

地域密着型情報誌

# Tsugaru

2017 May vol.93

お得なクーポン  
付いています。


5

祝・弘前さくらまつり  
さくらまつり情報…UP

- 弘前のクリニック情報
- 津軽の求人情報
- 読者プレゼント
- クーポン

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

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

NAVI通信  検索 



自由にお取り下さい。

0円  
take free

FOODS

クーポン券  
お弁当  
50円引  
300円以上のお弁当をお買い上げのみ対象  
2017.5.31まで有効

クーポン券  
お弁当  
50円引  
300円以上のお弁当をお買い上げのみ対象  
2017.5.31まで有効

お弁当と手作り惣菜の店  
**パセリグリーン**  
手作りにこだわって29年

**冷凍惣菜**  
冷凍を店頭でご購入 → 発送も可能です!

和・洋・中の  
**冷凍惣菜セット** 日替り  
大サービス! 5袋 **1,000円** (1,600円相当)  
種類が多くて決められない方にオススメ

豊富な種類!  
美味しい!  
手作りお惣菜は  
毎日メニューが  
変わります。

**お惣菜**

がつり派なら  
**スタミナ弁当**  
パセリ大人気

サービス!  
●ご飯大盛  
●お味噌汁  
WOW!



**有限会社 パセリグリーン**  
朝9時～夜9時まで営業  
定休日/日曜日  
**0172-37-4668**  
青森県弘前市大字東長町25番地

行楽、各種イベント、おもてなしに...  
**折詰  
オードブル**  
ご注文  
承ります!

※1回につき1枚ご利用できます。コピー不可。

**Tsugaru5月号  
共通クーポン**  
期間：2017.5.1～2017.5.31

※1回につき1枚ご利用できます。コピー不可。

**Tsugaru5月号  
共通クーポン**  
期間：2017.5.1～2017.5.31

※1回につき1枚ご利用できます。コピー不可。

**Tsugaru5月号  
共通クーポン**  
期間：2017.5.1～2017.5.31

※1回につき1枚ご利用できます。コピー不可。

**Tsugaru5月号  
共通クーポン**  
期間：2017.5.1～2017.5.31

※1回につき1枚ご利用できます。コピー不可。

**Tsugaru共通クーポン  
をご利用ください♪**

★クーポンタグの付いたお店で利用可能!→

★1回につき1枚使えます!

★5回同じお店で使うことも可能!

★5月号クーポン利用可能店  
居酒屋いち(2p)、藤田アイス(8p)、いずみだ整体療術院(16p)  
サーラヴィジョン(20p)、赤から(裏表紙)

お会計前に  
ご提示下さい



店舗により  
使用期間が  
異なる場合も  
ございます

# Tsugaru イチオシのお店①

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

当店

人気No.1 **いち 味噌ラーメン** にんにくたっぷり 野菜たっぷり100

人気No.2 **とろ〜り 月見カレー** 4種の肉をたっぷり使用!

**新年度の歓送迎会承り中!!**

クーポン  
あるよ!  
ランチで  
ドリンク1杯  
サービス!!

**ラーメン ショップ**  
弘前店

味を守り続けて26年。  
これからも頑張り続けます。

**サブメニュー**

チャーシュー丼  
(ミニ) **350円**

ネギチャーシュー丼  
(ミニ) **400円**

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

日7号線

←至大崎 至城東方面→

**ドリームトレーニングメニュー**

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

弘前ドリーム  
**Dream**  
 ボクシングジム

弘前ドリーム 検索

住 弘前市取上5-8-1  
 ☎ 0172-33-7474  
 営 13:00～21:00

お問い合わせ ☎ 090-2024-2177

**アパート入居者募集**  
 仲介料無料・退去時クロス貼替なし

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

短期入居・保証人・職業・ペット・冷蔵庫・洗濯機等については要相談

●サンライズ城北(弘前市船水)第一貨物向い 2K(エアコン・ストーブ完備)¥32,000～ P3台可

おしゃれ工房  
**ぱあま屋**

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

**ぱあま屋のあずまいところ**

- 交通** JR弘前駅より3分 近いです!
- 場所** イトーヨーカドーバスターミナル前 虹のマーチの隣(徒歩有り) 駅前整形外科前
- バリアフリー** お年寄りに優しいバリアフリー 車椅子もOK! トイレも大丈夫
- オアシス** 移動しなくてもパーマ、カラー、カットできます
- ファミリー** 7歳～100歳まで若老男女、どなたでも歓迎

朝早いAM8:45～営業しています

イトーヨーカドーが隣なので買い物ついでに。

予約制じゃないからいつでもどうぞ

リーズナブルな料金

シェービングでお母さんいかが

カット&カラー専門店  
**かっとん**

主婦に人気の美容室

Menu

- Aコース カットのみ **1,080円** 受付時間 18:00まで
- Bコース カット+シャンプー **1,400円** まで
- Cコース カット+カラー+シャンプー **3,990円** 受付時間 17:00まで
- Dコース カラー+シャンプー **2,910円** まで

TEL0172-55-9688

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

年中無休  
 住 弘前市早稲田4-3-4

〒5-102-0801

求人募集 23 P

求人募集 23 P

求人募集 24 P

求人募集 23 P

弘前市で唯一の焼き芋専門店!!

# 蜜芋屋

蜜芋屋の  
スイーツポテト  
160円

大学いも  
1,000円  
280円

焼き芋  
100円

蜜芋屋の  
スイーツポテト  
160円

大学いも  
280円

焼き芋  
100円

080-6000-3216  
営業時間/10:30~19:00  
シーズン中は休まず営業致します

若さ  
蜜芋屋

スイーツポテト  
160円

大学いも  
280円

ゴールデンウィークも  
営業中!!  
今季営業は5/7まで

今季営業は5/7まで

やめられない  
あと一口  
甘くて!

蜜芋屋の  
スイーツポテト  
160円

大学いも  
280円

焼き芋  
100円

自然に甘み  
濃厚で  
滑らかな  
食感

新商品  
半生干し芋  
380円

奇跡の蜜芋(国産紅はるか)使用

蜜芋・大学いも  
スイーツポテト  
焼き芋各種

080-6000-3216

住所/弘前市城東5丁目13-1

営業時間/10:30~19:00※日曜日は17:00まで

ご来店、お待ちしております!!

『Tsgaruを見た』で 大学いも30円引き スイーツポテト10円引き

2時間飲み放題  
宴会プラン  
¥5,000~

要予約



5名様からご予約承ります。  
お気軽にお問合せ下さい!!



焼肉の東天

TEL:0172-35-8929

住所 弘前市新緑街152 定休日 水曜日  
営業時間 18:00~翌2:30

弘前市町  
クワイアイト  
パワースタ  
65ビル裏  
0172-35-8929

おアキックスビル  
●当館  
びんぱり酒蔵  
0172-35-8929

おヒアコンパ  
0172-35-8929

おヒアコンパ  
0172-35-8929

津軽を愛し、津軽と共に地域密着スーパー

生鮮活祭 さとちゅう

明治30年創業

土曜・日曜 ポイント 2倍セール

10日・30日 ポイント 3倍セール

3日 10日 13日 23日 30日は 佐藤長の日!

楽しい イベントが 満載!!

ポイント貯めてさらにお得!!

株式会社 佐藤長  
0172-36-7755  
ホームページ <http://satsouchu.co.jp/>

松森町店 0172-36-7755 | 小比内店 0172-27-0808 | 大原店 0172-87-8877 | 相馬店 0172-84-1122

常盤店 0172-69-5511 | 高杉店 0172-99-1100 | 浪岡店 0172-69-1177 | 堅田店 0172-39-4411 | 新宮店 0173-38-5656 | 広田店 0173-38-1266

森田店 0173-49-7722 | 浜の町店 0172-37-9900 | 城東店 0172-26-3388 | 平賀店 0172-44-0422 | 尾上店 0172-57-5533 | 新町店 0175-33-9222

中央店 0175-28-4477 | 桔梗野店 0172-31-4422 | 寿町店 0172-59-0566 | 金木店 0173-54-2670 | 岩木店 0172-82-5536 | 板柳店 0172-73-6580

求人募集 23P

※写真はイメージです。

こどもの日は  
お肉屋さんのお肉で  
**贅沢ハンバーグ**  
を作ろう!

厳選された、本物の味。

牛肉、豚肉、鶏肉などお求めやすい価格帯から最高級品まで幅広いラインナップで美味しいお肉をご用意しております。味わい豊かな安心のお肉を皆様へ!!

その他焼肉・各種お肉料理に  
最適な商品を取り揃えております。

惣菜も充実! 鮮度抜群!

安心・安全のお肉を 平賀駅から徒歩約2分!!

**肉の豚金**

TEL:0172-44-2035  
FAX:0172-44-1181

平賀駅前 当店

平川市本町北柳田11-17  
営業時間/8:00~18:00  
定休日/不定休

店内でテレビ中継スポーツ観戦できます。  
生出屋は、東北楽天イーグルスを  
応援しています!

楽天ファンは  
みんな集まれ!!

美味しいう羊肉と  
楽しくお酒を飲める  
店作りが基本です。

4名様用、  
10名様用の  
座敷あります。

MENU

~ 羊肉鍋 ~

200g... ¥880 400g... ¥1,840  
300g... ¥1,360 500g... ¥2,320

生ビール... ¥420 他メニュー多数あり  
★ご予約随時受付中!!★

ゆかいな店主さんと楽しいおしゃべり  
羊肉鍋 生出屋 ~おいでや~

弘前市和徳町209  
和徳センター内  
TEL 090-8619-6746  
営業 11:30~22:00  
日 月 曜日

衛生病院 保健センター  
北大通り センター  
フクサカクラー 当店  
プラザホテル 本館

7月15日(土) 16日(日)

**西弘 ちょうちんまつり**

**出店希望者 大募集!**

7.15(土) 16(日)  
午後5時~午後9時

どなたでも 大丈夫!!

食べ物・飲み物・雑貨  
何でもOK!

テント・机  
貸出します!!

