

PR あおぼが「今が旬!」「これはお得!」という一品を紹介。

今号の 国道7号線沿い 『まちのくるまやさん』 リニューアル2周年!

この一品 いっぱい

整備セット内容

- 国内メーカー 最高級エンジンオイル SP 0W-20(100%化学合成) SN 5W-30
- オイルエレメント
- ブレーキフルード交換

ほかにもお得なセットメニューがございます。

3月末日まで **オススメ** 整備セット **¥6,000** (税込)

ご予約の方で 整備セット追加の方は **¥12,000** (税込)

今月でリニューアル2周年を迎える土崎港のセブンイレブン様隣の「まちのくるまやさん」。車検のご依頼が多い時期に合わせてお得な整備セットをご用意しました。

内容は、車検時に最低限の整備としてお勧めしている「エンジンオイル・オイルフィルター・ブレーキフルード」の3点セットを通常の半額でご提供するものです。どの作業も事前に必ずお見積りをご提示して、しっかりと整備内容をお伝えしてその金額で良ければ受付するという方法にしております。

車検整備は法定点検時に全車コンピュータ診断を実施し、点検項目も増やしてお客様に安心をご提供しております。勿論、他にもエンジン換装やエーミング、コンピュータ登録等の様々な整備も受け付けております。

自社钣金工場もありますので、車両の腐食整備にも対応可能。他店で車検が取れない、と言われたお客さまからのご相談も多数受け付けておりますのでお気軽にご相談ください。代車は無料です。

あおぼを見たとお話ください! 『あおぼを見た』とご連絡下さい **代車無料!**

車種	法定費用	車検代金	合計金額	整備セット	合計金額
軽自動車 (軽トラックを含む)	¥26,340	¥14,000 (税込)	¥40,340	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	¥46,340
パッソ等 (車両重量1t以内)	¥36,250		¥50,250	¥12,000	¥56,250
カローラ等 (車両重量1.5t以内)	¥44,450		¥58,450	¥6,000	¥64,450
オデッセイ等 (車両重量2t以内)	¥52,750		¥66,750		¥72,750

車検整備・輸入車大歓迎!! 改造車、ディーゼル車もご相談ください。

※新車登録後13年・18年経過した車両は重量税が増額になります。またエコカー・電気自動車は逆に重量税が減額になる場合があります。陸運支局での車検検査に合格出来ない箇所がある場合は、別途整備費用が必要になります。輸入車・改造車・ハイブリッド車・電気自動車は別途基本料金となりますのでお問合せ下さい。※整備が必要な場合は別途整備費用がかかります。

AOPO

あおぼ

aoi post 21

無料 Free 2026年3月6日 vol.1535 発行部数 137,800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 (あおぼ 様志)

まちのくるまやさん 中古車相談してください! アイ・オー・ク加盟店

018-807-5238 秋田市土崎港北7丁目5-21 東北建設6-40487号

まちの銀金やさん CAR BODY REPAIR SHOP 東北建設 06-40688号

018-811-4689 秋田市土崎港相模町字浜ナシ山17-15

まちのくるまやさん くるまの調査やさん

マルダイ メハシ ガソリン ガソリン ガソリン ガソリン

マックス パリウ

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。

お問い合わせ・ご予約申し込みは 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**

【販売管理】あきた福祉葬祭

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)

解体業者をご検討中の方 **解体工事** のことなら

丁寧な施工の当社にお任せください!

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**

秋田環境建設株式会社 TEL.018-870-4025 福上市天王字北沢23 FAX.018-870-4026

PRIME 子育て応援フェスタ

子育て家族のための分譲ポイント

2026.3/7(土)~22(木)まで イベント期間

子育て応援ポイント 30万円 もらえる!

お菓子つかみ取り(1人1個) おもちゃ射的(1人3発)

キッズ特典 初回来場特典

キッズガチャ 事前審査特典

1 断熱等級5/一年中快適 高い断熱性能で、暑い夏も寒い冬も快適。光熱費を抑えながら、家族みんなが健康に暮らせる住まいです。

2 駐車場2台以上確保 来客も、将来の車増加も安心。

3 収納たっぷり設計 増えても片付く。子育て目標の収納力。

4 生活サポート付き 10年間の定期借家。お住いのライフスタイルに合わせてお住いいただけます。

5 子供を守るホームセキュリティ! 引き渡し後も定期点検・アフターサポートで暮らしを見守ります。家族の時間を大切にできる、長く安心の住まいです。

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

秋田不動産情報ナビ 秋田不動産情報ナビ 毎日更新中!

株式会社プライムハウス 0120-82-5566

プライムハウス P 20台以上完備

イベントPICKUP!

3月7日(土) ▶ 3月15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。

●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。

3/7(土) 小さな冬のクラフト展 第1回Spring version in Akita

- 秋田市文化創造館 1F
- 10:00~16:00
- 入場無料
- 問合せ/0182-33-2204

秋田・岩手・宮城・山形の作家が集まる、1日限りのクラフト展。木工、ガラス、金属、陶器、皮革、アクセサリー、本、フラワー、食品など、さまざまな手仕事並びます。秋田市初開催のこの機会に、ぜひ足をお運びください。

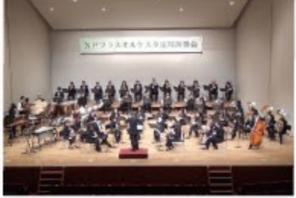
出店者の情報などはこちらから



3/8(日) NP brass オルケスタ 第12回定期演奏会

- 秋田県児童会館 けやきシアター ●全席自由
- 開場/13:00 開演/13:30 ●問合せ/
- 500円(中学生以下無料 当日券有) npbrass2010@gmail.com

秋田市で活動する社会人吹奏楽団の定期演奏会。演奏曲は「Mont Fuji ~北斎の版画に感発されて~」「シネマ・トリロジー スタジオジブリ・コレクション」など。また、將軍野中学校吹奏楽部の皆さんとの合同演奏のステージもあります。ぜひお出かけください。



3/7(土) 大人のための芸術鑑賞教室 行きたかったピクニックコンサート2026

- アトリオン 4F 音楽ホール ●開演/14:00
- 一般前売/1,000円(当日/1,500円) 小学生/500円
- ※前売にて完売の場合、当日券なし
- 全席自由 ●問合せ/018-836-7803

3/7(土) 大正琴 春のミニコンサート

- 県内各地の教室に通う会員が一堂に集い、春を楽しむコンサートを開催します。出演/大正琴 琴修会秋田県支部
- フォンテAKITA 6F あきた文化交流発信センター
- 13:30~15:00

