご案内もできます。お気軽にお問い合わせください。

[会場] ウッドユータウンつくば竹園3丁目
研究学園7丁目
[時間] 10:00~17:00

☎029-875-3775(研究学園新展示場)

つくば市研究学園6丁目51-12 休/水曜
[つくば展示場(つくばハウジングパーク内)]
tel.029-858-6691

施工例/つくば市東区 ヘアサロンLYCKA



2/19 OPEN
LYCKA HAIR

海老原工務店は住まいづくり・リフォームなどお家のこと以外にも店舗施工もお受けしております。工務店としてつくばで約70年、これから先もずっとこの地域で「頼りになる工務店」を目指して「施工主様の思いをかたち」に理想を創りあげられるよう、丁寧な職人技で施工者に寄り添います。

店舗の施工もおまかせください

家を建てます。なおします。/ ☎029-851-0792
つくば市下広間1055-4 営/8:00~18:00 休/日曜日
リフォーム | 水廻り | 外壁塗装 | 新築 | お庭

ご相談 お見積もり 無料

保険貯蓄ナビ
HOKEN CHOCHIKU NAVI
iias 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 | 取扱保険会社 25社から 組み合わせ |

「保険貯蓄ナビ」では複数の保険会社を取扱っており、生命保険・損害保険の新規加入や見直しのご相談を承っております。医療保険に加入してから見直しをしていない、自動車保険や火災保険を比較したことがない等、お気軽にご相談ください。ご相談は何度でも無料です。

保険貯蓄ナビ イースつくば店 [保険貯蓄ナビ] 検索

tel.029-868-7225
つくば市研究学園5-19 イースつくば3F
営/10:00~21:00 駐車場/無料 年中無休

全期間固定金利の【フラット35】で新規借入れ・借り換えをしてみませんか? 「マイナス金利」政策により今がチャンスです。あわせて火災保険の保険料が20%OFF!

ARUHI イースつくば店 (旧581モーゲージ) [ARUHI] 検索

ARUHI tel.029-896-8112
つくば市研究学園5-19 イースつくば 1Fメディカルコート
営/10:00~20:00 駐車場/無料 年中無休

掲載 P.1 アゲルホーム



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150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。

この会社に決めた理由

30代・つくば市在住

住宅購入を考えてから多くのメーカーを回り、話を聞くこと数年、決断できずにいた頃に出会いました。驚く程、好条件の土地を紹介してもらった事。自分でも土地探しをしていたので物件や相場を知っていたつもりでしたが、誰が見ても相場より安く良い土地でした。

18(土)~20(月・祝)

完成見学会開催!

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。

[会場] つくば市みどりの/
牛久市ひたち野うしく/土浦市桜ヶ丘
[時間] 10:00~17:00

☎029-886-3221

つくば市研究学園4丁目1-9
営/9:00~19:00
休/第1・3火曜・水曜

掲載 P.7,22 株式会社リアルウッド研究学園店



この会社に決めた理由

N様・2人家族

建築家の方にデザインしてもらえるのが決め手でした。「窓から光る稲妻が見たい」等、とりとめもなく夢を語っただけでイメージ通りのスケッチを描き、模型で陽射しの入り方の違いも実感してくれたので暮らしの実感がわきました!

26(日)

第45回 強靱なための買い家づくり勉強会(参加無料)

参加者の93%の方が「購入前に聞いてよかった」と答える勉強会。契約前に知っておきたいことや家作りの重要ポイント、住宅会社を選ぶ判断基準について学べる貴重な機会です。

[会場] イースつくば(イースホール)
つくば市研究学園5-19
[時間] 13:30~16:00(事前予約制・先着20名様)

☎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/>

掲載 左記 ARUHI イースつくば店(旧581モーゲージ)



この会社に決めた理由

30代・つくば市在住

3年前に新築のマンションを購入しました。今、住宅ローンの金利が低いので思い切って借り換えの相談をしてみたところ予想以上にメリットが出て、行ってみて本当に良かったと思っています。年中無休で夜8時まで相談ができる利用のしやすさにも助けられました。

11(土)・12(日)

住宅ローン借り換え相談会

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換え時がもたせません。

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

☎029-896-8112

つくば市研究学園5-19
イースつくば 1Fメディカルコート

掲載 裏表紙 アルネットホームの住宅ショールーム ラヴィングつくば



この会社に決めた理由

30代・ヘアサロンオーナー田中さんご夫妻

独立とともに、サロン兼住宅を検討していました。「ナチュラルでオシャレで癒し空間」という私達の強いこだわりを担当の方が受けとめてくれ、ここに決めました。「完全自由設計だからこそこだわりたい」という要望に応えられる豊富な引出しがあり、安心して任せられました。

11(土)・12(日)

店舗併用住宅完成見学会(要予約)

こだわりのサロン兼住宅が完成しました。ご家族の思いをしっかりと聞き、プロならではの視点でライフスタイルに添った提案をするラヴィングの家づくりをご覧ください。

[会場] つくば市みどりの中央76-11
[時間] 10:00~17:00

☎029-861-0205

[ショールーム]つくば市研究学園1-3-12
営/9:00~18:00
休/水・隔週木

知れば知るほど住みたくなる低燃費な家

来て、見て安心！
泊まって納得！

寒い日もエアコン一台で家中快適!
冷暖房の光熱費などの毎月かかるランニングコストをとことん抑えます。家族が喜ぶ燃費のいい家。

今すぐモデルハウスへGO!

見学のご予約・お問合せは /
☎029-869-8844

低燃費住宅 つくば (ワカバハウス)

つくばモデルハウス [つくば市倉掛1179-1]

Do you want to which you?

小型物置から大型ガレージまで
展示 全13棟

専門のスタッフがいるため、内装工事、屋根延長やロフト、
サイズ変更等カスタマイズが可能!!

掲載写真はほんの一部です! その他の商品は
エイチアイ ガレージ 様

Green bell **INDUSTRY** 展示品見学自由

tel.0296-47-5710 展示場/下妻市加藤3196-3
（株）グリーンベル 正統代理店・施工・販売（株）エイチアイ・インダストリー



MÉZONAGE
メゾネージ

お洒落で戸建住宅のようなプライベートが確保できるアパート。
毎日を快適にするだけでなく、非日常的な気分になれる“物語のある暮らし”。

そこで「安心して子育てができる」などの機能性と同時に、
“癒し”や“特別感”をプラスした、メゾネット×リゾートの融合を実現。
時を経ても、その価値は変わりません。



REMALE
リマール

高いクオリティと経営コストの削減を両立。デザイン性x圧倒的な利回率が、
リマールの強みです。1戸当り580万円~という価格、一切妥協しない品質、
そして安心経営を支えるメンテナンスコスト。建設費とメンテナンスの両面から、
オーナー様の負担を抑える、Wメリットの賃貸アパート。
無理をしない、無駄をなくすことで、圧倒的な利回りを実現できます。

土地が無い 自己資金が少ない 経営ノウハウが無い
それでも大丈夫です。アパート経営に興味のある方、一度ご相談ください。

株式会社ピカソ
つくば市松代1-21-8 ピカソハウス

「ぶらざ見た」とお伝えいただくとスムーズです
☎0120-913-184
詳しくはHPへ

AGE's
APARTMENT LAB.

WOOD YOU TOWN inつくば市エリア

新築分譲住宅・建築条件付土地分譲情報

ウッドユータウン つくば竹園3丁目2期

竹園小学校(約400m) 竹園東中学校(約400m) 教育施設も身近!文教エリア
新築分譲住宅3棟/新築条件なし土地分譲 1区画

四季を感じられる
竹園サンパーク公園が
目の前



雨の日でも安心して洗濯物が干せるインナーバルコニーがある家

区画 4LDK+WIC
No.17 土地面積/219.92㎡(66.52坪)
建物面積/110.96㎡(33.50坪)
新価格 4,280万円 (税込)
(土地+建物+外構)

エコ
断熱
2重窓
高気密
高断熱
2重扉
2重床
2重天井
2重床
2重天井
2重床
2重天井
2重床
2重天井

全居室南向きの明るく開放感のある家。家族のみんなのびのび暮らしを。

区画 4LDK+WIC
No.12 土地面積/231.77㎡(70.11坪)
建物面積/117.58㎡(35.49坪)
販売価格 4,920万円 (税込)
(土地+建物+外構)

エコ
断熱
2重窓
高気密
高断熱
2重扉
2重床
2重天井
2重床
2重天井
2重床
2重天井

親子間として使えるセカンドルームと2階に書斎スペースを備えた家。

区画 4LDK+WIC
No.14 土地面積/228.54㎡(69.13坪)
建物面積/114.27㎡(34.49坪)
販売価格 5,300万円 (税込)
(土地+建物+外構)

エコ
断熱
2重窓
高気密
高断熱
2重扉
2重床
2重天井
2重床
2重天井
2重床
2重天井



カーナビ入力住所 茨城県つくば市竹園3丁目11番地 付近 (竹園東中学校)

目の前に広がる公園、
小中学校が身近な
大型分譲地。



ウッドユータウン みどりの里 [全63区画]
建築条件付土地分譲
■土地面積(予定)230.28㎡(69.65坪)より
■販売価格(予定)1,497.6万円より

分譲地北側約300m
平成30年4月
新設小中一貫学校
開校(予定)

ウッドユータウン つくば学園の森1丁目 [全15区画]
建築条件付土地分譲
■土地面積(予定)181.82㎡(55.0坪)~200.01㎡(60.5坪)
■販売価格(予定)1,349.1万円より

分譲地東側約300m
平成30年4月
新設小中一貫学校
開校(予定)

■ウッドユータウン竹園三丁目2期・全体物件概要 ●所在地/茨城県つくば市竹園3丁目36番 ●交通/つくばエクスプレス「つくば」駅より約2km ●都市計画法区域区分/市街化区域 ●地目/宅地 ●用途地域/第一種中高層住居専用地域 ●建ぺい率/60% ●容積率/200% ●開発総面積/8,271.03㎡ ●地区面積/31区画 ●開発許可取得番号/26つくば開発計画第25号 ●道路/6.0mアスファルト舗装 ●私道含む/無 ●設備/電気=東京電力、上水道=公営水道、し尿=両排水=公共下水、ガス=都市ガス、雨水=公共下水道、雨水排水=有(宅内内排水)、宅内内排水浸透構造区画=全区画 ●自治会費/未定 ●下水道受益者負担金/無 ●地区計画/有 ●第2種高度地域 ●第1種文教地区 ●教育施設/竹園東小学校、竹園東中学校 ●販売条件付住宅/物件概要 ●販売棟数/3棟 ●土地面積/219.92㎡(66.52坪)~288.54㎡(86.13坪) ●建物面積/110.96㎡(33.50坪)~114.27㎡(34.49坪) ●売価/約4,280万円(税込) ●土地面積/231.77㎡(70.11坪)~42,800.000㎡(12,900.000坪) ●売価/約4,920万円(税込) ●土地面積/228.54㎡(69.13坪)~200.01㎡(60.5坪) ●建物面積/114.27㎡(34.49坪) ●売価/約5,300万円(税込) ●土地面積/181.82㎡(55.0坪)~200.01㎡(60.5坪) ●建物面積/134.91㎡(40.5坪)~163.21㎡(49.2坪) ●道路/6mアスファルト舗装 ●設備/電気=東京電力、上水道=公営水道、し尿=両排水=公共下水、ガス=都市ガス、雨水=公共下水道、雨水排水=有(宅内内排水)、宅内内排水浸透構造区画=全区画 ●水道加入金/φ20mmの場合86,400円(消費税込) ●自治会費/年間3,600円(300円/月) ●教育施設/竹園東小学校、竹園東中学校 ●上記以外は共通物件概要に準ずる。

■ウッドユータウン学園の森1丁目(建築条件付土地分譲) ●所在地/茨城県つくば市学園の森1-32 ●交通/つくばエクスプレス「研究学園」駅より約2.4km ●都市計画法区域区分/市街化区域 ●地目/宅地 ●用途地域/第一種低層住居専用地域 ●建ぺい率/40% ●容積率/80% ●地区面積/15区画 ●今回販売区画/9区画 ●土地面積/181.82㎡(55.0坪)~200.01㎡(60.5坪) ●販売価格/13,491,000円(1区画)~16,321,000円(1区画) ●道路/6mアスファルト舗装 ●設備/電気=東京電力、上水道=公営水道、し尿=両排水=公共下水、ガス=都市ガス、雨水=公共下水道、雨水排水=有(宅内内排水)、宅内内排水浸透構造区画=全区画 ●水道加入金/86,400円 ●自治会費/未定 ●教育施設/春井小学校 ●上記以外は共通物件概要に準ずる。

【共通概要】 ●この土地は、土地売買契約締結後3ヵ月以内にトヨタウッドホーム株式会社と住宅の建築請負契約を締結することを条件として販売します。この期間内に住宅建築請負契約が成立しない場合は、土地売買契約は白紙となり、お支払した金額は全額返金させていただきます。 ●売主/トヨタウッドホーム株式会社 ●広告有効期間/平成29年3月末日を先着順につき広告制作中に定約済みの順はご容赦ください。



TXみどりの駅近く

写真はすべてイメージです。

快適性能に機能美をプラス。

新展示場

平屋タイプの
i-smart。

OPEN!



i-smart

[モデルハウス見学会・分譲地案内会]

水木を除く **毎日開催**

10:00~18:00



分譲 全22区画 [先着順受付]

「みどりの駅」徒歩圏内の利便性の高い住環境。
徒歩圏内にショッピングが充実、自然豊かな地域。

つくばエクスプレス
「みどりの駅」
まで
徒歩 **9分**

住所/つくば市みどりの2-32-6



第1期分譲がご好評のため、第2期分譲開始!

[土地価格] 建築条件付

980万円~



一条工務店が新しい暮らしをサポート

省エネ大賞
受賞



1
高密度・高断熱
光熱費も少なく
夏冬も快適に。

[長期優良住宅標準仕様]



2
全面タイル貼り
将来のメンテナンス費を
軽減する美しい外壁。

キッズ
デザイン賞
受賞



3
全館床暖房
一冬は冬でも快適。
夏は3層構造でエアコンいらず。

(つくばみどりの里全体概要) ●所在地/茨城県つくば市豊丸一丁目特定土地区画整理事業地区内A28街区2画地 他●交通/つくばエクスプレス「みどりの駅」徒歩9分●地区画数/22区画●今回販売区画数/8区画●区画面積及び私道負担面積/184.01㎡~217.41㎡●私道負担無し●地目/宅地●用途地域/第1種住居地域●都市計画地域/市街化区域●建ぺい率/60%●容積率/200%●道路幅員/6m●宅地造成/完了済●設備/上下水道・公営水道、下水道：公共下水、ガス：筑波管線ガス、電気：東京電力●販売価格/980万円~1,285万円●その他負担金/上下水道の利用にあたり、水道加入、その他手数料がかかります。●取引形態/先主●取引有効期限/平成29年6月末

家は、性能。

一条工務店



建設業免許：国土交通大臣(特-27)10540号
宅建業許可：国土交通大臣(5)第5369号
公益社団法人 全日本不動産協会 東京都本部
公益社団法人 首都圏不動産公正取引協議会加盟
本社：東京都江東区木場5-10-10 Tel.03-5245-0111

みどりの展示場 TEL.029-837-8080

〒305-0881 つくば市みどりの二丁目32-6
FAX.029-859-1781

一条工務店 <http://www.ichijo.co.jp>



毎日、
木とふれあう
やさしい暮らし

「いつも心地いい木の香りが迎えてくれる…」
無垢の木をふだんに使った棟匠の家は、
まるで森の中のようにここちよい住まい。
食べ物にこだわるように住まいにも
身体にやさしいものを選びませんか？



無垢の木の家 体感フェア

3/4_土・5_日・11_土・12_日

会場 棟匠住宅展示場 インフォレストつくば

時間 10:00~18:00



※写真は施工実例です。

棟匠住宅展示場
インフォレストつくば
つくば市学園の森1丁目30-2
(コストコ近く)
TEL.029-850-1040
10:00~18:00
月曜定休(祝日営業・翌日休業)



お子様も一緒に
ご来場ください

- 体感出来る！
「健康住宅」
モデルハウス
- ママも安心！
キッズルーム
授乳室 完備
- 棟匠だから！
打合せ室も
健康住宅仕様

棟匠の家を見に行こう！
完成見学会 随時開催！
※詳しくはスタッフへお尋ねください

HPから
見学予約ができます

棟匠 検索

※ご予約なしてご来店の場合、プランナーが不在の場合がございます



「お客様の家づくりを全力でサポートします！」
つくば学園の森営業所スタッフ



ピザ窯のある暮らし体験会 × 設計プラン相談会

3月もtoyoは「いい家をつくる。推進月間」です。

3/18(土)・19(日)・20(月)

ピザ窯のある暮らし体験会 × 設計プラン相談会

完全
予約制

時間/11:00～・13:00～

賢い家づくり・プランの相談会を開催。注文住宅のベテラン設計士に理想のプランを気軽にご相談ください。当日は「ピザ窯のある暮らし体験会」も同時開催。お腹を空かせてご来場ください。



EVENT



toyo housing
☎0120-44-6480

つくば学園の森営業所 モデルハウス

つくば市学園の森1-37-1 営業時間/平日10:00～17:00 土日祝10:00～19:00 定休日/水曜・木曜

東洋ハウジング 永久無料点検

検索

<http://toyo-housing.jp>

モデルハウスはいつでも見学大歓迎！ モデルハウスの中の空間も是非のぞいてみてくださいね！

春のスクール特集



今こそ



体験レッスン・説明会で

この春は始める
新しいチャレンジを見つけよう!!

「ぶらざ見た」で予約をすると、
お得な体験レッスン・説明会を受けられます!

この春は体験レッスンや説明会に参加して、教室の雰囲気や先生との相性を体感することから始めてみませんか?

ハワイアンカルチャースクール ダンス
ハーラウ オケアラニ つくば支部

体験レッスン

ただいま、
**体験レッスン
無料で受付中!**
未経験の方大歓迎!
お好きな日にちに体験可能です。

南先生

※お電話にてお申込み可能
※「ぶらざ見た」とお申込みいただくスムーズです

掲載 P.27

**音楽
ダンス**

趣味

D-Lifeダンススクール ダンス

体験レッスン

子どもクラス・大人クラス
**体験無料!さらに、
大人クラス年会費無料!**
(通常1,000円)

小池先生

有効期限:29年3月末日

掲載 P.27

(株)ヤマハミュージックリテイリング 音楽
ミュージックアベニューつくば 子どものおけいこ

体験レッスン

ヤマハの音楽教室・英語教室
ダンス教室「Dance Switch
(ダンススイッチ)」
体験無料レッスン実施中!

あつん先生

※ミュージックアベニューつくば(TEL.029-860-6211)
までお問合せください。

掲載 P.28

つくばサービスセンター 料理
Tupperware [タッパーウェア]

体験レッスン

**タッパーウェアの
ワンコインクッキング**

楽しい肉まん作り&春のお弁当を
ご紹介。ご試食もあります。

塩山先生

※要予約
※定員になり次第締切らせて頂きます。

掲載 P.29

フラメンコアカデミー サフラン ダンス

体験レッスン

「ぶらざ見た」で
体験レッスン無料!

さらに体験終了後、5日以内にご入会の方に
限り入会金5,400円→無料!

佐藤先生

掲載 P.27

アーデン音楽館 音楽
子どものおけいこ

体験レッスン

**リトミック
無料体験会受付中!**
ピアノの無料体験も
随時各教室にて実施中!

田村先生

※事前にご予約の上お越しください。
※リトミックは花畑・万博公園教室のみ

掲載 P.29

【アイリス】 ネイル
Iris ネイルスクール&アトリエ

体験レッスン

無料体験レッスン受付中

「レッスンモデルをやってみる」、
「ネイルケアの手順を学ぶ」などの
レッスンをしながらスクールの雰囲気
を味わっていただけます。

井坂先生

※事前にご予約ください。
※「ぶらざ見た」とお申込みいただくスムーズです

掲載 P.30

DANCE STUDIO Link ダンス
【ダンススタジオリンク】

体験レッスン

**体験レッスン
通常1回500円→無料
初回月謝5,500円→無料**

AYU先生(左)
わかば先生(右) 4歳~大人まで!初心者さん大歓迎!

※お電話で「ぶらざ見た」とお申込みください
※有効期限:29年4月末日

掲載 P.29

ベルピアノ教室 音楽
子どものおけいこ

体験レッスン

無料体験レッスン受付中

初めの方も、
ピアノ再チャレンジの方も歓迎。
お電話をいただければ、
曜日・時間等は調整します。

村田先生

※要予約
※お電話にてご予約ください

掲載 P.29

全日本着装コンサルタント協会 日本文化
美保姿きもの学院 つくば校

体験レッスン

「ぶらざ見た」ご予約で
90分手ぶら体験無料!

時間や曜日もあなたが決められます
無料着付け体験しませんか?

三浦学院長

※休日や夜間もOK!また、県外エリアならご自宅でも
受けられます。まずは安心・納得してご検討下さい。
※有効期限:29年3月末日

掲載 P.30

つくば **パワープレートつくば** **スポーツ** **健康**

体験レッスン

体験レッスン
先着20名様限定0円

専門トレーナーと行う30分の体験レッスン。気になる部分の引き締めなど、あなたの目的や目標に合ったエクササイズをご体験ください。

トレーナー 石島さん

※予約制・受付人数限定・通常料金5,400円(税込)
※詳細はお問い合わせください。
TEL.0800-800-7175

掲載 P.30

健康美容
スポーツ

インターナショナル
スクール
アフタースクール

学問
英会話

つくば **ツクバボディ&ソウルスタジオ** **健康** **美容**

無料カウンセリング

加圧トレーニング
60分体験レッスン
7,560円→4,320円

高志田 トレーナー(右)

※体験後に入会すると入会金15,000円→7,500円
※「ぶらざ見た」とお申し込みください

掲載 P.30

つくば **キッズクリエイションつくば** **子どものおけいこ** **英会話**

(旧ブレイグルーブつくば)

体験レッスン

0歳～小学生まで
各クラス無料体験受付中

※各クラス詳細は【キッズクリエイション】で検索
Noah(ノア)先生 ※「ぶらざ見た」とお申し込みください

※要予約
※お電話にてご予約ください

掲載 P.29

土浦 **河原塾** **学問**

体験レッスン

無料体験実施!

「月刊ぶらざを見た」で
春期講習受講で
受講料2,000円割引!

河原塾 超

掲載 P.28

つくば **BodyMake60** **健康** **美容**

無料カウンセリング

無料カウンセリングで
あなたの理想のボディ
をお聞かせ下さい!

トレーナー 遠藤さん

掲載 P.31

つくば **【ラフ&ラーン】** **子どものおけいこ** **英会話**

LAUGH&LEARN International school

体験レッスン

入会金半額
キャンペーン

無料体験レッスン
大好評受付中!

外国人 ティーチャー

※初めてのお客様に限りです。
※定員になり次第終了
有効期間:09年3月末日

掲載 P.30

つくば **【すけがわ】** **英会話** **子どものおけいこ**

鮎川英会話教室

体験レッスン

1回体験
レッスン無料!

※通常レッスンと同内容を体験
できます。(要予約)随時受付中。

鮎川先生

※有効期間:09年3月末日

掲載 P.29

つくば **つくばFCスポーツ教室** **スポーツ** **子どものおけいこ**

体験レッスン

無料体験
レッスン受付中!

サッカーはもちろん、サッカー以外でも年齢を問わず楽しめるクラスがあります。ぜひ1度、体験参加にお越しください!

藤井志保コーチ (つくばFCチエス所属)

※体験参加は無料です。

掲載 P.26

つくば **運動と学習特化型 児童発達支援** **子どものおけいこ**

放課後等デイサービス つなく松代教室

説明会

3月11日(土)先着10名様
①11:00～②13:00～
保護者様向け
療育説明会開催!

今先生

※予約制のためまずはお問合せください!
※個別相談・体験のご希望の場合もご連絡ください

掲載 P.27

ベビー
マッサージ

つくば **田中光体操クラブ** **スポーツ** **子どものおけいこ**

一般社団法人TAISO LAND

体験レッスン

無料体験実施中!

LALAガーデンつくば移転に伴い
2月・3月の期間中、無料体験が可能です。
メールにてご予約ください。
taisoland@gmail.com

田中先生

※詳細はお問い合わせください。
有効期間:09年3月末日

掲載 P.28

つくば **児童発達支援・放課後等デイサービス** **福祉** **子どものおけいこ**

こどもサークルつくば

体験レッスン

お試し利用
随時受付中!
お気軽に
お問い合わせください。

管理者の 鶴田先生(左)

※「ぶらざ見た」とお申し込みください。
※お電話(TEL.029-846-3355)または、
メール(kc3@sashinobenute.co.jp)でも受け付けております。

掲載 P.29

つくば **ベビーマッサージ・ヨガ** **子どものおけいこ** **健康**

からら

体験レッスン

ワンコイン(500円)
参加体験開催中!

毎月開催中!
お試し体験に最適なレッスンです。

鈴木先生

※実施日はお電話にてお問合せ、またはHPにてご確認ください
【からら つくば】で検索
※日程の相談可。お気軽にご連絡ください。

掲載 P.29

つくば **スポーツ・カルチャー教室** **スポーツ** **子どものおけいこ**

洞峰公園スクール

体験レッスン

各スクール
カルチャースクール
体験レッスン受付中!

中山 誠刀海コーチ

※各スクール・カルチャースクールは
HPまたは洞峰公園内のチラシをご覧ください。
※スクールの空き状況は電話または直接お問い合わせください。

掲載 P.29

つくば **児童発達支援・放課後等デイサービス** **福祉** **子どものおけいこ**

こどもプラス高見原教室

体験レッスン

無料運動体験会
随時受付中! 10:00～16:00
電話orメールで事前ご連絡の上、
お気軽にお越しください。

糸賀先生

※「ぶらざ見た」とお申し込みいただく
とスムーズです。※電話:029-428-6550
※メール:info@kp-tsukuba.com

掲載 P.30



すべての人が、生涯、素晴らしい環境でスポーツが楽しめるようにする

つくばFCのスポーツ教室

全クラス
無料体験
受付中!

サッカーが好きな
女の子集まれ♡

ガールズクラス



サッカーが初めての子も女の子同士だから安心して楽しむことができます!

「サッカーってやったことないけど、やってみたいな…」という女の子必見! はじめてのサッカー、たのしくサッカーをテーマに、女の子にあったトレーニングで、基本から楽しく指導します。

| 年会費 | 5,400円(税込) | 月会費 | 5,400円(税込)/週1回 |
|-----|------------|----------------------------------|-----------------|
| 曜日 | 対象 | 時間 | 場所 |
| 水・土 | 小学生女子 | 18:30~20:00(水) 10:00~11:30(土) | スポーツシューレつくば |
| 木 | 小学生女子 | 17:30~19:00 | セキショウチャレンジスタジアム |
| 火・金 | 小学生女子 | 17:30~19:00 | 筑波学院大学Tフィールド |

サッカー初心者
大歓迎!

社会人女性クラス



- ダイエット
 - 健康維持
 - ストレス解消
 - スポーツ仲間が欲しい…
- 経験も年齢も一切関係なく、様々な目的を持った生徒さんが在籍。

1人でジムに通うより、仲間と一緒にトレーニング! 週1回の決まった曜日に無理なく運動不足の解消ができる、大人の女性のためのサッカー教室。初めての方には「ボールに触れる」という基本から丁寧に指導します。

| 年会費 | 5,400円(税込) | 月会費 | 5,400円(税込)/月 |
|-----|-------------|-------------|--------------|
| 曜日 | 時間 | 場所 | |
| 水 | 10:00~12:00 | スポーツシューレつくば | |

大人もこどもも
ヨガでHAPPYになろう

ヨガ教室



- キッズヨガ
未就学児~小学生。病気を未然に防ぐ生き生きとした体をつくり、豊かな心を養います
- ハートオブヨガ
自分と向き合いたい、何かに打ち込みたい人向け
- 太陽のヨガ
動いてリフレッシュしたい人、疲れを吹き飛ばしたい人向け

| | |
|-------|--------------|
| キッズヨガ | 540円(税込)/回 |
| その他 | 1,080円(税込)/回 |

| クラス名 | 曜日 | 対象 | 時間 | 場所 |
|---------|-----|---------|----------------------------------|-------------|
| キッズヨガ | 土 | 4歳~未就学児 | 10:30~11:20 | スポーツシューレつくば |
| キッズヨガ | 金・土 | 小学生のみ | 16:30~17:30(金) 11:30~12:30(土) | |
| ハートオブヨガ | 金・土 | おとな | 13:00~14:30(金) 9:00~10:20(土) | |
| 太陽のヨガ | 木 | おとな | 10:00~11:20 | |

スポーツの基礎を
身につけよう

プレススポーツ教室



「足が速くなったね」
「バランス感覚が良くなったね」と言われるような運動神経が伸ばせます。

サッカー、野球、体操などあらゆるスポーツの基礎となる動作を身につけることを目的に、様々な運動プログラムを行う教室。今後の運動神経を左右する12歳くらいまでのお子様は運動の基礎を身につけていきます。

| 年会費 | 5,400円(税込) | 月会費 | 週1回 2,160円(税込)/月 週2回 4,320円(税込)/月 |
|-----|------------|-------------|--------------------------------------|
| 曜日 | 対象 | 時間 | 場所 |
| 水 | 未就学児~小学3年生 | 16:00~17:00 | スポーツシューレつくば |
| 土 | 未就学児~小学3年生 | 15:00~16:00 | スポーツシューレつくば |

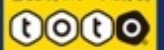
各会場情報

- スポーツシューレつくば (つくば市稲岡66-1-A ※イオンモールつくば内)
- セキショウチャレンジスタジアム (つくば市山木1565 ※つくばウェルネスパーク内)
- 筑波学院大学Tフィールド (つくば市吾妻3丁目1)

私たちはtoto助成を受けています。

ほじよう。スポーツの力を。

お問合わせ・申し込み先



特定非営利活動法人

つくばフットボールクラブ

☎029-896-3553

[つくば FC 本部] 〒305-0071 つくば市稲岡 66-1 イオンモールつくば A 区画スポーツシューレつくば

✉ school@tsukuba-fc.com

キッズ おとな **ハワイアンカルチャースクール ハーラウ オケアラニ つくば支部**



「身近に感じるALOHAな時間」をコンセプトに、歌の意味を大切に楽しく踊るレッスン。生徒一人一人に寄り添った丁寧な指導が評判です。「経験不問、初めての方大歓迎です。レッスン時間・曜日等、ご相談に応じます。」と先生。

レッスン料: 6,000円〜/月
体験レッスン、随時受付中! ※日時はお問合ください

- 子どもフラ(ウイキ)
- 女性フラ(フヒネ・クプナ)
- 男性フラ(カネ)
- ウクレレ
- ホーカル
- レイメイキング(生花でハワイに伝わる手法でレイを作成)

☎080-3592-8812
 つくば市松代1-17-3
 受付/10:00~20:00
 休/日曜日
 予約【ハーラウオケアラニ】検索

春の **スクール特集**

LEARNING
 キッズにも
 大人にも

この春は始める
 新しいチャレンジを見つけよう!!

小中高 おとな **フラメンコアカデミー サフラン**



小学生・OL・主婦・シニアの方まで幅広く通う、アットホームな雰囲気のある教室。ひねり&全身運動のエクササイズで体力増進、筋肉の引き締めにも効果的。踊りが初めての方、大歓迎♪ゆっくり丁寧に指導してくれるので安心。

☆入門クラス募集(月4回/8,200円、1回60分)☆
 【月曜】19:30 【水曜】20:00
 【木曜】11:00 【土曜】11:30 【日曜】11:00

☎090-2541-3262
 土浦市荒川沖4-40(ひたち野うしく駅近く、黄色の建物が目印)
 営/10:00~21:00 休/日曜午後
 ※左側番平公式サイト
 [teppesato-flamenco.com]

キッズ 小中高 おとな **ストリートダンス/バレエ/アクロバット/ジャズ/ブレイキング D-Lifeダンススクール**



県南を中心につくば市、阿見町、龍ヶ崎市、守谷市に7スタジオを開設。丁寧な指導が好評の講師陣のレッスンを、体験無料のこの機会にぜひ1度受講してみてください。今なら大人クラス年会費無料!!

☎029-858-6380
 【事務所】つくば市春日3-20-12(つくばスタジオ) 駐/あり 休/日曜 営/10:00~18:00(月~金)
 HP/www.dance-life.jp
 E-mail/info@dance-life.jp

運動×学習=自立支援を目指す!

