

# 地域密着型情報誌 Tsugaru

2015 July  
vol.71

7

★今日の特集★  
11-12P



7月18日(土)19日(日)

お祭り時間:夕方5時~9時(両日)  
通行止め:夕方3時~10時(両日)

- 津軽地域の情勢を見る ...10P
- イベント情報 ...14P
- 弘前のクリニック情報...15~18P
- 学校からの伝言板 ...20P
- 読者プレゼント ...21P
- 津軽の求人情報 ...22P

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

NAVI通信  検索



Facebookでいいね!してね! いいね!

FMジャイゴウエーブ(76.3MHz)で放送中!

自由にお取り下さい





# Tsugaru イチオシのお店①

## から揚げ 焼きとり 旨い屋

弘前市新寺町55-34-3

営業 11:30~19:00  
(不定休)  
電話 080-4434-3145

お店でメニューを  
差し上げております



から揚げの味は  
多彩な8種類

大人の塩味  
旨しょうゆ味  
塩こうじ味  
たれマヨ味  
ユーリンチー味  
旨チリ味  
ブラックペッパー味  
旨マヨ味

SS ¥400-  
6個入り  
S ¥580-  
10個入り  
M ¥1140-  
20個入り  
L ¥1700-  
30個入り  
LL ¥2260-  
40個入り  
3L ¥2820-  
50個入り



8種類から  
選べる  
から揚げ弁当

¥480-

電話予約後のご来店をおすすめいたします  
※尚、配達についてはご相談ください

幕の内弁当・オードブル等は  
3日前までにご注文ください



から揚げ・焼きとりのオードブルは当日のご注文でもOK



## お食事処 鶴亀

住 弘前市大町2-2-13

営業 11:00~15:00  
夜17:00~2:00

休 無休 Pあり

電話 0172-35-3551



## メニューが豊富で一度行くとクセになるリーズナブルなお店!



6月の人気メニューベスト5	
1	ビックリかつ丼 1,000円
2	とり天丼 550円
3	とりチリ定食 700円
4	かつ南蛮 650円
5	かつ丼 600円

7月のサービス商品	
うな丼	650円
マグロ丼	650円
紅白丼	650円

営業 11:00~夜10:00

## 美容室 カット&カラー専門店 かつとん



Menu	
Aコース カットのみ	1,080円
Bコース カット+シャンプー	1,400円
Cコース カット+カラー+シャンプー	3,990円
Dコース カラー+シャンプー	2,910円

受付時間 18:00 まで  
受付時間 17:00 まで

TEL0172-55-9688  
営業 8:30~  
A・Bコースは18:00まで受付  
C・Dコースは17:00まで受付  
年中無休  
弘前市早稲田4-3-4

## Tsugaru 設置場所一覧(一部抜粋)

- (公共施設)
  - 弘前市役所
  - 弘前市立観光館
  - 弘前駅案内所
  - まちなか情報センター
  - 弘前総合学習センター
  - 弘南鉄道(弘南線・大鰐線)
  - 道の駅 弘前「サンフェスタ石川」
  - 道の駅 田舎館村「遊生の里」
  - 道の駅 浪岡「アップルヒル」
  - 道の駅 常盤「食彩館」
  - 道の駅 鶴田「あるじゃ」
  - 道の駅 碓ヶ関「関の庄」
  - 歌血ルーム
  - りんご公園
  - 弘前総合運動公園 野球場
  - ANEKKO野市里
  - FMジャイゴウエーブ
  - 相模ロマンシア
  - JA弘前
  - 立役武多の館
- 四季彩館
- 青森観光物産館アスパム
- (スーパー)
  - さとちょう
  - (松森店、堅田店、寿町店)
  - 小比内店、城東店、大原店
  - 桔梗野店、平賀店、尾上店
  - 高杉店、相模店、浜の町店
  - 新宮店、広田店、森田店
  - 常盤店、浪岡店、金木店
- いとく(浪岡店、板柳店)
- 平賀店、アルカディア店)
- ユニバース(城東店、松原店、黒石駅前店、富士見店)
- 弘南生活協同組合(西弘店、松原店、黒石店)
- カブセンター(神田店、弘前店)
- パニーマート(松原店、黒石店)
- MAX/リニュー 安原店

- (ホテル)
  - ホテルニューキャッスル
  - ホテルブクアシティー弘前
  - 弘前パークホテル 弘前東栄ホテル
  - 弘前国際ホテル 弘前プラザホテル
  - 弘前グランドホテル
  - 弘前プリンスホテル
  - ルートイン(弘前、城東)
  - ハイパーホテル弘前
  - スーパーホテル弘前
  - プロッサムホテル
  - ドリーイン弘前
  - ホテルニューレスト 東横イン
  - ホテルアップルランド
- (温泉施設)
  - せせらぎ温泉
  - やまらぎ温泉
  - 白馬堂神温泉
  - おおひらぎ温泉
  - 津軽おのえ温泉 福家
  - 桜温泉
  - 備の羽温泉
  - 鯛come 鯛の湯

- (その他)
    - さくら野 弘前店
    - ルネシアバニユー
    - ヒロロ3階 キッズコーナー
    - TsUTAYA 弘前店
    - スーパースポーツゼビオ
    - 葉屋
    - スーパーフリークス 弘前中央店
    - カラオケ倉家園(102号店、城東店)
    - アサヒフォーラム 2Fホールリング
    - 弘前大学付属病院(売店)
    - 市立病院
    - 小野病院
    - 弘前大学
    - 東北女子短期大学
- その他、人の集まる場所に設置しています。
-



# Tsugaru イチオシのお店②

おしゃれ工房  
**ぱあま屋**

弘前市駅前町15-8  
0172-34-3722  
OPEN/AM8:45  
CLOSE/PM7:00  
定休日/毎週月曜日  
駐車場/あり

**エステつけ放題**  
6/30~8/5まで(要予約)

- \*70cm110g迄... ¥15,900
- \*70cm 70g迄... ¥11,500
- \*58cm110g迄... ¥14,800
- \*58cm 70g迄... ¥10,800

浴衣着付け予約受付中

- 浴衣着付け  
ヘアセット ¥3,200
- 浴衣着付けのみ  
変り結び ¥1,650
- 浴衣着付けのみ  
付け帯 ¥1,100

主婦に人気の美容室  
**弘前初カット&カラー専門美容室**

**ぴがっと**

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

☆ menu ☆

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

おかげ様で  
ご来店人数  
**7万人突破!**

ありがとうございます!!

☆9:00~19:00  
(全コース19:00まで受付)

☆弘前市八幡町3-2-4  
弘前バス停に近いアクア八幡内

**0172-35-4816**

**あなたの街の質屋さん!**

どんな時、さっとお役に立ちます!

全関東の加盟店は安心です!

品物を預ける  
品物は手放さずにお金を借りる

品物を売る  
品物を売却してお金を受け取る

買取・お預かり  
**しち弘前**

TEL 0172-35-0133

全国質屋組合 加盟店

弘前市百石町48-2

11:00~18:00  
水・日・祝 有り

アドレスもよろしくね!

**買取・販売 致します。**

お取扱品: バッグ、雑貨、小物、洋服

ホームページ  
開設記念セール中!!

URL: brandshop-address.com

**アドレス**

TEL 0172-37-0017

弘前市大字富田一丁目6-5

10:30~17:30  
水曜日・日曜日

**くちこみ Tsugaru**

「産直センターひらかアグリアス」

**新鮮!**

平川市 U.A.さん

「さんくまむ」

いろいろメニューがあっておもしろい。

住所氏名不明さん

「cafe crepes ⑦(ナナ)」

クレープがとても美味しいです。種類も多く、ボリュームがあってオススメです。

弘前市 I.N.さん

「一休寿司」

にぎり寿司最高!のお店

弘前市 K.K.さん

テイクアウト専門店 「みっきー」

家族経営で頑張っていて味も良い。

弘前市 H.T.さん

「芝田商店」

土手町にある居酒屋さん。おいしくてリーズナブルです。造りもおもしろくてとてもくつろげます。

弘前市 M.S.さん

「ホルモン家」弘前城東店

ビールが安いし、お肉の種類も多くて、また行きたいと思いました。

弘前市 M.S.さん

情報提供 ありがとうございます!

求人募集 22P

7/25(土)21P



# 2時間飲み放題 宴会プラン ¥4,500~

要予約



5名様からご予約承ります。  
お気軽にお問い合わせ下さい!!

**焼肉の東天**  
TEL: 0172-35-8929  
住所 弘前市新築地町52 定休日 水曜日  
営業時間 18:00~翌2:30

東北子町 クリエイト パークス 55ビル	東アキックスビル ●当店 ひまわり通り	平川市 中央ビル
岩手県 盛岡市 中央ビル	岩手県 盛岡市 中央ビル	岩手県 盛岡市 中央ビル

# バーベキューの 季節到来!!!

## おいしさ格別!! 豚金の肉でBBQ

厳選された、本物の豚

牛肉、豚肉、鶏肉などお求めやすい価格帯から最高級品まで幅広いラインナップで美味しいお肉をご用意しております。味わい豊かな安心のお肉を皆様へ!

その他焼肉・各種お肉料理に最適な商品を取り揃えております。



※価格表示が外視に重要となりました。

平賀駅から徒歩約2分!!

# 肉の豚金

安心・安全のお肉を

TEL: 0172-44-2035

当店 平賀駅 13号線  
平川市本町北柳田11-17  
営業時間/8:00~18:00  
定休日/不定休

# 木(モック)営業中!!

木(モック)店内!

もつけ家

「もつけ家」も隣で営業中

- ・ホルモン(豚) 1kg ¥1,100
- ・サガリ 1kg ¥1,400

他、豚バラ(1パック500g)、豚トロなど  
営業時間/9:00~19:00 定休日/火曜日

住所 弘前市狼森天王31-3  
モック/090-2027-7336  
もつけ家/080-5220-4733



# 肉×博

## NIKUXIYAKU

大館駅前にて開催決定!

Delicious Odate! Special 2 Days!  
beef, pork, chicken, horse meat ... and more!

2015. 7. 25 (土) & 26 (日)

肉×博-肉の博覧会inおおだて-

肉×博実行委員会 0186-48-7400  
http://tanpofes.com @tanpofes www.facebook.com/tanpofes



黒石産あきたこまちを100%使用

(\*o\*) 毎月27日 (♡3♡)

# 唐揚げ弁当

## 300円!!

税込

揚げたてカリカリッ

6/26(金)より発売開始の  
ひるさきパワーアップ商品券  
ご使用いただけます!

「Tsugaruを見た!」で、  
お弁当全種類から  
**50円引き!**  
(対象外商品あり。ご了承下さい)

相馬・尾上・石川等  
広域に配達致します。  
まろはお問い合わせ下さい!

