

あおぼが「今が旬!」「これはお得!」という一品を紹介。

今号の この一品 いっぱい

Laundry Casa スーパーセンターアmano御所野店
コインランドリー



当局よりベトナム産品の洗濯・乾燥機は禁止されています。

春の特別企画

4/5(金)~18(木)

洗濯機 乾燥機

洗濯乾燥機

半額!!

※天然由来洗剤使用により不要になったため、柔軟剤は投入されません。
※ランドリーPAY、スニーカーランドリーは半額セール対象外です。

洗濯機 11kg: 400円→200円 20kg: 700円→400円 28kg: 1000円→500円	乾燥機 16kg: 100円で 10分→20分 30kg: 100円で 7分→14分
洗濯乾燥機 15kg: 1200円→600円 10kg: 1000円→500円	27kg洗濯のみ: 1000円→500円 追加乾燥: 100円で 10分→20分
最新洗濯乾燥機 標準: 1400円→700円 少量: 1100円→600円 羽毛ふとん: 1800円→900円	27kg洗濯のみ: 1000円→500円 追加乾燥: 100円で 8分→16分

5000円札・10000円札の使用も両方もできません。

あおぼ

aoi post 21

無料 Free 2024年4月5日 vol.1435 発行部数 145,000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▶http://www.aopo.net (あおぼ 様式)

あおぼを見たとお話してください!
冬の間に使っていた寝具や、溜まった洗濯物を一気に洗濯しましょう!

暖かくなったので冬の寝具をしまう前に洗おうと思っても、大きくて億劫だったり天気が悪かったりと、自宅での洗濯はなかなか難しいですね。そこで今号のこの一品は、ランドリーカーサ・スーパーセンターアmano御所野店の、洗濯機・洗濯乾燥機・乾燥機が半額になるキャンペーンです。

ランドリーカーサならご家庭の数倍の大きさの洗濯機と乾燥機で、布団などの大物や溜まった洗濯物などもラクラク洗濯できます。また、クリーニング店に比べて安く、時間もかかりません。必要なものは洗濯物と料金(高額紙幣は不可)だけです。お得なICカードも使えます。

こちらで使用しているのは界面活性剤等の化学物質が含まれない天然由来(竹炭)の洗剤なので、人にも、赤ちゃんにも、環境にもやさしい洗濯ができます。また、羽毛布団や毛布などが甦る乾燥機は、洗濯機でしっかり汚れを落とすことから中まできちんと乾かすことにより、保温力やふわふわ感が復活すると好評です。お待ちせしないように中型(16kg)8台、大型(30kg)3台の乾燥機に加え、最新洗濯乾燥機2台を導入しました。

コインランドリーに慣れていない方でも、朝9時から12時までスタッフが在店して丁寧にお手伝いするので安心です。お気軽に声を掛けてください。

コインランドリー ランドリーカーサ
スーパーセンターアmano御所野店
Laundry Casa 秋田県秋田市御所野堤台1-5-1 スーパーセンターアmano 別棟テナント
営業AM6:00~PM11:00 年中無休 お問い合わせ:03-6630-2632 管理番号:86-0029

ランドリーカーサ スーパーセンターアmano
●セブンイレブン
●さがけ印刷センター
●かっぱ寿司 ●ローソン ●仁井田・茨島
●河辺・大仙市 → ●イオンモール秋田

地区担当員募集!

募集エリア ●飯島 ●中通 ●南通

月収(参考)※1 **8万円前後**

★担当地区や作業量で変わります(要面談)
★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

●当社でのチラシの仕上げ
●担当地区への配達
●空きエリアの配布など

資格 要普通免許※3

※1:参考 作業量により変動 ※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 大貴)

「まちのくるまやさん」にリニューアル!

車種 法定費用合計 車検代金 合計金額

軽自動車 (軽トラックを含む)	¥26,340	●車検基本料 ●法定点検 ●テスター ●事務手数料	¥40,340	4月来まで車検が1年分の方で整備セット追加の方は ●エアフィルター ●ブレーキパッド ●エンジンオイル ●オイルフィルター ●ブレーキフルード の交換 ¥12,600 ※3,980	合計金額 ¥44,320
ヴィッツ等 (車両重量1t以内)	¥36,250		¥50,250		¥54,230
カローラ等 (車両重量1.5t以内)	¥44,450		¥58,450		¥62,430
オデッセイ等 (車両重量2t以内)	¥52,750		¥66,750		¥70,730

※新車登録後13年・18年経過した車種は重量税が増額になります。別途整備費用がかかる場合もあります。輸入車・改造車・ハイブリッド車は別途基本料となります。

TEL:018-807-5238 秋田市土崎港北7丁目5-21

新生活応援フェア

4/6(土)~14(日) 開催時間 10:00~17:00 (毎週水曜定休日)

お家の情報館 **QUOカード 最大20,000円分** プレゼント!

初回WEBご予約来店で 10,000円! + 初回来場で事前審査申し込みをされた方には2回目来店時に

新生活応援 ご来店特典 その1 **お楽しみ大抽選会**

レミパン+ CUTIPOL 韓国コスメ

早得サービス de **ケツヨー** オープン(10:00)から 新鮮たまご 2パック 定番の人気アイテム! 今年もドンとプレゼント!

新生活応援フェア **衣祭り企画** 射的 巨大キッズコーナー ボール投げ

住宅会社の見積もり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!

土地相談会 あなたの悩みを解決!!

