

Hooked on  
strawberries



梅のつぼみがほころびはじめ  
春の訪れももうすぐそこに

後藤屋おすめ  
今用のお菓子

桜餅 ￥220(税込)  
うぐいす餅 ￥220(税込)

菓子処  
とろや  
後藤屋

お得情報はこちらから▶

大町店 ☎0197-23-2931  
駅通り店 ☎0197-25-5504  
フリーダイヤル ☎0120-33-5108  
<http://www.mugituki.com>

ビタミンたっぷり4種のベリーにヨーグルト  
オリゴ糖を加えた甘さ控えめ 体にも優しい一杯  
マルキのパンを使った  
ふわふわなフレンチトーストも一緒にどうぞ

今月の一杯

ベリー×ベリー 500円  
ふわふわフレンチトースト 550円  
※写真はミックスベリートッピング+120円

cafe SugarDrop シュガードロップ  
☎080-8222-3902  
奥州市水沢字中城50-1  
営業時間/11:00~17:00 祝日15:00まで  
定休日/日曜日・不定休  
駐車場/有  
支払方法/現金・PayPay・QR決済

↑至水沢IC  
●近代社  
●しまむら  
●水沢中  
水沢駅



# いちごに夢中

# Strawberry Love ♡



## 水沢 産直来夢くん

豊富な品ぞろえと手に取りやすい価格帯で、多くの人が訪れる大規模複合型産直施設「産直来夢くん」。限定のメニューから購入しやすいものまで、産直の強みを生かし、いちごをふんだんに使用したメニューの数々が勢揃い！さああなたはどれにする？

## ワクワクが止まらない いちごメニュー

いちごミニ  
ジェラート  
牛乳  
ジェラート  
牛乳ソフト  
いちごゼリー

### 伝説のいちごパフェ 2,780円

苺をふんだんに使用した、いちご好きにはたまらない一品。牛乳ジェラートも使用し、ミルク感がアップ！毎年楽しみに並ぶ人も多い伝説のパフェ！

いちごミニジェラート  
牛乳ミニジェラート  
牛乳ソフト  
いちごゼリー

### いちごパフェ 1,380円

甘酸っぱいいちご牛乳ソフトの相性抜群



COUPON  
ベーカリーコーナーにて  
パンひとつプレゼント  
※クーポンのみの利用は不可

### 季節のプレミアム ジェラートいちご 500円

小さな子供でも食べやすい大きさ！  
ワンコインで買えるのもうれしい。  
いちごジェラートとさっぱりとした甘みの  
ホイップに甘酸っぱいいちごをトッピング

奥州市水沢真城字杉の下51  
TEL/0197-26-4141  
営業時間/  
直売棟 9:00~18:00  
レストラン 11:00~15:00  
アイス工房 9:00~17:00  
ベーカリー 9:00~15:00  
定休日/水曜日  
支払方法/ X @  
現金・PayPay・各種電子マネー



### いちごの シフォンケーキ 350円

手作りのふわふわなシフォンの生地がいちごのつた限定シフォン。甘すぎずべろりと食べられる！店頭で並ぶ機会が少ないため、あったらラッキー！



### いちごコッペ 160円

食べやすくカットされたいちごがホイップにトッピング、定番のコッペパンにはさまれたいちごが顔を覗かせる

### いちごのマリトッツォ 200円

ぎゅっしりのホイップにフレッシュないちごをトッピング。甘酸にはたまらない！





見た目の可愛いさにもにっこり

## 水沢 大正堂菓子舗

季節ごとの限定お菓子の人気老舗菓子店。春になると始まるいちごミルク大福は、販売開始から売り切れ続出の、ファンも多い大人気商品。ふわふわ餅に包まれた新鮮ないちごまるごと1個と、自家製のいちごミルク餡。コロンとした愛らしい見た目で、一口食べれば優しい甘さが口いっぱいに広がり、思わず笑みがこぼれるはず。全部手作り数量限定なので、予約がオススメ。

待ってましたー春の限定商品

いちごミルク大福 292円



奥州市水沢羽田町駅前1丁目63  
TEL/0197-23-4295  
営業時間/10:00~18:00  
定休日/水曜日  
駐車場/有(4台)  
支払い方法/現金のみ



いちごのクレープ 600円  
(2月~4月末まで)