**じよいふる** 実業高校  
向かい

至弘大 ■ 第三中学校  
弘前南校 ■ ツルハ  
至千歳 ■ コニヤース  
          ■ 札幌店

☎0172-88-6013

住 弘前市三岳町5-1  
営 10:00~21:00 休なし  
LINEアカウントID: @ecv9595c

ひるさきパワーアップ! 商品券が  
ご利用頂けるお店です。

# 家庭居酒屋 荀香 Syunka

## 7月限定 半額還元祭

開催期間: 7/1(水)~7/15(水)まで  
期間中ご来店されたすべての方に  
**半額還元チケットプレゼント!!**

※チケットは7/16(木)~7/31(金)までご利用頂けます★  
※1,000円単位のチケットで還元 ※宴会・女子会プランご利用でも配布します。

※新型コロナウイルスで対応価格です。

大人気! ボリューム宴会プラン		大人気! 女子会プラン	
飲み放題 お料理 2時間 お料理 8品以上 ¥4,000 ¥5,000 ¥6,000	お料理 お料理 3時間 お料理 9品以上 ¥5,000 ¥6,000	4名様より当日OK! 男性は+1,000円! 飲み放題 フード1品 2時間 ¥2,000 飲み放題+フード5品 3時間 ¥3,000 飲み放題+フード5品 4時間 ¥3,500 飲み放題+フード5品 5時間 ¥4,000	

7月お誕生月の方、ワインフルボトルプレゼント!

50名様まで貸切OK!  
宴会のご相談はお気軽にお電話ください。

**スタッフ 詳しい内容は  
募集中!!** お電話下さい。

TEL 0172-27-8874

★18:00~翌2:00(来店時間24:30まで)  
★弘前市外崎3-1-3 ★有り

東消防署 7  
当 店

TSUTAYA  
弘前店

プレゼント21P 求人募集22P

# 新作続々入荷中!

店長が現地から高橋入!!  
東南アジアを中心とした雑貨類を  
多数取り扱っております。  
他店にはない雑貨ばかりで、  
どれを買って帰るかわからない?  
一度お店まで来てみて!!

大好評! お話しながらオリジナルの  
プレス・アクセ作れます。  
150種類以上の天然石を  
扱っており格安にて販売中!

**オーガニックコーヒー**

1ケ.....110円  
ボックスタイプ.....1,000円

**オーガニック  
カフェインレスコーヒー  
MOCHA**

1ケ.....140円  
ボックスタイプ.....1,300円

\*箱のデザイン選べます\*

しばらくの間、雑貨販売のみの営業となります。

**ASIAN Cafe**  
~アジアン カフェ~  
TEL: 0172-40-3070  
弘前市清水森沼田49-1(駐車場有り)  
[営業時間] 11:00~18:00  
道に迷ったらお気軽に電話下さい。

青田 弘前南校 弘前南校 弘前南校  
弘前南校 弘前南校 弘前南校  
弘前南校 弘前南校 弘前南校

# 昔ながらの カランカランアイス

弘前名物のりんご、  
青森産のステューベン、  
素材にこだわった、  
地アイスをどうぞ。

1コから販売♪

今月の  
オアシス

しせ餅味 → 350円

ケースアイス各種  
(ブルーハワイ、イチゴ、スチューベン)  
各1ケース・500g〜 350円  
★りんごシャーベット味 380円  
★ステューベン味 380円

モナカカップアイス各種  
(ブルーハワイ、イチゴ、スチューベン、しせ餅)  
各1コ 120円  
★りんごシャーベット味 120円  
★ステューベン味 130円

当店の人気商品

カランカラン  
ジャンボ  
アイス  
1袋 300円

りんごシャーベット

弘前公園のそば、  
のぼりと香りが  
自印!!

町内会の夏祭りなどで大人気です。  
アイス屋台レンタルできます!!  
1日 5,000円 ※アイスは別売り

まよめ買いが大変お得です。

昔ながらの味をまもり続けて40年。

**藤田アイス店**  
TEL / 0172-34-5727  
住所 / 弘前市扇屋町176  
営業時間 / 8:00~17:00  
★全国発送も承ります。HPもご利用下さい → 藤田アイス店 弘前



秋田県北・津軽地区限定! 毎月恒例特別宿泊プラン  
1泊2食付1室3名様以上 **7/1(水)~7/31(金)**

**宿泊 7月ゆったり**  
1日7組限定!

カラオケBOX  
麻雀サービス!  
12時チェックイン! **6,700円**

※秋田県北(大館市、小坂町、北秋田市、鹿角市)津軽の地域限定プランです。  
※1室2名様でご利用の場合、お1人様1,000円の割増となります。  
※土曜日のご利用の場合お1人様1,000円の割増となります。  
※当日予約でのご利用はできません。

**日帰宴会 大名松花堂**  
ソフトドリンク1本かお酒1合サービス!  
**4,500円**  
お席料、入湯料、諸税込み!  
15名様以上から送迎致します。

**大館矢立ハイツ**  
☎0186-51-2311

秋田県大館市長走字陣場311  
【営業時間】7:00~21:00【定休日】年中無休



生鮮活祭 **さとちゅう**  
津軽を愛し、津軽と共に地域密着スーパー  
明治30年創業

土曜・日曜 **ポイント 2倍セール**  
10日・30日 **ポイント 3倍セール**  
3日 10日 13日 23日 30日は **佐藤長の日!**  
楽しいイベントが **満載!!**  
ポイント貯めてさらにお得!!  
株式会社 佐藤長  
0172-36-7755  
ホームページ <http://sateuchou.co.jp/>

松森町店 0172-36-7755	小比内店 0172-27-0808	大原店 0172-87-8877	相馬店 0172-84-1122	常盤店 0172-69-5511
高杉店 0172-99-1100	浪岡店 0172-69-1177	堅田店 0172-39-4411	新宮店 0173-38-5656	広田店 0173-38-1266
森田店 0173-49-7722	浜の町店 0172-37-8900	城東店 0172-26-3388	平賀店 0172-44-0422	尾上店 0172-57-5533
新町店 0175-33-9222	中央店 0175-28-4477	桔梗野店 0172-31-4422	寿町店 0172-59-0556	金木店 0173-54-2570

求人募集 22P

76.3MHz **FM JAIGO** ラジオは、ともだち♪  
**WAVE**  
4月から番組表がリニューアルしました!  
(株)エフエムジャイゴウェーブ

**週間番組表 (一部抜粋)**

Time	月	火	水	木	金
8:00	「リメンバーミュージック・邦楽」				
9:00	「演歌と歌謡の時間」				
10:00 ↓ 13:00	「ラジドキ」 パーソナリティ: 藤原あすか・いっくう				「じゃい金」 藤原あすか いっくう
14:00	あれこれ、 はれち	板橋かずゆきの ミュージック・ ベジタブル	第1週 「ゆりとけんじの演歌歌」 第3週 「ゆりの演歌一番」 ※第1, 3週以外(土)は「午後の歌謡曲」	「スターダスト レビューの星に なるまで」	「俊ちゃんの 人生応援歌」
14:30	「午後の歌謡曲」		小澤倫のオー!リンズ11	「午後の歌謡曲」	
15:00 16:00	「アフタヌーンパラダイス」				
17:00	「リメンバーミュージック・邦楽」				

リクエストはこちらへ↓

**E-mail**  
生放送番組用  
[live@fm-jaigo.co.jp](mailto:live@fm-jaigo.co.jp)  
制作番組&他メッセージリクエスト用  
[fm763@fm-jaigo.co.jp](mailto:fm763@fm-jaigo.co.jp)  
※「件名」に番組名を必ず入力してください。

**FAX**  
**0172-43-8211**  
\*おかけ間違いにご注意下さい。

**ハガキ**  
〒038-1199  
田舎館郵便局 私書箱5号  
\*ご希望の番組名を書いてお送り下さい。

**FM JAIGO WAVE受信エリア:**  
田舎館村・藤崎町(旧常盤村)  
■市街地…弘前市・黒石市・平川市  
■一部…青森市(旧浪岡町)・板柳町

**リクエスト・  
メッセージ  
お待ちしております!**



# 4/24 FRI 五所川原ELM NEW SHOP OPEN



文具・手芸用品・カメラなど、味のあるもの、懐かしさを  
感じられる雑貨と古道具を通して、あたたかい気持ちになれるように  
願いをこめて三ノ月舎は歩んでいます。



三ノ月舎  
MINOTSUKISYA

古いもの買取り、引取ります

・古家具 / 椅子 / 机 ・額縁 / キャンバス枠 ・玩具 / 雑貨 ・時計 / 裁縫道具など  
家の解体引越し・遺品整理の際などもご相談下さい

〒030-0801 青森市新町1-3-7 アウガ2F

tel 017-752-0892 E-mail: minotukisya@ybb.ne.jp

エルム店 tel 0173-33-1161

自分の色で挑戦しよう

就職を希望する高校生の皆さんへ!  
「高校生のための就職求人サイト」  
**ハリケンナビ**  
※3月15日～7月5日限定予約サイト  
<http://www.harikennabi.jp>  
検索  
「自分の志望を  
見つけよう！」

7月7日グランドオープン!

豊富なコンテンツで高校生の就職を応援します!

職場見学旅費応援企業特集

東証一部上場企業も掲載!  
新規・転職問わず豊富な優良企業の掲載!  
アパレル・エステ・美容ショップ・スーパー・  
飲食・雑貨・家電・飲食・アミューズメント・建築  
食品・美容など多数掲載中!  
「動画」も導入! 充実のコンテンツ!  
●フード業界特集! ●ものづくり特集!  
●飲食業メッセージ  
●地域活性化企業特集 ●介護求人特集  
●求職先で自己診断 ●仕事のツラさ光熱情報  
●アタマでホットな求人情報  
求人票では伝わらない職場の臨場感・  
社内の雰囲気、詳しい仕事内容等を掲載!  
先輩社員の写真や体験談も掲載!  
さらに、2つのMISSIONを宣言します!  
「非ブラック企業宣言」「若者定着率向上宣言」  
どちらも社会貢献のための様々な取り組みや活動を  
掲載企業に提供・発信!

