

FMジャイゴウェーブ(76.3MHz)で放送中!

Tsugaru

2012 November
クーポン付 vol.39

11

FMジャイゴウェーブで
第4週金曜日にオンエア中!

「見て! 聞いて! タウン誌Tsugaru」



~今月の特集は~

情報提供ありがとうございます。

クチコミTsugaru特集

クリスマスケーキのご準備に

おすすめ ケーキ屋さん特集

クリスマスケーキプレゼント!!

ご自由にお取り下さい!



E-mail→info@navi-hiro.com

HP→<http://navi-hiro.com/>

NAVI通信

検索

…11P・12P

Tsugaru イチオシのお店

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クセになるリーズナブルなお店!

11月のサービス商品 (11月1日~11月30日迄)

海鮮セット

にぎり寿司
ちらし寿司
鉄火丼
穴子丼
うな丼

+ ラーメン **800円**

(夜5:00~夜10:00)

11月1日は寿司の日
1日にご来店のお客様に限り

1000円 → 500円

※出前、お持ち帰りは送料別途です!

イカの月見丼
海鮮ちらし丼
ネギト口丼

各**500円**
(昼10:00~夜10:00)

HAIR SALON RUBIS

Open 9:00~19:00

住 所/弘前市大町 2-7-1

TEL/0172-88-6145

駐車場/2台(店舗裏)

定休日/月曜日
(予約は受け付けます)

新規のお客様

カット (シャンプー・ブロー込み)

2,000円



<http://rubis-hair.com/>

◆カット.....¥3,500 (学生割引もございませう)	◆トリートメント.....¥2,000
◆カラー.....¥6,300 (カット込み)	◆ヘッドスパ.....¥2,000
◆パーマ.....¥6,300 (カット込み)	◆セット.....¥3,500
◆電気矯正.....¥12,000	◆エクステ1本.....¥500 (2回分)
	etc...

エクステつけ放題 11/11 12/25

70cm 120g ¥14,000
52cm 120g ¥12,000

11月実施中!

ナチュラル 小・中・高校生 ¥4,200
ストリート 一般の方 ¥5,000
(カット込み)

縮毛矯正 小・中・高校生 ¥5,200
一般の方 ¥6,500
(カット別料金+¥1,050)

おしゃれ工房

はあま屋

弘前市駅前町 15-8

0172-34-3722

OPEN AM8:45
CLOSE PM7:00

定休日:毎週月曜日
駐車場:あり

H25年成人式ご予約受付中

希望のヘアースタイル、着付け、帯結びなど
事前に相談ください。最高になる目の自分のために。

お支度料

- ◆着付け、メイク、セット ¥11,000
- ◆着付け、セット ¥9,000
- ◆セット、メイク ¥5,000
- ◆セット ¥3,000

センカット

1カット

ヘアークット **1,000円**

噂のカット専門店

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(月曜日も休まず営業)

弘前初

カット&カラー
専門店

求人募集 21P

主婦に人気の美容室

カット&カラー専用美容室

てぴがっど

びが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**

おかげさまで5周年

5周年特別価格

- ◆女性会員/月会費 **半額**
- ◆小学生/月会費 **3,000円**

男女練習生/月会費 ¥6,000
ジュニア練習生/月会費 ¥5,000

究極の酸素カプセル

通常 15分 3,000円 → 25分 1,000円

東北初上陸



ドリーム アマチュア
ボクシングジム

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

弘前市取上 5-8-1

13:00~21:00

年中無休

有 P

33-7474

090-2024-2177(携帯)

HP→<http://dream-hirosaki.com/>

プレゼントコーナー

★おすすめ ケーキ屋さん特集

11,12ページ掲載のケーキ屋さん特集で紹介されたお店のクリスマスケーキを各店1個、合計7名様にプレゼント!

「ケーキ屋さん特集」掲載店のクリスマスケーキ

12月10日(月)までにケーキ引換券を発送いたします。当選されたお店にお電話をしていただき、引渡し日をご予約下さいませ。



...合計7名様

掲載ページ11P→

賀田治(よしたや)
賀田治オリジナル
日本手ぬぐい
2枚組セット ...10名様

掲載ページ14P→

KEN施術院 ※写真はイメージです。
首・肩こり解消コース
腰痛・骨盤矯正コース
いずれか ...5名様

掲載ページ20P→

酒庵 弘前駅前10-1 遊食館1F
ランチペア無料券
...3名様

掲載ページ20P→

青森コロナワールド
コロナワールド各店
サービス券セット
◎コロナシネマワールド◎
映画ご招待券
◎百円寿司 黒船◎
10%割引券
◎ゲームメトロポリス◎
UFOキャッチャー体験券
...セットで5名様

■応募方法
下記の①～⑥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きたいお店の名前
②今回ご利用いただきたいクーポン券の枚数
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ご購読は何回目ですか
⑥希望する商品番号と商品名(第1希望、第2希望)

■宛先
〒036-8155 青森県弘前市中野1丁目9-14
NAV I 通信「プレゼント係」まで
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!!

※当選発表は発送をもって代えさせていただきます。

おしゃれ工房 ばあ〜ま屋 ↔1P

カット **300円引**

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.11月末日迄

ドリーム アマチュアボクシングジム ↔1P

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 H24.11月末日迄

黒潮市場 4P→

ランチ(バイカー飯、鉄板ジャージャー焼きそば)

680円 ▶ **500円**

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.11月末日迄

めんや ひまわり。 5P→

大盛り or トッピング
(玉子のり、チャーシュー) ※いずれか一品
サービス

※1枚で1組全員有効 ◆有効期限 H24.11月末日迄

ティーライズグループ 7P→

技術料金 **20%OFF**

※但し、ECOメニューは除きます。※他のサービス併用はできません。
※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.11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 H24.11月末日迄

賀田治(よしたや) 11P→

600円お買い上げの際に **3Dたか丸くん焼き**
1個プレゼント

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.11月末日迄

KEN施術院 14P→

全身カイロ 通常初回6,300円を
90分(検査料含む) **3,150円**

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.11月25日迄

Peek a Boo 16P→

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 H24.11月末日迄

ぶっちゃんDOG'S 16P→

しつけ済子犬 **5万円割引**

対象犬をHPにて確認、ご利用されたい方は、事前にご連絡ください。
※1家族様1回限り有効 ◆有効期限 H24.11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 H24.11月末日迄

点線を切り離してお使い下さい。

★応募締切★ **11月26日(月)**
2012年 (当日消印有効)

「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、ご了承下さいませ。

次号発行は
11月26日
(月)です!
お楽しみに...

Tsugaru2012年11月号
応募券
※お1家族様1回のご応募です。No.2411

Tsugaru 11月号 青森コロナワールド 20P→

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

※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.11月30日迄
※3D作品鑑賞の際には別途3D追加料金等発生致します。※ポップコーンはプラス50円での支払いが可能です。※本券1枚につき1名様ご利用頂けます。現金でのお支払いのみ有効。※特別作品や一部配給作品等ご利用できない作品がございます。ご了承下さい。※特別料金設定の作品で本券をご利用の場合、薬類のご返金は致しかねます。団体鑑賞にはご利用頂けません。※その他、サービスとの併用は頂けません。本券についてのお問い合わせは青森コロナシネマワールドまで、TEL 017-783-5081