マイホーム初心者さん大歓迎!! 知って得る情報もたくさんご用意!!

株式会社 **プライムハウス** TEL:0120-12-5566

あおぼメッセージ♡コーナー

あおぼ読者のあの人から
あおぼを読んでいるあの人へ
メッセージを届けます

おめでとう
◆ゆづきちゃんへ
4/1、2さいのおたんじょう
びおめでとう!!
おおきくなって、みんなを
笑顔にできるおしごとをみ
つけられますように♪

催しもの
◆イベント告知
お堀端の古本市
4月13日(土)・10:00~16:00
4月14日(日)・10:00~15:00
入場無料
秋田市文化創造館

催しもの
◆染色品展示会
友禅工房 風 作品展
4/5(金)~4/8(月)
10:00~17:00
アトリオン 3階
展示室

◆作品展
第33回
こどものアトリエ展
開催中~4/7(日)
9:30~17:30
アトリオン 3階 展示室

**伝えたい言葉、
お送りください**
【お送り頂く際のお願い】
紙面へ掲載する前にご連絡を
差し上げますのであおぼからの
メールを受け取れるように
設定をお願いします。

急遽イベントが延期や中止
となる場合がありますので
ご注意ください。



●結婚や誕生日のお祝い、応援、催
しもの告知 etc...あなたが伝え
たいメッセージを、右記よりメー
ルにてお寄せください。
●6才までのお子様の写真も募集
中です!
★写真はご家族の方が撮影した未加工のものに限ります。
●いただいたメールには、数日の間にあおぼ編集部より返信をしております。
返信がない場合は、メールが編集部へ届いていない可能性があるため、
あおぼHPのお問い合わせフォームまたはお電話にてご連絡ください。



タイトルが8文字、
本文は50文字程度の
メッセージ内容で
送って
くださいね♪

ピカピカの小学1年生 入学おめでとう!



せうくん(6才)

- 1 明るい・優しい・元気・気が強い・ひょうきん
- 2 筋トレ
- 3 口ごたえで親が負ける
- 4 カポエイラの先生



りおちゃん(6才)

- 1 やさしい
- 2 お絵かき
- 3 相手の気持ちを理解できるようになったこと
- 4 芸術家



こうきくん(6才)

- 1 活発
- 2 プラモデルを組み立てること
- 3 ひらがなが書けるようになったこと
- 4 お医者さん

今週のしつもん

- 1 お子さんの性格 2 得意なことはなんですか?
- 3 大きくなったなあと感じるのはどんな瞬間?
- 4 将来の夢はなんですか?

ご掲載のみなが撮影したのは
スマイリー山王店
TEL.018-896-1322



【メッセージ応募の方も写真掲載希望の方も必ず書いてくださいね♪】

応募要項 (1)お名前(フルネーム) (2)年齢 (3)ご住所
(4)お電話番号とともにご掲載内容を書いて応募ください。

- 1.メッセージ
お祝い、応援、催しもの告知、その他
タイトル8文字迄+内容50文字程度
※有料枠(税込¥8,800)は70文字程度
- 2.家族からお子様へ
★お子様のお名前と年齢(あおぼに掲載します。ニックネームOK)
★誕生日①お子様の性格②好きな色③お気に入りのおもちゃ(人形)
④どんな習い事をして欲しい?⑤将来の仕事は? ●画像添付
- 6才までのお子様の写真募集中

地域最安値 シンプル火葬式
98,000円 (税別)
(税込107,800円~)
生活保護受給者自己負担0円プラン
合葬墓もご相談承ります。
あきた福祉葬祭
秋田市寺内登根3丁目24-19(国道7号線沿い)
TEL.018-853-0545

ABC部数は
読者が見える
数字です。
当紙の
部数は
ABCが確認
しています。
合理的なマーケティング・広告活動には、正確な部数の確認が欠かせません。
ABCは、第三者機関として新聞・雑誌の部数を公表し、発表しています。
社団法人 日本ABC協会
http://www.jabc.or.jp

ゆり温泉 日本の名湯編
道後温泉 一愛媛県松山市一
有馬(兵庫県)、白浜(和歌山県)とともに「日本三古湯」に数えられる四国随一の名湯。観光名所の「道後温泉本館」は明治27(1894)年築の公衆浴場だ。夏目漱石の小説「坊ちゃん」の舞台でもある。国の重要文化財に指定された木造3階建ての建物は威風堂々。この空間だけ時間が止まってしまったかのようだ。(温泉ライター・高橋一喜)

旬のおまかせパック
卒業・入学祝に!!
送料3,000円
5,000円
ご予算に応じてお作りすることもできます。
お彼岸用果物も承ります。
旬の果物をちよとずつ、選りすぐりの美味しい果物を詰め合わせます。
高知・愛媛産 **文旦** (ぶんたん)
旬のうまいもん倶楽部 TEL 018-865-6355
秋田市旭南3丁目2-67 FAX 018-863-2304
午前10時~午後5時(ランチ午前11時半~午後2時) http://www.akita-umaimon.net/

果物・野菜等販売 10:00~16:30 (引取など17:00まで営業)
愛媛県宇和島より産地直送
毎年人気!! 旬の柑橘系みかん
おたのしみ袋
安心安全 ノー防腐剤 ノーワックス
4~5種 ミックス 1袋 1.5kg **1,080円**
おうちかん **黄金柑**
1袋 約500g **498円**
小さなかわいい果実に、さわやかな香りと甘み。
酸っぱそうに見えるけれど、甘い系みたべやすいですよ!