各都道府県支所 大原本社: 大原市大原市北區中崎町2-2-1 東海田八千代ビル7F TEL:084-812-2880  
東京オフィス: 東京都品川区大崎3-5-2-1108 TEL:03-6423-1154  
株式会社ハリアー研究所 名古屋オフィス: 名古屋市中区錦3-11-25 7F 栄南ビル2F TEL:052-210-4181

## 平成27年度 7月 宵宮情報

弘前露天商業組合管轄地区

7月1日(水)～7月31日(金)

日程	祭典場所	町名	店数	日程	祭典場所	町名	店数
1日(水)	大鶴羽黒神社	大鶴町	70	14日(火)	鬼神社大祭	鬼沢	10
	智願寺・専求院	新町	50		八幡宮	石川	20
2日(木)	神明宮	小比内	70		藤崎八幡宮	藤崎町	40
	エンマ様	新寺町	40		八幡宮	清水森	10
3日(金)	七面様	独狐	40		熊野奥照宮	田町	50
7日(火)	淡島神社	高崎	50	15日(水)	大沢神楽	大沢	15
	熊野神社	薬師堂	20	18日(土)	貴船神社	取上	50
	富岳神社	境関	15	20日(月)	高野山	城東	30
8日(水)	竜泉寺	新町	50		熊野宮	西町	30
9日(木)	稲荷神社	大清水	15	23日(木)	大鰐丑湯宵宮	大鰐町	30
	富山稲荷神社	富山	50		愛宕神社	駒越	30
	板柳大般若	板柳町	30	24日(金)	大鰐丑湯大祭	大鰐町	5
10日(金)	松木平神社	松木平	15		稲荷神社	新寺町	40
11日(土)	大山神社	中野	60		稲荷神社	紺屋町	10
	蔵ヶ岡大山神社	蔵ヶ岡	30	27日(月)	広野神社宵宮	小沢	30
12日(日)	法光寺	藤崎町	30	28日(火)	最勝院・八坂神社	銅屋町	90
13日(月)	鬼神社	鬼沢	50		広野神社大祭	小沢	5
	和徳熊野宮	松ヶ枝	40	30日(木)	賀田夏祭り	賀田	30
	熊野宮	浜の町	10	31日(金)	賀田夏祭り	賀田	30
	熊野宮	福村	15		八幡宮	八幡町	90
	三岳神社	三岳町	20				

※神社・お寺の都合により日程の変更になる場合があります。※店舗は出席区分のため実際の店舗数とは異なります。

●コテージ ●キャンプ場 ●アナ林散策道

### 世界自然遺産白神山地

大自然でアウトドアライフ  
楽しくて、癒される。  
アウトドアエンターテイメントをご提供。

市内レストラン名物  
またぎめし

〒036-1424 青森県中津軽郡西目屋村大川原平字大川原6417  
アクアグリーンビレッジ  
ANMON TEL:0172-85-3021

LIFE



BEAUTY

# いずみだ整体療術院

新しいメニューができました!!

**\* 初回限定 (プレゼントあり) \***

整体療術 60分 **2,500円**

整体療術 60分+かっさ40分 **4,000円**

**NEW** 整体療術 60分+  
フットマッサージ 30分(ヒザ下) **4,500円**

menu

整体療術 (オールハンド) 30分 **1,800円**  
肩こり、腰痛、冷え症、骨盤矯正etc... 60分 **3,000円**

フェイスかっさ

お顔の老廃物を流し、シミ、シワ、たるみを改善して小顔効果もバッチリ 40分 **1,500円**

**NEW** プラチナパック (フェイス、背中、ハンド)  
乾燥、ニキビ等のトラブルを集中ケア! **各500円**

**NEW** フットマッサージ 40分 **2,500円**  
足のむくみ、疲れ、生理痛等  
フットバス付き(女性限定) (ヒザ下のみ) 30分 **2,000円**

お客様のお好みに合った療術で施術いたします。



\*\*\*出張あり 完全予約制 男性可\*\*\*

**TEL090-7524-5032**

住所 弘前市泉野4-10-4

営業時間 9:00~17:00

(ご予約は20:00までOK!)

定休日 日曜日 **駐車場** あり



身体のツライ所、相談してみませんか?

はり・きゅう・整体

# やまだ鍼灸院

**診療時間に変更になりました。**

午前9時半~午後7時までの  
営業となります。

ご予約・お問合せ

**TEL 0172-88-7531**

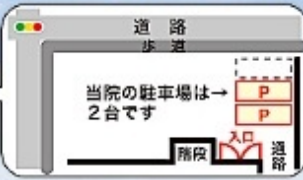
弘前市 やまだ鍼灸院 **検索**

診療時間 9:30~19:00

定休日 不定休

住所 弘前市城東中央5-4-1 D-WING 1-A

ご来店前にお電話  
下さいね。



リラクゼーションケアルーム

# ぬくもり鍼・灸院

**完全予約制** 前日までにご予約下さい。

院長 石井みちよ

**TEL 0172-82-3175**

携帯電話 / 090-5840-6155

住所 / 弘前市一町田村元794-16

受付時間 / AM8:30~PM7:00

休診日 / 日・祝日

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



# 朝起きたら首が痛い、 ぎっくり腰になってしまった

こんなことで困っていませんか?

- ☑ 朝起きると腰から背中にかけて痛い
- ☑ 仕事で長時間座っていると腰が痛くなってくる
- ☑ 最近、お尻のほうまで痛くなってきた
- ☑ だんだん首が痛くなって回せなくなった
- ☑ 子供を抱っこしたらギクッと来た
- ☑ 草むしりをしていたら腰がズキズキして来た
- ☑ 整形外科やマッサージに行ったがあまり効果がなかった

まず3回お試し下さい。

従来3回  
18,000円の  
ところ

**3回! 1980円**

完全  
予約制

1日1名限定 7月26日(日)まで



【プロフィール】  
院長 佐々木 貴治  
日本カイロプラクティック  
連合会正会員  
趣味 / 読書・サウナ・水泳  
好きな食べ物 / サンドイッチ  
愛読書 / ゴットハンド舞  
・スポーツ野球

カイロプラクティック 弘前  
**KEN 施術院**

お勤めの方も安心。  
全日曜日も営業

完全  
予約制 **0172-32-1065**

住所 弘前市南横町 17-3  
営業時間 10:00~22:00 **P** あり





## カイロプラクティック(手技療法)で体をケアしませんか?

生活習慣や悪い姿勢などにより、背骨や骨盤のゆがみが起こると体のバランスが崩れ、痛みなどの原因になります。カイロプラクティックで、元の正しい姿勢に戻し、痛みを和らげ、自然治癒力を高めます。

初回(検査含む)5,500円のところ  
 「Tsgaru見た」で初回(1回) **2,800円**

あなたの体の状態を教えてください。  
 骨盤のズレ & 足の長さをチェック!!  
 骨盤矯正で体の土台を整え、健康な体を目指します。  
 どのくらい良くなったかチェック!  
 良くなるための施術計画をアドバイス!

問診 検査 施術 再検査 カウンセリング

慢性病の約80%は、骨盤・骨格のゆがみが原因と言われています。

くび 頸痛・めまい・不眠症  
肩こり・ムチ打ち症・腕痛  
目眩・腰痛・手指のしびれ

せなか 動脈硬化・心臓疾患  
肝臓疾患・肩こり  
背中の痛み・胃腸疾患  
糖尿病・リウマチ

こし 痔漏病・便秘・不妊症  
腿の痛み・坐骨神経痛  
ぎっくり腰・ひざの痛み  
足腰のしびれ  
椎間板ヘルニア

その歪み、病気の赤信号!!

求人募集 22P

**Kirari(きらり) 赤坂店**

住 平川市M5-55 (平川文化センター前)  
 電 090-9032-1518 完全予約制  
 営 10:00~19:00 休 不定休 Pあり

アットホームな自宅サロン 広々キッズルーム・DVD完備

## OPEN 2周年キャンペーン

~Tsgaruを見たで~ 8月末まで

カット ¥2,500 → ¥1,980 (シャンプー・ブロー付)

その他のヘアメニュー → 10%OFF

大人気メニュー まつげカール  
ビューラーいらずで毎日ラクちん! マツエクが苦手な方にオススメです!

・単品 ¥1,800  
 ・ヘアと一緒に ¥1,600

8月末まで 500円 off

※まつげカールをかけたお客様です。

Menu (税込)

カット(シャンプー・ブロー込)  
 ・一般.....¥2,500  
 ・中・高.....¥1,800  
 ・小・キッズ.....¥1,400

パーマ(シャンプー・カット付)  
.....¥5,980~

カラーのみ.....¥2,980~

カラーカット.....¥4,980~

眉毛矯正(シャンプー・カット付)  
.....¥8,480~

予約優先 日祝完全予約

美容室 **Pua**  
~プア~

tel.0172-58-2567

住 所 田舎館村前田屋敷数字南側16-11  
 定休日 月曜日/第1・3日曜日/他  
 (保育園行事等で変更あり)

受付時間 火~土 9:00~17:30  
 日・祝 9:00~16:00

当店

## 美容室 かつとん

カット&カラー専門店

主婦に人気の美容室

求人募集 22P

Menu

Aコース カットのみ **1,080円** 受付時間 18:00まで

Bコース カット+シャンプー **1,400円**

Cコース カット+カラー+シャンプー **3,990円** 受付時間 17:00まで

Dコース カラー+シャンプー **2,910円**

TEL 0172-55-9688

【営業時間】 8:30~AコースBコースは18:00まで受付  
 CコースDコースは17:00まで受付  
 【定休日】 年中無休 【住所】 弘前市早稲田4-3-4

第五城東

求人募集 22P



## 6・7月キャンペーン トリートメントでかける デジタルパーマ20%引き!!

※詳細はお問合せ下さい

*Menu*

カット ¥3,000 (税別)

カラー ¥3,000~ (税別)

パーマ ¥3,500~ (税別)

まつ毛カール ¥2,300 (税別)

ジェルネイル ¥4,000~ (税別)

**Hair & Nail**  
**Chou Chou**  
0172-88-8385 (予約優先)

〒弘前市品川町80-10  
毎月・第3日曜日

## クレンジングSPA & 縮毛矯正 キャンペーン 実施中!!

このわりのハンドマッサー  
**クレンジングSPA**  
¥1,620

このような方に…

- ストレスが溜まっている
- 髪つきが悪い
- 頭・肩・首が凝っている
- 目が覚める

このメニューと  
同時併用で  
¥1,080

MENU

通 費	美 費
■ カット (おしりカット) ¥1,620	■ カット ¥1,620
■ 子供カット (おしりカット) ¥1,080	■ カラー ¥3,240~
■ カラー (おしりカット) ¥3,780~	■ パーマ ¥3,240~
■ レディースシェーブ (おしり) ¥1,620	■ 縮毛矯正 ¥7,560~
■ 白髪ぼかし ¥1,080	■ クイックスバ ¥540
■ 学生丸刈り ¥1,080	

※すべて税別価格となっております。

## Climb Hair

弘前市外崎3丁目1-1  
TEL 0172-78-2827  
毎第3月曜日  
時 8:30~19:00

出張理・美容サービス  
在籍介護士、福祉施設に  
ご入居の方への移動サ  
ービスも承っております。

# 世界初!!

高性能浄水器 + 液晶テレビ

(家庭水への必要性) 多彩なオプションがあります

取り付け場所を  
選ばない超薄型設計!!

地下1000mの  
天然水の水質を  
限りなく再現

高性能カートリッジ内蔵!

「AQUA TV」  
高性能浄水器装置

10年間カートリッジ交換が不要です!!