飲食関係に限り営業許可証(¥7,500)を保健所で取得して下さい。

ご応募 お問合せは **西弘ちょうちんまつり事務局**

**0172-35-5519** 担当 馬場まで

先着順  
応募締切 **7月5日(水)**  
定員になり次第、締切になります。

7月15日(土)

秋田県北・津軽地区限定！毎月恒例特別プラン  
**期間限定 5月8日～5月31日**  
**農作業お疲れ様です！**  
**さなぶりプラン**



カラオケBOX  
 麻雀サービス！  
**1泊2食付 6,700円**

※1室2名様以上からご利用可能です。  
 ※金・土曜日のご利用は1,000円の宿泊料金となります。  
 ※当日のご予約はできません。  
 ※前日までにご予約くださいませ。

**大館矢立ハイツ**  
 ☎0186-51-2311  
 秋田県大館市長走字陣場311  
 【営業時間】7:00～21:00【定休日】年中無休

求人募集 24P

黒石地区産  
 あきたこまちを100%使用  
**おすすめ 冷うどんセット**



選べる!! ↑  
 ・豚キムチ丼  
 ・焼肉丼  
 ・みそかつ丼  
 ・生姜焼丼  
 ・あん唐丼  
 + **冷うどん**  
 単品250円  
**税込 450円**

10:30までのご注文で11:00～12:00までにお届けにがあります。  
 事業所 公共施設 地域の集まり スポーツ観戦場 イベント会場 グランドゴルフ会場 テニスコート

この他、ご要望があればお届け致します！出来立てをどうぞ！  
 相馬・尾上・石川等広域に配達致します。お問い合わせ下さい！

**じょいふる** 実業界志向かい  
 ☎0172-88-6013  
 住弘前市三岳町5-1  
 営10:00～21:00 休なし  
 LINEアカウントID: @ecv9595c

至弘大1 ■至三中学校  
 ■ツルハ  
 ■コナラ  
 ■ココパース 松原店  
 至千歳！

求人募集 24P

**ラーメン ショップ**  
 弘前店  
 味を守り続けて26年。  
 これからも頑張り続けます。

**おすすめMENU**  
 平日限定 セットメニュー  
 A. ラーメン・ギョーザ.....750円  
 B. ネギラーメン・ギョーザ.....850円  
 C. ネギミソラーメン・ギョーザ..900円  
 ※ライス・おにぎり(1個)はサービスです。

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

求人募集 23P

美味しいお酒と  
 楽しい会話が弾むお店。  
 笑顔あふれる楽しいお店です。  
 やったり座れる、  
 テーブル席もご用意。  
 是非、ご利用下さいませ。  
 お待ちいたしております♪

飲み放題料金  
 2名様～  
 60分 3,000円  
 ※延長 2,000円  
 カラオケ歌い放題、女の子ドリンク込

TEL:0172-33-8865  
 携帯:090-2027-2763  
 住 所 / 弘前市大町1-6-2  
 駅前センター1F  
 営業時間 / 19:00～ラスト  
 定休日 / 月曜日

求人募集 23P

# GURILAND Boat Adventure 十和田湖ボートアドベンチャー

2017シーズン  
4月15日(土)  
から運航!



RIBに乗って驚きのエリアへ  
**GoOOOOOO!**  
2017年5月より  
カフェレストランが  
オープン!  
野生動物と  
出会うことも

十和田湖は超巨大なアドベンチャーパーク!  
原生の森と絶壁に囲まれた特別保護区を巡る  
世界最大規模のRIB※ツアー!!  
※RIB=リジット  
インフレーターボート



カヤックツアーもあります。  
始めての方歓迎! 本格的なシーカヤックを使用します。



詳しい内容・料金等は、ホームページをご覧ください。  
グリランド 検索 メール info@guriland.jp

GURILAND ~グリランド~ 北日本中継所  
お問い合わせ・ご予約 ☎0176-75-2755



LIFE  
7.12.12.22

## 世界初!!

浄水器は  
新しい時代へ...

スタイリッシュ&スリム

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

取り付け場所を  
選ばない超薄型設計!!

地下1000mの  
天然水の水质を  
限りなく再現

お台所をスッキリ!  
邪魔にならないA4型  
ノートパソコンサイズ!!  
A4サイズ



厚さ...  
なんと、最奥の  
39mm

高性能カートリッジ内蔵!

「AQUA TV」  
高性能浄水器装置

10年間カートリッジ交換が不要です!!

実際の  
浄水効果! イワナは嘘をつかない!  
各水质によるイワナの生育

魚種名	生育期間	原因の研究
水蓮水	1 2週間	塩素1.5ppmにより塩素中毒
電気分解水	1 2週間	pH 9.0の高いアルカリによる環境 悪化
AQUA TV	成育中!	ミネラルが豊富で有害物質を除去

オプションで液晶テレビを  
付ければテレビを見ながら  
クッキングも可能です!



i shop  
リフレ



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

平成29年 2月より源泉がリニューアル!

~ 源泉掛け流し ~

しらかみの湯には美肌効果有り

ナトリウム-塩化物泉  
泉質: 「炭酸水素塩泉」 「pH値 8.5」  
つるつる、ぴかぴか、美肌の湯

炭酸水素塩泉は石鹸のようなはたらきがあり、肌の不要な角質をとったり  
毛穴の汚れをとったりする効果があります。  
この効果により、ツルツル肌をつくり、美白肌をつくってくれます。また  
pH値が8.5だと7%弱となり、お肌を石鹸効果でクレンジングしてくれます。

日帰団体コース  
ご利用時間 10:00~15:00

ご入浴・お食事・会場費込  
のお得なセット!



お手軽コース 一人様  
2,250円(税込)

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

# 2017 さくらまつり 情報

## 4月22日(土)~5月7日(日) 弘前さくらまつり

現在、公園内には、ツメイヨシノを中心に、シダレザクラ、八重桜など、約50種類2600本の桜が咲き誇ります。公園内の桜は、ツメイヨシノの場合、樹齢100年を超えた老木でも1つの花芽から咲く花の数が4個から5個と多いのが特徴で、満開の枝をじっくり眺めてみると花にボリュームがあり、どっしりと咲く優美な桜は、日本一の徹底した管理から生まれています。



会期延長

1918年(大正7年)に第1回観覧会としてはじまった弘前さくらまつりも、今年で100年目を迎えます。

【場所】弘前公園(国指定史跡「弘前城跡」)

【有料区域の時間】■本丸・北の郭 /7:00~21:00

■弘前城植物園 /9:00~18:00(入園券の販売は、17:30まで)

【夜間特別照明】■日没~22:00(予定) まつり期間中、夜間特別照明を実施します。

【入園料】■本丸・北の郭/大人310円、小人100円 ■弘前城植物園/大人310円、小人100円 ■共通券/大人510円、小人160円(本丸・北の郭、弘前城植物園、藤田記念庭園) ※団体料金は10名様以上に適用

イベント情報は、弘前観光コンベンション協会ホームページにて随時掲載しています。

【問合せ】弘前市立観光館 TEL:0172-37-5501

## 弘前さくら棧敷席

弘前さくらまつり  
新企画登場!

津軽三味線生演奏を聴きながら、特製のお花見弁当と地酒をお楽しみいただく、上質な新しいお花見の提案です。昼飯付きの棧敷席は、雨天時でも安心してお食事することができます。 ※完全予約制  
開催期間:4月22日(土)~5月7日(日)  
開催場所:弘前公園南内門近く「特設棧敷席」  
津軽三味線演奏:棧敷席1区分2時間の中で、津軽三味線の生演奏を20分程度披露いたします。  
予約方法:「津軽まちあるき予約サイト」からお申込み下さい。 ※プランごとに予約ページが異なりますのでご注意ください。  
問合せ:弘前観光コンベンション協会  
TEL:0172-35-3131

## 大経線がお得

公園有料エリアが  
無料に!

弘南鉄道大経線を利用いただくと、公園有料エリアへ無料入園可能に! 弘南鉄道大経線に乗って、100年目の弘前さくらまつりを楽しみましょう。

開催期間:4月15日(土)~5月7日(日)

◆4月15日(土)~21日(金)

→大経線6:20~大経線15:30の13便が対象

◆4月22日(土)~5月7日(日)

→大経線6:20~大経線19:30の18便が対象

利用方法:①大経線に乗車 ②終点の「中央弘前駅」にて「乗車証明書」を発行致します。 ③「乗車証明書」を弘前城本丸・北の郭・弘前城植物園・藤田記念庭園の3施設いずれかの発売所へ提出すると、「無料共通入園券」がもらえます。 ※乗車証明書の発行場所は、中央弘前駅のみで当日限りとなります。

問合せ:弘南鉄道 TEL:0172-44-3136

## 5月3日(水)・4日(木) 2017第36回記念 津軽三味線世界大会

多くの奏者・愛好家により継承されてきた津軽三味線の音色を、発祥地である津軽に響かせる場として開催されてきた津軽三味線全国大会は30年を超え、伝統を守りつつも進化し続けています。

【場所】弘前市民会館 【時間】開場/9:00 開演/10:00 【料金】両日券3,500円、当日券2,000円(1日) 【大会プログラム】■1日目(5月3日)…ジュニアC級・シニアC級・団体戦各グループ・ミドルC級・俱付け伴奏B級・女性A級・アトラクション ■2日目(5月4日)…ユースC級・個人B級・俱付け伴奏A級・男性A級・アトラクション

## 4月22日(土)~5月5日(金) 黒石さくらまつり

市民の憩いの場として親しまれている東公園さくら山で開催される毎年恒例のまつりです。まつり期間中は、音楽発表会やよさこい演奏、夜間ライトアップなど、イベント盛りだくさんです。



【場所】黒石市東公園さくら山

【時間】9:00~20:30(21:00消灯)

【問合せ】黒石観光協会 TEL:0172-52-3488

<http://kuroishi.or.jp/>

## 関連イベント

※イベント日程は変更の場合  
がございます。

4月21日(金) 11:00 安全祈願 11:30 桜植樹  
4月23日(日) 13:00~15:00 各学校吹奏楽演奏発表会  
4月28日(金) 11:00 アリス保育園発表会  
4月30日(日)

10:00 KUROISHI ZAKURA 観ROCK会

(ステージライブ)

11:30 黒石さくらまつり焼肉ガーデン※前売券制

5月3日(水祝) 14:00 よさこい演奏

(AOMORI花嵐桜組、Kuroishiよさこい※踊り組)

5月4日(木祝)

10:00~12:00 巻上1ハーレーダビッドソン

(青森県ハーレーダビッドソンクラブ)

## 4月29日(土) 第6回本場津軽民謡全国大会

津軽の自然風土との調和の中で育まれてきた津軽民謡。津軽じょんから節発祥の里、黒石で行われる大会です。自慢の唄や踊り、三味線の腕を競います。

【場所】かぐじ広場 屋外特設ステージ 【時間】9:00~

【問合せ】実行委員会事務局/津軽伝承工芸館

TEL:0172-59-5300

<http://kuroishi.or.jp/archives/27029>

## 4月29日(土)~5月7日(日) おのえ花(きく)と植木まつり

ツメイヨシノやシダレ桜、八重桜など約300本の桜が咲き誇る後賀公園では、毎年春に「おのえ花と植木まつり」が行われ、尾上植木問屋協会による庭木や花・苗木の展示販売に多くの人が訪れます。

【場所】平川市 後賀公園 【時間】9:00~17:00 【問合せ】平川市商工観光課 TEL:0172-44-1111



## 4月29日(土)~5月7日(日) 金木桜まつり

「日本の桜名所100選」にも選ばれている芦野公園。春には1500本の桜が咲き誇り、なかでも園内を走る津軽鉄道を覆う桜のトンネルには、たくさんの方が写真を撮りに訪れます。園内にはため池もあり、桜まつりの時期には手漕ぎボートを楽しむこともできます。金木桜まつりでは津軽三味線をはじめ、地域の民俗芸能などのステージイベントが行われるほか、ライトアップや花火大会なども行われます。

【場所】五所川原市金木町 芦野公園 【時間】ポンポリ点灯 17:00~21:00

【問合せ】金木商工会 TEL:0173-52-2611





さくらまつりのお土産に…津軽塗のはんこ

## 柘(つげ) 黒水牛 津軽塗印章・ケース

津軽の伝統工芸品「津軽塗」を施した印章とケースです。



### 【黒水牛】

タイ、インド、ビルマが主な産地です。粘りがあり柘の数倍の耐久性があります。

### 【柘(つげ)】

木材のなかで最も印材に適したものです。緻密でかたく、見た目も美しいのが特徴です。

実印、認印、銀行印の2本セット、3本セットがござります。36,575円～



縦寸体 15mm丸

実印



古印体 12mm丸

銀行印



銀印体 10.5mm丸

認印

【黒水牛】津軽塗ケース付 30,000円～ 19,800円～ 17,300円～

【柘(つげ)】津軽塗ケース付 23,000円～ 15,500円～ 13,300円～

創業122年、一級印章彫刻技能士の匠の技で心を込めて彫刻致します。



おたのはんこは良いはんこ

# 太田印房

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



# 弘前さくらまつり 初出店!!



デザイン 多数ご用意!!