3/8(日) 「土崎港ばやし演奏会」 土崎港のあいや節、北前船が繋いだ「メロディ(節)」

- 北部市民サービスセンター キタスカ 1F 地域文化ホール
- 開場/12:15 開演/13:00
- 入場無料
- 問合せ/090-7637-7586

土崎神明社祭の曳山行事で演奏される「土崎港ばやし」を保存・継承している、土崎港ばやし保存港和会による演奏会。会員による演奏のほか、地元小学生の演奏や秋田音頭、曳山奉納町内による踊りなど、土崎に受け継がれる伝統をぜひ体感してください。



3/11(水) ストリートピアノでつなぐ 祈りのハーモニー

- エリアなかいち 屋外ストリートピアノのしり交流プラザ Coco Wa
- 14:30~
- 問合せ/090-5350-5597 またはtakuyan1018@gmail.com

東日本大震災追悼セレモニーとして始まった祈りのハーモニー。全ての被災地へ黙祷を捧げる日です。今年は秋田市と能代市の2会場で開催。当日会場と一緒に歌ってくれる方も募集しています。



3/8(日) ツキイチ オカリナコンサート vol.14

- ミニミニオカリナ体験会あり(オカリナ貸出しあり)
- フォンテAKITA 6F あきた文化交流発信センター
- 開場/13:30~15:00 ●入場無料
- 問合せ/090-1491-1073

3/13(金)~3/16(月) 第64回 秋田市書道会展

- 古典の臨書から前衛・創作作品まで、多種多様な書道の世界
- 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/080-1811-1057

甘辛い味が食欲をそそる RECIPE

手羽中の甘辛焼き

①保存袋に鶏手羽中、しょうゆ、みりん各大さじ1、酒大さじ2分の1、砂糖大さじ1と2分の1、下ろしニンニク少々を入れてもみ込む。全体に味を染み込ませながら1時間以上漬け込む。

②トースターの受け皿にアルミホイルを敷いて薄く油を塗り、①を皮目を下にして並べる。10分焼いて裏返し、さらに10分、焼き目がこんがり付くまで焼く。

事前に肉を漬けておけば、トースターで焼くだけで手軽に♪

飾り巻さずインストラクター ●野島ゆきえさん



秋田県から お知らせ

自動車税種別割と自動車の登録

自動車税種別割(税制改正により自動車税に改称予定)は4月1日現在の車検証の登録名義人に課税されます。自動車を他人に譲ったり、下取りに出したりした場合は、必ず運輸支局で登録名義人の変更手続きを行ってください。手続きを行わないと、翌年度も元の所有者に1年分の種別割が課税されます。

また、引っ越しをした場合も、運輸支局で車検証の住所変更の手続きが必要です。住民票を移しただけでは車検証の住所は変わらないので、納税通知書が届かないなど、トラブルの原因になります。そのほか、車検が切れた自動車や壊れて動かない自動車であっても、運輸支局で抹消登録の手続きが必要です。

年度末は運輸支局の窓口が混み合いますので、お早めの手続きをお願いします。

自動車登録に関するお問い合わせ ●秋田運輸支局登録ヘルプデスク ☎050-5540-2012

自動車税種別割に関するお問い合わせ ●総合県税事務所課税第四課 ☎018-860-3339

トピコさんのオススメ!聞いてみたい!

トピコに人気のお店がやってくる! 期間限定 惣菜ショップ

本格! 韓国家庭料理 を自宅で楽しもう!

場所: トピコ2階 3月中旬以降 期間限定OPEN予定!

※オープン日は変更になる場合がございます。最新情報はトピコ・アルスホームページにてチェック!

「セジョンの食卓」がトピコにやってくる! 韓国出身の金さんが振る舞う本場の韓国家庭料理のお店「セジョンの食卓」は、美味しさはもちろん無添加素材にこだわった料理で県内のプロスポーツチームの選手たちが足繁く通っていた人気店。そんなセジョンの食卓が期間限定でトピコ2階にて惣菜ショップをオープン! この機会にぜひ、ご自宅で本場の韓国家庭料理の味を堪能してみてください。

セジョンの食卓 in Tópico

トピコさんオススメのメニュー:

- ビビンバ: 丁寧にひとつずつ味付けした10種のナムルや黒毛和牛のせぼろを贅沢に混ぜて召し上がれ!
- ヤンニョムチキン: 元祖 ヤンニョムチキン in 秋田 セジョンといえはこの旨辛
- チャプチェ: さらさら春雨とたっぷり野菜、体は嬉しい韓国伝統料理
- キンパ: みんな大好き韓国ののり巻き! ごま油の香りが広がり、ぷいぷい食べ過ぎちゃいます
- キムチ: 秘伝の塩辛使用、旨味が違います! 発酵させて栄養アップ、炒め物やチヂミも
- ヤンニョムチキン丼: ご飯が進む! 本場仕込みの手作り旨辛チレンやみつきチキン
- ハニーバターチキン: 国産はちみつとバターで甘じょっぱ革命、お子様や女性に人気
- スンドゥブ: 常連さん人気No.1! 本場の旨辛を熱々でお召し上がりください

セジョンの食卓 代表 金さん

情報提供 ●セジョンの食卓 TEL.018-802-0787

新生活応援 お買い物キャンペーン 開催中!!

期間中、トピコ・アルスのお買物*でお買物券5万円分ほか素敵なプレゼントが抽選で当たる!

*1会計1,000円以上×3回のお買い物で1回応募できます。 ※一部対象外店舗がございます。

トピコ 秋田市中通七丁目1番2号 TEL.(018) 834-1911 www.caoca.net

そして、なんと!今回、トピコ様のご厚意によりトピコ・アルスお買物券5000円分を5名様に読者プレゼント!

詳しくは本紙3ページ「読者プレゼントコーナー」にて

Fun! Fun! Weekend

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



みんなの掲示板へ

3月の特典!!
ご投稿いただいた方限定のプレゼント

秋田ステーションビル(株)様
よりご提供いただいた
トピコ・アルス
5,000円分
お買物券を
抽選で5名様へ
プレゼント!!

