

FMジャイゴウェーブ(76.3MHz)で放送中! Tsugaru

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」

2013 March
クーポン付 vol.43

3

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

~今月の特集は~

習い事で
スキルアップ **カルチャーライフ。**

9・10ページでご紹介しています。

...9P・10P

Tsugaru イチオシのお店

整体サロン

Feels Good

3月6日
オープン!

ほくしコース

15分・・・900円
30分・・・1,800円
45分・・・2,700円
60分・・・3,600円
90分・・・5,400円

顔もみ・むくみ改善コース

60分・・・3,600円
90分・・・5,400円

カイロコース(資格矯正)

60分・・・3,600円
90分・・・5,400円

足裏リフレクソロジー

15分・・・900円
30分・・・1,800円

*足裏リフレクソロジーは他のコースと併用してご利用頂けます。

090-2603-7701

完全予約制 担当・福田まで



住所/弘前市河原町62-1 営業時間/AM9:00~PM19:00 定休日/年中無休 駐車場/有

マルミ写真
イラスト館

似顔絵
ウェルカムボード
肖像画・遺影写真



贈り物や記念に手書きの似顔絵

住 弘前市桶屋町78
電 0172-32-3929
営 10:00~19:00
休 年中無休 Pあり



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!

3月のサービス商品 (昼11:00~夜10:00) ご来店のお客様に限り

しょうゆラーメン大盛 500円
チャーシュー麺 500円

しょうゆ
ラーメン 300円
平日のみ
昼11:00~2:00 夜17:00~20:00

チャーシュー丼 500円
焼豚丼 500円
焼牛丼 600円
ご来店のお客様に限り

噂のヘアーカット専門店

センカット
1カット

男性も 女性も 子供も いつでも 誰でも

早い! 安い! つまりお得! ぜひカットさせてください!!

ヘアーカット1,000円

住所:弘前市早稲田4-3-2
0172-26-0141
営業時間/定休日
10:00~20:00(20:00まで受付)
年中無休(月曜日も休まず営業)



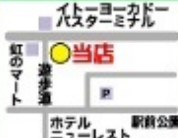
エクステ付け放題

70cm120g迄.....¥14,000
70cm 70g迄.....¥ 9,500
52cm120g迄.....¥12,000
52cm 70g迄.....¥ 8,500
3/1~3/31迄(要予約)

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



卒業式の予約受付中

◆着付け(袴)、セット、メイク.....¥9,000
◆セットと着付け.....¥7,000
◆セットとメイク.....¥5,000
◆セットのみ.....¥3,000



主婦に人気の美容室
カット＆カラー専門美容室

ぴかカット

ぴかカットの従業員はこの道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
聖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)



求人募集17P



プレゼントコーナー

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!!

①



アジアカフェ

- ・貝のアンクレット
- ・ヘアゴム

どれが当たるかは届くまでのお楽しみ!

...3名様

掲載ページ13P→

②



※写真はイメージです。

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

...5名様

掲載ページ7P→

③



酒庵

ランチペア無料券

弘前駅前町10-1遊食館1F

...3名様

応募方法

下記の①~⑦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NAV I 通信宛まで応募下さい。

アンケート

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。

- ①今月掲載の中からご利用予定or利用したお店の名前。
- ②今月掲載の中からご利用予定or利用したクーポンの枚数。
- 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ご希望の商品番号と商品名(第1希望、第2希望迄)
- ⑦その他、ご意見・ご要望等お待ちいたします。

次号発行は
3月25日
(月)です!
お楽しみに...

宛先

下記の宛先に送って下さい。
切り離して貼ってもOK!

★応募締切★
3月25日(月)
(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。

Tsugaru2013年3月号

応募券

※お1家族様1回のご応募です。No. 2503

〒036-8155

青森県弘前市中野1丁目
9-14

NAVI 通信

「プレゼント」係

お得なクーポンはこちら→

Tsugaru2013年3月号クーポン
整体サロン

Feels Good

30分以上
ご利用で **500円引き**

※1名様1回限り有効

有効期限 H25.3月末日迄

Tsugaru2013年3月号クーポン

おしゃれ工房 ぱあ~ま屋

カット300円引

※1名様1回限り有効

有効期限 H25.3月末日迄

Tsugaru2013年3月号クーポン

CPサロン 輝 ~きらら~

初回限り1,000円引

※初回30分1名様1回限り有効

有効期限 H25.3月末日迄

Tsugaru2013年3月号クーポン

ぬくもり鍼・灸院

通常料金
1,000円を **500円** 完全予約制

※初回30分 ※1名様1回限り有効

有効期限 H25.3月末日迄

Tsugaru2013年3月号クーポン

Peek a Boo

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 H25.3月末日迄

Tsugaru2013年3月号クーポン

スプレンド

施工価格 10%OFF

※1名様1回限り有効

有効期限 H25.3月末日迄

Tsugaru2013年3月号クーポン

青森コロナワールド

映画鑑賞 + ソフトドリンクS & ポップコーンス

大人 **1,500円**
小人 **1,200円**

※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 TEL 青森コロナシネマワールドまで、017-783-5081