## カッコイイお土産Tシャツ 津軽塗Tシャツ

※イラストはイメージです。

オリジナルTシャツプリントサービス  
**CRAZY MESH**  
クワイザーメッシュ

飛び込みプリント可!!  
気軽に来店下さい。

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



## 5月 津軽のイベント情報

5月3日(水)～5日(金) 弘前文化センター 10:00～15:00

ひろさきアートマルシェ  
弘前市近郊で創作活動をしている方に発表の場を提供するとともに、広く市民にアートに触れてもらうことを目的として昨年引き継ぎ、開催いたします!

5月5日(金) 弘前市民会館 10:00  
2017桜花グランプリ争奪 前売・当日共に 1,000円 (全席自由)  
第32回 津軽五大民謡全国大会

全国から民謡愛好者が参加し、桜花グランプリ大会は本選出場の成績上位者によって競います。多数のご来場をお待ちしています。  
【部門】津軽じよんから節、津軽あいや節、津軽小原節、津軽よされ節、津軽三下り、ジュニアの部

5月6日(土)～14日(日) 弘前市りんご公園 弘前市りんご公園 0172-36-7439

弘前りんご花まつり  
日本一の生産量を誇る弘前市の「りんご」の花まつりです。桜の次はりんごの花でお花見【ライトアップ】5月6日(土)18:00～21:00 しませんか?【シールドナイト】5月6日(土)17:00～20:30

5月13日(土) 弘前市民会館 入場無料(入場整理券が必要)

第25回 全日本りんご追分コンクール  
りんごの歌自慢は津軽に集合!日本一の「リンゴ追分」名人を競います。

5月13日(土)・14日(日) ※詳細は陸奥新報HPをご覧ください。

第19回 津軽路ロマン国際ツーデーマーチ  
津軽富士と呼ばれる秀峰・岩木山を仰ぎながら、リンゴ園、田園地帯に囲まれた津軽平野をコースに開催します。緑豊かな自然との対話、文化と歴史、温かい人情に触れながら、2日間ゆっくり歩いて津軽の良さを満喫し、心と体の健康づくりを進めるウォーキングの祭典です。  
【会場】弘前中央会場:弘前市立観光館「追手門広場」、平川会場:猿賀神社

5月27日(土)・28日(日) 岩木山桜林公園 (岩木山百沢スキー場下) 津軽森実行委員会 0172-88-1424

津軽森2017  
全国から陶、ガラス、木、染織、金具、皮革、漆など120人の手から生まれた、たくさんの方たち個性豊かな食事とオリジナルの商品を提案してくれるショップが、津軽は岩木山の麓にある「岩木山桜林公園」に集います。

☆☆☆Tsugaru共通クーポンが使えます!☆☆☆

## 昔ながらの カランカラン アイス

弘前名物のりんご、青森産のステューベン、素材にこだわった、地アイスをどうぞ。

1コから販売♪  
★ブルーハワイ 350円  
★アイス各種 350円  
★りんごシャーベット味 380円  
★ステューベン味 380円  
★りんごシャーベット味 120円  
★ステューベン味 130円

当店の人気商品  
カランカラン ジャンボ アイス 1袋 300円

500円以上お買上げの方に モナカカップアイス ブルーハワイお1つプレゼント!!  
りんごの香ばさ、のほろりと喉がほろり!!  
まよ助買いが大変お得です。昔ながらの味をまもり続けて41年。

町内会の夏祭りなどで大人気です。アイス屋台レンタルできます!! 1日 5,000円 ※アイスは現売り

藤田アイス店 TEL/0172-34-5727

住所/弘前市細路町176 営業時間/8:00～17:00  
★全国発送も承ります。HPもご利用下さい→

クーポン

# LED照明が取替工事費込みでこの価格!!

弘前市内  
限定価格

 <p>ECOILUX ~8畳 リモコン</p> <p>調光・調色タイプ</p> <p>CL8DL-J1 定価:16,000円(税抜) サイズ:φ500×H128mm 消費電力:40.0W 光束:4000lm</p> <p>取替工事費込み <b>19,000円</b></p>	 <p>ECOILUX ~10畳 リモコン</p> <p>調光・調色タイプ</p> <p>CL12DL-J1 定価:18,000円(税抜) サイズ:φ500×H128mm 消費電力:52.0W 光束:5200lm</p> <p>取替工事費込み <b>20,000円</b></p>	 <p>ODELIC ~12畳 リモコン</p> <p>明かりの色:昼白色</p> <p>OX9693LDR 定価:28,500円(税抜) サイズ:φ580×H134mm 消費電力:52.0W 光束:5600lm</p> <p>取替工事費込み <b>27,000円</b></p>	 <p>ODELIC ~12畳 リモコン</p> <p>白熱灯60W相当</p> <p>電球色もごさいます</p> <p>OL251359 定価:6,800円(税抜) サイズ:φ120×H30mm 消費電力:7.5W 光束:520lm</p> <p>取替工事費込み <b>11,500円</b></p>
 <p>Panasonic トイレ用 人感センサー</p> <p>電球色もごさいます</p> <p>LGBC58063 LE1 明かりの色:昼白色 定価:17,800円(税抜) サイズ:φ126×H38mm 消費電力:7.3W 光束:450lm</p> <p>取替工事費込み <b>22,000円</b></p>	 <p>ODELIC キッチン用</p> <p>細スイッチ</p> <p>OB255165 定価:9,800円(税抜) サイズ:巾102×長502mm 消費電力:12.0W 光束:780lm</p> <p>取替工事費込み <b>15,500円</b></p>	 <p>ECOILUX キッチン用</p> <p>タッチレススイッチ 棚下 壁</p> <p>KT10N-TKS 定価:30,000円(税抜) サイズ:603×91×30mm 消費電力:17.5W 光束:1000lm</p> <p>取替工事費込み <b>24,000円</b></p>	 <p>ECOILUX</p> <p>蛍光灯FLR40形 ×2灯相当</p> <p>調光 非対応</p> <p>LX160F-40N-CL40W 定価:20,500円(税抜) サイズ:230×1250mm 消費電力:25.4W 光束:4000lm</p> <p>取替工事費込み <b>20,000円</b></p>

電気料金が半分以上 LEDは元々の照明より消費電力が40~80%の削減となります。

ランプ取替費用削減 LEDは4万~6万時間の長寿命とあって8分1日10時間の点灯でも10年以上使用できる計算となります。

電気工事士による自社工事 だから安心・低価格

2台以上の取替から大幅お値引きが可能です。お見積り無料です。お気軽にお問い合わせください。

■その他様々なメーカーを取扱っており、カタログの貸し出しや電気料金削減シミュレーションも可能です。

創業1985年 住宅・施設の工事専門

## ヒロデン株式会社

www.hiroden-inc.com 弘前市大開1-6-23 / ☎0120-14-0343

BEAUTY LIFE



mieux printemps Froria under-colors Clair tiara

## T.RISE 4店舗合同企画

t-riseグループが自信をもってオススメしているエステメニューが、ヘアメニューとの組み合わせが出来る新メニュー。弘前中心から郊外の店舗までご用意しました。



Facial Esthetic

t-riseのこだわりのエステ。糖とミネラルが主成分のアジュバン化粧液を使用。ご自身でお肌を再生できるように戻して頂けます。

◆シンデレラコースAコース (パーマ+カラー+トリートメント+エステ) 通常 ¥15,000 → <b>¥10,000(税抜)</b>	◆シンデレラコースBコース (パーマ+カラー+トリートメント+エステ) 通常 ¥20,000 → <b>¥13,000(税抜)</b>
◆スペシャルシンデレラコース (パーマ+カラー+トリートメント+エステ+ネイル) 通常 ¥26,000 → <b>¥16,000(税抜)</b>	◆コースメニューに関しては完全7日予約になります。 ◆スペシャルシンデレラコースは、プランタン2階、プランタンフローア、2店舗のみメニューになります。

- ◆Printemps mieux (スランタン ミュー) 弘前市大字駅前9-20 ヒロ口4F 0172-34-9936
- ◆printemps Froria (スランタンフロリア) 弘前市大字樹木5-10-1 ハルル樹木 0172-88-6911
- ◆under-colors Clair (アンダーカラーズ クレール) 弘前市大字泉野1丁目4-5 0172-87-7176
- ◆under-colors tiara (アンダーカラーズティアラ) 弘前市大字早稲田4-3-2 0172-26-9250

Graceful moment Change the life Your make happy

## Climb Hair

理容 MENU	美容 MENU
■カット . . . . . ¥1,620 (洗髪、シャンプー付)	■カット . . . . . ¥1,620
■子供カット . . . . . ¥1,080 (洗髪、シャンプー付)	■カラー . . . . . ¥3,240 ~
■カラー . . . . . ¥3,780 ~ (カット、洗髪、シャンプー付)	■パーマ . . . . . ¥3,240 ~
■カラー . . . . . ¥1,620 (洗髪、シャンプー付)	■縮毛矯正 . . . . . ¥7,560 ~
■白髪ぼかし . . . . . ¥1,080	■ツイックスパ ¥540
■学生丸刈り . . . . . ¥1,080	

※すべて税込価格となっております。



出張理容・美容サービス  
在宅介護、福祉施設にて入居の方への訪問サービスも承っております。

弘前市外崎3丁目 1-1  
☎0172-78-2827  
第3月曜日  
8:30 ~ 19:00



**弘前からJリーグを目指して！  
ブランデュー弘前FC**



試合当日イベント情報はこちら→

**<2017東北社会人サッカーリーグ開幕戦>**

[日時] 5月7日(日) 13:00開始  
[会場] 弘前市運動公園 球技場  
[料金] 入場無料

(詳細はホームページをご覧ください。)

“わあんだの街弘前”で熱く戦う選手の応援を  
2017シーズンもよろしくお祈りします！

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

総合保険代理店  
あなたの頼れる保険コンサルタントです。  
**株式会社 グッドウイン**  
弘前サテライトオフィス  
住 弘前市上手町181-9 ガレリアKD-B棟テナントF  
営 9:30~17:00 休 土・日・祝

20th ANNIVERSARY

お客様一人ひとりに最適な「安心」を  
その保障内容、古くなっていませんか？

ほけんやだまっ!

