

「ポストピ」とはポスティングで読者の皆様へ注目情報をお届けするコーナーです



【創業100周年記念】ハクジュプラザで ヘルストロン無料体験をされた方 先着 100名様に**お米(2合)プレゼント!!**

秋田市内に4店舗を展開するハクジュプラザは、健康づくりをサポートするための体験型ショールームです。株式会社白寿生科学研究所の自社製品である家庭用電位治療器「ヘルストロン」のほか、健康食品やサプリメントなどを取り扱っています。

ヘルストロンは、昭和38年(1963年)に厚生省(現・厚生労働省)から医療機器として日本で初めて承認された電位治療器です。約5,000ヶ所の医療機関、福祉施設にも設置されており、頭痛や肩こり、不眠症、慢性便秘の症状を緩解する効果があるそうです。

地表と上空100キロメートルにある電離層との間に形成される自然電界を享受することで、私たちは体内に持つ電気のバランスを保って本来あるべき健康な身体でいられるそうですが、ヘルストロンはこの自然電界に近い電界を人工的に作り出せるそうです。身体に直接電気を流すのではなく、空気のように電界がやさしく身体を包み込むため、ビリっとした感触もありません。

今回、株式会社白寿生科学研究所の創業100周年記念イベントとして、ハクジュプラザで初めてヘルストロン体験をされた先着100名様に**お米(2合)**をプレゼントするそうです。この機会にぜひ一度ヘルストロンを体験してみたい方が多いのではないでしょうか。

BEYOND
百 100年
HAKUJU

ハクジュを超えて、百寿。



無料 Free 2025年2月28日 vol.1482 発行部数 125,800部

企画・制作発行・配布
株式会社 青いポスト二十一
秋田市旭南3丁目2-67

配布・広告掲載のお問合せは
Tel.018-865-6383
FAX.018-863-2304
HP▶https://www.aopo.net (あおぽ 検索)

CONTENTS
イベントPICK UP!
マチカド★コレクション
Fun! Fun! Weekend
新鮮! 求人情報

創業100周年記念イベント 初めまして ハクジュプラザでヘルストロン体験をされた方 先着100名様に**お米(2合)プレゼント!!**

無くなり次第終了 3/1土~ 店舗検査はコチラ

(お米の特典) 長野県佐久市産の「コシヒカリ」(農薬不使用・化学肥料不使用) 除菌剤不使用

ハクジュプラザ 港北店 秋田市土崎港北7-2-20 マックスバリュ駐車場内 ☎080-7130-2521(見上 淳子) 営業/午前10:00~12:30 午後14:30~17:30(受付終了) 休 不定休	ハクジュプラザ 八橋店 秋田市八橋三和町4-26 ☎080-7130-2905(藤川 成子) 営業/午前10:00~13:00 午後15:00~18:00(受付終了) 休 不定休	ハクジュプラザ 市民市場店 秋田市中通4-7-35 秋田市民市場2階 ☎080-7130-2518(原 欣也) 営業/午前10:00~13:00 午後15:00~18:00(受付終了) 休 不定休	ハクジュプラザ フレスポ御所野店 秋田市御所野元町1-1-1 フレスポ御所野2階 ☎080-7129-9452(吉岡さおり) 営業/午前10:00~12:30 午後14:30~17:30(受付終了) 休 不定休
--	---	--	---

※初めてハクジュプラザにお越しいただき、ヘルストロンをご体験された方(18歳以上)が対象。※18歳未満の方は、お米の代わりにカルシウム飲料(カルロン)をプレゼント。※実施日や営業日等に関しては上記店舗にお問合せください。

PRIME グループ4店舗同時開催! おうちの情報館

夢の住まい探し ひなまつりフェア

3/1土SAT ~ 9日 SUN 10:00~17:00 (毎週水曜定休日)

まずはWEB予約!

数量限定プレゼント!
お雛さまセット
アンパンマン ひなあられ

※イベントご予約された方限定(モデルハウス、店舗予約は該当しません)。
※初回WEB予約来場特典の条件に該当する方にお渡しいたします。

最新! 土地情報満載
秋田県内の土地・新築戸建て・中古戸建てを
1,800件超からご提案できます

ここでしか見られない独自ルートの最新新築戸建て・中古戸建て & 土地情報が満載! 秋田、大仙、横手、由利本荘などの最新物件情報が見られる!

毎日更新中! 最新情報をお見逃しなく!
秋田不動産情報ナビサイトはこちら

期間限定! プライムハウスだけ! 分譲キャンペーン開始!!

完成前のご契約特典!

プライムチャンス!
分譲住宅 完成前契約キャンペーン
2つのコースからお好きな商品一つセレクト! 選べるプレゼントはこちら!

Aコース
家電&家具商品券 (30万円分)
新生活は新品で! 欲しかったアイテムをGETしましょう!

Bコース
オーダーカーテン (全居室対応)
数百種類から選べるデザインラインナップ!

●1家族様1回限りとなります。
●一度お選びいただいたコースの変更は致しかねますのであらかじめご了承くださいませ。

最大10,000円 QUOカード分プレゼント!

イベント前WEB予約 + 事前WEBアンケート回答で **5,000円** + イベント期間中の事前審査で次回来場時に審査結果と共に **5,000円**

WEB予約特典・お渡し条件
●ホームページ予約フォームからご予約いただくこと ●はじめてのご来店であること ●予約フォームのアンケートにすべてお答えいただくこと ●お申込みの住所に限りお申し込みのこと ●事前の住所確認のご連絡をお願いいたします ●1年以内にお住まいを売却すること ●お引越前に売却予約を済ませることを ●お引越前に売却予約を済ませることを ●お引越前に売却予約を済ませることを ●お引越前に売却予約を済ませることを

※当プレゼントはプライムハウスグループ共通で一度のみとなります。複数ブランドにご来店頂いた際の複数回の抽選はできません。また、このキャンペーンは予告なく終了する場合があります。

発見! 体感! アナタにちょうどいい家

PRIME 株式会社プライムハウス
秋田県知事免許(第)第1725号 秋田県知事許可(第-3)第80975号
☎0120-12-5566
秋田市仁井田本町三丁目12番32号FAX.018-893-4611

住宅ローンの見直しも行ってわかりづらいですよね!?
プライムハウスのご提示金額はコミコミ!
あとから「アレがない」「コレがない」といった心配は無用です!!

