

FMジャイゴウェーブ(76.3MHz)で放送中!

# Tsugaru

2014 April  
vol.56

4



～今月の特集は～

弘前・黒石・平川の **歴史・文化を体験しよう!!**

…9.10P

ご自由にお取り下さい!

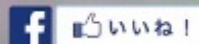


HP→<http://navi-hiro.com/>  
E-mail→[info@navi-hiro.com](mailto:info@navi-hiro.com)



NAVI通信  検索

Facebookでいいね!してね!



# Tsugaru イチオシのお店

**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月の人気ベスト5

- 1 カキフライ定食 650円
- 2 カキミックス定食 700円
- 3 とんかつ定食 600円
- 4 かつ南蛮定食 600円
- 5 チキン南蛮定食 600円

-----来月は何か?-----

**4月のサービス商品**

**好評に付き第3弾!**

**うな丼 600円**

**鉄火丼 600円**

昼 11:00~夜 11:00

日替わりランチ  
ワンコイン!

売り切れ御免 **¥500**

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

**エクステつけ放題**

3/1~3/30まで

- \*70cm 120g迄...¥14,000
- \*70cm 70g迄...¥9,500
- \*52cm 120g迄...¥12,000
- \*52cm 70g迄...¥8,500

お知らせ。

消費税増税に伴い、  
価格を若干正させて頂いております。  
これからご来店の際は、  
よろしくお願ひいたします。

主婦に人気の美容室

弘前初 **カット&カラー専門美容室**

## びがと

びがとのは従業員は、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。

★ menu ★

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

**美容師大募集!!**

正社員、パート

090-7563-6489 (担当/阿保まで)

\*住所\*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**

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!

## ヘアーカット 1,000円

(税別)

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/10:00~20:00

**理容師・美容師大募集!!**

正社員、パート

090-7563-6489 (担当/阿保まで)

おかげで ご来店人数 **23万人突破!**

ありがとうございます。

未経験者やお仕事をしたい方、専業主婦の方、子育て中の方、老若男女問わず誰でも出来るお仕事です。

## フレンドスタッフさん大募集!!

是非あなたも魅力ある誌面作りのお手伝いをしませんか?

**フレンドスタッフのお仕事の内容**

フレンドスタッフとは、正社員やパートなどの雇用形態とは違い、あなたの出来る範囲で活動して、お仕事をされるスタッフさんです。給与は歩合制ですので、ノルマもありません。あなたの身近な人、気になるお店に声をかけていただき、「Tsugaru」に掲載してもらえ、お店を紹介して頂くお仕事です。

**フレンドスタッフのお仕事の流れ**

- ① まずは、NAVI通信にフレンドスタッフとして登録して下さい。
- ② フリーペーパー「Tsugaru」を宣伝していただきます。知人、友人等、気になるお店に声を掛けてもらい、掲載のお申込みを頂きます。
- ③ お申込を頂きましたら、掲載に関する契約、原稿の打合せ、校正、集金等は、NAVI通信スタッフがを行いますので、ご紹介頂くだけで結構です。
- ④ ご契約頂いた件数により、月単位で給与をお支払いします。

## Tsugaru 設置場所一覧 (一部抜粋)

(公共施設)

- 弘前市役所
- 尾上総合支所
- 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
- 弘南鉄道 (弘南線・大館線)
- 道の駅 (弘前 サンフェスタ石川、田舎館村 強生の里、常盤 食彩園 瀬岡 アップルビル、鶴田 あるじや)

(病院・薬局)

- 弘前大学付属病院(売店)
- 市立病院
- 小野病院

(学校・保育園)

- 弘前大学
- 弘前学院大学
- 東北女子短期大学
- 明光義塾 黒石・みどり保育園
- KATEKYO学院
- 三ツ矢自動車学校

(量販店、アミューズメント)

- さくら野インフォ
- セロコキッズコープ
- ルネシアバニー
- TSUTAYAワンダーグー 弘前店
- TSUTAYA 樹木店
- メディアinn 城東店
- スーパースポーツセオ
- SCENE モア
- スーパーフュークス 弘前中央店
- カラオケ合衆国
- アサヒフォラム
- 青森コロパワールド
- アスパム

その他ホテル、美容院、Tsugaru掲載店など、人の集まる場所に設置しています。

**NAVI 通信 TEL/0172-33-5304**

〒036-8155 青森県弘前市中野1丁目9-14 Mail/info@navi-hiro.com

随時説明会をおこないます。まずは事前にお電話下さい。

電話受付時間 平日 9:00~17:00



# イベントカレンダー 2014年4月

## 3月30日(日) 津軽の音 【弘前市】

**場所** 弘前文化センター **時間** 開場14:30、開演15:00  
**料金** 一般1,500円(1,000円)、学生1,000円(500円)、小学生以下無料 ※( )内は前売り券  
**問合せ** 津軽の音コンサート実行委員会事務局(木庭袋さん) 0172-27-8738

弘前城築城400年祭の記念事業の一つとして生まれたコンサート。今年で3回目の開催となります。津軽の大地に脈々と受け継がれてきた「いにしへの音」と「現代の音」を融合させ、「津軽の昔っこ」をミュージカル調に演奏します。同日午前中には小学3年生から中学3年生までを対象としたワークショップも行われ、普段なかなか体験できない伝統楽器も演奏できます。ワークショップの参加料は無料なので奮ってご参加下さい。

## 4月13日(日) 第30回弘前城ミス桜コンテスト 【弘前市】

**場所** 弘前文化センター2階大会議室 **時間** 開場13:00  
**問合せ** 弘前観光物産課 0172-35-1128、奥日報社弘前支社 0172-34-5151

選ばれたミス桜グランプリ、ミス桜の方には、弘前さくらまつりや弘前ねぶたまつりなどの四大まつりのほか、県内外での様々なイベント等に参加して、まつりやイベントに彩りを添えていただきます。応募締切は3月28日(金)必着。生涯の思い出に、あなたも応募してみませんか。

## 4月13日(日) 路地裏歌謡笑「出番ですよ〜!」 【弘前市】

**場所** ヒロロ4Fホール(弘前市民文化交流館) **料金** 2,000円、小学生1,000円(全席自由)  
**問合せ** 路地裏歌謡笑実行委員会 070-5572-394

歌あり・踊りあり・笑いあり・ドラマもあつてのてんこもり!路地裏歌謡笑「出番ですよ〜!」

## 弘前さくらまつり

4月23日(水)~5月6日(火)

