

FMジャイゴウェーブ(76.3MHz)で放送中!

# Tsugaru

～今月の特集は～

弘前まちなが情報

弘前公園周辺編

弘前公園周辺のお店のご紹介!! 11P・12P

2012 May

クーポン付 vol.33

5

さくらまつり  
情報掲載!!

ご自由にお取り下さい



E-mail: info@navi-hiro.com  
HP: http://navi-hiro.com/

NAVI通信 発行

Photo: 弘前公園 広瀬の春櫻園



# Tsugaru イチオシのお店

**お食事処 鶴亀**

住 弘前市大町 2-2-13

営 11:00~15:00  
夜 17:00~ 2:00

休 無休 P あり

電 0172-35-3551



**メニューが豊富で一度行くとクセになるリーズナブルなお店!**

**日替わりランチ  
ワンコイン! ￥500**  
売り切れ御免



**5月のサービス商品** 5月7日~5月31日迄

定食、丼物、麺類ご注文のお客様に限り

**三三ちらし、三三鉄火丼、三三いくら丼 300円**  
昼 11:00~夜 11:00迄

お食事された方に限り

**生ビール HALF、100円**  
焼酎水割り 夜 5:00~夜 11:00迄

**おしゃれ工房 ぱあま屋**

弘前市駅前町15-8

0172-34-3722

OPEN AM 8:45  
CLOSE PM 7:00

定休日:毎週月曜日

駐車場:あり



**5/1~5/31 ストレート**  
PM4:00迄  
小・中・高生 ￥4,200 ￥5,200  
一般 ￥5,000 ￥6,500  
(カット込み料金) (カット別料金)

**4/28~5/31 エクステつけ放題**  
人毛100% (120円迄)  
70cm ￥14,500  
52cm ￥12,000

**縮毛矯正**  
PM3:00迄  
LLは +525円

**パーマ料金 大幅改正**

- ◎4,305円
- ◎4,725円
- ◎5,250円
- ◎6,090円
- ◎6,300円

5種類のなかから長さに関係なく  
髪質に合わせてお選び頂けます。  
パーマはぱあま屋で!

**噂のカット専門店**  
早い! 安い! 便利!

**10カット**

ヘアークット 1,000円

**大人も子供も  
いつでも誰でも**

ワンスタイル  
約10分でカット!

おかげ様で ご来店人数  
**18万人突破!**  
ありがとうございます!!

弘前市早稲田4-3-2

0172-26-0141

\*営業時間\*  
10:00~20:00(20:00まで受付)  
年中無休(月曜日にも休まず営業)



**弘前初**  
カットカラー専門店



**主婦に人気の美容室**  
カット&カラー専門店

**ぴかっと**

ぴかっとの従業員はこの道10年以上の  
ベテランばかり!! 安心してご利用下さい。  
ご来店のお客様全員にBOXティッシュ1箱プレゼント!!

**メニュー**

- Aコース  
カットのみ 1,000円
- Bコース  
カット+シャンプー 1,300円
- Cコース  
カット+カラー+シャンプー 3,700円

弘前市八幡町3-2-4  
壁田バイパス沿いアクア八幡内  
0172-35-4816

\*営業時間\*  
9:00~19:00(全コース19:00まで受付)  
年中無休(月曜日にも休まず営業)



**CUT GIG HEARTS**

住 弘前市高田1-1-1  
電 0172-55-8090  
営 9:00~19:00  
P 裏に4台  
www.cutgig-hearts.com

**Men's**  
【ご新規のお客様に限り】  
カット 1,050円

**平日限定** 女性顔そり  
~~700円~~ → 1,050円

**Men's**  
平日限定 カット・カラー  
~~4,880円~~ → 3,990円




クーポン付き  
2P  
あり!

1



# プレゼントコーナー



掲載ページ10P→



※写真はイメージです。

**CPサロン**  
フェイシャルエステ  
メイクアップコース

通常6,300円→無料  
…3名様



掲載ページ6P→



※写真はイメージです。

**酒庵**  
お食事券2,000円

…5名様



掲載ページ22P→



引換券  
郵送

**ドリームアマチュア**  
オリジナル  
パンチンググローブ

…3名様



掲載ページ8P→



**アジアンカフェ**  
“ポクポン”  
キーホルダー

…3名様



**青森コロナワールド**  
サービス券セット

- ◎コロナシネマワールド◎  
映画ご招待券
- +
- ◎ゲームメトロポリス◎  
UFOキャッチャー体験券
- +
- ◎百円寿司 黒船◎  
10%割引券



掲載ページ8P→

…セットで5名様

希望する商品番号と商品名を書いてね。  
お名前・ご住所もお忘れなく!!

## ■応募方法

下記の①～⑤のアンケートにお答えの上、住所・氏名・年齢・電話番号をご記入下さい。下の「応募券」をハガキに貼り付け、下記のNAVI通信宛までご応募下さい。

## ■アンケート

- ①今月掲載の中からご利用いただける(予定)お店の名前
- ②今回ご利用していただける(予定)クーポン券の枚数
- ③「Tsugaru」で紹介してほしいお店とその理由。
- ④本誌を入手した場所
- ⑤希望する商品番号と商品名(第1希望、第2希望)

■宛先 〒036-8203

青森県弘前市本町72-2  
NAVI通信「プレゼント係」まで

★応募締切★ 2012年5月25日(当日消印有効)

※当選発表は発送をもって代えさせていただきます。

次号発行は  
**5月25日**  
(金)です!  
お楽しみに…

「Tsugaru」  
読者様へお願い  
プレゼントのご応募は、  
お1家族様1回の  
ご応募となりますので、  
ご了承くださいませ。

Tsugaru2012年5月号

**応募券**

※お1家族様1回のご応募です。No.2405

おしゃれ工房 ぱあ～ま屋 1P

カット **300円引**

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.5月末日迄

青森コロナワールド 8P→

**映画鑑賞+ソフトドリンク&ポップコーンS**  
大人1,500円、小人1,200円

※3D作品ご鑑賞の際には別途300円及び3Dメガネが100円必要になります。  
※ポップコーンはプラス50円で味の変更が頂けます。  
※上記クーポンのご使用は1枚で3名様までご利用頂けます。  
※特別作品等ご使用頂けない場合がございます。ご了承下さい。  
※団体鑑賞にはご使用頂けません。※現金のお支払いのみ有効。  
※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.5月31日迄

つば・足つば全身整体 まごころ 9P→

各コース **500円引**

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.5月末日迄

カイロプラクティック 和楽 9P→

カイロプラクティック  
初診4,200円→ **2,500円**

(ポイント割引制度あります。)

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.5月末日迄

カイロプラクティック 和楽 9P→

美容カイロ **5,800円**  
10,000円→

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.5月末日迄

美容室 ベルノ 10P→

当店ご利用の方  
パーマ・カラー・カット **25%OFF**

※セット・メイク・着付けは割引対象外

新規ご利用の方  
技術料金 **50%OFF**

※セット・メイク・着付けは割引対象外

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.6月末日迄

ティールイズグループ 10P→

新規ご利用の方  
技術料金 **50%OFF**

※セット・メイク・着付けは割引対象外

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.6月末日迄

CPサロン 輝～きらら～ 10P→

初回1回限り **1,000円引**

(2,100円⇒1,050円)

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.5月末日迄

KEN施術院 13P→

通常初回 5,250円を  
90分(検査料含む) **2,500円**

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.5月末日迄

Peek a Boo 14P→

5,250円以上お買物の際に  
**500円割引**

一部対象外あり

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.5月末日迄

スプレンド 18P→

施工価格  
**10%OFF**

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.5月末日迄

ドリームアマチュアボクシングジム 22P→

通常 15分3,000円のところ  
**酸素カプセル 無料**

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.5月末日迄

点線を切り離してお使い下さい。



## イベントカレンダー 2012年5月

3 (木)	『第31回 2012年 津軽三味線全国大会』【期 間】5月3日(木)・4日(金)【場 所】弘前市民会館 【時 間】受付8:30～、開場9:00～【入場料】両日券=3,500円 当日(1日)券=2,000円 【問合せ】津軽三味線全国大会実行委員会 0172-27-6438
5 (土)	『第24回 青森県弘前市岩木全国風揚げ大会』(交流会)5月3日(木)18時～岩木文化センター「あそべーる」 【問合せ】岩木風の会事務局 0172-82-2394 (大会)5月4日(金)9時～岩木海洋センター
5 (土)	『2012桜花グランプリ争奪 第27回 津軽五大民謡全国大会』【期 間】5月5日(土)【入場料】1,000円 【場 所】弘前市民会館【開演時間】10:00～【問合せ】陸奥新報社営業局事業部 0172-34-3111
6 (日)	『りんご花まつり』【期 間】5月6日(日)～5月20日(日)【場 所】弘前市りんご公園【入園料】無料 【問合せ】弘前市りんご公園 0172-36-7439 ※弘前公園より「ためのぶ号」にて約20分
7 (月)	『駅からハイキング 城下町弘前の四神、青竜・朱雀を歩く』【期 間】5月7日(月)～6月30日(土) 【場 所】スタート駅:奥羽本線弘前駅【受付場所】弘前市観光案内所(弘前駅1階) 【受付時間】10:00～11:00【問合せ】駅からハイキング事務局 03-5719-3777
12 (土)	『第14回 津軽路ロマン国際ツアーマーチ』【期 間】5月12日(土)・13日(日)(雨天決行) 【場 所】(弘前中央会場)弘前市立観光館「造手門広場」(黒石会場)津軽伝承工芸館・こけし館(黒石市落合温泉、 平川会場)猿賀公園・さるか荘、平川市文化センター 【受付時間】12日…6:00～、13日…6:30～、出発式7:30～、スタート8:00～ 【参加費】一般…2,000円、大学・高校生…1,000円、中学生以下…500円、5キロ(ファミリー向け)…500円 【問合せ】津軽路ロマン国際ツアーマーチ実行委員会事務局(陸奥新報社内営業局事業部内) 0172-34-3111
13 (日)	『弘前市こどもの森 森開き』【期 間】5月13日(日)【場 所】弘前市大字坂元字山元 久渡寺地 【開催時間】10:00～【問合せ】こどもの森ビジターセンター 0172-88-3923
18 (金)	『全日本リンゴ追分コンクール 第20回記念大会』【期 間】5月18日(金)・19日(土) 【場 所】弘前市民会館【開催時間】14:00～【入場料】無料(19日のみ入場整理券が必要です) 【問合せ】全日本リンゴ追分コンクールを推進する会 0172-34-1105
26 (土)	『白岩まつり』【期 間】5月26日(土)・27日(日)【場 所】平川市白岩森林公園 【開催時間】9:00～15:30【問合せ】平川市観光協会事務局 0172-44-1111
27 (日)	『大鰐温泉つつじまつり』【期 間】5月26日(土)～6月3日(日)【場 所】青森県立自然公園「茶白山公園」 【問合せ】大鰐町企画観光課 0172-48-2111
27 (日)	『弘前城・弘前城植物園 無料開放日』【期 間】5月27日(日)【時 間】9:00～17:00 【場 所】弘前公園【問合せ】みどりの協会 0172-33-8733
	『大鰐大日様 宵宮』【期 間】宵宮…5月27日(日)、大祭…28日(月)【場 所】大鰐町蔵館大円寺 【問合せ】大円寺 0172-48-2017

## 弘前城 さくらまつり 5/3(木)・4(金)・5(土)・6(日)

# ヘリコプター 遊覧飛行

※天候状況により、延滞する場合がございます。  
運航時間/9:00～16:30

### お花見フライトプラン

一瞥見ることの無い上空からの桜は格別です

※各コースとも2名以上の乗客が必要となります。  
※1名乗りのご利用は別途料金にさせていただきます。

特別コース	ドリームコース
(飛行距離約18km)	(飛行距離約30km)
大人 <b>8,500円</b>	大人 <b>13,000円</b>
子供 <b>6,500円</b>	子供 <b>10,000円</b>

※体験コースもございます。(飛行距離約9km) 大人4,500円、子供3,500円

予約センター  
**ミツワエアサービス** TEL 090-3534-4554  
URL <http://www.mitsuwa-air.jp/>

※2名様以上のご予約は別途料金がかかります。お3名以上の予約は別途料金となります。  
※予約時間の20分前迄にヘリポートで受付して下さい。お料金は全て現金にてお支払い下さい。天候もよりお問い合わせ下さい。

ヘリポートMAP

キタエアップル運動広場

徒歩7分(約10分)バス5分

青森県弘前市大字坂元





春爛漫!

2012

# さくらまつり情報



本誌11、12Pに弘前公園周辺のお店情報掲載中!

## 弘前さくらまつり

- 期間 4月23日(月)~5月7日(月)
- 場所 弘前公園(国指定史跡「弘前城跡」)
- 入園料 本丸・北の郭/大人300円、小人100円(午前7時~午後9時)
- 問合せ 弘前市立観光館 0172-37-5501

日本一の規模を誇る弘前公園は約50種、約2600本の桜が見事な花を咲かせ、桜花爛漫な情緒を醸し出します。公園内では各種出店や民謡ショーなども行われます。



ライトアップされた夜桜も麗しい美しさです。(夜間照明18:30~22:00予定)

### <市役所本庁舎本館屋上を開放>

4月28日(土)から5月6日(日)までの土・日・祝日  
時間:午前9時から午後5時まで

おなじみ桜と天守閣と下乗橋



## 黒石さくらまつり

- 期間 4月28日(土)~5月6日(日)
- 場所 黒石市東(あずま)公園  
※メイン会場(特設舞台・出店・本部)の場所が、東公園下となります。
- 時間 午前9時~午後8時30分(9時消灯)
- 問合せ (社)黒石観光協会 0172-52-3488



鮮やかに、誇らかに、華やく黒石桜。

津軽三味線など、黒石ならではの民謡ショーや吹奏楽演奏ほほか、さまざまなイベントが予定されており、露店も並びます。夜にはライトアップが行われ、幻想的な夜桜も楽しむことができます。

## おのえ花(さくら)と植木まつり

- 期間 4月28日(土)~5月6日(日)
- 場所 平川市猿賀公園
- 時間 午前9時~午後5時
- 入園料 無料(各メニューにより参加費必要)
- 問合せ 平川市観光協会事務局 0172-44-1111

庭木・草花の展示販売の他に盛園や猿賀神社などをガイドと一緒に散策する「猿賀まち歩きミニツアー」、中国茶インストラクターを講師に招いて開催する「お花見中国茶会」など多数のイベントを実施。5月5日の子ども日には市内のゆるキャラが会場に集合します!



