

FMジャイゴウェーブ(76.3MHz)で放送中!

Tsugaru

2012 December
クーポン付 vol.40

12

今ならまだ間に合う!!

女子力UP大作戦!!

11P・12P

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」

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

Tsugaru イチオシのお店

Crêpe et Café
クレープ 専門店

橋形交番
文京小学校
すき家
実業高校
ハローワーク
第三中学校
ツルハドラッグ
当店
キングコング
モスバーガー

MENU

- ◆チョコバナナ (大人気) 399円
- ◆ティラミス 399円
- ◆生イチゴ (季節限定) 336円

他40種類以上!

このボリュームは半端じゃない!

生クリームたっぷり
ボリューム満点のクレープ

住 弘前市中野4-9-5
電 0172-87-6018
営 14:00~18:00
(お持ち帰りOK!)

休日・月曜日 駐有

12月上旬 New Open!

近日公開 **美味処 21**

弘前市下白銀12-27
定休日/日曜日

昼の部/11:30~14:00
夜の部/17:00~24:00

お食事処 **鶴亀**

住 弘前市大町2-2-13
営 昼 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!
売り切れ御免 ¥500

12月のサービス商品 (12月1日~12月31日迄)

- エビフライ定食 ... 700円 → 500円
- エビ天丼 600円 → 500円
- エビ丼 600円 → 500円
- ホタテフライ定食 ... 700円 → 500円
- ホタテ貝みそ丼 ... 600円 → 500円

(ご来店のお客様に限り 昼11:00~夜10:00)

エクステつけ放題

- 70cm120g迄 → ¥14,000
- 52cm120g迄 → ¥12,000

12/25まで

おしゃれ工房 **ぱあま屋**

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

弘前初 **カット&カラー専門店**

主婦に人気の美容室 **びがと**

カット&カラー専用美容室

びが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
堅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(月曜日も休まず営業)

センカット **1カット**

噂のカット専門店 **センカット 1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!

おかげ様で 来店人数 18万人突破!

ヘアカット 1,000円

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)



プレゼントコーナー

掲載ページ12P→



1

酒庵
ランチペア無料券
... 3名様

※写真はイメージです。

掲載ページ11P→



2

ハート&ビューティー
15,000円相当の
“至福のエステ券”
... 30名様

※写真はイメージです。

掲載ページ8,11P→



3

CPサロン輝~きらら~
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

※写真はイメージです。

掲載ページ12P→



4

ドリームアマチュアボクシングジム
1日体験セット
... 3名様

※写真はイメージです。

掲載ページ14P→



5

KEN施術院
首・肩こり解消コース
腰痛・骨盤矯正コース
いずれか ... 8名様

※写真はイメージです。

掲載ページ19P→



6

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
※内容は変更になる場合があります
... 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 今月掲載の中からお利用いただきたいお店の名前
- ② 今回ご利用して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 ご愛読は何回目ですか
- 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
NAVI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!!



次号発行は
12月25日
(火)です!
お楽しみに...

「Tsugaru」読者様へお届いた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12月号
応募券
※お1家族様1回のご応募です。No. 2412

★応募締切★ 2012年12月25日(火)
(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。

おしゃれ工房 ぱあ～ま屋 11P

カット **300円引**
※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.12月30日迄
つぼ・足つぼ全身整体 まごころ 8P→

各コース **500円引**
※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.12月末日迄
CPサロン輝~きらら~ 8,11P→

初回1回限り **1,000円引**
※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.12月末日迄
ドリーム アマチュアボクシングジム 11P→

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 H24.12月末日迄

カイトプラクティック 和楽 12P→
カイトプラクティック
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 H24.12月末日迄

KEN施術院 14P→
全身カイト 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 H24.12月末日迄

太田印房 16P→
奉仕品・サービス品以外全品
10%OFF
※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.12月末日迄

ぷっちゃんDOG'S 18P→
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 H24.12月末日迄

Peek a Boo 18P→
5,250円以上お買物の際に
500円割引 (一部対象外あり)
※セール、福袋商品には使用できません。
※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頂けない作品がございます。ご了承ください。 ※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。団体賞賞にはご使用頂けません。 ※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、TEL 017-783-5081
青森コロナワールドまで。
※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.12月31日迄

Tsugaru 12月号 青森コロナワールド 19P→
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

スプレンド 20P→
施工価格 **10%OFF**
※1名様1回限り有効 ◆有効期限 H24.12月末日迄

お
得
な
ク
ー
ー
ポ
ン
ド

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12月

開催中

りんごカフェめぐり

【期間】開催中～12月31日(月) 【場所】弘前市内の参加店36店舗
【問合せ】りんごカフェ巡り事務局 0172-33-5369

弘前のカフェ文化を楽しみながら、地域の特産品であるりんごスイーツのおいしさを
知ってもらおうというりんご尽くしのイベントです。各店でりんごにまつわるメニ
ューを食べるともらえるスタンプを集めると、スタンプ数に応じてリンゴと交換するこ
とができます。リンゴは合計で2000個を用意しており、なくなり次第終了。メニューも
アップルパイやケーキ、焼きリンゴなどの定番商品のほか、独自のアイデアを盛り込ん
だオリジナルメニューまで様々。この機会にりんごの魅力を再発見してみませんか。