人気No.1ブランド **スタンダードモデル 24坪**
セルフフィット **1,801万円(税込)~**

キッズパーク 常時開放で 何時間でも遊べる!
お子様を預けてゆっくりとお話しできます!!
※写真はイメージです

おうちの情報館 住まいの買取専門店

イベント会場 P.20台以上完備
インテリア館 美鶴 秋田トヨペット 仁井田店
仁井田郵便局 秋田南消防署
IETSUTAYA 仁井田店 聖徳新野

イベントPICKUP!

3月1日(土) ▶ 3月9日(日)
●情報は変更される場合がございますのでご注意ください。詳細は主催者までご確認ください。

●ご掲載を希望される方へ
イベント開催や募集締切日の2~3週間前までに情報をお寄せください。内容や紙面の状況によりご掲載できない場合や、内容を一部省略してご掲載する場合がありますのでご了承ください。

3/1(土) ~ 3/31(月) 春を感じる特別な列車 由利高原鉄道 おひなっこ列車



- 鳥海山ろく線(羽後本荘駅から矢島駅まで)
- 運行時間/矢島発 9:50~羽後本荘着 10:31 羽後本荘発 10:55~矢島着 11:34 水曜・木曜はアテンダント乗務なし
- 通常運賃(片道)/大人 610円・小人 310円
- 問合せ/0184-56-2736(平日 9:00~17:00)

3/1から一ヶ月間、由利高原鉄道で「おひなっこ列車」が運行されます。列車内が矢島地域に伝わる「矢島柳祭り」やゆらゆら揺れる華やかな「本荘ごてんまり」、アテンダントによる装飾で華やかに彩られ、一足早い春の訪れを感じさせます。また、矢島駅でもアテンダント手作りのおひなさまがお待ちしております。予約は不要ですが、8名以上の団体や車椅子の方は事前にお電話をお願いします。

3/1(土) Silu-Milu-Bar(しるみるばる) 編み物は世界をすくう!



- 秋田拠点センターアルヴェ3F 市民交流サロン
- 14:00~15:30
- 定員/先着20名(参加無料)
- 問合せ/018-887-5312
- 申込は右記フォームから

編み物を活用した被災地支援活動やイベントなどを行っているコーヒー&ニットIVYの高畑美幸氏をゲストに迎えてお話を伺います。グループディスカッションなどでの交流を予定していますので、ぜひお越しください。



3/2(日) ハリコ雛飾り 絵付け体験

- 小径café 崎-misaki-文庫 (秋田市橋山登町2-36)
- 材料費/1,000円
- ご予約/080-4822-2584 (定員に達し次第締切)
- 11:00~12:00頃



オリジナルおひなさまを作ってみませんか?あらかじめ用意した張り子という伝統的な人形に、着物の柄と顔を描き入れます。手ぶらでの参加OKです。お菓子、ドリンク付き。親子での参加もお待ちしております。

3/5(水)~9(日) 春色 花フェスティバル

- 秋田ふるさと村 ドーム劇場
- 観覧入場券/600円 (中学生以下無料)
- 9:30~16:00 ※3/9は15:00終了 (最終入場は終了時間の30分前)
- 問合せ/0182-33-8800



洋ランとクリスマスローズの他、これからの季節にガーデニングを彩る花苗や観葉植物、多肉植物など色とりどりの草花を集めました。洋ランを中心とした、花の大型ディスプレイなどは見ごたえ満点。一足早い春をお届けします。

3/7(金)~16(日) お酒を楽しむ器展 2025



- 秋田市新屋ガラス工房 ガラリー
 - 開館時間/9:00~16:00 ※3/11(火)は休館日
 - 入館・入場無料
 - 問合せ/018-853-4201
- 出展作家などの情報は→ [秋田市新屋ガラス工房](#)

作家が想う、お酒を楽しむ器たち。県内外で活躍するガラス作家と新屋ガラス工房所属作家の作品約600点が一堂に。あなたのお好みはどれでしょう?

キッズ図書館

~想像広がる展開~



- サム・アッシャー 作・絵 ●吉上恭太 訳



「ぼくのペンギンはどこ?」

朝起きると、僕のペンギンのぬいぐるみが見当たらない。冷蔵庫の中、ベッドの下、池まで探したが見つからない。おじいちゃんと地下室も確認したが。その時、僕は地球儀を見て、海に探しに行くことを思い付く。

古い浴槽と物干しの棒、縫い合わせた布巾で帆船を作り、おじいちゃんと一緒に海へ。途中、海賊や潜水艇の船長に会い、ペンギンについて尋ねてみるが……。想像が広がる展開。

●徳間書店・1870円

秋田県からお知らせ



秋田犬のナンバープレートを付けた車で走ってみませんか?

新車や中古車の購入時に取り付けるほか、現在乗っている自動車のナンバーを変えずに交換することができます。

- 対象車種:登録自動車(自家用・事業用) 軽自動車(自家用)
- 図柄:フルカラー版、モノトーン版
- 交付手数料:登録自動車 8,100円 など 軽自動車 8,900円 ※1,000円以上の寄付金の追加支払いでフルカラー版を選択可能。



詳しくはコチラから



お問い合わせ 秋田県交通政策課 ☎018-860-1283



地域ライター

らっしーが行く!秋田のdeepspot

ライター:らっしー

Yahoo! ▶ <https://news.yahoo.co.jp/expert/creators/rashio>
X (旧Twitter) ▶ <https://twitter.com/8uEjhd5sddFz535>
Instagram ▶ <https://www.instagram.com/rashio.rashiko>

らっしーさんのInstagramはコチラ▶



[SWEET]370円、[コーヒー]390円、[かぼちゃ]390円、[キャラメル]430円

秋田県内で極生ぶりんが食べられるのはココだけ! やみつきになる程とろけるまろやかな味わい

今回は秋田県湯上市にある極生ぶりん専門店「彩」さんをご紹介します。

初訪問だった私は勝手が分からず注文に少し時間がかかってしまいましたが、まずはスタンダードの「SWEET(プレーン)」「コーヒー」「かぼちゃ」「キャラメル」の4つを購入。

早速食べてみると…口に入れた瞬間のとろける食感になめらかな舌触りが凄すぎて驚きました。味も濃厚ですが、しつこくなく何個でも食べられるような美味しさだったのでこれはリピートしたくなる味だなと思いました。

この極生ぶりん専門店は石川県が本店なのですが秋田県内ではココでしか食べられません。皆さんもぜひ一度、極生ぶりん専門店「彩」さんへ来てみてくださいね。



極生プリン専門店 彩
秋田県湯上市天王字上江川47-1280
TEL.080-9636-8259
営業時間/10:00~17:00(売切次第終了)
定休日/月、火曜日(祝日の場合)
駐車場/有(店舗横3台ほど)

チラシを作ったその先は、地域のプロフェッショナルにお任せください。

ポスティングは、信頼のある **あおぼ** におまかせ! まずはご一報を!