**場所** 弘前公園(国指定史跡「弘前城跡」)  
**【有料区域・有料時間】**本丸・北の郭/午前7時~午後9時  
 植物園/午前9時~午後6時

**【入園料】**本丸・北の郭/大人310円 小人100円  
 植物園 /大人310円 小人100円  
 共通券(本丸・北の郭、植物園、藤田記念庭園)  
 /大人510円 小人160円

※各種10名以上  
 団体割引あり

**【問合せ】**弘前市立観光館 0172-37-5501



**【弘前城本丸石垣修理】**内濠の水面に映る天守と桜とは、平成26年の「弘前さくらまつり」でしばらくお別れです。弘前市では、弘前城本丸東面の石垣修理工事に伴い、天守を約70m本丸の内側へと曳屋する工事を平成27年に実施します。そのため、平成26年の秋頃には天守下の内濠を埋め立て、工事のための仮設基礎を設置する予定です。実際の天守の曳屋は、平成27年の夏頃を予定していますが、内濠の水面に映る天守と桜、水面に浮かぶ花筏といった、下乗橋からのおなじみの光景は、平成26年のさくらまつりを最後にしばらく見ることはできません。石垣修理工事には約10年間を要し、曳屋した天守を元の位置に戻すまでも5年以上かかると見込まれています。石垣修理は、史跡弘前城跡を保護し、後世に継承するため、避けて通ることのできない事業です。何卒、皆さまのご理解とご協力をお願いします。平成26年の春には、ぜひ多くの皆さまに弘前公園にお越し頂き、お城と桜を楽しんで頂ければと思います。

## 4月26日(土)~5月6日(火) おのえ花(さくら)と植木まつり 【平川市】

**場所** 平川市猿賀公園 **時間** 9:00~17:00  
**問合せ** 平川市観光協会事務局(平川市役所商工観光課内) 0172-44-1111

## 4月29日(火・祝) 2014津軽三味線ライブ 【弘前市】

**場所** 野市里(ANEKKO)、岩木山神社、嶽温泉広場、岩木観光協会駐車場  
**時間** 11:00~野市里、12:00~岩木山神社、13:00~嶽温泉広場、14:00~岩木観光協会駐車場(予定)  
**問合せ** 岩木山観光協会 0172-83-3000

**あじふく**

**塩味が美味しい。**

カリッと香ばしく揚げた  
竜田揚げ風の塩唐揚げ。

**チキンボー**

元祖公認!! **200円**

クーポン使って更に  
お得!!

23ネーズも  
かけても  
美味しいよ!

そば・うどんなど軽食もあります。

お土産に最適  
**くじら餅**  
あります!

生干しイカ **350円**

292 292 292

**あじふく**

0172-88-8332

住 弘前市外崎3-1-3  
営 11:00~20:00  
休 火曜日 駐車場有

ツルハ 当店 コスモ

国道102号線

**ラーメン ショップ**

弘前店

味を守り続けて20年。  
これからも頑張り続けます。

おすすりメニュー 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 ※ライス・おにぎり(1個)はサービスです。  
C. ネギミソラーメン・ギョーザ.. 850円

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

旧7号線  
ラーメンショップ 弘前店  
弘前貨物7号倉庫  
国道7号線バイパス  
←至大橋 至城東方面→

求人募集18P



今月の簡単レシピ

**豚バラ肉野菜炒め**

**材 料(2人分)**

- 豚バラ肉...200g / キャベツ...1/4個  
玉ねぎ...1/4個もやし...150g / ビーマン...1/2個  
にんじん...1/3本 / きくらげ(乾燥)...20g  
にんにく...1片 / 焼肉のタレ(市販)...大さじ4

**作り方**

- ①きくらげは水で20分もどす。豚肉を一口大に切り、すりおろしたにんにく、焼肉のタレ大さじ2で下味をつけておく。野菜は食べやすい大きさに切る。
- ②フライパンに油を熱し、豚肉、野菜の順に炒め、残りの焼肉のタレで味付けし、出来上がりです。

※野菜はしっかり水を切るのがポイントです。

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!!

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

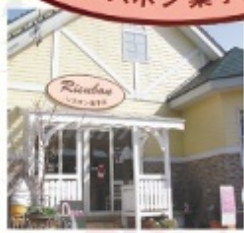
URL→http://www.navi-hiro.com

mail:info@navi-hiro.com

**Risubon**  
リスボン菓子店

祝 御入園・御入学おめでとうございます  
晴れの日には贈る、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…  
黒石市のおいしいお菓子屋さん  
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

- 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

この広告に掲載の商品は4月から価格が変更する場合がございます。



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。

クチコミTsugaru

情報提供  
ありがとうございました!

「ジョージの店」  
弘前市小比内

オムライスもおいしいけど、  
クリームパスタもおいしい。  
弘前市 S.Sさん

「B.O.豚(フートン)」  
弘前市末広

駐車場もあるし、ランチも  
よかつた。  
五所川原市 H.Kさん

「レストランセーブル」  
弘前市松森町

昔ながらのナポリタン  
スパゲティがおいしいです。  
平川市 I.Sさん

「大十食堂」  
平川市尾上

やしそばがうまい!  
弘前市 N.Sさん

「ヘアークロケットスレッド」  
弘前市早稲田

アットホームな雰囲気て居心地もよく、  
なりたいたいヘアスタイルになれます!  
田舎館村 T.Mさん

「焼肉・冷麺 中道」  
弘前市本町

A5ランクの品質の肉を  
使っているのておいしい  
です。弘前市 N.Cさん

「ベベキッチン」  
弘前市稲田

ハンバーガーがおいしい。  
弘前市 H.Mさん

「御菓子司 緋炉弥」  
弘前市松ヶ枝

「あいあわせ」という栗が丸ごと  
入ったお菓子。外の包み紙が  
津軽塗の模様でインパクトあり。  
弘前市 S.Yさん

「アツル食堂」  
弘前市小沢

どれを食べてもおいしい♡  
ポリウムがあつて寝くて  
美味しい! 広東麺とカレー  
が特に好きです。  
弘前市 I.Yさん

「満来」  
弘前市末広

五目麺もおいしいけど、  
満来飯がとにかうまい!  
弘前市 N.Sさん

「羅針盤」  
青森市浪岡

アイスもおいしいし、生ハム  
サントイッチも大好きです。  
弘前市 K.Fさん

「中華そば たく味」  
弘前市宮川

煮干し味のラーメンがすごく  
おいしい。弘前市 T.Hさん

# 平成26年度入学式日程

## 小学校

4月6日(日) 相馬小学校

4月7日(月)

