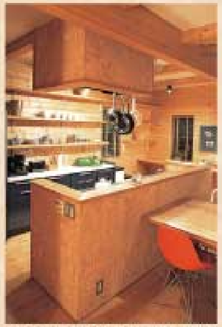
空間もパーティーもワンダーにカスタマイズ！

「ワンダーデバイス」の空間はキャンバス。
お気に入りのインテリアや雑貨を自由にレイアウトして
自分だけの空間づくり。
パーティーも型にはまらず楽しんじゃおう！

日本の伝統的な土間を現代風にアレンジした土間リビング。休日は土間リビングで、ビール片手にワイワイバーベキューを楽しんでみては？ペットにもうれしい空間です。



家族や友だちとワイワイおしゃべりしながらお料理づくり。材料を切って、食器を用意して、テーブルに運んで…。オープンなキッチンはパーティーでも大活躍。

壁には、棚や箱を組み合わせて、お気に入りの雑貨やコレクションをレイアウト。見せる収納を楽しんで。

冬は薪ストーブが空間全体をじんわりと温めてくれる。訪ねてきた人とおしゃべりするうちに、いつの間にかパーティーが始まっていた…なんてことも!!

外壁はクールなガルバリウム。内部にはぬくもりある木の空間が広がります。

訳あってデバイス！
ワンダーデバイス

アウトドアリビングで秋を満喫！

薪ストーブを囲んでパーティー

新感覚のCOOL TASTEで気取らずに
自然体のWARM TASTEでおおらかに
あなたはどちらがお好み？

COOL
休日は靴をはいたまま、ラフなパーティー。好きなものに囲まれた空間には、自然に人が集まってきそう。

WARM
昼はウッドデッキで、ソーセージやチーズを燻製にして、夜はリビングの薪ストーブを囲む。

WARM
とっておきのワインを開けて、気の合う仲間と気取らず楽しむ。

薪ストーブで焼けば、冷凍ピザもおいしいごちそうに。

WARM
折れ屋根とナチュラルな外装色が印象的なWARMテイスト。

あなたはどちらがお好き？

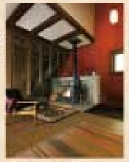
COOL
招折屋根とモノトーンカラー。

手作りの暮らし、スローライフ
カントリーログハウス

木の家で楽しむ「秋の宴」

大屋根のかかった広縁は
外でも内でもないもう一つの空間。
日本に生まれてよかったと感じる木の家で
秋の実りを肴に、仲間と語らうひとときを。

広縁で仲間と共に月見酒を楽しむのもよし、リビングで秋の味覚に舌鼓を打つもよし。



日本的な佇まいと薪ストーブは、意外にも相性◎

収穫した野菜を並べて、七輪で銀杏を焼いて、お気に入りの器に盛り付けて。

秋の夜長は虫の合奏に耳を傾けながら、本に親しむ。

造りすぎず、飾り過ぎず
程々の家

郡山市内環状線沿い

秋は家族みんなでBESS福島展示場へ

普通の家、普通の暮らしはモノ足りない！それならBESS展示場へ。
丸い家やログハウス…、他のどこにもない個性たっぷりの
木の家と、気持ちの良いウッドデッキや薪ストーブ。
思わずワクワクしてくる"おもしろ生活"を、
いろいろ体感してください。

薪ストーブ体験会
実施中
毎週土・日・祝
9:30〜18:00

Halloween ディスプレー
10月末まで開催中
ご来場のお子さんにお菓子をプレゼント！

2014 BESS
秋冬フェア開催！10/9(木)〜
詳しくは展示場まで

「住む」より「楽しむ」BESSの家

BESS福島展示場

Phone/024-925-9595
〒963-8841 郡山市山崎305-65
●営業時間/AM9:30〜PM6:00
●定休日/水曜日（祝日は営業）

BESS 福島 検索　株式会社BESS-L

自宅向けログハウスや、ジャパネスクハウスなど個性的な木の家6棟をご見学いただけます。

●交通/東北自動車道 郡山南I.C.より約10分、JR郡山駅より車で約15分

BESS

GOOOOD home KORIYAMA

Solsona ソルソナ

憧憬のある暮らし

ソルソナ完成見学会

10/4(土)·5(日)·11(土)·12(日)·13(月)

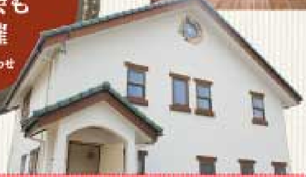
場所：郡山市安積町

要予約

ヨーロッパのソルソナ地域をイメージした
アンティーク住宅シリーズがついに完成しました。
家の内外に使用する伝統ある漆喰や、無垢材を使った床や建具。
時間と共に変化が楽しめる厳選した素材と造りを完成見学会で
是非ご確認ください。

tel.0120-610-430
※必ず事前にお電話にてご予約ください。

"ソルソナフリー"
モニター
募集説明会も
同時開催
お気軽にお問い合わせください。



各種イベントも盛りだくさん♪遊びに来てね♪

Gooooodな芋煮会 10/19(日) 10:00〜
毎年好評!(参加費無料)

柴田晶子口笛コンサート
10/24(金) 19:00〜

無添加住宅のCMでお馴染みの口笛奏者

※各イベントの詳細につきましては当社HP、または当社電話でお気軽にお問い合わせください。

無添加住宅家づくりセミナー

10/12(日) 15:00〜

「いったいどうやって家を建てたらいいの?」「お金は大丈夫かな〜」など家づくりにまつわる疑問がすっきり解消できるセミナーです。ぜひご参加ください♪

キッズスペースもあるよ！家族みんなで来てね

参加無料

宿泊キャンペーン実施中！詳細はHPで♪

先日、arukuスタッフの高橋ファミリーが実際に行ってきました！

無添加住宅に泊まろう!

朝起きた時の空気が、気持ちいい〜！

天然の素材だけで建てられた、空気のきれいな
無添加住宅に家族みんなで泊まってみませんか？
ご要望の多かった"無添加な暮らしの秘密"がわかる
プチセミナーも開催します。

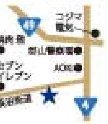
無添加住宅の知りたいことがもっとわかる!

セミナー付

モデルハウス宿泊体験

「suspect前までにご予約を！」

■料　金／シーツ代（大人1,000円、こども500円）
■時間　日／17:00〜翌9:00
■食　事／夕食はしゃぶしゃぶ、朝食は人気のパン屋さん「ナチュレルビュー」の天然酵母パンをご用意します。
■持ち物／洗面用具・着替えなど



教室を無料でお貸しします♪

新社屋内にある教室を使ってみませんか？すでに、ヨガ教室やベビーマッサージ教室などが開催されていますよ！英語教室、お料理教室など使い方は自由！条件・詳細等はお問い合わせください♪

しっくいで手形アートを作ろう!

しっくいで、世界にひとつだけのオリジナルオブジェを作りませんか？お子様の成長のすてきな思い出に…。ご都合の良い日時に、お気軽にご家族でご参加ください。

GOOOOD home Koriyama 無添加住宅 郡山
■〒963-0111 郡山市安積町荒井字外川原42-1
●「arukuを見た」でシャボン玉石けんプレゼント！
0120-610-430

ママさん記者募集！
無添加住宅郡山がプロデュースするフリーペーパー「むてんかびと」のママさん記者募集します！
未経験大歓迎！あなたのマイショップ教えてください！
※条件等につきましては問い合わせください。

家づくりのワタショウが、日頃の感謝の気持ちを込めて、年に一度のおまつりを開催

第14回 2014 ワタショウまつり

10/26 sun
10:00〜15:00 雨天決行
会場／ワタショウ本社敷地内特設会場
下記の地図をご参照ください。

入場無料

あなたとの出会いに

かんしゃ感謝

★イベントスケジュール★
どなたでも参加できますので、ご近所の方やお友達をお誘いの上、お越しください。

10:00〜 丸太切り競争開始
フリーマーケット開始
10:15〜 森和美さんトークショー
11:00〜 飲食コーナー開店
バルーンパフォーマンスショー
11:30〜 午前の部・大抽選会
12:00〜 IHヒーター体験料理教室
13:00〜 スコップ三味線ライブ
13:30〜 森和美さんトークショー
14:15〜 バルーンパフォーマンスショー
14:45〜 午後の部・大抽選会
15:00〜 恒例 もちまき大会

ご来場の方全員に、アンケートと引き換えに「粗品」をプレゼント！

森和美さんトークショー

ラジオ福島の長寿番組『おばあちゃんの昔話』にレギュラー出演。「むか〜し、むかし」で始まる独特の語り。森和美さんって、どんな人なの？意外な放送エピソードも聞けるかも!? もちろん、昔話も披露します！

10:15〜／13:30〜

豪華賞品が当たる！

大抽選会

午前の部：11:30〜
午後の部：14:45〜
1等 千葉県にある有名テーマパークのペアチケット
2等 スパリゾートハワイアンズのペアチケット
※当選された方が会場にいらっしゃらない場合は無効となります。

「風船の国のアリス」バルーンパフォーマンス

「コミュニティFM·POCO」「大道GATEハッシン!」にレギュラー出演中。「風船の国のアリス」が「風船の国」から連れてきた色んなお友達と一緒に、歌って、踊って、楽しくパフォーマンス。

11:00〜／14:15〜

限定12名予約制

IHヒーター体験料理教室

本社ショールームのIHクッキングヒーターで、楽しくお料理体験。おいしいランチを楽しみませんか？

レシピ「パリパリジューシーチキン」
※混雑が予想されますので、事前にお申し込みください。TEL0120-448-296
※写真 ワタショウショールームキッチン

12:00〜

おもちゃすくい&射的

みんなで挑戦！楽しいおもちゃをGET！

各100円

スコップ三味線ライブ

富沢むつみ会がスコップ三味線を生演奏!! みんなで盛り上がるあの曲をお聴かせします♪

13:00〜

おいしい
11:00開店です

飲食コーナー

- ●おにぎり2個入り …… 250円
- ●ラムネ …… 80円
- ●缶ジュース …… 50円
- ●チョコバナナ …… 30円
- ●やきそば …… 100円
- ●フランクフルト …… 80円
- ●名物·大鍋きのこ汁 …… 無料

親子丸太切り競争

親子で力を合わせて丸太を切ろう！

保護者1名+お子さま(小学生以下)1名でお申し込みください。

フリーマーケット

意外な掘り出し物が見つかるかも!?

包丁とぎ

1丁200円
(お一人様2丁まで)
包丁を砥石で丁寧に磨きます。ピカピカ包丁でお料理ラクラク。

恒例 もちまき大会

イベントの締めは、上棟式の恒例行事で！たくさん拾おう！

建築のワタショウ
福島スーパーウォールスター会
〒963-7731 三春町大字下舞木字石田250-1
0120-448-296
有 ワタショウ 検索
watashiyou@yu-watashiyou.jp

ワタショウの新しい家づくりは。

3つのWEBで広がる arukuの世界

みなさんはarukuのWEBサイトを見たことがありますか?
現在arukuでは
『Web Magazine ARUKU』
『はじめての家づくりガイド』
『ふくしまで子育て.com』の3つのサイトを展開中。
それぞれの便利でお得な使い方をご紹介します!

Facebookやtwitterでもお得な情報、発信中!

facebook. fb aruku 検索
twitter twitter@aruku_koriyama 検索

あるく ARUKU Web Magazine

✓本誌の世界をもっと楽しみたい人は…

Web Magazine ARUKU

ココに注目!!

①aruku本誌で紹介し切れなかった街ネタが大集合。

②お得なarukuクーポンもスマホで楽ちん♪プレゼント応募もコチラから!

③本誌が手に入らなかった人も安心!過去の人気記事だっていつでも読めます。

アクセスはコチラから
フリーマガジン あるく 検索
http://www.arukunet.jp/

あるく ARUKU はじめての家づくりガイド -福島県で家を建てる- 住宅

✓家づくりを失敗したくない人は…

はじめての家づくりガイド

ココに注目!!

①今月の注目記事
「家族の健康は家で決まる」
家のあることが禁煙や運動より健康に良いって!?

②施工会社の一括資料請求、ローン返済シミュレーションができる!

③デザイン別、坪単価別…。施工会社を徹底的に比較検討!

『はじめての家づくりガイド』掲載店はこのアイコンが目印!!

アクセスはコチラから
はじめての家づくり.com 検索
http://はじめての家づくり.com/

二階堂築郎

✓0歳～5歳の子を持つママは…

ふくしまで子育て.com

あるく ARUKU 子育て ふくしまで子育て.com 0歳～5歳のお子様を持つママへ

ココに注目!!

①それぞれの幼稚園の特色は!?
郡山・福島エリアの幼稚園がひと目で分かる!

②幼稚園の資料請求もカンタンにできるから便利。

③いざという時に助かる県内の休日・夜間救急の当番医情報もここでチェック!

アクセスはコチラから
ふくしまで子育て.com 検索
http://ふくしまで子育て.com/

＼BROSSで見つけた♪／
値段も見た目もこだわりたい!!

イマドキ女子向け中古車コレクション

女性が本当に乗りたいクルマってどんなクルマ!?
もちろん値段は抑えたいけど
大事なのはきっとそこだけじゃないはず!
「人気の車種に乗りたい!」「見た目の可愛さはかなり重要!!
「条件だってできれば妥協はしたくない!」
そんなこだわりいっぱいのイマドキ女子に
おすすめのクルマばかりを集めてみました。
二つと同じ状態のものはない中古車だからこそ、
この出会いをお見逃しなく!

今月のイチオシ

トヨタ オーリス 180G Sパッケージ パノラマルーフ
支払総額 171万円(税込)(予価)

年式/H24年、車検/H27.10、走行距離/1.0万km、排気量/1800cc、修復歴/なし、車台番号下3桁/395

おすすめポイント
＊バックカメラにスマートキー、走行距離も少なく好条件の1台。
＊パノラマルーフで明るく開放的!

おすすめポイント
＊純正アルミホイール付。ボタン一つでオープンに!

ダイハツコペン アクティブトップ
支払総額 62万円(税込)(予価)

年式/H16年、車検/H27.7、走行距離/9.7万km、排気量/660cc、修復歴/なし、車台番号下3桁/156

おすすめポイント
＊便利なインテリジェントキー搭載。内装のかわいさも魅力。

日産モコE エアロスタイル 後期型
支払総額 52万円(税込)(予価)

年式/H19年後期、車検/H28.01、走行距離/9.2万km、排気量/660cc、修復歴/なし、車台番号下3桁/322

ホンダゼストスパーク G
支払総額 56万円(税込)(予価)

年式/H22年、車検/H27.7、走行距離/6.4万km、排気量/660cc、修復歴/なし、車台番号下3桁/661

おすすめポイント
＊ゆったり座れるベンチシート。人気のスマートキーも装備。

※上記中古車の情報は、9月25日現在のものとなります。新車はメーカー保証、中古車はBROSSあんしん保証基本プランでの支払総額です。

小さな負担で大きな安心万一の故障でも保証で修理

BROSSあんしん保証

お気に入りのクルマ。そこに万全の保証とサポートがあればクルマとの関係はもっとハッピーになる!

1 業界初! 全部対象の充実保証
2 毎年の継続更新が可能
3 保証の待機期間はゼロ
4 業界最高の100km ロードサービス
5 24時間365日の安心コールセンター
6 最も選ばれている信頼の保証

☆他店で購入した車でも加入できます!クルマとの関係はもっとハッピーになる!

(注意事項) [illegible]

紹介した車は3店舗全てで購入できる!

BROSS 郡山店 郡山市名郷田1-33
TEL.024-990-0626

BROSS 福島店 福島市渡利字大久保20-1
TEL.024-526-0211

BROSS いわき店 いわき市小名浜岡小名字御代坂23-1
TEL.0246-84-8628

aruku

街に出て、街恋しよう。

October 2014 vol.69

Cover

■Model／鈴木 安里紗さん
■衣装／deeps42
■スタイリング協力／国際ビューティ・ファッション専門学校ファッションビジネス科2年 桃井奈緒さん
■ヘアメイク協力／Hair Studio Angelica SansE
デイリースタイルからパーティー、冠婚葬祭など、TPOに合わせたヘアメイクをご提案しています。
郡山市駅前2-6-4 富士館ビル3階
TEL.024-934-8722

8 特集
WE LOVE ごはん。

15 秋の人気スポットを遊びつくす!
15 裏磐梯編
18 那須白河編

24 秋の県北を楽しむ3大キーワード

30 上手なリフレッシュの仕方、教えます!!

36 グルメ特集たべあるく
ご当地グルメ戦国絵巻

41 とれたてサーチ!
aruku 街ネタコレクション

45 NEW SHOP

53 女性のためのお仕事発見コーナー

62 イベントインフォメーション

67 県北ショップガイドMAP

68 学区から選ぶ家づくり

70 こそだて広場

74 教育インタビュー「獣医師」

76 aruku×ピンクリボン in郡山2014

82 住宅コーナー

95 arukuクーポン使えるお店リスト

96 プレゼントコーナー

街に出てarukuを手に入れよう

arukuの主な設置店（福島県内全域のヨークベニマル、TSUTAYA、リオンドール、イオンタウン、イオン、メガステージ、盛岡屋、郡山市内及び郡山市近郊の飲食店、美容関係、ファッション関係、銀行病院などの待合室、コンビニ、幼稚園・保育所など）

arukuクーポンを持って出かけよう

誌面で紹介した「arukuクーポン提示で」マークがあるお店では、P95の「arukuクーポン」を見せるだけで、期間中は何度でもお得なサービスが受けられます。切り取ってオサイフに入れておけば、いつでもパッと出せてとっても便利♪

■ご注意
◎本誌に掲載されている商品の価格は、原則的に消費税8%込みの価格です。なお、税別表記になっている場合もありますのでご注意ください。
◎本誌掲載の写真、イラスト、記事などの無断転載および複写を禁じます。
◎皆さまからお預かりした個人情報は、予め明記した利用目的の範囲内でのみ利用させていただきます。また、お預かりした個人情報についてご本人の同意なく第三者に提供いたしません。

土地＆中古物件＆リフォームがワンストップ!

オノヤで新感覚マイホーム計画

中古物件をリフォーム、家賃以下の支払いなのに家族仕様!

中古物件を購入して、家族仕様にリフォームする。そんな新感覚でお得なマイホーム計画をオノヤと一緒にしてみませんか? さらにエリアごとの土地＆中古物件の提案だけでなく、お得なローンアドバイスから住宅設備、インテリアの提案、使い勝手がよくデザイン性が高いリフォームまでトータルで対応してくれるので安心です。まずは郡山インター線沿いにオープンしたばかりの【オノヤ不動産 郡山ショールーム】をはじめ、お近くのオノヤ不動産まで気軽にでかけてみては?

オノヤ中古物件情報.1 伊達小学区

リフォーム参考例!

中古物件【土地付】1,380万円 ＋ 内装リフォーム 100万円 ＋ 水回り一新 250万円 ＝ 総額 1,730万円

月々48,033円
借入金額1,730万円
3年固定金利0.9%
35年払い（ボーナス払いなし）

物件概要
■所在地／伊達市川原町 ■交通／JR東北本線伊達駅まで徒歩24分 ■敷地面積／281.04㎡(85.01坪) ■建物面積／99.58㎡(30.12坪) ■構造／木造瓦葺き1階建 ■間取り／3LDK ■建築年月／昭和58年4月築(築31年) ■都市計画法／市街化区域 ■用途地域／第一種住居地域 ■建ぺい率／60% ■容積率／200% ■水道／公営 ■排水／公共下水 ■ガス／プロパン ■引渡時期／要相談

オノヤ中古物件情報.2 行健小学区

リフォーム参考例!

中古物件【土地付】1,200万円 ＋ 内装リフォーム 150万円 ＋ 水回り一新 250万円 ＝ 総額 1,600万円

月々44,423円
借入金額1,600万円
3年固定金利0.9%
35年払い（ボーナス払いなし）

物件概要
■所在地／郡山市富久山町福原字柳橋 ■交通／福島交通「富久山行政センター」バス停まで徒歩3分 ■敷地面積／351.74㎡(106.4坪) ■建物面積／205.43㎡(62.14坪) ■構造／鉄骨・木造亜鉛メッキ鋼板葺き2階建 ■間取り／7K ■建築年月／昭和61年1月築(築28年) ■都市計画法／市街化区域 ■用途地域／第一種住居地域 ■建ぺい率／60% ■容積率／200% ■水道／公営 ■排水／公共下水 ■ガス／都市 ■引渡時期／即可能

※リフォームは参考例です。リフォーム工事につきましては別途お見積り致します。

オノヤ不動産 ONOYA

株式会社オノヤ
宅建業免許番号／国土交通大臣(1)第8614号 （公社）福島県宅地建物取引業協会会員
（公社）全国宅地建物取引業保証協会会員 東北地区不動産公正取引協議会加盟

物件情報常時200件以上提示!!

福島ショールーム
0120-39-6837
福島市八木田字並柳68-1
営／10:00～18:00 休／木曜

郡山ショールーム
0120-20-6387
郡山市備前館2丁目102
営／10:00～18:00 休／水・木曜

http://www.onoya-ouchi.com

掲載物件の概要は、平成26年9月25日現在のものです。本誌掲載日までに条件等の変更、万一売却等の場合はご容赦下さい。物件に関しては現況優先としますので、現地にてご見学の上、ご確認下さい。広告有効期限／平成26年10月24日

撮影にお邪魔したのは9月中旬でしたが、10日後に再び訪ねた時、田んぼはすっかり金色に変わっていました。arukuが出る10月頃には収穫だそうです。

【新米のできる場所】
二本松市　きぼうのたねカンパニー　菅野瑞穂さん

就農4年、新米農業女子の有機米づくり。

田んぼが金色に色づく時期。
お米が生まれる場所を見たくて、
棚田で有機米を作っている生産者さんを訪ねました。

農業を軸に事業を起こすため大学時代から準備していたという起業家。自立した農業を目指し、県内外で幅広く活動中。

東和には美しい棚田の風景が広がります。10月になると、収穫した稲を笹掛けで自然乾燥する秋の風情へ。

菅野さんの「棚田米」。商品の魅せ方も大事だと、パッケージデザインにこだわり、今年はギフト用商品も開発。

再確認。私達が食べるお米は、虫がはねて、籾がサラサラ鳴って、土の匂いがする田んぼで1年かけて育つもの。

山合いを縫う棚田で、ぼかし肥料で育てるお米。

山合いを縫うように連なる棚田の風景。東和エリアは昼夜の寒暖差が大きいことから有機農業が盛んで、牛糞や食品残渣を使ったボカシ肥料でお米を作る農家が多いとか。菅野さんはこの環境で育ち、大学卒業後に就農。昨年、人と自然をつなぐ〈きぼうのたねカンパニー〉を立ち上げました。「子どもの頃から手伝いはしていましたが、仕事としてやってみると、体力的にも、経営的にももやはり大変でした」とおっしゃいます。棚田は大型機械が入れないので手作業が多く、収穫は手押しのバインダー。そんな苦労も、楽しさも、自然の癒やしも含めて農業を伝えたいと、都内からの農業体験ツアーや、インターンシップの受け入れを行ってきました。「米は食の中心ですから、日本人として米づくりをもっと感じてほしい。種まきから脱穀まで時間をかけて作るものだし、食べることをみんなに大切にしてほしいと思っているんです」と話してくれました。今年は、県内のマルシェにも積極的に参加。今後は農業の自立を目指してブランド力を高め、農業を中心として地域にはたらく場を創ることも考えていきたいとか。カフェやコワーキングスペースで賑わう新しい農業、わくわくせずにはいられませんでした。

大震生命オープン講座「Womanの時代 ～女性の感性を活かした企業経営～」に講師として参加
■10/25(土)13:30 ホテル福島グリーンパレス 3,000円(定員100名)
■問合せ Tel.03-3434-9190

きぼうのたねカンパニー株式会社　福島県二本松市太田布沢282　http://kibounotane.jp　※11月初旬には、新米が道の駅ふくしま東和に並ぶ予定。WEBからもお取り寄せが可能です。

【ふくしまのブランド米】

お米を知ると毎日のご飯がおいしくなる。

お米って、どう選びますか？
品種や産地で選ぶ手もありますが、
町や専門店が薦めるお米にも興味あり！
県内の色んなお米を集めて
その特徴を教えてもらいました。

会津総承米 氏郷(会津地方)

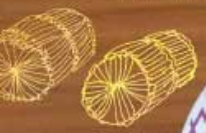
会津の中でも技術の高い21戸が土からこだわって作った米。一粒一粒にハリ・つや・弾力があり、粘り気が少ないのが特徴。和食はもちろんリゾットにも最適。冷めても美味しいです。
■本田屋本店(有) Tel.0242-25-1778 会津若松市中鳥町2番52号 開9:00～18:00 休土日祝 HPwww.keisyomai.com ※OISIX、リオンドール・COOP(会津地域一部店舗)、ネットショップで販売中。

天栄米(天栄村)

漢方肥料・有機肥料を使って育てたコシヒカリ。米食味の国際大会で6年連続金賞を受賞した「日本一美味い米」「漢方環境天栄米」「GPR特別栽培天栄米」「特別栽培天栄米」「棚田上 天栄米」がある。
■天栄米販売促進協議会 岩瀬郡天栄村大字下松本字原畑78 Tel.0248-82-2117 開9:00～18:00 休年中無休※道の駅「季の里天栄」「羽鳥湖高原」、うすい百貨店、通販サイト「環境王国」で販売中。

いろいろ米(いわき市内郷)

薬湯の町 内郷で、39種類もの米を混植し、化学肥料や農薬を使わずに栽培・収穫したお米です。食感はモチモチとして、ビタミン・ミネラル・繊維質も豊富です。
■アプロ内郷企業組合 Tel.0246-27-1173 いわき市内郷白水町入山9-11 開9:00～18:00 休不定休 ※いわき・らら・ミュウ、スカイストアで販売中。



会津が誇る絵作名人 平等文雄氏の 紹紫黒米(会津若松市)

ポリフェノールが豊富な古代稲 黒米は、薬膳効果抜群。白米2～3合に大さじ1杯程度混ぜて炊くと、赤飯のようなかいご飯になります。
■(株)石井商店 Tel.0242-26-0651 会津若松市日新町16-27 開9:00～18:00 休日・祝 HPURL www.aizukome.com/ ※石井商店のみで販売。

天のつぶ(福島県)

15年の歳月をかけて完成した福島オリジナルの新品種です。コシヒカリ・ひとめぼれの系譜を受け継いだ、大粒で食味の良いお米。
■福島県農産物流通課 Tel.024-521-7354 福島市杉妻町2-16 ※ヨークベニマル、コープ福島、JA直売所などで販売中。

牧場のしずく(鏡石町)

明朗「牧場の朝」で知られる鏡石で、化学肥料や農薬の使用を抑えて育てた「特別栽培米」コシヒカリ。玄米での粒厚が1.9mm以上の大粒のお米です。
■JAすかがわ岩瀬鏡石支店 Tel.0248-62-2130 岩瀬郡鏡石町本町1296 ※JA鏡石支店で販売中。

あさか舞(郡山市)

食味ランキングで特A/Aランクに認定される、郡山産の一等米だけを厳選。コシヒカリ・ひとめぼれがあります。
■郡山市農業協同組合 Tel.024-922-3733 郡山市駅前2丁目14番7号 開8:30～17:00 休土・日・祝祭日 ※JA郡山市農産物直売所 匂の郷ほか市内JA各支店で販売中。

30分以上水を吸わせてから炊きはじめます。水の量は正確に。お米1に対して水1.1が標準ですが、お米の特徴によって調整してください。

水の中でかき混ぜるのではなく、水なしで、握って離すイメージで撫り洗いします。その後3～4回水を変えてすすぎ流します。

最初のお水は一気に入れて、すぐに捨てます。乾燥しているお米は水を吸いやすいので、最初の水を吸うとヌカくさくなりがちです。

日本に誇るブランド米から、お店自慢のブレンド米まで。

山並みを背負って広がる田んぼの風景は、私たちにとって馴染み深いものですよね。それほどに県内どこでも、地形や気候に合わせた米作りがされています。特に会津盆地や中通りは寒暖の差が大きいエリア。稲穂が成長する時期に昼と夜の気温差の大きい気候が、お米をおいしく育てるのだそうです。平成25年の食味ランキングでも、会津のコシヒカリとひとめぼれ、中通りのひとめぼれが最高ランク「特A」の評価。福島は、量も、質も、日本屈指の米どころなのです。

最近、特に質の良いものや、育て方にこだわるお米が、地域・お店のブランド米として登場しています。ご当地でしか買えないお米を買いに出かけたり、食べ比べるのも楽しそうですね。

美味しいお米をおいしく炊きたい！

お米の美味しさもさることながら、炊き方ひとつで味わいは断然変わります。お米によって特徴や精米の仕方が違うので、バッケージなどをよく読んで炊くのがベストですが、ここでは一般的な炊き方をご紹介します。

今回の撮影ではラジエントヒーターを使って土鍋で炊いたのですが、お米がつやつや、絶品でした！

これだけでご飯がすすむ！地元選出ご飯の友。

特別なお惣菜はなくても、「これだけあれば」と思えるのが、ご飯の友！長く家庭の食卓に上り続ける逸品は、もはや地元共有のお袋の味かも。

1 磐梯黄金納豆
高三食品株式会社

大豆の状態に合わせて浸漬時間を変え、発酵にじっくり時間をかけて完成させます。風味がとても良いので、ひと口目はぜひそのままで！ ■80g×2パック 100円 問合せ：Tel.0242-62-3616 耶麻郡猪苗代町字池町26 ※会津地域のリオンドール、道の駅ばんだい等々で販売中。

2 磐梯からし味噌
ともや

最初は甘く、遅れて辛さがやってきます。ご飯に載せても、もろきゅうや野菜炒めにしても美味しいのです。■200g 540円 店舗：郡山市富田町字中ノ目7-3 Tel.024-953-5559 営10:00～18:00 休水曜日 ※店頭販売のみ。

3 幻のしょっぱい紅鮭・雪鮭漬
阿部鮮魚店

昔懐かしい塩引き。「ここまで辛くて旨いのは当店だけ！」と親父さんも太鼓判。■4切 2,117円 店舗：福島市泉字大仏25-1 Tel.024-557-4879 営9:30～20:00 休月曜 ※ネットショップ「47club」でお取寄せも可能。

4 いかの塩辛
うろこいち

いかの身とワタだけで作ったシンプルな塩辛。添加物なし、素材の味を堪能できます。■700円 店舗：いわき市小名浜字栄町66-40 Tel.0246-54-1233 営9:00～16:00 休水曜（祭日の場合翌日） ※TelまたはFax(0246-54-7811)でお取寄せも可能。

5 二段仕込べっこう漬け（生姜）
小田原屋漬物店（株式会社小田原屋）

素材を塩漬けで1年間熟成した後、味噌床で1ヶ月、床を変えてさらに半月低温熟成。深い旨みの後に、生姜の風味が広がります。■180g 650円 問合せ：Tel.024-943-1020 郡山市富久山町久保田字麦花4-20 ※小田原屋本社、磐梯熱海清稜山倶楽部、KiaOraGarden、JA郡山市「旬の郷」で販売中。

6 会津高田梅 天日干し梅干し
満田屋

梅干しと言えばこの味！果肉が厚くて硬い高田梅を赤ジソで漬け、3日3晩土用干しした昔ながらの梅干しです。■200g 770円 店舗：会津若松市大町1丁目1-25 Tel.0242-27-1345 営9:00～18:00 休第1・3水曜日（1～3月は毎週水曜） ※HPからお取り寄せも可能。

7 会津地鶏卵
会津の地鶏やさん

会津の米・野菜で育てた地鶏の卵。卵かけご飯なら、先にご飯に醤油をかけてから、卵をかけてみて。■6個入 330円 問合せ：Tel.0242-93-8123 河沼郡会津坂下町大字舟井字花畑2084 ※リオンドール、道の駅「ばんだい」「みしま」、まんま～じゃ、さくらベーシック（郡山）、かわちやで販売中。

8 とうちゃん漬
福島りょうぜん漬本舗（四季食品工業株式会社）

ニンニクを利かせた、クセの強いきゅうりの古漬け。ハマります。■170g 486円 問合せ：Tel.024-586-2345 福島市大波里ノ宮32 ※直営店、福島中合、エスパル福島、郡山うすい、駅キヨスク、イトーヨーカドー福島店、イオン福島店、ヨークベニマル各店等で販売中。

9 にしん山椒漬
株式会社会津二丸屋

脂ののった身欠きにしんを、山椒の若葉と一緒に漬け込んだ会津の味。噛むほど旨みが広がります。■500g 3,240円 問合せ：Tel.0242-28-1208 会津若松市材木町2-8-18 ※福島中合、うすい百貨店、道の駅「しもごう」「ばんだい」で販売中。Tel、Fax、ネットでお取り寄せも可能。

10 舞茸入りきのこ茶漬け
（有）平野物産店

色んなきのこをあっさり醤油で味付け。炊きこみご飯にもぴったり！ ■570円 問合せ：Tel.0241-78-2532 南会津郡南会津町宮里字板橋1936-1 ※道の駅「たじま」「番屋」、会津高原駅の家、山田屋ストアー、芦ノ牧ストアー、フクエストアー、会津高原リゾートなどで販売中。

ひと工夫で、もっとおいしく！【先輩ママのとっておきレシピ】シソ巻おにぎり&シソ味噌

教えてくれた人 富子ママさん

「色んな人に教わった料理方法を、私流にアレンジしたレシピです。」

シソ巻きおにぎり

①青シソ（大葉）に多めに塩を振って1～2晩寝かせ、塩漬けを作る。②おにぎりを作り、シソの葉を巻くと、香りの良いおにぎりの完成。＊焼きおにぎりにしてもおいしい！シソを巻くと網にくっつきません。

シソ味噌

［材料］青シソ（大葉）40～50枚、味噌（麹が少ないもの）400g、砂糖200g、小麦粉100g、青唐辛子5～6本（なければ赤唐辛子でもOK）、サラダ油 大さじ2、揚げ油適量
＊冷凍できるので、保存食としても◎

①青シソは洗って水気をきっておく。
②フライパンに油をひき、薄切りにした青唐辛子を軽く炒る。
③②に味噌を入れてよく炒め（7～8分）、照りが出たら砂糖を加えてさらに4～5分炒める。
④火を止めて小麦粉を加える。この時、粒が残らないように、少しずつふるいながら入れるのがコツ。
⑤再び火にかけ、フライパンの底が見えるようになるまでよく練りながら炒める。
⑥味噌を2・3等分し、棒状にしてラップをかけ、冷蔵庫で5～6時間寝かせる。
⑦青シソの裏側に味噌をのせ、茎を手前にしてくるくると巻く。葉先が外れないように、爪楊枝に2～3本ずつ刺して止める。
⑧170～180℃に熱した油に2～3秒くぐらせ、すぐ取り出す。油をきって出来上がり。

美しい自然に囲まれ、磐梯朝日国立公園に含まれる県内屈指の高原リゾート観光地としても人気の裏磐梯エリア。中でも紅葉シーズンの10月は、1年を通して最も豊かな自然の表情が見られるベストシーズン。しかも、標高差が大きいため10月中は見頃の時期が順に移り変わり、常にどこかで最高の絶景が拝めるという奇跡のロケーションが楽しめます。時期別にまとめた見頃スポットをチェックしてこの秋は裏磐梯の紅葉狩りへ！

秋の人気スポットを遊びつくす！

裏磐梯編

10月はずっと見頃！ 裏磐梯の絶景紅葉ポイント 完全攻略カレンダー

紅葉見頃カレンダー

9月末
～
① 10月上旬
②
～
③ 10月中旬
～
④ 10月下旬
～
⑤ 11月上旬

② 磐梯吾妻スカイライン

「日本の道100選」にも選ばれたスカイライン。「つばくろ谷」や「天狗の庭」など、風光明媚な景勝地の連続は目に焼き付けておきたいほどの美しさです。

④ 中津川渓谷（磐梯吾妻レークライン）

裏磐梯を代表する紅葉スポットのひとつでもある中津川渓谷。はっと息を呑むほどの美しさとたっぷりのマイナスイオンの渓谷を散策すれば心が癒されます。

① 西吾妻スカイバレー

裏磐梯の紅葉の先陣を切るのは米沢方面に抜ける西吾妻スカイバレー。おすすめの絶景スポットはヘアピンカーブが続く七曲り峠。グラデーションに広がるスケールの大きな紅葉に圧倒されます。

③ グランデコ パノラマゴンドラ

空中散歩をしながら黄金に染まるカラマツの紅葉を楽しめるグランデコリゾートのパノラマゴンドラは10月中旬がベスト。山頂駅から望む山々の眺めも最高です！

⑤ 五色沼

裏磐梯の紅葉のラストを飾る五色沼は、なんといっても色彩豊かな眺めが自慢。コバルトブルーやエメラルドグリーンが神秘的な湖沼に真っ赤な紅葉が映えるその様は絶対に見ておきたい絶景です。

裏磐梯にはこのクルマで行こう♪

New Passo
ブラウン基調の内装と収納スペースもたっぷり！
上質なくつろぎ空間を演出しています。

NOAH
広々空間と様々なシートアレンジが可能です。運転席からの視界も良好なので、ママにも運転しやすい車。

Lifestyle Market at home.

キラキラの毎日をつくろう

スタッフさんに聞きました！

スタッフさん一推し 秋を楽しむコーディネートとは？

※表示価格はすべて税抜となります。

at home.バイヤー 佐藤さん

今シーズンは"大人可愛い"がキーワード

テーマはフェミニン＋マニッシュ。ボリューム感のあるスカートや、アクティブな太めのボーダーなど"大人可愛い"アイテムを選びました。秋色のタイツも今年らしいアクセントに。

- nimes et nimes ボーダートップス 6,000円
- ICHI ドルマンカーディガン 8,900円
- LILASIC サテンボリュームスカート 5,900円
- レースアップシューズ 4,300円
- Encachette ポーチショルダーバッグ 5,700円
- タイツ 350円

この コーデに合わせたい 着回しアイテム

- ニットドッキングワンピース 1,900円
カーデの下にニットワンピを合わせたり、トップスをガーリーなニットにしたり…、自由な着回しを楽しんでみて！
- TIDE WAYスエード巾着ショルダーバッグ 15,000円
小物ひとつでも印象が一変！スエードのショルダーでエレガントな装いに。
- nimes et nimes レース付ニット 6,500円

- SUN VALLEYショールカーディガン 3,900円
軽いのに暖かいショールカーディガンは、長く重宝できそうな一枚です。

今季流行のアイテムを女性らしく着こなして

暖かみのある大きめチェックのワンピにトレンドアイテムの白のパンツを合わせました。トラッドな印象をプラスするオックスシャツで、ナチュラルな中に上品さを演出！

【SUN VALLEY】
- ウールチェックワンピース 5,900円
- オックスシャツ 3,900円
- デニムサルエルパンツ 6,500円
- KOOSショートブーツ 23,800円
- Encachette レザショルダーバッグ 14,800円

この コーデに合わせたい 着回しアイテム

- SUN VALLEYキルティングコート 7,900円
ウィンターシーズンは溜着人気のキルティングコートを合わせるのが◎！
- ストール 3,200円
肩や首で掛け布入れるのもこの秋のトレンド。

安積店 店長 藤田さん

新米の季節がやってきた！ at home.のおいしい食卓

秋の楽しみと言えばやっぱり食欲の秋ですよね！中でも新米が収穫される10月はご飯が一番おいしい時期。at homeでおすすめなのが各地の新米を可愛いパッケージに2合サイズで楽しめる『えにしちゃん』。お米の食べ比べをしてみるのはもちろん、お茶碗や混ぜて炊くだけの簡単グッズと合わせた贈り物としても大人気ですよ。

at home. バイヤー 星さん

いろんなご飯を食べたい
- えにしちゃん（あきたこまち、ササニシキ、ななつぼし、日本晴）500円
収穫時期に合わせて順次、新米が入荷予定。米どころの一等米ばかりを揃えております。

混ぜて炊くだけのすぐれもの！
- 入れ炊く（グリンピースとじゃこ、広島産かき、くり、国産ほたて）500円※広島産かき700円
面倒な手間がなく簡単に炊き込みご飯が作れちゃう！味もおいしいと大人気です。

お気に入りの器でもっと楽しく♪
- お茶碗 1,300円～
和の質感と大人可愛いデザインが人気の和茶碗も豊富に展開。ご年配の方への贈り物には揃いお茶碗が喜ばれます。

ぬくぬくグッズ、続々入荷中！
- ボアブランケット 1,500円
- ブランケット 1,300円

デザインいろいろ 2015手帳コレクション
- リサラーソン 1,200円
- カロー 500円
- ダイカットノートくま 1,200円
- デルフォニクス シープ 480円
- ハイタイド 1,500円

かわいいマスコットでハロウィンを楽しもう！
- ハロウィンミニマスコット 250円～

at home. 安積店
郡山市安積1丁目143-2
tel: 024-947-5811
営業時間：10:00▶19:00
http://aidutoen.365blog.jp

Lifestyle Market at home. イオンタウン郡山店
郡山市松木町2-88
tel: 024-943-2825
営業時間：10:00▶21:00
http://athomeaeon.365blog.jp

Lifestyle Market at home. オリエントパーク日和田店
郡山市日和田町前田90-1
tel: 024-973-8410
営業時間：10:00▶20:00
http://athomehiwada.365blog.jp/

裏磐梯に行くなら ハッピートラベルチケット

家族４人で４枚ご利用ならなんと5,000円分もおトク!