食事 11:30~14:00 (ラストオーダー14:00)
ごはんランチ550円(税込)は平日月~金好評提供中!
他、うどん・そばあります!
えび・イカ貝、豚肉入り! 海鮮入り 加ちぢれ随使用
あんかけラーメン 780円
鶏がらスープ 昔ながらの中華そば コーン入り 630円
毎年大人気!! 昔ながらの鍋焼きうどん 720円

デザート 11:30~16:00 (ラストオーダー15:30)
生フルーツジュース
ホットコーヒー
各**280円**
3月・4月 卒業・入学祝 などなどに!
お祝いパフェ
季節のフルーツたっぷりの贅沢パフェ!
630円 (税込)



地域ライター

KANEYANの秋田グルメ紀行

ライター: KANEYAN (大仙市・横手市)
 Yahoo! ▶ <https://news.yahoo.co.jp/expert/creators/kaneyan>
 X(旧Twitter) ▶ <https://twitter.com/kanetantakatan>

KANEYAN
 さんの
 WEB記事は
 コチラ▶



花山椒入り辛口麻婆豆腐(雑穀米付き) 900円

横手市市民市場の一角にある『珈琲酒場 Tall's』。異国情緒あふれる空間で、珈琲を使った珍しいお酒が楽しめる人気酒場だが、フォトジェニックで味も抜群のランチメニューも侮れない。

今回私がチョイスしたのは、限定メニューからお客さんの要望でレギュラー化した、花山椒入り辛口麻婆豆腐。程良く「シビ辛」の主役をレングで捕まえて、その勢いで隣のご飯にも手を伸ばす。そして後半戦は、この本格派の麻婆豆腐を豪快にオン・ザ・ライス。ピリリとちよびり刺激的な麻婆豆腐を、モチモチ食感の雑穀米が華麗に受け止める、絶品麻婆丼の完成だ。

「……これはリピート確定だな」
 話題の珈琲酒場で魅惑のシビ辛飯をかきこみながら、こっそりとそう呟く私である。

話題の珈琲酒場で出会った魅惑のシビ辛飯!



ネギ坦々麺 1,100円

「この温泉で主役になれるグルメはないか」
 そう考えたユメリアの社長が目を付けたもの。それが自らもその味に惚れ込んでいた東京都足立区の超人気店『ふうりゅう』の担々麺だ。ここ大仙市刈野で、あの行列店の味を、社長のそんな想いを実現するため、ユメリアの調理師が足立区の店で修行を敢行。名店の味を腕に叩き込み、秋田に持ち帰った。

ほとぼしる胡麻の風味。そしてその旨味たっぷりの濃厚スープに負けないモチモチとした中太麺。本場の四川料理を踏襲した本格派だが、日本人が親しめるようにアレンジされているのも特徴だ。

山あいの温泉食堂で出会った、絶品担々麺。東京で行列を作る名店の味は、遠く離れた秋田でもラーメンフリークの舌を唸らせている。

東京で行列を作る担々麺を、山あいの温泉食堂で。



珈琲酒場 Tall's

秋田県横手市駅西2-2-35 横手市市民市場内
TEL.080-3337-3046
 4月の営業日および営業時間につきましては、店舗Instagramをご確認ください。
 ▶https://www.instagram.com/talls_coffee.sake/



お食事処 大綱(西仙北めぐ森温泉ユメリア)

秋田県大仙市刈野字山北ノ沢5-4
TEL.0187-87-3100
 営業時間/11:00~14:00、16:00~20:00(L.O19:30)
 定休日/第2、第4水曜日 ※詳細は施設のHPを確認ください。
 ▶<https://www.yumeria.site>

営業時間および定休日は変更される場合がございます。ご利用の際は事前に店舗のSNSなどでご確認ください。



川元開和町の家

今回は金属外装+塗り壁の外観です。無垢材の床や製作家具もポイント。準防火地域ですがUA値0.29を達成した家計と環境にやさしい住まいです。
 (UA値0.29W/m²・K C値0.1cm²/m²)

完成見学会
4/6±7日・13±14日迄
 AM10:00~PM5:00
 上記以外で見学ご希望の方は下記までお問い合わせください



詳しくはこちら

DREAM BUILD 株式会社ドリームビルド 0120-611-182
 秋田市浜田字館ノ丸152-15 (ドリームビルド 秋田支店)

あおほパートさん募集

チラシなどの仕分けやスタッフさんへのお届け、および配布のお仕事です。(社用車またはマイカー使用)

丁寧に指導しますので、未経験の方でも安心です!

- 資格** 高卒以上、経験不問、要普通免許
- 時間** 8:30~18:00の間で4~5時間半程度(休憩0~60分)※委細面談
- 休日** 土・日・祝、夏期休暇、年末年始
- 給与** 時給900円※マイカー使用時は別途ガソリン代支給
- その他** 試用期間3ヶ月あり(同条件)
- 待遇** 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)※委細面談

経験不問



まずはお気軽にお電話ください **株式会社 青いポスト21** 0120-333-327
 〒010-0925 秋田市旭南3丁目2-67 (電話受付) 月~金・9時~18時 担当/大貫

あおほ 配布スタッフ募集

せっかくウォーキングするなら、それをランチ代にしたい。

出勤不要、自宅で作業、近所に配布。自分のペースで働けます。

仕事内容

あおほへのチラシの折込作業と、担当地区(お住まいのご自宅近く)へのあおほ・チラシ等の配布作業。
 ※週により作業量が異なります。

月額(1エリア)
 約200~350件程

約10,000円~25,000円
 ※エリアによって収入は異なります。
 ※仕事に慣れてきた場合やもっと収入が欲しい場合は1人で2エリア以上を担当することも可能です。

実際にお仕事を始める前に、必ず説明会に参加していただきます。やり方がわからない、初めてで不安、という方もご安心ください。

主婦の方、定年後のシニア世代が活躍中!