修斉小学校、草薙小学校、自得小学校、小友小学校、三和小学校  
新和小学校、高杉小学校、船沢小学校、三省小学校、致遠小学校  
福村小学校、豊田小学校、堀越小学校、文京小学校、松原小学校  
千年小学校、青柳小学校、和徳小学校、時敏小学校、城西小学校  
大和沢小学校、東小学校、北小学校、西小学校、大成小学校  
第三大成小学校、石川小学校、常盤野小学校、城東小学校  
小沢小学校、東目屋小学校、朝陽小学校、桔梗野小学校  
岩木小学校、百沢小学校



## 中学校

4月5日(金) 船沢中学校

4月6日(土) 津軽中学校

4月7日(月)

裾野中学校、新和中学校、北辰中学校  
第一中学校、第二中学校、第三中学校  
第四中学校、第五中学校、石川中学校  
常盤野中学校、相馬中学校、東中学校、  
東目屋中学校、南中学校



ご入学おめでとうございます。

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

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				
11:00	「お昼をCATCH! 昼生ラジオ76.3」				「じゃい金」 藤原あすか いっくう
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	歌謡サブリ 山口ひろみ	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	「SUNSET FM STATION」				アフタヌーン パラダイス
16:00	パーソナリティ:藤原 あすか				
17:00	「リメンバーミュージック・洋楽」				

主婦に人気の美容室

弘前初 **カット&カラー専門美容室**

# びがっと

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

☆ menu ☆

**Aコース** カットのみ **1,080円**

**Bコース** カット+シャンプー **1,400円**

**Cコース** カット+カラー+シャンプー **3,990円**

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

\*住所\* 弘前市八幡町3-2-4  
堅田バイパス沿いアキラ八幡内  
**0172-35-4816**

来店のお客様全員に  
BOXティッシュ1箱プレゼント!!

至国道7号線1  
弘前警察署 かつば寿司  
当店  
ホリデイスポーツ アキラ八幡  
みちのく銀行  
弘前駅前方面↓

T.RISE 理容・美容ヒラトヤグループ  
http://hiratoya.com/

ディーライズからのオススメ春カラー

## Spring Milky Color

今年の春のトレンドは、  
光にどけこむ、まるやがミルクカラー。  
まるやがでクリーミーな質感が  
やさしい光をまよって柔らかさを表現します。  
カラー料金 プラス **¥500** (税別)

ディーライズグループ  
初めてご利用のお客様 **365日 600ポイント** プレゼント

クーポンご持参で  
**カット・パーマ・カラー** **30% OFF**

○カット 通常¥3,000(税別) → **¥2,100** (税別)  
(シャンプー・ブロー込み)

○パーマ 通常¥5,000~(税別) → **¥3,500~** (税別)  
(シャンプー・カット・ブロー込み)

○パーマ 通常¥5,000~(税別) → **¥3,500~** (税別)  
(シャンプー・ブロー込み)

グループご利用のお客様 ポイント20% OFF

クーポンご持参で **パーマ・カラー** **20% OFF**

素敵な春カラーの色艶・質感を  
7日間の集中ケアで長持ちキープ!!  
7DAYS SHAMPOO  
+  
7DAYS TREATMENT  
シャンプー&トリートメント  
カラー後 7日間利用分  
通常価格 **¥1,500** → **¥1,000** (税別)  
美中ケアキャンペーン6月30日まで

BEAUTY

お客様のご要望にお応えして  
**延長決定!!** 特別ecoメニュー **カットのみ ¥1,000** (税別)  
H26年9月末日まで延長

<b>mieux</b> printemps プランタン・ミュウ 弘前市駅前町9-20 ヒロロ4F ☎ 0172-34-9936	<b>HIRATOYA</b> 美容室 ヒラトヤ 弘前市駅前3丁目3-2 サンセルビル1F ☎ 0172-55-8392	<b>VERNO</b> OF AESTHETIC 美容室 ベルノ弘前 弘前市土手町128 パークホテル2F ☎ 0172-34-2117 ☎ 0120-97-1361
<b>under.colors</b> pigasso アンダーカラーズメピカソ 弘前市表町2-11 アブリーズ 4F ☎ 0172-34-6333 ☎ 0120-97-1363	<b>under.colors</b> tiara 美容室 アンダーカラーズティアラ 弘前市平根町4-3-2 ヤマダ電器そば ☎ 0172-26-9250 ☎ 0120-97-1367	<b>under.colors</b> Clair 美容室 アンダーカラーズクレール 弘前市表町1-4-5 イオン安藤SC内 ☎ 0172-87-7176 ☎ 0120-97-1365

営業時間のご案内 平日9:30~19:00 土曜9:00~19:00 日曜9:00~18:00  
(全店無休営業) ※プランタンミュウ、ピカソは全日10:00~20:00

クーポン

リラクゼーションケアルーム

# ぬくもり鍼・灸院

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

**完全予約制**  
前日までにご予約下さい。

鍼・灸師 石井みちよ からのメッセージ  
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、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。手のぬくもりを感じてください。

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  
E-mail: saimiy.3.5.4.3@docomo.ne.jp

いわき 食楽 GS 大院嶺岩木店 岩木川 愛宕神社 第二中学校 岩木高校 3 至弘前市役所→

当院

足ふみ療術の **足ふみセラピー**

MENU

- 下半身 (約20分) …… ¥1,000
- 全身 (約40分) …… ¥2,000
- 下半身+オプション (肩or腰) (約30分) …… ¥1,500

トータルコース回数券  
**お得!** 全身 (¥2,000) × 5回分に更に  
**1回分サービス**

**女性専用 完全予約制**

住 黒石市馬場尻東161-19  
電 080-5224-1179  
営 10:30~  
休 日曜 日 P あり  
場所が分からない方は  
気軽にお電話下さい!