イベントカレンダー 2012年11月

開催中	弘前城菊と紅葉まつり【期 間】開催中～11月13日(火)		詳しくは13・14P▶
11月2日(金)～	第16回津軽塗フェア2012 【期 間】11月2日(金)～4日(日) 【時 間】9:30～17:30(最終日は16:00まで) 【場 所】弘前市立観光館1階多目的ホール 津軽地方の職人が手掛けた多彩な作品約千点を展示・販売します。津軽塗研究し体験(500円)や、津軽塗りご相談コーナーなどもあります。津軽塗り全商品今年最後のお買い得価格ですので、是非お越し下さい。		 <p>第2回 日本まちあるきフォーラム in 弘前 HIROSAKI</p>
11月3日(土)～	第2回日本まちあるきフォーラムin弘前 【期 間】11月3日(土)～11月4日(日) 【時 間】3日(土)9:30～20:00、4日(日)8:30～13:00 【代 金】2,000円(情報交換・交流会参加の方は別途3,000円) 【場 所】ベストウェスタンホテルニューシティ弘前及び弘前市内、中津軽地域、秋田県北地域 【問合せ】津軽ひろさき街歩き観光推進実行委員会事務局 0172-35-3131 080-2843-9228(専用携帯電話) 「日本まちあるきフォーラム」は昨年、長崎県長崎市から始まり、第2回の今年は弘前市での開催となりました。近年、全国各地で盛り上がりを見せ始めている「街歩き観光」の全国の事例、街歩きの持つ可能性などについて議論を深めながら、津軽の街歩きを体験してみませんか？ 第24回ふじさきいきいきまつり 【期 間】11月3日(土)、4日(日)※雨天決行 【時 間】3日 9:30～16:00、4日 9:00～15:30 【場 所】藤崎町農業者トレーニングセンター 常盤生涯学習文化会館ほか 【問合せ】藤崎町秋まつり実行委員会(藤崎町役場 企画財政課内) 0172-75-3111(内線2222) 名物の特産のつがるロマン10俵を使って挑戦する「日本一!ジャンボおにぎり」や「ジャンボピザ」などの催しものもあります。文化展や出展コーナー、大抽選会などもあり、さまざまなイベントが盛りだくさんです。ご家族揃って是非ご来場下さい。 りんご収穫祭 【期 間】11月3日(土)～11月11日(日) 【場 所】弘前市りんご公園 【問合せ】弘前市観光物産課 0172-35-1111(内線535) 弘前城菊と紅葉まつり・弘前りんご博覧会とタイアップして、今年も弘前市りんご公園で「りんご収穫祭」が開催されます。土・日は楽しいイベント、ライブや出店が盛りだくさん!!収穫量日本一を誇る弘前のりんごにこだわったお祭りにぜひお越しください。		 <p>Hirotsaki Apple Park Autumn Festival</p> <p>りんご収穫祭</p> <p>11/3 SAT 11 SUN</p> <p>弘前市りんご公園</p>
11月17日(土)～	第22回 黒石りんごまつり 【期間】11月17日(土)、18日(日) 【時 間】17日 9:00～16:00、18日 9:00～15:00 【場 所】スポカルイン黒石(メインアリーナ・北駐車場) 【問合せ】黒石りんごまつり実行委員会(黒石市商工観光課) 0172-52-2111(内線407) りんごの卸売、りんごコンテスト、物産展など、さまざまな催しを通じて黒石のりんごをPRするお祭りです。おいしい屋台村や健康づくり体験コーナー、津軽三味線の演奏、りんご皮むき大会など、ブースごとに様々な催し物が開催されます。ご家族そろってお出かけください。		
11月23日(金)	ひらかわフェスタ2012 【期 間】11月23日(金)、24(土) 【時 間】9:00～17:00 【場 所】ひらかドーム 【問合せ】農林課食産業振興係 0172-44-1111(内線2177)		
11月25日(日)～	りんごカクテルパーティ 【期 間】11月25日(日) 【時 間】9:00～17:00 【場 所】旧弘前信行社(国指定重要文化財) 【問合せ】まちなかりんごだらけ実行委員会(弘前市観光物産課内0172-35-1128) りんごの収穫時期に、りんごのオリジナルカクテルを趣のある会場で楽しむ「カクテルの街ひろさき」にふさわしいイベントです。		

安い！！ 旨い！！



Tsugaru読者限定
**豚ホルモン
サービス!!**

(お1組様につき一人前)
ご来店時「Tsugaruを見た」と
スタッフまでお声掛け下さい

トロホルモン 480円

倉石牛バラ **680円**
ミックスホルモン **580円**

その他380円～。冷麺も人気あります！
昔ながらのホルモン屋です。



ホルモンとんちゃん
TEL/0172-33-5322

住 弘前市新町159 休 月曜日
営 17:30～24:00 定 あり



BONHEUR

野菜と魚のお店、ポータル
弘前中央食品市場の中にあるポータル。

お食事スペースも
ございますので、
朝食やランチに
ぜひお越し下さい。



- ◆ 海鮮丼 **¥650**
- ◆ 海鮮丼(ミニ) **¥380**
- ◆ 手作り惣菜 **¥100～**
- ◆ 産直野菜各種
- ◆ 輸入食材



ADDRESS 弘前市土手町85-1
(弘前中央食品市場内)
TEL 0172-88-7888
OPEN 8:30～18:30
CLOSE 木曜日



今年のクリスマスにはクレープケーキをどうぞ！

Risubon

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

おすすめMENU

- 苺ミルフィーユクレープ ¥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

★クリスマス★には、当店人気のクレープケーキはいかがですか？
もちもちとした皮となめらかな生クリーム・生チョコクリーム、バナナを段にして
ボリュームたっぷり仕上げております。ぜひ一度味わってみて下さい。
その他、ミニクレープ・ワッフルなど、年末年始のおみやげにどうぞ！

冬の期間限定
かぼちゃクレープ
..... ¥340
好評です★



黒潮市場

なつかし屋 KUROSHIO ICHIBA

大小各種ご宴会承ります
お客様のご希望にそったプランを提供いたします



2時間飲み放題付
3,000円～ (4名様より)

生びーる **380円**
串焼 **80円～**

11/15～ランチ始めます!!



バイカー飯 **680yen**

(ごはん400gまで)

- しょうゆ味と塩味のどちらか選べます
- その他メニューあります



鉄板ジャージャー
焼きそば **680yen**

(麺2玉まで)

クーポンご持参で
500yenに! 2Pへ

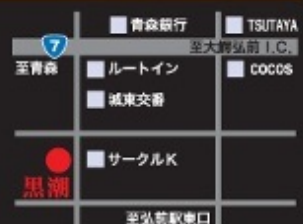
TEL 0172-40-0208

住 弘前市城東北3-13-1

営 昼11:30～14:00

夜17:00～L.O2:00

休 日曜日 P 有り
http://kuroshio.zashiki.com/



特別価格

クーポン



定番パスタ ALL半額!!

伊勢海老のトマトクリームソースパスタ **1,500円 → 750円**
 ワタリガニとシーフードのトマトクリームソース **1,200円 → 600円** etc

798セット
 タラコクリームソースパスタ + ローストビーフ
2,000yen
 ミルクレーフ 1ホール **2,000yen**
 イタリアンオードブル **5,500yen**

〜1ヶ月限定海老パスタ〜
 ★伊勢海老と天使の海老とウニの海鮮カルボナーラ **1,200円**
 ★天使の海老とウニのクリームソース **850円**
 ★海老とキノコの和風クリームソース **700円**
 ★海老とタラコのチーズクリームソース **700円**

創作イタリアン **Pietanza**
090-3469-2442 弘前市末広5-5-3
 ランチ/11:00~15:00 (LO 14:30)
 ディナー/17:30~21:00 (LO 20:30)
 定休日/日曜 駐車場/あり



天然弱アルカリイオン水 **けんこう一番**



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、「けんこう一番」は無添加で安全です。

4リットル **¥200**
 2リットル **¥150**

電話 **0172-88-5659** MAP 配達致します
千の得 弘前市和徳町223 アビタシオン1F 休日曜日 Pあり
 一宮町 太田印刷 当店

めんや ひまわり

ラーメン 中華そば 味噌ラーメン など...

カレー ハヤシ お新香 サラダ が 食べ放題!!

営業時間 11:30~23:30 (ラストオーダー23:00)
 定休日:年中無休 弘前富田町9

1枚で1組全員使える! **大盛り** or **トッピング** (玉子のり、チャーシュー、いずれか一品)
お得なクーポン付き!! サービス!! **クーポンは2ページ**

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。

スタミナ一番 屋台で23年、お店で7年、おかげ様で30周年を迎えました。

毎週金曜日は **スタミナギョーザ 半額デー**
ギョーザ 300円 150円

30年変わらない味の **スタミナラーメン (しょうゆ) 500円**

オムライス 680円 お持ち帰りでも可(日:祝除く) ※替替代プラス30円

「特別栽培米」とは? 青森県認証の安心・安全なお米です。
 農業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。

「エコファーマー」とは? 土づくりを行い、農業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。

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

津軽を愛し、津軽と共に地域密着スーパー

生鮮活祭 さとちょう

明治30年創業



土曜・日曜 10日・30日
ポイント 2倍セール 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!!