イワナは嘘をつかない!  
各水質によるイワナの生育

媒体名	生育時間	原因の研究
水道水	1 時間	塩素1.5ppmにより短縮中毒
電気分解水	1 2 時間	PH8.5の強いアルカリによる環境 悪化

AQUA TV 改善中! ミネラルが豊富で有害物質を除去

オプションで液晶テレビを  
付ければテレビを見ながら  
クッキングも可能です!

AQUA TV  
液晶テレビ  
39,800円

i shop  
リアル

〒弘前市馬場尻東161-19 時 10:30~  
TEL 080-5224-1179 FAX あり

## 主婦に人気の美容室 弘前初 カット&カラー専門美容室

# ぴがっと

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

☆ menu ☆

**Aコース** カットのみ **1,080円**

**Bコース** カット+シャンプー **1,400円**

**Cコース** カット+カラー+シャンプー **3,990円**

おかげ様で  
ご来店人数 **7万人突破!**  
ありがとうございます!!

時 9:00~19:00 (全コース19:00まで受付)  
弘前市八幡町3-2-4  
空田パイパス沿いアクア八幡内  
0172-35-4816



弘前大学の先生が、津軽地域の景気の情勢を専門分野の目線で鋭くとらえ、今後どのような構えが必要か、解説していただきます。

## 今こそ地域の鉄道に関心を向けるとき

弘前大学人文学部 恩田 睦

### プロフィール

恩田 睦(おんだ むつみ) 弘前大学人文学部講師  
 専門は経営史、鉄道史。立教大学大学院経済学研究科博士後期課程修了。博士(経済学)。  
 主要業績は、「弘南鉄道の経営と電化・延伸：終戦直後の地方私鉄」(『鉄道史』第32号)2014年、「沢沢米一の鉄道夢想」(『沢沢研究』第24号)2012年など。



2016年3月に延伸する北海道新幹線への関心が高まっているが、青森県には新幹線以外にもいくつもの生活路線としての鉄道がある。今回は、弘南鉄道の歴史と現状を示したうえで若干の所感を述べてみたい。

弘南鉄道には弘前―黒石間の弘南線と大鰐―中央弘前間の大鰐線がある。2路線になったのは1970年10月のことで、以前はそれぞれ弘南鉄道と弘前電気鉄道という別会社であった。

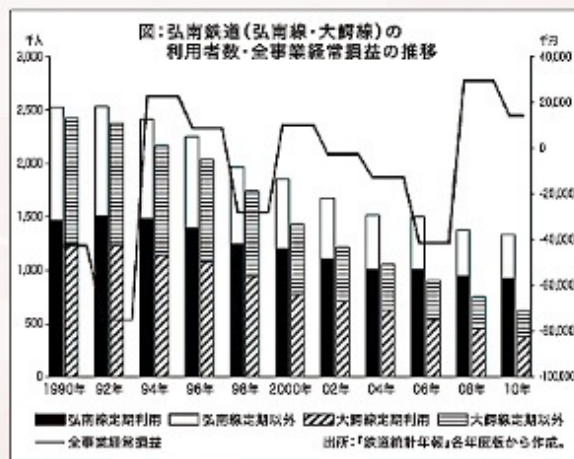
前者の弘南鉄道は、1926年3月に沿線の地主などによって設立され、翌年9月に弘前―津軽尾上間が開業、全線の電化を経て1950年7月に黒石まで開業した。すでに乗合バスと競合していたが、冬季には道路の積雪のため乗合バスは全便運休を強いられており、南津軽地域の子もたちが弘前の学校に通うために鉄道は不可欠であった。他方でリンゴと米の出荷、肥料の入荷を効率化したい農業・物流業者にも通年運行できる鉄道が必要とされたのである。

後者の弘前電気鉄道は1949年7月に当時の弘前市長らによって設立、1952年1月に大鰐―中央弘前間が開業した。当初の計画では、弘前の市街地を抜けて五能線の板柳まで延伸し、1955年の弘前市域拡張にともなう新市民への交通サービスを充実させる目的をもっていたが、用地価格の高騰などの理由でやむなく上記区間の開業に止まった。結果的に、弘前電気鉄道は路線の短さが災いして採算がとれず、弘南鉄道に経営権を明け渡した。

とにかく、両鉄道とも交通事情の悪くなる積雪期を中心に通学生をはじめ地域住民の安定した“足”にするため地元の先人によって作られたのであった。

1990年代から弘南鉄道の利用者は【図】の通り減少し、会社の全事業活動の収支額(経常損益)も赤字が目立つ。少子化による人口減少に加えマイカーやスクールバスなどによる“電車離れ”が原因であるが、このままでは路線の存続すら危うい。本当に鉄道が必要なのかどうか、地域全体で考えるときではないだろうか。北陸地方のある鉄道では、鉄道事故によって2年ほど電車運行が停止したことがあったが、積雪期には沿線道路でマイカーと代替バスによる大渋滞が発生し、それまで無関心だった沿線住民は電車の必要性を再認識したという実話がある。いったん廃止した鉄道を復活させるには莫大な費用がかかるため、慎重かつ中長期的な視点で考えなければならない。

弘南鉄道では夏の納涼ビール列車など各種イベントを実施している。普段、利用する機会に恵まれない方々は、試しにこうした企画に参加することで鉄道の存在を認識してはどうだろうか。身近な鉄道に関心をもちつことは、地域の貴重な資産を理解することでもある。そして地域の鉄道のことを考えるきっかけにしてほしい。





**広い! 安い! HAPPY!**

**1 カンパニール メロディワイン**

★ルーム科ワリカン劇!  
☆飲食物持ち込みOK!!

☎0172-36-0075

**2 西弘前クリニック**

腎臓科・外科・内科  
人間ドック  
透視リハビリテーション  
訪問看護  
健康外来  
健康診断

☎0172-32-4121

**3 うまい食べ物と数多くの飲み物を提供しております。**

**餅いぬしゅう**

西弘前で37年の長きにわたって  
営業しております。  
炭火焼の魚・串焼き・新鮮魚介類・  
創作料理を提供しております。  
ランチ11:30~14:00迄  
550円弁当も出ております。

☎0172-34-8151

**4 初心者の方も、女性も大歓迎!**

**麻雀回し**

セット貸し卓 (60分) 600円  
ノーレートフリー  
●最1ゲーム 300円/打5連続 1,200円  
●学生1ゲーム 250円/打5連続 1,000円

☎0172-35-9831

**5 おかげ様で11周年**

**かくれ家**

西弘前の二次会三代会と書けば  
**KAKUREGAへGO!!**

☎0172-36-2612

**西弘前**

**あっち  
しゅう  
まわり**

**7月18日(土) 19日(日)**

お祭り時間:夕方5時~9時(両日)  
運行止め:夕方3時~10時(両日)  
本部:みちのく銀行西弘前支店前

**7月18日(土曜日) イベント盛りだくさん!!**

17:00~ 文京小スクールバンド (本部前)  
H.26年度全国吹奏楽コンクール東北大会 観賞

17:40~ チアリーダーズ 聖愛高校&実業高校  
夢の共演なるか! 聖愛野球部ガムラレ (メインストリート)

18:20~ マジックショー Mr.ISAMI (本部前)  
今年! 大ブレイクの大作新人

19:00~ 弘前大学大道芸サークル (本部前)  
もはや伝説のお家芸

19:30~ HINAライブ&トークショー (本部前)  
西弘前イメージソングからの新曲も

20:00~ ねふた運行 (メインストリート)  
及焼出漁、今年も盛りだくさん!!

**7月19日(日曜日) イベント盛りだくさん!!**

17:00~ 弘前大学JAZZ研究サークル (本部前)  
よっ...待ってましたよ弘前大学の伝統

17:40~ パルーンアート ねじりんごSAWA (本部前)  
世界大会優勝! 西弘でも優勝!

18:00~ プランテュー弘前FC (花よりだんご狂馬場)  
モニター、豪華賞品が当たる山王ゲーム・ワイン会

18:20~ 弘前学院大軽音ライブ (本部前)  
今夜は楽しんごの夜ですwww

19:00~ ストップニ味織 龍岡野風山 (本部前)  
今夜も先生が盛りを盛り上げます

19:30~ ふきた組SP西弘バンド (本部前)  
弘前の本物が夢の共演SP in 西弘

20:20~ よさこい花嵐桜組 (メインストリート)  
今年もフィナーレは、みんなで盛りましょう!!

**18日(土) ねふた運行開始!!**

18日夜8時~

18日(土) ねふた運行開始!!

18日(土) ねふた運行開始!!

**あたたかいサービスを心がけています。**

**COOP西弘店**

フレッシュな生鮮食品をはじめ  
とし、安全・安心な Coop 商品や  
地域にやさしい商品がいっぱい!!  
福祉活動やサークル活動も行って  
います。

☎0172-34-6240

**弘前西弘に居酒屋ハチローオープン!!**

**居酒屋 八チロー**

全室個室完備!!  
100名以上の  
大型宴会が可能です!

☎0172-37-0086

**レンタカー、たくさんの使い道があります。**

**レンタカーコパレン**

ちょっとした買い物・  
遠出や市内観光、い  
るる使えます。  
ご予約や時間の相  
談などお気軽にど  
うぞ!!

☎0172-88-8362

**「そば」を中心に、うどんと丼物をご用意**

**めん房たけや**

季節の食材を生かし季節のおそば、  
や「そば」の殻からそば切りまでで  
作った、「そばづくし」等を堪能する  
のが「めん房」のこだわり。  
そばを季節ごと  
一緒にゆくとく  
りとお召し上がり  
ください。

☎0172-36-8938

**6 みちのく銀行は  
地域の皆さまを  
応援します!**

みちのく銀行

☎0172-31-3141

**暑い夏のスタミナ補給に!**

**焼肉まぐろ**

当店はオーダーバイキング  
での食べ放題を行っています。  
席を立つ手間がなく、ゆっく  
り楽しんで頂けます。

☎0172-31-3141

**定食も食べれる居酒屋**

**夕やけこやけ**

夕食のみのお客さま  
も大歓迎!

飲み放題はお一人様2時間  
1800円(税込)で、お一人様  
でもご利用頂けます。

☎0172-35-9219

**7 人気のお食べ放題**

**黒毛和牛食べ放題**

焼肉・焼き鳥・しゃぶしゃぶ  
サムギョプサル食べ放題(90分)

大人 ..... 2,300円  
小学生 ..... 1,000円  
幼児(3歳以下) ..... 600円

☎0172-35-5519

**7 証明写真はおまかせ下さい。**

**じゅんフォト**

西弘前で販売始めて45周年を  
迎えることが出来ました。

○証明写真.....1,600円  
(4cm×3cm 4枚)

○デジタルプリント  
.....1枚 37円

○出張会等写真撮影  
.....1,000円~(即日仕上げ)

☎0172-33-2208

**見てびっくり、食べて納得、本物の味がここに。**

**手料理専門店 さとう**

やおとり5本 300円  
やきそば 300円  
キャベツチヂリ100円

☎0172-32-0807

**8 旨い安いボリューム満点!**

**ゆかい**

おまつりでは、ゆかい店舗  
前で鳥唐揚げ、特製ソース焼  
そば、肉汁、生ビール、ジ  
ャパンボジューズ、コーラ等  
実演販売します。  
◎ガーデンあり(イス、テー  
ブルいっぱい)

☎0172-35-6233

**老若男女問わず アットホームなお店**

**真食屋 味の台所 焼き鳥 TRICK**

毎夜ではお肉イベント毎日開催中!!  
飲み放題 (90分) ¥1,500  
お一人様 (180分) ¥2,000  
毎月5日はお客様感謝日!!  
ドリンク全品 半額  
390円以上の料理 半額  
随時一度お越し下さい!