＜参加店舗一覧＞ 大正浪漫喫茶室、サムシング、可香屋葡萄酒、血球はなまる、喫茶時代屋、
SAKI、cafe baraj、パティスリー ル・ショコラ、喫茶Rajah-Court、煉瓦亭、CAFE JEEBA、マザーリーフ
弘前店、sozai & bagel ヒロゴチ、土手珈琲屋万茶亭、チェンソ、ぶりず・ど・すけえ、カフェレスト
ランエミオ、ピッツェリアダ・サスィーノ、M. M.C. 珈琲、TEA & CO.、SK'P BGG、菊富士、名曲&喫茶
ひまわり、BONHEUR、カフェセルクル、Cafe TubeLane、どて箱、zilch、cafe Do、郷土料理わらび、
Resto Cafe Refuge、カリマハラジャ、Cafe リベロ、カフェド・アルベジオ、ピサイド、カフェド・ビジュ



企画展3「藩主たちの時代～弘前を治めた十二人～」

【期 間】開催中～12月31日(月) 【休館日】月曜日(12月24日・31日は閉館、12月25日(火)休館)

【場 所】弘前市立博物館 【時 間】9:30～16:30

【入館料】一般280円、高大学生140円、小中学生80円 【問合せ】弘前市立博物館 0172-35-0700

12月1日(土)～

弘前エレクトリカルファンタジー

【期 間】12月1日(土)～2013年2月28日(木)

【場 所】追手門広場やその周辺、市内文化財など

【点灯時間】17:00～21:00

【問合せ】弘前市立観光館 0172-37-5501

追手門広場周辺や弘前市内の文化財施設などがライトアップされます。広場
周辺の本々に施されたイルミネーションとともに、旧弘前市立図書館や旧東
奥義塾外人教師館などの洋館や文化財がライトアップされ、街中に光のファン
タジーが演出されます。



12月7日(金)～

弘南鉄道・忘年列車【期間】12月7日(金)、14日(金)、21日(金)

【時間】7日(金)平賀駅発 18:28、14日(金)黒石駅発 18:30、

21日(金)弘前駅発 18:35 【場所】弘南鉄道弘南線(弘前～黒石間)

【料金】1人3,500円(飲み放題) 【定員】各運転日とも80名

【問合せ】弘南鉄道 株式会社 本社 0172-44-3136



12月8日(土)～

The津軽三味線2012

【期 間】12月8日(土)、9日(日) 【場 所】弘前市市民会館 大ホール

【時 間】昼の部・・・開場13:30 開演14:00

夜の部・・・開場17:00 開演17:30

【入場料】S席2,000円・A席1,500円(全席指定)

【問合せ】The津軽三味線実行委員会事務局

(弘前商工会議所内) 0172-33-4111

平川ねぶたまつり「冬の陣」【期間】12月8日(土)、9日(日)

【場 所】市役所前～平賀駅前 【時 間】18:00～20:00

【問合せ】平川市役所商工観光課観光係 0172-44-1111

冬の時期に唯一のねぶたまつりが平川市で開催されます。寒さに負けない9台の
ねぶたが、冬の夜道を明るく照らし、かけ声とともに練り歩きます。平川市名物
「世界一の扇ねぶた」も出陣します。

12月9日(日)

スポーツ科学サミット

【期 間】12月9日(日) 【時 間】9:30～16:30 【参加料】無料

【場 所】午前/ベストウェスタンホテルニューシティ弘前

午後/弘前克雪トレーニングセンター・青森県武道館

【問合せ】スポーツ健康課スポーツ振興グループ 017-734-9909



12月22日(土)

2012あそべるのクリスマス

【期 間】12月22日(土) 【場 所】岩木文化センター(あそべる)

【時 間】10:00～15:00 【入場料】無料

【問合せ】中央公民館岩木館内 0172-82-3214

大人も遊べる木のおもちゃがいっぱい！昼食スペース、赤ちゃんくつろぎコーナー、
喫茶コーナー、サンタさんとまみまみのクリスマスショーも同時開催されます。
サンタさんからのプレゼントもあるのでぜひ遊びに来てください。

こだわりの焼きたてパン



ブランジュリー

開放感・清潔感のある
オープンキッチンスタイルのお店。



「素材」は勿論、「ボリューム」「リーズナブル」「完成度」にこだわりのもって焼き上げております。

食卓パン ハード系 クロワッサン
デニッシュ スイーツ 惣菜パン
焼き菓子 デザート ラスク

など多種多様に取り揃えております。

住 弘前市桔梗野4-2-1
電 0172-35-0215 **是非一度ご来店ください。**
営 8:00~18:30 **あり**
休 毎週日曜日、第1・3木曜日

Uマート	トヨタ
桔梗野小学校	カローラ
サークルK	
第四中学校	当店★ 青森銀行



弘前に現存する最古のビルの店内は、イギリスパブ風の佇まい。ヨーロツパのビール、ウィスキーやカクテルも充実、パスタやピザを始め、和洋中の創作料理もリーズナブルな価格で楽しめる。

Bar Grandpa

address 青森県弘前市元寺町9三上ビル1階
Tel. 0172-34-9688
OPEN 18:00~3:00(L.O. 2:30)
CLOSE 日曜日
http://www6.ocn.ne.jp/~grandpa
bar-grandpa@oasis.ocn.ne.jp



**中国料理 門外4丁目は
リニューアルしてからおかげさまで1周年!!**

**年末年始の【中華オードブル】
のご予約を承っています。12月27日**

今年5周年ということで、感謝の気持ちを込めて

12月16日(日)までにご注文の方 **5~6名様用**

通常5,000円のところ **500円引** **早得割引 4,500円!!**

さらに!! スタンプカード(全20個押し用)のスタンプを10個押しちゃいます!

ご予約TEL **0172-28-7099**

今年5周年ということで、感謝の気持ちを込めて

麺類全品 50円引!!