春の訪れを約330本の桜がお出迎え。

## 金木桜まつり

- 期間 4月29日(日)~5月6日(日)
- 場所 芦野公園(五所川原市金木町)
- 入園料 無料
- 駐車場 普通車500円、大型車2,000円
- 問合せ 金木商工会 0173-52-2611

まつり期間中は津軽三味線全日本金木大会や、郷土芸能、歌謡イベントなど催し物が盛りだくさん。2日(水)は夜桜と湖畔に映える幻想的な花火大会などが開催される予定です。芦野公園駅付近の線路を覆うように広がる桜のトンネルを通る津軽鉄道が人気。



## 大館桜まつり

- 期間 4月25日(水)~5月6日(日)
- 場所 桂城公園
- 入園料 無料
- 問合せ 大館市観光協会 0186-42-4360



午後9時頃まで園内の桜ライトアップも行われ、夜桜を楽しむことができます。

園内には約200本のソメイヨシノが咲き、期間中は、露店が立ち並びます。まつりではカラオケや民謡ショーの開催が予定されています。



# 串の酉や六也

種類豊富な串ものに、新鮮なお刺身、焼き魚、揚げ物、煮物、飯、サラダ、デザートなどなど...



もちろん  
ドリンクも豊富!!



カウンター、個室、お座敷あり

ホー人様 単価3000円以上で  
駐車券提示300円キャッシュバック(現金払いのみ)



住 弘前市土手町126  
パークホテル2F  
電 0172-34-7436  
営 17:00~0:00頃まで  
休 ほぼ無休



毎月多彩な  
イベントをご用意! 5月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
				日本酒100円引き		
6	7	8	9	10	11	12
六やの日			ドリンク 約半額		ビール類 100円引き	
13	14	15	16	17	18	19
			六やの日		女子様の日	
20	21	22	23	24	25	26
	ポイント2倍		2時間飲み放題2000円が 1800円の日			
27	28	29	30	31		
六やの日			チューハイ、カクテル 100円引き			

**六やの日** → ビール全種類200円引き  
**女子様の日** → 女性のみで来店のお客様に限り  
 時間無制限飲み放題1600円(女禁可!)  
 ※『六やの日』、『ドリンク約半額』は先着6名様限定になります。

## 気軽な居酒屋 Tubo屋 をよろしく

お得な  
ジョッキサワー  
**200円**

名物  
火山焼  
1鍋(約2~3人前)  
**1,050円**

豊富なメニューで  
カップル、家族連れにも人気!  
宴会コースは  
3名様~50名様までご利用頂けます。  
ご予算に合わせてご相談に応じます。

飲み放題  
あります  
**1,380円**  
から



## 居酒屋 Tubo屋

住 弘前市城東北4-3-1  
電 0172-28-4066  
営 17:00~翌2:00  
休 月曜日(祝前日除く)  
P 5台



## 中国料理 門外4丁目

中国四川料理を主体にした  
メニュー構成で麺類や定食  
などリーズナブルな価格で  
ご提供しています。

住 所 弘前市門外4丁目6-9  
電話番号 0172-28-7099  
営業時間 月~金 昼11:00~15:00  
夜17:00~21:00  
土・日 11:00~21:00  
休業日 水曜日定休  
※水曜が祝日の場合は営業します(翌日休業)

## 門外4丁目 ホームページ開設しました!!

<http://www.kadoke4chome.com>

携帯用QRコードを読み込んで  
携帯からもアクセスできます。  
→→→→→いますぐアクセス→→→→→



好評営業中  
皆様のご来店を  
心よりお待ちしております。  
おります。

お花見シーズン到来!!  
**各種オードブル**  
4,000円~ご予約承ります。  
ご予約 TEL 0172-28-7099



**2時間飲み放題プラン**  
お料理付き  
**4,000円**～予約受付中  
<http://www.syuann.com/>

ランチセット **1,000円**～  
パスタ、オムライス **780円**～

**おすすめプラン**  
歓送迎会に最適!!



10名様以上、4,000円以上のプランを予約のお客様は  
**1名様分無料**  
※月曜日～水曜日を除きます。

**女子会プラン**  
学生限定  
4名様以上でお祝いの学生グループに限り、  
2時間飲み放題付き  
**3,000円**

**ママ会プラン**  
小学生以下  
**1ドリンク無料**  
※詳しくはお問い合わせ下さい。

お花見のおでかけ前にランチはいかが?  
お祭りには、ゆっくりお酒とお料理を味わいませんか?

**Dining Bar 酒 syuann 庵**

1名全プランは24名様まで  
2名全プランは30名様まで(50分間限定)

営業時間(月) 11:30～15:00 (LO 14:30)  
(火) 17:00～25:00  
ラストオーダー / food 24:00 drink 24:30  
定休日 / 毎週火曜日

〒505-0822 弘前市駅前町10-1 遊食館 1F  
TEL・FAX 0172-37-6688

**季節の旬の食材と地酒を扱う落ち着いた空間。**

美味し地元料理や地酒を気軽に楽しめます。  
季節料理もあり、旬の味をリリースするお鍋で...

自慢の串揚 16種類  
(海老、ツブ、アスパラ、れんこんなど)  
1本 **オール 100円!!**

新鮮と安さが自慢のお店!  
津軽衆一番おすすめ  
**貝焼き味噌 100円**

日経グループ各種あります。  
十和田バラ焼  
シロコロホルモンなどを

**古都弘前の酒処 津軽衆**

弘前市大町1丁目6-2  
駅前センター 1F  
JR弘前駅より徒歩2分

**0172-35-6256**

営業時間 17:00～23:00  
定休日 不定休  
<http://taigenryu.co.jp/>



**美人のお客さんが多いラーメン店(みんな“めんくい”だから)**

スタミナー一番さんのおいしい「特別栽培米」は私が丹念に作っています。

**「特別栽培米」とは?**  
農薬や化学肥料を通常の5割以下に減らして生産したお米です。

青森県産の安心・安全なお米です。

一般のご家庭にも販売致します。  
お気軽にお問い合わせ下さい。

**「エコファーマー」とは?**  
土づくりを行い、農薬と化学肥料を減らした農業に取り組む農業者の愛称であり、県が認定しています。

**スタミナー一番**



大好評! **ビリ辛麺夕飯 680円**

オムライス **680円**

**スタミナー一番**

開店23年、お店77年、  
今年6月で50周年を迎えます。

地元の人に愛され、これまで続けることが出来ました。これからも安心安全な食材を使い、情熱と元気で頑張ってまいります。どうぞお気軽にお越し下さい。

弘前市東野 5-5-15  
0172-87-6996  
平日 11:00～15:00  
平日 17:30～21:50  
ラストオーダー 21:30  
日・祭 / 11:00～21:00  
水曜日(祝日を除く)  
※水曜日のみお休みです。

〒506-0822 弘前市東野5-5-15  
TEL 0172-87-6996





# 横綱ちゃんこ

超ビッグ!!

期間限定企画!!

## とりの唐揚げ

高さ23cm  
総重量1.8kg

1,150円

1日2食限定

めっちゃ大きい!



23cm!!

通常のとりの唐揚げ  
(単品500円)  
7人前位のボリューム!!



## きんきん鍋

1人前(2~3人分位あります)

2,000円



おきんきん一本分入ってます。

一人で完食の場合写真を撮って  
店内に飾りますよ。

おいしいちゃんこ鍋と  
お酒も楽しめる広々きれいなお店  
最大50名様収容!

住 弘前市城東北3-10-71  
(さくら野弘前店隣り)

電 0172-28-2355

営 17:00~23:30  
節電の為、23:00迄  
ラストオーダー22:00

休 水曜日 P有り

<http://chanko.konjiki.jp>



和食もお酒も旨い店

松森町交差点角

# めんや ひまわり。

- 豚骨煮干しラーメン 730円
  - 特製煮干しラーメン 830円
  - 煮干しチャーシュー 830円
  - つけ麺 780円
  - 特製つけ麺 880円
  - つけチャーシュー 880円
- つけ麺はお持ち帰りも出来ます。

ふたが出来ないほど、大量の  
豚骨、ガラ、豚骨を鍋に詰め込み  
20時間かけて旨味だけを取り出し  
自慢のスープに仕上げました。



弘前市富田町20  
11:30~15:00  
17:00~21:00  
毎週火曜日定休日



- 中華そば 630円
- 特製中華そば 730円
- チャーシュー麺 730円



- みそラーメン 780円
- 特製味噌ラーメン 880円
- ネギみそラーメン 880円
- ネギみそチャーシュー 980円
- みそチャーシュー 880円



ラーメンをご注文のお客様には、カレー、サラダ、お新香、ライスが食べ放題!



## ラーメン ショップ 弘前店

住 弘前市場越守川合184  
 電 0172-27-0292  
 営 11:00~20:00  
 休 月曜日 P あり

**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 ..... 700円  
 B. ネギラーメン・ギョーザ ..... 800円  
 C. ネギミソラーメン・ギョーザ ..... 850円  
 ※ライス・オニギリ(1個)はサービスです。

## バッグ・ポーチ ファッション小物等 新商品入荷!

**大好評!**  
 お楽しみながらオリジナルの  
 プレス・アクセサリー作れます。

150種類以上の  
**天然石を粒売りで  
 格安にて販売中!**

**タイ・ラオスの雑貨  
 ぞくぞく入荷**

**ASIAN Cafe  
 アジアン カフェ**

住 弘前市清水森沼田 49-1 営 11:00~18:00  
 電 0172-40-3070 休 不定休 P あり  
 道に迷ったらお気軽にお電話下さい。

## 母の日などのお祝いごとにはいかがですか?

**Risubon**  
 リスボン菓子店

**春のおすすめ**

クレーム・ワッフル  
 シェイク・アップルパイ  
 などなど黒石市の  
 おいしいお菓子屋さん  
**リスボン菓子店**

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

▲生チョコレート  
 ▲生ロール  
 ▲イチゴロール **各¥550**  
 (中にイチゴジャムソースが入っています!)

**おすすめMENU**  
 苺ミルクフィークレープ ¥340  
 ミックスバナナクレープ ¥340  
 シュークリーム ¥100  
 アップルパイ ¥120  
 アメリカンワッフル 各 ¥130  
 ミニクレープ 各 ¥150

## 話題の最新作が 続々登場!! 5月上映 Line Up

5月5日(土)公開 **宇宙兄弟 2012.5.5 LIFT OFF!!**

5月19日(土)公開 **ジョニー・デップ タイム・パートナーズ**

5月25日(金)公開 **ダークシャドウ**

5月25日(金)公開 **MIB3 メン・イン・ブラック3**

**青森コロナスペシャルクーポン**  
 映画鑑賞 + ソフトドリンクS&ポップコーンS  
**大人1,500円 小人1,200円**  
 有効期限 2012年5月31日迄有効

※3D作品で鑑賞の際には別途300円及び3Dメガネ代が100円必要になります。  
 ※ポップコーンはプラス50円で味の変更が頂けます。  
 ※上記クーポンのご使用は1枚で3名様までご利用頂けます。  
 ※特別作品等ご使用頂けない場合がございます。ご了承下さい。  
 ※団体鑑賞にはご使用頂けません。※現金のお支払いのみ有効。

**クーポン券は2ページにあります。**

■上映時間のお問い合わせは TEL.017-783-5080  
 ■オペレーター対応希望の方は TEL.017-783-5081

シネマにどつさり、アミューズメントたっぷり。  
**青森コロナワールド**  
 〒973-0005 青森市三好1-15-8 TEL.017-783-5050



女性だけの隠れ家サロン



# まごころ

つば 足つば 総合整体

身体はつらいのに頑張ってしまおう貴方  
時には、自分の事をいたわってみませんか?

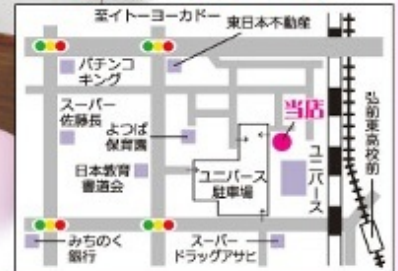
頭痛・肩こり・足のむくみ  
リンパの流れ

## MENU

- ♥ 全身つぼ整体 (60分)+フットバス (10分) ...3,000円
- ♥ 足つぼ整体 (40分)+フットバス (10分) ...2,000円
- ♥ 全身つぼ整体+足つぼ整体 (90分)  
+フットバス (10分) ...4,500円

☎0172-35-2622

住 弘前市南大町1-4-13  
 調 090-8789-0416  
 営 9:00~19:00 有  
 休 日曜日 (完全予約制)



歪んだ骨盤、歪んだお肌、あなたは大丈夫?!

骨盤は人間の土台です!

### ~カイロプラクティック~

施術料

- \* 初診 (問診あり60分) ...4,200円
- \* 2回目以降 (50分) ...3,000円

クーポンご持参の方

初診 4,200円を  
¥2,500

●ポイント制も実施あります。

### ~美容カイロ~

価格からのアプローチ  
だから結果が違います!