※1名様1回限り有効

有効期限 H25.3月末日迄

便利な使い方の一例↓

青い点線を切り離してお財布に青いテープを貼って持ち運びして下さい。クーポンが使えるように折って切り離せば、いつでも使えます。

←掲載ページ1P

←掲載ページ1P

→掲載ページ7P

→掲載ページ8P

→掲載ページ10P

→掲載ページ16P

→掲載ページ16P

2

イベントカレンダー 2013年3月

開催中

雪の降るさと2013 【期 間】開催中～3月10日(日)

【場 所】津軽伝承工芸館 【問合せ】津軽伝承工芸館 0172-59-5300
 黒石温泉郷スノーアトラクション、黒石温泉郷まつり、スノーボードの原形「MY
 雪板づくりCAMP」in KUROI SHI、永瀬正敏写真展in AOMORI、雪上BBQ
 などさまざまなイベントが開催されます。詳しくは12ページをご覧ください→

**第4回楽しい、ひなこけし展** 【期 間】開催中～3月17日(日)

【場 所】津軽こけし館 【時 間】9:00～16:00 【料 金】見学期料無料
 【問合せ】津軽こけし館 0172-54-8181

全国の伝統こけし工芸家が、津軽に一足早い春をお届け。200作品のこけしのお雛様「ひなこけし」の展示即売会。全国9系統、46人の工芸家が出品予定です。今年もかわいいひなこけしがたくさん展示・販売されます。普段見れないこけしもたくさんありますので皆さんも是非お越しください。

**今日は楽しい、ひなこけ祭り♪** 【期 間】3月3日(日) 【場 所】津軽こけし館

【時 間】9:00～16:00 【料 金】見学期料無料 ※ワークショップなど一部有料
 【問合せ】津軽こけし館 0172-54-8181

第4回楽しい、ひなこけし展の拡大イベント。消しゴムハンこけし教室、あなたのお雛様似顔絵描き、大正琴ミニライブ、ツキカフェ出店、ゆるキャラこけし子ちゃん登場などイベントが盛り沢山！3月3日はぜひ津軽こけし館へお越し下さい。

3日(日)

津軽ひろさき歴史文化観光検定第3回上級(おべ仙人)試験

【期 間】3月3日(日) 【時 間】10:00～ 【会 場】弘前市立観光館、大橋会館(東京都目黒区)
 【受験料】一般 3,000円(上級既合格者 2,000円)、高校生以下 1,500円
 【問合せ】弘前観光コンベンション協会 0172-35-3131

弘前を中心とした周辺地域に関する歴史・文化・産業・地理・人々の暮らしなどの学習を通じて、地域に対する愛着や誇りを再認識・再発見する機会をつくり、津軽ひろさきの魅力を「おもてなしの心」を持って全国の方々へ紹介できる人材を育成することを目的として実施している「津軽ひろさき検定」。今回は、中級試験合格者および初級試験に3回合格した方が対象となります。

春山散歩 雪わたり 【期 間】3月10日(日) 【場 所】こどもの森ビジターセンター

【時 間】10:00～12:00 【問合せ】こどもの森ビジターセンター 0172-88-3923

森の探検隊 早春の里山ウォーキング 【期 間】3月10日(日) 【受付時間】8:30～9:30

【場 所】ひばのくに迎賓館 【参加費】1,000円(昼食付き) ※小・中学生無料
 【募集人員】30名 ※小学生は保護者同伴 【申込み締切】3月2日(土)
 【問合せ】森の詩人達実行委員会(ひばのくに迎賓館内) 0172-48-5876

早春の大鰐町早瀬野・島田地区をフィールドに、「環境啓発」「自然体験」「健康づくり」などを目的とした里山ウォーキングを行います。



10日(日)

弘前でコーヒーを楽しむ会 【期 間】3月24日(日)

【時 間】13:00～16:00 【参加費】1,000円(コーヒー付)
 【場 所】弘前学院大学・礼拝堂 【定 員】120名 ※定員になり次第締切
 【問合せ】JCS青森支部会事務局(成田専蔵珈琲店内) 0172-28-2088

講演① 13:10～14:00 コーヒーと健康
 講演② 14:10～15:00 日本から輸出され欧米で愛されたカップ＆ソーサー
 シンポジウム 15:20～16:00 コーヒーのできる被災地への応援

24日(日)

第23回 八甲田「雪の回廊と温泉」ウォーク

【期 間】3月30日(土)、31日(日) 【申込み締切】3月20日(水・祝)

【場 所】八甲田山中 酸ヶ湯～谷地 冬季通行止め区間
 【料 金】一般3,900円、小学生2,500円(移動バス代・入浴料含む)、未就学児童は無料
 【問合せ】社団法人 青森観光コンベンション協会 017-723-7211

冬季間通行止となる国道103号、通称「八甲田・十和田ゴールドライン」の高さ最高9mにもおよぶ純白の雪の大回廊が8キロメートルに渡って屹立し、八甲田の雄大な大自然を歩き体感することができます。ウォーク終了後には青森を代表する名湯、酸ヶ湯温泉が湯温泉で入浴をゆっくり楽しめます。青森県観光物産館アスパムに集合後、バスで山に向かいます。八戸、弘前からの出発も可能です。



30日(土)

第13回青森県ちびっこ手踊り王座決定戦 【期 間】3月31日(日) 【時 間】10:00～

【場 所】弘前文化センター 【問合せ】陸奥新報社 0172-34-3111

31日(日)