募集中のエリア

- 秋田市北部 飯島/港北/土崎港/将軍野/外旭川
- 秋田市南部 茨島/牛島
- 秋田市中央部 寺内/八橋/泉/保戸野/山王/川尻/旭北/大町/中通/東通/南通/橋山
- 秋田市東部 添川/手形/下北手/横森/桜
- 秋田市西部 新屋/豊岩
- 湯上市 追分西/長沼/追分/上北野/北野/二田/持谷地/上江川/御休下/持長根/宮の後
- 秋田市(月3回のみ配布のエリア) 金足大清水 下刈他(昭和男鹿IC入り口付近~常福寺付近まで)/金足岩瀬 浦山他(昭和男鹿IC入り口付近~常福寺付近まで)

お電話でのお問い合わせの際にお住まいの地域をお伝えください。ご自宅近くのエリアをご案内いたします。

(株)青いポスト21
 秋田市旭南三丁目2-67

0120-333-327
 ※学生・未成年の方はご応募いただけません。※携帯電話からもご利用いただけます。

お気軽にお問い合わせください。
 電話受付 月~金・9時~18時
 担当:吉田

LINEからもご応募できます!

下の2次元コードを読み込んで、友達登録してね!



LINEは24時間受付中!お気軽にどうぞ!



この位の重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6周年突入となりました『広面店』ですが、引き続きネックレスや指輪などの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っとお持ちください!!『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:R6-2F 047】



おたからや広面店

☎018-853-9415
秋田市東通3-1-10
☎ AM10:00~PM7:00 休水曜
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



ぜひお気軽にお問い合わせください! (代表:加賀谷)

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。小さい会社だからこそ、地域の皆さまひとりひとりに寄り添えるよう精一杯頑張ります!まずは、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

☎0120-900-832
☎090-4319-3599
本社/秋田県秋田市新屋南浜町1-10
☎ 8:00~22:00
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



法人・団体向けサービス・ フルーツ宅配スタート!

フルックリーでは今までフルーツ専門店としてやってきた経験を活かし、新たな試みで宅配サービスをスタート!ご希望に合わせたご予算でカットフルーツなどを法人様・団体様へ配達します。お祝いやパーティーなどの集まり事にオススメです。フルーツは単なる嗜好品ではなく、毎日200gの摂取が推奨されております。もっと身近な存在に出来るよう当店がお手伝いさせていただきます。お問い合わせお待ちしております。



フルーツオードブル

フルーツで笑顔に frukkly(フルックリー)

☎018-853-5105
秋田市八橋駅前町10-33
☎ 10:00~18:00(土日祝17:00迄)
休 月曜日(月曜祝日の場合は火曜)
☎ 有
※店内イートインスペース有
※キッズスペース有



高い木の剪定



大木の伐採



山の管理

お庭の剪定

空師、特殊伐採の専門家 「マスタートリー」

巨木な木の伐採はもちろん、お庭の剪定・消毒・植栽・伐採・抜根・草刈りやブロック積・エクステリア・コンクリートなど家の周りの事ならお任せください。林業、造園業、土木、特殊伐採、子供たちへの木登り体験等まで幅広く木の知識を追求してきたオーナーやプロフェッショナルな従業員たちが、豊富な経験を生かした確かな仕事で家のお困りごとを解決します。お見積り無料。最低料金500円。※継ぎ手のない山も買取ります。是非ご相談下さい。

株式会社 Master Tree マスタートリー

☎080-3214-8117
秋田市新屋松美ガ丘東町10-44
☎ AM7:00~PM7:00
休 不定休
☎ https://mastertree2023.jp



週3日位勤務 パート募集

- 仕事** ランチ提供に伴う、調理補助
- 給与** 時給897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(シフト制)
※他、スタッフが冠婚葬祭などで休んだ場合、臨時出勤あり
- 休日** 日曜・祝日、お盆、正月、GW 他
- 応募** 詳しくは電話にてお気軽にお問い合わせください。



応募先 **旬のうまいもん倶楽部** 秋田市旭南3丁目2-67
☎018-865-6355 担当/石川

筋肉の衰えや食欲不振など、高齢猫の体調改善に効くマッサージ法を獣医師が紹介する。

猫は6、7歳ごろから体調が変化しやすくなる。暑さや寒さに弱くなり、便が緩かったり、出にくかったりすることも。11歳を過ぎると動きが鈍くなり、病気も出てくる。そんな愛猫のつぼを押ししたり、さするようリリンパを流したりすることで、血流が良くなるという。体調管理にも役立つ。

