



勝平剣道スポーツ少年団

相手を敬い、自分を律し、感情をコントロールする

剣道で培う技と心



勇 智

勝平剣道スポーツ少年団

勝平剣道スポーツ少年団は、勝平小学校体育館を稽古場として活動する剣道道場。昨年11月に開催された第28回秋田県小学生学年別剣道大会にて、全6部門中4部門で優勝者を輩出した県内有数の名門道場として知られる。勝平小学校だけでなく他の小学校に通う生徒も多く在籍しており、日々の稽古に汗を流す。(2、3面に続く)



aoi post 21

無料 Free 2026年3月19日 vol.1537 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 (あおぽ 検索)

CONTENTS
可能性は無限大 夢に輝けあきたっ子
「勝平剣道スポーツ少年団 - 剣道で培う技と心 -」
Fun! Fun! Weekend イベントPICKUP!
マチカド☆コレクション
不動産情報

東北最大級の品ぞろえ。 地域最安値 ひろこうじレンズセンター (秋田キャッスルホテル2F)

キャンペーンのプレゼントは店頭でご購入された方が対象となります。

<p>SEED 春のキャンペーン 下記対象アイテムを6種以上ご購入の方に... JCBギフトカード 1,000円分 その場でプレゼント!</p>	<p>Menicon 1DAYメニコン プレミアオ デビューキャンペーン 1DAYメニコン プレミアオ 30枚入を2箱以上ご購入して応募すると、もれなく QUO Pay 1,000円分 プレゼント!</p>	<p>Alcon 生感覚レンズ・生ジェルレンズ 対象商品を指定数ご購入でもれなく 見らべるPay 全員、必ずもらえる! 最大500円分 プレゼント</p>	<p>BAUSCH+LOMB アクアロックシリーズ プレゼントキャンペーン 指定商品2箱以上ご購入して、プレゼントで応募! みるるコース 抽選で2,000名様 平野紫耀さんQUOカード"500円分"</p>	<p>AIRE オリジナルキャンペーン レンズプロワンデーモイストUV ご新規 2箱以上ご購入で イオン商品券500円分 その場でプレゼント!</p>	<p>ひろこうじレンズセンター クレジット・電子マネー決済専用ショッピングサイト 初めてご購入の方で、今なら「ネットポイント」 1,000ポイント プレゼント!!</p>
--	---	---	---	---	--

フリーダイヤル 0120-585-609 ひろこうじレンズセンター

おかたづけの便利屋さん 県内全域 不用品出張買取プラン

秋田市エイジフレンドリーパートナー登録事業者です。 [登録番号: 第179号]

有限会社 センサミトレーディング
ご予約の欄はお日にちに余裕をもってお早めにご連絡ください
TEL. 0120-001-977
【古物商許可】秋田県公安委員会 第231130002176号
【大田市出店許可】〒019-1701 大田市神宮寺本町下14-2
【本社】〒010-0831 秋田市旭南3丁目11-16
Tel./018-836-9817
営業時間/8:00~20:00
【URL】https://fuyuhinkaitori.jp
センサミトレーディング 不用品買取 | 検索 | QRコード

ステップ.1 通常買取 価値あるものをより高く! 仏具の買取もいたします!
買取品目の一例
・貴金属・骨董品
・古美術品・楽器
・コレクターズアイテム 他

ステップ.2 不用品買取 他社では買収らないものも **しかも即日現金 お支払い!**
10kg毎に300円~買取!
買取品目の一例
・家具類・調理器具
・使った食器類・おもちゃ
・古着・ぬいぐるみ 他

ステップ.3 片付けサポート どうしても買い取れないものの廃棄をお手伝い!
※一般廃棄物収集運搬業者の紹介手配(有料)
解体業者に頼む前に! ご相談ください!

安心・安全! 便利な出張買取です!

可能性無限大
夢に輝け

あきたっ子

「剣道は心を鍛える武道 — 。

勝ち負けよりも礼儀作法、相手を敬う心を。」



羽生 剛 代表

寒さに負けずに
素振りも全力で!



勝平剣道スポーツ少年団に所属している選手は小学1年生から6年生までの総勢24名。勝平小学校の生徒だけでなく、他の小学校の生徒も多く在籍している。週3回、夕方5時から始まる稽古は、冬場は裸足で踏み入れる体育館の床の冷たさ、夏場は屋内の過酷な暑さに耐えながらおこなわれる。まだ寒さの残る2月下旬に取材に伺ったが、体育館の外まで響き渡る選手達の大きな掛け声と氣勢に圧倒され、取材陣も多少の暑さを感じるほどだった。

昨年、設立50周年を迎えた勝平剣道スポーツ少年団。秋田県内での優秀な成績のみならず、昨年7月に日本武道館でおこなわれた全国道場少年剣道大会では団体戦で3位となり、全国的にも名門道場として名を馳せている。今回はそんな勝平剣道スポーツ少年団を取材し、日頃の稽古や剣道の魅力についてお話を伺った。



体力の限界まで
自分を追い込む!



先生の指導にも
熱が入ります!



面を付けて
いざ練習開始!