底までたっぷりのホイップクリームに、旬のイチゴがふんだんに盛られ、いちごの酸味とホイップの甘さが絶妙に調和する「いちごのクレープ」



ストロベリークリーム 420円  
バナナストロベリークリーム 470円  
チーズケーキストロベリークリーム 560円



一関市大町2-51  
TEL/0191-34-9902  
営業時間/平日12:00~19:00  
土曜・日曜・祝日11:00~18:00  
定休日/年中無休 駐車場/無  
支払い方法/現金・電子マネー・PayPay

X @ f



## クレープショップ MOGMOG

PRE SENT

春限定クレープ  
贅沢な一口で春の香りに包まれよう

2014年にオープンし、街の活性化にも貢献。若い人たちも気軽に立ち寄れる憩いの場となるクレープ店。独自の配合で生まれるしっとりモチモチ食感のクレープは、フルーツ系・おかず系・デザート系など、約50種類のパリエーションが揃う。特におすすめは、この春限定の「いちごのクレープ」。旬のいちごをトッピングや中身にも贅沢に使用。価格も学生にも優しく、リーズナブルな様々なトッピングを試して、オリジナルをみつけてみて。



550円以上の商品  
50円引き

北上 **やおや果フェ**



**いちごボンボン 900円**  
ホイップといちごをふんだんに

**いちごとアイス 780円**  
まるでパフェみたい!



**hotいちご紅茶 450円**

ホイップの下はアツアツの紅茶! 中にはいちごの角切りといちごソースで甘酸っぱい

フルーツ好きにはたまらないお店  
ジューススタンド・テイクアウト専門店として、フレッシュジュースやスムージー等を販売する「やおや果フェ」。毎年人気の「いちごボンボン」は冷凍いちご、ホイップに生いちごをたっぷり使った豆乳スムージー! いちごづくしの可愛さはもちろん、スムージーなのでゴクゴクさっぱりといただける。旬のフルーツをふんだんに美味しく食べてほしいと、思いのつまったメニューは飲み物から軽食まで種類豊富!

北上市飯訪町2-4-37 フルーツきやなぎ内  
TEL/080-3326-4553  
営業時間/10:00~17:00  
定休日/火曜日・日曜日・その他不定休有り  
支払い方法/現金・PayPay・各種QR決済



フルーツサンドの日や手土産用カットフルーツ(要予約)などもあり、シーンに合わせて楽しめるお店



ピンクのチョコで  
可愛くコーティング

お会計から3%OFF

江刺 **パンェ屋 くるしゅっと**

キュートな新商品  
自家製天然酵母「ルヴァン」を使用した、ふわふわモチモチのパンが人気のくるしゅっとで、春限定の新商品が登場。フランポワーズのチョコレートでコーティングされたキュート型のパンの中には、いちごの粒が入ったクリーム。口に運べば、甘酸っぱいフランポワーズの味と香りが広がり、ふわモチパンと甘いいちごクリームとの相性抜群。可愛い見た目は手土産にもぴったり!



**ふんわりいちごパン 281円**  
いちごのつぶつぶがたっぷり入ったクリーム



奥州市江刺豊田町2丁目1-5  
TEL/0197-35-4556  
営業時間/10:00~18:00 定休日/水曜日、第2・4木曜日  
駐車場/有(10台) 支払い方法/現金・PayPay





COU  
PON

お好きな商品100円引き

## KURA's CAFE.

### 韓国生まれ ハイブリットスイーツ

クロワッサンをワッフル型で焼いた進化系クロワッサン「クロワッフル」。キッチンカー内で焼き上げ提供されるクロワッフルは、外はサクツ中はモチモチで、焼き立てを一口食べればその食感と甘く香ばしいバターの香りが広がり、一瞬で虜に。クリームと季節のフルーツを贅沢に盛り付けたクロワッフルは、鮮やかな見た目と味に、ファンも多い。子どもから大人まで大人気のスイーツ。感動する美味しさで笑顔になること間違いなし！



### 生いちごクロワッフル 880円

クリームと旬のいちごを贅沢に盛り付け!  
この時期一番人気



### いちごミルク 500円

県産牛乳にいちごの自家製コンフィチュール。  
大小大きさの違う果肉がゴロゴロで、最後まで楽しめるいちごミルク



支払い方法/現金・PayPay  
出店情報はこちらから▶



## Oscarunopurin

### 今日はどのプリン？

店舗を持たないプリン専門店、おさるのぷりん。「心と記憶に残るプリンを」のコンセプトのもと、イベント出店や委託等で販売している。県産いちごなど材料にこだわり、1つ1つ丁寧に作られるプリンは、いちごに合うように改良した特別な卵プリン！苺ソースと生果肉をのせた見た目の可愛さはもちろん、とろーり甘く、なめらかな食感はリピートしたくなる美味しさ。気持ちまでワクワクするようなプリンをぜひ食べてみて！



プリンの上には  
たっぷりのいちごと  
生クリーム

### いちごプリン 480円

素敵なアイデアでその季節にしか出会えない  
限定プリンも多いので目当てはお早めに!