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→



中国料理 門外4丁目
弘前市門外4丁目6-9

営業時間 月~金 昼11:00~14:30 夜17:00~21:00(L.O.20:30)
土・日 11:00~21:00
※日曜の夜の部はお休みです。
TEL 0172-28-7099
定休日 水曜日定休
※水曜が祝日の場合は営業します(翌日休業)



Tsugaru 設置場所一覧

- 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セル
- 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
- ドミーイン弘前
- 相馬ロマンピア
- ホテルアップランド
- 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
- スーパーオートバンク
- 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

その他掲載店・人の集まる所に設置しています。

昔ながらのホルモン屋



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!



ホルモンとんちゃん
TEL/0172-33-5322
弘前市新町159 休月曜日
営17:30～24:00 酒あり



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、
「けんこう一番」
は無添加で安全
です。

4リットル **¥200**
2リットル **¥150**

やさしい
千の得
Sen-no-Toku
弘前市和徳町223
アビタシオン1F 休日曜日 Pあり

電 0172-88-5659 MAP
配達致します
営 10:30～
一代官町
大田印刷 当店



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

おすすめMENU
毒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に仕上げております。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～ランチやってます!



●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
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/>



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

ガーリック豚しゃぶしゃぶ鍋
ガーリック豚すき鍋



1鍋 カルビ 1,180円
(2人前くらい) ロース 1,380円

宴会・飲み放題・お料理7品込み
(税込) 3,500円～
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
2時間
1,380円



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



求人募集21P

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。
青森県認証の安心・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。

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

YORIMICHI よりみち屋

定番!!
全12種
やきどり
1本 50円～

絶品!!
旨みだけの
手羽唐揚げ
5本 480円～

おすすめ!!
素やきそば
山 180円～
スープやきそばも
始めました!!

スタミナー一番グループ
大量注文の際は、ご予約をお願い致します。

TEL/0172-87-4114
弘前市小栗山川合115-24 (定休日 水曜日)
営業 月～土 16:00～21:00頃
時間 日 14:00～19:00頃 (なくなり次第終了)



ASIAN Cafe ～アジアン カフェ

クリスマスプレゼントは
ゼビアジアンカフェ

150種類以上の天然石を
粒売りで格安にて販売中!

アジアンパフェ ¥500
ナシゴレン ¥700
日替わりランチ ¥800～
など...
アジアンなフードも充実!!

お話ししながらオリジナルの
プレス・アウセ作れます。

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。



X'mas・年末年始の ホームパーティーに いかがですか?

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
12月の限定セット

海老とキノコのクリームソースパスタ
+チキンのソテー+ローストビーフ
+パルサミソース **998円**

イタリアンオードブル
(3～4人前)
5,500円 or 10,500円

ミルクレープ
1ホール **2,000円**
(デコレーションあり 2,500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





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。

おそうざい
まみーくっく
 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

※その他弁当もあります※

オードブル

2~3人前
3,000円~

写真は4~5人前 5,000円です

2日前までにご予約ください
 パーティーにいかがですか?



キッシュ

ワンホール
 (15cm×15cm)
1,350円



お持ち帰りのおそうざいのお店
まみーくっく
0172-26-5056
 ご希望のお弁当はお電話頂けますとお待たせせず
 ご用意できます。(9:00からお受け致します。)

弘前市早稲田1-13-12
 F A X / 0172-28-5098
 営業時間 / 11:00~18:00
 定休日 / 水曜日



求人募集21P

津軽を愛し、津軽と共に地域密着スーパー
生鮮活祭 さとやう
 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!!

見本

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

求人募集21P

今月のレシピ

**チキン
 ブランケット**

材料 (4人分)
 骨なし鶏肉(から揚げ用) 500g // バター 30g // 薄力粉 30g
 プイオン約600cc / 生クリーム50cc / レモン汁小さじ1杯
 塩こしょう適量

バターライス材料
 ご飯2合 // バター大さじ2杯 // パセリのみじん切り大さじ1杯
 塩こしょう少々

プイオンの材料
 水5カップ / 人参1/2本 / 白ワイン(辛口)100cc / にんにく1片
 長ねぎ(青い部分) 1本分 / プイオンキューブ1個 / 月桂樹の葉1枚
 塩こしょう少々

- ①肉は、軽く塩こしょうしておく。
- ②鍋に、プイオンの材料を全て入れ、沸騰し、あくを取った後、弱火で15分煮る。
- ③鶏肉を入れあくを取って20分煮る。肉が柔らかくなったら火を止める。
- ④マッシュルームを半分切る。別の鍋にバターを入れ火をかけ、溶けたら小麦粉を加え弱火で炒める。さらさらした状態になるまで2~3分炒め、プイオンを少しずつ加え少々濃度のあるソースに仕上げる。
- ⑤肉とマッシュルームをこの鍋に入れて、生クリーム、レモン汁、塩こしょうで味を整える。2~3分煮込む。
- ⑥温かいご飯にバター、塩こしょうを混ぜ合わせ、型で抜き、皿に盛る。鶏と1.5cm角に切った人参を盛り付けパセリを上からふる。

女性だけの隠れ家サロン

今年も一年、お疲れ様でした。



まごころ

つぼ 足つぼ
総合整体

頭痛・肩こり・足のむくみ
リンパの流れ

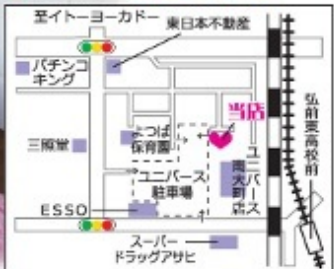
MENU

- ♥ 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
 接 090-8789-0416
 時 9:00~19:00 □有
 休 日曜日(完全予約制)



BEAUTY

クーハンダ

クーハンダ

特集掲載1P

求人募集2P

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

フェイシャルエステティック&メイクアップアドバイス

期間限定

12/6(木)7(金)8(土)

無料体験フェア開催!