**0172-55-0724**  
「お電話ください。担当者がうかがいます」

**お金セミナー 5月27日(土)開催!!**

◎場所:弘前市 県立武道館  
◎時間:14:00~15:00

参加費無料  
ケーキとコーヒー付き  
先着10名様まで

◎内容は…  
将来の年金対策 ※個別相談有り  
将来の資産形成  
円とドルについて

〒017-0001 弘前市 県立武道館  
〒017-0001 弘前市 県立武道館  
〒017-0001 弘前市 県立武道館

LIFE

求人募集 24P

2017 5月 MAY **げんねんECOスクール** 託児無料

**第一部 身の回りの放射線**  
講師/シニアネットワーク 東北

**第二部 簡単!スクラップブック!**  
~A4サイズの木製フレーム付~  
講師/淡路 明美

**青森会場**  
[日時] 5/16  
9:30~受付開始  
10:00~開講(第一部・第二部)  
12:30 終了予定  
開催 日本原燃サイクル 情報センター

**三沢会場**  
[日時] 5/18  
9:30~受付開始  
10:00~開講(第一部・第二部)  
12:30 終了予定  
開催 三沢市公会堂 第10集会所

**弘前会場**  
[日時] 5/17  
13:00~受付開始  
13:30~開講(第一部・第二部)  
16:00 終了予定  
開催 弘前商工会議所会館 第201室

**八戸会場**  
[日時] 5/18  
13:00~受付開始  
13:30~開講(第一部・第二部)  
16:00 終了予定  
開催 ユートリー 5階 視聴覚室

※申込み締切は 全会場共通 5月8日(月)

**応募方法**  
郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、受講希望日(青森会場は午のまたは午後を希望)、託児サポート希望の有無(0歳児~本教養院対象、お子様のお名前(ふりがな)、生年月日、性別)を明記の上、はがきかメールでお申し込みください。  
※お問合せ・お申込み後のキャンセルは必ずお電話(017-791-1563)でお願ひいたします。(受付時間:平日9時~17時)

※第二部のみ参加はできません。

〒030-0802 青森市本町1-2-15  
日本原燃核燃料総合本部広報G「ECOスクール」係  
mail:ecoschool@jnf.co.jp

※お申し込みの際の個人情報は必ず、ECOスクールの  
集約及び完結に関する業務内で使用させていただきます。

しばらくの間、雑貨販売のみの営業となります。

**新商品 入荷!!** **タイコットン 100%マフラー**



一度お店に見に来てね♪お持ちしております♪

**ASIAN Cafe**  
~アジアン カフェ~

TEL:0172-40-3070

弘前市清水藤沼田49-1【駐車場有り】  
(営業時間)11:00~15:00【定休日】火曜日  
※お電話でお問い合わせください。

弘前市清水藤沼田49-1【駐車場有り】  
(営業時間)11:00~15:00【定休日】火曜日  
※お電話でお問い合わせください。

弘前市清水藤沼田49-1【駐車場有り】  
(営業時間)11:00~15:00【定休日】火曜日  
※お電話でお問い合わせください。

求人募集 24P

10



**家賃を節約  
18,000円～**

弘前市中野5丁目

◆弘前市中野  
ドリームⅠ  
◆弘前市富田  
ドリームⅢも  
同時募集

# ドリームⅡ



間取 2K  
賃料 2.5万円  
和室6×2・キッチン  
トイレ・浴室  
エアコン・ストーブ完備

お問い合わせ ☎ 090-2024-2177 (渡辺)

## 鍵と防犯の専門店 弘前富田新築移転オープン!!



**カギヨシ**

確かな技術で低価格!

- 合カギ制作
- 各種錠前(交換・取付・修理)
- ドアロック開錠
- 紛失キー再製
- 防犯錠付(防犯錠・防犯錠・リモコン錠)
- 倉庫(開錠・修理・特価販売)
- 防犯機器取り付け

あらゆるカギと防犯のご相談はカギヨシへ  
☎0172-36-0036

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



弘前市富田3丁目3-27  
☎0172-36-0036  
🕒9:30～18:00  
土曜日は17:00まで  
🗓️日・祝・土曜日不定休 📍有り





**5月6日(土)公開**  
**追憶**

ここがおススメ!  
メインキャストに岡田准一・小栗旬・柄本佑、脇を固めるキャストにも長澤まさみ・木村文乃、吉岡秀隆このメンツが揃って織りなす重厚なヒューマンドラマ。これはもう見るしかないです!

© 2017映画「追憶」製作委員会



**5月19日(金)公開**  
**メッセージ**

ここがおススメ!  
宇宙から突如現れた球体型の宇宙船に乗った知的生命体。彼らとの対話に挑む言語学者。一体彼らが地球にきた目的は何なのか..

© 劇場版ウルトラマンオーブ製作委員会



**5月20日(土)～28日(日)**  
**期間限定上映**  
**劇場版ウルトラマンオーブ 絆の力、おかりします!**

ここがおススメ!  
主役のオーブをはじめ、エクス、ギンガ、ピクトリー、さらにはセブンまでオールスター集結です!絆の力で新たな変身を遂げるオーブに大注目!!

© 劇場版ウルトラマンオーブ製作委員会



**5月20日(土)公開**  
**ピーチガール**

ここがおススメ!  
ヒットが続く恋愛もののコミックス実写化作品がまたまた登場!主演にHey!Say!JUMPの伊野尾くんとあならばもうキュンキュンする事間違いなし!

© 2017「ピーチガール」製作委員会 © 上田実利/東映社

おススメ映画情報!

※旧ワーナーマイカル・シネマズ弘前

# Ac イオンシネマ弘前

AEON CINEMA

〒036-8091 弘前市高崎2-15-1 さくら野百貨店別館  
お問合せ: 0172-26-1113 URL www.aeoncinema.com






# 15周年ANNIVERSARY

## 感謝還元イベント開催!

●9店舗合同●

### 萬屋ジャンボ宝くじ

#### 5月1日(月)▶7日(日)

期間中、開催店舗でのお買い物  
1,000円につき、1枚プレゼント☆

1等 近場で一息♪ **2万円旅行券** 10本

2等 家族で使える! **選べるギフト** 15本

3等 萬屋・リユース倉庫で使える **¥1,000お買い物券** 300本

4等 萬屋・リユース倉庫で使える **¥500お買い物券** 700本

当選番号は、5/13(土)各店頭にて発表!!

景品の交換は5/31(水)まで! お近くの開催店舗へ♪

↓宝くじイベント開催店舗↓ 詳しい住所はHPでチェック!

●萬屋 (弘前城東店・弘前大清水店・青森浜館店・青森東店・八戸店・三沢店・盛岡店・北海道七重浜店) ●リユース倉庫

### 萬屋城東店

弘前市和泉1-2-1  
Tel.0172-55-6840  
営業時間/10:00~25:00  
年中無休



### 萬屋大清水店

弘前市大清水1-9-20  
Tel.0172-28-9045  
営業時間/10:00~25:00  
年中無休



## Tsugaru 設置場所一覧

### <ホテル>

- ・ホテルニューキャッスル
- ・アートホテル弘前シティ
- ・弘前パークホテル
- ・弘前プラザホテル
- ・スマイルホテル弘前
- ・弘前グランドホテル
- ・弘前東栄ホテル
- ・ルートイン弘前
- ・ルートイン城東
- ・ホテルハイパーヒルズ弘前
- ・スーパーホテル弘前
- ・プロッサムホテル
- ・ホテルニューレスト
- ・東横イン
- ・ドゥーミーイン弘前
- ・ホテルリコルソ弘前
- ・ホテルアップランド

### <その他>

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

### <学校>

- ・弘前大学
- ・弘前学院大学
- ・東北女子短期大学

### <公共施設>

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

### <スーパー>

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



この他、掲載店や人の集まる場所に設置しています。

## 三上建築板金

困った事、相談したい事、  
ちょっと聞きたいだけ、  
**大丈夫です!**

屋根工事 各種板金工事

外壁工事 ステンレス加工

鋼板加工 塗装工事

高品質な施工をあなたのお住まいに!

●一級建築板金技能士施工●



青森県弘前市大字中畑字旭岡50-1

☎ 0172-88-8680

LIFE



松原店シンボルのモニュメント

# コープあおもり松原店は、 リニューアルオープン致しました。



地域の皆様に愛され続けるお店をめざして、  
職員一同これからも精一杯努力してまいります。



## 曜日サービスデー

(和徳店・健生病院売店はのぞく)

- 月 パンの日 
- 火 特価市 
- 水 納豆・豆腐・もやしの日

- 木 シニア優待デー(60歳~)
- 金 コープ商品サービスデー
- 土 お酒ポイントサービスデー
- 日 11時~タイムサービス開催

## COOP AOMORI 生活協同組合コープあおもり



**和徳店**  
弘前市大字野田1丁目1-27  
10:00~18:00(日曜定休)  
TEL.0172-36-3455



**西弘店**  
弘前市大字中野1-13-1  
9:30~21:00  
TEL.0172-34-6240



**黒石店**  
黒石市緑町1-161  
9:00~21:00  
TEL.0172-52-7272

**松原店**  
弘前市大字松原東3-2-9  
9:00~21:00  
TEL.0172-87-4661

**健生病院売店**  
弘前市大字野田2丁目2-1  
平日/8:00~19:00  
土日祝/8:00~14:00  
TEL.0172-31-0627

**店舗事業部**  
平川市苗生松川崎19-1  
TEL.0172-44-9122

コープあおもり松原店は、4/6(木)にリニューアルオープン致しました。

【CO-OP共済ニュース】

# 4/6(木) リニューアル Open!

コープあおもり  
松原店

住所:弘前市大字松原東3丁目2-9



## CO-OP共済の窓口も新しくなりました!!

共済・保険の窓口

コープのお店で  
CO-OP共済の  
相談ができる  
のだ!!

お気軽に  
お立ち寄り  
ください。



共済窓口の営業時間/AM9:00~PM5:00  
休み/年末年始のみ(都合により休む場合もございます)

## オープン記念プレゼント!!

プレゼント期間:5月20日(土)まで

※プレゼントは、コープあおもり松原店のみ。

松原店の共済窓口へ  
各種相談にお越し頂いた方には

《たすけあい》《あいぶらす》《ずっとあい》  
のいずれか1つに、新規ご加入の方には

もれなく  
「オリジナル  
マグネットクリップ」  
1個  
プレゼント!!

4色あるよ!



大事なメモを  
はさんで  
貼れる!

もれなく  
粗品を  
進呈!!