おそうざい
まみーくっく

まみーくっくは
街のお台所として
“笑顔の食卓”のお手いを
させていただきます。

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

その他弁当もありです



お持ち帰りのおそうざいのお店

まみーくっく

0172-26-5056

弘前市早稲田1-13-12

営業時間/11:00~18:00

定休日/水曜日

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。)



ヤマダ電機 東中学校
ユニバース エニバース
ホームマック やまなか家
東王堂 野崎門 ローソン 学習センター

焼肉ホルモン
SENN

浅

特選 仙台牛入荷
数量限定
¥980



前回の松坂牛に
負けない美味しさ。

焼きタラバガニ
¥980

※写真はイメージです。

牛と豚と鳥使用
浅ラーメン



¥600

歡送迎会

ご予約を承ります

少人数~25名様までご予算に合わせて、
料理内容や飲放題等、ご相談に応じます。

浅

弘前市土手町56 定休日/月曜

TEL: 0172-37-0908

営業時間 AM 11:30 ~ PM 14:00
PM 17:00 ~ PM 22:00

スカイ
パーキング 中三 広場

弘前市土手町56

土手町56
みちのく
銀行

土手町
パーキング

一茶弘前駅前



津鯨を愛し、津鯨と共に地域密着スーパー

生鮮活祭 **さとちゅう**

明治30年創業

土曜・日曜
**ポイント
2倍セール**

10日・30日
**ポイント
3倍セール**

3日 10日 13日 23日 30日は
佐藤長の日!

楽しい
イベントが **満載!!**

ポイント貯めて
さらにお得!!

ホームページ
<http://satouchu.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

今月のレシピ



材料 (4人分)

スパゲッティ…300g / えび…12尾 / グリーンアスパラガス…4本
 ブロッコリー…1株 / ラディッシュ…4個 / プチトマト…8個 / ハム…60g
 レタス…4~5枚 / トレビス…4~5枚

[ドレッシングの材料]

オリーブオイル大さじ4杯 / ワインビネガー大さじ2杯 / 塩・こしょう適量
 玉ねぎのみじん切り大さじ2杯 / パセリのみじん切り大さじ1杯

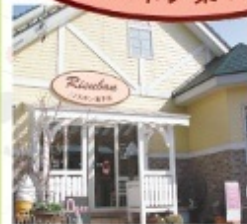
作り方

- ①えびは殻、背わたを取る。グリーンアスパラガスとブロッコリーは食べやすい大きさに切る。いずれも塩ゆでにする。
- ②ラディッシュ、ハム、レタス、トレビスは、食べやすい大きさに切る。これらの用意した具はよく冷やしておく。
- ③ドレッシングの材料を合わせておく。
- ④大きい鍋に3リットルの湯を沸かし、塩を大さじ1.5杯入れ、スパゲッティをゆでる。ゆで上がった後、冷水でよく洗い冷やす。
- ⑤用意した全ての材料を合わせ、塩こしょうで味をととのえ、器に盛り、パセリを散らす。

Risuban
リスボン菓子店

祝 卒園・卒業おめでとうございます。
晴れの日に贈る、御菓子はいかがですか。

春のおすすめ



中にイチゴジャムソースが入っています!

クレープ・ワッフル・シェーク
アップルパイなどなど...
黒石市の美味しいお菓子屋さん
リスボン菓子店

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



イチゴロール 各種 ¥550

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



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~ 「見て! 聞いて!」 タウン誌TsugaruJ	
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						

横綱ちゃんこ

和食も、お酒も、**旨い店。**



豚バラなん骨を使った
豚ばいが鍋
1人前**1,800円**

ずわいがに盛り
1kg **1,650円**



女性に人気!
ヘルシー!おいしー!
リコピンとビタミンが豊富
とまと鍋
1人前**1,800円**

地域最安!!

至青森
TSUTAYA
アサヒドラック
さくら野
郵便局
松ヶ枝
★**当店**
長四郎公園
ホテル
ルートイン
至大崎

住 弘前市城東北3-10-71 (さくら野弘前店隣り)
TEL 0172-28-2355
営業 17:00~23:30
ラストオーダー 22:30
休 水曜日 有
URL <http://chanko.konjiki.jp>

昔ながらのホルモン屋



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

- ・さくらユッケ **680円**
- ・馬タンユッケ **680円**
- ・鶏のレバ刺 **650円**
- ・センマイ刺 **450円**

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 図あり



ラーメン ショップ

弘前店
住 弘前市堀越字川合184
TEL 0172-27-3292
営業 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・おにぎり(1個)はサービスです。



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。

「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。

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
弘前市熊嶋字豊田180-1 Mail mikasho@piano.ocn.ne.jp

屋台で23年、お店で7年、
おかげで30周年を迎えました。
2012年も大変お世話になりました。
2013年も宜しく
お願い致します。

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
店内でお召し上げの場合に限りです。
ギョーザのみご注文はご遠慮ください。

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**
お持ち帰りできます(日:祝除く)
※替替代プラス30円

1 弘前市泉野5-5-15
2 0172-87-6996
3 平日昼/11:00~15:00
4 平日夜/17:30~21:50
5 ラストオーダー 21:30
6 日・祝/11:00~21:00
7 水曜日(祝日を除く)
8 薬王堂との共同駐車場です



求人募集17P

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。

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

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	※診察時間につきましては、電話にてご確認ください。					

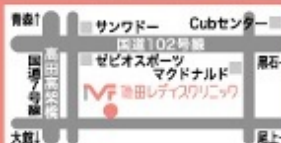
婦人科 池田レディスクリニック

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 検索



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

3/1(金) 2(土) 21(木) 22(金)

無料体験フェア開催!