発達障害が 学習障害が ADHD 自閉症 アスペクト

4月つくばテクノパーク桜に2店舗目オープン(予定)

保護者様向け **療育説明会開催!** **参加無料**

先着**10**名様 **3月11日(土) 11:00~13:00**

つなぐの療育に対する考え方、サービス内容などわかりやすくお伝えします。
 ※予約制のためまずお問合ください。
 ※個別相談・体験のご希望の場合もご連絡ください。

いくつか当てはまる場合、一度ご相談ください

- コミュニケーションが上手く取れない
- 黒板に書かれたことをノートに写すのが苦手
- 並ぶのが苦手
- 座っているのが苦手
- 運動が苦手
- 集団生活が苦手
- 体のバランスを崩しやすい
- 「見て」という指示が苦手
- 探し物をなかなか見つけられない
- 忘れ物をしやすい

つなぐの運動療育プログラム

- 跳び箱
- マット運動
- ミニハードル
- ラダー
- トランポリン
- フラッシュカード
- 音楽
- 感覚トレーニング
- 漢字・読み・計算
- ドリル

保護者様の声

- 運動嫌いの苦手が、運動好きになった
- 字が上手に書けるようになった
- 友達とのコミュニケーション力がついた
- 計算ができるようになった
- 落ち着いて集中できるようになった

つなぐ 松代教室 送迎あり 予約制
 〒305-0821 つくば市松代2-14-1
 ☎029-828-4571
 平日 9:00~19:00 土曜 9:00~18:00



おとな TSUKUBA BODY&SOUL STUDIO 【つくばボディ&ソウルスタジオ】



高級補正下着、高額健康器具、高額エステ、高級化粧品、高額サプリ...貴女はいつまで頼りますか?正しいトレーニングと知識は、健康的で理想的な身体を維持してくれます!筋肉は天然(永遠)の補正下着です。

新プログラムスタート!
<<90日で痩せ体質に改善するプログラム>>
 トレーナー直接指導のグループレッスン!
 無理な食事制限・無理な筋トレは一切なし!
 でも効果は絶大!!
 詳しくはHP【つくばボディ&ソウル】で検索
<http://www.cocorotokarada.jp/>

029-858-1303
 つくば市春日3-1-7F
 営/10:00~21:00
 駐/あり 休/要問合せ
 ※3Fでは、
 極真空手の教室を行っています!



おとな Iris ネイルスクール&アトリエ 【アイリス】



県内ではたった3校のJNA認定校。初心者から技術取得からプロ向けコースまである、8名までの少人数制。「認定校だからこそ、質が高く信頼のあるレッスンが受けられる」「先生が親しみやすい」と県内外から通う生徒が多数の人気校。

JNA 認定校の特長

- JNAの指定カリキュラムが受講できるので、**試験対策は万全**です。
- JNAジェル技能検定試験を**校内で受験**することが出来ます。
- 将来JNA認定講師を目指すなら**JNA認定校卒業資格**が必要ですよ。

029-846-1317
 つくば市松代2-14-9 E(シグマ)BOX2階
 営/10:00~20:00
 休/不定休
 ※男性のご来店は紹介制となります



おとな 全日本着装コンサルタント協会 美保姿きもの学院 つくば校



この春は素敵な装いで楽しみましょう!マンツーマンお稽古なので、休日・夜間もOK。空いた時間や不定期など...お忙しい方でも着実に身に付きます。

美保姿きもの学院がつくば市東に移転リニューアルオープンしました!
 リニューアル記念
マンツーマン集中レッスン
 (90分個人授業×8回)
 通常43,200円 → **19,800円**
 (10名限定で入会金無料とお稽古着もプレゼント)

0120-029-234
 つくば市東2-18-15ニューオリエントビル1F 階下・かずみがうらにも教室有
 駐/あり 自宅出張お稽古可
 受付/9:30~18:00(お稽古は年中無休)



キッズ 児童発達支援&放課後デイサービス こどもプラス高見原教室 島名教室 牛久教室



全国の幼稚園や自治体から注目の、脳科学者柳澤博士の運動プログラムを実践。お子様の好奇心、やる気、達成感を育むとともに、注意力や抑止力が身に着きます。

- 対象年齢:2~18歳
- 月額平均4,600円
- 送迎ご希望の方はご相談ください

【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でも一度ご相談ください。

4月以降、島名・牛久に順次新規開校予定 (ご情報は見込見込教育で受付中)

029-828-6550
 高見原教室/つくば市高見原1-1-72
 島名教室/つくば市島名891-4
 牛久教室/牛久市栄町4-201-2
 開講時間/9:00~18:30 休/日曜
 メール:info@kp-tsukuba.com



美しいカラダになるフィットネススタジオ

「パワープレート®つくば」なら1回のトレーニングはたった30分

パワープレート体験キャンペーン!

先着20名様限定 **0円**
 体験レッスン(通常5,400円(税込))が
 ※お1人様1回限り、※体験レッスンの所要時間は、カウンセリングと合わせて約60分です。

3月31日(金)まで **入会登録料0円**
 通常5,400円(税込) ※体験レッスン併せて入会の方。

あなたの理想の体づくり、全力でサポートします。
 こんな方は、ぜひご体験ください。

- 一人で続けられる自信がない方
- 何の運動をしたらいいかわからない方
- 忙しいので効率的に運動を行いたい方
- 今年から運動を始めようと考えている方

●体験後、無理な入会の勧誘はいたしません。
 ●2~3週間お待ちいただく場合もございます。お早めに申込みください。
 ●お客様の健康状態等、万全のご対応ができないと判断した場合、お断りする場合もございます。

トレーナーの石島です!
 写真は太ももの内側を引き締めるエクササイズです。美しく若々しい、魅力的なカラダとライフスタイルのサポートをさせていただきます!
ストレッチとエクササイズで、見せないカラダから魅せるカラダへ。

POWER PLATE STUDIO
 お申込みお問合せ 0800-800-7175
 ppt_info@protea.co.jp
 TSUKUBA www.power-plate.co.jp/tsukuba



キッズ LAUGH&LEARN International school (ラフ&ラーン)



★各クラス4月生募集★
入会金 半額キャンペーン 締切り:3月末まで!!

| | |
|-----------|---|
| プリスクール | 4月で1歳6ヶ月~3歳のお子様 火曜日/水曜日/金曜日10:00~14:00 |
| 親子英語クラス | 4月で8ヶ月~1歳6ヶ月のお子様と保護者 水曜日 10:00~10:50 |
| ベビークラス | 4月で3ヶ月~7ヶ月のお子様と保護者 木曜日 11:20~12:10 |
| 英語・小学生クラス | 英語でサイエンス、アート、マス、レゴを学習 |

モンテッソーリ教育(伊最初の女医、マリア・モンテッソーリが生み出した教育)を通して、「自分の事は自分でできる」等の達成感・自信への手助けを行います。発達段階ごとに用意されたアクティビティを心から楽しみながら英語脳に。基本的な言い回しをはじめ、日常生活に即した英語が自ずとインプットされ、圧倒的な基礎力になります。苦勞する前に身につける「英語力と人間力」始めるなら今!

029-839-2275
 つくば市松野99番地38 TMS 103
 休/日曜日、月曜日
 駐/あり



身体が変われば人生も変わる！ 年齢を重ねても素敵でかっこよく！

～60日間で理想の身体を手に入れる専門家と二人三脚のダイエット～
専門家による60日間の徹底したマンツーマン指導で、終了後も自分史上最高の身体を一生キープ!!身体だけでなく意識そのものを変え、自分の力でボディメイクできるようになるダイエット&ボディメイク専門プログラムです。

お客様実績

※結果には個人差があり、全ての方が同様の結果になるとは限りません。

| |
|--------------------------------------|
| 【様 (40代女性) ※継続中 |
| 体重 -17.0kg 体脂肪率 -17.3% |
| G様 (30代女性) |
| 体重 -6.7kg 体脂肪率 -4.0% |
| K様 (50代女性) |
| 体重 -4.7kg 体脂肪率 -6.4% |
| E様 (40代女性) |
| 体重 -8.3kg 体脂肪率 -3.3% |

プロが教える！ ボディメイクセミナー

先着15名様 3/14(火) 減量セミナー
先着30名様 3/18(土) サプリメンテーションセミナー

ダイエットやボディメイクのための効率の良い減量法をお教えします。
時間 19:00～20:00
20:30～21:30
場所 BodyMakeルーム

ダイエットやボディメイクのためのサプリの基礎知識や、効果的な取り入れ法をお伝えします。
時間 19:00～20:00
場所 2階Aスタジオ
料金 会員様2,000円(税込)、ビジター3,000円(税込)

まずは、ご見学 専用ダイヤル **029-839-2337**
無料カウンセリングへ!!

BodyMake60

～理想の身体～

つくば市下原370-11F ギャスボスポーツスクエア内
■休館日/毎月9日
■営業時間/【月～金】9:00～24:00 【土曜】9:00～23:00
【日・祝】10:00～20:00



ダイエット & ボディメイク専門プログラム 「BodyMake60」のココがすごい!!

- ①完全個室のマンツーマントレーニングで効率よく痩せる!**
周りの目を気にせず安心してトレーニングに集中できる環境です。専用トレーナーが1人1人に合わせたメニューを考え、一緒に目標に向かってサポート!
- ②毎日の徹底した食事管理で、無理なく痩せる食習慣が身に付く!**
専門の管理栄養士がトレーナーとタッグを組み、スマホアプリを通してお客様の食生活を見直します。
- ③県内No.1の充実した施設で効果を最大化!**
別途入会不要でフィオーレ内の充実した人気施設が利用でき、ダイエット終了後もそのまま会員になれば理想の体型を維持しやすいのも魅力!

ぶらざ読者の皆様へ! 特典!
実際のトレーニング映像とBodyMake60の秘密はここから→

QRコード

始めるなら今! 入会金 21,600円

「ぶらざ見た」で先着5名様 入会金無料

| | |
|-------------------------|----------|
| ボディメイク プレミアム | 148,000円 |
| ボディメイク スーパープレミアム | 198,000円 |
| PERFECT BODY コース | 298,000円 |

※ベストボディ等のコンテストを目標にしている方向けの「CONTEST TRAINEEコース」もあります。
*価格はすべて税別です。税別7%の消費税がかかります。お問い合わせは、電話かメールかネットのいずれかでお問い合わせください。

書店員に聞く! TSUTAYA LALAガーデンつくばの書店員さんに聞いてきました!

「この春始めたい習い事」に関するおすすめの本はありますか?

「はじめてのおいしいフォカッチャ」
河井美歩(著) 主婦の友社
野菜が主役の自然食料理教室「Cocochi」をつくばや東京で開催中の著者・河井美歩さんによるフォカッチャのレシピ本です。初めてでも失敗しない、誰でもおいしく作れる、イタリアのパン「フォカッチャ」のレシピを公開。料理教室の先生ならではのおいしくアレンジするコツも紹介されています。料理教室に通いたくなる一冊です。

「はじめてのおいしいフォカッチャ」
2016完全保存版
熟練の習い事選び大百科
プレジデント社
幼児から中学受験まで、お子様が輝く習い事・塾が見つかる習い事ガイドブックです。進学塾、学童、おけいこごと、IT教室などネットにはない最新の情報が満載です。お子様のわくわくが止まらなくなるような素敵な教室がきっと見つかります!
※2月下旬に2017年度版発売予定

月刊Plaza設置情報!

本を紹介してくださった阿部さん

TSUTAYAさんの店舗内に、ラックを置かせて頂いています。

TSUTAYA LALA ガーデンつくば
TEL.029-861-1811
つくば市小野崎字千駄河278-11LALAガーデンつくば1階
営業時間/10:00～24:00
[SAZA COFFEE] 10:00～22:00

プロに教わる! バレーボール教室

スクールスケジュール

先生はなんとサンガイ選手!

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!

| | | |
|---|--|--|
| KIDS&Jr. (幼児～小学) | Jr.アカデミー男子 (小学～) | Jr.アカデミー女子 (小学～) |
| 【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 | 【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 | 【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 |
| 4,500円/月 | 6,500円/月 | 8,500円/月 |
| Jr.ユース男子 (中学生) | Jr.ユース女子 (中学生) | エンジョイクラス (高校生以上) |
| 【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 | 【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 | 【月】19:30～21:30 吾妻小 【金】19:30～21:30 竹園東小 |
| 5,500円/月 | 5,500円/月 | 5,000円/月 |

※春は体育館が使用できない時は変更あり。【入会金】子ども5,000円/大人6,000円(税別含む)
詳細はHPへ つくばユニテッドサンガイア 検索

SUN XEBHO Presents

V・明日夢プロジェクト MIRAI PROJECT

3/5 (日) 14:00～16:00
場所/桜総合体育館 (つくば市金田1608)

バレーボール教室 申込受付は終了していますが、見学は可能です!

ぶらざが応援するプロバレーボールチーム つくばユニテッドSun GAIA

TEL&FAX 029-879-7345 | 10:00～17:00(平日) つくば市竹園1-9-2ティスタウン3F

TAKEOUT | カウンターあり | 子連れ歓迎 クーポンあり

クライマックスコーヒー

パニーニセット

ショコラマカロンがカットパンケーキ650円(税別)~

▲人気のパンケーキはお食事系4種、デザート系5種が揃う!

自慢のコーヒーは、イタリアの最高級エスプレッソマシンで丁寧に抽出。

★沖縄黒糖カフェラテ (レギュラー) **440円(税別)**
甘すぎない、ほんのり黒糖の風味がエスプレッソの美味しさを引き立てます。

★塩キャラメルフローズラテ **560円(税別)**
宮古島の塩【岩塩】を使用し甘味と塩味が織り成すハーモニーを楽しめます。

●マフィン各種 **190円(税別)~**
(お食事セットメニュー)

●選べるパスタセット **1,000円(税別)**
お好きな【スタ/サラダ/スープ/コーヒー/デザート/ドリンク】

●パニーニセット **890円(税別)**
お好きな【パニーニ/サラダ/スープ/コーヒー/デザート/ドリンク】

店内Wi-Fi無料!!

朝7時から営業!!沖縄で人気のカフェがつくばにオープン!

黒糖や塩を使った沖縄らしいオリジナルドリンクの他、パニーニやパスタなどお食事メニューも好評!!

大きな窓からの自然光を浴びながら、1人でも、誰とでも、急がずゆっくり豊かな時間を味わえます。

(パンケーキ)

●サラダパンケーキ **490円(税別)**
●エッグベネディクト **1,050円(税別)**

テイクアウトOK デザートパンケーキ 各種 **380円(税別)~**

☎029-893-5558

つくば市竹園1-9-2
デイズタウン1F 休/火曜日
※7:00~19:00(18:30LO)
※一部のお食事メニュー10:00~
※昨年10月にオープンしたばかりのカフェです。

美味しいお店をご紹介します

グルメガイド

グルメガイド

予約可 | カード可 | クーポンあり

焼肉赤牛つくば本店

国産肉100%の看板商品

旨みがあってしっかりとした肉の旨味が特徴。原産を尊重することで通常の最高!!

「赤牛カルビ」950円(税込)
→クーポンで1皿サービス!!

目指さざる賞状がここにある。これぞ焼肉! 和牛・国産牛を中心に扱う焼肉専門店。美味しいお肉を親しい人たちと囲む素敵なお時間を。こだわりのサイドメニューもオススメです。

【平日限定】※前日までに要予約(4名様~)

宴会焼肉コース **3,240円(税込)~**
2時間飲み放題付で **5,000円(税込)~**

ランチ **864円~** ランチタイム ご飯お替り自由

☎029-886-6629

つくば市研究学園1-3-3
営/平日11:30~15:00
17:00~23:00
土日祝11:30~23:00
休/12/31、1/1 駐/あり
※3月上旬から春メニュー開始!

予約可 | カード可 | 子連れ歓迎 クーポンあり

サンマルク つくば研究学園店

平日限定パン食べ放題付ランチ890円~!!

焼きたてパンによく合う洋食メニューのコースが評判!!ホテルのようなちょっと贅沢気分を気軽に味わえるレストランとして大人気!!

◆平日限定ランチメニュー◆

サラダランチ **890円(税別)** 全てパン (orライス)
チキンランチ **990円(税別)** 食べ放題付
グラタンランチ **1,190円(税別)**
ハンバーグランチ **1,190円(税別)**
お魚ランチ **1,290円(税別)**
お得なランチコースもあります!! **1,980円(税別)~**

☎029-860-3090

つくば市研究学園2丁目49番地2
営/平日11:00~15:00(L.O.14:30)
18:00~22:00(L.O.21:00)
土日祝11:00~22:00(L.O.21:00)
駐/あり

ふらざ募金クーポン 有効期間:09年3月末日

ソフトドリンクサービス

●お料理をご注文の方 ●1枚で1グループ ●お1人様につき1杯まで

ジンホアつくば
☎029-893-3358

ふらざ募金クーポン 有効期間:09年3月末日

沖縄黒糖カフェラテor 沖縄黒糖ミルク1杯サービス!

●税込300円以上の商品をお買上げの方限定 ●サイズはレギュラーサイズ ●他サービス併用不可 ●1枚で2名様まで

クライマックスコーヒー
☎029-893-5558

お得なクーポンはコチラ

ふらざ募金クーポン 有効期間:09年3月末日

ドリンクバー280円→無料

●お料理をご注文の方 ●1枚で1グループ

ブラジル料理 シュラスコB
☎029-875-7790

ふらざ募金クーポン 有効期間:09年3月末日

〈昼夜使用可〉赤牛カルビ1皿サービス!

●1枚で1つ ●1グループにつき1枚まで ●他のサービスとの併用不可 ●つくば本店のみ使用可

焼肉赤牛つくば本店
☎029-886-6629

ふらざ募金クーポン 有効期間:09年4月末日

①お食事代10%OFF
②誕生日コース500円引

●①②併用不可 ●他券併用不可 ●①②ともにクーポン持参の方限定【毎月ふらざ3月号】

サンマルク つくば研究学園店
☎029-860-3090

予約可 | カード可 | 貸切可 | **子連れ歓迎** **クーポンあり**

ブラジル料理 シュラスコB



ブラジルを、食べ尽くそう。

一見豪華にも見えるシュラスコ。実際に食べてみるとお肉をさっぱりといただけるので、若者だけではなく、幅広い年齢層が通う。本場、ブラジル人による本格的な味わいで、オープンから2年、多くの人を魅了し続けている。



☎029-875-7790
つくば市学園1-11-4
営業/11:00~15:00(L.O.14:30)
18:00~22:00(L.O.21:00)
休/木曜日 駐/あり
※貸切も可 詳細はお問い合わせください。

ブラジルの肉料理「シュラスコ」が楽しめる! カレー・スープ・ライスが食べ放題!
シュラスコとは、ブラジルの肉料理のこと。牛肉や豚肉、鶏肉を鉄串に刺し岩塩をふってじっくり焼きあげる。細かく刻んだ野菜のソース、ヴィネグレッチをかけていただきます。驚くほどさっぱりで食べやすいので、老若問わずヤミツキになる人続出!

ディナー・休日ランチはカレー・ライス さらにサラダが食べ放題! ぶらざクーポンでドリンクバー(280円)→無料!

ディナー
シュラスコ10種食べ放題! サラダ ライス・カレー 食べ放題
+ブラジリアンビュッフェ
+コーヒー **4,200円+税**
※平日ランチはシュラスコの提供はありません。
(平日)プレートランチ780円+税
+セット380円+税
ランチ
(カレー・スープ・ライス食べ放題+ミニサラダ)
2,980円+税
シュラスコ7種 サラダ ライス・カレー 食べ放題
+ブラジリアンビュッフェ
キッズメニュー
0~5歳まで無料 6~10歳まで1,500円+税
2時間飲み放題コース.....1,850円+税

☎029-893-3358
つくば市学園南1-11-3
営業/11:00~15:00(L.O.14:30)
17:00~22:00(L.O.21:30)
休/水曜日 駐/あり

予約可 | カード可 | 貸切可 | 個室あり | **子連れ歓迎** **クーポンあり**

京華小吃



小籠包、餃子、シンガポール料理

シンガポールに本店を構える中華料理「ジンホア」多国籍料理も楽しめます!
シンガポールの地元客に愛され続け約100年。ニールロードの小さな中華料理店からはじまり今では日本では銀座・白馬・八王子・恵比寿、イタリアはミラノと幅広く展開。ジンホア1号店の小さな中華料理店の店主、ハンさんの家庭的な料理が客人たちの「私の味」として愛され続けています。辛いイメージの四川料理だけではなく、子連れの方も気軽に楽しんでいただきたいと辛くないお料理も充実。

【ランチ】
餃子ランチセット.....780円(税別)
焼き餃子6個、ライス、サラダ、スープ
膳ランチセット.....820円(税別)
6種の中から1つ餃子餃子、ライス、サラダ
麻婆湯・ザーサイコース・麻婆湯
野菜タンメン・酸辣湯・チャーシューメン
【ディナー】
ラクサ.....1,100円(税別)
スパイスでこってりとしたココナッツベースの
スープに柔らかな食感がぴったり!シンガポールでは
最もポピュラー!バターの調子ができます。
ホッケンミー.....800円(税別)
シンガポールの国民的伝統グルメ。
魚介スープで2種類の麺を始めた料理
ハインチンライス.....1,300円(税別)
平日夜限定
月替わり ジンホア御膳1,500円(税別)
(サラダ・小籠包・餃子・チャーシュー
ライス・ザーサイ・ワンタン・スープ・デザート)
歓送迎会コース
+飲み放題90分...**3,480円(税別)**

☎029-893-3358
つくば市学園南1-11-3
営業/11:00~15:00(L.O.14:30)
17:00~22:00(L.O.21:30)
休/水曜日 駐/あり

予約可 | TAKEOUT | **子連れ歓迎**

鶏肉・お惣菜・鶏肉専門店 (有)つくばチキン



鶏肉・お惣菜・鶏肉専門店

オードブル 2,200円~
から揚げ.....(100g)150円
スタミナから揚げ.....(100g)160円
ジャンボ焼き鳥.....1本150円
通常の焼き鳥の約2倍の大きさ!
炭火焼き鳥(15:30~焼き上げます)110円~
ほんじり・せせり・ハツ・テバ(など)最少部位もあり!
鶏肉専門店ならではの豊富な品揃え!
早急に完売するため予約がおすすめ! ※全て税別
ローストチキン
モモ焼1本380円・**テバ焼**1本320円
価格は全て税別価格

創業36年の老舗。鶏肉を扱う「鶏専門店」
鶏肉本来の持つ、美味しいお惣菜が充実!連日夕方から行列ができる人気店。歓送迎会やお花見の季節は、バラエティ豊富なお惣菜を盛り込んだオードブルがオススメ!おもてなしを華やかに演出します。創業から変わらず人気の「からあげ」は、中まで味が染みこんでとってもジューシー!事前の電話予約で揚げたてをご用意できます。

☎029-836-2864
つくば市谷田部3000
営業/10:00~19:00
休/月曜
※つくばチキンで惣菜!
※HPで全商品とご覧いただけます。
ご予約の際にお役立てください。

予約可 | 貸切可 | 子連れ可 | TAKEOUT | **子連れ歓迎**

蔵日和



和のベーカリーカフェ

大好評のマーブルパンに抹茶バージョン登場!
先月大好評のチョコマーブル食パンは、お陰様で連日完売!!ありがとうございました!今月はこだわりの宇治抹茶を使い、春らしく淡い緑色に仕上げました!

3/20までの限定商品!!
抹茶マーブル食パン350円(税別)
【テイクアウト可】
●天然酵母使用のパン...170円
●カットケーキ.....400円~

☎029-857-4118
つくば市金田38-1 駐/あり
営業/10:00~18:00
(ランチ11:00~14:30) 休/月曜
※2階のカフェスペースで、蔵日和ランチ(1,480円)も楽しめます!
※詳細はP34へ

個室あり | **ウエスト珈琲ハウス**



高とチョコレートソースの究極のパンケーキ
1,380円(税別)

こだわりの抜いた究極のパンケーキ登場!
一口食べると、ふわあしゅわな絶品生地!自家製ソースが相性抜群!人気No.1のパンケーキをご賞味あれ。

パンケーキメニュー[14:30~19:30(L.O.)]
大人気のため、夕方からのご注文がオススメです。
モーニングメニュー[8:00~11:00]
モーニングは550円~お楽しみいただけます。
ランチメニュー[11:00~14:00]
ランチメニューは750円~お楽しみいただけます。
グランドメニュー[11:00~20:00(L.O.)]
※メニューは一部です※すべて税別価格

☎029-836-5856
つくば市稲岡66-1
イオンモールつくば F街区
営業/8:00~20:30(L.O.20:00)
休/無休 駐/あり
※ラザニア・ハンバーグ・ピスタ等
グランドメニューも種類豊富!

とっておきのランチ特集

お子様連れOKのお店もご紹介

8 カラオケBanBan つくば稲荷駅前店



ランチ営業 ランチ休み/無休

平日 11:00~15:00
土日 11:00~15:00

オススメランチメニュー

かたくり理髪トリートメントが楽しめる付くカラオケが4倍! (※店内限定)
*スナック盛り合わせ+フライドポテト+ミックスデザート+パニオライス
※3名様〜 ※金・土・祝日+200円税別 ※17時までご入店の方限定

○お子様連れOK ○お子様メニュー
○お子様用イス ○座敷あり(取りこたつ)
●個室あり ○禁煙/分煙 P.41もみてね!
●テラス席 ●TAKE OUT

5 ジンホアつくば



ランチ営業 ランチ休み/水曜日

平日 11:00~15:00(L.O.14:30)
土日祝 11:00~15:00(L.O.14:30)※ブランドメニューのみ

オススメランチメニュー

平日限定! お得な小籠包ランチセット920円(税別)
メニュー変更のため、今月で食べ納め!
小籠包+チャーハン+サラダ+スープ付

○お子様連れOK ○お子様メニュー
○お子様用イス ○座敷あり(取りこたつ)
●個室あり ○禁煙/分煙 P.33もみてね!
●テラス席 ●TAKE OUT

9 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/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

日替わりメキシカンランチ590円(税別)
ランチメニューは月~土まで実施しております。
日・祝は、ブランドメニューからご注文頂けます。

○お子様連れOK ○お子様メニュー
○お子様用イス ○座敷あり(取りこたつ)
●個室あり ○禁煙/分煙 P.42もみてね!
●テラス席 ●TAKE OUT

6 ブラジル料理 シュラスコB



ランチ営業 ランチ休み/水曜日

平日 11:00~15:00(L.O.14:30)(プレートランチのみ)
土日祝 11:00~15:00(L.O.14:30)(シュラスコランチのみ)

オススメランチメニュー

【平日ランチ】
Dランチ780円+セット380円
(カレー+スープ+ライス+食べ放題+ミニデザート) 1,160円+税

○お子様連れOK ○お子様メニュー
○お子様用イス ○座敷あり(取りこたつ)
●個室あり ○禁煙/分煙 P.33もみてね!
●テラス席 ●TAKE OUT

3 ペ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 11:00~15:00(L.O.14:30)
土日祝 11:00~16:00(ブ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890円(税別)~
全てパン(orライス)食べ放題付!

○お子様連れOK ○お子様メニュー
○お子様用イス ○座敷あり(取りこたつ)
●個室あり ○禁煙/分煙 P.32もみてね!
●テラス席 ●TAKE OUT

1 フィオーレカフェ 美と健康食



ランチ営業 ランチ休み/毎月9日

平日 11:00~(通し営業L.O.18:00)
土日 11:00~(通し営業L.O.18:00)

オススメランチメニュー

新メニュー
ローストビーフ丼セット(スープ付)1,000円(税込)
50%cal(タンパク質26.05g 脂質12.3g 糖質59.1g)

○お子様連れOK ○お子様メニュー
○お子様用イス ○座敷あり(取りこたつ)
●個室あり ○禁煙/分煙 P.31もみてね!
●テラス席 ●TAKE OUT

10 大和骨付鳥 一勝 つくば店(イックツ)



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)
サラダ+スープ+ごはん(おかわり自由)+お新香付き!
ランチメニューは500円(税込)~ございます。

○お子様連れOK ○お子様メニュー
○お子様用イス ○座敷あり(取りこたつ)
●個室あり ○禁煙/分煙 P.42もみてね!
●テラス席 ●TAKE OUT

7 蔵日和(くらびより)



ランチ営業 ランチ休み/月曜日

平日 11:00~14:30
土日祝 11:00~14:30

オススメランチメニュー

蔵日和ランチ1,480円(税別)
スープ+本日のメイン+お付けデザート2品
サラダ+お好きなドリンク

○お子様連れOK ○お子様メニュー
○お子様用イス ○座敷あり(取りこたつ)
●個室あり ○禁煙/分煙 P.33もみてね!
●テラス席 ●TAKE OUT

4 焼肉赤牛 つくば本店



ランチ営業 ランチ休み/年末年始

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

★カルビうどんランチ(飯+サラダ+キムチ付)1,080円
★石焼ピザランチ.....864円

○お子様連れOK ○お子様メニュー
○お子様用イス ○座敷あり(取りこたつ)
●個室あり ○禁煙/分煙 P.32もみてね!
●テラス席 ●TAKE OUT

2 クライマックスコーヒー



ランチ営業 ランチ休み/火曜日

平日 10:00~(通し営業)
土日祝 10:00~(通し営業)

オススメランチメニュー

●選べるバスタセット1,000円(税別)
お好きなバスタ/サラダ/スープ/コーヒー/ゼリー/ドリンク

○お子様連れOK ○お子様メニュー
○お子様用イス ○座敷あり(取りこたつ)
●個室あり ○禁煙/分煙 P.32もみてね!
●テラス席 ●TAKE OUT

11 ビザワインビストロ ホリウツ

【ランチ限定】
デザート人数分サービス

●ご注文時に連絡
●ご飲食の方

からご宴会クーポン
有効期限H29年3月末日

9 エルトリート つくば学園店

お会計から
10%OFF

●他サービス併用不可
●ランチコース共に有効
●人数分有効

からご宴会クーポン
有効期限H29年3月末日

7 蔵日和(くらびより)

蔵日和ランチご注文の方、
テイクアウトケーキ
100円割引サービス!

●同館でもOK!

からご宴会クーポン
有効期限H29年3月末日

5 ジンホアつくば

ソフトドリンク
サービス

●お料理をご注文の方
●1枚で1グループ
●お1人様につき1杯まで

からご宴会クーポン
有効期限H29年3月末日

3 サンマルク つくば研究学園

①お食事代10%OFF
②誕生日コース500円引

●①②併用不可 ●他サービス併用不可
●①②ともにクーポン併用の方限定
【月曜ぶらざ3月号】

からご宴会クーポン
有効期限H29年4月末日

1 フィオーレカフェ 美と健康食

お食事メニュー1,000円以上
ご注文の方
ソフトドリンク1杯サービス!

●1枚で1つ ●他サービス併用不可
●他サービス併用不可

からご宴会クーポン
有効期限H29年3月末日

12 ミルフルール

【ぶらざ見たご予約で】
デザート盛合せに
無料でグレードアップ!

●必ずぶらざ見たでご予約ください
●当日クーポンご持参ください
●他サービス併用不可

からご宴会クーポン
有効期限H29年3月末日

10 大和骨付鳥 一勝

①ソフトドリンク
1杯サービス
②お子様プレート無料!

●人数分有効 ●②は宴会では使用不可
●②は1家族につきお子様2名まで
●①②の併用-他サービス併用不可

からご宴会クーポン
有効期限H29年3月末日

8 カラオケBanBan つくば稲荷駅前店

わいわいカラオケパックが
カラオケ3時間
→フリータイムに!

●他のサービス等併用の使用不可
●金・土・祝前日は+200円
●必ず「ぶらざ見た」とご予約下さい

からご宴会クーポン
有効期限H29年3月末日

6 ブラジル料理 シュラスコB

ドリンクバー
280円→無料

●お料理をご注文の方
●1枚で1グループ

からご宴会クーポン
有効期限H29年3月末日

4 焼肉赤牛 つくば本店

赤牛カルビ
1皿サービス!