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

肌と、ここに、うれしいこと。



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、
 留守番にお名前とお電話番号をお願い致します。
 OPEN/10:00~18:00 定休日/不定休



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ります。

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。

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	午前9:00 ~午後2:00
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。					



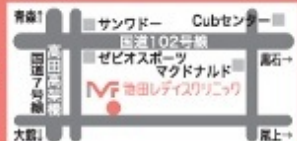
婦人科 池田レディスクリニック

弘前市高田5丁目7-7 TEL 0172-29-2055

ikedas@juno.ocn.ne.jp

<http://www.ikedal-c.jp>

池田レディスクリニック



アナタを担当するのは、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!!

寒い季節も気になる!! (ボトックス注射)

汗とニオイ
通常価格 ¥210,000 (税込) (1名) **税込 ¥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、効果的で汗の量を減らすことができます。汗の臭いも気にならなくなります。



※本邦限定
交通費 一部負担制度
※遠方から来院された患者様へ、交通費の一部を当院で負担いたします。
お気軽にご来院ください。

東京美容外科 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) **税込 ¥105,000~**



部分的に注入することも出来るので悪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。整回復元に向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



体験談

理想のバストを手に入れました。

25歳 女性
豊胸が希望するのは、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。ある日友達の紹介で、受診したところ、ヒアルロン酸注入をする事で胸が大きくなりました。お話をせず注射をするだけで理想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!

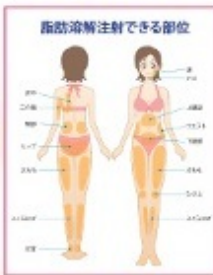
ダイエット注射

脂肪溶解注射

通常価格 ¥52,500 (税込) (1名) **税込 ¥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ふものです。当院では薬を独自にブレンドし、短時間で高い痩身効果が得られるよう工夫しています。



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できます。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

人工乳房による豊胸術 ¥840,000~

学会発表

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導入することにより、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・産後)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。

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のが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、頬・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

三重まぶたタイクック法

通常価格 ¥84,000 (税込) (1名) **税込 ¥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

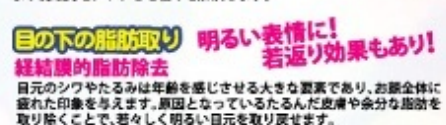
自分に自信がつかまりました。

27歳 女性
ずっと一重の目がコンプレックスで、増進法を決めました。初めての施術で不安を感じていましたが、おつくりさんが丁寧で安心できました。痛みはあまり無く、腫れも2日間でひいたので目元メイクにもさほど支障はなかったです。こんなに自然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。

メスを使わない眼瞼下垂術

オープンアイズプラスティーク法

「目つきが悪い」「眠そうな目」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ーク法が最適です。当院では本法により視力をアップさせ悩みを解決します。



目元の脂肪取り 明るい表情に! 若返り効果もあり! 経絡線的脂肪除去
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、お顔全体に衰えた印象を与えます。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。

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名) **税込 ¥52,500**



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、失った分を補充するという考えです。



体験談

キレイなお母さんに憧れました。

34歳 女性
子供に「ママ、お口の周りにシワが臭えしているよ」と言われ、悲しい思いがたか子頃から思っても分るのだからと、思い切ってやってみました! ヒアルロン酸を注入して貰ったのですが、シワが目立たなくなりとても満足しています!

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



額・眉間・目尻の笑いジワなど、表情によるシワに効果的です。痛みの心配もありません。

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。

ボリウムアップ 抜毛 分染後 脱毛改善
6ヶ月分の治療料金が
通常価格 ¥273,000 (税込) (1名) **税込 ¥175,000**
※男性専用脱毛もご用意。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簡単アクセス! ※写真付きメール相談フォームにもアクセスできます

東京美容外科 0120-658-958
完全予約制 相談・診察無料
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
有効期限: 24年12月31日まで

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。



↑この建物と看板が目印↑

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

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



経済的自由を実現する、とっておきの情報で夢を叶えませんか?

あなたは今、大きなチャンスを目の前にしています



はじめまして、太田といいます。
先日、勤めていた大手建設会社に
辞表を提出してきました。
入社3年目、年取680万でした。
本当にごく普通のサラリーマンでした。
でも夢だけは諦めたくありませんでした。

会社を辞める理由? それはこの情報を手に入れたからです!!

- 今の生活に不満を感じている
- 現状を変えて、もっと豊かになりたい
- 本当は叶えたい夢がある

初期投資が少なく、努力次第で

大きな**権利収入**、**不労所得**を得る事ができます。

※具体的な広告が出来ないため、知りたい方はご連絡ください。

この情報、**無料**で提供します。
私の故郷である弘前に、いち早く伝えたいのです。

人生を変えたい、成功したいという方、
有益かどうかは、聞いてからでも遅くはないはずです。

ご連絡は **Mobile:080-3319-7640**
太田まで **E-mail:carpoviam@gmail.com**

BEAUTY

つぼ治療で癒しと健康を

整体処

出張整体やってます

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。

ちょっとスゴいお得な
「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 有



蓄熱即暖 ほっかほかパット

熱源は体温。

特殊カーボンを練りこむ

ことにより体温を蓄熱後、

すばやく放射するので、

触ってすぐにわかる

あたたかさ。

座椅子用サイズ

40×40cm

2,520円(税込)

ミニサイズ

16×24cm

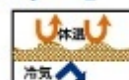
1,471円(税込)

他にも、敷きパット(シングル・セミダブル・ダブルサイズ)があります。

蓄熱効果

秘密はコレ!フォームエース・サーモ

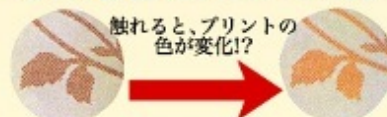
独立気泡構造の蓄熱発泡体が、
下からの冷気をシャットアウト。
体温を逃がさない。



優れた使用感

- 腰への負担を軽減
凹凸で体を支えます
- 高いクッション性
気泡がクッションとなって
います
- へたりにくい
独立気泡のため潰れにくい
- 軽量で扱いやすい
ポリエステル繊維の40%
軽量化!

