



# 解体工事

のごとなら

丁寧な施工の当社にお任せください！

お見積無料

解体業者を  
ご検討中の方

倉庫・物置小屋・カーポート・ブロック塀など  
小さな解体工事も承ります。お気軽にご相談ください。

お見積無料

**Before**



**After**



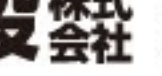


秋田環境建設 株式会社

TEL.018-870-4025

〒990-0223 秋田県秋田市北野23  
FAX.018-870-4026

建設業許可番号: 秋田県知事(設-有)第81763号 産業廃棄物収集運搬許可番号: 00504000862号





PRIME  
秋田県内各店舗  
使用しています

## プライムハウスのお約束!!

ご相談後のしつこい営業なし宣言!



ご相談後の訪問なし



しつこい電話なし



まずは話を聞いただけでもOK

押し売りしません。追いかけません。

### あなたのペースで、家づくりを!

## 超巨大キッズパーク

遊具、ベビーチェアもあって安心です!お子様の預けてじっくりお話ししましょう!!



まずは気軽に相談!!

# 新春ラスト 家づくり相談会

相談だけOK 聞くだけOK

2/6(金)~8(日) 新春ラストの3日間! 9:00~17:00 (毎週水曜定休日)

家づくりの最初の一步を整える

## 新春トリプルチャンス

初めてご来店の方 (期間中全員対象) 1組3回引ける

### 豪華チケットガチャ

|                       |                        |                      |                        |
|-----------------------|------------------------|----------------------|------------------------|
| 1e Amazonギフト券 10,000円 | 2e くら寿司 食事券 5,000円     | 3e Amazonギフト券 5,000円 | 4e ヴァニティフェアギフト券 3,000円 |
| 5e ガソリンチケット 2,000円    | 6e 大南門・南大門 お食事券 2,000円 | 7e マックカード 2,000円     | 8e イオン商品券 2,000円       |

※事前審査をされた方(期間中全員対象)

参加無料 予約はコチラ



## こんなお悩みの方、おすすめ!

- 冬の住環境、光熱費に不満を感じている
- 今年中に住み替えたい気持ちはある
- 押し売りはされたくない
- 4月の入園・入学・生活変化を見据えている
- でも何から始めればいいのか分からない
- まだ家づくりへの一歩を踏みだそうとしたばかり

### 家づくり何から始める? 『整理相談会』



- ・進め方を1から整理
- ・土地・お金・建物の順番が分かる

### 今年動く?動かない? 『住み替え判断相談会』



- ・今年動いた場合/動かない場合の違い
- ・スケジュール感を整理

### 選べる4つの相談会

家づくりの最初の一歩、解消していきます。



### 補助金・制度対象 『チェック相談会』

## 補助金



- ・対象かどうかの確認をしたい
- ・知らずに過すリスクを防ぐ

### 『賃貸ストレス解消相談会』

## 持ち家 賃貸



- ・今の住まいの不満整理
- ・住み替えて何が変わるか可視化

### 選べる初回来場特典!

# 最大10,000円

PayPayポイント分 プレゼント!

初回来場特典5,000円・事前審査特典5,000円

※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来店ではできません。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。

秋田市内物件情報も満載!!

土地・一戸建て・マンションの物件が満載!

## 秋田不動産情報ナビ

仲介手数料0円物件や未公開物件も多数掲載!

毎日更新中!



発見!体感!アナタにちょうどいい家

## おうちの情報館

## 住まいの買取専門店

PRIME

株式会社プライムハウス

秋田駅前南角(旧)第1725号 秋田県秋田市青町1(旧一宮)第80975号

020-120-12-5566

秋田市仁井田町三丁目12番32号FAX.018-893-4611

住まいの最新情報が満載! | プライムハウス | 検索



### おうちの情報館 P 20台以上完備

インテリア館 美郷

秋田トヨペット 仁井田店

仁井田 郵便局

秋田南消防署

至道所





可能性は無限大  
夢に輝け  
あきたっ子

# リスペクトする 精神を大切に



高清水  
ラグビースポーツ少年団  
団長  
高橋 淳さん

取材日：2025年11月29日

冬の気配が目前まで迫った11月の末、秋田市土崎にある秋田中央高校のラグビー場に、子ども達が元気な挨拶をしながら次々と集まってきた。「第18回大樹生命ヒーローズカップ東北大会」で見事優勝し、1月11日・12日に横浜市の日産スタジアムで行われる決勝大会への切符を手にした「高清水ラグビースポーツ少年団」の団員たちだ。練習の開始時間が近づくにつれ、広いラグビー場に楽しそうな声が響き始める。

高清水ラグビースポーツ少年団が発足したのは1973年。今年で53年という歴史を持つ、老舗のチームだ。発足した当初は高清水小学校のスポーツ少年団だったが、現在は秋田市の全域、そして潟上市や男鹿市などからも子ども達が集まって活動している。