●1枚で1つ ●1グループにつき1枚まで
●他のサービスとの併用不可
●つくば本店のみ使用可

からご宴会クーポン
有効期限H29年3月末日

2 クライマックスコーヒー

バスタセットorパニーニ
セットご注文の方に、
自家製ティラミスサービス

●1枚で2名様まで
●他サービスとの併用不可

からご宴会クーポン
有効期限H29年3月末日

お得な
ランチ
クーポンは
コチラ
←

20 Spanish Bar Bonito 【ボニート】



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

平日限定パエリアプレート(スープ・ドリンク・アイスクリーム)計1,280円→電話予約の上おざボンで1,000円(税別)クーポン予約は最大10名まで有効です。当日11:30までにお電話下さい。

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.45
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

17 つくば甲羅本店



ランチ営業 ランチ休み/日祝

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

オススメランチメニュー

レディース御膳 2,138円(税込)
●お刺身5種盛り●お味噌汁●お漬物●お揚げ●おデザート
●お風呂敷20分 ●お風呂敷が一部変更になる場合がございます

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.44
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

14 創作料理 簡井(つつい)



ランチ営業 ランチ休み/月曜日

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

オススメランチメニュー

一番人気! 選べるレディース御膳1,500円(税別)
赤肉5貫or和食と海老の天ぷらor名物牛スジカレー、本日一品、自家製ミニグラタン、サラダ、味噌汁、デザート、ドリンク付き

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.43
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

11 ビザ&ワイン ビストロ ポリッツァ



ランチ営業 ランチ休み/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

★ポリッツァランチ
ピスタチオピッツァ・サラダ・ドリンク付 880円(税別)
【ランチ限定】グラスワイン350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(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.42
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

21 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

*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(税別)
寿司盛り/甘いろうあげ/海鮮丼盛り/海苔巻き/かに全盛期/蟹御膳

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.45
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

18 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/無休

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

オススメランチメニュー

★ランチセット(平日)1,280円~(土日祝)1,480円~
お好きなピスタチオピッツァ
ピッツァ・サラダ・ドリンク食べ飲み放題!

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.44
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

15 木曾路つくば店



ランチ営業 ランチ休み/無休

月~日 11:30~15:00(L.O.14:30)

オススメランチメニュー

木曾[きそ].....1,620円(税別)
盛り込み/茶碗蒸し/揚げ物/刺身/汁物/香の物/デザート
※内容は季節ごとに変更いたします

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.43
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

12 レストランミルフェール



ランチ営業 ランチ休み/火曜日

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

ローズマリーコース2,000円(税別)
スープ・前菜・選べるお肉orお魚・選べるデザート・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(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.43
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

22 炭火焼とパスタ&ワイン JUN BOO(ジャンブー)



ランチ営業 ランチ休み/なし

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

オススメランチメニュー

やまと豚のソテー (おセット)1,450円(税別)~
~ぶらざ限定・トリュフとポルト酒のソース~
スープ・ライスorパン・地元野菜のサラダor付!

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.45
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

19 がぶり亭 研究学園店・土浦店



ランチ営業 ランチ休み/不定休(土浦店は月曜日)

平日 11:30~14:00
土日祝 11:30~14:00

オススメランチメニュー

●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!
その他、お得なセットメニューがございます。648円~

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.44
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

16 trattoria Lusso(トラットリア ルッソ)



ランチ営業 ランチ休み/月曜日

平日 11:00~14:00
土日祝 11:00~14:00

オススメランチメニュー

★クイーンズランチ2,300円(税別)
食前酒/前菜5種/ソーサーサラダ/カット/選べるミニピスタ
メイン(肉or魚料理)/日替わりデザート3種盛り合わせ/ソフトドリンク

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.44
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

13 イタリア料理 カプリチョーザ



ランチ営業 ランチ休み/無休

平日 11:30~15:00(L.O.14:30)
土日祝 11:00~22:00(Grandメニューのみ)

オススメランチメニュー

平日限定ランチbuffet 1,149円(税別)
※土日祝はランチbuffetは行っておりません。
Grandメニューからのご注文になります。

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙/分煙 P.43
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

ガスパロ 幸せを運ぶヨウム店



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・サイドディッシュ・アイス・クレープ・焼きマッシュロ
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(取りこたつ)
● 個室あり ● 禁煙 P.47
● テラス席 ● TAKE OUT みてね

21 季彩 かがり

ランチ全メニュー
100円引き

●他サービス併用不可
●1枚で1グループ有効

からぎ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

22 JUN BOO(ジャンブー)

ハウスワインまたは
ソフトドリンクを
1杯サービス!

●枚で4名様まで
●お料理ご注文の先限定
●他サービス併用不可 ●1グループで1枚有効

からぎ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

17 つくば甲羅本店

[ランチ]500円オフ
[ディナー]1,000円オフ

●1組につき1回1枚限り有効
●他サービス券およびサービス併用不可
●ランチでもディナーでもご利用可能

からぎ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

18 チムニーギョット

お食事代
10%OFF

●グループ6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有効 ●カード支払時は5%OFF

からぎ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

15 木曾路つくば店

[ランチ限定]
グラスドリンク・
グラスビール・
グラスワインの中から1つ

●他のサービスとの併用不可

からぎ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

16 trattoria Lusso

1ドリンクまたは
ドルチェサービス!!

●枚で4名様まで
●他サービス併用不可

からぎ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

13 イタリア料理 カプリチョーザ

お会計から
10%OFF

●他サービス併用不可
●6名様分有効

からぎ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

14 創作料理 簡井(つつい)

ランチ100円引き&
事前予約でランチ
ドリンク飲み放題

●他サービスとの併用不可
●人数分有効

からぎ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

つくって
もらいました♡

ママ会 & 女子会

ぶらざ限定! 女子会予約特典

「ぶらざ限定! 女子会予約特典」
をみて電話をしました!
と必ずお申し付けください。

※「他のコースでもいいの?」「男性が1
名だけ混じったらダメ?」など、ご不明な
点は、各店舗までお問い合わせください。

居酒屋はちろう

ランチ営業 ランチ休み/日祝

平日 11:30~14:00
土 11:30~14:00

オススメランチメニュー

豚肉ととろろ煮定食 850円(税込)
豚肉ととろろ煮/こはん/お刺身/小鉢2種類/お汁/もも/デザート
※メニューは入用状況により変更の場合あり

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(振りこたつ)
○ 個室あり ○ 禁煙/分煙
● テラス席 ● TAKE OUT P.41もみてね!

26 寿司・手打ち蕎麦 久呂無木 [くろむぎ]

ランチ営業 ランチ休み/日曜日

平日 11:30~14:00
土祝 11:30~14:00

オススメランチメニュー

ぶらざクーポン特典★寿司御膳 1,000円~800円(税込)
握り寿司7貫(マグロ赤身・白身・いわし・海老・サーモン・鰹焼き・
とびっこ草履)+サラダ+お粥+デザート

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(振りこたつ)
○ 個室あり ○ 禁煙/分煙
● テラス席 ● TAKE OUT P.46もみてね!

23 黒毛和牛焼肉バル Beef Mart

ランチ営業 ランチ休み/年中無休

平日 11:00~15:00
土日 11:00~15:00

オススメランチメニュー

ローストビーフ丼(スープ付) 890円(税込)
ランチクーポンご利用で100円引き!!

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(振りこたつ)
○ 個室あり ○ 禁煙/分煙
● テラス席 ● TAKE OUT P.45もみてね!

スペイン料理 Cambio [カンビオ]

ランチ営業 ランチ休み/火曜日

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

オススメランチメニュー

リヘロコース...1,800円(税別)
煎肉/パスタ/サラダ/ブレッド/魚介の(タリ+or魚介のフィ
ン)の付け合わせ/デザート、ドリンク、+400円で(1人1席)まで可

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(振りこたつ)
○ 個室あり ○ 禁煙/分煙
● テラス席 ● TAKE OUT P.42もみてね!

27 海鮮和食と十割蕎麦 いの瀬 凪 [いのせりん]

ランチ営業 ランチ休み/水曜日

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

オススメランチメニュー

極み海鮮丼(海味汁、香の物付)・1,500円(税別)
天然マグロ、スワイ魚卵、他9種の新鮮魚介を贅沢に使用!

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(振りこたつ)
○ 個室あり ○ 禁煙/分煙
● テラス席 ● TAKE OUT P.46もみてね!

24 豚しゃぶ 豚料理とワイン むすび

ランチ営業 ランチ休み/年中無休

月~日 11:30~14:30(L.O.14:00)

オススメランチメニュー

ローストビーフ丼...中盛800円大盛1,000円
これでもかと盛り合うローストビーフに大満足!オリジナルソース、新米、ヨーグルトマヨソースとからめてどうぞ!

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(振りこたつ)
○ 個室あり ○ 禁煙/分煙
● テラス席 ● TAKE OUT P.46もみてね!

豚しゃぶ 豚料理とワイン むすび

1名様~/子連れOK/昼宴会もOK

ランチ串しゃぶコース2,500円
(現金でお支払いの場合、税込価格)

一品料理4種/串しゃぶ/メの中華麺/デザート
ソフトドリンク2時後飲み放題付き!
串しゃぶのコースは、バーニカワダソース
カレー/塩/ポン酢から選べます。

和食処 大形屋 [おおがたや]

ランチ営業 ランチ休み/日曜日

平日 11:30~13:30(L.O.)
土 11:30~13:30(L.O.)

オススメランチメニュー

定食・丼物 800円(税別)~
その日仕入れた新鮮な食材で作る日替わりランチなど、
10種類以上のメニュー(昼宴会も可能です)

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(振りこたつ)
○ 個室あり ○ 禁煙/分煙
● テラス席 ● TAKE OUT P.42もみてね!

28 一成 つくば本店

ランチ営業 ランチ休み/なし

平日 11:30~14:30
土日祝 11:30~16:00

オススメランチメニュー

春の天ぷら付
せいろ蕎麦...1,190円(税込)
春のすめ! 美味しさ満開の春の天ぷら祭りを開催!

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(振りこたつ)
○ 個室あり ○ 禁煙/分煙
● テラス席 ● TAKE OUT P.47もみてね!

25 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 11:00~16:00(本店・神立店)
平日 11:00~17:00(学園店)

オススメランチメニュー

冬季期間限定
ビーフシチューセット 2,280円
(スープ・新米サラダ・ライス又はパン付) ※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(振りこたつ)
○ 個室あり ○ 禁煙/分煙
● テラス席 ● TAKE OUT P.46もみてね!

ぶらざ限定! 女子会予約特典

串しゃぶコーススタートキャンペーン!
500円引き
(2,500円~2,000円)

※要予約 ※他サービスとの併用不可
※現金でお支払いの場合、税込価格

幻の豚「味麗豚(みらいとん)」を使用した都
内で人気沸騰中の串しゃぶを始めました!手
作りこだわった鶏白湯の出汁で、3種のソ
ースからお選び頂けます。茨城で串しゃぶが
楽しめるのは当店だけ。ぜひ、お試しください!

ハワイアンバイレーツプレート1,980円(税別)
(ターキーレッグ・キーマカレー・クリーム/スタ)

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(振りこたつ)
○ 個室あり ○ 禁煙/分煙
● テラス席 ● TAKE OUT P.47もみてね!

ハワイレストラン HANAUMA [ハナウマ]

ランチ営業 ランチ休み/水曜日・2/27

平日 11:30~15:00(L.O.14:30)
土日祝 11:30~16:00(L.O.15:30)

オススメランチメニュー

ハワイアンバイレーツプレート1,980円(税別)
(ターキーレッグ・キーマカレー・クリーム/スタ)

○ お子様連れOK ○ お子様メニュー
● お子様用イス ● 座敷あり(振りこたつ)
○ 個室あり ○ 禁煙/分煙
● テラス席 ● TAKE OUT P.47もみてね!

27 いの瀬 凪 [いのせりん] ☎029-895-8198

ランチ限定
ソフトドリンク
1杯サービス

● サービス併用不可
● クーポン枚につき1点

からざ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

28 一成 つくば本店 ☎029-855-9990

季節のシャーベット
またはソフトドリンク
プレゼント!!

● 1枚で4名様まで
● サービス併用不可

からざ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

25 ウェストハウス 本店・学園店・神立店 ☎029-851-9211(本店)

ドリンクセットの
中から
1杯サービス!

● サービス併用不可 ※注文時、クーポン
をご提示、1グループ4名様まで ※全店舗
ご利用 ● デザートのみのご注文は不可

からざ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

23 黒毛和牛焼肉バル Beef Mart ☎029-828-5800

ローストビーフ丼
ランチ100円引き

● 注文時にご提示ください
● サービスとの併用不可
● 人数分有効

からざ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

24 串しゃぶ 豚料理とワイン むすび ☎029-856-0107

VIPカードプレゼント
(イタリアンマトしゃぶすき
500円引きor本日のスイーツ
&ソフトドリンク無料)

● 次回からカードご提示で特典を受
けられます ● 詳細はカードをご賞
励ください

からざ券金クーポン
有効期限H29年3月末日

ランチクーポンはコチラ!



ついで
創作料理 簡井

2名様~/子連れOK/昼宴会もOK

飲み放題付き女子会
4,000円(税込)

海鮮寄せ鍋/漁港直送刺身盛り合わせ
簡井特製サラダ/自家製グラタン/チキン南蛮
その日の前菜2種/自家製ソーゼンのトマトクリーム/バスタ
デザート盛り合わせ



晚酌屋ふらり

2名様~/子連れOK

晚酌女子会
お一人様4,000円(税込)

料理7品
本日のおぼんざい/大根としらすのジュレサラダ
築地直送~鮮魚のカパ/ピッコ~/自家製ポテトサラダの
熟々グラタン/つくば鶏の唐揚げ/メの押し寿司/本日の甘味



メキシカンレストラン
エルトリート つくば学園店

2名様~/子連れOK/昼宴会もOK

オルメカパーティコース 通常3,780円(税別)
→90分飲み放題付 3,000円(税別)

80種以上のドリンクが飲み放題!
アペタイザー3種/サラダ/デザート/ファヒータ
ご飯料理の全7種類



ジンホアつくば

2名様~/子連れOK/昼宴会もOK

女子会お料理プラン
1,980円(税込)

サーモンマリネサラダ
桜エビと卵のアワモチソース/羽付餃子/スープ小籠包
マーボーフィッシュ/鶏肉と唐揚げの粒コショウ炒め
カリカリ焼とジャコチャーハン/フルーツ巻

ぶらざ限定!女子会予約特典
飲み放題
2時間半→3時間に延長!
※ご予約時にお伝え下さい
※他サービスとの併用不可

ぶらざ限定!女子会予約特典
「ぶらざを見た」のご予約で
3時間飲み放題サービス!!
※他サービス併用不可

ぶらざ限定!女子会予約特典
オルメカパーティコース
通常3,780円(税別)
→90分飲み放題付で3,000円(税別)!!
※「ぶらざを見た」でご予約ください
※他サービス併用不可

ぶらざ限定!女子会予約特典
次回ご利用できる小籠包
無料券をプレゼント
※人数分プレゼント

女性に優しいお店No.1を目指して、お店の雰囲気はもちろん「簡井」ならではのお料理でもてなし致します。特に好評を頂いているのが、自家製グラタン、海老とカニから出汁を取った上品で濃厚な一品をぜひ一度食べに来てください。

3/3(金)にOPEN!漁港直送の鮮度抜群な獲れたての魚介と、やきとん・5種のレモンサワーが自慢のお店!豊富な創作料理が揃い、放送迎会はもちろん女子会でも心ゆくまで堪能できるコースをご用意しております。

お店の中はもうメキシコ!グルメにも満足頂ける本格的メキシコ料理はもちろん、メキシコの歴史なども紹介し、異文化にも触れあえるユニークなレストランです。女子会コースではぶらざ限定価格でご提供します。

価格以上のボリュームの女子会限定プランです。シンガポールに本店がある「ジンホア」。お店のメニューは中華料理がメインですが、シンガポールで好まれているお料理も提供しています。



P.43



P.43



P.42



P.33



トラットリア ルッソ
trattoria Lusso

2名様~/子連れOK/昼宴会もOK

女子会プラン
3,500円(税込)~

【キッズ】前菜2品/パスタ/料理/デザート/コクeshi
【ランチ】前菜/パスタ/料理/デザート/コクeshi
【ランチ】前菜/パスタ/料理/デザート/コクeshi
【ランチ】前菜/パスタ/料理/デザート/コクeshi
【ランチ】前菜/パスタ/料理/デザート/コクeshi



イタリア料理 カプリチオーザ

2名様~/子連れOK/昼宴会もOK

180分飲み放題付き!
おトクな女子会プラン3,480円(税別)

前菜3種/シェフの気まぐれサラダ/フライドポテト
たっぷり野菜と鶏肉のエミスタローネ
モッツアレラチーズとパプリコのピッツァ マルゲリータ
お好きなスパゲティ/ドゥルチェ盛合せ



フレンチレストラン
ミルフルール

2名様~/昼宴会もOK

レディースコース
3,500円(税別)

前菜/お魚/お肉/デザート/お飲物
+2,000円(税別)で2時間の飲み放題をお付けできます
※要予約



ブラジル料理 シュラスコB

2名様~/子連れOK/昼宴会もOK

女子会限定シュラスコ4種+パステル+アイス
【サラダバー+カレー+ライス食べ放題付】3,000円(税別)

シュラスコ:ピタカニー(牛ランプ)、フランゴ(鶏肉もも)、
リンダ(豚肩ロース)、コストラー・デ・ホイ(牛バラ)、
アパカル(パイナップルから4種類の/サラダバー(約12種)/
/カレー/ライス/パステル/アイス

ぶらざ限定!女子会予約特典
女子会プランキャトル、
女子会プランスタンダード
ご予約の方に
乾杯酒サービス!!

ぶらざ限定!女子会予約特典
6名以上のご予約で
限定スパークリングワイン1本サービス
※他サービス併用不可

ぶらざ限定!女子会予約特典
ワンドリンクサービス
※必ず「ぶらざを見た」とご予約ください

ぶらざ限定!女子会予約特典
パイナップルポート(盛り合わせ)
プレゼント!&ドリンクバー(280円)を
人数分サービス!
※他サービスとの併用不可
※「ぶらざを見た」とご予約ください

「女子会キャトル」では、「ちょっと贅沢な気分」で女子会を楽しんで頂けるよう、お皿やお着等にもこだわっています。次はどんなお皿でどんな料理が登場するのか、ワクワクした気持ちでお待ちいただけます。

「カプリチオーザ」とはイタリア語で「きまぐれ」を意味しています。本場南イタリアのような楽しく陽気な雰囲気の中、最大100名可能なパーティーコースでは、沢山の種類のリースナブルにお腹一杯に食べられると好評です。

フランスの雰囲気より感じて頂けるよう、外観・店内は細部にわたってプロヴァンス地方をイメージしています。ゆっくりとお食事をたのしみながら、優雅な一日をご堪能ください。

女子会特典のパイナップルポートは、パステルパーティーの特典として盛り込んでいる女子に人気の特典です!女子会のシュラスコのお肉は、ヘルシーで人気のものをセレクトしました。食べ放題のサラダもどうぞ♡



P.44



P.43



P.43



P.33



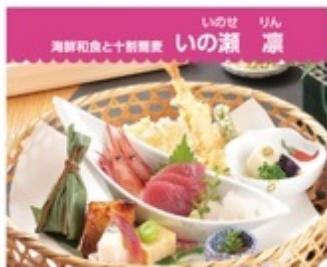
ウサギダイニングバー produced byガスバロ

※写真はイメージです

2名様~/子連れOK

女子会3時間飲み放題プラン 1,800円(税別)

単品のお料理につけられる飲み放題プラン、※お料理ご注文の方限定。 ※2名様~/ご利用可能



いのせ りん 海鮮和食と十割蕎麦 いの瀬 りん

2名様~/子連れOK/昼宴会もOK

季節のミニ懐石「花籠」 2,850円(税別)

前菜3種/温物/かこ盛り込み(出盛り)3種/小鉢2点・煮物・八寸3種盛り/揚げ物/小鍋/4割蕎麦または五割の蕎麦かせ玄米または特別栽培米白米/春の物/デザート



九太郎・九次郎

2名様~/子連れOK

120分飲み放題付! お得な女子会コース3,500円(税込)

シーザーサラダ/本日の海鮮カルパッチョ/明太子だし巻き玉子/フライドポテト/カマンベールチーズフライ/鉄鍋餃子/博多牛もつ鍋【醤油・味噌・塩】/メのちゃんぽん/本日のデザート



つくばイタリアンの老舗 チムニーギョット

2名様~/子連れOK/昼宴会もOK

パーティプラン 2,500円(税込)~

【コース料理の一例】 前菜/サラダ/スタ/ピッツァ 肉料理/魚料理/デザート

ぶらざ限定! 女子会予約特典
デザート人数分サービス!!
※人数分有効 ※「ぶらざ見た」でご予約下さい ※他サービス併用不可

物語の世界に迷い込んだような、ファンタジックな空間が女子会にピッタリ!フルーツを使ったサラダやピザなど女性好みのメニューもご用意。たっぷり3時間の飲み放題をつければ会話も弾んできっと楽しい女子会に♪



P.47

ぶらざ限定! 女子会予約特典
ソフトドリンク 1杯サービス
※1グループ有効 ※他サービス併用不可

全席個室・半個室で女子会にピッタリ!振りこたつ席、お座敷、テーブル席が選べるので、人数や用途に応じてご利用頂けます。コース料理ではちょっとずつ色々な味が楽しめるのも、女性のお客様から大好評頂いています。



P.46

ぶらざ限定! 女子会予約特典
デザートグレードUP!
※他サービス併用不可

たくさんの九州料理を味わって頂きたいから、コース料理の品数は多めにご用意。お腹がもたれないよう前菜も多く入れています。ホルモンが苦手な方には、もつ鍋を鶏鍋に変更出来るのも魅力です。



P.45

ぶらざ限定! 女子会予約特典
「ぶらざを見た」の事前予約でメニューの中から好きなピッツァ1枚プレゼント♡
※他のサービスと併用不可 ※ご予約時に必ずお伝えください ※特典のピッツァはご注文時にメニューからお選びください

イタリアの田舎町をイメージした家庭的な雰囲気のお店です。肩肘を張らずにゆったりと落ち着いてイタリアンを楽しめる気楽さが魅力。女子会では、当店自慢の窯焼きピッツァをサービス致します。



P.44



いちなる 石炭焼家と炭串焼 一成 つくば本店

2名様~/昼宴会もOK

蕎麦屋の逸品 鶏鍋・鴨鍋コース3,000円(税込)~

先付け3種盛り/旬のお刺身5種盛り/かじきマグロの西京焼き/つくば鶏の天ぷら自家製タルタルソース/鶏鍋または鴨鍋どちらか/メのうどん又は焼酎・甘味

ぶらざ限定! 女子会予約特典
宴会コースをご注文の方は120分1,500円(税込) 飲み放題を、150分に延長!
※人数分有効 ※「ぶらざ女子会見た」とお伝えください

茨城県の味覚をたっぷり集め、地産地消を生かしたコースをご用意いたしました。「豊富なお酒と共に楽しむには格別なラインナップ」とご好評をいただいております。150分の飲み放題で、思う存分ゆっくりしてください。



P.47



ウエストハウス 本店・学園店・神立店

2名様~/子連れOK/昼宴会もOK

パーティプラン3h飲み放題付き お一人様4,200円(税別)

前菜2種盛り/和菜サラダ/ガーリックトースト/季節のグラタン/洋食屋のフライ/チキンファンガー粒マスタード添え/おすすめ肉料理/煎焼/スタ2種/プチデザート※ピクニックサンダーマウンテンに変更可(コース内容のご相談可)

ぶらざ限定! 女子会予約特典
デザートグレードUP
※パーティーコースご予約の方限定

手作りの料理が楽しめる毎年人気の忘年会プラン!誕生日やお祝い事のプランもあるので特別なシーンにぴったり!10人以上のご予約で無料送迎バスもご用意♪少人数から大人数の宴会でご利用いただけます!



P.46



くろびろ 南町・手打ち蕎麦 久呂無木

2名様~/子連れOK

女子会コース 3,000円(税込)

前菜/サラダ/茶碗蒸し/しゃぶしゃぶ/蕎麦/デザート ※蕎麦は振り身時に変更可 ※+1,500円で2時間飲み放題がつけられます。 ※内容は仕入れにより変更の場合もございます。

ぶらざ限定! 女子会予約特典
乾杯ドリンク 1杯サービス
※コース料理ご注文の方 ※人数分

魚介は旬と鮮度、野菜は農家直送の地元野菜にこだわり仕入れています。全国の入手困難な地酒も多く取り揃え、こだわりの手打ち蕎麦、季節料理とともに楽しみいただけます。



P.46



黒毛和牛 焼肉バル ビーフマート

2名様~/子連れOK/昼宴会もOK

120分飲み放題付!黒毛和牛 女子会コース4,000円(税込)

新鮮野菜のシーザーサラダ/本日のタバスコ/ほくほくフライドポテト/こだわり和牛もつ鍋/さっぱりネギタン担/煎焼和牛盛り合わせ/鍋メット/日替わり本日のデザート

ぶらざ限定! 女子会予約特典
デザートグレードUP! orお誕生日の方にメッセージ付デザートプレートサービス
※他サービス併用不可 ※昼宴会は要予約

黒毛和牛をリーズナブルにお楽しみ頂けます。希少部位のお肉はもちろん、お肉に合う多彩なワインも常時20本以上ご用意。ご宴会・PARTYに最適なほりこたつ席も完備しております。



P.45



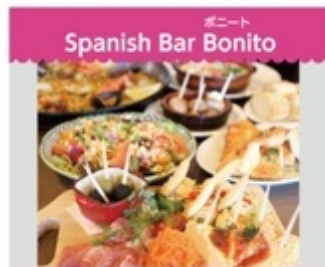
4名様~/子連れOK/昼宴会もOK
昼の女子会御膳 妻籠【つまご】
2,160円(税込)

お通し/焼き物/煮物/一人鍋
 茶碗蒸し/揚げ物/煎飯/汁物/香の物/デザート(4種)
 ※内容は季節ごとに変わります



4名様~/子連れOK
2時間飲み放題付
女子会コース3,000円(税込)

お料理8品/ご要望等、お気軽にご相談ください
 ※仕入れにより内容に変更がある場合がございます



3名様~/ 昼宴会もOK
3月限定 飲み放題120分付女子会プラン
お料理12品+飲み放題(12時前~一人用4,000円(税込))

6種前菜盛り合せ/スペイン風トマトガーリックソース/奥久慈産の
 ミモザサラダ/ブラコンマッシュルーム蒸成/ペーコンのアーヒージョ/ス
 ベインケット/グリルチキンのオープン焼き/トマトガーリックソース/3種
 のシーフード/バリエイコバコと彩野菜のバリエイデザート2種



3名様~/子連れOK/昼宴会もOK
カラオケ3時間&ソフトドリンク飲み放題付
お昼の大宴会パック 6品 1,880円(税別)

シーザーサラダ/ナンコンの漬物揚げ/フライドポテト(コンソメ)
 /明太子ポテト/サーモンクリーム/バスタ/ストロベリーアイ
 ス※金・土・祝前日+200円(税別)
 ※17時までに入室の方限定

ぶらざ限定! 女子会予約特典
グラスドリンク・グラスビール・
グラスワインの中から1つ
 ※他のサービスとの併用不可
 ※「ぶらざを見た」でご予約ください

個室の座敷もあり、ゆったりと寛ぎながらお食事ができるのでママ会にもご利用ください。また、3月末までの期間限定で旬の蟹が楽しめるコースもご用意。詳細はP.43もご覧ください。

ぶらざ限定! 女子会予約特典
飲み放題2時間→3時間に
延長致します!
 ※他サービスとの併用不可
 ※「ぶらざを見た」でご予約ください

ボリューム満点でありながら、コレステロール値の低いヘルシーな鶏肉メインのお料理をご提供しています。ドリンクは女性にも嬉しい美容系カクテルも豊富です!!

ぶらざ限定! 女子会予約特典
女子会メニューお1人様+500円で①デザート2種盛り
→3種盛り+150分飲み放題に延長or②牛乳プロース
ステーキを追加 ※①②どちらも追加は+800円
 ※ご予約の際に「ぶらざ見た」とお伝え下さい
 ※他サービス併用不可※有効期限129年3月末日

スペインの雰囲気とお料理を気軽に楽しめるバルです。品数ボリュームも充実で女子会に満足いただけるプランをご用意いたしました。スペインを代表する料理の、アヒージョやバリエアも楽しめる内容です!

ぶらざ限定! 女子会予約特典
お昼の大宴会パックがカラオケ
3時間→フリータイムに!
 ※他のサービス等の併用不可 ※金・土・祝前日
 は+200円 ※必ず「ぶらざ見た」とご予約下さい

昼宴会コースはママの集まりに最適13時間のルーム料金込みで、お食事とカラオケをゆっくりと楽しめます! キッズルームや禁煙ルームもあるので、お子様とも一緒に安心してお過ごし頂けます。



P.43



P.42



P.45



P.41

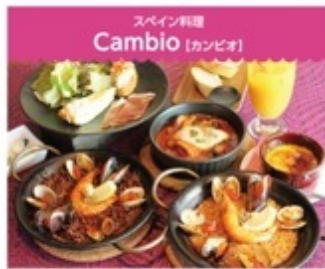


4名様~/
東京BAL de 女子会
お一人様4,000円(税込)

前菜盛り合わせ/カニバッチャ/アヒージョ
 パケット/黒だし料理/魚料理/肉料理/バスタ/デザート
 ※内容が変更の場合もございます

ぶらざ限定! 女子会予約特典
「ぶらざを見た」のご予約で
3時間飲み放題サービス!!
 ※月~水曜日限定
 ※他サービス併用不可

イタリアン&スパニッシュ料理が楽しめるワインバルです。圧倒的品揃えのワインは難しい知識なんてなくても大丈夫! 飲み放題ではノンアルコールカクテルも豊富でドライバーの方でも安心して楽しめます!

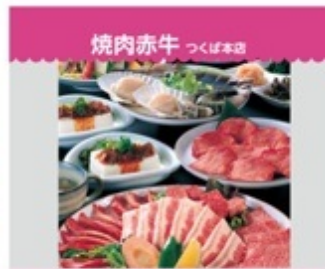


4名様~/子連れOK/昼宴会もOK
ライト・パーティー・コース
(ドリンク2杯セット付) 3,500円(税別)

サラダ/ハモン・セラノ(6ヶ月熟成上座生ハム)/ジャガイモのオムレツ/自家製ピクルス/本日のピンチョス/魚介のバリエイ/魚介のフィデフ/鶏の田舎風煮込み/デザート(全4品)※ノンアルコールドリンク/アルコールドリンク各2種から2杯お選び頂けます。

ぶらざ限定! 女子会予約特典
オリーブのマリネ
一皿サービス!
 ※他サービスとの併用不可
 ※「ぶらざを見た」でご予約ください

お客様のご要望に応え、ライト・パーティー・コースが復活! ちよい飲みや女子会にぴったりなコースです! 選べるドリンクセットにもカバ(スペインのスパークリングワイン)も入っており、大満足のラインナップでご提供致します。



4名様~/
[平日限定] 赤牛コース
3,240円(税込)

キムチ、サラダなどの前菜盛り合せ
 焼き野菜付きお肉盛り合せ
 海鮮盛り/お好みで選べる一品【に飯orクッパ】/デザート
 ※詳しくは店舗へお問い合わせください

ぶらざ限定! 女子会予約特典
乾杯! ノンアルコール
スパークリングワインをプレゼント!
 ※他のサービス併用不可
 ※有効期限129年3月末日

煙は網の下に吸い込まれる構造なので服に臭いが付く心配もなく、女子会にもぴったり! 和牛・国産牛を中心に本当に美味しいものだけを取り揃え、落ち着いた和の空間で楽しいひとときをお過ごし頂けます。



3名様~/子連れOK/昼宴会もOK
3時間飲み放題付
女子会コース4,000円(税込)

(料理例) フレンチトーストサラダ仕立て/サーモンのカニバッチャ/買まぐれバスタ/バーニカワダ/フライ盛り合わせ/クアトロフォルマッジ/マルゲリータに変更/デザート盛り合わせ
 ※要予約 ※料理内容は変更になる場合がございます。

ぶらざ限定! 女子会予約特典
5名様以上のご予約で、
甘口スパークリングワインボトル(赤or白)
1本サービス!
 ※他サービスとの併用不可

BiViつくばに2月にオープンしました! 温かみがあるビストロ空間で、店内の石釜で焼いた本格ナポリピッツァとPIZZA&PASTA専用ワインをお楽しみ下さい。プロジェクター等設備も完備。結婚式2次会のご利用もぜひご相談を。



P.43



P.42



P.32



P.42



ハワイレストラン
HANAUMA [ハナウマ]

4名様~/子連れOK/昼宴会もOK

歓送迎会におすすめ!
ショートリップコース3,500円(税別)~

エビアボカド/生ハム盛り合わせ/フライ盛り合わせ/選べるミニご飯(コッコウガリークシュリンプ/オムレツ/ショートリップ/カニの塊焼き)/バーチー/パンケーキ ※+2,000円で飲み放題が付けられます。



季彩 かがり

4名様~

2時間飲み放題付女子会コース
5,000円(税込)~

お料理一例: 唐揚げ/造り/焼き/煮物
特選鍋/油物/食事/デザート
※すべてのお料理をお一人様につき1品ずつお出ししております。



がぶり亭 研究学園店・土浦店

4名様~/子連れOK/昼宴会もOK

平日限定(日~木)2時間飲み放題付!
女子会コース4,300円(税込)

スモークサーモンとクリームチーズのサラダ
オードブル(種類)/骨付がぶり鶏~おや・ひな・食べ比べ~
がぶり亭のトマトソース/メのチーズリゾット/デザート盛り合せ



赤から つくば研究学園店

4名様~

[3/1~4/28限定] 鬼娘セット
<飲み放題込>4,000円(税込)

塩キャベツ/鶏せせり/鶏つくね/鶏もも
チキン南蛮/赤から鍋/鍋トッピング(きのこ3種盛り)
鍋後の食事/デザート

ぶらざ限定! 女子会予約特典
食後のコーヒー
or紅茶サービス

※人数分有効
※3日前までに要予約

女性に大人気の、当店オリジナルパンケーキがついたボリューム満点のコースです。ハワイの高級リゾートをイメージしたラグジュアリーな空間で、リゾート気分を味わいながらゆったりとお食事をお楽しみいただけます。

ぶらざ限定! 女子会予約特典
飲み放題30分延長

※他サービスとの併用不可
※「ぶらざ見た」でご予約ください

全日本料理コンクール大臣賞受賞の歴史のある店主の本格的な京料理を、お手頃な価格でご提供しています。コースでは産地にもこだわった四季折々の食材をはじめ、飲み放題でも一流銘柄を揃えています。

ぶらざ限定! 女子会予約特典
飲み放題
2時間→3時間に!