- 秋田県内** 高い世帯カバー率! 全戸配布 秋田市広報など公的発行物の秋田市内全戸配布も行っております。
- きめ細かいエリア設定!** エリア指定配布 町丁単位でエリア選定ができ、商圏や動線を考慮した的確な配布が可能です。
- セグメント配布** 一戸建てのみ・集合住宅のみ・事業所のみなど、建物を選別し配布できます。 ※別途料金がかかりますので詳しくはお問い合わせください

取り扱い品目	チラシ配布料金(税込)
●チラシ	B4迄 3.74円
●パンフレット	A3 4.29円
●カタログ	B3 6.27円
●商品サンプル	B2(A2含む) 11.55円
●無記名DM(封書)	B1(A1含む) 20.90円
●会報	※厚紙料金
●情報紙	・110kg以上
●その他	……1割増
	・180kg以上
	……5割増

経費節約!
見積無料!
お問い合わせ
TEL 018-865-6383
FAX 018-863-2304
日本ポスティング協同組合会員・(社)日本ABC協会会員

印刷・内職のご相談もお気軽に 印刷 価格はサイズや枚数・片面/両面印刷等によって異なります。名刺やチラシ等、必要な枚数だけの印刷もできます。

内職 宛名書き・封入作業などの内職で人手が足りず困った時、声を掛けてください。

株式会社 青いポスト21
〒010-0925 秋田市旭南三丁目2-67
www.aopo.net あおぼ 検索



この位の量でも驚きのお値段に!

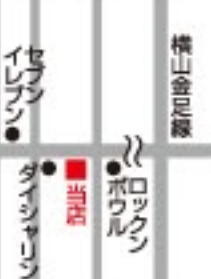


素材不明の貴金属はゴチャッと「広面店」へ

お陰様で7周年目突入となりました『広面店』ですが、引き続きネックレスや指輪など高価買取を頑張らせて頂きます(^_^) 最近身内の遺品のご相談を多数承っている中で、素材不明な貴金属を捨てられているケースが多い為、まずは一度捨てずにゴチャッとお待ちください!! 『広面店』では経験豊かな遺品整理士がおりますので安心してお売りください。ご売却が初めてのお客様でもアットホームなお店なのでお気軽にご来店ください。【広告管理番号:R6-9S 061】

おたからや広面店

☎018-853-9415
秋田市東通3-1-10
AM10:00~PM7:00 困水曜
古物商許可番号/
秋田県公安委員会第231180000234号
(一社)遺品整理士認定協会 認定 第IS25468号
おたからや 広面店



ブランドバッグ・貴金属 ブランド時計買取強化!

おたからや泉外旭川店限定で貴金属・ブランド品・ブランド時計の買取金額をがんばります! 動かなくても、どこかが壊れていても大丈夫です。買取金額に自信を持っておりますので、初めての方も、リピーターの方もこの期間にお持ち込みください!
当店は査定・キャンセル料0円。
無料出張査定もいたします。
(当店は遺品整理士・IS26695、ジュエリーコーディネーター・2225025が在籍しています。)

おたからや 泉外旭川店

☎018-811-4640
秋田市泉外野一丁目20-23
富士ビル102号室
AM10:00~PM19:00 困不定休
広告管理番号:R7-1J 052
古物商秋田公安委員会 許可 第231130002443号
おたからや 泉外旭川店



泉外旭川店にきてけれ~



ぜひお気軽にお問い合わせください! (代表:加賀谷)



掃除部門はじまりました!

出張費・お見積無料! 地域に寄り添う水道屋さん!

秋田県内各市町村の「指定水道工事店」です! 水漏れやトイレ詰まりなど、水まわりのトラブルなら当社にお任せください。ご新規のお客様は初回割引中! 基本料金4,400円のところ「あおぼを見た」で3,300円オフ! 軽度のトイレ詰まりや蛇口のパッキン交換なら最低1,100円から対応いたします。
また、「ハウスクリーニング事業」もはじめました! エアコンや浴室など、気になるヨゴレはプロにお任せ! お気軽にお問い合わせください!

一般家庭の水まわり修理専門店 水道ワークス

☎018-838-6381 (運営:株式会社Works)
☎090-4319-3599
本社(株式会社Works)/秋田市新屋南浜町1-10
AM8:00~PM22:00
休年中無休
秋田市・湯上市他 秋田県内各市町村 指定水道工事店



「和食うゑむら」 ランチリニューアル

ご好評いただいております「彩り野菜御膳」が3月からメニューを一新。値段は変わらないが税込2500円(ワンドリンク付)家族・友人・サークル仲間、会社の同僚などの集いにご利用ください! 夜は・かんと(6品)4000円・かまくら(7品)6000円・ぼんでん(7品)8000円の3種のコースをご用意しており、内容は月ごとに変更しております。当店は季節の食材を中心に手づくりにごこだわった料理をご提供しております。皆様のご来店心よりお待ちしております。

和食うゑむら

☎018-807-5846
秋田市大町五丁目1-6
K&Zビル2F
AM11:30~PM14:00(LO13:30)
夜 17:00~
前日午前中まで要予約
休不定休



春爛漫さくらあん 一斤1,200円(税込)

3月、月初め食パン! 春爛漫さくらあん!