御予約はお早めに!

CPレディ募集中!!

パート・アルバイトも可 副業としてもOK!

肌と、こころに、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



みんなの広場



我が家に天使が
舞い降りて来ました
弘前市 ポニーさん



免許ほしーっ!!
バイクほしーっ!!
弘前市 1さん



新しい東京駅を
見てきました!
キレイだったー(〃ω〃)
弘前市 Tさん

あなたも「Tsugaru」に写真を
載せてみませんか?

ご予約は下記の宛先が
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」例まで

郵送で送って頂いた写真はご返却致します。
お名前・ご住所・コメントをお忘れなく...

リラクゼーションケアルーム

ぬくもり鍼・灸院

ありがとう1周年

皆様のご愛顧のお陰で、3月4日、1周年を迎えることとなりました。これからも宜しくお願い致します。

東洋医学で自然治癒能力を高める
お手伝いをさせていただきます。



「鍼こわーい!!」という方にもソフトな鍼をいたしますので、安心してお気軽にご相談ください。

鍼で自然治癒能力をアップ!!

肩こり、腰痛はもちろん、飲みすぎ、疲労、頭痛、花粉症や他アレルギーの方などにもおすすめ。

1周年特別価格!!

クーポンご利用で 通常料金1,000円を
3月末まで **今が初回30分** **500円**
チャンス!

2回目以降の方 通常料金3,000円を
3月末まで **全身60分** **1,500円**



鍼・灸師 石井みちよ の紹介

4年間、鍼灸整骨院にて治療経験をを経て開院。リラックスして治療が受けられるように、良くコミュニケーションをとり、体と心のケアに心掛け、つらい体の悩みを軽減できるよう努力させていただきます。

・日本女子体育大学モダンダンス部卒業
・中学・高等学校保健体育教員免許取得
・H16年 鍼灸師免許取得
・H16年 鍼灸師免許獲得

ぬくもり鍼・灸院

TEL 0172-82-3175

携帯電話 / 090-5840-6155
住所 / 弘前市一町田村元794-16
受付時間 / AM8:30~PM7:00
休診日 / 日・祝日

完全
予約制
前日までに
ご予約下さい。



BEAUTY
クーポン

Tsugaru

設置場所一覧

- ・弘前市役所
- ・弘前市立観光館
- ・弘前駅案内所
- ・まちなか情報センター
- ・弘前総合学習センター
- ・歌血ルーム
- ・各道の駅
- ・ANEKKO野市里
- ・四季彩館
- ・FMジャイゴウェーブ
- ・JA弘前
- ・相馬口マントピア
- ・岩木文化センター あそべーる
- ・鶴come
- ・立役武多の館
- ・青森観光物産館アスパム
- ・弘前大学
- ・弘前学院大学
- ・東北女子短期大学
- ・明光義塾 黒石
- ・三ツ矢自動車学校
- ・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
- ・みどり保育園
- ・さくら保育園
- ・弘前大学付属病院 (売店)
- ・市立病院
- ・小野病院
- ・さわだ整形外科
- ・池田レディースクリニック
- ・みんゆう薬局黒石病院前店
- ・せせらぎ温泉
- ・やすらぎ温泉
- ・白馬龍神温泉
- ・おおびらき温泉
- ・津軽おのえ温泉 福家
- ・ホテルニューキャッスル
- ・ベストウエスタンホテル
- ・弘前パークホテル
- ・弘前プラザホテル
- ・弘前国際ホテル
- ・弘前グランドホテル
- ・弘前プリンスホテル
- ・弘前東葉ホテル
- ・ルートイン弘前
- ・ルートイン城東
- ・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
- ・ホテルニューレスト
- ・東横イン
- ・ドゥーミーイン弘前
- ・ホテルリコルソ弘前
- ・ホテルアップルランド
- ・さくら野 弘前店
- ・ルネスアベニュー
- ・TSUTAYA
- ・スーパースポーツゼビオ
- ・スーパーフリース弘前中央店
- ・スーパーフリース弘前青山店
- ・カラオケ合衆国 102号店
- ・カラオケ合衆国 弘前城東店
- ・アサヒフォーラム
- ・青森コロナワールド
- ・さとちよう 各店
- ・弘南生活協同組合 (西弘店、松原店、桜ヶ丘店、黒石店、平賀店)
- ・いとく アルカディア店
- ・いとく 板柳店
- ・ユニバース 城東店
- ・MAXバリュラッグノオ黒石店

その他掲載店: 人の集まる場所に設置してあります。

噂のヘアーカット専門店

センカット
1カット

男性も 女性も 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!!

住所: 弘前市早稲田4-3-2
0172-26-0141
営業時間/定休日
10:00~20:00(20:00まで受付)
年中無休(月曜日とも休まず営業)



ボトルフラワー教室

Bottle Flower Club
ボトルフラワー倶楽部
花軍 はなむくき

【プチフラワーコース】

初めてのボトルフラワーを楽しみたい方の為のコース。小さな容器を使いバスケットアレンジや花束アレンジなどかわいいボトルフラワーを作ります。

受講料 **¥10,000**

(6単位/コース)カリキコラム有
受講日:月/1回(2時間)
教材は教室で購入して頂きます。



《作品例》

その形状の細部まで生花
フラワーを作ります。

各種オーダーも承ります。
お気軽にお問い合わせ下さい。

Webで作品展示を行っています。

ミニガーデン <http://hanaikusa.mokuren.ne.jp/f>

♪体験教室♪ 好評受付中

コーヒーカップに
お花を飾ります。

受講料 **¥3,500**

お気軽にお電話下さい!!



