

人と人をつなぐ、暮らしをちょっと楽しくする生活情報誌

# 月刊 Plaza 県南版

【発行部数285,000部】 ◆県南版 105,000部 ◆県央版 180,000部  
【無料宅配部数(5月号実績)】 ◆つくば・土浦・牛久 92,988部 ◆県央版 136,334部  
【HP】http://www.joyo-plaza.co.jp



# 6

2014 vol.116

無料

クーポン・求人情報付



## 車のお悩み スッキリ解決!!



生活お役立ち特集  
からだの達人  
ヘアサロン特集  
とっておきのランチ特集



設置場所  
随時  
更新中!

twitter @joyo\_plaza  
ぶらざクーポンを使うと  
日本赤十字社へ募金できます

本誌の配達を希望されない皆様へ  
大変お手数ではございますが下記までご連絡をお願い致します。  
月刊ぶらざ・ポスティング担当 TEL.029-835-3535

携帯で  
ぶらざ  
クーポンを  
配信!



100通りの間取りプランから“えらべる”  
ノーブルホームの規格型住宅

Noble Home



※上記のイメージはイメージです、実際の商品仕様とは異なります。

コストパフォーマンスを追求した期間限定商品

H26  
9月末  
まで

わたしにフィットする住まい「マイフィット」  
**MY FIT 販売開始!!**

2014年4月1日から、消費税は5%から8%に引き上げられました。さらに、2015年10月1日には、8%から10%に引き上げられる予定です。ノーブルホームでは、建物価格を抑えることでご家庭の負担を軽減し、多くのお客様に高品質な住まいをご提供できるよう、コストパフォーマンスを追求した規格型商品「マイフィット」を、期間限定商品としてご紹介します。

うれしい低価格 <b>1,280万円</b> ~	《「MY FIT」4つのメリット》	えらべる100プラン あなたにピッタリの家が見つかる
	打合せがスムーズ	安心の基本性能を装備

<p>ぐるりと回れる動線と、集約された水廻り空間で効率の良い住まい。</p> <p><b>34坪タイプ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>2方向から出入りできるLDK</li> <li>キッチンと隣接した洗面所</li> <li>玄関ホールにコート掛け</li> <li>ウォークインクローゼット</li> </ul> <p>【販売価格】14,274円(34.56坪) 1F 96,314円(17.03坪) 2F 57,960円(17.53坪)</p> <p>販売価格** <b>1,425万円</b></p>	<p>広い洗面所へのたぐいまるい動線が子育て家族にうれしい住まい。</p> <p><b>36坪タイプ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>2方向から出入りできる和室</li> <li>洗面所へのたぐいまるい動線</li> <li>玄関近くのコート掛け</li> <li>ウォークインクローゼット</li> </ul> <p>【販売価格】19,234円(36.06坪) 1F 61,274円(18.53坪) 2F 57,960円(17.53坪)</p> <p>販売価格** <b>1,463万円</b></p>
<p>標準仕様</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>窓 LOW-Eペアガラス</li> <li>浴室 保温浴槽</li> <li>洗面台 壁出しシャワー水栓</li> <li>トイレ 節水型トイレ</li> <li>キッチン 移動ステンレスシンク</li> <li>キッチン オールインワン浄水栓</li> <li>床 フォックスフリーフロア</li> </ul>	

他にもたくさんの間取りプランがあります。

詳しくは展示場またはWebでご確認ください。

詳しくはこちらへ

<p>つくば展示場</p> <p>〒305-0817 つくば市東つくば1-1-1</p> <p>TEL 029-850-1100</p>	<p>土浦展示場</p> <p>〒300-0812 土浦市土浦1-1-1</p> <p>TEL 029-835-9150</p>
--	--

株式会社 **ノーブルホーム**  
営業時間/AM9:00~PM7:00

※本誌/〒310-0852 水戸市笠原1156-15 029-305-5555 ■建設業許可/茨城県建設業許可(第-21)第28371号 ■(株)ハウス・ワン 住宅保証保証書付保額 国土交通省登録番号M202006005356 ■住宅性能表示認定/茨城県認定(2)第86531号

デザイナー  
とつくる  
理想の家

# ローコスト・ハイクオリティ 完全自由設計!!

1,000万円台より  
マイホームを実現!!



キューブモダンの家

新発想の四角い家。遊び心いっ  
ぱいの快適アイデアハウス。



太陽光発電の家

住宅ローン実質0円!

17.15kw/hの  
大容量  
太陽光発電  
搭載!

エコゼロホーム「太陽」

太陽のチカラで住宅ローンを支払う、家庭にも地球にも優しく快適な生活。



屋上庭園のある家

空の下のリビング空間!  
使い方はあなた次第。



シンプルモダンの家

無理なく建てて、  
暮らしを楽しむ。



カジュアルフレンチの家

かわいいお家に住みたい  
をカタチにしました。



アートモダンの家

空の光を余すことなく  
部屋に取り入れた空間。

上記モデルハウスはいつでもご覧いただけます。

分譲地情報  
売り主につき  
手数料なし!!

最新土地情報  
多数あり!

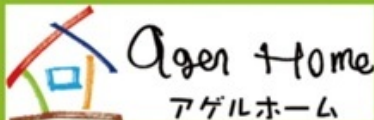
◆つくば市倉掛	8区画	New
◆つくば市天久保	4区画	New
◆つくばみらい市絹の台	3区画	New
◆土浦市桜ヶ丘	28区画	残り14区画
◆阿見町うずら野	45区画	残り 5区画

お気軽に  
お問合せください。▶▶TEL.029-886-3221

完成見学会の詳細はホームページで  
www.ager.jp

アゲル 検索

注文住宅エキスパート県南地域年間100棟の実績



株式会社 ager (アゲル)

■住所/つくば市研究学園C29街区11  
■営業時間/9:00~19:00 ■定休日/第1・3火曜、水曜

○宅地建物取引業免許 茨城県知事(3)第5951号  
○公益社団法人全日本不動産協会会員  
○一般社団法人全国住宅産業協会会員  
○建設業許可 茨城県知事許可(般-21)第30990号  
○一級建築士事務所登録 茨城県知事登録第A3015号



# What's NEW?

新しくできたお店や、新メニュー、注目のメニューをご紹介します!!

## 3/3 OPEN Neutral Closet 【ニュートラルクローゼット】

素敵のひみつを  
教えてくれるセレクト  
ショップがOPEN

“女性の魅力を引き出す”  
をコンセプトに、国内外  
問わずこだわりのアイテ  
ムが揃う。遊び心をひと  
さし加えた上品で「綺麗  
だね」と言われるスタイ  
ルを提案してくれる。



アクセサリ  
500円〜/  
ワンピース  
4,900円〜/  
インポートバッグ  
6,000円〜

☎029-857-3993  
つくば市桜2-38-12-101  
営/11:00~20:00 駐/あり  
休/不定休 ●「ニュート  
ラルクローゼット」で検索!プロ  
グで最新入荷情報をチェック!



## 3/28 OPEN richesse 【リシェス】

ヘアの悩みを女性目  
線での確なケアで提  
案してくれるサロン

店内はTVも見ることが  
でき、ゆったり寛げる空  
間。「若老男女問わず気  
軽に来ていただきたい」  
と美容師歴15年以上の  
オーナーが温かく迎えて  
くれる素敵なお店です。



「ぶらざ」特選メニュー、毎月の特典メニュー、お気に入りメニューを販売中!ぜひ一度お試しください。

☎029-879-0017  
つくば市花畑3-21-2 103  
受付/10:00~矯正15:30迄  
カット18:30迄、パーマ17:00迄、  
カラー17:00迄 駐/あり  
休/火曜(祝日は営業)

「ぶらざ見た」で  
①ぶらざ価格にてご提供  
②次回から使える割引券プ  
レゼント③施術された方に  
ヘアラッシュプレゼント

## 5/15 OPEN 古い城 MOON【ムーン】

みどりのにOPEN!!  
運気UPへの近道  
を占います

幸せになりたいという願  
いを叶えるためのアドバ  
イスを、タロット・九星気  
学・手相で鑑定。「鑑定は  
相談者に大きな影響を  
及ぼすので責任重大」と、  
誠心誠意でお応じます。



☎080-6880-1101  
つくばみどりの中央852街区  
3画地マルシェみどりの106  
営/11:00~19:00  
休/水・金曜  
★営業時間外の鑑定は応相談



## 今月の Pick Up!

クーポンあり 子連れ歓迎

ドイツパブレストラン  
**エルベ 筑波西武店**  
本場ドイツ料理や直輸入ビー  
ル等、特別を堪能できる店



ドイツ料理専門の老舗店で、  
土日祝のランチ営業がスタート!  
とろけるアイスバイン、国産  
肉を使った日本人マイスター  
による手作りソーセージ等、グ  
ランドメニューにもランチタイ  
ム限定でパンorライス付き!

西つくば  
大工キタノビル2階  
エルベセンター  
☎029-855-0422  
つくば市吉野1-7-1 無休  
駐/あり 営/11:00~  
14:00(L.O.) 17:00~  
21:30(L.O.) ★アイスバ  
イン等の通信販売も  
承っております。

子連れ歓迎

石窯パン工房  
**Mon stellata**【モンステラータ】  
素材にこだわった噛むほど  
に味わい深い手作りパン



小麦の味を活かしたシンプルな  
ハード系・ソフト系のパンが並ぶ  
。アレルギーのあるお子様も安心  
して食べられるよう商品タグに使用  
されている素材が書かれている  
等、細かな心配りが嬉しい。ジ  
ヤムギフトセット500円〜もあり。

〒029-872-8182  
つくば市中央4-1-2  
営/7:30~無くなり次第  
第1閉店(最大19:00まで)  
休/木曜、第3水曜  
駐/あり  
(お店の真横に2台)

子連れ歓迎

メーブルホームズつくば  
無垢材や自然素材を使用した  
多彩なデザインの輸入住宅



欧米の建築様式をベースとし  
た豊富なデザインの輸入住宅  
をご提案します。つくばのモデル  
ハウスは、アンティーク感とラ  
グジュアリー感を併せ持った米  
国で人気のブランド家具を取り  
入れリニューアルをしました。

☎029-837-8670  
つくば市松野木188-22  
営/10:00~18:00  
★今ならモデルハウス  
へ来場してくれた方に  
メーブルシロッププレ  
ゼント

クーポンあり

【アールズ】  
**サロン R's**  
美容師免許保持のスタッフが、  
丁寧・安心に施術致します。



まつ毛エクステをはじめ、ボデ  
ィケア(20分2,160円〜)やジェ  
ルネイル(5,400円)、夏に向け  
て人気の角質ケア(3,240円〜)  
などのメニューをリーズナブル  
な価格でご提供致します♪  
お気軽にお問合せ下さい!

☎029-896-5617  
つくば市高野台2-17-9  
営/9:00~20:00  
時間外受付OK  
駐/あり 休/不定休  
http://salon-rs.net/  
★カードご利用OK

### ぶらざ募金 クーポンは 1枚10円

としてぶらざが回収し、  
東日本大震災の  
支援活動に従事する  
「日本赤十字社」へ  
寄付いたします。

募金クーポン  
R's  
☎029-896-5617  
ぶらざ  
掲載価格にて  
ご提供!!

- 初めの方のみ
- 初回限定
- 他サービス併用不可

有効期限:26年6月末日

募金クーポン  
エルベ 筑波西武店  
☎029-855-0422  
好きなお飲み物  
1杯サービス

- 1枚で人数分有効
- ランチタイムは  
ソフトドリンクのみ
- ご注文時にお渡し下さい

有効期限:26年6月末日

# WonderREX

## Reuse Entertainment Shop

衣料品 お売りください!

特に夏物は強化買取中!!



### Lady's

【強化買取ブランド一例】  
Plage  
SHIPS  
snidel  
Spick&Span  
URBAN RESEARCH



### Kid's

【強化買取ブランド一例】  
FITH  
DENIM DUNGAREE  
GRAND GROUND  
HYSTERIC MINI  
RAG MART

ノーブランドでも大歓迎!

### Bag

【強化買取ブランド一例】  
FURLA / genten  
Manhattan Portage  
PORTER



### Men's

【強化買取ブランド一例】  
BURBERRY BLACK LABEL  
DIESEL  
JOURNAL STANDARD  
THE NORTH FACE  
UNITED ARROWS

### Shoes

【強化買取ブランド一例】  
CONVERSE  
Dr.Martens  
New Balance  
RED WING  
Tricker's



もう着ない、けど捨てるにはもったいない。  
そんな衣料品がありましたら  
REXにお持ち下さい!

### 貴金属買取



地域No.1買取を目指します。

切れたネックレス、  
石が取れたリングなど、  
喜んで買取させて頂きます!

#### ぶらざクーポン

レディース、メンズ、キッズ  
衣料品買取  
20%UP

●クーポン券の併用はできません  
●2014.5.26~2014.6.25迄

#### ぶらざクーポン

貴金属買取  
1gあたり  
100円UP

●クーポン券の併用はできません  
●2014.5.26~2014.6.25迄

#### WonderREX 土浦店

営業時間 AM10:00~PM9:00  
出張共通

☎029-835-3402

茨城県土浦市蓮河原新町4181



#### WonderREX つくば店

営業時間 AM10:00~PM9:00  
出張共通

☎0800-800-8543

茨城県つくば市小野崎296-3



年中無休

<http://www.wonderrex.jp/>

# つくばエクスプレス「研究学園」駅近好評分譲中

葛城小学校・手代木中学校学区内 自然豊かな環境で理想の住まいを叶える街

ご購入者から聞いた「ウッドユータウン」人気ポイント

- 伸び伸びとした教育環境の小学校でしっかり基礎教育を学ばせたい
- 地域で評判の中学校があり、都心までのアクセスも便利で「通勤」「子育て環境」に◎

## 毎週 土日 現地販売会

10:00~17:30

◎会場/「ウッドユータウン学園南1丁目」、「ウッドユータウン 研究学園7丁目」現地

**TOYOTA WOODYOU HOME**  
**ウッドユータウン 学園南1丁目**

市役所、商業施設徒歩圏内。  
 利便性に適した人気のエリアです。

●市役所徒歩5分(約400m)  
 ●つくばエクスプレス研究学園駅徒歩11分(約850m)  
 ●分譲地隣に公園(芝生広場)  
 [平成26年7月完成予定]

全52 区画

◎土地面積 184.60㎡~199.13㎡ (54.84坪) (60.23坪)  
 ◎土地価格 1,849.8万円~2,084.2万円

第1期販売区画

▲ポスタレーション ●電柱 □時給灯設置位置  
 →支線(概算)電圧40m~NTT30m →支柱(概算)電圧40m~NTT30m  
 ※確定建築後、土地面積、土地価格が変わる場合があります。

●所在地/つくば市野井字泉原山956番1地17(学園南D2区画1) ●交通/つくばエクスプレス「研究学園」駅より約850m ●都市計画地区  
 地区区分/市街化区域 ●地目/宅地 ●用途地域/第一種住居住宅専用地域-第一種住居地域 ●建ぺい率/40%~60% ●容積率/80%~  
 200% ●開発地価/13,804.34円 ●地区面積/3.05ha ●販売区画数/7区画 ●土地面積/184.60㎡(54.84坪)1区画~199.13㎡(60.23  
 坪)12区画 ●土地価格/1,849.8000円~2,084.2000円 ●販売行先許可番号/25 つくばエクスプレス第136号 ●道路/6mアスファルト舗装  
 ●設備/電気=東京電力、上水道=公営水道、し尿=雑排水=公共下水、ガス=都市ガス、雨水=公共下水、雨水排水=有(宅内内排水)、宅地  
 内雨水浸透区域=全区画 ※上記以外は共通物件標準に準ずる

**土地付デザイン住宅いよいよ開始!**  
**[No.1~5の5区画]**  
**詳細はお問い合わせください。**

※土地付デザイン住宅とは土地+建物+外構工事+植栽+消費税を含む内容のものです。

**レクア**  
 LEQ-08  
 参考プラン例  
**3LDK** **駐車場3台可**

※掲載の外観写真はイメージです  
 ※分譲時には、家具・家電・外構工事は含まれません。  
 ※家具・インテリアは参考イメージです。

No.28区画にLEQ-08を建てた場合の例  
**建売の販売ではございません** ※参考プランは当社がお勧めする一例です。ご家族のライフスタイルにあったプランを自由にお選びいただけます。

土地面積 184.60㎡ (54.84坪) 土地価格 1,849.8万円  
 建物面積 (参考プラン) 102.68㎡ (31.00坪) 参考プラン建物本体価格 1,163.1万円  
**1,849.8万円 + 1,163.1万円 = 3,012.9万円** [土地+建物]合計価格  
 ※合計価格には消費税が加算されています。

月々 **81,848円**のみ  
 ◎借入金額/3,010万円 ◎変動金利/0.775%の場合  
 ※ローン返済額は住宅ローン優遇金利0.775%、返済期間15年で算出しております。返済額は概算です。諸条件により内容は異なります。※金利は平成26年5月1日現在のものです。※詳しくは詳細にお知らせください。

◎返済例  
 自己資金2.9万円・ボーナス0円

**TOYOTA WOODYOU HOME**  
**ウッドユータウン 研究学園7丁目**

全13区画の新しい街 研究学園駅より1.61km  
 喧騒から離れた自然豊かなロケーション  
 子育てにやさしい分譲地。

◎1区画 180.88㎡ (54.17坪) ~ 222.32㎡ (67.24坪)  
 ◎2区画 1,608.6万円 ~ 2,200.7万円

葛城小学校まで徒歩9分(650m)  
 手代木中学校まで2.9km

▲ポスタレーション ●電柱 □時給灯設置位置 ●ポスタレーション  
 →支線(概算)電圧40m~NTT30m →支柱(概算)電圧40m~NTT30m

●ウッドユータウン研究学園7丁目物件概説(仮称)つくば市野井字中田941番1地(仮称)葛城一団特定学園南地区開発事業地区E46地区  
 1区画 ●都市計画地区区分/市街化区域 ●地目(現況)/宅地 ●用途地域/第一種住居住宅専用地域 ●建ぺい率/40% ●容積率/80%  
 ●地区面積/13区画 ●今回販売区画数/12区画 ●建築販売価格帯/18,000,000円台(1区画) ●道路/6mアスファルト舗装 ●設備/電気=  
 東京電力、上水道=公営水道、し尿=雑排水=公共下水、ガス=都市ガス、雨水=公共下水、雨水排水=有

**トヨタウッドユーホーム**  
**研究学園展示場**

展示場はいつでも見学できます  
 10:00~18:00<水曜定休>

つくばハウジングパーク内  
**つくば展示場**

研究学園南1丁目 研究学園7丁目 現地

**竹園三丁目2期事前説明会いよいよ受付開始!**

**TOYOTA WOODYOU HOME**  
 お問い合わせ ●つくば支店 TEL.029-841-6767

トヨタウッドユーホーム株式会社 本社/〒320-8541 宇都宮市/沢町256-7 TEL.028-625-7878(代)  
 つくば支店/〒300-0847 土浦市即町1-1-1関鉄つくばビル1F TEL.029-841-6767 Mail:tsukuba@toyota-woodyou.co.jp  
 建設業許可/国土交通大臣許可(特-22)第15069号 宅地建物取引業/国土交通大臣免許(宅)第5168号 (公社)茨城県宅地建物取引業協会会員  
 (公社)全国宅地建物取引業協会保証協会会員 (一社)日本ツーバイフォー建築協会会員 (公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

24時間受付(フリーダイヤル)  
**カスタマーセンター**  
 ☎0120-115-109

CONTENTS 目次

Features

**006** 今月の特集  
ぶらざスタッフが徹底取材!  
車のお悩みスッキリ解決!!



スーパーオートバックス・土浦東大通り P.67

**008** 生活お役立ち特集

**016** からだの達人

**021** ヘアサロン特集

**028** とっておきのランチ特集

Regulars

**002** What's NEW?  
旬の情報はココをチェック♪  
今月のPick UP!

**013** I♥PET

**015** わが子がイチバン!

**020** 健康と美容

**027** ぶらざ赤十字募金

**032** おいしいお店ガイド

**034** 街のインフォメーション  
ぶらざが応援するバレーボールチーム  
つくばユナイテッドSun GAIA

**035** クミ先生に聞く気学九星術  
映画上映スケジュール

**036** 求人ぶらざ

**038** 読者プレゼント

**040** 密着!ぶらざ24時・編集後記



CASOLEA【カソレア】 P.9



EOS【イロース】 P.20



和太利庵 P.30



九州横丁九太郎 P.31



GREEN+GREEN P.31



麗屋みちすけ P.31



茨城の  
いいもので  
造りました

- 棟匠の基本性能
- 地域密着41年
  - 自然素材100%
  - 高气密・高断熱
  - 全館空調システム
  - 長期優良住宅対応
  - 木材利用ポイント対応
  - 省エネ最高等級4
  - スマートハウス対応
- 棟匠の情報を  
チェックしよう!
- スマート  
フォンサイト
- 資料請求はこちら!

株式会社 棟匠

研究学園モデルハウス

つくば市研究学園C24街区3画地  
Tel.029-896-8780  
10:00~16:00  
月曜定休(祝日営業・翌日休業)



賃貸 資産運用  
売買 貸店舗 保険

不動産のことなら  
なんでもお気軽に  
ご相談下さい!

茨城県・県南エリアで9店舗のネットワーク

つくば本社	つくば竹園 2-2-4	TEL: 029-802-8611
神立支店	土浦市神立町 33-7	TEL: 029-831-0329
土浦支店	土浦市真鍋町 29-34	TEL: 029-822-0200
阿見支店	稲敷郡阿見町中郷 2-29-9	TEL: 029-840-2510
つくば東支店	つくば市桜 2-1-1	TEL: 029-863-0111
守谷支店	守谷市はやせ 5-2-2	TEL: 0297-47-8010
みらい平支店	つくばみらい市藤原台 1-12-13	TEL: 0297-29-7311
筑波11支店	牛久市筑波11町 1-25-14	TEL: 029-498-1120
研究学園支店	つくば市研究学園 32 番地 1	TEL: 029-868-7511

ISSEI 一誠商事株式会社  
あなたの街の暮らしのパートナー  
http://www.issei-syoji.co.jp

茨城県知事免許(10)第 2559 号



守谷支店 みらい平支店 ひたち野支店 研究学園支店

# ぶらざスタッフがスーパーオートバックス・土浦東大通り店を徹底取材!!

夏のお出かけシーズン前に...

## 車のお悩み スッキリ解決!!



普段の生活に無くてはならない車ですが、よく使う割には意外とわからないことだらけ。メンテナンスも必要なのは知っているけど、そもそも何をどうすればよいのかわからない、カー用品もいっぱいあってどれが合っているのかさっぱり…。そんな悩めるドライバー達の強い味方「スーパーオートバックス・土浦東大通り」さんで、車に関する悩みを解決してくれるグッズやサービスを教えて頂きました。

正直、車のことには良くわからない。

悩み①



お客様担当 阿部さん

### メンテナンスって何をすればいいの?

こんな症状はありませんか?

- エンジン音がうるさい
- 加速感が無い
- エンジン始動の勢いが悪くなった
- エンジンがかかりにくくなった
- パワーウィンドウの開閉が遅くなった
- アクセルの踏み加減でライトの明るさが変わる
- 制動距離が伸びた
- 燃費が悪くなった

→ エンジンオイルを点検しましょう

→ バッテリーを点検しましょう

→ タイヤを点検しましょう

ちょっとした工夫でより快適なカーライフが楽しめますよ。

そんな時こそプロにお任せください!  
私たちが代わりに  
しっかりチェックしますよ!



### 最大8項目を無料で点検!

- タイヤの溝と摩耗状態
- エンジンオイルの量
- ブレーキオイルの量
- ウィンドウウォッシャー液の量
- リザーバタンク内のクーラント液量
- オートマチックフルードの汚れと量
- ワイパーゴムの状態
- バッテリーの状態

レジで「無料点検」とお願いすればOKなんですわ!  
これなら車に疎い私でも安心!

例えば、ぶらざスタッフの愛車の場合...

最近、エンジン始動の勢いが悪くなった気がするんですが



点検の結果

- エンジンオイルの交換
- クーラント(エンジンの冷却水)の補充
- エアーエレメントの交換  
(車内に取り入れられる外気をキレイにするフィルター)

が必要と発覚!!

→ ついでに整備もお願ひしちやいました。

左ページのクーポンを2種使うとお得!

オイル会員に登録すると、  
オイル・オイルエレメント・エアフィルター  
の工賃が無料!  
クーポン⑤で入会料(通常1,080円)無料!

ぶらざスタッフの感想

2,000円以下なんて安い!!  
スタッフも皆さん優しく、女性1人でも全く問題なしでした。これなら安心♪  
オイル交換って大切なんですわ。これからは半年に1回、愛車のメンテナンスしてあげよう!

気になる料金は?

例えばトヨタ・ポルテ(オイル容量3.7リットル)の場合...

お会計

● オイル(4リットル缶)	1,980円
● 工賃	+540円
◆ ぶらざクーポン④(エンジンオイル割)	-500円
◆ ぶらざクーポン⑤(オイル会員登録割)	-540円
工賃無料	-540円
<b>合計</b>	<b>1,480円</b>

軽自動車ならもっとお得!

● オイル(3リットル缶)	1,680円
● 工賃	+540円
◆ ぶらざクーポン④(エンジンオイル割)	-500円
◆ ぶらざクーポン⑤(オイル会員登録割)	-540円
工賃無料	-540円
<b>合計</b>	<b>1,180円</b>



悩み④



雨の日は前が見づらくてちょっと怖い…

お悩み解決グッズはこちら!!  
撥水コーティング用ワイパーで  
視界良好!

視界鮮明 高性能ワイパー▼  
1,080円~



ワイパーを動かすだけで撥水コート! 雨の日も視界良好で安心です。付け替えも簡単♪

悩み③



車内のおいが気になります…

お悩み解決グッズはこちら!!  
空気浄化、脱臭、肌ケア効果のある  
プラスマクラスターや、  
アロマグッズがおすすめ!

好みの香りを探していただきましょう!!



▲DENSO  
車載用 プラスマクラスター  
イオン発生機  
プレミアムモデル 7,980円

悩み②



どうせならもっと  
自分らしい車内にしたい!

お悩み解決グッズはこちら!!  
おしゃれなカー用品も豊富にご用意!  
自分らしくカスタマイズ  
してみてくださいね!



▲シートカバー1,500円くらい~  
ハンドルカバー1,000円くらい~



車検もできるだけ  
安く押さえたい!!

ぷらざ読者限定

最大7,000円引!!

※他DM等、クーポンと併用不可

車検  
料金表

	軽自動車 (車両重量1t以下)	小型自動車 (車両重量1.5t以下)	中型乗用車 (車両重量1.5t以上)	大型乗用車 (車両重量2t以上)
基本整備料金 (税込)	12,420円	13,500円	16,200円	17,280円
検査代行料 (税込)	6,480円	6,480円	6,480円	6,480円
自賠責保険 (24ヶ月※期間12ヶ月 税込)	26,370円	27,840円	27,840円	27,840円
法定費用				
重量税※1	6,600円	16,400円	24,600円	32,800円
印紙・証紙代	1,100円	1,100円	1,100円	1,100円
価格合計	52,970円	65,320円	76,220円	85,500円

●上記法定費用以外には消費税(8%)が含まれております。●分解点検結果、生じる作業・部品代は別途料金となります。  
●1ナンバー(8ナンバー)車については、お車により入庫できない場合がありますので、店舗へお問い合わせください。  
●自動車運送事業者用車両(緑ナンバー)の一部車種は買取扱いできない場合がございます。●車検法定費用及び車検合計金額は法定費用改定に準じて変更になる場合がございます。●輸入車は5,400円アップとなります。●一部輸入車は取り扱っておりません。●詳しくは係員にお尋ねください。●上記基本整備料金は、法定点検整備料金、検査機器使用料となります。  
※1 上記乗車の重量税は、初度登録後13年未満の「平成27年度燃費基準等未達成車」のお車です。その他「次世代自動車および平成27年度燃費基準等達成車」ならびに「初度登録後13年を超える車」の重量税額は車検をお手元を担当者までお問い合わせください。上記価格は2014年5月現在の価格です。

特典①  
早期予約  
割引

車検満了日の  
3ヵ月前に  
ご予約の方  
3,000円引き!

2ヵ月前にご予約の方  
2,000円引き!

1ヵ月前にご予約の方  
1,000円引き!

※上記3期間のどれか1つご対応となります。

特典② クーポンご持参で  
2,000円引き!

特典③ 代車ご不要で  
1,000円引き!

特典④ 平日にご入庫頂くと  
1,000円引き!

Step1

「まずは、  
相談&仮予約」

1F車検カウンターで受付  
します。車検のこと、何でも  
ご相談ください。  
※「ぷらざ見た」または  
ぷらざ持参で3,000円割引

Step2

「見積もりを  
取りに行こう!」

クルマを点検し、交換が必要な部品やお  
すすめ整備箇所について教えてもらえま  
す。(予約すると待ち時間無くできます。)  
※必ず「3ヵ月前に仮予約した」と  
お伝えください。

Step3

「予約」即日入庫!

車検満了日の1ヶ月前~1週間前までに  
予約してください。満了日は車検証を参  
照。うっかり期限を過ぎてしまうと法律  
上運転できなくなるので要注意!