トピコ・アルス
¥1,000
お買物券

トピコ・アルス
全店及び
ホテルメトロポリタン
秋田 飲食店でご利用
いただけます。
(一部除外店舗
商品がございます)

※お買物券のイラストはイメージです。
実際とはデザイン・サイズが異なります。

プレゼント提供 秋田ステーションビル株式会社 トピコ・アルスのHPはこちら

今号の投稿者限定プレゼントは、秋田駅のトピコ・アルスを運営する秋田ステーションビル株式会社様よりご提供いただきました!
トピコ・アルスのお買物券5,000円分を抽選で5名様へプレゼントいたします!!
館内の飲食店でご利用できるほか、気になっていたアノ商品やお食事、お土産などを購入するチャンスです!ぜひご応募ください!

みんなの掲示板

投稿方法
下記2次元コードのリンク先(あおほHP)の専用お申し込みページか、おハガキの場合は下記の宛先までお送りください。
①~⑥を全てご記入し、テーマ投稿または、お写真やメッセージを投稿された方がプレゼントの抽選対象となります。

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以下の3つの中から1つをお送りください。
●ゴールデンウィークのエピソード ●入園・入学の思い出
●春になって、フォトコンテスト♪(最近撮った、お気に入りの写真を投稿してください!)

宛先
【投稿先】〒010-0925 秋田市旭南3丁目2-67
青いポスト21「みんなの掲示板プレゼント係」

【応募締切】
3月27日(金) 必着

※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。
※ご利用されているドメインによってはメールが弾かれていた場合があります。届いているか不安がある方は弊社までお電話(018-865-6383)ください。

※当選者には4月3日(金)までにご連絡差し上げます。期間中に弊社まで受け取りに来ていただけない方が対象です。【受取期間】4/6(月)~4/10(金)
※4月3日を過ぎて連絡が取れない場合は当選無効となります。

2026年 あなたが注目する人、物、事は?

今年注目は近所の無人販売所に注目しています。最近野菜だけではなく、卵やスイーツまで並び始め、もはやコンビニ化。次は何が置かれるのか、毎日の散歩が楽しみです。
P.N.てるりんさん・50代・男性

今年注目する人は鈴木知事と沼谷市長です。秋田の熊問題を最重要課題として皆が安心出来る生活を取り戻してください。またスタジアム建設やイオンタウン構想を進め魅力ある秋田にして観光客や人口増加に繋げてほしい。
P.N.やざわジジさん・60代・男性

魔

3歳の歌謡中の娘。朝のドタバタ出勤前もお構い無し。
「着じゃないの!スプーンなの!!」「ご飯おしまい!グミちよーだーい!」しまいはデザートのリゴまでイヤヤ(いつも美味しそうに食べてるやろー)!周りを翻弄する小悪魔ですが、果たして天使の4歳児になれるのかご期待、大注目です。
寝顔はホントに天使なんだけどな〜。この写真はトイレにまでくっついてくる3歳児です。
P.N.あずさん・30代・女性

気

友人から良いよと言われた「ヒツジのいらぬ枕」が気に入ります。以前から枕難民で枕をこころ変えています。未だにこれだという枕に出会えていません。このヒツジのいらぬ枕は新触感で包み込まれるような感触で首肩への負担が少ないそうです。ショッピングサイトを見ては永遠に悩んでいます。今年はいい枕に出会えますように!
P.N.やまだみささん・30代・女性

サ

サッカーワールドカップです。今まで一番強いと言われている日本代表なので、過去最高を超えるベスト8以上を期待しています。寝不足覚悟でTVの前で応援したいです。
P.N.海ちゃんママさん・50代・女性

千支(午・馬)にまつわるエピソード

午年生まれで、馬が大好きだった今は亡き母は、65年前小さな町の助産婦さんでした。夜中の出産に立ち会う時は馬そりの「シャンシャン」という鈴の音が近づき、母を乗せて去っていく光景を10歳の私は眠い目をこすりながら見送っていました。貴重な思い出です。
P.N.ユキアカリさん・70代・女性

丙(ひのえうま)に女の子を産まない言い伝えがあります。迷信かもしれませんが唯一の知り合いが本当に気が強く今まで出会った中でピカイチです。良い方に気が強ければいいのですが…ちょっと困った人です。偶然かもしれませんが丙午といえはあまり良いイメージを持ってません。
P.N.ちいさん・50代・女性

春に待ちに待った赤ちゃんが産まれます。旦那さんの千支も馬。同じ千支の赤ちゃんに会えるのが今から楽しみです(^.^)馬のように力強くかっこよく、駆け抜けていける強い子になってほしいと思います。まずは元気に産まれてきてくれますように…!
P.N.はるのこママさん・30代・女性

競

馬をはじめ30年になりますが、まだ大きな当たりはありません。今年自分の千支である午年!そして退職の年でもあります。是非とも、今年はラッキーな年になりますように。また秋田に競馬場がほしいですね。お金もおちて、潤いますよ。
P.N.ひろくん・50代・男性

馬

といえば…人生で初めて出会った、ウマツラの人…地元の一つ上、そう、午年生まれの勝美センパイ!還暦、おめでとうございませう!今まで、何人かのウマツラの人と出会いましたが、初めて出会ったあなたが、No.1です。あっ、名前でバレルかな?地元は大騒ぎ〜。
P.N.ジライヤさん・50代・男性

4人目の女の子ベビーを出産予定です。60年に一度巡ってくる丙午。お兄ちゃんお姉ちゃんに負けたくない、明るくエネルギッシュで芯が強い女の子になりますように!
P.N.はなまるさん・30代・女性

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

3月8日(水)~3月14日(金)
3月11日(水)射手座の下弦の月&木星順行へ

1月 生まれ *健康運:★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 心を豊かに保とう!余裕を持って周りを包み込んで! 包容力で魅せる 常盤色 ときどき	2月 生まれ *健康運:★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ リズムとペースを乱さず上手に楽しむのが賢い大人! 黄金の稲穂を揺らす 金色 きんいろ	3月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 緊張感もスパイスに♡完璧を求めずリラックスが吉! ケセラセラ精神 朱鷺色 ときどき	4月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 考えすぎるとツボ!今までの経験を信じて開運! 完璧を目指さない 蜜柑色 みかんいろ
5月 生まれ *健康運:★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 甘い誘惑に注意!お楽しみ後は自分軸に戻る♡ 妖艶な香り楽しむ 菖蒲色 せむぎいろ	6月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 何よりも自分がどうしたいかパシッと決めると運気UP! 曇りなき眼で! 白銀 びくべん	7月 生まれ *健康運:★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 今は無理をせず一歩引いて体力温存するのが賢明! 戦士も休息を 草色 ぐさいろ	8月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 今ある幸せに気づく!貴方の笑顔で助かる人がいる♡ 求心力高める 赤 べに
9月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 成長するための脱皮!苦手な事にあえてチャレンジ! 頑張る姿がステキ 紅梅色 べにばいり	10月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 周りへのフォローが好感!運気が喜ばれる♡ 優しいエネルギー 若草色 若草いろ	11月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ ネットの噂より頑張りている自分の感覚を信じ抜こう! 荒波に負けない 鉄鉚 てつぱん	12月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 出来事の視点を変えシリアスな話に昇華しよう! ポジティブシンキング 菜の花色 なのはないろ