※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

TVにも度々取り上げられる話題の香川名物骨付鶏がとにかく自慢!女子会コースでは、骨付鶏の食べ比べをはじめ、女子会だけのスペシャルメニューをご用意してお待ちしております。

ぶらざ限定! 女子会予約特典
飲み放題120分(90分L.O.)
→150分(120分L.O.)に延長

※他サービス併用不可

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は10段階の辛さから選べます。美味しい食べ方をご提案致しますので、「クセになる味」をご賞味ください。



P.47



P.45



P.44



P.44



町のベーカリーカフェ
蔵日和 [くらひより]

※内容は仕入れによって変わる場合があります。

5名様~/子連れOK/昼宴会もOK

【貸切女子会プラン】●昼(10名様~)第1人様
3,000円 ●夜(5名様~)第1人様 3,500円~

【藤右門シェフが作るお料理:例】
鮮魚のカルパッチョ/前菜盛り合せ/サラダ
本日のパスタ/ジャコと丸魚ネギのそば粉/パスタ
鶏のグリル/焼き立てパン/デザート/食後のお飲物



炭火焼とパスタ&ワイン
JUN BOO [ジュンブー]

4名様~

2時間飲み放題付!歓送迎会コース
5,000円(税別)~

ガーデンサラダ/チーズリゾット/炭火焼き盛り合せ
デザート/飲み放題付
※お料理のみ3,000円コースもあります



焼鳥 刺身 けんこう料理
八笑 [やむら]

4名様~

八笑のコースメニュー
2,500円(税別)

おとうし/産直の旬刺身盛り合せ/絶品焼き鳥盛り合せ
宴会おすすめサラダ/あったかお鍋
揚げたて天ぷら盛り合せのお食事



つくば甲羅本店

4名様~/子連れOK/昼宴会もOK

枝垂れ(しだれ)4,860円(税込)
※1日限定30食 ※3/1~4/28限定

【一の星】寄せ豆腐/サラダ/小林二種
【二の星】口取り/かに刺身/小林二種/手作り豆腐の桜鯛
かに茶碗蒸し/かに天ぷら/お寿司の盛り合せ/お祝/デザート

ぶらざ限定! 女子会予約特典
女子会予約のお客様全員に
乾杯ドリンクをサービス!

※お1人様につき1杯
※他サービス併用不可

古民家の米蔵を改装した趣のある空間で、敷地内にある完全予約制イタリアンレストラン「藤右門 栄」の美味しいお料理と共にくつろぎのひとときをお過ごし頂けます。10名様~、蔵一棟を貸切でご利用頂けます。

ぶらざ限定! 女子会予約特典
飲み放題30分延長

※3日前までに要予約
※4名様~

イギリスの一般家庭をイメージした店内で、素材にとことんこだわった今までにない新しい料理をご堪能いただけます。ホームパーティーに招かれた気分ですらリラックスしてお過ごしください。25名様以上で貸切も可能です。

ぶらざ限定! 女子会予約特典
女性同士のご来店で、
八笑のコースメニューをご注文の方、
デザートアイスをサービス!

※他サービスとの併用不可
※「ぶらざ見た」でご予約ください

産直の旬鮮刺身、つくば鶏を使用した焼き鳥、濃厚自家製豆腐など手作り料理の数々に加え、雛祭や十四代等の日本酒、選び抜いた焼酎をご用意。最高のスタッフが宴を盛り上げます。

ぶらざ限定! 女子会予約特典
飲み放題90分が150分に延長
(ご宴会時間/2時間→3時間)

※3日前までに要予約 ※月~木のみ(混日除く)
※3/1~4/27 ※ご予約時に「ぶらざ見た」とお伝えください

お昼の時間帯から利用可能のため、女子会だけでなくお子様が幼稚園や学校に通っている時間帯に、ママ会として使われる方も多です。個室・お座敷席もあるので、小さなお子さま連れもお客様も安心です。



P.33



P.45



P.45



P.44

居酒屋はちろう



使用する食材は地元品が中心。既製品は一切使用せず、すべてを手作りする店主のこだわりが詰まった絶品和食料理。「何度来ていただいても飽きないように」と、どの料理にも必ずひと手間を加えている。一番人気の豚串焼きは、茨城県産の豚肉を使用。嚼めば嚼むほど溢れ出すうまみにとりになる人続出。店主厳選の銘酒と共に堪能するのもおすすめ。座敷席が多いため、ゆっくりくつろいでいくお客様が多数。お腹だけでなく、心も満たされて。

☎029-896-8775

つくば市梅園2-25-16
 営/11:30~14:00
 17:30~25:00(L.O.24:00)
 休/毎週日曜、第1・3月曜日
 駐/あり
 ※全て税込価格



- 宴会最大20名様可能 ※前日までに要予約
宴会コース…2,000円〜
 おとうし/お刺身/サラダ/豚串/揚げ物/お食事(冷6品)
 ※仕入れの状況によりメニューに変更がある場合がございます。
飲み放題(120分)〜2,000円
- 大人気一品メニュー
- 豚串焼き……………150円〜
 1本150円から味わえる豚串。炭火で一本一本丁寧に焼き上げています。ジューシーな歯ごたえは一口食べただけでやみつきに。
 - 鯖のほほ肉ステーキ……………680円
 匠の業からつくしお箸することができない。超少量の鯖は肉、トロトロになるまで柔らかく煮込み、濃厚ソースに絡めて食べる逸品。
 - 自家製厚揚げ……………500円
 『外側はカラッと、中はふわふわ』で人気の自家製厚揚げ。なめらかな豆腐と香ばしい表面の相性が絶妙です。
- ランチ 人気メニュー
- くしかつ定食……………650円
 - あじフライ定食……………850円
 - しょうが焼き定食……………850円

ぶらざ限定予約特典

お好きな1品サービス!

- 来店時に「ぶらざ見た」と言うだけでも可
 - 1グループ1品まで ●ランチタイム利用不可
- 有効期間中+29年3月末日

カラオケBanBan つくば稲荷前店



地域に密着した店舗づくりが人気のカラオケ店。昨年オープンしたつくば稲荷前店では、料金が新しくなり更にお得にカラオケを楽しめる。キッズルームや禁煙ルームも設置!「豊富なフードメニュー」「居心地のいい環境」「充実したサービス」「コストパフォーマンス」様々な魅力が満載。家族でカラオケを楽しみたいという方にも強い味方!小学生のお子さんはルーム料金が半額!そして、未就学のお子さんは無料(大人1名につき未就学児2名まで)!

☎029-828-7123(つくば稲荷前店)

つくば市稲荷前10-1
 営/10:00~翌6:00
 年中無休
 駐/あり



ぶらざ限定予約特典

プレミアムパーティーコースを飲み放題のランクアップを付けて通常3,400円→3,000円(税別)

- 他のサービス等々の併用不可 ●金、土、祝前日は+200円 ●必ず「ぶらざ見た」とご予約下さい
- 有効期間中+29年3月末日

このお店 成功させるなら 歓送迎会を

ママ会 & 女子会 P.36~40を見てね!

ぶらざ女性読者だけの 女子会予約特典 があります♥

つくば **子連れ歓迎**

スペイン料理 **Cambio**

飲み放題リピーター急増中!
内容は決して後悔させません!
歓送迎に◎10名以上で貸切可能!

パーティー・コース(全10品) **5,000円(税込)**
(2時間飲み放題付).....**5,000円(税込)**
アルコール飲料12種・ソフトドリンク12種
サラダ、ハモン・セラーノ、ジャガイモのオムレツ、
自家製ピクルス、本日のピンチョス(1種)、本日の一品、
魚介の「エリノ」、魚介のフィデフ、鶏の田舎煮込み、デザート

伝統的な料理から最先端スペイン料理まで、
変化に富んだスペイン料理を楽しめる。

029-893-6363
つくば学園の森2-39-4
イトワール001号 駐/あり
営/ランチ11:30~15:00(L.O.14:00)
ディナー17:30~23:00(L.O.22:00)
休/火曜日(日替休業あり)
※4~20名まで貸切可(応相談)

ぶらざ限定予約特典
本日の一品追加致します!
●パーティー・コース4名様以上の
ご予約に限りです
有効期限H29年3月末日

土浦

和食館 **大形屋**

今年でリニューアル10周年を迎えた土浦老舗の和食店。毎朝仕入れる鮮魚や旬野菜を使った四季折々の創作料理を堪能。

季節の食材を活かしたお任せ歓送迎会コース
(2名様からご予約可)【9品】**3,500円**~
●オードブル2,000円~ ●一品料理380円~
●ランチ(日替わりの定食や丼もの等)**800円**~
-個室も承ります。お気軽にご相談ください-
※全て税別価格で表記しております

029-821-0664
土浦市大和町7-18 駐/あり
営/昼11:30~13:30(L.O.)
夜 祝日17:00~21:30(L.O.)
平日17:00~22:30(L.O.)
週末17:00~23:00(L.O.)
休/日(祝前日は営業、翌月曜休)

最大40名まで可能な2階のお座敷は、外国の方にも嬉しいテーブル型にも対応しました。

つくば **子連れ歓迎**

大和骨付鳥 **一勝** つくば店

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。

2H飲み放題付宴会コース.....**4,000円(税込)**~
たっぷり具材の旨みが出た鶏鍋始めました! ※ディナー限定
赤みそ風味の赤鍋・ゆずこしょう風味の白鍋
各1人前**780円**・2人前**1,560円**
ライス200円(大盛り無料)を合わせて定食に!
昼も夜もやってます!一勝の定食メニュー500円~

029-879-9856
つくば市遠東768-4
営/11:30~14:30、17:30~23:00
(L.O.22:30) 駐/10台以上完備
休/水曜 幸最大35名まで可
※無料送迎あり(要相談)
※テイクアウト可(事前予約が◎)

ぶらざ限定予約特典
飲み放題
30分延長致します!
●他サービス併用不可
●ご予約時に「ぶらざ」をお伝え下さい
有効期限H29年3月末日

つくば **子連れ歓迎**

メキシコレストラン

エルトリート つくば学園店

本場のメキシコ料理を楽しめる老舗レストラン。ボリュームもあって野菜もたっぷり摂れるメニューが充実!

●メキシカンランチ...**550円(税別)**~
2名からOK!メキシカンコース**1,790円**~
【料理一例】アパタイザー盛り合わせ・シーザーサラダ・チキン&ビーフファヒータ(トルティーヤお替わり自由)・デザート3種

029-850-2012
つくば市天久保2-16-4
営/平日・日祝日11:00~24:00
(L.O.23:30)、金・土・祝前日11:00~
翌1:00(L.O.24:30)、ランチ月~土
11:00~15:00(L.O.14:30)
年中無休 駐/あり

最大40名まで可能な2階のお座敷は、外国の方にも嬉しいテーブル型にも対応しました。

「気軽さ」を徹底追求!

ピザ&ワイン **ピストロ ポリッツァ**

2月にBiViつくば内にOPEN!!

Menu (前菜) 350円~ **種類豊富!** (パスタ・リゾット) 650円~ **茹でたて! 手作り!**

- 鉢植えポテトサラダ... 580円
- デックスサラダ(バクチャーたっぷり) 580円
- 半熟卵のシーザーサラダ 580円
- 海老とホタテのアヒージョ... 680円
- ブラックペロンチーノ... 650円
- 濃厚チーズリゾット... 980円
- マルゲリータ... 680円
- クアトロフォルマッジ... 900円
- スパアリのオープン焼き 980円

Wine **世界で一番売れている!**

イタリアワインを中心に、フランス、チリなど7か国のワインが楽しめる。グラスワイン常時10種類以上ご用意!ぜひ飲み比べをお楽しみ下さい!

- グラスワイン 480円~
- ポトルワイン 2,500円~
- ノンアルコールワイン(赤・白) 450円

Drink ●生ビール 500円~
ハートランド、ハイネケン、コロナ をご用意!
●ハイボール、ウイスキー、日本酒、焼酎 等もご用意!

ランチ限定価格 **グラスワイン 350円!!**

★ポリッツァランチ 880円(税込)
(パスタorピッツァ・サラダ・ドリンク)

2時間飲み放題付! 3,300円(税込)コース
半熟卵のシーザーサラダ/イタリアンプロシュートとグリッシーニ/やみつきカリカリフライドポテト/若鶏のKARA-AGE/ネダコのマリネ/手押しマルゲリータ/ブラックペロンチーノ

2時間飲み放題付! 4,300円(税込)コース
半熟卵のシーザーサラダ/賞品のカルパッチョ/イタリアンプロシュート/ミラノサウゼ/3種のフライドチキン/盛り合わせ/チキンのガーリックペッパー焼き/ボンゴレ/手押しマルゲリータ

3時間飲み放題付! 女子会コース 4,000円(税込)
フレンチトーストサラダ/生ロゼ/サーモン/カルパッチョ/おまかせピザ/パニーニ/カクテル/フライドチキン/クアトロフォルマッジ/マルゲリータ/デザート

無料バスを完備!!
※12名様~応相談

ピザ&ワイン **ピストロ ポリッツァ**
029-893-4310
つくば市吾妻1-8-10 BiViつくば2F
営/11:00~15:00、17:00~24:00
年中無休

ぶらざクーポン①
【月~木(祝前日除く)限定】
17:00~19:30の間にご来店
飲み放題 **800円(税別)に!!**
※お1人様1品以上のフードオーダーをお願いします。
有効期限H29年3月末日

ぶらざクーポン②
夏をかなり早めに先取り!!
かち割ジョッキワイン or かち割
ノンアルコールジョッキワインを
お1人様1杯サービス!!
※夜限定 ※1枚で1グループ有効
有効期限H29年3月末日

つくば 子連れ歓迎

イタリア料理 **カプリチオーザ**

低予算少人数宴会から最大100名の大会場まで言わずと知れたイタリアンの名店。

*****パーティーコース*****
 2,000円(料理7品)・2,500円(料理9品)・3,000円(料理10品)
 お料理の一例: サラダ・魚介のマリネ・イタリア産生ハム・チーズ入りライス・コロッケ・ピッツァ・バスタ・デザート等

飲み放題+1,500円(120分) ソフトドリンク
 生ビール・ハウスワイン
 角ハイボール・カクテル各種 **+980円(120分)**

029-839-0177
 つくば市下原376-2
 営/平日11:30~22:00(L.O.)
 土日祝11:00~22:00(L.O.)
 駐/あり 年中無休
 ※テレビでも紹介された言わずと知れた人気イタリアン。

ぶらざ限定予約特典
 ①コース限定8名様以上のご予約で1名様無料
 (お会計から10%OFF最大6名様)
 ●他サービス併用不可
 ●2組はパーティーコースには適用不可
 有効期間/09年3月末日

つくば

フレンチレストラン
ミルフルール

贅沢な食材をふんだんに使った本格的なフレンチを気軽に楽しめます。

歓迎会プラン(前予約・6名様~)※すべて税込
 ●大皿スタイル/飲み放題90分付き.....5,000円
 献杯のあぶり焼き/タンドフランベ(フランス風どじや)/ポトフグラタン/シーフードサラダ/フォアグラのフラン/魚介のトマト煮込み/デザート
 【特典】飲み放題メニューグレードアップ
 ●コーススタイル.....5,000円+1500円で飲み放題付
 スープ/前菜3種合せ/お魚料理/お肉料理/デザート合せ
 【特典】+1,500円で飲み放題(90分)をお付けできます

029-863-5006
 つくば市東原3893-1
 営/11:30~15:00(4.00L.O.)
 18:00~22:00(20.30L.O.)
 ※ディナーはご予約のみ
 休/火曜日 駐/あり
 ※ディナーはチャージ料あり

【歓迎会プラン特典】デザートへのメッセージ・20名以上のご予約で幹事1名様無料

つくば

東京バルTAKEO

イースつくば・研究学園駅から徒歩3分!本格的なイタリアン&スペインッシュ料理が楽しめる。思わず誰かに自慢したくなるような小さな一軒家バル。

東京バルの歓迎会プラン
 2時間飲み放題付 3,500円(税込)~
 3時間飲み放題付 4,000円(税込)~

029-895-3815
 つくば市研究学園5-15-7
 営/16:00~25:00(L.O.24:00)
 休/火曜日
 ※各種ご宴会4名様~
 ※10名様以上で無料送迎バス有
 ※3月に新店舗OPEN!!

ぶらざ限定予約特典
 4,000円以上のコースで主役の方、10名様につき1名分無料!
 又は、コースのお料理グレードアップ
 ●1グループ1枚まで ●他サービス等との併用不可
 有効期間/09年3月末日

つくば

晩酌屋ふらり

つくばのレモンサワー新名所!!レモンサワーの大好きな店長がこだわるのは国産無農薬のフレッシュレモン。厳選したレモンは5種類ものサワーに姿を変えて登場!!

3/3(金)OPEN!!晩酌屋名物メニュー
 (ど新鮮)生本マグロ/やきとん
 つくば焼の唐揚げ/四川風よだれ鶏 等
 ぶらざ持参特典あり!!
 150分飲み放題付きL.O.30分前歓迎会コース4,000円(税込)~

029-875-6688
 つくば市竹園1-9-2デイズタウン1F
 営/11:30~15:00(L.O.14:00)
 16:00~25:00(L.O.24:00)
 ※各種宴会2名様~
 ※10名様以上で無料バス送迎

ぶらざ限定予約特典
 ①オープン記念宴会会コース500円引き
 ②焼唐揚げ290円(税別)→100円(税別)
 ③レモンサワー480円(税別)→100円(税別)
 ●1名1名分まで ●他サービス併用不可
 有効期間/09年3月3日~末日

つくば

木曾路つくば店

上質な和の空間で仕事上の大切なお客様はもちろん、友人、家族、どんなシーンでも利用しやすく、ゆきとどいたサービスと厳選された上質なお料理で歓迎会に相応しいお店。人数に合わせた各種個室をご用意。個室大宴会場は60名様~80名様まで利用できます。

宴会込々コース(10名様~承ります)すべて2時間飲み放題付

- 国産牛宴会込々コース6,000円(税・サ込)
 【国産牛ロース肉180g】
 先付/お造り(2種)、しゃぶしゃぶ(肉1.5人前180g・野菜盛)/御飯/香の物/デザート
- 和牛宴会込々コース7,000円(税・サ込)
 【和牛霜降肉90g】
 先付/お造り(2種)/揚げ物/茶碗蒸し/しゃぶしゃぶ(肉・野菜盛)/御飯/香の物/デザート
- 和牛宴会込々コース8,000円(税・サ込)
 【和牛特選霜降肉120g】
 先付/お造り(2種)/揚げ物/茶碗蒸し/しゃぶしゃぶ(肉・野菜盛)/御飯/香の物/デザート

かにすき鍋3,800円(税込4,104円)
 先付、かにすき鍋(ずい)・蟹・野菜盛、雑炊、香の物、デザート

しおさい5,500円(税込5,940円)
 先付、しおさい(2種)、蟹、かにすき鍋(ずい)・蟹・野菜盛、雑炊、香の物、デザート

しらなみ7,000円(税込7,560円)
 先付、お造り(2種)、ずい・蟹・野菜盛、雑炊、香の物、デザート
 かにすき鍋(ずい)・蟹・野菜盛、雑炊、香の物、デザート(2種)

029-858-3781
 つくば市小野崎92-5 駐/あり
 営/11:30~15:00(L.O.14:30)
 17:00~22:00(L.O.21:00)
 年中無休
 ※無料送迎バスは10名様よりご予約にて承ります。

メールマガジン会員募集中
 お得なイベント情報をいち早くお知らせします。

つくば 子連れ歓迎

創作料理 筒井

料理4,000円(税別)コース

「ヒトサ 創作料理筒井」で快楽!

「温故知新」今までの教えを土台とし新しい風を料理に吹き込む創作料理店。店主は都内青山・銀座で修行後、実家・土浦の老舗ホテルにて和食を学びオープン。基本に忠実な日本料理の良さと、これまで培ってきた料理を加えることで生まれる創作料理はシンプルでありながら、お客様からは「家庭では絶対に出せない味」と絶賛の声。和モダンな広々とした店内はカウンター席・テーブル席、そして個室、座敷まで完備。人数により送迎も行っているため、ご相談ください!

料理4,000円(税込)コース
 季節の小鉢2種類/牛のたたき/刺身合せ
 グラタン/日替わり焼物/豚バラのチーズ焼/デミソース
 海老マヨ/寿司/お新香/味噌汁
 ※入席状況により内容が異なる場合がございます。

2時間飲み放題コース..5,000円(税込)

ランチ900円(税込)~
 1,500円ランチご注文のお客様に、お子様ランチ1人前無料!!
 創作料理 筒井には、東大通りに駐車場に入れます。

土浦店OPEN!!
「快食旨時 筒井」
 土浦市桜町1-3-17
 TEL:029-819-0441 休/月曜
 営/20:00~平日 翌3:00(L.O.)
 金土 翌4:00(L.O.)

029-893-5205
 つくば市下広岡1055-284
 MAXビル1階右端 駐/あり
 営/ランチ11:30~14:30(L.O.14:00)
 ディナー18:00~23:00(L.O.22:30)
 日曜は22:00まで
 休/月曜 ※送迎も承ります。

ぶらざ限定予約特典
 ディナー限定:日替わり料理1品サービス!
 ※別ページにランチクーポンあり!
 ●1グループにつき1枚まで ●他サービスとの併用不可 ●ご来店時にお渡しいください
 有効期間/09年3月末日

つくば

焼鳥 刺身 けんこう料理 **八笑**

炭火焼鳥や自家製豆腐、全国から仕入れる刺身は鮮度抜群で人気!品揃え地域トップクラスの日本酒と共に堪能あれ。

八笑のコースメニュー
全7品 **2,500円+税**
24歳未満は税込4,500円+税
①おとし(湯通しの刺身)刺身盛り合せ
②刺身盛り合せ
③宴会おすめサラダ
④忌部おすめデザート
⑤デザート(おまかせ)一品
⑥贈り物(おまかせ)のおまかせ

●焼鳥刺身盛り合わせ1,680円+税
●自家製豆腐 (京風) 150g×3杯使用 400円+税
●季節限定! 各種 220円+税 (数量限定! 商品の廃品を考慮しました。)
●魚のあら汁とスタッフの実演はいつでも60円サービス!

「震災の日のオープンでしたが、おかげさまで6周年を迎えることが出来ました。心より感謝いたします」



「震災の日のオープンでしたが、おかげさまで6周年を迎えることが出来ました。心より感謝いたします」

029-856-2015

つくば市研究学園5丁目2-7
OSデント103号室
営/17:30~24:00
L.O.料理23:00、ドリンク23:30
休/日曜(連休の場合は連休最終日) ※宴会会は18名様までOK

つくば市研究学園5丁目2-7

つくば市研究学園5丁目2-7

ぶらざ限定予約特典

イノシシの串焼きプレゼント!

●お一人様につき1本
●数量限定のため無くなり次第終了

有効期間:029年3月末日

つくば

Spanish Bar Bonito

選べるパエリアに春限定の真鯛と彩り野菜のパエリアが登場!主役への想いをメッセージプレートで伝えて思い出に残る歓迎会をお手伝いします。

新CONTENTOプラン(写真).....**5,000円(税込)**
スペインの美味しさたっぷりフードコース&120分飲み放題付き
※4,000円(税込)・4,500円(税込)もあり
ランチでも季節限定パエリアが楽しめる!
Eleganciaランチ(注文は2人前から) **1,850円(税込)**
※注文を受けてから作るのでご予約がスムーズです。

【歓迎会 新CONTENTOプラン】&スペイン前菜6種類の合わせ盛り全16品に210分飲み放題付!

▲前菜6種類/スペイン風トマトガーリックソース/サラダ/カルパッチョ/ピンチョス/アビージョ/パケット/US熟成リブロステーク/選べる4種のパエリア/アイスクリーム

●CONTENTOプラン
●利用でメッセージプレート



【歓迎会 新CONTENTOプラン】&スペイン前菜6種類の合わせ盛り全16品に210分飲み放題付!

029-896-8855

つくば市東新井1-3 駐/あり
営/11:30~15:00(14:00L.O.)
17:00~0:00(23:00L.O.)
日曜は23:00(22:00L.O.)
※連休の場合、最終日のみ23:00(22:00L.O.) 休/火曜 ※特別表記

つくば市東新井1-3

つくば市東新井1-3

ぶらざ限定予約特典

10名様以上のパーティーを19:00迄にご利用で幹事様1名様無料!
さらに飲み放題120分→150分に延長!
4,500円以上のコースご利用の方対象

有効期間:029年3月末日

つくば

炭火焼とパスタ&ワイン **JUN BOO**

安心安全にこだわったつくばの新鮮野菜と炭火焼きで提供される最高の肉。星付きレストランで磨かれたワンランク上の料理が並びます。

2時間飲み放題付! 歓迎会コース **5,000円(税別)**
お料理のみ3,000円コースもあります。
★貸物もご用意ください。

★ランチは、選べるメイン+生魚の見える新鮮野菜のサラダ付! 詳細P.35へ

▲自慢の炭火焼きは、遠赤外線の効果で肉汁や旨味を逃さず、中はジューシー、外はカリッと仕上げた逸品です。短角牛や常陸牛、よまぎと豚など、良いお肉を最高の状態で頂けます!



▲自慢の炭火焼きは、遠赤外線の効果で肉汁や旨味を逃さず、中はジューシー、外はカリッと仕上げた逸品です。短角牛や常陸牛、よまぎと豚など、良いお肉を最高の状態で頂けます!

029-846-6667

つくば市研究学園1-3-3 駐/あり
営/11:30~15:00(L.O.14:30)
18:00~23:00(L.O.22:30)
※全て特別表記 ※英国や都内のミシュラン星付きレストランで修業した実力派シェフ。

つくば市研究学園1-3-3

つくば市研究学園1-3-3

029-875-7219

つくば市竹園1-9-2 ディズタウン
地下1F 休/日曜
営/昼11:30~14:00(13:30L.O.)
夜17:00~24:00(23:30L.O.)
※「季節かがり」で検索 ※スタッフ募集中!

つくば市竹園1-9-2

つくば市竹園1-9-2

つくば

季節かがり

「全日本料理コンクール大臣賞」受賞、この道30年以上の実力派店主が織りなす、繊細で美しい本格京料理を愉しめる。

四季折々の京料理を堪能できるコース **3,500円(税込)~**
接待・お祝い・各種ご宴会に、当店ではお酒やお送りなどすべてのお料理をお一人様につき1品ずつお出ししております。
食べて・飲んで・治まれる温泉・送迎付プラン実施中!
2名~お一人11,000円 お気軽にお問合せください。



全席を囲んで食べる小上がりスタイル。

九州屋台 九太郎・九次郎

九州全土の旨いもんが集まる、屋台を思わせる食事処

丁寧に下処理をした国産のモツ鍋が自慢! 臭みの無いモツのプリプリ食感に、旨みが溶け出したスープが絶品! 食の楽園でもある九州のご当地グルメをたっぷり味わい尽くすなら、宴会コースがオススメ!

2時間飲み放題付!
九太郎おすすめコース
全11品 **4,500円(税込)**

枝豆/本日のおすすめサラダ/九州2点盛合せ/新鮮刺身盛り合せ/本日の煮込み料理/鉄鍋餃子/宮崎名物チキン南蛮/料理長のおすすめ逸品/博多牛もつ鍋【醤油・味噌・塩】/メのちゃんぽん/本日のデザート

●鉄鍋餃子※2人前より.....1人前380円(税別)
●和牛もつ鍋※2人前より.....1人前980円(税別)
●特選馬刺し3点盛り.....2,480円(税別)

九州太郎・九次郎クーポン券

①[宴会コース] 8名様以上で1名様無料
②[コース以外] おすすめ九州名物一品サービス
※他サービス併用不可※①はご予約時にお伝えください※②はご来店時にお渡しください※1枚で人数分有効
【有効期間:029年3月末日】

九州屋台 九太郎 ☎029-886-9860
つくば市竹園1-9-2 ディズタウン81F (営業時間) 17:00~1:30(L.O.)

九州屋台 二代目 九次郎 ☎029-886-9129
つくば市研究学園4-2-15 エビスタウン2F (営業時間) 17:00~1:30(L.O.)

九州横丁 九太郎 ☎029-869-9780
土浦市大和町9-1 クララビル外側1F (営業時間) 17:00~1:30(L.O.)

黒毛和牛焼肉バル Beef Mart -ビーフマート-

つくば駅から徒歩2分!
黒毛和牛と厳選ワインを味わう

“国産和牛のA5ランク”希少部位のミスジや上質カルビ等、特級お肉が目押し。お肉にぴったりのワインも20本以上常備している。ちょっぴりお洒落で贅沢な宴会ならお任せ!

ビーフマートおすすめコース
全11品 **4,300円(税込)**

白米キムチナムルの盛り合わせ/本日のおすすめサラダ/本日のお刺身/本日の肉料理/黒毛和牛 A5 ランクカルビ(トモサンカク)/きゅうり(ネギタン塩)/黒毛和牛 A5 ランク「ミスジ」/お肉の「和牛ホルモン」/旨味さばり(牛ハツ)/メの「ユッケジャンクッパ」/本日のデザート

+1,200円で飲み放題付
更に+1,000円でデザート飲み放題!

●黒毛和牛希少部位.....980円(税別)~
●逸品料理.....480円(税別)~
●ポトルワイン.....1,480円(税別)~

黒毛和牛焼肉バル 年中無休 ※年末年始は除く

Beef Mart -ビーフマート-
☎029-828-5800

つくば市吾妻1丁目8-10 BIVつくば3F
OPEN/11:00~15:00 17:00~翌2:00
(food L.O.翌1:00/drink L.O.翌1:30)

つくば市吾妻1丁目8-10

つくば市吾妻1丁目8-10



つくば駅から徒歩2分!
黒毛和牛と厳選ワインを味わう

“国産和牛のA5ランク”希少部位のミスジや上質カルビ等、特級お肉が目押し。お肉にぴったりのワインも20本以上常備している。ちょっぴりお洒落で贅沢な宴会ならお任せ!

ビーフマートおすすめコース
全11品 **4,300円(税込)**

白米キムチナムルの盛り合わせ/本日のおすすめサラダ/本日のお刺身/本日の肉料理/黒毛和牛 A5 ランクカルビ(トモサンカク)/きゅうり(ネギタン塩)/黒毛和牛 A5 ランク「ミスジ」/お肉の「和牛ホルモン」/旨味さばり(牛ハツ)/メの「ユッケジャンクッパ」/本日のデザート

+1,200円で飲み放題付
更に+1,000円でデザート飲み放題!