1,250円で2,500円分の宿泊補助券が買える!!

チケット販売・利用期間 2014 11/1 ▶ 2015 3/22

※ご利用にあたっては、旅行会社の商品や旅行会社宿泊予約サイトからのご予約の場合はご利用になれません。
※販売期間中にチケットが完売になった場合は終了となりますのでお早めにお買い求め下さい。
※参画施設のみでの利用となります。
※ご利用にならなかった場合でも払い戻しはできません。有効期限を過ぎたものは無効となります。また、ご利用の場合にはおつりは出ません。

全国のコンビニのチケット端末で買える!!

簡単買い方ガイド

全国のコンビニのチケット端末で買える!!

①操作はカンタン!
コンビニ店内の端末で検索。トップページのレジャーチケットをタッチ。

商品番号入力ならさらにラクラク!
0238148
(第２期商品番号)

コンビニ端末に入力するだけ!

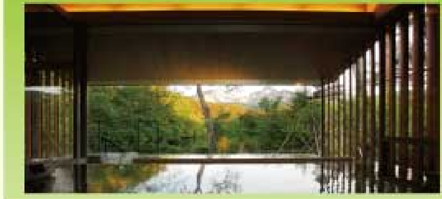
②受付表をレジへ
コンビニ端末から出てきた受付票(申込券)をレジに持って行き、料金を支払うだけ!

③そのままチケットとして利用可能! チェックイン時に宿にお持ちください。

お問い合わせ
裏磐梯観光協会
TEL.0241-32-2349
http://www.urabandai-inf.com/
北塩原村役場商工観光課
TEL.0241-32-2511
http://www.vill.kitashiobara.fukushima.jp/
〒969-2701福島県耶麻郡北塩原村桧原字剣ヶ峰1093裏磐梯合同庁舎内
裏磐梯ハッピートラベルチケット　検索

3

美食ランチから展望露天風呂までリゾート気分を存分にあじわえるおすすめの日帰りプラン!



日帰りプラン『Lunch & Resort』
ランチ+温泉入浴+休憩室のプラン 1名様6,000円より

こだわりの美食ランチ、美景が楽しめる温泉、館内での寛ぎのひとときを。心ゆくまでリゾート気分をご堪能ください。お料理はそよ風コースとせせらぎコースからお選びできます。

arukuを見てご予約の方限定! ワンドリンク(ソフトドリンク)サービス!
※「Lunch & Resort」をご利用の方限定

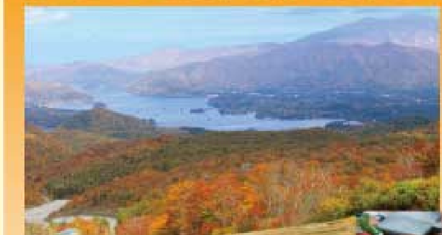
そよ風コース(料理例)

2~10名様まで承ります。前日17時までにご予約ください。
・お食事は、日本料理または西洋料理よりグループ毎にお選びいただけます。
・季節や食材の仕入れ状況により、内容を変更する場合がございますので予めご了承ください。
・表示価格はお一人様、消費税・サービス料・入湯税込の料金です。
・食事時間は11:30~14:30、入浴時間は13:00~15:00、休憩室は11:00~15:00のご利用となります。
(時間の延長につきましてはご相談ください。)
・ご予約状況により、ご利用できない場合がございます。

裏磐梯高原ホテル URABANDAI KOGEN-HOTEL
耶麻郡北塩原村大字桧原字湯平山1171　TEL.0241-32-2211
http://www.urabandai-kougen.com/

4

ここでしか体験できない紅葉特等席で美しく色づいた裏磐梯を存分に満喫しよう



ふだんはこの時期見ることのできない「秘密の質切場所」からの眺めを独り占めできる「ふたりだけの紅葉特等席」プラン。目の前に広がる秋の彩に染まった裏磐梯、桧原湖の眺望はまさに絶景です!この景色を楽しんだ後は、自然に囲まれながらハンドメイドのホットサンドがいただけるこれまた特別感満載のランチタイムを。心地良い澄んだ空気と自然の息吹を感じる紅葉を感じながら、心に残る時間を過ごしてみませんか。

「ふたりだけの紅葉特等席」[宿泊者限定]
2014年10月9日(木)~11月2日(日)
お一人様4,500円(定員1組4名様)
【時　間】10:00~12:00
【備　考】送迎・ガイド・ランチ・お飲み物
【申込み】ご利用日3日前17時までにお電話にてご予約ください。
※定員に限りがございますのでお早めにご予約をお願いいたします。

星野リゾート 裏磐梯ホテル
星野リゾート　裏磐梯ホテル
耶麻郡北塩原村大字桧原字湯平山1171-1
TEL.050-3786-0022(8:00~21:00)

秋の人気スポットを遊びつくす! 裏磐梯編

一緒に訪れればもっと楽しい!
おすすめイベント&人気ホテルの特別プラン

❶ 裏磐梯秋まつり2014 第８回お客様感謝デー
10/5(日)11:00~14:00

３mの大鍋で作る2,000食の裏磐梯きのこ山鍋は圧巻の迫力!他にも子どもたち大興奮の魚のつかみ取り体験や、手づくり体験コーナー、裏磐梯高原野菜の直売ブースなど注目コーナーが満載!

~イベントスケジュール~

11:00	開会式
11:30	きのこ汁配布開始(1杯100円)
12:00	火の山太鼓による演奏
	花音ライブ(女性2人組)
	中学生による芸能発表

※きのこ汁一杯目購入でおかわり自由

裏磐梯に行くなら紅葉だけじゃもったいない!一年に一度の秋まつりや各ホテルが用意するスペシャルプランを満喫して、何倍も裏磐梯を楽しんじゃおう♪

紅葉シーズンの裏磐梯に行くなら お得で便利な往復バスもおすすめ

運行期間(※土日祝のみ) 10/4(土) ▶ 11/3(日)

アクセスも便利!!

郡山駅発　郡山駅前⇔諸橋近代美術館⇔裏磐梯ロイヤルホテル⇔ホテルグランデコ　1日往復1便運行
お問い合わせ:ホテルグランデコ　TEL.0241-32-3200

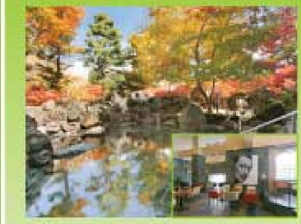
福島駅発　福島駅前⇔裏磐梯ロイヤルホテル⇔喜多方駅前　1日往復1便運行
お問い合わせ:福島交通(株)　TEL.024-535-4102

❷ クラシックカーフェスタ 2014
10/5(日)11:00~14:00

世界の名車・旧車が裏磐梯に大集結!特設コースでのパフォーマンス走行やスーパーカー&クラシックカーの同乗走行、試乗会などクルマ好きはみんな集まれ♪

2

芸術と食欲の秋を１日で叶える「湯っダリプラン」で季節を存分に楽しめる旅へ出かけよう♪



諸橋近代美術館公認の「湯っダリプラン」は、五色温泉入浴・ダリランチ・休憩室・諸橋近代美術館入場チケットがセットになったお得なプラン!スペインの近代美術の巨匠「サルバドール・ダリ」をテーマとして、裏磐梯ロイヤルホテルの統括料理長「川口 守」がスペインとダリが好んだカニやエビを使って作る作品「ダリランチ」をご堪能いただけます。芸術と食のコラボを楽しんだ後は、ゆったりと温泉でリラックスタイムを。

湯っダリプラン
五色温泉入浴+ダリランチ+休憩室+諸橋近代美術館入場チケット込み
1室3~5名様利用
パスタランチプラン　お一人様4,980円
パエリアランチプラン　お一人様4,480円
1室2名様の場合お一人様追加500円

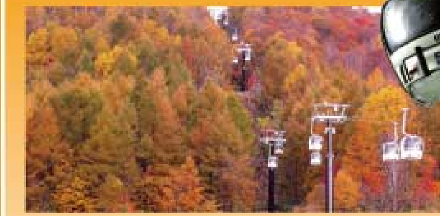
こちらのプランもおすすめ!
湯ったりプラン
ランチ(和食or洋食)+五色温泉入浴+休憩室込み
お一人様1室3~5名様利用　3,910円
お一人様1室2名様利用　5,200円

・上記料金には消費税・サービス料が含まれます。中学生以上のお客様は70円の入湯税を別途申し受けます。
・休憩室は11時~16時までご利用いただけます。
・前日までにご予約ください。
・お部屋の状況や繁忙の日や時期の為、ご利用頂けない日もございますので予めご了承ください。
・掲載写真は全てイメージです。

裏磐梯ロイヤルホテル
耶麻郡北塩原村大字桧原字剣ヶ峰1093-309　TEL.0241-32-3111
http://www.daiwaresort.jp/urabandai/

1

裏磐梯の極上の紅葉を天空のＳ席から



アクティビティ充実 日帰りバリューパック
パノラマゴンドラ+ランチ+選べるアクティビティ
大人3,800円 中学生3,200円 小学生3,000円 幼児(4才以上)1,500円
郡山往復バスパックもございます。

天空の石釜ピザ オススメ❶
パノラマゴンドラに乗って、ゴンドラ山頂駅(標高1,390m)にあるレストランブナブナで、「天空の石釜ピザ」をご堪能ください。

そば祭り オススメ❷
手打ちそばの食べ放題 天ぷら付 2,571円(予約制)
会津産そば粉を使用した本格手打ちそばを60分食べ放題できる!会場はホテルグランデコ「季菜」。秋の味覚を存分に!
10/1~11/3までの土日開催
前日17時までの予約制。
最終入場13:00

gran deco
グランデコリゾート
耶麻郡北塩原村桧原荒砂沢山　TEL.0241-32-2530
http://www.grandeco.com

姥ヶ平

茶臼岳

4 Cafe Restaurant Outburst&ponta

秋のお腹を満たす!"那須山牛サーロインステーキ重"♪

那須山牛を贅沢に使ったサーロインステーキ重は、柔らかお肉と甘辛ソースとが口の中でとろける美味しさ!リピーター続出の那須和牛100%の自家製煮込みハンバーグも人気メニュー!扉時は売り切れることもあるのでお早めに。ランチはドリンクも付いてきますよ♪

TEL.0248-79-3881 ■那須郡那須町大字高久乙3450-8
■営/ランチ12:00〜15:00 ディナー18:00〜26:00
■休/毎週水曜日 ■http://www.outburst-ponta.com

arukuクーポン(P95)提示で
特製デザートサービス

6 戦国武将ショップ

新商品も続々入荷中!進化し続ける戦国武将ショップへご参陣あれ!

武将画イラストレーターの第一人者、『諏訪原寛幸』の全国初のオフィシャルショップ!店内には展示会等でしか見ることのできないイラストも展示。戦国武将ファンなら絶対欲しくなるオリジナルイラストグッズや家紋グッズも国内最大級の品揃えで販売中。『戦国武将おみくじ』も大人気!旅の運勢を占おう。

TEL.0287-78-1886
■那須郡那須町高久乙3584-4 ■P/20台
■営/10:00〜18:00 ■休/水曜定休
※繁忙期は営業の場合有。お問い合わせください。

arukuクーポン(P95)提示で
5%OFF
(クレジットカード利用不可)

5 那須ワールドモンキーパーク

ゾウトレックも新登場 まるで東南アジアにいるみたい♪

開催中の土日祝11:30〜

10月は福島県民入園料半額!

免許証など住所がわかる書類をご提示ください。

小さなサルから大きなゾウまで、ふれあい中心の体験型動物園。10月は福島県民なら入園料半額!新しいゾウライドコース、ゾウトレックもスタート♪ラオス展フェア、おサルと三輪車レース、ゾウさんとお絵かきなどスポーツと芸術と食の秋祭りをお楽しみください。

TEL.0287-63-8855
■那須郡那須町高久甲6146
■営/8:00〜17:00 ■休/年中無休

7 羽鳥湖高原 レジーナの森

この秋『レジーナの森』に登場! 究極のランチバイキング

錦秋の羽鳥湖高原で楽しむアクティビティーに自然を満喫できるガーデンスパなど家族みんなで楽しめる『レジーナの森』。さらにこの秋、新たにランチバイキングがリニューアル。その見どころをご紹介します。

新しいランチバイキングのテーマは"秋の味覚の収穫祭"。全国コンクールで金賞を獲得したこともある天栄村産のおにぎりは、握りたてをご提供。バイキングのクオリティを越えたおいしさに思わず笑顔がこぼれます。他にもきのこに里芋、鮭、南瓜など今が旬の海の幸、山の幸を使ったメニューがずらりと並びます。和の料理が中心なので季節感をよりいっそう感じられるはず。また、新鮮な県産野菜のサラダバイキングにもご注目!常時約30種類と圧巻の品数にワクワク感が高まりそう。もちろん、女子にとってハズせないスイーツや、キッズメニューだってしっかり押さえてあるのは言うまでもなし。さらに11:30〜14:30まで時間制限なしで楽しめるとくれば、これは絶対行くしかない!!

秋の収穫祭&ガーデンサラダバー inレジーナ【料金表】	※土日祝日限定
大人 1,800円+税	幼児 750円+税
子ども 1,100円+税	☆ドリンクバー込み

レジーナの紅葉にも注目!

見頃は
10月中旬〜11月上旬!
色づく森の中を散策しながら♪カナディアンカヌーをこぎながら♪いろんな形で紅葉を楽しんじゃおう!

TEL.0248-85-2525 ■岩瀬郡天栄村羽鳥湖高原
■営/9:00〜22:00(ランチ11:30〜14:30)
■http://www.reginaforest.com/

arukuクーポン(P95)提示で
大人200円・こども100円引!

秋の人気スポットを遊びつくす!
那須白河編
arukuスタッフ厳選!!
リピートしたい秋の那須白河おすすめショップ&レジャーMAP

arukuでもたびたび紹介してきた那須エリア。1年通して楽しめる何度も訪れたい人気スポットですが、秋の行楽シーズンでもある10月は、旬の味覚やこの季節だけの紅葉など、その楽しさもさらに倍増しそう。また、おしゃれなカフェやお得なバイキングなど、気になるショップが点在する白河エリアも要チェック!今回紹介するお店は実際に那須白河に何度も取材に訪れたarukuスタッフが胸を張っておすすめできるお店ばかり。ぜひお出かけの参考にしてみて♪

1 coffee, restaurant t&t

雰囲気の良いカフェでスペシャルなランチを。

ナチュラル感たっぷりのインテリアと優しい木のぬくもりが心地よいt&t。雰囲気の良さはもちろん、実はお料理も本格派!!厳選素材を使い、シェフのこだわりを感じられるおいしさです。ドライブの休憩に、心もお腹も満たされるt&tで素敵な時間をお過ごしください

【メニュー】 日替わりパスタランチ900円 ビーフシチューランチ1,400円 etc

TEL.0248-23-2066 ■西郷村字高山南16
■営/ランチ11:00〜15:00(L.O14:00) カフェタイム15:00〜17:30 ディナー17:30〜21:00(L.O20:00) ■休/毎週火曜日

スタッフ募集中!!

3 那須高原ビュッフェ Voi etta

自然派バイキングで秋の那須の滋味を楽しんで♪

高原野菜を中心にアツアツの美味しい料理が食べられる地元でも人気のVoi etta。こだわりは地産地消・生産履歴・自家製。約50種類の惣菜料理やメイン料理は体に優しい手づくり。窓からの景色もいいので出来立て料理を心ゆくまで楽しもう♪

ランチビュッフェ1,780円(制限時間90分)

TEL.0287-78-1223
■那須郡那須町大字高久乙2730-36 (フィンランドの森内)
■営/ランチ11:00〜15:00 ディナー18:00〜20:00
■休/水曜日 ■P/50台
■http://www.voi-etta.co.jp/

切り取りクーポン(P18)ご持参で
平日限定ランチ **100円引き**

2 米粉パン専門店 那須のお米のパン屋さん

おいしい米粉パン専門店がオープンしたよ♪

もっちもち感と甘みが口に広がる風味豊かな米粉パン。店内には食パン・バケット・菓子パン・惣菜パンなど毎日40〜50種類のパンが並び、人気の「那須高原食パン」や「お米パン」は午後には売り切れてしまうことも。さつまいも、栗、かぼちゃなど秋の味覚を楽しめるパンは、お子様も喜ぶような見た目の商品!

TEL.0287-74-3272
■那須郡那須町高久丙1579-330
■営/9:00〜17:00 ■休/水曜日

aruku
那須高原ビュッフェ
Voi etta[ヴォイエッタ]
平日限定ランチ**100円引き**
※他券併用不可
【ご利用期限】2014/10/31(金)

aruku
那須とりっくあーとぴあ
入館料**200円引き**
※1グループ5名まで有効 ※他券併用不可
【ご利用期限】2014/11/30(日)

((開局20周年記念))

ふくしまFM大感謝祭

20th ANNIVERSARY Happy Love Smile ふくしまFM

さらなる福島の復興に向けて、もっと元気と笑顔を!!

10/12(日)13(月・祝) 会場／ビッグパレットふくしま 入場無料

「全国ネット番組&ふくしまFM番組公開イベント」連日開催!!ステージプログラム、各種コーナー企画も満載!!

ふくしまFMコラボ プレミアムロールケーキ & All Japan スイーツセレクション

LOVEコン カップリングパーティ SPECIAL

1,000人参加のメガ合コン!!「フォーリンラブ」もゲスト出演!!

ゲストタレント「フォーリンラブ」のお笑いライブが楽しめる!!

参加者全員で抽選会「GReeeeN デザインTシャツ」20名様にプレゼント!!

ご当地グルメやスイーツを楽しみながらパートナーを探そう!!

みちのくボンガーズとぺんぎんナッツが参加者をサポート!!

只今、ふくしまFMホームページで申込受付中です。なおLOVEコンは有料入場となります。

10.12 公開イベント SCHOOL OF LOCK! スクール オブ ロック!

10.12 公開イベント FRIDAY GOES ON×DJナイクのeトーク トークコラボレーション

10.12 SUNDAY 川嶋あい トーク&ライブ

10.12 SUNDAY フォーリンラブ お笑いライブ

10.13 公開イベント NISSAN あ、安部礼司 ～beyond the average～

10.13 公開イベント SIMPLE STYLE 全国22局ネットで10月スタートの新番組

10.13 MONDAY 烈車戦隊トッキュウジャーショー 勝利のイマジネーション!!

© 2014 テレビ朝日・東映AG・東映

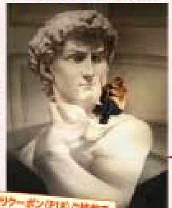
同時開催 郡山市制施行90周年・合併50年記念 こおりやま食と物産フェスティバル

福島の美味しさ大集合 B級グルメコーナー

※イベント内容は一部変更になる場合がございます。予めご了承ください。

本事業に関するお問合せはこちら 開局20周年記念事業 ふくしまFM大感謝祭事務局 〒963-8013 郡山市神明町4-4 TEL 024-991-9000 FAX 024-991-9100 URL www.fmf.co.jp

9 那須とりっくあーとぴあ



「トリックアート」で不思議アート体験をしよう！

日本で最大のトリックアートのテーマパーク『那須とりっくあーとぴあ』は、テーマの異なる3つの美術館とアトリエでトリックアートが楽しめます♪さまざまな作品が展示されているので、家族や友人、恋人と盛り上がること間違いなし！芸術の秋、"トリックアート"でアートを楽しんじゃおう！不思議なオモシロ写真が全館で撮れるのでカメラを忘れずに♪

TEL.0287-62-8388
■那須郡那須町大字高久甲上ノ台5760
■営／9:30～18:00
■休／年中無休 ■www.trick-art.jp/

切り取りクーポン(P18)ご持参で 入館料200円引き

駒止の滝

那須温泉神社

10 HALLELUJAH【ハレルヤ】

サンキャッチャー作り体験が大人気♪ 虹の光とHAPPYを呼び込もう

高品質で美しい天然石を扱うハレルヤは、パワーストーンアクセサリーの販売や手作り体験、お好みの石でオーダーもできるアクセサリーショップ。今最も人気なのが、"サンキャッチャー作り"。お子さまから大人まで楽しめる人気の手作り体験です。好きな天然石を組み合わせて作れば自分だけのオリジナルサンキャッチャーの出来上がり♪お部屋に吊るせばお日さまの光でゆらゆらゆれる虹のダンスが見ることができますよ。幸運のお守りとして大切な人への贈り物にもおすすめ!!

手作り体験サンキャッチャー 1,300円～

- ●手作り体験ブレスレット 2,000円～
- ●オーダーピアス 1,500円～
- ●オーダーストラップ 800円～

オーダーメイドのオリジナルアクセサリー

TEL.0287-78-0839 ■那須郡那須町高久乙2730-35
■営／11:00～17:00 ■休／不定休 ■P／50台
■hallelujah-jp.jugem.jp ハレルヤ那須 検索

arukuクーポン(P95)提示でサンキャッチャー手作り体験のお客様 10%OFF

8 Hozho Trading【ホゾトレーディング】

プロの職人が仕上げる オーダーメイドモカシンを作ろう

オーダーを頂いてから製作するモカシンは、全18モデルに対し使える革は50種以上。革と色の組み合わせは無限に広がります。世界に1つだけの靴を作りませんか？詳しくはブログをチェック！〔大人用〕16,275円～〔子供用〕6,090円～

Clave&Confianza
神戸のCalm Downのプライベートブランド。お好みの文字(アルファベット、数字)が刻印出来るオーダーリング。全6モデル／4,860円～

amp japan
10Kイエローゴールドのマリアメダイを人気のニルヴァーナスマイルに切り抜いたキュートなネックレス。

Candle JUNE キャンドル
キャンドル一本一本が手作り。火を灯せば微妙な色の違いが際立ち美しい空間を演出。／3,200円～

TEL.0287-78-3640 ■那須郡那須町高久乙2730-35
■営／11:00～18:00 ■休／年中無休 ■P／50台
■http://hozhotrading.co.jp/

※表示は全て税込価格です。

10/3(金)～13(月) 11日間限定! ベトナム市場 メコンショップ 5,000円以上お買い上げで 半額!!

10/17(金)～26(日) 10日間限定! バリ島市場 ウブドショップ 店内半分フロア 半額!!

10/19(日) バリ舞踊 1回目公演 13:00～13:30 2回目公演 15:00～15:30 神秘のバリ舞踊マエストロ来日！貴重な公演が決定！観覧無料！雨天中止

※一部対象外商品もございます。セール品は返品・交換できません。

アジアンオールドバザール
栃木県那須郡那須町湯本ツムジガ平506-20 TEL 0287-76-7600
営業時間10:00～18:00 年中無休

プチプレゼント券 こちらのクーポンをお会計の際ショップのレジにてお渡し下さい。 2014.10/31まで有効 1枚で1回限り

紅葉の見頃
10月中旬～11月下旬

猪苗代湖

arukuスタッフが試乗体験！

PEUGEOT2008で猪苗代の紅葉ルートを先取りドライブ

猪苗代湖と磐梯山とプジョー。なんだかとっても絵になる景色！

猪苗代 Comaya

豆乳カプチーノ　490円
ダークチェリーのタルト　390円

達沢不動滝

運転の楽しさを教えてくれる車にドライブの魅力を再発見。

「紅葉シーズンはお気に入りのクルマでドライブに出かけたい！」はやる気持ちを抑えきれず、arukuスタッフの2人が紅葉ルートを先取りするドライブロケを敢行してきました！

旅の目的地は豊かな自然とオシャレなカフェが両方楽しめる猪苗代町。そして今回のパートナーに指名したのは、洗練された車体のフォルムにスタッフがひと目惚れしたPEUGEOT2008。

猪苗代に向かう車中、このクルマの快適な操作性を実感する場面が。それが通常のオートマ走行に加えて、簡単なパドル操作ひとつで5段階のギアチェンジができるマニュアルモードです。「低速に落とせば坂道もスイスイ進むね！」「自分で積極的に運転している気分になれるのが楽しい！」と、PEUGEOT2008のドライブにすっかり夢中に。また、安定した走りの中に感じられたハンドルの軽さや小回りの良さなどは、実際に運転したからこそ気づいたポイントです。

ますます期待がふくらむ紅葉シーズンの猪苗代に注目！

ロケ当日は絶好の晴天にも恵まれ、猪苗代湖の湖畔への寄り道やカフェでのティータイムと、仕事を忘れて秋の猪苗代ドライブを大満喫した2人。紅葉本番を迎える10月には、萌えゆく磐梯山が望める猪苗代湖畔や、鮮やかに色づくカエデと優雅に流れる滝のコントラストに情緒を感じる達沢不動滝など、注目の紅葉スポットもいっぱい！その絶景を見るためまた猪苗代を訪れることを誓い、先取りドライブは幕を閉じました。

PEUGEOT2008はここがスゴイ！

開放感満点のガラスルーフ

車内の開放感をたかめてくれるのは大きなガラスルーフ。紫外線や熱線をカットする特殊ガラスでできているから快適性も損ないません。また、夜にはガラス面のサイドに埋め込まれたブルーの間接照明が雰囲気たっぷりに車内を彩ります。

シートは極上の座り心地

PEUGEOT2008のシートは、腰から背中まで座る人の体型に合わせて包み込むような座り心地の良さ。長時間のドライブでも疲れることなく運転ができるのは魅力的。

PEUGEOT DEALER NETWORK 今度の週末は、プジョーディーラーへ。 PEUGEOT郡山 株式会社グランシエルセキショウ TEL.024-935-0306 〒963-8833 福島県郡山市香久池2丁目3-3 ■営業時間／9:00～18:00 ■定休日／水曜日

アートや紅葉をめぐるプチバスツアー

10/19(日)・22(水)

●定員：各日20名
●料金：3,600円(お一人様)
●申込み締切：各コース3日前まで

オススメ秋たび

※イメージ

start → 9:30発 猪苗代駅 → 9:45～10:45 はじまりの美術館・稲川酒造店 → 11:00～11:40 天鏡閣 → ランチ(※) → 13:15～15:50 グランドサンピア猪苗代リゾートホテル ゴンドラで紅葉鑑賞・温泉 → 16:15着 猪苗代駅

※ランチは日によって場所が変わります
●10/19 グランドサンピア猪苗代リゾートホテル
●10/22 三城潟の飲食店

日帰り いなわしろ ぽけっとツアーで 秋たび・冬たび

猪苗代をめぐる、オススメの秋たび&冬たび♪
お友達同士で、姉妹で、母娘で、ステキスポットがいっぱいの猪苗代へGO！

オススメ冬たび

スイーツフェスタ&ステキ体験プチバスツアー

スイーツフェスタも行ける日帰りツアー。リース作り、ジャム作り、このツアーでしか食べることができない人気ペンションでのランチなどステキ体験がギッシリ♪

12/6(土)

●定員：20名
●参加料金：5,200円(お一人様)
●申込み締切：12/3(水)

start → 9:30 猪苗代駅出発 → 10:00～11:30 ペンションかぷりーすでリース作り → 11:40～12:40 ホワイトペンションでランチ → 13:00～13:45 宇川ブルーベリー園でジャム作り → 14:10～16:00 レイクサイド磐光でスイーツフェスタ&温泉 → 16:15 猪苗代駅解散

※イメージ

一般社団法人猪苗代観光協会
福島県知事登録旅行業第 3-332 号
耶麻郡猪苗代町大字千代田字扇田1番地4
お申込み・お問合せはコチラ！
Tel.0242-62-2048 (お問合せ時間 8:30～17:30)
※各ツアーとも定員になり次第締め切らせていただきます。
このツアーのほかにも楽しいツアーが盛りだくさん♪
お問合せはお気軽に。

同日開催イベント

猪苗代スイーツフェスタ

12/6開催！

あま～い洋菓子に、しっとり和菓子。
猪苗代の人気店10店舗による、絶品スイーツが大集合！
残ったお菓子はお土産にできます♪
※各店舗ごと1品選ぶシステムです。食べ放題のイベントではありません。

◆日時：12月6日(土)
午前の部 / 10:00～12:00(定員150人)
午後の部 / 13:30～15:30(定員150人)
◆会場：レイクサイド磐光(猪苗代町志田浜)
◆出店：ビルゴ、ふくすべるぐ、せんべや、日乃出屋、ポプリ、豊玉、宝来堂製菓、デセールカワウチ、香妻食品、志賀米店
◆前売券：1,500円(フリードリンク付)
※当日券はございません。

【前売券販売所】
猪苗代町商工会　TEL.0242-62-2331
(一社)猪苗代観光協会　TEL.0242-62-2048
※詳細は上記へお問い合わせください。
※前売券売り切れ次第販売終了

秋の県北を楽しむ 3大キーワード！

秋の県北を楽しむ3大キーワード1

キーワード1 グルメ＆ショッピング「おすすめ13店」

食欲の秋も、おしゃれの秋も、
県北からはじめよう！

お得でおいしいランチに心に残るディナー。今の季節しか食べられない旬の味覚に舌鼓を打ったり、雰囲気も満点のカフェでのんびりするのも最高！
秋の県北には魅力のグルメが満載です。
一方、買い物に行きたいお店も充実。ファッションにアクセサリーに雑貨、女子の物欲はいつだってつきません。
グルメもショッピングも両方楽しめる秋の県北へいざ出発♪

カツ亭自慢の秋の季節限定メニュー!!
揚げたてをお腹いっぱい召し上がれ♪

旨いとんかつ カツ亭

揚げたてのカツ料理がとびきり美味しいカツ亭から、秋の旬、鮭をつかった秋限定のメニューが登場しました♪秋鮭フライは熱々なチーズがたっぷり入って鮭身との相性も抜群！更に付け合わせには、ヒレカツ、いくらご飯、きのこうどんがついて食べ応えも十分のボリューム。秋の味覚を感じながら豪華にお召し上がりください。

チーズとベーコン入り秋鮭フライ、さつま熟成ヒレカツ、いくらご飯、お新香、あつあつきのこうどん 秋鮭紅葉膳 1,480円

お土産におススメ。
やわらかヒレカツがたまらない
カツ亭特製ヒレカツサンド 1,080円

tel.024-567-4272
福島市松川町下川崎佐久間85-1
営11:00～21:00(L.O) 休無休 P有

お待たせしました！
プチボの秋の味覚たっぷりの新メニュー。

Bistro Petit Bonheur(ビストロ プチボヌール)

『料理を食べて小さな幸せを感じてほしい』と話すプチボのオーナーシェフが手がけたこの季節限定のイチオシ新メニューは金目鯛を使い、贅沢に仕上げた一品。層になってるほうれん草とベーコンを一緒に食べることで味がこくなり旨みが増すんです♪食欲の秋だからこそ、お腹いっぱい贅沢気分を味わおう。

金目鯛のロティソースサフラン 黒豚ベーコンとほうれん草のソテー添え 1,380円(スープ・サラダ・パンorライス・ドリンク付)

海老とキノコのパスタ ニュブール風 1,100円(スープ・サラダ・ドリンク付)

MENU
★和牛ランプ肉とシャンピニオンデュクセルの香草パン粉焼き(セット) 1,380円
★黒豚ベーコンとキノコのピッツァ 750円

プレゼント P98も見てね

tel.024-539-5066
福島市黒岩字戸ノ内7番地
営[ランチ]11:30～14:30(L.O) [ディナー]17:30～20:30(L.O) 休毎週水曜、火曜はランチのみ営業 P9台

お出かけのメは美食ディナーを
召し上がれ～♪

イゾラフェリーチェ

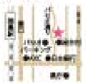
7月のオープン以来、女子が集まる人気のお店『イゾラフェリーチェ』。食の素材にこだわるオーナーが焼くローマ風ピッツァは、パリッとした生地にフレッシュモッツァレラチーズをた～っぷりのせた自慢のMenu♪オリーブオイルの香りも楽しみつつお腹も十分満たしてくれます。他にも採れたての野菜を使った前菜や、旨味が味わえる伊達鶏のローストは女子の胃袋をギュッとつかむ美食料理。ショッピングのあとはお腹いっぱいディナーを堪能しよう！

とろ～りチーズが堪らない
マルゲリータ 980円

皮はパリッと中はジューシー伊達鶏のロースト 980円

野菜をアレンジして栄養を考えた前菜の盛り合わせ 1,080円

スタッフ募集中!



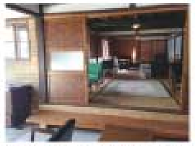
tel.024-523-5510
福島市置賜町8-8 パセナカMisse2F
営[ランチ]11:30～14:30 [ディナー]18:00～22:00 休火曜
Hhttp://www.isola-felice.jp/

「おばあちゃんの家」で過ごす
最高のoncafe時間はいかが？

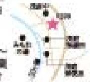
oncafe moniwa(オンカフェ モニワ)

トロトロのラヂウム玉子をスプーンですくってほぐしながら食べるシーフードグラタンは、飯坂で人気のoncafeの定番メニュー。休日には古民家をリノベーションした茂庭の2号店でも楽しむことができます。昔のものと今のものを融合したどこか懐かしいレトロな店内で、古き良き時代を感じながらまったり落ち着くoncafe時間を過ごしてみてはいかがですか？

シーフードグラタンセット 1,050円(前菜4種類・スープ・コーヒーor紅茶付き)



古民家をリノベーションしたレトロな店内



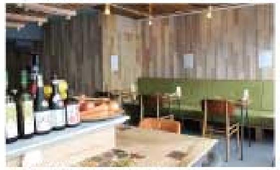
tel.080-5562-1818
福島市飯坂町茂庭字中茂庭36 営11:00～17:00 休土・日・祝のみ営業 ※冬季休業あり。お電話にてご確認ください P5台

どっちも食べたい人にオススメ。
笑夢の欲張りハーフ＆ハーフ♪

Curry dining bar 笑夢(エム)

これも食べたいケド…あっちも食べたい！なんてメニューを決めるときに悩むことはありませんか？そんな時は迷わず笑夢のハーフ＆ハーフを選ぼう。6種類のカレーから好きなカレーを2種類選んでOK!それぞれの味を堪能するのも◎混ぜてたべるのも◎あなた風に笑夢のカレーを楽しんで♪食べたあとはきっと笑顔になりますよ。

笑夢のハーフ＆ハーフ 880円



ゆったりとくつろげる店内は女子会にもオススメ

tel.024-522-1841
福島市大町2-35 サトウビル2F
営[ランチ](月～日)11:30～14:30
[ディナー](月～土)18:00～22:00(L.O)、(日)18:00～21:00(L.O) 休火曜

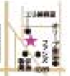
激カワ商品大集合。
ハロウィンアイテムも続々入荷中!!

布と雑貨の店 SMILES(スマイルズ)

毎日の生活にワクワクを与えてくれる人気雑貨店スマイルズにこれからの季節に揃えておきたい商品が入荷しました。今や日本でもかかせないイベントになったハロウィン商品や「早めの準備がおススメ」の来年のスケジュール帳やカレンダーなど、かわいい物好き女子にはどれもはずせないものばかり。みんなが欲しがるアイテム、早速お店でgetしよう♪

(左)ムーミン手帳 900円
(右)スヌーピー手帳 900円
ムーミン卓上カレンダー 750円
シンデレラマグネットカレンダー 780円
(左)ミッキー(家) 680円
(右)ミッキー(車) 880円
※全て税込金額です

イベントページ P82もみてね



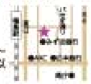
tel.024-583-2108
伊達市下伏田26 JR伊達駅から徒歩1分
営10:00～18:00 休日曜 P10台
Hameblo.jp/smiles-zakka/

毎日生活に彩りを＋(プラス)
COLORS～new color your life～移転オープン

COLORS～new color your life～(カラーズ)

13号線沿いに、まるでムーミンハウスかのような鮮やかな青い外観で移転オープンしたカラーズ。店内にはオーナーがこだわり抜いた北欧雑貨や、木製品が並びます。お店の名前からも分かるように、どれもカラフルな色合いを持つアイテムばかりで、見てるだけでもテンションが上がること間違いなし！女性に人気のマリメッコなど、取り扱いブランドも豊富なので大切な人へのギフトにもオススメですよ♪

(左)100周年記念ホーローマグ 3,000円
(中)ティーポット 5,000円
(右)マグセット 5,000円
アルメダールス ペアマグ 6,200円 トレー5 3,800円
グスタフスベリ フィッシュプレート 白12,000円 茶11,000円



tel.024-523-0666
福島市置賜町6-1
営平日 11:00～19:30 土・日・祝10:30～18:30 休水曜 P共通駐車場 3,000円以上お買い上げで30分無料

全ての女性を美しく飾りたい…
"オルネフィーユ"誕生。

Luxcrer ISHIZAWA 本店(リュクレ石沢)

家事や育児を頑張るあなたにも、仕事を頑張るあなたにも着けて欲しいジュエリー、それがリュクレ石沢から新しく誕生したオリジナルブランド"オルネフィーユ"です。ひとつずつ手作りのオリジナルだからこそ、細かな変更もでき、自分の為の特別なジュエリーに仕上がります。秋の装いにもあうアイテムで可愛い大人の女性を演出してみてはいかがですか？秋の特別キャンペーンもWebでチェックしてみてね♪

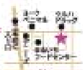
一連パールネックレス 24,300円
パールピアス(大) 28,350円 パールピアス(小) 26,700円

秋の特別キャンペーン ～10/31(金) 期間限定

●ご来店特典
ジュエリーボックスやジュエリー磨き布等、素敵な景品が当たる抽選チャンス！

●ご購入特典
オルネフィーユ商品を1万円(税込)以上をお買い上げのお客様にVJAギフトカード1,000円分をプレゼント。

詳しくは→arukunet.jpをチェック♪



tel.0243-23-0431
二本松市若宮2-154-15 営10:00～20:00 休無休 Hwww.ishizawa-it.co.jp/

可愛さとかっこよさを追求した
Bee-Ⅲの秋ファッション

select shop Bee-Ⅲ(ビースリー)

「大人かわいい」をコンセプトに幅広い年代の女性に人気のセレクトショップBee-Ⅲに新作の秋物が続々入荷しました♪レースを取り入れたかわいいデザインから、ちょっとクールに決められるモード系まで、秋のお出かけにピッタリのアイテムばかり。今年は"脱"マンネリで違った自分を探しませんか？

※掲載の商品はTiara・シュシュドママン・マクロビッツ・kanmiの商品です。

イベントページ P82もみてね

tel.024-539-6245
福島市方木田字東高屋50-1
営10:00～18:30 休日曜(不定休) P8台
Hhttp://www.bee-3.com/

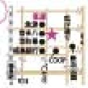
可愛いアイテムを探すならここッ!!
掘り出しものを見つけに行こう。

Drops(ドロップス)

県内外からたくさんのファンが集まる老舗雑貨店ドロップスには子どもから大人まで男女問わず楽しめるアイテムがたくさん。これからの季節にスケジュール帳やブランケット、ハリツィードの小物もオススメです。お店に足を運んで、あなたのお気に入りを探してみて♪

facebookもご覧ください★

プレゼント P98もみてね



tel.024-533-2928
福島市宮下町1-20
営月～金12:00～19:00(土11:00～、日・祝11:00～18:00) 休火曜 P有
Hwww.drops.cc/

秋の県北を楽しむ3大キーワード！

キーワード2 日帰り温泉「花ももの湯」

食べて遊んで癒される、
人気の「花ももの湯」がさらに進化！

食欲の秋。ランチバイキングに月替りの目玉メニューが登場！

料理人が目の前で作ってくれるライブキッチンに種類も豊富な前菜、サラダ、お楽しみのスイーツまでおなかいっぱい楽しめるランチバイキング。10月からはさらに月替わりでタイムサービスの目玉メニューが登場します。今月の目玉はエビやホタテ、イカなどの魚介類がたっぷり入った鍋をあつあつのおこげにかけていただく海鮮おこげ。もちろん、ライブキッチンで提供するのでジュワッと食欲をそそる音まで楽しめちゃいます♪

ランチバイキングセット　2,980円
<入館料 1,380円+ランチバイキング>
小学生 1,480円、3歳～未就学 880円

エステでさらに癒されるのもおすすめ！

お風呂上りに至福のボディケアやエステを体験してみるのもおすすめ！疲れが身体の芯から抜けていく最高の贅沢時間をプチプライスで過ごすことができます。

いやし処彩葉セット 4,100円
(14:00～17:00入館限定)
<入館料1,380円+ボディケアorエステ3,600円～4,010円コース>
※いやし処彩葉セットライト→2,500円(14:00～17:00入館限定)

+αで訪れたいおすすめイベント情報

飯坂けんか祭り(10/3～10/5)
日本３大けんか祭りに数えられる飯坂けんか祭り。特に飯坂の温泉街を奥まで屋台が練り廻るクライマックスの「宮入り」では、６台の太鼓屋台が激しくぶつかり合いながら神輿の宮入を阻む大迫力の光景が繰り広げられます。(宮入りは10/4 19:00～)
問合せ／024-542-2560(八幡神社社務所)

第5回 ふくしまはーとくらふとフェスタ「あづまTeshi-got(デシゴト)市場」(10/25～26 10:00～16:00)
会場／あづま総合運動公園
あづま総合運動公園を会場に200ブース以上のハンドメイド作家さんの作品が大集合する「Teshi-got市場」カフェやパンなどの飲食コーナーやいちょう並木の手づくりミニコンサートなど他にもお楽しみがいっぱい！
問合せ／024-557-6146
(実行委員会事務局Olive)