石井 夏湖さん
(川尻小5年生)

- ①兄がやっていたから
- ②一本取れたとき
- ③デザイナー



奥野 純ノ介くん
(勝平小5年生)

- ①剣道をやっていた兄に憧れたから
- ②試合で勝ち上がっていくところ
- ③漁師



成田 天真くん
(飯島南小6年生)

- ①楽しそうだから
- ②一本を取って家に帰れたこと
- ③人の役に立つ仕事



山山 陽くん
(旭南小6年生)

- ①体験会でかつこいと思った
- ②一本を取れた時がとても楽しい
- ③今のところないです



児玉 工くん
(勝平小6年生)

- ①父と母がやっていてやってみようと思った
- ②みんなと全力で頑張れるところ
- ③考え中



古室 あおいさん
(牛島小6年生)

- ①家族の影響
- ②チームで試合を勝ち上がること
- ③美容師



澤井 美結さん
(川尻小5年生)

- ①かつこいと思ったから
- ②勝ったときに嬉しいから
- ③警察官



佐藤 大彰くん
(勝平小5年生)

- ①やっているところを見て始めた
- ②みんなが応援してくれる
- ③個人で、勝ちたいです



秋元 菜弥くん
(雄和小6年生)

- ①お兄ちゃんが始めたから
- ②試合で勝つこと
- ③考え中



原田 琉維くん
(勝平小6年生)

- ①友達のお父さんに誘われた
- ②みんなで剣道をやれるところ
- ③料理人



鈴木 優斗くん
(川尻小6年生)

- ①侍が好きだから
- ②試合で強い相手に勝てること
- ③YouTuber



鷹谷 健くん
(川尻小6年生)

- ①お父さんがやっていたから
- ②試合に勝ったら嬉しいところ
- ③世界選手権に出ること

勝平剣道スポーツ少年団 みんなへの質問

- ①剣道を始めたきっかけ
- ②剣道のやりがい・楽しいところ
- ③将来の夢

この春、正社員大募集します。

経理事務・一般事務
配布指示書作成、スタッフ管理
経理関連業務など
◆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
経理経験のある方優遇!

総務課業務
配布スタッフ管理、倉庫管理など
※配布作業、力作業あり
◆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~
資格のある方はフォークリフト
使用できます

営業
広告を通じた販売方法を提案
◆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
担当のお客様がいる状態での
スタートです

- 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)
- 試用期間/3ヶ月
- 待遇/社会保険等完備、退職金制度あり、賞与年2回(一年以上勤務)
- 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
- 受動喫煙対策実施(屋内禁煙) ●ハラスメント相談窓口あり



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/大貫 ●事務の応募は本間・三浦まで



相手の心の動きを見切って技を出す!



一瞬一瞬の攻防! 隙をついて面!



先生との稽古にも全集中で挑む



約20年に渡り同道場の指導にあたる羽生代表は選手たちの指導について、まず何よりも「礼儀作法」と「基本」に重点を置いていくという。その上で、相手の心の動きを常に意識し、それに合わせて臨機応変に対処できるように技の指導を心掛けていくそう。いつも同じメニューではなく選手たちが楽しめるような稽古内容を考えているそうで、選手たちが仲間と励まし合いながら積極的に稽古に取り組めるよう工夫がなされている。

一方で、「剣道は心を鍛える武道であり、勝つための競技ではありません」と羽生代表は言う。

「剣道は人を打ったり人から打られたりする競技。子どもたちにはそこから学び、人の気持ちや痛みがわかる人間に成長してほしい」と話してくれた。礼儀をもって相手を敬い、自分を律し、感情をコントロールする。剣道で養われる全てが「心」に繋がっている。

昨年11月の全県大会・6年女子の部で見事優勝を果たした古室あおいさんは、勝平道場について「ライバルでもある仲間たちと、互いに励まし合って稽古に臨める環境が良いところ」と話してくれた。

今回の取材では、初対面の取材陣の我々にも率先して元気な挨拶をしてくれた選手たちの笑顔が特に印象的だった。加えて、稽古中の選手たちの正座や立ち姿、一つ一つの所作の美しさを目にして、勝敗を争う競技としての魅力だけでなく、情操教育としての剣道の素晴らしさ、そして羽生代表の指導の成果を強く感じた。



村上 太心くん
(勝平小2年生)
①友達にさそわれたから
②色々な技を覚えられるところ
③警察官



鈴木 斗理くん
(川尻小2年生)
①兄がやっていたから
②試合で勝るとき
③YouTuber



富山 結くん
(旭南小3年生)
①お父さんに勧められた
②面や胴が打って楽しい
③漁師



進藤 ひかりさん
(勝平小4年生)
①お姉ちゃんがやっていたから
②勝るところ
③専業主婦



田中 葵心さん
(勝平小4年生)
①姉がやっていたから
②勝ったとき嬉しい
③看護師



長田 明稜くん
(雄和小5年生)
①さそわれて
②勝るところ
③個人で優勝



富山 真さん
(旭南小1年生)
①警察官になりたいから
②試合で技が決まったとき
③警察官



原田 唯央くん
(勝平小2年生)
①お兄ちゃんとお姉ちゃんがやっていたから
②試合でたくさん勝てるから
③考え中



進藤 結衣さん
(勝平小2年生)
①お姉ちゃんがやっていたから
②勝つこと
③剣道日本一



成田 楓さん
(飯島南小3年生)
①剣道をやっていた母にさそわれて先生たちに褒められると嬉しくてやる気が出てくる
②心も体も体力も強い女優になりたい!



中野 優真くん
(飯島小4年生)
①お父さんがやっていたから
②勝るところ
③個人優勝



渡辺 実潤くん
(川尻小4年生)
①カッコイイと思ったから
②合宿。みんなが出来ないことを教えてくれる
③考え中

取材協力
勝平剣道スポーツ少年団

短期アルバイト 追加募集中

仕事内容 配布作業、ほか軽作業

◆期間/令和8年6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1,035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

地区担当員募集 経験不問 主婦の方、大歓迎!