ホームページ <http://satoucho.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 0172-89-1177	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 0172-59-0556	株式会社 佐藤長 0172-36-7755

お持ち帰りのおそうざいのお店

おそうざい まみーくっく

10月10日 オープン 致しました

おそうざい 量り売り
日替わりで取り揃えてあります

まみーくっく 弁当 500円
日替わりお惣菜 6種類入り


まみーくっくは街のお台所として
『笑顔の食卓』のお手伝いをさせていただきます。

弘前市早稲田1-13-12
電話 / 0172-26-5056
FAX / 0172-28-5098
営業時間 / 11:00~18:00
定休日 / 不定休



今月のレシピ

栗ご飯



材料 (5~6人分)
もち米→4合 / 小豆→0.5合 / 栗→15粒
塩→小さじ1と1/3 / 砂糖→大さじ2
酒→大さじ2 / 醤油→少々

作り方

- ①栗を剥きさっと洗って水気をきり、ポリ袋に入れる。砂糖大さじ2を加え、よく揉んでこすりつけるようにし、そのまま冷凍する。(※前日にやっておくと良い)
- ②もち米をといで3時間〜一晩水につけ、ザルにあげて水をきる。
- ③小豆は5倍ほどの水で八分通り茹でる。
- ④炊飯ジャーにもち米をあげて、小豆の茹で汁を加える。おこわ用の目盛りがある場合は目盛り通りに、ない場合は幾分少なめに水を入れる。更に、大さじ2杯の水を取り除いて、その分の酒を加える。
- ⑤塩小さじ1〜1/3杯加え、小豆と、冷凍しておいた栗(砂糖はついたまま)を加える。熱がまんべんなく伝わるように、真ん中をあげて栗を置く。
- ⑥炊き上がったら、かき混ぜて器に盛り、胡麻またはゴマ塩を添える。

Monvoe

ちよこ大好きパフェ 550円

ヨーグルトパフェ 550円

NEWパフェ登場
シーズンパフェ ¥550

冬バージョン

TEL 0172-33-9518
*住所…弘前市御幸町9-21
*営業時間…11:00~21:00 (祝祭日15:00から)
*定休日…日曜日 *駐車場…有り



やっと見つけた私の美容院 クーポン付き
アース&アニマルズ・人もラブズ・イン 2ペーシオンへ

ヨーロッパ

根元にボリューム、ツヤが出る

初めてご無沙汰
大歓迎!!

◆アイロン式全体縮毛矯正◆
一般女性 ¥4,200 カット仕上げ込み
一般男性 ¥4,300

◆特に痛みがひどい方の全体縮毛矯正◆ カット仕上げ込み
トリートメント付……一般 ¥5,300

・男性ツイストパーマ(カット仕上げ込み)……一般 ¥3,900
・女性スパイラルパーマ(カット仕上げ込み)……一般 ¥3,900
・全体カット 一般 ¥1,200 ~ ¥1,600
・良い薬で安く…ウエラ社ヘアカラー 一般 ¥3,000
※ロング、剛毛、男性は100~500円追加、学割有り

弘前市大字下白銀町12-3 当日予約 OK!
TEL 0172-33-5995
平日カット 受付 10:00~18:45
日曜・祝日カット受付 10:00~17:30
休 毎週月曜日・毎月第3日曜日不定休
P有り ヨーロピアン 弘前 itp 検索

ティー・ライズグループからのお知らせ

その1 皆様の節電節水を
引き続きサポートします!
特別 **エコメニュー**
延長決定! 2013年3月末まで
カットのみ **¥1,050**
※スタイリスト指名の場合、別途プラス520円

その2 クーポン持参で
パーマ or カラー
20%OFF! 11月末まで
※他のサービスとの併用は不可。

アンダーカラーズ×ピカソ 弘前市東町2-11 アブリーズ6F ☎0172-34-6333
美容室ベルノ弘前 弘前市土手町126 弘前パークホテル2F ☎0172-34-2117
美容室アンダーカラーズクレール 弘前市東町1-4-5 イオン安藤SC内 ☎0172-87-7176

ブランタンフォーヘアー 弘前市東町3-3-2 イトーヨーカドー内 ☎0172-34-9936
美容室アンダーカラーズティアラ 弘前市早稲田4-3-2 ヤマダ電機モバ ☎0172-26-9250

T.RISE ティーライズグループ http://t-rise-g.com/

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。

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

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られます。
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。
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。

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。

婦人科 池田レディスクリニック
弘前市高田5丁目7-7 TEL 0172-29-2055
ikedas@juno.ocn.ne.jp
http://www.ikeda-lc.jp

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	午前9:00~12:00
午後2:00~6:30	○	○	○	○	○	午後2:00~6:30
日曜・祝日 休診	※診療時間につきましては、電話にてご確認ください。					

Tsugaru

設置場所一覧

その他掲載店・人の集まる所に設置しています。

- 弘前駅案内所
- 弘前市立観光館
- 弘前総合学習センター
- 青森観光物産館アスパム
- 浪岡 道の駅 アップルヒル
- 鶴田 道の駅 あるじゃ
- 田舎館 道の駅 弥生の里
- サンフェスタいしかわ
- 弘前りんご公園
- さとちょう全店
- 弘南生協全店
- さくら野インフォメーション
- ユニバース城東店
- ベストウエスタンホテル
- 弘前プラザホテル
- 弘前国際ホテル
- 弘前グランドホテル
- ホテルニューキャッスル
- 弘前パークホテル
- 弘前プリンスホテル
- 弘前東栄ホテル
- ハイパーホテル弘前
- スーパーホテル弘前
- プロッサムホテル
- ルートイン弘前
- ルートイン城東
- ホテルニューレスト
- 東横イン
- ドーミーイン弘前
- 相馬ロマンピア
- ホテルアップルランド
- ホテル リコルソ弘前
- 岩木文化センターあそべる
- 弘前大学病院売店
- 市立病院売店
- 弘前大学
- 弘前学院大学
- 東北女子短期大学
- 青森大学
- 青森中央短期大学
- 青森明の星短期大学
- 青森県立保健大学
- スーパーオートバンク弘前店
- SCENE
- 三ツ矢自動車学校
- カラオケ合衆国
- フリークス
- TSUTAYA
- エクスプレス南大町S.S
- 献血ルーム
- 青森コロナワールド
- 温泉施設

他

あなたを担当するのは、美容整形のプロフェッショナルです 都心での最先端技術がココに!!

まだまだイチオシ!! (ボトックス注射)
汗とニオイ
 通常価格 ¥210,000 (税込) (1本) **¥26,250**
 汗の分泌を支配する神経伝達物質を、ボトックスによって遮断することで汗腺の働きを抑えて多汗症の症状を改善します。
 安全性の高い成分を注射することで、長時間汗の量を減らすことができます。汗が止まる期間にもお肌は潤います。

地味密着型のクリニックでありながら経験豊富な専門医が多数在籍し、都心での最先端治療がいつでも受けられます!

一部負担制度
 本クリニックは、交通費の一部を返金させていただきます。
 お気軽にご来院ください。

東京美容外科 総院長 麻生 泰
 全国各地で診療を行う東京美容外科グループの設立者。数多くの美容オペの経験を持ち、画期的なオリジナルの術式も開発し、学会での発表も行う。より患者様への負担の少ない手術を目標とする。

東京美容外科グループの『実力』がここに!! 丁寧な施術・アフターケアをお約束いたします。

バストメイク

ヒアルロン酸注入法
 通常価格 ¥210,000 (税込) **¥105,000~**
 部分的に注入することも出来るので思い通りにバストアップすることが出来ます。また左右非対称などで悩んでいる方にもお勧めです。数回にわけて大きくしていくことも出来ますのでご相談ください。

好みのバストに
 まんべんなく注入し全体をサイズアップ
 お好みのバランスがとれた胸元に
 胸の上端に注入しパリのあふバストに

体験談
 憧れのバストを手に入れました。
 25歳 女性
 豊胸手術をするのは、とても不安でしたが、胸を大きくしたい悩みをずっと抱えていました。ある日会社の紹介で、受診したところ、ヒアルロン酸注入法がおすすめで決まりました。手術をせず注射するだけで憧れのバストを手に入れることが出来ました。今では自信を持ってファッションを楽しんでいます!