3つの源泉を一度に楽しめる温泉！

日によっては肌寒さを感じることも増え、温泉が恋しくなってくるこの季節。花ももの湯は全国でも珍しい3つの異なる泉質のお湯を一度に楽しめるのが魅力。好きなシャンプーを選べるシャンプーバイキングやひとつずつ仕切られたパウダースペースなど、細かい部分まで行き届いた配慮が女子に人気のポイントです。

白濁色のお湯が特徴的な親の湯。ミクロの泡がお肌をマッサージしてくれるので、美肌効果にも期待！

こちらは立ったまま入浴する珍しい立ち見の湯。不思議な心地よさは一度体験するとクセになりそう。

いいざか 花ももの湯

いいざか花ももの湯 tel.024-542-0087
福島市飯坂町西滝の町27(飯坂ホテル聚楽となり)
■10:00～22:00 ※最終入館21:00 ■10/7,8メンテナンスのため休業 P有 ●10/6ランチバイキング満席

aruku限定クーポン 入館料特別割引
10:00～17:00→200円引き 17:00～21:00→100円引き

毎年大好評の「パスタフェア」開催します♪

四季菜食 KAURI KITCHEN(カウリキッチン)

緑黄色野菜のペペロンチーノ

椎茸とゆずごしょうクリームパスタ

かぼちゃのカルボナーラ

トマトソース

じゃがいもの冷製パスタ

自然派ビュッフェレストラン・カウリキッチンのパスタフェアを今年も開催♪シェフ考案の新作パスタが毎日5種類、日替りで登場！スパゲティやペンネなど様々なパスタと、野菜をふんだんに使った彩り豊かなメニューばかり。できたての味を目で、舌で楽しんで♪

料金表	昼		夜
	60分	90分	無制限
大人(中学生以上)	1,150円	1,280円	1,350円
小学生(幼・小学校就学前)	680円	730円	780円

※子供(3歳以下)は大人一人無料

aruku クーポン(P85)提示で
パティシエの本格シフォンケーキサービス
※1枚につき4名様まで

KAURI KITCHEN

tel.024-573-7866
福島市曽根田町1-18MAXふくしま 2F
■(ランチ)11:00～16:30(ディナー)17:30～21:00
■来院に準ずる ■MAXふくしま駐車場 2時間無料。2,000円以上お買い上げ毎に1時間無料駐車券進呈

秋の紅葉ドライブの後は自然派メニューを堪能しよう♪

岳温泉 躑躅の郷 あづま館「ゆいの一楽」

土・日・祝限定
ランチビュッフェ
11:30～14:30

岳温泉あづま館内にある「ゆいの一楽」では、減農薬無添加の旬の食材や、天然素材の味をいかした30種類以上の自然派メニューが並び、秋は「秋野菜のサラダバー」や「鮭グラタン」など、新メニューも登場！ランチの後は、クーポンを使ってお得に温泉タイムを堪能しよう♪

料金
★大　人…1,600円(税込1,728円)
★小学生…800円(税込864円)
★幼　児…無料

10月calendar

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

★が営業日となります

温泉掛け流しの温泉で癒しのひとときを。

aruku クーポン(P85)提示で
ビュッフェご利用の方
日帰り入浴半額！
大人864円→432円(税込)
小人432円→216円(税込)
※期間限定～10/26まで ※台風時等不可
※ご入浴は13:00～17:30受付となります。

tel.0243-24-2211
二本松市岳温泉1-5
■ビュッフェレストラン「食菜彩 ゆいの一楽」11:30～14:00(L.O)
■http://www.azumakan.com/

プレゼントページ(P96)も見てね♪

ROSAGE Restaurant & Bar

平日に＋。週末はメインを選べるプリフィクスコース

プリフィクスランチ ¥1,550 (メインがパスタの場合¥1,300)
メインの後、スープ・サラダ・パデット(Box盛のみ)・デザート・コーヒーH

明るく色づく安達太良連峰や吾妻連峰のパノラマビューを眺めながら休日のランチを
ROSAGEで楽しみませんか？
平日好評の2つのランチコースに加え、週末はメインを1皿選べるプリフィクスランチが新登場。
福島駅の目の前にあるホテル辰巳屋福島開店だから
福島ビギナーも安心。
気軽に特別感を味わってみては。

ホテル辰巳屋
「レストラン&バー ロザージュ」
(ホテル辰巳屋 B階)

tel.024-563-5230
〒960-8031 福島県福島市栄町5-1
TEL受付時間　7:00～22:00
※1回6,000円以上のお食事で3時間駐車無料サービス

平日のランチ

平日の週替りメニュー
【ロザージュランチ】
・10月9日～16日
鶏モモ肉の白ワイン蒸し
・10月17日～24日
白身魚のムニエル
【プリフィクスランチ】
・10月1日～8日
鶏モモ肉のソテー
・10月9日～16日
赤魚と海老のロースト
・10月17日～24日
黒メバルとホタテのソテー
・10月25日～31日
豚ばら肉のワイン煮込み

プリフィクスランチ ¥1,550
メインは肉or魚からセレクト

ロザージュランチ ¥1,150

秋の県北を楽しむ3大キーワード1

キーワード3 街あるき「アンナガーデン」

個性豊かなショップが揃う
人気スポットを街あるき

聖アンナ教会を中心としたヨーロッパを思わせる街並みに、雑貨、ファッション、グルメなど様々なショップが立ち並ぶアンナガーデン。福島市街地から車で15分の立地にありながら、豊かな自然と非日常のおしゃれな雰囲気を楽しめるこの場所は、のんびりとした秋の1日を過ごすにはうってつけ。今回はそんなアンナガーデンで見つけた気になるショップをぶらっと街あるき♪

❸家具のこばやし

永く大事に受け継ぎたい アンティーク家具を宝物に

県内で唯一本場英国を中心としたヨーロッパの家具やオリジナルのクラシカルな家具を取り揃えている「家具のこばやし」。もともと家具の製作を行っていたことから、アンティークならではの味わいは残しつつ、手入れの行き届いた状態の良い品が並びます。世界に二つとない一生ものの家具との出会いが待っています。

英国伝統の総本革張りの贅沢なチェスターフィールドソファはその重厚感が存在感抜群。ワセリンガラスのランプシェードは全国一の品揃え。

クラシカルな雰囲気に落ち着く店内。

tel.024-593-3545
営10:00～18:00
休火曜（祝日の場合翌日）

❶原郷のこけし群 西田記念館

はじめての人をも惹きつける 不思議なこけしの世界に触れてみよう

地元福島の土湯系をはじめ、鳴子や蔵王など11系統の伝統こけしが展示されているこけしの博物館。「こけしにそんなに興味がない…」という人も、地域によってまるで違った表情や柄、形があることに驚かされるはず。中にはこれまでのこけしのイメージを覆すようなユニークな作品も多数。こけしグッズの販売コーナーや絵つけ体験などもできるので、気軽に足を運んでみては？

tel.024-593-0639
営9:00～17:00
（最終入館16:30）
休12/29～1/3
料＜大人＞300円

館内には10,000本以上のこけしを収蔵。テーマに合わせて展示を入れ替えることで、初心者でも分かりやすくこけしの世界を楽しめます。

ミニサイズのこけしなどはお部屋のインテリアにも人気。手ぬぐいやメモ帳などのこけしグッズもかわいい！

❷みちのく福島路ビール

素材と手づくりにこだわった 天然路ビールで乾杯

アンナガーデンのお土産には女性に人気のフルーツビールや香料などを一切使わない天然成分の路ビールがおすすめ！ソーセージやチーズなどのおつまみと共に、外のテラス席でいただくこともできます。現在は黄金桃を使った新感覚のビールを開発中（今秋販売予定）。こちらの登場もお楽しみに♪

あっさりした中に果汁感を残したフルーツビールは飲みやすいと女性に人気。（各620円）

高原の中での一杯はおいしさが格別！（左デュンケル、右ピルスナー各500円）

tel.024-593-5859
営9:45～17:15 休無休

❽がらすの店 千の花

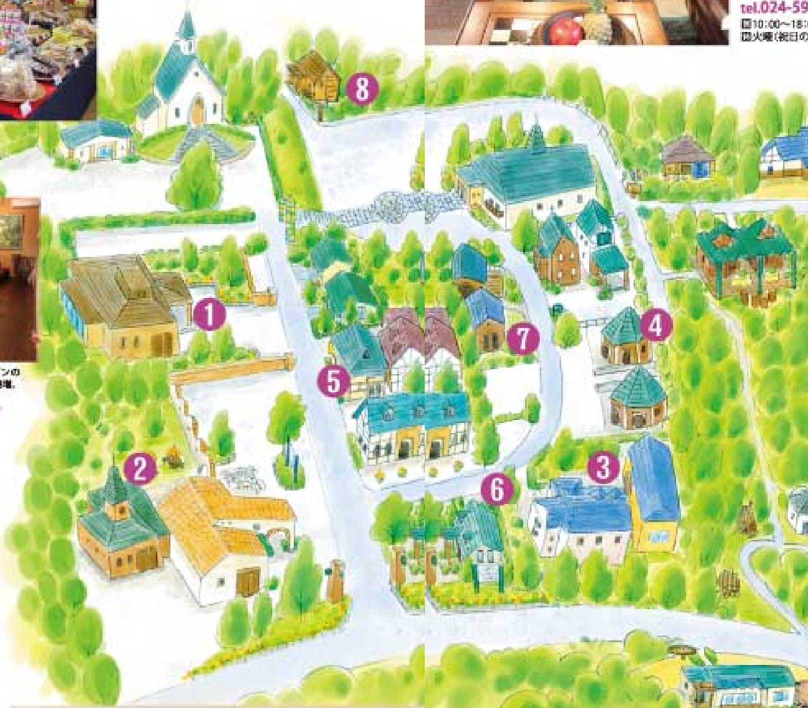
その日にできあがる手軽さが嬉しい ベネチアンガラス体験

アンナガーデンの思い出に世界にひとつだけのベネチアンガラスで作るペンダントやストラップを。選んだ土台に好きなデザインの小さな花のガラスを組み合わせるだけなので初心者でも簡単。作品は1時間後には完成するのでその日のうちに持ち帰れるのが嬉しい！トンボ玉や勾玉づくりの体験も。ガラスのアクセサリーや小物の販売もしてます♪

ベネチアンガラス体験
1,500円～（所要時間20～30分、1時間後受け渡し可能）

tel.024-593-6167 営10:00～16:00 休火曜

選んだ花のデザインによっていろんな表情の仕上がりになるのがベネチアンガラスの魅力。



❹だがしや本舗 彩菓庵（さいかあん）

大人には懐かしの、子どもには新鮮な 昔ながらの駄菓子屋さんでお買いもの

ヨーロッパの雰囲気漂うアンナガーデンの雰囲気に、ちょっと意外な昔ながらの駄菓子屋さんを発見！そのギャップに惹かれ、店内で懐かしのおやつ選びをしているといつの間にか子どものころに戻ったかのような気分に。子どもたちにとっては目新しいおやつも多く、家族そろって楽しんじゃおう！

子どもの頃に食べたあのお菓子が勢ぞろい！こんなに買っても500円なのは駄菓子ならではの魅力。

tel.024-593-0100
営11:00～17:00 休不定休

←所狭しと並ぶお菓子の山。ついついたくさん買っちゃいそう。

❺うつわの店 本田屋

食卓やティータイムを華やかに彩る、愛おしくなるほど素敵な器たち

ふだん使いしたいプチプライスのかわいい器から、全国各地の有名作家が手がけた焼物まで豊富な種類の器が並ぶ「本田屋」。ここに来れば素敵な器が見つかると広まった口コミと、その充実の品揃えに県外から足を運ぶ方やプロの料理人など熱心なファンも多いのだそう。目移りするほどの器の中からぜひお気に入りを探してみて！

和洋問わず店内にはセンスの良い器がたくさん。中にはここでしか手に入らないアイテムも。

tel.024-593-3935
営10:30～16:30 休不定休

❻イヴのもり

和みの空間でいただく四季折々の食材を使った絶品ランチ

お腹が空いたら『イヴのもり』で栄養バランス満点のヘルシーランチを。和洋中まんべんなく取り入れたメニューは季節の野菜の小鉢もたくさんつき満足感も◎。他にも、長時間煮込んで手づくりされる隠れた人気メニューのカレーなど、くつろぎの空間でゆったりとした時間をすごしてみよう。

緑いっぱいのアンナガーデンのロケーションが癒し気分を倍増。

tel.024-529-7707
営11:30～16:00
休（夏季）月曜、
（冬季）月曜、火曜

←イヴのもりランチ 1,500円（平日は10食限定、土日祝は予約専用）

❼Luciente（ルシェンテ）

毎日が楽しくなるような国内外の雑貨が集まるセレクトショップ

オーナー自らのお気に入りばかりを集めた『Luciente』のアイテムは、aruku世代にドンピシャなものばかり！

tel.024-593-3898
営10:00～17:00 休水曜

アンナガーデン

福島市荒井字横塚3-183

上手なリフレッシュの仕方、教えます!!

体が疲れた時、気分が落ち込んだ時、毎日つまらないな～と感じた時。
そんな時は上手に自分をリフレッシュ!
美味しいものを食べたり、体をほぐしたり癒しグッズを揃えたり。
心も体もすっきりリフレッシュすれば
明日はきっと、楽しい日になれるはず!

私は食でリフレッシュ! P30～P31
私は美でリフレッシュ! P31～P32
その他いろんな方法でリフレッシュ! P32～P33

お茶の小野園

和菓子にも洋菓子にもぴったりなほうじ茶で、ほっとティータイム

これからの季節おすすめのほうじ茶は、若い葉の部分を使い、香ばしい香りとさっぱり感が特長。カフェインをあまり含んでいないので妊婦や授乳中のママにも優しいお茶です。店主が厳選したお茶は全て国産のみ。常時20種類以上の中から試飲ができ、あなた好みのお茶が見つかるはず。

左から
★ほうじ茶 TB（香棒）540円
★秋季限定 秋のいっぷく 1,080円
★ほうじ茶（香棒）540円
※珍しい国産の紅茶もあります。

食 お茶の小野園
☎024-951-1455
郡山市御前南6丁目31
営10:00～18:00
休日曜・祝日

お菓子の家 アリス

疲れた時におなかも心も満たされる、秋の新作2つのモンブラン

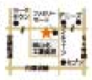
四万十モンブラン 334円
紫さつまいものモンブラン 300円

キャラメルムースをチョコでコーティングした土台に、紫さつまいものペーストがとても鮮やかなモンブラン。栗の風味がしっかりと感じる四万十産の栗を、まるごと1個入れたモンブラン。どちらも今しか食べられない季節限定のメニューですよ♪

こちらもオススメ!
「あさか舞」の米粉を使ったがくとくんクッキー 150円

食 お菓子の家 アリス
☎024-922-3177
郡山市桜木2-22-6
営9:00～19:00
休火曜
P5台

食 和心庭 分 海味（わしんてい わけ うみ）
☎024-934-8082 郡山市八山田2-186
営17:30～23:30 ※お昼のお祝い事、ご法要など各種ご予約承ります。
休火曜 ※団体のご予約の場合営業
☆クレジットカード利用可☆個室有り



新鮮抜群な鮮魚は、見た目の演出にも店主のこだわりを感じます。
アグー豚と黒毛和牛のすき焼き鍋は、馬鈴わたあめがアクセント!

和心庭 分 海味

丁寧につくられた店主のこだわりの味に舌鼓 贅沢な気分を感じながら頑張る自分にご褒美を。

店内から中庭が望む和の空間が広がりゆったりと落ち着ける雰囲気の海味。鮮度抜群な旬魚を中心に、ここでは店主が織り成す最高級のおもてなしを感じられます。これからの季節にはずせないのがやっぱりお鍋! 魚介や野菜の旨みがお出汁にギュッと凝縮され、口の中に美味がひろがります。直前にさばいてつくるすっぽん鍋は、コラーゲン豊富でこちらも旨みがたっぷりと感じられる女性に必見の珍しいお鍋。贅沢なコースに舌鼓し、至福の時間を過ごしてみて。

Refresh Coupon（arukoクーポン（P65）提示で）
❶【月～木限定】絶品締め雑炊つき♪ 金華鯖or広島産牡蠣のレモン鍋コース 3,880円（全7品）
❷【1日1組限定】すっぽん鍋コース4,800円（全8品）
❸真鯛釜飯焼き＋蟹バラちらし付の豪華鍋膳コース5,000円（全9品） 10名様以上で主賓1名様分無料!（主賓をおもてなしする宴会におすすめ♪）
※ご予約時に「aruko」を見たとお伝えください。
事前予約で"ドリンク半額"特典付き
※どちらも料理のみのコース
※❶❷は前日までのご予約となります。
※❶2名様～、❷3名様～、❸4名様～のご利用となります。
※サービス料10%別途 【期限】2014年10月31日まで

麓山茶房 Tea Garden

美しく色づく麓山公園の秋の風情と五感に響く中国茶は心を穏やかにしてくれる。

中国茶を中心に本格的なお茶が楽しめる麓山茶房。良質な茶葉、本場の淹れ方を再現し味わうお茶は、一煎一煎表情が変わります。心を穏やかにし、自分のリズムを取り戻してくれる力がお茶には感じることができます。

MENU
★季節のランチコース（お茶付き）1,800円より
★水餃子の薬膳フォー（お茶付き）1,300円

★中国茶教室 10/7（火）★
10:00～12:00（毎月第1週火曜）
詳しくはお問合せください。

食 麓山茶房 Tea Garden（はやまさぼう てぃーがーでん）
☎024-925-8927
郡山市麓山1丁目2-19 北原ビル1F
営11:00～18:00（Lunch Time11:30～14:00, Tea Time14:00～18:00）
休月曜 ※席数に限りがございますのでご予約お願い致します。

ブランジェリー マルジュー（丸十製パン）

秋のおいしさたっぷり詰め込んだパンでお腹も大満足に元気チャージ!

天然酵母の ライ麦フルーツパン 1,300円（税込）（ハーフサイズ650円（税込））
かぼちゃとクリームチーズのフランスパン260円（税込）
さつまいものフランスパン260円（税込）

こちらもオススメ!
イチジク・ブルーベリー・マンゴーをプラスしたフルーツパン 2,000円（ハーフサイズ1,000円）要予約

マルジューパンの秋の新作は、甘いさつまいもや、相性のよいかぼちゃ×クリームチーズを使ったパンなど、お腹を満足させる秋の味覚が満載♪また、ライ麦生地にドライフルーツをふんだんに混ぜ込んだ「フルーツパン」は、そのままでもおいしく、クリームチーズをのせてワインと合わせれば大人な味に。いつものパンに飽きちゃったら、秋の味覚で元気チャージしましょ♪

Refresh Coupon（arukoクーポン（P65）提示で）
500円以上お買い上げの方 メープルフレンチトースト1つプレゼント!
※無くなった場合は他のパンを差し上げます。

★11月からシュトーレン予約始まります♪
※詳しくはお問合せください。

食 ブランジェリー マルジュー（丸十製パン）
☎0248-73-2082
須賀川市諏訪町70-2
営10:00～19:00
休不定休
P2台

リラクゼーションルーム ポコ・ア・ポコ

遠赤外線で体をじっくり温めてからの施術

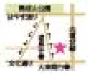
熟練の手技で行う気持ち良いリンパドレナージュで疲れた体に癒しを!

「疲れたな…」と思ったとき、ほっと息の抜ける時間がここにはあります。熟練の手技でゆっくりと時間をかけて行うリンパドレナージュは、体調や好みでアロマを選び、心地よい圧でリンパを流し毒素を排出していく癒しのひと時。

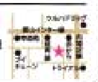
MENU
★アロマリンパドレナージュ
・しっかり全身（120分）8,000円
・上半身（90分）6,000円
★アロマリンパフェイシャル（オールハンド）5,000円

Refresh Coupon（arukoクーポン（P65）提示で）
しっかり全身＋フェイシャルのスペシャルコース
通常13,000円→12,000円

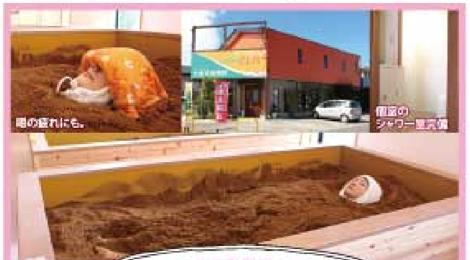
美 リラクゼーションルーム ポコ・ア・ポコ
☎080-5224-3728
【女性専用・完全予約制】
郡山市開成2丁目1-37
シティーハイム開成102
営10:00～最終受付18:00
休日曜・月曜 P2台



美 ひのき酵素風呂 ZEN（ヒノキコウソブロゼン）
☎024-973-8588【予約優先・当日予約可】
郡山市備前舘2-96
営10:00～20:00（最終受付19:00※時間相談可）休月曜
ひのき酵素風呂 ZEN 検索



美 和み整体院（ナゴミセイタイイン）
☎024-947-5113
郡山市安積町荒井字大池1-5（※）
営9:00～19:30
休火曜、祝祭日
和み整体 検索



朝の疲れにも。
個室のシャワー室完備

ひのき酵素風呂 ZEN

ひのき酵素風呂でデトックスしながら体の中をリフレッシュ!

最近肩こりや体の疲れ、冷え、肌荒れに悩んでいませんか?そんな方にぜひオススメしたいのが「ひのき酵素風呂」!ひのきのおが屑を敷き詰めた酵素風呂に、全身を入れて20～30分じわじわ汗を流すだけ。たっぷり汗を流すことによってデトックス効果・美肌効果はもちろん、体の芯から温めて冷えを解消、新陳代謝も高めます♪温かさのもとは、酵素の力で60℃～70℃まで自然発酵させているから。常に低温殺菌状態にあるので、衛生面も安心です。ふかふかで軽いから体に負担なく、妊婦さんや年配の方にもオススメですよ。

料金
★大人（1回）2,200円
★小・中学生（1回）1,800円
★幼児（1回）500円
※酵素着・タオル込
※5枚綴り8,100円

Refresh Coupon（arukoクーポン（P65）提示で）
【初回の方限定】
大人2,200円→1,900円

和み整体院

つらい頭痛、首、肩こり、腰痛を治してリフレッシュ! 妊婦の方もOKの整体院

おかげさまで開院10周年!
Before After
施術前と施術後で体の歪みがこんなに改善。

「首、腰などのコリの原因は実は他のところにあったりするんです」と語る村上先生。頭痛や首、肩こりの原因は骨盤やあごにあることも多いそうです。和み整体院では、カウンセリングした後、痛みの原因となる身体の箇所を見つけ根本から治るように施術します。施術後は身体の軽さを実感できますよ。また、妊婦中の方でも施術が受けられます。妊婦中は身体の不調は仕方がないと思っていた方もぜひどうぞ。

MENU
★初診料2,000円
★施術料4,350円

Refresh Coupon（arukoクーポン（P65）提示で）
初診料 2,000円→0円
& 施術料 4,350円→4,000円
※高校生以下3,300円→3,000円
※11月末まで有効

so·wa·ka eyewear

so·wa·kaの メガネで 家族みんなが 笑顔になれる

手軽に、気軽にメガネが楽しめるメガネショップso·wa·ka。普段づかいからビジネスまで幅広いトレンドのフレームが揃い、ファッションやシーンに合わせたお気に入りのフレームが見つかります♪

メガネ一式価格(薄型レンズ付)
¥5,000+税～
すべてレンズを含む完成価格!安心のベストプライス!
フレーム + レンズ + ケース

＼秋のオススメラインナップ／

掲載のメガネはすべて7,500円+税

aruku クーポン(P95)提示で **8% OFF!**
※10/31まで有効
※他券併用不可

so·wa·ka eyewear

眼科処方箋受けつけております。

郡山市日和田町小原1(ショッピングモールフェスタ店1階)
TEL.024-958-1888 [営業時間]AM10:00～PM9:00
[HP]www.sowaka-eye.com

木を基調とした温もりある店内。一人一人丁寧にご案内いたします。

Piacere ヨガ+Life Upプロデュース

カラダと心のその疲れ、ヨガですっきりほぐしましょ。

少人数制のヨガスタジオ、ピアチェーレは、身体だけでなく、心の軸も整えていくオリジナルメソッド。日々の疲れをしっかりと取り、穏やかな心と、強くしなやかな身体を、今こそ手に入れてみませんか?

レッスン日
①10:30～12:00…月・火・木
②19:00～20:30…月・水・木・金
③19:30～20:30…火
★大人のダンスレッスン始まります。詳しくはお問合せください。

Refresh Coupon／ arukuクーポン(P95)提示で
メンバーに登録された先着5名様に60分メンタルコンディショニング(10,000円相当)1回プレゼント!!

他 **Piacere** ヨガ+Life Up プロデュース (ピアチェーレ)
☎090-2999-5588
須賀川市牛袋町8-1 サンティビル103(セブンイレブン須賀川インター店2F)
HP www.lifeup-piacere.jp
★東北唯一Suria取扱店!

気まぐれ工房 紫陽花

初めてでも安心して話せる松井先生の占いで気分をスッキリ!

定評のある占いと親しみやすい人柄の松井先生とのおしゃべりは、居心地が良くてついつい時間を忘れてしまうほど。気軽に遊びにいってみて。

MENU ★占い[九星気学・数霊術] 3,000円(追加料金なし)※ご予約ください。
★質の高いオリジナルパワーストーンアクセも好評!
★じんわりとした温もり作品として好評の「言霊のプレゼント」は、お祝いなどの贈り物に。

★7周年記念!★
占いor3,000円以上お買い上げの方にアート石鹸プレゼント!!

「第8回郡山元気応援産業フェア」出展します。占いコーナーでおなじみの伝藤千恵先生も参加しますよ♪
詳しくはP63を見てね

他 **気まぐれ工房 紫陽花** (アジサイ)
☎024-933-9786[予約優先]
郡山市駅前1-20-30 ロンバイスビル1F
営 10:00～18:00
休 日曜・祝祭日、10/4(土) P 有
☆クレジットカード使えます。
気まぐれ工房紫陽花へようこそ 検索

他 **生活雑貨 クイーンズパステル郡山本店**
☎024-925-0707
郡山市喜久田町字前北原53-26
営 10:00～21:00
休 年中無休
HP www.pastel-shop.jp

生活雑貨クイーンズパステル郡山本店

お部屋はもちろん、車の中やトイレまで、思い思いの場所をリフレッシュできる空間へ

世界中で愛されているムーミンのディフューザーシリーズ。ランプを灯すとグラスシェードの森にムーミンが浮かび上がるアロマランプディフューザーに、香りごとに異なる絵柄がたまらなく可愛いプチリードディフューザー&フレグランスカード。自分が一番落ち着ける場所を、好みの香りで包んでゆっくりと過ごしてみませんか?今年はムーミンの生みの親、トーベ・ヤンソンさんの生誕100周年を記念して、もれなく限定エコバッグがもらえるキャンペーンを開催中!

★ムーミン100周年キャンペーン★
ムーミンアロマランプディフューザーをご購入の方に、限定エコバッグプレゼント!
詳しくはお店でご確認ください。
※なくなり次第終了

＼パステルHPも見てね!／

Queen's Pastel 生活雑貨 クイーンズパステル

Nail Angelica

季節に合わせたデザインネイルで指先を変身&気分も一新!

目に触れる機会が多い指先だから、キラキラなネイルを見ると気分も上がりますよね。Nail Angelicaでは、お財布にやさしい4,500円定額ネイルに秋冬デザインが続々登場!季節のネイルで指先も変身しましょ♪ハロウィン等のイベントやブライダルネイルも大好評!

MENU ★ジェルネイル3,500円～
★スカルプチュアネイル6,500円～

Refresh Coupon／ arukuクーポン(P95)提示で
[新規付け替えの方に限り]
ネイルオフ 2,500円→無料!!
★再来特典もあり♪

美 **Nail Angelica** (ネイルアンジェリカ)
☎024-953-5153
[完全予約制]
郡山市駅前2-10-19 平和ビル501
営 13:00～20:00
休 日曜、第2・4水曜

---

hair SOCOTRA

思った以上にキレイになれる!髪型を変えて気分をリフレッシュ

気分をリフレッシュしたいときにはヘアスタイルを変えてみるのもオススメ。豊富なキャリアと抜群のセンスに定評がある『ソコトラ』なら、思い描く以上の変身が叶います!リラックス効果抜群の炭酸ヘアエステやトリートメントと合わせて、さらに素敵な癒しの時間を過ごしてみて♪

MENU ★カット3,780円 ★カット+カラー9,720円
★カット+トリートメント6,980円
★カット+パーマ9,720円
★カット+炭酸ヘアエステ4,980円

Refresh Coupon／ arukuクーポン(P95)提示で
[新規の方限定]
①カット 3,780円→3,240円
②カット+(カラー or パーマ) 9,720円→6,540円
③カット+トリートメント+(カラー or パーマ) 11,880円→9,720円

美 **hair SOCOTRA** (ヘアーソコトラ)
☎024-983-8875 郡山市桑野1丁目85
営 10:00～19:00(時間外でもお相談)
休 月曜、10/12(日)は休み、10/19は午後から営業
HP http://hair-socotra.com/
[facebook]http://www.facebook.com/hairsocotra

女性専用お顔そり専門店 Peach

シェービングでビューティフェイスに生まれ変わろう!

定期的なお顔剃りは、みずみずしくハリのある明るいお肌に導く近道!それはお肌のターンオーバーに合わせ古い角質を取ることによって、毛穴の汚れが取れやすくなり、化粧ノリも良くなるのです♪吹き出物など、肌トラブルの予防にも役立ちますよ。

MENU ★マッサージコース(60分)4,860円
(お顔そりコース+トルマリンマスク+フェイシャル・首・肩のマッサージ)

Refresh Coupon／ arukuクーポン(P95)提示で
お顔そりコース(35分)2,940円
(クレンジング、顔そり、美顔パック、仕上げ)+トルマリンマスクサービス!

美 **女性専用お顔そり専門店 Peach** (ピーチ)
☎024-983-1876
[予約優先]※当日予約不可
郡山市朝日2丁目115-2
営 10:00～19:00
休 不定休

Aburaya

aruku限定特別コースで個室でゆったりお肌のリラクゼーション。

疲れきったお肌にはVIP Roomリラクゼーションコース(5,000円)に、ヘッドとハンドマッサージがついたaruku限定特別コースで、ゆったりお手入れを。自分だけの空間で癒されながらキレイになれちゃいます。

化粧品コーナー(スキンケア、メイクアドバイス)・雑貨コーナーもありますよ♪

Refresh Coupon／ arukuクーポン(P95)提示で
aruku限定特別コース
VIP Roomリラクゼーションコース
(フェイシャル、ネック、デコルテマッサージ+うるおいパック)+ヘッド、ハンドマッサージ
5,000円(税込)

美 **Aburaya** (アブラヤ)
☎0248-75-4547
須賀川市本町88
営 9:30～19:00
休 火曜 P 有(店舗前)
須賀川 あぶらや 検索

他 **Brera／質アキヤマ** (ブレラ/シチアキヤマ)
☎024-927-1778
郡山市富田町字由田1-2(郡山北警察署となり)
営 買・買取／9:00～19:00、販売／10:00～18:30
休 日曜・祝祭日
ブレラ 郡山 検索

Brera／質アキヤマ

日頃頑張っている自分へのご褒美は長く愛用できるブランドアイテムで決まり!!

新品同様の高品質のブランドアイテムが多数揃うブレラで、頑張る自分へのご褒美アイテムを。
ジュエリーにお財布、バッグ、時計などお得に購入できるのは嬉しいですよね。新品から中古まで状態の良い商品ばかりなので、お気に入りのアイテムがきっと見つかるはず!

買取もBrera/質アキヤマ!

ダイヤリング 0.521(E-VS2-VG)Pt900
買取価格 200,000～250,000円

ダイヤリング 0.702ct(D-VS1-EX)Pt900
買取価格 300,000～350,000円

ルイヴィトンの象徴でもあるダミエをタフタージュで再現した、浮き出たような柄がとっても可愛くてユニークなバッグ。
[LOUIS VUITTON]ダミエキュービック スピーディーキューブPM(中古美品)
参考価格321,840円→ 189,000円 定価の42%OFF

エナメル素材とGG柄が印象的なバッグは、取り外し可能なショルダーストラップ付きでシーンに合わせて使い分けが!
[GUCCI] マイクログッチシマ 2wayハンドバッグ(中古美品)
参考価格159,840円↓ 69,800円 定価の57%OFF

立体的なインターロッキングGと爽やかなライトブルーの相性が◎な財布は、飽きずに長く愛用できる一品。
[GUCCI] ラウンドファスナー長財布(中古美品)
参考価格77,760円↓ 43,200円 定価の45%OFF

上品なルージュカラーとモノグラム柄のマフラーは、これからの季節コートやジャケットと合わせておしゃれを楽しんで。
[LOUIS VUITTON] マフラー(中古美品)
参考価格39,960円→ 29,800円 定価の26%OFF

味わいのある上質なレザーと洗練されたデザインは、出かけるときは一緒に連れていきたくなるアイテム間違いなし!
[GUCCI] ソーホーレザーショルダーバッグ(中古美品)
参考価格113,400円→ 57,800円 定価の50%OFF

※販売価格は消費税(8%)込のお値段です。

お母さん、子どもが成長していく「環境」を、もう一度考えてみませんか？

子ども達にとって、生活や学習の環境はとても影響の大きいものです。けれど、多くの場合、私立の小中学校には、公立の小中学校にはない自由な発想と、次代に柔軟に適応しながら実現していく力があります。知らないまま卒園・卒業する前に、「違い」を知り、わが子に適した環境を選んでいただきたいのです。

小学校・中学校を選ぶことなく、「みんなと一緒」に公立に進むことが多いのではありませんか。

もうすぐ小学生（5・6歳）の保護者の皆様へ

小学1年生から英語で授業できるほど英語力がつく環境と、好奇心を引き出すカリキュラムをお子さんに用意してあげませんか？

英語の授業は、6年間で公立の4倍以上！
英語の授業は6年で560時間！低学年から外国人教師の生きた英語に触れ、英語だけで授業ができるほど高い英語力を身につけます。

好奇心を刺激し、理解を深める工夫！
教室では電子黒板を採用しています。板書だけでなく、動画やインターネットを駆使して興味を引き出し、理解を深める授業です。

学園内に、6年生まで通える学童保育。
学園内に学童保育があり、1～6年生が通っています。児童が宿題や自主学習をすることがあたり前の環境なので、働くママも安心。

体育や音楽は教科担任制で質の高い指導。
小・中・高の免許を持つ専任の先生による体育指導、小6から始まる武道も抵抗なく受けられるよう、早くから礼儀作法も学んでいます。

朝10分のモジュールタイムで集中力アップ。
毎朝10分間、音楽や100マス計算、五色百人一首など、曜日ごとに内容を決めて取り組みます。集中力を高め脳を活性化させる時間です。

思いやりの心を育てる「お祈り」の時間
郡山カトリック教会から神父様をお招きして祈りを捧げるなど、宗教の時間を通して、他者を想う優しい心を育みます。

学校見学はいつでも可能です。気軽に遊びに来てください！

授業体験と、詳しいご説明をいたします。

学校説明会 10/4(土)

時間／9:00～11:30
場所／本学園小学校
対象／5・6歳児の保護者様（30名まで）

前期入学試験前の最後の学校説明会です。お申し込みは電話・メール・ホームページで。

〈内容〉● 英語・体育の授業を体験します
● 校内の授業を見学できます ● 学校説明会を行います

学園バザー開催 10/26(日)

進学相談コーナーがあります。

【入学試験】2014年11月8日（土）
【出願期間】2014年10月24日（金）～11月5日（水）
【募集定員】男女80名
※募集要項・入学願書は学園事務室で交付しています。郵送も可能です。電話・メールでご請求ください。

郡山ザベリオ学園小学校
TEL.024-952-7756
〒963-0201 福島県郡山市大槻町字古屋敷102番地
[HP] http://www.xaverio.ed.jp/elementary
[mail] syo@xaverio.ed.jp
郡山ザベリオ学園 検索

もうすぐ中学生（小学5・6年生）の保護者の皆様へ

卒業生の23%が安積高校に進学するほど指導力があり、幅広い教養が身につく環境で生きる力を伸ばしませんか？

生徒同士が意見交換する「学び合い」の授業。
席をコの字型に配置し、生徒が互いの意見交換する「学び合い」の授業を取り入れています。意見を伝え、聞き、協同して解決する時間です。

ネイティブ教師から、生きた英語を体得。
ネイティブ教師による英会話の授業で、生きた英会話を学びます。常勤なのでいつでも気軽に英語で話しかけることができます。

学力を引き出し、卒業生の23%が安積へ。
高校を訪問し、OBやOGから話を聞く上級学校訪問などのキャリア教育を通じて、目的意識を高め、個々の学力を引き出します。

放課後、学園内で、生徒たちを個別指導。
学園内の敷地内では、スクールOBらが個別に学習指導を行います。塾に通わなくても成績向上につなげやすい、充実の学習サポート体制です。（有料）

自ら学ぶ力を育て、心といのちの教育も。
自分たちでテーマを考え、研究し、成果発表する"未来タイム"で、自ら学ぶ力を育成。また、カトリック教育を通して心といのちを学びます。

部活動が活発。授業では学べない体験を。
文化部と運動部を併せて7つの部活があります。剣道部（2014年度）、卓球部（2012年度）は全国大会に出場しました。

公立からの進学者には、入学までの間英語の補修授業を行うサポートをしています。安心してご検討ください。

まずはこの環境を一度見てみませんか。

学校公開 10/20(月)～10/31(金)

時間／9:00～17:00

期間中は、普段の授業・学校生活・部活動をいつでもご覧いただけます。ぜひ見学にいらしてください。10/26（日）の学園バザーでは、進学相談コーナーもございます。

学校説明会 11/1(土)

時間／9:00～12:00

学校説明・入試の説明と授業見学を行います。個別のご相談も承ります。前日までにご予約下さい。

【入学試験】2014年11月29日（土）
【出願期間】2014年11月17日（月）～11月26日（水）
※11月22日（土）～11月24日は休業日のため受付いたしません。ご了承ください。
【募集定員】男女80名
【試験教科】国語・算数・社会・理科・面接
※募集要項・入学願書は学園事務室で交付しています。郵送も可能です。電話・メールでご請求ください。

郡山ザベリオ学園中学校
TEL.024-952-7756
〒963-0201 福島県郡山市大槻町字古屋敷102番地
[HP] http://www.xaverio.ed.jp/junior
[mail] chu@xaverio.ed.jp
郡山ザベリオ学園 検索

旨いものいっぱいの我らが福島

当地グルメ戦国絵巻

グルメ特集 たべあるく。

地域の人たちに長年愛され、町おこしの起爆剤としても大きな注目を集めている ご当地グルメ。我らが福島県にも全国に誇るべきメニューが満載です。そしてそこには、語り継ぎたい味と物語もありました。

新天地から届ける ふるさとの味と明るい笑顔

一般的な焼きそばの3倍以上の太さを誇る麺にたっぷりのもやしと豚肉。これを甘辛ソースで絡めて豪快にいただくなみえ焼そば。今や全国区の知名度を誇る大人気のご当地グルメです。今から約60年前に安くておなか一杯満足できるようにと考案され、以来地域の人たちに欠かせない存在としてお店や家庭で親しまれてきました。

そんななみえ焼そばですが、震災、原発事故を理由に浪江町民が避難生活を余儀なくされ、現在食べることができるお店は県内に数えるほどしかありません。その中で2011年の7月にいち早く再開を果たしたのが二本松市にある『杉乃家』。店主の岸川さんは当時を振り返り、「孫たちは4月には新しい学校に通い始めた。自分も前に進まないといけないと思ったんだ」と、家族の前で頑張る姿を見せたいという気持ちが原動力になったことを教えてくれました。もうひとつ後押しとなったのが、同じ浪江町から避難してきた人からのお店の再開を望む声でした。今では、地域の人の交流の場として。ふるさとの味に触れられる場として、遠日大勢のお客さんでお店はにぎわっています。そして『杉乃家』を取材して印象的だったのが店員さんたちの笑顔あふれる接客。なみえ焼そばを食べ進めると大堀相馬焼の器に描かれた9頭の馬の絵が出てきます。これには何事も、馬九行久、うまくいく、のメッセージが込められているのだそう。おいしく食べて元気までが分けてもらえる、そんな温かな時間が過ごせるのも大きな魅力だと感じました。

なみえ焼そば

日の本中に名を馳せるご当地グルメの雄

なみえ焼そば 650円
※ごはん付き850円

麺 MEN

まるでうどんを思わせるこの極太の中華麺こそ、なみえ焼そばの代名詞。もちもちのコシとツルンとした食感は一度食べれば虜になるおいしさ。

味 AJI

抜群の存在感の麺に負けないよう、ソースの味にもパンチを効かせて。少し濃い目の甘辛ソースが全体に絡んで見事な一体感を演出。

具 GU

なみえ焼そばの具材はシンプルに豚バラ肉ともやしのみ。もやしのシャキシャキ感は絶妙なアクセント。豚肉もたっぷりで食べ応えも抜群!

相棒

杉乃家では、白飯とセ味にんにくが名脇役。ソースの濃い味わいがご飯にベストマッチ。中盤以降はセ味にんにくで味の変化を楽しむべし!