★仁井田 ★牛島 ★飯島
★土崎 ★中通・南通

★この地域以外にお住まいの方も応募可能です
★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 平均 8万円前後
(参考)※1
★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
●担当地区への配達
●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:自家用車で配達のため
★ハラスメント相談窓口あります



1971年創業！ 受け継がれる塗装技術

1971年創業の、秋田市を中心に住宅塗装実績10,000件以上を誇る塗装。次に塗り替えの際にもお客様から声をかけてもらえるように、傷みや汚れの目立たないよう、見えにくい場所まで念入りに施工することを心掛けています。*HPから施工の様子を見られます。また、物価高騰の波にも負けず価格の安さにも自信を持っていますので、住宅塗装をお考えの方はお気軽にご相談してみてください。
*弊社では前払いなどは一切行っていません。

本格住宅塗装 豊塗装

☎090-8782-6548
担当 大塚(AM8:00~PM8:00)
秋田市新屋南浜町9-32-1
018-863-2404
☎AM10:00~PM5:00
休年中無休
HP <https://yutakapaint.com/>



高く売りたい気持ちは皆様 同じ！お値段頑張ります！

押し入れに入れっぱなしでボロボロ、ベタベタのヴィトン・シャネルなどのブランド品はありますか？
取手が壊れている、生地が破れている、お持ち込みください。ブランド品以外も貴金属や、急須、古銭、切手など多彩な買取品目が自慢です。店舗に来れない方には無料出張買取も実施しますか？
新生活に向けて、お片付けはじめてみませんか？
*詳細はスタッフまでお問合せください。
(管理番号:R8-3M 052)

おたからや御野場店

☎018-811-2116
秋田市御野場新町二丁目8-15
☎10:00~19:00
休 土曜日
秋田南酒指第1170号
古物商秋田公安委員会 許可
第231130002443号



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！ラストの天板で調理後の掃除も簡単！【暮らし応援価格】188,000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:秋田市寺内寺後城322-2
☎9:00~17:00
休 土曜日・日曜日・祝日



クマ対策、大丈夫？ 空家解体、栗・柿の木伐採！

新築建設では一般住宅の解体はもちろん、住宅の車庫スペースや2階だけを解体する部分解体、ブロック塀の取り壊し・生木の伐採などの外構廻りも得意としております。また鉄骨造やRC造の建物もお任せください。まもなく熊が冬眠から目覚める季節！今のうちに古倉庫の解体や庭木の伐採をしませんか？
相続や建替等で解体工事を検討中の方もお気軽にご相談ください。見積無料!!

株式会社 新栄建設

☎018-874-9250
秋田市外旭川中谷地1-1
☎8:00~17:00
休 日曜・祝日
P あり
HP <https://shinei-k-k.jp>
☎ sinneikennsetu.12.21@cpost.plala.or.jp



あおぽ不動産情報

賃貸物件情報		販売有効期限:2026年4月16日	
アパート 外旭川八幡3丁目 コーポフレアデスII 24.00㎡(7.26坪) 1DK ●水電2階建1階部分 ●2020年7月築 ●2階築有(無料) ●防音壁 ●管理費等 ●八幡バス停 徒歩11分(850m) ●入居日/即時	アパート 泉中央1丁目 キャッスルシーMA 32.00㎡(9.68坪) 1DK ●水電2階建2階部分 ●1995年5月築 ●中古(3,000円/月) ●保潔費 ●付家具2,000円/月 ●マツダ車/バス停 徒歩6分(450m) ●入居日/即時	アパート 泉中央5丁目 アカデミックアベニュー 37.67㎡(11.39坪) 2DK ●水電2階建2階部分 ●2020年4月築 ●防音壁 ●管理費等 ●JR 泉外旭川 徒歩9分(700m) ●入居日/即時	アパート 泉南3丁目 コーポビース 42.14㎡(12.74坪) 2DK ●水電2階建2階部分 ●1995年3月築 ●P有(無料) ●付家具2,000円/月 ●取内車/バス停 徒歩3分(210m) ●入居日/即時
マンション 千秋矢留町 トーカンマンション千秋 27.92㎡(8.44坪) 1R ●SRC11階建2階部分 ●1991年11月築 ●P近隣有(12,000円/月) ●防音壁 ●管理費等 ●すのこバス停 徒歩4分(300m) ●入居日/4月中旬	マンション 千秋矢留町 トーカンマンション千秋 54.53㎡(16.49坪) 3SDK ●SRC11階建2階部分 ●1991年11月築 ●P近隣有(12,000円/月) ●防音壁 ●管理費等 ●すのこバス停 徒歩4分(300m) ●入居日/即時	賃貸物件は、保証会社及び家財保険要加入となります。仲介手数料は、1.1ヶ月分です。	

ユアアイ 秋田市山王2丁目1-57
秋田県知事免許(9)第1282号 TEL.018-866-4333
ユアアイ トータルプランニング(株) ユアアイ トータルプランニング

2026 家づくりスタートフェア ~3/31 10:00-18:00

新築住宅 楢山南中町 3LDK

値下げ価格 **3,150万円** (税込)
●土地面積/174.52㎡(52.79坪)
●建物面積/89.72㎡(27.14坪)
●築年月/2025年4月
●学区/楢山小・秋田南中
●交通/バス停「年島橋」徒歩1分
●引渡/即時 ●取引態様/売主

平屋モデルハウス 将軍野青山町 2LDK

2,700万円 (税込)
●土地面積/187.75㎡(56.79坪)
●建物面積/62.38㎡(18.86坪)
●築年月/2024年10月
●学区/飯島南小・飯島南
●交通/バス停「西田」徒歩5分
●引渡/即時 ●取引態様/売主

新築住宅 八橋大沼町 A棟 3LDK

3,280万円 (税込)
●土地面積/137.77㎡(41.67坪)
●建物面積/86.42㎡(26.14坪)
●築年月/2025年5月 ●学区/八橋小・泉中 ●交通/バス停「八橋田五郎」徒歩5分 ●用途地域/第二種中高層住居専用地域 ●接道/西側秋田市道 幅員6m ●設備/公営上下水道、都市ガス ●取引態様/売主