住所(自宅教室) TEL 講師
弘前市大町1-13-12 090-1374-6653 成田智子

習い事で
スキルアップ
カルキ
春が待ち遠しいで
お子様の

ボトルフラワー教室

弘前市大町1-13-12



富士見町 玄楽書道会館

弘前市富士見町10-7



玄楽書道会

見学・体験もできます。



きれいな文字は、
きれいな心を育てます。

「心正しければ筆正しい」
心を正しくしてお習字に励み、
書が上達することで自然に素直な
正しい心が育まれていきます。

書道は筆順に従い、一点一
画を心をこめて丁寧に手で
書くことで文字感覚が養わ
れて「集中力」や「思考力」
を高めます。

継続することにより、何事にも
一生懸命に取り組める強
い精神力と素直で豊かな心
が自然に育まれます。

4月30日
まで

春の新入生募集 キャンペーン プレゼント中!

学生部...習字セット
成人部...書道セット
実用部...筆+ペン
セット

※教室のご案内※	曜日	TEL(0172)	営業時間
富士見町玄楽書道会館	木曜日	36-1985	10:00~22:00
品川町大成会館	金曜日	36-1985	14:00~20:00
桔梗野こころ書道教室	土曜日	33-7657	10:00~16:00

成績があがる
具体策があります。
明光式! 自立学習

ようして明光へ行く。
成績があがるのでしょ?
それは、3ヶ月間の無料体験で確認された後、
明光ならではのノウハウがあるからです。
それが、明光式! 自立学習。
従来の塾や学校とは異なるイメージして、
毎日の学習を楽しくさせる。
各科目で得意な人と時間を大切にすることから、
先人が、おもしろい、ワクワクはならない、
テストの勉強から、丁寧に教える、
そうやって、自分からすすんで勉強する。
「自立学習」の姿勢を身につけることで、
自然と成績があがっていくのです。
それが明光の特長です。また、毎日の個別
個別指導のハイテクノロジーが実現できるとも、
其の特長でもあります。

個別指導
No.1
第1位

明光の
成績アップ

入会金無料
キャンペーン
実施中!

入会された方は
4DAYS
無料!

小学生 ¥(税込) 4,200 90分
中学生 ¥(税込) 6,300 x4回

通常 ¥21,000

※期間限定3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。

※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下さい。

個別指導の明光義塾

新規入会生受付中

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 青森市石江江波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)

LIFE

チャートライフ。

"すね。自分磨きに、
習い事におすすめます。"

さくら保育園

弘前市浜の町西2丁目4-23
対馬呉服店

弘前消防署 藤代分署

佐藤長 木村家電

みちのく銀行 神整形外科

GS 公益アーバンホール

第五分団消防屯所

結梗野市営住宅

工藤商店

ハイツ伊藤 明教寺 聞法道場

弘前市立 第四中学校

託児所 本誌16Pでも紹介しています。 さくら保育園

【リトミック教室】

リトミックとは"音楽を楽しむ"こと。音楽に合わせて、リズム感、音感が身に付きます。
♪実施曜日/水曜日
♪時間/10:00~(20分程度)
佐々木音楽教室 佐々木 由佳 先生

【英語教室】

リズムに合わせて、体を使って英語が身に付きます。
♪実施曜日/月曜日
♪時間/10:00~(20分程度)
Petit Fairy English Club
白岩 恵子 先生
※園児さんたちがまだ3歳未満児のため、耐えてしまわない程度の時間でやっています。

生徒ヶ月前から
預かっています☆

楽しく学んで、楽しく習得。
いつでもお気軽にご見学、お問い合わせ下さい。
当ホームページもご覧下さい。さくら保育園 弘前

住所 TEL
弘前市浜の町西2丁目4-23 0172-55-8139

かぎ針編みサークル ami ami Mommy

少人数制レッスンで、初心者にも丁寧に教えます!!

コサージュ
お出かけにもありますので、育児中のママさんも安心して習えます。
お正月飾り

かぎ針いり
かぎ針ポシエット

↓当ホームページもご覧下さい。↓
URL...<http://ameblo.jp/izumappi630/>

日本編み物文化協会認定講師
小川 いずみ TEL 080-3190-9971

あなたの「編みたい」を
お手伝いします。

ご卒業・ご卒園おめでとうございます。

新入学・新入園・進学 準備 応援フェア!

通園バッグ・靴・リュック・帽子
通園着・通学着などは当店にお任せ下さい!