☎0172-38-2167



# ニシタマ

ニシヒロ **で** タマゴまぎを食べよう!!  
 ニシヒロ **に** タマゴまぎが有ります!!  
 ニシヒロ **を** タマゴまぎで元気に!!  
 ニシヒロ **は** タマゴまぎの街です!!

## 7/1 (水) START!!

西弘商店街維持振興会

味自慢の各店のタマゴ焼きを召し上がれ~





# 弘前市イベントカレンダー2015年7月

## 6月28日(日) チャレンジヒルクライム岩木山

普段は走れないコースを使用し、標高1260mのゴールからは日本海と世界遺産白神山地が一望できます。青森県唯一のヒルクライムサイクリングコースです。

【会場】弘前市津軽岩木スカイライン ※岩木スカイラインは、当日昼12:00まで通行止めとなります。



## 6月28日(日) 藤田記念庭園 無料開放日

弘前市出身の藤田謙一氏が大正8年に東京から庭師を招いてつくられた江戸風な景趣の庭園を弘前市が整備し、平成3年7月に開園しました。毎年6月の最終日曜日は無料開放日となっております。開園期間中は施設管理員による園内無料ガイドも行っております。※ガイドをご希望の方は下記電話番号にてご予約ください。

【時間】9:00~17:00 ※最終入館は16:30まで 【入園料】無料

【問合せ】藤田記念庭園事務所0172-37-5525 弘前市みどりの協会 0172-33-8733



## 6月28日(日) 第16回 よさこい津軽

高知県のよさこい祭りや北海道のソーラン節がミックスされて生まれた、よさこい祭りは全国的に発展し、その中で弘前独自の文化と融合し誕生したのが「よさこい津軽」です。他の「よさこい祭り」と一線を画し、優劣を決定することなく多くの参加者・観客が楽しめるお祭りとして、今年も中心商店街土手町を賑わします。

【会場】弘前市土手町通り及び3, 3, 2号線の一部

【出陣式】9:30~ 【開催時間】9:50~15:30 【交通規制】9:00~16:00(予定) ※雨天決行です。



## 7月19日(日) 星まつり in そま

大人から子供まで楽しめるイベントが盛りだくさんです。個性あふれるよさこいチームによる、ロマンビア「第15回ロマンビア」舞コンテスト」観客の皆様による採点投票。会場全員がコンテストの審査員！あなたの一票で一番星が決まるかも

【場所】星と森のロマンビア・そま 野外ステージ 【時間】13:00~17:00頃

【問合せ】星まつりinそま実行委員会事務局(岩木山商工会内) 0172-82-3325



## 7月22日(水) 弘高ねぶた

各クラスで一台のねぶたを制作し、夕暮れの中を燈々と灯りをともして、市内を運行するねぶたは、市民にも愛され、津軽に夏の到来を告げる風物詩です。 【場所】弘前高等学校~市内

# 黒石市イベントカレンダー2015年7月

## 7月1日(水)~4日(土) 横町納涼夜店まつり

黒石市中心商店街横町通りにおいて「納涼夜店まつり」が開催されます。たくさんの短冊や出店が立ち並びます。

【時間】19:00~ 【場所】黒石市横町通り 【問合せ】黒石商店街協同組合 0172-53-6030



## 7月18日(土)~20日(月) こでんてん in 天空村2015 -手しごととアート展-

全国各地の作家たちが織りなすこだわりの手しごとアート展。岩木山を一望しながら、たくさんの作品を見て、さわって、楽しんでください。お子さんから大人までどなたでも楽しめるワークショップも開催。ぜひご家族で、芸術を楽しみに来てください。

【時間】10:00~17:00(最終日は16:00) 【場所】天空村 【料金】入場無料

【問合せ】こでんてん実行委員会 0172-53-3082(鳥城焼館内)



## 7月18日(土)~8月23日(日) うれしたのし!!こけし!!! ポケットこけしパークへようこそ! 5th

全国の伝統こけし工人が製作した4寸(12cm)以下のこけしやえじこ、だるま、木地玩具が津軽こけし館に集合! こけしマニアからこけしビギナー、老若男女だれでも楽しめます。 【時間】9:00~17:00 【場所】津軽こけし館 【問合せ】津軽こけし館 0172-54-8181

## 7月19日(日) 丑湯まつり

無病息災を願う温湯温泉の伝統行事として毎年開催。入湯式で温泉に入った丑のご神体をなでた手で体の悪いところを触ると治ると言われています。また特設会場でのイベントで祭りムードを盛り上げます。

【入湯式】10:15~(予定) 【場所】温湯温泉郷 【問合せ】丑湯まつり事務局 0172-54-8322



## 7月19日(日) 第24回 クラシックカークラブ青森ミーティングinこみせ

全国から集まった憧れの懐かしい名車・旧車が200台超。情緒漂う「中町こみせ通り」の景観とクラシックカーとが融合した光景は必見です。イベント終盤は参加車両による市中パレードでフィナーレを飾ります。会場内では軽トラ市も開催します。

【時間】9:00~15:00 【場所】中町こみせ通り周辺

【問合せ】黒石商店街協同組合 0172-53-6030 軽トラ市 黒石観光協会 0172-52-3488



## 7月26日(日) ダム湖ふれあいデー

「森と湖に親しむ旬間」に合わせ、虹の湖公園ではステージアトラクションやいわなのつかみどり、ダム湖カヌー体験など各種イベントやゲームを開催(一部有料)。ダムサイト公園ではダム堤体と発電所見学ツアーを実施します。

【時間】10:00~ 【場所】虹の湖公園・ダムサイト公園 【問合せ】国土交通省淡路川川ダム管理所 0172-54-8782





健康に気を使っていますか？

# 弘前のクリニック情報

身体の調子はいかがですか？どこか気になる事がございましたら、お早めに専門医療機関に受診・相談される事をお勧め致します。

Dr.はらの『耳より健康コラム』 はらクリニック 院長 原 徹 TEL 0120-1641-12  
弘前市駅前3-3-7 (AKIMOTOビル3F) http://www.hara-cl.com

## 舌下免疫療法(続報)！ vol.13

スギ花粉症の舌下免疫療法が昨年10月にスタートしました。何年も前から、スギ花粉症で悩んできた全国の患者さんに処方した『シダトレン』の効果が今年のスギ花粉飛散期に試されました。結果は、約8割の患者さんが、花粉症

の症状が軽くなったと言います。ほとんど薬を服用しなくても過ごせたという患者さんも多数いらっしゃるとのことです。まずは、一安心。「シダトレン」の初めての服用は、スギ花粉の飛散期が過ぎた6月から開始



できます。効果が予想以上にあるため、当初は3年～5年の服用期間が、2年程度になるかもしれません。重大な副作用も報告されていません。症状の無い時期を選んでスタートしてみてください。



## Tsugaru アニマル通信 vol.11 歯の病気

こんにちは、ごり動物病院Aのごり院長です。動物も高齢化に伴い歯のトラブルを抱えることが多くなりました。そこで今回は動物の歯の病気についてお話しします。

イヌやネコはヒトとは食べ物の摂取方法が異なるため、むしろ歯にはなりにくいものの歯周病や歯根膿漏になりやすいと言われております。本来犬や猫の祖先に当たるオオカミやヒョウは獲物をとらえて生活していますが、まず歯のなかで一番大きくて長い犬歯で噛みつき、前に並んだ切歯でちぎり、山切りになった奥の臼歯で飲み込みやすい大きさにしてその

まま飲み込んでしまいますので、人間のようには咀嚼(なんども噛んで)して食べません。またフードも飲み込みやすいサイズになっていくので噛む動作がなく歯周病になりやすい原因の一つと言われております。歯周病はまず歯についた歯垢が原因で歯肉炎を起こします。歯周炎が続くと歯と歯肉の間に歯周ポケットができ、この溝に歯垢とともに細菌が侵入し増殖します。この細菌は主に嫌気性菌で毒素を出すため、これにより歯槽骨といわれる歯を支えている薄い骨が溶けて歯がグラグラしてきます。口臭も強くなり、歯が抜け、痛みのが原因になります。この状況がひどくなると歯槽膿漏になり奥の臼歯が歯槽膿

になると頬に穴があき眼の下から膿が出ることもあります。

ネコの歯周病はイヌと少し異なりFIV(猫エイズウイルス)が原因となる場合や難治性口内炎に波及する場合があります。この場合歯を全て抜歯しなければならぬケースも少なくありません。歯ざりやよだれ、食べづらさをするなどの症状が見られたら、口の中をチェックするか動物病院を受診してみてください。歯周病をほっておくと顎の骨が折れたり、ヒトと同様心臓病の原因になることもありますので、デンタルケア、歯科治療のできる動物病院でご相談していただくのもよろしいかと思えます。ペットのデンタルケアを忘れずに。



ごり動物病院 院長:土田靖彦 弘前市安原1丁目1-8 TEL 0172-32-3808

# 子宝相談

あなたにピッタリの子宝プランをご提案します。

## 妊娠しやすい身体とは!?

子宝に恵まれやすくするためには、質の良い睡眠と食生活の見直しが必要で、さらに理想の身体作りを支援するサプリメントや漢方などの服用で、妊娠の可能性を広げましょう!

次の質問に該当する方はお気軽にご相談ください。親身になってお応えします!