●黒毛和牛希少部位.....980円(税別)~
●逸品料理.....480円(税別)~
●ポトルワイン.....1,480円(税別)~

黒毛和牛焼肉バル 年中無休 ※年末年始は除く

Beef Mart -ビーフマート-
☎029-828-5800

つくば市吾妻1丁目8-10 BIVつくば3F
OPEN/11:00~15:00 17:00~翌2:00
(food L.O.翌1:00/drink L.O.翌1:30)

つくば市吾妻1丁目8-10

つくば市吾妻1丁目8-10

Beef Martクーポン券

①[宴会コース]フルポトルワイン飲み放題500円OFF!
②[コース以外] 本日の一品サービス!
※他サービスとの併用不可※①はご予約時にお伝えください※②はご来店時にお渡しください※1枚で人数分有効
【有効期間:029年3月末日】

ウエストハウス 本店・学園店・神立店



♪ハンズはのパーカーの為に♪
に開発、パティは毎日手作りなど、
こだわりのウエストハウス
自慢のグルメパーカー♪

♪お誕生日の特別なデザート♪
♪お祝いしたく
♪お好きな文字を入れ
♪お祝いしたく
♪お祝いしたく

本店・学園店・神立店の全3店舗となつた、1982年創業の老舗洋食屋。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! 無料送迎バスや音響設備を完備しているので歓迎会・謝恩会はもちろん、誕生日会、女子会、ママ会など、少人数から大人数の様々なシーンのパーティーに最適です♪

★お誕生日プラン1,500円〜
(約2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※ホールケーキあり

個室・音響設備・送迎バスあり(10名様から相談可能)
●●歓迎会シェフおすすめプラン●●
ウエストハウスで一番人気のパーティメニュー!
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)
前菜2種合せ/和菜サラダ/ガーリックトースト
季節のグラタン/洋食屋のフライ!
チキンフィンガー粒マスタード添え/おすめ肉料理
厳選パスタ2種/プチデザート
(ピクリンサンダーマウンテンに実可、お問合せください。)
●お料理のみのコース……………2,000円〜
本店/個室20〜60人 全部貸切約70〜120人
学園/個室20〜50人 全部貸切約70〜120人
神立/個室20〜50人 全部貸切約70〜120人
※金額は、全て税抜き価格です※コース内容の変更はご相談下さい

☎029-851-9211(本店)☎029-859-4025(学園店)
【本店】つくば市西2-14-12
【学園店】つくば市西平塚210-1
【神立店】かすみがうら市下福吉
3184-5 TEL:029-956-6837
営/【月〜土】11:00〜23:00
【日・祝】11:00〜22:30



豚しゃぶ 豚料理とワイン むすび



幻の豚「味麗豚(みらいとん)」を楽しめるしゃぶしゃぶがイチオシ。今、都内で話題の串しゃぶが楽しめるコースもスタート。茨城で串しゃぶを楽しめるのは「むすび」だけ。10名以上で送迎サービスもご用意しています。

むすびの特選豚しゃぶしゃぶ宴会コース
【茨城初!2,500円串しゃぶコース】
一品料理4種/串しゃぶ/メの中華麵/デザート
串しゃぶのソースは、バーニャカウダソース/カレー塩/ポン酢から選べます。※前日までにご予約ください。

掲載価格はすべて現金でのお支払いの場合、税込価格となります!!
●厳選ワイン飲み放題……120分1,500円
毎月おすめのワイン6〜7種類が飲み放題!
●フリードリンク……………120分1,000円
生ビールをはじめ40種類が飲み放題!

【4,000円しゃぶしゃぶコース】
豚しゃぶ和風だし仕立て or イタリアントマトしゃぶすき(和風だし仕立ては美肌コラーゲン付)/シーザーサラダ/イタリアンサラミとアボカドとクリームチーズのブルスケッタ/合鴨パストラミ プレイズソース/ソフトシェルスリムプエスニックソース/鶏肉のフリット〜(ジジル風味〜レモン添え/中華麵(和だしの場合)or リゾット(トマトしゃぶすきの場合)/デザート

☎029-856-0107
つくば市竹園1-9-2 デイズタウン
地下1F 年中無休 駐/あり
営/月〜日(祝)11:30〜14:30
月〜金(夜)18:00〜24:00
土(夜)17:30〜24:00
日・祝(夜)16:00〜22:30



ぶらざ限定予約特典
フリードリンク(1,000円)に厳選ワイン飲み放題もお付け致します!
●他サービス併用不可
●人数分有効
有効期間:029年3月末日

海鮮和食と十割蕎麦 いの瀬 凜



全室個室。テーブル席から掘りこたつ席、お座敷まで揃う。
▼常陸秋蕎麦を中心に、石臼挽きの国産蕎麦粉のみ使用。素朴な甘みと、絶妙なコシの強さが癖になる美味しさと好評!

落ち着いた和の空間で築地直送の鮮魚や十割蕎麦、美味しいお酒が楽しめる、大人の隠れ家のお店。店主は東京銀座・築地の料亭で30年、和食一筋で活躍した経歴の持ち主で食材を見極める目利きの力はさすが。普段使っている少人数の宴会、会社の歓迎会と幅広いシーンに対応できます。

歓迎会オススメプラン
◆豪華すっぽん鍋コース
8,000円→「ぶらざを見た」で**6,800円(税別)**
①前菜3種盛り②湯物③築地直送鮮魚刺身3種盛り④霜降り肉あわび1個80g丸ごとグラタン焼き⑤コラーゲンたっぷり丸鶏(すっぽん鍋)⑥雑炊・十割蕎麦(1〜2杯)⑦春の物⑧デザート
◆込々飲み放題付プラン**6,500円(税別)**
①お通し②湯物③築地直送鮮魚刺身3点盛り④自家製つくねと季節野菜焼き⑤湯物⑥小鍋もち豚すき鍋⑦十割蕎麦(1〜2杯)⑧デザート
他、込々飲み放題付プラン
10品**8,000円(税別)**もあります。
飲み放題(1時間半)+1,500円
日本酒・ビール・ワイン/ハイボール・焼酎/ソフトドリンクなど豊富
少人数なら送迎可能(1〜10名様程度)に予約の際にご相談ください。

ランチ
◆海鮮丼と十割蕎麦・1,150円(税別)
◆極み海鮮丼……………1,500円(税別)
夜のお食事も時、ご家族でのお食事や女子会にも!
◆焼つけ蕎麦1,500円(税別) ◆にぎり寿司1,500円(税別)〜

☎029-895-8198
つくば市春日2丁目12-8
営/11:30〜14:30(L.O.)
17:00〜22:00
休/水曜
駐/あり

ぶらざ限定予約特典
豪華すっぽん鍋コースが「ぶらざを見た」で**8,000円(税別)**
●他サービス併用不可
有効期間:029年3月末日

寿司・手打ち蕎麦 久呂無木



◆4ヶ月(30日)ほどお取り寄せ約4貫、白子または海鮮入り茶碗蒸しや、銀だまの柿の葉焼など、海の幸をたっぷり堪能できる内容です! ※コース内容は仕入れ等により変更があります。
◆夜限定握りセット
焼そば蕎麦980円

寿司職人歴20年の店主が腕を振るう、握り寿司メインのスペシャルコース! 産地直送、確かな目で厳選した鮮度抜群の魚介を使った自慢のお寿司を、全国の銘酒とともに楽しんで下さい。

夜限定 握りセット(計物付)
松……………2,500円(税別)
竹……………2,000円(税別)
梅……………1,500円(税別)

春のぶらざ限定スペシャルコース
(2名様〜/要予約)
握り寿司コース4,000円(税別)
前菜/サラダ/茶碗蒸し/お造り/焼物/揚げ物/握り寿司/デザート
※コースの詳細は、ご予約の際にご相談ください。
●飲み放題 お1人様1,500円(税別)

●かけ蕎麦……………700円 ●季節のお刺身……………600円〜
★熊本産のさばきたて馬刺しなど全国の珍味も揃う。
★茨城の日本酒、焼酎をはじめ、全国の名酒を豊富に取り揃え。
ランチ
特選海鮮丼1,500円(税込) 全て味噌汁・お新巻付!
焼いくら丼…1,300円(税込) マグロ2色丼…900円(税込)
穴子丼……………1,300円(税込) マグロ鉄火丼1,000円(税込)

☎029-846-5001
つくば市竹園1-9-2 デイズタウン1F
営/11:30〜14:00
17:30〜23:30(L.O.23:00)
休/日曜(祝日営業)
駐/あり
※カーPはVISA・Mastercardのみ



石焼焼肉と炭焼焼 一成 つくば本店



12~36名のお座敷大宴会も対応中!

「地産地消」を掲げる逸品を集めたコースが勢ぞろい。茨城の代表格であるあんこう鍋は、最高級の常陸産あんこうを使用。どぶ汁仕立てでいただきます。コラーゲンたっぷりでは肉は脂肪が少なく低カロリーのため、男女問わず人気です。

●最高級常陸産あんこう鍋 4,000円(税込)コース[7品]~

先付け3種盛り/旬のお刺身5種盛合せ/かじきマクロの西京焼き/つくば鶏の天ぷら自家製タルタルソース/最高級のあんこう鍋/メのうどん又は雑炊/甘味

●蕎麦屋の逸品鶏鍋・鴨鍋コース 鍋3,000円(税込)コース[7品]~

先付け3種盛り/旬のお刺身5種盛合せ/かじきマクロの西京焼き/つくば鶏の天ぷら自家製タルタルソース/鶏鍋または鴨鍋どちらか/メのうどん又は雑炊/甘味

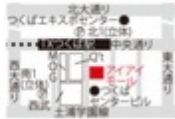
●蕎麦屋のこだわり会席コース 会席3,000円(税込)コース[7品]~

先付け2種盛り/旬のお刺身5種盛合せ/大根と油煮と鴨ロースの治部煮/牛肉のオープン焼きとインカめだめ/海老とつくば鶏の天ぷら2色の旨味/メのせいろ蕎麦/甘味

- 乾杯!飲み放題メニュー
●120分コース(90分L.O.).....1,500円(税込)
●150分コース(120分L.O.).....1,980円(税込)
春のおすすめ!美味しき満開!春の天ぷら祭り
●春の天ぷら付けせいろ蕎麦1,190円(税込)
●春天井とせいろ蕎麦.....1,190円(税込)

☎029-855-9990

つくば市吾妻1-10-1
つくばセンタービル1F
営業/11:30~15:00(14:30L.O.)
17:00~22:30(22:00L.O.)
駐/お食事された方は付駐駐車場(北1・南1~4)3時間無料。



ぶらざ限定予約特典

宴会メニュー1名様サービス

- 10名以上ご予約の方
●飲み放題料金は除く
有効期間H29年3月末日

ハワイレストラン HANAUMA [ハナウマ]



これぞハナウマハワイ気分を存分に味わえるコース2種が登場!!かぶりつきとなる分厚い肉の塊か、直火で炙った旨味たっぷりロブスターか。どちらのコースも他では食べられない逸品揃い!こだわり抜いたメニューの数々に、お腹も心も幸せに満たされるはず。もちろんデザートにはオリジナルパンケーキで締めくくりを。なんと一気に4種の味が楽しめます!

歓迎迎会・女子会・ママ会におすすめ!

ショートトリブコース (要予約/4名様~) 3,500円

エビボカド/生ハム盛り合わせ/フライ盛り合わせ/選べるミニご飯(ロコモコorガーリックシュリンプ/ライス)/オムレツ/ショートトリブ(5カルビの焼焼き)/パーティーパンケーキ

ロブスターコース (要予約/2名様~) 2,980円

シーザーサラダ/フライ盛り合わせ/(スタ/ロブスター半身/ロブスターリゾット/パーティーパンケーキ

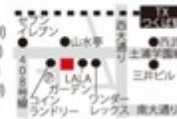
パーティーパンケーキ 1,480円 (キヤメル/バナ/ベリー/リコッタ/チアシード)

★ベアディナーコース ※ご注文は2名様~ お1人様 1,980円

【告知】月曜日も営業 致します 3/1~

☎029-879-8793

つくば市松代2-5 駐/あり
営業/平日11:30~15:00(L.O.14:30)
18:00~22:30(L.O.21:30)
土日祝11:30~16:00(L.O.15:30)
18:00~23:00(L.O.22:00)
休/木・2/27 ※全て祝夜表記



パスタ・ピッツァ・サイドディッシュ 50種類以上 アイスクリーム・クレープ・焼きマシュマロ 食べ放題!!

Advertisement for a buffet restaurant. Includes images of pasta, pizza, and desserts. Text: 'パスタソースが更に美味しく生まれ変わりました!', '3/1~3/31 ひな祭りフェア開催!', 'キッズルーム完備!', '3時のおやつとドリンクセット', 'ピザとパスタの食べ放題コース', '大人 980円 未就学児280円', '3歳以下無料', 'アイス/クレープ/焼きマシュマロ 食べ放題!!', '平日15:00~17:59限定', 'お食事代から5%OFF!!', '名刺入り', 'お食事代から5%OFF!!', 'さらに、アンバーサーバーキをサービス!!', '平日料金です。土日祝の場合、未就学児・3歳以下を除き100円加算されます。※すべて祝夜表記です。'"/>

Advertisement for a Valentine's Day event. Includes images of a couple and a pizza. Text: '3/1~3/31 ホワイトデーフェア', 'カップルまたはご夫婦でご予約のお客様に、ドリンク1杯サービス!', '女子会コース 2名様~', '女子会3時間飲み放題プラン', '単品のお料理に+1,800円で3時間飲み放題 ※他サービス併用不可', 'デザート人数分サービス', '有効期間 H29年3月末日', '歓迎会コース 2名様~', '120分飲み放題付!', '①お気軽リーズナブル.....3,000円', '②定番満足.....4,000円', '③シェフの特選.....5,000円', '※①②③3日限定。③45日限定に要予約※他サービス併用不可', '「ぶらざ見た」のご予約で 有効期間 H29年3月末日', '飲み放題30分延長!!'"/>

Advertisement for a buffet restaurant. Includes images of a buffet table. Text: '3時のおやつとドリンクセット', 'ピザとパスタの食べ放題コース', '大人 980円 未就学児280円', '3歳以下無料', 'アイス/クレープ/焼きマシュマロ 食べ放題!!', '平日15:00~17:59限定', 'お食事代から5%OFF!!', '名刺入り', 'お食事代から5%OFF!!', 'さらに、アンバーサーバーキをサービス!!', '平日料金です。土日祝の場合、未就学児・3歳以下を除き100円加算されます。※すべて祝夜表記です。'"/>

Advertisement for a buffet restaurant. Includes images of a buffet table. Text: '女子会コース 2名様~', '女子会3時間飲み放題プラン', '単品のお料理に+1,800円で3時間飲み放題 ※他サービス併用不可', 'デザート人数分サービス', '有効期間 H29年3月末日', '歓迎会コース 2名様~', '120分飲み放題付!', '①お気軽リーズナブル.....3,000円', '②定番満足.....4,000円', '③シェフの特選.....5,000円', '※①②③3日限定。③45日限定に要予約※他サービス併用不可', '「ぶらざ見た」のご予約で 有効期間 H29年3月末日', '飲み放題30分延長!!'"/>

Advertisement for Gasparo restaurant. Includes images of the restaurant and a map. Text: 'ファミリーイタリアン ガスパロ', 'お食事代から5%OFF&ポイントカード1個押印増サービス', '平日15:00~17:59限定', 'お食事代から5%OFF!!', '名刺入り', 'お食事代から5%OFF!!', 'さらに、アンバーサーバーキをサービス!!', '平日料金です。土日祝の場合、未就学児・3歳以下を除き100円加算されます。※すべて祝夜表記です。', '☎029-886-4649 つくば市西岡243-3', 'OPEN ◆ 11:00~23:00(L.O.22:00) CLOSE ◆ 第2・第4月曜日(祝日は営業。翌火曜日休み)', '2店舗共通のポイントカードができました!1,000円で1スタンプ。10個で嬉しいプレゼント! (夜がお得!) 18時以降にご来店でスタンプ1個サービス!'"/>

Advertisement for a buffet restaurant. Includes images of a buffet table. Text: 'パーティープラン[150分飲み放題付]ピザ・パスタ・肉料理・オードブル等', 'お得な3時間プラン A 4,000円', 'ハッピーウェディングプラン B 4,500円', 'プロチナウェディングプラン C 5,000円', 'お得な無料オプション', '※式場からお車で送迎入場はレッドカーペットで! ※メッセージシェフの手作りのケーキをプレゼント ※音響スタッフが盛り上げます!(BCプランのみ) ※オリジナルDVD作成感動の映像でクライマックスを', '有料オプションも満載!! 個性にあったオプションで、最高の二次会を...', '「ぶらざ見た」のご予約で 幹事様2名様無料!! 有効期間 H29年3月末日'"/>

Advertisement for Utsugi restaurant. Includes images of the restaurant and a map. Text: 'ウサギ ダイニングバー', 'お食事代から10%OFF&ポイントカード1個押印増サービス', '平日15:00~17:59限定', 'お食事代から10%OFF&ポイントカード1個押印増サービス', '平日15:00~17:59限定', 'お食事代から10%OFF!!', '名刺入り', 'お食事代から10%OFF!!', 'さらに、アンバーサーバーキをサービス!!', '平日料金です。土日祝の場合、未就学児・3歳以下を除き100円加算されます。※すべて祝夜表記です。', '☎029-858-5759 つくば市研究学園5-6-6 D12 1階', 'OPEN ◆ 18:00~翌3:00 CLOSE ◆ 月曜日 (FOOD) L.O.翌2:00 (DRINK) L.O.翌2:30', '2店舗共通のポイントカードができました!1,000円で1スタンプ。10個で嬉しいプレゼント! (夜がお得!) 18時以降にご来店でスタンプ1個サービス!'"/>

星野リゾート アルツ磐梯

バスツアー

今年は宿泊ツアーも運行中!

※宿泊先は、「裏磐梯レイクリゾート」になります。

2017年3月12日(日)

感謝祭ツアー開催決定!!

日帰り
バス+リフト
1日券付

6,000円

※道具やウェアのレンタル料金は含まれておりません。

行程は下記日帰りツアーと同じです。

3月20日(月)までの土・日・祝日も下記日程でバスツアーが運行中!

レンタルもバスツアーだけの特別料金

★レンタルウェア (1日) 2,000円

★レンタルスキーorスノボセット (1日) 2,000円

申込不要! 当日、バス車内に引換券をお渡し致します。

注意事項

- 発着場所までお車で越しの方は近隣の有料駐車場をご利用ください。
- 未成年者の方はリフト料無料 ※3歳未満ではお座席をご利用の方は、小人料金となります。
- ツアーは、スキー場のコンディション他、悪天候などの道路状況により中止の判断をさせていただきます。
- 旅行傷害保険加入(別途300円)をお勧めいたします。ツアーお申込みの要領書にお問合せ下さい。
- お申込み人数が最少催行人数に満たない場合は催行を中止する場合がございます。
- お申込みの際は、申込金としてお一人様3,000円をお預かり致します。尚残金は出発10日前までにお支払下さい。お申し込み後、お客様の都合で取消しされる場合は、次の取消し料を申し受けます。
- 出発日の14日前～4日前迄の取消し・・・会費の20% ●出発日の3日前～前日迄の取消し・・・会費の30%
- 旅行開始後および無連絡不参加・・・会費の100%

日帰り つくば三井ビル前・土浦駅東口 出発

日帰りコース

■出発日

| 3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 | 31 | |

●お得なバス代&リフト券セット料金

大人.....8,500円
中高学生.....8,000円
小人(小学生).....7,000円

●バス代だけの料金(リフト券不要の方)

大人.....6,000円
中高学生.....5,500円
小人(3歳以上).....4,500円

■行程

つくば三井ビル前(5:00)→土浦駅東口(5:30)→星野リゾート アルツ磐梯(9:30~15:00滞在)→つくば三井ビル前(19:00予定)→土浦駅東口(19:30予定)

■最少催行人数:30名

出発日の3日前までにお申し込みください。

宿泊 星野リゾート アルツ磐梯&猫魔 スキー場

2日(2泊)リフト券付 源泉かけ流し温泉で湯ったり リゾートホテルに宿泊

つくば・土浦 出発

■出発日

| 3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 | 31 | |

■宿泊先/裏磐梯レイクリゾート TEL.0241-37-1111

●出発日:3月11日料金

大人(中学生以上) 25,300円
小人(小学生).....22,300円
4歳~6歳.....20,300円

■行程

[1日目]つくば三井ビル前(5:00)→土浦駅東口(5:30)→星野リゾート アルツ磐梯(たっぷり7時間滞在)→裏磐梯レイクリゾート(湯浴)(18:00予定)

[2日目]ホテル(8:30)→猫魔スキー場(たっぷり6時間滞在)→つくば三井ビル前(19:30予定)→土浦駅東口(20:00予定)

■最少催行人数:20名

1日目 夕食バイキング付 2日目 朝食バイキング付

出発日の14日前までにお申し込みください。

※バス1台あたり30名以上の団体様は設定日以外の日でも希望がありましたらご相談ください。

ダブルでお得♪

軽井沢ブルワリーと

長野県
群馬県

こんにゃくパーク



こんにゃくパーク(伊勢)

めがね橋(伊勢)

(協賛店舗名)(昼食)おぎのや横川店

出発日 3/9①・11②・12①
17②・18①・25②・26①

旅行代金 全日程 日帰り・昼食付 8,500円

1 コース

開鉄つくば中央営業所(6:50)→開鉄本社前(7:30)→石岡イベント広場前(8:10)→めがね橋・碓氷湖(1.1kmのミニハイク)→安中市(昼食)→軽井沢ブルワリー(ビール工場見学)→こんにゃくパーク(バイキング)→石岡イベント広場前(19:30)→開鉄本社前(20:10)→開鉄つくば営業所(20:50)

2 コース

開鉄水海道営業所(6:30)→開鉄下妻旅行センター(7:10)→下館南口(7:40)→結城駅南口(8:00)→めがね橋・碓氷湖(1.1kmのミニハイク)→安中市(昼食)→軽井沢ブルワリー(ビール工場見学)→こんにゃくパーク(バイキング)→結城駅南口(18:40)→下館南口(19:20)→開鉄下妻旅行センター(20:00)→開鉄水海道営業所(20:50)

お問い合わせ

旅行企画・実施 関鉄観光株式会社 ☎029-822-3727



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、こころのこ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.61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、旅行代金に対しお一人さまにつき次に定める取消料を頂きます。
- 出発日の14~4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。

↓下記の↓
クーポンを
お店で使うと

1枚10円

東日本大震災の支援
活動に従事する「日本
赤十字社」へ寄付い
たします。

詳細はP.52を
見て下さい

商品お買い上げのお客様に、お香プレゼント!

●1000円以上お買い上げのお客様に
●数量限定
●期間限定
●日時限定
●店舗限定
●地域限定
●対象商品あり



☎029-869-7430

つくば市東2-31-6ビル2F E号室
営業/10:00~20:00
休/火曜、隔週水曜
駐/あり
http://t.goope.jp/dannyavada

子連れ歓迎 クーポンあり
アジアの国々から届いたちょっと大人で可愛い
ファッションと雑貨のエスニックショップ
一歩入ればそこはアジアなお香
が漂う癒しと和みの空間。流行が
なく、個性を活かせるジャンルな
のでどのシーズンでもOK!毎日の
おしゃれを楽しくするようなスバ
イスの効いたお洋服や、普段着に
アクセントを加えるアイテムを豊
富に取り揃えています♪

3/20まで閉店セール開催中!

- お香.....100円~
- ブランケット.....1,200円~
- アクセサリ.....300円~
- バッグ.....1,300円~
- シューズ.....4,500円~
- 携帯ケース.....2,800円~
- 靴下.....350円~
- インナー.....3,500円~
- パンツ.....3,700円~
- アウター.....5,700円~
- ハット・ニット帽 1,500円~

移店計画のため、2点以上お買い上げで
絶対お得!
お会計から**50%OFF!!**
※アクセサリー・お香等、小物類は除く



アウトレット家具と 雑貨のお店

開催日
2月25日(土)
3月1日(水) 4日(土)
8日(水) 11日(土)
**15日(水) 土曜日も
絶対開催中!**
10:30~17:00

季節物の
雑貨も
あります!

例えば
この商品

ソファ
★81,000円の商品
28,500円(税込)
w160×D85×H77(SH38)cm 布張り

ネット販売、通信販売などで生まれる
アウトレット商品。

「箱が破れている」「イメージが違う」
「代金回収ができない」等々...
そんな商品まじとつひとつチェックして、
お店に並べてあります。

お気に入りの品があれば
ダスト
ボックス
★2,160円の商品
500円(税込)
w21×D26×H27cm

見て触れて、ご購入いただいたからの販売となります。
●配送はいたしません。支払方法は現金のみです。→特別価格だからです。
●商品の交換・返品はできません。
→現品限りだからその価格、納得のいくまでよくご覧下さい。
よく確認していただき納得していただいたら購入をご検討下さい。

購入の注意

住所/茨城県土浦市右拐1680-1

Shopping INFO

イオンモールつくば tel.029-836-8600

つくば市稲岡66-1

●2/24(金)

ピアード/ひの作りたて工房がOPEN!

●2/24(金)~27(月)の期間中、オープニングセット1,000円
【バニラシューカスタード3個、クッキー&クリームシュー3個】
場所: 1F 果汁工房 果琳となり

●2/25(土)

赤ちゃんハイハイレオ
場所: 1F センターコート①11:00~②13:00~③15:00~
※当日会場にて9:00より1回目~3回目までの受付を致します。
※お電話でのご予約は受付していません。
※各回先着20名さま(定員に達し次第、受付終了となります。)
※専門店の開店9:00までにお越しのお客さまは、専門店街1階「レ
ストラ」街中央入り口にお並びください。

●3/12(日)

つくばキッズワーククラブ 園央道のすくろくを作って遊ぼう♪
①9:30~②11:00~③13:00~④14:30~⑤16:00~
場所: 1F ウェストコート
※各回1時間前から整理券を配布いたします。
＜1回目のみ9:00配布＞
※整理券をお受け取り頂いても、ご案内までお時間がかかる
場合がございます。あらかじめご了承ください。
※各回 先着30名様
※定員に達し次第、受付を終了いたします。

イオンモール土浦 tel.029-835-8600

土浦市上高津367

●2/24(金)

あさみちゆき・北川大介ミニライブイベント

●2/25(土)~26(日)

NTTドコモ タブレット移動図書館

●3/4(土)

モーリーファンタジーイベント

●3/17(金)

大城バネサ・水城なつみミニライブ

●3/26(日)

美川憲一ミニライブイベント
会場は:1階花火ひろば

★P.5も見てね★

イオンモール土浦の
お得な情報掲載中!

つくばクレオスクエア tel.029-855-0051

つくば市吾妻1丁目6-1

●3/20(月)・祝・30(木)

クレオスクエア スペシャルデー
毎月20日と30日はクレオスクエアカードポイントが
全店2倍に!おまとめ買いの大チャンスです!!

イオンタウン守谷 tel.0297-47-0609

守谷市官舎ヶ丘3丁目249-1

- 3/1(水)~9(木)鉄道忘れ物&理由あり処分
- 3/11(土)ふれあいの森コンサート
- 3/12(日)あそびの学校
- 3/16(木)田川寿美ミニLIVE
- 3/18(土)大城バネサ・花咲ゆき美・中澤卓也・美川憲一ミニLIVE
- 3/18(土)中澤卓也・美川憲一ミニLIVE
- 3/19(日)中国雑技団/パフォーマンスショー
- 3/21(火)石井明美ミニLIVE
- 3/25(土)~26(日)Y1モバイルキャンペーン

あみプレミアム・アウトレット tel.029-829-5770

稲敷郡阿見町よしむら4-1-1

●3/5(日)「盲導犬ふれあいイベント」

→盲導犬のお仕事や訓練内容を知ることができるイベントです

●3/10(金)~3/20(月)・祝「Spring Special Sale」

→春物が早くもお買い得!
3/18(土)~3/20(月)・祝は研究学園駅・つくば駅より
直行バスが運行!

●3/10(金)~5/14(日)「イースター装飾」

→思わずシェアしたくなるカラフルなイースター装飾が
はじまります。3月中は、場内のイースターエッグを見つけると
お菓子をプレゼントする「イースターエッグハント」も開催!

●3/11(土)・3/12(日)「キッズケア(託児)プログラム」

→今回は「イースターエッグ作り」です!

ベルチ土浦 tel.029-835-3000

土浦市有明町1-3-0

●2/24(金)・3/3(金)・3/10(金)・3/17(金)

- ベルチシールWポイントキャンペーン
- ~3/3(金)まで ひな祭りフェア
- 3/1(水)~3/5(日) 期間限定ショップ「ドライフルーツ フェスタ」
- ~3/14(火)まで ホワイトデーフェア
- 3/4(土)~4/16(日) 新生活フェア
- 3/6(月)~3/14(火) 期間限定ショップ「Peek a Boo」(ワッフル)
- 3/18(土)~4/9(日) 桜まつりフェア
- ~5/7(日)まで スプリングコレクション

LALAガーデンつくば tel.029-860-2777

つくば市小野崎字千草庭278-1

- 2/24(金)~26(日)10:00~20:00 ハズレなし!最高2,000円分の
LALAガーデンつくばお買物・お食事券が当たるLINE@抽選会
- 2/25(土)~26(日)10:00~17:00 ふわふわ「スポーツコンボ」が
やってくる! ●3/4(土)10:00~16:00 フリーマーケット
- ★3/4(土)11:00~17:00 WDBエウレカのサイエンス教室~偏光板
万華鏡を作ろう~ ●3/6(月)10:00~15:30(12:00~13:00除く)
おもちゃ病院さくらんぼ ●3/12(日)10:00~17:00 自分だけの缶
バッジを作ろう! ★...LALAフレンドシップイベントクルーズ対
象 ※詳しくはLALAガーデンつくばHPをご確認ください。



温かみ人柄のご夫婦が営むサロン。初めてでもリラックスできる雰囲気。得意なスタイルはショート。「髪質や顔、頭の形を見極め、手入れのしやすいスタイルをご提案できるようなうけています。」と語るオーナー。

予約優先制 | 男性歓迎 | カード可 | 子連れ歓迎

つくば Rhythmic
トレンドを加えつつお手入れのしやすいスタイル作りに定評あり。



落ち着いた色味で大人の凛とした上品なツヤ感を出出。

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(5・8辺).....4,000円(税別)
- カット+カラーorパーマ(5・8辺).....10,000円(税別)~
- カット+オーガニックカラー(5・8辺).....11,000円(税別)~
- フランスカラーで髪質の天然由来成分配合。ダメージ軽減。傷みやすい頭皮の保湿も大満足カット
- カット+エアウェーブ(5・8辺).....13,000円(税別)~

029-852-2765
つくば市研究学園5-2-7 2階
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。

ぶらざ募金クーポン 有効期限129年3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
プランカヘア デザイン
ひたち野うしく blanca hair design

傷んで絡まり易かった髪が、びっくりするほどサラサラ&ツツツに!!



茨城初の生キューティクルトリートメントで、冬の間、静電気や暖房による乾燥にさらされた髪の傷みを修復。サロンケア+毎日のホームケアでワンランク上の美髪を育てます。「らしさ」を引き出す、再現性の高いカット技術も評判!大人女性に支持されているサロン。

- 新規の方限定、全メニュー20%OFF
- カット+生キューティクルトリートメント(3週間ケア付き)5,600円→4,048円
 - カラー+生キューティクルトリートメント(カット込+3週間ケア付き)9,400円→9,990円
 - リラックスパーマ+生キューティクルトリートメント(カット込+3週間ケア付き)16,200円→12,960円
 - カット4,320円→3,456円 ●縮毛矯正(カット込)17,280円→13,824円
- 髪のこと、何でもご相談下さい。Blog随時更新中!ひたち野うしくで検索!

029-875-3626
牛久市ひたち野西4-11-9 103
10:00~20:00、
日祝9:00~19:00 駐/あり
休/火曜、第2、第4月曜
※数日前のご予約がオススメです。
※スタッフ募集中!P6!