2026の抱負

若 若い頃は当たり前と思っていたことが75歳になった現在、しみじみ、平和な毎日だったなあと戦後生まれは昭和時代を懐かしく思います。これからの若い人達が、絶対に戦争に巻き込まれない世の中が続きまようようにと切に願っています。
P.N.チングルマさん・70代・女性

昨 年の春、主人に大腸がんが見つかり手術!その後肝臓がんの手術をして、1月にまた手術なので完治することを願っています。
井黒さん・70代・女性

感 情の老化が防げれば、肉体的な老化も防げるのでは…心が老けてしまわないようにするのが2026年の目標です。年をとると楽しいことをした方が、結局は心にも身体にとっても有益!先ずは「終わり良ければ全てよし」2025年のラストスパートで運気を上げてから新しい年に繋がります。
P.N.あつきさん・50代・男性

こ のいつまで続くのか分からない物価高の昨今。家計のためにやりくりを頑張ってきましたが、そんな中、お金の世界って色々あるんだなと気づき、来年はファイナンシャルプランナーの資格に挑戦する事にしました。無謀な挑戦と思わず頑張ってみようと思います。
P.N.それもいいねさん・50代・女性

今 年の抱負☆多広い心で生活したい!一緒におおぼを見て息子。何も分からないから何も悪くないのに、自分の思い通りにならないとイラッとしてしま…反省するの繰り返してしまっ日々(^.^);笑顔いっぱい、ムスツとしない年にしたいです(^.^)♪
P.N.Kさん・30代・女性

自 分の時間をもう少し増やすことです。いつも子どものことが中心になりがちなので、一人でコーヒーをゆっくり味わったり、友だちとランチに行ったりして自分へのご褒美の時間を持つようにしたいです。
P.N.のんたん・40代・女性

昨 年6月に第2子となる長男が生まれ、現在育休中です。3歳と0歳の育児は毎日てんやわんや…今年の夏には職場復帰する予定なので、まずは健康第一で仕事と育児を両立できるようにしたいです。ワーママ頑張るぞ!
P.N.ゆるままさん・30代・女性

今 年は1回でいいのでライブに行きたい!ライブ参戦なんて未知の世界に一歩踏み入れる感覚ですが、自身の身で体感してみたいとこの年齢になってから思いました。今までの自分では想像がつかない行動力必須です!!
P.N.チョコさん・40代・女性

今年で50歳。今まで守りに入ってやらなかったことや、興味がなかったものでも、なんでも挑戦しようという気持ちで生活していこうと思います。せっかくまだ元気なので、旅行やコンサート、1人焼肉、たくさんチャレンジの年にしたいです。 P.N.ひまじさん・50代・女性

今年度の抱負は感染症に負けない体づくりです。3歳と7ヶ月になる2人の子供が居ますが、インフルエンザが保育園内で流行り始めた際に貰わなきゃいいなあと思つてました。発表会、フリー参観と無事行事に参加することができ、貰わずに済んだかなと思つた矢先にインフルエンザ発症。家庭内感染に気を付けていたが下の子にうつってしまい…感染対策の重要性を改めて痛感しました。今回のことを踏まえて来年は感染症にならないよう食事の見直しや生活習慣の見直しを家族一丸で行い、健康で過ごせる1年になればなと思つてます。 P.N.さゆさん・30代・女性

27歳になり、まだ若いと思つていましたが体に色々ガタが出てきました。今年は、健康に気を遣いながら、仕事はそれなりに、遊びは全力で頑張りたいと思つています(^.^)笑 2026年もいい年になりますように☆..*.* P.N.ごっちゃん・20代・女性

そろそろ終活を考えようと思つています。まだ実感はわかないのですが、年齢とともに健康に自信もなくなってきたので、子供達に迷惑がからないよう身の回りを片付けようと思つています。 P.N.タンポポさん・60代・女性

英語の練習を毎日頑張りたいです。海外旅行に行き、コミュニケーションできるのが夢です。 P.N.なおちゃん・60代・女性

「無病」です。昨年は健康の有り難みを思い知る年となりました。無病でなければ出来ないことがたくさんあります。やはり健康が1番です。 P.N.ちいさん・50代・女性

今年のはじめくらいから腰痛に悩まされています。介護士なので職業病なのかもしれませんが。来年はしっかり治療して県内外いろんな所に行つて楽しみたいです。 P.N.はまちゃん・40代・女性

自分がリラックスできる時間を少しでも作ることに今年長男が生まれ、家事育児仕事に追われて気づけば心身ともにぐったり…たまにはストレッチでもするかしらと思つ立ち、お風呂あがりにやってみるとお世話で丸まりがちな身体が伸びて気持ちいい!! 忙しいからこそ、少しでも時間を見つけて自分を癒すことって大事ななと気づいたので、来年も継続したいです。 P.N.たたさん・20代・女性

ご投稿ありがとうございます! 来週もお楽しみに!



この位の重さ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8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:R7-8A 154】



おたからや

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



「市指定水道工事店」です! 出張費・お見積無料!

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。ご購入のお客様は初回割引キャンペーン中! 最低料金4,400円のところ「あおぼを見た」で2,200円に!
また、「ハウスクリーニング事業」もはじめました! エアコンやレンジフード、浴室などはプロにお任せ! 詳しくはホームページをご覧ください!

一般家庭の水まわり修理専門店 水道ワークス

☎018-838-6381

☎090-4319-3599 (代表:加賀谷)
本社(株式会社Works)/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



最新ビルトインガスコンロ で時短で楽しくお料理!