新築住宅 八橋大沼町 B棟 3LDK

3,400万円 (税込)
●土地面積/137.77㎡(41.67坪)
●建物面積/92.73㎡(28.05坪)
●築年月/2025年5月 ●学区/八橋小・泉中 ●交通/バス停「八橋田五郎」徒歩5分 ●用途地域/第二種中高層住居専用地域 ●接道/西側秋田市道 幅員6m ●設備/公営上下水道、都市ガス ●取引態様/売主

新築分譲住宅 内覧ご希望・お問い合わせは ☎018-832-2103

仁井田新田二丁目2-45

3LDK 2,280万円 (税込)
●土地面積 177.09㎡ (53.56坪) ●建物面積 91.63㎡ (27.71坪)
●築年月/令和8年1月完成
●学区/仁井田小学校・御野場中学校
●交通/バス停「仁井田小学校入口」徒歩7分(510m)

土崎港中央七丁目7-12

4LDK 2,630万円 (税込)
●土地面積 212.68㎡ (64.33坪) ●建物面積 86.11㎡ (26.04坪)
●築年月/令和8年3月完成予定
●学区/港北小学校・土崎中学校
●交通/バス停「土崎港駅前」徒歩1分(41m)
●建築確認番号/R0710-1-0441

不動産売買 有限会社 アース企画 秋田市牛島二丁目3-16
アース企画 トップ 検索

秋田市・近郊 求む! 売却物件

家や不動産に関する「お悩み」や「お困り事」は、**どんな不動産でも一度ご相談ください!** 査定相談無料!

ハシモトホーム 秋田支店
株式会社ハシモトホーム 秋田市旭北錦町3-33 Tel.018-874-7511 Fax.018-874-7581
【本社】八戸 【支店】秋田・大館・大仙・八戸・青森・弘前・盛岡

☎0120-20-4601

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

掲載のお問い合わせは ☎018-865-6383



テイクアウト専門店Lino メニューも増えて人気上昇中

城南中学校そばのテイクアウト専門店Linoではハンバーガーやお弁当の種類を増やして人気上昇中。数量限定の日替わり弁当は売り切れ必至で、手作りタルタルソースも好評です！気になる方は下記2次元コードからInstagramをチェックしてください。また、秋田県プレミアムチケット(電子・紙)にも対応しているのでお得に楽しめます♪
3月はいちごメインのデザートフェアを開催中！週末限定発売のメニューもありますよ！

テイクアウト専門店 Lino(リノ)

☎070-2494-8787
秋田市榎山城南新町19-6
営業時間：水～金/11:00～14:00
15:00～18:00
土日祝/11:00～18:30
休月・火曜(臨時休業あり)
テイクアウト専門店Lino



素材不明の貴金属は ゴチャッと「広面店」へ

お陰様で8周年目突入りとなりました『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】

おたからや広面店

☎018-853-9415
秋田市東通3-1-10
営業時間：AM10:00～PM7:00 休水曜
古物商許可番号/
秋田県公安委員会第23118000234号
(一社)遺品整理士認定協会 認定 第S25468号
おたからや 広面店



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

蓄電池付ソーラーパネル・カーポート付!
中古住宅 飯島字飯島水尻 駅徒歩4台分以上
飯島小学校・飯島中学区
4LDK 1,580万円 (ともに徒歩10分圏内!)

- 土地面積/205.41㎡(62.13坪)
- 建物面積/107.10㎡(32.39坪)
- 築年月/2011年1月新築
- 交通/JR上飯島駅(徒歩16分)
- 取引形態/仲介

TEL.018-868-5006

ロッキータウン御所野
展示場販売相談会
新築・リフォームのご相談承ります。
3/21(土)・22(日) 10:00～17:00

呼吸する空間、杉と暮らす

- 外壁+充填ダブル断熱工法
- トリプルガラス樹脂サッシ
- 外皮平均熱貫流率(UA)0.34W/mk
- 大容量15kW太陽光発電
- 秋田県産材(杉)を豊富に使用
- ハイブリッド蓄電池システム
- 低炭素建築物認定済み(令和3年8月11日)
- 太陽光発電実績...17.5万円/年(R7年実績)
- 外構、植栽付

販売価格 3,680万円(税込) 627万円
所在地/秋田市御所野南二丁目6-330
■延べ床面積/113.44㎡(34.31坪)
■築年月日/令和4年1月31日
■交通/秋田駅まで車で15分(6km)
■取引形態/売主

TEL.018-882-2059

南通築地 建築条件はありません
235.00㎡ (71.09坪) 値下げしました
旧価格 1,450万円 (公表日:令和7年7月4日)
坪単価 18万円
新価格 1,280万円 (公表日:令和8年3月17日)

- 秋田駅/徒歩13分(1,000m)
- エリアなかいち/徒歩11分(850m)
- 秋田市民市場/徒歩7分(550m)
- 中通小学校/徒歩7分(550m)
- 中通総合病院/徒歩2分(120m)

TEL.018-893-4173

中古住宅内覧会 3/20(金)・21(土)・22(日) 10:00～16:00
ご予約制 ミッフィーミニハニープレゼント!! ※来場予約特典です

新屋朝日町 1-72
ナイス朝日山 徒歩6分
カーポート2台付
3LDK 3,290万円

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

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

TEL.018-824-1111

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。

イベントPICKUP!