- 早く体調を整えて1人目の赤ちゃんが欲しい方。
- 2人目、3人目の赤ちゃん待ちの方。
- 病院治療と併用しながら、より治療効果を確実なものにしたい方。
- 妊娠・出産をより安心に迎えたい方。
- 産後の回復を早く、母乳分泌を良くし母乳で子育てを目指したい方。



薬剤師 金山和菜  
薬剤師 金山 那

生体高・生体不順・不妊・体質改善更年期障害、婦人科系の病気などでお悩みの方もご相談ください。

婦人科系相談専門薬局

秋田県唯一の子宝カウンセラーが一般社団法人子宝カウンセラーの会認定店

# クリス調剤薬局

【営業時間】9:00~19:00 【定休日】日曜・祝日(駐車場完備)  
アクセス: ローソン花輪中央店トナリ 東北自動車道鹿角八幡東ICより車で5分



相談予約ダイヤル 0186-23-5121

タンポポ茶ショウキー 正規取扱店

クリス調剤 子宝 検索  
鹿角市花輪字八正寺9-12



弘前市医師会からのお知らせ

問い合わせ 一般社団法人 弘前市医師会 TEL:32-2371  
http://www.hirosaki.aomori.med.or.jp/

# 当番制で休日午前中に診療を行っております。

**外科系** 診療時間/9:00~12:00

**5(日) 弘前温泉養生医院**

住所:弘前市真土字勝剣林334-1 TEL:82-3377

**12(日) 西弘前クリニック**

住所:弘前市中野1-9-8 TEL:32-4121

**19(日) 弘前温泉養生医院**

住所:弘前市真土字勝剣林334-1 TEL:82-3377

**20(月) 倉田医院**

住所:弘前市元寺町18 TEL:37-3411

**26(日) 菊池医院**

住所:弘前市富田町8-1 TEL:39-1234

7  
月  
の  
当  
番

**内科** 診療時間/9:00~12:00

**5(日) 千葉胃腸科内科医院**

住所:弘前市石渡3-13-2 TEL:36-7788

**12(日) さがらクリニック**

住所:弘前市桔梗野1-3-3 TEL:37-2070

**19(日) 伊東内科・小児科クリニック**

住所:弘前市元長町16 TEL:32-0630

**26(日) 弘前温泉養生医院**

住所:弘前市真土字勝剣林334-1 TEL:82-3377

当クリニックは、不妊治療・更年期健康相談など  
内分泌専門で、不妊治療に力点をしております。



**池田レディスクリニック**  
高度生殖治療・不妊治療専門クリニック

最新の治療統計では当院治療プログラムを継続された  
患者様の90%が1年以内に妊娠に至っております。

またプログラムは、頑固な生理痛・頭痛・肩こり・腰痛等  
の改善にも効果をあげております。

勇気をもって治療の第一歩を踏み出してはいかがでしょうか。



全力で治療に当たらせて頂きますので、  
是非お気軽にご相談ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	△
午後2:00~6:30	○	○	○	○	○	△
日曜・祝日 休診	※診療科目によってはお電話にて確認下さい。					

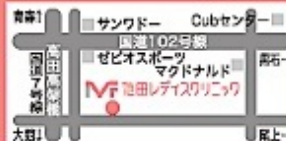
婦人科 池田レディスクリニック

弘前市富田5丁目7-7 TEL 0172-29-2055

ikedas@juno.ocn.ne.jp

http://www.ikedal-c.jp

池田レディスクリニック



HOSPITAL

糖尿病・代謝・内分泌内科・胃腸内科

## 今村クリニック

弘前市大字松原西2丁目1-1 Tel.0172-88-3090

日本糖尿病学会専門医  
日本消化器病学会認定専門医

院長 今村憲市



駐車場完備

気になる症状があれば  
お早めに当院へどうぞ。

知って得・納得一口メモ

食後高血糖が気になる方へ…

● 健常者の食前血糖値は70~109mg/dl以下、食後血糖140mg/dl以下となっております。食後血糖とは食事を開始して約1時間から約1時間30分の間の血糖値のことです。食後高血糖とは、食前の血糖値は正常なのに、食後の血糖値が少なくとも160mg/dl以上から250mg/dl以下程度の状態です。食後血糖が250mg/dl以上の人は糖尿病がないかの確認が必要です。食後高血糖の人は、太ると糖尿病になりやすく、また動脈の内皮細胞を損傷し、心筋梗塞、脳梗塞発症の引き金となります。

● 食後高血糖を改善するためには、①G・I値の低い食材を選ぶ。②食物繊維の多い食品を食事の始めに食べる。③ゆっくりかんで、人と会話しながら食べる。④食後に運動すること等が挙げられます。

今村クリニック 院長 今村 憲市



外で遊ぶ機会の多い夏!  
でも、その前に知っておきたい

# 夏の皮膚トラブル

もつやく夏到来!夏は様々な要因により、お肌の病気のトラブルが多い季節となります。そこで今回、はらクリニックの院長 松本先生に、どんな病気に気をつければよいかわかりました!トラブルが起きないようにお守りして、楽しく夏を過ごしたいですね。

## 高温多湿によるもの

- 水虫**  
**〈原因〉** バスマットやスリッパなどから感染。30℃、湿度90%で水虫菌が繁殖  
**〈予防〉** 入浴時、指の間を洗淨。足を乾等。5本指靴下着用。家族全員で治療。  
**〈受診〉** 製剤性、湿疹を合併したときは皮膚科へ  
**〈治療〉** 塗り薬、ひどい時は内服薬
- あせも**  
**〈原因〉** 皮膚に汗が停滞  
**〈予防〉** シャワー、石鹸のすすぎ、パウダー  
**〈受診〉** 赤くなった、腫が出たら  
**〈治療〉** ステロイドローション・軟膏、抗生剤内服
- かぶれ**  
**〈原因〉** 虫刺され、あせも、かかに細菌感染  
**〈予防〉** 引っ掻かない、患部はテープで覆う  
**〈受診〉** 拡大傾向があるようなら皮膚科へ  
**〈治療〉** 抗生物質の内服、外用
- 熱中症**  
**〈症状〉** 四肢の痙攣、逆汗、めまい、頭痛、吐き気、意識障害、ショック、失神  
**〈原因〉** 高温下に長時間さらされ、身体の中に大量の熱を蓄積して、体温を維持できなくなった状態  
**〈予防〉** 早めの水分補給  
**〈治療〉** 陰を移して休ませる、スポーツドリンク、全身に霧吹きし冷却→救急車を呼ぶ

## 虫などによるもの

- 蚊**  
**〈原因〉** 針を刺す時、抗凝固素を分泌  
**〈予防〉** 防虫スプレー、防虫カバー装着  
**〈受診〉** 腫れがひどい時(特に指は要治療)は皮膚科へ  
**〈治療〉** 冷却、ステロイド軟膏を塗る
- ブヨ**  
**〈原因〉** 針を刺す時、吸血時・麻酔毒を分泌  
**〈予防〉** 地上50cm以下で主に日中活動  
**〈受診〉** 刺されて2日後からひどくなったら、皮膚科へ  
**〈治療〉** ステロイド外用、抗アレルギー剤内服、症状がひどい時にはステロイド注射
- ハチ**  
**〈原因〉** 蜂刺を針で注入  
**〈予防〉** スズメバチは黒い色を好むので着ない  
**〈受診〉** 蜂の巣に近づかない  
**〈治療〉** スズメバチはショックを起こすので、医療機関へ  
**〈治療〉** セロテープで針を抜く。毒を絞り出す。薬を塗って冷却
- クラゲ**  
**〈原因〉** 触手から毒性物質分泌  
**〈予防〉** 遊泳中、皮膚にチクツとした刺激を感じたら速速水中止  
**〈受診〉** 顔面蒼白になったら  
**〈治療〉** ショック状態→医療機関へ  
**〈治療〉** 患部治療、ショック対策

## 紫外線(UV)によるもの

- 日焼け**  
**〈原因〉** UVBによる皮膚の炎症。2日後発症  
**〈予防〉** ①長時間日光に当たらない  
 ②帽子・日傘・サングラスによる遮光  
 ③サンスクリーン剤を塗る  
**〈受診〉** 範囲が広い時、痛みが強い時、赤く荒れがひどい時  
**〈治療〉** タケドに塗る。30分以上冷やす



お気軽にご相談下さい。  
治療費等詳しくは、ホームページまたは、お電話でご相談下さい。



健康保険が使えます

**はらクリニック**  
 最新レーザー治療 美容外科/形成外科/皮膚科  
 ☎0120-1641-12  
<http://www.hara-cl.com>  
 弘前市駅前3-3-7 (AKIMOTOビル3F)  
 診療時間 平日9:00~12:00/15:00~18:00  
 土曜9:00~12:00/13:00~15:00  
 休診日 日曜・夜日



症状が出たら、〈受診〉の項目を参考に早めに受診しましょう。

HOSPITAL

# 松本眼科

日本眼科学会 認定眼科専門医 院長:松本光生  
 白内障手術 日帰り手術 レーザー治療 入院設備あり

TEL: 0172-31-3211

■住所/弘前市三岳町2-3 (弘前実業高校ななめ向い、松原通り三嶽神社入口)

■診療時間/

時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:00~12:00	○	○	※1	○	○	※2
午後 15:00~18:00	○	○	×	○	○	×

※1 水曜日8:00~11:00 (午後は手術のため休診)  
 ※2 土曜日8:30~13:00 (午後休診)

■休診日/日曜日・祭日 ■駐車場/27台完備

眼の健康相談は当院へお任せ下さい。

## ちょっと、た目になる話

院長 松本光生

■コンタクトレンズ障害

コンタクトレンズの不適切な使用が原因で結果的に重度の視力障害に至る人は、国内で毎年数百人に上ります。洗浄が不十分、使用期限や装着時間を守らない、装着したまま眠る、検診を受けないなど...このような間違った使い方は今すぐ改めましょう。

なおソフトコンタクトレンズはハードコンタクトレンズに比べ、装着感が非常によいですが、角膜の感覚が鈍るので傷や病気に気がつきにくい、レンズが水を含んでいるので細菌などが繁殖しやすい、サイズが大きいため低酸素になりやすい、涙液の交換率が非常に低いなどの欠点があり、特に注意が必要です。



# ごり動物病院

日本獣医皮膚科学会  
認定医  
獣医学博士  
院長 土田靖彦

**診療時間**  
午前9:00~13:30  
午後4:00~8:00  
\*受付は診療終了30分前までに済ませてください  
\*急患の場合必ず電話連絡の上ご来院ください

**診療動物**  
犬・猫・うさぎ・フェレット  
ハムスター・鳥・は虫類など

**休診日**  
水曜日・祝日  
※学会などにより休診となる場合あり

**診療内容**  
内科・外科・皮膚科・その他  
アニマルレイキヒーリングも行っております。  
※アニマルレイキヒーリングとは自然治癒力を高める手当療法です。

ユニバース 松原店  
ごり動物病院  
かっぱ寿司 弘前駅前店  
高屋  
松原小学校  
マックスバリュ 安原店  
グオ弘前 安原店  
ファッションセンター じまむら安原店

弘前市安原1丁目1-8 TEL 0172-32-3808 <http://www.gorivet.com>



**検診を受けていれば…。**

私たちは必ず死にます。死なない人間はいません。理想的には老衰でポックリ逝くのが理想なのですが、なかなかそうはいきません。でも人間はある程度、自分で死に方をコントロールすることが出来ます。もし、あなたが胃癌で死ぬのがいやだったら、胃癌リスク検診は受けておくべきでしょうし、大腸癌で死ぬことがいやであれば、毎年、便潜血による大腸癌検診はうけておくべきでしょう。肺癌や

食道癌、咽頭癌などで死にたくなればタバコを止めるべきでしょう。自分の血縁関係に心筋梗塞や脳卒中が多く、自分がそうなりたくなければ、タバコをやめて、血圧をチェックするべきです。判りにくい難しい癌になったらあきらめましょう。でも普通治る癌で発見が遅れて死ぬほど残念なことはありません。今井雅之さんに合掌…。

早川内科肛門科 院長 早川一博



●住所/弘前市安原3丁目7-5



診療時間	月・火・木・金	午前 9:00~12:00 午後 3:00~17:30
	水・土	午前 9:00~12:00
	日・祝	休診 (急患は別途連絡を) お願ひします。

# 早川内科肛門科

TEL.0172-87-7700

最新の検査設備と施設で快適な環境づくりを行っております。あたたかい看護が治療活動を支えます。

医療法人

## あきた耳鼻咽喉科クリニック



Blancdieu  
HIROSAKI FC

目指せJリーグ!  
当院は全力で  
応援しています!