きっと見つかるあなたにピッタリのサロン

完全予約制 | カード可 | 男性歓迎 | 子連れ歓迎

ヘアベース コレクションアーチ
土浦 Hair base collection arch+

スタイリストは全員30代、美容歴10年以上。エイジングケアにこだわった施術が人気。「関わるすべてのお客様と一生のお付き合いがしたい」とオーナーの理念。質の高いおもてなしで、30代~70代の大人の女性から選ばれるのも頷ける。

- 初めてご来店の方限定
- カット.....通常5,000円→4,500円
 - カラー.....通常6,980円→6,282円
 - パーマ.....通常5,980円→5,382円
 - トリートメント.....通常3,500円→3,150円
 - デジタルパーマ 通常9,300円→8,370円
 - ストレート.....通常13,000円→11,700円

会員様初回限定
NEW!ライトフェイシャル
通常5,000円→4,500円
今年からスタートしたお肌に水分が満ちるフェイシャルエステ。会員様初回限定で導入キャンペーンによりクーポンで10%OFF!
表示価格は全て税別

029-875-3294
土浦市川口2丁目1-14
スカイハイ川口1F 駐/あり
10:30~17:00(カット最終受付)
※パーマ・カラーは16:00最終受付
休/火曜
http://arch-world.biz/

予約優先制 | 男性歓迎 | 着付け | 子連れ歓迎

つくば トレフル
hair salon tréfle

経験15年、都内有名店出身のオーナー夫婦が営むアットホームな美容室が3/19OPEN
じっくりマンツーマンで対応し、一人ひとり合った、手入れのしやすいスタイルを提案。よりよい技術、サービスを追求し訪れるお客様すべての方に笑顔が溢れるお店、「来てよかった」と心から思っていただけのお店を目指しています。

- 【オープン記念!】
全メニュー新規20%OFF
- *カット(5・8辺).....4,000円
 - *メンズ(5・8辺).....4,000円
 - *キッズカット(小学生以下)2,000円~
 - *リタッチカラー.....4,500円~
 - *フルカラー.....6,000円~
 - *縮毛矯正.....12,000円~
 - *パーマ.....5,000円~
 - *ヘッドスパ.....2,500円~
 - *セット.....4,000円~
 - *着付け.....6,000円~
- ※表示価格はすべて税別

【親切OK!】母娘やご夫婦・ファミリーでご予約いただく、店内を貸切にすることもできます。マンツーマンの施術で、周りを気にせず贅沢なひと時をご提供いたします。

029-846-2884
つくば市みどりの中央6-7-11
10:00~19:00
(受付は18:00まで)
(カラー・パーマ17:30まで)
休/火曜日 駐/あり
HP:http://trefle.crayonsite.com

予約優先制 | 男性歓迎 | 着付け | 子連れ歓迎

つくば トレフル
hair salon tréfle

経験15年、都内有名店出身のオーナー夫婦が営むアットホームな美容室が3/19OPEN
じっくりマンツーマンで対応し、一人ひとり合った、手入れのしやすいスタイルを提案。よりよい技術、サービスを追求し訪れるお客様すべての方に笑顔が溢れるお店、「来てよかった」と心から思っていただけのお店を目指しています。

- 【オープン記念!】
全メニュー新規20%OFF
- *カット(5・8辺).....4,000円
 - *メンズ(5・8辺).....4,000円
 - *キッズカット(小学生以下)2,000円~
 - *リタッチカラー.....4,500円~
 - *フルカラー.....6,000円~
 - *縮毛矯正.....12,000円~
 - *パーマ.....5,000円~
 - *ヘッドスパ.....2,500円~
 - *セット.....4,000円~
 - *着付け.....6,000円~
- ※表示価格はすべて税別

【親切OK!】母娘やご夫婦・ファミリーでご予約いただく、店内を貸切にすることもできます。マンツーマンの施術で、周りを気にせず贅沢なひと時をご提供いたします。

029-846-2884
つくば市みどりの中央6-7-11
10:00~19:00
(受付は18:00まで)
(カラー・パーマ17:30まで)
休/火曜日 駐/あり
HP:http://trefle.crayonsite.com

Hair base collection arch+ ☎029-875-3294
〈ご新規〉
全メニュー10%OFF!
※必ずぶらざクーポンをご持参下さい
※1枚で一人様まで有効 ※他のサービス券との併用不可
ぶらざ募金クーポン 有効期限129年3月末日

Hair base collection arch+ ☎029-875-3294
〈会員様〉
ライトフェイシャル10%OFF!
※必ずぶらざクーポンをご持参下さい
※1枚で一人様まで有効 ※他のサービス券との併用不可
ぶらざ募金クーポン 有効期限129年3月末日

hair salon tréfle ☎029-846-2884
〈オープン記念〉全メニュー20%OFF!!
※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 有効期限129年3月末日

ぶらざ募金クーポン 有効期間①29年3月末日

<新規・再来店の方も利用できます>
3月限定 カラー・パーマ10%OFF

※2月24日~3月31日迄 ※必ずぶらざクーポンをご持参下さい
※1枚でお一人様まで有効 ※他のサービス等との併用不可

Vist hair design ☎029-846-7001

予約可 | カード可 | 男性歓迎 |

つくば **Vist hair design**

炭酸泉+超軟水が無料サービス!
上質なヘアカラーでツヤツヤで美しく



すべての施術に炭酸泉と超軟水を無料サービス。まるで髪のエステサロンに来たかのような仕上がりに魅了される人も!

美しい髪への近道のために、すべての施術に炭酸泉と超軟水をダブルで使用。2つを導入するのは全国的にも珍しく、「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。年齢を重ねて髪が細くなってきた髪も頭皮を健康にすることで似合うヘアスタイルの幅がぐんと広がります。

【新技術】白髪抑制ヘアカラー 根元6,000円 全体染め6,500円
3月限定カラー・パーマ10%OFF、カット.....4,200円
店内商品10%OFFキャンペーン
※再来店の方も対象とさせていただきます
※店内商品は多くのセレクトに愛され続けている「リ」製のケラスターの取り扱いもあり、10%OFFの対象になります。全て取巻・髪型・髪色 全て別記

☎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 駐/あり(店舗前)
http://vist-hair.com/

予約可 | カード可 | 男性歓迎 | 子連れ歓迎 |

つくば ゼフィール **Zephyr**
ヘアースパが気持ち良い、
疲れが取れるとリピーター急増中!



ワンランク上のサロン体験ができる居心地抜群でお洒落な美容室。ストレス解消・頭皮や髪のトラブルケアに、1,500円と安価でできるオリジナルヘッドスパを愛用する方が多数!美容室併設で、夫婦で通う方も。

新規のお客様限定 全メニュー20%OFF

●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)
※全メニュー一律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

☎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・第2水曜
駐/あり

理容室Hair Resort Zephyr ☎029-860-3167

<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ご持参下さい
※1枚でお一人様まで有効 ※他のサービス等との併用不可

ぶらざ募金クーポン 有効期間①29年3月末日

ぶらざ募金クーポン 有効期間①29年3月末日

①<新規限定>カット2,800円他全メニュー20%OFF!!
②<新規でなくてもOK>2回目以降のお客様、全メニュー10%OFF

※必ずご予約の際に「ぶらざ見た」とお伝えの上、当日クーポンをご持参下さい ※1枚でお一人様まで有効 ※2回目以降のお客様は別途サービス券併用不可 ※一部別記あり

hair&make amyus ☎029-828-6826

予約優先制 | 男性歓迎 | 個室あり | 子連れ歓迎 |

つくば **hair&make amyus**

事前予約で平日夜は最長23時まで営業!!
子育て中のママの常連客も多数



オーナー自身も最近子どもが生まれたばかりのパパだからこそ、仕事や育児で忙しい方もゆっくり思いでもらいたいという思いが強い。子育て中のママの常連客が多いのも納得!

著名人も多数来店する都内の有名店に勤め、雑誌専属モデルも数多く担当してきたオーナー。髪質を見極めながらの丁寧な施術と、フレンドリーな接客が評判!都内から通うファンも多数の実力派サロン。

「ぶらざ見た」のご予約で カット 2,800円
新規の方限定 4,000円

..全メニュー20%OFF!!*.*. (一部別記あり)

●カラー各種5,000円~→4,000円(リタッチ4,500円~→3,600円~)
プラチナカラー、香草カラーなど、髪への負担を最大限抑えつつ、ツヤ感が美しく、色持ちするメニューを厳選。1人1人に一番合うものを提案してくれる

●パーマ各種4,000円~→3,200円 ●縮毛矯正9,000円~→7,200円~
2回目以降のお客様も「ぶらざ見た」でご予約で、全メニュー10%OFF!! ※お一人様2回目まで

☎029-828-6826
つくば市学園の森2-16-2
学園の森タウンA棟 駐/あり
営業/9:00~23:00(電話受付19時迄)
※予約時以降は完全予約制。
(不定休)

完全予約制 | 着付可 |

つくば ラ・フォンテ **La fonte**
パーマやカラーをしながら栄養補給。
続けるほど美髪髪へ!



「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くれると話題!「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

ヘアエステが初めての方は、初回から3ヶ月間2,000円OFF!!

ストレートエステ.....21,600円→19,600円(税込)
髪に負担が掛からない特選薬剤を使い、栄養分も補給。今までの縮毛矯正のようなダメージの心配はしりません。

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)
※全てカットまででシャンプー・スタイリング。 ※ロング髪はなし

初回来店の方は、髪の状態を正しく把握する為、カウンセリングが30分~1時間程度かかります。(リターンカラー一部別記あり)

贈れるヘッドスパ
☆☆キャンペーン☆☆
[振替・店内で指名の方限定]
通常8,800円
(カット別)→5,400円!!

「お客様の声」
「お客様フォト」
多数掲載中
「ラフソニック」で、後動
スタッフ募集中!研修費61へ

☎029-855-1243
つくば市二の宮1-13-3
営業/10:00~19:00(土日祝9:30~)
休/火曜 駐/完備
※丁寧な施術のため、時間に余裕をもってご来店下さい。
※卒業式ご予約承ります。

La fonte [ラ・フォンテ] ☎029-855-1243

<新規限定>ヘアエステが初めての方、初回から3ヶ月間2,000円OFF!!
<新規でなくてもOK>全メニュー10%OFF

※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。 ※他サービス等との併用不可 ※1枚でお一人様まで

ぶらざ募金クーポン 有効期間①29年3月末日

ぶらざ募金クーポン 有効期間①29年3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枚でお一人様まで ※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 [マールヌ] ☎029-875-9566

予約優先制 | 男性歓迎 | 子連れ歓迎 |

つくば マールヌ **MARNE**

春こそ素敵にイメージチェンジ!!
卒業式や入学式の前に髪をキレイに!



「フランス、パリをモチーフとした店内で施術を受けながらゆったりとした店内時間が過ごせます。大浴場、テレビも完備でお子様も安心させます」

新年度に向けて、普段はできない大胆なイメージチェンジもお勧め!バツサリ切ったり、思い切ったカラーに挑戦したり...とことん「似合う」を追求してくれるサロン。

新規限定 カット
◆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).....4,200円
30%OFF ◆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)

※ぶらざキャンペーン※
◆メンズカット.....4,000円→3,500円
◆ポイントストリートパーマ・3,000円→2,500円
◆新しい方だけでなくご利用できます
◆アフタッシュカラー.....3,500円~ ◆パーマ.....4,500円~

*出張施術も承ります*曜日や時間等、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」サロンに行きたくても行けない、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。

☎029-875-9566
つくば市吾妻3-8-10
ロワール502
営業/10:00~20:00
休/火曜 駐/あり
※「MARNE つくば」で検索!
※全て別記

予約可 | カード可 | 予約優先制 | 男性歓迎 | 子連れ歓迎 |

つくば シャイン **Shine**
綺麗な髪づくりの為に、
3月は炭酸泉サービス!!



最新イルミナカラーでキラキラなツヤとふんわりパーマでイメチェンはいかが?通常のカラーよりダメージを1/6に軽減します!

全てのお客様に「炭酸泉」無料サービス!

●ヘッドスパ.....1,500円~5,500円
●カット(シャンプー・ブロー込).....4,500円
●痛みを全く感じないパーマ.....8,500円
●カラー(根元).....5,000円
●ハイトーングレカラー(根元).....5,500円
●Tokioフラーレデジタルパーマ.....13,000円
●Tokioトリートメント.....4,000円
●年間カラーリングチケット.....5回20,000円/10回37,500円
●オススミイルミナカラー.....7,300円

☎029-855-8806
つくば市二の宮2-12-14
営業/10:00~20:00
(カット+カラーorパーマ18:30、
カット19:00まで受付)日曜9:00~
19:00 駐/あり
休/月曜、2/20~2/24

Shine ☎029-855-8806

全てのお客様に炭酸泉サービス!
新規のお客様10%OFF!

※1枚でお一人様まで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

ぶらざ募金クーポン 有効期間①29年3月末日

ふらざ募金クーポン 有効期限:29年3月末日

★新規のお客様★
ふ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

完全予約制 | カード可 | 男性歓迎 | 個室あり | **子連れ歓迎**

つくば **JEWEL**

月～土はカラー・パーマ19時最終受付!
だから仕事帰りにも通えます。



日差しがたっぷり入るアジアテイストの店内からは、筑波山が一望でき心休まる時間を過ごせます。

- ジュニアスタイリスト特別メニュー
- カット+根本カラー.....5,400円
 - カット+カラー.....6,750円
 - カット+パーマ.....6,750円
 - カット+根本矯正.....7,830円
- 新規のお客様限定!お試しプライス!
- 一般カット.....3,780円
 - カラー根元.....3,240円 カラー全体.....5,180円
 - カット+カラーorパーマ.....7,610円
 - カット+リカル.....8,640円
 - カット+縮毛矯正.....10,800円
 - トキオトリートメント.....単品3,240円

☎029-828-8448
つくば市花室1569-1
営/10:00~19:00(最終受付)
日曜のみ9:00~18:00(最終受付)
休/火曜、第3月曜
駐/あり
http://hairsalon-jewel.com



ふらざ募金クーポン 有効期限:29年4月末日

ふらざ掲載価格にてご奉仕!!

※1枚お1人様まで※他の割引は割引券との併用不可
※高校生以上の男性に限りませす。 ※メンバー利用可
studio JADE Hair Work ☎029-858-5877

予約可 | 男性歓迎 |

つくば **JADE**

大人の男への居心地の良さを追求。
高い技術とサービスが人気



「今までの理容室に満足していない」「美容室はなんとなく入りづらい」そんな方にオススメ。世界中の男性を虜にしている流行りのパーバースタイルもJADEにお任せ!

- ニオイの原因となる皮脂汚れの除去にはE+Sコースがオススメ!
- Jコース カット.....2,500円→2,250円
 - Aコース カット&シャンプー.....2,800円→2,520円
 - Dコース カット&シャンプー&顔剃り.....3,800円→3,420円
 - Eコース カット&シャンプー&顔剃り&頭皮クレンジングA,300円→3,870円
 - Sコースのコース+フェイスパック+ヘッドスパ(THEO)5,300円→4,770円
- 平日限定メニュー
- Aコース+カラー.....6,300円→5,400円
 - Aコース+白髪染め.....5,800円→5,000円
 - Aコース+パーマ.....7,800円→6,700円

☎029-858-5877
つくば市春日2-21-13
休/火曜 駐/あり
営/10:00~21:00
土・日・祝9:00~20:00
数日前の予約がお勧め。
当日予約可。



Mille hair

完全予約制 | カード可 | 男性歓迎 | 着付可 | **子連れ歓迎**

つくば **Mille hair**

「今までの雰囲気から変えてみたい」、と思う貴方にこそ、おすすめしたいサロン。



「パーマは髪が傷みそう...」そんなネガティブ要素を払拭してくれるANTI傷のパーマ技術。「パーマをかけて髪の毛が良くなる」をコンセプトに1人1人に似合うデザインを提案してくれる。

オープンから約半年、理想をぐっと近づける確かな技術で、着実に顧客を増やしている。

デザイン性の高いせ毛風パーマの先駆者、表参道のANTIのトップスタイリストの経歴の持ち主。美容業界を常にリードしてきた最新技術でなりたいた髪を叶えてくれる。技術が高いうえに、お子連れも歓迎で、子育てママもきれいになれる。素敵なお夫婦サロンで居心地も非常に良いのも魅力です。

- カット.....5,000円
 - オーガニックカラー7,500円 (リタッチ6,500円)
 - パーマ(カット込).....14,500円
 - カット+カラー+パーマはシャンプー+ブロー込
 - キッズカット(未成年).....2,000円
 - セット.....4,000円
 - 縮毛矯正(カット込).....15,000円
- ※価格は税抜表示

☎029-828-7377
つくば市東新井20-7
営/月~土9:30~19:00
(カット18:00)日・祝9:00~18:00
(カット17:00) 不定休
※お夫婦・ご家族揃っての予約で貸切施術も可。



読者の皆さまへのお願い ふらざができること...忘れない、という支援

「私たちは、忘れない。」~未来につなげるプロジェクト~
未来の災害に対応する力を、社会全体で育もう

阪神淡路大震災、東日本大震災、熊本地震災害...私たちはこれまで、多くの災害に見舞われてきました。自然災害は、いつ、どこで起こるかわかりません。大人も子どもも、ひとしくすべての人が、あるとき突然、災害に遭う可能性があります。

災害に遭遇したときに、自分の命を守るにはどうしたらよいのか。そして、周りの人々と助け合いながら生き抜いていくにはどうすればよいのか。大切なのは、自ら考え、そして正しく行動する力を、日常的に育てていくことです。

東日本大震災のみに限らず、すべての大規模災害の記憶を風化させず、過酷な経験を未来で生き抜く力に変えていく。社会全体の防災力・減災力を育むためのプロジェクトを、「私たちは、忘れない。」を合言葉に、推進していきたいと考えております。



防災教育について学ぶ小学生



私たちは、忘れない。 Forever remembered. 特設サイトはこちら

ふらざ赤十字募金

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、被災地域の一日も早い復旧を祈念いたします。

月刊ふらざでは、微力ながら東日本大震災義援金として、読者のみなさまが月刊ふらざ掲載店をご利用になった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」と思っています。

1月号集金額の税込金受取書 (5,980円)

これまでのご報告

- 東日本大震災義援金(1枚あたり10円)
2011年4・5月合併号~2016年4月号,2016年8月号~2017年1月号
クーポン回収数 27,347枚 ▶273,470円の募金となりました。
- 平成28年熊本地震災害義援金(1枚あたり10円)
2016年5月号~2016年7月号
クーポン回収数 1,849枚 ▶18,490円の募金となりました。
- 茨城県台風18号等災害義援金(1枚あたり100円)
2015年10月号~2015年12月号
クーポン回収数 1,478枚 ▶147,800円の募金となりました。

募金総計439,760円

地域の一員として社会貢献をしたい!ふらざはそんなふうに考えています。随時にご賛同くださったお客様、読者の皆様にも心より御礼申し上げます。

日本赤十字社 茨城県支部
Japanese Red Cross Society

水戸市小吹町2551
TEL.029-241-4516

公式facebook [http://www.facebook.com/jrcibaraki]

日本赤城 検索

ふらご募金クーポン 有効期限:2019年3月末日
〈新規のお客様〉
ふらご限定特別価格にてご提供
※新装の方のみ適用
 ※予約時「ふらご見た」と言うだけで有効。
 POLA THE BEAUTY BIVつくば店 ☎029-828-6101

完全予約制 | カード可 |
 ポラザビューティー
つくば POLA THE BEAUTY BIVつくば

この季節のお手入れが、
 春の肌状態を左右します。



春の美肌対策は、花粉のバリア機能も高めめます。
 この時期は紫外線量が1年で最も上昇する季節に対して、肌は紫外線にいちばん無防備な状態。シミや肌トラブルが起きる前に正しいケアでハリと潤いのある肌状態を保ちましょう。

「ふらご見た」でトライアルエステをご予約の方
ハンドマッサージ(1,500円相当)を無料サービス!
トライアルエステ(約55分) 3,500円(税別)〜
 肌老化の初期症状にあたる乾燥・シミ・そばかすくすみ対策なお試しください。

POLA独自のお肌チェック、無料受付中!
 ☎029-828-6101
 つくば市吾妻1丁目8-10 BIVつくば4F 駐/あり
 営業/10:00〜最終受付18:00
 ※一緒に働けるスタッフ募集。詳しくはP61!
 ※HPは「POLA」で検索!

頭の重い方・睡眠障害・自律神経の乱れ・ホルモンバランスの乱れ・だるさ・疲労がぬけない・ひどい冷え性・顔のたるみ・くすみ・めまい等の症状でお悩みの女性の方へ、症状に合わせて施術内容を変えていきます。偏頭痛もちの中学生から87歳まで、幅広い年齢層に支持されています。

完全予約制 | 女性限定 | **子連れ歓迎**
 ヘッドマッサージ専門店
土浦 パナケア

リピーター続出!!茨城県初★女性限定のヘッドマッサージ専門店



ゴットハンドの持ち主、オーナー自ら、一人一人に合わせてカウンセリングから施術まで一貫して行います。
 頭痛・首肩のコリ・眼精疲労や体をスッキリさせたい方にオススメ。専門店ならではの確かな実力・知識があり、講師をも務める高い技術が評判です。

顔のマッサージ込 脳脊髄液の循環をよくする為に、顔や首のマッサージはもちろんだらけに、顔・首・肩・背中・肩甲骨も施術
初めての方限定
 60分 6,480円→6,000円 100分 10,800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
 ラクラク肩甲骨の痛み足のむくみ取り+5,000円
 仙骨フットマッサージ(腫痛緩和)……+1,000円

☎090-1994-9795
 土浦市中村南4-8-16
 営業/11:00~16:00 駐/あり
 不定休 ※男性は紹介制
 ※「茨城初」パナケア検索
 ※通院中、偏頭痛の方もお気軽にご相談下さい。

健康と美容

予約優先制 |
つくば つくば竹園整骨院

スポーツアロマトレーナーによる
 確かな施術とリラクゼーション

院長はプロ野球のスポーツトレーナーとして活躍し、数多くの臨床経験を持つ信頼のおける施術。1人1人の患者に丁寧な説明で安心して任せられると、1月の開院以来早くも評判。受付は20時30分まで、仕事場にも利用しやすいのも魅力。

初回カウンセリング料無料

スポーツアロマ(つま先〜ひざ上などの施術) 当日のご予約でも歓迎(男女可能)
 ◆30分コース・・・4,000円→2,700円 (施術20分+電気とホットパック10分)
 ◆60分コース・・・7,000円→5,400円 (施術50分+電気とホットパック10分)
 スポーツアロマ(女性スポーツアロマトレーナーによる全身施術) 木曜日・日曜日限定(女性限定・完全予約制)
 フランスの病院で処方されている精油を使用
 ◆60分コース……………7,600円→6,000円
 ◆90分コース……………10,600円→8,500円
 ◆120分コース……………13,600円→11,000円
 ケガ等の保険適応の施術はお問合せください。

☎029-886-6860
 つくば市竹園2-12-5
 ヴィラージュ竹園103
 営業/10:00~13:00、15:00~21:00(最終受付20:30)
 休/祝日
 駐/あり(1台のみ)

初回カウンセリング無料
※他サービスとの併用不可 ※ご予約時に「ふらご見た」とお伝えください
 ふらご募金クーポン 有効期限:2019年3月末日



完全予約制 |
つくば 総健美館 つくば店

自律神経の不調や、原因不明のつらい凝り等…。改善実績多数の信頼サロン
 朝起きられない、疲れやすい、やる気が出ない…。実は背骨の歪み等から来る自律神経の不調が原因かもしれません。歪みを正して改善した例多数!!1人1人の症状に合わせた痛くない施術で不調を取り除き、歪みの原因から自宅ケアまでプロからフルアドバイス!一度ご相談を。

栄養・運動・睡眠の総合的な指導で再発も防止
ゆがみ検査+骨盤矯正+カイロプラクティック
 (約90分)
 通常8,400円 **半額 4,200円**
 →初回

当日次のご予約を頂いた方は、
次回施術5,000円!!
 【資格取得】●3/25(土)〜群馬 ●3/27(月)〜東京
 セミナー(他4会場)※詳細はお問い合わせ下さい。
 出張施術も承ります。

☎029-857-1891
 つくば市桜3-4-1-704
 営業/10:00~20:00(火・木・土)
 (予約のお電話は月〜土)
 ※土曜は早めのご予約がお勧めです。
 ※下館店もあります。

【カイロプラクティックとは】
 本場米国では国家資格でドクターと呼ばれています。院長は米国へ留学し、技術、解剖学、生理学等を習得したこの道16年のベテラン。病院で「良からならない」と言われた娘さんの背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。



【実際の患者様の声(65歳女性)】
 ひざが痛くて正産もできず、整形外科に通っていましたが、なかなか良くなりず、親戚から聞いてこちらに通うように。「痛みは原因は骨格の歪み、歪みを正して骨を強くすることが大切。そのためには生活習慣の改善が必要」という院長のお話を聞いて目から鱗でしたが、説明も分かりやすく、親身に話を聴いて頂けたので初めから安心してお願いできました。施術で痛みを和らげて頂いた上で、その日から睡眠や食事にも気を配るようにしたところ、本当に症状が改善してびっくりしました。目先の症状を抑える対症療法ではなく、「根本から健康を取り戻す」ことを徹底サポートしてくれるのが嬉しいです。



【こんな症状の方、ご相談ください。】
 自律神経の不調・手足のシビレ
 めまい・耳鳴り・偏頭痛・不眠症
 便秘・首肩のコリ・腰痛・関節の痛み等
 ★ご相談は無料です(お電話で症状をお知らせください。受付/月〜土)



掲載価格にて施術いたします

※初めてご来院される方に限りです ※ご予約の際に「ぶらざ見た」とお伝えください

柳生整体院 ☎029-875-6530

予約優先制!

子連れ歓迎

年々 やせやせしたい 柳生整体院

その疲れ、悩みは脳の疲労が原因かも!
慢性疲労や不眠でお悩みの方へ

最近の研究で体や心の疲れは「脳の疲れ」であることが分かってきました。肩凝りや腰痛などの慢性的な痛み、姿勢の悪さも脳にストレスがかかり、自律神経の不調やうつに繋がります。当院では「整体術」「カイロ」「オステオパシー」の三大骨格矯正術を取り入れた確かな手技で頭蓋骨や自律神経にもアプローチ。痛みや疲労改善の他、全身の骨格を調整することで体温上昇やダイエット、美容効果も期待できます。



肩のこり・腰の痛み、生骨神経痛、頭の痛みの顎関節・目まがい耳鳴り、更年期・産前産後の骨盤矯正等、ご相談ください。

院長自身、うつ病・腰痛に苦しみ、整体で解放された経験から約10年技術を学び、2009年に開業。



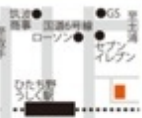
【通常料金】
●初見料 2,000円 (問診・検査等)
【コース①】6,000円
【コース②】5,000円
【コース③】2,980円

「ぶらざ見た」で
両コースとも初回2,980円

| 気分の不調 | 身体の不調 |
|-------------------------------------|---|
| ゆううつ・イライラ・落ち着かない・集中できない・何に対しても興味が無い | 寝れない・食欲がない・疲れが取れない・体がだるい・めまいがある・腸が壊れ・肩がこる・お腹が張る |

サラリーマンや平日忙しい方のために **日曜日も営業しています**

☎029-875-6530
牛久市ひたち野西3-24-7-104
営業 9:00~12:00
14:00~19:00
休/水曜・土曜午後・祝祭日
駐/あり



お客様の声 40代女性
「うつの再発に伴い、長年の肩・背中・腰のこり、むくみなどが少しでも良くなればと受診。初回で想像以上に体に変化が何度が通院するうちに体が楽になったら心まで楽になっていました」

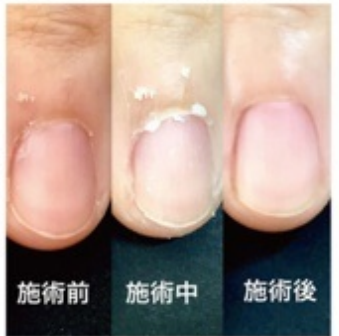


予約優先制!

つくば ネイル爪美 【ツメビ】

極上ケアをすることで、ジェルネイルのもちに差がでます!

ささくれ・爪割れは菌が入りやすく、放っておくと炎症が起きる場合も。指のトラブルは正しい方法を知らなければ改善できません。爪のプロによる安全で丁寧なケアは、痛みが無く好評。ささくれを繰り返してしまう方に必見です。



手先つるつるコース (爪の整形・甘皮ケア・トリートメント・ハンドパック)

ぶらざ限定特別価格
「ぶらざ見た」とご予約ください

- 手先つるつるコース.....3,240円→3,000円
- かかとつるつるコース.....5,400円→5,000円

【ぶらざ限定デザイン】
ジェルネイル
9,720円→7,560円

- シンプルアートコース.....7,358円→5,980円
 - フレンチアートコース.....9,698円→7,980円
 - 爪美オスメアートコース13,262円→11,800円
- JNA本部認定講師の店長によるネイルスクール
10,000円/1回2時間



ネイリスト技能検定1級でありJNA本部認定講師の石堀店長。「美しく健康な爪へ導きます。爪のお悩みなんでも相談ください。」

☎029-855-1258
つくば市研究学園2-2-3
ジュネス・サクラB102
営業/10:00~20:00
(最終受付18:00) 不定休
※メールでのご予約も可能
[nail-tsumebi@outlook.jp]



かかとつるつるコースで
お悩み解決!
かかとの肌へのケアは、
最も自然なケアに
なりやす。角質が
剥がれやすくなる
ので、自然と剥が
れやすくなる。

美容と健康の達人に聞いてきました!

点滴療法で疲労・倦怠感を改善するにはどの程度通う必要がありますか?

点滴の種類にもよりますが、マイヤーズカクテルの場合、週1回のペースで4回程度の治療を行うと、改善されるケースが多くみられますので一度試してみてくださいいかがでしょうか。

庄司クリニック
庄司 真弓 院長 P.55

かかとは1回のケアでツルツルになりますか?

個人差はありますがほとんど1回でつるつるになります。かかとの角質を除去すると体温が1~2度上がるので、代謝がよくなりダイエット効果もあります。冷え症の改善にもおすすめです。

ネイル爪美【ツメビ】
スタッフの皆さん 上記

1回だけでもエステの効果はありますか?

1回でも肌の変化を実感していただけます。肌のターンオーバーは28日周期とされています。その最適なタイミングで育てれば育てるほど、肌本来のキレイを導くことが出来ます。

POLA THE BEAUTY
BIVつくば店
スタッフのお二人 P.53

ヘッドマッサージとはどんな施術をしますか?

水もオイルも使わず、手と指で頭皮をしっかりとらえツボを一つも逃すことなくマッサージします。首も念入り丁寧に全身も行き、つまりを取り除き体液の流れを良くしていきます。冷え性も改善。

ヘッドマッサージ専門店
バナケア
豊嶋 オーナー P.53

手術が怖いのですが...

痛みの感じ方には個人差がありますが、十分に痛みを抑えて進めます。これで長年の症状が改善すると楽しみにされる方もいます。鎮静剤を使用する事もありますのでご相談下さい。

脳脊髄の自律神経手術クリニック
花クリニック南大通り
横山 和則先生 P.55

整体でうつが治るんですか?

うつも脳という一つの臓器の病気です。当院では、内臓や頭蓋骨へアプローチする高度な技術により、患者さんは効果を実感されています。姿勢を正し、脳への血流を良くすることも大切です。

柳生整体院
柳生 先生 上記

病院の検査で異常なしと言われたけど、耳鳴りがやまないのですが...

もしかしたら首や背骨の歪みからくる症状の可能性もあります。同じく病院では異常がないと言われたという方で症状が改善した例があるので、まずは一度ご相談ください。

カイロプラクティックサロン
総健美館 つくば店
増淵 院長 P.53

スポーツアロマとはなんですか?

オイルの香りによるリラクゼーション効果だけではなくその薬理成分を体に取り入れる施術です。スポーツ障害のケアやストレスによる心身の不調の改善、アンチエイジングなどにも効果があります。

つくば竹園整体院
服部 院長 P.53

美容クリニックの最前線

美と健康のために
できること

30代以降が知っておきたい「酸化ストレス測定」

30代を迎えると女性の体には様々な変化が出てきます。偏った食事、不健康な生活習慣、心理的要因によって「進行スピードの速い老化」や「病氣」をもたらすことも珍しくない世代です。「酸化ストレス測定」は、自分の体の健康度・サビ度と向き合い、体のトラブルを未然に防ぐための検診です。

40代ぶらざスタッフが酸化ストレス測定を体験。

ぶらざスタッフJ子。40代を迎えてから疲れを感じやすくなり、1日中だるい日が続くこともしばしば。仕事の関係で外食が多く、締め切り前は睡眠時間が不安定な日が続いていた。



- その結果**
- 酸化ストレス度(サビ度)が高く、生活習慣病の恐れがある
 - 抗酸化力(健康度)が不足しているため、老化スピードを抑える力が低下

という診断

その後、看護師と栄養士のアドバイスを受け、おすすめのサプリメントを1ヵ月間摂取することにしました。



1ヵ月後、酸化ストレスを再測定

酸化ストレス度・抗酸化力が
40代女性の正常値に!!