※賞品は予告なく変更となることがあります。予めご了承ください。※写真はイメージです。

## CO・OP共済スタッフ募集!!

未経験者大歓迎

女性スタッフ活躍中

推進スタッフ 若干名

【仕事内容】CO・OP共済を生協各店舗(弘前市・黒石市)でおすすめしたり、組合員宅(津軽全域)へ社用車で訪問して、ご説明・ご加入の手続きをする仕事です。

【応募資格】経験不問、普通自動車運転免許(AT限定可)

【勤務地】共済課(浪岡)

【給与】時給800円~

※別途「共済加入受付報奨金」あり

【就業時間】9:00~17:00

【休日】週休2日 ※有給休暇あり

【待遇】交通費支給(月額30,000円まで)、  
雇用保険、社会保険、共済制度、退職慰労金制度あり  
賞与年2回(16年度実績1.1ヶ月)



採用後はCO・OP共済等に  
関する学習会があるので、  
初めての方でもご安心  
ください。



まずはお気軽にお電話ください

COOP生活協同組合コープあおもり生活事業部共済課 〒038-1303 青森市浪岡大字徳才子山本27-3

〈TEL〉0172-62-1477 受付時間 月~金曜日 AM9:00~PM6:00 (土・日・祝を除く) 担当/野田頭

# 弘前のクリニック情報

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

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

## マラセチア毛包炎 vol.35

カビの一種であるマラセチア菌が毛包内で増殖する皮膚病で、臨床症状は、ニキビに似ています。夏に多く、好発部位は上胸部、背部で、首・肩・上腕・腹部にも認められます。

皮疹は、痒みを伴う紅色の2mm～4mmの毛孔一致性のプツツで、時にウミを伴います。

ニキビとの違いは、ニキビは白ニキビ、赤ニキビ、黄ニキビなど多彩なのに、マ



ラセチア毛包炎は、ほぼ同一です。治療は、水虫用の塗り薬と内服が有効です。なかなか治らないニキビのときは、一度疑ってみては。



## Tsugaru アニマル通信 vol.33

### 新しい動物家族を迎えたら。

こんにちは、ごり動物病院院長のごりです。4月、5月は新しく動物家族を迎えるご家庭が多くなる時期です。動物病院でもこの時期は仔犬、仔猫、仔ウサギなど小さくて可愛い動物たちが来院します。仔犬、仔猫の場合まずは混合ワクチンの接種を考えます。生後2カ月、3カ月目に1回目のワクチン接種をします。2回目は3～4週後、それ以降は1年間隔で接種します。ワクチンの種類は多く、犬の場合は5種、6種、7種、8種、9種ワクチンがあります。猫の場合は3種混合ワクチンがありますが、猫白

血病(単独、混合)、猫エイズ(単独)、クラミジア(混合)に対するワクチンがあります。それぞれ動物病院でよく説明を聞いてから、ご理解いただいた上接種してください。成犬、成猫に関しては1年目は2回、それ以降は年1回接種するといでしょう。

犬や猫以外にフェレットにも予防接種があります。ジステンパーという病気に対するもので日本国内では単独のものではなく2種混合ワクチンを接種します。接種方法は犬や猫と一緒にです。他の予防としてはフィラリア症に対する予防、犬では狂犬病接種があり、生後90日以上の子には登録と予防注射が義務付けられています。動物病院でできる予防措置として混合ワクチン、フィ



ラリア、狂犬病がありますが、新たに動物家族を迎えるにあたって、衝動的でなく、一旦冷静になっていただき、一生育ていけるかどうか、病気になった時動物病院に連れていけるかどうか、居住環境上動物と生活できるかどうかを考えていただきそれがクリアできる状況で新しい動物家族をお迎えください。動物病院ではそういった相談も受けていただける施設もありますので、相談してみるのもいいでしょう。また保護犬、保護猫を家族として迎え入れていただくことも選択肢の一つとして考えていただきたい。春です！ハッピーアニマルライフを。



ごり動物病院 院長:土田 誠  
弘前市安藤1丁目1-8 TEL 0172-32-3808

HOSPITAL

76.3MHz FM JAIGO WAVE ラジオは、ともだち♪

(株)エフエムジャイゴウェーブ

### 週間番組表 (一部抜粋)

Time	月	火	水	木	金
8:00	「リメンバーミュージック・邦楽」				
9:00	「演歌と歌謡の時間」				
10:00 ↓ 13:00	「ラジドキ」 パーソナリティ:藤原あすか・いっくう				「じゃい金」 藤原あすか いっくう
14:00	「竹本孝之 Song for TOMORROW」	「板橋かずゆきの ミュージック ・ベジタブル」	第1週 「ゆりとけんじの 演歌旅」 第1週以外 「J POP 90's」	「スターダスト レビューの星に なるまで」 毎月第3(木) 「けんじのじゃわめく演歌」 毎月第3以外(午後の歌謡曲)	「俊ちゃんの 人生応援演歌」
14:30	「午後の歌謡曲」小澤倫のオー!リンズ!				
15:00 16:00	「アフタヌーンパラダイス」				
17:00	「リメンバーミュージック・邦楽」				

### リクエストはこちらへ↓

#### E-mail

生放送番組用  
[live@fm-jaigo.co.jp](mailto:live@fm-jaigo.co.jp)  
制作番組&他メッセージリクエスト用  
[fm763@fm-jaigo.co.jp](mailto:fm763@fm-jaigo.co.jp)

※「件名」に各番組名を必ず入力してください。

#### FAX

0172-43-8211

\*おかけ間違いにご注意下さい。

#### ハガキ

〒038-1199

田舎館郵便局 私書箱5号

\*ご希望の番組名を書いてお送り下さい。

### FM JAIGO WAVE受信エリア:

田舎館村・藤崎町(旧常盤村)

■市街地…弘前市・黒石市・平川市

■一部…青森市(旧浪岡町)・板柳町

リクエスト・  
メッセージ  
お待ちしております!



# いずみだ整体療術院

## \* 通常メニュー \*

### ■ 整体療術

肩こり、腰痛、冷え症、骨盤矯正 etc...

60分 → 3,000円 → 2,500円

90分 → 4,000円

120分 → 5,000円

### ■ かつさ (フェイス)

40分 → 1,500円 → 1,200円

### ■ かつさ (ボディ)

45分 → 2,500円

90分 → 4,500円

### ■ かつさ (フットケア)

30分 → 1,500円

### ■ 超音波 (スクラブ)

毛穴洗浄・血行促進・リフトアップ

30分 → 1,500円

※肌の状態より施術できない場合もあります。

女性限定



ボディかつさの施術したい箇所を選んでください

- ①脚前面
  - ②脚後面
  - ③おしり
  - ④背中・首
  - ⑤胸
  - ⑥お腹
- ※例: 45分  
脚前面と  
お尻のみ  
※集中コースとしてもできます。



### かつさとは?

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



注:個人差があります! 美容 ダイエット 老化防止

\*\*\* 出張あり・完全予約制・男性可 \*\*\*  
TEL:090-7524-5032

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

住所 弘前市泉野4-10-4

営業時間 9:00~17:00

定休日 日曜日

駐車場 あり

ご予約は  
20:00まで  
OK!



クーポン

### かつさの効果

お肌の老廃物を排出。むくみ解消。小顔効果。たるみ、くすみ、シワ。シミ、リフトUP

セルライトきつづし。歪み矯正。リンパを流して肩こり。むくみ解消。風邪予防。便秘。冷え性解消

体の弱っている部分や悪い部分を見つけ治療効果を高めます。

※1ページのクーポンをご利用下さい。

お得なクーポン! → → → 1回 200円引!!

## 糖尿病・代謝・内分泌内科・胃腸内科

# 今村クリニック

弘前市大字松原西2丁目1-1 Tel.0172-88-3090

日本糖尿病学会専門医  
日本消化器病学会認定専門医

院長 今村憲市

HOSPITAL



駐車場完備

気になる症状があれば  
お早めに当院へどうぞ。

### 知って得・納得一口メモ

~ 残業時間が気になる方へ ~

政府は平成29年3月28日「働き方改革実現会議」を開き、時間外労働の上限を原則月45時間、労使が合意した場合は特例として月平均60時間(特に忙しい月は100時間未満)とすることを公表しました。また、上限を超えた場合には罰則が科されることも盛り込まれました。

この法案は平成31年4月施行を目指しておりますが、人手不足が深刻な運送業、建設業、医師等は改正労働基準法の施行後5年間猶予するとされており、従って、人手不足な業界、特に医師は残業時間に「上限なし」の状態が改正法施行までの2年間を含む約7年間は残業時間に上限なしの状態が続くと考えられます。

今村クリニック 院長 今村 憲市

あなたは大丈夫?  
ワキガのお悩み...

## ワキガのあれこれ

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

### Q1 ワキガはどうして起こるのですか?

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

### Q2 ワキガは遺伝すると聞いたことがあるのですが...

A2. 結論から言うと、ワキガは遺伝性疾患です。片親のワキガの場合は50%、両親がワキガの場合は75%遺伝率です。

### Q3 遺伝が無くても、ワキガになるんですか?

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

### Q4 自分がワキガかどうか診断する方法はありますか?

A4. 耳アかを塗る方法があります。これは外耳道にもアポクリン腺があるため、ワキガの人にはほぼ例外なく耳アかで臭っています。食べものや生活習慣が原因でワキガになる場合もあります。

### Q5 足の匂いが強いのですが、ワキガと関係ありますか?

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

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

ワキガの原因になりやすい習慣や食べ物 飲酒・喫煙・ニンニク・クマゲシ・香辛料・コーヒー・チョコレート・パイナップル・マンゴーなどはアポクリン腺からの分泌を活性化します。

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

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



## はらクリニック

最新レーザー医療 美容外科/形成外科/皮膚科

0120-1641-12

http://www.hara-cl.com

弘前市駅前3-3-7 (AKIMOTOビル3F)

(診療時間)平日9:00~12:00/15:00~18:00

土曜9:00~12:00/13:00~15:00

(休診日)日曜・祝日

健康保険が使えます

お気軽にご相談下さい。

治療費等詳しくは、

ホームページまたは、

お電話でご相談下さい。

レーザー治療に関する設備は  
東北最大!

医療法人

# あきた耳鼻咽喉科クリニック



Blancdieu  
HIROSAKI FC

目指せJリーグ!  
当院は全力で  
応援しています!

## 補聴器相談医が勧める正しい補聴器の買い方

**補** 聴器相談医の資格を持つ私たち専門家が勧める補聴器の買い方をご紹介します。1: 耳鼻咽喉科専門医、その中でも出来れば補聴器相談医を受診してきこへの正確な検査を受ける。2: その検査結果を持って認定補聴器技能者のいる信頼できる認定補聴器専門店に紹介してもらう。3: その店で自分のきこえに合う様に調整してもらった補聴器を1週間くらい借りてみる。4: 納得できるまで色々な補聴器を試してから購入する。5: 補聴器を使い始めてからも買ったお店で定期的にもてもらい、常により良くきこえる様に調整していく。以上です。もちろん何かトラブルがあったら耳鼻科の主治医にも相談してください。信頼できる認定補聴器専門店には常に耳鼻科医や補聴器相談医と連絡を取り合っていますから安心です。

日本耳鼻咽喉科学会認定  
耳鼻咽喉科専門医 補聴器適合判定医 院長 秋田 二朗



◆診療科目  
耳鼻咽喉科・アレルギー科

◆診療時間 ※水・日曜日、祝日は休診。但し急病の方はご連絡ください。

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

※土曜午後5:00まで

◆住所: 弘前市南城西2丁目5-12

◆電話: 0172-32-2332

◆URL: <http://www.akita-ent.net/>



HOSPITAL

産科・婦人科・内科  
いちろう  
クリニック

	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:00	●	●	●	●	●	●	●
14:00-18:30	●	●	●	●	●	●	●