さらに表地にはゲルマニウム織り込み生地を使用。



触れると、プリントの
色が変化!?

遠赤外線効果、
マイナスイオン等の
効力を半永久的に発揮

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

今ならまだ

女子カウ

クリスマス、忘新年
イベント目白押し
今から準備

ハートアンドビューティ

<http://h-and-b.jp/>

今年最後の痩せるチャンス!!
“5回集中とことん全身痩せ
コース”が先着30名様に限り
5回9,000円に!!

コースは多彩なメニューの中
から1人ひとりの体質や希望に沿
った専用プランを作成するので、
短期間で効果の良いサイズダウ
ンが狙えます。

他、話題の“生コラーゲンフェイシャル”
特別価格2,980円も実施中!

TEL...0800-111-3436 **フリー
コール**
*住所...弘前市駅前町8-1 大町タウンビル3F
*営業時間...平日13:00~21:00
土曜11:00~20:00 祝日10:00~18:00
*定休日...日曜日、木曜日 **※初回1回限り**

2Pのプレゼントコーナーで
“幸福のエステ券”プレゼント!!

セルライト撃退マシンや、脂肪燃焼マシン、よもぎ
蒸し、ガルマニウム温浴、リンパケアなどご用意!

スタイリッシュな雰囲気
の中で、施術が受けられ
ます。

ヘアサロン RUBIS

丁寧な接客と繊細な技術で
お客様をお迎えします。
どうぞお気軽にご来店下さい。



一人のスタイリストが最後
まで担当させていただきます。

TEL...0172-88-6145

*住所...弘前市大町2-7-1 *駐車場
*営業時間...9:00~19:00 ...2台
*定休日...月曜日(予約は受付ます)

初回限定
新規のお客様
カット
(シャンプー+ブロー込み)
¥2,000



CPサロン 輝 ~きらら~

2Pのプレゼントコーナーで
読者プレゼントあります!!
クーポンは本誌2Pです!!
お値なクーポン付!!

明るく元気になれるサロン。
お肌にお悩みのある方、
癒しをお求めの方は、
ぜひご来店下さい。

詳しくは本誌8P
をご覧ください。

おすすめMENU
初回限定
お試しコース
¥2,100

1時間で出来るフェイシャルマッサージ
& メイクアップ専門サロンです。

<http://www.net-hiro.ne.jp> **完全予約制**



TEL...0172-38-1100
*住所...弘前市北瓦ヶ町5-1
*営業時間...10:00~18:00
*定休日...不定休 *駐車場...有

ドリーム アマチュア ボクシングジム

ついに出来!! 努力不要ダイエ
立っているだけ、座っている
でカロリー消費。努力は通う
一歩も歩かずトレーニング。
※注: 当店までは来て下さ

運動不足、メタボが気にな
疲れやすい方、とにかく瘦
方、ダイエットや健康管理
男女問わずお気軽にどう
幅広い年齢層が楽しく目
向かって頑張っております

東北初上陸!
究極の酸素カプセル
もおすすめ!!



ドリーム 弘前 酸素カプセル

From Hand

大好評!! 炭酸スパで、頭皮の老
廃物を除去し、頭皮と髪を健康に。

炭酸スパの効果

- ・頭皮の老廃物を除去
- ・気になる頭皮の臭いケア
- ・パサつきのない、なめらかな髪に
- ・カラーやパーマの効果がアップ!
- ・頭皮、髪を健康に導き、髪本来のボリュームを実感

炭酸スパ(単品) **¥1,260**
セットメニューがお得です!
炭酸スパ+カット **¥3,780**
炭酸スパ+カット
+クオリアトリートメント **¥5,250**



TEL...0172-36-2971
*住所...弘前市桔梗野3丁目7-7
*営業時間...9:00~19:00
*定休日...月曜日・第三日曜日



間に合う!!

大作戦!!

会、お正月、成人式...
シーズンに向けて
しませんか?

CUT GIG HEARTS

老若男女問わず、気軽に来れる
ファミリーサロン。

天然100%ハーブ
「ヘナ」
henna



カラーリングで髪を傷めている
アナタに...ヘナで髪質改善!!
染めると同時に健やかに髪を育む
天然ハーブの「ヘナ」。副作用
が少なく、髪の痛みや地肌が弱い
方など、ケミカルアレルギー
でお悩みの方に特におすすめし
ます。仕上げに炭酸水シャンプー
で気になるキシミも軽減。



自然成分で髪をいたわりたい
ナチュラル志向の方に。

弘前ハーツ 検索

TEL...0172-55-8090

*住 所...弘前市高田1-1-1
*営業時間...9:00~応相談
*定休日...月曜日(前日予約で営業可能)

CUT GIG HEARTS



カイロプラクティック和楽

クーポンは本誌2Pです。
お得なクーポン付!!

「容勢美人」に
なりませんか?
まずは骨盤から!