●杉乃家
二本松市本町2-3-1（杉民交流センター内1階）
TEL／0243-24-1215
営／11:00～15:00 17:00～20:00
休／月曜、火曜
P／市民交流センター駐車場

浪江と二本松、2つの町へのメッセージが書かれた大きな横断幕が印象的な店内。

旨さの秘技皆伝!

2大グルメ

数多ある県内のご当地グルメの中でも、名実ともに福島を代表する2品。たくさんの人を惹きつける見た目のインパクト、さらなる美味を追求する飽くなき探究心…。ここに極まるご当地グルメの真髄をご覧あれ!

円盤餃子

各店の個性と技が光る福島市名物

焼 YAKI

フライパンいっぱいに餃子を焼き上げ、大皿で提供したのが円盤餃子。多めの油と強い火力で一気に焼き、絶妙なきつね色を実現。

具 GU

円盤餃子の具材はお店によって様々。『山女』では野菜と肉が7:3とヘルシーさを重視。大きめに切った野菜の食感も楽しめ、いくらでも食べられそう。

皮 KAWA

肉厚でもちもちの皮は、じっくり寝かせて（冬場は何と2日間も!）熟成させるこだわりぶり。きれいな焼き色にもこの熟成の工程がひと役買っているのだとか!?

円盤餃子（焼き）（20個）1,200円

福島の餃子はお酒・ビールにぴったり!夜だけの営業店が多いので、営業時間を確認してからご来店ください。

●山せ
福島市早稲町5-23
TEL／024-523-1772
営／17:30～21:30(L.o)
※なくなり次第終了
休／日曜、祝日

石狩円盤餃子（30個） 1,800円

ジューシー系円盤餃子の筆頭格

「円盤餃子をお昼から食べたい!」そんな方におすすめなのが『石狩』。餡は野菜よりも肉が多め、さらにネギ油でコクを出し、豚トロのひき肉を加えることでよりいっそうのジューシー感を味わえます。この餡にベストマッチなのが水を多く使って焼き上げたしっとり系の皮。タレいらずでそのまま食べられる味付けに箸が止まらなくなりそう。

●らーめん石狩
福島市大町9-30
TEL／024-521-8123
営／[火～土]11:00～14:00、17:00～20:00
[日]11:00～
※スープがなくなり次第終了
休／月曜、第3日曜

福島名物円盤餃子（20個） 1,180円

にんにく不使用にして驚きの旨みと香り

酒の肴として発展を遂げた福島餃子らしく、『蔵』ではスナック感覚でぱくぱくつまめる餃子を追求。薄皮でパリッとしていながら甘みのある皮や、にんにくを使っていないのに野菜やエゴマ酢の旨みを感じる餡は、シンプルながら全く飽きのこないおいしさです。また、化学調味料を使わず食べて安心できるのも細かいポイント。

●愛（はなしべ）
福島市万世町1-26 2F
TEL／024-522-8744
営／17:30～
※体力がなくなるまで営業!
休／日曜 ※祝日の場合は営業

焼きギョーザ（20個） 1,000円

奇跡の食感が広がる伝統の味

本場満州の味を60年近く受け継いだ『川島』のギョーザ。ニラが入らずキャベツとタマネギを中心としたあっさり味の餡を『カリッ!サクッ!』とした歯ざわりがたまらない自慢の皮が包みます。同時に試したいのが水ギョーザ。同じ皮を使っているとは思えないほどもちもちつるつるの食感に、この皮のスゴさが実感できるはず!

●川島
福島市鎌場町4-28
TEL／024-522-4926
営／17:00～22:00
休／日曜、祝日
※連休の場合最終日のみ休み

おらが町の自慢の逸品

群雄割拠のご当地グルメ

次なるブレイクを狙う逸品たちが立ち並び、戦国乱世の様相を呈する現在のご当地グルメ界。「米」「麺」「パン」3つの陣営が掲げる戦略とともに、各メニューの勇姿を見よ！

甘いものいっぱいの旅もグルメで決まる

当地グルメ戦国絵巻

グルメ特集!! たべあるく。

麺の陣

時に新しいおいしさを求め、時に昔ながらの味を守り続ける。ラーメン、焼きそば、うどん。麺の種類の垣根を越えこの戦局を乗り切る構え！

心和むおいしさに新たなブームの予感!? けんちんうどん

1,090円

ニンジン、ゴボウ、大根、白菜…、ごろごろ野菜がたっぷり入った具だくさんのスープから顔を出す極太のうどん。今も昔も変わらないこのみそ仕立てのけんちんうどんこそ、「駒手茶屋」の看板メニュー。澄んだ井戸水で練ることで独では出せないコシの強いうどんを実現。特製味噌の味わいもじんわり体に染みわたる幸せの味です。

●駒手茶屋 中山峠店
郡山市熱海町
安子島字駒手山1
TEL／024-984-3774
営／10:00～20:00
休／火曜（祝日の場合は水曜）
P／17台

進化し続けるご当地グルメの真骨頂 黒支那あさかのブラック

680円

真っ黒なスープが印象的な郡山ブラックとまた一線を画す新感覚のあさかのブラック。魚介、鶏、豚のトリプルスープをたまり醤油を使った特製ダレと合わせたスープは、見た目以上にあっさり。そして魚粉の風味がガツンと効いた太の味わいです。具材にも揚げ玉を用いるなど、全く新たなおいしさとの出会いが待っています。

●屋ふるや
郡山市安積町荒井字林の越1-7
TEL／024-946-2122
営／11:30～13:30（月～金のみ）
休／土日祝
P／10台

ご当地グルメの2大巨頭がここに結束！ 会津カレー焼きそば（唐揚げ付）

745円

ご当地グルメの定番メニュー、"カレー"と"焼そば"を大胆に組み合わせた会津カレー焼そば。意外にも歴史は古く、約40年前から親しまれていたのだそう。ソース焼そばとカレーの意外な組み合わせも、ひと口食べればその相性の良さに大満足。お店独自のトッピングやカレーの味付けがあるので食べ比べを楽しむのもおすすめ！

●大正浪漫カフェ望
会津若松市七日町6-15
TEL／0242-25-4141
営／11:00～17:00
ランチタイム 11:00～15:30(L.o)
カフェタイム 11:00～17:00
休／水曜
P／4台

バーガーだけどバンじゃない!?ご当地グルメの異端児 喜多方ラーメンバーガー

350円

ご当地グルメの大御所、喜多方ラーメンをこれまでになかったスタイルで楽しめる「ふるさと亭」。ラーメンをバーガーにするという斬新な発想もさることながら、パンズを麺で、中の具材もチャーシューにナルト、メンマと全てラーメンと同じというから驚きです。手づかみでいただくラーメンほぼ1一度味わう価値あり！

●ふるさと亭（道の駅喜多の郷内）
喜多方市松山町高見山字三町歩5598-1
TEL／0241-21-1139
営／（9月～5月）10:00～18:00
（6月～8月）10:00～19:00
休／年末年始

郡山が誇るご当地パンの絶大将 クリームボックス

110円

郡山市民なら一度は食べたことがあるご存知クリームボックス。現在では市内の様々なパン屋さんで楽しめますが、ここはやはり元祖のお店をご紹介。濃厚なミルクの味わいとなめらかな口どけがたまらないぷるぷるのクリームを厚切りの食パンの上にたっぷりと乗せて♪シンプルだからこそ厳選素材のおいしさが実感できます。

●ベーカリーロミオ イトーヨーカドー郡山店
郡山市西の内2-11-40
イトーヨーカドー郡山店内
TEL／024-939-1220
営／10:00～21:00
休／無休
P／郡山イトーヨーカドー駐車場

※ロミオ併設店でも取り扱っております。

米の陣

日本人の主食である利点を最大限に利用した、あらゆる料理との相性の良さが武器。その万能性で戦国乱世を制するか!?

郡山を席巻するグリーンの旗印 エルマール薬膳グリーンカレー

1,069円

見た目の緑を共通ルールに各店の趣向を凝らした様々なグリーンカレーが楽しめる郡山市。『エルマール』ではブロッコリーやバジルでグリーンを表し、小麦粉やラードを使わない大豆ベースの低カロリーなグリーンカレーを提供しています。もちろん、ヘルシーなだけでなく30種類のスパイスの奥深い味わいも文句なし！

●イタリアン&フレンチレストラン エルマール
郡山市八山田3-8
TEL／024-931-6275
営／（ランチ）11:00～15:00
（ディナー）平日・日曜17:30～22:00
金・土・祝日・祝前日17:30～23:00
休／無休

安達太良山の麓に上がるご当地グルメの関の声 安達太良カレー（サラダ付）

980円

"野菜も米も福島産であること"、地元の応援を合言葉に誕生した安達太良カレー。「ティーポット」では、細かく刻んだ野菜と牛肉の旨みをじっくり引き出したキーマカレーで隠食！ふんわり盛った玄米のおいは安達太良山のイメージです。生地から焼き上げた自慢のパイをカレーにすくいながら食べるのも楽しみのひとつ。

●レストラン ティーポット
二本松市岳温泉2-60
TEL／0243-24-2316
営／平日11:00～17:00
※休み明け11:00～15:00
土日11:00～19:00
休／不定休
P／13台

大正時代から親しまれるご当地グルメの王道 ソースカツ丼

1,050円

多彩なご当地グルメを誇る会津の中でも知名度、人気共に抜群なのがこのソースカツ丼。揚げたてのヒレカツを秘伝のソースにさっとくぐらせ、ご飯の上に敷き詰めた細切りのキャベツと一緒にいただきます。その起源は大正時代からとも言われるほど歴史のあるソースカツ丼。地産地消にこだわった郷土愛にも注目してみて。

●なかじま
会津若松市上町2-39
TEL／0242-24-5151
営／11:00～14:30
※土日祝15:00頃で
17:00～20:00
休／火曜 ※祝日の場合営業
P／30台

パンの陣

大胆な食材との同盟策や他の陣営にはないスイーツへのアプローチで存在感を増す新興勢力。コストの安さも大きな強みに。

気になる感Wo！新潟気鋭のご当地バーガー 国見バーガー

420円

国見町の名物グルメの主役食材として自慢の矢が立ったのは、何と和牛商店で人気のさばの味噌煮！骨まで食べられるほど柔らかく、臭臭小麦100%のもっちり感のあるバンズとも意外なほど合うんです！初性の良さを高めている新鮮野菜と甘味噌だれも実に良い仕事ぶり。バーガーなのに栄養バランスが良い点も魅力的♪

●国見町商工会
国見町藤田飛田街内
☆キッチンカーで販売
TEL／024-585-2280
営／11:00～14:00
休／水・土・日
（平日もイベント出店あり）

クールな甘さで包み込む。スイーツ界の注目株！ おのまち小町アイスバーガー

250円

30年以上前から小野町で親しまれていたアイスバーガーが改良を加えて、ご当地グルメ界に名乗りを上げたのが一年前。トーストした焼きたてのバンズに冷たいアイスを挟み、チョコレートとブルーベリーの2種類のオリジナルソースでデコレーション。あつあつひんやりの新しい食感に、早くも話題沸騰です！

●シェフリー松月堂
小野町大字小野新町字
中通20-8
TEL／0247-72-2236
営／8:00～19:00
休／水曜
P／2台

"たべあるく"の内容は新しくなった「Webマガジン ARUKU」でも、見ることができます。過去のバックナンバーも要チェック！ 詳しくは。 フリーマガジン あるく 検索

とれたてサーチ!

2014 October

aruku街ネタコレクション

arukuがおすすめするお店やニューショップ、話題の商品などをご紹介。
気になるお店やイベントを見つけたら、arukuを持って街に行こう!

フォンデュの収穫祭♪ 人気の"くるみのぱん"はもう食べました?

くるみの持つ3つの魅力って知ってますか?
- オメガ3脂肪酸による美容効果!
- コレステロールを下げて生活習慣病を予防
- 脳を活性化させてくれる「抗酸化」

美しく健康的な生活を目指すならくるみはぴったりですね♪

生地にオートミールを練りこみ、あらびき大豆と穀物粉で栄養たっぷりのくるみパン。大粒のチーズとくるみの相性が抜群の"ゴロゴロくるみチーズ"。角切りのさつまいもたっぷりの美味しい"くるみおさつ"。噛むほどに味わい深い"くるみのつえ"。子どもからも人気の"くるみパン"お楽しみください♪

豆とくるみのボストック 130円
アーモンドクリームにくるみをトッピング。豆を練りこんだ生地はサクサクです。クセがなく濃厚な甘さは食欲の秋にぴったりかも♪

※表示価格は全て税抜きとなっております。

お客様に感謝をこめて5周年感謝祭♪ 10/13(祝) 8:00〜 ※商品なくなり次第終了

お買い上げ金額の20%の金券をプレゼント♪

さらに、お買い上げ1,000円以上のお客様で先着200名の方には
←こちらの無糖飲料もプレゼント!!(お一人様一本)
お子様には風船プレゼントも♪

Boulangerie le Fendu (フォンデュ)
☎024-935-9285
郡山市新屋敷2-129
営7:30〜18:00(金・土曜は18:30まで)
休水曜、第2火曜

arukuフルーツ研究会 Report 34

aoki LeVerger ルヴェルジェ

八山田本店4周年&いわき店1周年 記念フェア

フルーツショップaokiも限定企画!

八山田本店	10/31(金) 11/1(土) 2(日) 3(祝)
いわき店	11/8(土) 9(日)

最高級「静岡産マスクメロン」を先着順1,500円で販売!

あさ10:00販売開始 | 1日100個限定!

通常価格5,000円以上の「静岡産マスクメロン」を感謝価格で販売します。お早目にご来店ください! ※お1人様1個まで、なくなり次第終了となります。

先着順Present aokiハニーバナナ&ルヴェルジェドリンク無料券

ご来店の方、本店は先着1,000名様・いわき店は先着500名様にプレゼント!
有効期限:フェア終了の翌日から12/19まで

さらに! フェア期間中はポイント3倍!

フルーツバイキング開催!

毎年即完売のイベント、お見逃しなく! 全席要予約

開催日時など詳細は、店頭&ホームページでお知らせします!

予約が始まるとすぐに完売してしまう、ルヴェルジェの「フルーツバイキング」を今年も開催!フレッシュな食べ頃フルーツが食べ放題+食事やデザートもついた大満足のイベントです。

■ホームページはこちら…http://leverger.jp

★八山田本店・いわき店にて 開催!
- ＊その場でフルーツをカット
- ＊フルーツ食べ放題
- ＊前菜3種・パスタ(3種から選択)・ドリンク・デザート付

■お一人様/3,800円

※価格はすべて税込み価格です。

秋のフルーツ、お店に出揃いました!

秋、フルーツ狩り気分でぜひaokiとルヴェルジェにお出かけ下さい。洋ナシや柿は今が食べ頃、10月末にはラ・フランスも入荷します! 秋のタルトも、たわわに実りました!■(写真手前)オータム 1ピース580円/3色のぶどうといちじく・梨・黄金桃(または柿)など秋の味覚を満載!■(奥)シャインマスカットとクリームチーズ 1ピース 680円

フルーツの力で、ココロとカラダを元気にしたい!
★今月のなるほどフルーツ…梨
梨は食物繊維の宝庫です。お腹もスッキリ!!

AOKI aoki karin LeVerger

■本店
郡山市八山田五丁目405
営10:00〜20:00
(フルーツショップ19:00迄)

■いわき店
いわき市泉町滝尻字南坪15-3
営10:00〜20:00
(フルーツショップ19:00迄)

"フルーツ文化創造企業"を目指して

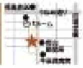
魚の目利きが選んだ うまい魚に舌鼓

牛すじ煮込み580円、お造り盛り合わせ1,500円～

青森や伊東、長崎の五島などの漁港から新鮮な魚を直送し、最もおいしく味わえるよう提供する煮炊きわげん。お刺身がうまいのは当たり前!!だしが決め手のおでんや煮込み、寝かせ熟成魚がとってもおいしいんです!!なかなか他では食べられない寝かせ魚のうまさをぜひ味わってみてください。うまい魚とあったかおでんで熱燗でもいかがですか?

MENU ★おまかせコース 2,500円
おでん3品、お造り盛り合せ、一品料理、牛すじ煮込み

煮炊き わげん WAGEN
☎024-924-3756
郡山市桑野2-6-18
（郡山郵便局西向かい）
営17:30～24:00
休月曜・第2日曜



石窯で焼く天然酵母の ヘルシーでおいしいパンをどうぞ

ベーグルプレーン160円
ベーグルはちみつクリームチーズ230円
自家製カスタードクリームパン160円

天然酵母（自家製）を使用し石窯で焼き上げるパンは、外側は歯ごたえがよく、内側はもっちもちの食感!!ひとつひとつ丁寧に手作りし、噛むほどに素材の味を堪能できるボアピエルのパンたち。ここでしか味わえないやさしいおいしさを召し上がれ♪

アップルパイ
砂糖不使用、りんごの甘みだけ。1カット280円、ホール2,240円

石窯パン BOIS・PIERRE［ボアピエル］
☎024-939-5237
郡山市備前舘1丁目123
営10:30～18:00
休日・月・祝日

10月は可愛いハロウィンの ラテアートに挑戦!!

イベント出張もご相談ください!

家庭用のエスプレッソマシンを使って気軽に体験できるラテアートに挑戦してみませんか?ミルクの作り方や、描く人によって微妙に変わる表情の違いなど、お友達と参加して楽しんでみて!

	通常コース	練習コース	3Dラテアート
10月	1、3、5週	2、4週	3、8、19 25、28日
11月	2、4週	3、5週	未定

時間	10:00～12:00／13:30～15:30 18:00～20:00
料金	3,000円（デザート付）

★ご都合の良い日、お時間にご予約下さい★

ラテアート教室 LUNA［ルナ］
［ご予約・お問合せ］☎070-5328-5304
郡山市栄町6-6 ダイカンプラザ808
［mail］g7g3gjej@i.softbank.jp
［blog］http://s.ameblo.jp/wjdmc468
担当：伊豆、堀

詳しくはコチラをチェック!

夜限定「とろ～りチーズの ハンバーグ」はじめました!

夜限定 とろ～りチーズのハンバーグ
（サラダ・ライス・ドリンク付）1,300円

人気のハンバーグ、とろ～りチーズ、特製のグレービーソースの絶妙なコンビネーションがたまらない夜限定のハンバーグが登場!しょうがが隠し味に入ったソースは、香ばしさや甘みを感じる飽きのこない深い味わい。ランチ限定の「トマトクリームソースのハンバーグ」もおすすめ!

読者限定MENU （arukuクーポン(P95)提示で）
ドリンクお替り1杯サービス
※お食事をされた方に限ります。

洋食屋カフェ Ring Tree［リング ツリー］
☎024-983-4101
郡山市桑野3-13-12
営ランチ11:30～15:00、ディナー18:00～LO22:00
休水曜 P共同有り

New shop!!

新しくOPENした
ステキなお店をご紹介♪
ここをチェックするだけで
街の最旬情報が
ひと目でわかる！

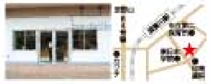
須賀川にかわいいお菓子屋さんが出来ました♪

ガトーフレイズショートケーキ 280円(税込)

オーナー自ら厳選したこだわりの食材を使い、甘さ控えめのケーキや焼き菓子たち。特に、ガトーフレイズショートケーキがおすすめ。21時まで営業しているので、仕事帰りに立ち寄れますよ。

シンプルでかわいらしい店内。

bon déclic [ボン デクリック]
tel.0248-73-1399
須賀川市岩田1-1カトルセゾン102
営平日11:00～21:00、土・日・祝10:00～21:00
休不定休 10/7、14、21、28 駐店舗脇に2台
※商品が無くなり次第終了する場合もございます。



ちまたで話題のモンスターパンケーキ。限定メニューを引っさげてついに郡山初上陸！！

福島市内で人気のパンケーキ専門店、モンスターシェアーズがついにザ・モール郡山にオープン。フルーツやアイスの豪華なトッピングと、米粉を使ったモチモチのパンケーキはボリューム抜群！食べ応え◎ 一人じゃ食べきれないパンケーキ…みんなでシェアしてお腹いっぱい食べ尽くそう♪

MENU
- ●モンスターチョコデビル ……1,780円
- ●モンスターキャッスルタワー ……1,880円
- ●モンスタークイーンオブティラミス…1,880円

P47もみてね

MONSTER SHARE'S ザ・モール郡山店 [モンスター シェアーズ]
tel.024-931-5755
郡山市長者1-1-56 ザ・モール1階フードコート
営10:00～21:00(L.o 20:00) 休施設に準ずる

赤から2号店、10/14(火)郡山駅前にOPEN！

2012年末に郡山に初上陸した赤からが、ついに2号店をOPEN！やみつきになる辛さと旨さの名物「赤から鍋」。赤みそと唐辛子をミックスした秘伝のスープは10段階の辛さから選べ、トッピングや麺などのメも種類豊富です。また、鶏セセリやホルモンは焼肉ではなく一品料理として、鉄板での提供スタイルに。お仕事帰りや女子会におすすめです♪

arukuクーポン(P95)提示で グループ全員に店長おすすめデザートをプレゼント！

赤から 郡山駅前大通り店
tel.024-954-8830
郡山市駅前1-4-7 エリート41ビル5F
営月～木17:00～26:00、金土祝前日17:00～27:00、日17:00～24:00(L.o 各30分前) 休12/31、1/1

おしゃれでプチ・プラなキッズ服専門店がOPEN!

「かわいい」だけではなく、「大人可愛い」をコンセプトに、男の子＆女の子のファッションアイテムをたくさん取り揃えた『Candy Kids』が郡山市にOPEN!キッズ服やアクセサリー、靴をトータルに扱っており、組合せに悩んだらスタッフがオシャレキッズのコーデを提案してくれますよ♪すぐに体が大きくなるお子さんだから、お手頃価格なアイテムはお母さんにとって嬉しいもの。ネイルサロンもあるので、ママも一緒におしゃれを楽しめますよ♪店内には子供用スペースもあるので、親子でぜひ遊びに行ってみて。

秋物新作続々入荷中！

Candy Kids [キャンディ キッズ]
tel.024-954-9502
郡山市昭和2丁目2-15
営10:30～18:00 休水曜 駐2台
※ネイルサロンは予約制です。

HPはこちら♪

伝統の漬ける技術が生み出すこだわりの絶品からあげ

漬物の小田原屋が営む直売所が新たに『漬鶏屋』としてリニューアル。創業以来培ってきた「漬ける技」で、鶏の旨みを最大限まで引き出したからあげはまさに絶品。化学調味料を一切使用せず、鶏肉も厳選した国産のものを使用。注文を受けてから揚げるのであつあつの出来立てがいただけるのも魅力です。

MENU
- ●胸からあげ100g ……230円
- ●ムネからあげ100g …230円
- ●モモからあげ100g …280円

漬鶏屋 [づけどりや]
tel.024-943-0300
郡山市富久山町久保田字幡花4-20
営10:00～18:30 ※売り切れ次第終了
休お問合せください

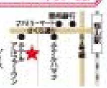
新規オープン！！今田屋のソースカツ丼が超絶旨い。

ザ・モール1階フードコートにソースカツ丼のお店、今田屋がオープンします。「門外不出」自慢の甘辛ソースをたっぷりくぐしたソースカツ丼はガッツリ食べたい時にも◎トンカツのみ、お弁当のテイクアウトもできるので、夕飯にプラス一品いかがですか？

MENU
- ●ソースカツ丼極厚 …1枚880円(+税)
- ●ソースカツ丼極薄 …1枚580円(+税)
- ●かけそば …390円(+税)
- ●もりそば …390円(+税)

P46もみてね

今田屋 ザ・モール郡山店 [いまだや]
tel.024-931-5755
郡山市長者1-1-56 ザ・モール1階フードコート
営10:00～21:00(L.o 20:00) 休施設に準ずる



おいしい！安心！安全！ コープふくしまの個人宅配 Vol.14

組合員さんに聞きました！
コープふくしまの個人宅配の魅力とは!?

今回のコープ組合員さん（郡山市）左から順に
Sさんファミリー（5人家族）
Aさんファミリー（5人家族）
Tさんファミリー（6人家族）
【利用歴】1年未満（3家族とも）

Q 個人宅配を始めたきっかけを教えてください。

A Sさん 子育てサークルで一緒になったときにたまたまコープの話になって、みんな気になっていたんです。「じゃあ一緒に始めてみよう！」と自然な流れでスタートしました。

Q 実際にはじめてみての感想を教えてください。

A Aさん 子どもがまだ小さいのでスーパーだとついつい余計に買いすぎちゃって…。その点、個人宅配はあらかじめ計画をもって買い物できるのが良いですね！

Tさん 特に冬場は助かりました。時間的な余裕ができるのはママにとって何よりのご褒美です！

Sさん 食材のおいしさに驚きました！お買い得品などチラシを見ながら毎回いろいろ試して楽しんでいます。

Q みなさんはコープを利用しているママ達の集まりにも参加しているのですよね？

A Tさん 月に1回集まりコープ商品を使った簡単クッキングなどをしながらママ友同士で交流し楽しんでいます。

Aさん 子どもたちも自然と仲良くなりました。ママ同士、あのメニューがおいしかったよ！と情報交換の場にもなっています。

子育てママを応援！
配達手数料優遇特典
6歳未満のお子様をお持ちのママ or これからママになるマタニティの方
1年間（52週）配達手数料
通常の配達手数料 1回 本体180円 → 本体価格 120円
※ご利用の際には「母子手帳」をご提示下さい。

＼特典対象の方にはさらに！／
コープ3.6牛乳(500ml) 52週間プレゼント！

※生協組合員のご都合でお休みされた期間もサービス期間に入ります。※1人のお子様に対し1回（52週）のサービスとなります。

- 1人なら「個人宅配」 配達手数料お1人 1回 本体価格 180円
- 2人なら「なかよし個配」 配達手数料半額 配達手数料お1人 1回 本体価格 90円
- 一緒に始めればもっとお得に！ 3人なら「はん配達」 配達手数料無料！

※「なかよし個配」と「はん配達」は指定の場所へまとめてお届け致します。

COOP FUKUSHIMA 生活協同組合 コープふくしま
■個人宅配のお問い合わせは
0120-88-0621
[受付時間]月～金 9:00～19:00（土曜・日曜定休）
http://www.snet.coop/request/fukushima/
※本体価格には別途消費税がかかります事をご承知おき下さいませ。

河京ラーメン館のラーメンビュッフェで食欲の秋を満喫！

定番メニューに郷土料理、デザートまで。サイドメニューは充実の30品オーバー！

もっちり食感のちぢれ麺が絶品！
趣向を凝らした6種類の本格喜多方ラーメンが食べ放題！

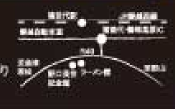
料金表
- ・大人 1,370円+税 ・幼児 370円+税
- ・小学生 833円+税 ・3歳以下 無料
- ・シルバー 926円+税
- ドリンクバー 大人 176円+税

ハーフサイズだから食べ比べが楽しめちゃう

- ①喜多方醤油らぁめん 煮干が香る王道の1番人気
- ②とんこつ醤油らぁめん 深いコクが縮れ麺に良く絡む
- ③えび塩らぁめん えびのダシが効いてます！
- ④コク味噌らぁめん 白味噌と赤味噌、2つの味噌で深みを表現
- ⑤ジャージャーめん 甘辛タレがクセになる！
- ⑥辛味噌らぁめん 旨さの秘密は豚骨や野菜のコクと深み。辛さとのバランスが絶妙！

登場♪ 秋の新作ラーメン

河京ラーメン館 猪苗代店
耶麻郡猪苗代町大字三ツ和字前田34-1 TEL.／0242-62-5055
営／10:00～17:00(ビュッフェ11:00～14:30最終入店)※冬季変更あり
休／毎週火曜日定休日。祝日の場合は営業。



有効期限 H26年10月31日まで aruku クーポン券
らーめん＆ビュッフェご利用の方
ドリンクバー 無料
（1グループ4名まで有効）

第2回 三春kon（みーこん）

＼好評につき第2回目開催します！／

男女参加者募集!!

三春町主催の「三春kon」を郡山市の「音楽食堂セッション」で開催します。
なかなか出会う機会がない方、この機会に、ぜひご参加ください！

開催日 11月22日（土）　時間 18:00~20:30

会場 音楽食堂セッション
（郡山市清水台2-13-24今川ビルB1F）
※当日は三春町役場から会場まで送迎します。

【参加資格】男性：三春町在住または町内事業所に勤務している独身の方。
（※11/20(木)の事前婚活講座に参加できる方優先。）
女性：三春町及び近辺（郡山市・田村市等）に在住の独身の方。
※年齢は、男性・女性ともに20歳から45歳まで。
【定　員】男性・女性それぞれ10名程度
（※先着申込、定員になり次第締切）
【参加費】男性：3,000円、女性：1,500円
【申込締切】11月7日(金)

お申込 問合せ
（株）コスモアトリエ内　三春kon事務局
☎024-923-7208（月～金 8:30～17:30）
✉mikon@cosmo-a.co.jp

ドキドキ山コン！

アクティブな週末は、アウトドアにいこう！

自然首都・只見で縁結び！

日時	平成26年10月18日(土)、19日(日)
宿泊	一泊二日
場所	只見町青少年旅行村いこいの森（キャンプ場）、田子倉湖(遊覧)
募集人数	独身の男女限定40名
参加費	男性8,000円、女性2,000円
応募締切	10月12日(金)

（主催）福島県只見町（運営主体）只見町商工会青年部
（お申込み）インターネットより商工会ホームページへアクセス
山コン特設ページに必要事項をご記入の上、お申込みください。
URL:http://www.akina.ne.jp/~tadamis/
（お問合せ）只見町商工会　TEL:0241-82-2380

猪苗代の注目スポット　ZAKKA SHOP × CAFE　秋のおすすめ楽しみ方

grow

レアもの、一点もの…。ここにしかない宝探しへGo！

＼サイズも種類もたくさん揃ってる♪／
＼そのままでもDIYしてみるのも◎！／

古い引き戸 2枚組6,000円(税抜)～
(ダイヤ柄44×60cm くもりガラス42.5×46cm)
アイアンフェンス（大）12,800円(税抜)～
看板（ドイツ製）(20×30cm) 3,900円(税抜)
RABBIT BRAND ホーロー・ボウル・プレート 250円(税抜)～
ベルポット M3,200円(税抜) L4,000円(税抜)
ブランケット 1,000円(税抜)～

Antique&Zakka grow
耶麻郡猪苗代町大字三ツ和字家北770-1
TEL.080-6000-0960
営／11:00～18:00　休／木曜、第3日曜、10/2

CAFE OYAJI

行楽シーズンのお供に可愛くておいしいテイクアウトを！

＼人気No.1のオヤジ丼もテイクアウトできちゃう！／
こんな風にセパレートして提供。よ～く混ぜて召し上がれ♪
左）タイ風混ぜご飯650円(税抜)
右）オヤジ丼650円(税抜)
＼ドリンクやスイーツだって持ち帰りOK！／
オリジナルスパイスとフルーツ、特製ミックスで仕込んだ絶品カレー
猫カレーライス 650円(税抜)
チーズケーキ 400円(税抜)
シフォンケーキ 350円(税抜)
キャラメルマキアート Ice650円(税抜)、Hot550円(税抜)
もちろん店内でゆったりのんびりも幸せ！

CAFE オヤジ
耶麻郡猪苗代町大字三ツ和字家北770-1
TEL.0242-93-9387　営／11:00～21:00(L.O20:30)
休／水曜　席席／45席
★ランチ時間(～14:00)は大変混み合いますので、テイクアウトは事前予約がおすすめです。

前回カップル72組誕生

過去11回の「那須コン」に未婚男女8,089名が参加し、445組のカップルが誕生。

那須ハイ DE 合コン　那須コン 第12回

女性250人募集　男性250人募集

チッピー　ウーピー

2014.11.16 SUN
時間 10:30⇒15:00（受付開始／9:30）
会場 那須ハイランドパーク

主催 那須コン実行委員会　共催 RADIO BERRY・ふくしまFM
後援 NPO法人地域活性化支援センター／恋人の聖地　協賛 藤和那須リゾート(株)

恋人の聖地サテライト・那須ハイランドパークで友だちやパートナーを見つけよう。

那須ハイランドパークの様々なアトラクションやイベント館などを会場に、遊びや笑い、パーティーなど、様々なコンテンツを楽しみながら、友だちやパートナーを見つける、新しいタイプの合コンイベントです。

私たちがカップル誕生をサポートします
渡辺 敬彦（レディオベリー）　小野寺 聡子（ふくしまFM）　神道寺／四日町光／パチョコリン（みちのくボンガーズ）

参加条件 18歳～40歳の未婚男女　グループでもお1人でも参加OKです。

参加費用 女性 4,000円(税込)　男性 6,000円(税込)
参加費用には那須ハイランドパーク入園料、ファンタジーパス（アトラクション乗り放題チケット）、パーティー費が含まれています。

申込方法 ホームページ(パソコン・スマホ・携帯)のエントリーフォームからどうぞ。
参加申込締切／11月12日(水)
※締切日以前に受付終了となる場合もあります。お申込みはお早めに。

備考 ホームページのエントリーフォームからのお申込みはあくまで参加予約です。お申込みの後、11月12日（水）までに参加費用をお支払いいただくと正式に「那須コン」参加決定となります。

PCサイトはコチラからアクセス!!　那須ハイランドパーク 検索
http://www.nasuhai.co.jp/
スマホサイト・携帯サイトはQRコードから!!

TEL 024-966-0095 お問合せ専用ダイヤルです。電話でお申込みはできません。
那須コン実行委員会事務局（NALコーポレーション内）
●お問合せ／月曜～金曜 10:00~17:00 ●担当／有賀（あるが）・髙橋（たかはし）

焼肉大王 方八町東口店

"新風" 食文化の向上に貢献します！

9/30(火) グランドオープン!!

サービスメニュー【期間10月31日(金)まで】

特上カルビ・ロース（通常価格1,800円のところ）	900円
生ビール中ジョッキ プレミアムモルツ	350円
ジャンボズワイ焼ガニ	680円
90分宴会コース(食べ・飲み放題)	お一人様2,980円
120分宴会コース(食べ・飲み放題)	お一人様4,500円

※いずれも5名様以上です

ランチ食べ放題（11:00～14:00）要予約　お一人様 1,500円

※価格はすべて消費税別の料金です。

焼肉大王 方八町東口店
郡山市方八町2-8-15
TEL.024-943-5560
営業時間／11:00～24:00[不定休]

ソースカツ丼専門店 今田屋

10月8日(水)開店
郡山初出店

オープニングスタッフ大募集！
まずはお電話下さい。
時給800円～（研修期間あり）
080-9010-4309

秘伝ダレ 御自慢 今田屋 ソースカツ丼
郡山市長者1-1-56
ザ・モール郡山店1階フードコート
TEL.024-931-5755
10:00～21:00(L.O 20:30)

無料券
ソースカツ丼・そばにお使いいただけます。
スマホ版arukuクーポンも使えるよ！
※他のサービスとの併用不可
※お一人様一枚限り
※PDF arukuクーポンは併用不可
使用期限10月末まで

Milk&Mintの autumn collection

秋物が続々登場！見た目のかわいさだけでなく、着心地&履き心地&使い勝手の良いものが揃いました♪ぜひ見に来てみてね！

zakka shop **Milk&Mint**
～毎日を楽しくする生活雑貨の店～
【ミルク&ミント】
☎0248-94-2603
須賀川市牛袋田1-1 カトルセゾン106
営10:00～19:00(日・祝日18:00) 休不定休
H http://www.milk-and-mint.jp
P マンション裏 No32、33

この秋、財布を衣がえ☆機能的でシンプルな大人デザイン「irose」

日本製にこだわり、東京下町の職人技術を取り入れたBagブランドirose（イロセ）。開くと楽しいpop-upシリーズ（28,000円+税～）や、薄くて軽いシームレスシリーズ（11,000円+税）など、毎日使うお財布だから、シンプルで人とはちょっと違うものを選びたい！

La Neige
【ラネージュ】
☎024-946-5503
郡山市堤山町16
営11:00～19:00
休火曜
H http://laneige.shop-pro.jp/

小さな靴の専門店Y・M・C 2Fに秋物新商品第2弾、続々入荷！

足のサイズが小さくて、自分好みのデザインをなかなか見つけられずにいる方におすすめの「小さな靴の専門店Y・M・C 2F」。足元をきれいに見せてくれるプーティーや、低反発使用の中敷で履き心地の良いソーヒールのカッターなど、カジュアルにもフォーマルにも活躍する秋物が21.0cmから揃っていますよ！

オータムサンクスフェスタ開催中！

小さな靴の専門店
21.0cm～22.5cm
Y.M.C 2F【ワイエムシー】
☎024-934-9233
郡山市富田駅前1-16-8 2F
営10:00～20:00
休無休

Rastar人気のカモフラアイテム続々入荷中!!
10月はあったか小物やアウターにも注目ですよ♪

Rastar
【ラスター】
☎024-933-5557
郡山市富久山町久保田字久保田232
営12:00～20:00 休水曜
H http://www.rastar.info/
ブログをチェック!!

設立40周年記念!! 入会金無料!
クラスレッスン・マンツーマンレッスン2ヶ月間40%OFF!!!

★クラスレッスン40%OFF!
ネイティブの先生と小人数制でしっかり学べる
[12:00~18:30までの受講者限定]9,450円→5,832円/月
[18:00~以降の受講者限定]10,500円→6,480円/月

★マンツーマンレッスンも特別価格に!
ネイティブの先生が集中指導!
[平日日中12:00~16:00]27,000円→16,200円/月

★キッズコース
幼児クラス(40分)7,560円→4,536円/月
小学生クラス(50分)7,560円→4,536円/月
中高生クラス(50分)8,640円→5,184円/月

安心して学べる全国外国語教育振興協会加盟校
ジェイムズ英会話 郡山校
☎0120-30-4911【受付時間】月~金12:00~21:00、土・日10:30~19:30 ※受付時間は各校によって異なります。
http://www.james.co.jp
【郡山校】郡山市駅前1-6-5ピースビル郡山 5階 ☎024-932-0806
★福島校、白河校もございます ジェイムズ英会話 検索

[eden]アクセサリーフェア&
trictrac取り扱いスタート!

ミセスの人気ブランド「さえら」のtrictracが新たに取り扱いスタート!バッグやポーチなどの小物他、洋服などがずらりと並びます。また、福島の花を使ったファッションデザイナー「eden」によるアクセサリーにも注目!14日、19日はedenが来店!

eden×La Violette
アクセサリーセット
結婚式のドレスにも
映えるウェディングセット
★ネックレス★ヘアコーム★イヤリングorピアス
★ネイルチップ(ケア2回込み) 35,640円

Facebookやってます

ROSSO ROSA
【ロッソローザ】
☎024-961-7570
郡山市土瓜1-76-1 ガリレア・アッシュ1F
営10:00~18:00 休10/4(土)13:00~18:00、9(水)、10(金)、その他不定休 P有り
☆クレジットカード使用可 ロッソローザ 検索

10月1日~10月31日
OPEN1周年記念イベント開催♪

ナチュラル系雑貨屋さんnest ko.to.ri gardenの1周年記念イベントをご紹介!!1周年記念の姫熊珈琲"kotoriブレンド"も販売します♪この機会にぜひ!!

★ドン・カ・ジョンさんのWISHくんポスト
1,000円 エブリディ・バースデーカードでおなじみのドン・カ・ジョンさんがあなたの夢や願い事を紙や封にして届いて送ってくれます!!
期間:12月25日まで。
また、ドン・カ・ジョンさんのおみくじさんを無料でひくことが出来ますので、遊びにしてみよう♪

★クリスマスキャンドルポットづくり
4,000円(お菓子・お茶付き)
今から作ればクリスマス当日には世界上がり♪
オリジナルのキャンドルポットでクリスマスを。
【日時】10/23(木)10:00~12:00 ※要予約

nest ko.to.ri garden
【ネスト コトリ ガーデン】
☎090-9635-6788
須賀川市台5-1
営10:00~17:00
休水曜、日祝日 ※臨時休業有り
P5台 Blog kotori.365blog.jp/

あなたにあった石がきっと見つかる
こじんまりがあったかいお店

チャロアイトブレスレット&ストラップ

❶1,000円以上ご購入の方に
ホワイトセージプレゼント!
❷会員登録(無料)でゴム替え無料!
ラッキーカラー占い無料♪
★金・プラチナ・ダイヤの買取見積無料。
地域最高値!お気軽にご相談下さい。

ダイヤアップグループ
ほぐしやリラックス パイパス店
10月下旬OPEN予定!! スタッフ大募集!

パワーストーンのお店
ダイヤアップ stones 堤店
【ダイヤアップストーンズ】
☎024-983-7728
郡山市堤2丁目6 営10:30~19:00
休木曜
P店舗横6台分あります
☆クレジットカード使えます。
お好きな石でお作り致します

次の車検 一体いくらかかる!?