必ず声を掛けながら優しいマッサージで、猫とコミュニケーションを取ることが大事だ。出血や外傷がある場合はNG。持病がある場合は必ず獣医師に相談してから行う。

Book Report

●産業編集センター・1870円

「シニアねこほぐし」
中桐由貴著

不調改善と体調管理に



クリストファー・ノーラン監督

「オッペンハイマー」



天才科学者「逆説と倫理のジレンマ」

先の米アカデミー賞で作品、監督、主演男優など7部門で栄冠に輝いた「オッペンハイマー」(クリストファー・ノーラン監督)は、「原爆の父」とされる米国の天才科学者の内面に迫る重厚な人間ドラマ。時間軸を交錯させる凝った演出で、一面では捉え切れない人間性を浮かび上がらせる。

ピューリッツァー賞を受賞した評伝を基に、ノーラン監督が脚本も執筆。英ケンブリッジ大学やドイツで物理学を学び、帰国後に原子爆弾開発の中心を担ったロバート・オッペンハイマー(キリアン・マーフィー)が戦後、贖罪(しょくざい)の念から水爆反対の立場に転じ、周囲から糾弾される姿を描く。

ノーラン監督は、オッペンハイマーの若き日の恋愛遍歴や夫婦愛、原爆開発のプロセス、戦後、共産主義者と目され赤狩りの渦に巻き込まれるさまなどを巧みに組み合わせ、物語を多面的に構築。「とてつもなく破壊的な一

連の出来事に巻き込まれたが、正しいと信じた理由のためにそれを成した人物」(ノーラン監督)の内にある「逆説と倫理的なジレンマ」(同)を浮き彫りにする。

構成は複雑ながら、手際よくエピソードをつなげて、強いメッセージ性を併せ持つ良質の娯楽作に仕上げた手腕は見事。一方で、広島や長崎のリアルな惨状の描写を避けた姿勢には疑問も残る。

オッペンハイマーの目の前に被爆者の幻影が白日夢のように現れるシーンはあるが、あくまでイメージにとどまり、彼の心に大きな変化をもたらす重大なポイントの描写としては弱い。ノーラン監督の意図が反核や反戦にあるのは明らかだけに、オッペンハイマーの研究がもたらした悲惨な現実にはより強く踏み込んでほしかった。

秋田のショッピング情報やお得情報をタイムリーにお届け



4/24迄ランチ限定950円→800円

ランチ限定! キーマナス カレーライスセット 800円

本格的なパキスタン料理が楽しめるデラ。4月はランチ限定でキーマナスカレーライスセットがおすすめ! ショウガがピリッと聞いたスパイシーなキーマカレーは、食欲をそそること間違いなし! また、3月に好評だったチキンティッカカレーセットが好評につき期間延長することになりました。どちらもこの機会に是非ご賞味ください。Uber Eats始めました! ※PayPay、au PAYご利用可。※イオンモール大曲1Fにてデラ2号店好評営業中!

本場カレー ハラルレストラン DERA (デラ)

☎018-893-4144
秋田市山王5-14-12 山王ナルカビル1F
☎ ランチ 11:00~15:00
ディナー 17:00~22:00
休 火曜日
P 17台完備
Instagram・facebook公式アカウントあり



好評につき4/24迄ランチ・ディナー共に1,750円→1,600円



花ごまみ弁当 3,000円(税込・サービス料込)

春の会合、法事等に対応可能なメニューのご紹介

新年度になり、様々な集まり事が増える季節となりました。お昼限定では「はなごよみ弁当」がおすすめ(お一人様3,000円※要予約)。美味しいものを少しずつ、たっぷり食べたい方に最適です。また、昼・夜問わず対応のおまかせ会席は、3つの価格帯から選べます(5,000円・7,000円・9,000円※要予約)。秋田の旬食材を使用し、素材の持つ豊かな味わいに季節の彩りを添えたお料理が楽しめます。日・月予約営業対応可。お料理のご予約は3営業日前までお願いします。

日本料理レストラン はなぎく

☎018-888-3339
秋田市大町4-3-22(アルパートホテル1F)
☎ 昼11:30~14:00(L.O13:30)
夜17:00~21:00(L.O20:30)
休 日・月(予約営業可※要問合せ)
P 敷地内P屋のみ利用可(無料)
HP https://www.albert-hotel.co.jp



おまかせ会席 5,000円~(税込・サービス料込)



にんにく炒め醤油らーめん

新メニューにんにく炒め 醤油らーめん期間限定割引!

国道13号線沿い仁井田新田交差点前にある若杉商店より来週4/8~11の平日4日間のお得なメニューのご案内です。新メニュー「にんにく炒め醤油らーめん」が期間限定割引900円→690円にて販売! 鶏ガラと豚げんこつWスープに、にんにく、もやし、ニラ、豚肉を炒めた具を乗せたあっさり醤油味のらーめんです。さらに同期間中は「にんにく炒め醤油らーめん+斜ネギ丼セット」1,170円を950円でご提供! 皆様のご来店をお待ちしております。



斜ネギ丼

らぁ麺 若杉商店

秋田市仁井田新田2丁目16-9
☎ 10:45~14:45
休 不定休
P 駐車場27台
席数46席(小上がりに有)



NEWバジルチーズナンセット 1,550円→1,350円

4月はNEWバジルチーズナンセットがお得!

あおぼご持参でNEWバジルチーズナンセットがお得に! 他セットも100円オフ! 土曜日は土日祝開催のランチバイキングも大好評です! 【NEWバジルチーズナンセット】NEWバジルチーズナン、本日のオススメカレー、サラダ、ドリンク(7種から選択)※プレナンライスおかわりOK! ※1グループ様有効、他のサービスと併用不可、その他セットメニューランチ・ディナーは100円オフ! 歓迎会など春の集まりに皆さんでご利用ください!