美容カイロ
骨盤矯正、小顔矯正+パック、
顔筋マッサージ、吸着洗顔
通常¥12,000のところ
クーポンを使って
→¥5,800



骨格調整で血行を良くし、ホルモン
分泌を促し美しい肌へ...

TEL...090-3759-2256

*住 所...弘前市小比内2丁目5-1
メゾンKII103号
*営業時間...9:00~19:00
*定休日...不定休 *駐車場...有



完全予約制

Dining Bar 酒庵

レング調のおしゃれな外観と、
JAZZが流れる落ち着いた
雰囲気の店内で、ゆっくり
お食事を楽しめます。

X'masプラン

12月23・24・25日限定
2時間飲み放題付
お1人様 ¥4,500
女性 ¥1,000引き
【デザート】 【ご予約】
チョコレートフックンテン 2名様〜

2Pのプレゼントコーナーで
読者プレゼントあります!!

クーポンは本誌2Pです。
お得なクーポン付!!

エ誰
クで
サモ
サ気
イ軽
ズに
!!

ツット!
だけ
だけ。
い(笑)

る方、
せたい
に...
!!
!!

女性の方も安心!!男女別に
更衣室兼シャワールームを
備えています。

TEL...0172-33-7474

*住 所...弘前市取上5-8-1
*営業時間...13:00~21:00
*定休日...年中無休 *駐車場...有

..女性におすすめ女子会プランをご用意..

学生限定 女子会プラン

2時間飲み放題付
¥3,000

4名様以上で女性のみ学生
グループに限ります。
30名様までご利用可能
20名様以上で店内貸切

※入れの状況により、
メニューが変更になる
場合があります。

ベーコンのトマトパスタ、シーザーサラダ
ねぎが風味、油淋鶏(スーリンチー)、フライド
ポテト、ミックスピザ、ソーセージ盛り合せ。
本日のデザート

大人の 女子会プラン

¥3,500~

飲み放題¥4,000以上の
プランをご予約された
女性のグループには
全員¥500割引
いたします。

4,000円
飲み放題メニュー(一例)

宴会メニューの内容は、ご予算、
ご要望に応じて出来る限りお応
えさせていただきます。

弘前駅より歩いて3分。落ち着いた雰囲気と、リーズナブルな価格。素材
にこだわった、シェフ自慢の料理とカクテル。ご来店いただいたお客様に
は、さっさとご満足していただけたらと思います。団体様も、4名様から30名
様まで。お客様のご希望に、出来るだけ応え出来る様に、プランを多数ご
用意しております。結婚式の二次会、忘新年会、合コン、歓送迎会、女子会、
誕生会、お店丸ごと貸切etc. 酒庵だから出来る事が盛りだくさんです。

TEL...0172-37-6688

*住 所...弘前市駅前町10-1 遊食館1F
*営業時間...11:30~15:00(L014:30)
17:00~25:00(L024:00)
*定休日...火曜日 *駐車場...有り

http://www.syuann.com/

2012 X'mas 限定

- ペアブレス ~chain of love~
ペア ¥25,200
- sakura, manjiシリーズ
各10個限定 ¥6,300



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



Silver Jewelry
Daddy's

弘前市駅前町10-4
OPEN 11:00~20:00
TEL 0172-32-7748



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

E-MAIL 注意
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」 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~ NEXT「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」 パーソナリティ:小野 由美子					
17:00						



元気になられたお客様のワクワクボイス

肩こり、腰痛、頭痛、生理痛、冷えなどの症状がほとんど当てはまるわたし。施術後はいつも冷たい足先まで全身ポカポカしていました。説明もじっくり頂けるので、安心して受けられ、満足感がいっぱいです!! 今では、腰痛もちの主人も一緒にお世話になって、腰が楽になったと喜んでおります! (30代K・Yさん 女性)

まだまだ若いと思っていたつもりでしたが、とうとうホットフラッシュでのぼせ、耳なり・イライラ等、典型的な更年期障害の症状が出始め、首が痛く、背中が固くなっているのが自分でもわかったので受診しました。施術後は、とても身体が楽になり、何より呼吸がしやすいのが実感できました。神経の調れが良かったのか、いるいるな症状が軽くなり、夜はグッスリ眠れるようになりました。今は、月1~2回のペースで予防の為、メンテナンスで通っています。(40代I・Uさん 女性)



諦めないで! 痛みやコリに勝つ元気な体を作り上げる。ご存知でしょうか? レントゲンで「異常なし」と言われる、骨盤・背骨の歪み!! 実は、大きな問題を抱えています!! わずか数ミリ程度の歪みによって、様々な症状を引き起こすのです。腰痛・肩こりや生活習慣病の原因には、背骨の歪みが原因になっていることも多いのです。私どもでは、骨盤や背骨を整える神経の専門家です。ただ痛みを取るだけでなく、再発しないよう維持・予防法を駆使して、根本療法を行うて参ります。少し意識を変えただけで、意外と体は簡単に良くなつていきます。一緒に健康と美しい姿勢を取り戻しましょう!! あなたの来院、楽しみに待っています!!



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 館 10:00~22:00 Pあり
 お勧めの方も安心 **土日祝日も営業**



「Tsugaru見た」全身カイロ (90分・検査料含む)
 初回半額 **8,300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** 12月25日まで

LIFE
 キーワード
 N.Y.A.N.G.

企画・デザインから印刷・製本まで!!

- ・各種印刷 (ポスター・チラシ・伝票・その他)
- ・あらゆる印刷のニーズに対応 (Windows・Macintosh)
- ・高品質大判プリント出力
- ・マーキングシートコンピュータカット
- ・オリジナルのぼり旗1枚より製作いたします

ID 有限会社 アイティー

〒036-0341 黒石市豊岡字豊岡26-3
 Phone.0172-52-8803 FAX.0172-53-6423
 E-mail info@ity-print.com

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!!