ぷらざクーポン②で 2,000円割引  
平日に入庫で 1,000円割引  
代車不要で 1,000円割引

Step4

「入庫」用意するもの

●車検証 ●旧自賠責保険証  
●当年度納税証明書 ●使用者認印  
●オートバックス会員の方はポイントカード  
※アルミホイールにロックナットが付いている方はアダ  
プターもご用意ください。

車検満了日の3ヶ月前

車検満了日の1ヶ月前~1週間前まで

入庫日当日

待ち時間も快適!

待合室には、大型テレビ、各種雑誌、  
キッズスペース、おむつ替えスペース  
完備!!携帯に連絡をくれるので、外出  
もできる。

整備中の愛車を見守ることも  
できます。



このクーポンを切り取ってお持ち下さい。

①車検見積り時

BOX  
ティッシュ  
プレゼント

月刊Plaza  
有効期間H26年6月末日

②車検割引

基本整備料金より  
2,000円  
割引

月刊Plaza  
有効期間H26年6月末日

③店内全品割

3,000円以上  
お買い上げで  
500円  
割引

月刊Plaza  
有効期間H26年6月末日

④エンジンオイル割

購入&交換で!  
500円  
割引

月刊Plaza  
有効期間H26年6月末日

⑤オイル会員登録割

オイル会員カード  
入会料サービス  
(通常1,080円~無料!!)

月刊Plaza  
有効期間H26年6月末日



オートバックス  
スピードオートバックス

関東圏5-1152  
土浦東大通り

■住所/茨城県土浦市西根南3-5-25  
■営業時間/AM10:00~PM8:00

TEL.029-841-3848

http://www.sa-tsuchiura.com



**大好評につき 第4弾!!**

MITSUI OIL

お1人様1回限り!! **ぶらざクーポン**と  
**2,000円以上のガソリン・軽油の  
給油レシートをお持ち頂くと**

写真の景品はイメージです。イメージと異なる場合がございます。

**ボックスティッシュ  
3箱プレゼント!!**

給油したご本人様が  
ぶらざクーポンと給油レシートを  
その日のうちにお持ち下さい!!  
それ以外は対象外となります!!**ご注意ください!!**

写真の景品はイメージです。イメージと異なる場合がございます。

東洋石油販売株式会社  
**LALAガーデン前セルフSS**  
☎029-850-0321  
つくば市小野崎成田283-5

年中無休 給油 24時間営業  
セルフ洗車 7:00~21:30

**レッドバロン 土浦**  
☎029-843-1221

土浦市中820-1 営/10:00~20:00  
駐/あり 休/火曜(祝祭日の場合は営業)  
☆☆☆☆☆オートバイ買取大歓迎!!☆☆☆☆☆

http://redbaron.jp/

全国展開しているオートバイ専門店。  
新車・中古車あわせて63,000台以上の圧倒的在庫数の中から欲しいバイクがきっと見つかります!店舗では国内外車問わず常時170台以上展示!

**免許取得応援3万円サポート  
キャンペーン実施中!**  
詳しくは「レッドバロン 免許応援」で検索!

**生活お役立ち特集**

plaza

すべてのバイク好きのために高品質なあらゆるサービスの提供!

**生活お役立ち特集**

**クーポン  
1枚10円**

東日本大震災の  
支援活動に従事する  
「日本赤十字社」へ  
寄付いたします。

詳細はP.27を  
見て下さい

完全予約制

在宅配食&買物代行サービス  
**ニコニコキッチン つくば店**  
☎029-893-2762

つくば市高見原1-5-48 パルネット1F  
営/8:30~18:00 休/日曜  
HP: http://nikonikokitchen.hp.gogo.jp

☆1食からご注文頂けます。  
☆安否確認・個別対応(刺身食・お粥)配膳サービス・買い物代行も料金に含まれています。☆配達エリアに制限がございます。

手作りりの美味しき、そして安心・安全をお届けします。

ヘルシーメニュー  
おかずのみ  
330Kcal未満、  
塩分値3.0g以下

元氣メニュー  
しっかりたくさん  
食べたい方に!

栄養バランスを考えた美味しくヘルシーなお食事を、一つ一つ手作りでお届け。まずは無料試食をご利用下さい。

\*\*\*宅配無料!\*\*\*  
日替わりで飽きのこないメニュー

ヘルシーメニュー  
おかずのみ **691円**(税込)  
ごはん付き **756円**(税込)

元氣メニュー  
おかずのみ **756円**(税込)  
ごはん付き **820円**(税込)

予約可

古い城  
**MOON** 【ムーン】  
☎080-6880-1101

つくば市みどりの中央B53街区3画地マルシェみどりの106 営/11:00~19:00 ※営業時間外の鑑定は応相談 休/水・金曜 駐/あり

鑑定先生  
麗華先生

★お気軽にご来店ください★  
▲真摯な姿勢に魅了され、リピーター多数。  
5/15 OPEN  
パワーストーンのお真似物も販売中

メール予約はこちら [sky.moon.reika@ezweb.ne.jp]

恋愛・結婚・仕事・・・出口の見えない迷いを抱えた時、どんな悩みにも誠心誠意、応えてくれる。九星気学・タロット・手相の3種で鑑定。

**鑑定料金1時間5,000円**  
クーポンをお持ちの方は  
**延長15分(1,500円相当) サービス**  
パワーストーンも販売しております。

「よりよい社会を作ること」に興味がある高校生を中心とした  
**平成26年度ひらめき☆さき☆の☆サイエンスプログラム**

発展途上国はどうやって安全な食べ物を作るか  
～国際貢献に興味がある人のために～

発展途上国の人々の「食の安全」を守る為に、現地の研究者との交流を交えて学び、解決に利用できる科学技術研究の一端を体験できるイベントです!

参加対象: 高校生20名

開催日時 7月28日(月) 9:30~17:00  
会場 つくば農林研究交流センター(つくば市観音台2-1-9)  
申込方法 ひらめき☆さき☆サイエンスHP、又はお電話にてお申込みください。  
申込締切 7月14日 ※申込多数の場合は抽選となります。

本プログラムのお問合せは  
[独]農研機構 食品総合研究所  
TEL.029-838-7992

募金クーポン

LALAガーデン前セルフSS  
☎029-850-0321

ボックスティッシュ  
3箱プレゼント!!

●2,000円以上の給油レシートを  
提出した日のクーポンのみ有効とさせていただきます  
●LALAガーデン前セルフSSのみ有効  
●ご入会の際にレシートに貼ります

有効期限: H26年6月末日

募金クーポン

古い城 MOON  
☎080-6880-1101

延長15分  
(1,500円相当)

●来店時にクーポンをお持ちください

有効期限: H26年6月末日

募金クーポン

ニコニコキッチン つくば店  
☎029-893-2762

試食初回1食分  
サービス

●お1人様1回まで  
●65歳以上に限り

有効期限: H26年6月末日

**ぷらざ募金  
クーポンは**

**1枚10円**

としてぷらざが回収し、東日本大震災の支援活動に従事する「日本赤十字社」へ寄付いたします。

**募金クーポン**

お宝あっとマーケット 土浦北店  
☎0299-59-1832

**金・プラチナ  
買取価格10%UP!**

- 1枚で1回まで
- ぜひクーポンをお持ちください

有効期限・26年6月末日

**募金クーポン**

RELAX MORE  
☎029-879-8665

**全品  
20%OFF**

- 一部除外品あり

有効期限・26年6月末日

**募金クーポン**

CASOLEA [カソレア]  
☎029-861-7752

ギフト商品3,000円以上  
購入の方に、ミニハンカチ  
1枚プレゼント!

- なくなり次第終了となります

有効期限・26年6月末日

**募金クーポン**

ダスキントゥルグリーン 観音台店  
☎0120-018-028

季節のお手入れ  
1回お返し  
3,240円〜  
(50坪平均)

- 初めての方に限ります
- 他のサービスと併用不可

有効期限・26年6月末日

**募金クーポン**

買取専門店 おたからや  
☎029-875-8081

査定5%アップ &  
貴金属10%アップ

- 1枚で1回

有効期限・26年6月末日

オーガニックコットン専門店  
**CASOLEA** [カソレア]  
☎029-861-7752

つくば市二の宮1-1-10 駐/あり 休/水曜日  
営/10:00~19:00 オンラインショップもあります!  
http://www.casolea.jp [カソレア つくば]で検索!

いつも頑張っているお父さんへ。日常の「心地よさ」をプレゼント

オーガニックの化粧品や石鹸も人気!メンズ向けもあるので衣類と一緒に贈るもおすすり。

【父の日ギフト】素材の柔らかさに癒されるやさしい肌ざわりは、男性にも人気。

農業不使用の畑で育ったコットン使用の衣類は、とても着心地が良く、男性へのプレゼントとしても好評です。

なかなか買えない「いつもありがとう」を込めて...  
オーガニックコットン100%「父の日おすすめギフト」

- オーガニックコットンTシャツ1,512円 (ギフト商品3,000円以上ご購入の方に)
- 5本指ソックス.....1,512円 (オーガニックコットン製ミニハンカチをプレゼント!)
- 靴下(ランニングショート).....1,404円
- メンズパーシク(ジヤマ).....9,156円

オーガニックコットンとは、少なくとも3年以上農薬が使用されていないことが証明された畑で育てられた綿花。

大人かわいいレディースカジュアルショップ  
**RELAX MORE** [リラックスモア]  
☎029-879-8665

土浦市東真鍋9-29東真鍋ビル1F 営/10:00~19:00 休/水曜 駐/あり(3台) 運営:(株)ラフアウェイ(アパレルメーカー) TEL.029-896-6691

★4月オープン★いつでもトレンドファッションが格安です!

大人かわいいアイテムをプチプラインで取り揃え。ドルマンやチュニックなど、体型カバーにお役立ちのアイテムも豊富です。

アパレルメーカーだからできる **390円~**  
他では買えない1点物のサンプル品  
サンプル品の新作はら月来店店頭出し予定  
(サンプル品とは展示金や撮影用に作成した試作品などです。)

取扱いブランド/ミックスクエア  
一部の商品に大きいサイズの取扱いもございます。

カード可  
お宝あっとマーケット 土浦北店  
☎0299-59-1832

かずみがうら市下福吉2654-1 年中無休  
営/10:00~26:00(買取は24:00まで)  
駐/大駐車場あり ★青い大きな看板が目印です!

不要になったおもちゃ・ゲームソフト・CD・DVD・お洋服・デジタル家電等、どんなものでも高価買取&販売!広々とした空間にすらっと並ぶお宝は圧巻!大人から子どもまで思う存分楽しめます。

金券高価買取致します!

ギフト券 JCB,VISA, JUG DCCギフト UPユニオン	通常(50%) 88% <sup>96</sup> 買取	5万円以上 90% <sup>96</sup> 買取
--	---------------------------------	-------------------------------

●全国百貨店共通券..... 額面の88%買取  
●QUOカード..... 額面の88%買取  
●図書カード..... 額面の80%買取  
●グルメ券(ジェフグルメ、マックカード)..... 額面の80%買取  
●切手(未使用)100枚以上..... 高価買取中!

買取専門店  
**おたからや**  
☎029-875-8081

土浦市大和町7-26 土浦駅西口3分大塚生花店  
がある交差点角 営/10:00~18:00  
休/水曜日 ●店頭・郵送・出張買取OK!

信頼の全国チェーン店なので初めての方も安心!

売らないで置いておくのはもったいない!買取専門店だから高価現金買取!

**家に眠っているもの、探してみよう**

**切手** 一番多い買取は切手。まとめて100万円以上の買取になることも。

**金貨** 他店で買取が難しい金貨もOK! 1万円・5万円金貨等。  
**プレミアム付きます!**

- 貴金属 ●ブランド品 ●古銭 ●刀剣
- 骨董品 ●ロレックス ●金券(商品券)
- その他応相談 切れたネックレス・片だけのピアス・壊れた指輪もOK!

ダスキントゥルグリーン 観音台店  
☎0120-018-028

つくば市観音台1-36-2  
ご連絡いただければスタッフが伺います。  
http://tg.duskin.jp/

害虫や病気から庭木を守る「若葉の保護」

- 虫が多くて困る
- 花が咲かない
- 葉が鮮やかでない
- 枯れてしまう
- 庭の手入れをする人がいない
- 雑草取りが面倒

病害虫の活動も活発になるこの時期に、被害を初期段階で防ぐためにも、早めのケアがお勧めです。知識経験豊富なプロに任せれば、庭木の葉も緑鮮やかに。

「ぷらざ見ました」で1回お試し(50坪平均)  
5,940円~**3,240円**~ お断り・変更の無料診断付き!  
庭木の育て方などアドバイス致します。  
●剪定.....10,800円~

おうちのこころダスキンへ  
ダスキンつくば南支店・茨城  
☎0120-530-112

つくば市西郷15  
受付/平日8:30~18:00 土曜8:30~15:00  
休/日・祝日

こんなご家庭は要注意

- 近くに河川 池・井戸等がある
- 畳・床にきしみ、隙間がある
- 雨漏り、シミがある
- 通気口、基礎・外壁にひびがある

ダスキンシロアリ診断のプロがあなたの自宅のシロアリ被害の有無と可能性を徹底的にチェックします。

**シロアリ駆除  
まずはチェック!!  
無料床下診断**

ダスキンターミナルックスベイト  
工法ならシロアリの巣ごと速く  
治します。人やペット、環境に  
も優しい画期的なシロアリ駆除  
システムです。

**保険貯蓄ナビ**  
HOKEN CHOCHIKU NAVI  
Iias TSUKUBA

**保険の買い、比較と選択。**

備える	貯める	殖やす
比較	選択	安心
生命保険	損害保険	

最新保険会社 35社から  
組み合わせ

**保険無料相談実施中!**

暮らしの基本となる住まいの保険。今春からの増税を含め、何もかも「値上げ」なのか?と悩んでおられる方には、「火災保険」の見直しをお薦めしています。条件が整えば、予想以上の見直し効果が期待出来るかもしれません。

死亡保障・医療・がん・年金・学費... 保険見直しで「相談に来てよかった」という声をたくさん頂いております。「知らない」ことで、損をする場合が本当に多い保険。とくに比較・検討してみてください!!35社の中から、商品をお選び致します。

現在の保険証をお持ち頂けますとスムーズに診断できます。

保険の見直し相談(無料)でご来店のお客様に

**T-POINT 100ポイントプレゼント!**  
ご相談の予約で  
T-POINT **2倍**(200ポイント)!!

**西武筑波店**  
tel.029-861-7433  
つくば市吾妻1-7-1西武筑波6F  
営/10:00~20:00  
駐車場3時間無料サービス  
保険貯蓄ナビで検索!

**イーアスつくば店**  
tel.029-868-7225  
つくば市研究学園C50街区1  
イーアスつくば3F  
営/10:00~21:00 駐車場無料  
保険貯蓄ナビで検索!

**SBIモーゲージ イーアスつくば店**  
過去最低金利の今こそ、**[フラット35]への  
お借り換えのチャンス!**  
全期間固定金利だから安心・お得・  
便利な住宅ローンをご提供致します。

**OPEN!**  
SBI モーゲージ  
SBI マネープラザ  
tel.029-896-8112  
つくば市研究学園C50街区1  
イーアスつくば 1Fメディカルコート  
営/10:00~20:00 年中無休  
SBIモーゲージで検索!

外壁塗装 屋根塗装 その他直したいところだけリフォーム  
**夏の塗り替えシーズン到来! 500棟以上の実績**  
省エネ対策は遮熱塗料で!  
**お見積もりは無料です!**

代表取締役 藤井 浩  
専任営業 藤井 浩  
専任営業 藤井 浩  
専任営業 藤井 浩  
専任営業 藤井 浩

「私たちが責任を持ってあなたの家を  
新築のようによみがえらせます!」職人一同

自信があるから  
**10年保証付!!**

今年も快適に 遮熱塗料で! お客様の声(つくば市二の宮 佐藤様)  
どこにお住まいすればいいのかわからずいた時、ポストに投函されたチラシを見て、ホームページも拝見してお電話しました。見積もりの段階で4つのプランを提案頂きましたがコロナの影響で家の状態は遮熱塗料が効果があるという事で経済効果も考え職方プランをお願いする事にしました。工事にいらした職人さん達は礼儀正しく、丁寧に細かい所まで作業してくれました。後で工事のアルファムを頂いたのですが、住んでいての私達でさえ気がつかないところまで仕上げて頂きました。我が家は寝室が2階なので夏の時期はともて暑苦しくエアコンを付けばなしていましたが、昨年の猛暑でもエアコンを付けずに過ごせました。遮熱塗料のおかげで今年も快適に過ごせそうです。

土浦・つくばの  
リフォーム専門店 **藤井浩塗装店**  
いつもあなたのために一生懸命、  
心をこめて。 土浦市上高津870-2  
日本建築塗装職人の会 加盟店 **無料見積り**  
ご相談窓口 ☎029-824-1710  
今すぐ「ぶらざ見た」とお電話を!  
info@fujii-tosou.net http://www.fujii-tosou.net

Anne Gables  
花子とアン放送記念  
「赤毛のアンの家」  
スペシャルキャンペーン

■1階床面積 49.99㎡(15.1坪)  
■2階床面積 48.12㎡(14.6坪)  
■延床面積 98.11㎡(29.7坪)

6/1(日)~6/30(月)までの  
キャンペーン価格 **1,700万円**

<この期間にご契約された方、さらに下記エリアでの建築ご希望の方対象>  
つくば市、つくばみらい市、土浦市、守谷市、常総市、牛久市、龍ヶ崎  
取手市、稲敷市、坂東市、下妻市、結城市、古河市、八千代市、境町  
五井町、阿内町、阿見町、利根町、美浦村

その他プランもあります。お気軽にお問合せください。

TEL.029-837-8670 **スタッフブログ  
更新中!!**  
メープルホームズつくば  
つくば市松野木 188-22 **メープルホームズ つくば 検索**

生活お役立ち特集

住まいを  
見に行こう

有名テーマパークの造形アートで  
世界に1つを創り上げます。

今話題の「ZERO-CUBE」  
ついにつくば、初上陸!!

高すぎる日本の家が、「ZERO-CUBE+FUN」で変わる。  
全国を巻き込む、新しい価値を創造する家づくり。  
デザイナーズハウス

1,000万円

scandinavia 1,200万円(税別)  
mamanの家 1,330万円(税別)

有名全国誌(ファッション誌等)にも取り上げられ、  
注目度の高いデザイナーズハウスです。

土地探しは 土地プラザ茨城 検索

Grand Homes  
守谷市立沢1785-3 営業時間9:00~18:00 定休日/火曜日・水曜日  
☎0297-20-6772 **Grand Homes 1000 検索**

**建築家とつくるデザイン性の高い高性能住宅を手の届く価格で!**  
 ~あなたのライフスタイルに合った、あなたのためだけの家づくり~

**構造現場見学会実施中!**  
 快適で丈夫でコストを抑えた  
 お家の作り方が分かります。  
 詳細はHPより!



建築家とつくるあなたのライフスタイルにあった暮らしやすい、世界にたった一つのお家。長期優良住宅に標準対応した、燃費のいい家がちょっとした工夫でコストを抑えてつくりことができます。

リアルグループ  
**株式会社リアルウッド 研究学園店**  
 (R+house つくば南・ひたち野うしく)  
**0120-856-858**  
 〒305-0817 つくば市研究学園 D33街区5  
 アールプラスハウス しく 検索 <http://www.ecoreal.co.jp>  
 フェイスブックはじめました! リアルウッドで検索!



**買い家づくりのための イベント情報**

**6/8 SUN 知ってるだけで数万円得をする! 買い住宅資金セミナー**  
 先着5組様 人生で一番大きな買い物は何だと思いませんか? ローンを組むための正しい知識・注意点などをわかりやすくご説明いたします。家づくりを始める前に知っておくべき「お金の知識」を学びましょう!  
 参加費: 無料  
 13:30~

**6/22 SUN 後悔・失敗しないために 土地探しセミナー**  
 先着5組様 一戸建ては欲しいけど、住みたい場所が決まらない...住みたい地域はあるけれど土地が見つからない。そんな方にお勧めのセミナーです。土地購入のポイントや注意点をお教えします。あなたにとって最適な土地が必ず見つかります。  
 参加費: 無料  
 13:30~

**6/14 SAT・15 SUN RealWood CraftCafe**  
 モザイクタイルで新居に飾る  
 ルームプレートを作ろう!  
 各回先着5組様 (1日計10組) 参加費: 無料  
 【午前の部】10:00~ 【午後の部】14:00~

イベントの詳細・ご予約・お問い合わせはお電話かHPより



P.1  
もみてね!

**アゲルホーム TEL.029-886-3221**

ローコスト・ハイクオリティでできる「完全自由設計」の注文住宅。県南地域で年間100棟の実績のアゲルに是非ご相談下さい。



表紙裏  
もみてね!

**ノーブルホーム TEL.029-850-1100**

デザイン・クオリティ・コストに優れた注文住宅が評判!土地探しから設計、室内のコーディネートまで家づくりのことなら何でもご相談下さい。

**今月の住宅 PICK UP**



裏表紙  
もみてね!

**LA VINGつくば TEL.029-861-0205**

素材とデザインにこだわった家づくりができるのが注文住宅の醍醐味。まずは想いを語りご来場下さい。



裏表紙裏  
もみてね!

**ドリームホームフジタ TEL.029-875-5366**

標準設備充実!完全オリジナル自由設計の注文住宅。地域密着工務店だからこそ、ワンランク上の高品質な住まいを低価格で実現。



P.4  
もみてね!

**トヨタウッドユーホーム TEL.029-875-3775**

展示場では住まいの臨場感のある素敵なモデルルームを見学できます。奥様の家事のしやすさを考慮した設計です。【随時見学OK! 10:00~18:00水曜定休】

# 生活お役立ち特集

## 住まいを見に行こう

### 住宅イベント情報 セミナー情報

※イベント・セミナーの開催日時・内容等が変更となる場合もございますので、ご了承ください。

毎週土日	LAVING Garden葛城を現地案内開催 10:30~16:30	小学校1分的好立地、当社分譲地をご案内! 無料資金相談会同時開催	LAVING Garden葛城 問合せ/029-861-0205	LA VINGつくば	裏表紙
毎週土日	新モデルハウスプレオープン 10:00~17:00	シンプルモダンの家が見学できます。	研究学園D67街区 問合せ/029-896-6789	土屋ホームつくば営業所	
土日開催	「アスミックフォレスト研究学園」分譲地 現地販売会 10:00~16:00	研究学園駅まで徒歩18分的好立地!現地販売会を開催します。お気軽にご来場ください。※6/7を除く	棟匠 研究学園モデルハウス 問合せ/029-896-8780	株式会社 棟匠	P.5
5/31、6/1	土浦市蓮河原新町現地見学会 10:00-17:00	土浦市蓮河原新町売リ土地販売会。 仲介手数料不要!	土浦市蓮河原新町4106-1 問合せ/029-822-5200	一誠商事株式会社	P.5
6/1~	竹園三丁目2期分譲地 先行予約ご相談会 10:00~18:00	文教エリアとして注目のエリア。 教育環境に優れた自然な街並みです。	トヨタウッドユーホーム研究学園展示場 問合せ/029-875-3775	トヨタウッドユーホーム	P.4
6/1~30	分譲地案内 随時	JRひたち野うしく駅付近「ニュータウン」好評分譲中!	ノーブルホームひたち野うしく分譲地 問合せ/029-850-1100	ノーブルホームつくば展示場	表紙裏
6/1~30	「赤毛のアンの家」スペシャルキャンペーン 10:00~18:00	6月中に「赤毛のアンの家」をご成約いただく茨城県南エリアで建築予定のお客様に特別価格をご提供いたします。	メーブルホームズつくば 問合せ/029-837-8670	メーブルホームズつくば	P.10

#### ベルチ土浦 tel.029-835-3000

- ベルチシールWポイントキャンペーン  
①6/13(金)・14(土) ②6/20(金)・21(土)  
③6/27(金)・28(土)
- プライダルフェア6/22(日)まで  
プライダリングからお呼ばれスタイルまで、  
お勧め商品をご紹介します。
- 父の日フェア6/1(日)~6/15(日)
- 雨の日フェア6/16(月)~7/2(水)

#### 西武筑波店 tel.029-851-0111(大代表)

【6階催事場のご案内】

- お中元ギフトセンター 7/30(水)まで
- 夏の紳士服バーゲン 6/4(水)まで
- 夏のトリニプバーゲン 6/5(木)~12(木)
- 婦人雑貨バーゲン 6/13(金)~19(木)
- 婦人服バーゲン 6/20(金)~26(木)
- 手づくりクラフト展 6/27(金)~7/3(木)

#### お買い物にお役立ち

### SHOPPING INFO

#### あみプレミアム・アウトレット tel.029-829-5770

- 6/6(金)~6/15(日)は開業5周年「5th Anniversary Sale」を開催!  
日頃のご愛顧に感謝の気持ちを込めて、5にちなんだ  
「5(ファイブ)セール」を開催!お得なアイテムを多数ご用意!  
さらにお買い物券や茨城県名産品が当たる  
「いばらき\*サンクス抽選会」も実施。  
期間中の初日と各土日には、つくばエクスプレス「つくば駅」から  
直行バスを無料運行いたします!ぜひご利用ください!