インド&ネパール料理 パナス 土崎店・御野場店

☎018-846-6117 秋田市土崎港北7-2-30
☎018-829-0185 秋田市御野場新町2-8-7
☎ (昼)11:00~15:00(L.O14:30)
(夜)17:00~22:30(L.O22:00)
休 第2・第4水曜日(祝日の場合営業、翌日店休)
HP 土崎店 https://ospa.jp/panash_tsuchizaki
御野場店 https://ospa.jp/panash_onobashimmachi



今週のお買い得品をご紹介します!

※このコーナーは各店の店頭表示価格に基づいて掲載しております。

スーパー売り出し情報

今日のお手軽レシピ



イオンスタイル広面・イオンスタイル茨島

4/6(土)限り	栃木県産地 トマト 5個入・1袋	本体350円 (税込378円)	制限なし
4/6(土)限り	原産国名:インド パナメイむきえび(加熱用) 100g当り	本体198円 (税込213.84円)	制限なし
4/6(土)限り	国産 牛肉ロースステーキ 100g当り	本体580円 (税込626.40円)	制限なし
4/7(日)限り	群馬県産地 きゅうり 3本入・1袋	本体158円 (税込170.64円)	制限なし
4/7(日)限り	原料原産地:宮城県 塩鱈(甘塩味) 100g当り	本体218円 (税込235.44円)	制限なし

ただいまイオン東北では、母の日ギフトのご予約を承っております。4月17日(水)までのご予約で、早得対象商品が表示本体価格から10%OFFとなります。詳しくは店頭パンフレットをご覧くださいませ。
※税込価格は小数点第二位まで表示いたします。複数品購入される場合、小数点以下の端数も合計して消費税額を計算いたします。

マルダイ 八橋店・土崎店・牛島店・広面店・おのぼ店

4/6(土)限り	カップ印 白砂糖 1kg 1袋	本体178円 (税込193円)	お1人様1袋 先着200袋限り
4/6(土)限り	にんべん つゆの素 1.8ℓ 1本	本体548円 (税込592円)	お1人様1本 先着200本限り
4/6(土)限り	大正製薬 リボピタンD 100mg 10本 1箱	本体828円 (税込911円)	お1人様1箱 先着100箱限り
4/6(土)限り	グリコ BifitXヨーグルト 各種 375g 各1コ	本体148円 (税込160円)	お1人様合計2コ限り
4/6(土)限り	ネピア Aラインロール ダブル 18ロール 1包	本体348円 (税込383円)	お1人様1包 先着200包限り

4/6(土)~4/7(日)はポイント10倍。お肉1パック500円開催。また数量限定とはなりますが、わけありSALEを開催。春のくらし良好フェアを開催中。期間中くらし良好商品を買って2,000円のお買い物券が当たるキャンペーンを実施。秋田栄養短期大学との共同開発したお弁当新商品も発売中。

ピリ辛ネギ豚スタミナ丼

主な材料 (2人分)	・長ネギ.....1本	・下ろしニンニク
	・豚薄切り肉...200グラム	・トウバンジャン
	・ごま油	・ご飯・茶わん2杯分

作り方

- 1 長ネギは斜め薄切りにする。
- 2 鍋に湯を沸かし、豚肉を1枚ずつゆて、色が変わったらざるに取る。
- 3 フライパンにごま油大さじ2、下ろしニンニク、トウバンジャン各小さじ1を入れ、中火で熱し、香りが出たら長ネギを炒める。
- 4 長ネギがしんなりしたら、砂糖、酒各小さじ2、しょうゆ大さじ1と1/2を加え、2分煮詰める。
- 5 ④をフライパンに加え、長ネギと混ぜたら火を止める⑤器にご飯を盛り、⑤を載せる。

調理時間約15分【1人分762キロカロリー、塩分1.3グラム】

日本のオールドローズ

香り高い食用バラ

中国生まれのマイカイ

マイカイは、漢字で書くと「玫瑰」。中国語で「メイグイ」と発音します。本来、めのうの一種の赤い宝石を意味していましたが、赤い大きな実がなるためこの名が付きましました。

薬用植物などを記した「大和本草」(日本、1709年刊)にも「四月に花が咲き、非常に香りが良い。赤い玉のような実がなるので玫瑰と名付けられた」とあります。

マイカイの花は、香りが良いだけでなく花びらを食べたときに苦味が少ないため、中国で食用の農作物として栽培されています。香料やお茶の香り付けに使ったり、ジャムのように甘く煮たり。

私が特に好きなのは、花びらを生のまま砂糖と混ぜ白いパイ生地で丸く包んで焼いた「玫瑰餅」という中国菓子。焼きたてを頬張ると、ほろほると崩れるパイの中から新鮮で熱々のバラのジャムが現れ、口の中が甘い香りで満たされます。

江戸時代の日本では、自生するハマナスに「玫瑰」の字を当てました。マイカイとハマナスは確かに似ていますが、葉の質感や葉脈のしわの深さが違います。マイカイは、ハマナスと別の野生種が自然交雑して八重咲きになった品種だと現在は考えられています。現代中国語の「玫瑰」はバラの総称にもなっています。

最近では品種改良が進んで、日本でも新品種の「豊華」「紫枝」などを見ることが出来ます。



Table with 6 columns: NHK 総合, NHK Eテレ, ABS 秋田放送, AKT 秋田テレビ, AAB 秋田朝日放送, and AOPO. Each column lists TV programs with their start times and channel numbers.