3月の月初め食パンは「春爛漫さくらあん」です。卒業・入学・就職などの門出を「春爛漫さくらあん」とともにお祝いして頂きたく選びました。白あんに混ぜ込まれた塩漬の桜の葉は、静岡県西伊豆産、大島さくらの桜葉です。白あんの上品な甘みと、塩漬された桜の塩味が絶妙です。お味もさることながら、爽やかな桜の香りと薄桃色の春らしい見た目もお楽しみいただけます。3/1~10までの限定販売となります。

銀座に志かわ 秋田中央店

☎018-823-2401
秋田市八橋線沼町10-33
富士ビル102号室
AM10:00~PM18:00(売切れ次第終了)
休不定休
Pあり
HP https://ginza-nishikawa.jp



あおぼ不動産情報

4LDKの建売住宅が 見6万円台!

金利上昇前がチャンス!

今なら50万円! 現金プレゼント

2025年3月31日までご成約の方、
引越費用や家具家電購入にいかが?!

秋田市茨島7丁目 現地見学会 3/1±2日

10:00~16:00

2Fに多目的ホール 熱源はガスと電気ハイブリッド ZEH水準省エネ住宅

4LDK・駐車2台可

2,980万円 (税込)

月々のお支払い例

月々62,238円

【頭金】0円

-JAバンク2,980万円借入れ・40年返済
-3年固定金利0.65%
-ボーナス月割増49,755円・借費用別途

来場者先着5組 キッチン便利グッズプレゼント

キッズスペースあります。
一お子様も一緒に見学ください!

【現地トイレは利用できません、予めご了承ください】

現地案内 TEL 080-1669-1595

- 土地面積 / 208.23㎡(62.98坪)
- 建物面積 / 100.62㎡(30.43坪)
- 交通 / JR羽越本線 羽後牛島駅まで徒歩22分
- 取引態様 / 売主

完成年月 / 2024年2月

学区 / 旭南小学校、山王中学校

株式会社 ローヤル不動産

秋田市保戸野原の町17-5

Tel.018-866-6080

(公社)秋田県宅地建物取引業協会会員/秋田県知事(6)第1696号

●取引条件の有効期限2025年3月31日

Fun! Fun! Weekend

今月のPhoto大賞!

おめでとうございます!

BEST
Photo of the month
AOPO-Fun! Fun! Weekend

今年1月、青森県の平川市役所で開催されたイルミネーションを夫と一緒に見に行きました。下調べで他にない台湾提灯が見たくて。台湾と交流があるみたいで可愛くて素敵でした。
P.N.あゆさん・50代・女性



色鮮やかで独特な形状の提灯が所狭しと飾られていて、ついおっと声上げてしまう綺麗さが「いいね!」でした。提灯は実際に台湾から輸入したものだそうですね!
あおぼ編集部から

来月はどんな写真が選ばれるかお楽しみに!
あなたのベストショット、お待ちしております!

7COLORS* 誕生日占い★来週の運勢

まゆこ先生の 7COLORS* 横山まゆこ先生 公式LINE* https://lin.ee/EKkGvfl

この週の特徴*流れが速い一週間。直感を活かした行動を!

1月 生まれ *健康運:★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ サクサク作業を進めよう! 効率化を考えると吉♪ 頭スッキリ ミントグリーン	2月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 苦境からの大逆転! 積み重ねが結果! 運命のドア開く トマトレッド	3月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 気楽にいろいろフットワークの軽さが開運♪ 春を感じる空色 スカイブルー	4月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 広い視点で優雅に。心の余裕で運気アップ 大輪の花咲く ローズピンク
5月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 頑張りすぎ注意! 自分のペースが最高! 心落ち着く ココアブラウン	6月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 派手さよりも堅実に♪ しっかり者で行こう! 深みのある ビリジャングリーン	7月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 自分を信じて。明るい笑顔に福宿る! 華やかな パーミリオン	8月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 怖くても迷わず前進! 道は自然と開く♪ 雄大な大河 ナイルブルー
9月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 行儀流水! 助け船は豪華客船かも♪ 安心の コーラルピンク	10月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 運気は急上昇! チャンスを逃さずGO! 豊かな未来を描く イエローゴールド	11月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 運命の分かれ道! 周囲のアドバイスも大事 真実見抜く アメジストパープル	12月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 自分の人生の主役は誰? 心の声に正直に! 心を映す シャイニングシルバー

みんなの掲示板

「ゆきとびあ七曲」に行ってきました。可愛い花嫁さんも見られましたし、昔ながらの馬そりでタイムスリップしたかの様な空間でした。お菓子やみかんや餅まきが何ヶ所かであり、カラオケ大会、太鼓演奏、花火と盛りだくさんでとても楽しめました。花嫁さんもお馬さんもスタッフの皆さんも長時間お疲れ様でした。
P.N.クローバーさん・60代・女性

我が家で、25年前から、月下美人を育てています。春咲、秋咲で30輪の大輪の花が咲きます。芳しい匂いも一緒に。
P.N.杉下利休さん・60代・男性

AnimalPhoto 家族の1shot!

我が家の愛犬「くーちゃん」です。今年の冬は「雪んこ」スタイルでお散歩したよ! 暖かく可愛くて、くーちゃんにメロメロなママでした。
P.N.くーちゃんママさん 40代・女性

我が家の愛犬「ふく」8歳です! 本当に犬なのかと思うくらい吠えませんが、この瞳で見つめられると何でも許してしまいます笑
P.N.ふくママさん 60代・女性

Post Room

私の学校職場あるある

私の会社では宿直勤務がある為、その日に一緒に過ごすメンバーで夕食のお弁当を何にするか必ず決めます。唐揚げ弁当屋さんが多いのですが、その日のメンバーによってこのお店がいいなど論争になるのがまた面白いです
P.N.めめさん・20代・男性

インフラの検針員なので、お客様に声をかけてもらうと嬉しいです。雨の日や雪の日や寒すぎる日や暑すぎる日は泣きそうになりながら頑張っています。
P.N.のんきママさん・50代・女性

私のプチ自慢

私のプチ自慢は、仕事が難よりも早く出来ることです。頭の中で計画を立てて早く完成します。周囲はまだ終わっていないため、心の中で「やっ」と叫んでしまいます。満面笑顔だと思えます。
P.N.NORINORIさん・60代・男性

米農家です。だからという訳ではないですが、水道水でお米を研いで水加減を合わせる時いつもビツリになります。何合でもほぼ100%一発で合うのが気持ちよくてスカッとします。
P.N.かりこさん・60代・女性