初心者も女性も安心♪ 富田オートサービスなら無料見積りができる！

「車検のとき、部品交換や修理をいろいろすすめられ、思った以上にお金がかかった…」「次の車検のために貯金をしたいけれど、一体いくらかかるんだろう？」そんなあなたには、車検前の見積りがオススメ♪富田オートサービスでは、重量税や保険などの基本料金に、部品代や交換代など必要な整備費用がどのくらいプラスされるのか、無料で見積りを受けることができるのです！見積り内容もわかりやすく説明してくれるので、初めて車検を受ける方や、あまり車に詳しくない女性の方も安心。次の車検費用が気になる方は、いまのうちに見積りをしてみては？

車検時は特典がいっぱい！ 朝→夕方完成だから早い！

さらに、富田オートサービスで車検を利用すれば

①arukuクーポンで3千円特別割引！
②代車無料サービス！
③特別料金でオイル交換！

と様々な特典がついてきます。しかも土日車検もOK、朝→夕方完成の1日車検ができるので忙しい方も安心。車検時には、プロの整備士がきちんと説明をしてくれるので、費用が気になる方も納得のいく料金で車検を受けることができますよ。

車検料金表

車種	軽自動車	小型乗用車	中型乗用車	普通自動車	小型貨物車
諸経費	45,070円	56,340円	64,540円	72,740円	35,970円
車検料	4,500円	5,500円	6,500円	6,500円	5,500円
合計	49,570円	61,840円	71,040円	79,240円	41,470円
車検料	8,500円	9,500円	9,800円	9,800円	9,800円
合計	53,570円	65,840円	74,340円	82,540円	45,770円

※初度登録より13年経過のお車は別途見積もりいたします。
※諸経費を除く料金表記は税抜価格です。

ボートトレーラー 25,000円より・
オートバイ 35,000円より車検承ります。

arukuクーポン(P95)提示で 車検3,000円引き！

車検なら	販売・修理なら
富田オートサービス	富田オートセンター
TEL.024-951-2251	TEL.024-961-5001
郡山市富田町字西町下80-2	郡山市富田町字西町下80-1
営／8:30〜17:30(年中無休)	営／8:30〜17:30(年中無休)
休／第5日曜、祝日、夏季・冬季特別期間	休／第5日曜、祝日、夏季・冬季特別期間

富田オート 検索
www.tomita-auto.shop-site.jp/

GREELEY！キッズブーツ&秋の新作入荷中！

今なら15,000円以上お買い上げで粗品プレゼント!!

【取扱いブランド】PONY GO ROUND・highking・blue horizon・Gemeaux・CHUMS・MINETONKA・BIRKENSTOCK・WILD THINGS・New Balance・SAINT JAMES etc… ※店頭にない商品でもお取り寄せできます。お問い合わせください。

GREELEY (グリーリー)
☎024-900-3647
郡山市田村町上行合字西ノ尾2-2
営平日10:00〜19:00
日曜・祝日11:00〜18:00
休不定休 Hwww.greeley.jp

↓オンラインショップはココから！

女性のためのお仕事発見コーナー

正 …… 正社員　パ …… パート
契 …… 契約社員　ア …… アルバイト

01 リラクゼーションサロンにてのマッサージ業務 契 パ ア

契約社員・アルバイト・パート　急募★スタッフ大募集！

給　与▶時給歩合 ・経験者2,100円〜 ・未経験者1,500円〜(昇給300円〜)
時　間▶シフト→3交代制(勤務時間要相談)10:00〜20:00(最終受付19:30)
資　格▶経験者優遇　休日休暇▶お休みはシフトにより希望要相談
勤務地▶郡山駅前モルティ5F ロアソレイユ内
応　募▶電話連絡の上、面接。お気軽にお問い合わせください。

リフレッシュサロン ロアソレイユ　tel.024-927-1317
郡山市駅前2-11-1モルティ5F

02 ブランド品の販売接客 パ ア

フルタイムパート・パート・アルバイト

笑顔に自信のある方、接客が好きな方、
経験は問わず大募集！！
やりがいのあるお仕事で、ステップアップも可能！
思いきって稼げるお仕事ですよ。

時　給▶フルタイムパート　時給 1,200円〜
　　　　パート・アルバイト　時給 1,000円〜
時　間▶10:00〜19:00の間で応相談
資　格▶未経験者OK、資格不問、
　　　　簡単なパソコン操作ができる方
休　日▶定休日(日・祝)+シフト制あり
勤務地▶郡山市富田町字山田1-2
待　遇▶各種保険有り、昇給、駐車場有り
応　募▶電話連絡の上、履歴書(写真貼付)持参でお越しください。

女性におすすめポイント！
未経験者、ブランクがある方でも丁寧に指導してくれます。お仕事に慣れてきたら買取のお仕事をお任せするので、スキルアップも可能！

Brera／質アキヤマ
tel.024-927-1778
郡山市富田町字山田1-2(郡山北警察署となり)

星槎国際高等学校からのエールコラム「僕らはみんな一人じゃない!!」

〜第3回〜「仲間を作る」

星槎の3つの約束の中に「仲間を作る」というものがあります。では、「仲間」とは何か。本校の創設者宮澤保夫は、「喜びの涙　悲しみの涙を一人で流すのではなく、仲間と共感して流す涙が君をすばらしい人間にしてくれる」と表現しています。

私はいつも子どもたちに「強い人」=「他人に優しい人」と言っています。優しいとは決して自分よがりではなく、相手の立場になって考える優しさを指します。素敵な仲間がたくさんいるという事は、自分がどれだけ素敵な人間なのかを示すバロメータにもなります。他人を認め、意見、主義主張が違っても排除することなく、優しさ(利他の気持ち)を持って生活することが多くの仲間を作り、自分の人生を素敵にすると信じています。

ある女子生徒は人の事が信じられずいつも「本当の自分を隠してしまう」「素の自分を出すとみんなに嫌われる」というジレンマに襲われ精神的に疲れてしまい、小・中学校時代は不登校になってしまいました。彼女にはとても素敵な長所がありました。それは常に笑顔で周囲の人たちを安心させる優しい雰囲気を持っていたことでした。ある日、高校生になりできた親友に長年苦しんだ悩みを相談した時「あなたはそんなに簡単に嫌われないよ。わたしはあなたの笑顔に救われた」と言ってもらったそうです。彼女はこの言葉で救われ、親友は彼女の笑顔に救われました。お互いが支えあっていた事を知ることで彼女は長年の苦しみから解放されました。今は長年の夢を叶えた医療分野で活躍しています。「人を認める」「人を排除しない」「仲間を作る」。星槎グループはこの3つの約束で豊かな心を育成し、一人でも多くの子どもたちが笑顔になることを信じてこれからも活動していきます。

(お話しを伺った先生)
星槎国際高等学校郡山学習センター
センター長　高橋 宏之先生

学校法人 国際学園
星槎国際高等学校 郡山学習センター
〒963-8872 福島県郡山市栄町5-16
TEL 024-995-3280
HP:http://www.seisa.ed.jp/krym/

CSSTのご案内
(チャイルド・ソーシャル・スキル・トレーニング)

星槎教育研究所では不登校や引きこもり傾向にある子ども、発達障害及びその周辺にある子どもたちに対し、個々に応じた社会性を身に付けるCSSTプログラムを行っています。

対象　小学生、中学生
日程　月2回土曜日に実施
時間　10:30〜12:00

秋の靴クリーニング祭り 10/2〜31

衣替えの季節に合わせて、
お気に入りの靴をキレイにしませんか？
汚れやにおい、カビの悩みを
すっきり解消して秋のおしゃれを
楽しんじゃおう！

まとめて出せばとってもお得！

1足 1割引　2足 2割引　3足以上 3割引

靴やバッグのリペアもおまかせ！

どんな種類の靴もOK！

紳士靴 ………… 1,540円〜
スニーカー …… 1,850円〜
ロングブーツ … 2,370円〜

履き慣らした靴底の張替えも　BEFORE　AFTER
お気に入りのバッグも　BEFORE　AFTER

お近くのホワイト急便でも受付けできます。(いわき・相双地区を除く)

スタッフ募集中!!

リフレ【郡山店】
TEL.024-947-2111
郡山市安積町荒井字三入分19-3
営／8:00〜19:00
休／水曜

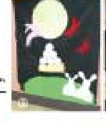
リフレ【会津若松店】
TEL.0242-85-7411
会津若松市北青木4-23 尾崎ビル1F
営／9:00〜20:00
休／水曜

〜あひるの洗たく屋さん&クリーニングレイール〜
情熱のクリーニング屋さん
お店レポート
〜あひるの洗たく屋さん 白河昭和町店〜

今回伺った情熱のクリーニング屋さんは、一年半前にオープンした『あひるの洗たく屋さん白河昭和町店』。店長の小松さんを中心に開店からの生え抜きメンバーを中心とした、スタッフさんたちの明るい接客が印象的なお店です。

店内に入ってまず目を引いたのがお店全体をダイナミックにレイアウトした季節感の伝わる楽しいディスプレイ。店内のディスプレイに力を入れているセルクルグループの各店の中でもそのインパクトはトップクラスでは!?実際に社内コンテストでも過去にナンバーワンに輝いたことがあるそうで、そのこだわりについて「お客様に楽しんでもらえるためみんなでアイディアを出し合って作っています。

観葉植物も多くて、常連さんに売ってほしいと言われたこともあるんですよ」と笑顔の小松店長。このエピソードが物語るように、お客様とお店の方の結びつきの強さもこちらのお店の大きな特徴です。ご年配のお客様に対して「足元に気をつけてくださいね」という言葉の気づかいや、雪の多い日にはお客様の雪かきや荷物運びのお手伝いまで行います。そうした行き届いたサービスが訪れた人の心に残り、このお店にお願いしたいという気持ちにさせてくれるのかもしれません。自分たちで考えて行動し、店舗のことも自由に決められる自主性の高い環境が、質の高い仕事につながるのだと、彼女たちの話を伺ってみて感じさせられました。



①右から順に店長の小松さん、佐藤さん、遠見さん、木事さん ②③取材した9月は天井からカウンターの下までお店全体がお月見仕様にディスプレイ。

わくドキSALE 10/3(金)〜12/23(祝)
空クジなし!特賞3,000円クリーニング券600本!豪華商品多数

株式会社セルクル
セルクル クリーニング 検索
http://www.cercle.co.jp/

あひるの洗たく屋さん 県内27店舗営業中
クリーニングレイール 県内11店舗営業中

【郡山工場スタッフ／安積小原田方面(受付)、本宮方面(受付)募集中！詳しくはホームページまたは本社までお電話ください！お問合せ tel.0248-73-2332】

パールヴェール、ピンクヴェールの "シェルパカラー"新登場♪

外国人の髪ようなパール感のある質感が魅力のカラー。きらっとした輝きを出しながらも髪を補修し質感や色味を一味変えていきます。秋のオシャレにぴったり♪頭皮の疲労回復にヘッドスパのクレイエステもどうぞ☆

読者限定MENU arukuクーポン(P95)提示で
- ❶"シェルパ"変身カラートリートメントコース5,000円 ※ロング料金別途+500円~1,000円
- ❷メニューに+1,000円(通常1,500円)でクレイエステヘッドスパサービス!

MENU ★カット&パーマ7,500円 ★カット&カラー7,300円

Mahalo hair [マハロ ヘアー]
☎024-947-5321[予約優先]
郡山市名倉56-1
営平日10:00~19:00 土日祝9:00~18:00
休月曜・第3火曜

キラメキトリートメントだけで 驚きのツヤ髪!

アミノ酸が傷んだ髪を補修、ヒアルロン酸で保湿を与えてくれるのでダメージを受けた髪に潤いが戻るキラメキトリートメント。似合わせカットと合わせてイメージチェンジをしてみては♪

読者限定MENU arukuクーポン(P95)提示で
新規又は2回目の方、1年以上ご利用のない方 常連の方でもお友だち紹介で利用可能
- ❶キラメキトリートメント+カラー 通常8,400円→6,000円
- ❷似合わせカット 通常3,150円→2,000円
- ❸学生カット 通常2,100円→1,000円

※予約時に「arukuを見た!」と一言 ※要予約

hair station **フルール** [ヘアステーション フルール]
☎024-961-2323
郡山市富田町天神林15-19
営9:00~18:00
休月曜・第3日曜

アシスタント募集中!

好評に付き今月も開催します♪ 『ヘナ・マイセルフ』講座

トリートメント効果やリラクゼーション効果があるナチュラルヘナ。自宅でもヘナを気軽に取り入れたい、上手に染めたい方のためにセルフケア講座を開催します。

『ヘナ・マイセルフ』講座 予約制
日時
10/11(土) 9:00~12:00
10/18(土) 13:00~16:00
10/24(金) 18:00~21:00
【参加費】2,500円~5,500円 (当日使用のヘナ&ヘナオイル・グローブ、お持ち帰り用ヘナ100g含む) 詳細はお問い合わせください
【準備品】シャワーキャップ、伸縮性のある帽子やターバン
楽しいおしゃべりをしながらのお茶会付きです。

MENU ★ヘナヘッドスパ8,600円~(お流し無し) ★ハーブヘナ5,900円~(お流し無し) ※ヘナのお流しは+1,100円
★カット4,300円 ★アロマヘッドマッサージ3,800円

kama'aina 大地の子 [カマアイナ ダイチノコ]
☎024-953-7917[予約制]
郡山市安積町日出山1-31 予約受付時間/(火)~(日)9:00~18:00、(月)13:00~18:00
営9:00~20:00 ※営業時間外も受付可
休10/4、5、不定休 [Blog]kamaaina.365blog.jp/

リピーター率の高い 納得のカット技術。コスパも◎

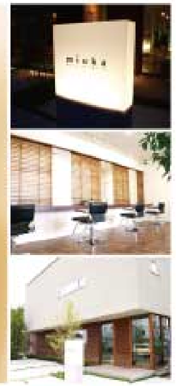
オーナーの山崎さんは東京で13年経験を積んだベテランスタイリスト。技術と話しやすい人柄でリピーターが多いのだそう。何度でも通いやすいようにと価格設定も低めでお財布に優しいのも嬉しい。お店の雰囲気も好評でナチュラル系インテリアの店内は、カフェにいるような気分に♪女性スタイリストも居ますのでご指名もお気軽に!!

読者限定MENU arukuクーポン(P95)提示で
新規の方メニュー20%OFF、2回目以降ご来店の方10%OFF

MENU 全て税込み ★カット3,780円 ★カット&パーマ7,980円~ ★カット&カラー7,980円~ ★トリートメント1,680円~

hair room **généreux** [ヘアルーム ジェネルー]
☎024-934-8826
郡山市並木5-5-42 1F
営9:30~19:00(日曜9:30~18:00)
休10/6、13、20、21、27
HP http://www.genereux-hair.com/

miukaの"秋スタイル"×"アルガンオイルトリートメント"



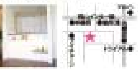
7年間水がなくても生きるアルガンの木の実から採取される希少なアルガンオイル。髪への高い浸透性が乾燥からあなたの髪を守ってくれます。髪が重くならずセットしやすいのでさらっとしたスタイルづくりにもぴったり。あなたとの時間を大切するmiukaは完全予約制。ゆったりした空間で"あなたらしさ"を見つけていきましょう。

読者限定MENU arukuクーポン(P95)提示で
「arukuを見た!」で
カット+ノンシリコンオーガニックカラー+アルガンオイルトリートメント
通常12,420円→10,800円(税込)

MENU ★カット(シャンプー・ブロー込)4,500円 ★カット&カラー(シャンプー・ブロー込)9,000円
★カット&パーマ(シャンプー・ブロー込)9,000円 ※メニュー価格は全て税抜き価格です。

miuka [ミユウカ]
☎024-932-1440[完全予約制]
郡山市備前舘2-78-1
営平日・土10:00~20:00(営業時間) 日・祝9:00~19:00(営業時間)
休火曜、第2月曜

アシスタント スタッフ募集



年齢より老けて見えた…。顔が暗く見えた…。 ハサミで若々しく見せる-5才カットはいかが?

髪がパサついたり重くなったりして、ちょっと老けたかも?と感じたことありませんか?アマルフィではカットだけで-5才の印象を与えるスタイルをご提案♪前髪に分け目をつけたり、サイドや毛先など部分的にハサミを入れたり。それだけで顔の印象をパッと明るくし、今よりも若々しく見せることができますよ。
より華やかな印象にしたいなら、秋色の新作カラーもオススメ♪ちょっと変化をつけたい方も、思い切って違うスタイルにしたい方も、スタイリストの2人が、どんなカットやカラーが似合うかアドバイスをしてくれるので、気軽に相談してみて。印象を明るくすれば、気持ちまで若々しくなれるはず♪週末は混みやすいので、土日のご予約はお早めに。

読者限定MENU arukuクーポン(P95)提示で
- ❶カット 3,730円→3,360円
- ❷カット+カラー 8,490円~→7,560円~
- ❸カット+パーマ 9,720円~→9,030円~
- ❹カット+矯正 12,960円→11,670円

※価格は全て税込価格

hair salon **AMALFI** [ヘアーサロン アマルフィー]
☎024-925-5600[予約優先]
郡山市喜久田町字四十坦8-25 リビレOSA隣
営平日9:00~19:00、日・祝9:00~17:00
休月曜・第3日曜 P2台(No.1&8) ※営業時は予約時間より遅れる場合がありますのでご了承ください。

夏のダメージをしっかりケア! サラツヤ髪を取り戻す、驚きの生トリートメント

夏の紫外線をたっぷり浴びたあなたの髪、きちんとケアできていますか?紫外線はキューティクルを剥がし、パサつきやゴワつき、切れ毛の原因を作る大敵。でも、さんさんと降り注ぐ紫外線を防ぎきるのもなかなか難しいですよね。そこでブランブランの「生トリートメント」。2種類のトリートメントをその場で混ぜて作るこのフレッシュなトリートメントは、つるつる&サラサラはもちろん、立ち上がりがふわっとして、髪にハリがでるんです!今月は集中ケアキャンペーンとして、特別価格で実施中!あなたもこのハリ、実感してみて!

読者限定MENU arukuクーポン(P95)提示で
- ❶(集中ケアキャンペーン)生トリートメント 通常5,076円→4,320円 ホームケア(2,700円)付
- ❷まとめてきれいに変身プラン
  - 10,000円(税込)コース
  - 12,500円(税込)コース
  - 15,000円(税込)コース
  - 20,000円(税込)コース
- ❸新規の方10%OFF ※単品メニューに限る

MENU ★カット4,968円 ★カラー5,400円 ★パーマ10,368円

Blanc blanc [ブラン ブラン]
☎024-953-4147
郡山市西ノ内2丁目12-1 マロビル1F
営10:00~20:00(最終受付/カット19:00、パーマ・カラー18:30)
休月曜、第3木曜 P4台

30～50代の方に話題のダイエット 5～10kg減の方続出!

- 妊娠、出産で10kg増!! 自分でなにをしたらいいかわからなかった。
- 今では妊娠前よりやせて、すっきり。
- もう、やせない、とあきらめる事、たくさんもこれあり
- 10年前に着ていた服もぶかぶかに!!
- 仲にお酒まわりが、あいさつできて、嬉しいです。
- 今でも、大好きなお酒も、楽しめる。

お客様に選ばれる4つの理由

- **リバウンドしない体になれる♪** 食事法、運動法、思考法、サプリメント法など、いろいろな方法を駆使して体質改善!
- **無理なくダイエットできる** 何ヶ月分!と多額のコース、ローンなどは組まずに、あなたに合ったプランを提供します。
- **安全・安心!** 健康のプロであるダイエットカウンセラーがお客様のライフスタイルに合わせてご提案いたします。
- **一人じゃない!** 自分自身でも試した経験豊富なカウンセラーが徹底サポートします。

どうすればいいの?

まずは 初回無料カウンセリングのご予約を!

このダイエットは一人ひとりにあった方法を提案する、個別指導型のダイエット教室のようなものです。お気軽にご連絡ください。

無料カウンセリング

①生活習慣や体質チェックでやせない理由がわかります。
②最新型マシンで体脂肪や代謝など全身をチェック。
③結果データをもとに食事プランや体重キープのコツをアドバイス。

さくら調剤薬局

TEL 0247-61-2555（予約制）

〈費用の目安は個人差あり 月3万～5万円 相談応〉

詳しくは無料カウンセリングのご予約を! 無理な勧誘等はありませんのでお気軽にご連絡下さい

田村郡三春町字六升蒔50-1
営業時間／9:30～18:00、木曜日9:30～13:30
定休日／日曜日・祝日・第3木曜日
クレジットカード（VISA/Master）利用可

今年中に何とかしたい… 今からでも間に合います!!

13年の確かな実績と信頼があります!!

半年間で
＊体重 −24kg
＊体脂肪 33%→20%

aruku クーポン(P55)提示で
❶健康的つぼダイエットカウンセリング無料!
❷10月に健康的つぼダイエットをスタートした方にスペシャル特典プレゼント!

完全予約制

個々のプログラムでダイエットをサポート

ふじ整骨院 併設 ヘルシースリム

［須賀川院］ ☎0248-76-5193（予約優先）
須賀川市芦田塚18-5
営月～土 8:30～13:00/15:00～21:00
休日曜・祝日

［新さくら通り院］ ☎024-983-0356（予約優先）
郡山市富1丁目21-11-102
営9:00～12:30/13:00～20:00
休土曜午後・日曜・祝日

［開成院］ ☎024-954-5830（予約優先）
郡山市開成6丁目20-1 2F
営9:00～12:30/15:00～20:00
休土曜午後・日曜・祝日
※具体的では割合算つぼダイエットの施術は行っていません。

MAQUILLAGE 資生堂販売株式会社 福島オフィス

新たな自分発見してみませんか?

新マキアージュ メーキャップセミナー

ちょっとしたメークテクニックを学んで、今までと違った自分に大変身!
この秋生まれ変わるマキアージュ最新アイテムをいち早く体感できるセミナーです。

〈セミナー内容〉
マキアージュ体感 **メーキャップ体験**
メーキャップの仕上がりを更にアップ!新エリクシール シュペリアル体感

〈約120分〉 ※時間が変更になる場合があります。

開催日	〆切日	開催時間	定員
11/8(土)	10/26(日)	①10:00～12:00	各40名
12/6(土)	11/24(月)	②14:00～16:00	

【会 場】資生堂販売(株)福島オフィス 日本生命郡山駅前ビル 6F

参加者には記念品プレゼント!

【お申し込み】 下記のいずれかでお申し込み下さい
①資生堂 Watashi プラス→ご当地プラスサイト
②QRコード：右下のQRコードよりお申し込みください。
③URL http://s.s-mq.com/tohoku

【ご注意】・申込多数の場合、抽選とさせて頂きます。
・当選のご連絡はメール等でご案内致します。
・定員に満たない場合は中止になる場合がございます。
・参加費無料
・当日会場での化粧品販売はございません。

SHISEIDO

ラジオで紹介されました! 店長も20kgを痩せさせた! 話題の強力コラボコースがこれ!

★セルライト流し放題★ 34%off
❶ エンダモロジー（全身高密コース）
通常15,000円 → **1,000円**
アップブラ通されていく感覚がハッキリわかる!
スーツレンタル1,000円→ 今だけ0円

★セルライト徹底★ 91%off
❷ ハイパー美脚（❶+❷セットコース）
通常30,000円 → **2,900円**
毎日エローリングでW引リリシェイプ!
痛!気持ち!～が良く!やられた感満載
続ける程に理想の脚が…♥

90%off
❸ RF脂肪燃焼
通常15,000円 → **1,900円**

★脂肪&セルライト★ 92%off
❹ Wシェイプ（❸+❹セットコース）
通常30,000円 → **2,900円**
ガッツリとウエイトダウンも目指したい方におススメ

0～6回体験版
更に□に続けたくなっちゃた方に!
【3回】12,000円（通常より33,000円もOff!）
【6回】21,000円（通常より69,000円もOff!）

※当店は全て完全個室にてご対応しております。今までにない予約時間帯設定!

Cr's・Road ～クレズロード～
痩身・セルライト専門 tel.024-932-6556
郡山市開成6丁目151
（ドラッグストアーウェルシアさん並び） 営10:00～22:00 休無休 ほあり（20台）

スキンケアハウス大野屋 スキンケア通信 vol.6

あなたにピッタリのコスメに出会える♪

50年以上も愛され続けるロングセラー
ハリウッド化粧品 酵素パック

長い年月の間、変わらず愛される酵素パックの秘密は酵素の働きでさい角質、汚れを一掃し、化粧水を肌に浸透させてくれるのでキメを整え透明感のあるお肌に導いてくれること。エステまでの時間のない時など、手軽にお風呂で自分ケアができますよ♪

始めての方に気軽に試せるミニセット
オーキッド酵素パックセット
2,800円＋税

大野屋お試しパック
オーキッド ビックアップマスク
3回分 900円＋税

創業101年 スキンケアハウス大野屋

福島市にある国内化粧品メーカー20社を取り扱うコスメショップ。スキンケアとメーキャップの専門スタッフが、お肌トラブルのケア や美しさを引き出すコスメ選びのお手伝いをします。

返品＋交換自由の店

スキンケアハウス大野屋
TEL.024-521-1166
福島市栄町 9-1
営10:00～19:30 休 個休
http://oh-noya.com/home-skincare/

画を描くように、髪をデザインする 1:1のオーダメイドヘアサロン

打ちっ放しのコンクリートに大きな鏡面。まるで小さな美術館のように見立てて造られたヘアアートチェカは、その額縁の中に画を描くようにお一人お一人をオーダーメイドで仕上げていく美容室。この落ち着きのあるアートな空間と、オーナー小滝さんの人柄が、大人の女性を虜にしているのかもしれません。

読者限定MENU aruku クーポン(P55)提示で
新規の方20%OFF!!
※4,000円以上ご利用の方に限る

MENU ＊カット4,212円 ＊カラーカット9,180円 ＊パーマ・カット9,180円 ＊カラートリートメント・カット12,420円

Hair art Cheka
〔ヘア アート チェカ〕
☎024-953-4199
郡山市桑野4丁目5-17
営9:00～19:00
休火曜・第2水曜

便秘の原因となっている体のクセを薬を使わず改善する整体院

腰痛や肌荒れ、イライラに肩こり、そしてアレルギーなど、様ざまな症状を引き起こす便秘。その根本的な原因となる体の悪いクセを、理学療法士の国家資格を持つ院長が、医師とも協力しながら改善していく整体院。悩んでいる方はまずお試しを!

aruku限定「体験モニター募集!」
通常10,000円／初回 →モニター価格2,000円 要予約

『お子様のアレルギーの相談承ります!』
体質改善などに根本的解決はあり得ません! 一度ご相談を!

アレルコア
アレルギー体質専門

アレルギー専門 理学療法士の整体院 **アレルコア**
☎024-954-9339
郡山市片平町字大山南1-23
パナハイツうねめ101
営9:00～19:00 休不定休
http://allercore.jimdo.com

妊娠中で腰痛やお腹のハリがツライ…。 そんなお悩みは整体で解消しませんか?

お腹が大きくなるにつれてひどくなる腰痛。妊婦さんにとってそんな痛みはとても辛いもの。でもマッサージは力が強いし、お腹への負担がかかりそう…。そんな妊婦さんにオススメなのが「FULL-CURE整体」!特徴は最小限の力を使って身体を調整していくこと。直接腰には触れず、痛みの原因となる部位に施術を行うので、お腹や体に負担をかけない、やさしい整体なのです。自分では気づかないお腹のハリや身体のゆがみも発見できるので、腰痛も身体のバランスも治せて一石二鳥♪絡める項には「体がラクになった!」と9割の妊婦さんが実感しています。

羽生 洋輔（はにゅうようすけ）先生
腰痛やコリなど表面の原因を身体全体で見ながら、体のバランスを整えていく施術に定評がある。先生のもとに通う為 子どもから妊婦さん、お年寄りまで幅広い。

読者限定MENU aruku クーポン(P55)提示で
＼妊婦さんにオススメ／
FULL-CURE整体
初回8,640円
→2,160円（税込）

たすくキュアルーム
☎024-983-3418【完全予約制】
郡山市土瓜1-1-1
営9:00～12:00／14:00～18:00／18:30～20:30 休土曜午後、日曜・祝日
http://taskegg.com/

郡山駅近く駐車した駐車があるので
コンタクト選びや相談も気軽にできます♪
郡山グリーンコンタクト
コオリヤマグリーンコンタクト
☎024-954-5185
郡山市駅前1-11-12
営 9:00～12:00 最終受付
14:00～17:20 最終受付
休 日曜・火曜・祝日
P 契約有
※各種クレジットカード取扱い
T-Point 貯まります。使えます。
こんな症状の方はコンタクトが合っていないかも!
□夕方になると目がかすむ
□常に目がゴロゴロする
□度があっていない
□ドライアイや充血がひどい
□眼科医の処方なしでカラコンをしている
今のコンタクトレンズに満足していますか?
Q 一日中装着するコンタクトレンズ、選ぶ基準は何ですか?
A 実は眼球の形態、生活スタイルによって一人ひとりに合うレンズは違うもの。値段が安いから、メーカーがずっと同じだから、という理由で選ぶと、きちんとケアしているのにズレたりドライアイになったり、後々生活に支障をきたすことも。郡山グリーンコンタクトでは眼科の検査したうえで、あなたに合ったコンタクトレンズを提案。トラブル知らずの快適なコンタクト生活をおくりましょう!
各種メーカー豊富に取揃え
国内外14～15社のメーカーから、ワンデー、ハード、ソフトなど各種レンズを取り揃え。専用ケア用品も取り扱っています。
今なら! feelアキュビュー®キャンペーン
QUOカード合計1,000円分プレゼント!
※キャンペーン期間中（～2014年12/26まで）に眼科で検査を受け、アキュビュー®製品を2箱以上購入した方のみ対象。
aruku読者限定
arukuクーポン（P95）提示で500円OFF!!
※2箱以上のご購入の方に限ります。
※2014年10月31日まで ※他サービス併用不可

Earlobe
月3名限定
秋のダイエットモニター大募集!!!
★痩せた実績に応じて賞金＆プレゼントを進呈♪
★ダイエット期間中酸素カプセル入り放題!
※詳しくは無料カウンセリングにてご確認ください。
Before
After
[体重] 63.4kg→53.4kg −10kg
[体脂肪] 34.4%→26.3% −8.1%
口コミに自信があります!!
700人の平均生を送り出した耳つぼダイエット専門イヤーロープが選ばれる秘密は口コミ!お子様連れOK、無理な勧誘も一切なし、ご予算等に納得いただいてからのスタートです。安心してお気軽にお電話を!
来店限定MENU aruku クーポン（P95）提示で
★無料カウンセリングを受けた方
満度高圧酸素カプセル1回プレゼント!
★さらに、耳つぼスタートされた方に
1ヶ月フリーパス券プレゼント!!
※カウンセリング後、コースをお申込みいただいた場合、サプリメントの購入が必須となります。
健康管理士が在籍。スタートから卒業後のアフターフォローまでしっかりとサポートしています。
◆厚生労働大臣指定講習健康管理士
◆日本健康協会基礎医学士及びダイエットマスター
◆エステティックGKスクール香澄校講師
日本健康医学協会会員番号121689 Earlobe郡山店
口コミをチェック! たくさんの卒業生の声が見れます♪
☎024-954-3580【予約制】
郡山市桑野4丁目10-12レコルドテイC
営 10:00～22:00 休 日曜・祝日
VISA、マスター、JCB、AMEX他使用可
★新潟古町店も営業中!

恋愛・結婚・仕事・赤ちゃんの命名などでお悩みの方へ
明るい未来へのアドバイス
赤ちゃんの命名
恋愛運
結婚運
仕事運
復活運
健康運
開店18周年の記念
お一人様1回（約1時間） 4,000円
1時間を越えてもらってもうえますよ♪
営業時間 9:00～17:00
※予約は20時までOK!
どんな悩み事でもお気軽にご相談ください。
女性鑑定士が統計学をもとに姓名鑑定しています。
幸せな人生を切り開きましょう♪
占い飛天
☎024-938-8181【要予約】
郡山市島1-11-4 工藤ビル3F（ダイソー前）
営 9:00～17:00 休 年中無休
kukuayuOPEN1周年!
記念キャンペーンを開催します!
あまり派手にできない…という方にOL、主婦向け上品ネイルが大好評のkukuayuから、感謝の気持ちを込めてキャンペーンを開催します♪
1周年キャンペーン
1回の施術につき1P、合計3P集めたら
「韓国エステツアー2泊3日ペアチケット」が
さらに 抽選で1名様に!
もれなくキューティクルオイルorハンドクリームをプレゼント!
※12月末まで
MENU ※ワンカラー3,702円～ ★定額ネイル4,500円～
NAIL SALON kukuayu
☎024-953-5573
郡山市図景1-5-11
営 10:00～18:30（最終受付18:30）
休 火曜 P 5台

福島県内トップクラスの
安い価格と安全な
美容医療をお約束。
①福島県内の他の美容外科に相談に行かれた方は、最後に当院にいらしてください。
②福島県内トップクラスの安い価格で治療をお受けになることをお約束いたします。
③他院（福島県内のクリニックに限ります）の広告や治療費の見積書などをお持ちください。
④ご来院の際はこの広告を見たとおっしゃるか、切り抜きをお持ちください。
⑤医師の判断で、治療が必要ない、当てはまらないなどの場合はお断りする場合があります。
ご了承ください。
私がすべての診療に責任を持って対応いたします
郡山タウン形成外科クリニック院事長
医学博士 石原信浩 先生
日本美容外科学会認定専門医
http://ameblo.jp/doctor-nobu
二重まぶた
今月のオススメ!
1 カウンセリング時に自分の希望やイメージを伝えます。
2 ドクターによるシミュレーションを納得いくまで行います。
3 手術は比較的短時間で終わります。
4 腫れをかくすサングラスなどをして帰宅できます。
お疲れさまでした!
日帰りできるなんてうれしい!
日本美容外科学会認定専門医
石原先生による
二重まぶた治療の流れ
福島県内トップクラスの形成治療費用の行安
二重まぶた（埋没法） 43,200円
二重まぶた（切開法） 194,400円
隆鼻術（シリコンプロテーゼ） 194,400円
注射による隆鼻術（ヒアルロン酸） 10,800円～
ヒアルロン酸（しわ） 1ヶ所 10,800円～
ボトックス（脇汗、首元） 12,960円
（顎） 25,920円
フェイスリフト 540,000円
上・下まぶたのたるみ 248,400円
シルエットリフト 1本 64,800円
サーマクール（小顔のたるみ） 97,200円
豊胸術（コヒーシブシリコン） 507,600円
注射による豊胸術（SUB-Q） 1ml 7,128円
脂肪吸引 1ヶ所 183,600円～
メソセラピー（脂肪融解注射） 1ヶ所 20,520円～
わき汗、多汗症（手術） 194,400円
（わき汗ボトックス注射） 54,000円
レーザー脱毛（わき） 1回 2,160円
（ピキニライン） 期間限定プラン 27,000円
1回 3,024円
期間限定プラン 38,288円
ケミカルピーリング（ニキビ、くすみ、しみ） 10,800円
フォトフェイシャル（ニキビ、くすみ、赤ら顔） 12,960円
しみ、ほくろ 1ヶ所 3,240円～
タトゥー除去レーザー 5,400円～
※料金は税込です。 ※表示の価格は保険適用外の価格です。
美容外科 形成外科 皮ふ科
郡山 いわき 美容皮ふ科 形成外科 皮ふ科
タウン形成外科 クリニック
日本美容外科学会認定専門医 理事長 石原 信浩
郡山本院用 0120-107-286
いわき専用 0120-107-455
郡山本院 tel.024-954-6600 いわき院 tel.0246-35-7633
青森院 tel.017-777-3166 盛岡院 tel.019-653-5500
仙台院 tel.022-225-7001 東京院 tel.03-5467-0004
郡山市駅前2-3-10 セントラルビル6F
診療時間 AM10:00～PM7:00（初診はPM6:00まで）
保険診療 ローン・クレジット可
くわしい情報や写真、費用はホームページにて
郡山タウン形成外科 検索
PCサイト http://www.keisei.ne.jp
モバイルサイト http://www.keisei.ne.jp/i
E-mail info-k@keisei.ne.jp

この脱毛サロンの効果がスゴイ第1位
Labo
今年の仮装は“美白”に化ける!!
他12部門でも第1位を獲得!
12冠王達成記念
月額 全身美白脱毛22箇所!▶初月120円※3
10/31まで限定
Datsumo Labo
全身脱毛革命サロン
会員20万人目前! 最後の脱毛は・・・
0120-2626-17
受付時間 10:00～21:30 年中無休
モルティ郡山店 福島県郡山市駅前2-11-1 5F
全世界84店舗

今のシゴトに、満足してますか？

ふくしまだけの転職市場では

プロの転職代理人があなたの代わりに転職活動します。

今の仕事に満足していない方、出産後の復帰を考えている方、あなたが「何となく感じている不安や疑問」に、ふくしまだけの転職市場がお応えします！

まずは適職相談から始めてみませんか？

ふくしまだけの転職市場
TEL.0120-926-544
株式会社みんなの味方
〒963-8014 福島県郡山市清水台1丁目9-17 TEL.024-927-5272
一般派遣 07-300234 職業紹介 07-ユ-300144
http://www.ouencompany.com/

A子さんのもっと詳しい転職活動はWEBマガジンARUKUにて公開中
www.aruku.net web ARUKU ふくしまだけの転職市場

ふくしまだけの転職市場だけの「満足転職」の流れ

お話を伺い、適職・働き方を一緒に考えます。
※求職者様には費用をいただきません！

あなたに代わって、あなたの能力が活かせる職場にあなたを売り込みます。

新しい職場に勤務時間や条件面の交渉も行います。

1 あなたの希望を教えてください。

下記の項目すべての（ ）内に、5段階でお答えください。
（5）とても思う （4）思う （3）どちらでもない （2）思わない （1）まったく思わない

プロの転職代理人が

あなたの適職を無料診断いたします！

転職・仕事復帰をお考えの方、どんな仕事が向いているのか迷っている方、あなたのご希望・経験から適職アドバイスをさせていただきます。このシートのご記入の上、ふくしまだけの転職市場あてにFAXでお送りください。3日以内に診断結果をお返事いたします！

（ ）人と話すのが得意だ	（ ）お金を貯めたい
（ ）もくもくと集中して仕事をしたい	（ ）お年寄りが好きだ
（ ）体を動かすのが好きだ	（ ）自分に自信がない
（ ）スキルアップができるような仕事をしたい	（ ）一生働きたい
（ ）細かい作業が好き	（ ）パソコンには自信がある
（ ）資格を活かしたい	（ ）家庭を優先して働きたい
（ ）負けず嫌いな方だ	（ ）人の世話をするのが好き
（ ）福利厚生がしっかりしている会社がいい	（ ）単純作業が得意
（ ）これまでの経験を活かせる仕事がいい	（ ）面接には自信がある

2 あなたのプロフィールを教えてください。

お名前（ふりがな） □男性 □女性 （ ）歳	ご住所（だいたいでもかまいません）	
連絡先 TEL or Email	希望勤務時間 □ ： ～ ： □特に問わない	残業 □可能 □少しなら可 □不可
希望の職種がある方はご記入ください。 □パソコンを使う仕事 □体を使う仕事 □医療・看護系		通勤エリア □自宅から 分以内 □特に問わない
通勤手段 □車 □電車・徒歩・自転車	希望の雇用形態 □正社員 □契約社員 □派遣社員 □パート	希望期間 □半年以内 □一年以内 □一年～三年 □長期
ご連絡方法 □TEL □メール		

相談の秘密は厳守します。記入後、FAXでお送りください。

24時間受付 FAX024-927-5273 ※店舗・WEBサイトからもご相談を承ります。 http://www.ouencompany.com/

痩せない原因を徹底追及!! 圧巻のキープ力! アーユルヴェーダで代謝UP&体質改善!

アーユルヴェーダ／少し痛みを感じた場合はリンパが滞っている証拠。
全身に通りリンパを隅々までほぐせば脆やし効果も期待できます。
温めながら行う施術で大量に発汗！

「アーユルヴェーダとは」

インド伝承のオールハンドマッサージ痩身法。ヴァン・ベールでは効率よく効果を出す為に、専用の植物活性調合オイルであるアヴィヤンガオイルを部位別に使用する徹底ぶり。このどろりとした濃厚なオイルをたっぷりと使って、癒やされながら痩せやすい体を目指します。施術中は大量発汗するので、施術後は疲労感までもスッキリ。気持ちよく全身痩せを目指しましょう!!

当サロン人気No.1は、「1カ月集中本格スリムコース」

VAN・VEALの「1カ月集中本格スリムコース」は、あなたの脂肪のつき方や肉質をマシンで細かくチェックするところからスタート。体質に合わせてアーユルヴェーダやマシンを組み合わせ、セルライトや脂肪燃焼を促進します。体内から代謝UPするので持続性もバツグン。イタ気持ち良いスリムアップを2～3回1カ月のうちに集中的に続けて、全身のボディーラインを整えましょう。

体質から改善していく、アーユルヴェーダの工程

インド伝承のオールハンドマッサージ痩身法・アーユルヴェーダを取り入れた体質改善のステップは次の通りです。
①体を温める ②指先から脳のリンパ節に不純物を流し、タプタプ二の腕をスッキリ ③ウエストを100回以上絞り込み、くびれを形成 ④足先から足の付け根に向けセルライトや脂肪のボコボコを徹底的にほぐす ⑤ヒートマットで大量発汗

アーユルヴェーダ工程⑤
ヒートマットで大量発汗＝デトックス効果もあり、爽快な気分を実感。

アーユルヴェーダ工程④
気になる太もものセルライトや脂肪を揉みほぐし燃焼促進。裏表の脚全体を部位によって指とてのひらを使いわけ強力にほぐし、最後は汗で不純物排出！

アーユルヴェーダ工程②
二の腕から背中・脇の気になるお肉をクダッと指を入れ込んでリンパを流す。

当サロン人気No.1 全身スリム1カ月集中コース	[毛穴の黒ずみに]毛穴大洗浄! うるおいフェイシャル	選べるヤブライダル トライアルコース	キャビ下半身コース 太もも&ふくらはぎ
¥60,000→¥9,800	60分 ¥3,300	¥4,320	60分 ¥4,800
カウンセリング後1カ月2～3回の最適なコースを作ります（アーユルヴェーダ有）本気で痩せたい方のみ対象。	つるつるタマゴ肌へ! クレンジング洗顔→フェイシャルマッサージ→エモリエントパック	①悩み別フェイシャル ②背中美白ケア ③背中&二の腕引き締め いずれか1つ選べるトライアルコース。	キャビテーション×ラジオ波×脂肪燃焼マッサージの3つの相乗効果で、気になる下半身の脂肪にアタック!
受付期間 10月末日迄	受付期間 10月末日迄	受付期間 10月末日迄	受付期間 10月末日迄

アーユルヴェーダ協会監修 ヴァン・ベールのサロンスタッフは、アーユルヴェーダ協会のアーユルヴェーダ資格取得者に師事し、アーユルヴェーダの理論のもと、施術を受けています。

認証番号 1101A10388(0)
認証サロン名 ヴァン・ベール郡山店
「安心と安全の証」認証マークがあるサロンを目印に!