いshop リアル

# Hirosaki Cherry Blossom Festival

23 April - 6 May Hirosaki Park

弘前  
さくらまつり

2014年4月23日～5月6日

弘前市・(公社)弘前観光コンベンション協会・弘前商工会議所・(公社)弘前市物産協会  
©お前が会社や / 弘前市立観光船 781.0172-37-5501 <http://www.hkg.jp/>

※平成26年度から、弘前城本丸石垣修理事業が本格的にスタートします。詳しくは、[弘前城本丸石垣](#) 検索

弘前観光情報





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。

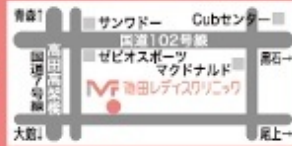
診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	午前9:00 ~午後2:00
午後2:00~6:30	○	○	○	○	○	
日曜・祝日 休診	※詳細情報につきましては、電話にてご確認ください。					

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



BEAUTY



# 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「ためしてガッテン」で紹介された治療です。  
やけどや一般外傷に対する治療として、被覆材を用いた、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、  
義肢器具の判定や、身体障害者認定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。

お気軽に  
ご相談下さい。



<p><b>診療室</b> 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。</p>	<p><b>レントゲン検査室</b> 最新のデジタル検査機を使って、 安全で的確な撮影を行っています。 骨粗鬆症検診・骨密度測定も行っています。</p>
<p><b>処置室</b> 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。</p>	<p><b>リハビリテーション室</b> 最新の治療機器を導入しています。 運動器リハビリテーション・セラピスト の資格を持った看護婦が担当しています。</p>

診療時間  
【月・火・木・金】 午前 6:30~12:00  
午後 2:00~6:00  
【水・土】 午前 6:30~12:00  
【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



話題の最新作が  
続々登場!! **4月上映 Line Up**

<p>4月12日(土)公開</p> <p>L♡DK</p>	<p>4月12日(水)公開</p> <p>70s EXPLODE</p>	<p>4月26日(土)公開</p> <p>THERMÆ ROMA II</p>
-------------------------------	--------------------------------------	---

QRコード  
上映時間が  
チェックできるよ!

**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2014年4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、  
差額の返金は致しかねます。団体客費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  
こちらのクーポン券をお持ち下さい。

**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

**青森コロナワールド** シネマにどっぶり。アミューズメントたっぷり。  
〒038-0008 青森市三好1-15-8 TEL.017-783-5050 年中無休

お楽しみクーポンをいっしょに♪

大正8年に造営された回遊式庭園。洋館・日本間・考古館などの建築物は貴重で数多く残っています。



**1 藤田記念庭園** ふじたきねんていえん  
 弘前市が創設100周年を記念して整備し、平成3年7月に開園した日本庭園です。総面積は約21,800㎡約6,600坪あり、東北地方においては平泉毛越寺庭園に次ぐ大規模な庭園です。茶室から眺める庭や、花高麗、アザミなどの野草や、八幡など景観の美化を楽しむことができます。

住所/弘前市上白根町8-1  
 TEL/0172-37-5525  
 開館時間/9:00~17:00  
 ※春まつり期間中は9:00~18:00  
 ※入園券販売は17:30まで  
 ※期間限定のみの9:00~17:00  
 休館日/4月中旬~11月23日は休館  
 入館料 ※14歳以上20歳未満  
 大人 300円(240円)  
 子供 100円(80円)

八幡宮祭礼の際に使われた山車が展示保存されている。



**3 弘前市立観光館・山車展示館**  
 ひろさきしつつかんこうかん・だててんじかかん  
 弘前市が市制施行100周年を記念して整備し、平成3年7月に開園した日本庭園です。総面積は約21,800㎡約6,600坪あり、東北地方においては平泉毛越寺庭園に次ぐ大規模な庭園です。茶室から眺める庭や、花高麗、アザミなどの野草や、八幡など景観の美化を楽しむことができます。

住所/弘前市下白根町2-1  
 TEL/0172-37-5501  
 開館時間/9:00~18:00  
 ※春まつり期間中は延長あり  
 休館日/年末年始(12月29日~1月3日)

明治時代に建てられた洋館建築の遺構として貴重な存在。1階には喫茶店があります。



**4 旧奥義塾外人教師館**  
 きょおうさくおしじゆくがしんきんきやうしゆかん  
 住所/弘前市下白根町2-1 TEL/0172-37-5501  
 開館時間/9:00~18:00(喫茶店は9:30~18:00,LOは17:30) 休館日/なし

明治から大正期に弘前市内に実存した建造物が10分の1の縮尺で展示されています。



**5 ミニチュア建造物群**  
 みにちゆあけけんぞうぶつぐん  
 公共建造物や商家など14棟を再現されており、隣りに立つ実物の洋館との大きさの比較も楽しめます。

住所/弘前市下白根町2-1  
 TEL/0172-37-5501  
 開館時間/9:00~17:00  
 休館日/なし

~春休み、GWのお出かけの際にお役立て下さい~

# 弘前・黒石・平川の歴史・文化を体験しよう!!

弘前ねぶたをテーマとした体験型の観光施設。津軽を丸ごと体感できます。



**2 津軽ねぶた村**  
 つがるねぶたむら  
 住所/弘前市南町6-1  
 TEL/0172-39-1511  
 開館時間/9:00~17:00  
 休館日/12月31日



**6 長勝寺**  
 ちやうしやうじ  
 住所/弘前市西殊森1丁目23-8  
 TEL/0172-32-0813  
 拝観時間/通年  
 休館日/なし

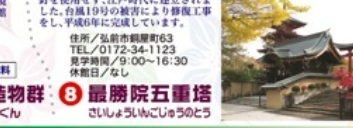
東北地方でも類例まれな巨像「十一面観世音立像」が祀られています。



**7 袋宮寺** たいくし  
 住所/弘前市新寺町26  
 TEL/0172-33-1382  
 見学期間/8:00~17:00

国指定重要文化財に指定されているものとしては日本最北に位置。  
 釘を使用せず、江戸時代に建立されました。台風19分の被害により修復工事をし、平成6年に完成しています。

住所/弘前市鶴野町63  
 TEL/0172-34-1123  
 見学期間/9:00~16:30  
 休館日/なし



**8 最勝院五重塔**  
 さいしやういんごじゆのとう



**9 津軽伝承工芸館**  
 つがるでんしやうこうげいかな  
 住所/黒石市保字富山65-1 TEL/0172-59-5300  
 営業時間/9:00~17:00(12月~3月は16:00迄)  
 12/29~1/3(9:00~16:00) 休館日/なし



**10 津軽こけし館**  
 つがるこけしかん  
 住所/黒石市大字築字富山72-1  
 TEL/0172-64-8181  
 開館時間/9:00~17:00(4月~11月)  
 9:00~16:00(12月~3月)  
 休館日/なし

1階は見学無料となっており、売店やこけし工人によるこけし作り体験コーナー、体験学習室、日本一大きい4m21cmのジャンボこけし、開館15周年記念事業で制作した木彫りなどがあります。



**11 盛美園** せいびえん  
 住所/平川市鶴野町石林1  
 TEL/0172-57-2020  
 開館時間/9:00~17:00(17:00最終受付)(4月10日~9月)  
 9:00~17:00(10月~11月20日)  
 10:00~15:00(11月21日~4月9日)  
 ※ただし、お申し込みがあれば開館日でも開園いたします  
 休館日/開館期間中無休

津軽の伝統的な文化を全国に発信する広域拠点施設です。



**12 津軽こけし館**  
 つがるこけしかん  
 住所/黒石市大字築字富山72-1  
 TEL/0172-64-8181  
 開館時間/9:00~17:00(4月~11月)  
 9:00~16:00(12月~3月)  
 休館日/なし



2F 有料展示室料金  
 大人 300円(250円)  
 高校生 250円(200円)  
 小学生 150円(100円)  
 ※1階は15名以上の団体料金

青森県津軽系こけしをはじめ日本全国のこけしが展示されています。



「ジャパ映画」借りぐらしのアリエッティ」舞台の参考になったと言われています。



# 一度の施術でも効果を実感!!

この道11年、延べ患者数1万人を超える実績の当院へおまかせ下さい。  
「もっと早くここにすれば良かった…」



次のような症状でお悩みの方は、  
今すぐ当院へ!