去年3月から歯科治療を行い、初めは歯の不具合でしたが、おかげにしてからマイナス10kgの減量に成功しました。
P.N.湯沢のヒロコさん・50代・女性

未だに、ドリップコーヒーを朝淹れるのが日課。上司が異動したら、絶対やめようと思っている。それぞれ自分で、好きな飲み物を淹れるように変えていきたい。
P.N.もぐもぐさん・40代・女性

事務所のエアコンで、夏は冷房・冬は暖房! 私が朝一番にリモコンでつけましたが、11時過ぎになっても暖まらないので、いよいよ寿命かな?と思ったら、「冷房」のボタンを押していたようです...とほほ。みんな、ゴメンね。
P.N.まごころさん・60代・男性

始業前の事務所・敷地内の清掃、全員で「ラジオ体操第一」、朝礼後に仕事始めでした。(昔は) 三浦 一雄さん・60代・男性

私のプチ自慢は、旦那が寝る前にハンドクリームを塗ってくれる事です(笑) このご時世、職場でも家でも手を洗う事が増え、油断するとすぐに手がガサガサになってしまうので、就寝前にハンドクリームを塗る習慣にしていたのですが、寝てしまったまま寝落ちした時は後から寝て来る旦那が塗ってくれています。いつもありがとうございます。
P.N.りいままさん・20代・女性

還暦過ぎましたが、趣味は自転車、ランニング、筋トレです。お陰で腹が出ることもなく、若いころからの体型を保っています。顔は老けましたが、まだ40代後半か50代前半に見られます。
P.N.やしとさん・60代・男性

膝に水が、たまったのですが整形外科に行かないで治りました。
P.N.タカさん・40代・男性

受験の思い出

40代の頃、介護福祉士の受験で青森ヘリソートしらかみに乗ったのですが、向かいの席には東京から雪景色を見に来たという同じ年代の男性が座っていました。少しでも参考書を覗きたい自分でしたが、一方的に話しかけてきて最後の悪あがきができませんでした...。(どうにか合格はしましたが...)
P.N.さんちゃん・60代・男性

高校受験前、父から高校は無理に行かず当時病中の母の介護を勧められました。当時は病棟内でも家族等の付き添いが普通(?)にあった為でしたが、父と交代で病院に寝泊まり等ながら、無事卒業まで過ごさせてもらえた事に亡き両親に感謝しています。
P.N.かりママさん・50代・女性

試験結果に自信なく帰宅したら、机に一輪挿しのお花とメッセージがあり嬉しい気持ちになりました。結局合格でした。
P.N.ふくりんさん・50代・女性

高校受験の時、学習塾での練習問題がそのまま試験に出てびっくりした。塾長先生ありがとうございました。
P.N.ピースさん・60代・男性

子供の大学受験の付き添いで県外へ。試験当日子供の昼食をコンビニで購入すると、777円! 計算した訳ではないのですが、緊張がほぐれお陰様で無事合格することができました。
P.N.やいちゃん・50代・女性

高校受験の試験当日、会場の教室に入って座っていると(試験合間か休憩時間か)何となく窓の外を見たとき「ああ私、4月からこの窓からの風景を見るんだな〜」とふと思いました。もちろんその時は試験中なので受かっているわけでもないのに(成績も微妙だった)自然にそう思った。結果的に受かりましたが、その高校に入学したのは運命だったのかも知れません(笑)。
P.N.チチカカ湖さん・40代・女性

毎晩オールナイトニッポンを聴きながら受験勉強した頃を思い出します。朝3時まで聴きながら勉強、そして登校。若さってすごいなってつくづく思います。月曜日の中島みゆきのオールナイトニッポンが一番好きでした!
P.N.まめたんさん・50代・女性

遠い昔、受験に受かった高校に通いだしたある日、担任の先生から言われました。「お前は受験時のちょっと面白いエピソードがある。受験テストの最初から最後まで全く姿勢も頭も動かない生徒が居るぞ!と、先生達の間で話題になっていたんだ。俺も気になって見てたが結局最後まで動かなかった!」と言われ、確かに緊張でガチガチ固くなった事とカンニングと勘違いされないようにと真っ直ぐ前を向いてキープレーストしていた私。そのエピソードを聞いていた友人は大笑いし、私は赤面してしまいました(//∇//)
P.N.ドレミさん・50代・女性

Happy Birthday

みゆいちゃんへ
2月23日生まれ
3さいのおたんじょうび
おめでとう!
明るくダンスの好きなみゆいちゃん、元気いっぱいおおきなあれ!

こうしんくんへ
2月25日生まれ
3さいのおたんじょうび
おめでとう!
きょうだい二人なかよく、げんきで大きくなってね!

みんなにオススメしたいお店

道の駅うさぎ(雄物川)です。ジェラードとお蕎麦が美味しいので、ドライブがてら行きます。地産の野菜などの買い物も楽しめます。
P.N.けんちゃん・50代・男性

館の丸食堂です。秋田市で唯一私が大盛りを頼めないほどボリュームなお店です! 暖かい店員さんばかりでお店も新しくなりました。ぜひ行ってみてほしいです(〇〇)
P.N.m...さん・30代・女性

ツムラ美容サロン(秋田市高陽町) 中学くらいからずっと今までにきび(もはや吹き出物??)肌で悩んだ私。こちらで通い続け、ようやくきびとおさらばできそうです!!もうひと息! それより何よりお店の方がとても良くてくれ、会話も毎回楽しませて頂いています。
P.N.ODさん・40代・女性

御所野イオンのコーエーン。洋服もおすすですが、何となく何でも店員さんです。店員さん全員が的確なアドバイス、親切な対応、アットホームでまた行きたくなるお店です。
P.N.あさん・50代・女性

わらしベ家。保戸野にある、週1回、土曜日に開いているリサイクルショップです。善悪で寄付された服や本、雑貨などを、来店者が値段をつけて(100円以上)購入するシステムです。お店は民家みたいで小さいし、欲しいものがあるかどうかは運次第だけど、掘り出し物があるかなというワクワクが毎回行ってしまおう。
P.N.たがさん 60代・男性

大内にあります「出羽食堂」。素晴らしい高コストで、地元のお母さんたちの手作りだから間違いなく美味しい!子連れでも良く小上がりがあり、一度行きましたが気に入りました!生薬焼酎定食と唐揚げ定食がオススメ!
P.N.ベロコロさん・40代・女性