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

住 弘前市大字早稲田4-1-5  
電 0172-26-1692



## 【最新4D超音波】

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

## 【ホテルのような入院室】

木のぬくもりを感じ、気持ちがリラックス出来るように配慮致しました。

## 【キッズルーム完備】

お子様連れでも安心して御来院頂けます。



## 妊娠24週胎児



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

弘前にラグビーワールドカップ2019公認チームキャンプ地誘致を実現する会



昨年12月より、在韓米軍の家族が訓練と称して、沖縄に逃れています。米韓合同訓練が継続され、原子力空母カールビンソンが東シナ海に入りました。日本の動きとしては国連PKO活動から自衛隊が撤収し、また1月から慰安婦像問題で日本に戻っていた長嶺駐韓大使がソウルに戻りました。長嶺大使は駐韓米軍司令官と綿密に話し合っています。これがみなさんに読まれるときには、対北朝鮮戦争が始まっているかもしれません。

そうでなければいいのですが…。もし、まだ戦争が今回、始まらなくても今後、北朝鮮は、米軍基地を持つ日本に対して攻撃を仕掛ける可能性が高まっていくでしょう。日本国内でも一般人に溶け込んで、ことあらば悪さをしでかす朝鮮のスパイが多くいると言われています。残念なことにもう日本は平和ではいられない状況に置かれてしまっているのです。



# 早川内科肛門科

Tel.0172-87-7700

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



◆住所/ 弘前市安原3丁目7-5



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





# アクロスプラザ歯科



気になる歯、むし歯は早目に治療をしましょう。

## 春の健診キャンペーン

小さなお子様でも安心してご来院下さい。



通院が困難な方に対して、ご自宅・施設へお問い合わせ致します。持ち運び可能な材料を用意、歯科医師、歯科衛生士がチームを組み、外来診療とほぼ同等な治療が可能です。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00	○	×	○	○	○	○	○
15:00~20:00	○	×	○	×	○	△	△

△14:00~16:00まで 休診日:火曜日・木曜午後・祝日  
※急患の方は、時間外でも可能な限り対応致しますのでご連絡下さい。  
診療時間は変更の場合がございますので、ホームページかお電話でご確認ください。

住 青森県黒石市富士見103-3  
(アクロスプラザ黒石内)

電 0172-55-8188

訪問診療に力を入れております!!

URL <http://acrossplaza-dc.com/>



# ごり動物病院

日本獣医皮膚科学会  
認定医  
獣医学博士  
院長 土田靖彦

### 診療時間

午前9:00~13:30  
午後4:00~8:00

\*受付は診療終了30分前までにお済ませください

\*急患の場合必ず電話連絡の上ご来院ください

### 診療動物

犬・猫・うさぎ・フェレット  
ハムスター・鳥・は虫類など

### 休診日

水曜日・祝日

※学会などにより休診となる場合あり

### 診療内容

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



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



# さわだ整形外科

- 整形外科
- リハビリテーション科
- リウマチ外科

骨粗鬆症  
検診も  
行って  
おります

腰痛症・腰椎椎間板ヘルニア・腰部脊柱管狭窄症や、  
筋・筋腱性疼痛症候群などに対する治療

## 「トリガーポイントブロック」をご存知ですか?

※NHK「ためしてガッテン」で紹介された治療です。

やけどや一般外傷に対する治療として、被覆材を用いた、浸潤療法を行っています。痛みも少なく、治療期間が短縮されます。

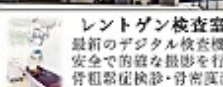
※身体障害者福祉法第15条の指定医となっておりますので、事故被害者の認定や、身体障害者委員書の作成を行っています。  
「傷たまり」の患者さんには検診も行っていきます。

お気軽に  
ご相談下さい



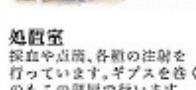
### 診察室

明るく清潔感あふれる診察室で、整形外科専門医の院長による診察を行っています。



### レントゲン検査室

最新のデジタル検査機器を使って、安全で的確な撮影を行っています。  
骨粗鬆症検診・骨密度測定も行っていきます。



### 処置室

採血や点滴、各種の注射を行っています。ギプスを作るのもこの部屋で行います。



### リハビリテーション室

最新の治療機器を導入しています。運動器リハビリテーションセラピストの資格を持った看護婦が常勤しています。

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

弘前市大開3-2-1(南高校通り)  
TEL 0172-87-3311



HOSPITAL

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

5月の当番

内科 診療時間/9:00~12:00

- 7(日) 関医院中津軽診療所 弘前市賀田1-14-2 TEL:82-3006
- 14(日) さがらクリニック 弘前市桔梗野1-3-3 TEL:37-2070
- 21(日) 千葉胃腸科内科医院 弘前市石渡3-13-2 TEL:36-7788
- 28(日) 弘前温泉養生医院 弘前市真土字勝剣林334-1 TEL:82-3377

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

HOSPITAL

救急情報

急な病気やケガ... 知ってよかった

弘前市急患診療所 場所/弘前総合保健センター1F  
 連絡先/0172-34-1131  
 所在地/弘前市大字野田 2-7-1  
 診療科目/内科・小児科・外科(休日診療のみ)



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

内科・小児科以外や受付時間外などの救急医療情報は

弘前消防本部(病院紹介専用) 0172-32-3999

毎月

24 25 26

日は

西弘(はいひろ)の日



西弘商店会維持振興会

- 加盟店 (頂不同)
  - ・greenfingers
  - ・Pub house かくれ家
  - ・居酒屋 DINING HACHI
  - ・居酒屋いち
  - ・居酒屋ゆかい
  - ・(株)三栄商会
  - ・しゅう
  - ・じゅんフォト
- ・セブンイレブン弘前西弘前店
- ・惣菜さとう
- ・西弘カラオケルームメロディクイーン
- ・八十八夜
- ・ぴよん吉にく仙人
- ・めん房 たけや
- ・やきとり西弘中野ベース
- ・焼肉 五工門
- ・夕やけ小やけ

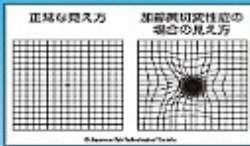


# あなたの目は大丈夫ですか？

中高年から怖い

## 加齢黄斑変性症

- ✓ 物がぐちゃぐちゃに見える
- ✓ ぼやけて見える
- ✓ 中心部が見えにくい



【気になる方はまず診断】

中高年から気をつけたい目の病気で、加齢黄斑変性があります。加齢により網膜の中心部である黄斑に障害が生じ、見ようとするところが見えにくくなる病気です。

### 視力維持するためのポイント

- ① たばこはやめる……禁煙が予防の第一歩
- ② 亜鉛や抗酸化ビタミン・オメガ3不飽和脂肪酸を多めに摂取する…かきや青魚の成分を意識しましょう

難治性の病とあきらめないであなたの病。

朗報！加齢黄斑変性症に有効！

フコキサンチン療法があります！



心と身体に健康プラス  
～相談できるお薬～  
**株八木橋薬局**

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



## 開店8周年スペシャル！ 特別目玉商品もあります！



価格一例 ※注

フレームA 通常価格 4,800円	薄型レンズ 6,000円	ポッキリ 4,800円
フレームB 通常価格 9,800円	薄型 非球面レンズ 8,000円	ポッキリ 9,800円



※注：特注度数、カラーレンズ、アップグレードを併希望の場合だけ、差額料金をいただきます。

クーポン  
利用で 薄型レンズへの  
グレードアップ 無料！！

本誌1Pのクーポンを切り取ってご利用下さい。

メガネ・サングラス  
**SalaVision**  
サーラビジョン  
☎0172-32-8941  
住弘前市八幡町3-2-4  
営9:30～19:30 休第2、第3火曜日定休

↑至7号線  
■弘前警察署  
かっぱ寿司  
コチラ★  
アクア八幡  
センター  
みちのく  
北大通り  
みちのく  
弘前  
弘前  
弘前

## 資格免許をとろう！

常時講習中！

- フォークリフト
- 車輛系(整地等)
- 小型移動式クレーン



フォークリフト  
運転技能講習

2日間コース

車輛系建設機械  
運転技能講習

2日間コース

小型移動式クレーン  
運転技能講習

2.5日間コース  
3日間コース

※フォークリフト・車輛系建設機械の場合は大特免許所持の方に限ります。

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



## 運転免許は三ツ矢におまかせ



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

おすすめの5大ポイントでスムーズに教習できます。

- ポイント1 コンピューターで楽々！  
技能予約やキャンセルが全てこの一台でOK！※電話でも予約・キャンセル出来ます。
- ポイント2 ハイタリティーと思いやりのスタッフがあなたをサポート！  
アットホームな雰囲気であなたに合わせた教習。親切・丁寧に指導致します。
- ポイント3 学科問題練習機「武蔵」  
あなたの強い味方うけあいです…！
- ポイント4 先進の教習設備でらくらく  
リアル三次元コンピュータアクセス・マスターで、より安全な運転操作や適切な状況判断を学習できます。
- ポイント5 あなたのスケジュールに合わせた教習プラン  
安心・おまかせコース/スピードコース/マイペースコース/期間設定コース

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

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

LIFE  
クーポン1P

# クローバー婚活パーティー

7月2日 **SUN** 14:00~(受付開始13:30)

- 会場** 弘前パークホテル (弘前市土手町126)
- 対象** 25歳~42歳
- 定員** 男性20名、女性20名
- 参加費** 男性5,000円、女性3,000円



Arheart(アルハート)弘前は、NPO法人スイートマリアージュの代理店として、たくさんの方の出逢いをプロデュース、サポートする婚活支援を行っております。

『お茶婚』(30代中心編、アラフォー編) 同時参加募集中!! 詳しくは、当社HPをご覧ください。

アルハート弘前

NPO法人スイートマリアージュ代理店

**Arheart Hirosaki**  
~アルハート~

〒036-8054 青森県弘前市田町5丁目6-2  
三枝ビル2F(サンデー弘前店様となり)

イベント申込・その他お問い合わせ先

**☎ 090-2959-4158**

代表: 工藤 秀之

E-Mail: arheartk@gmail.com

HP <http://kdkikaku.cloud-line.com>



## 弘前東消防署 防災教育室を体験



応急手当体験コーナー

その他にも、AEDの使い方やいざという時のための応急処置の方法を学べるコーナーもあり、大人も子どもも楽しみながら防災に関する知識を身につけられると思います。

防火教育室には、東日本大震災や阪神淡路大震災の揺れを体験できるシミュレーション装置や初期消火体験コーナー、体に害のない煙を使用して実際の火災時の煙の怖さを体験できるコーナーがありました。

今回は、弘前地区消防事務組合東消防署内の『防災教育室』にお邪魔して施設を見学させていただきました。



地震体験コーナー



展示コーナー

みなさんもぜひ一度、東消防署『防災教育室』に足を運んでみて下さいね。

展示コーナーも充実しており、大正時代の蒸気ポンプや消防士さんが実際の災害現場で使用しているホースや空気呼吸器などのいろいろな道具に手で触れることができ、普段なかなか体験することができないことが、防災教育室ででき、記念撮影もできるので小さな子どもさん達も大喜び間違いなし!

展示コーナーも充実しており、大正時代の蒸気ポンプや消防士さんが実際の災害現場で使用しているホースや空気呼吸器などのいろいろな道具に手で触れることができ、普段なかなか体験することができないことが、防災教育室ででき、記念撮影もできるので小さな子どもさん達も大喜び間違いなし!