あおぼ週間番組ガイド WEEKLY TV GUIDE 4月6日(土) 4月12日(金) 番組情報は3月29日時点でのものです

虎に翼 第2週「女三人奇れは かましいい?」 昭和7年。晴れて「明律大学 女子部法科」に入學した寅子(伊藤沙莉)は女子の憧れの的の華族令嬢(平岩紙、桜井ユキ)、最年長梅子(平岩紙、留學生の香淑(ハ・ヨンス)らと出会う。「女性に弁護士資格が認められる法改正はまもなく」という学長の言葉や、徳高(小林薫)との再会もあり、やる気に胸を膨らませる寅子に、山田よね(土居志央梨)は「ヘラヘラしてうとうとしい」と言い放つ。新聞が女子部の存在を面白おかしく取り上げる中、一人倍熱いよねの言動にひかれ、寅子は、思わずよねを尾行。初めに本物の裁判を傍聴する。

光る君へ 第14回「星落ちてなほ」 仕え先を探すまひろ(吉高由里子)は、土御門殿からの帰りに道長(柄本佑)と鉢合わせてしまった。久しぶりの再会だったが、ある日、兼家(段田安則)は道長を呼び、

道隆(井浦新)を後継者にすると告げる。道兼(玉置玲央)は納得がいかず、激高する。やがて兼家が逝去。跡を継いだ道隆が、一方まひろ、独裁を始める。一方まひろ(吉高由里子)は、たね(竹澤咲子)に読み書きを教えたことが、厳しい現実が待ち受けていた。

道隆(井浦新)を後継者にすると告げる。道兼(玉置玲央)は納得がいかず、激高する。やがて兼家が逝去。跡を継いだ道隆が、一方まひろ、独裁を始める。一方まひろ(吉高由里子)は、たね(竹澤咲子)に読み書きを教えたことが、厳しい現実が待ち受けていた。

道隆(井浦新)を後継者にすると告げる。道兼(玉置玲央)は納得がいかず、激高する。やがて兼家が逝去。跡を継いだ道隆が、一方まひろ、独裁を始める。一方まひろ(吉高由里子)は、たね(竹澤咲子)に読み書きを教えたことが、厳しい現実が待ち受けていた。

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 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。 市内 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。 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。 取り扱い品目 チラシ、パンフレット、カタログ、商品サンプル、無記名DM(封書)、会報、情報紙、その他。 チラシ配布料金(税込) B4迄 3.74円、A3 4.29円、B3 6.27円、B2(A2迄) 11.55円、B1(A1迄) 20.90円。 見積無料! お問い合わせ TEL 018-865-6383 FAX 018-863-2304 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



新鮮!!

求人情報

Multiple job listings including: 敏感肌の男性なら参加できる! (Sensitive skin men), 高圧洗浄・配管作業員 (High pressure cleaning), モスバーガークルー募集 (Mosburger crew), 障害福祉サービス事業所 (Disability welfare service), 保育士・調理員募集 (Nursery/cook recruitment).

Multiple job listings including: アイロン仕上げ内職者募集 (Iron finishing), ビジネスホテルの客室清掃員募集 (Business hotel cleaning), 建設業の一般事務募集! (Construction general office), ホールスタッフ募集! (Hall staff), JR宮田寮まかないスタッフ募集 (JR Miyata寮 staff).

Multiple job listings including: 男女アルバイト (Male/female part-time), 送迎運転手募集 (Shuttle driver recruitment), ギフト商品配送スタッフ募集! (Gift delivery staff), 営業スタッフ増員募集 (Sales staff recruitment).

正社員募集中 (若干名) 業界未経験者も歓迎! (Full-time recruitment, industry newcomers welcome!)

あおぼの求人枠 (あおぼ's recruitment box) - 日本ABC協会認証の発行部数で宅配している... (Japan ABC Association certified...)

地域と技術を繋ぐ架け橋 (Connecting region and technology) - ヤマコ総合物流株式会社 (Yamako Logistics Co., Ltd.)

大型平ボディドライバー 正社員募集 (Large flat body driver full-time recruitment) - サンワ重搬 (株) (Sanwa Heavy Transport Co., Ltd.)

職人及び見習い(アルバイト)募集! (Craftsmen and apprentices recruitment!) - 株式会社秋田中央住研 (Seiryu Co., Ltd.)

DVD&BD INFORMATION - マーベルズ (Marvels) / ゆとりですがなにか (Yutori desu ga nani ka) - Includes promotional text for movies and TV series.