ヴァン・ベール郡山店は、48項目の厳しい審査基準をクリアして、JEO（認定NPO法人 日本エステティック機構）が認証する「エステティックサロン認証」を取得しております！

認証基準とは
1.消費者保護 2.法令遵守 3.契約の適正化 4.健全なサロン運営体制 5.エステティシャンの教育体制 6.安全な施術提供

VAN-VEAL BEAUTY TO ALL THE PEOPLE

ヴァン・ベール郡山店
TEL.0120-413-613
福島県郡山市桑野2-14-8（サンマツビル2F）
◆営業時間／10:30～21:00 ◆年中無休

http://www.van-veal.com/
ヴァンベール痩身 検索

ヴァン・ベールいわき店 TEL.0120-37-5936
福島県いわき市平4丁目11-2（ネオクラシックビル2F）

— Event information —

ホットな話題やイベントを一部ご紹介。

10/12 ＊吉成建築 郡山市

「吉成建築 秋の感謝祭」

地域の皆さまに日頃の感謝を込めて、大人も子どもも楽しめるイベントを開催!どなたでも参加できますので、お気軽にご来場ください。

日時／10月12日(日)10:00~14:00
会場／吉成建築ショールーム&駐車場
(郡山市安積町笹川字高石坊52-2)
入場料／無料
お問合せ／TEL.024-945-1234(吉成建築)

P85も見てね♪

10/26 ＊HUMAN DANCE STUDIO 郡山市

「DANCE PERFORMANCE 2014 Hydrangea(ダンスパーティー)」

子どもから大人まで楽しめる演目で、ダンスの楽しさや魅力を披露します。

日時／10月26日(日) 第1回公演/開場11:30 開演12:00
第2回公演/開場14:15 開演14:45
会場／Hip Shot Japan(郡山市清水台1-6-16八幡ビル B1F)
入場料／1,500円(別途ドリンク代500円)
お問合せ／TEL.024-954-6915(HUMAN DANCE STUDIO)

10/26 ＊ワタショウ 三春町

「第14回 ワタショウまつり2014」

家づくりのワタショウが、日頃の感謝の気持ちを込めて、年に一度のおまつりを開催。丸太切り競争やバルーンパフォーマンスショー、飲食コーナーもあるよ!

日時／10月26日(日)10:00~15:00※雨天決行
会場／ワタショウ本社敷地内特設会場
(三春町大字下舞木字石田250-1)
入場料／無料
お問合せ／TEL.0120-448-296(ワタショウ)

P2も見てね♪

11/1~11/2 ＊西会津町ふるさと振興推進委員会 西会津町

「西会津ふるさとまつり」

西会津の文化と産業祭。桐ゲタ投げ(11/2)、マルシェ、農家レストラン、ヘリコプター遊覧などイベントがいっぱい!

日時／11月1日(土)・11月2日(日)9:00(11/2は10:00)~15:00
場所／西会津町さゆり公園(耶麻郡西会津町登世島字西林乙2529-10)
お問合せ／TEL. 0241-45-2213(西会津町ふるさと振興推進委員会)

11/2 ＊公益社団法人 二本松青年会議所 二本松市

「福幸祭~ありがとうをかたちに~ 第5回二本松少年隊花火大会」

うまいもん屋台村、こども縁日などの出店ブース、スタンプラリー・二本松少年隊巨大紙芝居朗読など子どもたちが楽しめるイベントも盛りだくさん!よさこいや太鼓のステージも。夜は秋の夜空に大輪の花火が打ち上がります。

日時／11月2日(日) 福幸祭12:00~、
二本松少年隊花火大会19:00~
(荒天時は花火大会のみ、11/3打ち上げ延期)
場所／安達ヶ原ふるさと村(二本松市安達ヶ原4-100)
お問合せ／TEL.0243-22-0556(二本松青年会議所)

11/2 ＊Zakka&rental BOX Citron(シトロン) 郡山市

「ハンドメイドフリマ&ステキカフェVol.7 シトロン秋祭り」

シトロン秋祭り今年も開催!全部で120ブースに及ぶイベントは、ハンドメイド作家さんをはじめ、パンやお菓子、コーヒーなどのカフェが参加します♪

日時／11月2日(日)10:00~16:00
会場／ビッグパレットふくしま 多目的ホールA
(郡山市南二丁目52番地)
入場料／無料
お問合せ／TEL.024-945-8829
(Zakka&rental BOX Citron)

11/23 ＊ミロス セミナー in郡山 郡山市

「アセンションの秘密」
~これからの日本の動きを高次元から紐解く。THE ANSWER~

「THE ANSWER~反転のトリックから抜け出せ~」のスコア著をもとに、「アセンションの秘密」のブログ作者ヘンリー熊谷さんが講演します。

日時／11月23日(祝)受付13:30 開演14:00
会場／ビッグパレットふくしま1F(郡山市南2-52)
入場料／3,000円(定員30名)
お問合せ／Mobile.090-2957-2801(國分)

9/29~10/4 ＊布と雑貨のお店スマイルズ 伊達市

「キルト教室のベテラン生徒さんのキルト展vol 3」

スマイルズ2階で大人気開講中のキルト教室のベテラン生徒さん、遠辺千代子さんが仕上げた大人のキルトの世界をお楽しみください。10月2、3日のみ「HAPPY SEED」の出張カフェオープン♪

日時／9月29日(月)~10月4日(土)10:00~16:00
場所／スマイルズ2階(伊達市千俣田26)
お問合せ／TEL. 024-583-2108
(布と雑貨のお店スマイルズ)

10/3~10/5 ＊select shop Bee-Ⅱ(ビースリー) 福島市

「3days Special Event B-marche」

人気のセレクトショップBee-Ⅱが開店20周年を記念して店頭マルシェとはんどめいど展を開催。3、4日の「はんどめいど展」と5日限定の「ハーブ試飲」で一足早いハロウィンをお楽しみください。クッキーとキャンディーのプレゼントもあるよ。Tiara商品はもちろん、他の商品も20%off♪

日時／10月3日(金)~10月5日(日)11:00~17:00
場所／select shop Bee-Ⅱ
(福島市方木田字東高屋50-1)
お問合せ／TEL. 024-539-6245
(select shop Bee-Ⅱ2階ギャラリー)

10/4~10/5 ＊気まぐれ工房 菜陽花 郡山市

「第8回こおりやま全市元気応援産業フェア2014」

郡山の100以上の企業・団体が出展。ふるさと産品、食品の展示販売やものづくり企業の製品、学校取り組みに触れられる2日間です。抽選会もあり♪

日時／10月4~5日(土・日)10:00~17:00
※5日は~16:00
場所／ビッグパレットふくしま(郡山市南2-52)
入場料／無料
お問合せ／TEL.024-921-2620(郡山商工会議所)
TEL.024-983-3754
(郡山地区商工会 広域協議会)

10/10~10/11 ＊La Neige(ラ ネージュ) 郡山市

「チェコビーズと小鳥のペンダント展」

愛らしいチェコビーズの花が咲く、小さな庭の様なアクセサリー展。福岡のshop アトリエYUZUのハンドメイドアクセサリーが並びます。

日時／10月10日(金)~13日(月)11:00~19:00
場所／La Neige(郡山市成山町16)
お問合せ／TEL. 024-946-5503
(La Neige ラ ネージュ)

10/11~10/13 ＊ばんだい高原国際音楽祭運営会議 猪苗代町

「野口英世記念 ばんだい高原国際音楽祭2014」

猪苗代町を舞台に、参加アーティスト5カ国15名1団体、全6会場28公演が3日間に渡って繰り広げられる音楽の祭典。

期間／10月11日(土)~13日(月・祝)
会場／ホテルリステル猪苗代、はじまりの美術館、諸橋近代美術館他
料金／1公演(前売)1,600円・(当日)1,900円 ※ペア券あり。
詳細・チケット案内／http://bandaikohgen.web.fc2.com/
お問合せ／TEL.024-924-1100
(ばんだい高原国際音楽祭運営会議事務局)

10/11~10/12 ＊トヨタカローラ福島 福島県内

「秋のお客様大感謝祭」

カローラ福島各店で開催する大感謝祭では、ご来場者プレゼントやご成約の方にプレゼントなどこの日だけの特別なイベント特典が盛りだくさん!!

日時／10月11日(土)・12日(日)9:00~18:00
会場／トヨタカローラ福島各店

SUZUYA
桂由美DRESS FAIR
定休日以外の連日　10:00～19:00開催　※要予約・無料
シルエット・デザイン・ディテール・マテリアル…独自の４つの美学に基づいたドレスを提案する「桂由美」は、SUZUYAが県内唯一の指定特約店。さらに「JILL STUART」「シェーナ・ドゥーノ」など独自の世界観をもつ幅広いラインナップに出会える場所。自分が着たい、似合う、映えるドレスをSUZUYAで探して。
ご両親&姉妹への衣裳
身内の方の衣裳もレンタル中。遠方の方には発送での対応可能。気軽に相談&試着へ。
【留袖一式】25,000円(税別)～
【モーニング一式】15,000円(税別)～
【参加用振袖一式】20,000円(税別)～
持込み料負担
決めた会場でお気に入りのドレスがみつからない…。そんなあなたをSUZUYAがサポートします。
試着料無料
定休日以外連日開催しているドレスフェアでは、気に入った衣裳をとことん試着。もちろん無料なので安心です。
自分だけのセルドレス
レンタルドレスと変わらない価格で誰も袖を通してないセルドレスはいかが？ 自分サイズの仕立てをしてくれるから、心地よくフィットします。
【セルドレス】230,000円(税別)～
(小物代込)
SUZUYA
0120-266-282
● 桂由美指定特約店 ● ブライダル ハウス スズヤ【郡山店】

那須の空と緑が祝福する
2人の高原ウェディング。
那須高原の自然を一望できる最高のロケーションで
理想のウェディングを叶えます。
月に一度のプチフェア開催
Monthly Petit Bridal Fair
予約不要
10/19(Sun)11:00～15:00
ドレスや会場コーディネート見学、
アクセサリー手作り体験などなど。
見どころ満載の一日をご用意してお待ちしています。
【展示内容】
●ウェディングドレス展示 ●テーブルコーディネート展示
●フォトアルバム展示 ●引出物、招待状展示
●アクセサリー作り体験(無料、先着20名様)
ご来場特典
フェア参加のお二人には
ケーキバイキング付♪
フェアご成約特典
【30名様以上のご披露宴成約の方】
●ペアプレートランチ無料ご招待
●シビルウェディング挙式料半額
●スイートルームペア宿泊
11/16(SUN)
次回の月イチフェア
「和」の結婚式 体験フェア
那須高原 りんどう湖ロイヤルホテル
ご予約・お問い合せ TEL.0287-76-1122
〒325-0302 栃木県那須郡那須町高久丙4449-2
りんどう湖ロイヤルホテル 検索

SUZUYA
ブライダルフォト
10/2[thu]▶12/26[fri]
まで写真撮影可能な方
スペシャル特典
全コース
ご衣裳2着目
プレゼント!!
10/2～12/26 写真撮影可能な方
ブライダルフォトコース(和装OR洋装)
和装コース
68,000円(税別)～
洋装コース
48,000円(税別)～
○衣裳(新郎新婦)○美容お支度
○写真1枚(六つ切りサイズ)○両親台紙
ロケーションフォトコース(和装OR洋装)
95,000円(税別)～
○衣裳(新郎新婦)○美容お支度
○送迎○デザインアルバム
森のチャペルウェディング
170,000円(税別)～
○教会挙式○衣裳(新郎新婦)
○美容お支度○写真1枚(六つ切サイズ)
○施設使用料○アテンダー○牧師・聖歌隊
好評につき!!
スペシャル挙式プラン
10/26・11/9限定
20万円のチャペル挙式がなんと
10万円!! ご予約はお早めに!!
フォトスタジオ SUZUYA
0120-266-282
郡山店 福島県郡山市土瓜1-235 TEL.024-962-1145
http://www.suzuya-wedding.com 水曜定休
e-Mail koriyama@suzuya-wedding.com

10/19(日)
10:00～17:00
受付①10:00～ ②13:00～
お料理重視の方必見!
試食付体感フェア
Epinard Nasu by Noqua
森のチャペルでロマンティックな結婚式、那須の美味しい食材を贅沢に使用したお料理で
ほかでは叶わない特別なリゾートウエディングを――
1 森のチャペルで模擬挙式
2 婚礼料理試食会
1,000円(お一人様)
要予約 25組50名様限定
3 会場見学
4 300着 衣裳展示 試着体験
お子様に誓う「子供式」のエンジェルウエディングプラン
ファミリーの絆を深め心温まるプランは
お子様の手形証明書付き!
298,000円(税別)
●ドレス・タキシード ●ヘアメイク ●着付 ●挙式料
●式次第 ●新郎新婦お子様宿泊＋ディナーご招待
●お子様と一緒の六切り写真 ●サービス料
パパママ婚特典
プレミアムフォト&会食プラン
フォトウエディングの後に、
ご家族とのお食事会付プラン!
6名様170,000円(税別)
●タキシード・ウエディングドレス各1着
●新郎様着付 ●新婦様着付・ヘアメイク
●3ポーズアルバム1冊 ●会場費
●お料理 ●お飲物 ●室料 ●卓上装花
★プレミアムフォトのみ100,000円(税別)もご用意しています。
2014.12月末まで土日もOK!
『ウェルカムベビーの結婚式場』に認定されています。
ホテルエピナール那須
0800-888-1122
ホテルエピナール那須 検索
http://www.epi-wedding.jp/

目指せ！街の事情通

県北ショップガイドMAP

すっかり秋めいた季節。
木々も色をつけ、とってもきれいな景色へと変わりました。
親子で、友達同士で、彼氏と…ドライブがてら
県北エリアへお出かけしてみませんか？
個性的なショップ、たくさんありますよ♪

おしゃれの基本は足元から!! カスタマイズ自転車で目立っちゃお。

気温も下がり涼しくなった秋は、身体を動かすにはもってこいの季節！そんな時こそサイクリングはいかが？紅葉で綺麗な景色を眺めながら、自分ペースでのサイクリングは、高いお金をかけてのジム通いよりも効果的な方法のひとつ。他と同じじゃつまらない…どうせなら自分流カスタマイズ自転車でおしゃれに乗りこなそう♪夜も8時まで営業してるので仕事帰りでも気軽に立ち寄れますよ！！

リベルタサイクル
tel.024-545-1777
福島市伏拝字田中2-3
□12:00～20:00
□水曜　第2火曜　2なし

“遊びの宝庫”TOY Jackが 15年目のリニューアル移転オープン!!

取り扱い数、数万点を誇る人気のショップTOY Jackがアクセス良好、南沢又に移転オープンしました。ディスプレイにこだわった店内には人気のキャラクター商品からマニアにはたまらないレアなアイテムが大集合!!子どもから大人まで幅広い年代が楽しめる、夢がたくさんつまったお店です。ネット販売もしてるので気になる方はHPもチェック♪

ガチャポンで人気のコップのフチ子さん

TOY Jack
tel.024-556-1460
福島市南沢又字松北町1-1-2
（上松川駅から徒歩1分）
□11:00～20:00　□火曜
2お店前1台、裏向かい1台
□http://www.toy-jack.com

心のこもった手作り小物でポカポカな冬をむかえよう♪

今年こそ編み物にチャレンジしたい！でも、最初ってどうしたらいいの？と迷っているあなた。そんな時は品数も豊富、アドバイスも気軽にしてくれる大型手芸専門店、ホビープラザルピナスを訪れてみてください。初心者も上級者も楽しみながら製作できるキットや、県内でも取り扱いが珍しい輸入毛糸も続々入荷中です。悩んだ時にはワークショップも随時開催しているので、今年こそ編み物デビューしてみてはいかがですか？きっと、ほっこり気分で冬を迎えられますよ♪

人気編み物講師「ケストラー・ベルンド」先生による編み物
ワークショップ予約受付中
11/28(金)午後の部 午後の部 入替制
受講料 2,800円～
※詳しくはお店まで！！

ホビープラザ ルピナス
tel.024-521-0789
福島市笹町11-25　AXC4F
□10:00～19:30　□無休

超～お得な平日前撮りキャンペーン。 これがホントのラストチャンス!!

来月はいよいよ七五三本番。お子さんの成長の記念に七五三写真は家族にとっても一大イベント。でもまだ予約をしていない…とお困りのお母さんは衣装も200以上を揃え、平日ならと～ってもお得な料金で撮影ができるあんざい写真館を訪れてみてください。子どもの可愛い表情を逃がさず撮るフォトテクニックはピカイチで出来上がりの写真は満足度100%♪平日なら学校が終わったあと、時間に余裕をもって撮影をすることができますよ！！

七五三前撮りプラン 10/31まで
平日 15,000円(税別)
四つ切1枚・アルバム台紙セット
ヘアメイク・着付け込
※衣装は何着着てもOK ※写真追加の場合は別途料金が発生します。

あんざい写真館
tel.024-522-2577
福島市御倉町4-16
□9:00～18:30　□水曜
□http://www.anzai-photostudio.jp

クリーニングのプロが伝える、
失敗しないための
シミ抜き“3つの掟”

「お気に入りの服にシミがついてしまった…」
そんな経験、誰もが一度はありますよね。大切なのは正しいシミ抜きを行うこと。県内で137店舗を展開しているホワイト急便福島が、プロの視点から失敗しないためのシミ抜きの掟を伝授します！

掟その1 まずは相手をよく知ることから。シミの種類・衣類の素材を見極めるべし！

しょう油やワインなどの食べこぼしでできたシミから、汗や血液などの分泌物のシミ、さらには化粧品に泥はね、ボールペンなどのインクまで、ひと口にシミと言ってもその種類は実に様々。シミの種類によって正しい処理の仕方があり、その判断を誤ると余計に取れなくなることもあるので要注意です。また、どんな素材の衣類にシミがついたかも重要なポイント！家庭でのシミ抜きが難しいものも多く、失敗したくない方はまずはクリーニング店にお任せすることをおすすめします。

CHECK! 落とすのが難しいシミの代表例
インク　墨汁　接着剤　古いシミ（酸変）

CHECK! シミ抜きが難しい衣類の素材
麻　レーヨン　シルク

掟その2 自己流解決は失敗のもと。困った時はプロの技に頼るが一番！

最近は家庭用の漂白剤も増えていますが、安易な自己解決には実はリスクがたくさん！たとえば衣類の素材によって、スレや色落ちが起きてしまうのはその代表例。そうなってしまってからクリーニング店に持ってきても元に戻すのは困難です。白化して補色が必要となる場合があります。また、シミができた直後の応急処置にも意外な落とし穴が!?慌てて汚れを落とそうと拭くことでかえってシミが広がったり、それによって白化する場合があります。また、血液など湿度によって落ち具合が変わってくるシミは水で落とそうとすると逆に固まってしまったりすることもあります。

Before

After
家庭で洗濯を行った場合…
失敗例

CHECK! プロによるシミ抜き BEFORE→AFTER

After
プロによるシミ抜きの場合…

ホワイト急便はシミ抜きにも自信があります。

秋のクリーニング企画
ハートセール

会員様 ドライ品3点 810円(税込) 組合せ自由

※除外品●寝具　●水洗品　●専門工房扱品（和服・革製品・ジュータン）　●特殊品（礼服・ダウンジャンパー・スキーウェアー）　※重衣料【オーバー・コート・防寒ジャンパー】は各々一点につき「200円」、ジャンパー（普通、薄手）及びセーター・カーディガン（カシミア・ビーズ・アンゴラ）は「100円」の追加料金でご利用いただけます。　※お客様のご要望で「シミぬき」をさせていただきます。一般シミぬき料金＝品物1点につき200円
※いわき相双地区を除く

毎月、お得なセール情報案内やクーポンをメール配信でお届けします！

メール会員大募集！ 登録無料

①QRコードから登録する
お店のQRを読み取って空メールを送ります。まもなくメールが届くので、簡単な必要事項を入力し登録完了！
②パソコンから登録する
「ホワイト急便福島」のホームページから、「会員登録フォーム」に必要事項を入力して、登録をクリック。「会員登録完了メール」が届いたら登録完了！
ホワイト急便福島　検索

掟その3 シミ抜きは時間との戦い。早めに行うが成功のカギ！

もうひとつ、シミ抜きが上手くいくかどうかのカギを握っているのがどれだけ早めに正しいシミ抜きを行うかです。シミは時間が経てば経つほど衣類の繊維に浸透し、取るのが難しくなります。シミの種類によって落とせる期間の目安も1週間から3ヶ月程度と幅はありますが、早めに行えば行うほどキレイに落とすことが可能になります。

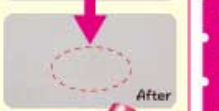
※付着した衣服やシミの種類によって落とすことができないシミもあります。例えば、金属などにボールペンや接着剤がついた場合など。

CHECK! シミがついて1日目の汚れ

Before

After

CHECK! シミがついて10日後の汚れ

Before

After

クリーニング ホワイト急便

福島県内137店舗でお客さまのお越しをお待ちしております。

郡山工場
〒963-8041
郡山市富田町字諏訪前25-1
TEL／024-962-2555

福島工場
〒960-8051
福島市太平寺字一本柳75
TEL／024-546-6555

会津工場
〒965-0102
会津若松市真宮新町北三丁目50
TEL／0242-58-2555

御前南全14区画"分譲中!"

◆朝日が丘小学校 徒歩4分(約390m) ◆郡山第七中学校 徒歩2分(約200m)

隣接した公園、各種病院もあり子育て環境が充実した地区です。

小・中学校まで5分以内!

土地物件 5 残り区画!

モデルルームはこちら!

モデルルーム見学会随時開催!
※詳しくはお問合せください

44.37坪～63.60坪

976.1万円～1,240.2万円

■建ぺい率 50% ■容積率 100%
■取引様態 売主(仲介手数料不要)
※建築条件付き販売

4LDK+納戸+書斎+ロフト2部屋

■1F面積／59.62㎡(18.03坪) ■土地面積／191.76㎡(58.00坪)
■2F面積／54.65㎡(16.53坪) ■建物面積／114.27㎡(34.56坪)
■ロフト面積／14.96㎡(4.50坪) ■施工面積／149.19㎡(42.71坪)
建築確認番号/第H25建確建築ＢＨＣ中北2442号

快適な住まいを提供します
株式会社 マルイホーム
郡山市御前南5丁目53-1
TEL 024-983-7321
FAX 024-983-7322
営業時間 8:00～19:00
MAIL info@maruihome.com
マルイホーム 検索

まるで マネーセミナー

保険見直しの季節到来!

2015年には再度上がる消費税で家計の負担は増える一方。家計の改善には保険見直しが効果的です。いつかやろうと思っている保険相談を年内中にやってみては?分かりやすい言葉で保険の基本から教えてくれるので、保険初心者にも安心。保険以外にも家計見直しや社会保障制度の話しも聞けるので、まるでマネーセミナーとの声も!

無料相談会開催中

初回のご予約は不要

10/1より 生命保険を相談された方、先着10組様に
ROYCE' のカフェロイズチョコレートドリンク(スティックタイプ)1箱プレゼント!

経験豊富なファイナンシャルプランナーがご来店お待ちしております

HIAが地元に愛される理由 10ヶ条

1. アドバイザーは全員地元出身
2. 専門用語は使わない
3. 家計のやりくり相談もできる
4. 初歩的な質問も大歓迎
5. いつも勉強をしている
6. いつも面白いことをしている
7. 相談料はいただかない
8. 相談するだけでもOK
9. 初回はご予約不要
10. みんな地元が大好き

HIA 地元を愛する保険専門店 超情熱人集団
住まいと保険と資産管理
http://www.fukushima-fp.com E-mail:hia@fukushima-fp.com

郡山フェスタ店
日東団ショッピングモール フェスタ1F
☎024-958-1353 営10:00～21:00 休無

イオンタウン郡山店
イオンタウン郡山 ショッピングセンター内
☎024-941-1352 営10:00～20:00 休無

福島西店
福島市野田町1丁目16-25-102
☎024-531-1352 営10:00～19:00 休火曜

通学に安心の宅地情報&高性能な新築をまとめてチェック
がくちかNEWS&3棟同時完成見学会!

学区から土地を選ぶ
がくちか宅地更新中!

イオンタウン徒歩1 スキップフロアの家

10/11(土)・12(日)・13(祝・月) 3棟同時完成見学会

時間/10:00～17:00
場所/郡山市昭和1丁目47他

イオンタウンから徒歩2分の好立地で、3棟同時完成見学会を開催!高性能なウェルズホーム仕様の新築物件を同じエリアで3棟まとめてチェックできるから、連休のショッピングがてら気軽にGO!

3棟の見どころ!

- 北海道型高気密・高断熱仕様
- スキップフロアを配したレイアウト
- オール電化システム
- 省令準耐火構造・準防火仕様
- 10年間地盤保証付き

ウェルズホーム Wells Home
水曜定休

●本社/郡山市富田町字山王林22番地1 tel.024-936-0660
●コスモス通り支店/郡山市大槻町字辰巳田1 tel.024-973-8111
●安積支店/郡山市安積町荒井字石橋64-1 tel.024-973-7322

郡山市 新築・中古物件ご案内!

地域様々

H27.3月完成 新築 五百渕西① 2,180万円(税込)	H26.10月完成 新築 開成6丁目① 1,980万円(税込)	H26.10月完成 新築 昭和2丁目④ 2,190万円(税込)
・4LDK・P3台 ・土地 230.0㎡ ・建物 105.99㎡ ・校小・三中	・4LDK・P2台 オール電化 ・土地 185.14㎡ ・建物 105.16㎡ ・開成小・一中	・4LDK・P3台可 ・土地 166.50㎡ ・建物 105.16㎡ ・小原田小・小原田中
H26.11月完成 新築 大槻土瓜③ 2,280万円(税込)	H26.11月完成 新築 大槻土瓜④ 2,180万円(税込)	H26.9月完成済み 新築 久留米5丁目⑥ 2,190万円(税込)
・4LDK・P3台可 ・土地 161.62㎡ ・建物 96.79㎡ ・小山田小・大槻中	・4LDK・P2台 ・土地 176.98㎡ ・建物 98.41㎡ ・小山田小・大槻中	・4LDK・P2台 ・土地 152.94㎡ ・建物 105.99㎡ ・柴宮小・七中
H26.10月完成 新築 四十坦⑫ 2,350万円(税込)	新築 中古物件 安積町成田 1,700万円(税込)	中古物件 富田日吉ケ丘 1,758万円(税込)
・4LDK・P2台 ・土地 162.67㎡ ・建物 105.16㎡ ・富田東小・富田中	・P3台 ・土地745.32㎡ ・建物(木造2棟) ①平屋101.16㎡(544.6月築) ②2階建90.52㎡(556.10月築) ・安二小・安二中	・4LDK ・土地177.97㎡ ・建物(木造2階建) 107.64㎡(562.1月築) ・富田東小・富田中

不動産コンサルティング
(株)和同商事
(公社)全国宅地建物取引業保障協会会員 東北地区不動産公正取引協議会加盟
買取無料査定!
TEL 024-933-0696
FAX 024-938-6562 E-mail info@wado-syouji.co.jp

郡山市で家づくりを考えるパパ&ママ必見!

学区から選ぶ家づくり

子育て世代の家づくりのポイントは?

私はこうやって決めました!

小学校の場合、子育て世代が重視するのは"学校までの通いやすさ"。家づくりの際、学校と住環境どちらも重視し「学区外通学(※)」を考える方もいますが、通学時間が長い・車が多い・送迎が大変…そんな通学は避けたいですよね。ぜひ"通いやすさ"も考慮してあげましょう。

※郡山市の場合、「学区外通学」を希望する場合は教育委員会への申請が必要です。

学区から選べる住まい情報をチェック!

新 中 和同商事 ……P68
新 地 ウェルズホーム……P69
地 マルイホーム ……P69

新…新築物件 中…中古物件 地…宅地・分譲地

小学校に入ってから失敗しない!

重要なのは今からの教育!

ヨコミネ校のスゴイところ!

ここがスゴイ! その1

ヨコミネ校に通う80%のお母さんがオススメ!

小学校に入る前から身につけておきたい、礼儀やあいさつ、お片付けなど積極的に力を入れているヨコミネ校。先生やパパ&ママに"言われなくてもできる"そんな社会生活の基本を身につけられます。毎日通うほどに「そんなことができるようになったの!?」と、お子さんの成長を日々感じられるはず。園に通う子どもたちのお母さんが勧めるのも納得です。

ここがスゴイ! その2

習いごといらずの多彩なカリキュラム

園では読み書き、英語、音楽、運動など一日に8〜10種目のヨコミネ式活動を取り入れています。こんなに授業ばかりで子どもたちが大変では?と心配しているお母さん、いえいえそんなことはありません。授業の中で1つ1つ"できた!"を見つければ、次は自分からちょっと難しいことに挑戦したい!と"やる気スイッチ"をうまく押してあげることができるのです。

ここがスゴイ! その3

もう一つはWebでチェック!

フリーマガジン あるく　検索

1日のスケジュールや保育料など、気になることもここでわかるよ♪

体験見学会実施中!

園の生活を体験してみよう!
事前にお問合せのうえ、ご来園ください。

tel.024-953-8330

一般社団法人
ヒューマニティー幼保学園ヨコミネ郡山
tel/fax.024-953-8330
福島県郡山市富田町字中ノ目41番地 http://ameblo.jp/yokomine20140401/

ヨコミネ校の様子がわかるブログはこちら

一般社団法人 **ヒューマニティー幼保学園（本園）** tel.024-951-0715 福島県郡山市鶴見3丁目197

web ARUKU

ふくしまで子育て.com

0才〜5才の子を持つママへ

郡山・福島の幼稚園がひと目で分かる!比較表を見て気になる園の資料請求をしよう

県内の休日・夜間救急の当番医情報もわかる!

幼稚園ガイド 幼井 園子（おさない そのこ）

ふくしまで子育て.com　検索

こそだて広場

キッズが役立つ街のショップさんや
知っていただきたい地域の教育情報、
行く時に役立つ読み物まで。
便利でためになる情報満載で
お届けします!

そろばんはじめたよ!

入学準備教室受付中

学びの基本を身につけるなら、そろばん教室!暗算力が身につくと、頭の回転が速くなる、自ら学ぼうとする力がつき、学習の習慣づけができる、椅子に座っていられる集中力が身につく、計算が得意になると学校での勉強も好きになる…などなど、そろばんを習うメリットはこーんなにたくさん♪まずは無料体験教室から。

しのぶスクール

☎0248-63-2088 本部代
【朝日が丘教室】
郡山市大槻町字豊場1-21
ユニティー郡山1階
【桑野教室】【ぼたん園教室】
【希の郷教室】【細田教室】【鏡石教室】

aruku ママ友通信 10月号

"おすすめイベント&お役立ち情報"

おいしい味覚、お祭り、スポーツ…いろいろな秋を楽しんじゃいましょう!

① arukuおすすめ!お出かけスポット(鏡石町編) 親子でじゃぶじゃぶ♪ 温水プールで水遊びを楽しもう! 鏡石町町民プール「すいすい」

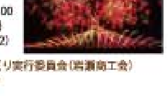
鏡石町の屋内型プール「すいすい」は誰もが気軽に楽しめるようにと"おもいやり設計"で造られています。もちろん、町民以外の方の利用もOK!一般プール(25m)をはじめ、流水プール、幼児プール、子ども用プール&滑り台、ジャグジーまで充実し、水遊びから本格派まで楽しめます。さらに、車椅子用通路、入水用スロープの設置や点字誘導ブロックや手すりなど、安全面への配慮も万全。親子や、おじいちゃんやおばあちゃんと一緒に楽しめるのがうれしい。これから寒い季節になりますが、温水プールなので天候を気にせずに遊べますよ!

- 場所／岩瀬郡鏡石町鏡町199
- 利用時間／1回ごとに入れ替え制
  ※平日は第2回からの利用となります。
  ①10時〜12時　②13時〜15時
  ③16時〜18時　④19時〜21時
- 休館日／毎週火曜日（年末年始は火曜日も営業）
  ※毎年1月に10日間程度の長期休館期間あり
- 利用料金／大人500円、中・高校生300円、小学生200円、幼児無料
  ※65歳以上の方は300円。
  幼児は保護者（有料）の同伴が必要。
  回数券や年間利用券あり。

お問い合わせ／鏡石町町民プールすいすい　TEL.0248-62-1045
［情報］スタッフ随時募集中!

② イベント情報♪ "秋花火"に出かけませんか! いわせ悠久まつり2014

花火大会は夏だけとは限りません。実は、秋からの花火は夜空の空気が澄んでクリアに見えるうえに、あの蒸し暑い夏の夜と違って、なんとも気持ちがいい!そんな秋花火を、須賀川市岩瀬地区で開催される「いわせ悠久まつり2014」で楽しめます。日中のまつりでは「米ロールケーキの早食い大会」「清流米かっぱ巻きの早食い大会」「ちから自慢俵投げ大会」などのイベントを開催。夜の花火の打ち上げでは、地元の糸井火工さんが心を込めて、夜空に大輪の花を咲かせます。



- 日時／10月25日(土)
  ・いわせ悠久まつり 10:45〜
  ・花火大会 18:00〜
  交通規制あり9:00〜21:00
- 会場／須賀川市岩瀬支所駐車場（須賀川市柱田字中地前22）

お問い合わせ／いわせふるさとづくり実行委員会（岩瀬商工会）
TEL.0248-65-3210

③ 郡山市制施行90周年・合併50年記念 保健のこと、福祉のこと、もっと身近に! ファミリーフェスタ2014

楽しいイベントや各種体験コーナーに参加しながら、健康や福祉をもっと身近に考えてみませんか!ステージイベント「みんなで奏でるハーモニー」、わくわく!スタンプラリー、がくとくんバルーントランポリン、障がい福祉、介護・高齢、こども、保健の各部門による相談・体験・展示コーナーなど盛りだくさん。子どもから大人まで、みんなで楽しめますよ。

入場無料

- 日時／10月5日(日)10:00〜15:00
- 会場／郡山カルチャーパーク カルチャーセンター（郡山市安積町成田字東丸山61）

お問い合わせ／実行委員会事務局（郡山市社会福祉協議会）
TEL.024-932-5311

七五三記念キャンペーン

5大特典

1	2	3	4	5
撮影料 全日 無料	七五三主役の方 ドレス or タキシード 衣裳チェンジ無料 洋装お1人の6ツ切お写真代別途。	主役以外のご兄弟、姉妹の方 ドレス or タキシード レンタル 撮影時無料 ※8歳まで。ヘアメイクは別途。	ママの着物 スタジオ内 レンタル無料 ※着付・ヘアメイクは別途。	七五三 撮影の方 千歳飴 プレゼント

七五三衣裳・平日お出掛け **レンタル0円**

10/31まで前撮りを済ませると、12/19までの平日「お出掛け衣裳」レンタルが無料に!
（ヘアメイク・着付・衣裳一式・小物一式込み）
※土日祝は10・12月は7,000円〜、11月は9,000円〜。

スタジオコース 撮影内着付
5,500円(税込)より お1人様料金 通常料金8,900円
七五三衣装一式・ヘアメイク・着付・お写真6ツ切1枚（撮影本人1人）・台紙付

和・洋5ポーズセット 撮影内着付
23,000円(税込)より お1人様料金 通常料金33,900円
七五三衣装一式・ドレスorタキシード・ヘアメイク・着付・お写真6ツ切5枚（5ポーズ）・台紙付
※5ポーズセットの内容は自由。兄弟写真や家族写真も選べます。

せっかくの記念日 家族みんなで着物姿!

お母様用お着物
撮影時スタジオ内レンタル無料
着付け・ヘアメイクは別途
お父様用お着物
撮影時スタジオ内レンタル
お着物一式、着付け料6,000円(税込)

切り取って持って行こう!