- ☑ 頭痛が酷い。毎日のように頭痛がする。
  - ☑ 慢性的な肩こり。この重さを何とかしたい。
  - ☑ 腰痛がなかなか改善されない。朝が辛い。
  - ☑ きつくり腰。坐骨神経痛の痛みに長年苦しんできた。
  - ☑ 椎間板ヘルニアと診断され、手術しがないといわれている。
  - ☑ 臍部や脊柱管狭窄症による間欠跛行。
  - ☑ 臍の手術をしたが、思うより良くならない。
  - ☑ 股関節が痛い。変形が進んでいると言われた。
  - ☑ あご(顎関節)が痛くて、よく物を噛めない。
- ※お客様の声を引用しております。



幼少期

プロフィール  
佐々木 賢治  
昭和30年6月7日生まれ  
日本カイロプラクティック連合会正会員  
趣味/温泉・サウナ・水風呂  
好きな食べ物/リンゴ・バナナ・ごぼう  
スポーツ/野球

「Tsguru見だ」で  
**全身カイロ**  
(初回45~60分、検査料含む)  
初回半額 6,480円 → **2,980円** (税込)  
新規様7名様まで受け付けします。

有効期限  
4月末日まで



施術を受けたけど1mmたりとも(変化)効果を感じない場合は、  
**全額返金いたします。**



志志館  
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



なんでも買います **萬屋** なんでも売ります

古着コーナーでは春物アイテム展開中!  
萬屋で春コーデしちゃおう!

雪が溶けて自転車に乗れる!!! 自転車、あります  
買取もお待ちしています!

冬の間、なかなか開催できなかった  
ビンゴ大会も復活!!  
土日のお昼すぎ頃に開催!!

求人募集18P

**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  
ゲーム・おもちゃ・本・CD・DVD・カード・古着・家電・カー用品・スポーツ用品・アウトドア・釣具・金券・金プラ・ブランド・アダルト

当店 至R7  
サンデー 至R7  
稲越小

燃料に添加するだけで **15~30%燃費UP!** 燃烧効率が大幅に向上!

**ECOMAX**  
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。

国内初開発

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



## 突撃！街で噂の施術院

今噂の骨盤矯正とカイロを体験してみました。

今回はNAVI通信のSさんがガチでカイロを体験してみました。

・この治療法を受ける前まではどうでしたか？  
—Sさん「慢性的な肩こり、腰痛、手術した左膝をかばうことも…」



NAVI通信 Sさん

・施術を受けてどうでしたか？  
—Sさん「検査の痛みは辛かったですが、施術後はそれを忘れる程楽になります。」

・今まで他の施術と違いはありますか？  
—Sさん「次の日にはこりや張りが戻っていたのが、しばらく体の軽さが続いています。」

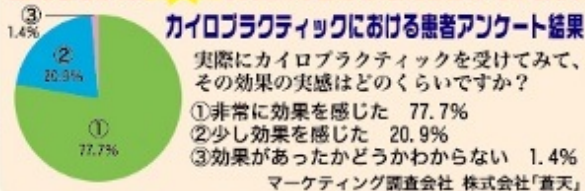
・困っている人に何かひとことアドバイスはありますか？  
—Sさん「小さな違和感もガマンしないで下さい。」

・またカイロプラクティックを受けてみたいですか？  
—Sさん「継続して通いたいです！」

<カイロプラクティック弘前 KEN施術院>

施術を受けた、98.6%の人が、何らかの効果を感じています。

③ 1.4% ② 20.9% ① 77.7%



## 新作続々入荷中！！

タイで大人気のブランド



ベナン島みやげのプレゼントあり！詳しくは17ページで

### 大好評！

お話しながらオリジナルのプレス・アクセス作れます。

150種類以上の天然石を粒売りで格安にて販売中！

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！！

## ASIAN Cafe ~アジアン カフェ

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。

低価格と安心をお約束します。なんでもご相談下さい。

ひとり1時間(税別)

1,500円～

スマイル無料キャンペーン

見積り無料！

### 生活のお手伝い

- 部屋片付け、掃除、ハウスクリーニング
- 洋服、布団などの処分(ゴミ捨て)
- 庭仕事、菜園の作業
- 家具移動、引っ越し
- 女性スタッフでのお年寄りお子さんのお世話 ほか

### 大工さん仕事

- 庭、小屋などの修理、建替え
- 網戸の張り替え
- 外壁のクリーニング
- 庭木、垣根、草刈り、伐採
- 水道、ボイラー等の設備工事
- ペンキ塗り替え ほか

### お墓の管理

- 墓石掃除 15,000円～(専用洗剤水洗い・高圧洗浄・ふきあげ)
- お墓参り代行 20,000円～
- お墓建て直しのご相談 随時受付中 ほか

代理出席って知ってますか？

冠婚葬祭などの人員確保に対して、代理人を出席させます。(内容により費用が変わりますのでご相談下さい。)

べんり屋さん  
ちかサービス

●携帯・PHSからも無料です●

TEL:0120-94-9966

TEL:0172-88-8040

TEL:0172-88-8040

TEL:0172-88-8040

## 屋根工事 塗装工事

## 外壁工事

見積り無料  
まずは  
お問合せ下さい！！

御予算に応じて  
対応致します。

## 三上建築板金

TEL:0172-88-8680

なんでもご相談下さい。担当/三上

住所 弘前市大字中畑字旭岡50-1

LIFE

NAVI通信

第8回

# 弘前公園の桜と岩木山

# ヘリコプター遊覧飛行

## 4月26日(土)~5月6日(火)

運航時間/  
午前9時~午後4時30分

※開花状況により運航期間を変更  
する場合があります。



**ヘリポートMAP**

キタエアップル  
運動広場

青森県弘前市大字境関  
国道7号線バイパス沿い

※予約時刻の20分前迄にヘリポートで受付して下さい。

## お花見フライトプラン

### お花見コース

飛行時間:約6分 飛行距離:約18km

大人 8,500円 (子供6,500円)