今回はパロマのビルトインガスコンロ「リブラ(60cm)」のご提案です。リブラはグリルが水無しの両面焼きなのでお手入れが格段に楽! 左右強火力、温度調整機能、タイマー機能搭載などお料理が断然楽しく便利に! ガラストップの天板で調理後の掃除も簡単! 【暮らし応援価格】88,000円(税込)。ご連絡お待ちしております!!
※設置状況により追加部材が発生する場合がございますので事前の現場調査が必要になります。

ガス器具・石油機器・住宅設備機器・リフォーム イワタニ東北(株)

☎018-847-4170

秋田営業所:秋田市寺内寺午後城322-2
☎ 9:00~17:00
休 土曜日・日曜日・祝日



イワタニ東北 秋田



3/15 春の大感謝抽選会! IN サテライト秋田

春の大感謝抽選会を開催! 抽選会当日の対象グレードレースの未確定車券を購入(詳細は場内にてご確認ください)すれば、誰でもご参加できます。特賞は何と!! 大人気ゲーム機(5万円相当)や、今! 品薄の「ボンポンドロップシール(正規品)」など... 豪華景品を取り揃えた空くじなしの抽選会は13:00開始予定。ご入場の年齢制限はありません。車券購入は法令により20才からと定められております。初めての方でもスタッフが丁寧に書き方を教えています。



競輪場外車券売場(MQ茨島跡) サテライト秋田

☎018-867-7151

秋田市茨島2丁目7-24(茨島交差点すぐ)
☎ 10:00~21:00
休 不定休※店舗カレンダーによる
P 大型立体駐車場完備(無料)
食堂あり
HP https://st-akita.com/



あおぼ不動産情報

売地 秋田市泉中央3丁目 学校 泉小学校 479m
泉中学校 474m

145.72㎡
(約44.08坪)

1,250万円

建築条件付土地

- 所在地/秋田市泉中央3丁目63番1
- 私道面積/無●土地権利/所有権●地目/宅地
- 用途/宅地用地●都市計画/市街化区域
- 用途地域/二種中高層●地勢/平坦
- 建・容率/60%・200%●引渡可能時期/即日
- 接道/[一]東幅6m公道 接面9.2m 舗装有
- 現状/更地
- 交通/奥羽本線泉外旭川駅徒歩6分
- 設備特記/都市ガス、電気、上水道、下水道、側溝
- 取引態様/売主

至土崎 マツダ 泉中学校 酒のクレーブ
マクドナルド とも桑堂
新国道 泉小学校
至山王

【建築条件】この土地は、土地売買契約後3か月以内に当社と建物の建築請負契約を締結することを条件に販売します。この期間内に建築請負契約を締結されなかった場合は、土地売買契約は白紙となり、受領した手付金等の土地代金はすべてお返しいたします。

高田住宅工業株式会社
現地案内所/高田住宅工業株式会社 秋田支店 〒010-0963 秋田市八橋大沼町15-10
TEL.018-896-7773 akita@takajuu.co.jp

建設業許可/秋田県知事(特-3)第4423号 [本社]〒016-0897 能代市昭南町7-1
宅建免許/秋田県知事(11)第1047号 TEL.0185-54-6518

中古住宅内覧会 3/7(土)~8(日) 予約制
マンション 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

四ツ小屋中野 36-10

ビブレ御野店 徒歩5分
国道13号線アクセス良好

3LDK

2,080万円

【2026年2月完成】
リフォーム箇所
IHクッキングヒーター、
洗面化粧台、
リビング床、
クロス、
クッションフロア張替
他

●土地面積/128.11㎡(38.75坪) ●建物面積/91.52㎡(27.68坪)
●築年月/2018年4月 ●交通/奥羽本線「四ツ小屋駅」まで徒歩22分 ●取引態様/仲介

中通6丁目 16-2

パークハイツ中通 第2
秋田市民市場 徒歩2分

3LDK

1,580万円

●専有面積/80.93㎡(24.48坪) ●バルコニー面積/7.22㎡(2.18坪) ●築年月/1989年7月 ●構造・階数/SRC14階建6階部分 ●管理費/12,080円/月(委託(通勤)) ●修繕積立金/18,630円/月 ●交通/JR奥羽本線「秋田駅」まで徒歩7分 ●取引態様/仲介

川尻若葉町 4-2-2

ミサワホーム施工住宅
21.5帖の広々としたLDK

3LDK

2,840万円

【2026年5月完成予定】
リフォーム予定箇所
キッチン・洗面化粧台・
トイレ交換、
クッションフロア交換、
壁紙全面交換、
ハウスクリーニング

●土地面積/231.22㎡(69.94坪) ●建物面積/105.28㎡(31.84坪) ●築年月/2005年12月 ●交通/秋田中央交通「上下水道局前バス停」まで徒歩5分 ●取引態様/売主

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

宅建業免許:国土交通大臣(9)第3827号 (公社)秋田県宅地建物取引業協会会員 東北地区不動産公正取引協議会加盟

取引条件の有効期限 2026年3月31日
不動産サポート 秋田

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。

新築分譲内覧会 3/7(土)~8(日) 仁井田新田 二丁目2-45
10:00~16:00

3月中ご成約で
網戸一式プレゼント!

MAP

土地+建物+外構 (税込)
3LDK 2,280万円

土地 177.09㎡(53.56坪)
建物 91.63㎡(27.71坪)

○築年月/令和8年1月完成
○学区/仁井田小学校・御野中学校
○交通/バス停「仁井田小学校入口」徒歩7分(510m)

エコキュート 2Fトイレ付
浴室床暖房 乾燥機付 駐車4台可能

アース企画 ☎018-832-2103
不動産売買・仲介・管理 秋田市牛島西二丁目3-16
(売主) (公社)全日本不動産協会会員 宅建業免許/秋田県知事(6)第1806号

マチカド★コレクション [PR]

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

マチカド★コレクション [R]P

掲載のお問い合わせは ☎018-865-6355



春を先取るお料理の数々 無限堂の2つの宴会コース

無限堂秋田駅前店では2月20日～3月31日までの期間限定で春の宴会コースを提供。自家製味噌漬けローストビーフや比内地鶏の親鳥煮込みが入った板前仕込みの「肉3種盛り」をメインとした「春らんまんコース：料理6品4000円」と、キンキンと筍の煮つけや本マグロの握り寿司も盛り込んだ「春まんきつコース：料理7品5500円」の2つをご用意！ 歓送迎会やご会食に是非、ご利用ください。100分2,200円の飲み放題もございます♪ ※2名様から前日21時まで要予約

伝承の味処
無限堂 秋田駅前店

☎018-825-0800
秋田市中通2丁目4-12
営業11:00～14:00
夜17:00～21:30
休 不定休



本場のカレーをお手頃に！ フォンテ店でも提供中♪

今月のおすすめは、魚介のうま味たっぷりのシーフードカレーとマンゴーチーズソンのセットです。サラダとドリンクが付いてお得！ お肉好きな方には、タンドリーチキンセットはいかがでしょう？ ドネルケバブ&カフェDERAフォンテ店でも注文可！ 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
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