看護師さんからのアドバイス

健康状態が保たれています。これからは維持することが大切になります。
効果的な方法として、点滴療法がおすすめです。

※保険外診療となり、酸化ストレス測定のみの場合は7,000円(税込)となります。

J子は先生に相談をし、 点滴療法を受けることにしました。

J子に適した点滴は…

「マイヤーズカクテル+高濃度ビタミンC」と診断。

期待できる代表的な美容効果・疾患改善

- シミや肝斑抑制
- 肌のハリ回復
- しわ・たるみ改善
- 疲労回復
- 全身倦怠感
- インフルエンザ・風邪予防
- アトピー性皮膚炎、花粉症などアレルギー改善

※保険外診療となり、12,000円(税込)程度となります。

ぶらざスタッフJ子の感想



仕事の関係で外食が多いため、不足しがちな栄養は、栄養士さんおすすめのサプリで補いました。サプリを摂取した翌日は目覚めが良く、すっかり疲れが取れた状態で朝を迎えられました。さらに点滴を打ってもらった日の翌朝は、肌の調子がいつもと違い、まるで20代の頃のハリツヤを取り戻したような変化がありました。効果がすぐに実感できるので、疲労や美容に悩んでいる女性にぜひ試していただきたいです。

点滴療法は1回30分程度。専ら広大な自然が眺められ、心地よい音楽が流れるリラックスマードを受けず。

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 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | △ |



看護師、医療事務スタッフ募集中! 詳しくはP.61

病院|完全予約制|

鼻疾患の日帰り手術クリニック

つくば **花クリニック南大通り**

☎029-863-3561

つくば市竹園2-18-2 ※電話でご予約ください。
診療/午前中は手術、午後外来
休診/木曜(午後)・日曜・祝日 駐/あり



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 和剛 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年に当院を開院し、現在に至るまで3,400件を超える手術実績を持つ。



手術の安全性、確実性をより高めるため3D/ハイビジョン立体内視鏡を導入しています。

長引く鼻の症状手術の必要性

もうすぐひな祭り。日差しに春の兆しも感じられる頃ですが、まだまだ寒さも続いています。風邪を引いて、鼻づまりや鼻汁の症状が長引いたり、一旦良くなっても繰り返し、なかなかすっきりしないことがあります。その場合、細菌感染、アレルギー性鼻炎、鼻腔(びく)内の構造、副鼻腔(鼻の周り)にある空洞の問題などが関係している可能性があります。副鼻腔炎(蓄膿症)の原因の場合、お薬だけの治療では改善しないときは、鼻腔と副鼻腔の構造を改善する手術を検討します。鼻は、空気の通り道だけでなく、それは別の粘液の通り道があり、この粘液の通り道が副鼻腔炎に関係します。手術では、その部分を広くするためいくつかの方法を組み合わせて、症状の一次的な改善だけでなく、今後、症状を繰り返さないような状態に改善します。

最近では、内視鏡を使った鼻からの手術で、局所麻酔での日帰り手術も可能です。お仕事や学校、家庭内でのことを考え、体にも負担の少ない方法を選ぶことが出来ます。心臓疾患(高血圧、不整脈、呼吸器疾患(喘息、睡眠時無呼吸症)、脳血管障害のある方は、担当の先生に相談の上、検討します。

横山先生に聞きました! よくあるご質問

Q 手術は痛くないですか?

A 十分に局所麻酔をし、十分我慢の出来る範囲におさめるようにします。痛みが続いたら手術を続けることはありません。麻酔を追加してもあまり痛みが治らないような場合は、やむを得ずその部分を残し、手術後の治療で炎症を軽減させてゆきます。手術後当日は、鎮静剤を内服していただきますので大丈夫です。翌日以降は、痛むときにその都度、鎮静剤を内服していただきます。

Q 手術後はすぐよくなりますか?

A 当日は安静ですが、翌日からは通常の日常生活には問題ありません。まれに翌日以降に体がだるいとか、発熱することもあるのであまり体に負担がかからないようにしましょう。出来るだけ再発をしないように、手術後の治療も大切です。手術後の治療を半月からひと月継続していくうちに、改善していきます。

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------------|---|---|---|----|---|-------|---|
| 8:30~12:00 | | | | 手術 | | | |
| 12:30~17:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 15時まで | |

ホームページリニューアルいたしました▶ <https://tsukuba-jibika.or.jp>



つくば市

〈1才〉アビーちゃん

チワワとペキニーズのハーフ、チワペキです！



土浦市

〈2才〉くーちゃん・〈1才〉トラミちゃん

大事な家族です！



PET PHOTO

ペット写真集



つくば市

〈2才〉ベルちゃん

カットしたてよ♡



つくば市

〈2才〉ズースちゃん

ぬいぐるみは僕のもの!!



土浦市

〈6ヶ月〉やまとちゃん

きょうのごはんはなあに？

ペットのお写真大募集!!

【ご家族が一緒に写っていてもOK】

応募要項

- 1.3ヶ月以内に撮影した写真(できれば横写真)
- 2.ペットのお名前(ふりがな)、年齢、性別
- 3.応募者のフルネーム
- 4.住所、電話番号
- 5.ペットに対するコメント20字以内

応募先

【郵送】〒300-0037
土浦市桜町1-6-13常陽通商土浦駅前ビル4F
月刊PLAZA「ペットフォト」係まで
【メール】plaza@joyo-plaza.co.jp
【WEB】www.joyo-plaza.co.jp/

QRコードからもメール応募できます!



※郵送の場合は写真裏面にペットのお名前を必ずご記入ください※お送り頂いたお写真は、返却いたしませんのでご了承ください※原簿待ちのため、すぐにはご連絡できない場合があります※記入漏れがある場合掲載が遅れることがあります

※メール応募の際、絵文字は文字化けの原因となるためご利用になれませんので、言葉でご記入ください。例▶▶ハート、♪♪音符、★★星など

第2回ペット同伴防災訓練

開催日時: 3月19日(日)午後1時から2時間程度
開催場所: D&C獣医科クリニック(牛久市中央4-3-8)
参加: ペット同伴は5家限定(要予約) 同伴でない場合でもご予約下さい
参加費: 1,000円/頭(防災グッズ等の販売あり)
主催: 非営利グループPet the pet
予約先電話 TEL.029-874-2344

この機会にぜひ皆さんでペット同伴の防災を考えましょう!

| 対象時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝 |
|-------------|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 9:00~12:00 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 休診 | 予約 |
| 12:00~15:00 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 休診 | 予約 |
| 15:00~18:00 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 休診 | 予約 |
| 18:00~21:00 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 予約 | 休診 | 予約 |

予約: 手帳、往診など 第2日曜、第2水曜は完全休診

皮膚病でお悩みの方
歯石や口臭でお悩みの方
ガンや慢性病でお悩みの方
お気軽にご相談下さい。

犬ケア・ペットホテル完備
D&C 獣医科クリニック TEL.029-874-2344
http://pet-med.org/dc-vet/

★出会のイベント★カップリングパーティー★

このパーティーは、まずはお友達からという出会のイベントです。
前日1/8つくばFは男85名女70名、1/22東京は男42名女37名
前日1/15水戸会場は男40名女32名でした。
自己紹介年齢層男女別平均値(最大値)50/55/100/35/100

詳細はHPで・PC/スマホも携帯 http://jcms.jp

茨城周辺では、つくば・水戸・柏・成田などで開催中!

つくばF 男3/11土、4/9日、5/6土 18:45 つくばF 男3/25土、4/29土、5/20土 18:30 つくばF 男3/25土、4/29土、5/20土 18:30 つくばF 男3/25土、4/29土、5/20土 18:30

水戸F 男3/18土、4/15土、5/13土 18:45 水戸F 男3/18土、4/15土、5/13土 18:45

成田F 男3/4土、4/1土、4/22土 19:00 成田F 男3/4土、4/1土、4/22土 19:00

予約: 050-3391-7064 J-clubパーティー

クーポン クーポン切抜き持参で①男性500円OFF
②女性参加費無料プレゼント
H29年3月末日 ※1枚で人数が有効 ※適用は要約

里親を募集しています

ホーム



【大きさ】小型(5~10kg前後) 【特徴】目と耳が大きく、元気いっぱい
【人への慣れ具合】◎人が大好きで甘えん坊です 【避妊】済
【備考】シェルターでお見合いできます。
1頭飼育希望です(猫も同居不可)食に対する執着が強いです。

▽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。

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、引き綱は必ずつけましょう。【鑑札・注射済票】は必ず首輪などに装着し特定犬はオリの中で飼いましょう。
- 吠き声・吠声にご用心むだばえしないようにつけましょう。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!飼主の責任で、不妊・去勢手術を受けましょう。
- 災害に備えて~避難所と一緒に暮らす為に~
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主の義務散歩のときも、引き綱は必ずつけましょう。【鑑札・注射済票】は必ず首輪などに装着し特定犬はオリの中で飼いましょう。(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いましょう。無責任な飼い方はみだりに繁殖させ犬・ねこを不幸にしまいます。
- 日常的に健康管理としつけをしましょう。
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NPO法人となり、現在、会員350名が在籍しています。

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

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

おかげさまで6周年

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。

さらざクーポンご持参で つくば市駅 1-19-1 10:00~20:00
50%OFF tel.029-879-9009
※初回は必ずお申し込み

どうしよう? そういえば!

あつ! そうだ!!

そのときのために「暮らしの掲示板」

月刊 Plaza 県南版

このサイズ1か月あたり(年間契約) 21,600円(税込)

詳しくは、☎029-835-3535

TKC 竹園ファミリークリニック
TAKAZONO FAMILY CLINIC
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>

●東武 西武鉄道 ● 土浦駅南口
大溝水公園
ダイオウタウン
高大師
つくば駅
高大師
公園
入口交差点

QRコードから予約できます



つくば市
〈1才〉粟津 メイ(あわすめいちゃん)
お魚さんと会話



つくば市
〈2ヶ月〉鈴木花(すずきはな)ちゃん
みんなを笑顔にしてくれます (^^)



つくば市
〈0才〉荒川 千明(あらかわちあき)ちゃん
我が家の天使



つくば市
〈1才〉岩本 凛香(いわた りんか)ちゃん
アララ目つぶっちゃった(笑)

わが子がイチバン
My Child is No.1



つくば市
〈11ヶ月〉松岡 裕大(まつおかゆうだい)くん
スヌーピーが大好きで、しゅきしゅき♥をします♥

お子様のお写真大募集!! [5才までのお子様がいれば、ご家族と一緒に写っていてもOK]

応募要項

- 1.3ヶ月以内に撮影した写真(できれば横写真)
- 2.お子様のフルネーム(ふりがな)、年齢、性別
- 3.応募者のフルネーム
- 4.住所、電話番号
- 5.お子様に対するコメント20字以内

応募先

[郵送] 〒300-0037
土浦市桜町1-6-13常陽通高土浦駅前ビル4F
月刊PLAZA「わが子がイチバン」係まで
[メール] plaza@joyo-plaza.co.jp
[WEB] www.joyo-plaza.co.jp

※郵送の場合は写真裏面にお子様の名前を必ずご記入ください※お送り頂いたお写真は、返却いたしませんのでご了承ください※原簿待ちのため、すぐにはご掲載できない場合があります※記入漏れがある場合掲載が遅れることがあります

※メール応募の際、絵文字は文字化けの原因となるためご利用になれませんので、言葉でご記入ください。
例♥♡ハート、♪♪音符、★☆☆星など

QRコードから応募できます!

企業の労働トラブル
お任せください!

人事・労働トラブルを未然防止、早期解決!業績アップの秘訣はパートナー選びから

業務内容

- ・労働保険/社会保険 手続き代行
- ・給与計算の代行
- ・就業規則/労働契約書作成など

社会保険労務士法人 ワークアップ
TEL.0296-54-4330 [筑西市乙815 2F]

閑静な住宅街に佇む賃貸アパート
板橋小・伊奈東中学校エリア!

2ヵ月間家賃無料、さらに半年間家賃半額キャンペーン(1年以上の入居に限る)

賃料 39,000円

- 住用:つくばみらい市伊奈東58-1
- 専有面積:約45㎡+DK6㎡(2DK)
- 月賃:3,000円
- 水道:水道
- ガス:ガス、シャワー、追い焚き、エアコン、下駄箱付、駐車場1台無料

桂不動産様みらい平支店
つくばみらい市栄栄台1-15-6 ☎0297-57-8500

第十五回 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

茨城を学ぶ子供供達

2月と言えばバレンタインデー。オスペンギンにチョコを渡してあげたいけれど、大人でもわからない問題が3月いっぱい続いているのは、どこかで渡してあげたい。ツイッターやフェイスブックなどもやってますので、そこでイベント情報などを確認して渡していたらいいと思います。しっかりと渡してあげたいね。

今年の2月のオスペンギンは中学生の「いばらきっこ郷土検定の茨城大会(実質の全国大会)の司会や、小学生に面白おかしく統計を学んでもらう為の「おもしろ統計塾」の授業をやってきました。子供達と共に、茨城のことを学びました。我々大人でも、まだまだ知らないことも多いし、とても勉強になりました。子供達にはまだ早いな、いんじゃないかという内容もありましたが、みんな勉強熱心で、とておこりなく楽しかった。仕事ができました。子供達の可なり大きさを実感しました。

GDPがどうのこうのと、茨城の工業製品がどうのこうのと、大人でもわからない問題で、小学生には難しいですね。思いでしたが、正解を出す生徒達が多くて驚きました。終わったらあとに子供達に話を聞くと、「とても参考になった」とか、「地元愛が深まった」とか、最高の答えが返ってきました。茨城の未来の明るさを感じました。大人の皆様が、茨城の魅力や地元愛の大切さを若者達に分かってもらいたいという気持ちで、少しずつ伝わって来ているのかもしれない。それは我々としてもとても嬉しいことです。バレンタインデーだけに、チョコでも伝わればオスペンギンも嬉しいです。こんな親父ギャグを平気で言えるような大人になってしまいましたが、今の子供達にはそんな大人にならないように頑張ってもらいたいとも思っています。なんか恥ずかしくて、顔が赤くなってきました。

今月のなりきり「ひな人形」

ひな人形になりきってる
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)さんと、れずけさんの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二人の活動の様子は、要Twitterでチェック!

OSUPENGIN Profile

| | |
|--|--|
| <p>1981年7月24日 茨城県神栖市出身</p> <p>【趣味】 散歩、アメフト、サッカー観戦、Jリーグ観戦、音楽</p> <p>【同期の芸人】オリエンタルラジオ、フルーヴ、ポンチ、トレンディエンジェル、ほんにゃ</p> | <p>1985年6月11日 愛知県名古屋市出身</p> <p>【趣味】 プロレス、サッカー観戦、水泳</p> |
|--|--|

メディア情報

[ラジオ]
Iva La オスペンギン!
●放送局:ラジオつくば(84.2MHz)
●放送日:毎週土曜日20:30~21:00
●20:37頃~ぶらぶらコーナーがあります

[WEBサイト]
よしもと住みます芸人 47WEB
●<http://47web.jp/baraki/>
●茨城担当芸人が活動した内容がみれます!
●オスペンギンのイベント情報をチェックできます!

プレゼント(P.62)の答えは別ページです。

星野リゾート アルツ磐梯

バスツアー

今年は宿泊ツアーも運行中!
※宿泊先は、「裏磐梯レイクリゾート」になります。



感謝祭ツアー 開催決定!!

2017年 日帰りバス代+リフト1日券付
3月12日(日) **6,000円** ※道具やウェアのレンタル料は含まれておりません。

ツアーのお申込み詳細については、P.48をご覧ください!

Cinema INFO

3月映画館上映スケジュール

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**

- 3日～ アサシン クリッド<2D字><IMAX3D版/字>
- 4日～ 映画ドラえもん のび太の南極カチコチ大冒険
- 10日～ モアナと伝説の海<2D吹>
- 11日～ チア☆ダン～女子高生がチアダンスで全米制覇しちゃったホントの話～
- 17日～ SING/シング
- 18日～ ひるね娘～知らないワタシの物語～/映画 プリキュアドリームスターズ!/3月のライオン 前編

USシネマつくば <http://cinemas.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>

- 3日～ アサシン クリッド<2D字><4DX3D版吹>/WE ARE X<字>
- 4日～ 映画ドラえもん のび太の南極カチコチ大冒険/しゃぼん玉/リレチカ
- 10日～ 劇場版 ソードアート・オンライン -オーディナル・スケール- ※4DX版のみ
- 劇場版 まじろろのわお! まじろろと にじのオアシス/モアナと伝説の海
- 11日～ チア☆ダン～女子高生がチアダンスで全米制覇しちゃったホントの話～
- 17日～ SING/シング<2D吹><2D字>
- 18日～ 3月のライオン 前編/ひるね娘～知らないワタシの物語～
- 24日～ ひるなかの流星/パッセンジャー<4DX3D版吹><2D字>
- 25日～ キングコング: 護国島の巨神 ※4DX版あり/サクラダリセット 前篇
- 仮面ライダー×スーパー戦隊 超スーパーヒーロー大戦

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>

- 上映中、この世界の片隅に
- 3日～ アサシン クリッド

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 イースつくば3F>

- 3日～ アサシン クリッド
- 4日～ シネマ歌舞伎 二人舞娘/シネマ歌舞伎 日本振袖地/映画ドラえもん のび太の南極カチコチ大冒険
- 10日～ モアナと伝説の海
- 11日～ チア☆ダン～女子高生がチアダンスで全米制覇しちゃったホントの話～
- 劇場版 ウルトランマン オープン絆の力、おかりします!
- 17日～ SING/シング
- 18日～ ひるね娘～知らないワタシの物語～/3月のライオン 前編
- 映画 プリキュアドリームスターズ!/劇場版 黒子のバスケ LAST GAME
- 24日～ パッセンジャー/ひるなかの流星
- 25日～ 仮面ライダー×スーパー戦隊 超スーパーヒーロー大戦/キングコング: 護国島の巨神/PとJK

※2/14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。

イオンシネマ守谷 <http://www.seoncinema.com/cinema/moriya/>
TEL.0297-47-0101 (自動音声案内) <守谷市百ヶ丘3-249-1イオンタウン守谷2F> **観覧プレゼント**

- 3日～ アサシン クリッド
- 4日～ 映画ドラえもん のび太の南極カチコチ大冒険
- 10日～ モアナと伝説の海
- 11日～ チア☆ダン～女子高生がチアダンスで全米制覇しちゃったホントの話～
- 17日～ SING/シング
- 18日～ ひるね娘～知らないワタシの物語～/映画 プリキュアドリームスターズ!/3月のライオン 前編
- 24日～ パッセンジャー/ひるなかの流星
- 25日～ 仮面ライダー×スーパー戦隊 超スーパーヒーロー大戦/キングコング: 護国島の巨神
- PとJK/サクラダリセット 前篇

イオンシネマ下妻 <http://www.seoncinema.com/cinema/shimotsuma/>
TEL.0296-30-0862 (自動音声案内) <下妻市塩竈972-1 イオンモール下妻 2F> **観覧プレゼント**

- 4日～ 映画ドラえもん のび太の南極カチコチ大冒険
- 10日～ モアナと伝説の海
- 11日～ チア☆ダン～女子高生がチアダンスで全米制覇しちゃったホントの話～
- 17日～ SING/シング
- 18日～ 3月のライオン 前編/映画 プリキュアドリームスターズ!
- 25日～ PとJK/キングコング: 護国島の巨神<2D字><2D吹>

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> **クーポンあり 観覧プレゼント**

- 3日～ アサシン クリッド
- 4日～ 映画ドラえもん のび太の南極カチコチ大冒険/ダーティ・グラノ/R15+
- 4日～ oasis FUJI ROCK FESTIVAL'09 ※期間限定19時開演予定
- 10日～ モアナと伝説の海
- 11日～ 浮雲【午前10時の映画祭7作品】※～3/24迄
- 17日～ SING/シング
- 18日～ 3月のライオン 前編
- 24日～ パッセンジャー
- 25日～ 仮面ライダー×スーパー戦隊 超スーパーヒーロー大戦/キングコング: 護国島の巨神/PとJK
- 31日～ ジャッキー ファーストレディ 最後の使命

ぶらざ
募金
クーポン

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
- 他の割引クーポン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興行にはご利用いただけません
- 3D作品の利用不可

有効期限
H29年3月末日

シネプレックスつくば ☎0570-783-122

再興第101回院展
茨城五浦展

再興院展は、岡倉天心没後の大正3年、横山大観らによって再興された日本美術院が主催する日本画の公募展で、今年度101回目を迎えます。今回はその中から、田淵俊夫、那波多自功ら日本美術院同人の作品に加え、天心記念茨城賞をはじめとする受賞作品や、茨城県ゆかりの画家の作品など、66点を紹介いたします。



宮北千織「華」

場所/茨城県天心記念五浦美術館(北茨城市大津町橋2083)
時間/9:30~17:00(入館は16:30まで)
休/月曜日(ただし、3/20(月)祝は開館、3/21(火)は休館)
料金/一般620円、高大生410円、小中生210円(満70歳以上の方及び身体障害者手帳、療育手帳等をご持参の方無料)
問合せ/茨城県天心記念五浦美術館TEL.0293-46-5311

~4/2(日) 東山魁夷 唐招提寺御影堂障壁画展

東山魁夷は、平明な描写の中に深い精神性と豊かな叙情を湛えた風景画で知られ、国民的な人気を誇りました。東山魁夷が10年を費やし完成させた画業の集大成「唐招提寺御影堂障壁画」の全貌を紹介するとともに、スケッチや下図、試作をあわせて展示し、構想から完成にいたるまで画家が歩んだ足跡をたどります。



唐招提寺御影堂障壁画 山雲(部分) 昭和50年 唐招提寺蔵

場所/茨城県近代美術館(水戸市千波町東久保666-1)
時間/9:30~17:00(入館は16:30まで)
料金/一般1,080円、高大生850円、小中生480円
※満70歳以上、障害者手帳等をご持参の方は入場無料
問合せ/茨城県近代美術館TEL.029-243-5111

3/4(土)・18(土) 筑波山梅林鑑賞と 筑波山パワースポット巡り

筑波山は山全体が「ご神体」として崇められており、山の各所には、古くから言い伝えのある、神聖な場所が点在しています。今回は、筑波山の4つのパワースポットを巡り、皆様に筑波山のパワーを実感していただくとともに、筑波山の中腹にある筑波山梅林の梅まつりに合わせて梅林鑑賞も行います。



集合場所/つくばエクスプレスつくば駅改札口前(受付)
時間/受付18:20~8:50、(解散)12:30頃
料金/無料(交通費自己負担)
募集人数/限定80名様(要予約。定員になり次第締切。)
問合せ/筑波観光鉄道株式会社TEL.029-866-0611
HP/http://www.mt-tsukuba.com

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



- 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(笠間)(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(第3木).....予約不要TEL.029-851-3511
- ※相談窓口は各病院13:00~15:30
(筑波メディカルセンター病院は13:30~15:30)

問合せ/茨城県癌予防課 TEL.029-301-3224

2/25(土) 笑顔あふれるピアサポート・ピアサロン 講演と実践 ~あなたも参加してみませんか?~

現在「茨城県がん患者支援推進事業」として、「ピアサポートつくば」がピアサポート、サロンを行っています。もって皆様にも広く知っていただくため、ピアサポート第一人者の東京医科歯科大学医学部血液内科の坂下千瑠子先生の講演や参加者でサロンの実際を体験して頂きます。各地域でピアサロンが広がって行くことを期待しています。



ピアとは「仲間」という意味で、ピアサポートは仲間・患者同士でお話をしたり、聞き合い、体験を共有する活動のこと。ピアサロンは、ピア同士集まってお話を聞き合う会です。ぜひ、あなたも参加してみませんか?

場所/筑波メディカルセンター メディカルスクエア3F 3MCホール
時間/10:45開場~14:15終了
対象者/がんに関わる医療者、がん患者、がん患者の家族、他、誰でも
予定人数/50人 参加費/300円(軽食つき)
問合せ/ピアサポートつくば peertsukuba@gmail.com

~3/12(日) 鳥取県立博物館・田辺市立美術館所蔵名品展 昭和洋画のバイオニアたち-前田寛治と佐伯祐三を中心に-

1920年代に多くの日本人画家がフランスへ留学し大正期末頃にあいついで帰国しました。友情と情熱によって結ばれた前田寛治、里見藤蔵、木下孝則、佐伯祐三、小島善太郎ら5人は、1926年、留学の成果を披露する場として「1930年協会」を結成します。本展では、前田寛治と佐伯祐三を中心に1930年協会メンバーの作品をご紹介します。



場所/笠間日動美術館(笠間市笠間978-4 企画館1F)
時間/9:30~17:00(入場時間16:30まで)
休/月曜日
料金/大人1,000円、65歳以上800円、大学・高校生700円、中学・小学生無料、(障害者手帳をお持ちの方、その同伴者1名は各半額割引)
問合せ/笠間日動美術館TEL.0296-72-2160

3/4(土) ひなまつり ジャズ&スタンダード・ライブ!!

ジャズ&スタンダードに加え、オリジナル・ソングを縦横無尽に行き来する、3人3様のヴォーカルに酔いしれる夕べを。出演は、ジャズ・フィーリングの土岐麻子、名門ジャズ・レーベルから日本人女性シンガーのakiko、スモーク・ヴォイスのエミ・マイヤー。ファンは勿論、全ての音楽ファンに捧ぐ、スペシャルライブ・フェスティバル!!



場所/日立市民会館ホール(日立市若葉町1-5-8)
時間/開演17:30
料金/[全席指定]一般4,000円(当日4,500円) 高校生以下2,000円(当日2,500円)
問合せ/日立市民会館 TEL.0294-22-6481

下記参照 不妊専門相談センター

不妊専門相談センターでは、不妊治療専門の産婦人科・泌尿器科医師、カウンセラー、助産師が、無料で相談をお受けしています。どんなことでもお気軽にご相談ください。不妊で悩んでいる方のための専門の相談センターです。
※相談は完全個別面接方式



場所/茨城県南衛生学習センター(土浦市大和町9-1 ウララビル5階)
受付日/月~金曜日の午前9時~午後3時
時間/【第1、第3木曜日】18:00~21:00
【第2、第4日曜日】19:00~12:00
電話予約受付番号/TEL.029-241-1130
※茨城県産婦人科医会(www.ibaog.jp)メール相談もお受けしています。

街のインフォメーション
TOWN NEWS

~3/12(日) 現代の茶陶 利休に見せたい!!

茶陶とは、茶碗や水指など、お茶席で用いられるやきものの総称です。本展では、美濃の荒川(豊蔵や備前)の金重陶師など、自身の活動する産地で桃山陶の復興を志し、独自の世界を築いた重要無形文化財保持者に始まり、茶陶の伝統に縛られず、新しい感覚の作品を生み出す新進気鋭の若手作家まで、その多様な展開を132点の作品によってご紹介。



森田卓郎「白金彩灰釉碗」 2010年

場所/茨城県南茨美術館(笠間市笠間2345番地)
時間/9:30~17:00(入館は16:30まで)
休/月曜日
料金/一般720円、高大生510円、小中生260円、(満70歳以上の方無料、障害者手帳、療育手帳をお持ちの方及び付き添いの方1人は無料です)
問合せ/茨城県南茨美術館TEL.0296-70-0011

~4/16(日) 筑波宇宙センタープラネットキューブ 「宇宙開発の名産品、環境試験」~環境試験とは?環境試験がご説明!~

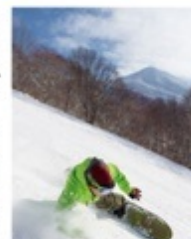
ロケットや人工衛星などの宇宙機は、開発後すぐに実用されるわけではありません。JAXAでは、それらが宇宙の厳しい環境において壊れないかどうか、あらかじめ地上で確認する「環境試験」を行っています。本展示では、環境試験「犬」が様々な種類の環境試験について分かりやすくご紹介いたします。



場所/JAXA筑波宇宙センタープラネットキューブ(つくば市千現2-1-1)
時間/10:00~17:00
※月曜日休館(不定期) ※詳細はWebでご確認ください。
問合せ/宇宙航空研究開発機構 筑波宇宙センター広報部 TEL.050-3362-6265
[ホームページはこちら]http://fanfun.jaxa.jp/visit/tsukuba/

3/12(日) 星野リゾート アルツ磐梯 感謝祭日帰りバスツアー

毎年、満員御礼の激安スキー&スノボバスツアーが3月にも開催が決定!今年のアルツ磐梯は、滑れなくても楽しめるコンテンツや新しく生まれ変わったゲレ食まで、滑り以外のコンテンツが盛りだくさん!お申込み詳細は、P.48をチェック!感謝祭ツアーだけの特別価格なので早めのお申し込みがおススメ。



場所/福島県郡山磐梯町大字更科清水水平6838-68
料金/6,000円(リフト券+バス代込み ※レンタル料は別途)
申込/関鉄観光株式会社 TEL.029-822-3727
電話受付時間/9:00~18:00(月~金)
備考/東車場所、時間などの詳細はP.48をご覧ください。

つくば パート
職種 **ビューティー・カウンセラー・エステティシャン** おのり情報 P.53

美容のお仕事が初めてでも大歓迎! エステティシャン募集

- 給与/毎月決まった収入を保障する新人スタート支援制度有。月25万円～・月15万円～を、働ける時間や目標に合わせて選択可。
- 時間/9:00～18:00で選択制(1日3h～)
- 休日/自由選択制(例:日・月・金・土等)
- 備考/20代後半スタッフ例:OLから転職後、週休2日で平均月収25万円。サポートシステムで、2年でショップオーナーに。

年齢不問

POLA THE BEAUTY BIVIつくば店
つくば市吾妻1丁目8-10 BIVIつくば4F

TEL.029-828-6101 担当/丸山まで

正社員
職種 **ショップスタッフ** おのり情報 P.53

共に進化し続ける人求む!

- 給与/未経験者の場合:16万円～
経験者の場合:当社規程による(経歴、能力、地域を勘案の上決定)
- 時間/1日8時間、週5日 10:30～19:30
(実働8時間)※店舗により多少変動有
- 休日/年間104日+季節休暇4日
- 待遇/社会保険完備、交通費支給(月4万円まで)、研修有、昇給制度・評価制度有 他

株式会社メガネスーパー
まずはお電話またはエントリーフォームよりご応募いただいでから履歴書、職務経歴書をご用意いただき、面接時にご持参下さい。

TEL.0120-133-060 担当/本社人事グループ(平日10～18時)

職探し・アルバイト・パート探しにお役立ち!

働きたい アナタのための JOB PLAZA

突然ですが **No.71 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.地図記号に関する問題

霞ヶ浦湖岸では、蓮(はす)が栽培されています。では、地理院地図上で蓮を栽培しているところは、次のA,B,Cのどの地図記号で表示されているでしょうか。

A. B. C.

ヒント、蓮を栽培しているところを、ハス田と呼ばれています。

答えはP.64!

正社員
職種 **リラクゼーションサロン施術スタッフ** おのり情報 P.10

未経験者歓迎!美のプロとして長く安心して働ける環境です!

- 給与/完全歩合制。5時間以上の出勤で最低保障あり。
- 勤務地/土浦市乙戸1129-1
- 時間/10:00～23:00
(週3日～応相談)
- 備考/交通費・研修費支給。
未経験者歓迎。託児所は半額で利用可(月極は35%OFF)

リラクゼーションサロン ジャスミン1号店
土浦市乙戸谷通り1129-1(スーパーAMZタウン内)
営業/10:00～23:00(L.O.22:00)

TEL.0298-43-0818 担当/採用係

正社員
職種 **住宅営業・設計・施工** おのり情報 裏表紙

経験者優遇

- 給与/(営業)月給25万円以上～
(設計・施工)月給23～40万円
- 時間/9:00～18:00
- 賞与/(営業)棟数に応じて報奨金あり
(設計・施工)評価にて賞与あり
- 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@alnethome.com

TEL.029-861-0205 担当/採用係まで

正社員
職種 **①ショールームでの自動車販売(新車・中古) ②自動車整備** おのり情報 P.10

クルマに興味のある方大歓迎! 関東地域スタッフ募集

- 勤務/つくば市、牛久市、土浦市近郊 ※県内20拠点
- 給与/月給165,000円～290,000円
10:00～19:00(実働7.5H)
- 資格/普通免許(AT限定不可)
国家2級整備士資格必須(整備士スタッフ)
- 備考/茨城県全域を営業エリアとしているスズキ(株)の直営ディーラーです。
新卒採用、中途採用募集中

明るく、楽しい職場です!!
※選考方法
筆記試験⇒1次面接⇒役員面接⇒採用

(株)スズキ自販茨城
〒310-0853 茨城県水戸市平岡町1880-1
お気軽にお問合せの上、履歴書(写貼)をご郵送ください。

TEL.029-305-3511 担当/藤島

正社員
職種 **住宅営業・施工管理** おのり情報 P.18

安定のトヨタグループ会社で働きませんか?