オープン1周年記念プレゼント券

平日限定 6ツ切お写真額入りプレゼント!	土日祝限定 2Lお写真額入りプレゼント!	Tポイント 500ポイントプレゼント
6,000円分	4,000円分	500pt
平日撮影のみのプレゼントです。1家族1回のみ有効。七五三以外の撮影も対象です。※ご購入のお写真の中からお選びください。※必ずこちらのプレゼント券をお持ちください。	土日祝撮影のみのプレゼントです。1家族1回のみ有効。七五三以外の撮影も対象です。※ご購入のお写真の中からお選びください。※必ずこちらのプレゼント券をお持ちください。	全日、撮影又はレンタル対象です。1家族1回のみ有効。他ポイントカードとの併用はできません。※必ずこちらのプレゼント券をお持ちください。
平成26年10月31日(金)まで有効	平成26年10月31日(金)まで有効	平成26年10月31日(金)まで有効

Polaris
トータルフォトスタジオ　ポラリス
郡山市八山田2丁目161-2　営業時間10:00〜19:00　定休日水曜・第2火曜
Tel.0120-410-927（予約制） www.studio-polaris.jp

vol. 2

菊池先生の子育て医療コラム

『子どもの成長と発達』のお話

看護学生さんへの授業で私がもっとも大事にしているのは、子どもの成長と発達に関することです。授業の冒頭、"子どもは単に大人のミニチュアではない"ということを伝えます。そして、子どもを診(見)るときに必ず忘れてはならないことは、"子どもは成長と発達の連続の時を生きている"ということです。

子どもが大きくなるとは、どういうことでしょうか？背がのび、肉付きが増し、がっしりしてくるなど、体格が大きくなることを成長(発育)といいます。一方で、歩ける、話せる、本を読めたり字を書けたりなど、それまでできなかったことができるようになるのを発達といいます。子どもたちは生まれた瞬間から、この成長と発達を日々続けていきます。

そしてもう一つのポイントは、成長と発達にはめず一定の順序があり、また年齢によって成長と発達する場所が大きく変化するということです。例えば、赤ちゃんや年齢の小さな子どもたちの頭は、体に比べるとだいぶ大きいことはご存じだと思いますが、これは胎児から引き続いて脳が急速に大きくなっていることを意味しています。この間、子どもの脳は外界から様々な刺激を取り入れ、脳細胞が活発に進化しています。一方で、思春期になると骨や筋肉が太くしっかりつき、同時に二次性徴を迎えます。

このように、子どもたちは時間の経過とともに、体の様々な部分を順序よく完成形に向けて、より大きく、より進化させていきます。そのために、子どもたちは年齢によって受けなければならない刺激や、やっておかなければならない経験があります。特に就学までの時間は、子どもの一生の土台となる心と体を作る時期です。お母さんからのたっぷりの愛情が子どもの心を安定させ、様々な身体的活動が運動能力を高めます。

子どもたちの一分一秒は彼らの成長と発達の重要な時間であり、またその時間をいかに大切に扱うかは私たち大人の問題であることを、改めて考えてみませんか？

医療法人仁寿会 菊池医院
菊池　信太郎 先生
郡山市本町1丁目14-21
http://jinjukai-kikuchi.or.jp/
郡山市　菊池医院 検索

プチママン子育て応援リレーコラム

Vol. 4 子育てと転勤

ママたちの中には妊娠中に転勤が重なって、引っ越し準備や病院探しで大変な思いを経験したことのある方も多いのでは？加えて、子育て中だと子供の転園・転校の為に、制服等の買い直しや細かいことを言えば、習い事の入会し直し等で出費がかさみ大変です。また、環境の変化に対する子供の心のフォローにも頭を悩ませるところではないでしょうか。

我が家では、新天地の楽しそうなところをネットで探して「楽しそうだよね！引っ越ししたら行ってみようね！」と気分を盛り上げるとともに「でも不安だよね、ママもちょっとドキドキするよ」と同じ思いだよと伝えるようにしていました。そして、引っ越し前後は特に子どもとよく話をするようにも気をつけました。「どうだった？」と聞くのではなく「ママは今日こんな人とこんな話をしたよ」と自分の話をするようにしていると、子どもも「私はね～こういう子と、こういう遊びしたんだよ」と話してくれていました。

引っ越しが決まって、私が一番気にしたことは評判の良い産婦人科や小児科、耳鼻咽喉科の病院が近くにあるかどうかです。他にも居住地区の治安や園・学校の情報等も気になり…。そんな時、行政からの情報もありがたいのですが、民間の細かい情報は更にありがたいのです。インターネットの口コミサイトを参考にはしましたが、やっぱり一番は地元の人の生の声ですよね。そういう生の声を聴くには転勤先で積極的に地元のママさんと仲良くなるのが必須です。

では具体的にどうしたら良いのか。私は、各地にある子育て支援センターやプチママンのような子育てひろばだと思うのです。それらイベント等に参加して、親子共に楽しむこともでき、一緒に楽しんだ他のママ達と自然に話もできます。そこで同じ悩みを共有したり貴重な情報を聞いたりしているうちに、いつの間にかママ友の輪が広がり、いつの間にかその土地になじんでいくのではないかと思っています。

（荒川秋絵）

ひろば開放日
月、火、木、金10:00～14:00

[profile] NPO法人 子育て支援
コミュニティ プチママン
お問い合わせ 024-983-1925
HYPERLINK
http://www.b-net.tv/petitmaman/
プチママン 検索

磯の香りの塩えのき

＜材料＞（作りやすい分量）

- えのきだけ ………… 400g
- 桜えび ………… 大さじ5
- 昆布 ………… 1枚（3×8cmのもの）

A（酒、みりん 各1/4カップ
　はちみつ　大さじ1）

- 塩 ………… 小さじ1
- 青のり ………… 大さじ2

＜作り方＞（調理時間15分）

1. えのきは石づきを切り、4～5等分の長さに切ってから手でほぐしておく。昆布はキッチンはさみで細かく刻む。
2. フライパンに桜えびを入れ、中火で1分ほど炒めて香りが出たら1とAを入れて5分ほど煮る。塩、青のりを入れて、さらに2分ほど煮る。
3. あら熱がとれたら、保存容器に入れて冷蔵庫で保存する。

※冷蔵庫で4～5日ほど保ちます。

POINT
おいしさの決め手は炒めて香りを出した桜えび。また、塩は必ず最後に入れるのが重要です！

えのきとチーズの揚げワンタン

＜材料＞

- 塩えのき ………… できあがりの1/4量程度
- プロセスチーズ ………… 1個
- ワンタンの皮 ………… 10枚
- 揚げ油 ………… 適量

冷めてもしっかり味なのでお弁当やおつまみにもピッタリです。

＜作り方＞

1. チーズを5mm角に切る。ワンタンの皮の中央に塩えのきを小さじ1程度とチーズを乗せる。
2. ワンタンの皮の端を水で軽くぬらし、三角形になるように2つ折りにする。
3. 油をフライパンに入れて、手をかざして温かくなるくらいまで加熱したら、2を入れて1分揚げ、返してからさらに1分揚げる。

料理家
本田 ようーさん
PROFILE
http://youichi-honda.com/

ぱぱっと ようーさんの Cooking eごはん vol. 24

福島出身の料理家、本田ようーさんが紹介する、おいしくて簡単（easy）、家計にもやさしい（eco）レシピ"eごはん"
今回は桜えび、昆布、青のりの海の幸と旬のきのこを合わせたレシピをご紹介。新米の季節のご飯のお供やお酒のおつまみに重宝しますよ。
冷めてもおいしいアレンジレシピの揚げワンタンもぜひ試してみて！

OPEN1周年♪
小学生でもTOEIC600点以上を目指せる!
ユニバース英会話スクール
文法学習 × 英会話 で、
将来に「活かす」英語を身に付ける!
STEP.1 文法学習
Lepton(レプトン)を使って「読む・書く・聞く・話す」を身につけます。
STEP.2 英会話
アメリカ人先生の指導のもとで英会話。Step1で学んだことをどんどんいかそう!
OPEN1周年キャンペーン実施中!
★英会話トライアルコース 5,000円(税抜)/月(1回30分)
★10月中の申込みで入会金0円!!(通常20,000円(税抜))
★無料体験レッスン実施中!
詳しくはお問合せまで♪
ハロウィンパーティ開催!
仮装してトリック・オア・トリートもしよう!
10/26(日)15:00~18:00
★お申込み・詳細はお問合せください。
UNIVERSE
ユニバース 英会話スクール
ベル学院高等学園
BEST HIGH STAGE ベスト学院ハイステージ
東進衛星予備校
【お申し込み・ご質問はお気軽にお電話で】
TEL.024-953-3559[受付時間12:00~21:00]
資料請求はお気軽に!
詳しくはHPをチェック! ユニバース 英会話 検索

嶋さんのお仕事の必需品

診察器具の一部。聴診器や体温計の他、耳の中や眼球を診る道具など、最近はタブレットでレントゲン写真や治療結果を飼い主さんに見せて説明します。

ほど弱っていた動物が、治療で徐々に元気になっていく姿を見ることが一番うれしいですね。飼い主さんは必ず治ると100%の結果を求めて病院に来てくださっています。そのため、獣医はその期待に応えられるように、たくさんの経験と知識が必要です。獣医になった今も毎日が勉強ですよ。そのため、県内にいる獣医師の仲間たちと勉強会に参加したり、情報交換をしたり、お互いをサポートし合う体勢をとっています。国家試験の時もそうでしたが、獣医になった今も助け合える仲間は欠かせません。いま、福島県には夜間専門に診療する動物病院がないので、その仲間たちと夜間病院の設立に向けて働きかけもしています。

〈ペットを飼っているみなさんへ〉
動物も人間と同じで定期健診が必要です。犬や猫は人間で言うと1年で4~5才ぶん成長します。病気になった時だけでなく、最低でも1年に1回は健診を受けましょう。病気の予防や早期発見にもつながりますからね。

——将来、獣医を目指す子どもたちにメッセージお願いします。

嶋 「獣医さん」というと動物病院の先生をイメージするかと思いますが、牧場や畜産農場、競馬場、公衆衛生に関わる役所、製薬会社など、たくさんの場所で活躍しています。獣医になるには動物が好きなことはもちろんですが、話せない動物の代わりに話をしてくれる飼い主さんの気持ちも理解しなければなりません。飼い主さんと連携して、ひとつのチームになって動物たちの怪我や病気に立ち向かう、それが理想の治療だと思います。たくさんの友達や仲間をつくって、人の心を理解できる獣医さんになってほしいですね。

PROFILE

嶋 拓也(しま たくや)さん [しま動物病院院長]	
出身地	福島県郡山市
出身校	酪農学園大学 獣医学部 獣医学科(現在は獣医学群 獣医学類)
座右の銘	「泥臭く」
休みの日の過ごし方	4歳と8ヶ月の2人のお子さんと過ごすこと。小学生から続けている水泳が得意で、以前はプールによく通っていたそうです。

夢名鑑の内容は新しくなった「Webマガジン ARUKU」でも見ることができます。(10/5頃up予定!)
バックナンバーも見られるよ!
あるく 夢名鑑 検索

プロフェッショナル
夢名鑑

現在活躍中のプロフェッショナルに、その職業を選んだ理由、夢をかなえるためにどんな勉強をしてきたのか、あきらめそうになったとき、どう乗り越えたかなどをうかがいます。

File vol.60

獣医師

Guest 嶋 拓也さん
(しま動物病院院長)

「動物相手の医療ですが、飼い主や獣医仲間、人とのつながりも必要な仕事です。」

——嶋さんが獣医を目指したきっかけを教えてください。

嶋 私の家では昔からニワトリやシマリス、アヒルなどいろいろな動物を飼っていたので、小さい頃から動物に囲まれた生活を送っていました。なんとなくですが、小さい時から獣医になることは考えていましたね。でも将来をちゃんと考え始めたのは中学生の時。当時飼っていた犬が病気で病院にかかった時期がありまして、そのとき獣医さんや動物病院の仕事を実際に見たことがきっかけでした。そのパグ犬はもう亡くなっていますが、実は病院の外観はその子を模して建てたんです。初心を忘れないために。

幼い頃に飼っていたパグをイメージした嶋さんの病院。確かに正面が顔に見える!?

——獣医になるにはまず獣医学部のある大学に入り、そこで6年間学び国家試験を受けます。やはりその勉強は大変でしたか?

嶋 現在、日本に獣医学科のある大学は国公立・私立を合わせて16校しかありません。志願者も多いですし、私も受験に合格するためたくさん勉強しました。実は2浪して、北海道の酪農学園大学に入学したんです。浪人時代は食べる、寝る以外はひたすら勉強していましたね。国家試験の時も同様で、気がつけば12時間机に向かっていました。試験前によく言われたのが「試験勉強はひとりでするな」ということ。なぜかと言うと、獣医学には薬理、解剖、伝染病など医療に関わる幅広い分野から出題されます。そんなたくさんの分野をカバーするためには、互いの穴を埋める仲間が欠かせません。問題を出し合ったり、わからない所を教え合ったり…。大学受験は一人での戦いですが、国家試験は仲間と一緒に戦うという感じでしたね。ですから試験に無事合格できたのは、一緒に国家試験に挑む仲間の力があったからこそだと思います。

——動物病院に勤務してからのことを教えてください。

嶋 私は学生のとき研修医としてお世話になった、埼玉県にある動物病院に勤務しました。でも獣医の免許を持ったからといって、なんでもすぐ出来るわけではありません。病院に来る動物たちも毎回治療法が違いますし、一回で決めなければならない採血も相当なプレッシャーでした。ですが、それ以上に緊張したのが、飼い主さんとお話をすること。今までは大学や研修先の先生や学生相手ばかりだったので、初対面の飼い主さんから症状をきちんと聞いたり、治療法をわかりやすく説明したり…。相手が自分の話を理解できるよう、丁寧にそして緊張せずに話すのはとても大変でした。接客も含め、仕事のいろはを先生や先輩に教えられたり、経験を積む毎日でしたね。

——仕事でやりがいを感じることはどんなときですか?

嶋 病院に来た時は自分で立てない

大きい動物を診察台に持ち上げたり抑えたり、仕事はかなりハードワーク! サポートするのは動物看護師の谷芭さん。

女性が乳がんになる確率は16人に一人だって、ご存知ですか？

40歳以上の女性の方、乳がん検診を受けていますか？
20代、30代の女性の方、まだ若いから大丈夫と思っていませんか？
10月は世界的に乳がん検診を推進するピンクリボン月間。
この機会に、自分のため、大切な家族のためにも
乳がんに関する正しい知識を身に付けておきましょう。

監修
「ピンクリボン in 郡山」実行委員
星総合病院　外科　片方　直人 先生

知っておきたい 乳がんのQ&A

Q1 乳がんって、どんな病気？

A1 乳腺（母乳をつくるところ）にできた、たった1個の小さな細胞ががん化して成長する病気です。

進行すると、女性にとって大切な乳房を切除する手術が必要になることも。しこりが小さくても、ワキの下のリンパ節や血管を通して、肺や肝臓、骨、脳など、全身に転移する可能性があり、放っておくと命に関わることもあります。

Q2 なぜ、早期発見が大切なの？

A2 早期発見なら90％以上の方が治癒します。

乳がんは不治の病ではありません。しこりが小さい（2センチ以下）で、リンパ節や他の組織への転移がない状態で発見できれば90％以上の方が手術と術後治療（薬物・放射線）により治癒します。もちろん、乳房温存の可能性も高くなります。早期発見のためにも、40歳になったら2年に一度の定期検診をおすすめします。

Q3 治療には、どのくらいお金がかかるの？

A3 進行すると、経済的な負担も大きくなります。

乳がんの治療には基本的に保険が適応されます。平均的な収入の方であれば、1カ月の支払いは約4～8万円位だと思います。でも、毎月4～8万円の出費はかなり重いもの。治療法にもよりますが、発見されたときのしこりが大きければ大きいほど、治療期間も長くなり、経済的な負担も重くなっていきます。早期に発見できれば、治療にかかる金額も時間的な負担も少なくて済みます。

Q4 「しこり」って、どんなもの？

A4 乳房やワキの下をなでたときに感じる、かすかに盛り上がった感じや硬い感じ。

乳がんのしこりは硬めで、表面はデコボコしています。"コンニャクの上から梅干しの種に触った感じ"が、一番近いかもしれません。指の腹（人さし指、中指、薬指）を使って、乳房の表面全体を軽くなで、かすかに盛り上がった感じや硬い感じがないか、確認してみましょう。

でも、自分ではっきり「しこりがある」と分かるようになるのは、しこりが1～2センチ以上になってからがほとんど。そのほか、乳房が変形したり、赤く腫れたりする、乳頭から膿や血液のようなものが出るなどの自覚症状が出る場合もあります。

Q5 乳がん検診って、受けたほうがいいの？

A5 早期発見のため、2年に一度は、病院で乳がん検診を受けましょう。

セルフチェックで1センチ以下のしこりを発見するのは、かなり難しいと思います。病院ではマンモグラフィー検診と医師による視触診で検診します。マンモグラフィーは、乳房専用のレントゲン。自分では発見が難しいミリ単位の小さなしこりや、乳腺の変形などを発見しやすいのが特徴です。

20～30代の女性には、エコー併用がおすすめ。

乳腺が発達している若い女性の場合、マンモだけでは発見が難しい場合も。まだ20～30代だけど、身内に乳がんや卵巣がんの患者が多いなどの理由で、不安を感じる方には、乳腺の専門医のいる病院でのエコー（超音波検査）での検査をおすすめします。ただし、特に症状がないのに検査を受ける場合、保険は適応されないので、ご注意！年齢や乳がんリスクを考え、最適な方法を選んで。

★正しいセルフチェック（自己触診）の仕方

自分で乳房を触って、いつもと違う感触がないか確かめたり、鏡で乳房や乳首に異常がないか、確認してみましょう。月に一度、月経が終わって1週間後に行うと分かりやすいそう。しこりは乳房だけではなく、ワキの下にもできやすいので、ワキの下も必ずチェック。

こんな方はご注意！ check!

40歳以上の方は、2年に一度の検診を受け月に一度はセルフチェック！

乳がんリスクの高い方

- ☑ 家系内に乳がんや卵巣がんになった人がたくさんいる
- ☑ 出産経験がない。出産しても授乳経験がない
- ☑ 初潮年齢が早かった（日本人女性の平均初潮年齢は12歳。それより早く初潮を迎えた方はご注意！）
- ☑ 閉経が遅かった（55歳を過ぎても月経がある人はご注意！）

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。

pal★system 産直・安心・生協の宅配パルシステム
安心でおいしい食材をご自宅へお届けします。
新規ご加入キャンペーン実施中
11/1(土)まで

こだわりセット
・生乳70%の飲むヨーグルト［1000ml］
・おやつソーセージ［8本］
・こだわり酵母食パン［1.5斤］
・じゃが玉人参セット じゃがいも350g以上（目安3～4個）、玉ねぎ380g以上（目安2～3個）、人参300g以上（目安2～3本）

または

こだわり和風セット
・さばのみぞれ煮（骨とり）［2切140g］
・産直小麦の冷凍うどん［200g×3］
・なめらか絹とうふ小分けパック［150g×3］
・産直大豆の油あげ［2枚60g］

プラス

人気の商品4点セット
・国産乾ホットケーキミックス800g［200g×4］
・スパゲッティ［500g］
・トマトケチャップ［300g］
・マヨネーズはこれ！［卵黄タイプ］［400g］

キャンペーン中新規ご加入いただくと、パルシステムの「こだわりセット」または「こだわり和風セット」プレゼント！
さらに、パルシステム人気の商品4点セットもプレゼント！

お申し込みお問い合せ
pal★system 生活協同組合 パルシステム福島
0120-972-982
FAX.024-963-1815 パルシステム福島 検索
http://www.palsystem-fukushima.coop/

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。
正社員での募集です。派遣ではございません。
親切なアドバイスのもと楽しく仕事を覚えられます。
女性活躍中！

一緒に働く仲間募集しています!!

社員の食事会や飲み会などもございます！
結婚祝金、出産祝金、報族等春興等の
福利厚生も充実。
その他、産休・育休・傷病手当等も
完備していますので安心して働けます！

当社請負にて一般的な総務業務スタッフと、当社の請負いラインにて、カメラ、レンズ、精密機器の組立及び検査業務スタッフを募集しています。

❶総務スタッフ（正社員）
ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社メディカルカンパニー様施設内において一般的な総務業務
時　間／③8:30～17:00
経験等／20歳～35歳くらいまで・PC操作できる方
休　日／週休2日制（土日祝他）年間休日125日
※6ヶ月経過後の年次有給休暇日数10日
勤務地／福島県須賀川市大桑原字女夫坂1番地『ジョンソン・エンド・ジョンソン㈱メディカルカンパニー』
給　与／135,000円※試用期間あり
待　遇／皆勤手当5,000円、バースデイ手当5,000円、同僚結婚式出席補助あり　※昇給あり（年1回）

❷精密機器製造職（正社員）❸精密機器製造職（正社員）
株式会社シグマ様において、カメラ、レンズ、精密機器の組立及び検査業務など
時　間／②8:05～16:45　③9:05～16:45
経験等／18歳～45歳くらいまで
休　日／②週休2日制（土日祝他）年間休日125日
③週休2日制（土日祝他）年間休日125日
6ヶ月経過後の年次有給休暇日数10日
勤務地／耶麻郡磐梯町大字大谷字日知坂6594『株式会社シグマ会津工場』
給　与／②130,000円～135,000円※試用期間あり
③117,000円※試用期間あり
入社1年経過固定給2,000円UP！
2年経過でさらに固定給3,000円UP！
3年経過でさらに2,000円UP！
4年経過でさらに3,000円UP！
待　遇／②③とも皆勤手当5,000円、バースデイ手当5,000円、同僚結婚式出席補助あり　※昇給あり（年1回）

SEVEN STAFF 株式会社 セブンスタッフ
●応募／須賀川オフィスに履歴書を郵送ください。面接は現地にて行います。
■須賀川オフィス / 福島県須賀川市花の里16
■会津オフィス / 福島県会津若松市門田町大字飯寺字村西676-2
0120-972-477［電話受付 / 月曜～金曜 9:00～18:00］
当社HPもぜひご覧ください。セブンスタッフ 検索

Q6 何歳から受ければいいの？費用についても教えて。

A6 40歳以上の方は2年に一度、必ず定期的に検診を受けましょう。

乳がんの患者数は40歳からグンと高くなります。市町村が行う検診、企業の健康診断、乳がん検診無料クーポン券などの機会を利用して、2年に一度、検診を受けましょう。

●市町村が行う検診

郡山市内では、今年偶数年齢に達する40歳以上の女性は、国民健康保険の方は無料、社会保険の方は600円で、市が定めた医療機関で検診が受けられます。郡山市以外に お住まいの方は、地域の保健師にお問い合わせください。

●乳がん検診無料クーポン

国が定めた事業で、ある一定年齢に達した女性には、乳がん検診を無料で受けられるクーポン券がお住まいの自治体から配付されます。今年度の対象は次の通り。詳しくは、地域の保健師にお問い合わせください。

(一)昭和48年4月2日から昭和49年4月1日の間に生まれた方

(二)平成21～24年度に発送された乳がん検診無料クーポン券を未使用の方

Q7 検診って、どこで受けられるの？

A7 郡山市内の医療機関は次の通りです。

- いがらし内科外科クリニック
- 今泉西病院
- 太田西ノ内病院
- 太田熱海病院
- 郡山市健康増進財団診療所
- 桑野協立病院
- 寿泉堂クリニック
- 寿泉堂綜合病院
- 総合南東北病院
- 土屋病院
- 坪井病院
- ほし橋塚クリニック
- 最終合病院

※予約制の場合もあります。詳しくはお問い合わせください。他の地域にお住まいの方は、自治体の保健師などにお問い合わせください。

がくとくん
郡山のイメージキャラクター

「ピンクリボンin郡山」2014　無料乳がん検診について

(30歳以上の女性限定　事前申し込み先着45名様限定)

先着順にて募集していた受診希望者が定員に達しましたのでお知らせします。
たくさんのご応募ありがとうございました。
検診受診の可否については順次郵送にてご通知いたします。

ピンクリボンin郡山は、2009年、郡山市内の日本乳癌学会の専門医3人が発起人となり、啓蒙した乳がん感染のための団体で、毎年10月、乳がんの専門医による講義などを行っています。

先着枠からもれてしまった方には、契約医療機関で乳がん検診が無料で受けられる「乳がん検診無料クーポン」引換券をプレゼント。引換券はイベント当日、会場までお持ちください。

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。

女性の為の生命保険相談会実施中！

乳がん、子宮頸がん、卵巣がんなど
女性特有のがんなどに手厚い
保障の新しい保険が
続々登場！

保険見直しの季節到来！

女性特有の「がん」特に乳がんは、ホルモン治療や手術後にリンパ浮腫など後遺症が発生することも多く、その治療には期間を要します。また、長期にわたる治療期間が子育てと重なる可能性もあり、家事・育児をしながら、「がん」に向き合っていかなければならない場合もあります。HIAではこのような女性のために、女性向けのがん保険を準備することをおススメしております。

保険ってどこに入っていいか分からない
みんな保険に入っているの…？
保険選びのポイントは？

保険相談無料!!

10/1より、生命保険相談された方先着10組に
ROYCE'カフェロイズチョコレートドリンク(スティックタイプ)を一箱プレゼント！
※プレゼントは無くなり次第終了とさせていただきます。

福島県内に3店舗　ご相談はお近くのH.I.Aにお気軽にどうぞ。

HIA 地域を愛する保険専門店 超情熱人集団
住まいと保険と資産管理
http://www.fukushima-fp.com　hia@fukushima-fp.com

郡山フェスタ店
日和田ショッピングモールフェスタ1F
☎024-958-1353
10:00～21:00 休 無

イオンタウン郡山店
イオンタウン郡山ショッピングセンター内
☎024-941-1352
10:00～20:00 休 無

福島西店
福島市野田町1丁目16-25-102
☎024-531-1352
10:00～19:00 休 火曜

乳がんの専門医からのメッセージ

家族の幸せのためにも、定期的に乳がん検診を

母の願いが全世界へ　ピンクリボンの由来

シンボルのピンクリボンの由来には諸説ありますが、1980年代にアメリカの小さな町で、乳がんで死亡した女性の母親が、この女性の娘(実孫)にピンク色のリボンを手渡したのが始まりとされています。"同じ悲しみを繰り返さないように"という母の願いが、全世界に広まり、乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診受診を推進する啓発キャンペーンとして発展したといわれています。日本でピンクリボン運動が知られるようになったのは、2000年10月に日本最大の乳がん患者会である「あけぼの会」が東京タワーをピンク色にライトアップしたことがきっかけとされています。

欧米諸国では、マンモグラフィー検診の普及により、1990年頃から乳がん死亡率が低下してきましたが、日本ではまだまだ受診率が低く、乳がん死亡率低下には至っていません。乳がん死亡率低下のためには、検診受診率が50%を越える必要がありますが、日本乳がん検診受診率の全国平均は20%台半ば。欧米諸国の乳がん検診受診率は70～80%台です。

「ピンクリボンin郡山」
実行委員会副委員長
いがらし内科外科クリニック院長
二瓶 光博 先生

進化する治療法

乳がんは早期発見できれば、適切な治療で90%以上の方が治癒します。がん細胞を標的として効率よく作用するように作られた分子標的薬が、保険適応で投与できるようになったり、適切な術後化学療法や放射線治療が行われるようになったりした ことなどが、治癒率の向上につながっていると考えられます。

新たな分子標的薬の開発も進んでおり、何種類かはここ数年の間に保険適応で使用できるようになりました。放射線治療の進歩もめざましく、将来は条件を満たせば、放射線治療と薬物療法の組み合わせで、手術を受けずに治療できる日が来るかもしれません。遺伝子レベルでの検査法の開発も進んできており、ゆくゆくはその結果に基づき、個別に最適な治療が行われるようになるでしょう。

乳腺専門医として

私はこれまで多くの方の再発治療に関わってきました。なかには小さなお子さんのいる若いお母さんや、毎週化学療法をしながら最期まで仕事を続けた方もいました。間近に迫る死という恐怖感の中で、多くの方が最期まで自分を忘れ日常をこなし、笑顔さえ見せてくれました。そのような方々にいろいろなことを教わり、今の私があります。

35歳から65歳までの女性のがん死亡率のトップは乳がん。女性の方は、40歳から始まる乳がん検診をぜひ受けてください。20～30代の女性の方も、自己検診を心がけ、日頃と違う変化に気づいたら乳腺外科を受診してください。より多くの方に乳がん検診を受けていただき、乳がん死亡率の低下につなげたいと思っています。

「ピンクリボンin郡山」がその一助になれればと思います。

＊乳がん予防のために

疫学調査で、飲酒と閉経後の肥満は確実に乳がんのリスクを高めることが分かりました。

- 日頃からカロリーオーバーに注意する
- 脂肪の多い食事を控え、豆腐・納豆などの大豆系の食品や緑黄色野菜を取る
- 適度な運動をする
- 日頃の飲酒は日本酒で1合ぐらいを目安に

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。

テイクワンは働く女性を応援しています。

TAKE ONE

株式会社テイクワン
宮城県仙台市若林区舟丁18－2
TEL　022-713-9511
FAX　022-227-2272
http://www.t-one.co.jp

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。

パートナーグループは
働きたい女性を応援します

バイオマスプラスチック製品販売
エクセルツリー株式会社

地域密着型人財派遣会社
株式会社パートナー

各種業務請負業
有限会社ワクワーク

TEL.024-961-9487 FAX.024-961-9488
〒963-0207 郡山市鳴神1丁目2-1F

クリステル、組み合わせテル。

みらい創造力で、保険は進化する。 日本生命

ニッセイで一緒に働きませんか？ニッセイトータルパートナー募集中！

日本生命は「ピンクリボン運動」を通じ、女性を力強く応援しています。

日本生命保険相互会社 郡山支社 TEL.024-932-0632
〒963-8580 福島県郡山市駅前 2-12-2 日本生命郡山駅前ビル 5F

(009-H26-116)

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。

SeiArchitect 一級建築士事務所 清建築設計室

OPEN STUDIO
ご予約受付中！
詳しくはHPをご覧下さい。
http://seiarchitect.com

建築家の自邸、見学してみませんか？
一級建築士事務所 清建築設計室
〒963-8852 福島県郡山市台新 2-4-22
tel.024-935-7067/fax.024-905-2706

地域から愛される薬局を目指して
アイランド薬局
APOLLO http://www.islands.co.jp

全国どちらの処方箋も受け付けいたします
日本調剤 郡山薬局
〒963-8801 福島県郡山市向河原町 4-40
郡山東ショッピングセンター内
TEL.024-941-1301

「会話・相談のできる、心と体を癒せる薬局」です
山口調剤薬局 大町店
郡山市大町2-15-2 TEL.024-939-2929
http://www.yamayaku.com

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。
地域密着型 総合保険代理店
さわやか商事株式会社
医療保険・がん保険の相談はさわやか商事へお気軽にどうぞ
本店 〒963-8871郡山市本町一丁目11番15号 TEL.024-923-4156
http://www.sawayakahoken.jp

あなたの毎日をより快適に、健やかに。
ツルハドラッグ
調剤薬局
ツルハドラッグ 郡山駅東店
〒963-8801 福島県郡山市向河原町4番40号
TEL 024-941-2668 http://www.tsuruha.co.jp/

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。
ペットが飼えるおすすめ物件紹介

1R/42,000円 駐車場込
郡山市富久山町久保田

1R/37,000円 駐車場3,000円
郡山市図景2丁目

ドロップス
福島県郡山市図景1丁目6-5 図景ACビル1F
TEL:024-935-0735 ドロップス ペット可

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。

goo★studio
024-983-6620
1日限定5組の貸切型ハウススタジオ
http://www.facebook.com/goostudio

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。

私たちはピンクリボンキャンペーンを応援しています。

お車なんでも相談ダイヤル 0120-344-390

イベント用品レンタル・イベント企画
設営・運営
RENT ALL レントオール
株式会社レントオール福島
http://www.rentall-koriyama.com
郡山市田村町上行合字西川原44
(郡山中央工業団地内)
TEL.024-941-8188 FAX.024-943-6622

下さま邸 完成内覧会レポート

ナチュラルな木の風合いが やさしくてあたたかい。猫と暮らす住まい。

福島市御山の下さま邸が完成しました。
白い壁と無垢の木でコーディネートされていて、
そこに窓からやわらかい光が降り注ぐ。
ほっこりとしてあたたかみがあるおうちです。
共働きで忙しいご夫婦が、家族みんなにとって、
そして愛猫ちゃんにとって居心地の良い空間ができました。
おしゃれなふたりがセレクトした小物たちも必見です。

Cat Space

かわいい猫ちゃんと一緒に暮らすおうちだから、壁にはキャットステップを設置。階段下スペースは、猫ちゃんのためのおへやに。扉の開閉がスムーズにできて、リビングと寝室を自由に行き来することができます。臭いを考慮し、換気扇も取り付けています。

[家族構成]夫婦+子ども2人
[延床面積]106.40㎡(32.18坪) 1F／57.13㎡(17.28坪) 2F／49.27㎡(14.90坪)

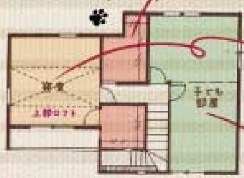
トイレの可愛らしい照明やワークスペースのステンドグラスは、センスの良いご主人と奥様が探してきたもの。小物の細部にまでこだわることで、居心地の良い空間を演出することができます。

木製フレームの大きな鏡と収納棚や大きなホーローのタンク、そしてなんといっても、このタイルの可愛らしさがたまらない！朝の支度でハッピーな気分になれそう。

洋服や帽子などをたくさん持っているご夫婦。整理収納ができるよう、それぞれひとつずつクローゼットを用意。

ご夫婦がずっと憧れていた、アメリカンスタイルにぴったりの玄関ポーチ。

今は小さなお子さんとみんなで使っている寝室。将来的には、ご主人の趣味室にするのだとか。

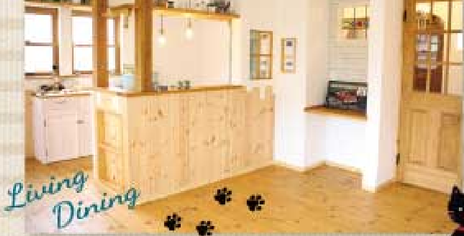


ご主人の趣味はギター。ロフトは、ご主人が家族に気兼ねなく弾くためのスペースになっています。

Kidsrooms

こども室は、将来は壁を入れて5帖ずつ2部屋にする予定。色ちがいの扉がとってもおしゃれ！

しっくいの壁にちょっと濃いめの無垢のフローリング。柱にも木を組み合わせた、おだやかな印象のリビングダイニング。木で統一したインテリアながら、壁の一部をタイル貼りにしたことで、ぐっとおしゃれな空間に。



Living Dining

毎月2日限定

仙台オープンハウス見学会

10/18(土)・19(日)

※この2日間は、福島展示場はお休みいたします。

10:00～16:00(受付15:00迄)

完全予約制 Tel.024-523-3981
★会場:仙台市泉区住吉台西4丁目17-13

無添加あいの家 むてんかあいのいえ 検索
Tel.024-523-3981
福島市渡利舟石37番地2号

ココロとカラダにいい暮らし。

スイス漆喰の壁と100%ウール断熱材。人にも環境にもやさしい
天然素材でつくる家。ぜひ展示場で空気の良さを体感してください。
また、ホームページでも新築のおうちをチェックできますよ。

webマガジンARUKU 他にも、施主さんのインタビューがいろいろ見れるよ！
あいの家 はじめての家づくり

暮らしを遊ぶー。
ウィズ・ハートのインテリアコーディネート

第6回 ギャッベ編第2弾

色とりどりの絵柄が楽しいギャッベに、ため息が出るほど繊細で美しいペルシャ絨毯。
そして、タペストリーやソファカバーなど使い道が豊富なキリムなど、
インテリアの彩りに欠かせない様々な絨毯をご用意してお待ちしております。

小座布団／一枚一枚違う絵柄で思わず何枚も欲しくなる小座布団

ギャッベ／2人掛けのソファの前にちょうどいいサイズのギャッベ

ペルシャ絨毯／鮮やかなターコイズブルーが目を引くペルシャ絨毯

キリム／玄関マットからダイニングテーブルまでサイズも豊富

ウィズ・ハートのインテリアコーディネート
カーテン編 / 照明編 / 家具編 / 寝具編 / ギャッベ編第1弾 / ギャッベ編第2弾

＼お見積、ご相談はお気軽にご連絡ください。／

Interior Shop WITH HEART since 1999
インテリアショップウィズ・ハート
☎024-966-2080
郡山市御前南1丁目58
10:00～18:00 月曜
http://ameblo.jp/withheart1999

Web ARUKU

はじめての家づくりガイド
― 福島県で家を建てる ―

はじめての家づくり.com 検索

総合建設・土木・不動産業 OHARA (株)大原工務店
福島県郡山市安積町日出山2-21-1
TEL.024(944)9214
FAX.024(944)9688
大原工務店 検索

資料請求 究極のデザイン住宅事例集をプレゼント中

吉成建築
今月のイベント情報

吉成建築 秋の感謝祭

10/12 sun
●時間／10:00～14:00
●会場／吉成建築ショールーム＆駐車場

地域の皆さまに日頃の感謝を込めて、大人も子どもも楽しめるイベントを開催！
どなたでも参加できますので、お気軽にご来場ください。

11:00～
もちつき大会
感謝祭恒例のもちつき大会、
今年もやります！

12:00～
アカペラグループ YAっぺ☆ライブステージ
地元のアカペラグループがステキな
歌声を披露

12:30～
バルーンパフォーマー
お子さんたちに大人気！バルーンが動物やハートに変身

13:00～
豪華賞品が当たる！抽選会
東京ディズニーリゾートのほか、日帰り温泉入浴券、
お食事券などが当たる！

その他
アロマクラフト 500円/1本
好きなアロマを調合して
消臭スプレーやリフレッシュスプレーを作ります

占い
地元の人気占い師が、
あなたの運勢を占います

一日楽しく遊べる 子ども祭り
- スーパーボールすくい
- 輪投げ
- 射的
- 木の枝クラフト
  ドングリや松ぼっくりでストラップをつくろう！

おいしいものいっぱい 屋台村
- やきそば
- フランクフルト
- たこやき
- 豚汁
- 焼き鳥竜鳳
- 人気のパン屋さん「麦畑」のパン（喜久田町）

限定150個

11、12月に構造見学会開催予定！
現場日誌はHPでCHECK！
※ショールームが日祝お休みになりました。
日祝に見学を希望される方は、お気軽にご連絡ください。

facebook はじめました！
スーパーウォール工法の木造住宅
Designer's FLAT
SIMPLE | NATURAL | JAPANESE | ORIGINAL
株式会社 吉成建築
郡山市安積町笹川字高石坊52-2
tel.024-945-1234
www.d-yoshinari.com

吉成建築で家族の夢をかなえる方法は
古成建築 はじめての家づくり

HITOKI STYLE 05
aruku編集部がレポートします！
HITOKI HOME

やすらぎをくれる、シンプルスタイル

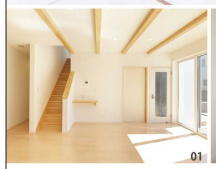
洗練された箱型のデザイン、真っ白い壁と木目調の濃茶のサイディングのコントラストが美しい外観。
風と光が通るように設計された間取りは、廊下などの無駄なスペースをなくしてスッキリ快適に。人も動きやすく、家事動線も短縮。住むことの心地よさにこだわった美しい家で、4人家族の新生活が始まりました♪

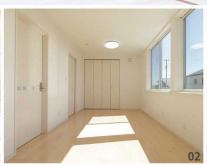
住み心地POINT

01 表情豊かに光が交錯するリビング
天井の梁がぬくもり感を演出。リビング階段とオープンキッチンが家族に安心をもたらす。

02 適材適所に配置した収納と合理的間取り
子どもたちが小さいうちは広いスペースで一緒に遊び、将来は仕切れる個室として活用。

03 ほっとする和のしつらい
リビング隣りの和室は、玄関ホールからも出入りできるので客間や多目的な自由空間に。





一級建築設計事務所
ヒトキホーム
須賀川市あおば町 555
TEL.0248-63-7277
http://hitokihome.co.jp

ヒトキホームの詳しい家づくりは、
ヒトキホーム はじめての家づくり

ゆっくりじっくり大切に
0120-980-523 HITOKI HOME

周囲からの視界を遮りながら、
明るい光を導く中庭が開放的な
コの字型のコートハウス。
二世帯住宅、65坪の限られた敷地条件を
考え抜いてつくられた間取り。
そこに、100人100様の住まい手の居心地の良さを
叶えるプランニングとiE-M.O.Nならではの
洗練されたデザインをプラスして一。
見ているだけでワクワクするような
新しい発想の二世代住宅ができました。
これからの家づくりの参考に、
ぜひ完成見学会に足を運んでみて下さい。

“新発想のiE” 完成見学会

10/18(土)・19(日)
■時間／10:00～16:00
■会場／白河市新白河３丁目

Studio 施主様と語り合い、創造するスタジオ
Idea&I Enjoy&Elements 工夫を凝らし、暮らしが居心地の良いiE
Modernism 最先端をいく、現在進行形のiE
Originality 個性をまとめあげ、自分らしいiE
Nature 緑の緑、入りこむ光や風と一体化するiE

iE-M.O.Nで新発想のiEを創る。

次回完成見学会予告

12月上旬完成予定 郡山市静町

ie-M.O.N×ナカノコーポレーション
コラボレーション住宅

STUDIO iE-M.O.N
株式会社スタジオ・イエモン
〒963-8026
郡山市並木3-6-3 オフィス並木2
TEL.024-991-7783
FAX.024-991-7784
E-mail info@ie-mon.com
www.ie-mon.com/

iE-M.O.Nの詳しい家づくりは、
iE-M.O.N はじめての家づくり

メンテナンス不要、自然素材100％で仕上げる家

e.home

Koriyama New Model House Grand Open

[こづちのいえ]展示場が、郡山にオープン。

自然素材100％で仕上げた内外装の塗り壁、国産天然無垢材のぬくもり、空気清浄機が不要な美しい室内、自然健康維持の安心感、メンテナンスが長期的に不要な素材の数々、99％空気で出来た断熱材…など。これは、「e.home」が、"心地いい家づくり"のためにこだわったほんの一部です。

自然素材とメンテナンスフリーの「こづちのいえ」を、ぜひ展示場で見て、ふれて、ご体感ください。

[e.home]

藤田建設工業株式会社

白河展示場／白河市みさか二丁目６番地７ 0120-683-146
福島展示場／伊達市梁川野一丁目１-61 0120-228-480
http://ehome-style.jp ●詳しくはホームページで こづちのいえ 検索

郡山展示場
0120-114-640
10:00～17:00
郡山市富田町愛宕前 76-9
定休日 毎週水曜日
随時見学可能です。

小室建設

完成見学会開催

10/11（土）12（日）10:00～17:00

会場／須賀川市市野間前田 56-1

高品位住宅

耐震バランス設計

小室建設の「高品位住宅」は、高品質、高性能、そして、コストパフォーマンスの高い家。さらに耐震バランス設計により、安心して末長くお住まいいただける理想の家づくりを目指しています。

4世代が住む敷地に新居を増築

4世代が暮らす敷地に子世帯の新居を増築しました。クヤキの柱をリビングのアクセントに。シンプルだけど暮らしやすい住まいです。

病存の家と廊下でつなぎ、行き来も楽にできます。

COMING SOON
11月下旬
完成現場見学会開催予定
（鏡石町）

家づくりへの「夢」・「想い」を大切に・・・。
有限会社 小室建設
KOMURO

Tel.0248-62-2526
〒969-0404 岩瀬郡鏡石町中央86
Fax.0248-62-7891
http://www.komuro-kensetu.jp

arukuレポート

郡中丸木 感動ハウスの 新しくOPENした ネクスト郡山北展示場に行ってきたよ♪

Part.1

ゆとりの空間利用と性能が憧れの住まいを実現！

可能性広がる5層階の魅力

郡中丸木株式会社の郡山北展示場にオープンした「ネクスト」。木造注文住宅というと、昔ながらの家というイメージが強いけれど、この「ネクスト」は外観もシャープでおしゃれな印象です。

「ネクスト」の第一の特長は、「5層階」という発想。確かにインナーガレージもあればロフトもある。玄関だって2つに分けてお客様用と家族用を使い分けるという使い勝手の良さ。ゆったり調理スペースのアイランドキッチンもあれば、収納だってたっぷり。このゆとりは、スキップフロアを活かした間取りから生まれているんですね。間取りが実際の敷地以上に広く感じられる、驚きの技です。

また、この「ネクスト」は基本仕様が抜群に優れているんです。天然繊維セルローズファイバーを使った断熱材を採用して環境にも配慮しているし、さらにはオール電化で、しかもすべてパナソニックの最新の製品を使っているというのも、憧れてしまいます。

この性能、デザインで、しかも自由設計で思い通りの住まいができる。なるほど納得の「新感覚の木造注文住宅」です。

家族2台＋来客用駐車スペースも確保

今や、1家にクルマ2台は当たり前。2台分はインナーガレージで雨の日も濡れることなく家に入れます。さらに敷地内には来客用の駐車スペースも。

憧れのダイニングキッチン

広々スッキリのアイランド型キッチンは人気度NO.1。ダイニングテーブルと繋げば、家族との会話も弾みます。収納力も問題なし。

これがロフト？物置ではもったいない

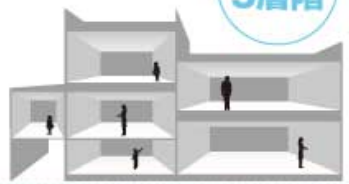
天井高こそ低いのですが、この広さは物置にしておくにはもったいない。お父さんの趣味の部屋とか、いろいろな利用もできそうなロフトです。

これが新発想「5層階」

POINT!