住 弘前市八幡町 3-2-4
 堅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





DOMEHOUSE 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の構造物。 21世紀の新空間誕生！

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。軽量だから組立ても簡単。防火性能や耐久性もクリア。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。

style70.net 検索

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。



AWADA 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「足もてカッパン」で紹介された治療です。
やけどや一般外傷に対する治療として、被覆材を用いた、湿潤療法を行っています。痛みも少なく、治療期間が短縮されます。
※身体障害者福祉法第15条の指定医となっていますので、義肢装具の測定や、身体障害者意見書等の作成を行っています。「優たきり」の患者さんには往診も行っています。

- 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。ゼブスを巻くも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



津軽塗製造・販売 小林漆器

世界に一つだけのオリジナル品を作成致します

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

ほとんどの商品はリフトフォーム可能です。

津軽塗製品のオーダーメイド

著 | 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!!

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

おおたのはんこは良いはんこ

今年で創業117年を迎える太田印房のはんこは、確かな技術と心を込めた「唯一無二」。

ご入学・新社会人のお祝いは勿論、そろそろ本物を身につけたいあなたにも、おすすめです。

こんなのもあります!

縁起の良い印鑑 | 可愛いおしゃれはんこ | 携帯ストラップ&まつり札

太田印房

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

くまVAND
 LIFE

苦手克服、冬期講習。

数学の二ガテを
目へおく、後が楽。
1年間の総復習をしよう!

受験に強くなるヒケツは、苦手教科を作らないこと。
だから、この冬は、苦手を克服することから始めよう。
明光の冬期講習は、生徒1人ひとりしっかりと向きあい、
何が苦手なのかを発見できる講習です。
もちろん、5教科に、しっかり対応。
この冬は、苦手克服で、バージョンアップ!

入会金 半額 キャンペーン 実施中!

通常 ¥21,000のところを

¥10,500

期間限定12月末まで

※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。

英語の長文は、
解き方のコツをつかめば
楽になるよ!

英語の長文は、
解き方のコツをつかめば
楽になるよ!

国語の読解力を
身につけるには、
くり返し学習が大切だよ。

国語の読解力を
身につけるには、
くり返し学習が大切だよ。

明光の冬期講習なら、
理科と社会も
興味を持って取り組めるよ。

バージョンアップ
明光義塾

苦手を来年に持ちこすな!
冬の苦手克服

4DAYS

小学生	¥4,200
中学生	¥6,300
高校生	¥8,400

※今までに当塾の授業を受けたことのない方が対象です。※90分×4回の講習が特別価格で受講できます。※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。

期間限定12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
 新城教室 〒038-0003 青森市石江江渡42-5
 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 0172-88-5485
 TEL 017-761-5780(代)
 TEL&FAX 017-766-2898(代)

* 新規入会生・冬期講習生受付中 *

2000
MEMBER SINCE

求人募集21P
 16

年末清掃、 始めました。

東北初！新開発洗浄水使用中。
人や環境に優しい多目的洗浄水です。

～清潔な空間づくり～
清掃企画 **美しや**
担当/西川 090-1399-7612
mail: utsukushiya2011@ybb.ne.jp

♪ ヘアーカット専門店 男性・女性・子供 ♪

センカット 1000

大人も 子供も いつでも 誰でも
ヘアーカット 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
☎ 0172-26-0141
🕒 10:00~20:00
(20:00まで受付)
📅 年中無休
(月曜日も休まず営業)

清次郎 ■ ユニバース
■ ヤマダ電機
至弘前市街 至黒石
R102

かき氷T sugaru

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。

food

弘前市「泉成」
畷田にある焼き鯉屋さん。おいしいので有名!!
弘前で一番だと思えます!! ねだれも安い!!
弘前市 O.Nさん

蟹田町「丸八食堂」
めんに焼き干しが混ぜ込んであって、とて
かくおいしい。500円という安さも魅力。
弘前市 N.Kさん

sweets

尾上町「古川菓子店」
ブランデーケーキが絶品。ケーキ類も昔
からのなつかしい味がある。
弘前市 K.Tさん

**五所川原市
「あげたいの店 みわや」**
「あげたい」がとにかくもちもち
しておいしいから。
鶴田町 E.Hさん

lunch

弘前市「のいちご」
産直あねっこの内にあるので野菜たっぷりの定食
はもちろんみそラーメンもポリコームたっぷ
りで美味です。岩木山もながめながらのランチやテ
ィーは休日の癒しです。 弘前市 M.Sさん

coop西弘店向かい「さとう惣菜店」
学生さんにはとっても人気です。とにかく定食
も充実していて、ポリコーム満点で、かつ、リー
ズナブルで美味しいです! 弘前市 K.Rさん

etc

山下町「Bask」
エスニックの服屋さんですが、小物がガ
わい。ステッカーもステキ。子供服もあ
り、オーナーさんが描いた絵が超かわいい。
鶴田町 K.Mさん

情報提供
ありがとうございました!