春日和(はるびより)コース 料理全6品 4,000円(税込)

無限堂大町本店では春の味覚を堪能できるご宴会プラン「春日和(はるびより)コース」を期間限定で提供。山菜、桜海老など春を感じる食材に加え真鯛や河豚などの高級食材を使用した創作和食で皆様をおもてないたします。また飲み放題プランが予約特典で通常2,200円→2,000円(100分・税込)に！！ 仕事仲間のお集まりやお祝いの席などは是非、無限堂大町本店で楽しんでください。 ※4月25日まで、前日まで要予約・2名様から。

伝承の味処
無限堂 大町本店

☎018-863-0008
秋田県秋田市大町1-3-2
営業11:00～14:00(L.O.13:45)
夜17:00～21:30(L.O.21:00)
休 12/31夜・1/1
P 専用駐車場(11台)あり。



3月は日替りランチ& テイクアウトお弁当がお得

3月は日替りランチとテイクアウトお弁当がお得！ ラunchは本日のオススメカレー、プレーンナンorライス、サラダ、ドリンク付で980円を880円でご提供！ カレーの辛さは7段階から選択。プレーンナンorライスおかわり可。お弁当はキーマカレー、プレーンナンorライス、タンドリーチキン、漬物で1,200円を1,100円でご提供！ +300円でナンの変更可。あおば1部につき1グループ有効、3月末迄。 土崎店土日祝限定バイキングも大好評！

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
営業(昼)11:00～15:00(L.O.14:30)
(夜)17:00～22:30(L.O.22:00)
休 第2・第4水曜日(祝日の場合営業、翌日店休)
P 土崎店 https://ospa.jp/panash_tsuchizaki
御野場店 https://ospa.jp/panash_onobashimmachi



あけおめ!! 開店19周年

【営業時間】10:00～17:00

ランチ 11:30～14:00 ※L.O.14:00

果物予約受付 果物・野菜等販売 10:00～16:30 ※取引引 17:00まで営業

パフェ 11:30～16:00 ※L.O.15:30

日・祝を除き 毎日営業

ご予算に応じてもお任せ♪ 随時予約受付中!!

いろいろな旬の果物詰合せ致します

旬のくだもの詰め合わせ

おまかせパック

旬の果物をちよつとずつ発送できます!!

送料 コミコミ 地方発送可

5,000円 (税込)

1,500円 (税込) ~

お土産・お礼・内祝 快気祝・誕生日など

公用ギフト 箱盛り

3,000円 ~ 2,500円 ~

愛媛県宇和島より産地直送入荷!! 味自慢の! 安全安心!! ワックス!!

春先まで楽しめる♪ 毎年人気!!

愛媛県宇和島より産地直送

旬の柑橘系みかん

4~5個 ミックス

安全安心 ノー農薬 ノーワックス

おたのしみ袋 1,080円 (税込)

1袋(約1.5kg)

高知産 (ふんたん) 生産者限定品

中井さんの文旦

1袋 約2kg 3~4玉 1,350円 (税込)

1袋 約1kg 1~2玉 5,980円 (税込)

1袋 約3Lサイズ 6,980円 (税込)

今週のおすすめ品 外皮を手でむけます! 甘くて人気♪

ぼんかん

1袋 1.2kg **特価! 1,080円 (税込)**

あまー!! はるかちゃん

フルーツ

れもん

当店のお食事は米油100%使用しています。安心安全、お一人様でもお気軽にご利用ください。

麺単品メニュー 11:30～14:00

えび、イカ、豚、豚肉入り とろ〜りアツアツ

海鮮入り あんかけらーめん

780円 (税込)

麺メニュー +100円で大盛り

土鍋でコトコト 干しエビ入りのかきあげ

鍋焼きうどん

720円 (税込) +30円で玉子入り

昔ながらの屋台の味 コーン入り

中華そば

650円 (税込)

とろろ&かきあげ入り 鶏がらスープ使用

うまいもん そばorうどん

680円 (税込)

NEW かき揚げ とろろ入り 温ったかり そろめん 始まりました。

730円 (税込)

あれこれ 得々ランチ

えび天丼もそばも、ハーフサイズです!!

880円 (税込)

まんぞく セット

ミニなべやきうどんとミニちらし 他

うどんは半玉です

880円 (税込)

日替り 笑顔ランチ 650円 (税込)

月～金 11:30～14:00 ※土日はお休みです

【提供時間】11:30～15:30 ラストオーダー

生の果物たっぷり! うまいもん フレッシュパフェ 650円 (税込)

旬のうまいもん倶楽部 ☎018-865-6355

あおば館内 1階 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

http://www.akita-umaimon.net/

駆除したシカの角や骨で アクセサリー

野生鳥獣による農作物への被害が全国的に深刻化する一方、駆除に取り組む猟師の高齢化も課題となっている。盛岡市で有害鳥獣駆除に取り組み、シカの角や骨を加工したアクセサリーを販売している猟師兼骨細作家の女性、深山けものさん(42)の活動を取材した。

盛岡で生まれ育ち、幼い頃から山菜採りや釣りなどに親しんでいた。県外の大学を卒業し、神奈川県で暮らしていた時に、同郷の友人から岩手の猟友会の高齢化やシカの被害の現状を知り、猟に興味を持った。その後、集団で追い込み捕獲する「巻き狩り」を体験する機会もあった。猟師として活躍する同年代の女性の存在にも励まされ、2020年に第一種銃猟とわな猟の免許を取得した。

23年に、夫と2人の子ともと共に盛岡市にUターン移住。現在は盛岡猟友会に所属し、11月から翌年2月にかけてシカやイノシシを狙う。毎朝2時間かけて仕掛けたわなやカムフラージュのための枝や葉の具合を見回



り、調整する。「読み通りにシカが捕れるとすごくうれしい」と話す。
捕ったシカを解体して余った角や骨を「何かに使えないか」と、電動工具で笛やペンダントを作った。友人に好評だったため、ピアスや指輪、ブローチなど種類を増やした。これまでに千個以上を販売しており、「山の豊かさを感じてもらえたら」と制作に励む。