#### LALAガーデンつくば tel.029-860-2777

- 6/1(日)下根中学校吹奏楽部コンサート 11:00~ プラザステージ
- 6/7(土)アカチャンホンポ×JAF主催 チャイルドシート  
チェックアップイベント①10:00~12:00 ②13:00~16:00  
平面駐車場、フリーマーケット 10:00~16:00 平面駐車場  
※雨天時は7/5(土)へ順延
- 6/8(日)筑波大吹奏楽団コンサート①14:30 ②16:30 プラザ  
ステージ ●6/29(日)ボーイスカウトイベント 13:30~14:00 プラザ  
ステージ・広場

#### つくばクロススクエア tel.029-855-0051

- 6/7(土) 茨城県ばら切花品評会
- 6/7(土)・8(日) 父の日イベント
- 6/13(金) アクティブアウトドアタウンOPEN  
→ワールドワイドなアウトドア&スポーツブランドを集めた  
県内最大級の専門店ゾーンがQ't 3FにOPEN!  
※13(金)~15(日)はOPEN記念大抽選会を開催

#### イオンモール土浦 tel.029-835-8600

- 5/25(日)お笑いライブ すぎちゃん①13:00②16:00 ●5/30(金)あ  
さみちゆきミニライブ13:00、上杉香緒里ミニライブ16:00 ●5/30  
(土)、6/1(日)大道芸パフォーマンス 11:00、12:00、13:00、14:  
00、15:00、16:00 ●5/31(土) SambaNovaダンスショー①13:00②  
14:30③16:00 ●6/1(日) キンタロー、三日月爆笑お笑いステージ①  
13:00②15:00 ●6/7(土) Silent Siren ミニライブ①13:00②15:00、  
EMALFライブ&握手会18:00 ●6/14(土) Tamaアルバム発売記念イ  
ベント①13:00、②16:00 ●6/15(日) YOSAKOIパフォーマンス①  
13:00②15:00 ●6/21(土) X21セカンドシングルリリース記念イベ  
ント①13:00②15:30 ●6/21(土)、22(日) お子様遊び祭り ●6/27(金)  
青山友貴ミニライブ13:00、仁支川峰子ミニライブ15:00 ●6/28(土)  
小滝コージWithHolyBrightスペシャルライブ①13:00②16:00

#### イオンタウン守谷 tel.0297-47-0609

- 6/7(土)~8(日) 自衛隊広報展~守りたい人がいる~  
自衛官なりきりコーナーあり・組みひもストラップ作りなど
- 6/14(土) ふれあいの森コンサート 取手交響吹奏楽団
- 6/15(日) あそびの学校  
テーマ:描いた絵をスライドさせて/3面アート
- 6/21(土)~22(日) HONDA Early Summer Fair 2014
- 6/28(土) つくば国際松並保育園園児による  
パースデーミニコンサート
- 6/28(土) Everly (エバリー) ミニLIVE
- 6/29(日) 西田あい・ふたりグループ ミニLIVE

#### イオンモールつくば tel.029-836-8600

- 6/7(土)、8(日)イオンウェディングドレス撮影会  
ウェディングPRイベント  
パドルボート、ピクニックふわふわスライダー
- 6/8(日)イオンモールメンバーズカード会員限定イベント  
サッカーバチンコ工作イベント【先着200名様】9:00~16:00
- 6/14(土)、6/15(日)「ひら」書き下ろしイベント
- 6/15(日)シーズンザクラシック  
①12:00~②15:00~(各回45分)
- 6/28(土)~7/7(月)七夕イベント願い事を書こう

一詳しくは、イオンモールつくばHPをチェック!→

開催日	イベント・セミナー/時間	内容	会場/お問合せ	主催	掲載ページ
6/7	資産形成セミナー1 10:00~12:00	なぜ資産運用は必要なのか、基礎知識から、家計見直しのコツなどを考えます。詳細はHPをご覧ください。	保険貯蓄ナビ Nexus 問合せ/029-896-8020	保険貯蓄ナビ Nexus	P.10
6/7,8	守谷市みずき野中古現場見学会 10:30~17:00	リフォーム済み、日当たり良好、4LDKのお部屋を公開します。	株式会社KASUMICつくば本店 問合せ/0120-808-730	株式会社KASUMICつくば本店	
6/7,8	ウキウキ見学会バスツアー 9:30(集合)~夕方頃まで	バスで行く構造現場・完成現場見学会。耐震性に優れた環境に優しい先進の木の家をご紹介します。昼食付。	つくば市・阿見町 問合せ/029-853-8511	住友林業株式会社 つくば支店	
6/7,8	完成見学会 10:00~18:00	30坪以下でLD20畳、L字型キッチン、ハイレベルな遮熱加工が施された本場アメリカのおうち	土浦市大岩田 問合せ/029-850-6568	有限会社 ミリオン・ベル	
6/7~15	アートギャップ200枚展 10:30~19:00	店内に200枚のギャップ絨毯(じゅうたん)が展示されます。あなただけのギャップが見つかるかも!	スタイルショップ つくば店 問合せ/029-877-4255	スタイルショップ つくば店	
6/7,8,14,15	サマーハウジングフェア 10:00~18:00	アンパンマンショー他	つくばハウジングパーク 問合せ/029-859-8171	一般財団法人 住宅生産振興財団	
6/7,8,14,15	太陽光発電0金利キャンペーン開催中 10:00~18:00	詳しいキャンペーン内容をお知りになりたい方は、ご来場またはお気軽にお問合せください。	つくば店 つくば研究学園展示場内 問合せ/029-875-7888	アイフルホーム	
6/8,22	住宅資金セミナー/土地探しセミナー 13:30~	毎回大好評の勉強会!後悔しないための家づくりの注意点を分かりやすくお伝えします!	つくば市研究学園D33街区5 問合せ/0120-856-858	株式会社リアルウッド研究学園店	P.11,15
6/14	メゾネットパーク内覧会 10:00~17:00	賃貸活用を検討中の方、必見!メゾネット賃貸のモデルルームが見学できます。	牛久市神谷6-23-1 問合せ/0120-31-4898	株式会社ブルーボックス	
6/14,15	アゲルホーム完成見学会 10:00~17:00	屋上庭園の家/キューブモダンな家	ひたちの東 土浦桜ヶ丘3棟 問合せ/029-886-3221	アゲルホーム	P.1
6/21,22	完成見学会 10:00~17:00	新商品発売	土浦市 問合せ/029-875-8855	アイフルホーム 土浦南店	
6/21,22	龍ヶ崎・まちかど展示場オープン見学会 10:00~17:00	10kw太陽光搭載・ホビールームのある家公開!!「家づくり相談会」同時開催。	龍ヶ崎市藤ヶ丘 問合せ/029-860-6164	コンチネンタルホーム	
6/21,22	建物完成見学会 10:00~16:00	「豪華設備フル装備仕様」安くていい家をご観いただけます。	牛久市牛久町字甲塚 Y様邸 問合せ/029-873-2110	株式会社 野口商事	
6/21,22	トヨタホーム完成実例見学会 10:00~16:00	お客様のこだわりのお住まいを、2日間限定でご案内します。	牛久市ひたち野東四丁目 問合せ/029-830-8811	トヨタホーム茨城株式会社	
6/24,25	モザイクタイルでルームプレートを作ろう! ①10:00~②14:00~	カラフルなモザイクタイルを好きなデザインに組み合わせ、自分だけのルームプレートを作りましょう。	つくば市研究学園D33街区5 問合せ/029-863-2211	ユニバーサルホーム研究学園店	P.11,15
6/28,29	完成見学会 10:00~17:00	フレンチスタイルの家	つくばみらい市富士見ヶ丘 問合せ/029-720-6772	グランドホームズ	
6/7~30	デザイナーズハウス構造見学会予約受付中 10:00~17:00	筑西市海老ヶ島H様邸にて、無垢の構造材をご覧ください。※要予約	筑西市海老ヶ島H様邸 問合せ/029-879-8081	株式会社鶴亀 グランドホームつくば店	
~6/30	モデルハウスでお得に建てよう!! 9:00~18:00	あり得ない価格で、こだわりの家が手に入るチャンス企画です!まずはお問い合わせを!	株式会社ウィングホーム 問合せ/029-871-1022	株式会社ウィングホーム	

飼い主さんを探しています



ハイジ  
女の子

筑波山観光案内所に2月7日あたりから徘徊しており、13日茨城県動物指導センターに収容されました。発見者から電話メール相談があり、17日にCAPINで団体譲渡の手続きをとりました。性格の穏やかな子です。まだ若く、人にも犬にもフレンドリー。

▽譲渡方法、条件▽  
\*終生飼養、避妊去勢、毎年のワクチン、  
\*猫の場合は完全室内飼育、犬はフィラリア予防  
\*当会の定めるアンケート・誓約書へご記入頂き、お届け致します。

お問合せ先  
**CAPIN**  
NPO 法人 動物愛護を考える茨城県民ネットワーク  
HP ▶http://www.capinew.jp  
MAIL ▶info@capinew.jp  
TEL ▶090-6112-7179(鶴田)

CAPIN とは  
「動物愛護を考える茨城県民ネットワーク」は2008年に県南の動物ボランティアが中心となって結成された動物保護団体です。2011年1月にNPO法人となり、現在、会員200名が在籍しています。



ほんちゃん

お昼寝大好きにゃ!  
あくびの瞬間撮られちゃったのにゃー!



13歳  
ロンちゃん

長生きしてね★



PET PHOTO  
ペット写真集

＊ペット写真募集!＊

①お写真1点 ②ペットのお名前  
③応募者のお名前 ④住所、電話番号  
⑤ペットに対するコメント(20字以内)

◆応募方法  
上記の内容を記載の上、以下の方法でお送り下さい。  
QRコードでもメール応募可!

>>>郵送  
〒300-0037土浦市坂町1-6-13  
常陸通商土浦駅前ビル4F

>>>ネットから  
メール:plaza@joyo-plaza.co.jp  
HP:http://www.joyo-plaza.co.jp

※ご郵送の場合、写真集にお名前をお記入ください。また、お写真はご返却できませんのでご了承ください。※メールで電話番号は使えません。▼(ハート)とご記入ください。※申込み内容に不備があった場合は掲載が滞る可能性があります。



8ヶ月  
おなこちゃん

おてんばさんです(^^)



1歳  
にゃじらちゃん

でれすけの  
ごじゃっぺ猫だっぺ?(o)

## タイソーセンター新規会員募集のご案内

### 大幅リニューアル!!

大型肋木3連×2、クライミングロープ4本、専用タンピング板、円馬、平均台、スプリングボード等の体操の専門器具を追加しました。



### ★一般クラス、選手クラス・無料体験会実施中!

45分、60分の中でマット、跳び箱、鉄棒、大型トランポリン(60分のみ)を行います。90分の選手クラスは、田中光先生が直接指導をしており、7月30日(水)開催のタイソーランドカップに向けて頑張っている練習をしています。今年度は全国少年少女交歓大会で上位入賞を目指します。



お問い合わせ⇒ 080-4164-7255 taisoland@gmail.com

タイソーランド取手店  
5月31日(土)イベント案内

体操無料体験会

時間: 12時10分~12時55分

流通経済大学教授で体操オリンピックの田中光先生が担当!

お問い合わせ⇒080-5080-7255

taisotoride@gmail.com

取手教室: リボンとりで5階

タイソーセンター教室:  
つくば市二の宮1丁目3-6

見学大歓迎!!



予約可

【ハンズイングリッシュスクール】  
**HANDZ ENGLISH SCHOOL** つばね

☎029-875-3722

クーポンあり  
子連れ歓迎

つくば市吾妻3-7-14 エスワンビル1F  
休/月曜、日曜 ★HPPでは授業の様子が動画で見られます!【ハンズイングリッシュ】で検索

一人二人のお子様にと寄り添う丁寧な姿勢が多くの方に人気の理由!

無料レッスン受付中★  
生徒は8ヶ月の赤ちゃんから!小学生のうちに英検3級合格をする生徒も多数。レッスンはフォニックスの発音と会話を主体として学習。ネイティブのような発音が自然と身につきます。

授業のお約束はNo Japanese!100%  
ネイティブの指導ですが、日本人女性スタッフもアシスタントにつくので安心。

0歳~幼稚園生向けの【無料体験クラス】  
「なぞも読めるワーク」を持ち帰って家で練習できる「LIDカード」プレゼント!  
※お電話にて、お気兼ねなくご予約ください

★6月17日(水)・18日(木)★	★6月14日・21日(土)★
13:30 Little Baby (0~1歳までのお子様対象)	12:30 Little Baby
14:30 Baby(未就学児対象)	13:30 Baby
15:30 Begin(初心者・初級生対象)	15:30 Begin

キッズにおすすめ

# スクール

ぶらざゴスペル部 VOL.2

# GOSPEL

-ゴスペルクワイヤ-

『読者の皆様と一緒に何かを成し遂げたい!』  
そんな願いからスタートした「ぶらざゴスペル部」。  
たくさんの読者の皆様から参加のご応募を頂き、  
総勢30名を超える聖歌隊で活動中です!

6月はパート別のレッスンがありました!

みなさん素晴らしい歌声!

無料体験  
レッスンも  
随時実施中!

講師: 平山 一先生  
SONY MUSIC元プロデューサー

個人ボーカルレッスン  
ボイストレーニング・ビジネス会議・  
声優志望の方まで!

- 入会金10,800円
- 半年会費3,000円(4月・10月)
- 2レッスン10,800円
- 3レッスン16,200円

KISS MUSIC つくば校  
TEL.050-5832-5617  
つくば市松代 2-7-4  
「KISS MUSIC つくば」で検索!

Tsukuba United  
**Sun GAIA**

7フロアボール選手が基礎から指導!  
チームスポーツでコミュニケーション力UP!!  
どんな集団にも適応できる人材育成!

まずは気軽に体験しよう!

体験2回無料

- KIDS&Jr. クラス (幼稚園~小学生対象)  
月曜日 17:00~18:45【会場】吾妻小、要小、島名小、二の宮小  
火曜日 17:00~18:45【会場】竹園西小、谷田部南小
- Jr. ユースクラス (中学生対象)  
男子 中学生は部活動+αで上手になる!  
月曜日 19:00~21:30【会場】手代木中 月曜日 19:30~21:30【会場】松代小  
火曜日 19:00~21:00【会場】竹園西小 火曜日 19:00~21:00【会場】竹園西小  
木曜日 19:30~21:30【会場】前野小 土曜日 17:00~19:30【会場】手代木中  
土曜日 17:00~19:30【会場】手代木中 日曜日 18:30~21:00【会場】松代小
- エンジョイスポーツクラス (成人男女対象)  
月曜日 19:30~21:30【会場】吾妻小 大人の方の健康増進にも!  
金曜日 19:30~21:30【会場】前野小

つくばユナイテッドサンガイア  
TEL&FAX: 029(879)7345 http://www.tuvb.jp/  
E-mail: t-united.tisw@tuvb.jp

ぶらざを持ち歩かなくても、  
誌面を切り取らなくてもOK!

携帯クーポンもあります!

※一部、お店の管理で、掲載していないクーポンもあります。

募金クーポン  
HANDZ ENGLISH SCHOOL  
☎029-875-3722

QUOカード(500円分)  
プレゼント!無料体験クラスに参加された方対象!

●無料体験レッスン時にお持ちください

有効期限: 26年6月21日



**TFC 竹園ファミリークリニック**  
TAKAZONO FAMILY CLINIC  
院長 松本隆之

内科 小児科  
外科 整形外科

予防接種  
乳児検診

夜10時まで診療

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:00	○	○	休診	○	○	○	休診
17:00-22:00	○	○	休診	○	○	○	休診

休診日/水曜日・日曜日・祝祭日  
☎029-851-4635  
つくば市竹園2-8-19  
<http://www.tkznfcl.jp>





つくば市  
宇津野 莉夢・莉音(れむくん・りむちゃん)  
〈6ヶ月〉HAPPYをありがとう♥



つくば市  
坂巻 拓実(さかまき たくみ)くん  
〈4ヶ月〉我が家の小さな王子様♥



水戸市  
市毛 奏菜(いちげ かな)ちゃん  
〈7ヶ月〉パパとママの宝物♥



つくば市  
松本 僚哉くん・ほのかちゃん  
〈7才・8ヶ月〉いつまでも仲良し兄弟でいてね!



つくば市  
谷田川 さら・怜(さらちゃん・りょうくん)  
〈2才・7ヶ月〉お姉ちゃんよりいっぱい食べるぞーby弟



かすみがうら市  
中原 寿(なかはら ひさし)くん  
〈2才〉2才の誕生日にカッコよくキマりました☆



土浦市  
酒井 真那斗・悠羽斗(まなとくん・ゆうとくん)  
〈5才・3才〉いつも仲良しLOVELOVE♪



つくば市  
塚田 煌(つかだ こう)くん  
〈0才〉煌君!元気に大きくなってね!大好き♥

**REAL GROUPE** 4,000棟の実績!リアルウッドがお勧めする『後悔しないための家づくりの秘訣』があります  
プランや設備、価格の比較で大切な家づくりを決めてしまう前に知っておきたい大事なこと

**6/8 SUN 知っているだけで数百万円得をする! 賢い住宅資金セミナー**

13:30~15:00  
定員 先着5組様  
参加費 無料  
完全予約制です。

ご予算を安易に決めてしまうことは大変危険です! 年収が同じでもお客様のライフプランによって最適なご予算は異なります。またローンの組み方・返し方の違いで、総支払額が数百万円変わることも!? 家づくりを始める前に知っておくべき大切な「お金の知識」を学びましょう!

**6/22 SUN 後悔・失敗しないために 土地探しセミナー**

13:30~15:00  
定員 先着5組様  
参加費 無料  
完全予約制です。

あなたにとって最適な土地は必ず見つかります! 売地の状況によっては、購入後に想定外の諸費用がかかり、やむなく建物予算を削らなければいけなくなることもあります。土地は買い換えができません。セミナーでは最高の土地を購入するための方法をお伝えします!

**セミナー講師紹介**  
講師プロフィール  
本木 寛幸 氏  
株式会社リアルウッド 部長

どこに気をつけた家づくりを進めるべきか、どんな住宅会社と家づくりを進めるべきか、お客様の立場に立ったご提案で家づくりをサポートさせて頂いております。

**RealWood CraftCafe 6/14・15 SAT SUN**  
モザイクタイルで新居に飾るルームプレートを作ろう!  
午前10時~午後14時~  
定員 各回先着5組様  
参加費 無料

各種イベントの詳細・お申し込みはお電話またはHPから受付中

**株式会社リアルウッド 研究学園店** ☎029-863-2211  
(ユニバーサルホーム事業部) ユニバーサルホーム  
〒305-0817 つくば市研究学園 D33街区5

リアルウッドは、茨城県を中心に地域に根差し、住宅建築からアフターメンテナンスまで行う会社です。お客様の満足を追求し、創業から現在までに約4,000棟のお施主様の家づくりのお手伝いをさせて頂いてきました。より良い住サービスを提供できるよう、社員一同日々取り組んでいます。

フェイスブックはじめました。リアルウッドで検索!



# からだの健康集 達人

健康に関する気になること……  
各店の先生方=“からだの達人”に答えて頂きました!

達人たちが答える Q&A

## フーセラピーサロン きくえ〜

P.17

Q フーセラピーってどんな施術ですか?



A 足を使った施術法です。摩るようなソフトな刺激でリンパの流れや血流を整え、体の中から改善します。冷えや肩こり、疲労、痛みの解消はもちろん、肌細胞も活性化するなど美容にも効果がありますよ。

## 鼻の日帰り手術専門クリニック 花クリニック南大通り

P.17

Q 手術後の生活はどのようにになりますか?



A 手術当日は安静ですが、翌日からは通常の日常生活には問題がありません。お仕事や学校も、あまり体に負担がないようであれば大丈夫です。運動などは、出血を避けるために、しばらくは控えましょう。

## Body Brain [ボディブレイン]

P.18

Q 運動経験ゼロの私でもできますか?



A はい、もちろんです。マンツーマンレッスンですので、それぞれに合わせたプログラムとなります。格闘技のパンチやキックを取り入れた動きで、シェイプアップにも最適。ストレス発散にもなりますよ!

## 健康増進センターACT

P.17

Q 運動不足を解消するには、1日どれ位の運動量が必要ですか?



A 年齢にもよりますが、自分の出来る範囲の運動を、1日20〜30分程度行うといでしょう。1回の時間を10分にわけて2〜3回実施しても構いません。まずは無理をせず、週に2〜3回から始めてみましょう。

## さくら眼科クリニック

P.17

Q 最近、子どもの視力がどんどん低下しているようで心配です。視力低下を予防する方法はありますか?



A 夜つけて昼間の視力を回復させる「オルソレンズ」という特殊なコンタクトがあります。お子様の近視進行を予防する効果もありますので、ぜひ一度ご相談下さい。

## カイロサロンライフパートナーつくば

P.18

Q 整体やマッサージに行っても、その日は気持ち良いのですが、またすぐに痛くなってしまいます。



A 施術で一時的に良くなっても、日頃の悪い姿勢の癖がそのままでは意味がありません。正しい生活習慣を身につける事が大切です。当院では栄養・姿勢・睡眠を総合的に指導し、再発も防ぎます。

## 乗馬クラブクレイン茨城

P.18

Q 乗馬のフィットネス効果ってあるの?



A 乗馬は水泳やウォーキングと同じように有酸素運動。乗馬1時間あたりのカロリー消費はなんとなんと500キロカロリー! 軽いジョギングを1時間と同じくらいの効果があります! 運動不足の解消にも♪

## つくば矯正整体院

P.18

Q 帝王切開での出産だったのですが、産後の骨盤矯正は必要ですか?



A はい。どんな出産方法でも、出産前後は骨盤がゆるくなるので、骨盤矯正をした方が骨盤も引き締まるので施術をおすすめしています。

## さわやか健康カイロ

P.19

Q 骨盤は何回くらい施術をすると戻るのですか?



A 体の状態や体質、年齢、生活習慣でも変わりますが、一般的に5〜7回です。歪んだ状態を長く放置していると筋肉のクセが強く出る為、定期的な施術をお勧めします。

## ポプリ整体院

P.18

Q 揉み返しはありますか?



A 揉み返しは筋肉量に見合わない強い刺激が与えられた時に起こりますが、当院では必ず筋肉の状態を触って確認し、それに合わせた力加減や施術法に変えていますので揉み返しが起こりにくい施術です。

## TSUKUBA BODY&SOUL STUDIO

P.18

Q 加圧トレーニングをすると、どんな効果がありますか?



A 5つの代表的なものを紹介します。加圧トレーニングを行うと大量の成長ホルモンが分泌され、様々な効果をもたらします。  
①ダイエット効果②血行促進  
③回復力アップ④筋力アップ  
⑤若返り・美肌

## けんけん

P.19

Q 短期間で痩せたらリバウンドしませんか?



A 自己流ダイエットだとリバウンドしがち。当院ではマンツーマン指導で痩せる生活習慣を身につけて頂くのでリバウンド無し! 不安な時は携帯からいつでもアドバイス致します。目標体重まで2人3脚で頑張りましょうね!

## 整体治療 あおしま

P.19

Q 骨盤矯正とダイエットの関係を教えてください。



A 骨盤矯正をすると内臓が正しい位置に整い、骨盤部に集中する副交感神経の機能を活性化させます。その結果、内臓機能が飛躍的に向上し新陳代謝を高める効果があるので減量する上で一つの手助けとなります。

## BODY MAKE Studio 創【そう】

P.19

Q ピラティスって何ですか?



A リハビリのために考案された、誰でも取り組める運動です。お腹、背骨、下半身、肩甲骨を動かし、バランスの良い身体創りを目指します。身体に不調がある方に効果的です。

**募金クーポン**  
きくえ〜  
029-822-8275

**ぽらざ掲載**  
価格にてご提供

●ご利用は初めてのの方に  
限ります


**募金クーポン**  
ACT  
029-856-3525

施設体験1回無料!さらに  
体験後入会の方には  
会員登録料1,080円→無料!

●他券との併用不可  
●初めての方に限ります

ぽらざを  
持ち歩かなくても、  
誌面を切り取ら  
なくてもOK!

**携帯  
クーポンも  
あります♪**



※一部、お店の要請  
で、掲載していない  
クーポンもあります。

**からの達人**



**クーポン券**  
施設体験1回無料!  
さらに体験後入会の方には、  
会員登録料1,080円→無料!  
有効期限H26年6月末日

# 医療+フィットネス

(公財)筑波メディカルセンターが運営する会員制運動施設。医師・管理栄養士・トレーナー・保健師が常駐し医師と連携している施設だから、安心してトレーニングができます。

**健康生活応援キャンペーン!! 6/30(月)まで**

**メディカルA・Bコース** 入会費50%OFF

体調に不安のある方

**Aコース**  
通常75,600円→**37,800円**  
・1日人間ドック  
(年1回無料で受診可)  
・パーソナルストレッチor  
マッサージ(年12回)

**Bコース**  
通常32,400円→**16,200円**  
・入会時にメディカルチェック  
(身体測定・血液検査・心電図検査)  
・パーソナルストレッチor  
マッサージ(年6回)

**一般コース** 入会費100%OFF

目的に合わせて運動したい方

個人 通常21,600円→**0円**  
家族 通常32,400円→**0円**  
週末 通常10,800円→**0円**  
平日 通常10,800円→**0円**

**キャンペーン中!**  
1回無料体験(2,160円相当) 実施中!!  
ピシター券2枚(A,1320円相当) プレゼント!!

**お問合せ  
申し込み先 029-856-3525**

公益財団法人筑波メディカルセンター

**健康増進センターACT**

つくば市天久保1-2 駐/あり  
つくば総合健康センター4F 駐/あり  
営/平日8:00~22:00(受付21:00迄)  
土日祝10:00~18:00(受付17:00迄)  
休/第2・4火、年末年始、夏季休暇日

メタボ、高血圧、  
高脂血症...  
ぜひご相談ください!




つくば 「慢性副鼻腔炎(蓄膿症)」の日帰り手術専門

### 鼻の日帰り手術専門クリニック 花クリニック南大通り

029(863)3561 <http://1187clinic.jp>

つくば市竹園2-18-2 駐/あり  
診療/8:30~17:30 午前中は手術、午後外来となります。  
※完全予約制です。お電話でご予約ください。  
休診/木曜・日曜・祝日



### 蓄膿症の治療

#### 日帰りの手術の検討




アロマ・緑・BGM等、リラックスした状態でお待ち頂けるように配慮しています。

横山 和則先生  
医学博士。東京医科大学  
大学医学部卒業。  
土浦共同病院にて耳鼻咽  
喉科長を務め、2000年に  
当院を開院し現在に至る。

初夏の爽やかな季節ですが、寒暖の差も大きく、体調を崩したり風邪をひかれる方も多く見られます。黄色い鼻汁や鼻閉、頭痛などの症状が続く場合は、慢性副鼻腔炎(蓄膿症)の可能性があります。これは、元々の鼻の中の構造に狭い所があり、粘液が鼻の奥の副鼻腔という所にたまってしまいうちから起こります。数ヶ月経過後もなかなか良くならない場合や、いったん症状が収まっても、また悪くなる場合などは、薬による治療の限界がもたない場合があります。病状にもよりますが、内視鏡を使った手術が可能です。内視鏡手術は、従来の副鼻腔炎の手術と異なり、口のなかの上の歯ぐきを切るなどなく、鼻の穴から直接手術を行なうので、傷口が小さく済みみます。炎症の範囲が極端に広がったり、他に重症な疾患を伴っていないならば、局所麻酔での日帰り手術を検討することが出来ます。心臓疾患(高血圧、不整脈)、呼吸器疾患(喘息、睡眠時無呼吸症)、脳血管障害等のある方は、担当の先生に相談の上、検討します。

土曜 予約優先制 | 当日可 | 女性限定 | **クーポンあり**

Foulee Therapie® 協会認定  
フーセラビサロン きくえ〜



あまりの気持ち良さや効果を実感できることに加え、「不調の原因の生活習慣を変えなければ本当に良くなるはない」と考え、様々なアドバイスをしてくれるオーナーの人柄も魅力。「大切な人にも良くなってほしいから」とつい人に紹介したくなる方も多く、家族で通う方も。

★5周年記念★クーポン期間7月まで!

**フーセラビのここが凄い!!**

- ①結果が早く出る
- ②痛みがなく、もみかえしがない
- ③美容にも効果大

一度効果を感じて頂きたいから、**初回限定の特別価格をご用意!**

120分コース 13,500円→半額6,750円(税込)  
きくえ〜コース 19,500円→半額9,750円(税込)  
60分コース 7,500円→5,250円(税込)  
90分コース 10,500円→7,350円(税込)

【当日、次のご予約頂いた方に】  
次回施術料15%OFF!!+足湯サービス

店名は亡き母の名前「きくえ」と「効く」を掛け合わせたもの。確実に効果を実感して頂き、「来て良かった」と思ってもらえる様、常に努力を重ねています。」と語るオーナー自身、事故の後遺症を克服した経験の持ち主。

土浦市港町2-8-22 マリーナガーデン 土浦210 休/月曜 駐/あり  
営/10:30~22:00(受付21時迄)  
★土浦駅まで送迎(前日迄要予約)  
★女性施術者による女性専用サロン。



### お子様の視力低下で悩んでいませんか?

オルソレンズ:夜間に装着して昼間の視力を回復する角膜矯正用コンタクトレンズ

- 01 装着前(近視の状態)  
近視のためピントが前にずれている状態。
- 02 装着中  
オルソレンズを装着することで、角膜の形を矯正し、正常な屈折に。
- 03 装着後  
日中も角膜の形状が維持され、視力も維持。

**安全**  
手術ではなく、装着を中止すれば角膜の形が元に戻るため、レーシックに比べて安全です。

**簡単**  
基本的な扱いは通常のハードコンタクトレンズと変わりません。

**こんな方におすすめです**

- ①小学生、中学生などこれ以上近視を進行させたくない
- ②近視で困っているけど、レーシックなどの手術は怖い
- ③スポーツ、格闘技をしている
- ④メガネ、コンタクトレンズを昼間つけているのが鬱陶しい

**無料お試しトライアル実施中!!**  
※診察代が別途かかります。

眼鏡やコンタクトを使わなくても見える素晴らしいお試ください。

詳しくはWEBで→  
**さくら眼科クリニック** <http://www.sakura-ganka.com/>

日帰り白内障手術・硝子体手術 029-850-5500

つくば市妻木1424(筑波技術大学天久保キャンパス付近) 駐/あり

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●	●
15:00~18:00	●	●	●	●	●	●	●	●

※5月からの診察料金が異なります。本曜の午前が9時から、土曜日の受付は12時からです。お気軽にご来院ください。

**無料送迎** 身体が不自由な方も乗車できるリフト付き車両もご用意。



つくば 完全予約制

### 乗馬クラブ クレイン茨城

単純なダイエットだけでなく、お腹、背中、おしり、脚、ふくらはぎなどにシェイプアップ効果があります！  
あの気になるぽっこりお腹も撃退♪



乗馬は、足腰の衰えや腰痛、姿勢の悪さの予防や改善、ダイエット等にも効果があります。運動が苦手な方でも、自然と馬を操作できるようになるのが魅力的♪経験豊富なスタッフが丁寧に指導致します！

- ★乗馬体験会(20分)に先着20名様をご招待★  
※乗具レンタル1,000円(税別)、保険代200円のみ必要。
- 乗馬スクール45分.....5,000円(税別)  
※乗具レンタル1,000円(税別)、保険代200円のみ必要。
- 3日間5歳ライセンス取得コース47,688円(総額)  
※詳しくはHPへ、又はお電話にてお問合せ下さい。

029-861-8867

つくば市水堀410  
休/火曜日 駐/あり  
電話受付時間[平日]10:00~19:15  
[水曜]10:30~17:15  
[土日祝]8:30~18:15

無理なく楽しくフィットネス！初心者の方大歓迎です！

つくば 予約制

### つくば矯正整体院



産後骨盤矯正・腰痛・肩こりの大人気整体院！！  
産後1ヶ月以上からOK!!  
ボキボキしない骨格矯正!!  
「産後の骨盤矯正ならここ」と評判の大人気整体院。当院の産後骨盤矯正は、産後特有の骨盤が大幅に引き締まり、体重が戻った方も大勢おり、産後の腰痛・股関節痛・恥骨等の痛みが改善します。

- 産後の3セット  
産後骨盤矯正  
+整体+初回検査料  
=通常 5,300円  
⇒50分 3,800円
- 整体セット  
+初回検査料 1,000円  
=50分 3,800円  
(マタニティの肩こり 30分 2,800円)

029-852-1145

つくば市天久保2-20-7 駐/完備  
営/9:30~20:30(予約制)  
休/金曜日、6/5・21  
マタニティは5~8ヶ月の好調な方。  
※HP「つくば矯正整体院」一発検索!

## からだの達人

健康特集

つくば 完全予約制

### Body Brain ボディブレイン



マウマ指導で効果的に選取  
くハチキックエクササイズ  
>6月開講!身体ゆがみ、バランスの崩れを整えた後、格闘技のハチキックの動きを取り入れたエクササイズでシェイプアップを目指します。  
ストレッチ・体幹トレーニング  
+ハチキック  
9,600円/月(45分×2回)  
●入会金.....5,400円  
●体験コース30分 各3,240円  
→ハチキックエクササイズも体験後、即日入会で体験無料!!  
※詳しくは「Body Brain つくば」で検索!