ヘリポート → 弘前公園 → 弘前市街地周辺 → ヘリポート

### ドリームコース

飛行時間:約9分 飛行距離:約27km

大人 13,000円 (子供10,000円)

ヘリポート → 弘前公園 → 弘前市街地周辺 → ヘリポート

### 体験コース もごさいます。

飛行時間:約3分  
飛行距離:約9km

大人 4,500円 (子供3,500円)  
ヘリポート → 弘前市街地 → ヘリポート

普段見ることの  
無い上空からの  
桜は格別です

## 予約案内センター TEL: 090-3534-4554

天候不良等により、運航できない場合がありますので、インターネットで運航状況をご確認ください。

ミツウエアサービス 東京都杉並区和田1-10-6 エスワイレジデンス201 運航会社:アドバンスドエアー 石川県金沢市別所76

※お1人様料金(全て税込) ※1名様のご利用は料金が2倍になる場合がございます。 ※各コースとも2~3名様のご予約となります。 ※3歳以上小学生以下は子供料金となります。



## 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 (税抜)

早い! 安い! つまりお得!

ぜひカットさせて  
ください!!

### 理容師・美容師 大募集!!

正社員、パート

090-7563-6489  
(担当/阿保まで)

住所:弘前市早稲田4-3-2  
0172-26-0141

営業時間/10:00~20:00

おかげ様で  
ご来店人数  
**23万人**  
突破!

ありがとうございます。

清次郎 ユニバース  
ヤマダ電機

●**当店**  
メガネ・バリミキ  
国道102号線

至弘前市街  
至黒石

## 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)
- 普通二輪免許
- 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

<http://www.mituya-ds.jp>

## 三ツ矢自動車学校 弘前市石渡1丁目23-1 0172-35-6611

### 常時



## 講習中!

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。

## 青森労働局長登録教習機関 青森産業機械講習センター

弘前市石渡1-23-1  
(三ツ矢自動車学校内)  
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



LIFE

7days

目標達成には  
カテキョーのプロ家庭教師の  
指導が一番!



スーパー家庭教師 藤田 明美 先生

弘前事務局では、弘前市、黒石市、平川市、中・南津軽郡エリアの多くのご家庭から支持を得てきました。最近ではご紹介も多く、プロ家庭教師の良さを、より多くの方々に実感していただいています。

特に、小学生のお子さんを持つご家庭からは将来的な目標を見据え、中学・高校と上位にいるために、「早いうちから自宅での学習習慣を身につけさせたい」というご要望が多く、ご好評をいただいています。

他にも公務員試験対策や英検・漢検・数検などの各種検定指導など多岐にわたる指導の実績があります。

何より一人ひとりの目標達成のため、マンツーマン指導、完全オーダーメイドにこだわり、単なる教科指導だけでなく、学習計画や勉強の仕方のアドバイスも徹底的に行っています。

1対1の真剣勝負であなたのやる気を演出します。プロ家庭教師にお任せください。

今から大逆転で県立高校に合格したい  
部活で忙しいので休日にも指導を受けたい  
弘高入学後、上位を目指したい

自宅で勉強し、高卒認定を突破したい  
弘大附属中でトップを目指したい  
首都圏難関中学に合格したい

H25年度 弘前事務局合格実績一部抜粋

- ・山形大学(医-医)・弘前大学(医-医)・九州大学(理)・静岡大学(人文社会)
- ・小樽商科大学(商)・群馬大学(工)・弘前大学(人文・教育・理工)・室蘭工業大学(工)
- ・はこだて未来大学(システム情報)・福井県立大学(海洋生物資源)・大阪医科大学(医-医)
- ・杏林大学(医-医)・立命館大学(理工)・明治大学(文)、関西学院大学(理工)
- ・成城大学(法)、日本大学(経済)、駒澤大学(経済)、岩手医科大学(歯)・・・他多数

全国170都市で地域教育に貢献 派遣実績34年

良い先生を早めに確保・先行予約受付中

青森県家庭教師ネットワーク

お問い合わせは 二重丸で オールナンバーワン  
0120-00-1111

このサービスは、青森県内の各市区町村に拠点をもち、県外からのご依頼にも対応可能なサービスです。



只今、無料教育相談 & 無料体験指導実施中!!

☎0172-35-7733(代)  
弘前市駅前2-3-2 三喜屋ビル4F

## 特別な日に世界でひとつの贈り物

### 母の日特集

お母様の名前が入った、世界でひとつの贈り物。

**フリーズドフラワーデザイン**  
Happy Mothers Day  
Ayako  
From Tomoyo

英文  
メッセージとお母様と贈り主様の名前(ファーストネーム)を彫刻します。

限定3個 ¥4,000

**天使のフラー**  
限定3個 ¥4,500

**フラインググラス**  
限定3個 ¥4,200

**アクリルハイヒール**  
限定1個 ¥4,000

**ストラップ・ハイヒールデザイン**  
お母さんありがとう!  
親子より

和文  
メッセージと贈り主様の名前(ファーストネーム)を彫刻します。

限定5個 ¥2,000

**ハイストライプ**  
限定5個 ¥2,000

**Happy Mother's Day**

限定5個 ¥3,800

商品・値段等のお問合せは  
**エッチングアート工房 SASAKI**

↑近大写真  
お気軽にお問い合わせ下さい。

〒黒石市上十川留岡二番6-30  
TEL: 090-8927-0655 不定休  
mail/hi-sasaki@h5.dion.ne.jp

会津石 黒石の病院 道に迷った時はお電話下さい。  
上十川小学校 上十川保育園  
〒黒石市 ユニバーシアス SASAKI

## 地域貢献型 保険シヨップ

### 保険のあれこれ ~【個人年金保険編】~

突然ですが、72の法則って聞いたことありますか?

これは、資産運用で元本を2倍にするための年数、金利が求められる法則です。簡単な例を出すと100万円を200万にするには今の金利だと、およそ360年以上!かかるということ。とても待ってられない年数ではありません。

**今、保険えらびでは貯蓄、特に老後に向けた、貯金のご相談を大々多くいただいております。**

少しでも効果的にお金を運用する方法をご提案いたします。

保険えらびでは、考えられえるリスク、必要となる資金に照し合せ、お客様のご家庭に併せた年金保険を選択できます。お気軽にご相談ください。

**セミナー開催のお知らせ**

保険えらびセミナー  
「ワークライフバランス編【仮】」

「妊娠過期ってあるの?」、「女性の体の変化って?」  
日時:4/19(土)15:00~16:00 場所:ヒロロ3Fイベントスペース  
※セミナーの内容は変更する場合がございます。  
参加ご希望の方はご連絡ください

## 保険えらび

**弘前HIRORO店**  
TEL:0120-166-879

弘前市駅前町9-20 HIRORO4F  
営業時間/10:00~20:00 年中無休

弘前駅  
中央口より  
徒歩3分!!