TB ALL WHEELS TRIBAL

おかげさまで創業1周年を迎える事となりました

- 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

電話 0172-88-6790

FAX 0172-88-6793

営業時間 9:00~19:00

定休日 日曜日・第3木曜日

住所 南津軽郡田舎館村
川部字村元 107-1

ブログ <http://ameblo.jp/onitencho>



LIFE

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
扱い数、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

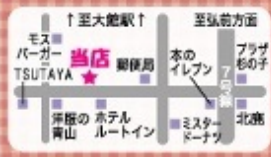
子犬見学予約制
フリーター直販オフィス
(株)ぶっちゃんDOG'S

ぶっちゃんDOG'S

愛犬と運命のハート結びの
ハート子が生まれた店です。

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.1598@n7.dion.ne.jp



クーポンご利用で
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。

クーポン

動物取扱業許可指導令第-59-22
有効期限 H23年7月14日~H28年7月13日
販売 訓練 桜田真美子 佐藤佳紀子

ホームページ [ぶっちゃんDOG'S](http://bucchanchan.com) 検索

Merry X'mas

冬物アウター・冬小物
おもちゃなどたっぷり入荷中!

2013新春福袋 予約受付中!

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/>

FOKIDS BITZ Seraph
Daddy Oh Daddy HOWDY DOODYS BLURU AZUR etc...

Peek a Boo

Peek a Boo ピーカブー

050-3427-1327
F017-0044
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

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
たまち庵

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
たまち庵

TEL/090-5849-1330

〒弘前市田町3丁目3-9 月曜日
9:00~19:00 有



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

話題の最新作が 続々登場!! 12月上映 Line Up

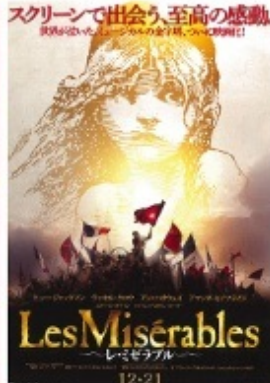
12月15日(土)公開



12月15日(土)公開



12月21日(金)公開



青森コロナスペシャルクーポン

映画ご鑑賞
+
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12月31日迄有効

※3D作品ご鑑賞の際は別途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頂けない作品がございます。
ご了承ください。※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ません。団体鑑賞にはご使用頂けません。
※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

シマこどつり。アミューズメントたっぷり。
青森コロナワールド
〒038-0008 青森市三好1-15-8 TEL.017-783-5050 年中営業

みんなの広場

りんご公園
満喫☆
弘前市
Mさん

EXILEに
なりたいです☆
弘前市
Hくん

君やほくに
似てませんか?
弘前市
Iさん

7月に弟が生まれて
ますますにぎやかになり
ました。
姉弟仲良く育ててね♪
鶴岡市 Kさん

ご応募は下記の宛先が
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

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...

運転免許は三ツ矢におまかせ!



教習車種

- 普通自動車免許 (MT-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



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>

**BodyCoating
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/>

自動車ボディコーティング

ウインド撥水コート

ルベキコーティング

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

マクドナルド いく片山店
消防署 BodyCoating Splend
酒類組合 広田薬品

カーケア

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えます



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
別荘設備工事・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

Merry Christmas

プレゼントにお困りですか?
ご安心下さい。
大事な人の「ほしいモノ」
きっとここにはあります。

萬 YOROZU YA

年中無休! 深夜1時まで営業!
仕事帰りに選べます。

■住所■弘前市大清水一丁目9-20 ■営業時間■10:00~25:00 ■電話番号■0172-28-9045

弘前店ブログ

萬 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★

当店

至 R7
至 R7
至 R7
至 R7

サンアリー

瀬越小

求人募集 22P

20

新しい自分に
羽ばたこう!



社員募集

笑顔で元気な方

- 【職種】調理・ホール
- 【資格】20~40才くらい
- 【休日】毎週月曜日
- 【時間】15:30~2:00
- 【給与】当社規定
- 【応募】詳しくはご連絡下さい。

居酒屋
TUBO屋

弘前市城東北4-3-1
0172-28-4066(担当/羽場)

スタッフ急募

☆業務多忙につき☆

- 【職種】レジ・販売および調理補助
- 【人数】1名
- 【資格】25才以上
- 【時間】10:00~13:00
- 【応募】まずはお電話下さい。
0172-26-5056

まみーくっく

弘前市早稲田1-13-12
電話/0172-26-5056
FAX/0172-28-5098

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	桜庭	
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	
常盤店	7H	4週9休	69-5511	坂本	
新宮店	4H	4週6休	0173-38-5656	村上	
惣菜部	堅田店	7H	4週9休	39-4411	寺山
食品募集	高杉店	7H	4週9休	99-1100	工藤
	常盤店	7H	4週9休	69-5511	坂本
	広田店	5H	4週9休	0173-38-1266	三浦



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

各店舗へ
お問い合わせ下さい。

※また、既に求人が終了して
いる場合もございます。



株式会社 佐藤長

〒036-8184 弘前市松森町93
TEL (0172) 36-7755

CPL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



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

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 青森市石江江波 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3F
〒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



・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

20P掲載

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

20P掲載

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

真表紙掲載

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

交通誘導警備員募集

JOB



「質・量ともに充実した
研修、しっかりサポート」

業務拡大に付き、増員募集決定!!

長期勤務できる方歓迎!

時給1,000円

※経験、能力考慮

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。

- 【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】実働8H(業務により変動有、委細面談時)
- 【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

TEL:0172-28-1255 〒036-8084 弘前市大字高田五丁目5-2 担当/和田

Shining Street

第6回 シャイニングストリート プロジェクト

12月1日(土)～1月14日(月)

16:30～25:00 大晦日は元旦の夜明けまで点灯
(1月は17:00～)

大館市立総合病院～秋田看護福祉大学
までの区間

グランドフィナーレ冬花火

1月14日(月) 20:30より 田町球場にて
《締め切りなし 協賛大募集中》

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。進学相談からはつながりませんので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。進学相談からはつながりませんので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
三番屋ビル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