029-886-3435

つくば市二宮2-17-12地下1階  
営/平日9:00~21:00(土日祝は19:00まで) 休/水曜、年末年始  
\*グローブ貸出しあり(ご希望の方は3,240円でマイグローブ販売も。)

つくば 予約優先制 | 個室あり

### 東洋経絡治療師協会会員 ポプリ整体院



深いコリにも必ず「イタ気持ち良い」と感じさせる絶妙な力加減で強めにしっかりと刺激。揉み返しが無いベテランの施術に感動し、幅広い年齢層がリピーターに。コリの酷い人ほど効果を実感しています。

- 40分...3,200円→2,900円 女性限定!
- 60分...4,400円→3,800円 60分以上で
- 80分...5,600円→4,800円 骨盤矯正無料!
- 100分...6,800円→5,900円 (通常2,500円)

029-895-4317

つくば市天久保2-4-22 駐/あり  
営/9:30~20:00 休/水曜  
パブリックに筋肉が固まっている方、慢性的な疲れで全身がだるい方、歪みが気になる方、ご相談下さい。

つくば 予約可 | カード可 | 個室あり

### TSUKUBA BODY&SOUL STUDIO



オーナーは加圧スペシャリスト  
トラクター(最高峰)の資格者。加圧を生かしたトレーニングで極真空手の全日本チャンピオンの育成など、経験豊富なトレーナーです。

- 期間 ~2014年6月30日(月)
- キャンペーン内容(加圧トレーニング)に女性の限定!!
- ①「体験料金が半額」 期間中、通常の半額でトレーニングをご体験いただけます。通常7,500円→3,780円
- ②「入会金が半額」 ご体験いただいた日に入会いただくと、入会金が半額になります。15,000円→7,500円
- ③「スタート4チケットを販売」 ご体験当日限定でお求めいただけます。お申込4回券をご用意しております。なんと、3回分の料金で4回お申し込みいただけます!! 25,920円→19,440円
- ④「マンツリー会員へのご登録で体験料金全額キャッシュバック」 ご体験いただいた日にマンツリー会員(月コース)へのご登録をいただいた場合、体験料金を全額キャッシュバックさせていただきます。

029-858-1303

つくば市春日3-1-7 2F 駐/あり  
営/10:00~21:00 休/要問合せ  
http://www.cocorotokarada.jp  
★3F「極真会館 つくば道場」では極真空手の教室を行っています!

つくば 完全予約制

### 特格矯正・病院で原因不明と言われる症状改善 カイロサロライフパートナーつくば



院長は、本場米国で技術した  
この12年(12年)の経験と  
この12年(12年)の経験と

実際の患者様【Nさん69歳】  
「痛みや原因や治療方法などの説明がわかりやすく、この人になら安心して身体を任せられると思いました。通い始めて約3ヶ月で長年悩んでいた腕のシビレが改善。周りの人にも信じられないと言われるほどです」

「一生このまま、と諦めていた症状が改善し、生きる世界が変わったよ!」と喜びの声多数!

- まずは効果を実感して頂きたいから、初回半額にてご参上!
- 本気で治したい方のためのカイロプラクティック(説明と施術で約90分)通常8,400円→初回4,200円
- 当日のご予約をいただいた方は、次回以降5,000円!!
- ★背骨や骨盤を正しい状態に戻すことで神経の流れを良くし、痛みや不調を解消。本場米国では国家資格として医師と同レベルの高い教育水準と経験が義務づけられており、予防医学として信頼の高い技術です。
- カイロプラクティック資格取得セミナー参加者募集中! 7月中旬開催予定詳しくはお問合せ下さい。

029-857-1891

つくば市春日3-4-1 ルヴィオ1-704号室  
営/火・水・土 10:00~20:00  
(予約は毎日可) ★土曜日は混み合いますので早めにご予約下さい。

## からだの達人



募金クーポン  
つくば矯正整体院  
☎029-852-1145

産後の3セット  
or整体セット  
50分3,800円

●ご利用は初めての方に限りです。

有効期間:26年6月末日

募金クーポン  
ライフパートナーつくば  
☎029-857-1891

8,400円  
→半額!

●初めての方に限りです。  
●2回目以降お得な回数券もご用意です。

有効期間:26年6月末日

募金クーポン  
TSUKUBA BODY&SOUL STUDIO  
☎029-858-1303

掲載内容  
でご提供!

●他サービスとの併用不可。

有効期間:26年6月末日

募金クーポン  
ポプリ整体院  
☎029-895-4317

掲載価格  
でご提供

●初めての方に限りです。

有効期間:26年6月末日

**募金クーポン**  
さわやか健康カイロ  
☎029-802-8877

**通常価格より  
1,500円OFF!!**

- 新規の方に限ります
- 他割引との併用不可

有効期限 26年6月末日

---

**募金クーポン**  
BODY MAKE Studio 創  
☎029-875-5644

**お試し  
1,000円**

- ご利用は初めての方に限ります

有効期限 26年6月末日

---

**募金クーポン**  
整体治療 あおしま  
☎029-875-8755

**ぶらざ掲載価格  
にてご提供!!**

- 1枚でお1人様まで
- 初めての方に限り

有効期限 26年6月末日

完全予約制 | 個室あり | **クーポンあり**  
子連れ歓迎

### 整体治療 あおしま

☆☆☆増税後も当院の料金は変わりません☆☆☆

**頭痛 肩こり、脊柱・骨盤矯正はおまかせください!**

延べ2万人以上、18年の豊富な経験を積んだ国家資格を有する施術者が整体を行います。ウトウトしてしまう程心地良く、ポキポキしない無害・無痛の施術はリラクゼーションとしても最適です。かかりつけを探している方はぜひお試しを。

◆◆◆初回の方限定「ぶらざを見た」で◆◆◆  
 ●30分コース.....3,000円  
 ●60分コース.....5,000円→4,500円  
 ●90分コース.....7,000円→6,000円  
 一午前8:30より営業しております

〒029-875-8755  
 つくば市高野台2-15-33  
 電話受付/8:30~21:00  
 休/木曜日 駐/あり  
 ☆複数人数割引、学生・高齢者割引あり ☆子連れ ☆国家資格保有

予約可 | **クーポンあり**

### BODY MAKE Studio

#### 創[そう]

「生活の中に自分のカラダと向き合う習慣を取り入れ、生活習慣を変えるきっかけになってほしい」とインストラクターの権田さん

「自分で動かして、自分で直す」がコンセプト。身体機能を知り尽くした理学療法士の指導だからこそ、不調を改善し、健康を取り戻すことを目的としたピラティスが体験できます。自分の身体の取り扱いがわかるようになり、負担のかかりにくい身体へ。

◆お試しレッスン◆1回1,600円→1,000円  
 1時間のレッスン。肩こり・腰痛・首の痛みをはじめ、疲れが取れない・冷え症・むくみなどの悩みを抱えた方もおすすめ。少人数制なので、1人1人に合った指導で満足度も高い。※要予約

〒029-875-5644  
 つくば市梅園2-17-4 2F 駐/あり  
 mo-baco(モーバコ)内 休/日曜  
 営/6:30~22:00 ◆早朝・深夜歓迎。毎回復日・時間を選べます。まずは好きな時間にお試し予約♪

完全予約制 | 男性歓迎 | **クーポンあり**  
子連れ歓迎

### さわやか健康カイロ

開院8年、この道10年以上の経験豊富な整体師が施術!

★マタニティ整体も行ってあります。お気軽にご相談下さい。

院長自身も3児の母です。

▶ベビーベッド・キッズスペースも完備しているのので、お子様連れでも安心!

筋肉のコリがひどいところをイタ気持ちいい加減で調整し、ズレている部分は矯正を行っていきます。「なかなか改善しなかった痛みが改善した!」、「施術効果が長続きする!」など喜びの声を多数頂いております。また、一度の施術で実感できるためリピーター続出!

新規の方ぶらざクーポンにて1,500円OFF  
 [カイロプロフェッショナル/産後骨盤矯正/マタニティ整体] 上記各メニュー(90分)通常5,500円 **4,000円**

〒029-802-8877  
 つくば市 阿見町うずら野1-35-24  
 営/9:00~12:00, 13:00~20:00  
 休/日・祝日 ●ご予約で、ご夫婦やママ友と一緒に貸切りも可能。  
 ★増税後も料金は変わりません★

**残り3ヵ月 夏までにあと10キロ 本気で痩せる方法**

Before 20代/153cm After 30代/154cm

6ヵ月後 **-37kg** 成功率99%!!

おお客様の体験談がHPやブログに満載!!  
 耳つぼけんけん アメブロ 検索

足を出す季節に! **フットリフレ ブチダイエツプラン** 1回2,700円 →初回**2,000円** **ぶらざ限定**

けんけんんで痩せるための たった3つの決め事!

1. 痩せたいと思う事
2. 痩せる目標は大きい事
3. 痩せたら何がしたいか決める事

まずは空欄を埋めてみましょう!  
 目標設定がダイエット成功のカギ

けんけんからのメッセージ

産後で体はたるみ、食べることでストレスを解消していたら、おばさん体型に色々なダイエットを試したけど全て失敗。最後の望みをかけてけんけんに来たら、楽しく痩せられて今も体型キープ中!!私も経験者だからこそ、あなたを支える自信があります!私には無理...どうせ痩せない...と思っていませんか? なんて太ってしまったのが原因が分かればちゃんと痩せられます!まずはお電話でご相談下さい! 本店スタッフ

さぁ、次に痩せるのはあなたの番!  
 ↓下のチケットを切り取って、今すぐ「けんけん」へ!! ↓

健康耳つぼダイエット **けんけん**

「ぶらざ見た」とお伝え下さい。【完全予約制】  
 つくば本店 ☎0120-030-236  
 牛久店 ☎0120-524-236

**ぶらざ特典!**

- ①カウンセリング無料
- ②耳つぼスタートの方 フットリフレお試し1回無料

●ご利用は初めての方に限ります  
 ●予約時に「ぶらざ見た」とお伝え下さい  
 ●本気で痩せたい方限定

有効期限 H26年6月末日

つくば 予約可 | 個室あり | カード可 |

クーポンあり

### ホワイトエッセンス デンタルオフィスゴリ



リラックスして施術が受けられる環境です。保険診療も行ってまいります。

カウンセリング

じっくり丁寧なカウンセリングで安心。プロの目で最適なメニューを提案してくれます。

ホワイトニング施術実績は約293,000件(2014年3月現在)豊富な経験を活かし、1人ひとりの歯質に合わせた効果の出やすい施術と好評です。国家資格を持つ歯科医師や歯科衛生士が担当してくれるから安心。万が一白くならなかった時は全額返金!カウンセリング無料、まずはお気軽にお問合せを。

ホワイトニング12本(前歯12本の範囲)……**8,000円** 保険外  
 歯の黄ばみ取り(歯垢除去)……**3,000円** 保険内  
 歯石取り(歯垢除去)……**3,000円** 保険内  
 リップエステ(唇のシワケア)……**3,000円** 保険外

〒305-0851 つくば市小野崎字千駄刈278-1  
 LALAガーデンつくば内1F  
 営/平日 10:00~19:00  
 日曜 10:00~18:00  
 定休日/月曜日

つくば 当日可 | 予約可 | 男性歓迎 |

クーポンあり

### Colour Bottle Gallery ILO-S [イロース]



色力が持つパワーを利用して、心と体を元気にしてくれる「アットホームなリラクゼーションスポット(リラクゼーション)10時~19時(予約優先制)★スポーツアロマトリートメント(下半身)(約60分)**4,860円** ※学割あり

トップアスリートも愛用しているボタニクス。皮膚病のお子様にもオススメ!定期的なメンテナンスで怪我の予防やパフォーマンスの向上にも効果的!自宅でのケア法もレクチャー。

★足湯+ひざ下トリートメント……**2,160円**~ ※その他メニューあります。(時間外予約限定メニューもあり)

【カフェ】●チャクラティーボット(お菓子付)**600円**  
 ハーブを効くようにブレンドが特徴のお茶。7種類あり、お好きな色から選べます。オーナーからの一言メッセージ付き

＜高圧カラー＞カラーセラピー(高圧カラー)11分(11分) 受講料、受講日程など詳細は、お気軽にお問い合わせください。HPにも掲載中です。イロース つくば で検索!

〒305-0851 つくば市二の宮2-12-11 第一別荘ビル1F 駐/あり 休/水曜日  
 営/10:00~19:00 ●臨時休業の場合はブログに記載 ★プレゼントに最適な癒しアイテム販売中♪

色の力とリラクゼーションで心も体も芯から癒してくれる



ぶらざ募金クーポンは1枚10円

としてぶらざが回収し、東日本大震災の支援活動に従事する「日本赤十字社」へ寄付いたします。

募金クーポン ILO-S [イロース] 番029-896-8414

店内にある色を使ったリラクゼーションのプチ体験サービス

●スタッフにお申し付けください。●店内の状況によりお待たせすることがございます。

有効期限+26年6月末日

募金クーポン ホワイトエッセンス 番029-875-4114

口元の美と健康のための情報誌「美人道」プレゼント

●お1人様1冊まで(初回のみ)

有効期限+26年6月末日

土浦 完全予約制 |

クーポンあり

### BEAUTY SALON doors [ドアーズ]



豊富なサンプルから好きなデザインを選べます。また、ライフスタイルに合わせたデザインの提案もしてくれるので、リーズナブルにこだわりネイルが叶えられます♡定額ジェルネイルなので、初めての方も安心です♪

夏のフットネイルデザイン豊富に取り揃えております♪

※定額ジェルネイル……**4,000円**~  
 ※フットジェル……**4,000円**~  
 カラー・ストーンの変更などお気軽にご相談ください。

〒309-0851 土浦市並木3-4-7  
 mycitylife37番館203号  
 営/10:00~21:00  
 (時間外応相談) 休/不定休  
 ★お子様連れは事前にご相談下さい

土浦 完全予約制 |

クーポンあり

### 【ポーラ・ザ・ビューティー】POLA THE BEAUTY 土浦店



施術中は癒しの香り漂い、リラックス効果! 70%ストレス軽減とのデータも!

極上のマスクをとれば、バァァと肌のなかから光輝く。20代~80代の方でも効果を確かに実感できる。新登場フェイシャルエステがお得な価格で受けられるチャンス!

プレミアムエステ(約70分) **11,880円** →土浦店限定 **8,640円**

「マスクをはずした瞬間にビックリ!!肌が見えるほど白くなってる!」と驚き喜びの声多数!!

■トライアルエステ……**3,240円**~

●他2POLAをご利用の方も、土浦店ご利用が初めてなら、初回限定でご利用

〒309-0851 土浦市田中3-1-35-102 不定休  
 営/10:00~20:00(最終受付18:00) 施術中は電話に出られないこと  
 があります【メールでのお問い合わせ】  
 mm19250@mail.pola.co.jp

つくば 予約可 | 予約優先制 | カード可 | 予約可 | 個室あり |

クーポンあり

### Nail Resort Zephyr [ゼフィール]



LEDライト使用のスピード施術で持ちの良さに定評があります。ネイルブログ更新中♪

2回目以降のお客様もお得♪

◆ジェルカラーorラメラゲーション(オフ込) 5,000円~4,500円(2回目以降の方) **新規3,500円**

◆ジェルフレンチ(オフ込) 6,000円~5,400円(2回目以降の方) **新規4,200円**

◆フットジェルカラー(オフ込) 5,000円 **新規4,000円**

◆ハンドケア……**2,500円**  
 (形整え+甘皮除去+磨き+ハンドトリートメント+ベースコート)

◆フットケア……**3,680円**  
 (形整え+甘皮除去+足裏内磨き+磨き+フットトリートメント+ベースコート)  
 ※全メニュー税抜き価格で表記しています。

〒305-0851 つくば市研究学園D2街区2 駐/あり  
 営/平日10:00~20:00 土日祝9:00~19:00 休/火曜・第2水曜  
 ★美容室・理容室併設。

募金クーポン Nail Resort Zephyr 番029-860-3166

ぶらざ掲載価格にてご提供☆

●アート代・定額ネイル対象外

有効期限+26年6月末日

募金クーポン POLA THE BEAUTY 土浦店 番029-821-5003

掲載内容、掲載金額でご提供!

●他券との併用不可。  
 ●他店POLAにて施術したことがある方も、土浦店利用が初めてなら可。

有効期限+26年6月末日

募金クーポン doors 番080-6719-7239

ネイルオフ無料!

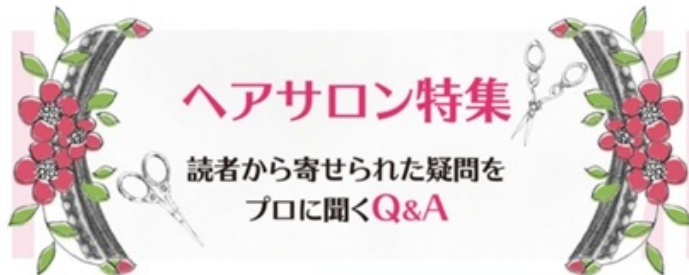
●他店ネイルオフも出来ます。

有効期限+26年6月末日

今回は髪に関する悩みや疑問に関するアンケートを実施し、ぶらざ読者140人が質問を寄せてくれました。読者の生の声をもとにぶらざスタッフがプロに直接聞いてきました♡

【読者アンケート】

「ヘアサロンのスタッフに聞いてみたいことはありますか？」



## ヘアサロン特集

読者から寄せられた疑問を  
プロに聞くQ&A

### Rhythm Hair Design

22歳

Q.トリートメントをしていても傷むのはなぜですか？



A.〇〇プロミド、クロリドと表記されているものは、髪の体力を奪い頭皮への刺激も多く、シリコン系などもその場限りのツルツルが後々のダメージの原因になります。

### Style Creator [スタイルクリエイター]

22歳

Q.カット中の会話はなくても平気ですか？



A.もちろん大丈夫です。カルテに「静かにゆっくり過ごしたい」等とご記入頂いたり、「雑誌を読んでいてもいいですか？」と言って頂ければ配慮致しますのでご安心ください。

### Regolith hair creative brand

23歳

Q.夏場のお手入れ方法を教えてください。



A.紫外線が乾燥の原因となるのでUVケアが必要！オイル系の洗い流さないトリートメントも紫外線を浴びるとオイルの役目をしてしまう為この時期は推奨していません。

### Asfido [アスフィード]

23歳

Q.ドライヤーでの上手な乾かし方を教えてください。



A.ボリュームを出すなら生え癖と逆方向に乾かすと良いでしょう。更に、冷風を加えるとキューティクルが引き締まり、ツヤが出ます。スタイルの持ちも良くなります。

### Shine [シャイン]

23歳

Q.白髪染めで傷まない方法はありませんか？



A.薬剤の酸性・アルカリ性を示す、pH(ペーハー)値が関係しています。このpH値が1低いだけでダメージは1/4に抑えられます。なるべくpH値が低いものを利用しましょう。

### 大人の床屋 JADE [ジュエイド]

23歳

Q.オススメのワックスを教えてください。



A.数多くの雑誌で話題となっている爆発的人気のクールグリースは、流行りのオールスタイルから定番スタイルまで幅広く艶やかに演出できます。

### blanca hair design [ブランカ ヘアデザイン]

22歳

Q.最近髪のボリュームが無くなってきた気がします。



A.加齢による血行不良などの「地肌環境悪化」や、「髪やせ」が原因です。根本的な解決にはサロンケアだけでなく、日々のケアが大切です。ぜひ1度ご相談ください。

### Salon de Minelva [ミネルヴ]

23歳

Q.髪を傷めない正しい乾かし方を教えてください。



A.髪が傷む主な原因は、濡れた状態の髪をタオルでゴシゴシする、ドライヤーのかけすぎ、自然乾燥の3つ。これらを守るだけでも仕上がりに差ができますよ。

### JEWEL [ジュエル]

25歳

Q.白髪染めと通常のヘアカラーの違いって何ですか？



A.薬剤の染毛成分は同じです。ですが、白髪染めはお洒落染めよりも染める頻度が多くなるので、薬剤も頭皮をいたわりなるべく刺激が少ないように作られています。

### 美容室サラリー イースつくば店

24歳

Q.オススメのヘアケア商品はありませんか？



A.「ジョンマスターオーガニック」をお薦めしています。全ての製品で科学物質を一切使わず天然原料にこだわっているから、髪と頭皮、地球にも優しいヘアケア商品です。

### happy berry HAIR STORY

23歳

Q.髪がバサつきやすいのですが、何かいい方法は？



A.濡れたままで放置せず、根元から毛先に向かって乾いていくイメージでドライヤーをかけて下さい。洗い流さないトリートメントや、UVカットのスプレーもおすすめ。

### voice [ボイス]

25歳

Q.ノンシリコンって髪に良いんですか？



A.ノンシリコンの物でも洗浄成分等の違いによってダメージに繋がるケースも有ります。成分と照らし合わせご自身にあった物を選ばれるのが◎。ご相談承ります。

### Rhythmic [リズムック]

25歳

Q.美容室のカラーとホームカラーの違いは何ですか？



A.市販のカラー剤は臭い軽減を重視。薬剤が髪や皮膚に残りやすく、ダメージの原因に。美容室ではダメージレスが大前提。髪に残りにくい薬剤を使用します。似合う色の提案も♪

### Hair Salon MARNE [マーヌ]

25歳

Q.似合う髪型がわかりません。



A.まずは、どんな印象を与えたいか、または憧れの俳優等なりたいイメージをお伝え下さい。髪や輪郭、頭皮などのお悩みを考慮したスタイルでご提案致します。

SOL HAIR DESIGN [ソルヘアデザイン]

26歳

Q.お客様1人1人に心がけていることは何ですか？



A.肩の力が抜けるような、心から安らげる時間をプロデュースできるように心がけています。リラックスした空間でじっくり向き合い、1人1人にあったスタイルをご提供致します。

New York Designs

26歳

Q.髪に良いシャンプーのやり方が知りたいです。



A.髪は濡らして30秒程は内部まで水分が行き渡らず、すぐにシャンプー剤を付けると傷めてしまいます。頭皮を指先でマッサージしながら洗うと健康な髪への促進にも。

hair&make share [シェア]

27歳

Q.スタッフの方はどんなシャンプーを使用しているのですか？



A.当店でも使用している世界最高峰シャンプー“ウエラSP”のサンケアシリーズ。紫外線を浴びた髪を優しく洗い、塩素も除去してくれます。全身使えて、髪もサラサラです。

natural hair pure green [ビュアグリーン]

26歳

Q.抜け毛を防ぐ方法ってありますか？



A.1番は頭皮環境を整えることです。当店では特殊な天然水を頭皮から浸透させ、毛髪や頭皮を健康に蘇らせる土壌を作ります。一度の施術で発毛が確認出来る事も！

richesse [リシェ]

26歳

Q.流さないトリートメントの効果を知りたい。



A.ドライヤーの熱に反応してトリートメント成分をしっかり髪にとじ込めダメージ補修し、髪にしっかりと水分を蓄える状態にしてくれます。ドライ後は髪の芯から潤います。

HAIR MAKE LAMP [ランプ]

26歳

Q.どれくらいのペースでヘアサロンに行くのがベスト？



A.髪質や施術内容によっても違いますが、個人的には1ヶ月半〜2ヶ月後のスタイルの変化で次のカットを考えるので、その位でこ来店頂けると助かります。

La Queenta [ラクウィンタ]

26歳

Q.接客の際、気を付けていることは？



A.常にお客様の来客に感謝の気持ちを持ち、共に過ごす時間を大切にしよう心がけています。お客様が遠慮なくコミュニケーションをとれる関係性となれるのが理想です。

Velocca☆ [ヴェロッカ]

27歳

Q.寝る前のお手入れで良い方法はありますか？



A.濡れた状態の髪はキューティクル(毛表皮)が開き、傷みや匂いの原因となるので、寝る前にはしっかりと髪を乾かし、しっかりと毛の流れに沿って乾かすことでツヤもです。

Zephyr [ゼフィール]

27歳

Q.カラーのもちを良くする、長持ちのコツとは？



A.アミノ酸系シャンプーを使用しましょう。市販のシャンプーの大半は石油系で洗浄力が強く、カラーの色素まで落ちてしまいます。38℃くらいのぬるま湯で洗うのもコツです。

予約優先制 | 男性歓迎 | カード可 |

blanca hair design



都内で10年以上、芸能人のヘアも担当してきたオーナー。伸びてもまとまり、時間が経つにつれて良くなるカット技術は、子育て中のママの常連客も多いのも納得。

美に敏感な女性達が「来る度に髪がキレイになっていく」と大絶賛!!伸びてもまとまる再現性の高いカット技術是非体験して下さい。

★★★全メニュー20%OFF★★★  
**お得なセットメニュー**  
 カット+カラー(トリートメント込)14,040円→9,990円  
 カット+リラックスパーマ.....12,960円→9,990円  
 仲性のパーマで低ダメージから髪まっすぐにふんふんとした仕上がりに  
 カット4,320円(税込) 髪毛矯正(税込)17,280円→13,824円(税込)  
 ★ナチュラルパーマ+ロマカラー7,560円(税込)〜  
 ★オスメ(天然素材でダメージがほとんどなく頭皮にもしみてくれない)

029-875-3626  
 牛久市ひたち野西4-11-9 103  
 営/10:00~20:00、日祝日9:00~19:00 駐/あり 休/火曜、第4月曜日 ●混みあうため数日前のご予約がお勧めです。

Rhythm Hair Design



「子供の頃の髪に戻った」「重さやクセが無くなった」と絶賛される美容業界初の新型トリートメントは髪の本毛がサラサラに、カラーの色持ちもパーマの扱いやすさも格段に違います!!「体験して欲しい」との思いから無料提供を始めた。

★オスメ★リサワズベシャルトリートメント5,500円  
 ●カット.....4,500円 ●カラー+トリートメント.....8,000円  
 ●パーマ+カット+トリートメント.....8,500円  
 ●エアーウェーブ+カット+トリートメント.....16,000円  
 ●縮毛矯正+カット+トリートメント.....17,000円  
 ※全メニューシャンプー+ブロー込 ※税別価格で表記しています

029-835-0880  
 土浦市中央1-2-14 駐/あり  
 営/平日10:00~20:00  
 土日祝9:00~19:00 休/火曜、第1・第3月曜 ●「りさわズ 土浦市」で検索 ●アシスタント募集中!!

Style Creator

健康な髪へ早く高濃縮びと価格以上の仕上がりに、30代からの大人の女性から信頼を得る25年以上の実績を誇る老舗サロン。

メニュー

- ストレート+カット .....10,260円(税込)
- カット.....2,880円(税込)
- オーガニックカラー+カット .....6,990円(税込)
- デジタルパーマ+カット .....9,050円(税込)
- 一全メニュー S・B込

ふらぎクーポン  
 ご持参でホームケア用トリートメント無料サービス!

★ピアタウン2F  
 ●ロイヤルホスト  
 ●マクドナルド

TEL.029-826-8060 TEL.029-878-2277  
 土浦市真鍮新町 18-13 牛久市南 2-26-1

募金クーポン

Style Creator(土浦店)  
 ☎029-826-8060

掲載価格にてご提供  
 ♪ホームケアトリートメントプレゼント

- 他サービス併用不可
- 来店時必ずクーポンをお持ちください
- 土浦店、牛久店で利用可

有効期限H26年6月末日

募金クーポン

Rhythm Hair Design  
 ☎029-835-0880

トラベルサイズ  
 ノンシリコントリートメントをプレゼント

- ご利用は施術された方に限ります

有効期限H26年6月末日

募金クーポン

blanca hair design  
 ☎029-875-3626

全メニュー  
 20%OFF!!

- 新規の方限定
- 来店時にご持参下さい
- 他券との併用不可
- 販売品は除く

有効期限H26年6月末日



**募金クーポン**  
Asfido [アスフィード]  
☎029-879-8070

**セットメニュー  
掲載価格にてご提供**  
●ご新規様限定

有効期限：26年6月末日

**募金クーポン**  
Regolith [レゴリス]  
☎029-863-2311

**全メニュー  
20%OFF**

●ご利用は初めての方に限り  
●他券併用不可  
●ご来店時にクーポンをお持ちください

有効期限：26年7月末日

**募金クーポン**  
happy berry  
☎029-875-4777

**シャンプー  
& トリートメント  
プレゼント**

●他のサービス券との併用不可

有効期限：26年7月末日

**募金クーポン**  
studio JADE Hair Work  
☎029-858-5877

**ぶらざ掲載価格  
にてご奉仕!!  
(新規の方限定)**

●1枚でお1人様まで  
●他のサービス券との併用不可  
●高校生以上の男性にのみご使用いただけます。

有効期限：26年7月末日

**募金クーポン**  
Shine  
☎029-855-8806

**新規の方は全メニュー20%OFF、既存の方はぶらざ掲載価格にてご提供**

●1枚でお友達もOK  
●ご来店時にクーポンをご持参ください  
●他のサービス券との併用不可

有効期限：26年6月末日

**募金クーポン**  
Salon de Minelva  
☎029-848-2223

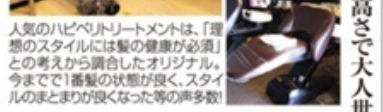
**ぶらざ掲載価格  
にてご提供!!**

●新規の方だけでなくご利用いただけます  
●ご予約の際に「ぶらざを見た」とお伝えください  
●平日18時迄に発行して下さい

有効期限：26年7月末日

**クーポンあり**  
【HappyBerry】  
happy berry HAIR STORY

15年以上の経験を持つオーナーは、休みの日も勉強を欠かさず、ほぼ全てのメーカーの最新情報を把握。他サロンからアドバイスを求められるほど。



人気のハビベリトリートメントは、「理想のスタイルには髪が健康が必須」との考えから調合したオリジナル。今まで1番髪の状態が良く、スタイルのまとまりが良かった等の声多数!