当店ネットショップはこちらから! 検索 peeboo 楽天

雑貨と子供服の店
Peek a Boo
Peek a Boo ピーカブー

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

中3力モメン。

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

お問い合わせは なせばなる 合格のゴール
0120-77-5555



- | | | | | | | |
|---|---|--|--|--|---|---|
| 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
三書堂ビル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)
十和田市福生町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 |
|---|---|--|--|--|---|---|

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



救急労災指定

高気圧酸素治療・人間ドック
各種健康診断・特定健診
療養病棟あり・NST稼働施設認定



- 内科 循環器・呼吸器・神経内科
内分泌(糖尿病)・消化器
- 外科 消化器・呼吸器
整形外科・大腸肛門
- リハビリテーション科 放射線科

医療法人 元秀会

弘前小野病院

理事長・院長 小野 光貞
副院長 小野 裕三
消化器外科部長 町田純一郎
循環器内科部長 小野 浩嗣
神経内科部長 布村 仁一
外科医長 大沼 裕行

弘前市大字和泉二丁目19番地1
TEL.0172-27-1431 FAX.0172-27-1433
URL <http://www.hirosaki-ono.jp/>
E-mail hospital@hirosaki-ono.jp

LIFE

黒石温泉郷スノーアトラクション

期間:2013年1月12日(土)~3月10日(日)の土・日・祝日
お手軽雪上車乗車から、スノーモービル、冬の馬車運行まで、雪国ならではのイベントで盛り上がっちゃおう!

雪上車乗車体験
大出力のエンジン車で雪原を爽快に走る雪上車! 雪原の絶景も、誰でも気軽に楽しめる人気のアトラクション!
◎1月12日~3月10日 10:00~15:00
◎特設コース/1周約5分
◎大人 500円 小学生以下 300円
予約期 利用日前日まで要申込み

スノーモービル乗車体験
インストラクターが運転するスノーモービルにタンDEM乗車。雪を感じながら雪原を走り抜ける爽快感を味わおう!
◎1月12日~3月10日 10:00~15:00
◎特設コース/1周約5分
◎大人 500円 小学生以下 300円
予約期 利用日前日まで要申込み

白銀の馬車運行
黒石温泉郷のアイドルお馬の道ちゃん(2010年5月デビュー)と一緒に、のんびり馬車に乗ろう!
◎1月12日~3月10日 土・日・祝日 11:00~12:00 13:30~15:00
◎特設コース/1周約5分
◎大人 300円 小学生 200円 幼児 100円
予約期 利用日前日まで要申込み

雪の降るさと 2013

雪上BBQで、グレンデ気分!

期間:3月2日(土)~3月10日(日) 11:30~14:00
場所:津軽伝承工芸館



県産ブランド肉 BBQコース
1人 3,675円
(コンロ使用料含む)

気の合う仲間や家族、友人同士で美味しいお肉を囲みワイワイ♪ 方々方々♪

予約期 利用日3日前まで要申込み

合言葉は「心にあったか〜い小嵐山・黒石温泉郷は、雪国の楽しさ大満喫のファンタジックワールド!」

平成24年度卒業式日程

小学校

- 3月8日(金) 常盤野小学校
- 3月15日(金) 北小学校
- 3月16日(土) 自得小学校、三和小学校、新和小学校、福村小学校、堀越小学校、大和沢小学校、小沢小学校、青柳小学校、東目屋小学校、崎敏小学校
- 3月19日(火) 修斉小学校、草薙小学校

- 3月19日(火) 小友小学校、高杉小学校、船沢小学校、弥生小学校、致遠小学校、城東小学校、豊田小学校、文京小学校、松原小学校、千年小学校、和徳小学校、城西小学校、西小学校、大成小学校、第三大成小学校、朝陽小学校、桔梗野小学校、石川小学校、岩木小学校、百沢小学校、東小学校、相馬小学校
- 3月20日(水) 三省小学校

中学校

- 3月8日(金) 堀野中学校、東目屋中学校、第三中学校、南中学校、第四中学校、常盤野中学校、相馬中学校
- 3月9日(土) 新和中学校、北辰中学校、船沢中学校、第一中学校、東中学校、第二中学校、第五中学校、石川中学校、津軽中学校

ご卒業おめでとうございます。

ASIAN Cafe ~アジアン カフェ



アジア各国から新商品入荷中!!

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。

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



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

千の得

電話 080-5224-1179 MAP
 配達致します
 営 10:30~
 弘前市和徳町223
 アビタシオン1F 休日曜日 P あり

1 総合保険センター
 2 橋牛子
 3 一代官町
 4 太田印刷
 5 当店

さわだ整形外科



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

「トリガーポイントブロック」をご存知ですか？

※NHK「ためしてガッタン」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。「寝たきり」の患者さんには往診もしています。

お気軽にご相談下さい。

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



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・セラピストの資格を持った看護員が常勤しています。

チラシ・ポスター等のデータ作成致します。

- イベントポスター用データ
- イベントチラシ用データ
- 新聞広告用データ
- 新商品チラシ用データ
- カレンダー用データ
- 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

TEL: 0172-33-5312

mail: info@navi-hiro.com

〒036-8155
弘前市中野1-9-14

NAVI通信 検索

蓄熱即暖 ほっかほっかパット

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、触っただけでわかるあたたかさ。

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
- ✓ へたりにくい
- ✓ 高いクッション性
- ✓ 軽量で扱いやすい

- 凹凸で体を支えます
- 気泡がクッションとなっています
- 独立気泡のため潰れにくい
- ポリエステル硬綿の40%軽量化!