所属しているのは年中から小学校6年生までの48人（2025年12月現在）。「みんなで励まし合いながら練習や試合をする、とてもいいチーム」と話すのは6年生の小林くん。団長の高橋さんにもお話を伺うと「学年など関係なく、仲がよいチームです。ラグビー憲章に『尊重・リスペクト』という言葉があり、相手をリスペクト、チームメイトをリスペクトする。誰かがトライしたらナイストライ、失敗したらフォローしてあげる。そういったことを大切にするようにと皆に話しています」とのことだった。

練習は学年によって3つに分かれて行う。見学していると、笑顔が多く皆とても楽しそうに練習していた。「技術的なことはこれから中学、高校で頑張っ

## 5年生・6年生の 選手に 質問しました!



- ①ラグビーを始めたきっかけ
- ②ラグビーの楽しいところ
- ③将来の夢



鎌田 将旭くん(高清水小6年)

- ①友達のさそい
- ②いろいろなスポーツの技術が入っているところ
- ③警察官



加賀谷 俊向くん(高清水小6年)

- ①2019年ラグビーワールドカップを見て、日本の選手が相手の大きな選手に突っ込んでいき、どうしてそのように突っ込める勇気があるんだろーと思いついてみたい!と、思ったから
- ②みんなでパスを繋いでトライした時の幸福感が最高!
- ③歴史に関わる仕事



越後屋 宏将くん(高清水小5年)

- ①面白そうだったから
- ②タックル
- ③ラグビー選手



伊藤 凜空くん(高清水小6年)

- ①先ばいがやっていてやってみたと思った
- ②相手をぬくところ・うまくパスがとおるとき
- ③今は決まっていないうが、ラグビーを活かせるものになりたい



佐々木 万里くん(勝平小5年)

- ①知り合いに紹介されて、体験に参加したら楽しかったから
- ②ボールをキャッチして突き進む事が楽しい
- ③考え中



柴田 悠真くん(高清水小5年)

- ①家の近くでやってみて楽しそうだった
- ②タックル
- ③車屋



高橋 快知くん(港北小6年)

- ①兄がやっていたから
- ②みんなと試合できること・速く走れること
- ③ラグビー日本代表



武田 悠星くん(高清水小5年)

- ①友達にさそわれた
- ②皆で泊まりに行く
- ③建築士



矢野 詩織さん(高清水小5年)

- ①お兄ちゃんがラグビーをやっていて、友達にさそわれたから
- ②みんなで協力して、体を張ってプレーするところ
- ③女子ラグビー選手

## 総務課業務 正社員 1名募集

### 仕事内容

配布スタッフの管理、倉庫内の管理

※配布作業、力作業あり ★資格のある方はフォークリフト使用できます



- ◆資格/高卒以上、40歳位まで(キャリア形成を図るため)要普通運転免許、基本的なPC作業ができる方
- ◆給与/月給180,000円～(試用期間3ヶ月)
- ◆休日/土・日・祝(月1～2回土曜出勤有)年末年始休暇、夏期休暇あり
- ◆時間/8:30～18:00 休憩90分(実働8時間)
- ◆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(規定による)、入社6ヶ月以降有給休暇あり※詳しくは面接時にご説明します

ご応募・お問合せ  
お気軽にお電話ください。

TEL.0120-333-327

## 短期アルバイト 5名募集

### 仕事内容

配布作業、ほか軽作業

★期間:令和8年3月末迄(更新する場合あり)

- ◆資格/要普通運転免許
- ◆給与/時給955円～(3月31日より1,031円～)
- ◆勤務/週2～3日(平日) 8:30～15:30 休憩1時間(実働6時間)年末年始・GW・夏期休暇あり
- ◆待遇/交通費支給(規定による)車通勤可(Pあり)※詳しくは面接時にご説明します

体力に自信のある方  
大歓迎!



注)重量挙げの仕事はありません

- ◆正社員ハローワークに求人票あり
- ◆受動喫煙対策実施(屋内禁煙)
- ◆ハラスメント相談窓口あり

株式会社 青いポスト21 秋田市旭南3丁目2-67  
●担当/大貫 ●受付/月～金・9時～18時



取材協力：高清水ラグビースポーツ少年団  
instagram／@takashimizu\_rugby

もらって、小学生のうちはみんなで仲良く、楽しんでラグビーをしようという思いで指導しています」と高橋団長。5年生の矢野さんと鎌田さんに練習について話を聞いてみたところ、声を揃えて「楽しいです!」と答えてくれた。