ダイエット注射

脂肪溶解注射
 通常価格 ¥52,500 (税込) (1本) **¥26,250**
 脂肪溶解注射は、直接脂肪細胞を溶解させる薬を注入し、部分的に脂肪を溶かしてしまうものです。当院では薬剤を独自にブレンドし、短時間で高い燃焼効果が得られるよう工夫しています。

脂肪溶解注射ができる部位
 背中の脂肪、脇の脂肪、お尻の脂肪、太ももの脂肪、ふくらはぎの脂肪、お腹の脂肪、顔の脂肪

メスを使わず短時間で、気になる部分のみをサイズダウンすることが出来ます。溶解された脂肪は尿や便として自然に体内から排泄されます。

エンジェルバッグ

人工乳腺による豊胸術 ¥840,000~
 2カップ以上バストを大きくしたいという方におすすめです。エンジェルバッグを挿入することにより、半永久的に豊かなバストを維持できます。

当院では患者様の体の状態(体型・出産)などに合わせてバッグの挿入場所を変え、より自然なバストに仕上げます。

体験談
 自分に自信ができました。
 27歳 女性
 ずっと憧れていたコンプレックスで、体型を改善しました。初めての美容整形で緊張していましたが、カウンセリングの丁寧さで安心できました。痛みはあまり無く、腫れも2日ほどでひいたので日常生活にもほとんど支障はなかったです。こんなに簡単な方法があったなんて! 希望通りの仕上がりにとても満足しています。

日帰り脂肪吸引

分厚く頑固な脂肪を吸引し、1日で理想の体型に近づける手術です。脂肪細胞そのものが減る為、リバウンドのない治療という最大のメリットです。入念なカウンセリングで患者様の理想のボディラインに仕上げます。高度な麻酔技術により痛みの心配はほとんどありません。

腹部、太もも、ふくらはぎを希望する方が多いですが、肩・アゴ・二の腕などにも適応します。お気軽にご相談ください。

目元メイク

三重まぶたクイック法
 通常価格 ¥84,000 (税込) (両目:1本) **¥42,000**
 糸でまぶたを留める簡単な方法です。腫れや痛みが殆ど気にならず、お好みの自然な仕上がりになります。翌日から化粧・メイクが可能で、後で元に戻したり、二重ラインの変更も可能です。

体験談
 自分に自信ができました。
 27歳 女性
 ずっと憧れていたコンプレックスで、体型を改善しました。初めての美容整形で緊張していましたが、カウンセリングの丁寧さで安心できました。痛みはあまり無く、腫れも2日ほどでひいたので日常生活にもほとんど支障はなかったです。こんなに簡単な方法があったなんて! 希望通りの仕上がりにとても満足しています。

アンチエイジング

ヒアルロン酸注入法
 通常価格 ¥105,000 (税込) (1本) **¥52,500**
 キレイなお嬢さんに憧れました。
 34歳 女性
 子供に「ママ、お口の横にシワが見えるよ」と言われ、焦らしてたことが子供から見て分かったのだと、思いきってやってみよう! ヒアルロン酸を注入して貰いたのですが、シワが目立たなくなりとても満足しています!

肌の必要成分であるヒアルロン酸が皮膚から失われると、肌の弾力がなくなり、小じわが出来やすい状態になります。加齢とともに小じわが出来やすい状態になった皮膚に、ヒアルロン酸を注入し、失った成分を補充するという考えです。

メスを使わない眼瞼下垂術

オープンアイズプラスティ法
 「目つきが悪い」「寝そうな目」といった悩みの方は、通常の二重手術などとは全く異なるオープンアイズプラスティ法が最適です。当院では本法により眼瞼力をアップさせ悩みを解決します。

目の下の脂肪取り 明るい表情に! 若返り効果もあり!
経結膜脂肪除去
 目元のシワやたるみは年齢を感じさせる大きな要素であり、お顔全体に悪れた印象を与えます。原因となっているたるんだ皮膚や余分な脂肪を取り除くことで、若々しく明るい目元を取り戻せます。

体験談
 自分に自信ができました。
 27歳 女性
 ずっと憧れていたコンプレックスで、体型を改善しました。初めての美容整形で緊張していましたが、カウンセリングの丁寧さで安心できました。痛みはあまり無く、腫れも2日ほどでひいたので日常生活にもほとんど支障はなかったです。こんなに簡単な方法があったなんて! 希望通りの仕上がりにとても満足しています。

経験豊富な医師がご希望に合わせた施術をご提案いたします

シワ ボトックス注入法
 眼・眉間・目尻の笑いシワなど、表情によるシワに効果的です。痛みの心配もありません。

たるみ フェイスリフト
 最小の切開で「シワ・たるみ」を最大限に引き上げ、若返りを図る高度な治療です。

発毛薬
 6ヶ月分の治療料金が **¥175,000**
 通常価格 ¥273,000 (税込) (1本)
 男性専用発毛薬もございます。
 詳しくはこちら ☎0120-820-549 http://aga110.jp/

女性の薄毛を解決!!
 通常価格 ¥273,000 (税込) (1本) **¥175,000**
 男性専用発毛薬もございます。
 詳しくはこちら ☎0120-820-549 http://aga110.jp/

その他のメニューはWEBをご覧ください。
 東京美容外科 検索
 最高の笑顔の方法に 個室アクセス! ※写真付きメール相談フォームにもアクセスできます
 カメラ付き携帯で読み取って来!

東京美容外科
 電話受付時間 年中無休 10:00~20:00
 完全予約制 相談・診察無料
 0120-658-958
 毎日100件のお悩み相談を受けているオペレーターが対応させていただきます。
 青森院 青森市安方 1-3-2 青森ビル2F
 全国14院

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

●ポイント割引制度あります。

カイロプラクティックとは

手技によって筋肉のコリをほぐし、骨格を正しい位置にもとします。神経機能を向上させ、自然治癒力を100%動かせる手技療法です。



往 弘前市小比内2丁目
5-1メゾンKⅡ103号
電 090-3759-2256
営 9:00~19:00
休 不定休 P あり



体と心のリフレッシュ。



東洋医学、総合整体
つぼ療法。
完全手技で肩こり
冷え性が解消!!

つぼ療法
整体 たまら庵

お気軽に
お越し下さい。



おすすめMENU

頭痛・肩こり・腰痛・足の疲れ
60分で**2,000円** 90分で**3,000円**

つぼ療法整体処
たまら庵
TEL/090-5849-1330
弘前市田町3丁目3-9 月曜日
9:00~19:00 有



ラジオは、ともだち♪

FM JAIGO

76.3MHz

WAVE

(株) エフエム ジャイゴ ウェーブ

リクエスト・メッセージ

live@fm-jaigo.co.jp
fm763@fm-jaigo.co.jp

FAX
0172-43-8211

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。

リクエスト・メッセージお待ちしております!

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」					
9:00	パーソナリティ: 内藤 浩美					
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~ 「見て! 聞いて! タウン誌Tsugaru」	
11:00	「お昼をCATCH! 昼生ラジオ76.3」					
12:00	パーソナリティ: いっくう					
13:00						
14:00	あれこれ、はれぢ	板橋かずゆきの ミュージック・ベジタブル	小坂忠のONE BODY	MUSIC's YELL ~心を動かす音楽を~	俊ちゃんの 人生必演歌	
	午後の歌謡曲					
15:00	アフタヌーンパラダイス					
16:00	「SUNSET FM STATION」					
17:00	パーソナリティ: 小野 由美子					

カット&カラー専門美容室

★弘前初★
★カット&カラー★
★専門美容室★
☆☆☆☆☆

びがっつと

♪主婦に人気の美容室♪

★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

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

ご来店のお客様全員に
BOXティッシュ1箱プレゼント!!

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



指導改善コース 始めました

※現在の症状と体質を本気で改善されたい方のコース

健康管理士一般指導員による適切な指導とアドバイス
総合指導法(施術・運動指導・栄養指導・物理療法)
指導改善コース10,000円~ご相談に応じます。

好評につき施術料
2,000円

- ・首スッキリコース
- ・肩スッキリコース
- ・腰痛スッキリコース
- ・膝痛スッキリコース

↑この建物と看板が目印↑

カイロセラクティック施術院
カイロハウス **みかみ**
Chiro house

●出張施術も好評中!●

完全予約制
《プライバシー遵守》
電 090-8926-4225
住 弘前市末広2丁目6-8
営 9:00~20:00



**チラシ・ポスター等の
データ作成致します。**

- ① イベントポスター用データ
- ② イベントチラシ用データ
- ③ 新聞広告用データ
- ④ 新商品チラシ用データ
- ⑤ カレンダー用データ
- ⑥ 求人用データ など

格安(15,000円~)で
作成致します。

イラストレーターデータ、フォトショップ写真加工、
ホームページ作成、管理、ブログ作成

お気軽にお問い合わせ下さい!!