●「らしさ」の社会構造

「子供の本でジェンダーレッスン」

● 藤木 直美 編著

美しく従順なお姫様ではなく、自分の意思で行動するプリンセスの先駆け「アリーテ姫の冒険」、人魚の装いで性差を越境する「ジュリアンはマーメイド」、戦わない牛の男の子を描く、米国の古典的児童文学「はなのすきなうし」。物語としての楽しさや深みを備えた子ども向けの本を、ジェンダーの観点で厳選し、専門知識に基づいて読み解いた。



「男らしさ」「女らしさ」の規範の背後には、それで得をしている社会構造があると編著者は指摘。「構造に問題があると気付いたら、変えようとする力を身に付けてほしい」と呼び掛ける。

●かもがわ出版・1980円

● 木村 拓哉

「前例はない」はいい言葉

警察学校の鬼教官が主人公のドラマシリーズ「教場」。完結編の後編に当たる映画「教場 Requiem」のイベントが東京都内で行われ、舞台あいさつに立った主演の木村拓哉は「今まで培ってきたものを皆さんにちょっとでも触れていただいた上で、最終的にゴール地点で待ち合わせできたら」と語った。

シリーズ開始は6年前。新春スペシャルドラマとして放送され、「温かいお茶の間に何でこんな異質なものを届けるんだろうな」という出会いだった」と振り返った。

完結編の前編は、米動画配信サービス大手Netflixで配信。配信と組み合わせた新作公開は、木村が中江功監督と相談して実現したという。「(関係者から上がった)『前例がありません』はいい言葉だになって。なおさらやりましょって感覚になれた」



Entertainment

地区担当員募集!

- ★仁井田 ★牛島 ★飯島 ★土崎
- ★中通・南通 ★雄和・河辺

Y子さん
今まで社員として働いていた経験がなくて...
初め不安でドキドキしたけれど、先輩方が丁寧に教えてくれて自信ができました! 同年代の仲間がいるのもわたしにとっては良い環境かも。

M子さん
忙しい時もあるけれど、仕事量にあわせてある程度時間を調節できるので助かっています!
私もこってり理想の働き方!

経験不問 主婦の方、大歓迎!

★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(委細面談)
★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
★ハラスメント相談窓口あります

お気軽に、お電話にてお問い合わせください ●受付 月~金・9時~18時 ●担当 大員

株青いポスト21 ☎0120-333-327
〒010-0925 秋田市旭南3丁目2-67

この春、正社員大募集します

お気軽にお問い合わせください

<h3>総務課業務</h3> <p>配布スタッフ管理、倉庫管理など ※配布作業、力作業あり</p> <ul style="list-style-type: none"> 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 月給180,000円~ <p>資格のある方はフォークリフト使用できます</p>	<h3>経理事務・一般事務</h3> <p>配布指示書作成、スタッフ管理 経理関連業務など</p> <ul style="list-style-type: none"> 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 Excel、Word、PowerPointが使える方(他に専用ソフト使用) 月給164,900円~ ※3月31日より変わります <p>経理経験のある方優遇!</p>	<h3>営業</h3> <p>広告を通じた販売方法を提案</p> <ul style="list-style-type: none"> 資格/高卒以上、45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 月給210,000円~280,000円 ※営業成績による手当がプラスされます <p>担当のお客様がいる状態でのスタートです</p>	<h3>正社員共通</h3> <p>休日 土・日・祝(月1~2回土曜出社有) 年末年始休暇、夏期休暇あり</p> <p>時間 8:30~18:00休憩90分(実働8時間)</p> <p>試用期間 3ヶ月</p> <p>待遇 社会保険等完備、退職金制度あり 賞与年2回(1年以上勤務) 入社6ヶ月以降有給休暇あり 車通勤可(Pあり) 交通費支給(会社規定による) ※詳しくは面接時にご説明します</p> <p>●受動喫煙対策実施(屋内禁煙) ●ハラスメント相談窓口があります</p>
--	--	--	--

ご応募・お問合せ お気軽にお電話ください。 **TEL.0120-333-327** 株式会社 青いポスト21 秋田市旭南3丁目2-67 ●受付/月~金・9時~18時 ●担当/大員 ●事務の応募は本間・三浦まで

男性も参加できる！
謝礼金10,000円

【謝礼金10,000円】(20~65歳)
 ○謝礼金が上がりました！
 ○男性も参加できる
 ○パッチテスト:3/9(月)~3/13(金)

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！

◆商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

60歳以上大活躍
ラーメン店スタッフ増員

職種/ホールスタッフ(パート・アルバイト)
 ※食券でご注文いただくラーメン店です。
 内容/お料理の提供・片付け他
 サイドメニューの簡単な調理
 資格/年齢不問、土日祝、お盆休み働ける方。
 Wワーク可能、フルパート希望者も歓迎。
 給与/時給1,050円※試用期間3ヶ月有(同条件)
 時間/9:30~14:30の間で3時間程度
 休日/シフト制
 待遇/制服貸与食事付、車通勤可(無料P有)
 応募/電話連絡の上、履歴書持参下さい。
 皆様のお力をお貸しください！

ラーメン亭 美香味
 秋田市山王1-6-2
018-866-3318

スタッフ募集
★年齢不問です★

仕事内容/コインランドリー受付・店舗清掃・
 売上集計・他
 勤務地/秋田市外旭川字大谷地39-30
 トリトン外旭川店
 時間/9:00~12:00まで
 時給/平日1,050円 土日祝日1,100円
 (トレーニング期間中は960円)
 勤務日数/10~20日/月(希望日数は相談の上)
 応募/電話連絡の上、履歴書をご持参ください

株式会社やすとく
 能代市ニツ井町字三千刈89-11
0185-73-2624 担当:安井

パート募集

内容/ホール全般
 時間/17:30~22:00
 時給/1,050円※3ヶ月
 の試用期間あり
 時給変更なし
 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、時間等
 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!! あおほ

求人情報

【警備スタッフ募集】

- 仕事/交通誘導・イベント警備
 警備業一般に付帯する業務
- 資格/18歳以上(男女不問)
- 給与/社員:月給190,000円~250,000円
 アルバイト:日給8,500円~10,000円
 ※週払い可
- 勤務/自己申告自由シフト制(相談可)
- 休日/週休2日制
- 待遇/社会保険完備、
 昇給・賞与、有給休暇
 資格手当、通勤手当、
 スキルアップ資格取得支援
 制服貸与、他
- 応募/お気軽にお電話ください

株式会社 NO.8(ナンバーエイト)
 秋田市茨島2丁目11-50-2 **TEL.018-893-4507**

真面目なキミ! 60~70代のシニアもOK!