Fun! Fun! Weekend みんなの掲示板

様々なジャンルの写真や、ちょっとした一言、お子様へのおめでとうメッセージなど、読者の皆さんから投稿してもらおうコーナーです。

応募方法 下記2次元コードのリンク先(あおぼHP)の専用お申し込みページまたは、おハガキは下記の宛先まで①～⑥と投稿内容を全てご記入してお送りください。

記入項目 ①氏名とペンネーム(本名の掲載で構わない方は必要ありません)②住所 ③年齢 ④性別 ⑤職業 ⑥電話番号
※テーマで投稿する方は右の4つの中から1つをお送りください。

●ワクワクドキドキ! 春から新生活 ●ウソついてゴメンナサイ!
●部活の思い出 ●みんなにオススメしたいお店(理由も添えて)

【おハガキは】〒010-0925 秋田市旭南3丁目2-67 青いポスト21「みんなの掲示板係」まで
※お送りいただいた写真や投稿コメントは、掲載に際して一部短縮・編集される場合があります。また、紙面状況などにより掲載されない場合もありますので、ご理解ご容赦のほどお願いいたします。※いただいたお便りに対して必要事項の確認以外では連絡は差し上げません。

お申込用フォーム

たくさんのご投稿
ありがとうございます!
来週もお楽しみに!

秋田フラワーセンター
秋田市山王2丁目3-22
TEL.018-823-1241

男性も参加できるパッチテスト

【謝礼金7,500円】(20~65歳)
 ○男性も参加できる
 ○パッチテスト:3/1(土)~3/5(水)

【謝礼金5,000円】(20~49歳)
 ○1日で終了、所要時間2時間
 ○化粧下地を使用

◆物品の販売は一切していません◆
 ◆LINEでラクラク応募◆
 ↓LINEのQRコード

インターフェイス株式会社
 秋田市中通2-8-1 フォンテAKITA 7F
 subjects@interface-akita.com
018-827-7155 担当:富田

今春3/19 OPEN! オープニングクルー募集

【イオンモール3階フードコート内にOPEN!!】
 職種/モスバーガークルー(パート・アルバイト)
 資格/学歴不問、未経験者可、学生さん、主婦、
 主夫さん歓迎(扶養内勤務可)
 給与/オープニング時給1,300円~(5/31まで)
 6/1以降 時給1,100円~(学生、一般共通)
 勤務/8:00~21:30の間で週2日・1日3時間~
 休日/シフト制※応募相談
 待遇/制服貸与、交通費支給、食事補助有(5割引)
 その他/採用後、オープンまで秋田広面店にて
 トレーニング実施となります。
 応募/下記2次元コードから or お電話ください。

モスバーガーイオンモール秋田店
 お電話での応募は下記電話番号
 秋田広面店まで
018-884-7776

クリーンスタッフ募集 短時間の勤務です!

仕事/スーパー店内の清掃業務
 勤務地/イオンスタイル広面店
 時間/① 8:00~10:00までの2時間
 ②19:00~21:20までの2時間20分
 ※①②のいずれか、または両方を選べます
 年齢/不問(65才以上可)
 給与/時給951円
 休日/週休2日制(シフト表による)
 ※週1日からでもOKです
 待遇/制服貸与、車通勤可(無料Pあり)
 応募/お気軽にお電話ください

株式会社 ジョンソン設備管理
 〒011-0945
 秋田市土崎港西3-13-32
018-827-3670 担当:小松

パート1名募集

内容/ホール
 資格/体力に自信のある方、飲食店経験者優遇
 時間/17:30~22:00
 時給/平日: 951円
 金・土:1,000円
 休日/日曜・祝日
 第1、3月曜日
 待遇/まかない有
 駐車場有
 シフト等相談可
 応募/午前中、お電話で
 ご応募・お問合せ
 ください。

和食 すがわら
 秋田市大町1丁目2-7
 サン・パティオ大町1階
018-888-3315

新鮮!! あおぼ

求人情報

地区担当員募集! 経験不問 主婦の方、大歓迎!

募集エリア・土崎・飯島

★この地域以外にお住まいの方も応募可
 ★仕事量に合わせて、ある程度時間調節しながら働けます。

月収(参考)※1 平均8万円前後

★担当地区や作業量で変わります(要相談)
 ★車両費・ガソリン代支給します

仕事 週4日~5日間 (1日3~5時間程度)※2

●当社内でのチラシの仕分け
 ●担当地区への配送
 ●空きエリアの配布など

資格 要普通免許※3

※1:※2:作業量により変動
 ※3:自家用車で配送のため

まずはお気軽に、お電話にてお問い合わせください

(株)青いポスト21 TEL.0120-333-327 (担当)大賀
 〒010-0925 秋田市旭南3丁目2-67

正社員募集!

●仕事内容…秋田市内を中心に、お客様へ広告を通じた販売促進のご提案をして頂きます。
 ※スタッフの休みに対応して配布手伝いをする場合あり

●募集人数…若干名

●資格…高卒以上、45歳位迄(キャリア形成を図る為)要普通運転免許

●給与…月給210,000~280,000円+歩合給、他

●試用期間…3ヶ月 ※試用期間後に給与見直しあり
 ※実績・経験等考慮します

●時間…8:30~18:00(休憩時間含む) 実働8時間

●休日…土・日・祝(月1回土曜日出社有)、夏期年末年始6ヶ月経過後有給休暇日数10日

●待遇…社会保険等完備、退職金制度有、賞与年2回(1年以上勤務)、車通勤可、交通費支給(社内規定による)、受動喫煙対策(屋内禁煙)

(株)青いポスト21 TEL.0120-333-327
 〒010-0925 秋田市旭南3丁目2-67
 電話受付(平日9時~18時) 担当/大賀

お気軽にお問い合わせください
 ★メールでのお問い合わせもOKです

メールでご応募できます
 応募は数日お待たせする場合があります

もう、チェックした? 秋田県の最低賃金

951円 (1時間あたり)

秋田県内すべての労働者に適用されます。

次に掲げる賃金は、最低賃金額の計算には含まれません。

① 精進手当、通勤手当及び家族手当
 ② 臨時に支払われる賃金(結婚手当など)
 ③ 1ヶ月をこえる期間ごとに支払われる賃金(賞与など)
 ④ 時間外、休日及び深夜労働に対する賃金