ご相談ご予約  
随時受付中!

弘前市立病院  
アイリー  
ヤマザキ

弘前HIRORO店  
大町内科  
クリニック

## やればできる子、明光デビューの春。

春は明光デビューに、ちょうどいい季節。  
「やればできる子なのにな」と言われながら、なかなか成績が伸びなかった子どもでも、できる子になるチャンスです。  
春のうちに、勉強の基礎を固めて、いい一年にしましょう。  
さあ、やればできる子から、本当にできる子へ。  
まずは、お近くの明光へお問合せください。

**入会金 ¥0**

※所属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。

**受講教材プレゼント**

4月28日まで

**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 青森市石江江津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)

## いよいよラスト2節!!

# プレイオフ

**2014 3.29 SAT**  
OPEN 16:00 START 18:00

対戦相手/信州ブレイブウォリアーズ  
試合会場/スポカイン黒石

**2014 3.30 SUN**  
OPEN 11:00 START 14:00

**2014 4.26 SAT**  
OPEN 16:00 START 18:00

対戦相手/京都ハンナリーズ  
試合会場/マエダアリーナ

**2014 4.27 SUN**  
OPEN 11:00 START 14:00

**観戦チケット好評発売中!!**

青森ワッツの観戦チケットやゲームスケジュールなど詳しくはWEBで!

## aomori-watts.com

青森ワッツに関するお問い合わせ 青森スポーツクリエイション(株)

TEL:017-763-0551 FAX:017-763-0552 E-mail info@aomori-watts.com

第4回ご紹介の学校は、弘前大学教育学部附属小学校と弘前大学教育学部附属中学校です。

## 『学校に泊まろう！』

弘前大学教育学部附属小学校 副校長 三浦 正志先生

PTA父親委員会が大活躍する一大イベント「学校に泊まろう！」を紹介します。毎年7月になると、このようなお誘いの文書が各家庭に配られます。

“さて今年も、子どもたちが楽しみにしている「学校に泊まろう！」が近づいてまいりました。恒例、大曲の花火師さんによる「スターメイン」は、子どもたちだけでなく、多数の親御さんも驚嘆の声をあげられております。今年も「特製附属カレー(福神漬け・トッピング付)&フランクフルト」、校舎内での「ゲームの国探検」「きもだめし」「くじ引き」パワーアップする「輪投げ」など、催しものが盛りだくさんです。また、縦割り班を編制して行動しますので、子どもたちどうしの交流という意味でも、すてきなひと時となるでしょう。年に一度の真夏の祭典！ふるって参加ください。”(今回の『「学校に泊まろう！」へのおさそい』から抜粋)

いかがですか？私があればこれ紹介するより、子どもたちのために、そして自分たちも楽しみながらこの催しを実行している父親委員長さんの手による文章の方が、ワクワク感が伝わってくると思います。



今年度は8月3日・4日の両日、全校の約半数である300名近い子どもたち、大勢のお父さん・お母さん方、そしてボランティアの学生さん等が学校に集って、にぎにぎしく開催されました。子どもたちのほじける笑顔。すっかり童心に返ってはしゃいでいるお父さん方。花火や催しものを楽しみながらももしっかり手綱を締めているお母さん方。今回も附属小のパワーが爆発する大イベントとなりました。

※写真は平成24年度実施の際の写真です。



## 『津軽の地に附中あり 附中に「根っこ精神」あり』

弘前大学教育学部附属中学校

副校長 笹 日出美先生

津軽の地から、本人と保護者の意志で受検し入学できるのが、弘前大学教育学部附属中学校です(詳しくは生徒募集要項による)。そこは、附属小学校からの連絡入学者を含めて、高い志をもった多くの生徒が集い、意欲的に学んでいる国立大学法人の附属中学校です。

附属学校のよさを生かし、大学と連携しながら、生徒が確かな学力を身につけるよう指導法の実践的研究を行っていますが、決して学力面だけに偏ることなく、本校の教育目標である「自主、創造、気品」のもと、知、徳、体の調和のとれた人間性豊かな生徒の育成を目指しています。

そのような附中生の理想は、「根っこ精神」と呼ばれ、どんな困難や障害にも耐え、粘り強く克服していく不屈の精神を表しています。そして、その根っこ精神を培うのが、自治会活動(一般的には生徒会活動)をはじめとする特別活動です。実行部や昼活(ひるかっ)、まる弁など附中ならではの組織や活動があり、附中祭では三日間で六つのコンクールを行います。自治会行事はどれも準備期間が短いので、学級や学年で適切な分担をし、個々が責任をもちながら協力して取り組まないと、満足な結果は得られません。生徒は様々な葛藤や試行錯誤を経験しながら、三年間で根っこ精神をもった真の附中生に成長していきます。

そのためには、家庭の理解と協力も不可欠です。附中生の保護者の方は、本校の教育目標と根っこ精神をよく理解し、過保護や過干渉にならず、自分の子どもだけではなく、附中生全員を温かい目で見守ってくださる方ばかりで、教育活動にとっても協力的です。

なお、少子化に伴い、入学者の定員を見直しています。附中を受検する予定の児童や保護者の方は、10月初旬に発表される「生徒募集要項」を、注意してご覧いただくようお願いいたします。





# プレゼントコーナー

第1希望、第2希望までOK!!

ご応募の際は、  
番号+アルファベットで  
"1-A"または"1-B"と  
書いて下さいね!