NAVI通信 〒036-8155 弘前市中野1-9-14
TEL:0172-33-5312
mail:info@navi-hiro.com

NAVI通信 検索

♪ ヘアースタイル専門店 男性・女性・子供 ♪

センカット

1カット

大人も 子供も いつでも 誰でも
ヘアースタイル 1,000円!

早い! 安い! つまりお得!

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。

ぜひ
カットさせて
ください。

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)



アントルメサトウ

1924年創業。和菓子、洋菓子も豊富に取り揃えています。



大人気
いちご大福
160円

キャラクターイラストや立体的なパースデーケーキも好評です。

クチコミ情報

いちご大福とプリンが美味しい! ロールケーキもおススメ。特にチョコシートはお出に美味しくて、パースデーケーキのイラストが上手です。



アントルメサトウ 松崎支店

TEL...0172-75-2217

*住所... 藤崎町大字藤崎字村岡27
*営業時間... 9:00~19:00 *駐車場
*定休日... 水曜日(祝日を除く) ...有り

情報提供ありか クチコミTSU

皆様から寄せられた
気になるお店を、



油を使わないふくらおやき。
弘前オリジナルヘルシーおやき。

賀田治(よしたや)

当店おすすめ
櫻ご縁焼き
(定番つぶあん・くりむ
ちよこ・白あん)
各種130円

2Pのプレゼントコーナーで
日本手ぬいプレゼント!!

クチコミ情報
『櫻ご縁焼き』がすごく美味しいし、大きくてたべごたえあり、『たが丸くん焼き』は、おやきの形がかわいくて、とてもおいしいです!

2Pのクーポンご利用で
600円お買い上げで
たが丸くん焼き
1個プレゼント!!

人気No.1
3Dたが丸くん焼き
チーズあん 180円

TEL...0172-36-1001
*住所... 弘前市藤内町3-10 *駐車場
*営業時間... 10:00~14:00 ...有り
*定休日... 月曜日、第3日曜日

洋食屋 ギャロップ

昔ながらの洋食屋さん。

持ち帰り、配達も可能
ご予約承ります。

期間、数量限定
アップルピザ
1ホール 1,260円
1/4カット 350円



クチコミ情報
『デミカツ丼』がすごくおいしい! 卵も、私も行って合せてハッピー!!
7:00~17:00アウトモOKです!
ぜひともぜひともぜひとも!

おすすめ
デミカツ丼
900円



TEL...080-1665-1260
*住所... 弘前市田園3-2-14
*営業時間... 11:30~14:30
18:00~22:00 (LO21:30)
*定休日... 不定休 *駐車場... 有り

クリスマスケーキのご準備に おすすめ ケーキ屋さん特集

クリスマスケーキプレゼント!!
このページで紹介されたお店の、クリスマス
ケーキを各店1個、合計7名様にプレゼント!
※詳しい応募方法は、2Pのプレゼントコーナーを見てね。

COURONNE

クローズ



弘前市松森町80-1
0172-36-9638
9:00~20:00
水曜日

サクサクしたタルト生地
の中心に、まろやかな
クリームをのせて、
しっとりとした
生地が、
お口に
やさしい
お味です。

モンブラン 300円
オススメ
さつまいものタルト 240円



至士手町
ローソン
パチンコキング
★当店
スーパー佐藤長

Pâtisserie
Blanc
ブラン

弘前市城東北1丁目9-7コーポアベニューC棟1F
0172-26-0020 9:00~19:00 無休

スワンシュー 84円

予約で販売いたします。

オススメ
多目クリームとパノラのクリーム
層を交互に重ねて、香ばしく
ふわふわと仕上げました。
ノエル・ド・サンマルク
9cm~18cm 2,100円

予約締め切り 12/21

東奥信用金庫 至7号線
★当店
みちのく銀行 さくら野
長西郵便局

お菓子の **ティンカーベル**

生クリームたっぷりロールケーキです。
季節のフルーツをふんだんに飾り付け、
おたまりのよいケーキです。

弘前市清水3丁目1-18
0172-36-2310 無休
8:30~20:00

★当店

おススメ* フルーツロール 1,800円 350円

モンブラン

TSUTAYA
葉玉堂
ニチロ
★当店
弘前 学院大

がとございます。 ugaru特集

られるお菓書から、
を、ご紹介します。



ももさわ菓子舗

ケーキと和菓子のお店。お茶請けにもご贈答用にもどうぞ。



クチコミ情報
『わさもどら』というクッキーが美味いという噂がある。このどら焼きを食べると噂のどら焼きよりも甘くない気がする。生クリームも甘すぎずおいしいお店ですよ。

★一番人気★
わさもどら
(もち入・バター入)
各158円



TEL...0172-44-2015

★住所...平川市本町北柳田16-1
★営業時間...8:00~20:00
★定休日...なし ★駐車場...有り

炭火焼の魚・串焼き・新鮮魚介類・
創作料理を提供しております。



TEL...0172-34-8151

★住所...弘前市中野1-13-44
★営業時間...11:30~14:00(L013:30)
17:00~0:00
★定休日...月曜日 ★駐車場...有り

★おすすめ★

日替わり定食
ランチ時間11:30~14:00
(L013:30)
とっても
お得!! 500円

クチコミ情報

日替わりランチがおすすめです。小鉢がたくさん付いて500円!! 食べ応えあり。白飯メニューが定まるので、何度でもリピートになります。

酔い処 しゅう



お弁当もご用意しております。お持ち帰り可。

大判焼きひよこ屋

見慣れるとかわいい!?
ひよこの焼き印が目印。



あんこは北海道十勝産特級大納言使用で甘さ控えめ。甘過ぎが苦手な方にもおすすめです。

フワフワに感動
まちがいなし!!

- ・あんこ 各90円
 - ・クリーム 各90円
 - ・カレー番長 100円
 - ・あんバター
 - ・ごまあん 各120円
 - ・果あん 150円
- その他季節限定有



TEL...0172-35-4107

★住所...弘前市中野1-11-11
★営業時間...10:00~売切まで
★定休日...不定休

Jardin

ジャルダン 洋菓子店
弘前市富田3丁目1-6 第1・3火曜日
TEL 0172-32-6158 9:30~19:30



りんご生キャラメルパイ
(スレーン・餅餅) 210円
オススメ
アップルパイりんご型
15cm~24cm
1,700円~4,200円



当店★ 金子 整形外科
至聖前大学
至弘高下駅
至弘前大学

Bonté Coeur

弘前市下白銀町17-11 10:00~19:00
TEL 0172-34-1733 毎週月曜日(祝日除く)



手で作るおいしい大判焼き。焼き印がかわいい。店員さんが居るのいい店だった。
ちよこせん 200円
(2枚入り)
2枚入り×4つ 850円
オススメ
もぎたて
アップルパイ 135円



文化センター ★当店
ホテルニューキャッセル
至弘前駅
至弘前公園
至弘前駅

PÂTISSERIE FOUR

弘前市早稲田2丁目8-2 無休
TEL 0172-29-4578 9:30~20:00



オリジナルブレンドの特製生クリームと器をソフトなポンデソンドした人気No.1のクリスマスケーキです!!
オススメ
ノエル・フレーズ4号
2,400円~

パティスリーフル 本店



セガ 当店★ サマダ 電機
TSU 法務局
TAYA 至弘前大学

Risubon

黒石市くみの木2-56
TEL 0172-53-0644 不定休
9:00~19:00



※ケーキのデザインは変更になる事があります。
クリスマスにおすすめ
クレースケーキ
3,000円~



スポカルイン黒石 ★当店
ドコモ
黒石駅 至弘前大学

弘前城 菊と紅葉まつり

Hirosaki
Castle
Autumn
Festival

会期

平成24年10月19日(金)▼11月11日(日)
午前9時▼午後5時

会場

弘前公園内「弘前城植物園」

デジタル掛け軸

- 期間／11月6日～11月10日 午後4時～午後9時まで
- 場所／弘前城天守
- 弘前公園内紅葉特別ライトアップ
- 期間／10月19日～11月中旬 日没～午後9時まで
- 場所／緑の相談所周辺・二の丸土橋付近
- 館神跡周辺
- 東内門石橋周辺

主催 弘前城菊と紅葉まつり運営委員会

お問い合わせ 弘前市立観光館 TEL.0172-37-5501

観光情報 www.hirosaki.co.jp/



美しい紅葉、イベントも盛りだくさん！この機会に是非、足を運んでみて下さい

つぼ治療で癒しと健康を
出張整体やっています

整体処

つぼっくす

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

おためし整体 15分 1,000円
(店内での施術のみ)

※その他御要望がありましたらお気軽に御相談下さい。

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!