最低賃金制度とは、最低賃金法に基づき国が賃金の最低限度を定め、使用者は、これ以上の賃金を労働者に支払わなければならないとするものです。上記の秋田県最低賃金は、県内の事業所に雇用される全ての労働者に適用される地域別最低賃金です。最低賃金は、臨時職員、パートタイマー、アルバイト等を含む全ての労働者に適用されます。日給や月給等の場合についても最低賃金は適用されますので、時間額に換算して最低賃金と比較します(①日給額+②日給額×1日の所定労働時間数または③日給額×1ヶ月の所定労働時間数)。使用者の方は、上記最低賃金を下回る金額で労働者を使用すると最低賃金法違反となります。

問合せ 秋田労働局賃金室 018-883-4266 又は最寄りの労働基準監督署へ

週3~4日位勤務 パート募集 1名増員

仕事 ランチ提供に伴う調理補助やフルーツの販売など

給与 時給955円~ (秋田県の最低賃金の改訂により変更する場合があります。)

勤務 10:00~16:00の間で 3~4時間程度(シフト制)

休日 日曜・祝日・お盆・正月・GW 他

経験者歓迎!

応募・お問合せ
 詳しくは電話にて。お気軽にお問い合わせください。

旬のうまいもん倶楽部 TEL.018-865-6355 担当/石川
 秋田市旭南3丁目2-67 あおぼ館内1F 電話受付:月~土・10時~16時※ランチタイムはひかえてください

あおぼ配布スタッフ募集しています♡

★今ならご希望のエリアをお選び頂けます♪

秋田市 毎週木~金曜日ほか
 ※毎週木~金曜日の「あおぼ」以外にも兼働日があります

●飯島 ●土崎港 ●外旭川 ●寺内 ●八橋
 ●泉 ●新藤田 ●添川 ●手形 ●広面
 ●下北手 ●楢山 ●横森 ●桜 ●山王
 ●川尻 ●川元 ●旭北 ●大町 ●保戸野
 ●千秋 ●中通 ●南通 ●旭南 ●茨島
 ●牛島 ●新屋 ●豊岩 ●御所野

★月に3回のみ配布していただくエリアも募集中!

秋田市 月3回

●金足片田 下新城青崎 他
 ●下新城中野街道端西 他 ●太平山谷 黒沢
 ●上北手荒巻 百崎 他 ●雄和新波一部 神ヶ村
 ●河辺畑谷 豊成 他 ●河辺岩見 三内 一部

仕事内容 あおぼ、広告チラシ、公的発行物などの配布

月額平均 約1~2.5万円
 エリアによって異なります

資格 配布地域の近くにお住まいで健康な方。70歳まで。

(株)青いポスト21
 〒010-0925 秋田市旭南三丁目2-67
0120-333-327 電話受付 月~金・9時~18時 担当:信太(シダ)

応募 電話連絡してください。後日説明会を行います。
 ※学生・未成年の方はご応募いただけません。

LINEからもご応募できます! LINEは24時間受付中! お気軽にどうぞ!

右の2次元コードを読み込んで、友達登録してね!

ペットの誕生日「お祝い」8割

▶ペット保険のアニコム損害保険が行ったアンケート調査で、ペットの誕生日に「お祝いしている」と答えた人は82%いた。▶昨年11月、犬猫など15種類の動物の飼い主に実施し、3617人から回答を得た。▶お祝いの内容の上位3位は、「プレゼントを購入する」「記念撮影をする」「様子や出来事をSNSに投稿する」だった。▶購入したプレゼントは、犬では「ケーキ」が1位で、2位が「おやつ」、3位が「おもちゃ」。猫やその他の動物では、1位が「おやつ」、2位が「おもちゃ」、3位が「ごはん」だった。平均購入額は「1000~3000円未満」(36%)が最も多く、「3000~5000円」(25%)が続いた。

ko 小耳に mimi

「焦がした」「冷たいまま」~パンの温め直しに悩み~

▶タイガー魔法瓶(大阪府門真市)が行ったパンを温め直す「リベイク」に関する意識調査で、「焦がした」「冷たいままだった」などの失敗や悩みが目立った。▶9月、パンを食べる習慣のある20~50代の男女806人に実施。▶自宅でパンを食べる際にリベイクするかと質問すると、「絶対にリベイクして食べる」が22.2%、「できる限り」が29.7%、「たまに」が26.3%で計78.2%が温めていた。▶一方、失敗談や悩みは(複数回答)、「焦がしてしまった」(41.3%)、「中身が冷たいままだった」(30.0%)、「ぱさぱさになってしまった」(25.7%)、「温度や時間の調整が難しい」(20.8%)などが多かった。

ko 小耳に mimi

芸能 「新しい世界が待っていた」 穂志もえか



穂志 もえか(ほし・もえか)
 ■ 1995年8月23日生まれ
 ■ 千葉県出身

スキんケアブランドの新ブランドアンバサダーに穂志もえかが就任。化粧水の新品発表会に登壇し、「これが透明感ってことなのかも、という体験をぜひしていただきたい」とPRした。

新しいキャンペーンのキーワードは、限界を設けないという意味の「リミットレス」。話題の米ドラマ「SHOGUN 将軍」の出演を振り返り、「(自分は)日本ではどうにかならなければと思ってはいたが、思い切って(海外進出に)挑戦してみたら新しい世界が待っていた」と自らの限界を越えた経験を語った。

さらに挑んでいきたいリミットレスなことについては「何も決めない。(その姿勢で)去年一年、役者以外のお仕事もいろいろと挑戦してみたら、とてもいい出会いや新しい世界にご縁ができた」とほほ笑んだ。

不動産 土地 建物 買取 いたします!

■ 秋田市・近郊 ■ 査定無料 ■ 秘密厳守

樹木・雑草 そのままで OK!
 解体費用 先払い 不要!
 住み替えの サポートも お任せください
 不要な荷物も そのままで OK!
 もう空家には 住まないで...
 敷地の一部 だけって 売れるの!?