- パーシクコース  
骨盤矯正、頸肩調整(小顔)  
吸着洗顔、顔筋マッサージ  
温熱パック、頭皮マッサージ  
天然粘土(モンモリロナイト)  
のスキンケアを使っています。

クーポンご持参の方

10,000円を  
¥5,800

今を懸命に生きるあなたに、身体も心もほっとする1日を。  
明日の笑顔・元気のためにトータルケア。

和楽 WAKURAKU

住 弘前市小比内2丁目  
5-1メゾンKII103号  
電話 090-3759-2256  
9:00~19:00  
完全予約制です。  
休 不定休 P あり

HONDA 弘前駅前  
豊田小 武運館  
和楽 小比内  
集会所 運動公園  
至大館

天然弱アルカリイオン水



あなたが毎日飲  
んでいる水は、  
おいしくて安全  
な水ですか?  
千の得の水、  
「けんこう壺番」  
は無添加で安全  
です。

4リットル 2リットル  
¥200 ¥150

千の得 Sen-no-toku

弘前市和徳町223  
アビタシオン1F

電 0172-88-5659  
(要予約)  
営 10:30~  
休 日曜日 P あり

MAP 1 総合保険センター  
管 倉子一  
一代官町 印太  
明田 当店

## MF 池田レディスクリニック

## 高度生殖治療 不妊治療専門クリニック

当クリニックは不妊治療・更年期健康相談など内分泌専門で、  
不妊治療に力点をおいています。

最新の治療統計では当院治療プログラムを継続された患者様の  
90%が1年以内に妊娠に至っております。

勇気をもって治療の第一歩を踏み出してはいかがでしょうか。  
またプログラムは、頑固な生理痛・頭痛・肩こり・腰痛等の改  
善にも効果をあげております。

全力で治療に当たらせて頂きますので、是非お  
気軽にご相談ください。



TEL 0172-29-2055

弘前市高田5-7-7 <http://www.ikedal-c.jp>  
ikedas@juno.ocn.ne.jp

月~金 9:00~12:00  
14:00~18:30  
土曜日 9:00~14:00  
休診日 日・祝日





たくさんのお客様に愛されて 美容室ベルノは25周年を迎えました。

# 美容室ベルノ 25周年 25th Anniversary

クーポン有効期間:6月末まで

感謝の気持ちを込めて

パーマ・カラー・カット

**25%OFF!**

クーポンご持参の方に限ります

- 適用例 ※セット・メイク・着付けは割引対象外 (税別)
- \* カット (シャンプー・ブロー込) ¥3,000 → **¥2,250**
  - \* パーマ (シャンプー・カット・ブロー込) ¥6,000 → **¥4,500**
  - \* カラーカット ¥6,000 → **¥4,500**

当店を初めてご利用のお客様へ  
25%+25%でニコニコプライス

技術料金

**50%OFF!**

クーポンご持参の方に限ります

※セット・メイク・着付けは割引対象外  
この機会にぜひ美容室ベルノで  
素敵に変身してみませんか?  
他のティールイズグループご利用の方は除きます。

先着  
250名様に  
記念品を  
進呈!

更に期間中ご来店のお客様へ

**ポイント2倍**

当店ポイントカードに  
ポイント2倍差し上げます。

美容室ベルノ  
**VERNO**  
OFFHAIR & MAKE

☎0120-97-1361  
☎0172-34-2117  
弘前市土手町126  
弘前パークホテル2F  
(紀伊屋敷書店2F)

営業時間  
平日 am9:30~pm7:00  
土 am9:00~pm7:00  
日 am9:00~pm6:00



T.RISE Group

www.t-rise-g.com/



BEAUTY

クーポン付券

2Pに  
あそび!

♪主婦に人気の美容室♪

カット&カラー専門美容室

**ぴかっと**

★弘前初★

★カット&カラー★

★専門美容室★

★★★★★

★メニュー★

- Aコース: カットのみ .....1,000円
- Bコース: カット+シャンプー .....1,300円
- Cコース: カット+カラー+シャンプー .....3,700円

ぴかっとの従業員はこの道10年以上のベテランばかり!!お任せください。

ご来店のお客様全員にBOXティッシュ1箱プレゼント!!

住 弘前市八幡町3-2-4  
壱田バイパス沿いアクア八幡内  
☎0172-35-4816 P有り  
営 9:00~19:00 (全コース19:00まで受付)  
休 年中無休 (月曜日休まず営業)



美容室ベルノ25周年 6月末まで

**タイアップ企画**

ティールイズグループ下記の4店舗合同キャンペーン!

ティールイズグループを初めてご利用のお客様へ

25%+25%でニコニコプライス

技術料金

**50%OFF!**

クーポンご持参の方に限ります

※セット・メイク・着付けは割引対象外  
この機会に素敵に変身してみませんか?



全店P有

アンダーカース×ピカソ

弘前市表町2-11  
アブリーズ4F  
☎0172-34-6333

美容室アンダーカーススクレール

弘前市泉野1-4-5  
イオン安原5C内  
☎0172-87-7176

プランタンフォーヘア

弘前市駅前3-3-2  
イトーヨーカドー向い  
☎0172-34-9936

美容室アンダーカースティアラ

弘前市早稲田4-3-2  
ヤマダ電機そば  
☎0172-26-9250

T.RISE  
ティールイズ  
グループ  
http://t-rise-g.com/



クーポン付券

2Pに  
あそび!

CPサロンとは... CPサロンは、CP化粧品の販売のほか、お客様のお肌のカウンセリング、フェイシャルエステティックやメイクアップアドバイスを通して「トータルな美しさ」をお届けするコミュニケーションスペースです。 **至福の60分**



水野 美紀

肌と、こころに、うれしいこと。

**フェイシャルエステティック&メイクアップアドバイス**

5/9(水)10(木)11(金)12(土)13(日)

**期間限定 無料体験フェア開催!**

プレゼントもあるおトクな5日間!  
御予約はお早めに!

スタッフ募集中!! **パート アルバイト**も可



CPサロン 輝 ~きらら~

CPコスメティクス 代理店 (株)ヒロコーポレーション  
http://www.net-hiro.ne.jp

弘前市北瓦ヶ町5-1  
**0172-38-1100** <<完全予約制>>

※施術中は電話に出られないことがあります。  
施術後こちらから折り返しお電話致しますので、  
留守電にお名前とお電話番号をお願致します。  
OPEN/10:00~18:00 定休日/不定休



プレゼント付券

嬉しいは  
2Pへ...

クーポン付券

2Pに  
あそび!

10



ル・キャッスル・ファクトリー  
**Le Castle Factory**

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



弘前公園より徒歩5分。  
ホテルメイドの  
本格スイーツはいかが。

県産りんごをたっぷりと使用したアップルパイと伝統のケーキ、季節ごとの新作や焼きたてパンもおすすすめです。



■電話番号 0172-36-1211  
■住所 弘前市上榑師町24-1  
■営業時間 9:00~21:30  
■定休日 無休 (登録済完備)

お食事処 **松味屋** (まつみや)



!大好評です!!

おす  
・ミニ天  
つがる  
・ミニか  
つがる

当  
おす

ミニ天井とつがるあめんセット

ホテルで居酒屋!? 2時間制  
和食のオーダーバイキング!

ホテルニューキャッスル内1階、  
居酒屋この花。  
2時間食べ飲み放題で3500円~  
単品メニューも豊富!

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

■電話番号 0172-36-1211  
■住所 弘前市上榑師町24-1  
ホテルニューキャッスル1階  
■営業時間 17:30~22:30  
■定休日 無休 (L:022:00)



掘りこたつでみんなで  
ワイワイorカウンター  
でのんびり晩酌。あなた  
はどっち派?

居酒屋 **この花**



**ホルモンどんちゃん**

安さが自慢!! 下町にできたホルモン屋!!



トロホルモン

さくらユッケ、センマイ刺  
なども人気があります!!  
とにかく低価格で平日  
でも多数のお客様で  
にぎわっています。



■電話番号 0172-33-5322  
■住所 弘前市新町159  
■営業時間 17:30~24:00  
■定休日 月曜日 (登録済完備)

津軽の食材を使い、管理  
栄養士が心をこめて...

管理栄養士が、栄養バランス、低塩、安全に  
細心の注意をはらって調理しています。



津軽釜めし  
(小鉢・汁検付)

おすすめメニュー  
・日替わり定食 850円  
・手打ちざる蕎麦 700円~  
お花見にいかがでしょうか  
・ほれなの弁当 1,000円~  
・オードブル 3,000円~  
お弁当、オードブルはご予約  
に応じて承ります。

りんごまるごと  
1個入っています。



アップルパイ

■電話番号 0172-32-1815  
■住所 弘前市下白銀町3-1  
(裁判所向い)  
■営業時間 11:00~14:00  
■定休日 日曜日 ※土曜・祭日・夜は予約

ヘルシーレストラン **かりん**



老舗ロースターの  
こだわりの味を  
お店やご家庭で!!!



ランチセットや、ケーキセットを食べながら、  
コーヒー豆・器具・業務用食品・コーヒーギ  
フトなどのお買い物ができちゃいます。



公園散策して一寸  
お休みしてみませんか。

おすすめメニュー  
ミニ天丼と  
つがるらめんセット  
ミニかつ丼と  
つがるらめんセット



電話番号 0172-33-7436  
住所 弘前市亀甲町82  
営業時間 11:00~15:00  
定休日 木曜日

当店  
おすすめ!!

## iconam (イコナ)

ジャンルにとらわれない自由な  
スタイル、日常をもっと楽しく  
する洋服を探しに、是非一度、  
足を運んで  
みてください。

国内外のレディース・  
メンズブランドを取り  
扱うこだわりのセレクト  
トショップです。

http://www.iconam.jp



電話番号 0172-88-8924  
住所 弘前市若党町29-4  
営業時間 11:00~20:00  
定休日 水曜日(祝日除く)

松味屋 iconam



弘前まちなか情報



## 津軽塗の源兵衛

伝統工芸津軽塗師五代目の店。

津軽塗、伝統の四技法  
から斬新なオリジナ  
ル商品でいっぱい。

特にオススメは  
おすすめNo.1です!

電話番号 0172-38-3377  
住所 弘前市大浦町4-3  
営業時間 10:00~17:00  
※まつり期間中は営業時間延長あり  
定休日 木曜日(まつり期間中は無休)



## さくら交通

弘前のさくら、サクラ、桜!!  
タクシーのご用命は是非当社を!!



弘前初!  
プリウス導入

まずは  
お電話ください。

0172-34-5505

電話番号 0172-34-5505  
住所 弘前市下白銀町21-8  
営業時間 24時間  
定休日 無

系列のさくら観光バスもよろしく!!

## 齋楽 (わらく)

発酵食品をふんだん  
に使用した和食屋。



↑日替わりランチ 700円

看板ママさん



今話題の塩麹や甘酒等  
を使ったランチ。発酵食  
品で腸の中から健康に!  
塩麹、甘酒は自家製です。  
販売もしています。



電話番号 0172-33-3999  
住所 弘前市東長町34-2 1F  
営業時間 10:30~18:00  
定休日 日・祭(GWは営業致します)

## Pole Shop Cafe 弘前店

ポールショップカフェ M・M・C® 三本コーヒー



おすすめメニュー  
ランチセット  
(パスタ・サラダ・カレーの各セット)  
スープとドリンク付 600円  
※ホットコーヒーはおかわりできます。

電話番号 0172-35-6762  
住所 弘前市東長町48-1  
営業時間 月~金10:00~18:00  
土 10:00~17:00  
定休日 日・祝





2Pにあるよ!

LIFE

**危険!あなたのその症状、放っておくと  
大変なことになるかもしれませんよ。**



皆さんこんにちは。  
KEN施術院の佐々木です。  
「もう年だから仕方ない」と  
腰痛を我慢している方が  
大勢いらっしゃると思います。  
しかし、その腰痛の本質は  
加齢によるものではないかも  
実は、最近骨盤の歪みが原因で  
起って腰に痛みを感じる人が  
増えています。  
これを放っておくと取り返しの  
つかない事態に陥る場合が  
あります。

90分(検査料含む) 5月末日迄 8名様限定  
通常初回 5,250円 ペアでご来店お一人様  
→ **2,500円 2,000円**

全身の関節のモビライゼーション + (骨盤調整・姿勢調整・美背調整) のいづれか

総志館 **カイロプラクティック弘前**  
**KEN施術院**

090-6459-4093

弘前市南大町17-3 10:00~22:00 あり  
お勤めの方も安心 土日祝日も営業



**金・プラチナ・ブランド・ダイヤ・金券**  
**お売りください**  
その場で現金買取致します。

■「本誌ご持参で」5/13日まで 査定額 **10%UP**  
※金券対象外 他クーポン等の併用は致しかねます。

**母の日フェア 5/13日まで**  
■弘前駅前店 (イトーヨーカドー弘前店向かい) ■弘前土手町店 (弘前中三蔵)

**願いを叶えるお手伝い**  
**PowerStone**  
母の日のプレゼントどれでも2点で  
家族愛のお守り **20%OFF**

**空気を綺麗にする造花**  
**Clean flower**  
■グリーンフラワー  
全品 **20%OFF**

**Culture Jewelry**  
■弘前駅前店 TEL32-2689 (イトーヨーカドー弘前店向かい) P有りスタッフまで  
■弘前土手町店 TEL35-2236 (弘前中三蔵) P有りスタッフまで

**身体のツライ所、  
相談してみませんか?**

リラックス  
できるよ!

はり・きゅう・整体・フットケア  
**やまだ鍼灸院**

診療時間 10:00~20:00 (最終受付19:00)  
不定休 駐車場有り  
TEL 036-8006  
弘前市南大町1丁目5-11

ご予約・お問合せ  
TEL 0172-88-7531  
やまだ鍼灸院 検索

**やまだ鍼灸院**

イトーヨーカドー 弘前東橋駅前

**つば療法で癒しと健康を**

**整体処 つばっす**

整体 40分 2,500円~ 整体+足つぼ 60分 4,000円~  
足つぼ 40分 2,500円~ 骨盤矯正 60分 3,500円

その他御要望がありましたら御相談下さい。

出張整体 やってます  
おためし整体15分 1,000円 (店内での施術のみ)

ちょっとスゴイお得な「きまぐれイベント」  
ブログにて不定期発生中!お出かけ前にCheck!  
<http://www.5.hp-ez.com/hp/tsubox/>

つばっす 検索

住 弘前市城東5-13-1  
電 0172-88-6631  
完全予約制  
営 10:00~19:00 水曜日12:00~19:00  
時間外応相談  
休 不定休 P有り



夏物入荷



ギフト商品も

取り揃えております。

会員とらしく  
でお買い得♪  
今すぐ  
アクセス!



雑貨と子供服のお店

ピークアブー

Peek a Boo



TEL

050-3427-1327

住所/大館市御成町2-5-11

営業時間/10:00~18:30

駐車場/3台 定休日:年中無休



クーポン付券  
2枚に  
あちよ!