「こうなりたいけど私の髪では無理?」を払拭し、要望を叶えたい思いが徹底。髪質や骨格などを見極めた上で「できない」「似合わない」を克服し、理想の形に導いてくれる。どこに行っても満足できなかった方から、最後に行きつけとして選ばれているのも納得。

★新規限定価格★  
★カット+カラー(orパーマ)+ハビベリトリートメント 13,800円〜10,900円

カット+カラー 4,800円 カット+カラー+トリートメント 4,800円  
パーマ+カラー 8,800円 カラー+トリートメント 18,200円  
ハビベリトリートメント+カラー 3,800円 カラー+トリートメント+カラー 9,900円

☎029-875-4777

〒214-2142 駐/あり(408からではなく裏から入れます)  
営/平日10:00~19:30受付終了  
土/日 祝10:00~19:00受付終了  
休/火曜 ●着付けヘアセットあり

**クーポンあり**  
【レゴリス】  
Regolith hair creative brand

ヘアケア、デザインとの両点にこだわった技術者が揃う。



高い薬剤知識に裏付けされた最高水準のパーマ・カラー技術は、美髪を求める女性から高い評価を得ており信頼を集めている。卓越した技術と知識で安心と価値あるサービスを提供してくれる。

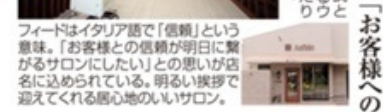
◆カット.....4,500円-3,600円+税  
◇カラー.....7,500円-6,100円+税  
◆つくば初!ノンアルカリカラー8,500円-6,800円+税  
◆オススメ!ノンアルカリパーマ9,500円-7,600円+税  
◆人気!育毛増毛ヘッドスパ.....施術と併用で+3,000円+税

☎029-863-2311

〒214-2302 つくば市二の宮2-3-1  
休/火曜日 駐/あり  
営/平日10:00~20:00  
土/日 祝9:00~19:00  
【レゴリス つくば】で検索

**クーポンあり**  
Asfido [アスフィード]

5/18オープン!「お客様への思い」が詰まった素敵なサロン



「いつまでも美しくいて頂きたい」と、忙しい人にもまとまりやすいスタイルを提案してくれるのは女性オーナーならではの。シャンプーは髪に優しく敏感肌でも安心なものを使用。美髪と扱いやすいヘアが同時に手に入る。

◆カット.....4,000円 ◆カラー.....5,000円〜  
◆パーマ(シャンプー+カット込).....9,000円  
◆眉毛矯正14,000円 ◆トリートメント2,000円

ぶらざ限定セットメニュー  
カット+パーマ+トリートメント=13,500円  
カット+カラー+トリートメント=11,500円

☎029-879-8070

〒214-0069 つくば市研究学園D69街区7画地  
TOCO Beaut B 駐/あり  
営/10:00~19:00(カット最終受付) 休/火曜 第1,3月曜  
★新規オープンのためスタッフ募集!

**クーポンあり**  
Salon de Minelva [ミネルバ]

髪の将来のことまで視野に入れ、薬剤は全てトリートメントベースの物のみ使用。「サロンの効果を長く実感してほしい」との思いから、個々の髪質に合ったホームケア商品もプレゼントしてくれる。



初めてでも落ち着ける明るい空間と、気軽に何でも相談できるスタッフの人柄が何とも言えない癒しと温もりを演出。キレイを長く保ってもらうことを考えた再現性の高いスタイル提案で、男女問わず幅広い層からの信頼が厚い。お子様連れなど家族で通う方も。

7月までのキャンペーン  
カット+パーマ+トリートメント+カラー+ヘアセット -8,500円(税込)

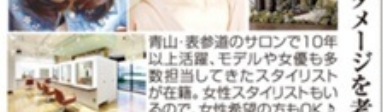
★カット(シャンプー+ブロー込み)4,200円-3,200円(税込)

☎029-848-2223

〒214-3361 つくば市遠東336-1 【完全予約制】  
休/火曜日 営/10:00~20:00  
http://minelva.cute.coocen.jp  
★平塚駅西口入、東光台 豊里の杜近く、  
研究学園駅から車で約8分!

**クーポンあり**  
Shine [シャイン]

100%植物(天然由来成分)の「ジョンマスターオーガニック」取扱店。



青山・表参道のサロンで10年以上活躍、モデルや女優も多数担当してきたスタイリストが在籍。女性スタイリストもいるので、女性希望の方もOK!

特許技術やノーベル賞受賞成分を配合した全く新しいトリートメント&パーマ・ストレートが登場! ハリ・コシ・ボリュームに悩む方へ、今までにない仕上がりを体感してみませんか?

オススメ!初めて来店される方限定!1,000円+無料!

◆ヘッドスパ.....1,500円-5,500円-1,350円-4,950円  
◆カット.....4,500円-4,050円 ◆パーマ.....6,500円-5,950円  
◆カラー.....5,000円-4,500円 ◆オーガニックカラー.....5,500円-4,950円  
◆トリートメント&パーマ・ストレートメニューが新しくなりました!  
◆Tokidトリートメント.....4,000円-3,600円  
◆Newオートトリートメント.....7,000円-6,300円  
◆フラーレンホットパーマ.....12,000円-10,800円  
◆オススメ!フラーレンストレートパーマ16,000円-14,400円

☎029-855-8806

〒214-1214 つくば市二の宮2-12-14 1F  
営/10:00~20:00(カット+カラーorパーマ18:30 カット19:00まで受付) 日祝9:00~19:00  
休/月曜(祝日は営業) 駐/あり

**クーポンあり**  
大人の床屋 JADE [ジュエ]

「JADE」常連の36歳男性 30代~40代の大人の男性  
▼美やがモテヘアに変身★に人気の理容室。マッサージ機能付の椅子でゆったりリラックスタイムを過ごせよう。



「今までの理容室に満足していない」けれど「美容室はなんとなく入りづらい」そんな方にオススメ。ハイセンスな技術、お洒落で気軽に入れるトリピーター急増中!心地よい音楽が流れる店内は、仕切りがため周りを気にすることなく過ごせます。

Jコースカット.....2,500円-2,000円+税  
Aコースカット.....2,800円-2,200円+税  
Dコースカット.....3,800円-3,000円+税  
Eコースカット.....4,300円-3,400円+税  
Sコースカット.....7,000円-5,000円+税  
平日メニューAコースカラー+トリートメント.....6,300円-4,500円+税

☎029-858-5877

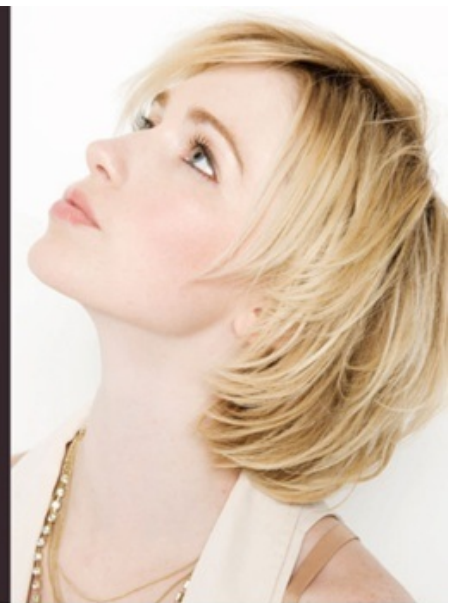
〒214-2113 つくば市春日2-21-13  
休/火曜 駐/あり  
営/10:00~21:00  
土/日 祝9:00~20:00  
数日前の予約がお勧め。当日予約可。



茨城県初の  
ジョンマスターオーガニック  
プレステージサロン

**sarari**  
hair make & spa salon

【美容室サラリ イーアスつくば店】



防れるたびに、心地良さと満足感を五感すべてで感じてほしい。  
sarariは上質な技術、サービスはもちろん、ヘアケア・スキンケアに100%植物（天然）由来原料のものを使用するなど、内面からも輝くためのこだわりがたくさんつまっています。髪も体も心も新たに生まれ変わる至福の時間をお楽しみ下さい。

john  
masters  
organics

ジョンマスターオーガニックは1991年、「地球に敬意を払うラグジュアリーなビューティラインを」というコンセプトでニューヨークに誕生しました。化学物質を一切使わずオーガニックハーブを賢識に配合したヘアケア、スキンケアプロダクトを揃え、注目を浴びているオーガニックブランドです。

Campaign Menu

キャンペーン実施中!! 消費税は別途となります

- |                  |                                   |                       |                                   |
|------------------|-----------------------------------|-----------------------|-----------------------------------|
| 01 カット+シャンプー+ブロー | ¥5,500→¥4,400 <sup>20% Off</sup>  | 05 カット+縮毛矯正           | ¥13,500→¥9,450 <sup>50% Off</sup> |
| 02 カット+カラー       | ¥10,500→¥8,400 <sup>20% Off</sup> | 06 カット+オーガニックスタンダードスパ | ¥7,000→¥5,600 <sup>20% Off</sup>  |
| 03 カット+パーマ       | ¥10,500→¥8,400 <sup>20% Off</sup> | 07 カット+オーガニックアロマスパ    | ¥9,000→¥7,200 <sup>20% Off</sup>  |
| 04 カット+デジタルカール   | ¥13,500→¥9,450 <sup>50% Off</sup> |                       |                                   |
- ※ミディアム+¥500/ロング+¥1,000/ベリーロング+¥1,500

Cut

- ◆オーガニックカット(シャンプー+ブロー込)  
オーガニック植物の力によって化学物質や環境ストレスによる髪や頭皮のダメージを正常に近づけ、しなやかで弾むような髪へと導きます。 **¥5,500**
- ◆スカルプカット(スカルプシャンプー+ブロー込)  
オーガニック植物の力によって乾燥した頭皮や崩れた油分をコントロールし、トラブルのある頭皮を沈静・浄化し正常へと導き、抜け毛を予防します。 **¥6,000**

Color

- カラーによるケミカルダメージやアルカリに傾いたPHをオーガニックハーブとオーガニックアップルサイダービネガーの作用で正常に戻し、通常で取り除けない石灰分や毛幹上にたまった汚れを排除します。
- ◆カラーリタッチ (シャンプー+ブロー込) **¥5,500**
  - ◆オーガニックケアカラー (シャンプー+ブロー込) **¥6,000**
  - ◆マニキュアカラー (シャンプー+ブロー込) **¥6,500**

Other

- ◆眉カット **¥1,000**
- ◆ポイントメイク **¥3,000**
- ◆フルメイク **¥4,000~**
- ◆アップスタイル **¥4,500~**

Perm

- パーマによるケミカルダメージやアルカリに傾いたPHをオーガニックハーブとオーガニックアップルサイダービネガーの作用で正常に戻し、艶感のある柔らかなカールや美しいストレートを作ります。
- ◆オーガニックケアパーマ (シャンプー+ブロー込) **¥6,000**
  - ◆デジタルカール (シャンプー+ブロー込) **¥9,000**
  - ◆オーガニックケアストレート (シャンプー+ブロー込) **¥9,000**

Spa&Treatment

- ◆オーガニックスタンダードスパ (ブロー込) (30分) **¥4,000** <sup>要予約</sup>
- ◆オーガニックアロマスパ (ブロー込) (50分) **¥6,000** <sup>要予約</sup>
- ◆インフェノムトリートメント (シャンプー+ブロー別) (10~15分)  
5つのステップで髪を内部から徹底補修。健康な髪から生まれる厚みとやわらかさが実感できる極上のトリートメントシステムです。 **¥3,000~**

消費税は別途となります  
(ロング料金)ミディアム+¥500/ロング+¥1,000/ベリーロング+¥1,500  
(一部メニューにより異なります。)

**sarari**  
hair make & spa salon

【美容室サラリ イーアスつくば店】  
イーアスつくばアウトモール

☎0120-771-281

【営業時間】

10:00~21:00

予約優先制

右記の各種カードが  
ご利用になれます。



<http://www.sarari-beauty.com>

※キャンペーン料金は優待券をご持参の方に限ります。



ご優待券

※ご予約優先となります。  
※必ずご来店時にこのチケットを  
切り取ってご持参ください。  
※他のサービスとの併用はできません。  
※有効期限は2014年6月30日までです。

**sarari**  
hair make & spa salon

【美容室サラリ】

☎0120-771-281

# ヘアサロン

**募金クーポン**  
JEWEL  
☎029-828-8448

★新規のお客様★  
①ぶらざ限定  
特別価格にてご提供  
②通常メニュー20%OFF

●他のサービスとの併用不可

有効期限 26年6月末日

**募金クーポン**  
MARNE [マース]  
☎029-875-9566

**ぶらざ掲載価格にてご奉仕!**

- 1枚でお1人様まで
- 他のサービス券併用不可
- 予約の際に「ぶらざ見た」とお伝え下さい。

有効期限 26年6月末日

**募金クーポン**  
richesse [リシェス]  
☎029-879-0017

【ぶらざ限定】  
①ぶらざ限定  
特別価格にてご提供  
②通常メニュー20%OFF

●新規、既存の方も利用できます。●「ぶらざを見た」とご予約で、ぶらざ価格にてご提供●他券との併用不可

有効期限 26年6月末日

**募金クーポン**  
pure green [ピュアグリーン]  
☎029-846-4525

**ぶらざ掲載価格にてご提供**

●新規の方に限ります。

有効期限 26年6月末日

予約優先制 | 男性歓迎 | **子連れ歓迎**

## Rhythmic [リズムック]

現役で活躍中のヘアメイクアーティストの技術を体感できる

現場が好きで一般の方にも触れたいという思いから開業した。

オーナーは雑誌等の撮影現場でのヘアメイク経験も豊富。アットホームな接客と「お客様第一」という真面目でひたむきな姿勢に魅了され、お子様から80代までの幅広い世代の方が通っているサロンです。

10年以上の経験を持つスタッフが揃う

お子様連れのお客様も嬉しいサービスをご用意

お子様連れのお客様も嬉しいサービスをご用意

●カット (S-B&L) ..... 4,000円(税別)  
●カット+カラー or パーマ (S-B&L) ..... 9,000円(税別)~  
●カット+エアウェーブ (S-B&L) 12,000円(税別)~  
●メイクアップ 5,000円(税別) 着付け+ヘアセットも承ります。  
●まつげパーマ 3,000円(税別)

☎029-852-2765

つくば市研究学園D13街区7-203 営/10:00~20:00  
休/火曜、第3火水 駐/あり  
★スタッフ募集中!!お気軽にお電話ください。(詳細はP.37)

完全予約制 | 男性歓迎 | カード可 | **クーポンあり** **子連れ歓迎**

## Hair Salon MARNE [マース]

仕事でも普段でも好印象! 働く男性からの信頼が絶大!

フランス・パリをモチーフとした優雅な時間が流れる店内でリラックスできる。

男性オーナーが1対1でじっくり向き合ってくれるから、「本当に伝えたい事をきちんと伝えて理想が叶う」とこだわり派からの支持も高い。大型店が苦手な方にも好評です。

オーナー自身、髪に悩んだ経験があるからこそ、綿密なカウンセリングで要望を汲み取り、「忙しい朝も扱いやすく」「こんな印象を与えたい」「薄毛、くせ毛、絶壁が気になる」等、働く男性ならではの悩みを解消してくれる。

★ぶらざキャンペーン★  
※お電話の方でもご予約できます  
メンズカット 4,000円 → 3,500円  
ご新規特別価格 (シャンプー+カット+トリートメント+ブロー) 3,000円  
●メンズカット 4,000円 → 3,000円(予約2,500円)  
●グレイカラー 4,000円 → ファッションカラー 4,500円  
●パーマ ..... 5,500円 → ※価格は全て税抜き表示です。

☎029-875-9566

つくば市吾妻3-8-10 ロワール 502 1F 駐/あり 休/火曜 営/10:00~20:00  
http://www.marne.jp/ [MARNE つくば] で検索!

完全予約制 | カード可 | 男性歓迎 | 個室あり | **クーポンあり** **子連れ歓迎**

## JEWEL [ジュエル]

業界初!! 新感覚の髪質改善トリートメント「インカラミ」

インカラミトリートメント

インカラミトリートメント 5,780円 → 3,240円

●カット ..... 4,730円 → 3,780円  
●カラー ..... 4,860円  
●カット+カラー ..... 8,100円  
●カット+パーマ ..... 8,100円  
●カット+縮毛矯正 ..... 9,720円  
●根本カラー (リタッチ) 3cmまで ..... 2,700円  
●根本縮毛のみ ..... 4,860円  
●リ・カラー ..... 5,940円  
●カット+リ・カラー ..... 9,180円

仕事帰りの方へ...  
★1日限定2名様★ カット2,700円 カット+カラー5,400円  
15:00~20:00の間で来店できる方

☎029-828-8448

つくば市花園1569-1 駐/あり 営/10:00~20:00 (最終受付) 日曜のみ9:00~18:00 (最終受付) 休/火曜 第3月曜 ★最終受付時間からのパーマ、カラー予約もOK!

予約可 | カード可 | **クーポンあり** **子連れ歓迎**

## natural hair pure green [ピュアグリーン]

カラーがしみない!! 安心・安全な施術で染める度髪が綺麗に!

化学物質のパーマ液で髪が枯れると知り、使用する薬剤は人にも環境にも優しい天然水を使用するように、薬剤が頭皮にしみにくく、刺激も抑えるため、アトピーや敏感肌の方も安心です。

「パーマやカラーを繰り返しても傷まないどころか、逆に子供の頃のような綺麗な髪に戻ってきた」と感動する方が続出中!

★安心・安全の美髪カラー 《新規限定特別価格》  
12,000円 → 14,000円 → 9,600円 → 11,200円(税別)

1. カラーセレクト 5. カラー+シャンプー  
2. モニターでの頭皮状態の確認 6. ヘッドマッサージ  
3. 頭皮ケア+天然水シャンプー 7. スタイルング  
4. 天然水のヘアスプレー 8. モニターで頭皮状態の確認

上記+カットの場合: 14,000円 → 16,000円 → 11,200円 → 12,800円(税別)

★フェイシャルトリートメント(60分)  
6,000円 → 初回お試し3,000円(税別)  
(クレンジング+保湿からスキンケアまでトリートメント+パック)

☎029-846-4525

つくば市牧園1-18 営/9:30~18:30 休/火曜日、第2-3月曜日  
http://www.p-green.biz  
★育毛・発毛にも効果絶大!! 抜け毛・薄毛でお悩みの方はご相談下さい。

予約優先制 | 男性歓迎 | 当日可 | 子連れ可 | **クーポンあり** **女性オーナーだからこそ髪の健康にこだわる真面目なサロン**

## richesse [リシェス]

「丁寧な仕事でご提供したい」との信念から、しっかりとしたカウンセリングを心がけ、ケア剤はオーナー自ら使って納得したものだけを厳選。メニューに組込まれているトリートメントは栄養をしっかり浸透させ美髪に導きます。

15年以上のベテランオーナーのサロンだから、一貫した施術で安心感が高い。女性目線での確かなケアをしてくれるのが魅力。

☎029-879-0017

つくば市花園3-21-2 103 営/10:00~矯正15:30迄、カット18:30迄、パーマ17:00迄、カラー17:00迄 休/火曜 (祝日は営業) 駐/あり (店舗隣3台)

予約可 | カード可 | 予約優先制 | 個室あり | 男性歓迎 | 着付可 | **子連れ歓迎**

## voice [ボイス]

お子様連れやご夫婦の来店も多い、誰もが心落ち着くサロン

美容師歴10年以上のベテランが揃う。男性好みのヘアに詳しく様々な職業の男性にも人気。旦那さんが奥さんや娘さんを紹介したりと、家族の口コミで通う方も多い。

「時が経つ程に仕上がりが良くなる」と評判のカット。一人ひとりの雰囲気やライフスタイルを大切に、自宅でもセットしやすいスタイルを提案。こだわり派からおまかせ派まで、年代を超え幅広い支持を得ている。

●カット 4,000円 ●パーマ ..... 9,800円~  
●カラー 5,500円 ●デジタルパーマ13,180円~  
●デジタルパーマ13,180円~  
●カット+トリートメント+縮毛矯正  
●カット+トリートメント+縮毛矯正

005 [デンパズスリー] ミュリアムクリスタル  
縮毛矯正の力をフルに活用し、頭皮状態を活性化させます。  
1. 専用シャンプー+トリートメント+保湿フォーム  
通常3,000円 → 他メニューと併用で1,000円  
2. 上記メニュー+スカルプセッション+マシン使用  
通常4,000円 → 他メニューと併用で3,000円

☎029-839-9930

つくば市松野木99-33 駐/あり 営/10:00~20:00 休/火曜・第3月曜 ●個室完備 (無料・要予約) お子様連れでも、周りを気にせずゆっくり過ごすことができます。

## La Queenta [ラ・クイェンタ]



パーマ液を使わずトリートメントで巻き髪スタイルが作れる「リ・カール」。髪を傷めず、簡単なお手入れで美しく崩れにくいウェーブに仕上がります。ポプやショートにかけても、シャンプー後に手でくしで簡単スタイリング。髪が細くハリ・コシのない方、髪を大切にしたい方にお薦め。リピーター率が高いのも納得。



知識と技術のある専門のアイリストが担当するので安心。安全な肌刺激の少ない薬剤を使用。かゆみやかぶれを防ぐ細心の注意を払った施術です。

- 一度は試してみたいリ・カール、ウェーブがより綺麗に速化しました。
- ★リ・カール.....8,480円~
  - ★リ・カール ストレート.....8,480円~
  - ★カット.....4,200円 ★パーマ10,800円~
  - ★ファッションカラー.....6,480円~
  - ★人気のヘッドスパ.....3,780円
  - ★まつげエクステおまけ付.....9,400円
  - ★アイパック.....10,800円
  - ★カット+パーマ+カラー+トリートメント+ヘッドスパ+アイパック.....10,800円~7,580円
  - ★NEW液顔ヘッドソータ(オプション).....クーポンで(他メニュー)+1,080円



◆早朝のご予約も承ります◆  
リニューアルにつきスタッフ募集!

0120-311-073

つくば市古来602 駐/あり  
営/平日9:00~19:00  
土日祝9:00~18:00  
休/火曜 第3日曜日  
http://www.laqueenta.com/

## SOL HAIR DESIGN



スペイン語で「太陽」という意味の店名のとおり、個性やライフスタイルに即したデザインを提案し、1人ひとりを照らし続けていきたいとオーナー。エレガントからカジュアルまでこなすデザイン性と、髪の悩みに配慮した施術は、年齢問わず安心して髪を委ねられる。

029-875-5666

つくば市研究学園D14街区8画地  
D-14 201 休/火曜・第1,3日曜  
営/10:00~19:30(受付) 土日祝  
10:00~18:30(受付) 駐/あり

髪質や年代に合わせたベストな提案で、梅雨期の悩みを解消。気さくで飾らない性格のスタッフ。顧客からの信頼が厚く、髪の悩みについても丁寧に伝えてくれるので相談しやすい。

- ◆カット 4,200円~3,888円 ◆パーマ 12,800円~11,664円  
◆カラー 4,200円~3,888円 ◆トリートメント 2,800円~2,520円  
◆カット+パーマ 8,400円~4,960円 ◆トリートメント+カット+パーマ 15,000円



# ヘアサロンの特集

**募金クーポン**  
SOL HAIR DESIGN  
029-875-5666

ぶらざ掲載価格にてご提供

●新規のお客様に限り  
ます ●予約時に「ぶらざ見た」とお伝えください

有効期限:26年6月末日

---

**募金クーポン**  
La Queenta  
0120-311-073

①掲載価格にてご提供  
②液顔ヘッドソータ 通常メニュー+1,080円

●ご新規の方に限り  
●他サービスの併用不可

有効期限:26年6月末日

---

**募金クーポン**  
HAIR MAKE LAMP [ランプ]  
029-896-8808

ぶらざ掲載価格にてご提供!

●一枚でお一人様まで

有効期限:26年6月末日

---

**募金クーポン**  
New York Designs  
029-857-4844 029-855-4151

ダブルトリートメント 無料(カラー又はパーマする方)

●2,500円以上のメニューをされた方に限り  
ます

有効期限:26年6月末日

ニューヨーク デザイン  
**New York Designs**  
Hair Cut & Hair Color  
カットカラー専門店  
ECOサロン NYD つくば市 検索

キッズカット890円(税込)  
メンズカット890円(税込) レディースカット1,000円(税込)

MENU メニュー

- スタイリストカット.....1,000円
- 童髪カット.....500円
- ワンコインカラー(気になる部分染め・シャンプー無).....500円
- パーマ.....S3,890円 M~L4,290円
- カット+パーマ&シャンプー(ショート).....4,890円
- トリートメントカラー&シャンプー(ロング).....7,890円
- メンズカット.....2,990円
- フェイシャル各種(シェービング/ソックス/ビーズング等).....各1,500円

※乾かす程度のドライは無料、プローされる場合+1,000円

TEL.029-857-4844 予約優先

TEL.029-855-4151

スタッフ募集中! 詳しくはP.37

**【全て税込価格】**

- カラー(アミノ・自白髪)トリートメント(カラー).....2,800円
- デザインカット&シャンプー.....1,900円
- カット+カラー+トリートメント(カラー).....3,800円
- お持ち込みカラー.....1,800円
- 女性専門お顔そり.....1,200円
- ブライダルシェーブ.....1,200円
- キッズカット.....890円
- ★メンズカット&シャンプー.....1,890円

カラー専門店だから出来る!

- ☆おまめやすい価格でご提供 ☆10分以内であれば無料でお直しOK
- ☆業界一流クラスの最新設備(自白髪・1.6のノンアミンカラー・最新マシン)
- ☆豊富なカラー(カラー無の色は取卸価格以上、専ら色変えは100種類以上)
- ☆髪の上が伸びやすいカラー・自白髪の色変えの色調+カラー無の色調+カラー無の色調
- ☆低刺激性・低ダメージカラー・カラー配合などにお勧め価格でカラーをご提供

TEL.029-857-4844 予約優先

TEL.029-855-4151

予約優先 | カード可 | 男性歓迎 |

クーポンあり

HAIR MAKE LAMP [ランプ]

小さなカット技術で、お気に入りのスタイルがずっと続く。

万博記念公園駅から徒歩1分の距離に佇むサロン。

乾いた状態から髪質・クセ・生え方や毛量を見ながら丁寧に施し、計算されたハイレベルなカット技術が、再現性と持続性が高いと、リピーター多数の人気店。店名には「お客様1人1人の道を照らしたい」とオーナーの思いが込められている。

お得な全コース割引

- ◆カット+カラー+トリートメント.....9,975円~7,455円~
- ◆カット+パーマ+トリートメント.....11,025円~8,190円~
- ◆カット+デジタルパーマ+トリートメント14,258円~12,400円~
- ◆カット+眉毛矯正+トリートメント.....15,876円~13,500円~

029-896-8808

つくば市島名2347インプレイス1-101 休/火曜日・第2,4水曜日  
駐/店舗裏4台 営/9:00~19:00(金10:00~20:00)  
★キッズカット(プロード)1,575円

ぶらざを持ち歩かなくても、誌面を切り取らなくてもOK!

携帯クーポンもあります!

※一部、お店の環境で、掲載していないクーポンもあります。

**募金クーポン**  
理容室Hair Resort Zephyr  
☎029-860-3167

**ぶらざ掲載価格にてご提供!!**

- 必ずぶらざクーポンをご持参下さい
- 1枚で一人様まで有効
- 他のサービス券との併用不可

有効期限▶26年6月末日

---

**募金クーポン**  
Velocca☆  
☎029-875-6758

初めてご来店のお客様  
ぶらざ掲載価格にてご提供!!