3月21日(土) ▶ 3月29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。

3/21(土) 海老澤 侑 講演会 「高齢者による交通犯罪の現状と課題」



- ノースアジア大学 総合政策学部棟 3F 332教場
- 13:00~14:30(12:30開場) ● 入場無料
- 問合せ/018-836-4531
- またはscenter@nau.ac.jp

戦後の自動車社会の発展とともに社会問題として生み出されたのが交通事故の多発化。日本の交通犯罪の状況を紹介します。どういった制度が設けられているのかを高齢者による交通事故を例に説明。交通事故について考えるきっかけにしましょう。

3/22(日) 春のヴィンテージマーケット



- 秋田市文化創造館 1F コミュニティスペース
- 11:00~16:00
- 問合せ/080-6787-2922

「古いものは新しい」をテーマとしたヴィンテージマーケット。古道具を中心に、人気の古着やレトロ雑貨、ヴィンテージ小物のほか、お菓子やお花も出店。どうぞ、楽しい1日を過ごしにお出かけください!

3/22(日) Shining Rhythm! Part20

- 教室に通う子どもたちによる歌とダンスのステージです。曲目は「硝子の少年」「UFO」ほか。出演/タキミュージカルアカデミー
- フォンテAKITA 6F あきた文化交流発信センター
- 14:00~15:00

3/27(金) 「からだ想いの春時間」 酵素飲料体験付ワークショップ

- 秋田良品市庭 ごえん(秋田市保戸野通町5-35)
- ①10:00~11:30 ②13:00~14:30 定員各10名
- 要予約 ● 参加費/500円
- 予約・問合せ/018-853-9372(月・祝日定休)

3/22(日) ヴァイオリン、フルート、歌、ピアノで奏でる トリオドルチェ コンサート



- アトリオン 4F 音楽ホール
- 開場/13:15 開演/14:00
- 一般/1,500円 学生/1,000円
- 問合せ/090-6782-7027

クラシックの枠を超え、独自の完成でジャンルを融合し、観客と一体になる唯一無二のステージを創りあげているトリオドルチェがお送りするトーク付きの楽しいコンサート。演奏曲は「魅惑のワルツ」、「上を向いて歩こう」、ドルチェオリジナル作品など。

3/21(土) 第133回 秋田弁の昔っこ

- 秋田弁で語り継がれるあたたかな民話の世界をお楽しみください。演目は「セツブーン」ほか。出演/あきた民話の会
- フォンテAKITA 6F あきた文化交流発信センター
- 13:30~15:00

3/21(土)~3/23(月) 第34回 墨峰書展

- 書道を楽しむ事を目的に集った仲間発表会です。
- アトリオン 2F 美術展示ホール
- 10:00~17:00 ※初日12:00~ ※最終日15:00まで
- 問合せ/018-877-6789

3/27(金)~3/29(日) アキタネイチャーズクラブ 作品展

- 秋田県内の自然や風景を写真等により紹介します。
- アトリオン 2F 美術展示ホール
- 9:00~17:00 初日11:00~
- 問合せ/090-3363-3452

3/27(金)~3/30(月) 第12回 絵画サークル「楽描」展

- 「楽しく描く」をモットーに活動。巧拙混然! はんまりとした展示会。
- アトリオン 3F 展示室
- 10:00~17:00 ※初日11:00~ ※最終日16:00まで
- 問合せ/018-835-6291

子どもと作る簡単献立

RECIPe 簡単ホットアップルパイ

①リンゴを皮ごと1.5センチ角に切る。②耐熱ボウルにリンゴ、砂糖小さじ1を入れてざっと混ぜ、ふんわりとラップをして600Wの電子レンジで4分加熱する。③ラップを取り、レーズンを加え混ぜ、あら熱を取る。④薄力粉、水各小さじ1を小さい器に混ぜておく。⑤春巻きの皮に③の半量を汁気を切って載せて包み、端に④を塗って閉じる。同様にもう1個作る。⑥アルミホイルと⑤の表面にサラダ油小さじ2を塗り、トースターで5分ほど、途中で裏返しながらかんがり焼き色が付くまで焼く。

トースターで手軽にでき、焼きたてが食べられる

料理研究家 ● 増田陽子さん

- 【主な材料】(2人分)
- ・リンゴ.....2分の1個
 - ・レーズン.....10g
 - ・薄力粉
 - ・春巻きの皮...2枚



秋田県から お知らせ

そのスペースが 誰かの「行きたい」を増やします!

- 制度を利用したい方へ 「障害者専用駐車区画制度」は、障害のある方、介護が必要な方、妊娠されている方などが、公共施設やスーパーなどの入り口に近い駐車スペースを利用できる制度です。必要な書類や要件、申請方法などの詳細は「美の国あきたネット」をご覧ください。
- 施設管理者の皆様へ 移動が大変な方が施設を利用しやすくなる制度です。ぜひ、当該駐車区画の設置のご協力をお願いいたします。設置を希望される施設管理者の方は、「美の国あきたネット」より届出書をダウンロードのうえ、障害福祉課へご提出ください。

お問い合わせ ● 障害福祉課 ☎018-860-1331

詳しくはこちら

地域ライター らっしーが行く! 秋田のdeepspot



男鹿市にあるホットドッグカフェ「HAVE A GO」で 神対応接客に感動しつつ食べたホットドッグは最高級でした!