最後に、決勝大会を前にした今年のチームの強みを高橋団長に伺った。「今まで東北のチームはあまり身体が大きくありませんでした。でも今年の高清水ラグビーは、全国に見劣りしない体格をもった選手が揃っています。また、今の6年生は去年から試合に多く出場して経験を積んでいるので、そういった強みもあります」とのこと。小林くんも「全国にはとても強い相手がたくさんいると思うんですけど、みんなで切磋琢磨して頑張りたいと思います」と話してくれた。

そして迎えた1月。1日目に行われたDブロックの試合で2敗、2日目のシールドトーナメントでは1勝1敗という結果で決勝大会を終えた。緊張もあつてか思うように力を出しきれずにいたが、試合を重ねる中で修正を行い、いつもの高清水らしいプレーを取り戻していく。リードされても、子ども達で話し合って最後まで諦めずに戦い抜く姿に、今後につながる成長を感じさせる大会となった。

彼らがボールを追う笑顔からは、チームの結束力とラグビーが楽しいという気持ちが溢れている。これから高清水ラグビースポーツ少年団がどんな成長と活躍を見せてくれるのか、楽しみだ。



|                                                                                                                   |                                                                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                                                                            |                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                   |                                                                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                                                                            |                                                                                                               |
| <b>安達 海晴くん(高清水小5年)</b>                                                                                            | <b>小松 一紗くん(高清水小6年)</b>                                                                                                               | <b>田中 凜乃介くん(高清水小6年)</b>                                                                                             | <b>小林 大くん(高清水小6年)</b>                                                                                                                      | <b>吉田 拳斗くん(臨本第一小6年)</b>                                                                                       |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>①友達にさそわれたから</li> <li>②上手くタックル出来たときやトライしたとき</li> <li>③レーサー</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>①いところがやっていた</li> <li>②タックルがバッチリ決まったとき</li> <li>③リーグワンの東京サンゴリアスでプレーして代表に選ばれたようにがんばる</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>①弟がラグビーを始めたから</li> <li>②タックル</li> <li>③商店を開く</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>①2019年ワールドカップで日本代表が決勝トーナメントに進出したのを見たから</li> <li>②タックルで相手を一発で倒すこと</li> <li>③ラグビーで日本を盛り上げる</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>①お兄ちゃんの影響</li> <li>②たのしくラグビーができる</li> <li>③日本代表になる</li> </ul>          |
|                                                                                                                   |                                                                                                                                      |                                                                                                                     |                                                                                                                                            |                                                                                                               |
| <b>高橋 煌誠くん(港北小6年)</b>                                                                                             | <b>小松 咲那くん(高清水小5年)</b>                                                                                                               | <b>土田 瑛真くん(寺内小5年)</b>                                                                                               | <b>鎌田 あかりさん(高清水小5年)</b>                                                                                                                    | <b>湊谷 匠瑛くん(高清水小6年)</b>                                                                                        |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>①ラグビーをやっている友達にさそわれて始めた</li> <li>②走ってトライを決めること</li> <li>③とくにないです</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>①兄がやっていたから</li> <li>②いいプレーをしたらほめられるところ</li> <li>③動物園の飼育員</li> </ul>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>①友達がやっていないスポーツだったから</li> <li>②仲間と協力してプレーをするところ</li> <li>③まだ決めていない</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>①お兄ちゃんが始めたから</li> <li>②試合で独走してトライするのが楽しい</li> <li>③女子ラグビーのウィングで活みたい!!</li> </ul>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>①友達がやっていたから</li> <li>②ボールを持って走るところ・タックル</li> <li>③まだ決まっていない</li> </ul> |



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。

年会費・管理費・後継者不要の  
新しいお墓「**樹木葬**」

年間管理費不要

**28万円~** (税別)

(税込30.8万円~)

予約制相談会随時開催

会場／秋田市浜田字元中村286-5(徳園寺)

あきた市の樹木葬  
マイガーデン浜田  
MY GARDEN HAMADA

秋田市寺内蛭根3丁目24-19(国道7号線沿い)  
受付時間 9:00~17:30  
**TEL.018-853-0545**

お問い合わせ・ご予約申し込みは  
[販売管理] **あきた福祉葬祭**

yumehouse

「無垢材の家」  
**tsumiki**

完成内覧会

2/7・8日 10:00~16:00

会場 外旭川梶ノ目  
(北都銀行外旭川支店近く)

夢ハウスパートナー  
—天然木の新築・リフォームお任せください—

■暖かみを感じる無垢床

■高性能なのに高コスパ

■自由度の高い間取プラン

ご興味のある方はお気軽にご来場ください

会場 旭写真 ● 旭野銀行 ● イセオ ● セブン ● 天徳寺通り ● 神田デンキ ● 外旭川小学校 ● 外旭川幼稚園 ● 外旭川こども園

秋田 木組 検索

秋田市山王中島町15-3  
TEL.018-853-0390





**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  
営業 10:00~19:00 休 不定休  
広告管理番号: R7-100C 139  
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