つぼっくす 検索

<http://www5.hp-ez.com/hp/tsubox/>

0172-88-6631

完全予約制

住 弘前市城東5-13-1

営 10:00～19:00
12:00～19:00(水曜日)
※時間外応相談

休 不定休 P 有り

体の歪み、気付いてますか? 痛みが悩みに変わる前に体を整え健康に

皆さん、こんにちは。KEN施術院の佐々木です。なんかつぼつぼ。ちよつと怖い。カイロって何するの...と不安に思っている方も結構多いんです。ちよつと痛いと感じる人も続けて通う理由はやっぱり効果が高いからなんです。まずはお悩みでお困りの方、一度、体験してみませんか?

「Tsugaru見た」で全身カイロ
(90分・検査料含む)
初回半額 6,300円 → 3,150円
首・肩こり解消コース 2,000円
腰痛・骨盤矯正コース 2,000円
11月25日まで

何度でも買えるお得な限定回数券
4回券 17,000円 → 10,000円
(通って数倍お得)
初回から利用可

つるつるかかとケア 1,000円

頭痛・めまい
自律神経による不調など
肩こり・腰痛
垂れたお尻
冷え・むくみ
寝てワシビレ

バストウソウ
便秘
生理不順
ポッコリおなか
口唇
関節が痛む

総志館 カイロプラクティック弘前
KEN施術院
完全予約制 0172-32-1065
住 弘前市南横町17-3 営 10:00～22:00 P あり
お勤めの方も安心 土日祝日も営業

弘前城菊と紅葉まつり

主なイベント

2012年特別イベント

デジタル掛軸(D-K)ライブ
「天空に描く鎮魂と未来」
場 所: 弘前城本丸
開催期間: 11月8日(木)～10日(土)
時 間: 16:00～21:00

メイン会場みどころ

- 菊人形場面
NHK大河ドラマ「平清盛」
- 菊舟・市民菊花展・菊の五重塔
- 誓願寺山門・菊のトビアリー
- 動物ふれあいコーナー

展示イベント

植物園内展示場

- 10月22日(月)～25日(木) 錦石美石展
- 10月26日(金)～29日(月) みちのく山草盆栽展
- 10月30日(火)～11月2日(金) 素人盆栽展
- 11月3日(土)～11日(日) ふしぎな花倶楽部 押し花展

緑の相談所

- 10月24日(水)～30日(火) 盆友会盆栽展
- 11月1日(木)～4日(日) 津軽ざつき愛好会秋季展示会

植物園ステージイベント

日 時	時 間	イベント名	出演者
10月27日(土)	10:30～11:00	「高杉保育園」和太鼓披露	高杉保育園
	13:30～14:30	高瀬まみ&オダギリユタカ 2人の歌謡美(かようしょう)	高瀬まみ オダギリユタカ
10月28日(日)	10:30～11:30	「木村 誠」ショー	木村 誠
	13:30～14:30	「木原たけし」ショー	木原たけし
11月3日(土・祝)	10:30～11:30	津軽手踊り披露	弘前やまぶき会
	13:30～14:30	「黒石八郎」ショー	黒石 八郎 一座
11月4日(日)	10:30～11:30	郷土芸能披露	弘前市民俗芸能保存連合会
	13:30～14:30	りんご娘&アルプスおとめ LIVE	りんご娘 アルプスおとめ (RINGO MUSIC)
11月10日(土)	10:30～11:30 13:30～14:30	サエラ ライブ	サエラ
11月11日(日)	11:00～	ビートまりお母 ミニステージ	ビートまりお母
	14:30～15:30	FUNKY STADIUM ストリートダンスショー	FUNKY STADIUM
10月19日(金)～11月9日(金)までの平日	13:30～14:00	「和三絃會」津軽三味線ライブ	和三絃會



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・筋膜性疼痛症候群などに対する治療
「トリガーポイントブロック」をご存知ですか？
※NHK「たのしむてガッテン」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、湿潤療法を行っています。痛みも少なく、治療期間が短縮されます。
※身体障害者福祉法第15条の指定医となっていますので、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。「疲たきり」の患者さんには住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。

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。ギプスを巻く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・セラピーの資格を持った看護師が常勤しています。

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 ※急患応需

弘前市大開3-2-1(南高校通り)
TEL 0172-87-3311



LIFE

みんなの広場

1歳のプレゼントに
三輪車を買っていただきました。
お気に入りです♪
弘前市
みいほうさん



パパに抱っこ(´▽`)
煌叶くん(1ヶ月)
まらと
弘前市 Eさん

張りいぞいの広場に行っ
て、秋満喫
弘前市 Tさん



あなたも「Tsugaru」に
写真を載せてみませんか？



おすまし！
家族の1員！
とあちゃん
弘前市 Eさん

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・コメントを
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
〒036-8155 弘前市中野1丁目9-14
NAVI通信「Tsugaru写真掲載」係まで

ASIAN Cafe ~アジアン カフェ

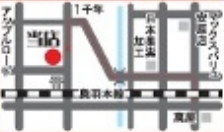


どこにでも付けられる
ストラップ **特価 700円**

小物を入れられる
キラキララインストーン置き物

アジアナパフェ ¥500
ナシゴレン ¥700
日替わりランチ ¥800~
など...
アジアナフードも充実!!

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



津軽塗製造・販売 小林漆器

六代続く製造元だからこそできる「品質」、「サービス」が有ります。

- 箸 お盆 アクセサリー
 - お椀 仏具 小物
 - 茶器類 ぐい呑み ガラス
 - 菓子器 湯呑み等 陶器
- などなど多数!!

世界に一つだけのオリジナル品を作成致します。

津軽塗製品のオーダーメイド
ほとんどの商品はリフォーム可能です。

直営店だからできる低価格でご提供致します。
津軽塗製品の販売・卸

長寿温泉 さとちよう 北大通り
当店 竹ちゃんフーメン 弘前警察署
至海洋センター↓
住所/弘前市東城北3-3-13
電話/0172-34-5681
営業時間/9:00~17:00
定休日/日曜日 駐車場/有

LIFE

Peek a Boo

ぬくぬくあったか 冬のアイテム ぞくぞく入荷中!!

2013 新春福袋 11/2 予約スタート!

ご予約は店頭か 下記の当店 Web ショップから!
<http://www.rakuten.co.jp/peekaboo/>

F.O.KIDS 117 Seraph
Daddy Oh Daddy HOWDY DOODY'S INCUSU AZUR etc...

050-3427-1327
〒017-0044 秋田県大館市御成町2丁目5-11
【営業時間】 10:00 ~ 18:30
【定休日】 年中無休
【駐車場】 3台

クーポン

しつけ済の子犬を低価格で...

お客様にとって理想の子犬をご提供しております

安心 信頼 実績 低価格

最新デザインDOG取り
扱回数、全国トップクラス
早得システムあります
只今キャンペーン中
詳しくは下記のHPをご覧ください

フリーダーオフィス (株)ぶっちゃんDOG'S

TEL 0186-42-3438

住所/秋田県大館市中華一丁目7-14
営業時間/11:00~18:00 (メールは24時間受付中)
定休日/不定休 駐車場/4台
Mail/buttins.15984n7.dion.ne.jp

クーポンご利用で しつけ済子犬 5万円割引!!