- 勤務/つくば支店・龍ヶ崎営業所
- 資格/(営業)未経験者歓迎、住宅営業経験者優遇
(施工)施工管理経験者、建築施工管理技士優遇
- 給与/20万円～30.5万円 ※経験・能力による
受注報奨金(営業)+各種手当
- 時間/(営業)10:00～20:00(施工)8:30～17:30
- 休日/週休2日(営業)水曜日、他1日(施工)日曜日、他1日
- 待遇/昇給あり、賞与年2回、社保完備、退職金、社員旅行

トヨタウッドユーホーム株式会社 本社
〒320-0049 栃木県宇都宮市～/沢町256-7
電話にて下記までご連絡の上、履歴書、職務経歴書をご郵送下さい

TEL.028-627-7777 担当/人事部(中山、一美)

正社員
職種 **①一般事務 ②DTPオペレーター** おのり情報 P.7.22

人気の一般事務&経験を活かせるDTPオペレーター募集!

- 給与/①月給19万円+インセンティブ(みなし残業代含む)※時間超過分は別途支給②時給900円
- 時間/①10:00～19:00(実働8h)※残業は無し②上記時間内で1日5h～、週3・4日～OK
- 資格/①普通免許(AT可)、Word、Excel基本操作、②illustrator・photoshopの基本操作
- 業務/①来客・電話対応や契約書の作成・整理等、②チラシや広告の作成、既存データの修正。

株式会社リアルウッド
〒305-0817 つくば市研究学園1-3-6 http://www.realwood.co.jp/
※選考方法/書類選考⇒役員面接⇒採用(入社日相談)

TEL.0120-856-858 担当/相川

正社員
職種 **①住宅営業(広告による反響営業)、②設計・施工管理、③インテリアコーディネーター** おのり情報 P.1

年間150棟を超える実績!業績好調のためスタッフ募集!

- 勤務/つくば本社・牛久支店・土浦支店
- 資格/①③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2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(写貼)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

月刊ぷらざ 編集部、メンバー大募集!!
営業プランナー [正社員・契約社員、パート・アルバイト]

お店の魅力を伝える企画を考え、街のお店様へ掲載企画を提案するお仕事です。

業務内容:月刊ぷらざの編集企画、取材、原稿作成、写真撮影等

応募方法

- ①下記住所に履歴書送付(写真貼・メールアドレス記載)
〒300-0037 土浦市桜町1-6-13 常備通商土浦駅前ビル4F
常備通商株式会社 月刊ぷらざ採用担当
- ②月刊ぷらざHP「2017年度新卒・中途採用エントリー」から応募
http://www.joyo-plaza.co.jp/ ※後日説明会にて履歴書(写真貼)持参

ご応募いただいた方から、説明会・面接会のご連絡させていただきます。
ご不明な点はアベまでご連絡下さい。【電話】029-835-3535 【メール】plaza@joyo-plaza.co.jp

はじめはみんな、初心者でした。たくさんの出会いがあなたを待っています!

正社員
職種 **①住宅販売 ②設計 ③事務員** おのり情報 P.6

土浦本店スタッフ募集!

- 対象/要普免・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③20～25万円※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-e-home.com/

TEL.0120-235-373 担当/採用担当まで



地域の女性・子供たちのために一緒に働いてくれる仲間を募集

- 職務/①院内での看護業務(婦人科/小児科一般外来、自由診療、病棟/オペ室)②受付・会計・請求事務等
- 給与/前職を考慮し、当院規定に従い優遇します
- 待遇/社会保険、時間外手当、通勤手当、休日手当、夜勤手当、育児手当
- 休日/木・日曜日(第1・3・5)、祝日、夏季休暇、年末年始※休日出勤の場合は、基本週週に振り替えあり
- 時間/シフト制(週40時間制)※勤務時間の変動あり

平成28年1月にリニューアル開院した庄司クリニック。スタッフや患者様、すべての人が過ごしやすい院内環境が整っています。

庄司クリニック
〒305-0873 茨城県つくば市中野158-1 ●見学も可能です
●メールまたは郵送にて履歴書等をお送りください。info@shojclinic.jp
TEL.029-836-0405



車に興味ある方、好きな方歓迎!

- 勤務/ 龍ヶ崎市、土浦市、石岡市
- 給与/ 月給155,000~350,000円、ア時給850~1,000円
- 資格/ 要普通免許(整備士・検査員資格優遇)
- 時間/ 9:30~20:30(詳細は下記まで)
- 備考/ 未経験可(経験あれば尚可)、交通費支給(上限有)、制服貸与、試用期間有

株式会社 オートボックス事業部
〒314-0144 茨城県神栖市大野原3-10-8
電話の上、履歴書(写真貼)、職務経歴書を郵送下さい
TEL.0299-92-7811 受付時間:土090-7266-8287



飲食

- 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)
クエストラビス 本郷店 029-851-8211(本店) **P.46**
- ホールスタッフ**
まかない付/交通費あり/10時~22時の間で応相談/週1日~、1日3h~/女性スタッフ活躍中/未経験者歓迎
いの瀬 凛 **029-895-8198 P.46**
- ホール・キッチンスタッフ募集**
ホール・キッチンスタッフは時給900円~11時~23時で応相談/フラ・ハラウの方はお気軽にお問合せ下さい
HANAUMA **029-879-8793 P.47**

- 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/女性スタッフ活躍中
一成 つくば本店 **029-855-9990 P.47**
- 社員・店長候補・バイト募集**
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
がら/おせを運ぶ3030 **029-886-4649 P.47**
- 住宅営業・設計施工管理者募集**
社用車貸与/各種保険完備
業績により年3回報奨金制度あり
株式会社ピカソ **029-860-6067 P.17**

- ピアノ講師(契約講師)**
15時~可能な時間まで/週3日以上/丁寧に指導する方/新設教室あり/研修有/お電話の上、履歴書をお送り下さい
アーデン音楽館 **029-864-7770 P.29**
- 支援スタッフ**
平日14~18:00 土祝10~16:00 シフト制週2回~OK/その他応相談、交通費支給、未経験可、学生・男性も活躍中
こどもプラスつくば **029-846-3355 P.29**
- 新規開校教室づくば・キッズスタッフ募集**
正23万円~バ時給900~1,200円
近江児童発達支援責任者の有資格者対象・勤務経験5年以上/0歳~6歳/教員免許/介護看護系資格があれば尚可
こどもプラス高見原教室 **029-828-6550 P.30**

- 着付け講師・研修生**
Mツマン教室なので多くの先生を必要としています。目指される方は短期で養成します。詳しくはお電話で!
美保姿きもの学院 **0120-029-234 P.30**
- スタッフ募集!**
ほとんどの方が未経験からのスタートです。ご興味のある方はお気軽にお問合せください
はとんど **029-850-0000 P.30**
- 土日祝可能な方歓迎!**
ハワーレトつくば **0800-800-7175 P.30**

- サービス販売/カフェスタッフ**
9:00~19:00の間で4時間以上/土日できる方歓迎/社営あり/交通費支給/制服貸与/カフェ好きな方、大歓迎
蔵日和 **029-857-4020(調剤まで) P.33**
- 夕方18時closeのお店!**
蔵日和 **029-857-4020(調剤まで) P.33**
- バス運転士募集**
最大型2種免許・60歳未満の方。
主に貫切/バス業務(乗合高速/バス業務)
職歴あり/過去に社務担当 **029-822-3727 P.48**

- カイロプラクター**
未経験者活躍中/資格取得後、自宅や出張でも開業可
女性は美容カバリコースあり/お気軽にお問合せ下さい
総健康館 つくば店 **029-857-1891 P.53**
- 医療事務スタッフ1名**
8:15~22:15の間でシフト制で早番と遅番の2交代です/社会保険完備/経験は問いません/詳細はお問合せ下さい
竹園ファミリークリニック **029-851-4635 P.57**

- アシスタント**
毎週火曜、正月・夏季の休暇有/勤務時間応相談/交通費支給/雇用保険完備/明るく元気な方歓迎
blanca hair design **029-875-3626 P.50**
- スタイリスト・アシスタント募集**
毎週火曜+月2回休/正月・夏季休暇有/交通費支給/雇用保険完備/ブランクある方も歓迎/パートも可
Rhythmic **029-852-2765 P.50**

- アシスタント2名**
基本給+能力給+賞与、定休日以外に有給が5日/海外研修あり/詳細はお気軽にお問合せください
arch+【アーチ】 **029-875-3294 P.50**
- アシスタント1名**
基本給+能力給/交通費支給/厚生年金加入/シフト制+定休以外に3日休み、冬・夏休み、海外研修等旅行あり
Shine **029-855-8806 P.51**

- スタッフ**
9時~23時で応相談/面貸しOK/夏季・冬季・慶弔休暇あり/通勤・役職・技術・手当あり/交通費支給
hair&make amyus **029-828-6826 P.51**
- スタッフ募集!**
接客の安売りはしないので「しっかり稼ぎたい」/スタイリストとしてスキルアップしたい!方大歓迎/詳細はHPへ
La fonte **029-855-1243 P.51**

- 美容師・アシスタント・スタイリスト**
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
Hair Resort Zephyr **029-860-3167 P.51**
- 理容師・美容師**
社会保険完備、交通費支給、家族手当あり、休/7日(月1日土日可)お気軽にお問合せ下さい
大人の床屋 JADE **029-858-5877 P.52**

- スタイリスト・アシスタント**
雇用保険完備/交通費支給/早番6:00まで/番7:00まで/毎週火曜、第3月曜+月2回休み
JEWEL **029-828-8448 P.52**

飲食

- キッチン・ホール**
高校生月給950円~一般月給960円~(研修あり)
サマルつくば研究学園 **029-860-3090 P.32**
- 調理・ホール**
10:00~23:00/週2日~1日3h~/土日祝日 時給1000円UP
まかない有/制服貸与/交通費支給
赤牛 つくば本店 **029-886-6629 P.32**

- キッチン・ホール**
調理の経験は問いません!
正月給20万円~(経験考慮)、社会保険完備、試用期間3ヶ月、交通費規定内支給、バ・ア時給1,000円(高校生900円)
ジンホアつくば **029-893-3358 P.33**
- キッチン・ホール**
調理の経験は問いません!
正月給20万円~(経験考慮)、社会保険完備、試用期間3ヶ月、交通費規定内支給、バ・ア時給1,000円(高校生900円)
フタリ料理シェス **029-875-7790 P.33**

- 調理・販売**
9時~19時でフルタイムもしくは午後のみ可/給与等応相談/月曜定休日/土日できる方・やる気のある方大歓迎
惣菜の仕込み・接客のお仕事です
有 つくばチキン **029-836-2864 P.33**
- 店舗スタッフ**
時給900円~(研修期間850円)
カラオケBanBan **029-828-7123(つくば駅前店) P.41**

- 調理スタッフ・調理補助**
調理経験ありの方!
給与等、詳細はお気軽にお問合せください
和食処 大形屋 **029-821-0664 P.42**
- ランチ・ディナー共に募集!**
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
エルトつくば学園 **029-850-2012 P.42**

- ホール・キッチンスタッフ**
時給900円~
11:00~15:00、17:00~24:00の間でシフト制/週1、付学生、未経験者歓迎(詳細はお問い合わせ下さい)
どけのびストリー **029-893-4310 P.42**
- キッチン・ホールスタッフ**
時給900円~、17時以降時給1,000円~(研修あり)
どけのびストリー **029-893-4310 P.42**

- スタッフ**
11:30~15:00/時間・曜日応相談/昇給有、制服一部貸与/お気軽にお問合せ下さい!
ミルフルール **029-863-5006 P.43**
- ホール・キッチン**
平日17:00~22:00、土日9:30~22:00(高校生21:30まで)制服貸与、1日3h~OK/土日出来る方歓迎
イザリ料理カレッジ **029-839-0177 P.43**

- 調理補助・ホールスタッフ**
時給900円より※研修期間あり(850円)
おいしい焼い、あり/学生・フューチャー-WFワーカー大歓迎
東京バリエイタ **029-895-3815 P.43**
- ホール**
11:00~14:00、18:00~22:00のシフト制、まかない付き、未経験者歓迎、お気軽にお問合せください
創作料理 簡井 **029-893-5205 P.43**

- ディナースタッフ**
土日祝+50円/17:00~22:00の間、週3日程度勤務有/詳細はお気軽にお問合せください
木曾路つくば店 **029-858-3781 P.43**
- 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)
trattoria Lusso **029-860-7788 P.44**

- ホール・キッチン**
土日祝は+100円アップ※研修期間あり/年齢・経験不問※学生・フリーター・主婦・未経験者大歓迎!
つくば甲斐本店 **029-853-8888 P.44**
- ホールスタッフ募集**
17:00~24:00/22時以降深夜手当あり/週2~1日4h~/シフトの融通OK/交通費支給/まかないあり/全土日祝時給UP
香らつくば研究学園 **029-875-8448 P.44**

- ホール・調理補助**
時給900円~
10:30~15:00・17:00~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/高校生可
がぶり亭研究学園店 **029-828-7729 P.44**
- ホールorキッチン補助**
週2、3日のシフト制/22:00~9:50(内)食事補助、制服貸与、交通費全額支給(社内規定内)
Bonito【ボニート】 **029-896-8855 P.45**

- 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/詳しくは要添付にて、お気軽にお問合せ下さい
正社員 **13万円~ ア時給900円~22時以降1,125円 P.45**
- ホール**
年齢不問!30~50代以上の方活躍中!
八笑 **029-856-2015 P.45**
- キッチン・ホールスタッフ**
10時~23時の間で応相談/交通費支給/まかないあり/経験者大歓迎!
JUN BOO **029-846-6667 P.45**
- ホール・調理補助**
営業時間内でのシフト制、週2回、1日3h~OK/無料/まかない付/新しいお店と一緒に盛り上げよう!
時給1,800円/ディナー900円~1,200円
黒毛和牛 焼肉店 **029-828-5800 P.45**

このサイズ(多い時には10数件募集あり!!) **1枠 7,500円(税別)** 詳細は下記までお問い合わせ下さい。 **029-835-3535**

PRESENT 読者プレゼント



01 シネプレックスつくば 映画鑑賞券
5組10名様
★P.56に封筒(クーポンあり) つくば市下瀬370-1
シネプレックスつくば 掲載 P.58



02 シネマサンシャイン土浦 映画鑑賞券
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.58



03 イオンシネマ下妻 映画鑑賞券
3組6名様
下妻市塩原972-1
イオンシネマ下妻 掲載 P.58



04 イオンシネマ守谷 映画鑑賞券
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.58



05 日立シビックセンター 科学館・天球劇場招待券
5組10名様
住所/日立市幸町1-23-1 日立シビックセンター内
日立シビックセンター 掲載 P.59



06 「トクする家づくり 損する家づくり」&実例集
5名様
性能・デザイン・コストカット・こだわりが活きる家づくりには興味がある方、是非(お店から発送されます)
株式会社リアルウッド研究学園店 掲載 P.57



07 プレジャーガーデンのりもの券2,000円分
5組10名様
[場所] 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.58



08 面みチェック体験券
10名様
通寄8,400円の施術(面み検査・骨盤矯正・カイロプラクティック)が3,500円です。
総健美館 つくば店 掲載 P.55



09 ガスバロ2店舗「共通通貨」お食事1名様無料券
5名様
※応募者(抽選に外れてしまった方)全員に5%OFF券プレゼント! お店から発送されます。
ガスバロ 幸せを運ぶヨウム店 掲載 P.47



10 洞峰公園屋内プール 無料券
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
洞峰公園 掲載 P.29



11 クッション(どちらか1つ)
20名様
[日程]3/1~3/4 3/8~3/11~3/15 [場所]土浦市右橋1680-1
アウトレット家具と雑貨のお店 掲載 P.49



12 20世紀フォックス映画配給
5名様
3月9日(金)全国公開記念! 『アサシンクライド』作品プレス発表会
アサシン(暗殺者)として活躍した祖先の記憶を呼び覚ませ、歴史に刻まれた真実に挑むエスニックアクション!



13 アロマストーンセット
5名様
オイルを香らすと気化して香りが広がります。電熱や火を使わず、簡単にアロマを楽しめます。※お店に取りに来る方
エスニックアジア雑貨ダンナード 掲載 P.49

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お使い下さい。
★ご希望プレゼント番号★ 「ひな人形」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. 前号(2月号)を見て行ったor今号(3月号)を見て行きたいお店はありますか?
A1. 2月号を見て行った・3月号を見て行きたい(どちらかに○を付けてください)
店名/
決め手/
Q2. 『とっておきのランチ特集(P.34~36)』ページの内容についてご意見、ご要望をお聞かせください。
A2.
Q3. Q2で、子育て中のママさんは、どんな情報が載っていたら嬉しいですか?
A3.
Q4. Q2のページ内で、参考にしていただける情報に丸をつけてください。
A4. お子様連れOK 個室あり
お子様用イス 座敷あり
お子様メニュー TAKE OUT
テラス席 (複数選択可)

全てご記入して下さった方がプレゼント当選の対象者となります。

ぶらざの配布に関する調査をしております

★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何か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いな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

『ひな人形』を探せ!!
正解
ダミー
オスベンギン
山本さん・でんすけさん
吉本興業の茨城住みます芸人オスベンギンの情報はP.57です!

★「ひな人形」がいるページを編集部までお知らせください。(このページを除きます)
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にて「月刊ぶらざ3月号読者プレゼント係」までお送り下さい。また、QRコードよりメールまたは、HPの応募フォームからも直接応募いただけます!

▼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3月号読者プレゼント係」
■FAX:029-824-3636 ■E-mail:plaza@joyo-plaza.co.jp
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

QRコードからのご応募はこちら!
スマートフォン iPhoneの方
スマートフォン 以外の方

締切 2017.3/31(金) 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。※一家庭で同一プレゼントを多数ご応募の場合、先着・抽選にかかわらず、希望プレゼントにお応えできない場合がございます。※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応募を優先させていただきます。また、当選者の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。

好評放映中!!



30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、安全を第一に考え施術を行っている美容専門クリニックです。男性医師、女性医師両方おります。

美容外科・皮膚科 **口コミ広場** 千葉県 満足度ランキング **第1位**

豊胸術

あなたにあった豊胸術で素敵なバストに...

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 バッグを用いる施術法 筋層下法、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ほもちろん、希望に応じて自由に大きさをコントロール出来ます。

ヒュアグラフト 自分の脂肪を用いる注入法 FDA認可の豊胸専用注入法
高純度・高濃度の良質な移植用脂肪細胞を注入する豊胸術です。生着率が高く、しごりのリスクが低く、自然な見た目と感触で、バストアップと同時に瘦身効果も期待できます。

●乳輪縮小 ●乳輪離小 ●陥没乳頭 ●婦人科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♪

佐々木良子様

HPを多く更新中!

30分で終了! **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年ほど効果が見えます。

期間限定 1ml **5,500円**

超音波脂肪吸引

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。吸引時には、細いカニューレを使用し丁寧に吸引しますので、ハリを保つまま凹凸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。

お顔もスッキリ! リバウンドなし!

脚も細く! スラッと長く!

- 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、きれいでいながら仕上がりが
- 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 ※その他の部位も、お気軽にお問い合わせください。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。

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 ●セルラージュにも効果がある ●気になる脂肪に注射するだけで短時間で、美人に近づける

お顔 二の腕 お腹 ヒップ 太もも ぐくらはざ 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。

臭いワキガ 汗多汗症

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。臭いももちろん、同時に多汗症、脱毛にも効果的です。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ツリヌス毒素注射で簡単にできます。

直視下摘除法 両ワキ **240,000円** **ボツリヌス毒素注射** (多汗症治療) **58,000円**

二重まぶた

メスを使わず自然な二重に!

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、あなたにあった二重を提案します。

埋没法(1年保証) **60,000円**
二重切開、目頭・目尻切開、眼瞼下垂の手術も行っています。詳しくはお問い合わせ下さい。

目の上、目の下のたるみとり術
老け顔の原因や目のたるみを改善します。目の上、目の下のたるみで、目上 **300,000円** 目下 **350,000円** まった余分な皮膚や脂肪を取り除くことで、高い若返り効果があります。

ホクロ・イボ除去 1個(5ミリ以内) **10,000円**

その他の治療 隆鼻術、輪郭形成、口唇縮小、立ち耳、でべそ、傷跡修正、婦人科形成、美容注射・点滅、ピアス、ドクターズコスメ、女性用育毛薬、イントラゼンGFRなど ※表示価格は消費税抜きの価格です

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もうれしいです。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、日本矯正歯科学会専門医、日本矯正歯科学会会員

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**

しわヒアルロン酸注入

大人気!! 若返り体験を、まずは一度お試しください!!
ほうれい線、額、眉間、目尻など顔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 **0.1ml 9,800円** 終了します。
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。

しわボツリヌス毒素注入

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。

期間 **28,000円** 目尻 **28,000円** 額 **48,000円** ※詳しくはお問い合わせ下さい。

30分で終了! ミラクルリフト

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 **1本 50,000円** 若返りができます。

入れ墨(タトゥー)除去

イレスミの部分を一気にキレイに取り除きます。

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器が改良されて、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。

城本美容皮膚科

しみ取り 水戸院 **emax** 柏院 **フォトフェイシャル**
照射は従来の3~4倍! だから効果が違います!

シミ ソバカス 小じわ たるみ予防 赤ら顔 ニキビ跡

シロモトの光治療器は**ダブル・トリプルショット**は**当たり前!! たっぷり光を当ててトラブル解決**

お肌のトラブルは、ひとつではありません。光・高周波・赤外線・ダイオードレーザー4つの組み合わせで、肌トラブルにあった最先端治療が可能になり、美肌に改善します。

両頬のみ 初回(1回) **9,800円** 両頬のみ 初回(1回) **9,800円**

タルミ サーマクール

たるみ・ほうれい線を消す**強力リフトアップ治療!!**

一度で完了 一度の治療で効果を発揮!!

普段通りの生活が出来ます 通院の必要がありません

ニキビ・凹凸 徹底ケア

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付** **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!!

城本の医療レーザー脱毛なら、皮フを傷つけない心配もなく、効果が高く安全です。全身様々な部位の脱毛が可能。肌もツルツルになると好評です。

選べる **3回・5回・7回プラン** ※詳しくはお電話・メールでお問い合わせ下さい。 ※男性用の脱毛もご実施しております。

無料メール相談美高中 安心のアフターケア! ●診察時間 AM10:00~PM7:00

無料相談/受付フリーダイヤル **イオンナクリニック** **0120-107-929**

無料駐車場あり お子さま連れでも安心! クレジット・ローン対応可能 詳しくはHPをご覧ください **城本クリニック** ウェブ検索

柏院 柏院南口より徒歩1分 〒277-0852 船橋南1-5-4 プラザ/CL/CL/54F

水戸院 水戸駅南口駅前広場 COMBIX10 2F 〒310-0155 水戸市南1-7-44 COMBIX10 2F



ぜひみなさん、お店の人に「ぶらざ見た」とお伝えくださいね♪

イラスト/ペンネーム 樹太郎 アシスタント/三津井優希

第101回 密着ぶらざ、24時

つくばビジネスカレッジ専門学校卒業生とからざがコラボ！
漫画家を目指す2人の夢を応援していきます♪

ペンネーム 樹太郎
【お仕事を頑張る中！】
今月号4コマ漫画！
普段は漫画家のアシスタントやイラストのお仕事をしています！
【お仕事を頑張る中！】

ペンネーム 明暗静佈
【お仕事を頑張る中！】
採用された経験の持ち主！
【お仕事を頑張る中！】

今月の編集室

編集部からの嬉しかったこと

読者プレゼント応募ハガキとは別に、「〇〇〇の映画見にきました！」「さっそく使いました！」「子どもと楽しみました！」など、読者プレゼントに当選された方からたくさんのお手紙を頂きます。スタッフ全員で大切に読ませていただいております。皆様本当にありがとうございます！

P.60「地図と測量にまつわるクイズ」答え

正解はB。||
「田」の地図記号で表示されます。

A ✓ は「畑」、C ||| は「荒地」の記号です。

次回もお楽しみに！

今月のお題 最近嬉しかったこと

勿論からざに就職できたことです。編集の仕事は大学から目指していた夢だったので、からざの一員として事務所のドアをくぐれた時は本当に嬉しかったです。しれっと編集後記に添えていますが新人です。よろしくお願いします。
(キツネドリル)

からだにビールでお馴染みの、某乳酸菌飲料。今まで原液を水で割って飲んでいたので、この前ふと牛乳で割って飲んでみたら、乳酸菌飲料史上最高の美味しさに出会いました。この発見に乾杯！暑い日にググッと飲みたい！早くも夏が楽しみです。ぜひ皆さんもお試しく下さい。
(割合は、原液1に対して牛乳5 夢子)

友達の結婚式で、学生時代の友人と久しぶりに会えたことです。皆相変わらずおしゃべりかつ呑兵衛で、3、4年くらい会っていなかったのに一瞬で学生時代に戻った気分になりました！
(ユツカ)

久々に会った友達の子どものか、自分に懐いてくれたこと。「みっちゃんまっちゃん」って追いかけるのがたまらない♡
(みっちゃん)

今月号から仲間入りしたスタッフと好きなアーティストが同じだったこと！なかなか知ってる人いないので嬉しかったです。
(空気)

信号で止まらずに目的地に着けたこと。
(みたらし)

新しい仲間(スタッフ)がふえたこと！幼馴染が独立してがんばっていること！息子が毎日晩ごはんの後にお茶を入れてくれること！嬉しい！
(Queen)

原稿を書くことも、カメラを撮ることも好きなスタンプがからざに仲間入りしたこと！手相で金運があると言われたこと。
(シャイ子)

Face book・twitter
随時更新
<http://www.joyo-plaza.co.jp>

エコドライブ、美しい環境とモビリティの楽しさを次世代へ。

Honda Cars 茨城西の 決算

決算のため **100** 台仕入れました!
3月までに納車できます!



Photo (左) : N-WGN G 特別仕様車 SSパッケージ (FF)
ボディカラーはパールホワイトメタリック
【特別装備】●ナビ搭載・エアロビュードリアリアパネル(ボディ) など

Photo (中) : N-BOX G 特別仕様車 SSパッケージ (FF)
メーカーオプション装着 ボディカラーはパールホワイトメタリック
【特別装備】●シートヒーター付 など
【メーカーオプション】●黒い樹脂パッケージ(前後席)・サイドエアバッグシステム(後席) など

Photo (右) : フィット 13G 特別仕様車 Fパッケージ ファインエディション (FF)
ボディカラーはパールホワイトメタリック
【特別装備】●アルミホイールセンターコンソールボックス など

T/C:3AT4AS **Honda 軽**

N-WGN N-WGN G 特別仕様車 SS パッケージ

特別仕様車 G-SSパッケージ

型式:DBA-UH1 0.66L CVT16-6AT(4速)パーター(FF)

車両本体価格 (消費税別) **1,261,000円**

T/C:51P4DP4 **Honda 軽**

N-BOX N-BOX G 特別仕様車 SSパッケージ

特別仕様車 G-SSパッケージ

型式:DBA-JF1 0.66L CVT16-6AT(4速)パーター(FF)

車両本体価格 (消費税別) **1,553,960円**

T/C:3EL4AB

FIT フィット 13G 特別仕様車 Fパッケージ ファインエディション

FINE EDITION

型式:DBA-GK3 1.3L VTEC CVT16-6AT(4速)パーター(FF)

車両本体価格 (消費税別) **1,438,000円**

茨城西 Honda Cars 限定 **17M N-WGN** ご契約で

Honda 純正用品 **購入クーポン**

7万円分 プレゼント!

(消費税込)

このキャンペーンは予告なく終了する場合がございます。あらかじめご了承ください。

●17M N-WGN (Custom)は、新車での契約が前提となります。●クーポンは、ご購入いただいた商品が対象となります。●クーポンは、ご購入いただいた商品が対象となります。●クーポンは、ご購入いただいた商品が対象となります。

茨城西 Honda Cars 限定 **N-BOX** ご契約で

Honda 純正ナビ

11.772万円相当 プレゼント!

(消費税込)

エントリーインターナビプラス V06A-17497X0

メーカー希望小売価格 (消費税別) **117,720円**

対象車種: N-BOX, N-BOX Custom (両仕様車)

このキャンペーンは予告なく終了する場合がございます。あらかじめご了承ください。

茨城西 Honda Cars 限定 **フィット、ヴェゼル、シャトル** ご契約で

ドライブレコーダー + **ライセンスフレーム、ナンバープレートロックボルト**

液晶モニター付

記録した映像は液晶モニターに表示でき、その場で確認できます。

プレゼント!

このキャンペーンは予告なく終了する場合がございます。あらかじめご了承ください。

★記載価格はすべて消費税(8%)込みの価格です。消費税を除くその他の税金、保険料、登録等に伴う諸費用、リサイクル料金は別途申し受けます。

■車両本体価格は、別途オプション装着キット・標準工具・グッズ付きの価格です。■販売店でもっとも良い価格を実現するため、車両本体価格には特別価格以外のディーラーオプションの価格が含まれておりません。■メーカーオプションは、必ずしも必須ではありません。■販売店でもっとも良い価格を実現するため、車両本体価格には特別価格以外のディーラーオプションの価格が含まれておりません。■販売店でもっとも良い価格を実現するため、車両本体価格には特別価格以外のディーラーオプションの価格が含まれておりません。

軽四輪自動車にも保管場所が必要です。

土浦大町店

〒300-0038
茨城県土浦市大町13-14
☎029-823-7106

つくば研究学園店

〒305-0817
茨城県つくば市研究学園2丁目1-3
☎029-886-3100

牛久柏田店

〒300-1232
茨城県牛久市上柏田2-19-5
☎029-874-4755

ご来場クーポン

本券をご持参で粗品プレゼント!

有効期限: 2017年3月31日まで

●このクーポンは必ずお持ち帰りいただき、必ずお持ち帰ってください。

●詳しくは各店舗スタッフまでお問い合わせください。

Honda Cars 茨城西

■営業時間: 10:00~19:00
■定休日: 毎週水曜日

ホンダカーズ茨城西 検索

中古車取り扱っております!

デモカー一掃!!
詳しくはこちら!

HONDA

自由設計だから実現できた

店舗併用住宅 完成見学会

3/11 sat & 12 sun

10:00~17:00 完全予約制

お施主様のご厚意により、2日間限定の完成見学会を開催。
3月19日にオープンする美容室を併用した住宅をご紹介します。
デザインだけでなく、ライフスタイルにも合わせた暮らしやすい動線が
体感できる住まいをぜひご覧ください。[予約先/下記ショールームまで]

hair salon
トレフル
tréfle
3/19
OPEN



施工事例 田中様邸

お客様に「幸せを運ぶサロンでありたい」という想いから、癒しと寛ぎ空間が広がる「柔らかな印象のカフェ風サロン」という希望をLAVINGの担当の方がしっかり受けとめてくれました。住居スペースへの流れなど暮らしを考えた提案もいただき、想像以上の出来上がりに大満足です。

サロン情報はP.50

ヘアサロン



住居



| 現地住所 | つくば市みどりの中央76-11

ショールームでは完成見学会の住まいとは違う空間提案や素材等、様々な事例をご案内しております。
また、随時完成見学会を開催しておりますのでお気軽にご相談ください。

メ切り迫る

「極暖の家」新発売記念キャンペーン開催中!

※詳しくはWEBをご覧ください。

アルネットホームの住宅ショールーム

ラヴィング
LA VING つくば

TEL.029-861-0205 営業時間/9:00~18:00
定休日/毎週水曜、月2回木曜
つくば市研究学園1-3-12 <http://www.alnethome.com>

アルネットホームのブランドロゴが AlnetHome に変わりました。



キッズスペース & 駐車場完備
建築事例をご買いただけます