**記念硬貨・銀貨買取強化!**  
旧100円→300円

2月6日~2月28日までの期間おたからや泉外旭川店限定で記念硬貨・銀貨買取強化キャンペーンを開催します。旧100円(稲穂・鳳凰・五輪)を1枚300円で買取! その他、ヴィトンなどのブランドバック、貴金属、使っていない皮細工や急須などのご家庭にある物の「これいくら?」にもお答えします! 遺品整理、生前整理もお気軽にお問い合わせください。※詳細はスタッフまでご確認ください。(当店は遺品整理士・IS26695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  
営業 10:00~19:00 休 不定休  
広告管理番号: R7-100C 139  
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

**寒い冬もカレーでホットに**  
フォンテ店も好評営業中!

今月のおすすめはジューシーな手羽先にサラダとドリンクがついた『手羽先カレーセット』です。カレーは茄子のキーマカレーか日替わりカレーからお選びいただけます。  
羊肉を使ったマトンニハリセットもサラダ・ドリンク付で好評です!!  
Uber Eats・Woltで注文可、店内注文の持ち帰りOK。  
※クレカ、PayPay、au PAY、Aeon Payもご利用可。  
※あおば持参で50円引!

**本場カレー ハラルレストラン DERA (デラ) 山王店**

☎018-893-4144  
秋田市山王5-14-12 山王ナルカビル1F  
営業 ランチ 11:00~15:00  
ディナー 17:00~22:00  
休 年中無休  
P 19台完備  
Instagram・facebook 公式アカウントあり

**旬の果物ギフト、産直柑橘系**  
食事でも好評営業中!!

旬のうまいもん倶楽部では、用途、予算に合わせその時期のおすすめフルーツを厳選し、彩りよく詰め合わせます。地方発送も随時受付中。  
また、旬の厳選した果物の店頭販売をしながら、手づくりランチやなべやきうどん、あんかけラーメンなどの食事もお気軽に食べることができますので、ぜひご来店ください。  
お待ちしております!

**旬のおいしさを秋田から**  
旬のうまいもん倶楽部

☎018-865-6355  
秋田市旭南3丁目2-67  
営業 10:00~17:00  
ランチ 11:30~14:00(ラストオーダー)  
パフェ 11:30~15:30(ラストオーダー)  
休 日・祝日 他  
旬のうまいもん倶楽部

# マチコレ 掲載店募集中

■お気軽にご連絡ください

お問合せ先

☎ 018-865-6383

✉ aopo-contact@aopo.net



## あおぽ不動産情報

### おすすめ土地情報

商業施設まで徒歩圏内の土地特集

#### 御所野元町4丁目

1区画 **1,007万円**  
~**1,086万円**

御所野小学校まで徒歩6分  
フレスポ御所野まで徒歩8分  
イオンモール秋田まで徒歩9分



【御所野元町4丁目 物件概要】●所在地/秋田市御所野元町4丁目12 ●交通/JR奥羽本線「四ツ小屋駅」まで徒歩20分 ●総区画数/5区画 ●販売区画数/3区画 ●土地面積/222.46㎡~225.49㎡ ●最速販売価格帯/1,000万円台 3区画 ●地目/宅地 ●用途地域/第1種低層住居専用地域 ●建ぺい率/容積率/50%・80% ●設備/上水道、下水道 ●接道/南側秋田市道6mに各戸2mの旗竿敷地で接道、共有道路321.21m ●学区/御所野小学校・御所野中学校(御所野学院中学校) ●引き渡し時期/即時 ●取引態様/売主

#### 八橋本町4丁目

1区画 **960万円**  
~**980万円**

八橋小学校まで徒歩10分  
ナイス八橋店まで徒歩3分  
八橋パブリまで徒歩8分

【八橋本町4丁目 物件概要】●所在地/秋田市八橋本町4丁目 ●交通/秋田中央交通バス停「八橋」まで徒歩3分 ●総区画数/2区画 ●販売区画数/2区画 ●土地面積/144.57㎡ ●地目/宅地 ●用途地域/第2種中高層住居専用地域 ●建ぺい率/容積率/60%・200% ●設備/上水道、下水道、都市ガス ●接道/東側4m秋田市道 ●学区/八橋小学校・泉中学校 ●引き渡し時期/即時 ●取引態様/売主

#### 茨島6丁目

1区画 **711万円**  
~**712万円**

コープあきた茨島店まで徒歩6分  
イオンタウン茨島やドラッグストア  
など商業施設が充実!