動物取扱業許可済指導令第-59-22
有効期限 H23年7月14日~H28年7月13日
販売 訓練 榎田恵美子 佐藤進紀子

ホームページ ぶっちゃんDOG'S 検索

クーポン

ハウスクリーニングの事ならお任せください

キッチン 18,900円

- キッチン全体のお掃除
- レンジ回りの油とり
(レンジフード・五徳・魚焼きグリル)
 - +シンクの水垢取り
 - +排水溝のぬめり及びカビ取り
 - +その他洗剤拭きとり
- 箇所を指定して、スポットクリーニングも可
例:レンジフードとシンクだけ など



浴室 8,400円

- 浴室のカビ取り・水垢取り・石鹸カスや
皮脂汚れ除去
- 鏡のウロコ取り・排水溝ぬめり及び
カビ取り
- ◎鏡のくもり止め加工もいたします。
(別途料金)

トイレ 6,300円

- 便器・トイレ個室全体のお掃除
- 尿石除去・換気扇・照明器具・
タンク内のカビ除去
 - ◎コーティング(別途料金)
汚れが付きにくくなります。



お見積りだけでもOKです。
まずはお電話かFAX、
メールでお問い合わせ下さい。

ガラスサッシクリーニング 白木清掃 エアコンクリーニング

ワックス掛け タイルコーティング その他なんでもご相談下さい

自由に組み合わせや、指定した箇所だけでもお掃除いたします。



住所/弘前市俵元2丁目2-2
TEL/FAX 0172-28-1570
担当/西川090-1399-7612
mail/utsukushiya2011@ybb.ne.jp

～清潔な空間づくり～

清掃企画 **美しや**

地域情報誌「Tsugaru」 広告掲載店大募集!!

フリーペーパー「Tsugaru」は、フルカラーB5版で
弘前市を中心とした地域情報満載のタウン誌です。
「Tsugaru」に掲載すると
こんなにイイコトが...

人の集まる場所に
多数設置!
設置数は100ヶ所以上!!

「FMジャイゴウエーブ」
に情報発信できます。

クーポンも掲載OK!
Web版、モバイル版にも
自動掲載されます。

〒036-8155 弘前市中野1丁目9-14 NAVI通信

TEL:0172-33-5312

FAX:0172-33-5304

URL→http://www.navi-hiro.com

mail:info@navi-hiro.com

雑貨&手づくり品

kohAru



ハンドメイド雑貨
たくさん入荷
しています



TEL
0172-27-2474

住所/弘前市川先2丁目1-7
営業時間/11:00~18:00

ブログ更新中! 定休日/不定休
http://ameblo.jp/koharu20110203/



至7号線
トヨタ
カニタ
102
営業

弘前年金
事務所

ファミリー
マート

佐藤長
五中

kohAru
★



DOMEHOUSE 21世紀の新空間誕生!

世界初!新素材による国土交通大臣認定のドームハウス!
木材・鉄・コンクリートに次ぐ第4の構造材。

ドームハウスとは機能性耐久樹脂を新素材とした画期的ドーム型ハウスで、あなたの発想アイデアで様々な場所・用途で新しい住空間を創り出せます! 外観を自由にデザインできるドームハウスは店舗・コテージ型宿泊施設としての利用はもちろん、設置場所を選ばない利点を活かし、様々なビジネスを展開できます。

ドームハウスの優れた特徴

- 地震・火災に強い
- 積雪に強い
- 作業が簡単!超短期施工
- 驚異的な低価格
- 地球環境にやさしい
- 住がない自由な間取り
- ドームパワーで癒し効果

見学会随時開催中

断熱効果が高く、柱のない内部は広々とした快適空間。軽量だから根立ても簡単。防火基準や耐久性もクリア。豪雪地帯や強風地帯でも安心して建てられます。一般新築家屋と同様に建築申請すれば日本中のあらゆる場所に建てることが可能です。



Total Interior Design インテリアを通じて、快適な住まいと心に安らぎをお届けいたします。



床暖房

手軽にできるフィルム床暖房ヒートプラス(HEAT PLUS)。設置は手軽に費用は少なく、効果は大きく。



室内装飾

経験豊かな技術でお客様の大切な住空間の一部を心を込めて施工いたします。

株式会社スタイル

弘前市大字石渡4丁目16-2
TEL 0172-36-6603
FAX 0172-88-7090

ゆるやかな曲線を描く優しい外観、不思議な暖かさや安らぎに満ちた空間を、ぜひご体験下さい。



BodyCoating Splend

自動車ボディーコーティング
ウインド撥水コート
ルーベクリーニング
コーティング屋のこだわり洗車

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://ameblo.jp/bc-splend/>

マクドナルド	いとく片山店
消防署	BodyCoating Splend
酒卸組合	一広田薬品

託児所 さくら保育園

保育園や幼稚園に入る前の練習をしませんか?

延長保育に
対応致します!

24時間可

明るく
経験豊富な保育士が
大切なお子様も
お預かりします。

月極保育
一時保育
休日保育
年末年始保育

なにかと忙しい年末年始。是非ご利用下さい!

生後一ヶ月から預かっています

お気軽にご見学、ご連絡下さい!★
ご予約はご予約の受付時間内、電話もプレゼントをご用意しています。

0172-55-8139

弘前市浜の町西2丁目4-23 2階にレンタルスペースあります。お問い合わせ下さい。

スーパー佐藤屋

日泉谷仕出店

さくら保育園

ツルハドラッグ

至高杉方面

工務院五郎商店

至弘前城
電の甲門方面

TiB ALL WHEELS TRIBAL

タイヤってれば
なんでもちよさあい〜♪

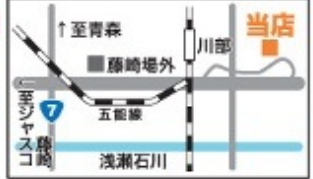
- 新車、中古車、バイク販売
- 一般整備・修理
- チューニング
- 車検
- パーツ販売



住所 南津軽郡田舎館村川部字村元107-1
 営業時間 9:00~19:00
 定休日 日曜日・第3木曜日
 Mail tribal038@gmail.com
 HP http://tribal038.jimdo.com/

電話 **0172-88-6790**
 FAX 0172-88-6793

鬼店長のおもしろ〜ブログ(笑)
<http://ameblo.jp/onitencho>



LIFE

萬屋 YOROZU YA 早め早めの冬支度!!

スノーボードコーナー!! スタートしてます!!

冬物衣料・スノーボード・お鍋・ストーブ
 沢山取り揃えてお待ちしております!!

スタッフ・パート・外注さん、随時募集中!!一緒に働きませんか?
 ■住所■弘前市大清水一丁目9-20 ■電話番号■0172-28-9045 ■営業時間■10:00~25:00

萬屋 YOROZU YA

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

取り扱い商品

お客様の欲求
 満たします★



求人募集21P

かつお糖 Tsugaru

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。

「といでん」 弘前市土手町

サービスにお茶が出てきたり、長居できるので女子会にサイコー!釜めしもおいしい! 弘前市 M.Tさん

「CAFE JEEBA」 弘前市土手町

店内がキレイでゆったりお茶できます。外リンクも種類が豊富で、とてもおいしいです。弘前市 S.Kさん

「チェリー」 五所川原市

パンは全て手作り、どれもおいしいです。ランチのオムライスも最高!!

五所川原市 N.Yさん

「ふる里屋」 旧岩木町

みそラーメンがおいしいです。弘前市 S.Mさん

「ラーメン やまや」 田舎館村

おじいさん1人でやっています。にほしがきいてすくおしいですヨ!

黒石市 K.Kさん

燃料に
添加するだけで
15~30%燃費UP!
燃焼効率が大幅に向上!

ECOMAX 国内初開発

POWERED UP AND CO₂ REDUCTION

ECOMAXは
燃費向上
CO₂排出量削減
エンジンパワーアップ
を実現させる
エコ100%完全燃焼
促進剤です。

経費削減・環境保護
高効率化

お問い合わせはNAVI通信エコ事業部まで
0172-33-5312 info@navi-hiro.com

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)

電 0172-34-6767

講習科目

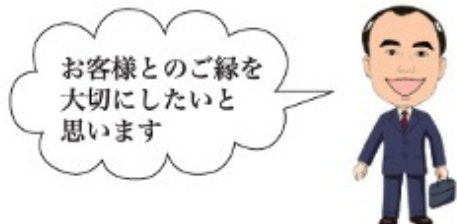
- フォークリフト
- 車輛系〈整地等〉
- 小型移動式クレーン

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。



LIFE

いい仕事をする、笑顔がかえってくる



お客様とのお縁を
大切にしたいと
思います

特定建設業
株式会社 東管サービス

管工事・土木工事・建築工事・舗装工事・電気工事・水道施設工事
計測設備工事・電気通信工事・機械器具設置工事

弘前市大字山崎3丁目5-9

TEL 0172-88-0805

http://www.tokan-s.net

東管サービス 検索

話題の最新作が
続々登場!!