- シャンプー・ブロー込
- 予約時に「ぶらざ見たい」とお伝えください

有効期限▶26年7月末日

---

**募金クーポン**  
hair&make share  
☎029-875-8322

★平日限定★  
カット500円OFF  
パーマカラー1,000円OFF

●ご利用は初めての方に限ります

有効期限▶26年6月末日

クーポンあり

つくば 予約可 | 予約優先制 | 男性歓迎 | カード可 |

hair&make share [シェア]

www.share-n.com HPも見ろね♥

大切なお客様の中で出会った大切なお客様を笑顔でshareさせていただきます。

今夏のトレンドカラーはさわやかなミルキーカラーのスムークト

オススメしたいのは、トレンドをとり入れた季節によるカラーリング。シルクのようなやわらかでサラッとした髪を再現し、女性の好きなツヤ感・透明感のある大人髪を叶えます。白髪の気になる方にはハイライトを入れてはかしたりと、幅広い年齢のニーズに応えるカラーが支持されています。

カッタ4,860円 カラー5,400円 パーマ(カット別)9,720円  
トリートメント...3,240円 ヘッドスパ(45分)...6,480円

●セパインヘア 岩手県山形県  
LALA ガーデン 茨城県  
ファミリーマート 茨城県  
クローンス 茨城県

☎029-875-8322

つくば市二の宮3-27-2-103  
駐/あり 休/火曜  
営/10:00~20:00 (土日祝9:00~18:00) (平日カラー・パーマ18:00 土日祝17:00までに受付)

クーポンあり

つくば 予約可 | 予約優先制 | カード可 |

Velocca☆ [ヴェロッカ]

髪に優しい薬液を厳選。美しい髪へのこだわりから、ほとんどのメニューにトリートメント付♪

希望を伝えるのが苦手な方でも、女性目線のおもてなしでキレイ&可愛いを提案します。

☆初めてご来店のお客様限定☆(S・B込、ロング料金なし)

カット	3,800円
カラートリートメント	4,500円
カットカラートリートメント	7,600円
カットエアウェーブパーマトリートメント	9,300円
カットパーマトリートメント	7,800円
カットデジタルパーマトリートメント	8,700円
カットカラーパーマトリートメント	10,300円
カット銀毛矯正毛先デジタルパーマトリートメント	12,980円
縮毛矯正トリートメント	9,700円

ばんどう 茨城県  
西平 大塚  
ココス 大学病院西  
研究学園 中央通り

☎029-875-6758

つくば市天久保3-6-2 駐/あり  
営/10:00~19:00 (受付19:00まで)  
休/火曜・第3月曜  
★クレジットカードもご利用可。

クーポンあり

つくば 予約可 | 予約優先制 | カード可 | 男子可 |

理容室Hair Resort Zephyr [ゼファイアール]

癒しの時間に大満足!ワンランク上のサロン体験ができる

男らしさ、あなただけの「似合わせ」を実現しませんか?日頃お仕事で疲れた心と身体の癒しには、ヘッドスパを愛用する方多数♪

新規のお客様限定 全メニュー20%OFF

- カット(シェービング+シャンプー込) 4,000円 → 3,600円 (10%OFF)
- カットSカラー8,000円 → 7,200円 (10%OFF)
- カットSJ(パーマ8,000円) → 7,200円 (10%OFF)
- 縮毛矯正 9,800円 → 7,840円 (20%OFF) ※全メニュー掲載価格で表記しています
- 大好評!オリジナルヘッドスパ(1,500円) → 1,000円

LOXIL イースつくば ☎029-860-3167

つくば市研究学園O2街区2  
休/火曜・第2水曜日  
営/平日10:00~20:00  
土日祝9:00~19:00 駐/あり  
★美容室併設。ご家族揃ってどうぞ。

ぶらざができること...忘れない、という支援。

東日本大震災復興応援写真展を開催

日本赤十字社岩手県支部は、東日本大震災の復興応援として、被災した沿岸地の皆さんの笑顔と声をお届けする写真展を3月7日から14日までの間、イオン盛岡南で開催しました。

「ご支援くださる皆さまへの感謝は、一日たりとも忘れたことはありません。皆さまの愛に支えられ一日一日を大切に生きています。」といった仮設住宅で暮らす方々のメッセージとともに、42点の写真を展示しました。来場者の中には、「自分は何が出来るのかと震災以来葛藤してきました。みんなの思いが一つひとつ形になって、復興が早く進んでほしいです。」と涙を流す女性の姿がありました。また、会場では来場者が被災者への応援メッセージを書いた桜の形をしたカードがツリーに飾られ、満開の花を咲かせていました。



**日本赤十字社 茨城県支部**  
Japanese Red Cross Society  
水戸市小畠町2551 TEL029-241-4516  
公式facebook [http://www.facebook.com/jrcibaraki] [日赤茨城]

東日本大震災義援金の受付延長

被災15都道府県を対象とした義援金は平成26年3月31日で終了いたしました。しかし、多くの住民がまだ仮設住宅や県外での生活を強いられている状況を踏まえ、岩手、宮城、福島、茨城の4県を対象とした義援金の募集は延長となりました。引き続きご協力をよろしくお願いいたします。

私たち月刊ぶらざも引き続き、  
お店でぶらざの  
募金クーポンを利用すると  
クーポン1枚あたり10円

を被災地で救護・支援活動に従事している「日本赤十字社」へ寄付いたします。

お店からの  
クーポン回収数  
**374枚**  
1枚につき10円  
**3,740円**  
の募金となりました。

たとえどんなに微力でも、自分に「できること」を身の丈で続けていく人がたくさんいたら、それは大きな力になると信じています。

# とっておきのランチ特集

カード可 | 子連れOK! ITALIAN PARADISE【イタリアンパラダイス】



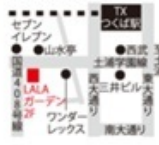
パスタ、ピッツァ、グリル、サラダ等の本格イタリアンや、自社のケーキ工房でパティシエ手作りの生ケーキなど、これまでのプッフェレストランの枠を超えたバイキングがリーズナブルに楽しめます♪

**★ランチ・ディナー男女共通★**  
**本格イタリアン90分食べ放題!!**  
 ●大人.....1,280円 ●小学生.....880円  
 ●シニア(55歳+).....1,180円 ●幼児.....480円  
 【土日祝】大人・シニア・小学生は100円増しのドリンクバー.....1,180円  
 ★★パティシエ手作り生ケーキバイキング★★  
 ●大人+450円 ●シニア・小学生・幼児+340円  
 ●平日.....980円 ●土日祝.....1,350円  
 ★★☆☆☆アルコールドリンク飲み放題☆☆☆☆  
 ●平日.....980円 ●土日祝.....1,350円  
 平日限定!~午後のティータイムカフェ~  
 ケーキバイキング&ドリンクバーセット  
 大人980円 小学生780円 幼児480円  
 14:00~17:00までの間なら時間無制限!!  
 好評につき、またまたやりませう!全部DAY!  
 <平日限定6月30日まで>  
 イタリアンバイキング・ケーキバイキング  
 +ドリンクバーご注文で100円引き!  
 ※すべて税別価格です。



平日・ディナー限定で、チーズの王様と言われる本場イタリア産パルマレッジョ・レッジャーノの塊のトッピング。トッピングと合わせて提供いたします。

☎029-879-7474  
 つくば市小野崎字千駄刈278-1 駐/あり 営/<平日>ランチ 11:00~17:00、ディナー17:30~22:00 <土日祝>11:00~22:00(L.O.21:00) 年中無休



予約可 | カード可 | 半個室あり | TAKEOUT | 子連れOK! Brasserie 2plats【ブラッスリー ドゥープラ】

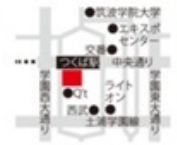


季節の野菜をたっぷり使った身体に優しいお得なランチが大好評!! 選べる前菜、主菜を色々頼んで皆でシェアするのも楽しい♪パリの食堂のような雰囲気を楽しみながら、ゆったり過ごすのはいかが?



**限定12食!** 日替ワンプレートランチ 1,500円(税込) (スープ・ドリンク付き)  
 毎日完売御礼! 時間はないけど、ボリュームは欲しいという方にピッタリ♪  
**★ブリフィクスランチ.....1,800円(税込)**  
 6月のテーマは「人気メニュー勢揃い!」。  
 過去に好評だったメニューが復活!  
 選べる前菜 (単品の場合は各800円) 選べる主菜 (単品の場合は各1,000円)  
 ●ヤラチコンゴ(2014年) 和風のポレポレ(アール・ド・フランス) パリ地方の高級魚 ●キャベツ ●お肉のフリット(ポレポレ) ●ポレポレの定番「スタックアクト」  
 +パン+お飲み物 +400円でデザート付  
**★フルコースランチ.....3,500円(税込)**  
 本日のお薦め料理全10品。少しずつ色々なお料理を楽しみたい方に。  
**★お得なパーティープラン3,500円(税込)**  
 (フリードリンク90分込プラン5,000円)

☎029-875-7741  
 つくば市吾妻1-5-7 ダイワロイネットホテル1F 休/無休 営/11:30~15:00(L.O.14:00) 17:00~23:00(L.O.22:00) 駐/周辺駐車場割引券あり



牛久・ひたち野うしくエリア			
店名	ジャンル	ランチ営業時間	掲載ページ
牛久駅前コミュニティハウス GREEN*GREEN	カフェ	11:30~15:00	P.31
和風濃厚魚介豚骨らーめん 麺屋 みちすけ	ラーメン	11:30~14:30(L.O.)	P.31
土浦エリア			
店名	ジャンル	ランチ営業時間	掲載ページ
焼肉 秀門【しゅうもん】	焼肉	11:30~14:00(L.O.)	P.29
"ENJOY Kitchen"~笑顔の市場~ 創作 和太利庵	イタリアン・和食	11:00~14:00(L.O.)	P.30
鉄板焼・鉄鍋餃子・和牛もつ鍋 九州横丁 九太郎	九州料理	11:00~14:30(L.O.)	P.31
ハワイアンダイニング ハレイヌビア En楽【えんらく】	ハワイアン	11:00~14:00 ※水曜、土曜休み	P.31

何食べる? ... さあ、ランチどこに行く?

## エリアで探そう! ランチタイム早見表

かすみがうらエリア			
店名	ジャンル	ランチ営業時間	掲載ページ
レストラン Ne・Ne	洋食	11:30~14:00	P.33
阿見エリア			
店名	ジャンル	ランチ営業時間	掲載ページ
阿見町のイタリアン ボーノバスタ	イタリアン	11:00~17:00	P.29

**P28・29**  
 (この見開きページ)  
**クーポンはこちら**

**募金クーポン**  
 Brasserie 2plats ☎029-875-7741  
 【ランチタイム限定】人数分ワンドリンクサービス  
 ●ご注文時にお声がけ下さい  
 ●他サービス併用不可  
 有効期限:26年6月末日

**募金クーポン**  
 サンマルつくば研究学園店 ☎029-860-3090  
 【ランチの女王に注目の限定メニュー!】  
 ●他券併用不可  
 ●①②ともにクーポン持参の方に限り  
 【月刊ぶらざー】  
 有効期限:26年7月末日

**募金クーポン**  
 焼肉 秀門 ☎029-823-5529  
 【ランチ・ディナー利用OK】  
 杏人豆腐(324円) 無料サービス!  
 ●人数分有効  
 ●宴会は使用不可  
 有効期限:26年7月末日

**募金クーポン**  
 季彩 かがり ☎029-875-7219  
 ランチ限定 ソフトドリンク1杯サービス  
 ●他サービス併用不可  
 ●1枚で4名様まで有効  
 有効期限:26年6月末日

**募金クーポン**  
 ボーノバスタ ☎029-891-2333  
 ランチコース 200円引き!  
 ●他券併用不可  
 ●1枚で4名様まで  
 ●ご注文の際にご提示ください  
 有効期限:26年6月末日

予約可 | カード可 | 個室あり | 座敷あり | **子連れOK!**  
**クーポンあり**

### 焼肉 秀門【しゅうもん】

和牛日本一の宮崎牛の中でも、特に肉質が良いとされる『安楽畜産』から直接一頭買い。だから、抜群に品質の高い宮崎牛をこれまでの常識を覆す価格帯で実現!!

**新登場価格 宮崎牛ランチ500円+税~!!**  
 単品 訳ありカルビ...500円+税~  
 宮崎牛の焼肉定食...750円+税~

ディナーも焼肉店の食べ放題と同じ まんぷくセット 焼肉専用の1日限定肉質とボリューム!! ...2,480円+税  
 ●西門カルビ750円+税 ●西門コース750円+税

土浦市大和町4-1東郷ビル7F  
 営/11:30~14:30(14:00L.O.)  
 夜17:00~  
 (日~木)昼400(3:00L.O.)  
 (金土祝前日)昼500(4:00L.O.)

予約可 | カード可 | **子連れOK!**  
**クーポンあり**

### サンマルク つくば研究学園店

パン食べ放題!家族連れにも人気。

クーポン持参者限定 特別コース  
**「ランチの女王」コース1,290円(税別)~**  
 スープ+前菜+選べる主菜+選べるデザート+ドリンク+焼き立てパン(おライス)食べ放題!

「ランチの女王」ご注文の方限定  
 パンのお土産(5個入り)プレゼント

【ディナー】単品1,090円(税別)~  
 カムフラセット 1,990円(税別)~  
 ミュージック 2,890円(税別)~  
 グラタン、ハンバーグ、肉料理、魚料理など多彩な料理が揃う。

ディナーご予約の方、お食事代10%OFF  
 ※お会計でお支払とさせていただきます。預け金をご持参ください。

つくば市研究学園21街区2  
 営/11:00~22:00(21:00L.O.)  
 無休 駐/あり ★週末の夜にはピアノの生演奏も♪混みあうため事前のご予約がオススメ。

予約可 | 個室あり | カード可 | **子連れOK!**  
**クーポンあり**

### 阿見町のイタリアン ボーノパスタ

前菜からデザートまで手作りのこだわり抜いたイタリアン料理。毎日お店で作られる、自家製のモチモチ生パスタが絶品です♡

ランチメニュー 一人分 1,380円(税別)~

- 前菜5種盛り合わせ/季節に合わせた前菜♪
- 焼きたてのパン(1日お替り可)/外はカリ、中はフワフワ♪
- お好きなパスタ1つ/生パスタも選べる!
- 選べる手作りドルチェ/種類豊富なドルチェ♡
- お好きなランチドリンク

アレルギープランも充実!お客様にあったプランをご用意しております。お気軽にお問い合わせください。

土浦市西郷3-1-5  
 休/無休 駐/あり  
 営/11:00~23:00(L.O.22:00)  
 【ランチ】11:00~17:00 ●25名様まで利用できる個室あり♪

予約可 | カード可 | TAKEOUT | カウンターあり | 個室あり | 座敷あり | **子連れOK!**  
**クーポンあり**

### 季彩 かがり

この道30年をひたすらに歩んできた店主は、『全日本料理コンクール大臣賞』を受賞するほどの腕。繊細で彩り豊かな本格京料理の数々に、値段以上の味と価値ある時間を堪能できます。

旬の和食ランチ (税別+別料金) 980円+税~  
 せいろう御膳(写真上)...2,000円+税  
 せいろう、混ぜご飯、梅物、香の物、季節の天ぷら盛り合わせ、お刺身3点、焼き魚、茶碗蒸し、水菓子  
 昼宴会も承っております。3,500円+税~

つくば市竹園1-9-2デイズタウン 地下1F  
 営/11:30~14:00 (L.O.13:30) 夜17:00~24:00 (L.O.23:30) 休/日曜 ●「かがり」で検索!スタッフ募集中!

つくばエリア							
店名	ジャンル	ランチ営業時間	掲載ページ	店名	ジャンル	ランチ営業時間	掲載ページ
焼肉赤牛 つくば本店	焼肉	土日祝限定 11:00~15:00	P.30	やさしい料理 たのしいワイン Brasserie 2plats【プラスリー ドゥ・ブラ】	フレンチ	11:30~14:00(L.O.)	P.28
カジュアル洋食店 ALONSO【アロンソ】	洋食	ランチメニュー(平日) 11:30~14:00(L.O.)	P.30	ケーキとイタリアンバイキングの店 ITALIAN PARADISE【イタリアンパラダイス】	イタリアン	11:00~17:00	P.28
和のベーカリーカフェ 蔵日和【くらびより】	ベーカリー カフェ	11:00~14:30	P.30	ベーカリーレストラン サンマルクつくば研究学園店	ベーカリー レストラン	11:00~16:00	P.29
かに料理 つくば甲羅本店	和食	ランチメニュー(平日) 11:30~14:00(L.O.)	P.31	季彩 かがり	和食	11:30~13:30(L.O.) ※日曜お休み	P.29
つくばイタリアンの老舗 チムニーギョット	イタリアン	11:00~14:45(L.O.)	P.31	インド・ネパール料理 マヤデビ	インド・ ネパール料理	11:00~14:30(L.O.) (土日は17:00まで)	P.30
町家カフェ太郎茶屋 鎌倉	和カフェ	11:00~14:00	P.31	イタリア料理 イルクオーレ	イタリアン	11:00~14:00(L.O.) (土日祝~14:30L.O.)	P.30
フレンチレストラン ミルフルール	フレンチ	11:30~14:00(L.O.)	P.32	Arzonie ITALIA【アルゾーニイタリア】	イタリアン	11:00~16:00 (土日祝は15:45まで)	P.30

予約可 | カード可 | TAKEOUT | **子連れOK!**  
クーポンあり

## Arzonie ITALIA (アルゾーニタリア)

今月のおすすめ  
バスタ

新鮮な有機野菜を活かした身体に優しいメニューで女子会やママ会に大人気!! ボリューム満点のランチは、前菜、メイン、デザート全て数種類から選べるのも嬉しい♡

【平日限定】★  
アルゾーニランチコース  
1,650円(税込)~  
(前菜+パスタorピッツァ+デザート+ドリンク)  
【ディナー】★アルゾーニコース.....3,000円  
★単品パスタ/ピッツァ.....各1,200円~

【土日祝限定】★  
ホリデーランチコース  
1,800円(税込)~  
(前菜+スープorサラダ+パスタ+デザート+ドリンク)  
【ディナー】★デザート付きコース.....700円~  
【デザート】★ケーキセット.....700円~

029-839-5388  
つくば市赤塚703-3 駐/あり  
営/【ランチ】平日11:00~16:00  
(土日祝は15:45まで)【ディナー】  
17:30~23:00(L.O.22:00)  
無休 www.arzonie-italia.com

予約可 | カード可 | TAKEOUT | **子連れOK!**  
クーポンあり

## マヤデビ

インド・ネパール料理

ほんのり甘くモチモチ、焦げ目はカリッと絶品炭火で焼いたこだわりのナンと、9種類のスパイスを使った本格カレーの相性は抜群!!

【ハーフ&ハーフランチ 850円→500円】  
カレー2種/ハーフナン&ハーフサブライス/サラダ/オニオンピクルス/ソフトドリンク1杯

【ガシミール・タリ 1,450円→ディナー時980円】  
カレー2種(全8種の中から)/ナン/サブライス/サラダ/ピクルス/ソフトドリンク1杯  
その他メニュー多数! ※表示価格は全て税込

029-859-8860  
つくば市竹園2-11-15  
営/11:00~14:30(L.O.), 土日  
11:00~17:00 17:00~22:00  
(L.O.) ※ランチ時、ライス・ナン  
おかわり自由 休/第3月曜

募金クーポン  
マヤデビ  
029-859-8860

①ハーフ&ハーフランチ 850円→500円  
②ディナー時、ガシミール・タリ 1,450円→980円

●①②併用不可。  
●給サービスとの併用不可。

有効期限+26年6月末日

募金クーポン  
Arzonie ITALIA  
029-839-5388

平日限定!  
ソフトドリンク  
1杯サービス

●1枚で2名様まで  
●宴会での使用不可  
●他券併用不可

有効期限+26年6月末日

カード可 | 座敷あり | 予約可 | **クーポンあり**

## 焼肉赤牛 つくば本店

「安心して本物の美味しいお肉を味わえる」と家族連れにも人気!

6/7(土)~ランチメニューが変わります!!  
【土日祝11:00~15:00限定ランチ】  
全てサラダ・キムチ・スープ付  
ランチタイムはご飯お持ち自由!!

貴族ランチ(牛舌/カルビ/ロース/ハラミ/ごはん)1,814円  
カルビランチ (前菜/カルビ/牛筋/ごはん/デザート)1,706円  
ハラミランチ(ハラミ/ササギ/ごはん)1,598円  
石焼ビビンバランチ.....864円

【お酒を盛り合わせ】  
2名様ランチ3,650円/3名様ランチ4,773円  
【夜】宴会コース.....3,240円~  
赤牛カルビ・タン塩各950円/ロース・ハラミ各918円

029-886-6629  
つくば市研究学園D333街区2  
駐/あり 休/12/31,1/1  
営/  
平日17:00~24:00(L.O.23:30)  
土日祝11:00~24:00(L.O.23:30)

予約可 | カード可 | 全席禁煙 | **クーポンあり**

## イルクオーレ

イタリア料理

実力派シェフが紡ぎだす本格イタリア郷土料理。イタリアらしい素材の味を生かした、完成度の高い料理を味わえるランチコースです。

バスタ人気No.1  
メインバスタ  
生肉ニバスタ  
バスタ人気No.2  
イカ節バスタ

ランチフルコース  
1,704円+税

029-857-7179  
つくば市吉瀬1642-3  
営/ランチ11:00~14:00(L.O.)  
(土・日・祝~14:30L.O.)  
ディナー18:00~21:00(L.O.)  
駐/あり 休/月曜日

募金クーポン  
焼肉赤牛 つくば本店  
029-886-6629

ソフトドリンク  
1杯サービス

●1グループ6名様まで  
●フロートメニューは除く

有効期限+26年6月末日

募金クーポン  
イルクオーレ  
029-857-7179

父の日  
特典♡

●詳細はメニューをご覧ください。

有効期限+26年6月末日

予約可 | 貸切可 | 子連れ可 | TAKEOUT |

## 蔵日和 (くらびより)

和のベーカリーカフェ

国の文化財にも指定されている歴史ある蔵を改装した和カフェ。評判のランチは、本日のデリ5品とスープ、サラダ、選べるパン3個にたっぷり天然酵母の自家製焼き立てパンや、季節の素材を使った手作りケーキはテイクアウトでも、土産にも◎テレビや雑誌等にも多く取り上げられる人気店です。

●カットケーキ.....400円~  
●天然酵母使用のパン170円~

029-857-4118  
つくば市金田38-1 駐/あり  
休/月曜 営/10:00~18:00  
2F【ランチ】11:00~14:30  
●TVで取り上げられた「ランチヨビ」大々好評販売中!

予約可 | 半個室あり | 子連れ可 | **クーポンあり**

## ALONSO (アロンソ)

カジュアル洋食店

つい紹介したくなる、女性に人気の大人の洋食屋さん。

火、水、木、金曜限定!  
★豪華サラダバー  
付きランチ★  
パスタ(数種類)/煮込みハンバーグ/デミグラスオムレツ/ハンバーグなど日替わりメニューから一品+プラス!  
【サラダ、惣菜、パン、ドリンク】  
食べ飲み放題!!1,000円(税込)~  
♡女子会ディナー♡  
2H飲み放題付3,800円(税込)

029-896-3367  
つくば市研究学園C30-15  
エビスタウン2F 駐/あり  
営/ランチ11:30~14:30  
(L.O.14:00), 18:00~23:30  
(L.O.22:30) 休/月曜

予約可 | 半個室あり | **クーポンあり**

## 和太利庵

「ENJOY Kitchen」~笑顔の市場~ 創作

【北海道フェア第6弾】  
5/28~開催♪  
前回は大好評だった北海道フェアを今年も開催!!  
北海道の新鮮な食材を使ってアレンジしたパスタやピザをご提供(期間限定)の味をお楽しみください!!

ランチセット  
メイン1品  
(パスタorピッツァor日替り和食)  
スープ・ドリンク  
デザート3種  
惣菜&サラダバー

029-879-5778  
土浦市中1177-1 営/11:00~  
14:30(L.O.14:00) 17:00~21:00  
(L.O.20:00) 休/火曜、第2・第4  
月曜 ★季節野菜を使った手  
作り惣菜が大人気のイタリアン

募金クーポン  
ALONSO  
029-896-3367

100円引き

●他券との併用不可。  
●1枚でグループ全員有効  
●ランチ限定

有効期限+26年6月末日

クーポン  
1枚10円

東日本大震災の  
支援活動に従事する  
「日本赤十字社」へ  
寄付いたします。

詳細はP.27を  
見て下さい



**募金クーポン**  
九州横丁 九太郎  
☎029-869-9780

**ソフトドリンク  
1杯サービス**

- 1枚で人数分有効
- 地サービス併用不可
- ディナータイムも使用可

有効期間 26年6月末日

**募金クーポン**  
GREEN\*GREEN  
☎080-3355-7085

**50円割引**

- 隣接店「ミルクファンタジー」でも使用可

有効期間 26年6月末日

**募金クーポン**  
麵屋 みちすけ  
☎029-872-7580

**自家製味玉  
無料!**

- ランチメニューでも利用可
- 地サービスとの併用不可
- 1枚で1グループ

有効期間 26年6月末日

**募金クーポン**  
町家カフェ 太郎茶屋 鎌倉  
☎029-851-4640

**[15時以降]  
甘味デザート一品に  
つき最大100円引き!!**

- 1枚で1名まで ●地併用不可
- ご注文時に提示してください
- 500円未満の場合50円引き
- 500円以上で100円引きとなります

有効期間 26年6月末日

**募金クーポン**  
チムニーギョット  
☎029-852-3598

**お食事代  
10%OFF**

- 1グループ6名様まで ●ランチ・ディナー共に有効 ●地併用の併用不可
- チムニーギョットのみ有効 ●カード支払時は5%OFF

有効期間 26年6月末日

**募金クーポン**  
En楽【えんらく】  
☎029-824-5775

①ランチ580円→490円  
②ランチ・ディナー共通  
フレンチトースト半額

- ご注文時にクーポンをご提示ください
- ②は食事券をされた方に限ります

有効期間 26年7月末日

予約可 | 個室あり | 座敷あり | 無料送迎 | **子連れOK!**

かに料理 **つくば甲羅本店** **32歳以下**




6/30(月)までの半期に一度の大感謝祭「たらば祭」産地直送「蟹の王様」たらばを贅沢に使用、しゃぶステーキ・陶板焼を堪能頂ける特別メニュー有。この機会にどうぞ!

- 【1日限定30食】たらばステーキ御膳 **4,200円**(税込4,536円)
- 8,800円(税込9,504円)→**5,800円**(税込6,264円)
- 特選会席 焚(あわい) **5,800円**(税込6,264円)
- 前菜三種/かに刺身/たらば蟹焼大巻/たらば蟹しゃぶ/かに茶碗蒸し/かに天ぷら/きしめん/デザート
- ランチタイム11:30~15:00(オーダーストップ14:00) 日曜はご利用いただけません。

ランチタイムのみ 日30食限定  
「たらばランチ」  
2,980円(税込3,218円)

☎0120-22-8142

つくば市松代1-7-10 駐/あり  
営/11:30~L.O.14:00 17:00~  
L.O.21:30 土日祝11:30~  
L.O.21:30 年中無休 ●グル  
メポイントカード会員募集中!

予約可 | カード可 | 座敷あり | **子連れOK!**

鉄板焼・鉄鍋餃子・和牛もつ鍋 **九州横丁 九太郎** **クーポンあり**



個性溢れる絶品グルメが揃う九州の味を堪能できる新店!

定食のライスはおかわり自由! **【全て税込】**

- 各ランチ、サラダ・味噌汁・揚げ物付
- 大分とり天定食……………780円
- 博多もつ鍋定食……………980円
- とん平焼き定食……………780円
- 鶏の唐揚げ定食……………780円
- しょうが焼き定食……………780円
- お刺身定食……………1,280円
- レンコン入り土浦九太郎カレー680円
- 8種のトッピングで自己流アレンジ!

ランチ限定!ソフトドリンク各種ジョッキサイズALL100円!

☎029-869-9780

土浦市大和町ウララビル外側  
1F 営/11:00~14:30(L.O.)  
17:00~翌13:00(L.O.)  
★お車の際は、近隣にコイン  
パーキングがございます。




カウンターあり | **子連れOK!**

和風濃厚魚介豚骨ラーメン **麵屋 みちすけ** **クーポンあり**



魚介の風味が効いたオリジナル醤油だれと、のどごしの細麺の相性抜群!

赤字覚悟!!ワンコインランチ  
●みちすけ流もろそば500円  
●全品盛そば……………680円  
●みちすけ流ぶっかけ500円  
●全品盛ぶっかけ……………680円  
※温・冷あります。  
●濃厚魚介つけ麺……………820円

夏季限定!「全品盛そば」  
680円(税込)

☎029-872-7580

牛久市田宮3-14-3 営/11:30~  
15:00(L.O.14:30)、17:30~23:00  
(L.O.22:30) 不定休 駐/あり  
(店頭2台、提携駐車場(牛久駅前  
パーク)あり) ●昼のみ全席禁煙



**とっておきの  
ランチ特集**



予約可 | **子連れOK!**

牛久駅前コミュニティハウス **GREEN\*GREEN** **クーポンあり**



駅前にこっそり佇む、アットホームな隠れ家カフェ。地産野菜をたっぷり使用したここでしか味わえないカレーがおすすめ。

20年前に東京から一世を風靡したカレーを再現

ランチセット  
700円(税込)

ざっくばらんに置かれた個性派雑貨を眺め自家製プリン。ていでも楽しい。

★ランチセット700円★  
ミヤマー風スープカレー/日替わりメニュー(肉or魚)+ドリンク付

★デザート★【自家製プリン】  
カスタード350円/黒糖400円  
【こだわりのソフトクリーム300円など

☎080-3355-7085

牛久市中央5-25 駐/あり  
営/ランチ11:30~15:00、バー  
タイム18:00~24:30 休/水曜  
\*まっついすこポーカル教室\*  
も開設♪生徒募集中!



座敷あり | TAKEOUT | **子連れOK!**

町家カフェ **太郎茶屋 鎌倉** **クーポンあり**



カフェご飯や甘味が楽しめる、どこか懐かしい「和」の癒し処♪

- ランチ各980円
- オムライス/小エビのフリッパ生ハムとアボカドのチーズごはん 彩り野菜カレー
- ドリンク・デザートプレート付!
- 甘味……………260円~
- 鎌倉わらび餅……………400円
- 鎌倉ぜんざい……………580円
- お飲み物……………370円~
- 美特鎌倉オリジナルブレンド珈琲500円
- 抹茶……………480円

☎029-851-4640

つくば市春日2-12-8 駐/あり  
営/11:00~21:00(L.O.20:30)  
休/第2・4水曜 ●住宅街の隠れ家のお店。和の空間で時間を忘れてゆったりできると人気!