ミツワエアサービス 弘前公園の桜と岩木山 掲載ページ13P

## ヘリコプター遊覧飛行

A. 体験コース 4,500円無料券 … 10名様

B. 全コース 500円割引券 … 20名様

※大人料金のみ



② 掲載ページ12P

## アジアンカフェ 雑貨セット

… 1名様



④ 掲載ページ11P

## KEN 施術院

顎の痛み(顎関節)と  
顔の歪みが  
気になる方

7,560円 → 無料

… 3名様



※写真はイメージです。

⑤

引換券  
郵送

ハンドメイド  
ジュエリー  
スフィクス

A. ネックレス・

ビーズリングのセット

B. ジュエリーケース・

ビーズリングのセット

… 計2名様



掲載ページ8P

## 青森コロナワールド

コロナワールド

映画ご招待券

… 3名様

↓宛名はこちら! 切って使ってね

〒036-8155

青森県弘前市中野1丁目

9-14

NAVI通信

「Tsugaru 4月号

プレゼント」係

応募方法

下記の①～⑤のアンケートにお答えの上、住所・氏名・年齢・電話番号  
をご記入下さい。下の「応募券」をハガキに貼り付け、左のNAVI通信  
宛までご応募下さい。※当選発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

アンケート

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 本誌で紹介してほしいお店とその理由

③ 本誌を入手した場所 ④ ご愛読は何回目ですか

⑤ 希望する商品番号と商品名(第1希望、第2希望迄)

★応募締切★  
4月25日(金)  
(当日消印有効)

Tsugaru2014年4月号

応募券

No. 2604

※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。

次号  
発行は

4月25日(金)です!

今月のお得なクーポンははこちら! →

Tsugaru2014年4月号クーポン

あじふく

チキンボー 180円

通常200円を

※1名様1回限り有効

有効期限 H26.4月末日迄

Tsugaru2014年4月号クーポン

ティーズグループ全店

新規会員様 30%OFF

メンバー様 20%OFF

※他のサービスとの併用は不可 ※1名様1回限り有効

有効期限 H25.6月末日迄

Tsugaru2014年4月号クーポン

KEN 施術院

全身カイロ

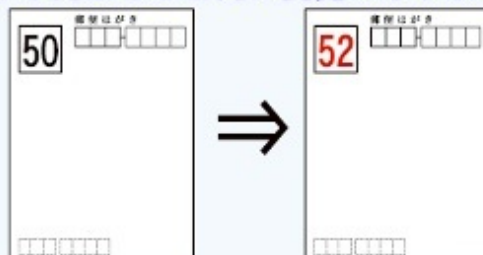
通常料金6,480円を 2,980円

※45~60分(検査料含む) 1名様1回限り有効

有効期限 H26.4月末日迄

2014年4月1日(火)から  
郵便料金が変わります。

消費税の改定に伴い、通常ハガキの額面が  
50円から52円に変更になります。



3月31日までに、ポストに投函 → 50円

4月1日以降に、ポストに投函 → 52円

4月以降に投函の際は、差額分の2円切手を  
貼って投函してくださる様、お願い致します。

## アルバイト募集!!

## 短期アルバイト募集!

## 1名募集

【年齢】 40代までOK! 高校生可  
 【時間】 10:30~14:00  
 【曜日】 土・日・祝(短期)

詳細は面談にて。  
 応募はお電話にてご連絡下さい。

## ラーメンショップ

弘前店

弘前市堀越字川合184

0172-27-3292

## 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 20万5千~31万以上可  
 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

## 理容師・美容師募集

## ☆ 業務多忙につき ☆

【職種】 理容師・美容師 ※正社員・パート  
 【人数】 2名  
 【資格】 理容師または美容師免許  
 【休日】 応相談  
 【時間】 10:00~20:00 ※パートは応相談  
 【給与】 正社員 20万5千~31万以上可  
 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)

センカット  
**1カット**

住所:弘前市早稲田4-3-2  
 0172-26-0141

## 5月1日 NEW OPEN 美容師急募 業務委託 面貸し

柴田高校前コンビニ跡地に大型美容室オープン!スタイリストが稼げる環境を。子育てや家事を両立させて働きたい。将来自分のお店を持ちたい。そんな様々なスタンスで美容師をしたい方には最高の環境です。

## ★業務委託

フリー客・指名客40%~指名料金全額バックの完全歩合です  
 最低保証給月15万(社内規定あり)

☆自由出勤制 ☆土日休み可 ☆週休2日も可

☆材料費、光熱費は店舗負担

## ★面貸し

指名客50% フリー客は入客できません、材料はご自身で用意

【資格】 要美容師免許

【時間】 9:00~20:00

【応募】 まずはお電話ください

**HONOLUA**  
 ホノルア

神奈川県藤沢市鵜沼海岸2-12-11  
 TEL 0466-47-8282

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

## 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)

賃 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



## 定時職員募集

## 元気で明るい方

【職種】 共済推進担当 1~2名

【勤務地】 CO-OPあおもり 浪岡共済センター

【時間】 9:00~17:00

【時給】 700円~

交通費支給、福利厚生完備、  
 報奨金有り、賞与あり(年2回)

【休日】 週休2日

※基本的に土・日ですが、  
 CO-OPカレンダーによる。

【応募】 下記のお電話にご連絡いただくか、  
 ハローワークにお問合せ下さい。

**COOP**  
 AOMORI

住所:青森市浪岡徳才子字山本27-3  
 TEL:0172-62-1477 (担当/阿保)



2013年度JCSI(日本版顧客満足度指数)  
第4回調査結果 生命保険部門



ゆるキャラ®グランプリ2013  
企業キャラ部門第1位

CO-OP 共済 春休み企画

第2回

親子で楽しく!

# コーすけの

松原店で開催中!

# ぬりえコンテスト



ぬりえを塗って、コーすけをもらっちゃおう!

## 各賞と賞品

金賞

1名様

コーすけビッグぬいぐるみ  
+コーすけストラップ



銀賞

50名様

コーすけストラップ



提出いただいた方先着1,000名様に...

コーすけオリジナルシールプレゼント!



楽しい  
作品をまっ  
ているのだ!



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

## コンテスト概要

### 【応募資格】

どなたでもOKです!!

### 【応募締切】

3月31日(月)まで

### 【応募方法】

左記のぬりえに自由に色をつけていただき、必要事項をご記入の上、「松原店」の店舗サービスカウンターへご持参ください。ご応募数に制限はございません。郵送は不可。

### 【受賞者の発表】

厳正な審査のうえ、4月8日(日)店舗サービスカウンターにて受賞者のお名前(ペンネーム)を発表・掲載いたします。賞品は、サービスカウンターにてお渡しいたします。

※ご提出いただいた作品の返却はできませんのでご了承ください。



ぬりえ用紙は店内にあります



〒038-8141  
弘前市大字松原東3丁目2-8  
TEL 0172-87-4661  
〈営業時間〉AM9:30~PM8:00

お問  
合せ先

生活協同組合 CO-OP 共済 あおもり 〒038-1303 青森市浪岡大字徳才子字山本 27-3

コープ共済センター ☎0120-62-1477 営業時間/月~金 AM9:00~PM6:00

http://coopkyosai.coop コープ共済 検索 CO-OP 共済は個人情報大切に、個人情報保護法を守ります。