お問い合わせはNAVI通信エコ事業部まで

0172-33-5312

info@navi-hiro.com

つぼ治療で癒しと健康を

整体処

出張整体やっています

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。

ちょっとスゴイお得な
「きまぐれイベント」
スロクにて不定期発生中!
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

〒弘前市城東5-13-1

10:00～19:00

12:00～19:00(水曜日)

※時間外応相談

休 不定休 有



皆様のおかげで

2月で3周年を 迎えることとなりました。

日ごろの感謝の気持ちを込めて…
2月中にご来店の方

お得な割引券を プレゼント!!

ぜひ、この機会にご来店下さい。

これからも皆様のご希望に添えるよう、
一生懸命精進いたしますので、

整体処 **つぼっくす**
をどうぞ宜しくお願い致します。

LIFE

WEBで手軽にお店や会社等の
宣伝もしてみませんか?

NAVI通信 ホームページにて 近日公開予定!!

- 飲食店、居酒屋、
美容院、サロン、
整体、etc...
たくさん種類の
お店も紹介します
- 知りたい情報が
満載のページです

お楽しみに!!



NAVI通信

NAVI通信 検索

TEL:0172-33-5312

URL:<http://www.navi-hiro.com/>

mail:info@navi-hiro.com

大掃除やっています。

住宅・店舗・事務所など

東北初! 新開発洗浄水使用、同時発売中。

～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

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。

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

ご自宅の電化製品まるごと買わせて頂きます! 出張査定実施中!まずはご相談下さい。

1
2
8
リットル以上

2ドア冷蔵庫

買取 ¥5,000

4
2
キロ以上

全自動洗濯機

買取 ¥4,000

電子オーブンレンジ

買取 ¥5,000

ガステーブル対応

最低買取 ¥2,000

上記買取金額は商品の状態や付属品の有無などによって変動致します。予めご了承下さいませ。

YOROZU YA 萬屋 炊飯器や小型テーブルなども買取ます。弘前店ブログ
新生活に必要な家電がここにある!

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

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...

駅、学校、スーパーなど、
人の集まる場所に多数設置!
設置数は100ヶ所以上!!

地域ラジオ放送
「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。

お問い合わせ・お申し込みは...

〒036-8155 弘前市中野1-9-14 NAVI通信
URL / <http://www.navi-hiro.com>

TEL: 0172-33-5312
FAX: 0172-33-5304
mail: info@navi-hiro.com

BodyCoating Splend

自動車ボディコーティング
 ウィンド撥水コート
 ルーベグリーニング
 コーティング屋のこだわり洗車

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 7 いとく片山店
 消防署 BodyCoating Splend
 酒類組合 広田薬品

カーケアのことなら
Body Coating Splendへ

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？

毎週水曜日 **リズム教室**
 毎週月曜日 **英語教室**

生後1ヶ月から預かっています

月曜保育 一時保育
 休日保育 年末年始保育

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 佐藤長 1 至高杉方面
 旧 養谷社出店 工藤南五郎商店
 さくら保育園 桜が丘
 ツルハドラッグ 弘前駅前
 弘前の中心方面

特集掲載10P

LIFE

話題の最新作が
続々登場!!

3月上映 Line Up

3月8日(金)公開
 3月9日(土)公開
 3月16日(土)公開

Disney **オズ** (はじまりの戦い)
 ひまわりと子犬の7日間
 ひみつ道具博物館

上映時間が
チェックできるよ!

■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

コロナシネマワールド

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2013年3月31日迄有効

※3D作品で鑑賞の際には別途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。

シネマにどっぷり、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 年中無休

カーナビナビ

かちコミ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。

弘前市 「スノーブリッチ」
 駅前町のパン屋さん。とにかくおいしい。どれをとっても、まちがい無しのおいしさです。
 弘前市 Nさん

平川市尾上 「大十食堂」
 煮干しでだしをとって、シンプルだけど、ちぢれ麺とよく合って美味しいです。焼きそばも1度食べたらミツキになります。
 弘前市 Hさん

平川市尾上 「寿し処 象河岸」
 お店もきれいで、断屋さんなのにランチ時にはコーヒーサービス有り!
 黒石市 Kさん

弘前市神田 「産直市場 大地」
 安く新鮮な商品多いです!!
 弘前市 Sさん

弘前市在府町 「弘前ごぜん研究所」
 伝統あるごぜんを是非見てもらいたいです。自分も大好きです。小物も販売されています。
 弘前市 Aさん



DOMESTIC HOUSE 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。

見学会
随時開催中

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。

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
- 異常的な低価格
- 地球環境にやさしい
- 積層に強い
- 住がない自由な間取り
- 作業が簡単! 短期間施工
- ドームパワーで癒し効果

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。防火標準や耐久性能もクリア。豪雪地帯や台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。



STYLE 70

style70.net 検索

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

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
経験豊かな技術者が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。

LIFE JOB

新しい自分に
羽ばたこう!

JOB

6P掲載

アルバイト募集!!