予約可 | カード可 | TAKEOUT | **子連れOK!**

つくばイタリアンの老舗 **チムニーギョット** **クーポンあり**



★増税後もお値段そのまま!★  
●お得なランチセット  
**1,500円**(土日可)  
メン(品)×2杯(セブリア)  
+ピザ/サラダ/ドリンク(飲み放題)

★パーティプラン2,500円~  
★アルコールセット  
+1,500円(2杯飲み放題)  
生ビールor冷アイン/カクテル  
ソフトドリンクが飲み放題  
※お段のランチやディナー時も注文可

●ディーアセット組人で3,700円  
シーザーサラダ+ミネストローネ+  
前菜盛り合せ+スタバ&ピザから  
好きな2品+本日のドルチェ

☎029-852-3598

つくば市稲荷前27-2 駐/あり  
営/11:00~15:00(L.O.14:45)  
17:30~22:30(L.O.21:30)  
休/水曜夜 ●閑静な住宅地に  
佇む隠れ家のイタリアン。



予約可 | 半個室あり | カウンターあり | TAKEOUT | **子連れOK!**

ハワイアンダイニング ハレマエ **En楽【えんらく】** **クーポンあり**



ワンコインでおつりが来る!とっておきのハワイアンランチ。

●ランチALL580円  
【おらぎ限定】  
クーポンで→**490円!!**  
ロココ(ハンバーグ・エビマヨ・  
スパム・タコス)/オリジナルカ  
レー/ハワイアンライス/DONブリッ  
キ

●サラダ・スープ・プチデザート  
ドリンク(付)

●ハニー&メープルブレンドトースト  
●ホットパイとピザ(アイスクリーム  
480円)クーポンで→半額!!  
一全て税込み価格!

☎029-824-5775

土浦市西真鍋7-40 駐/専用  
駐車場20台あり 休/水曜(日  
曜はディナーのみ営業)  
営/昼11:30~14:00 夜17:  
30~24:00 ●「En楽」で検索!



予約可 個室あり

フレンチレストラン  
**ミルブルール**  
☎029-863-5006

つくば市栗原3893-1 休/火曜 駐/あり  
営/11:30~15:00(14:00L.O.)  
18:00~22:00(20:30L.O.)

<8周年記念コース>  
オマール海老や国産牛などを  
使用した贅沢なコースです。





**\*8周年記念特別コース\***  
5,000円+税(要予約)  
普段のコース料理とはひと味違った贅沢な特別コースです。ランチ・ディナーどちらでもお食事頂けます。

〜ランチメニュー〜  
◆ランチコース(+300円デザート付) 1,480円+税〜  
◆10食限定ランチプレート(平日のみ) 1,500円+税

お勧め レディースコース2,000円+税  
ランチ (デザート付のお得なコース!)

〜ディナーメニュー〜  
◆一品メニュー※写真左上から※税別表記  
①マリネサーモンイクラ添え……………700円  
②サラダニース風……………700円  
③タルトフランベ(フランス風ピタ)……………800円  
④オニオングラタンスープ……………800円  
⑤骨付き仔羊の香草/ロゼ焼き……………2,300円  
⑥オーストラリア産ロース肉のシフォンが外巻!……………1,800円  
⑦愛媛産真鯛の地中海風……………1,800円  
⑧イチョウのパイとパニラアイス添え……………850円  
◆ディナーフルコース…5,000円+税〜  
※仕入れにより内容が異なります※女子会・ディナーコースは要予約※テーブルチャージ料300円



**おいしいお店ガイド**

予約可

クーポンあり  
子連れ歓迎

モツ鍋・ブタ鍋・ホルモン炭火焼専門店  
**もつまる**  
☎029-871-3155

牛久市中央5-17-14ビル1F 休/月曜日 駐/近隣に  
コインパーキングあり 営/17:00~24:00(L.O.23:00)  
●店主のこだわりが詰まった行く価値ありの人気店。





▲「本当に美味しいホルモンに道り会えた」と絶賛の声が多数。食材にもお客様にも誠実だからこそ遠方からの常連客が多い。精肉卸出身の店主が卸業者に直接出向き、確かな目利きで良質な肉だけを仕入れているから鮮度と旨みが違う。食事処として家族連れが多く、食通も納得のホルモンが味わえる。

七輪で焼く炭火焼 味付は自家製だれ・味噌・塩  
**新鮮ホルモン12種類 390円〜**  
4,000円以上のお会計からクーポン特価で500円引き!  
一年中楽しめる! ●豚レタス鍋 (2人前のみ) 2,400円  
博多人も絶賛の絶品鍋 ●牛もつ鍋 (2人前のみ) ……2,600円

甲羅 本店

つくば甲羅本店 ☎31-831-1111

**法事のご案内**



**水蓮 5,000円(税抜)**  
—10名様よりご送迎いたします。—

ご自宅 ← 甲羅 → ご霊園

ご法事の引き物も承っております。詳しくはお問い合わせくださいませ。

☎0120-22-8142  
つくば市松代1-7-10  
駐車場:あり 休:年中無休  
営業 | 11:30~15:00(L.O.14:00)  
時間 | 17:00~22:30(L.O.21:30)  
土日祝 | 11:30~22:30(L.O.21:30)



雨の心配がないなら、  
焼き肉よりもBBQの方が楽しいな。




食材持込 BBQ大人 1050円(税別)〜1  
最大5時間♪

新緑から徐々に初夏の陽気となりました。今年もまたBBQシーズンの始まりです。食材持込や手ぶらもOK♪屋根付きテラスで楽々BBQ♪キャンプも人気です♪  
※手ぶらでBBQは二日前までの要予約



〒305-0022  
茨城県つくば市吉瀬1247-1  
TEL029-857-2468 FAX029-828-7234  
URL: www.rural.gr.jp  
Green Stay Garden  
フォンテーヌの森

**P32・33**  
(この見開きページ)  
**クーポンは  
こちら**



**募金クーポン**  
もつまる  
☎029-871-3155

**お会計  
500円割引**

●他券との併用不可  
●4,000円以上お食事をされた方  
●入店時提示  
●コース不可  
●1グループ1枚迄

有効期限: 26年6月末日

**募金クーポン**

あみプレミアム・アウトレット  
☎029-829-5770

対象店舗で特典が  
受けられるクーポン  
シートプレゼント!

●あみプレミアム・アウトレットのインフォメーションセンターに本引換券をご持参下さい。

有効期限: 26年6月末日

**クーポン  
1枚10円**

東日本大震災の  
支援活動に従事する  
「日本赤十字社」へ  
寄付いたします。

詳細はP.27を  
見てください

ぶらぶら  
持ち歩かなくても、  
誌面を切り取ら  
なくてもOK!

**携帯  
クーポンも  
あります!**



※一部、お店の要望で、掲載していないクーポンもあります。

**つくばから車で約40分のアクセス!**

## 湖山の宝巡りパスポート

休日はかすみぐらうら市で湖山の宝巡りを、観光スポットを効率よく巡りたい方、必見!

パスポートには、多くの方に湖山の宝巡りを満喫していただくための観光情報と、クーポンやポイント商品などのサービス機能があります。

**1. パスポート会員画面を見せると**

- 観光果樹園 10%オフ+ちょっぴりプレゼント
- あゆみ庵抹茶&茶菓子おかわり自由
- JA土浦農産物直売所(かすみぐらうら市) コシヒカリ(玄米5kg以上) 5%オフ
- 市生産物直売所10%オフ
- 観光バス引船500円引き

**2. アクセス方法検索**  
出発地から目的地までのルートや、観光情報を簡単に調べることが出来ます。

**3. ポイント貯めて...**  
かすみぐらうら市ならではの賞品と交換(※数量で2万円コードをスキャンして、ポイントGET!!) 農産物・加工品・酒・漬物・観光引船等  
★ポイントに応じて商品ランクがあります

●ポイント取扱施設  
観光果樹園/観光バス引船  
水産館/郷土資料館/あゆみ庵  
おもてなし料理の各店  
市活性化センター-生産物直売所  
など

QRコードをスキャンして  
無料会員登録

お問合せ先  
tel.029-897-1111  
かすみぐらうら市環境経済部  
観光工課 パスポート担当係  
〒300-0192  
かすみぐらうら市大和田 562

「かすみぐらうら電子パスポート」で検索!

**ポイントが貯まる! おもてなし料理の店 vol.2**

ご夫婦で洋食店を開業し9年、パスタの他に熟成ソースが自慢の煮込みハンバーグも自慢の逸品。店内にはギターやピアノが置かれ、記念日やパーティーには遊び心満載の一曲をプレゼントしてくれることも。

レストラン Ne・Ne  
エビとトマトガーリック 1,000円 (消費税別メニュー)  
2日間じっくり煮込んだトマトソースに、程よくガーリックの効いた優しい味わいが印象的。サービス心旺盛な150グラムの大容量。リクエストをすればお昼に食べられる場合も。

tel.029-802-7568  
かすみぐらうら市福音館 11-13-39  
11:30~21:00  
(昼-14:00迄) 火曜

予約可 席数あり 個室あり 無料送迎

## つくば山水亭

☎029-855-8181

つくば市小野崎254 駐/あり 休/年末年始  
営/11:00~22:00 (L.O. 20:00) ●各種お集まり、ご宴席についてもお気軽にご相談下さい。

料理、設い、行まい、もてなしの全てを融合させ、贅沢なひと時を愉しませてくれるつくばの老舗で、これだけお得なお食事を楽しめるのは夏の今だけ。

**~夏の特別企画~**

◆企画1「しゃぶしゃぶ食べ放題」[6/1~8/31]  
牛肉・豚肉・野菜・うどんが食べ放題  
〈70分〉 **2,500円** ※要予約  
※焼肉以下 焼/小/中 1,800円/65歳以上 2,000円  
※女性はデザートサービス

◆企画2「ビアホール」[夏酒祭] [6/2~8/30]  
2時間飲み放題(17:00~21:00の間)  
+12種類のボリュームある盛り合わせ料理!  
**3,600円** ※前日までに要予約  
★20名以上で焼肉1本サービス!  
★15名以上でマイク/PA/照明も可能。代りも可能。  
★日曜・祝日は行っておりません。  
※価格は全て消費税・サービス別。

「[企画1]しゃぶしゃぶ食べ放題」[6/1~8/31]  
「[企画2]ビアホール」[夏酒祭] [6/2~8/30]

高きある素敵な空間で、  
天気を気にせず美味しいお料理と乾杯!

**あみプレミアム・アウトレット開業5周年**

## 「5th Anniversary Sale」開催

2014年6月6日(金)~15日(日)

国内外の著名ブランド約150店舗が揃うあみプレミアム・アウトレットが祝5周年! 全館をあげての「5」にちなんだ「5 (ファイブ) セール」や、飲食店舗では、5周年限定企画「¥500スペシャルメニュー」を提供!! その他、企画盛り沢山!!!詳しくは「あみプレミアム・アウトレット」で検索!

**5 (ファイブ) セール**

人気ブランドが、5,000円均一や 500円均一アイテムを販売する他、50%OFF、55%OFF などの割引セールや、まとめ買いで更に割引になるセールを実施。

**¥500 スペシャルメニュー**

2014年6月6日(金)~8月31日(日)

「この夏は笑顔を お得に楽しもう!」  
キャンペーン開催

①「三葉地所グループ CARD」又は  
②「メールマガジン登録画面」に提示  
牛久大仏にご来店の際、  
**拝観セット料金 200円引!!**  
※大人の方のみ対象

※その他県内対象施設でも、①又は②の  
ご提示で、割引・優待が受けられます。

●かね喜 (寿司) ※仕入れ状況により変更あり  
「まぐろ・もんごういか・焼サーモン・玉子・えび」の5貫盛り

●Enoteca D' oro Premio(イタリアン)  
イタリア産ゴルゴンゾーラとハチミツのミニピッツァ

●Aartil(インドカレー)  
ミニグリル「タンダーチキン、ポークカパブ、マライディッカ」各日限定 50食

●Bagel& Bagel(ベーグル)  
金平れんごんにえびカツを挟んだボリューム満点サンド

●チャイニーズ青菜(中華)  
黒ゴマ担々麺 平日各日限定 20食/土日各日限定 40食

●宮武讃岐製麺所(うどん)  
熟々の豚肉入りのつけつゆで頂く「豚つけうどん」

Le Creuset (ル・クルーゼ) **50%OFF**  
Global Work/Lowrys Farm (グローバルワーク/ローリスファーム) **50%OFF**

無料バス運行  
つくばセンター(つくばエクスプレス「つくば駅」隣接9番乗り場)より、  
セール期間限定で、直行バスを無料運行バスご乗車での乗場で、対象店舗で特典が  
受けられるクーポンシートとオリジナルパレティをプレゼント★  
※座席定員制(最大乗車53名) お並びいただいた順でのご乗車。

	8:40	9:00	10:20	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00
6/6 (金)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
6/7 (土)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
6/8 (日)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
6/14 (土)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
6/15 (日)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●



6/8[日]

2014いきいき健康まつり  
きらりと輝く健康なまちいばらき



減塩みそ汁の試飲では、自宅の味と飲み比べてみてください。また、健康チェックコーナーでは、血圧測定や健康相談を実施いたします。ニュースポーツ体験コーナーでは参加者様にプレゼントも♪ぜひ、ご家族でお越し下さい。

場所/茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」  
(茨城町小堤1037-1)  
時間/10:00~15:30  
問合せ/茨城町健康増進課 TEL.029-240-7134

6/24[土]・25[日]

モザイクタイルで  
ルームプレートを作ろう!



季節のドリンクを味わいながら工作を楽しむクラフトカフェカラフルなモザイクタイルを好きなデザインに組み合わせ、自分だけのルームプレートを作りましょう。弊社お施主様向けに開催し、大変ご好評を頂きました。材料に限りがありますので、お申込はお早めにと

時間/①10:00~②14:00~ 定員/各回先着5組様  
場所/茨城県つくば市研究学園D33街区5 参加費/無料  
問合せ/株式会社リアルウッド研究学園店 TEL.029-863-2211  
※詳しくはP11、P15をご覧ください。

6/8[日]・22[日]

住宅資金セミナー  
土地探しセミナー



住宅を検討し始めたけど「何から始めていいかわからない」「具体的に話が通じているけど、計画に不安がある」という方必見!後悔しないための家づくりの注意点を分かりやすくお伝えします!どの住宅会社でお願いしたとしても共通して言える、必ず役立つお話です!

時間/13:30~ 場所/茨城県つくば市研究学園D33街区5  
参加費/無料 定員/各回先着5組様  
お問合せ/株式会社リアルウッド研究学園店  
電話/029-863-2211※詳しくはP11、P15をご覧ください。

6/25[水]

第3回つくば環境スタイルサ  
ポーターズの集い



つくば市環境スタイルサポーターズでは、楽しく、無理なく参加できるエコ活動を行っています。

エコに関する講演や、活動報告などのエコ推進プログラムをご用意。ご参加頂いた会員の方に、グリーンカーテンのためのゴーヤ苗をプレゼント致します。まだ会員でない方も当日入会が可能!一緒に楽しくエコ活動してみませんか?超小型モビリティの試乗会もあります!

場所/つくば市役所内(つくば市研究学園D32街区2)  
日時/6/25(水)13:00~15:30  
問合せ/つくば市環境都市推進課 TEL.029-883-1111(内線3620)  
【担当:木村】Mail/evm023@info.tsukuba.lbaraki.jp

6/20[金]~

入園開始!かすみがうらのブルーベリー  
湖山の宝通りバスポートでお得に摘取り



全国に誇る茨城県のブルーベリー。かすみがうら市は県内有数の産地で、良質な果実が全国に流通しています。園内での摘取りも人気!今シーズンは6月20日から入園可能。最もおいしいとされる樹上完熟した新鮮なブルーベリーをご賞味ください。

場所/湖山の宝通りバスポート提携園 ●坂東農産TEL.029-897-0137  
●櫻井ブルーベリー園TEL.090-2432-9630 ●豊ヶ浦ブルーベリー  
つもとり園TEL.090-4915-6167 ●福田グリーン農園TEL.0299-  
59-3215 問合せ/かすみがうら市観光課TEL.029-897-1111

7/5[土]

吉川美津子の終活講座  
「楽しく学べる終活」



講師 吉川美津子  
前橋リソース研究所代表  
アドバンス大学 社会学部 社会学  
専攻 高齢社会学 教授  
介護 高齢社会学 教授  
介護 高齢社会学 教授  
介護 高齢社会学 教授

昨今、葬儀やお墓について考えたり、残された人が困らない様に財産や相続の計画を立てて身辺整理を考える方が増えています。今回、各業界のプロフェッショナルが葬儀の仕方、費用や仏壇、仏具、お墓の費用等の相談にお答えしたり、情報収集ができる講座を開催します。

場所/つくば国際会議場 定員/先着50名様(参加費無料)  
時間/13:00開場 13:30講演開始(16:30終了予定)  
参加申込先/0120-80-3333(9:00~17:00)須藤石材(株)柏支店  
協賛/(株)あさみ、(有)イズミヤ、(株)銘文、須藤石材(株)(五十首順)

7/28[月]

平成26年度  
ひらめき☆ときめきサイエンス



発展途上国の人々の「食の安全」を守るために「どのような国際貢献の形があるのか」を現地の研究者との交流を交えて学び、それらの解決に利用できる科学技術研究の一端を体験できます。理系・文型問わず、高校生の参加お待ちしております。

場所/筑波農研研究交流センター 時間/9:30~17:00  
参加申込/ひらめき☆ときめきサイエンス HP [www.jsps.go.jp/hirameki/]  
本プログラムの問い合わせ/(独)農研機構 食品総合研究所  
TEL.029-838-7992 ※申込締切7/14 詳細はP8もご覧ください

随時

がん体験者による  
ピアサポート相談窓口開設



がん患者やその家族の方々の精神的な不安をやわらげるため、がん体験者(ピアサポーター)が相談に応じしています。相談は無料です。※予約優先制

●総合病院土浦協同病院(第1・3月)  
●茨城県立中央病院(笠間)(第2・4金)  
●日立製作所日立総合病院(毎週木)  
●東京医科大学茨城医療センター(第2・4水)  
●国立病院機構水戸医療センター(第3金)  
相談窓口は各病院13:00~15:30  
問合せ/総合がん対策グループ TEL.029-301-3224

Hye~Hye~  
見つかったぜ  
まったぜ~  
カリフォルニア  
ジョンさん

**正解!**  
読者プレゼントの  
詳細はP.38をみてね!

この誌面の中に、俺とそっくりな奴が  
隠れてるらしい...探してくれないか?  
「レッドパロン」のキャラクター  
お店情報はP.8をみてね!

POWER OF GREEN 2014  
バレーボール  
エキシビジョン  
マッチ  
inつくば  
2014.7.12(土)  
開始 14:00~  
【会場】つくば市総合体育館  
※上座を必ずご持参ください。

ふるさが応援する  
プロバレーボールチーム つくばユナイテッドSunGAIA

サンガイアとは  
つくば市で活躍しているプロの社会人バレーボールチーム。スポーツで自立自活できる企業スポーツを目指し、他の多くのチームのように、スポンサー企業に社員として雇われるのではなく、バレーボール教室の運営や、スポンサーやサポーターからの支援によって成り立っているチーム。生活のため、選手の多くは他の仕事にも就き、忙しい中から練習時間を確保している。

チームの応援をしてくださる法人・個人を募集しております!  
子どもから大人まで楽しめるバレーボール教室もあるよ!

詳しくはwebで  
つくばユナイテッドサンガイア 検索



**sarari**  
hair make & spa salon

「茨城最初のジョンマスターオーガニック  
プレスネージュサロン」

つくばで人気のオーガニックサロン!

- ◆資格 美容師免許
- ◆給与 スタイリスト 月給23万円～35万円  
アシスタント 月給17.5万円～20万円  
※能力により優遇します。
- ◆時間 10:00～21:00(交替制)
- ◆休み 隔週休2日(シフト制)、有給休暇
- ◆待遇 社会保険完備、交通費支給(15,000円迄)  
自社アカデミー、スタジオ完備、海外研修  
独立支援制度、夜職手当、その他手当有
- ◆応募 電話連絡の上、履歴書(写真)持参下さい。

美容室サラリ イースつくば店

住/つくば市研究学園C50街区1  
イースつくばアウトモール  
HP/ <http://www.sarari-beauty.com>  
TEL.0297-74-9986 (sarari採用係)

職探し・アルバイト・パート探しにお役立ち!  
働きたいアナタのための

# JOB PLAZA

求人応募の際は  
「ぶらざを見た」と伝えると  
スムーズです。



つくば 正社員  
営業・設計・施工管理

お応えは P.1  
をご覧ください

おかげ様で年間100棟完工!

- 勤務/ つくば市研究学園
- 業務/ 営業(注文建築・不動産)
- 時間/ 9時～19時
- 給与/ 35～40万円(給与相談可)
- 休日/ 毎週水、第1・3火曜  
(有給年12回)
- 備考/ 経験者優遇、交通費支給  
して下さい。

住宅・不動産の知識  
があり、お客様の  
役に立つこと、  
お客様を喜ばせる  
ことが好きな方、  
ぜひアゲルで発揮  
して下さい。

株式会社アゲル  
〒305-0817 つくば市研究学園C29街区11  
●<http://www.ager.jp> ●[info@ager.jp](mailto:info@ager.jp)  
TEL.029-886-3221 担当/採用係

つくば 正社員  
設計/新築住宅・リフォーム営業

お応えは P.41  
をご覧ください

年齢・学歴不問!シルバー世代も歓迎!

- 勤務/ 研究学園・龍ヶ崎
- 業務/ 新築住宅・リフォーム工事の受注  
活動、営業補助、モデルハウスへの  
案内～契約後フォローまで
- 時間/ 9:00～18:00(60分休憩あり)
- 資格/ 要普通自動車免許・宅地建物取  
引主任者尚可・2級建築士尚可
- 備考/ 不動産営業経験者優遇

設計担当者も  
同時募集!詳しく  
はお問い合わせ  
ください。

株式会社藤田商事 ドリームホームフジタ  
〒301-0032  
茨城県龍ヶ崎市佐貫1-9-5  
TEL.0297-66-5355 担当/(本社)田中

つくば アルバイト・パート  
レジスタップ

お応えは P.3  
をご覧ください

好きを活かせる職場です!

- 時間/ 15:00～21:00までのうち  
5時間以上  
週3日以上勤務できる方
- 給与/ 850円以上
- 備考/ 未経験者大歓迎!  
ファッション・ブランド品・食  
器・カメラ・楽器などに囲ま  
れて楽しく働ける職場です。

WonderREXつくば店  
〒305-0034 つくば市小野崎296-3  
0800-800-8543 担当/採用係

P.35  
「地図と測量にまつわる  
クイズ」答え

A. 猪苗代湖

日本の湖沼面積は、  
国土地理院が「全国  
都道府県市区町村別  
面積調」において公  
表しています。  
(詳細は、国土地理院  
ホームページ)  
次回もお楽しみに!

「人と地球にやさしい家」一緒につくりませんか?

住宅営業 正社員:住宅営業/工事管理

給与 25～39万円以上(試用期間あり)

資格 男女ともに未経験歓迎・年齢・経験考慮

勤務地 研究学園・ひたち野うしく・ひたちなか

時間 10:00～19:00

休日 週休2日(隔週)・他

モデルハウスの接客、  
理想の家づくりをお客  
様と二人三脚で実現!

打合せから引渡しまで、  
費材発注や協力業者の  
手配等施工管理全般。

ユニバーサルホームひたち野うしく店 ☎029-830-8277

面接地/〒300-1207茨城県牛久市ひたち野東1-24-1  
株式会社リアルウッド <http://www.realwood.co.jp/>

お応えは P.11,15  
をご覧ください

担当  
竹本まで

水戸 正社員  
住宅営業

お応えは 裏表紙  
をご覧ください

経験者優遇

- 給与/ 正)月給25万円以上～
- 時間/ 9:00～18:00
- 賞与/ 営業)報奨金
- 待遇/ 社会保険完備、交通費支給
- 休日/ 水、隔週木、指定休  
月8回以上
- 応募/ お気軽にお電話ください
- 備考/ 会社説明会開催中

アルネットホーム水戸展示場  
〒310-0852 水戸市笠原町1515-5  
●<http://www.alnethome.com/> ●[info@alnethome.com](mailto:info@alnethome.com)  
TEL.029-305-3277 担当/採用係まで

★★★★メディア出演情報★★★★

■ラジオ■  
●つくばYou've got 84.2(発信chu!)  
【放送局】ラヂオつくば(84.2MHz)  
【放送日】毎週金曜日17:00～19:00生放送!!  
☆18:23頃～ぶらざのコーナーもあります!!

■インターネット配信■  
【YNN(よしもとネットネットワーク)・茨城県】  
<http://www.ynn47.jp/ibaraki/>  
・毎日22:00～23:00まで生配信。  
・パソコン、スマートフォンから無料視聴可能!!  
・アーカイブにて、過去放送回も視聴可能!!

## 「カリフォルニア・ジョン」に変装した 「オスペンギン」って何者?



「オスペンギン」は、山中崇敬(やまなかたかとし)さん、でれすけさんの2人から成る吉本興業のコンビです!吉本興業の「あなたの街に“住みます”プロジェクト」の「茨城県住みます芸人」として、茨城を拠点に活動しています!!



「オスペンギン」  
じゃなくて  
「カリフォルニア・ジョン」  
じゃなくて  
「オスペンギン」  
じゃなくて  
「オスペンギン」  
じゃなくて

プレゼント(P.38)の  
答えじゃないよ

みがかっちゃった?!