11月上映 Line Up

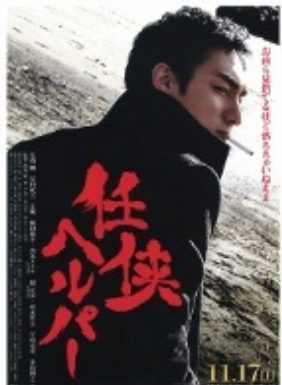


上映時間が
チェックできるよ!

11月3日(土)公開



11月17日(土)公開



11月23日(金)公開



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&ポップコーン
大人1,500円 小人1,200円
有効期限2012年11月30日迄有効

※3D作品ご鑑賞の際には別途3D追加料金等発生致します。
※ポップコーンはプラス50円で味の変更が可能です。
※本券1枚につき1名様ご利用頂きます。現金でのお支払いのみ有効。
※特別作品や一部配給作品等ご利用頂けない作品がございます。
ご了承下さい。※特別料金設定の作品で本券をご利用の場合、
差額のご返金は致しかねます。団体鑑賞にはご利用頂けません。
※その他、サービスとの併用は頂けません。
本券についてのお問い合わせは青森コロナシネマワールドまで。
TEL 017-783-5081

クーポン券は2ページにあります。



コロナシネマワールド

■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



シネマにどっぶり、アミューズメントたっぷり。
青森コロナワールド
〒038-0006 青森市三好1-15-9 TEL.017-783-5050 年中無休

クーポン券は2ページにあります

新しい自分に
羽ばたこう！



業務多忙につき、パートタイマー募集

店舗	時間	休日	TEL	担当者
松森町店	5H	4週9休	36-7755	村山
小比内店	5H	4週9休	27-0808	山田
//	4H	4週6休		
相馬店	5H	4週9休	84-1122	成田
浜の町店	5H	4週9休	37-9900	板庭
城東店	5H	4週9休	26-3388	小田桐
平賀店	5H	4週9休	44-0422	小枝
新宮店	4H	4週6休	0173-38-5656	村上

※また、既に求人が終了している場合もございます。



『地域密着・地域貢献』が合言葉
みんなのスーパーさとちようです。
株式会社 佐藤長

各店舗へ
お問い合わせ下さい。



株式会社 佐藤長

〒036-8184 弘前市松森町93

TEL (0172) 36-7755

JOB

美容師募集

☆ 業務多忙につき ☆

- 【職種】 美容師 ※正社員・パート
【人数】 2名
【資格】 美容師免許
【休日】 応相談
【時間】 9:00~19:00 ※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)



〒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

講師さん募集

★研修制度あり★
未経験でも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が
〒038-0002 TEL&FAX 017-766-2898(代)

担当/奥崎

除排雪スタッフ募集

冬季間12月~3月頃まで

夜間大型ダンプ運転手
若干名(アルバイト可)
経験1年以上

夜間重機オペレーター
若干名(アルバイト可)
経験者優遇

詳細は面談にて

(株)アスコウ運輸

弘前市神田4丁目1-12

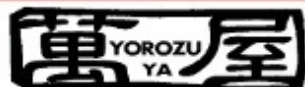
TEL 0172-88-6350 担当 藤田

ライフスタイルに合わせた
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
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】 654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

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~2,900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

勤 務/曜日・時間帯は相談に依ります

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

交通誘導警備員募集



「質・量ともに充実した
研修で、しっかりサポート」

業務拡大に付き、増員募集決定!!

【資格】18才以上(法令による)※普通免許保有者
※未経験者の方も歓迎致します。
【勤務】基本/8:00~17:00(日勤)
21:00~翌6:00(夜勤)※各実働8H
業務により変動有、委細面談時
【休日】相談に応じます。
【給与】時給 750円~900円 ※経験、能力考慮
月収換算132,000円~158,400円
(22日稼働、実働8時間の場合)

貴方の一歩が被災地の方に笑顔と元気を与える。
災害復旧警備スタッフ同時募集

※詳しくはお問い合わせ下さい。

【青森】長期できる方歓迎!!
【弘前】土日祝日のみでもOK!!

【待遇】警備検定所持者、列車見張員資格者優遇、
制服貸与、交通費支給、資格手当
別途支給有 ※詳細面談時

【応募】電話連絡の上、履歴書(写真貼付)
をご持参下さい。

※面接日、入社日応相談 ※随時受付中

トスネットで第一歩を踏み出してみませんか?



株式会社トスネット 弘前営業所

〒036-8084 弘前市大字高田五丁目5-2

TEL:0172-28-1255 担当/齋藤

イベント、交通誘導、施設等のトータルセキュリティ

株式会社トスネット 青森営業所

〒038-0015 青森市千刈一丁目21-22

TEL:017-782-1539 担当/和田



あなただけの

冬期講習

プランニングします。

冬期講習は、
何を勉強するかをしっかりと選択し、
集中して取り組む事が重要です。
個別指導のバイオニア、
明光義塾なら、まず、
一人ひとりの生徒とカウンセリングし、
何が苦手なのかを
過去にさかのぼって丁寧に探るから、
適切な学習計画が立てられます。
時間や科目も自由自在に、
あなただけの組み合わせを。
学習計画が立てられたら、あとは、
パートナーシップで囲まれた教室で、
しっかり集中して、勉強しましょう。
この冬は、明光の冬期講習で、
バージョンアップ!

入会金
半額

キャンペーン
実施中!

期間限定12月末まで

50%
OFF

※掲載以外の教室では実施していない
場合もございますのでご了承ください。

苦手を来年に持ち越すな!
冬の苦手克服

4DAYS

小学生 ¥4,200

中学生 ¥6,300

入会者
特典

90分
×4回 ¥0

期間限定11月末まで

個別指導の明光義塾

黒石教室 〒036-0334 黒石市東新町1-3

TEL&FAX 0172-88-5485

新城教室 〒038-0003 青森市石江江渡42-5

TEL 017-761-5780(代)

※新規入会生・冬期講習生受付中※

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)

2000



求人募集21P

22

中3力モシ。

受験は目前。

待ったなしの状況です。

1~2年の復習と、現在の学習を両立できていますか？

1. やれば**点数**になる所
2. もうちょっとで**理解**できる所
3. そこを**プロの目線**で探し、

「点数を作る」お手伝いをします。

「あと何点欲しい」のか、お電話でご相談下さい!!



長谷川 久美子 先生

- 職 業/プロ教師
- 所 属/弘前駅前校
- 出 身 校/五所川原高→弘前大
- 指導教科/小・中学全科、高校(英・数)

中3生
おすすめ&
人気コース

- 入試数学(関数・図形)強化対策
- 入試国語(小説・論説文)強化対策
- 入試過去問(5年間分)徹底指導対策

全国170都市で地域教育に貢献 派遣実績33年

地域教育に貢献して28年 全国直営130校の信頼と実績

青森県家庭教師ネットワーク

KATEKYO学院

お問い合わせは 二重丸で オールナンバーワン
0120-00-1111

このフリーダイヤルは最寄りの事務局につながります。通話料がかかりますが、通話料は各事務局までおかけください。

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。通話料がかかりますが、通話料は各教室までおかけください。



青森事務局
017-774-2277(代)
青森駅前校
017-774-3113(代)
青森市駅前1-11-12
プラザ新町ビル3F



弘前事務局
0172-35-2266(代)
弘前駅前校
0172-35-7733(代)
弘前市駅前2-3-2
三倉ビル4F



五所川原事務局
0173-39-1111(代)
五所川原駅前校
0173-39-1221(代)
五所川原市大町1
あきもとビル2F



八戸事務局
0178-47-3366(代)
本八戸駅前校
0178-46-3399(代)
八戸市内丸1-2-25
内丸ビル2・3F



十和田事務局
0176-21-2211(代)
十和田校
0176-21-5522(代)
十和田市相生町3-7
大竹ビル3F



むつ事務局
0175-22-0099(代)
むつ駅前校
0175-22-0040(代)
むつ市駅前1-23
新町ビル2F



三沢事務局
0176-52-9922(代)
三沢校
0176-52-9955(代)
三沢市中央町4丁目4-30
田中ビル2F