LIFE

職人が力強く  
打ち込む模様こそ、  
一点モノの証。

Daddy's  
Silver Jewelry  
925 Quality

銀色に輝くさくらを、  
あなたのもとへ...

ハンドメイド  
なので、すべて  
一点モノです。

独特の淡い輝きを放つ、シルバーの桜。

待望の新作。  
胸元でゆれる、  
それぞれの  
個性。

ネックレス  
¥4,200

季節を問わない  
デザイン性が、  
男女共に人気。

バングル ¥12,600  
リング ¥13,650  
ネックレス ¥8,400

店内の工房で  
製作している  
さくらシリーズ。



Silver Jewelry  
Daddy's

弘前市駅前町10-4

OPEN

11:00~20:00

TEL

0172-32-7748

<http://www.silver-daddys.info/>





# テスト対策を、バージョンアップ!

小テストの前など、自分の  
やりたいところを演習できる。

(中学2年・女の子)



問題文にヒントが  
たくさん隠れているよ。(男性講師)



家にいるより、  
明光にいるほうが、  
勉強がはかどった。  
(中学3年・女の子)

個別なので  
自分だけのスペースで  
自分だけの対策ができる。

2週間前から  
学習計画を立てます。

(女性講師)



バージョンアップ

明光義塾

2012年、明光義塾は、バージョンアップ。

個別指導  
明光義塾

入会金半額

21,000円のところを10,500円

新規入会生受付中



テスト対策プラン  
4DAYS

小学生 4,200円(税込)

中学生 6,300円(税込)

高校生 8,400円(税込)

いままでは当塾の授業を受けたことのない方が対象です。

黒石教室  
〒038-0334

黒石市東新町1-3  
TEL&FAX 0172-88-5485

新城教室  
〒038-0003

青森市石江渡42-5  
TEL 017-761-5780(代)

沖館教室  
〒038-0002

青森市沖館1-9-29 クリーニングベルネア2F  
TEL&FAX 017-766-2898(代)

♪ ヘアーカット専門店 男性・女性・子供 ♪

10カット

大人も 子供も いつでも 誰でも  
ワンスタイル 約10分でカット!  
早い! 安い! つまみお得!

おかげ様でご来店人数18万人突破!  
ありがとうございます。

住 弘前市早稲田4-3-2  
電 0172-26-0141  
営 10:00~20:00  
(20:00まで受付)  
休 年中無休  
(月曜日も休まず営業)



ぜひ  
カットさせて  
ください。





# HI-FI CAMP

ハイファイ・キャンプを  
応援しています!

リーダーのKIMが弘前出身です。

CD・アルバム発売中  
金子内科クリニック

弘前市徳田町10-4 0172-37-1102

地域情報紙 Tsugaru

広告掲載店 大募集!!

人の集まる場所  
100カ所以上に設置!  
駅・学校・スーパー-e.t.c...

クロスメディアで  
知名度アップ!

クーポン掲載で  
更に集客力アップ!

地域ラジオ放送  
「FMジャイゴウェース」  
にて情報発信できます。

〒036-8203 弘前市本町72-2 NAVI通信  
TEL:0172-33-5312 FAX:0172-33-5304  
URL:<http://www.navi-hiro.com>  
e-mail:info@navi-hiro.com

LIFE

## かちこみTsugaru

### food

弘前市親方町「川村精肉店」  
メンチカツがあっくおいしい。大きい  
のを食べるとえあいです。平川市 F, Tさん

外ヶ浜町平館「旅路」  
カレーライスが手が込んでいてお  
いしいよ! 善田村 F, Tさん

弘前市境隈「らめめれ倉崎」  
オリジナルティーとその美味しさはびっ  
くでした。今まで食べたのとは一味も  
二味も違うお店! 弘前市 K, Mさん

### sweets

「ICE&COFFEE 羅針盤」  
高森市迫岡  
アイスが安いのに量も多い。パフェ  
がオススメ! 子供が小さくても大  
丈夫です! 高森市 K, Fさん

弘前市城東「たい夢」  
薄皮たいやき屋さん。スーパーで  
買い物をした帰りについつい寄っ  
てしまいます。 弘前市 S, Yさん

弘前市品川町「EIL洋菓子店」  
大粒のりんごを使ったアップルパイ  
がおいしい。 弘前市 I, Sさん

高森市「もちうさぎ」  
ごま大福がもちもち!  
高森市 O, Sさん

### lunch

板柳町「レストラン Ringo Work」  
板柳ふるさとセンターの中にあるレストラン。  
月～金のランチが500円でボリューム  
があり、おいしい。日替わりなので楽しみ。  
板柳町 S, Tさん

「焼肉ダイニングみらい」  
五所川原EIL内  
ランチメニューが安くサラダバーの  
サラダがその時によって違っておいしい。つがる市 F, Eさん

弘前市「悠覚」  
ランチは525円でいきり・ちらしがあ  
ります。更に汁物も付いて大満足です。  
お誕生日サービスもあって、又行きたい。  
藤崎町 S, Mさん

### etc

弘前市「ホリデイスポーツクラブ」  
体を動かしたら翌日の目覚めも良く、  
ポカポカしますよ! 弘前市 N, Mさん

弘前市「HOME WORKS」  
若から人気の雑誌屋さんで女性は  
皆好きだと思います。  
◎倉館村 T, Mさん

弘前市「おこみ処 笑也」  
とっても気さくなマスターで安く  
おいしくお酒が飲めました。 弘前市 M, Mさん

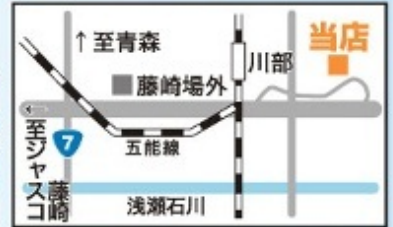
平川市「花の湯」  
温泉大好きでよく行きますが、広くてキ  
レイ!! 小さい子供も入りやすく、子供連  
れにもオススメ。 ◎倉館村 T, Mさん



# TB ALL WHEELS TRIBAL

- 新車、中古車販売
- 一般整備・修理
- チューニング
- 車検
- パーツ販売 etc..

住 南津軽郡田舎館村  
川部字村元107-1  
電 0172-88-6790  
F 0172-88-6793  
営 9:00~19:00  
休 日曜日・第3木曜日  
M tribal038@gmail.com



LIFE

基本オールジャンルですがジムニーが一番得意です。  
 鬼店長の 見てワン おもしろブログ(笑) 気軽にお声掛け下さい♪  
<http://ameblo.jp/onitencho>

## 何なり屋! 生活改善応援隊

毎日の快適な生活を送るための改善をお手伝いいたします。なんなりとお申し付けください。

### 住宅の こまったちゃん

住宅内外のドア、引き戸、窓、網戸、屋根、小屋、雨樋、雨戸、カーテン、台所、お風呂、トイレ、建具、シャッター、電気配線工事、害虫駆除、etc...

### お外の こまったちゃん

ガーテニング、庭木の伐採、草刈り、ゴミ処理、側溝そうじ、堀垣、垣根、雪降ろし、除排雪、雪囲い、草取り、薬剤散布、etc...

### 生活の こまったちゃん

一般製品家電の修理交換、パソコントラブル、エアコン、ストーブのトラブル、ハウスクリーニング、お買い物代行、引っ越し、etc...

## 業務拡張につき スタッフ急募! 中高年女性大歓迎!!

お宅へのチラシの配布及びPR活動

**勤務** 1日3時間程度のフレックスタイム ※応相談(休日・フレックス)

**給与** 稼働費+歩合:月収10万円以上可 (月3回支給) ★給与は月3回の支給となります。

人とお話しするのが好きな方、お待ちしております。 ★応募は下記番号に電話連絡の上、履歴書をご持参下さい。

資格・経験は一切不問です! お気軽にお問い合わせ下さい。

その他不便を感じる事、こまった事など何なりとご相談(無料)下さい!

まずはお電話下さい。笑顔でお伺いさせていただきます。

**見積無料** **年中無休**

あなたの笑顔を大切に **エコロジー&ケア**

株式会社 **イー・アンド・シー**  
ライフ・ケア事業部

電話は無料フリーダイヤル  
**0120-143955**  
 い〜よ サンキュー GOGO

〒036-8065 弘前市西城北1丁目4-3 ライフケア事業部  
 TEL: 0172-88-7099 FAX: 0172-88-7044  
 URL <http://www.nannariya.jp/>





貸店舗	店舗
<b>物件名</b> ゴリラビル4F <b>所在地</b> 弘前市親方町 <b>賃料</b> 115,000円 <b>仲介料</b> 120,750円 <b>敷金</b> 2ヶ月 <b>面積</b> 約18坪	<b>物件名</b> 弘前ハイツ <b>所在地</b> 弘前市富士見町 <b>賃料</b> 98,000円 <b>仲介料</b> 102,900円 <b>敷金</b> 3ヶ月 <b>面積</b> 約14坪




青森県知事免許(1)3327 **住** 弘前市本町 34-1 **URL** <http://art-fudosan.jp>

**アート不動産**  
土地建物の売買・仲介  
店舗・マンション・アパート・貸家  
駐車場の開放管理

**市役所** ■ **観光局**  
**経産省** ■ **東北電力**  
**当店** ● **大学病院** ■

**TEL** 0172-31-8131  
0172-31-8228  
**営業** 9:00 ~ 17:00  
**休日** 日・祭日

## 常時講習中!




青森労働局長登録教習機関  
**青森産業機械講習センター**

**住** 弘前市石渡 1-23-1  
(三ツ矢自動車学校内)  
**TEL** 0172-34-6767

**講習科目**

- 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・車輛系(整地等)の建設機械受講の場合は、大特免許所持の方に限ります。



## プロの技であなたの愛車を異次元の輝きに

~多くの方から高評価のボディコーティング~

こんなに傷んでいるボディも...



**Before**

まるで新車のような輝きに!



**After**

**特徴**

- ・超クリアなガラスヴェールに覆われ光沢・皮膜感が増します。
- ・数年にわたり美しさを保ちます。
- ・洗車するだけでピカピカボディがいつでも出現します。
- ・津軽地方のお客様も多く来店されます。

**施工価格** (※車種・ボディ等により変動しますのでお問い合わせ下さい)

軽自動車	¥21,000
フィット・ヴィッツクラス	¥23,000
カローラ・アクセラクラス	¥25,000
レガシィ・プレマシークラス	¥30,000
ノア・セレナクラス	¥35,000
アルファード・ランクルクラス	¥38,000

## BodyCoating Splend

**ADD** 〒017-0863 大館市根下戸町 1-32 **URL** <http://ameblo.jp/bc-splend/>

**TEL** 090-7664-5426 **E-mail** [body\\_splend@yahoo.co.jp](mailto:body_splend@yahoo.co.jp)



# 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、  
膝・筋膜炎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「ためしてガッパン」で紹介された治療です。

やけどや一般外傷に対する治療として、被覆材を用いた、温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いますので、義肢装具の判定や、身体障害者意見書等の作成を行っています。  
「寝たきり」の患者さんには往診も行っています。

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

**弘前市大開3-2-1 (南高校通り)**  
**TEL 0172-87-3311**



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

**処置室**  
採血や点滴、各種の注射を行っています。ギプスを巻くものもこの部屋で行います。

**レントゲン検査室**  
最新のデジタル検査機を使って、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。

**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備しています。

LIFE

クーポン付き  
2Pに  
あそび!



お宝百貨店  
ゲーム倉庫

店名が変わりました!!

萬 YOROZU YA 屋

住 弘前市大清水 1-9-20  
電 0172-28-9045  
営 10:00 ~ 25:00  
休 年中無休  
P 120台

萬 YOROZU YA 屋

年中無休で変わらず営業中!!

住所 弘前市大清水1丁目9-20 電話番号 0172-28-9045 営業時間 10:00~25:00

取り扱い商品

お客様の欲求  
満たします★



LIFE

ラジオは、ともだち♪

76.3MHz FM JAIGO

WAVE

(株) エフエム ジャイゴ ウェーブ



キャップでワクチン。  
愛のエコキャップ運動

回収ボックス設置場所

道の駅いなかだて産直センター スポカルイン黒石 田舎館中央児童館  
農村環境改善センターさるか荘 津軽伝承工芸館 田舎館光田寺児童館  
常盤公民館 田舎館中央公民館 田舎館西児童館

週間番組表 (一部抜粋)

Time	月	火	水	木	金						
8:00	「おはよう! モーニング」 パーソナリティ: 内藤 浩美										
9:00											
10:00	演歌と歌謡の時間				「じゃい金」 藤原あすか いっくう (第4週) 13:20~ ⑩「見て! 聞いて! タウン誌T sugaru」						
11:00	「お昼をCATCH! 昼生ラジオ76.3」 パーソナリティ: いっくう										
12:00											
13:00											
14:00	あれこれ、はれぢ	坂橋かずゆきの ミュージック・ベジタブル	小坂忠のONE BODY	MUSIC's YELL ~心を動かす音楽を~	俊ちゃんの 人生応援歌						
	午後の歌謡曲										
15:00	アフタヌーンパラダイス										
16:00	「SUNSET FM STATION」 パーソナリティ: 小野 由美子										
17:00											



お宝百貨店  
ゲーム倉庫

店名が変わりました!!

萬 YOROZU YA 屋

住 弘前市大清水 1-9-20  
電 0172-28-9045  
営 10:00 ~ 25:00  
休 年中無休  
P 120台

萬 YOROZU YA 屋

年中無休で変わらず営業中!!