【茨島6丁目 物件概要】●所在地/秋田市茨島6丁目 ●交通/羽越本線「羽後牛島駅」まで徒歩25分 ●総区画数/7区画 ●販売区画数/2区画 ●土地面積/180.95㎡~181.30㎡ ●地目/宅地 ●用途地域/第1種低層住居専用地域 ●建ぺい率/容積率/50%・80% ●設備/上水道、下水道、都市ガス ●接道/北側公道 幅員6m、東側公道 幅員6m ●学区/旭南(大住)小学校・山王中学校 ●引き渡し/即時 ●取引態様/売主

未来を見つめる街づくり  
**共和ホーム株式会社**

【不動産部】  
秋田市寺内蛭根三丁目1-20  
TEL.018-865-2722

☎ **0120-65-2723**

24H受付メール ▶ info@kyowahomes.com  
取引条件の有効期限/令和8年2月28日



### リフォーム済中古住宅

2/7±8日

10:00~16:00  
ご希望のお時間を  
ご予約ください。

**ミッフィーミニハニー**  
プレゼント!! ※来場予約特典です

#### 秋田市 飯島鼠田 1-10-35

**2LDK 1,720万円** (税込)

2階3部屋(3LDK)間取り対応可能

●2024年12月リフォーム完成  
キッチン・ユニットバス・洗面化粧台・トイレ交換、1階床フローリング・1階2階壁クロス張替

ご購入特典  
寒冷地用エアコン  
1台サービス!  
3月までのお引渡しは無料

●土地面積/174.74㎡(52.85坪)  
●建物面積/96㎡(29.03坪)  
●築年月/1999年11月  
●交通/JR奥羽本線「上飯島駅」  
まで徒歩10分  
●取引態様/売主

詳細はこちら

#### 秋田市 土崎港中央 1-15-36

**5LDK 2,930万円** (税込)

●2025年12月リフォーム完成  
壁クロス張替(一部)、  
フローリング重ね張り(一部)、  
洗面化粧台・トイレ交換

●土地面積/379.35㎡(114.75坪)  
●建物面積/144.00㎡(43.55坪)  
●築年月/2007年10月  
●交通/JR奥羽本線「土崎」駅まで  
徒歩17分  
●取引態様/売主

詳細はこちら



広告のお問い合わせ・お申し込みは  
**TEL.018-865-6383**  
**FAX.018-863-2304**  
(株)青いポスト21 営業部  
までご連絡ください。

**MISAWA 東北ミサワホーム(株)**  
秋田支店 秋田市泉北一丁目7番11号  
TEL.018-824-1111

**0800-300-6330**

取引条件の有効期限 2026年2月28日  
不動産サポート 秋田

# イベントPICKUP!

2/13(金) 2/14(土) 雪国の小正月行事で、心温まるひとときを—  
**横手のかまくら**



- 横手市役所本庁舎前・横手公園・二葉町・旧片野家 ほか(会場を巡回する無料バスを運行)
- 両日 18:00~21:00
- 問合せ/0182-33-7111(横手市観光協会)

約450年の歴史がある横手の小正月行事で、水神様をお祀りし、家内安全・商売繁盛・五穀豊穡などを祈願します。今年は金曜・土曜の日程で開催。祭りの期間中、横手市内の各所に作られたかまくらに子ども達が入り、「はいってたんせ(かまくらに入ってください)」「おがんでたんせ(水神様をおがんでください)」と訪れる人へ甘酒を振る舞います。冬の横手の街を照らすかまくらの灯りはとても幻想的。雪国ならではの冬のイベントに、ぜひ出かけください。

2/7(土)・2/8(日) 冬はホットに! アツアツ鍋集会



- 男鹿駅周辺広場ハブアゴー
- 両日 10:00~15:00
- 問合せ/0185-24-4141

男鹿駅前の冬恒例イベント。地元食材を取り入れ、趣向を凝らした鍋メニューが集合します! 今年は男鹿南中学校とコラボレーション! 生徒発案のメニューが味わえます。また、なまはげ太鼓や大道芸などが会場を盛り上げます! アツアツの鍋を食べて、寒い冬を乗り越えましょう!

2/7(土) 冬遊び×焚き火&キャンドルナイト



- 道の駅がづの あんとらあ
- イートイン・アクティビティ/13:00~スノーキャンドル点火/16:30~
- 冬花火ショー/19:00~
- 問合せ/0186-22-0555

雪上ストラックアウトなど、冬ならではのスノーアクティビティ(各1回200円)が楽しめます。夕方にはスノーキャンドルとキャンドルファイアーが会場を照らし、キッズダンスや津軽三味線などのステージイベント、冬花火ショーが会場を盛り上げます。

●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掲載できない場合や、内容を一部省略して掲載する場合がありますのでご了承ください。※掲載できない場合のご連絡は致しません。