髪型・髪色自由 **週1の勤務もOK!**

未経験でもダイジョブ! **しっかり研修女性も歓迎**

株式会社 NO.8(ナンバーエイト)
 秋田市茨島2丁目11-50-2 **TEL.018-893-4507**

ホテル清掃スタッフ
【パート・アルバイト】

内容◆清掃業務
 (主にベッドメイク)
 資格◆年齢不問・未経験者可
 ※土日のみの勤務も可
 時間◆10:00~15:00
 時給◆1,031円~
 待遇◆マイカー通勤可
 通勤手当補助
 無料駐車場完備
 各種雇用保険加入可
 まずはお気軽にお電話かメールで
 ▼ご連絡ください▼

ホテル秋田御所野 秋田市御所野場台1-3-1
 担当:遠山・川田 **TEL.018-853-8660**
 [mail]info.g@akita-goshono.com

スタッフ募集

HOTEL AKITA 御所野

秋田市御所野場台1-3-1
 担当:遠山・川田
TEL.018-853-8660
 [mail]info.g@akita-goshono.com

【ショートステイゆず】調理スタッフ

- 所在地/秋田市外旭川八柳3-6-41
- 雇用形態/パートまたは正社員
- 時間/①:5時半~9時半
 ②:14時半~18時半のいずれか
 ※週3~4日勤務
 正:5時半~18時半
 ※シフト制 ※委縮面談
- 給与/①:時給1,031円
 正:月給185,400円~
- 休日/シフト制
- 【①ショートステイゆず・②ショートステイ笑(えみ)】介護士
 ・所在地/ゆず:上記に同じ
 笑:秋田市広面字鬼頭105

【お問い合わせ・ご応募先】 ショートステイ ゆず・笑 運営会社(株)プリング
 秋田市外旭川八柳3-6-41 **TEL.018-874-8007** 担当/天野

- 資格/初任者研修修了者尚良、未経験者可
- 時間/①正:日勤6時半~19時の間でシフト制 夜勤17時~9時
 ②パ:6時半~19時の間で5~8H
 ③正:日勤7時~18時の間でシフト制 夜勤17時~9時
 ④パ:9時~16時の間で5H程度
- 給与/正:月給185,400~200,400円
 パ:時給1,031円
- 休日/シフト制、パートは応相談可
- 【待遇(共通)】社保完備(パートは勤務形態による)、賞与年2回、昇給有、車通勤可(P有)、交通費規定支給、正社員は精勤手当、退職金制度有(勤続3年以上)など

配送スタッフ募集 (嘱託社員)

30~50代の方活躍中!

月給 月給200,000円~
 勤務時間 9:00~18:00
 休日 週休2日制(土日休み)、年始休業あり
 勤務地 下記の各センターより選択OKです

配送スタッフ募集中の各センター

- 中央センター 秋田市飯島字大谷地1-20
- 男鹿センター 男鹿市船川港比呂字オノ神90
- 由利センター 由利本荘市大浦字家後122-4
- 北センター 大館市釈迦内字山神社後30-12
- 能代センター 能代市臥竜山14-1
- 湯沢センター 湯沢市成沢字葉山1-3

食品や日用品など、組合員様のお宅へ
 注文された商品をお届けするお仕事です。
 普通免許があればOK! 男性・女性ともに活躍中!

生活協同組合 コープあきた 総務部
Tel.0120-502-515
 採用担当/相場(アイバ)まで

短期アルバイト

仕事内容 /追加募集5名/
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

ご応募・お問合せ (株)青いポスト21 TEL.0120-333-327
 お気軽にお電話ください。 秋田市旭南3丁目2-67
 ●受付/月~金・9時~18時
 ●担当/大員 ●事務の応募は本間・三浦まで

体力に自信のある方 大歓迎!!

あおほ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 毎週水~金曜日 ほか
 ※毎週水~金曜日の「あおほ」以外にも兼働日があります

- 飯島 ●土崎港 ●将軍野 ●外旭川 ●寺内
- 八橋 ●泉 ●旭川 ●新藤田 ●添川 ●手形
- 広面 ●柳田 ●下北手 ●東通 ●楢山 ●横森
- 桜 ●高陽 ●山王 ●川尻 ●旭北 ●大町
- 保戸野 ●千秋 ●中通 ●南通 ●旭南 ●茨島
- 卸町 ●牛島 ●仁井田 ●新屋 ●豊岩
- 御所野

★月に2回のみ配布していただくエリアも募集中!

- 金足片田 下新城青崎 他
- 下新城中野一部 琵琶沼
- 上新城中 道川 他 ●柳田 ●太平八田
- 太平山谷 黒沢 ●河辺畑谷 豊成 他
- 河辺北野田高屋一部 松湖

仕事内容
 あおほ、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。

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。

①お電話
 配布スタッフについて説明が聞きたくて電話しました。
 ○○地域希望です。
 お気軽に
 お電話ください。
 仕事の内容を
 詳しくお話しします。

②説明会(週1回開催)
 「やってみたい!」と思ったら説明会に参加しましょう。
 資料を見ながら説明が聞いてわかりやすい。
 何でもその場で質問できてよかった。

③仕事スタート
 スタッフの皆さんをしっかりサポートします!わからないことがある時は質問しましょう。
 マニュアルがあるから安心♪わからないことは問い合わせで解決!

(株)青いポスト21
 秋田市旭南3丁目2-67
0120-333-327
 ※携帯電話からもご利用になれます。
 電話受付 月~金・9時~18時 ●担当:相原

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!

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 **3/28(土)** 会場 **秋田血管外科クリニック**
時間/10:00~ 秋田駅西口・ぼほろーど直結
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用する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。)

診察予約・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

T010-0001 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。

伏在静脈より枝分かれた部分が拡張したものです。

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 抜糸不要 保険適用



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診察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、血栓が出て来ているか?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断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、日曜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。

*脚、膝の腫れと静脈瘤の症状やご要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587号 2026年 No.3

エコフィール 石油給湯器

水回りのキレイはつくれます

CHOFU 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 メーカー標準価格 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 メーカー標準価格 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 メーカー標準価格 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 メーカー標準価格 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 メーカー標準価格 税込355,700円!

17万円 (税込187,000円)

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

省燃費で静音コンパクト 小型壁掛瞬間 小湯張りオートは便利で清潔

水道直圧 4万kcal/h

CHOFU 給湯専用

3年保証 壁掛けFF式

3.3万kcal/h

3年保証

4万kcal/h

3年保証

26万円 (税込286,000円)

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

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