### のどの癌の早期発見のため最新の内視鏡を導入!

開院以来多くの皆様に支持していただき、おかげさまで当クリニックは先日10周年を迎えることが出来ました。これからは皆様のかかりつけ耳鼻咽喉科医を目指し、より一層頑張りますので宜しくお願いいたします。



さて開院10周年を機に様々な検査機器を新たに入れ替えたり、新しく導入したりしています。中でも咽喉頭(のど)の癌を初めとする腫瘍(おでき)の早期発見に大いに役に立つ最新の内視鏡を導入いたしました。癌の時にはのどの表面に血管の異常な集まりが出来るのですが、この内視鏡は特殊な光を利用してその異常血管部分と正常部分との区別を分かりやすくしてくれます。食事制限など特別な準備をしなくても、すぐにこの検査は受けられます。のどの痛などが心配な方は是非ご相談ください。



日本耳鼻咽喉科学会認定  
耳鼻咽喉科専門医 補聴器適合判定医 院長 秋田 二朗

◆診療科目  
耳鼻咽喉科・アレルギー科

◆診療時間 ※水・日曜日、祝日は休診。但し急病の方はご連絡ください。

	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:30	○	○	×	○	○	○
午後3:00~6:30	○	○	×	○	○	×

※土曜午後5:00まで

◆住所:弘前市南城西2丁目5-12  
◆電話:0172-32-2332  
◆URL:http://www.akita-ent.net/



HOSPITAL



# さわだ整形外科



- 整形外科
- リハビリテーション科
- リウマチ外科

骨粗鬆症  
検診も  
行って  
おります

腰痛症・腰椎椎間板ヘルニア・腰部脊柱管狭窄症や、  
筋・筋膜炎性疼痛症候群などに対する治療

「トリガーポイントブロック」をご存知ですか?

※NHK「たのびてカッテン」で紹介された治療です。  
やけどや一般外傷に対する治療として、被覆材を用いた、深部療法を行っています。痛みも少なく、治療期間が短縮されます。

※身体障害者福祉法第15条の指定医となっておりますので、福祉委員の指定や、身体障害者委員書の作成を行っています。「褒たまり」の患者さんには診察も行っていきます。

お気軽に  
ご相談下さい。

診察室  
明るく清潔なあらゆる診療で、整形外科専門医の院長による診察を行っています。

レントゲン検査室  
最新のデジタル検査機器を使って、安全で的確な撮影を行っています。骨粗鬆症検診・骨密度測定も行っていきます。

処置室  
採血や点滴、各種の注射を行っています。ギプスを巻くのもこの部屋で行います。

リハビリテーション室  
最新の治療機器を導入しています。運動器リハビリテーションセラピストの資格を持った看護師が担当しています。

診療時間	【月・火・木・金】	午前 8:30~12:00 午後 2:00~6:00
	【水・土】	午前 8:30~12:00
	【日・祝祭日】	休診 ※急患応務

弘前市大開3-2-1(南高校通り)  
TEL 0172-87-3311





LIFE

# 見積り無料

←屋根工事施工後

屋根工事

塗装工事

外壁工事

まずはお問合せ下さい。  
御予算に応じて対応致します。

## 三上建築板金

### TEL: 0172-88-8680

なんでもご相談下さい。担当/三上

住所 弘前市大字中畑字旭岡50-1



## 青森ワッツ チアスクール開校!

チアスクールは株式会社 楽天スポーツ様のご協力により開校いたします。

夢の舞台を目指して

青森校  
八戸校  
弘前校

校名	定員/各クラス25名
<b>Aomori School</b> 会場/リンクモア平安国民市民ホール(青森市民ホール)4Fリハーサル室 青森市朝川1丁目2-14 ※開校日は日曜日より会場が異なる場合がございます。	年会費 <b>7,000円(税込)</b> ※保険料・教材費含む 月額定額 <b>7,500円(税込)</b>
<b>Hachinohe School</b> 会場/デーリー東北新聞社 ホール 八戸市城下1丁目2-12	年会費 <b>7,000円(税込)</b> ※保険料・教材費含む 月額定額 <b>7,500円(税込)</b>
<b>Hirosaki School</b> 会場/アイサービスマンセンター 3F弘前駅前2F 弘前市大字東野2丁目6-1	年会費 <b>7,000円(税込)</b> ※保険料・教材費含む 月額定額 <b>7,500円(税込)</b>

▼スクールの申込みは▼こちらから

体験や見学、入会については下記までお問い合わせください

※お電話受付

青森県青森市朝川1-4-1-1F

青森県青森市朝川1-4-1-1F



## 運転免許は三ツ矢におまかせ

冬に強いAWD教習車/インプレッサG4






**教習車種**

- 普通自動車免許(AT)
- 普通二種免許
- 中型自動車免許
- 自動二輪免許(普通・大型)
- 大型特殊自動車免許
- 牽引自動車免許

おすすめの5大ポイントでスムーズに教習できます。

- ポイント1** コンピューターで楽々!  
技能予約やキャンセルが全てこの一台でOK! ※電話でも予約・キャンセル出来ます。
- ポイント2** バイタリティーと思いやりのスタッフがあなたをサポート!  
アットホームな雰囲気であなたに合わせた教習。親切・丁寧な指導致します。
- ポイント3** 学科問題練習機「武蔵」  
あなたの強い味方づけあいです…!
- ポイント4** 先進の教習設備でらくらく  
リアル3次元コンピュータアクセス・マスターで、より安全な運転操作や適切な状況判断を学習できます。
- ポイント5** あなたのスケジュールに合わせた教習プラン  
安心・おまかせコース/スピードコース/マイペースコース/期間指定コース

各種教習ローンの取り扱いをしております。詳しくは、当校受付までご相談下さい。



### 三ツ矢自動車学校

弘前市石渡1丁目23-1  
0172-35-6611  
<http://www.mituya-ds.jp>

## 資格免許をとろう!

### 常時講習中!

フォークリフト

2日間コース

車輛系(整地等)

2日間コース

小型移動式クレーン

2.5日間コース  
3日間コース

※フォークリフト・車輛系建設機械の場合は大特免許所持の方に限ります。

青森労働局長登録教習機関

### 青森県産業機械講習センター

弘前市石渡1丁目23-1(三ツ矢自動車学校内)

## 0172-34-6767





第19回ご紹介の学校は、弘前市立石川小学校と弘前市立石川中学校です。

## 『地域へひろがる あこがれ運動』 弘前市立石川小学校 教頭 宮野 康彦

石川小学校の学区は広く、石川地区、小金崎地区、乳井地区、薬師堂地区、大沢地区の5地区からなり、遠距離の大沢地区の児童は弘南鉄道で電車通学をしています。春には、新1年生に保護者と教職員で乗車指導をしています。また、かつて大仏ヶ鼻城があった場所は、現在「大仏公園」として整備され、春は桜、夏は紫陽花の名勝地となっており、児童の校外学習の場となっています。ぜひ、弘前市民の皆様にもお出でいただきたい場所です。

本校では、児童の健全育成に向けて「心身共に健やかで 礼儀正しく 最後までやり遂げる 人づくりのため」、4年ほど前から「あこがれ運動」に取り組んでいます。

『あ』は、「あいさつ」……心の届くあいさつと元気な返事をして声を交わすことができる子  
『こ』は、「こころ」……こころづかい(言葉遣い・後始末・安全)ができる子  
『が』は、「がんばる」……自分の学習環境を整え、家庭学習(自学)ができる子  
『れ』は、「れんしゅう」……午後9時までには寝て、早起き朝ご飯、朝トイレ、めあてに向かって体力づくりができる子



「あこがれ運動」ポスター

地域の方々からも、「あいさつが、とてもいいですね。」とお褒めの言葉をいただいています。今年度は、「地域全体への輪をひろげよう」ということでポスターを作成し、保護者の方々や地域の方々、児童館や公民館にも掲示していただき、子どもたちへの声かけ等、ご協力していただいています。



校舎は、築50年で市内で最も古いですが、体育館は3年前に新築されました。ナデシコを象った校章にあやかって、「一人一鉢」(ナデシコ)栽培を続けてきましたが、昨年度から「一人一鉢」(ペゴニア)に替え、学校の周りの美化と生命を尊重する態度の育成に取り組んでいます。今年も、休み時間に環境委員会の当番や各自で水やりの世話をしています。

今年で創立138年目です。140周年目に向けてPTA活動(廃品回収、石小まつり等)も活発に行われています。これからも保護者の方々や地域の方々のご協力を得ながら「おらほの学校」づくりに取り組んでまいります。

## 『家庭・小学校・地域と共に歩む学校づくりをめざして』

弘前市立石川中学校 教頭 東海 孝尚

石川地区は、弘前市の最も南に位置し、平川を中央に挟み左右に水田が開け、山手にはリング園が広がる自然豊かな地域です。また、石川地区は歴史を感じさせる地域でもあります。建武元年(1334年)に築城されたと伝わる石川城、別名大仏ヶ鼻城は、戦国時代、津軽地方の覇権を巡る激しい争乱を経て、南部家とその居城(天文2年、1533年)とした城です。現在その城跡は大仏公園となっており、公園にある地下道は、弘前城へと通じる抜け穴ではないか(実際はつながっていない)と話題になりました。



本校は、昭和22年4月、石川小学校の校舎の一部を借りうけ創立しました。

昭和24年10月に校舎を新築。現在の場所に移転し、昭和32年の市町村合併により弘前市立石川中学校となり現在に至っています。創立から約70年、7000人強の卒業生を輩出し、現在学区は石川・小金崎・乳井・薬師堂・大沢の5地区からなり、全校生徒数99名、普通学級3クラス、特別支援学級2クラスの小規模校です。野球部、陸上競技部、女子バレー部、剣道部、音楽部、文化部の5つの部活動があります。

本校は石川小学校1校からの入学のみで、左上の写真のように、小学校と中学校の校舎が同じ敷地内にあり、小学校のグラウンドを挟んでお互いの校舎が隣り合う環境にあります。そのため、早い時期から小中連携に取り組んでいました。当初は学力の向上をねらった連携でしたが、現在では教育課程全般に渡る連携をめざし、小中合同の防災訓練や集団下校訓練、児童生徒、小中学校の教職員相互の交流にも取り組んでいます。