2/7(土) 人星亭一門と愉快的仲間たち「笑いのステージ」

- ウクレレ漫談やおばあちゃんの小話、ラフターヨガなど多彩な演目をお届けします。出演/人星亭一門と愉快的仲間たち
- フォンテAKITA 6F あきた文化交流発信センター
- 13:30~14:45

2/11(水) ネパールダンス発表会 vol.17

- 煌びやかな民族衣装で、オリエンタルな魅力溢れるネパールダンスを披露します。出演/ヒマラヤダンスアカデミー
- フォンテAKITA 6F あきた文化交流発信センター
- 13:30~14:30

2/13(金)~2/15(日) 第1回 フォトjoy(ジョイ)写真展

- 写真を趣味とする仲間が昨年結成したサークルの第1回写真展。
- アトリオン 2F 美術展示ホール
- 10:00~17:00 ※初日12:00~ ※最終日16:00まで
- 問合せ/090-4633-7427

2/13(金)~2/16(月) 第39回「花の写真展」

- 山野草の花の写真を特徴など解説付で100点あまりを展示する。
- アトリオン 2F 美術展示ホール
- 9:00~17:00 ※初日12:00~ ※最終日16:00まで
- 問合せ/080-1807-5489

## RECipe

### せいろ蒸してヘルシーに

#### アサリと菜の花のレモンバターしょうゆ蒸し

①菜の花は食べやすい大きさに切る。②クッキングシートを広げ、①、アサリを載せる。酒大さじ2、しょうゆ小さじ1を掛け、レモン、バターを載せて包む。③蒸し器に入れ、10分蒸す。④取り出して器に盛り付ける。

せいろは、使う前に水にくぐらせておくと、食材のにおいや鍋の熱による焦げが付きにくい。

あらかじめせいろを載せる鍋に湯を沸かし、蒸気が十分に上がった後、蒸し器に材料を入れ火にかける。

小さなせいろを重ねて使う場合は、下の方が火加減が強くなるため、適度に上下を入れ替えるように。

東京ガス(東京都港区)料理教室 ● 兼弘あゆみさん

## 秋田県からのお知らせ

### あきた就職フェア

#### 「あきた就職フェアin東京」を開催します!

秋田県内への就職や移住に関心のある社会人・学生の皆さまを対象としたフェアを、東京で開催いたします!

会場では、企業との面談や、市町村・団体への相談が可能です。まだ就職先や居住地が決まっていなくても、職業適性診断や資料コーナーをご利用いただけますので、お気軽にご参加ください。

また、お子様連れの方も安心してご来場いただけるよう、キッズスペースも開設いたします。

県外にお住まいのご家族、ご友人、知人の方へも、ぜひこの機会をお知らせください。皆さまのご参加を心よりお待ちしております!

- 日時: 令和8年2月15日(日) 12:00~17:00 ※午前11時より学生向けセミナー開催
- 会場: 東京交通会館 12階ダイヤモンドホール
- 出展: 企業76社以上、県内市町村、その他団体

お問い合わせ 秋田県 移住・定住促進課 ☎018-860-1234

特設サイトはこちら

# Fun! Fun! Weekend

## みんなの掲示板

**2026の抱負**  
教えてください

**キャリアチェンジのため、毎日絶賛勉強中です!**  
将来の資金や子どもを育てるためのお金づくり...もありますが、何より旅行の時にケチらず楽しみたいが本音です。食べることが生きがいですもの。  
P.N.きいちゃん・30代・女性

**釣りを始める!!**  
昨年やろうと思い、行動出来なかったので必ず始めたい! 自分で釣った魚を食べたい!  
P.N.しよたまさん・30代・男性

**2026年の抱負は...**  
今年こそは行く行く詐欺しないで、お誘いには喜んで参加します!!!  
P.N.ためき109さん 30代・女性

**昨年出産し、今はまだ母乳育児なので、食欲旺盛ですが**  
年末年始から徐々に食べる量も考えつつダイエットし元の体型に戻りたい。  
P.N.な一ちゃんさん・30代・女性

**昨年は病気がかりしていました。治療はまだ続きますが、2026年は健康な体になるよう頑張りたい。**  
負けずに治療続けられますように!!  
P.N.ドリームさん・50代・女性

**ずっと興味ありながら行けないでいる競馬場に行くのが2026年の抱負です。**  
午年だし、TVドラマを観て面白さその後押ししてくれてワクワクしてます!!  
P.N.えりさん・50代・女性

**昨年初めて登山に挑戦して、無事太平山に登頂することが出来ました。最高でした。**  
今年は「ムーミン谷」と呼ばれている駒ヶ岳に行き高山植物を見て来たいと思っています。一日一生生涯現役を貫きたいです。  
P.N.さなづらさん・60代・女性

**熊 騒動や災害の少ない平穏な日常になるよう期待したいです。**  
P.N.すずめさん・60代・女性

## 7COLORS\* 誕生月占い★来週の運勢

まゆこ先生の 2月8日(日)~2月14日(土)