今回は秋田県男鹿市にあるホットドッグカフェ「HAVE A GO」さんをご紹介します。男鹿駅と道の駅前オガレの間にあるお店で、営業時間は11時から17時までですが、ラストオーダーは16時となっていますのでご注意ください。実は私、先日16時を少し過ぎた頃に訪問してしまい「出直そう」と思ったらお店の方に「まだパンも余ってますし、大丈夫ですよ」と神対応をしてもらった事に感動。その後も親切丁寧な接客で素晴らしいなと思いました♪ 「ハバアゴドッグ」「ポテト(S)」「ホットコーヒー」+箱代50円を注文して丁度1,000円とお得感を感じ車内で広げてみたら...予想

以上の大きさのホットドッグに驚きました! 肉厚の食べ応えも抜群でキャベツの食感、ソースもあいまって最高のホットドッグでした。皆さんも男鹿に来た際は、良かったらぜひホットドッグカフェ「HAVE A GO」さんへ行ってみてくださいね。

HOT DOG CAFE HAVE A GO
秋田県男鹿市船川港船川字新浜町1-20
TEL.080-5733-1703
【営業時間】11:00~17:00(L.O.16:00)
【定休日】火曜日・水曜日
【駐車場】あります(敷地内合同駐車場に約80台ほど)

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などで確認またはお問い合わせください。

BOOK INFORMATION

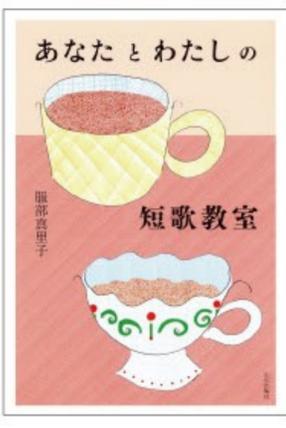
あなたとわたしの短歌教室 ● 服部真里子著

各地で開催された趣味・教養スクールの大人気の短歌講座の内容をまとめた。次の五つの課題をこなすことで、より良い短歌が作れるようになる。

[1]いつもの言葉遣いで、五七五七七の三十一音びつたりと詠む [2]光景だけを書いた短歌を作る [3]実景とつづやきを組み合わせる [4]オノマトペ(擬音語や擬態語など)を一つ入れる [5]各句の最初の文字をつなげると言葉が表れる折句を取り入れる。

「助詞を抜かない」「具体的なもの、個人的なもの、情報量の多い単語は人の目を引きつける」などアドバイスが実践的で、短歌好きの人にぴったりだ。

● 山川出版社・1760円



Entertainment

片岡仁左衛門 プラチナ婚の時にも

長年にわたる歌舞伎界への貢献が認められ、読売演劇大賞の芸術栄誉賞に輝いた片岡仁左衛門。東京都内で開かれた贈賞式で「一生懸命フォローしてくれる温かい家庭あってのもの」と、家族への感謝の言葉を述べた。

5歳で初舞台。唯一無二の魅力を備えた名立役(男役)として人気を集める。昨年は東京・歌舞伎座で上演された歌舞伎三大名作の全てに芯の役で出演し、後進に技をつないだ。

折しも贈賞式は60回目の結婚記念日と重なり、「家内に良い報告ができた」。グランプリに当たる読売演劇大賞を受けた2016年も金婚式のタイミングだった。「二度あることは三度ある。(10年後の)プラチナ婚の時にも頂けるように頑張りたい」と満面の笑みで語った。

片岡 仁左衛門 (かたおか にげもん)
● 1944年3月14日生まれ
● 大阪市出身



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



～家族の時間をこの1枚に～
Family Photo

仲良し家族～メグロファミリー～

- ①お子さんのおなまえ
*はやくくん(5才)
*みことちゃん(1才)
- ②家族で大切にしているもの
*子どもたち
- ③この一年で一番の家族のニュース
*新車に乗りかえたこと



写真提供:岩田写真館「スマイリー 山王店」
Tel.018-896-1322 秋田市山王新町1-19



7COLORS* 誕生月占い★来週の運勢

期間 3月22日(日)～3月28日(土)
*この週の特徴*3月22日(日)海王星が合
3月25日(水)土星が合

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

1月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★ 基礎固めを意図!急がば回れの計画で着実な一歩を! ほっと一息 抹茶色 (まっちゃい)	2月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★ フレッシュな気持ち♡自分から歩み寄る柔軟さで開運! 心を優しく包む 桜色 (さくらい)	3月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 焦らず目の前にあるものを大事に! 追い風が吹く! ポジティブ思考 蒲公英色 (たんぽぽい)	4月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 古い殻を破ろう!思いがけない素敵なチャンスあり☆ 視界をパッと明るく 白 (しろ)
5月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 自己犠牲は終了!自分のケアを最優先にしてOK! 緊張をほぐす 卵色 (たまごい)	6月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 断捨離!身軽な状態で次のステージへ飛び込んで! 神秘的な直感 瑠璃色 (るりい)	7月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 努力が豊かさへ変わる!大切な人に感謝を伝えて♪ 喜びを分かち合う 青磁色 (あざむい)	8月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 迷いを捨てフンドシを締めろ! 気持ち強く前進が吉! エネルギーに 朱色 (しゆい)
9月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 獲得勘定をSTOP!見返りを求めない優しさで開運♡ こだわりを洗い流す 水色 (みづい)	10月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 小さいラッキーが舞い込む!大きな決断は慎重に☆ バランスを整える 電藍色 (でんじうい)	11月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 良い未来を創ろう!アツい意見交換で視野が広がる 力を合わせて 蜜柑色 (みかんい)	12月 生まれ *健康運:★★★ *恋愛運:★★★ *金運:★★★ 悪習慣を断ち切れそう!シャキッと背筋を伸ばして! 今がタイミング 溜羽色 (るいひい)

みんなの掲示板



2026の抱負

今年は、さまざまな情報が、SNS、メディアで連日見られる事は可能ですが、それを全て鵜呑みにするのはなく、自分で冷静になって判断してから受け入れられる自分になりたいです! ますます疑念! そして信じる!