外観は2階建て。けれどスキップフロアなど巧みに空間を利用することで、驚きの広さを実現できます。郡山北展示場も、ご覧の通りインナーガレージ2台分を確保した上に、ロフトやルーフバルコニーなど、敷地面積を超えた広々とした間取りになっています。

スキップフロア 5層階



NEXT 次号では「ネクスト」の間取りや、各室のポイントもご紹介します。待ちきれない方は、ぜひ、北展示場に足を運んでみて！

郡中丸木株式会社（旧丸木屋工務店）

光・風・骨太がコンセプト ～ひとりひとりみんな違う家づくり～

0120-66-1507

本社／福島県本宮市高木字猫田27-1
郡山北展示場／郡山市富久山町八山田字勝木沢（南東北病院向）
営 10:00～17:00 休 水曜日 HP http://www.gmgr.jp
建設業許可番号／福島県知事許可（特24）第10397号

ルミナス・ネクスト 郡山北展示場
南東北病院向け

ルミナス・ネクストの新しい家づくりは、

＼ 描くのは、家族の未来です。／

オータムドリーム キャンペーン

ご好評につき 第2弾 2014年10月31日(金)まで

豪華プレゼントのチャンスや、楽しいイベントがいっぱい！
この機会にぜひ、ご家族そろってお越しください。

ドリームプレゼント 1
全国抽選で
住宅建築資金が当たる！
申込締切 10月13日(月)まで
1等 300万円×2名様　2等 200万円×2名様　3等 100万円×5名様
地図掲載店舗またはホームページ(http://www.universalhome.co.jp/)からお申込みください。

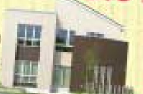
ドリームプレゼント 2
ご来場で選りすぐりギフトが当たる！
ご来場いただいたお客様の中から全国抽選でプレゼント！
4名様 クリスチャン・トルチュのフラワーギフト
4名様 セレクトギフトカタログ
4名様 ノリタケのティーカップ6客セット

ドリームプレゼント 3
選べるご成約特典プレゼント！
キャンペーン期間中のご成約者にもれなくお好きなパックを1つプレゼント！
●照明パック ●制震ダンパー ●ホームセキュリティ ●オール電化 ●収納パック ●無垢材パック ●家事楽パック ●エアコン3台(6帖用) ●小屋裏収納

※抽選のお申込みには條件がございます。※商品は予告なく変更となる場合がございます。また、各商品には、メーカー、仕様等の指定条件がございます。詳細、施工に際し、一部自費となる場合がございます。※詳しくは営業スタッフにお問い合わせください。

家族で楽しめる！
モデルハウス内にはイベントが盛りだくさん！

Rconcept 公開中
■場所／郡山市富田町下双又14-34
■オープン時間／10:00～18:00(水曜日除く)



＼当てよう！／ スポーツの秋
ストライクナインに挑戦！

＼作ろう！／ 芸術の秋
オリジナルルームプレートを作ろう！

＼食べよう！／ 食欲の秋
人気フレーバーのポップコーンを味わおう！

あなたを守りたい。
ユニバーサル ホーム 郡山北店
ライフプラス株式会社
郡山市富田町字下双又14-66 トミタプラザ103 tel.024-954-7207
fax.024-954-7208 www.lifeplus-arc.biz

新モデルハウス　本社

ARUKU 地熱床システム+エコ床暖のひみつはwebでチェック
ユニバーサルホーム郡山北店 はじめての家づくり

e-be designの家。
［エーベデザイン］

和＋[WATASHI STYLE]を実感できる 新しい家づくりは。
ARUKU e-be design はじめての家づくり

光の入り方や風の通り、円滑な動線、安心の耐久性を叶えつつ、
完全に家族仕様のデザインを1からプランニング。
そこに利便性を考慮した造作家具をレイアウトするe-be designは、
暮らす人の"いいね"がたくさん詰まっています。

今回紹介するのは木目の表情を活かしたいご主人と
アジアンテイストが好きな奥様のアイデアを融合させた住まい。
これらの風合いは、1階にある23帖のLDKや小上がりの和室、
ボルダリング用の壁面や土間を備えた多目的ルーム、
そして2階の吹抜けからバルコニーへつながる渡り廊下など
あらゆる空間に反映。変形の土地でありながら、
それを活かしたフリーな発想が凝縮しています。

プランナーと大工さんと細かくやりとりしながら理想を
現実に変えたい人にオススメのe-be design。
まずは気軽に問い合わせを。

e-be design ltd.
add: 福島市大森字上ノ台 23-2
tel: 024-544-1370

ヨークベニマル 北平寺店　ファミリーマート　ケーズデンキ 福島南本店　済生会福島総合病院　東北本線　南福島駅

e-be design が手がける住まいを見学できます。気軽にお問合せを。

●リビング●
梁の木を大黒柱にしたLDK。奥の目オヂは e-be 設計室は動線がやすい小上がりに収納を置えて

●多目的ルーム●
天然石を用いた多目的ルームは子供たちの遊びごころ

●掘りごたつ●

●収納棚●
収納棚や本棚、カウンターなどはすべてe-beの造作家具

●渡り廊下●
吹抜け部分に掛けられた渡り廊下を通ってバルコニーへ

炎のゆらめきはリラックス効果も。ただ眺めているだけのこんなひとときも楽しみたい。

グリーンライフで叶える薪ストーブのある暮らし

最近、家づくりやリフォームをきっかけに、"薪ストーブライフ"を始める方が増えています。家全体を暖め、住む人に寛ぎと団らんをもたらしてくれる、ぬくもりのあるストーブの炎。薪をくべたり掃除をしたり、手間はかかるけれど、その分愛着もわいてきます。グリーンライフが提案する薪ストーブのある暮らし。それは、ストーブの熱が行き渡る構造と、一流メーカーのストーブ、そして職人によるメンテナンス。これらによる、快適な薪ストーブの暮らしを提案します。新しい家づくりをきっかけに、あなたも始めてみませんか？

冬の時期、雨や雪で濡れたブーツやコートも、ストーブの側にひと晩掛けばすぐに乾いてしまいます。

モデルハウス 宿泊体験

カナダ檜を使用したティンバーフレームのモデルハウスで、住み心地を体験しませんか？冬の寒い時期は、実際に薪ストーブを体験できます♪

グリーンライフ郡山モデルハウス
(郡山市備前舘1丁目25)
お問合せ
TEL.024-925-6719

料理だってできる薪ストーブ。パンやシチュー、燻製などレパートリーもたくさん！

ストーブの修理や煙突掃除に勤しむVENTOの風間さん。きちんとメンテナンスを施せば、数十年と使用することができます。

グリーンライフが取扱う製品は燃焼効率の良さや耐久性に優れた、デザインも魅力的な一流メーカーの正規品。

家づくりの疑問を解決しよう！

本当によい家づくり＆資金計画セミナー

講師は建築書籍ランキング第1位ベストセラー作家 澤田升男氏。セミナー参加者の93.8%以上の方が澤田氏の薦める家を見てみたいと回答しました。後日、実際の住宅を見学できる「体感ツアー」にもご招待！

10/25(土) 13:30～17:00(受付13:00)
受講料無料・予約制

●定員／先着100名
●会場／アピオスペース大会議室(会津若松市インター西90番地)
●主催／NPO法人ハウスドットコム
●協賛／株式会社グリーンライフ
●後援／住医学研究会・住まいネット
●お問合せ／TEL.0120-318-099(NPO法人ハウスドットコム)

☆セミナー参加者には澤田升男氏の書籍をプレゼント♪
☆キッズルームを完備しているのでお子様連れでも安心♪

夢飛行ランチBOX付き鑑賞会イベントを開催♪

映画「宇宙の約束～いのちが紡ぐ愛の詩～」鑑賞会

10/18(土) 10:00～15:30

●上映／10:30(開場9:30)～　昼食／12:30～
講演会／13:30～15:30(※手話・要約筆記あり)
●場所／ホテル虎屋汐(須賀川市宮先町41)
●チケット／大人前売 3,300円(当日 3,500円)
小学生・障害者手帳をお持ちの方
前売 1,800円(当日 2,000円)
●申込み・問合せ／miyumana0718@yahoo.co.jp(氏名・連絡先・希望枚数を明記)
★主催：myumanaみゅまな 美野昌美、株式会社グリーンライフ
★協賛：須賀川手話サークルあゆみ会、NPO法人はばたけ21夢飛行、笑楽蔵(わらい)のしずく郡山、クラニオてしおの会・福島

GREEN LIFE 株式会社グリーンライフ フリーダイヤル 0120-91-3969
http://www.glife.co.jp/
■営業時間／9:00～18:00 ■定休日／水曜
■本社
耶麻郡猪苗代町字清水前2748-1
tel.0242-72-1769
■郡山OFFICE
郡山市備前舘1丁目25
tel.024-925-6719

新発売の本をプレゼント!!

ゼロ宣言を取り入れた「神様が宿る家 3」と「医師が薦める本物の健康住宅2015 SPRING/SUMMER」をプレゼント！ ～プレゼントページP96も見てね♪～

完成住宅見学会開催
10/11(土)・12(日)・13(祝)・18(土)・19(日)

◆時間／10:00～17:00
◆見学会場／福島市泉字三斗蒔10-8

※平日見学ご希望の方はお電話でお問合せください。

当日連絡先 TEL.090-3644-3773

村越住建株式会社

◆本社／郡山市燦橋 5-21-8
TEL.024-934-4434
FAX.024-938-4599

◆福島支店／福島市飯野町平野字上谷 15-3
TEL.024-542-1126
FAX.024-542-1107

http://murakoshi-juken.co.jp/

きれいな空気を求め
無垢材と塗壁で
仕上げた家が
アレルギーやアトピーから
家族の健康を守る―

image photo

八溝
健康住宅
「博士の家」

八溝のこだわり

① 外断熱で造る
高気密・高断熱
断熱材ですっぽりと家を包みこむ

② 全館空調で造る
1台の空調システムで全館
（地下・1F・2F・ロフト）の
湿度・温度を快適に保ち続ける

③ 自然素材で造る
地元八溝山系の
ムク材や塗り壁を使用し、
化学物質によるアレルギー
などから家族を守る

GOOD DESIGN

わたしたちにちょうどいい家。

ムダをそぎ落としたデザイン住宅「ZERO-CUBE」。
真四角のフォルムは、1,000万円の上質を実現する、
知恵や工夫を詰め込みました。
そんな「ZERO-CUBE」を基準に、
自分だけのコダワリを足していく「+FUN」。
楽しみながらプランする新しい家創りの形がここにあります。

+FUN
「ZERO-CUBE」に自分らしいオプションをプラス

ZERO CUBE +FUN
1,000万円

カタログプレゼント

1000万円からはじまる。+FUNで楽しむ家づくり。

三柏工業株式会社
住宅流通事業部

郡山店 TEL.024-953-8411
須賀川店 TEL.0248-94-5040

www.sanpaku.co.jp

0120-389-515

木+鉄のテクノストラクチャー工法　テクノストラクチャー

完全二世帯住宅レポート！

▲対面式キッチン前のカウンターは夢蔵の造作。小上がりの和室にはご主人の日本酒などをディスプレイするニッチを設けて

ご夫婦家族もご両親も快適 完全二世帯住宅

今回紹介するのは、ご夫婦と2人のお子さま、お父さん・お母さんの二世帯が同居するN様邸。食事や帰宅の時間の違いなどを考慮し、間取りや設備の配置をフロア別で構成した完全二世帯住宅です。お父さん・お母さんが生活する1階の和室は一間で独立させ、ご夫婦家族が生活する2階の和室はLDKと一体感のある小上がりにするなど、それぞれの理想が細部まで反映されています。

▲2階ホールは夢蔵製の本棚を設置。ロフトへの移動もここから

▲約3帖の脱衣所に室内干しをしても余裕の広さ

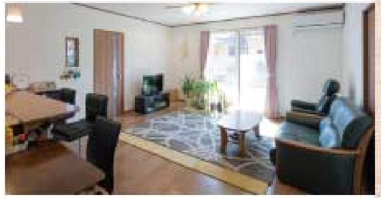
▲いつでも様子が確認できるよう引き戸を設けた子ども部屋

▲家族のお便りや資料はひと目でわかるカウンター

▲ご両親とご夫婦分の広々とした駐車場を配して。ツートーンの外観でスタイリッシュに

経験と知識が豊富な自社職人のアレンジ＆造作

たくさんの書籍を収納できる本棚、学校からのおたよりなどがひと目で確認できるPCスペースの棚、調理中もお子さまたちと向かい合えるキッチンのカウンター、家族の思い出の写真やモノを飾れるニッチ…。これらは、N様ご家族のイメージが、かたちになったもの。「知識も技術も豊富な現場の職人さん達が、いつも柔軟に対応してくれました」と奥様。こだわりと想いが詰まった住まいの仕上がりに「最高」と大満足の様子です。



▲1Fはご両親のフロア。庭の緑を見渡せる開放的なLDK

耐震等級最高ランク＆長期優良住宅だから安心

「冬は起床が億劫にならないくらい温かく、夏は風通しがいいんです。でも光熱費はアパート住まいだった時と比べて5分の1に減っています」と奥様。太陽光発電パネル搭載の成果は入居1年でも実感するほど。また耐震等級最高ランク3の木と鉄で造る工法「テクノストラクチャー」で、地震への備えも強固に。長期優良住宅にも認定されたいつまでも価値ある住まいが、二世帯の暮らしを守ります。

長期優良住宅対象のNEW制度

長期優良住宅を建設する方が対象となる「かせるストック」で、住まいをかしこく活用しましょう。ハウジングライフ（住生活）プランナー認定の工房夢蔵が、この新制度適用をサポートします。

かせるストック 3つのメリット

1. 終身まで借上げ！借り手がなくても最低賃料を保証！
2. 入居者と3年ごとに契約。貸主が家に戻ることもOK！
3. JTIが代わりに転貸。だからトラブルも心配無用！

JTI 移住・住みかえ支援機構 かせるストック

個別相談会開催
時間／随時ご予約下さい　場所／工房夢蔵本社社屋

随時開催中！事前に予約を！

工房夢蔵との家づくりレポート＆家が貯金箱になる「かせるストック」！

毎週月曜日 朝7:20頃 TUFあさチャンの 時間の天気予報で 夢蔵のおうちをチェック

工房夢蔵 天気予報 検索

スマートタウン西田とママ楽の家を同時見学

ゆめゆめフェア開催！
10/11(土)・12(日)・25(土)・26(日)
●時間／10:00～17:00
●場所／郡山市西田町木村字松ヶ作24-16

新築示範「ママ楽の家」もチェック！

夢をかたちに幸せづくり
工房夢蔵
郡山市富久山町八山田字三宝坦6-1
0120-525-484
こうぼうゆめくら 検索

ご来場プレゼント
★ゆめゆめフェア【オリジナル木製カレンダー】
★かせるストック個別相談会【カレーセット】

handmade by

PORTER'S ORIGINAL PAINTS

PORTER'S PAINTSの提案
「テクスチャー(質感)×色=無限」

自然素材から作られるオーストラリア生まれのペイント、
「PORTER' S PAINTS」。
このペイントはホームセンターでは売られておらず、
独自展開のペイントショップでのみ購入が可能です。
また、お客様からオーダーを受けてから一つひとつ手作りされています。
そこまでこだわるのは一人ひとりのお客様を本当に大切にしているから。

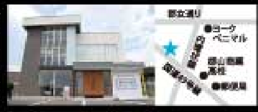
表現できる色の数は無限大。一度塗られたその表情は唯一無二。

新築やご自宅のリノベーションをお考えの方はもちろん、
新しい素材をお探しの工務店やデザイナーの方、
ショールームで実際の空間を体感して下さい。
他にはなかったものがそこにあります。

～ヨシマツはポーターズペイントの福島県正規代理店です～

株式会社ヨシマツ

〒963-8862 郡山市菜根5-21-6
TEL／024-925-8805
FAX／024-925-8806
HPをリニューアルしました ヨシマツ 検索



男(オレ)の趣味の家

男が家に求めるものは、快適さや便利さだけじゃない。ひそかに男は思っている。自分の世界を楽しめることも、家の機能の一つだと。1Fには大切な愛車とボートを格納し気の合う友人と語らう空間をつくる。プライベート空間は2Fに集約し2つの玄関で、自分の世界とプライベートをしっかり分ける。俺のための時間が流れる「男の趣味の家」がここにある。

完成見学会
10/18 sat 19 sun
時間／10:00～17:00
会場／大槻町弥八池南11-4
道に迷った時は…090-6225-8090(渡邉)

ホームページで現場レポート公開中

建築のワタショウ
〒963-7731 三春町大字下舞木字石田250-1
0120-448-296
福島スーパーウォールスター会
㈲ ワタショウ 検索
watashiyou@yu-watashiyou.jp
テレビや雑誌で人気の建築家による家づくり BDAC
ワタショウの新しい家づくりは。

ism DESIGN

〈ism's message〉

第一号の施主様に伺う イズムならではの家づくりとは?

今回お話しを伺った伊藤様は、株式会社イズムがはじめて手がけた第一号の施主様です。「他のハウスメーカーもいろいろ見て回りましたが、自分たちのこだわりを形にするデザインの提案力はイズムさんが断トツでした!」と伊藤様。そんな伊藤家の家づくりは、要望していたミッドセンチュリーの雰囲気はもちろん、住んでからの家事動線やどこにどんな家具を置きたいのかまで、かなり具体的なイメージをもってスタートしたそうです。「それだけにプランニングには本当に時間をかけました。その頃住んでいた仙台から毎月1~2回は郡山まで来て打ち合わせを何度もしましたね」と当時を振り返りながら、「確かに大変でしたけどやっぱり納得のいくものを建てたかったし、一緒に参加しながら家づくりできたのが良かったです」。そうしたこだわりにプロの視点ならではのアイデアやアプローチで丁寧に応えていったイズムの石山氏。たとえばリビングに設けたシーリングファンは、安全面を配慮してその部分だけ天井を高くして設置。さらにデザイン性を高めるために天井を板張りにしています。また、ドアノブやクロスなど、こだわりたいひとつひとつの部分に対し、様々な選択肢があった点も「選ぶ材料がたくさんあったので悩みながらも納得のいくものができました」と、伊藤様が満足したポイントです。

「家づくりはほとんどの人にとって一生に一度。こんな家を建てたい!という要望はたとえ難しいと思ったとしても遠慮せずに言ってほしいですね」と石山氏。「デザイン性の高い住宅に関心がある人やインテリアが好きな人にとってイズムさんは本当におすすめできる会社だと思います」伊藤さんの言葉通り、住む人の熱意に熱心に応えてくれるイズム。理想のお家ができるまでには、住む人とつくる人の確かな信頼関係と、何でも要望できる両者の理想的な関係があるからなのだと感じました。

ism Interior Designer

石山浩樹(インテリアデザイナー)

福島県郡山市出身。
大手化粧品メーカーの店舗デザインに長年携わり、県内外の美容室・飲食店等のショップデザインを多数手掛ける。現在、住宅・商業空間の建築設計・インテリアデザイン・グラフィックデザインなど県内のデザイナーズ住宅の先駆者として住環境の総合提案をおこなっている。

□ご紹介した施主の伊藤様が手がけるお仕事

「問いが変われば答えも変る。」どうすれば売れるのか?ではなく、どうすれば買ってもらえるかを考える会社。
ラポール・ドットコム株式会社は、マーケティングコミュニケーションを重視した広告制作会社です。
現在、Webデザイン応援中!
rapport.com
ラポール・ドットコム株式会社
〒963-0207 福島県郡山市鳴神3丁目206番地 コーポ松本102
tel.024-954-6838 / fax.024-954-6839

ism corporation 55-1 Maehata Koriyama Fukushima Japan 〒963-0201 Architecture Reform Interior Design http://www.ism-design.jp

株式会社イズム お問合せ / 024-973-6117 ※カタログ請求受付中 http://www.ism-design.jp

お店で見せるだけで、
様々な特典が受けられる「aruku クーポン」。
左下のクーポンを切り取っておサイフに入れて
おけば、いつでもパッと取り出せてとっても便利♪
お買い物をもっとお得に、もっと便利に
楽しんじゃおう♪

arukuクーポンが使えるお店リスト

		店名	特典内容
グルメ	P19	羽鳥湖高原 レジーナの森	秋の収穫祭＆ガーデンサラダバーinレジーナ　大人200円・こども100円引き
	P26	陽日の郷 あづま館	ビュッフェご利用の方日帰り入浴 大人864円→432円　小人432円→216円
	P26	四季菜食 カウリキッチン	パティシエの本格シフォンケーキサービス
	P30	海味	①月～木限定海鮮or広島産牡蠣のレモン鍋コース3,000円　②1日1組限定すっぽん鍋コース4,480円　③高級海苔焼き+蟹バラチラシ付の豪華海遊コース5,000円
	P31	ブランジェリー マルジュー(丸十製パン)	500円以上お買い上げの方メープルフレンチトースト１つプレゼント
	P43	洋食屋カフェ Ring Tree	お食事をされた方ドリンクお替り１杯サービス
	P43	イタリアンレストラン Lapis(ラピス)	お会計金額10%OFF
	P45	赤から 郡山駅前大通り店	グループ全員に店長おすすめデザートをプレゼント
ヘアサロン	P32	hair SOCOTRA	新規の方限定 ①カット 3,780円→3,240円　②カット+カラーorパーマ 9,720円→8,640円　③カット+トリートメント+カラーorパーマ 11,880円→9,720円
	P54	hair salon AMALFI	①カット 3,730円→3,360円　②カット+カラー 8,490円～→7,560円　③カット+パーマ 9,730円～→9,030円　④カット+矯正 12,960円→11,670円
	P54	Blanc blanc	①生トリートメント 5,076円→4,320円(ホームケア付)　②まとめてきれいに変身プラン各コース　③新規の方10%OFF
	P54	miuka	カット+ノンシリコンオーガニックカラー+アルガンオイルトリートメント通常 12,420円→10,800円
	P55	hair station　フルール	①キラメキトリートメント+カラー通常 8,400円→6,000円　②似合わせカット通常 3,150円→2,000円　③学生カット通常 2,100円→1,000円
	P55	グランジヘアー本店・三春店・IMAGINE	①カット+カラー7,500円+税→6,000円～+税　②カット+コスメパーマ+カラー 13,500円+税→11,000円～+税　③炭酸ヘッドスパ　4,000円+税→3,000円+税
	P55	hair room généreux(ジェネルー)	メニュー20%OFF、2回目以降ご来店の方10%OFF
	P55	Mahalo hair	①シェルパ変身カラー トリートメントコース 5,000円　②メニューに+1,000円(通常1,500円)でクレイエステヘッドスパサービス
	P56	Hair art Cheka	新規の方20%OFF
顔そり	P32	女性専用お顔そり専門店 Peach	お顔そりコースにトルマリンマスクサービス 2,940円
ネイル	P32	Nail Angelica	ネイルオフ2,500円→無料
	P58	kukuayu	OL、主婦向け上品ネイル→4,500円＆新規の方、ネイルオフ無料
リラクゼーション・ダイエット	P31	リラクゼーションルーム ポコ・ア・ポコ	しっかり全身+フェイシャルのスペシャルコース　通常13,000円→12,000円
	P31	ひのき酵素風呂 ZEN	ひのき酵素風呂1回2,200円→1,900円(初回の方限定)
	P31	和み整体院	初診料 2,000円→0円＆施術料 4,350円→4,000円
	P32	Aburaya	aruku限定特別コース 5,000円(税抜)
	P33	Piacere(ピアチェーレ) ヨガ+LifeUpプロデュース	メンバーに登録された先着5名様に60分メンタルコンディショニング(10,000円相当)１回プレゼント
	P56	たすくキュアルーム	FULL-CURE整体初回 8,640円(税込)→2,160円(税込)
	P56	アレルギー専門理学療法士の整体院 アレルコア	体験モニター　通常10,000円／初回→モニター価格 2,000円
	P57	ふじ整骨(耳つぼヘルシースリム)本院・新さくら通り院	①耳つぼダイエットカウンセリング無料　②10月に耳つぼダイエットスタートした方スペシャル特典プレゼント
	P58	Earlobe郡山店	高濃度高圧酸素カプセル１回プレゼント、耳つぼスタートされた方に１ヶ月フリーパス券プレゼント
生活・雑貨	P20	HALLELUJAH	サンキャッチャー手作り体験　10%OFF
	P33	so.wa.ka	全品8%OFF
	P53	吉田オートサービス	車検3,000円引き
	P59	郡山グリーンコンタクト	500円OFF

※各店舗によって利用条件がある場合がございます。詳しくは掲載ページをご確認ください。

✂(キリトリ)

aruku クーポン

使えるお店はこちらから見られるよ♪

※使用期限：2014年10月31日(金)迄
※他券との併用不可
※ご予約時に一言、受付時に提示

＼netでもチェック!／
フリーマガジン あるく　検索

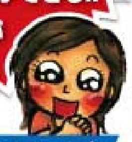
(キリトリ)✂

スマホ版arukuクーポンもとっても便利！

お店の特典はスマホでも受けられます。
誌面を切り取る手間がなくて楽ちん♪

フリーマガジン あるく　検索

住宅を買っても650万円も預金ができる!! 10KWソーラー付住宅が買いやすくなりました!!



サンブリエパワーMAX ラインナップ
どれも10KWソーラー付住宅

Eタイプ　コミコミ価格 1,566万円(税込)　3LDK　延べ床面積 79.48㎡(24.04坪)

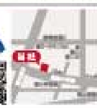
Aタイプ　コミコミ価格 1,750万円(税込)　4LDK　延べ面積 102.67㎡(31.06坪)

Bタイプ　コミコミ価格 1,750万円(税込)　4LDK　延べ面積 105.98㎡(32.05坪)

Cタイプ　コミコミ価格 1,750万円(税込)　4LDK　延べ面積 99.36㎡(30.05坪)

月々の売電収入 約30,000円　年間36万円になります。(条件により異なります。)
再増税前の今が最大のチャンス! お申込はH27.3月末まで。

お問い合わせ
「欲しい人」に「欲しい価格」を「欲しい価格」で
株式会社 アイビーホーム
0120-940-664　福島県郡山市富田町…4丁目17-11　http://www.ib-home.co.jp
住宅建物取引業 福島県知事免許(7)第20410号　建設業 福島県知事(般-24)第20664号
一級建築士事務所 福島県知事登録 12(308)1036号



ZERO-CUBE スカイバルコニーの家

福島市田沢桜台　3LDK
新築 2,600万円(税込)
土地：226.40㎡(68.48坪)　建物：105.15㎡(31.81坪)
月々払い 69,815円
ボーナス払い 0円
●屋上26帖あり広々　●ZERO-CUBE、福島に初登場
●オール電化　●私たちにちょうどいい家
●外構込み、P4台可　●モデルハウス見学

屋上庭園のある家

並木5丁目　3LDK
新築 1,988万円(税込)
土地：92.72㎡(28.04坪)　建物：77.82㎡(23.54坪)
月々払い 53,650円
ボーナス払い 0円
●オール電化・エコキュート　●屋上庭園19.5帖付
●外構込み、P2台可　●大島小/五中学区

オススメ土地情報

3区画 安積町荒井字東北井山　820万円　148.77㎡(45.0坪)
●カワチまで450m　●ベニマル荒井店まで620m　●建築条件付　●安積一小/安積中学区(見主)

大槻町桜木　850万円　178.14㎡(53.88坪)
●南道路、建築条件付　●大槻消防署近く　●ベニマルまで1.4km　●大槻小/大槻中学区(見主)

池ノ台　1,075万円　148.19㎡(44.82坪)
●南道路、建築条件付　●大槻消防署近く　●ベニマルまで1.4km　●大槻小/大槻中学区(見主)

大槻町原田東　800万円　140.0㎡(42.35坪)
●南道路　●大東銀行県営支店近く　●建築条件付　●柴宮小/七中学区(見主)

パッシブエアサイクル PAC住宅　家づくりセミナー

10/19 日

参加費無料
要予約 TEL.024-937-3335 (定員10組)

時間：13:30〜16:30
会場：LIXIL郡山ショールーム
(郡山市富久山町久保田伊賀河原7)

第1部「やっと出会えた本物の家」
講師：田中慶明 氏
(一社)悪れる空気の住まい協会代表理事

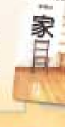
「やっと出会えた本物の家」の著者でありPAC住宅開発者でもある田中慶明氏によるセミナー。PAC住宅の開発の歴史から、PAC工法の仕組みや特徴、これまでの施工実績などを分かりやすくご紹介します。

田中慶明
たなか よしあき
1948年生まれ新潟県五泉市出身
1977年　エアサイクル住宅の普及開始
2012年　エアサイクルハウジング(株) 取締役会長就任
2013年　(一社)悪れる空気の住まい協会 設立・代表理事就任

第2部「窓をめぐるおはなし」
講師：大竹正紀 氏
株式会社LIXIL

住宅外観を彩り、住まいの表情を作り出す窓。そんな窓には色々な形状・機能があります。採光や通風はもちろんのこと、断熱性や防犯性、そしてデザインも大切。今回は家づくりの際の窓選びのポイントについて実例を交え、ご紹介します。

来場者プレゼント



PAC工法の開発者 田中慶明氏 著書
「やっと出会えた本物の家」
発行：ほたる出版／発売：星雲社

健康に暮らしたい、自然のリズムと共に快適に過ごしたい、頑丈で長持ちする家がほしい…、自分たちが思い描く生活や住まいに対する想いを「家」というかたちにするためには…。

お電話またはウェブサイトよりお問い合わせ・お申し込みください。
昭栄創建(株)　TEL.024-937-3335
福島県郡山市安積2丁目351-1
昭栄創建　検索

NEW

10/12 sun OPEN

県内初!リノベーションを考える人のために考案した、常設モデルルーム

IKEAづくしのモデルルーム

小物からインテリアまで全室IKEAが監修！

(株)バースランドからこれまでにない発想のモデルルームが誕生します。
それが、リノベーションを考える全ての人のために作った常設モデルルームです。
このマンションに住むことを考えている人だけでなく、
中古住宅を購入してリノベーションを検討している人や、
今住んでいるお部屋を変えたい人など、リノベーションを考える全ての人に
ぜひ参考にしてほしい工夫がたくさん詰まったお部屋です。
そして、このモデルルームの大きなこだわりは
大人気の北欧ブランド「IKEA」のインテリアで
全てのお部屋をコーディネートしたこと。
これもリノベーションが叶える自在性の高い部屋づくりを
より実感してもらうための新たな試み。
これから家づくり、お部屋づくりを考えている人必見です！

バースランド郡山

住所／郡山市方八町1丁目6-3
建造年月／H3年6月
構造／RC造り地上10階建て
●イオンタウン目の前！
●郡山駅まで徒歩8分
●小原田幼稚園まで徒歩17分
●芳賀小学校まで徒歩14分
●郡山第四中学校まで徒歩19分

aruku × バースランド

新モデルルーム OPEN記念バスツアーに参加して「IKEA仙台に行こう!」10/11(sat) 8:30~18:00

参加費無料　先着30名

IKEAづくしのモデルルームを一般公開前に見学＆7月にオープンした話題のIKEA仙台でお買物。

参加した大人の方に1,000円分のQUOカードをプレゼント!!
※お子様にも素敵なプレゼントをご用意しています！

<応募方法>
arukuのホームページ、またはQRコードから、お名前、ご連絡先、参加人数を明記の上ご応募ください。
※1組4名様までとさせていただきます。
※昼食はIKEAレストランにて各自ご利用いただけます。
http://www.arukunet.jp <応募締切>10/7(火)必着

8:30	郡山市役所駐車場集合
9:00~10:00	バースランド郡山 新モデルルーム見学
12:00~16:00	仙台IKEAで昼食＆お買い物
18:00	郡山市役所現地解散

先行見学会!

新生活を「Re×Birth」する。
BIRTHLAND

■郡山本社
0120-804-250 (予約・お問合せ)
郡山市豊田町4-13
info@birthland.co.jp
■営業時間／9:00~19:00
■定 休 日／毎週火曜・水曜

■仙台支社
仙台市青葉区一番町1-1-8
青葉パークビル7F
tel.022-393-9782 fax.022-393-9783

http://www.birthland.co.jp/

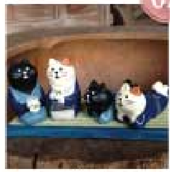
Present

プレゼントご希望の方は、下記からご応募ください。

01

〈JA郡山市〉
新米コシヒカリ 5kg(1袋)
※発送は11月中旬頃になります。
10名様

02

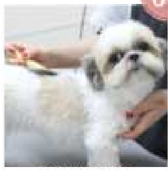


〈drops〉
まったりマスコット
5点セット
1名様

03

〈GREEN LIFE(グリーンライフ)〉
グリーンライフの家づくりが分かる本
「神様が宿る家 3」
「医師が薦める本物の健康住宅2015 SPRING/SUMMER」
5名様

04



〈ワンズクラブ郡山店〉
シャンプーコース無料券
※当選の際は、事前予約をお願いいたします。
5名様

05

〈ブロス郡山店〉
上級グレードオイル
交換無料券
※当選の際は、事前予約をお願いいたします。
5名様

06

〈フルーツショップaoki&ル・ヴェルジェ〉
お好きなタルト(2ピース)
&フルーツ盛り合わせ
(合計3,000円分)
3名様

07

〈イタリアン&フレンチレストラン エル・マール〉
薬膳カレー・ルー
3名様

08

〈Bistro Petit Bonheur(ビストロ プチ ボヌール)〉
海老とキノコのパスタ
ニュブール風 無料券
(福島市黒岩字戸ノ内7番地)
3名様

09

〈焼肉食べ放題じゅうじゅう〉
1,000円分のお食事券
※有効期限12月末まで
5名様

10

〈陽日の郷 あづま館〉
ランチビュッフェ大人無料券
※土曜・日曜・祝日のみ利用となります
5名様

プレゼント応募方法

●ハガキで
官製ハガキに、1.ご氏名、2.性別、3.郵便番号・住所、4.ハンドルネーム、5.ご職業、6.年齢、7.家族構成、8.欲しいプレゼント、9.メールアドレス、10.本誌の感想を書いて下記までお送り下さい。
※住所の記入漏れや誤りがありますと、プレゼントに当選されてもお届けできません。応募の際は住所を正確にご記入下さい。

〒963-8041 郡山市富田町団地下1-6 パストラル1F　a.ru.ku出版株式会社
「プレゼント応募」係

●パソコンで
www.arukunet.jp

●携帯電話で ●スマートフォンで
QRコードを読み取って簡単申込み♪

応募〆切り 10/27(月)
当選者発表 10/31(金)
※モバイルサイトにて発表です。
9月号のプレゼント当選者の発表はモバイルサイトをチェック!

aruku11月号は10月31日(金)発行!!

九星気学で見る今月の運気

運はあなた自身が生み出すもの。運気はあなた自身が運ぶもの。開運を引き寄せる鍵を九星気学でお占いします。

佐藤 千夏さん(CHINATSU SATOU)
福島県出身。九星気学を基本とし、風水、姓名学、家相、カウンセリング、ストーンを組み合わせた独自の占星術サロン『GLOBAL CRYSTAL』で活躍中。arukuでおなじみ『気まぐれ工房 笑噺花』の桜井先生は実のお母さん。

一白水星
目上の協力を得て、社会からの信用が高まるとき。特に研究気質な一白水星の良さを自信を持って前に出してみましょう！きっと納得のいく結果が出るでしょう。
Lucky Color レッド

二黒土星
交流の輪が広がり魅力的な誘いが増えそう。でも、あまり調子に乗ってしまうと後で後悔が出てきます。優先順位をつけてお誘いを絞り込むのも大切です！
Lucky Color ブラウン

三碧木星
今月は現状維持を心掛け、環境の変化に振り回されないように気を付けましょう。ひらめきで行動するとケガの元。万事を通して慎重な行動を心掛けましょう。
Lucky Color ネイビーブルー

四緑木星
「隠していた事がバレてしまう…」「良くも悪くもはっきりと物事が浮かび上がる…」そんな時期です。マイナスは素直に受け取るべき。ただし、調整能力を発揮するにはピッタリなのでいつもと違う行動を心掛けて！
Lucky Color グリーン

五黄土星
対人関係がスッキリせずに気持ちが落ち込みやすいとき…。そんな時は家族や身内との穏やかな時間を大切に過ごすことで、高ぶる感情が抑えられます。きっと癒されますよ。
Lucky Color ピンク

六白金星
何事にも真面目に取り組み「縁の下の力持ち」に徹することで、難しい状況をクリア出来そう！更には、「常に丁寧で親切な心を忘れないこと」で開運準備の兆しあり!!
Lucky Color ベージュ

七赤金星
願いが叶う躍動の月♪目標があれば積極的に行動に移しましょう。目標が定まらなくとも将来に向けて計画を立て、粘り強く努力しましょう。それをきっかけに運気も上昇気流するはず！
Lucky Color ゴールド

八白土星
信頼関係が問われる月。仕事も交流も判断材料や選択肢が増え、一見調子が良く感じますが、しっかり考えて行動しないと仇となるので要注意。良く考えうかつに返事をしないことが大切！
Lucky Color ホワイト

九紫火星
何となく緩やかな波に乗りここまで来ましたが、外見よりも内面の強化月間に徹してみて。情報収集に力を入れて将来に向けての目標を作り、問題事も粘り強く自力で解決しましょう。
Lucky Color スカイブルー

— 九星早見表(本命星) —

一白水星	S29	S38	S47	S56	H2	H11
二黒土星	S28	S37	S46	S55	H元	H10
三碧木星	S27	S36	S45	S54	S63	H9
四緑木星	S26	S35	S44	S53	S62	H8
五黄土星	S25	S34	S43	S52	S61	H7
六白金星	S24	S33	S42	S51	S60	H6
七赤金星	S23	S32	S41	S50	S59	H5
八白土星	S22	S31	S40	S49	S58	H4
九紫火星	S21	S30	S39	S48	S57	H3

※1月1日より2月3日までに生まれた人はその前年生まれの人と同じ本命星となる

New Star K

facebook グローバルクリスタル 検索　★福島から郡山にサロンが移転しました！

aruku vol.69
2014年9月30日発行（毎月末日発行） 企画・編集：a.ru.ku編集室 発行：a.ru.ku出版株式会社 郡山市富田町字逆池下1-6パストラル1F tel.024-991-6323 fax.024-991-6324 Printed in Japan

2014 Autumn campaign

秋のモテ肌キャンペーン

両ワキ脱毛

12回※1 年4回×3年 ＋ 5年間 無料アフターケア付

¥100（税込）

期間限定 10/1(水)～10/31(金)

電話での先行予約受付中！

WEB予約 ジェイエステ 検索

＊新規のお客様、お一人様1回限り

乾燥が気になる季節に・・・

ハリ・ツヤ美肌ケア

光トリートメントで若々しいお肌へ

ファーストフェイシャルプラン

新規のお客様 お一人様1回限り 2回で ¥2,000（税込）

※1ヶ月以内で2回ご来店いただくプランです。

全身フォトカプセル 体験コース

新規のお客様 お一人様1回限り 2回で ¥3,500（税込）

※10/1(水)～10/31(金)まで ※一部導入していない店舗もございます。

【※1】両ワキ脱毛は毛周期に合わせて年4回ペースで3年間ご来店いただけます。その後、納得いくまで5年間は無料アフターケア付です。表示価格は両ワキ12回の金額ですが、12回よりも早期に終了した場合には、両ワキの残り回数分は全額返金いたします。ジェイエステ初めての方限定で、お一人様1回限りとなりますので、ご注意ください。（ジェイエステ店舗を変更して複数回契約することは出来ません。）●カウンセリング時にお客様に合ったお得なコースのご提案も行っております。●同一部位のお手入れには一定期間（3ヶ月前後）を空ける必要があります。●結果には個人差があります。

36年の経験と実績 ジェイエステティック

ご予約・お問い合わせ 0120-169-119 受付時間／10:00～19:00（日曜・祝日は18:00まで）

ジェイエステは予約がとりやすいサロンです！

http://www.j-esthe.com ジェイエステ 検索 フェイスブックも見てね！

郡山店 郡山市松木町2-88 イオンタウン郡山SC2F ☎024-941-2821

営業時間 10:30～20:00 年中無休 駐車場完備

福島店 ☎024-555-1331 福島市南矢野目字東水閣30-1 イオン福島店近く美容室アース隣り 営業時間 10:00～20:00 年中無休

会津店 ☎0242-32-0381 会津老松市花畑東3-31 千石通り中ほどネッツトヨタ向かい 営業時間 10:30～20:00 年中無休

いわき店 ☎0246-45-3401 いわき市小名町3-3-7 プリンセスアイ隣り（職業診断センター近く） 営業時間 10:30～20:00 年中無休

信頼の技術 JAPAN TOTAL BEAUTY ASSOCIATION 一般社団法人 日本全身美容協会正会員

AUSTRALIAN INSTITUTE OF APPLIED SCIENCES ASIA-JAPAN

世界50カ国以上に展開されているオーストラリア政府認定国家資格「Diploma of ビューティー セラピー」を取得したエステティシャンがジェイエステグループに在籍