★この週の特徴★ 2月10日(火)金星魚座入り 2月14日(土)土星牡羊座入り

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

|                                                                                                     |                                                                                                     |                                                                                                    |                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>固定概念を手放す! 守りより攻めの姿勢で開運♪<br>やって見る挑戦 銀色 ぎんいろ      | <b>2月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>損得で考えずと視野が狭くなりそう。高い視点で吉!<br>意識を高める 空色 ぞらいろ      | <b>3月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>甘い言葉に流されず、自分のペースで冷静に判断!<br>平常心を保つ 青磁色 せいじいろ    | <b>4月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>直感に従った選択が活きる! 心の声をよく聞いて♡<br>理解し合うチカラ 藤紫色 ふじむらさき  |
| <b>5月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>過去の努力や本気が報われるドラマチックな展開!<br>自信を持って進む 梅色 うめいろ     | <b>6月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>小さな学びと準備を大切に育てて未来の金運を呼ぶ♪<br>自分も周りも育てる 蜜柑色 みかんいろ | <b>7月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>言葉をあたかく! 仲間や家族との団らんが幸せの鍵♡<br>共感力が高まる 虹色 にじいろ   | <b>8月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>本気を試されそう! 新しい世界の扉を開いて進むとき!<br>あえてストレートで 瀧羽色 たきうろ |
| <b>9月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>自分らしくOK! 賢い心もいけ! 心の豊かさを優先♪<br>精神性を高める 瑠璃色 ろうりいろ | <b>10月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>今週は心の大掃除が最適! 不要な物は手放してOK<br>気持ちスッキリ 白 しろ       | <b>11月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>無理せずサクッとその道のプロに意見を聞くと近道♪<br>ホットー安心 抹茶色 matcha | <b>12月 生まれ</b><br>*健康運:★★★<br>*恋愛運:★★★<br>*金運:★★★<br>周りが騒がしくても自分は背筋を伸ばして凛と美しく!<br>心はいつも気高く 薔薇色 びざいろ  |

## 64歳まで参加できる! 謝礼金15,000円

【謝礼金15,000円】(35~64歳)  
 O64歳まで参加できる  
 O美容液を使用

— follow me —  
 LINE登録者数6,800人突破!  
 インスタには試験以外の情報も盛り沢山!

◆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

## 子育て中の社員が多く活躍中です!

仕事/顧客からの契約内容変更や問い合わせ対応  
 及び事務業務(勤務開始日2026年4月1日)  
 資格/高卒以上、経験・年齢不問  
 勤務/9時~17時または10時~18時のシフト制  
 休日/週休2日制 ※シフト制希望調整可  
 月給/183,370円 ※シフト手当:3,000円/月  
 ※土日祝手当:3,000円×出勤回数  
 待遇/各種社保完備、年次有給休暇、昇給・賞与あり、通勤手当あり(当社規定・上限あり)、受動喫煙対策あり(屋内に喫煙専用室設置)  
 応募/下記のとおり応募コードまたはお電話よりお問い合わせください。

**振保ジャパンキャリアロー(株)**  
 〒010-1633  
 秋田市新屋敷木町1-50  
**0120-212-786** 担当: 千葉

## あおぼの求人枠

日本ABC協会認証の発行部数で宅配しているの  
 確実に多くの方に届きます!費用対効果バツグン!!

見やすく! 低価格!

だから求人は「あおぼ」!!

— 詳しくはお問合せ下さい! —  
 青いポスト21 ☎018-865-6383

## 新鮮!! あおぼ 求人情報

**自民党**

日本列島を、強く豊かに。

「日本」があります。  
どうしても実現したい



自由民主党総裁  
高市 早苗



物価高対策にも取り組んでいます。

詳細は  
自民党HP



**ガソリン税  
暫定税率廃止**

約**1.2万円**の減税  
(1世帯/年)



※ガソリン税は2025年12月31日、  
軽油引取税は2026年4月1日に廃止

**電気・ガス代を  
支援**

約**7,300円**の補助  
(世帯当たり/1月～3月の3か月間)