か し じょう みやくりゅう 参加無料 事前申込制

下肢静脈瘤

市民講座
ソーシャルディスタンス 定員8名

日時 **5/11(土)** 会場 **秋田血管外科クリニック**
時間/10:00~ 秋田駅前西口・ほぼろーど直結
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
 - 足のむくみ
 - 足がつる
 - 足がだるい
- 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。

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ることで様々な下肢静脈瘤に対応できます。当院は両方のカテーテルを使う設備を有しております。

- 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



下肢静脈瘤治療にこだわるからこそ
レーザーと高周波、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



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)
初診時の自己負担額目安 (エコー検査含む・1割負担) **790円** ※3割負担 2360円
土曜・日曜日診療 土曜日・日曜日診療を行います。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

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、うっ滞性皮膚炎、皮膚潰瘍などの症状が出ます。



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



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するだけです。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、検査で静脈の弁が壊れて治療が必要な下肢静脈瘤があるか?また、血性が出て来ているか?動脈硬化が進行して血管が詰まっているか?をみます。
※体表表面にゼリーを塗って外から血管の状態を見て診察していくので痛みはありません。
- 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。日程をご相談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。

*男性はストッキング・パンタローフの着用を推奨。スタッフによるストッキングの着脱、履き替えが可能です。※、診察の結果とお客様の症状やご希望をお話しした上で、治療の可否をご相談致します。

Rinnai NORITZ Paloma CORONA CHOFU TOTO ナショナル サンポット INAX 日立 三菱

価格はすべて標準工事込 税込価格になります。 信頼できる製品を安心価格で 安全設置 安心サービス 第552号 2024年 No.7

灯油ボイラー

NORITZ CORONA 屋外 屋内 壁掛
自動お湯張りストップ 追焚、給湯シャワー配管カバーセット 水道直圧 4万kcal/h
本体、リモコンセット メーカー標準価格 税込507,870円↓
2024年4月18日まで **29万円** (税込319,000円) 交換工事、撤去処分含む

暖房付 ガス給湯器

NORITZ 24号 屋外壁掛 暖房付
給湯シャワー 自動お湯張り 追焚保温 ルームヒーター 床暖房 対応 ECOジョー
本体、リモコンセット価格 メーカー標準価格 税込613,800円↓
34万円 (税込374,000円) 標準交換工事ガス接続 撤去処分含む

東部ガス風呂給湯器

Rinnai 16号 屋内壁掛
給湯シャワー 自動お湯張り 追焚保温 FF給排気
ボイスリモコンセット
本体、リモコンセット メーカー標準価格 税込401,500円↓
2024年4月18日まで **22万円** (税込242,000円) 標準交換工事ガス接続 撤去処分含む

NORITZ 20号 屋外壁掛
給湯シャワー 自動お湯張り 追焚保温 ECOジョー
ボイスリモコンセット
本体、リモコンセット メーカー標準価格 税込455,730円↓
22万円 (税込242,000円) 標準交換工事ガス接続 撤去処分含む

Paloma 20号 屋内壁掛
給湯シャワー 自動お湯張り 追焚保温 FF給排気
ボイスリモコンセット
本体、リモコンセット メーカー標準価格 税込473,880円↓
2024年4月18日まで **23万円** (税込253,000円) 標準交換工事ガス接続 撤去処分含む

Paloma 20号 屋外壁掛
給湯シャワー 自動お湯張り 追焚保温 スタンダードリモコン
本体、リモコンセット メーカー標準価格 税込418,660円↓
19.5万円 (税込214,500円) 標準交換工事ガス接続 撤去処分含む

Paloma 20号 屋内壁掛 給湯シャワー専用
※排気筒セット 含みません
メーカー標準価格 税込212,410円↓
11.5万円 (税込126,500円)

家庭用灯油ボイラー

CHOFU 省燃費で静音コンパクト 小型壁掛瞬間 お湯張りオートは便利で清潔 水道直圧 4万kcal/h
本体、リモコンセット メーカー標準価格 税込488,730円↓
28万円 (税込308,000円) 交換工事、撤去処分含む

CHOFU 給湯専用 高耐久ステンレス缶体化 静音化温度安定 (減安弁内蔵)
仕上がり参考価格 **17万円** (税込187,000円) (下見が必要) 撤去交換工事含む

NORITZ CORONA 給湯+追焚保温 簡単操作 (減安弁付属) 31,100kcal
浴室、台所 リモコンセット 仕上がり参考価格 **20万円** (税込220,000円) (下見が必要) 撤去交換工事含む

CHOFU 給湯+追焚保温 高耐久ステンレス缶体化 静音化 温度安定 (減安弁内蔵) 32,500kcal
浴室、台所 リモコン 2024年4月18日まで 仕上がり参考価格 (下見が必要) **19万円** (税込209,000円) 給湯、お風呂の温度設定が別々にできます。(給湯式初)

故障したら... 出張費 見積り 無料 無料
824-3110番
修理は至急訪問 交換工事もおまかせしません 買ってからも安心の アフターサービス 電話で簡単受付
低金利、住設用ボイラーローンもごさいます。最長84回。
東部ガス簡易内管工事登録店

燃費はガスよりやっぱりお得

省燃費 静音燃焼 水道直圧瞬間式 交換工事・撤去処分含む

CHOFU 4万kcal/h 3年保証 屋内設置 給湯専用 21万円 (税込231,000円)	CHOFU 3.3万kcal/h 3年保証 屋内設置 給湯 追焚・保温 23万円 (税込253,000円)	CHOFU 3.3万kcal/h 3年保証 屋内設置 給湯 追焚・保温 23万円 (税込253,000円)	CHOFU 4万kcal/h 3年保証 屋内設置 給湯 追焚・保温 25万円 (税込275,000円)
--	--	--	--

給水給湯配管、入替、修理
湯沸器 温水器
シャワー 蛇口水栓交換
風呂釜 洗面台
月曜~土曜 AM8:30~PM6:00

東部ガス器具販売協力店
給湯器ボイラーサービス
秋田風呂商会
秋田市八橋イサノ2-6-39
電話 018-824-3110
FAX 018-824-4715
フリーダイヤル 0120-311-026