住所 弘前市大清水1丁目9-20 電話番号 0172-28-9045 営業時間 10:00~25:00

取り扱い商品

お客様の欲求  
満たします★



LIFE

ラジオは、ともだち♪

76.3MHz FM JAIGO

WAVE

(株) エフエム ジャイゴ ウェーブ



キャップでワクチン。  
愛のエコキャップ運動

回収ボックス設置場所

- 道の駅いなかだて産直センター
- 農村環境改善センターさるか荘
- 常盤公民館
- スポカルイン黒石
- 津軽伝承工芸館
- 田舎館中央公民館
- 田舎館中央児童館
- 田舎館光田寺児童館
- 田舎館西児童館

週間番組表 (一部抜粋)

Time	月	火	水	木	金	
8:00	「おはよう! モーニング」 パーソナリティ: 内藤 浩美					
9:00						
10:00	演歌と歌謡の時間				「じゃい金」 藤原あすか いっくう (第4週) 13:20~ ⑩「見て! 聞いて! タウン誌T sugaru」	
11:00	「お昼をCATCH! 昼生ラジオ76.3」 パーソナリティ: いっくう					
12:00						
13:00						
14:00	あれこれ、はれぢ	坂橋かずゆきの ミュージック・ベジタブル	小坂忠のONE BODY	MUSIC's YELL ~心を動かす音楽を~	俊ちゃんの 人生応援歌	
	午後の歌謡曲					
15:00	アフタヌーンパラダイス					
16:00	「SUNSET FM STATION」 パーソナリティ: 小野 由美子					
17:00						



# あなたはどんな カリキュラムを希望しますか？

弘前大学医学部 に入りたい。

苦手科目 だけを 克服 したい。

勉強のやり方が わからない。

早稲田大学・

慶応大学 に入りたい。

前学年の内容を 指導 してほしい。

不登校 で自分の 進路 が心配だ。

国公立大学 を目指したい。

学習効率 を上げたい。

## 「専属プロ教師より」



弘前駅前校  
神 秀樹 先生

新学年となり、新しい環境にも慣れてきた頃だと思えます。しかし、少し注意が必要な時期でもあります。学校生活に慣れてくると、勉強のペース・量など自分なりのスタイルに固定化されてきます。しかし、客観的に見て、ペースの遅れや演習量が足りないなど改善が必要な生徒さんも少なくありません。

これからの5・6月には多くの中学校・高校で学年最初の定期テストが実施される時期です。同時に部活動も忙しくなる時期です。力の入れ具合が部活だけに偏らないように、家庭教師と一緒に学習スタイルの見直しを図ってみませんか？

～地域教育に貢献して27年／全国130校の信頼と実績～

## KATEKYO学院

良い先生を早めに確保・先行予約受付中

お問い合わせは なせばなる 合格のゴール

# 0120-77-5555

このフリーダイヤルは最寄りの教室につながります。携帯電話からはつながりませんので各教室までおかけください

只今、無料教育相談&教室見学会実施中!!



☎0172-35-7733 (代) 弘前市駅前2-3-2 三番屋ビル4F



新しい自分に  
羽ばたこう！



## スタッフ急募!!

資格・経験は一切不問です!  
お気軽にお問い合わせ下さい。

- 【職種】PR活動&軽作業 【人数】3名  
【条件】未経験者・中高年・女性歓迎。  
(要、携帯電話、出来れば自家用車)  
【内容】テリトリー内を、当社のPRをしていた  
だき、ハウスクリーニングや草取り等、  
女性が得意な作業をする。  
【勤務】1日3時間程度のフレックスタイム  
【時間】9:00~15:00までの間の3時間程度  
【給与】稼働費+歩合:月収10万円以上可  
(月3回支給)  
【応募】直接お電話にてお申し込みください。  
(要、写真付履歴書)



株式会社  
イー・アンド・シー  
ライフ・ケア事業部  
弘前市西城北1丁目4-3 ライフケア事業部  
TEL 0120-143955

教室拡張につき

塾講師  
大募集!!



経験豊富な先生が未経験でもじっくりサポート

生徒を電話勧誘したり、高額な教材を販売して指導する  
会社ではありませんので安心して働けます。

■募集要項

- 職 種/塾講師(マンツーマン指導)  
資 格/大学卒・短大卒以上の社会人  
給 与/時給1,800円~3,500円  
指導経験、指導能力、学力、人柄などで判断します  
待 遇/交通費支給、昇給年1回  
勤 務/曜日・時間帯は相談に応じます  
勤務地/KATEKYO学院 弘前駅前校  
応 募/午前10時~午後6時(日・祝日除く)お電話下さい。

**KATEKYO学院**

■弘前駅前校/弘前市駅前2-3-2三喜屋ビル4F  
TEL (0172)35-7733

JOB

## 講師さん募集

★研修制度あり★  
未経験者でもOK!!

- 【職種】小・中・高生の個別指導  
による学習指導  
【時間】曜日・時間 応相談  
【給与】1コマ給(90分)1,400円以上  
交通費実費支給  
【応募】電話連絡の上、履歴書(写真貼付)  
ご郵送下さい。

個別指導の明光義塾

黒石教室 黒石市東新町1-3  
〒036-0334 TEL&FAX 0172-88-5485  
新城教室 青森市石江渡42-5  
〒038-0003 TEL 017-761-5780(代)  
沖館教室 青森市沖館1-9-29 クリーニングベルネア  
〒038-0002 TEL&FAX 017-766-2898(代)  
担当/奥崎

## 理・美容師募集

★業務多忙につき★

- 【職種】理・美容師 ※正社員・パート  
【人数】2名  
【資格】理容師免許または美容師免許  
【休日】応相談  
【時間】10:00~20:00 ※パートは応相談  
【給与】正社員 19万~31万以上可  
パート 時給730円~1,200円  
【待遇】無料駐車場完備  
交通費支給・アパート等の賃料を  
半額負担します(当社規定による)  
【応募】まずはお電話下さい。  
090-7563-6489 (担当/阿保)

ヘアーカット専門店

10カット センカット  
〒036-8087 弘前市早稲田4-3-2  
TEL (0172) 26-0141

## 美容師募集

経験者希望  
笑顔で健康な方 大歓迎!  
パート可

- 【職種】美容師  
【資格】年齢不問  
【休日】毎週月曜日 他2日間  
【時間】AM8:40~  
【給与】当社規定

随時面接致します。お電話下さい!  
(履歴書をご持参下さい)

おしゃれ工房  
ばあま屋

〒036-8003 弘前市駅前町15-8  
おしゃれ工房 ばあま屋  
TEL 0172-34-3722 担当/盛

ライフスタイルに合わせた  
お好きな時間・休みとれます。

小さなお子様のいらっしゃる主婦の方、  
パート休みづらいという方大歓迎!!

- 【職種】商品加工、陳列、品出し  
【資格】20~40歳(学生不可)  
【時間】10:00~18:00の間の  
お好きな時間  
【給与】当社規定による完全出来高制

随時面接行っています!  
詳細はお電話にてお問い合わせ下さい!

萬屋 YOROZU YA

萬屋 弘前店  
〒036-8161 弘前市大清水1-9-20  
TEL 0172-28-9045 FAX 0172-29-5127 担当/五十嵐

## レジパートさん募集

働く時間、相談に乗ります!

- 【職種】レジ業務  
【資格】20~40歳くらい  
【給与】650円  
【時間】応相談

詳細は面接にてご説明致します。  
随時面接行っています!  
お気軽にお問い合わせ下さい!

萬屋 YOROZU YA

萬屋 弘前店  
〒036-8161 弘前市大清水1-9-20  
TEL 0172-28-9045 FAX 0172-29-5127 担当/佐橋

## Cプレディ募集

業務多忙につき急募!!

- 【職種】エステと化粧品販売  
【資格】未経験可  
【時間】応相談  
【休日】応相談  
【給与】当社規定



CPサロン 輝~きらら~

CPSalon 輝~きらら~  
〒036-8012 弘前市北瓦ヶ町5-1  
TEL 0172-38-1100 担当/松岡



新しい自分に  
羽ばたこう！



## スタッフ急募!!

資格・経験は一切不問です!  
お気軽にお問い合わせ下さい。

- 【職種】PR活動&軽作業 【人数】3名  
【条件】未経験者・中高年・女性歓迎。  
(要、携帯電話、出来れば自家用車)  
【内容】テリトリー内を、当社のPRをしていた  
だき、ハウスクリーニングや草取り等、  
女性が得意な作業をする。  
【勤務】1日3時間程度のフレックスタイム  
【時間】9:00~15:00までの間の3時間程度  
【給与】稼働費+歩合:月収10万円以上可  
(月3回支給)  
【応募】直接お電話にてお申し込みください。  
(要、写真付履歴書)



株式会社  
**イー・アンド・シー**  
ライフ・ケア事業部  
弘前市西城北1丁目4-3 ライフケア事業部  
TEL 0120-143955

教室拡張につき

**塾講師  
大募集!!**



経験豊富な先生が未経験でもじっくりサポート

生徒を電話勧誘したり、高額な教材を販売して指導する  
会社ではありませんので安心して働けます。

■募集要項

- 職 種/塾講師(マンツーマン指導)  
資 格/大学卒・短大卒以上の社会人  
給 与/時給1,800円~3,500円  
指導経験、指導能力、学力、人柄などで判断します  
待 遇/交通費支給、昇給年1回  
勤 務/曜日・時間帯は相談に応じます  
勤務地/KATEKYO学院 弘前駅前校  
応 募/午前10時~午後6時(日・祝日除く)お電話下さい。

**KATEKYO学院**

■弘前駅前校/弘前市駅前2-3-2三喜屋ビル4F  
TEL (0172) 35-7733

JOB

## 講師さん募集

★研修制度あり★  
未経験者でもOK!!

- 【職種】小・中・高生の個別指導  
による学習指導  
【時間】曜日・時間 応相談  
【給与】1コマ給(90分)1,400円以上  
交通費実費支給  
【応募】電話連絡の上、履歴書(写真貼付)  
ご郵送下さい。

個別指導の**明光義塾**

黒石教室 黒石市東新町1-3  
〒036-0334 TEL&FAX 0172-88-5485  
新城教室 青森市石江渡42-5  
〒038-0003 TEL 017-761-5780(代)  
沖館教室 青森市沖館1-9-29 クリーニングベルネア  
〒038-0002 TEL&FAX 017-766-2898(代)  
担当/奥崎

## 理・美容師募集

★業務多忙につき★

- 【職種】理・美容師 ※正社員・パート  
【人数】2名  
【資格】理容師免許または美容師免許  
【休日】応相談  
【時間】10:00~20:00 ※パートは応相談  
【給与】正社員 19万~31万以上可  
パート 時給730円~1,200円  
【待遇】無料駐車場完備  
交通費支給・アパート等の賃料を  
半額負担します(当社規定による)  
【応募】まずはお電話下さい。  
090-7563-6489 (担当/阿保)

ヘアカット専門店

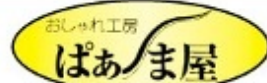
**10カット** センカット  
〒036-8087 弘前市早稲田4-3-2  
TEL (0172) 26-0141

## 美容師募集

経験者希望  
笑顔で健康な方 大歓迎!  
パート可

- 【職種】美容師  
【資格】年齢不問  
【休日】毎週月曜日 他2日間  
【時間】AM8:40~  
【給与】当社規定

随時面接致します。お電話下さい!  
(履歴書をご持参下さい)



〒036-8003 弘前市駅前町15-8  
おしゃれ工房 ばあま屋  
TEL 0172-34-3722 担当/盛

ライフスタイルに合わせた  
お好きな時間・休みとれます。

小さなお子様のいらっしゃる主婦の方、  
パート休みづらいという方大歓迎!!

- 【職種】商品加工、陳列、品出し  
【資格】20~40歳(学生不可)  
【時間】10:00~18:00の間の  
お好きな時間  
【給与】当社規定による完全出来高制

随時面接行っています!  
詳細はお電話にてお問い合わせ下さい!



萬屋 弘前店  
〒036-8161 弘前市大清水1-9-20  
TEL 0172-28-9045 FAX 0172-29-5127 担当/五十嵐

## レジパートさん募集

働く時間、相談に乗ります!

- 【職種】レジ業務  
【資格】20~40歳くらい  
【給与】650円  
【時間】応相談

詳細は面接にてご説明致します。  
随時面接行っています!  
お気軽にお問い合わせ下さい!



萬屋 弘前店  
〒036-8161 弘前市大清水1-9-20  
TEL 0172-28-9045 FAX 0172-29-5127 担当/佐橋

## Cレディ募集

業務多忙につき急募!!

- 【職種】エステと化粧品販売  
【資格】未経験可  
【時間】応相談  
【休日】応相談  
【給与】当社規定



CPサロン 輝~きらら~  
CPサロン 輝~きらら~  
CPサロン 輝~きらら~  
CPサロン 輝~きらら~

CPSalon 輝~きらら~  
〒036-8012 弘前市北瓦ヶ町5-1  
TEL 0172-38-1100 担当/松岡



**東北初上陸** ◆究極の酸素カプセル◆  
 +寝ながらダイエット(温熱+バイブレーション)  
 +ハードカプセル非密閉タイプで閉所恐怖症感無し

通常価格 15分 **3,000円**  
 ↓  
 今なら 会員と同じ 25分 **1,000円**

毎日通えてお得な マンスリーコース  
 1ヶ月25分 25,000円

従来の酸素カプセル1時間半相当を短時間で出来る最新タイプ

男女練習生/1ヶ月¥6,000、ジュニア練習生/1ヶ月¥5,000



Alpha OxySpa

**ドリーム** アマチュアボクシングジム

**安心料金システム**  
 月謝は来月だけ頂いております。  
 来れない月は支払いなし。

住所 弘前市取上5-8-1  
 13:00~21:00  
 年中無休  
 電話 **33-7474**  
 090-2024-2177(携帯)

今なら100円  
 体験券  
 100円  
 体験券  
 100円

**太陽光発電付住宅 1,050万円** <http://miraihome.jp>

LDK 12帖  
 洋室 6帖

**コミコミ価格840万円**  
 消費税を含みます

1LDK住宅+屋内外給排水工事+地盤改良工事+照明器具+建築諸費用を含みます。

現在借入のある方、銀行で断られた方  
 シングルマザーの方ご相談ください。

**未来環境開発(有) 電話0172-59-1234**  
 黒石市吉乃町88

**みんなの広場**

あなたも「T sugar」に写真を載せてみませんか？

4月28日に  
 2816gの  
 元気な女の子が  
 生まれました☆  
 黒石市 Sさん

義人(よしと)くん  
 8ヶ月  
 ハイハイまであとちょっと!  
 これからも毎日  
 元気に育ってねL('▽')/  
 弘前市 S.Oさん

優菜(ゆうな)ちゃん  
 寝顔も可愛いVV  
 大館市 Sさん

イタリアン  
 グレイハウンド  
 父、母、  
 お嫁に行った子供です。  
 弘前市  
 ドリームさん

おまごでまごての写真を  
 ご覧いただけます。  
 お名前・ご住所・コメントも  
 お忘れなく...