**子育て世帯を  
応援**

物価高の影響を強く受ける  
子育て世帯のため  
こども1人当たり  
**2万円支給**



**年収の壁 見直し**

基礎控除・給与所得控除(最低保障額)の見直し

103万円→160万円 ※所得金額に応じて控除額変動  
すべての納税者 **178万円**以上に拡大  
2026年の年末調整から

基礎控除引上げ等の所得減税

約**3～6万円** (納税者1人あたり)  
2026年の年末調整よりスタート



「日本の未来は明るい」「日本にはチャンスがある」皆様がそう実感できる  
希望に満ちた国をつくりたい。

# 下肢静脈瘤

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

日時 2/20(金)  
時間/10:00~

会場 秋田血管外科クリニック  
秋田駅前西口・ほほろーど直結  
フォンテAKITA 7階

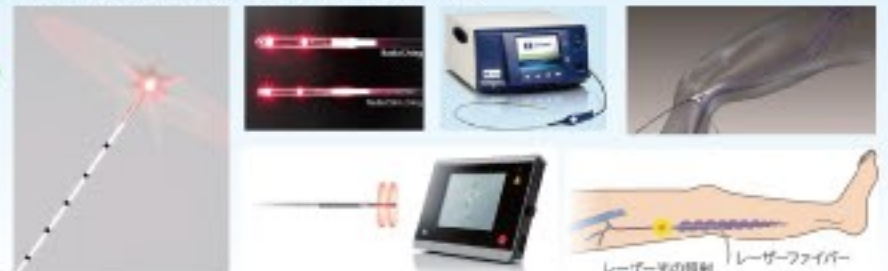
こんな症状でお悩みではありませんか？

- 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。この管を患部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2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)  
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。

診療予約・お問い合わせ・無料説明会参加ご希望の方  
**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し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  
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



Q 下肢静脈瘤の診療は手間がかかるの？

A 下肢静脈瘤の診療は、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。

| 1 診療予約                                                                                                                                      | 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。                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| お電話もしくはメールにて。                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
| 2 診療                                                                                                                                        | 4 治療を希望された場合                                                                                                                                                                                           |
| ① 問診票記入していただきます。<br>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、血栓が出てしまっているか？動脈硬化が進行して血管が詰まっているか？をみます。<br>※ 体表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くので痛みはありません。 | ③ 手術・手術の有無<br>レベル 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。※<br>レベル 2 症状によっては手術適応の場合があります。<br>レベル 3~6 手術適応となります。<br>※ 慢性ストローク(脳卒中)の既往を持つスタッフによるストロークの発生、治療が可能です。<br>※ 診断の結果と患者様の症状やご希望をお聞きした上で、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

## お湯のことなら！ 安全設置 安心サービス

第586号  
2026年 No.2

**エコフィール 石油給湯器**  
水回りのキレイはつくれます  
浴室内の汚れ除去 給湯器の汚れ除去  
屋内壁掛  
エコフィール  
ウルトラファインバブル機能搭載!!  
メーカー標準価格 税込568,480円↓  
**31万円** (税込341,000円)

**プレミアムオート 浴槽UV除菌 ガス風呂給湯器**  
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 税込545,490円↓  
**25万円** (税込275,000円)

**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 税込401,500円↓  
**23万円** (税込253,000円)

**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 税込455,730円↓  
**21万円** (税込231,000円)

**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 税込473,880円↓  
**25万円** (税込275,000円)

**PURPOSE 16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 税込355,700円↓  
**17万円** (税込187,000円)

**ガス給湯器 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↓  
**12万円** (税込132,000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  
他メーカーからも交換対応できます  
運転オンですぐ出湯(予熱待機なし) 自動お湯張りストップ、追焚、給湯シャワー、FF式給排気  
自動水位検定1~10、トップ燃費選100 凍結予防給湯器付(オートヒーター、残り湯検出式) 本体寸法/高67×幅48×奥23cm  
本体、リモコンセット 税込524,480円↓  
**28.9万円** (税込317,900円)

**家庭用灯油ボイラー CHOFU**  
給湯専用 高耐久ステンレス圧体化 静音化温度安定 (減安弁内蔵)  
仕上がり参考価格 **15万円** (税込165,000円) (下見が必要です)

**NORITZ CORONA 給湯+追焚保温 簡単操作**  
31,100kcal (減安弁付)  
浴室・台所リモコンセット  
仕上がり参考価格 **19万円** (税込209,000円) (下見が必要です)

故障したら... **出張費 無料 見積り 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  
低金利、住設用ボイラーローン もございます。最長84回。  
東部ガス簡易内管工事登録店

**省燃費 静音燃焼 水道直圧瞬間式**

|                                                        |                                                                |                                                                     |                                                            |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| CHOFU 4万kcal/h 3年保証 屋内設置 給湯専用 <b>19万円</b> (税込209,000円) | CHOFU 3.3万kcal/h 3年保証 壁掛けFF式 給湯 追焚・保温 <b>22万円</b> (税込242,000円) | CHOFU CORONA 3.3万kcal/h 3年保証 屋内設置 給湯 追焚・保温 <b>22万円</b> (税込242,000円) | CHOFU 4万kcal/h 3年保証 屋内設置 給湯 追焚・保温 <b>25万円</b> (税込275,000円) |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|

別途、+標準工事費(資材・処分含)30,000円(税別)~ 最大(追加資材含)約48,000円(税別)

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