消火体験コーナー



消防犬 火けしくん

東消防署 **防災教育室**

いつでも体験できます! 申込みは...

東署 弘前







# Tsugaru5月号 読者プレゼントコーナー



**1** 掲載ページ4P

おいでや  
**羊肉鍋 生出屋**  
**羊肉100g**

※羊肉鍋ご注文の方に限ります。  
(お持ち帰りはできません。)

**...3名様**

**2** 掲載ページ6P

グリランド  
十和田湖  
ボートアドベンチャー  
**無料乗船券** ※お1人様1回限り ※写真はイメージです。  
(通常大人6,000円)

**先着順!! (ご応募はお早めに) ...10名様**

**3** 掲載ページ10P

**Ticket Ticket**

株式会社グッドウイン  
**お金セミナー  
ペアチケット**  
(ケーキ・コーヒー付き)  
※イラストはイメージです。

**応募締切は、5月15日(月)迄 ...1名様**

**4** 掲載ページ21P

東消防署 防災教育室  
**火けしくんオリジナル  
ばんそうこう**  
5枚入り×2セット

**...5名様**

**5** 掲載ページ11P

イオンシネマ弘前  
**映画ご招待券ペア**  
※チケット郵送致します。

**...3名様**

**6**

青森市三好1-15-8  
青森コロナワールド  
**映画招待券**  
※チケット郵送致します。

**...3名様**

**プレゼント応募締切 & Tsugaru6月号発行日は5月25日(木)です!**  
※②グリランド無料乗船券は先着順、③グッドウインチケットは5月15日(月)締切です!

【プレゼントご希望の方は、下記の内容をハガキに記入してNAVI通信宛までご応募下さい】

- ①住所・氏名・年齢・電話番号(ハガキ表面に書いてもOK!!)
  - ②希望する商品番号と商品名(第1希望・第2希望迄)
  - ③クーポンを利用した店名とその感想
  - ④本誌で紹介してほしいお店と理由・くちこみなど
  - ⑤本誌を入手した場所
- ※プレゼントのご応募は、お一家族様1回のご応募となります。  
※当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。  
※住所・氏名の書き忘れにご注意下さい。

宛先は  
コチラ

〒036-8155  
青森県弘前市中野1丁目9-14  
NAVI通信  
「Tsugaru5月号プレゼント」係  
までご応募下さい。

## 地域情報紙「Tsugaru」 求人・広告掲載大募集!!

人の集まる場所(スーパー・ホテル・学校等)  
に多数設置しています!



お気軽に  
お問合せください!!

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



# パート・アルバイト募集!!

パセリグリーンは  
手作り惣菜・お弁当のお店です。

【職種】 接客・調理補助・他

【年齢】 65歳くらいまで可  
高校生・大学生も可

【その他】 詳しくはご連絡下さい。

経験者・お料理好きな方大歓迎です!

## 有限会社 パセリグリーン

弘前市大字東長町25番地 **0172-37-4668** 担当:西澤

# 急募!!!!!!

## アルバイト募集!

1名募集

【年齢】 不問

【時間】 10:30~14:00

【曜日】 週2日程度

詳細は面談にて。  
応募はお電話にてご連絡下さい。

## ラーメンショップ

弘前店

弘前市堀越字川合184

**0172-27-3292**

# NEWスタッフ募集!!

週末勤務出来る方  
大歓迎致します!!

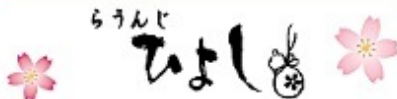
【時給】 1,200円~(委細面談)  
※その他手当有り  
※服を貸出します  
※詳細については面談にて

【時間】 20:00~(相談応じます)

【勤務】 週1~もOK

【年齢】 20代・30代の方

【応募】 まずはお電話下さい



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

# 美容師募集

☆業務多忙につき☆

【職種】 美容師 ※正社員  
【人数】 2名  
【資格】 美容師免許  
【休日】 応相談  
【時間】 9:00~19:00  
【給与】 20万5千~31万以上可  
【待遇】 無料駐車場完備  
交通費支給(当社規定による)  
【応募】 まずはお電話下さい。

090-7563-6489 (担当/阿保)



〒036-8057 弘前市八幡町3-2-4  
堅田バイパス沿いアクア八幡内  
TEL 0172-35-4816

# 業務多忙につき、パートタイマー募集

■募集内容■

(下記店舗以外でもお気軽にお問合せ下さい。)

店舗	募集内容	時間	店舗	募集内容	時間	店舗	募集内容	時間	
弘前市 小比内店	農産	5H	弘前市 高杉店	レジ	5H	平川市 平賀店	食品	7H	
	レジ	5H		レジ	5H		レジ	5H	
	大原店	食品	7H	弘前市 樹木店	デリカ	5H	藤原市 常盤店	レジ	5H
		水産	5H		レジ	7H		食品	7H
	堅田店	農産	5H	弘前市 岩木店	食品	5H	五所川原市 新宮店	デリカ	5H
食品		3H	デリカ		5H	レジ		7H	
城東店	レジ	5H				弘前市 広田店	レジ	5H	
						業 金木店	レジ	5H	

お問い合わせ、ご応募は各店舗まで!!

※また、すでに求人終了となっている場合もありますのでご了承下さい。



株式会社佐藤長 〒036-8184 弘前市松森町93  
TEL (0172) 36-7755

# 業務多忙につき

☆美容師募集☆

【職種】 美容師 ※正社員  
【人数】 2名  
【資格】 美容師免許  
【休日】 応相談  
【時間】 8:30~18:00  
【給与】 20万5千~31万以上可  
【待遇】 無料駐車場完備  
交通費支給(当社規定による)  
【応募】 まずはお電話下さい。

090-7563-6489 (担当/阿保)



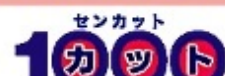
〒036-8087 弘前市早稲田4-3-4  
TEL 0172-55-9688

# 理容師募集

☆業務多忙につき☆

【職種】 理容師 ※正社員  
【人数】 3名  
【資格】 理容師免許  
【休日】 応相談  
【時間】 10:00~20:00  
【給与】 24万~33万以上可  
【待遇】 無料駐車場完備  
交通費支給(当社規定による)  
【応募】 まずはお電話下さい。

090-7563-6489 (担当/阿保)



住所:弘前市早稲田4-3-2  
0172-26-0141

5P掲載

## パート・アルバイト募集

明るい職場でおいしいお弁当を作ませんか？

【職種】 接客・調理補助  
【人数】 若干名  
【時間】 7:30~13:00  
17:00~21:00  
【時給】 716~850円  
【応募】 詳細は面接にてご説明致します。

40歳くらいまでの方歓迎!

### じよいふる

住所:弘前市三長町5-1  
TEL:0172-88-6013

2P掲載

## パート美容師さん募集

好きな時間を自由に短時間選べる

9:00~12:00迄 ¥870  
土日働ける方は ¥900  
12:00~15:00迄 ¥800  
15:00~17:00迄 ¥750

※委細面接にてまずはお電話ください。



0172-34-3722  
弘前市駅前町15-8


10P掲載

## コンサルタント募集

創業20周年を機に私たちと一緒に働ませんか？

当社の企業理念は、豊富な情報、知識、経験に基づくプロフェッショナルな能力で、きめ細やかな保険コンサルティングをお届けすること。人々のしあわせに力を尽くすことができる志高いメンバーを求めています。さあ、得手に帆をあげましょう。

詳しくはお問い合わせください。



株式会社 グッドウイン  
弘前サテライトオフィス  
TEL:0172-55-0724  
弘前市土手町181-9  
ガレリアKD-B棟テナントF

5P掲載

## スタッフ大募集!!

明るくて活発な方、大歓迎!!

【職 種】 フロント事務・1名  
レストラン及び宴会場・1名  
【給 与】 140,000円(正社員登用制度有)  
【勤務時間】 7:00~16:00 12:00~21:00  
※シフト制による(休日月8回)  
【経 験】 未経験者大歓迎  
【その他】 社保完備・交通費支給

### 大館矢立ハイツ ☎0186-51-2311

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

10P掲載

## 社員・パートアルバイト募集

雑貨屋さんでお仕事しませんか

【職 種】 簡単な調理  
雑貨製作販売  
【その他】 40才くらいまでの女性  
経験者優遇  
【応募】 詳細は面接にてご説明致します。

### ASIAN Cafe

~アジアンカフェ~  
弘前市清水森沼田49-1  
【営業時間】11:00~15:00  
【定休日】火曜日  
TEL:0172-40-3070

## 作業員急募!!

【勤務地】弘前市内  
■大工見習■  
【勤務地】宮城県内  
■大工■  
・16,000円(日給)・赴任旅費別途支給  
・食事付き(3食)・宿舍1人部屋完備  
■雑工・土木作業員■  
・12,000円(日給)・赴任旅費別途支給  
・食事付き(3食)・宿舍1人部屋完備  
【勤務地】福島県内  
■除染作業員■  
・16,000円(日給)・赴任旅費別途支給  
・宿舍2人部屋・食事別 1,340(2食)

### ハウスコンサル 弘前市 取上5丁目8-1

TEL 090-2024-2177

## 営業スタッフさん大募集!!

地域情報誌「Tsugaru」を毎月発行。30代を中心とした活気ある職場です!

【職 種】 ①企画・営業1名  
②営業補助・アプローチスタッフ1名  
③冊子設置1名  
【資 格】 高卒以上~45歳位まで  
自動車持ち込み可能な方  
【勤務地】 弘前市  
【時間・日数】 ※土日祝休みです。  
①正社員 9:00~17:00  
②パート 9:00~17:00の間の3時間程度、週2日勤務  
③設置スタッフ 9:00~17:00、月1日(日給5,000円)

応募方法 ①ハローワークを通して、ご応募下さい。 ②③まずは下記電話番号へお電話下さい。

主に女性が活躍し子育てと仕事と両立できる働きやすい環境です。私たちと一緒に地域活性化のお手伝いをしませんか?



応募に関するお問合せは

### TEL 0172-33-5312

情報誌・Web・企画制作 ■ 青森県弘前市中野1-9-14  
〒036-8155 E-mail: info@navi-hiro.com



JOB

# Tsugaru イチオシのお店②

主婦に人気の美容室

弘前初 **カット＆カラー専門美容室**

## びがっつ

びがっつの従業員は、この道10年以上のベテランばかり!! 安心してご利用下さい。

求人募集23P

☆ menu ☆

- Aコース カットのみ 1,080円
- Bコース カット+シャンプー 1,400円
- Cコース カット+カラー+シャンプー 3,990円

おかげ様で  
ご来店人数  
**7万人突破!**  
ありがとうございます!!

会 9:00~19:00  
会 弘前市八幡町3-2-4  
弘前バイク洗車センター隣

0172-35-4816

噂のヘアースタイル専門店

早く! 安い! つまりお得!

## ヘアースタイル 1,080円

※カットもセットも大丈夫!!