ご応募は下記の宛先か  
**Eメールでも受付中!**  
 mail: info@navi-hiro.com  
 〒036-8203 弘前市本町72-2  
 NAVI通信「T sugar」写真掲載 係 まで



# 車買取販売



23歳

アップルを、選んでくれてありがとう。  
—さらなる安心・信頼・満足へ。—

Tsugaru

H245 vol.133

東日本自動車流通 第二入道 清水

青森県弘前市本町72-2  
TEL 0172-33-5312 FAX 0172-33-5304

無料

お客様に代わって **Sweet Apple** が  
平成24年度  
**自動車税をお支払い**  
いたします!!

実施期間

2012年4月1日～2012年6月30日

納付済自動車税に関しては対応出来ません。  
詳しくはスタッフまで!



〒036-8085 弘前市東広1丁目1-1  
TEL 0172-26-4649  
HP <http://www.mfnj.com>  
Mail [apple-hirosaki@mfnj.co.jp](mailto:apple-hirosaki@mfnj.co.jp)  
営業時間 10:00～19:00



初回お試しキャンペーン  
オイル交換1台

1000円

※オイル交換できない車種もございますので、来店前にお問い合わせください。  
有効期限:2012年5月31日まで

初回お試しキャンペーン  
車検割引

5000円

有効期限:2012年5月31日まで

初回お試しキャンペーン  
钣金塗装修理工賃

20%オフ

※修理代金2万円以上の場合  
有効期限:2012年5月31日まで

初回お試しキャンペーン  
ルームクリーニング割引

5000円

有効期限:2012年5月31日まで



展示場には、福祉車両・送迎車を中心に展示100台の大迫力!

- マツダ新車販売
- 車検・整備
- 福祉車両販売
- 送迎用自動車販売

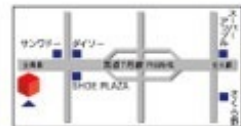
まずは当社自慢の整備サービスをお試し下さい。  
きつとご満足いただける上質なサービスをご提供します。

Super autoBank

スーパーオートバンク弘前店

〒036-8052  
青森県弘前市大字聖田字神田475-1  
TEL:0172-38-0333(火曜定休)

M.F. オートバンク弘前店



国道7号弘前バイパス沿い  
銀色のピラミッドが目印です。



# 車買取販売



23歳

アップルを、選んでくれてありがとう。  
—さらなる安心・信頼・満足へ。—

Tsugaru

H245 vol.133

東日本自動車流通 第二入道 清水

青森県弘前市本町72-2  
TEL 0172-33-5312 FAX 0172-33-5304

無料

お客様に代わって **Sweet Apple** が  
平成24年度  
**自動車税をお支払い**  
いたします!!

実施期間

**2012年4月1日～2012年6月30日**

納付済自動車税に関しては対応出来ません。  
詳しくはスタッフまで!



〒036-8085 弘前市東広1丁目1-1  
TEL 0172-26-4649  
HP <http://www.mfnj.com>  
Mail [apple-hirosaki@mfnj.co.jp](mailto:apple-hirosaki@mfnj.co.jp)  
営業時間 10:00～19:00



初回お試しキャンペーン  
オイル交換1台

**1000円**

※オイル交換できない車種もございますので、来店前にお問い合わせください。  
有効期限:2012年5月31日まで

初回お試しキャンペーン  
車検割引

**5000円**

有効期限:2012年5月31日まで

初回お試しキャンペーン  
钣金塗装修理工賃

**20%オフ**

※修理代金2万円以上の場合  
有効期限:2012年5月31日まで

初回お試しキャンペーン  
ルームクリーニング割引

**5000円**

有効期限:2012年5月31日まで



展示場には、福祉車両・送迎車を中心に展示100台の大迫力!

- マツダ新車販売
- 車検・整備
- 福祉車両販売
- 送迎用自動車販売

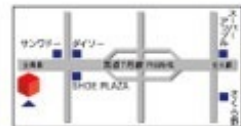
まずは当社自慢の整備サービスをお試し下さい。  
きつとご満足いただける上質なサービスをご提供します。

**Super autoBank**

スーパーオートバンク弘前店

〒036-8052  
青森県弘前市大字聖田字神田475-1  
TEL:0172-38-0333(火曜定休)

M.F. オートバンク弘前店



国道7号弘前バイパス沿い  
銀色のピラミッドが目印です。



# 「O-DATE」新名称大募集!!

地域交流情報誌O-DATE地域拡大に伴い、  
新しい情報誌名を一般公募いたします。

情報誌エリアは大館市、鹿角市、旧鷹巣町で、どの地域でも愛称となる名前を募集いたします。

採用された名称の発案者には「商品券(10,000円相当)」を差し上げます。

※同じ名称でもその理由が違う場合、違うものと判断させていただきます。※同じ名称で同じ理由の方が複数の場合、商品券は人数割りとなります。

**応募要項** 1.名称 2.その理由を詳しく 3.住所 4.氏名 5.年齢 6.電話番号

を明記の上、ご応募下さい。 採用された名称の理由は紙面上で発表いたします。

お葉書にてご応募下さい。

〒017-0842 大館市馬喰町33  
NAVI通信大館「新名称大募集」係

■お問い合わせ

TEL:0186-57-8720  
FAX:0186-57-8733  
mail:info@navi-hiro.com

平成24年

**8月末迄**  
※応募多数の場合、期間延長致します。

## お得なクーポン♪

高画質印刷  
載せてお買い  
下さい

**はいKaRaさん** 美容室

ハンドフェイシャル  
1,500円  
を **1,260円**

※1名様1回限り ◆有効期間 H24.5月末日

**my HAIR** 美容室

新規のお客様に限り  
カット **10%off**

※1名様1回限り ◆有効期間 H24.5月末日

**UOZUMI** 美容室

婚礼お衣装代 ※フォトプランとの併用は不可。  
**20%off**

※1名様1回限り ◆有効期間 H24.5月末日

**Peek a Boo** 美容室

5,250円以上のお買物の際に  
その場で **500円割引**

※1名様1回限り ◆有効期間 H24.5月末日

**山久** 美容室

お持ちのリングを新品のリングに直しませんか?  
新品仕上げ(通常500円)  
**1本サービス!!**

※1名様1回限り ◆有効期間 H24.5月末日

**整体リクラ** 整体

毎日の日企 **880円引**  
マッサージ **500円引**

※どちらのサービスも1名様1回限り ◆有効期間 H24.5月末日

**ナムコランド** 娯楽

太鼓の達人  
**1プレイ無料**

1プレイにつき2名まで利用可能  
※全1人プレイ1回限り利用可  
◆有効期間 H24.5月5日～6月5日

**ウイング** 美容室

2本買くと  
2本とも **2割引**

※現金払いのみ  
※2人で2本の場合は1割引になります。  
※1名様1回限り ◆有効期間 H24.5月末日

**ミスタータイヤマン** 自動車

タイヤ4本お買い上げの方  
チックスガス充填  
T/Lゴムバルブ  
**半額**

※1名様1回限り ◆有効期間 H24.5月末日

**スプレンド** 美容室

施工価格  
**10%off**

※1名様1回限り ◆有効期間 H24.5月末日

**青森コロナワールド** 娯楽

映画 ソフトドリンクS&  
ご鑑賞 + ポップコーンS  
大人1,500円、小人1,200円

※3D作品ご鑑賞の際は別途300円追加。  
3DX表示料1100円別途になります。  
※ポップコーンはプラス250円で別途販売致します。  
※上記のみのご利用は1枚で別途券での利用となります。  
※同時予約の受付は10時開始となります。ご了承ください。  
※団体営業にはご利用できません。  
※有効期間 H24.5月末日

**お得なクーポンQR**  
ご利用下さい

QRコードを  
読み込んで  
表示ページをご利用の  
際にご提示下さい。

## プレゼントコーナー

**酒庵** 飲食

お食事券  
**2,000円**  
...5名様

※写真はイメージです

**青森コロナワールド** 娯楽

コロナワールド各店  
サービス券セット  
...セットで5名様

◎コロナシネマワールド◎  
映画ご招待券  
+  
◎百円券形 乗船◎  
10%割引券  
+  
◎ゲームメトロポリス◎  
UFOキャッチャー体験券

※当賞券は電話をかって代えさせていただきます。  
■応募方法  
下記の①～④のアンケートにお答えの上、住所・氏名・年齢・電話番号をご記入下さい。下の「応募券」をハガキに貼り付け、下記のNAVI通信宛までご応募下さい。

■アンケート  
①今月掲載の中からご利用したい(予定)お店の名称  
②今頃ご利用したい(予定)クーポン券の枚数  
③「O-DATE」で紹介してほしいお店とその理由  
④本誌を入りした場所  
⑤希望する商品番号(第1希望、第2希望)と商品名

■宛先  
〒017-0842  
秋田県大館市馬喰町33  
NAVI通信大館「プレゼント」係まで

※応募期間中  
**5月31日**  
(当日消印有効)

※有効期限  
**6月5日**  
(火)です!  
月曜日より

O-DATE2012年5月号  
**応募券**

「O-DATE」読者様へお願い  
プレゼントのご応募はお1名様1回のご応募となりますのでご了承ください。



WOW!

元氣屋グループ新ブランド

# 超一徹

秋田まるだし  
～らあめん～

最高級秋田味噌使用

## 「一徹みそらあめん」

インパクトの赤 OT 白 極しぎの。

元氣屋グループ専売と手抜きおまん、食べ放題無制限実施中！  
（純に一徹みそらあめんには見向きません！）

麵大盛り無料  
クーポン券

麵一徹川口店  
TEL:017-0878  
秋田県大館市川口字大沢93-1  
TEL:0186-49-3080

# ODATE

## 広告掲載店様募集中

ITOKU 大館ショッピングセンター おすすめの店

五穀の恵

## そば処 東家

野菜たっぷり！  
青じそだれとチーズ  
天ぷらが絶妙な  
美味しさです。

サラダそば **750円**

和食の店 けやき

種好きに嬉しい、  
3品味わえる  
そば弁当です。

そば弁当 **880円**

富士山麓から新鮮な水をご家庭に直送！  
届卸不要の“使いきりボトル”でいつも清潔・安全。

## 富士山天然水

天然のバナジウム91μg/L

500mlあたり 74円!

1本 **1,785円**

※ご注文は2本から。数量限定となります。  
サーバーレンタル料 月額500円(税込)

●お申し込み・お問い合わせはこちら！

**0120-457-577**

受付時間 / AM9:00～PM5:00  
FAX:018-845-5073 E-mail: nizu@tapros.co.jp

〒011-0901 秋田市内字権館322-3 TEL:018-845-1141 FAX:845-6079

そこに暮らしがある限り  
**タプロス株式会社**

シェービングとエステ  
美容 キッシング・バター  
ハンドケア エイシャル  
アロマオイル

Estherella

エステ

- フェイシャルマッサージ ¥1,500～
- 婦人シェービングとセットで!! ¥3,000
- オプション  
アロマオイル…… ¥200～  
香薰パック…… ¥300～

おすすめ MENU

「ハンドフェイシャル」  
クレンジング→ハンドマッサージ  
→開きパック→終了(約20分)

¥1,500→  
サービス  
で¥1,260

はいKaRaさん

0186-49-2088

大館市新約大杉165-2  
営業時間/9:00～19:00 定休日/水曜日



### おしゃれ工房ごまちMENU

カット★ シャンプー・スタイリング	¥3,150-	65歳以上のお客様に レニア料金をあります!
パーマ★ カット・シャンプー・スタイリング ※ロング+¥1,000	¥7,875-	シニアカット シャンプー・ブロー
カラー★ カット・シャンプー・スタイリング ※短髪リタッチ+¥1,000	¥7,875-	シニアパーマ カット・シャンプー・ブロー
フルカラー★ シャンプー・スタイリング	¥6,300~	シニアカラー カット・シャンプー・ブロー
メンズカット★ シャンプー・スタイリング	¥2,625-	ヘナカラー カットなし
縮毛矯正★ カット・ブロー	¥12,600-	学生割引あり 小学生以下初KIDは シャンプーなし ¥1,050-
ミディアム	¥15,750-	小学生~中学生 カット ¥1,575-
ロング	¥18,900~	高校生 カット ¥1,785-
縮毛矯正 カット・ブローのみ	¥9,450-	小学生以下初KIDは シャンプーなし ¥1,050-

0186-55-2335  
Open 平日10時~18時00分  
土曜日は10時~17時00分  
定休日:月曜、第3日、月曜祭典と必ず要す

### 「Laclair eau誕生」

(ラクレア オー)

髪質・髪構造の洗い上がり、仕上がりに合わせてシャンプーとトリートメントをお選び頂けます。

“乾かすだけで決まる髪”へリッチなケア成分をぜひたくに処方

美容エッセンス配合  
化粧水の役割 + 頭皮ケア (頭皮ケア) + 乳液の役割

「サブトリートメント」  
髪に大粒なCMCを補給しながらヘアデザインを系します!!  
髪への負担はゼロ配合です!!