- ア** お花屋さんのスタッフ募集  
時給780円〜/週3日程度/土日勤務可能。早朝・夜に作業が入る場合有、時間の融通が利く方/要普通免許/勤務士浦市  
Flowers・Bee【フラワーズ・ビー】 ☎029-824-2490
- ア** ビューティーガンゼー・エステティシャン  
月に16〜18日勤務した方(子育て中30代)で8〜10万円という実例も! /お気軽にお問合せ下さい。  
POLA THE BEAUTY 土浦店 ☎029-821-5003 **【P.20】**
- ア** サービス・販売・カフェスタッフ  
9:00〜18:00の間で4時間以上/土日できる方歓迎/まかない付/交通費支給/制服貸与/カフェ好きな貴方、大歓迎  
蔵日和 ☎029-857-4020(藤右エ門まで) **【P.30】**
- 正** エクステリアプランナー  
女性活躍中! お客様のお庭を素敵にデザインする仕事です。経験者優遇。  
つくばガーデン ☎029-896-6400 **【P.40】**
- 正** ディナースタッフ  
9時〜24時(シフト制)/学生・女性活躍中/お客様に喜んでもらえる仕事したい! そんな方は是非お電話を!  
Brasserie 2plats ☎029-875-7741 **【P.28】**
- ア** ホール・キッチン  
9:30〜23:00のシフト制※時間応相談/週3日〜OK  
高校生も※22時までAWワークや主婦も歓迎致します  
ITALIAN PARADISE ☎029-879-7474 **【P.28】**
- ア** キッチン・ホール  
9時〜23時の間(高校生21時迄)/週3日〜、1日4時間〜/土日祝入れる方、フリーターの方、長期働ける方大歓迎  
サマルカワ研究学園店 ☎029-860-3090 **【P.29】**
- 正** 正社員・アルバイト  
週2日〜、17〜24時の間で3H〜応相談/未経験者歓迎  
日曜定休/詳しくは面接にて。お気軽にお問合せ下さい。  
季彩 かがり ☎029-875-7219 **【P.29】**
- 正** ホール・キッチンスタッフ  
シフト制/車通勤可/制服貸与/働い補助  
経験者優遇・未経験もOK! お気軽にお問合せ下さい★  
ポーノパスタ ☎029-891-2333 **【P.29】**
- ア** 接客  
時給800円〜/絶品まかない付/エスニック料理が好き  
な方歓迎/将来エスニック料理店をかまいたい方歓迎  
マヤデビ ☎029-859-8860 **【P.30】**
- 正** キッチン・パティシエ  
平日9:00〜23:00/シフト制/週2日〜1日3h〜/  
まかない有/制服貸与/交通費支給  
Arzonie ITALIA ☎029-839-5388 **【P.30】**
- ア** ホールスタッフ  
11:00〜15:00、18:00〜21:00/時間・曜日応相談昇給有、  
制服貸与、食事付/お気軽にお問合せ下さい!  
イルクオーレ ☎029-857-7179 **【P.30】**
- ア** 調理・ホール  
平日14:00〜0:00 土日10:00〜17:00、18:00〜0:00 週2日  
〜1日3h〜 まかない有 制服貸与 交通費支給  
赤牛 つくば本店 ☎029-886-6629 **【P.30】**
- ア** ランチホールスタッフ  
10:00〜14:30/食事付き  
お気軽にお問合せください。  
ALONSO ☎029-896-3367 **【P.30】**
- 正** ホール・キッチン  
深夜手当あり/研修期間あり/働い付き/17:00  
〜翌2:00の間でシフト制/詳細は問合せ下さい!  
九州横丁 九太郎 ☎029-869-9780 **【P.31】**
- ア** ホール  
土日祝は+100円アップ※研修期間あり/年齢・経  
験不問※学生・フリーター・主婦・未経験者大歓迎!  
つくば甲羅本店 ☎0120-22-8142 **【P.31】**
- ア** ディナー及びソフトクリーム販売スタッフ  
交通費一日400円まで/16:00〜/週3日程度  
お気軽にお問い合わせください  
GREEN \* GREEN ☎080-3355-7085 **【P.31】**
- ア** 調理/ホールスタッフ  
土日祝入れる方歓迎/週1回〜可/制服貸与/  
まかない有  
町家カワ 太郎茶屋 藤倉 ☎029-851-4640 **【P.31】**
- 正** ホール・キッチンスタッフ  
11:30〜15:00、18:00〜22:00/時間・曜日応相談昇給有、制  
服貸与、食事付/お気軽にお問合せ下さい!  
ミルフルール ☎029-863-5006 **【P.32】**
- ア** ホールスタッフ  
18:00〜24:00(時間・曜日は応相談) 土日祝、長期・  
ラストまで働ける方大歓迎。まかない付。  
もつまる ☎029-871-3155 **【P.32】**

- 正** スタ일리スト・アシスタント(パートでもOK)  
10時〜20時(応相談)/毎週火曜+月2日休み、正月・夏季  
休暇有/雇用保険完備/オーガニック系の薬剤多数!  
echelle【エシェル】 ☎029-886-8776
- 正** スタ일리スト・アシスタント募集  
時給800円より  
給与応相談(経験・能力により優遇)/パートも歓迎!  
お気軽にお問合せ下さい。  
BEAUTY SALON AVIGNON ☎029-857-8668
- 正** スタ일리スト・アシスタント・フロント  
週1日から働けます! 11:00〜19:00の間なら何時間でも  
OK! 土日出勤の方優遇。詳しくはお問合わせ下さい!  
Style Creator ☎029-826-8060 **【P.22】**
- 正** アシスタントスタッフ  
月給16万円以上  
平日10:00〜20:00 土日祝9:00〜19:00  
年給、夏季休暇あり/車通勤OK ※要美容師免許  
Rhythm Hair Design ☎029-835-0880 **【P.22】**
- 正** スタ일리スト・アシスタント  
月給155,000円より  
勤務日・時間応相談/土日祝日の休みもあります/ブランクあ  
る方も歓迎!/仕事と家庭を両立させたいなど、ご相談下さい。  
happybemy HAIR STORY ☎029-875-4777 **【P.23】**
- 正** 新規オープンのためスタッフ募集  
5/18新規OPEN!! /10時〜  
毎週火+月2回休み/夏季、年給、有給休暇有り  
Asfido ☎029-879-8070(国吉/コマジ) **【P.23】**
- 正** アシスタント・スタイリスト募集  
アシスタントも能力給etcあり!  
基本給+能力給/交通費支給/雇用保険完備/シフト  
制+定休以外に月3日休、冬・夏休み、海外研修旅行あり  
Shine ☎029-855-8806 **【P.23】**
- 正** スタ일리スト  
ブランクのある方も歓迎!  
勤務日・時間等相談可/給料等は面接時にて/  
お気軽にお電話ください。  
Salon de Minelva ☎029-848-2223 **【P.23】**
- 正** アシスタント  
月7〜8日間休み/給与応相談/雇用保険、早番運  
番あり/面接は火曜日に行います。  
JEWEL ☎029-828-8448 **【P.25】**
- 正** スタ일리スト・アシスタント募集中  
最新のメイク技術も学べます!  
アットホームで働きやすい環境です! 給与・勤務時間は  
面接時に/お気軽にお電話ください。  
Rhythmic ☎029-852-2765 **【P.25】**
- 正** スタ일리スト・アシスタント  
給与応相談(経験・能力により優遇)  
詳細はお問い合わせください。  
voice ☎029-839-9930 **【P.25】**
- 正** アシスタント・スタイリスト  
7時〜16時・3時〜20時・20時〜22時  
休/火・第3月曜、他有給25日/20代・経験者歓迎  
/お気軽にお問い合わせください。  
La Queenta ☎0120-311-073 **【P.26】**
- 正** スタ일리スト  
即戦力募集!  
9:00〜19:00/基本給+能力給/詳細はお気軽にお問  
い合わせください。  
LAMP ☎029-896-8808 **【P.26】**
- 正** 美容師・理容師  
カット・カラー専門店  
給与25万円〜45万円以上/完全週休2日制  
土・日休暇可/営業時間9:00〜20:00/専用駐車場有  
New York Designs ☎029-855-4151 **【P.26】**
- 正** 美容師・アシスタント・スタイリスト  
急募! 給与は経験能力により優遇、社会保障完備、  
休/定休ほか3日、お気軽にお電話下さい。  
Hair Resort Zephyr ☎029-860-3167 **【P.27】**
- 正** スタ일리スト・アシスタント・パート募集  
パートも歓迎/貴方に合った働き方で時間・休み  
も相談できます。詳しくはお電話下さい。  
Velocca ☎029-875-6758 **【P.27】**
- 正** スタ일리スト・アシスタント  
ママさん美容師も募集中!  
家庭と両立しながらやりがいをもって働きたい人。経験よ  
りも意欲を重視します。Shareは頑張る女性の味方です。  
hair&make-share ☎029-875-8322 **【P.27】**
- ア** アルバイト・パート  
販売・買取スタッフ  
土日出来る方歓迎交通費支給  
「好き」を仕事にしてみませんか?  
お宝あつとマーケット ☎0299-59-1832 **【P.9】**
- 正** ①事務スタッフ②業務スタッフ  
事業拡大につきスタッフ大募集!  
①月給15万円〜※研修期間あり②は営業・販売・接客  
業務経験者。月給20〜45万円+業績給※能力による  
グランドホームズ ☎0297-20-6772 **【P.10】**
- ア** フロント・トレーナー  
時給850円より  
男女ともに明るく元気な方募集! 未経験者歓迎。  
週2〜3日、4〜6時間程度でできる方。  
健康増進センターACT ☎029-856-3525 **【P.17】**
- ア** ツルバボディソール  
給与・当社規定に準ずる  
勤務時間など詳しくはお問合わせ下さい!  
TSURUBA BODYSOUL STUDIO ☎029-858-1303 **【P.18】**
- 正** 受付スタッフ  
月給16万円より  
院内見学大歓迎です!  
詳細はお問合わせください。  
ホワイトエッセンス ☎029-875-4114 **【P.20】**

アルバイト、パート、正社員などの求人募集広告を掲載しませんか?

このサイズ(多い時には10数件募集あり!!) 詳細は下記までお問い合わせ下さい。  
**1枠 7,500円(税別)** ☎029-835-3535 担当:ハナリ

01 シネプレックスつくば 映画鑑賞券



上映情報はP.35をご覧ください。  
提供/シネプレックスつくば

5組10名様

02 シネマサンシャイン土浦 映画鑑賞券



上映情報はP.35をご覧ください。  
提供/シネマサンシャイン土浦

3組6名様

03 イオンシネマ下妻 映画鑑賞券



上映情報はP.35をご覧ください。  
提供/イオンシネマ下妻

3組6名様

04 イオンシネマ守谷 オール・ユー・ニード・イズ・キル 映画鑑賞券



「オール・ユー・ニード・イズ・キル」の試写会を実施いたします。  
日時/6月26日(木)  
18:30開映  
※期日が迫っているため、先着順で、抽選致します。  
提供/イオンシネマ守谷

5組10名様

05 ①天然石プレスレット蒸着水晶 or ②鑑定料1,000円OFF券



鑑定料 1,000円OFF券  
※1,000円OFF券  
※初めの方。  
※イメージ画像。

①は、占いページでおなじみの来未先生が浄化してから贈ってくれます。  
①蒸着水晶 ※イメージ画像。  
※占いと店舗情報はP.35をご覧ください。  
提供/開運アドバイザー来未

①1名様、②2名様

06 オーガニックコットンのミニハンカチ



今治ブランドのトゥルーオーガニックコットン(糸まですべてオーガニック)です。※お店に取りに来られる方に限ります。  
※お店の詳細はP.9  
提供/オーガニックコットン専門店 カルデア

5名様

07 あみプレミアム・アウトレット 5,000円分お買い物券



あみプレミアム・アウトレットで使えるお買い物券をプレゼント!P.33には開業5周年のお得な情報も紹介しています。  
提供/あみプレミアム・アウトレット ※見本です

6名様

08 カーコーティング (クリスタルキーパー) 9,800円(税別)



※初回ご利用の方のみ有効。(通常16,300円)  
※当選後、事前予約必須。~26,500円(税別)  
※LALAガーデン前セルフSSのみ有効。  
※お店の情報はP.8  
提供/LALAガーデン前セルフSS ※EXサイズ対象外

2名様

09 骨盤矯正+カイロプラクティック(60分) 通常5,500円→3,500円でご提供!



※初めの方  
※店舗情報はP.19をご覧ください。  
提供/さわやか健康カイロ

5名様

10 カイロプラクティック 3,500円券(通常8,400円)



★初めの方でなくてもOK  
★お店詳細はP.18  
提供/ライフパートナーつくば

10名様

11 フルボディトリートメント(60分) 3,000円券(通常10,000円)



※初めの方  
※HP等に写真や感想を掲載OKの方  
店舗情報はP.25参照  
提供/natural hair pure green

3名様

12 フットリフレ30分 無料体験券(通常2,700円)



履せにくい下半身に効果的にアプローチする「フーズダイエットプラン」※初めの方。  
※お店の情報はP.19  
提供/耳つぼダイエットけんけん

5名様

13 洞峰公園 屋内プール無料券



大人から子どもまで幅広い年齢に親しまれており、水中ウォーキングコースもある。雨の日でもOK。50m×9コースの屋内温水プール。提供/洞峰公園

5組10名様

14 生誕100周年記念 中原淳一展



【会期】~7月18日(金)  
【会場】茨城県近代美術館  
【時間】9:30~17:00 (入場16:30迄)  
【休】毎週月曜日  
【提供】茨城県近代美術館

10組20名様

さらに! 41ページには、クオカード500円分がもらえるクイズがあるよ!

クオカード 500円分

クオカード 500円分

応募方法はP.41を見てね! 10名様

提供/ドリームホームフジタ

「カリフォルニア・ジョン」を探せ!!

レッドバロンのキャラクター

レッドバロンのお得な情報はP.8です!

ふらざ6月号のどこかに、「カリフォルニア・ジョン」がかくれんぼしています。探し出して、見つけたページを編集部までお知らせ下さい。(このページを除きます)

この人は「カリフォルニア・ジョン」に化身した超人さんです!!間違えないように髪を付けてね!

アンケート

- Q1. 今月号を見て、実際に行った、行きたいと思ったお店はどこですか?また、その理由は?
- Q2. あなたのお住まいは、【一軒家・集合住宅・マンション・その他】のどれですか。
- Q3. Q2で答えて頂いた住まいに、住んでみて良かったと思う点はありますか。教えてください。
- Q4. あなたはネイルをされますか? されるかたはどんなタイミングに、どこでされますか。(例:します。夏、サンダルを履き始めるタイミングで。サロンに行きます。)

応募方法 住所・氏名・年齢・職業・電話番号・本誌の届いた日付または手に取った店名、ご希望のプレゼント(第3希望まで)、左のアンケートの回答、本誌の感想、「カリフォルニア・ジョン」がいるページを明記の上、ハガキorメールにて編集部までお宛先 〒300-0037 土浦市桜町1-6-13 常陽通商土浦駅前ビル4F

「月刊ぷらざ」6月号読者プレゼント係

※メールの件名も上記同様をお願いします!

ホームページからもご応募できます♪

plaza@joyo-plaza.co.jp

月刊ぷらざ 検索

締切 2014.6/30(月) 必着

※応募は複数可能。※結果は賞品の発送をもってかえさせていただきます。※プレゼントの発送等には締切日より2週間程度がかかります。※ご投稿の一部は、誌面でご紹介させていただきます。※応募者多数の場合、アンケート回答等のあるご応募を優先させていただきます。また、当選者のご連絡先は当選品をご提供頂いた担当者様へ直接お問い合わせください。また、当選者のご連絡先は当選品をご提供頂いた担当者様へ直接お問い合わせください。また、当選者のご連絡先は当選品をご提供頂いた担当者様へ直接お問い合わせください。また、当選者のご連絡先は当選品をご提供頂いた担当者様へ直接お問い合わせください。



好評放映中!!  
TVC  
CM

0120 107 929  
シロモトクリニック



# 25年の信頼と実績で全国27院

城本クリニックは、経験豊富な医師が、安全を第一に考え施術を行っている美容専門クリニックです。

医師による  
カウンセリングは  
無料です!  
お気軽にお電話  
ください。

## 豊胸術

あなたにあった豊胸術法で  
素敵なバストに...

バストの悩みは女性一人一人違います。十分なカウンセリングをする事が大切です。手術は豊富な経験を持った専門医が行うので安心です。痛みや傷跡はほとんどありません。入院する必要もありません。手術後のアフターケア・メンタルケアも充実しています。

### 人工乳腺法

PPF注入法、  
PRP注入法、  
幹細胞脂肪注入法

PPF注入法、  
PRP注入法、  
幹細胞脂肪注入法

乳輪小・乳輪縮小・陥没乳頭の手術も行っています。詳しくはお問い合わせください。



城本 豊胸 2ヶ月後 HPで撮った

30分で済む! **バストのプチ整形 ヒアルロン酸注入法で切らずにバストアップ!**  
**メスを使わない豊胸術** ヒアルロン酸 1ml 7,150円  
ヒアルロン酸をバストに注入します。切らないので手軽です。2年ほど効果が見込めます。

## 超音波脂肪吸引

症例数 20,000症例以上の城本クリニックでは、経験豊富な専門医が治療を担当します

脂肪吸引のメリットとは痩せたい部分だけをスリムにした部分痩せが可能です。一度の治療で、美しいボディラインに近づけることができます。吸引時には、細いカニューレを使用し丁寧に吸引しますので、ハリを保ったまま凹凸のない仕上がりとなります。切開部にはプロクターを使用しますので傷口もキレイです。入院の必要もなく翌日からデスクワーク程度の日常生活が可能です。アフターケアも充実。1ヶ月検診や再診も実施しております。まずはお気軽にご相談ください。



お腹もスッキリ! リバウンドなし!

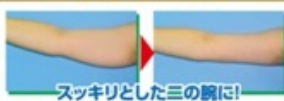
- 超音波で脂肪を柔らかくするので、吸引が今までより20%UP
- 脂肪以外へのダメージが少ないので、腫れや痛みも非常に少ない
- 吸引しやすくなったので、きれいで無駄なカットが少なくて済みます
- 短時間で吸引できるので、身体への負担が少なくて済みます

※超音波 1部位 50,000円 ※その他の部位も、お気軽にお問い合わせください。  
太もも 200,000円~350,000円  
やせ薬、ダイエット注射などあります! 詳しくはお問い合わせ下さい。

## 脂肪溶解注射

手術をせずに気になる脂肪を注射により溶解する最新技術です。

- リスクが非常に少なく安全性が高い
- セルライトにも効果がある
- 気になる脂肪に注射するだけなので短時間ですむ
- 他人に気づかれない



スッキリとした三の腕に!

お顔 二の腕 お腹 ヒップ 太もも ぶくろいばき  
1箇所1回(片手の平の範囲) 25,000円  
※お体のどの部位でも可能です。

## 臭いワキガ 多汗症 臭い汗解消!

臭い・汗シミには**直視下摘除法**が効果的です!!  
皮膚の下にあるアポクリン汗腺、皮脂腺、エクリン汗腺を時間をかけてひとつずつ丁寧に、かつ徹底的に取り去ります。臭いはもちろん、同時に多汗症、脱毛にも効果が期待できます。手術は豊富な経験を持った専門医が担当します。他院で治らなかった方もご相談ください。また、汗を止めるだけならボトックス注射で簡単です。

直視下摘除法 240,000円 多汗症治療 ボトックス注入法 100,000円 (2回目以降半額)

## 二重まぶた

城本クリニックであなただけのオーダーメイドの二重に!  
目もとひとつで顔の印象は大きく変わります。城本クリニックでは、手術前に急なカウンセリングを行うことにより、あなたに合った二重を提案します。

埋没法 1年保証 60,000円  
埋没法 永年保証 100,000円  
二重切開、目縁切開、眼輪筋下層の手術も行っています。

ホクロ・イボ除去 ..... 1個(5ミリ以内) 10,000円

## しわたるみリフトアップ

まわりに気づかれずに若々しさを取り戻すことができます!

### 30分で済む! ミラクルリフト

シワタルミを切らずに改善!! 強力リフトアップ!  
糸でタルミを引き上げる治療です。皮膚を切除することなく、タルミを取り除く画期的な医療技術です。治療後から大きな効果を確認できることはもちろんのこと、腫れや痛みが少なく、30分で若返りができます。  
1本 50,000円

### 5分で済む! ボトックス注入

注射でシワを消す!  
目尻、眉間、額 のシワに効果的な治療!!  
表情に合わせて出るシワを改善します。シワを作る筋肉に働きかけます。治療も注射で行いますので非常に手軽です。  
50,000円~80,000円

### 効果大! ほうれい線消す! サーマクール

シワタルミをメスを使わず改善!  
強力リフトアップ治療!  
こんな方にオススメです  
●とにかくシワたるみ・ほうれい線消したい  
●フェイスラインを引き締めて小顔になりたい  
●効果の高いエイジングケアがしたい  
腫れない!! 一回で完了  
ふだん通りの生活ができます。入院・通院の必要がありません。  
※詳しくはお電話・メールでお問い合わせ下さい。

### ヒアルロン酸

顔や眉間のシワ、こめかみのくぼみ、笑いジワなど様々な部位の老化を改善し、若返りの効果を得られます。  
目の上、目の下のたるみと目元のたるみを改善します。目の上、目の下のたるみと目元のたるみを改善し、若いときの目元に戻ります。

※詳しくはお電話・メールにてお問い合わせ下さい。  
目元 300,000円  
目元+目下 350,000円

## 城本の美容皮膚科

### しみ取り 美肌治療 シミ・美肌治療

医療機関でしか受けることができないスキンケアです  
シミ ソバカス くすみ 小シワ ニキビ跡 毛穴の閉じ 赤ら顔  
肌に光をあてるだけで複数のトラブルを同時に改善!  
●化粧のノリが良くなった! 初回たっぷり体験(全額)  
●ハリが出てきて肌がプリプリしてきた!  
●シミがうすくなって、肌全体が白くなった!  
●友達にキレイになったね、と言われた!  
29,800円  
※他院で満足できなかった方も是非ご相談!

### 医療レーザー脱毛

医療機関での脱毛のため、安全で効果的に全身からデリケートな部分までの照射が可能です。  
城本の医療レーザー脱毛なら、皮フを傷つける心配もなく、効果が高く安全です。ワキ、足はもちろんビキニラインや全身様々な部位の脱毛が可能です。もちろん肌もツルツルになると好評です。  
選べる 5回プラン・7回プラン ※詳しくはお電話・メールでお問い合わせ下さい。  
※男性用の脱毛にも対応しております。

### 二キビ・凹凸 徹底ケア

1人1人のニキビの状態により、様々な治療法をそろえています。  
ケミカルピーリング 高濃度ビタミン導入付 初回体験 15,000円  
マクロビール 高濃度ビタミン導入付 初回体験  
クレーター・サリチル酸ピーリング..... ※詳しくはお電話・メールでお問い合わせ下さい。

クレーターやザラザラもツヤツヤに!

その他の治療 隆鼻術、輪郭形成、やせ薬、ピラス、ビタミン注射、ドクターズコスメ、ラティース、女性用育毛薬、イントラジェンGFRなど ※表示価格は消費税抜きの価格です

シロモト 美容外科 形成外科 美容皮膚科

# 城本クリニック

0120-107-929

●診療時間 AM10:00 ~PM7:00/ 初診料無料

HP <http://107929.jp> Eメール [info@107929.jp](mailto:info@107929.jp) 城本クリニック

完全予約制 相談無料 無料駐車場有

柏院 柏駅南口より徒歩1分 Y27-0852 柏市南1-5-4 プラザ/CLC/6F

水戸院 水戸駅南口直結 Y310-0015 水戸市東町1-1-4 COMBOK10 2F

毎日若さを武器にパワフルに駆け回っております!!  
そんな丹誠込めて仕上げた6月号宜しくお願致します!!



気持ちはみんなと同一年...

この話題自体が年上の方から見たジェネレーションギャップ。  
白黒みかん  
1回3000円のフレイムがひとつしか選べないプリン●倶楽部を今の中高生は見たことが無いと聞いたとき、そんなに過去のものでしたっけ(泣)(泣)(夢子)

カラフルなランドセルをしよついでの子とも、実際に遭遇したとき。(キキ)

みんなとカラオケに行った時……(シャイコ)

私の場合は年の離れた兄弟がいたり、環境のせいであらゆる古い人間だったりします。なので、同じ年の子と常にジェネレーションギャップを感じるハメに。カラオケなんかはとくに酷い！まず新曲から曲を選ばせなす(安全)地帯再燃なう(なすび)

10年前、自分が携帯を持った頃は、着メロで16和音だと凄く羨ましい時代でした。着メロを自分で作る機能が付いて、着メロの楽譜雑誌みたいなのも売ってました。自分の好きな曲を上手く作れた時の感動とか。あの頃のわくわくする感じが、今はなかなか遭遇できないのが寂しい。(空窓)

第68回 密着ふらざ24時

プロフィール

つくばエクスプレスカレッジ専門学校の学生とやまかコラボ！  
漫画家を目指す二人の夢を応援していきます。

イラスト/ペンネーム 樹太郎  
今回の4コマ担当！どんな絵のイラストにも応えてくれるスーパーヒーローマン！

イラスト/ペンネーム 樹太郎  
様々な絵柄を巧みに描き分ける強者。

イラスト/ペンネーム 樹太郎  
アシスタント/三津井 優希

編集後記 6月号

平均年齢27歳。そんな私たちもジェネレーションギャップを感じる歳になりました。昔の思い出を振り返ってもらいながら、みんなの「ギャップ」聞いてみました★

スタッフに好きな芸能人を聞いたところで、誰も分らない。で、私の好きな芸能人を言ったところで分かってもらえない事もある。(Quetz)

今の子供たちは、ドラ●もんの声優さんが、水●わさびさんであることが当たり前で、大●のふ代さんであったことを知らない、というのがそれにあたるのかなと。私(たぢ世代)はドラ●●ん!!のふ代さんなので。(おばあちゃん●思い出は) 不朽の名作。背番号 10

Face book・Twitter  
随時更新  
http://www.jp-plaza.co.jp

つくばガーデン  
TSUKUBA GARDEN

イオンモールつくばで体験 エクステリア展示場

ガーデン・エクステリア相談会  
毎週土・日曜、祝日開催 要予約  
◎建築地の空想、現場写真等をお持ちください

(公社)日本エクステリア建設業協会 会員  
イオンモールつくば  
エクステリア展示場  
つくば市稲岡 66-1 イオンモールつくば H区画 (外部棟)  
TEL.029-896-6400 OPEN 9:00~19:00  
www.tsukuba-garden.jp  
◎豊富な資料・カタログ/キッズスペース完備

イオンモールつくば  
駐車場  
庭門堀

受賞実績  
第18回 TOYO全国施工写真コンテスト プリック/ストーンマテリアル部門 優秀賞  
第15回 国土建設施工コンテスト 優秀賞 第13回 エクステリア施工コンクール 門下より 準最優秀部門 地区入賞賞 メイクランド施工写真コンクール2007 最優秀賞 春のトップ施工写真コンテスト エニフック部門 最優秀賞

全国ぶらざ協議会加盟誌  
月刊 ぶらざ 東南版

●毎月1回発行(月末から月初配布完了)  
●つくば・土浦・牛久市内 (指定地域無料配布)  
●配布部数92,988(5月号配布実績)  
●東南エリア部数12,012冊

Publisher 大内清子  
Chief-Director 大内純子  
Editor 中村久美子/泰山悠理  
編集者 橋本恵里/羽成勇樹  
野原明日雅

Designer 安部幸子/三津井優希  
大内純子  
英城弘隆株式会社  
Partners 有限会社青山グラフィック  
株式会社メディアクロス水戸

●本誌に掲載された広告の内容につきましては、その責任は広告主が負うものとします。  
●本誌記事・写真・イラストの無断転載を禁止します。  
●内容により、掲載をお断りさせていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

# 夢をかなえる 強くて優しい家

ワンランク上の高性能とフル装備  
オーダーメイド住宅を実現します。

「ドリームホームフジタ」の家は、完全オリジナル自由設計。充実の標準設備、柔軟な対応力、納得のコストパフォーマンス。ご予算内で、お客様それぞれの理想を形にいきます。実際に建てられたお客様からのご紹介で、家を建てられる方が多くいらっしゃる。それが、何より信頼の証です。ぜひ、構造・設備・価格など多くの物を比較検討し、あなたの夢を実現させてください。そのお手伝いをさせて頂ければ幸いです。

**フジタのこだわり!!**  
他店では真似できない構造  
フジタの3本の矢

**その1 耐火性に優れた 50mmヘーベルライト**

- 優れた耐火性
- 様々な方に耐える強度
- 高い遮熱性
- 騒音時代に対応する遮音性
- 防火性




**その2 耐震性に優れた 2x4工法**

耐震性・遮音性・耐火性  
耐火性・遮音性・耐火性  
耐火性・遮音性・耐火性


地震列島、日本に求められる安心・安全な工法です。

- 阪神・淡路大震災にも耐えた日本に選んだ構造
- モノコック構造の6面体と強い木で作られる
- 揺れを面全体で受け止めるツーバイフォー住宅



**その3 次世代省エネルギー基準クリア 発泡断熱材工法**

独自の硬質ウレタンフォームを、屋根、壁、基礎(または床)に吹き付けることにより、すき間のない、超断熱な断熱気密性を実現します。




DREAM  
HOME  
FUJITA

6月号の  
クイズ

## 〇に入る言葉は?

フジタの考える自由設計とは、  
みんなの「〇〇〇〇」にお答えすること。

ヒントはHPを見てね!! **ドリームホームフジタ** 検索

5月号と6月号のクイズに  
正解された方の中から、  
抽選で10名様に  
**クオカード1,000円分  
プレゼント!!**

〇切  
6月15日  
(日)必着

【応募方法】5月号と6月号の2ヶ月分のクイズの答え・住所・氏名・年齢・職業・電話番号をご記入の上、ハガキにてご応募ください。  
【あて先】〒305-0817 つくば市研究学園D33街区3 つくばモデルハウス 月刊ぶらざクイズ係  
※ご記入頂いた個人情報は、適切な方法で管理いたします。また、当選商品の発送以外の目的に使用することはありません。

【5月号のクイズ】〇に入る言葉は? 「フジタが高品質低価格で家づくりができる理由は、安心の〇〇施工だから!」

創業27年、関東・関西エリアで1,000棟以上の実績

**ドリームホームフジタ** 強化建材 50年保証

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

【土地情報を公開しています。詳しくはHPをご覧ください】


①つくば市東光台2-17 / 土地50.9坪700万円、建物30坪1,450万円、計2,150万円 ②つくば市宝塚台44 / 土地88坪850万円、建物40坪1,850万円、計2,700万円 ③取手市青柳54 / 土地49坪700万円、建物30坪1,450万円、計2,150万円

E-mail: info@fujitacompany.co.jp

住宅性能保証制度登録店


宅地建物取引業 / 茨城県知事免許(7)第3894号建設業 / 茨城県知事許可(般-23)第24966号

**つくばモデルハウス**



つくば市研究学園D33街区3  
**☎029-875-5366**

**佐貫モデルハウス**



本社 龍ヶ崎市佐貫1-9-5  
**☎0297-66-5355**

■9:00~18:00 日曜・祝日も営業しております。(定休日/水曜日)

デザイナーズリビング ラヴィング  
**LA VING**



子どもへやさしい  
自然素材の心地よさ

ラヴィングは自然素材を活かした  
こだわりの家づくりを目指しています。

カビやダニが発生しにくく、調湿効果もあり  
小さなお子さまにも安心な漆喰や珪藻土の壁材。

素足でも優しく温もりある肌触りの無垢材は、  
時とともに強度が高まり、  
色も美しく変化する経年変化が魅力です。

自然素材は空間に彩りをそえるだけでなく、  
住む人の心に深いやすらぎを与え  
子どもへ安心の住まいを贈ることができます。

LA VING **葛城**  
ガーデン

建築条件付自社土地分譲

全11区画 土地面積 55坪~ **1,540万円~**

豊かな自然と教育環境が整った子育てしやすい新街区

教育施設

自然環境



かつらぎ第二保育園 徒歩 2分  
葛城小学校 徒歩 1分  
病院 ●中嶋こどもクリニック 徒歩11分  
●かつらぎクリニック 徒歩 9分

かつらぎ公園 徒歩 17分  
研究学園駅前公園 徒歩 16分  
大型商業施設 ●イースつくば 徒歩20分  
●西松屋 車で4分

LA VINGならフリープランで土地にぴったりの理想の住まいをかなえます。 詳細はこちら<http://www.laving-garden.jp/katsuragi/>

デザイナーズリビング ラヴィング  
**LA VING つくば**

住まいのこだわりをかなえる自分だけのデザインを実現する住宅ショールーム

〒305-0817 茨城県つくば市研究学園D33街区11画地

TEL. **029-861-0205**

営業時間/9:00~18:00 定休日/水曜日・隔週木曜日 <http://www.la-ving.com/>



キッズスペース完備

お子様づれでも安心して  
ご見学できます。



業績好調・さらなる成長のため正社員大量採用!会社説明会を定期的開催中!くわしくは「LA VINGつくば」もしくは[www.taiga-k.com/laving](http://www.taiga-k.com/laving)まで