買取対象外の場合も仲介で売却いたします。ぜひご相談ください

地元出身スタッフ・女性スタッフ在籍

株式会社 R-ハウジング秋田店
 TEL.018-853-7033 担当: 東海林
 〒010-0903 秋田市保戸野八丁13-15 AKハイム105
 FAX.018-853-7034 定休: 水曜日 営業時間9:30~18:30
 国土交通大臣(1)第10449号

ツルハドラッグ 片岡内科医院 秋田銀行 秋田生鮮市場 秋大附小・小・幼 秋田保戸野郵便局

ご予算に応じて、ちょっとずつ! 随時予約受付中!!
 いろんな旬の果物を詰め合わせします

お土産・お礼・内祝 秋田県内はもちろん 地方発送できます!!
 快気祝・誕生日など 3,000円~

ゴルフコンペ 歓送迎会など 1,500円~

お盆盛り 2,000円~

おまかせパック 5,000円~

旬のうまいもん倶楽部 018-865-6355

秋田市旭南3丁目2-67 午前10時~午後5時(ランチ午前11時半~午後2時)

018-863-2304 https://www.akita-umaimon.net/

ちよとづつ色々な種類の柑橘をの
 愛媛県宇和島より産地直送
 旬の柑橘系みかん
 おたのしみ袋 4~5種ミックス 1袋 1,080円

高知産 生産者限定品
 中井さんの文旦 (ぶんたん) 5~6種ミックス
 お楽しみみ袋 1,080円

半鍋焼きうどん まんぞく セット 880円

ランチは14時まで注文OKです

ミニちらし丼・旬の果物盛り合せ・漬物・甘味が付きます

半サイズの鍋焼きうどんは、米油で揚げたかき揚げなど、具だくさん!

季節の甘味が付きます

お揚げやカニかまなどがのったミニちらし丼

お漬物

えび・イカ・貝・豚肉入り! 海鮮入りの あんかけ ラーメン 780円

鍋焼きうどん 720円

スマイルランチほか ラunchは平日14時まで注文OK!
 600円~

ごはんのランチあります! 五つ星米マイスター平沢商店マンの米使用!!

かしじょうみゃくりゅう 参加無料 事前申込制
 市民講座 ソーシャルディスタンス 定員8名

下肢静脈瘤

日時 3/21(金) 会場 秋田血管外科クリニック
 時間/10:00~ 秋田駅西口・ぼぼろーど直結 フォンテAKITA 7階

こんな症状でお悩みではありませんか?
 足の血管が目立つ 1つでもあてはまる方は下肢静脈瘤かもしれません。下肢静脈瘤は保険が適応でき、日帰り治療も可能です。
 足のむくみ
 足がつかれる
 足がだるい

長時間の立ち仕事 妊娠・出産歴がある 脚が下がり静脈瘤

下肢静脈瘤血管内カテーテル治療とは
 カテーテルとは直径1~2mm前後の細長い管です。この管を点滴の要領で下肢静脈瘤の原因静脈に挿入し、血管の中だけで治療を終えます。レーザーファイバーカテーテルと高周波カテーテルの二種類の治療法があり、静脈瘤の照射部位の長さや血管径等の性状に応じて使い分け

下肢静脈瘤血管内カテーテル治療の5つの特徴
 1. 細い針を刺すだけで治療ができる
 2. 治療後の痛みや出血が少ない
 3. 傷口が小さく、目立たない(針あと)
 4. 保険適用
 5. 日帰り治療

レーザー光の照射 レザーファイバー

下肢静脈瘤治療にこだわるからこそ レザーと高周波、グルー治療の3種類の最新専門治療を揃えています。 学会認定専門医 院長 小森 茂

下肢静脈瘤血管内治療指導医 日本脈管学会 脈管専門医、指導医 日本心臓外科学会 日本循環器学会・循環器専門医 日本外科学会・外科専門医

個別の診療をご希望の方へ 待ち時間が少ない 予約制 提携駐車場あり (フォンテ秋田の規定通り) 土曜・日曜日診療 土曜日・日曜日診療を行っています。平日のお仕事で受診しにくい方はどうぞ。

秋田血管外科クリニック 〒010-0001 秋田市中通2丁目8-1 フォンテAKITA7階 電話受付時間/9:00~18:00 TEL:018-838-5200

0120-24-8882 https://varixclinic.jp/akita/ 秋田血管外科クリニック 検索

秋田駅前口 ぼぼろーど直結 フォンテ秋田 7F 中央通り 秋田駅 西口 東口

下肢静脈瘤の分類 このような症状はありませんか?

Q 下肢静脈瘤ってどんなもの? A 下肢静脈瘤は写真のように血管が目立つことが多いです。※写真は一例です

足の表面近くにある伏在静脈が瘤のように拡張した状態です。 ふくらはぎや大腿部の内側にできることが多いです。

伏在静脈より枝分かれた部分が拡張したものです。 伏在静脈瘤に比べて瘤は小さいことが多いです。

Q 下肢静脈瘤は放置するとどうなる? A 下肢静脈瘤は進行すると、よくある症状だけでなく、写真のような皮膚の黒ずみ、うつろ性皮膚炎、皮膚潰瘍などの症状が出ます。

こむら返り 痛み 掻痒感 静脈がボコボコして浮き出ている

クサイ 痛い 腫れる 大きくなる 粉瘤 くり抜き法 日本形成外科学会認定専門医 傷が小さい 縫合不要 保険適用

粉瘤の症例です

Q 下肢静脈瘤の診察は手間がかかるの? A 下肢静脈瘤の診察は、体表にゼリーを塗って超音波エコー検査で足の血管を観察してレベル判定だけです。痛みもなく、時間もかかりません。

診察の流れ

- 1 診察予約 お電話もしくはメールにて。
- 2 診察 ①問診票記入していただきます。②視診、検査で静脈の身が壊れて治療が必要な下肢静脈瘤があるか?また、血栓が出現してしまっていないか?動脈硬化が進行して血管が詰まっているか?をみます。
- 3 エコー診断と、お困りの症状から7段階にランク付けします。
- 4 治療を希望された場合 血液検査が必要です。日帰り治療の上決定いたします。当日手術はできません。

レベル	診断・手術の有無
0-1	手術不要です。希望などにより運動、圧迫療法をお勧め致します。*
2	症状によっては手術適応の場合があります。
3-6	手術適応となります。

*身体表面にゼリーを塗って外から血管の状態を見て診断しているため痛みはありません。