P.N.ナオナオさん・50代・女性

昨年、12月に子どもが産まれました。41歳で第1子です。いろいろ大変なこともあると思いますが、楽しみながら育児をしていきたいです。

P.N.ボスさん・40代・女性

昨年仕事の部署移動があり新しい仕事を覚えるのに必死でした。2026年はさらにステップアップするために頑張りたいと思います。そしてたまには温泉に入って癒されたいなと思います。

P.N.クスシキさん・50代・女性

今年の抱負は絶対に痩せることです。ダイエットは最強の整形だと夫に言われました。顔を歪めても、いい服を着ても太っては意味がありません。いつもぼっちゃんいじりしてくる夫を見返してやるー!と思っています。歳をとっても、健康で夫と仲良く過ごすために、ダイエットは欠かせないと思います。今年は食べ過ぎた1年だったので、腹8分目を心がけ、大好きな甘い物はほどほどにします。1年後スマートな私に会えますように。

P.N.くろごまきなこさん・30代・女性



昨年見つけたお気に入りのコケです。

P.N.セロリさん・60代・女性



西目のハーブワールドに行ってきた。いろんな花が咲いてとても綺麗でした。今年も行きたいと思います。

P.N.キョントンさん・50代・女性



干支(年・馬)にまつわるエピソード

おさななじみのK・Fちゃんは私と同じ学年でしたが、彼女は干支が午で、私は次の年の2月生まれの未でした。小さい頃の思い出は、同じ学年でも半年以上も早く産まれていてと知っていることも多く彼女は何をやっても優秀でした。そのうえ運動神経もバツグンで、午年のせいかわるの速かった。私はいつも彼女を頼って、姉のように思っていました。

P.N.チェリーブラッサムさん・70代・女性

44年前、北海道への新婚旅行の際、洞爺湖にて主人から馬が小さく彫られているペンダントを買ってもらいました。よく見ないと何が彫られているのか分からなくらいの大きさです。3年前に病氣療養ももう終了といった時期に先生が「おや?君のペンダントは変わってるねえ?」と声をかけて下さり、「馬が彫ってあるんですよ」と答えた「馬か、君は人生、これから馬九行久(うまよく)よ」と温かいダジャレを。先生のお言葉通り馬九歩めています。病氣の経過は良好、ペンダントを見るたび首にかけるたび、あのお言葉を思い出します。お守りの言葉です。

北島さん・60代・女性

私は来年酉暦の丙午(ひのえうま)、女です。もはや迷信ですが、昔は丙午女は縁起が悪いのでその年は子供を産むな、ということで私の世代は人数も少なく、しかも幼少の頃から周囲の大人達に丙午女は嫁に行かない、と散々言われ偏付いてきましたが、普通にちゃんと結婚もでき維持もできています。なので安心してお子様産み育てていただきたいです。

P.N.かわさん・50代・女性

私の娘、美香は来年の干支・午年生まれです。三回目の36歳になります。なかなか縁が無く、残念ながらもまだ独身です。親の私はちょっと心配ですが、今の世の中、回りには独身が沢山いて仕方ないなと少し諦めモードです。家族3人仲は良く毎年必ず旅行には出かけています。そんな時は今が一番幸せかなと思ってしまう。欲を言うならば、来年良い出会いがあれば良いなとは思っています。

P.N.美香のママさん・70代・女性

真冬の裏山から杉の丸太が馬そりに積まれ、スピードを上げて通り過ぎた幼少の頃、真っ白な雪の上に残された馬の排泄物。強烈な色のコントラストと馬の力強さを感じた50年以上も前の冬。ちなみに夫は午年で、顔も馬にそっくりで馬力のある人です。

P.N.リリーさん・60代・女性

午(2002)年生まれの息子が、今春社会人になります。健康に気を付けて、持ち前の明るさで頑張ってください。我が息子、いつでも味方! 困った時には頼ってね☆

P.N.Amoさん・40代・女性

小さい頃、乗馬体験に連れて行ってもらったが、肥満気味の子供だったこともあり馬に跨るまでに一苦労。数人の大人に尻を押し上げてもらったりしてなんとか乗れたけど、馬が歩き始めたら今度はなんだか股が痛いー一刻も早く降りたかったです。

P.N.どめさん・30代・女性

モスバーガー 店舗スタッフ募集

【モスバーガー秋田広面店】
時間/①9:00~14:00 ②16:00~21:00
給与/時給1,040円

【モスバーガーイオンモール秋田店】
時間/10:00~21:30
給与/時給1,100円

【共通事項】
休日/シフト制 勤務日数/週2日、2~3H~OK
待遇/交通費、制服貸与、食事補助(50%割引)

【応募先】
●秋田広面店:018-884-7776
●イオンモール秋田店:018-853-6557

モスバーガー各店
ご応募は上記各店へお電話ください

介護職員募集 (①正社員 ②パート)

業務内容▶ 日常生活介護
勤務/休日▶ シフト制(夜勤あり)
給与▶ ①月給187,500円~
②時給1,031円~

待遇▶ 補助手当5,000円
夜勤手当1回5,000円
通勤手当、資格手当、処遇改善手当年2回
早番・遅番手当、有給制度あります。
駐車場有。

応募▶ 短時間勤務や夜勤のみなど、あなたのすき間時間にお応えできます。まずは、お電話ください。

グループホーム音符
秋田市土崎港北1-13-43
018-893-3212 担当:ヒキノ

技術系スタッフ急募

職種/研究のサポート業務 (研究をスムーズにするサポート業務)
雇用形態/パート労働者
勤務地/秋田大学医学部精神科学講座医局
勤務時間/8:30~15:15で6時間勤務 (休憩 45分)
休日/休職/土・日・祝日・年末年始、年次有給休暇、夏季休暇等
時給/1,110円
待遇/各種社会保険(勤務形態による)、車通勤可(通勤距離 2km以上)

秋田大学医学部精神科学講座
〒010-8543 秋田市本道1-1-1
018-884-6010 担当:人事担当

新鮮!! あまほ

求人情報

正社員・派遣社員・パートなど募集中の企業が参加予定!! 企業担当者がご相談、ご質問にお答えします。

みんなのお仕事相談会
(ワークイン3/17号掲載企業10社参加予定)

3社以上訪問で500円分 QUOカードプレゼント!