住所: 弘前市早稲田4-3-2  
0172-26-0141  
\*営業時間\* 10:00~20:00

求人募集23P

理容師・美容師  
**大募集!!**  
正社員、パート  
090-7563-6489  
(担当/阿保まで)

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

## くちこみ Tsugaru

黒石市駅前にある  
かわいいケーキ屋さん。  
「おかしのおくムラ」  
『黒い石たたま』という  
ブラウニーが特にオススメ!  
鶴田町 Y.Oさん

平川市の駅前付近。  
「食処 櫻屋」  
お昼も夜も、どれも美味しく  
特にかから揚げはやみつきに!  
鶴田町 Y.Oさん

弘前市大清水の  
「ラーメンたか虎」  
味噌ラーメンに  
白味噌・赤味噌があるので  
食べくらべてみて♪  
弘前市 E.Kさん

板柳ふるさとセンターの  
レストラン「リンゴワーク」  
お手頃ランチ、美味しいです!  
板柳町 H.Aさん

情報提供ありがとうございました!

ご存知ですか?

国土交通省 補助事業

マイホームを買った人もこれから買う人も  
最大30万円が受け取れる

# すまい給付金

入居後の申請をお忘れなく!!

## 「すまい給付金」2つのポイント

①収入に応じて最大30万円がもらえます!  
(消費税率8%減)

②入居後すぐに申請ができます!

※住宅ローン減税も大幅に拡充されました。あわせてご確認ください。

引越したら  
すぐに  
受け取れるんだ。

持分を共有  
していたら  
わたしも  
もらえるのね。

申請には要件があります。ナビダイヤルまでお気軽にお問い合わせください

ナビダイヤル(通話料がかかります) **0570-064-186**  
受付 9時~17時 毎週(土・日・祝日の)

PHSや一部のIP電話からは **045-330-1904**

すまい給付金事務局...<http://sumai-kyufu.jp/>

※住宅ローン減税も大幅に拡充されました。あわせてご確認ください。

※お申し込みの際は、返済予定額が、収入と返済額の合計が毎月返済額を超過する方が対象です。

あなたにも、  
とくとな  
選択肢。

# 全期間金利引下げ型 住宅ローン取扱中!!

取扱期間：平成29年4月3日～平成30年3月30日

JA住宅ローン  
とくくプラン

住宅の新築・増改築・改装・補修など大切な  
お住まいをサポートいたします。現在ご利用中  
の住宅ローン(JA以外)がある方も、住宅に  
関するさまざまな用途にご利用いただけます。  
お気軽にJAバンクにご相談ください。

ご契約で  
QUOカード  
5,000円分  
プレゼント



## ★当初のみ金利引下げAプラン

当初適用金利

3年 年 **0.60%**  
固定金利 [店頭金利 年2.15%から年1.55%引下げ]

5年 年 **0.90%**  
固定金利 [店頭金利 年2.63%から年1.73%引下げ]

10年 年 **1.10%**  
固定金利 [店頭金利 年3.36%から年2.26%引下げ]

## ★全期間金利引下げBプラン

当初固定金利適用期間終了後は、店頭金利より  
年1.00%軽減します。

3年 年 **0.80%**  
固定金利 [店頭金利 年2.15%から年1.35%引下げ]

5年 年 **1.25%**  
固定金利 [店頭金利 年2.63%から年1.38%引下げ]

10年 年 **1.70%**  
固定金利 [店頭金利 年3.36%から年1.66%引下げ]

## ★全期間金利引下げCプラン

変動金利 年 **0.725%**  
[店頭金利 年2.725%から年2.00%引下げ]

500万円まで!

マイカーローンの  
残高もあわせて  
お借入できます。

※注意 ●本商品は、お申し込み時点の金利が実行時の金利  
のいずれか低い方の金利が適用されます。

お取引の  
流れ(例) お申込み  
(申込書提出) 審査 ご融資  
決定 ご融資  
実行

→ いずれか低い方の金利 →  
●表示金利は平成29年4月3日時点のもので、金利は毎月見  
直します(金融情勢等の変化によっては、月中に見直しさせて  
いただく場合があります)。

★13項目の内、項目数のお取引により金利を軽減いたします。

金利軽減項目

左記該当項目数	軽減金利	プラン別
・3以上	▲1.00%～▲1.66%	Bプラン3・5・10年
・5以上	▲2.00%	Cプラン
・5以上	▲1.55%～▲2.26%	Aプラン3・5・10年

※Cプランの該当項目より9、10は除きます。

- |          |                   |          |
|----------|-------------------|----------|
| 1 農産物出荷  | 6 定期積金            | 11 JAカード |
| 2 若年層    | 7 公共料金自動振替        | 12 JA共済  |
| 3 給与振込指定 | 8 児童手当            | 13 購買取引  |
| 4 年金受給振込 | 9 推進重点業者利用(※初回のみ) |          |
| 5 定期貯金   | 10 協同住宅ローン中間保証利用  |          |
- ※既に当JAにご契約いただいている項目がある場合は、軽減させていただきます。

■詳しくはお近くのJA窓口までお気軽にお問い合わせください。

弘前中央支店 28-1118  
十屋内支店 93-3321  
目屋支店 85-2121  
船沢支店 96-2111

弘前北支店 73-2131  
岩木支店 82-5111  
弘前西支店 38-7771  
弘前南支店 88-1117

弘前支店 34-3644  
藤崎支店 75-3320  
薬師堂支店 92-3211  
碓ヶ関支店 45-2200

和徳支店 32-6141  
弘前東支店 87-2144  
大鐔支店 48-2188  
金融課 28-1121



JAつがる弘前

JAつがる弘前

検索

「JAとお取引はこれから」というお客様も気軽にどうぞ(ローンのご利用に際して、組合員加入のための出資が必要となります)

Tsugaru共通クーポンご提示でランチメニューご注文の方にソフトドリンク無料!

有効期限 2017/5/24

Tsugaru

H.29.5 vol.93

発行NADAI通信

青森県弘前市中野1-9-14  
TEL 0172-33-5312 FAX 0172-33-5304

無料



# ランチメニュー&食べ放題始めました!!

## 赤からランチメニュー 土日祝日限定 17時まで

ランチタイムはごはんお替わり自由!

### ワンコインランチ

●牛・豚の焼肉メニューは ①②③ の3種類から味をお選び頂けます。  
●名物3種盛りランチとせせり丼ランチは ビリヤダレの ④ 竜ダレの ⑤ の2種類から味をお選び頂けます。

<b>ミックスホルモンランチ</b> ..... 500円(税込) ミックスホルモン(160g) ごはん・わかめスープ・サラダ・キムチ付 大盛ホルモンランチ ..... 680円(税込) ミックスホルモン(240g) ごはん・わかめスープ・サラダ・キムチ付	<b>豚カルビランチ</b> ..... 500円(税込) 豚カルビ ①②③ (120g) ごはん・わかめスープ・サラダ・キムチ付 大盛豚カルビランチ ..... 680円(税込) 豚カルビ ①②③ (160g) ごはん・わかめスープ・サラダ・キムチ付	<b>カレーランチ</b> ..... 500円(税込) カレー(200g)・ごはん(300g) わかめスープ・サラダ付 大盛カレーランチ ..... 600円(税込) カレー(300g)・ごはん(400g) わかめスープ・サラダ付
---	---	---

### 焼肉ランチ

<b>名物3種盛りランチ</b> ..... 780円(税込) 赤から名物3種盛り ①②③【せせり/竜ダレ/竜もも】(60g) ごはん・わかめスープ・キムチ付 大盛 980円(税込)	<b>牛カルビランチ</b> 680円(税込) 牛カルビ ①②③ (120g) ごはん・わかめスープ・キムチ付 大盛 880円(税込) 牛カルビ ①②③ (160g) ごはん・わかめスープ・キムチ付	<b>豚サンランチ</b> 780円(税込) 豚カルビ・豚ロ・豚ロース(60g)・ごはん・わかめスープ・キムチ付 大盛 980円(税込) 豚カルビ・豚ロ・豚ロース(80g)・ごはん・わかめスープ・キムチ付	<b>牛豚ランチ</b> 880円(税込) 牛カルビ・豚カルビ(60g)・ごはん・わかめスープ・キムチ付 大盛 1,080円(税込) 牛カルビ・豚カルビ(80g)・ごはん・わかめスープ・キムチ付
--	--	---	--

### 自慢の赤から鍋ランチ

<b>赤から鍋ランチ</b> ..... 925円(税込) 赤から鍋1人前・ごはん・サラダ・小鉢付	<b>赤から鍋・牛カルビランチ</b> 1,380円(税込) 赤から鍋1人前・牛カルビ ①②③ (60g)・ごはん・サラダ・小鉢付	<b>赤から鍋濃縮ランチ</b> ..... 1,480円(税込) 赤から鍋1人前・赤から名物3種盛り ④⑤【せせり/竜ダレ/竜もも】(60g)・ごはん・サラダ・小鉢付
--	--	---

赤から鍋の辛さは 1~10番までお選び頂けます。

### お店オリジナル

<b>冷麺ランチ</b> ..... 680円(税込) 冷麺・わかめスープ・サラダ・小鉢付	<b>ピビン麺ランチ</b> ..... 680円(税込) ピビン麺・わかめスープ・サラダ・小鉢付	<b>唐揚げ定食</b> ..... 680円(税込) 唐揚げ(5個)・ごはん・わかめスープ・サラダ・小鉢付	<b>せせり丼ランチ</b> ..... 680円(税込) せせり丼 ④⑤ わかめスープ・サラダ・小鉢付	<b>チキン南蛮定食</b> ..... 780円(税込) チキン南蛮(5個)・ごはん・わかめスープ・サラダ・小鉢付
--	--	---	--	---

### ソフトドリンク +100円

- オレンジジュース
- グレープフルーツジュース
- カルピスウォーター
- メルビスソーダ
- メロンソーダ
- ココ・コーラ
- ジンジャーエール
- ウーロン茶(冷・ホット)
- 濃く・薄く茶(冷・ホット)
- ジャスミン茶(冷・ホット)
- 緑茶(冷・ホット)

### デザート +200円

- パナライス
- 抹茶アイス
- ゆずシャーベット
- マンゴーシャーベット
- おはぎ

## 焼肉&鍋 食べ放題メニュー

ORDER VIKING

<b>焼肉 全97品</b> お一人様 2,680円 小学生以下半額	<b>鍋 全68品</b> お一人様 2,380円 小学生以下半額	<b>焼肉&amp;鍋 全138品</b> お一人様 2,980円 小学生以下半額	<b>焼肉&amp;鍋 プレミアム 全166品</b> お一人様 3,680円 小学生以下半額
---	--	--	--

食べ放題を  
ご注文のお客様

アルコール飲み放題  
+980円(税込)

ソフトドリンク飲み放題  
+480円(税込)

スタガード

飲み放題  
アルコール・ソフトドリンク  
90分 1,480円  
ソフトドリンク  
飲み放題 90分→500円

LINE@はじめました。 友だち登録で、クーポンをプレゼント! ID: @guw1288y

0172-31-2901

営業時間  
平日17:00~24:00  
土日祝11:00~24:00  
ラストオーダー 23:30

当店★ 弘前警察署センター  
佐藤 弘前警察署センター  
北菜の ヤマダ電機  
みちざん  
あおぞん



クーポンP