美容応援 price ¥525 (髪を100%さらすまで)

my HAIR (マイ・ヘア)  
0186-49-5538  
Open 住居/大館市製成町2-5-4  
9:00~18:30 定休日/毎月第1日、第3日

### ブライダルウオズミ 新作ドレス・きもの 展示中

ヘア・メイク誌上コンテスト ベストメイク賞

2名入賞 いたしました。

0120-49-2434  
HP: http://www.uozumi-g.com

大館市製成町2-5-4  
0120-49-2434  
定休日: 大館市製成町2-5-4

IT IS SO VERY SIMPLE THINGS ABOUT Orne 2012



MIGLIARAFFINATO

Hair + Dress  
**orne**

http://hd-orne.com  
address: 553-3 kannondo  
Tel: 0186-57-8117  
holiday: monday  
各店舗への入館可能です。  
入館料等は各店が負担させていただきます。



タイ古式 マッサージの店 **フルメリア**

疲れた心と身体をリフレッシュ!!  
 隔れ家的癒しの空間へ。

■お得な全身リラクゼーションコース  
 全身の基本部位の指圧とストレッチ。  
 お気軽にタイ古式マッサージがうけられます。  
 はじめてご来店の方には特別に限り  
**3,500円→3,000円/50分**

■タイ古式マッサージ全身フルコース  
 足裏から頭まで、全身をじっくり指圧とストレッチで癒します。本格的タイ古式マッサージはこのコースで。  
 はじめてご来店の方には特別に限り  
**5,000円→4,000円/90分**

■クイックコース 2,200円/30分  
 お時間のない方に、ご希望の部分を高圧的にマッサージいたします。

■フットマッサージ 3,000円/60分  
 ハーブオイルとクリームを使用。むくみの解消に。

http://www.odate-plumeria.com/

**真田整骨院**

骨折・脱臼・捻挫  
 打撲・挫傷などの治療に

真心を込めて診療にあたらせていただきます。  
 院長 岩根宏学

※各種保険取り扱いしております。

大館市清水 1-1-31 (旧北野町) 0186-57-8289  
 平日 9:00~12:00 14:00~20:00  
 10:00~19:00  
 土曜 9:30~14:00

**骨格調整** 無料教室開催

エクササイズ&ストレッチ

日時 5月18日(金) 10:00~11:00

場所 大館市北地区コミュニティセンター (旧サンクレア大館)

定員 女性限定 10名 (要予約)

めざせ! スキリボディ!!

カイロプラクティック院 季さらく楽

大館市朝成町3丁目6-48 専修ビル2F (大館駅・たいせいのりから徒歩2分)  
 TEL 080-1692-4947  
 0186-42-8450 (内線)  
 休館中 休館中 休館中 休館中  
 休館中 休館中 休館中 休館中

**Sassy**

5月5日はこどもの日!!

Peek a Boo

住所 大館市朝成町2-3-10  
 TEL 080-2427-1327  
 営業時間 10:00~18:00  
 駐車場 3台  
 定休日 年中無休

**BOOKS アピア**

大館市片山町 3-6-2 月~土 9:00~22:30  
 日 9:00~21:00  
 TEL 0186-42-6008 年中無休・駐車場 有

空価なものから高級レア種まで  
**アクアショップ ZERO (ゼロ)**  
 偽り無しの品質と安心がウリです

●営業時間  
 ○平日 12:00~20:00  
 ○土日、祝日 12:00~19:00~20:00  
 ●定休日/毎週火曜日  
 ●駐車場/なし

北秋田市米代町 3-12 (いとく薬業南店そば)  
**TEL. 0186-62-9333**  
 ブログ <http://zero12345.blog108.fc2.com/>

観賞魚・飼育器具類・餌の販売。子犬をお探しのお客様にはご協力できます。詳しくはブログを御覧ください。

BEAUTY LIFE

4page







### あなたの街のタイヤ屋さん

タイヤのことならおまかせ下さい!  
農耕用から乗用車、大型トラック用まで取り扱っております。

Wですごい、低燃費  
**ECOPIA**

毎週木曜日はオイル交換デー! **¥1,480/1台**  
※10W-80 4Lまで

あなたの街のタイヤ屋さん **大館店**

**EX9-タイヤマン**

大館市根下戸町 5-120 営業時間 8:30~17:30  
 TEL.0185-62-0521 休業日 年末年始・GW・盆盆

### BodyCoating Splend

自動車ボディコーティング  
 ウィンドシールドコート  
 ルーフトレーニング  
 コーティングのこだわりと洗車

カーケアのことなら  
**Body Coating Splend**

ADD 〒017-0863  
 大館市根下戸町 1-32  
 TEL 090-7664-5426  
 E-mail body\_splend@yahoo.co.jp  
 URL http://amebio.jp/bc-splend/

マクドナルド 三いつく片山店  
 消防署 三いつく片山  
 酒井組合 三いつく片山  
 BodyCoating Splend 三いつく片山店

BEAUTY LIFE

### 池田レディスクリニック

高度生殖治療  
 不妊治療専門クリニック

当クリニックは不妊治療・更年期健康相談など内分泌専門で、  
 不妊治療に力点をしております。  
 最新の治療統計では当院治療プログラムを継続された患者様の  
 90%が1年以内に妊娠に至っております。  
 勇気をもって治療の第一歩を踏み出してはいかがでしょうか。  
 またプログラムは、頑固な生理痛・頭痛・肩こり・腰痛等の改善  
 にも効果をあげております。

全力で治療に当たらせて頂きますので、是非お気軽にご相談ください。

TEL 0172-29-2055  
 弘前市高田5-7-7 http://www.ikedal-cl.jp  
 ikedas@juno.ocn.ne.jp

月～金 9:00～12:00  
 14:00～18:30  
 土曜日 9:00～14:00  
 休診日 日・祝日

債務整理・過払い金請求・自己破産・個人再生

## 借金の悩み ご相談下さい。

借金問題解決  
のお手伝いを致します!

- 過払い金の請求(返済はもともと返済から100%払いで返済済みの状態が確認されます。)
- 月々の返済を楽にしたい。
- とにかく返済に困っている、など

まずはお電話下さい

**0120-113-314** **セキュアトラスト法律事務所**

東京都渋谷区渋谷1-8-3 TOC第一ビル5F  
 TEL.03-5774-1521(代表)  
 Mobile <http://saimu0.net> (24時間受付)

5月18日・19日・20日に  
 大館・能代地域での  
 出張相談会を予定して  
 いますので、まずは  
 お問い合わせ下さい。

弁護士 中島賢信 東京弁護士会所属登録番号14085号

- 交渉方針：借金減額、金利減免、元金のみ60回払い
- 弁護士費用：毎月の支払いをストップした後から分割払い可
- ご依頼者のプライバシー厳守

page



## 5月の大館イベント情報

### 大館バラまつり



と き 6月9日～24日(予定)  
 ところ 石田ローズガーデン  
 時 間 9:00～17:00  
 ※入場無料

大館バラまつりの会場となる石田ローズガーデンは大館市初の名誉市民である故石田博英氏の私庭でしたが、遺族から大館市へバラが寄贈され、平成7年7月1日から市で管理することになりました。面積約2,343平方メートルの石田ローズガーデンには1種1本を基本としたサンプルガーデンとして、600種類700株の様々なバラが植栽され、バラの歴史などを比較的短時間で楽しみ、学ぶことができるようになっております。バラまつりの期間中は、苗木の販売やコンテストも行われます。

お問い合わせ:大館市商工観光課 0186-43-7072

### おおだて春の市日まつり



と き 5月27日(予定)  
 ところ 柳町児童公園  
 時 間 7:00～14:00

通常「7」の付く日に開催されている「七日市日(なのかいちび)」の「おまつり」として、春秋各1回規模を大きくして開催されています。まつり当日は旬の山菜・野菜・花などを販売する露店のほか、お買い上げ額に応じた抽選会、フリーマーケットなどがあります。

お問い合わせ:大館市日会 0186-42-0693

### 田代名産だけのご祭り



と き 6月10日(日)  
 ところ 多目的運動広場  
 (田代スポーツ公園)  
 時 間 10:00～15:00

大館市の山々から山菜の便りが届く頃、旬を迎える「タケノコ」を存分に味わってもらおうと毎年開かれるイベント。ただのこ汗に舌鼓をうちながら初夏のひとときをお過ごしください。

お問い合わせ:大館市産業建設課 0186-43-7103

## 5月の鹿角イベント情報

開催日	イベント	会場	時間	お問い合わせ先 電話番号
5/3(木)～5(土)	春の十和田八幡平観光物産展	道の駅かづの	10:00～16:00 (5日のみ～15:30)	(社)十和田八幡平観光物産協会 0186-23-2019
5/5(土)	かづの子供フェア	花輪商店街	10:00～15:00(予定)	かづの子供フェア実行委員会 0186-22-0055
5/14(月) ～15(火)	尾去沢山神社祭典 (からめ節金山踊り奉納)	尾去沢地区	14日 17:00～20:30頃 15日 9:00～20:30頃	尾去沢市民センター 0186-30-0228

### 十和田八幡平黄金街道 観光キャンペーン

鹿角に宿泊し、お得に鹿角を楽しみませんか?

4月20日～6月30日まで、3,000円分の商品券が2,000円で購入できる「鹿角に泊まってお得なプレミアムゴールドクーポン」が販売されます。販売開始日～7月22日までの期間中、鹿角エリアで利用できるクーポンで、指定施設宿泊者先着限定1,000セットの販売となります。

問合せ:(社)十和田八幡平観光物産協会 TEL:0186-23-2019 ホームページ:http://www.inkor.jp/~kankou18

4月20日(金) 国道341号全線・八幡平アスピーテライン全線開通  
 ※ただし夜間(17:00～翌8:30)通行止め、冬タイヤ規制は5月31日まで継続されます。

お問い合わせ:  
 (社)十和田八幡平観光物産協会 TEL:0186-23-2019  
 鹿角市産業観光課 TEL:0186-23-2316



# みんなの広場

郵送で送って頂いた写真はご返却いたします。  
お名前・ご住所・コメントもお忘れなく…



やまとくん 4歳  
あすかちゃん 2歳

二人ながよくロティに乗って☆  
お兄ちゃんが飛べば、  
私だって飛りたい！  
大館市 Fさん

ひだちくん 8か月  
いとうひだちです。  
べぞかきだけど元気です。  
大館市 いとうさん



じょうくん 2ヶ月  
佐々木丈(じょう)です。  
最近はお兄ちゃん、  
お姉ちゃんに遊んで  
もらってま〜す♪  
大館市 佐々木さん



優菜(ゆうな)ちゃん  
寝顔も可愛いvv  
大館市 Sさん



ゆえちゃん 1歳  
Peek a Booさんで  
買ったお気に入りのお洋服です(●´ω´●)  
大館市 Aさん



あなたも「FODATE」に写真を載せてみませんか？

応募は下記の宛先かEメールでも受付中！ info@navi-hiro.com  
〒017-0842 秋田県大館市真壁町33 NAVI通信大館「写真掲載」係まで

## クチコミFODATE

プレゼント応募アンケートから  
気になるお店をご紹介します。

### 「ふ〜き」

ランチがおすすめです。  
ぜひ、行って見て下さい。  
花輪の駅前ですよ。

H・Aさん

### 「WORLD BON BON」

マカロンがとてもおいしいです!!  
一番のお気に入りの商品は「フ  
ランボワーズ」です☆

E・Tさん

### 「和 齋」

とんかつが、衣がサクサ  
クで中が柔らかくて美  
味しい。おすすめです!!

Aさん・32才

### 「一 魚」

一魚の十割そば最高!

Kさん・30才

### 「十字屋」

サクッともちっと小腹の  
すいたおやつにピッタリ。  
十字屋の味噌付けタンポ。

学生・Rさん

### 「フランドール」


お店に入ると美味しい焼  
き菓子のにおいが…  
ご飯を食べればかりでも  
おなかが空いてきちゃいま  
す(笑)魅惑のかわらは絶  
品です^^

Y・Rさん



北の町から  
こんにちは。 **お隣り弘前の  
お店情報ご紹介!!**

おでかけの際は、  
ぜひお立ち寄り  
下さい♪



**お食事処 鶴亀**

住 弘前市大町 2-2-13  
 営業 11:00~15:00  
 夜 17:00~2:00  
 休 無休 P あり  
 電 0172-35-3551

メニューが豊富で一度行くとつせになるリーズナブルなお店!

5月のサービス商品 8月7日~5月31日限定  
 定食、丼物、焼肉ご注文のお客様に限り  
**三三ちらし、三三鉄火丼、三三いくら丼 300円**  
 前11:00~後11:00迄  
**生ビールハーフ、100円**  
 焼酎水割り 後5:00~後11:00迄

日替わりランチ  
ワンコイン! ¥500  
売り切れ御免

**気軽に居酒屋 Tubo屋をよろしく**

**お得な ジョッキサワー 200円**

**名物 火山焼 1,050円**  
1個(約2~3人前)

豊富なメニューで  
カップル、家族連れにも人気!  
宴会コースは  
3名様~50名様までご利用頂けます。  
ご予算に合わせてご相談に応じます。

飲み放題  
あります  
1,380円  
から

**居酒屋 Tubo屋**

住 弘前市城東北4-3-1  
 電 0172-28-4066  
 営 17:00~翌2:00  
 休 月曜日(祝前日除く)  
 P 5台

至勝庵 弘葉 至大野  
 コジマ  
 当店 ● トヤマ農材  
 さくら野 公益 デリーホール

**中国料理 門外4丁目**

門外4丁目  
**ホームページ開設しました!!**  
<http://www.kadoke4chome.com>

中国四川料理を主体にした  
メニュー構成で麺類や定食  
などリーズナブルな価格で  
ご提供しています。

携帯用QRコードを読み込んで  
携帯からもアクセスできます。  
→→→→いますぐアクセス→→→→

好評営業中  
皆様のご来店を  
心よりお待ちしております。

お花見シーズン到来!!  
**各種オードブル**  
4,000円~ご予約承ります。  
ご予約TEL 0172-28-7099

住 所 弘前市門外4丁目6-9  
 電話番号 0172-28-7099  
 営業時間 月~金 昼11:00~15:00  
 夜17:00~21:00  
 土・日 11:00~21:00  
 休業日 水曜日定休  
 ※水曜が祝日の場合は営業します(翌日休業)



**2時間飲み放題プラン**  
お料理付き  
**4,000円**～予約受付中  
<http://www.syuann.com/>

ランチセット **1,000円**～  
パスタ、オムライス **780円**～

**おすすめプラン**  
歓迎会に最適!!



10名様以上、4,000円以上のプランをご予約のお客様は  
**1名様分無料**  
※月曜日～水曜日に限ります。

**女子会プラン**  
学生限定  
4名以上で4名以上の学生グループに限り、  
2時間飲み放題付き  
**3,000円**

**ママ会プラン**  
小学生以下  
**1ドリンク無料**  
※詳しくはお問い合わせ下さい。

お花見のおでかけ前にランチはいかが?  
お帰りに、ゆっくりお酒とお料理を味わいませんか?