また、地域には、「子供達を支援する会」(会長・工藤良恵氏)という地元の有志の方々を中心にして結成された会があります。この会の協力のもと、毎年本校において将来の石川を担う人材の育成を目指し、「ふれあい授業」(青少年健全育成講座)を開催しており、生徒達は講師の先生のお話から多くの事を学び、普段の学校生活では得られない貴重な経験をしています。これからは小中の連携を深め、地域の方々との理解と協力を得ながらよりよい教育活動を進めてまいりたいと考えています。



Tsugaru7月号

# 読者プレゼントコーナー

※当選発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

1



掲載ページ 1P

※引換券郵送  
※お店まで引き取りに来れる方

から揚げ焼きとり 旨い屋  
から揚げSサイズ  
(10個入)

...5名様

2



掲載ページ 2P

アドレス  
ローズ歯ブラシ

※引換券郵送  
※お店まで引き取りに来れる方

...1名様

3



掲載ページ 4P

家庭居酒屋 苟香  
1,500円お食事券

※1グループ様1回1枚  
※おつりは出ません  
※土曜日はご利用出来ません

※写真はイメージです。  
...20名様

4

夏が来る前に!  
めざせ美脚。



掲載ページ 7P

KEN施術院  
O脚コース  
お試しキャンペーン  
(全身調整+O脚矯正 50分)

通常6,000円×3回 18,000円→3回2,980円

※膝に痛みのない50歳までの女性  
※週2回通える方  
※スパッツや短パンをご用意ください

...3名様

5



掲載ページ 4P

アジアカフェ

・オーガニックコーヒー×1個  
・オーガニックカフェインレス  
コーヒーMOCHA×1個  
のセット

...2名様

6



グリランド  
十和田湖ポートアドベンチャー  
ボート乗船券 (1名様分)

※乗船の際は2~3名でお乗り下さい  
※運航期間~11月3日まで  
(但し8/13~15は除く)

詳しい内容はホームページ  
をご覧ください。

グリランド

検索

...3名様

7



青森コロナワールド  
映画ご招待券

青森市三好1-15-8

...3名様



## ★プレゼントの応募方法はこちら★



下記のアンケートにお答えの上、住所・氏名・年齢・電話番号をご記入下さい。下の「応募券」をハガキに貼り付け、NAVI通信宛までご応募下さい。

※プレゼントのご応募は、お1家族様1回のご応募となりますので、ご了承下さい。

応募締切 **7月24日(金)**  
(当日消印有効)

アンケート

- ①希望する商品番号と商品名(第1希望、第2希望迄)
- ②今月掲載の中からご利用予定or利用したお店の名前
- ③本誌で紹介してほしいお店とその理由
- ④本誌を入手した場所
- ⑤ご愛読は何回目ですか

〒036-8155  
青森県弘前市中野1丁目9-14  
NAVI通信  
「Tsugaru7月号プレゼント」係

↓宛先はこちら

Tsugaru2015年7月号  
**応募券**  
住所・氏名・TELをお忘れなく No.2707

住所・氏名の書き忘れが増えています!  
ポストに投函する前にもう一度チェックしてくださいね!

次号発行は **7月24日(金)**  
です! お楽しみに...



## 業務多忙につき、パートタイマー募集

5P掲載

### ■募集内容■

(下記店舗以外でもお気軽にお問合せ下さい。)

店舗	募集内容	時間	店舗	募集内容	時間	店舗	募集内容	時間
大原店	レジ	5H	浜の町店	食品	5H	平賀店	レジ	5H
	食品	5H		レジ	5H		食品	5H
高杉店	事務	5H	松森町店	水産	5H		酒類	7H
	食品	4H	相馬店	畜産	5H		広田店	レジ
	レジ	5H		デリカ	5H	事務		4H
	畜産	5H	堅田店	レジ	5H	新宮店	レジ	5H
		レジ	7H					

本部の短時間契約社員(5時間)も同時に募集中!!

お問い合わせ、ご応募は各店舗まで!!

※また、すでに求人終了となっている場合もありますのでご了承下さい。



株式会社 佐藤長

〒036-8184 弘前市松森町93

TEL (0172) 36-7755

## スタッフ募集!!

4P掲載

女性が多く活躍している職場です。

- 【職種】 ホールスタッフ(アルバイト)
- 【人数】 3名
- 【資格】 簡単なパソコン操作のできる方優遇
- 【時間】 応相談
- 【給与】 時給700円～
- 【応募】 詳細は面接にてご説明致します。

家庭居酒屋 Syunka

住所/弘前市外崎3-1-3

TEL 0172-27-8874

## 手に職をつけてみませんか?

8P掲載

今がチャンス!!  
将来の自分のために...

勉強会、復習制度、多数有り!!

安心できるサポートシステム

一人前になるまで指導致します。

興味のある方はお問い合わせください。

随時説明会開催

カイロプラクティック  
Kirari(きらり)光城店  
- 前日までにご予約下さい -  
TEL 090-9032-1518

※施術中は電話に出られない場合がございます。  
平川市光城5-55 代表 工藤真紀子

## 新規オープンにつき

1-8P掲載

### ☆美容師募集☆

- 【職種】 美容師 ※正社員
- 【人数】 2名
- 【資格】 美容師免許
- 【休日】 応相談
- 【時間】 8:30~18:00
- 【給与】 正社員 20万5千~31万以上可
- 【待遇】 無料駐車場完備  
交通費支給・アパート等の賃料を半額負担します(当社規定による)
- 【応募】 まずはお電話下さい。  
090-7563-6489 (担当/阿保)



〒036-8087 弘前市早稲田4-3-4

TEL 0172-55-9688

## 作業員募集

19P掲載

◇見習い~職人まで◇

- 【職種】 建築板金工
- 【人数】 2名
- 【資格】 自動車免許 (AT限定不可)
- 【休日】 日曜日 祝日
- 【時間】 8:00~17:00
- 【給与】 応相談
- 【応募】 まずはお電話下さい。

三上建築板金

TEL 0172-88-8680

担当/三上

## 美容師募集

2-9P掲載

### ☆業務多忙につき☆

- 【職種】 美容師 ※正社員
- 【人数】 2名
- 【資格】 美容師免許
- 【休日】 応相談
- 【時間】 9:00~19:00
- 【給与】 20万5千~31万以上可
- 【待遇】 無料駐車場完備  
交通費支給・アパート等の賃料を半額負担します(当社規定による)
- 【応募】 まずはお電話下さい。  
090-7563-6489 (担当/阿保)



〒036-8057 弘前市八幡町3-2-4  
堅田バイパス沿いアクア八幡内  
TEL 0172-35-4816

## 西弘ちようちんまつり販売員募集!!

11P掲載

7月18日(土)・19日(日)限り  
アルバイト大募集!!(高校生も可)

- 【職種】 出店販売(若干名)
- 【資格】 不問(高校生可)
- 【時間】 16:00~21:00の5時間程度
- 【時給】 800円~ ※1日4,000円~
- 【場所】 弘前市中野1丁目9-14 NAVI通信前の出店
- 【応募】 まずはお電話ください。

西弘ちようちんまつり  
出店販売のアルバイトを大募集中!!  
おごすかいを稼ぎたい学生さん、  
社会人の方も、たくさんのご応募を  
お待ちしております。

初心者大歓迎!!

募集期間:7月6日(月)迄 お早めに!!

NAV!通信 TEL 0172-33-5312

〒036-8155 弘前市中野1丁目9-14

JOB

22



たくさんの組合員の皆様に支えられてCO・OP共済は



# 生命保険部門 顧客満足度 2年連続 第1位

の評価をいただきました。

これからも私たち生協はより良い商品・サービスを提供できるように努めて参ります。

海へ遊びに行つて 岩場を歩いていたら、足の指を切ってしまう通院。

**お支払い例**  
(通院5日)  
お支払い金額  
**10,000円**  
通院日額  
2,000円×5日



《たすけあい》ジュニア18 1000円コースなら、月掛金1,000円。よくあるお子さまの入院やケガ通院を満19歳まで保障します。



CO-OP共済 たすけあい	J1000円コース	加入できる年齢	保障期間
		0歳～満18歳	満19歳の満期日まで
病気入院・事故(ケガ)入院	1日目から360日分	→ 日額6,000円	
事故(ケガ)通院	事故日から180日以内 1日目から90日分	→ 日額2,000円	
手術	コープ共済の定める 支払対象手術を受けた場合	→ 5・10・20万円 <small>手術の内容により金額が変わります</small>	

入院をともなわない **日帰り手術** からOKです!

※J2000円コース・J1900円コースもあります。  
※上記は保障内容の一部です。(たすけあい)には他にもコースがあり、ご家族に合った保障が選べます。  
※詳しくは加入申込書付戻品物をご覧ください。



《たすけあい》医療1000円コースなら、入るとききの質問は2つ。月掛金1,000円で、入院やケガ通院を満65歳まで保障します。

CO-OP共済 たすけあい	V1000円コース	加入できる年齢	保障期間
		0歳～満64歳	満65歳の満期日まで
病気入院・事故(ケガ)入院	1日目から184日分	→ 日額2,000円	
事故(ケガ)通院	事故日から180日以内 1日目から90日分	→ 日額1,000円	
手術	コープ共済の定める 支払対象手術を受けた場合	→ 1・2・4万円 <small>手術の内容により金額が変わります</small>	

入院をともなわない **日帰り手術** からOKです!

※上記は保障内容の一部です。加入条件がゆるやかなコースにはV1000円コースの他に、0歳～満18歳の方が加入できるJ1900円コースもあります。  
※詳しくは加入申込書付戻品物をご覧ください。

入るとききの質問は2つ!

**質問** 申込日における健康状態についてお答えください。  
現在、下記のいずれかに該当する。

- 入院中である。
- 医師から、今後、入院または手術をしたほうがよいといわれている。

(ただし、入院または手術をする時期について、申込日より1年以上先であることを医師から明示されている場合は除きます。)

どちらにも該当しなければ加入できます。

- 通院中でも薬を服用中でも加入できます。
- 過去に病気をしても加入できます。
- 過去に手術をしても加入できます。

《たすけあい》《あいづらす》《ずっとあい》のいずれかにご加入いただいた方に **もれなく「コーすけフェイスタオル」プレゼント!**



**お問い合わせ先** COOP生活協同組合コープあおもり 〒038-1303 青森市浪岡大学徳才子字山本27-3 K-67277-1506  
コープ共済センター CO-OP共済専用 ☎0120-62-1477 営業時間/月～金 AM9:00～PM6:00  
http://coopkyosai.coop コープ共済 検索 CO-OP共済は個人情報大切に、個人情報保護法を守ります。

CO-OP共済に加入するには、出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になることが必要です。 契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会