4月1日から働ける方
短期可

アルバイト

【年齢】 40代までOK! 学生可
【時間】 10:30~14:00
【曜日】 火~金曜日

お電話にてご連絡下さい。

ラーメンショップ
弘前店
弘前市堀越字川合184
0172-27-3292

1・12P掲載

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)

TEL 0172-35-4816

4P掲載

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
レジ募集	小比内店	5H 4週9休	27-0808	山田
	//	4H 4週6休		
	城東店	5H 4週9休	26-3388	小田桐
	浜の町店	5H 4週9休	37-9900	桜庭
平賀店	5H 4週9休	44-0422	小枝	
惣菜募集	堅田店	5H 4週9休	39-4411	寺山
	常盤店	5H-7H 4週9休	69-5511	坂本
食品募集	高杉店	7H 4週9休	99-1100	工藤
	平賀店	5H-7H 4週9休	44-0422	小枝
	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。

※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

7P掲載

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】 週1回
3時間からでもOK
【休日】 応相談
【給与】 当社規定

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

東日本大震災 から二年

今なお故郷を離れ、
避難生活を余儀なく
されている方々に
心よりお見舞い申し上げます。
一日も早い復興をお祈りします。

NAVI通信

不要品、捨てる前に！
リサイクル品 不要品 **買取！回収！！**

株式会社
さくら物産

- ラジカセ・ビデオ・ステレオ・扇風機・炊飯器・掃除機・ポット
 - テレビ・冷蔵庫・洗濯機・エアコン・パソコン
 - タンス・ソファ・机・イス・ロッカー・籠
 - 自転車・バイク・スクーター・タイヤ・ホイール
- ※他にも不要なもの、処分困っているものがありましたらご連絡ください。
※一部買取ができないものもございます。

TEL: **080-1808-6400**

弘前市大字熊崎字里見318 担当: 檜山(ヒヤマ)

LIFE
JOB

15P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
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】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
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

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Z
〒038-0002 TEL&FAX 017-766-2898(代)
担当/奥崎

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

おしゃべり好きな方 大募集！！

企画・営業 2名大募集！！



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

ご応募お待ちしております。

- 【職種】出版業務に伴う企画・営業
- 【資格】高卒以上～40歳位まで
- 【休日】土・日・祝 他(年間休日125日)
- 【時間】9:00～18:00
- 【給与】正社員 109,000～124,000円

主役女性が活躍し、
子供がいても安心して
楽しく働けます。
私たちと一緒に地域活性の
お手伝いもしませんか？



応募方法

事前にハローワーク大館から紹介を受けて下さい。
後日、お電話にて面接日をご連絡いたします。

NAVI通信大館

〒017-0842 秋田県大館市馬喰町33
TEL/0186-57-8720 FAX/0186-57-8733
mail:info@navi-hiro.com

応募に関するお問い合わせ:0172-33-5312

18

あなたの部屋からネットでアクセス。

JAつがる弘前

JAネットマイカーローン

<http://mycar.ja-netloan.jp>

JAネットマイカーローン

検索

インターネットで手軽にアクセス。
新車や中古車の購入はもちろん、
点検・修理、車検費用まで、幅広く
あなたのカーライフをサポートします。

変動金利型

年2.95%

ご利用までの流れ

HPにアクセス！仮申込み

JAから仮申込み承諾結果をご連絡

JA窓口で正式なお手続き



乗りたい車は
決まった！

あとは…

下記項目に1つ該当される方は、上記金利から年0.2%、2つで年0.4%、3つ以上(最大)で年0.6%金利を引下げいたします。

- JAカード契約中または新たに契約される方
- 給与振込指定されている方または新たに指定される方
- 当JAの自動車共済に加入されている方または新たに加入される方
- 公共料金の口座振替を1つ以上指定されている方
- 当JAで自動車購入される方

ご注意ください

表示金利 年2.95%はお借入れ当初のみ適用されるものです。お借入れ後の利率は、基準日(4月2日、10月1日)の基準金利(農協短期プライムレート)により見直しを行います。適用金利、適用期間は金融情勢等の変化により見直しさせていただきます場合があります。

ご利用いただける方	<ul style="list-style-type: none"> ●お借入れの時の年齢が満20歳以上、最終返済時満72歳未満の方 ●継続して安定した収入が見込まれる方 ●当JAが指定する保証会社の保証が受けられる方 ●その他当JAが定める条件を満たしている方 	資金の用途	<ul style="list-style-type: none"> ●自動車・バイク購入(中古車を含む)、点検・修理、車検、購入に付帯する諸費用、自動車保険(共済)掛金、運転免許の取得 資金、車庫建設資金 ●金融機関・信販会社等のマイカー・二輪ローンの借換資金
-----------	---	-------	---

お借入金額	30万円以上500万円以内(1万円単位) ※お借換の場合は、現在、お借入中のローン残高の範囲内	お借入期間	6ヶ月以上7年以内 ※お借換の場合は、現在、お借入中のローン残存期間内
-------	--	-------	--

ご返済方法	<ul style="list-style-type: none"> ●毎月元利均等返済とします ※毎月の返済額(元金+利息)が一定となる方法 ●毎月返済方式、および特定月増額返済方式(毎月返済に加えてボーナスによる6ヶ月ごとの増額返済)のいずれかをお選びいただけます
-------	--

保証人	三菱UFJニコス株式会社の保証をご利用いただきますので保証人は必要ありません
-----	--

保証料	お客様から組合へお支払いいただく金利の中から組合が保証会社へ支払いますから保証会社への支払いは必要ありません
-----	--

その他	●お申込みに際しては、当JAおよび当JAが指定する保証会社において所定の審査をさせていただきます。審査の結果によっては、ご希望に沿いかねる場合もございますので、あらかじめご了承ください。
-----	---

JAとお取引のない方でもお気軽にご相談ください。

詳しくはJA窓口にお問合せください。

JAつがる弘前

TEL 0172-28-1121

営業時間 AM8:30~PM4:30(月~金)