**Dining Bar 酒 syuann 庵**

1名プランは24名様まで | 2名プランは30名様まで (5分間隔予約)

営業時間 (祝) / 11:30～15:00 (LO 14:30)  
(金) / 17:00～25:00 | 定休日 / 毎週火曜日

ラストオーダー / food 24:00 | drink 24:30

〒990-0001 弘前市駅前町10-1 遊食館 1F  
TEL・FAX 0172-37-6688

**季節の旬の食材と地酒を扱う落ち着いた空間。**

美味し地元料理や地酒を気軽に楽しめます。  
季節料理もあり、旬の味をリリースするお鍋で...

自慢の串揚 16種類  
(海老、ツブ、アスパラ、れんこんなど)  
1本 **オール 100円!!**

新鮮と安さが自慢のお店!  
津軽衆一番おすすめ  
**貝焼き味噌 100円**

日替メニューも豊富あります。  
十和田バラ焼  
シロコロホルモンなどを

**古都弘前の酒処 津軽衆**

弘前市大町1丁目6-2  
駅前センター 1F  
JR弘前駅より徒歩2分

**0172-35-6256**

営業時間 17:00～23:00  
定休日 不定休  
<http://taigenryu.atukan.com/>



**美人のお客さんが多いラーメン店(みんな“めんくい”だから)**

スタミナー一番さんのおいしい「特別栽培米」は私が丹念に作っています。

**「特別栽培米」とは?**  
農薬や化学肥料を通常の5割以下に減らして生産したお米です。

青森県産の安心・安全なお米です。

一般のご家庭にも販売致します。  
お気軽にお問い合わせ下さい。

**「エコファーマー」とは?**  
土づくりを行い、農薬と化学肥料を減らした農業に取り組む農業者の愛称であり、県が認定しています。

**スタミナー一番**



大好評! **ビリ亭麺々麺 680円**

オムライス 680円

**スタミナー一番**

開店23年、お店77年、  
今年6月で80周年を迎えます。

地元の人に愛され、これまで続けることが出来ました。これからも安心安全な食材を使い、情熱と元気で頑張ってまいります。どうぞお気軽にお越し下さい。

株式会社 **ミカミ商事** 0172-82-5859  
弘前市鷹巣字豊田180-1 Mail mikasho@piano.ocn.ne.jp

〒990-0001 弘前市鷹巣5-5-15  
0172-87-6996  
平日 11:00～15:00  
平日 17:30～21:50  
ラストオーダー 21:30  
日・祝 / 11:00～21:00  
水曜日 (祝日を除く)  
※休業日の場合は別途お知らせいたします。





# 横綱ちゃんこ

超ビッグ!!

期間限定企画!!

とりの唐揚

高さ23cm  
総重量1.8kg

1,150円

1日2食限定

めこちや大きい!



23cm!!

通常のとりの唐揚げ  
(単品500円)  
7人前位のボリューム!!



きんきん鍋

1人前(2~3人分位あります)

2,000円



お肉もきんきん一本分入ってます。

一人で完食の場合写真を撮って店内に飾りますよ。

おいしいちゃんこ鍋とお酒も楽しめる広々きれいなお店  
最大50名様収容!

〒弘前市城東北3-10-71 (さくら野弘前店隣り)  
☎0172-28-2355  
🕒17:00~23:30  
節電の為、23:00迄ラストオーダー22:00  
📞水曜日 📞あり  
<http://chanko.konjiki.jp>



和食もお酒も旨い店

## ラーメン ショップ 弘前店

〒弘前市水産町49-1  
☎0172-40-3070  
🕒11:00~23:00  
📞月曜日 📞あり



### 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 ..... 700円
  - B. ネギラーメン・ギョーザ ..... 800円
  - C. ネギネギラーメン・ギョーザ ..... 850円
- \*ライス・オニギリ(1個)はサービスです。



## バック・ポーチ ファッション小物等 新商品入荷!



タイ・ラオスの雑貨  
ぞくぞく入荷

大好評!

好評しながらオリジナルの  
プレス・アクセサリーも入荷!

150種類以上の  
天然石を販売りて  
格安にて販売中!

- 📞0172-40-3070
- アジアンパフェ ... ¥500
  - 朝アジアンパフェ ... ¥650
  - グリーンレッドカレー ¥750
  - チシゴレン ..... ¥700
  - 日替わりランチ ... ¥750~

ASIAN Cafe  
アジアン カフェ

〒弘前市水産町49-1 ☎11:00~18:00  
☎0172-40-3070 📞不定休 📞あり  
道に迷ったらお気軽にお電話下さい。





# 串の西が八也

種類豊富な串もの、新鮮なお刺身、焼き魚、揚げ物、煮物、麺、サラダ、デザートなどなど...

**もちろんドリンクも豊富!!**

カウンター、個室、お座敷あり

ホー人様 単価3000円以上で  
駐車券提示300円キャッシュバック(現金払いの時)

住 弘前市土手町126  
パークホテル2F  
TEL: 0172-34-7436  
営業 17:00~0:00頃まで  
休 ほぼ無休

毎月多彩なイベントをご用意! **5月**

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
					日本酒100円引き	
6	7	8	9	10	11	12
六 曜 日			ドリンク 約半額		ビール類 100円引き	
13	14	15	16	17	18	19
			六 曜 日		女子祭の日	
20	21	22	23	24	25	26
		ポイント2倍		2時間飲み放題2000円が 1800円の日		
27	28	29	30	31		
六 曜 日			チューハイ、カクテル 100円引き			
<b>六曜の日</b>	→ビール全種類200円引き					
<b>女子祭の日</b>	→女性のみで来店のお客様に限り 特価無制限飲み放題1600円(税別!!)					

※六曜の日、「ドリンク約半額」は先着6名様限定になります。

FOODS

LIFE

## 何なり屋! 生活改善応援隊

毎日の快適な生活を送るための改善をお手伝いいたします。なんなりとお申し付けください。

### 住宅のこまったちゃん

住宅内外のドア、引き戸、窓、網戸、屋根、小屋、雨樋、雨戸、カーテン、台所、お風呂、トイレ、建具、シャッター、電気配線工事、害虫駆除、etc...

### お外のこまったちゃん

ガーテニング、庭木の伐採、草刈り、ゴミ処理、側溝どうじ、塀垣、垣根、雪降ろし、除排管、管囲い、草取り、薬剤散布、etc...

### 生活のこまったちゃん

一般製品家電の修理交換、パソコントラブル、エアコン、ストーブのトラブル、ハウスクリーニング、お買い物代行、引っ越し、etc...

**業務拡張につき スタッフ急募! 中高年女性大歓迎!!**

お宅へのチラシの配布及びPR活動

**勤務** 1日3時間程度のフレックスタイム ※応相談(休日・フレックス)

**給与** 稼働費+歩合:月収10万円以上可(月3回支給) ★給与は月3回の支給となります。

人とお話しするのが好きな方、★応募は下記番号に電話連絡の上、履歴書をご持参下さい。

資格・経験は一切不問です! お気軽にお問い合わせ下さい。

家事はお電話下さい。笑顔でお伺いさせていただきます。

その他不便を感じる事、こまった事など何なりとご相談(無料)下さい!

**見積無料** **年中無休** **電話は無料フリーダイヤル**

あなたの笑顔を大切に **エコロジー&ケア**

**0120-143955**

い~よ サンキュー GOGO

株式会社 **イー・アソド・シー**  
ライフ・ケア事業部

〒036-8065 弘前市西城北1丁目4-3 ライフケア事業部  
TEL: 0172-88-7099 FAX: 0172-88-7044  
URL <http://www.nannariya.jp/>

12page



## ル・キャッスル・ファクトリー Le Castle Factory

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



弘前公園より徒歩5分。  
ホテルメイドの  
本格スイーツはいかが。

奥産りんごをたっぷり使用したアップルパイと伝統のケーキ、季節ごとの新作や焼き立てパンもおすすめてです。

電話番号 0172-36-1211  
住所 弘前市上朝陣町24-1  
営業時間 9:00~21:30  
定休日 無休

## お食本地 松味屋 (津つむ)



大好評です!!  
ミニ天丼とつがるらめんセット

## ホテルで居酒屋!? 2時間制 和食のオーダーバイキング!

ホテルニューキャッスル内1階、  
居酒屋この花。  
2時間食べ飲み放題で3500円~  
単品メニューも豊富!

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

電話番号 0172-36-1211  
住所 弘前市上朝陣町24-1  
ホテルニューキャッスル1階  
営業時間 17:30~22:30  
定休日 無休 (L.022:00)

盛りごたつでみんな  
ワイワイorカウンター  
でのんびり読書、あな  
たはどっち派?

## 居酒屋 この花



弘前公園をぐるっと探索!!

# 弘前公園周辺 編

ご協力頂きました  
掲載店様ありがとうございました

## ホルモンどんちゃん

安さが自慢!! 下町にできたホルモン屋!!



さくらユッケ、センマイ刺  
なども人気があります!!  
とにかく低価格で平日  
でも多数のお客様で  
にぎわっています。

電話番号 0172-33-5322  
住所 弘前市新町159  
営業時間 17:30~24:00  
定休日 月曜日

## 津軽の食材を使い、管理 栄養士が心をこめて...

管理栄養士が、栄養バランス、低塩、安全に  
細心の注意をはらって調理しています。



## ヘルシーレストラン かりん

おすすめメニュー  
・お替わり定食 850円  
・手打ちざる蕎麦 700円~  
お花見はいかがでしょうか  
・ほねの弁当 1,000円~  
・オーロラル 3,000円~  
お弁当、オーロラルはご予約  
に応じてあります。



電話番号 0172-32-1815  
住所 弘前市下白旗町3-1  
営業時間 11:00~14:00  
定休日 日曜日 ※土曜日は祝日祭

## 老舗ロースターの こだわりの味を お店やご家庭で!!!



ランチセットや、ケーキセットを食べながら、  
コーヒー豆・器具・業務用食品・コーヒーギ  
フトなどのお買い物ができちゃいます。



公園散策して一寸  
お休みしてみませんか。

おすすめメニュー  
天丼と  
ちらしめしセット  
かつ丼と  
ちらしめしセット



電話番号 0172-33-7436  
住所 弘前市亀甲町82  
営業時間 11:00~15:00  
定休日 水曜日

## iconam (イコナ)

ジャンルにとらわれない自由な  
スタイル、日常をもっと楽しく  
する洋服を探しに、是非一度、  
足を運んで  
みてください。

国内外のレディース・  
メンズブランドを取り  
扱うこだわりのセレクト  
ショップです。

<http://www.iconam.jp>



電話番号 0172-88-8924  
住所 弘前市石巻町29-4  
営業時間 11:00~20:00  
定休日 水曜日(祝日除く)

# 弘前まちなが情報



## 津軽塗の源兵衛

伝統工芸津軽塗師五代目の店。

津軽塗、伝統の四技法  
から斬新なオリジナル  
商品でいっぱい。

特にお箸は  
おすすめNo.1です!



## さくら交通

弘前のさくら、サクラ、桜!!  
タクシーのご用命は是非当社を!!

まずは  
お電話ください。

0172-34-5505



電話番号 0172-34-5505  
住所 弘前市下白旗町21-8  
営業時間 24時間  
定休日 無

## 鮮楽 (わらく)

発酵食品をふんだん  
に使用した和食屋。



1日替わりランチ 700円



電話番号 0172-33-3999  
住所 弘前市東長町34-2 1F  
営業時間 10:30~18:00  
定休日 日・祭 (GWは営業します)

## Pole Shop Cafe 弘前店

ボールショップカフェ M・M・C 三本コーヒー



おすすめメニュー  
・ランチセット  
(ポスタ・ポラ、カレーのセット)  
スープとドリンク付 600円  
ネットコーヒーはおかわりできます

電話番号 0172-35-6762  
住所 弘前市東長町48-1  
営業時間 月~金 10:00~18:00  
土 10:00~17:00  
定休日 日・祝



今話題の氣泡や甘酒等  
を使ったランチ。発酵食  
品で腸の中から健康に!  
塩麹、甘酒は自家製です。  
販売もしています。



# 車買取販売



23歳

アップルを、選んでくれてありがとう。  
—さらなる安心・信頼・満足へ。—

ODDAME

H.24.5  
VOL.18

第11/ナビ選別

第12/人選別

第13/車検選別

TEL:0186-57-8720 FAX:0186-57-8733

無料

お客様に代わって **Super Apple** が  
平成24年度  
**自動車税をお支払い**  
いたします!!

実施期間

**2012年4月1日～2012年6月30日**

納付済自動車税に関しては対応出来ません。  
詳しくはスタッフまで!



〒036-8085 弘前市東広1丁目1-1  
TEL 0172-26-4649  
HP <http://www.mfnj.com>  
Mail [apple-hirosaki@mfnj.co.jp](mailto:apple-hirosaki@mfnj.co.jp)  
営業時間 10:00～19:00



初回お試しキャンペーン  
オイル交換1台

**1000円**

※オイル交換できない車種もございますので、来店前にお問い合わせください。  
有効期限:2012年5月31日まで

初回お試しキャンペーン  
車検割引

**5000円**

有効期限:2012年5月31日まで

初回お試しキャンペーン  
钣金塗装修理工賃

**20%オフ**

※修理代金2万円以上の場合  
有効期限:2012年5月31日まで

初回お試しキャンペーン  
ルームクリーニング割引

**5000円**

有効期限:2012年5月31日まで



展示場には、福祉車両・送迎車を中心に展示100台の大迫力!

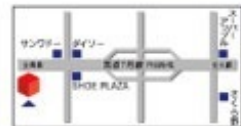
- マツダ新車販売
- 車検・整備
- 福祉車両販売
- 送迎用自動車販売

まずは当社自慢の整備サービスをお試し下さい。  
きつとご満足いただける上質なサービスをご提供します。

**Super autoBank**

スーパーオートバンク弘前店  
〒036-8052  
青森県弘前市大字聖田字神田475-1  
TEL:0172-38-0333(火曜定休)

M.F. オートバンク弘前店



国道7号弘前バイパス沿い  
銀色のピラミッドが目印です。