3/25(水) にぎわい交流館 AU(あう)で開催!

ホテルフロントスタッフ(契約社員) 内容▶ フロント受付・接客業務 格◆ 不問 勤務形態◆ シフト制 時間◆ ①12:00~21:00 ②15:00~24:00 ③16:00~翌1:00 ④1:00~10:00 休日◆ 週休2日 給与◆ 210,000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

スタッフ募集

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

【ホール係・厨房係】募集 内容/【ホール係】オーダー・配膳など 【厨房係】簡単な料理の盛り付けなど 時給/1,040円~ 1日3時間~ 週1日からでもOK 待遇/車通勤可、髪色自由 まかない付 時間/17時~22時または23時 ※ご相談ください 応募/お気軽にお電話ください

スタッフ大募集

20代~60代の幅広い年代の方が活躍しています

ワークイン (株)中広ワークイン秋田営業所 秋田市中通4-5-6 秋銀・明治安ビル8F TEL.0800-5000-152 (フリーコール)

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

膳菜や 秋田市大町6丁目3-15 018-896-7272 担当/柳原

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
[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~)

あきた市の樹木葬
マイガーデン浜田
MY GARDEN HAMADA

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)
TEL.018-853-0545

ABCがしっかり
チェックしています

広告取引に
確かな信頼を

紙メディアの部数
CHECK!

デジタル広告取引
CHECK!

一般社団法人
日本ABC協会
Japan Audit Bureau of Circulations

※新聞、雑誌、フリーペーパー、専門紙誌の広告取引において、ABCは第三者機関として部数監査を行い、紙メディアの信頼性を確かめるのにしています。

※デジタル広告取引においても、ABCはJICDAQ(一般社団法人デジタル広告品質保証機構)の指定監査機関として、業務プロセスを厳格にチェックし、事業者の信頼をしっかりと担保しています。

美容医療 × ジェントル脱毛

二重・くま・しわ
鼻・豊胸などの相談

ジェントルMAX PRO
国内No.1の設置実績

清潔感・肌荒れ予防
男性ひげ脱毛プラン
蓄熱指定

ひげ脱毛 鼻下+あご+あご下 **[6回] 75,680円** (税込)

ひげ全部 口周部+頬+もみあげ+あご+あご下 **[6回] 132,000円** (税込)

5回全てジェントル脱毛 **275,000円** (税込)

都度払いジェントル脱毛 **5回 66,000円** (税込)

ジェントル指定 VIOコース [3回] 45,000円 [6回] 84,000円

形成外科専門医による診療・治療
大学や公立病院で形成外科と美容医療を担当する24年目ドクターが診察します。

ワキガ
多汗症の
新しい治療

厚生省より臨床承認を取得
切らないわき汗治療
ミラドライ

国内で唯一のマイクロ波によるワキガ治療として厚生承認を取得しており、ワキ汗・わき臭の原因となる汗腺をマイクロ波で破壊して、汗腺そのものの機能をなくします。ボトックス注射とは異なり半永久的な効果が期待できます。

白川 医師
(医学博士、形成外科専門医)

アカウントはこちら!!
@drwhity

美容医療について、
医師の本音をつぶやいています!
フォローしてね!

白川裕二【美容後遺症外来@大学/形成外科専門医】
@drwhity

形成外科・美容医療専用ダイヤル
0120-025-789

医療法人清和会 形成外科
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
血管外科専用ダイヤル 0120-24-8882
電話受付 9:30~18:30 <https://varixclinic.jp/akita/>

開店19周年
おまかせパック **5,000円** (税込)

旬のくだもの詰め合わせ
いろいろな旬の果物詰合せ致します

お土産・お礼・内祝い
快気祝い・誕生日などなど

おたのしみ袋 **1,080円** (税込)

ぼんかん **1,080円** (税込)

旬のうまいもん倶楽部 **018-865-6355**

高知産 中井さんの文旦 (ぶたん)

生産者限定品 1kg 1,350円 3~4kg 5,980円 10kg 6,980円

当店の食事は米油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。

あおぼろ内 秋田市旭南3丁目2-67
1階 午前10時~午後5時(ランチ午前11時半~午後2時)
FAX 018-863-2304 <http://www.akita-umaimon.net/>

東京美容外科 秋田院 院長 波田野 智架 医師

麻生 泰 医師
東京美容外科 総括院長
医療法人社団東京美容会理事長兼
東京美容外科 秋田院 院長

**新生活応援
キャンペーン**

目元施術

先着5名様限定 埋没二重 **無料** (モニター)

目元施術ALL50%OFF
二重切開・目の下のクマ取り
オープンアイズ・裏ハムラ **50%OFF** (モニター)
※注入、フィラー系対象外

しみ	ルメッカ(しみ取り) 1回 1万円	脱毛	ワキ脱毛 3回 1万円
シワ	シワ伸ばし筋肉注射 3部位 1万円 額・眉間・目尻・目の下・鼻根・額	たるみ	糸リフト入れ放題 20万円 (モニター) ※本数はドクター判断 ※糸の種類指定不可 ※麻酔代別途
シワ	ヒアルロン酸 注入 1本 2万円 ニューラミス or スタイレージ	豊胸	初めての豊胸 55万円 ※バッグの種類選択可 ※豊胸初めの方 ※クーラーファンネル・麻酔代・検査代別途
たるみ	ウルトラセルQプラス 250 shot 1万円	薄毛	カウンセリング・検査代 無料 Rebirth 月々 8,400円~ オリジナル発毛薬 フィナステリド 初回 3,700円 ジェネリック医薬品
ほくろ	ほくろ取り 3個 1万円 アブレーション1mm以下	男性	包茎手術 9.9万円 スタンダードカット(環状切開)