### いちごミルク 460円

濃厚でふんわりとろける パンナコッタ



購入できる場所

Kマート・KoBaraSan・ワラタネスクエア

ヤマザキYショップ中部病院店

※4店舗すべて不定期納品

納品スケジュールや出店情報など

取り置きや、予約はインスタグラムのDMにて▶





COUPON 商品購入でコーヒー1杯サービス

## Blue Terrace ブルーテラス

水沢



バスソルト揃みたていちご 275円  
 ハンドクリーム 550円  
 バスソルト&ハンドクリームセット 715円

Artisan  
 有機ラズベリーチョコ 486円

フリーズドライのラズベリーとカカオの酸味が魅力的なビターチョコ

フェアトレード&  
 オーガニックチョコ  
 ストロベリーフィリング  
 907円

ストロベリーが甘く香るやわらかなフィリングと黒糖チョコのハーモニー。口の中ですぐにとろける薄型チョコ



奥州市水沢佐倉河字羽黒田4 2F  
 TEL/090-8612-3904  
 営業時間/11:00~19:00  
 定休日/木曜日  
 駐車場/有

支払い方法/現金・クレカ・電子マネー



イチゴ・苺・いちご雑貨

オーナーのセンスが光る、選りすぐりの雑貨が並ぶ店内に、旬のいちご雑貨が大集合！見た目もキュートなハンドクリームは、この時期乾燥しがちな手や指先をジューシーな香りとうるおいで包みこんでくれる。バスソルトは、甘いいちごの香りと湯色で、バスタイムが楽しいものに。自分用にはもちろん、セットもあるので贈り物にもぴったり！いちご雑貨に囲まれて、旬を感じちゃおう！



PRE SENT

## カミヤ

日常に春の彩と香りを添えて

文房具や雑貨は、眺めるだけでも楽しさがあり、その不思議な魅力に引き込まれる。その両方の楽しさを叶えてくれるのは、昨年創業100年を迎えた老舗の「カミヤ」。春を感じさせるいちごがモチーフの商品たちの中で、特に目を引くのは「カメヤマ」と「サクマ」のコロポ線香。いちごみらくキャンディの香りを再現したお線香は、アロマとしてもオススメ。部屋の中にふわっと広がる甘い香りは、まるでお菓子を食べているかのよう。友人や大切な人へ春を感じるプレゼントにもいかが。

「カメヤマ」レトロギフト  
 サクマコロポ線香  
 1,650円

サクマドロップ (いちご・りんご・オレンジ・メロン) の懐かしい味を思い出すお線香、5色のカラフル芯のミニローソクもつき、お線香は灰こぼれが少ない長さ



「富本」町嬢のハンカチーフ 550円  
 「デザインフィル」ピンクリップ 726円  
 「吉川紙工」レターセット 440円  
 「包む」ミニレターセット 352円

いちご模様が目印の可愛いピンクリップやハンカチ、レターセット



一関市大町5-20  
 TEL/0191-23-5184  
 営業時間/平日10:00~18:30  
 土曜日10:00~18:00  
 定休日/日曜日・祝日 駐車場/無  
 支払い方法/現金・PayPay







ハウス9棟22アールの広大な敷地では、  
美味しいいちごがずずなり



「やよいひめ」3月に美味しくなることから名づけられた  
甘くまろやかな酸味のいちご



「さちのか」ビタミンCが豊富なので甘さと  
酸味の調和が美味しいいちご



大人 1,900円 (中学生以上) 幼児 1,000円 (3歳以上)  
小学生 1,600円 2歳以下 無料

※完全予約制 (60分食べ放題) 尚、作業場「やよいひめ」のみの場合あり



一関市川崎町薄衣下巻93  
TEL/090-6854-4569  
営業日/3/16 (土) ~5/12 (日)  
営業受付時間/平日10:00、11:50 (最終入場12:00)  
土曜・日曜・祝日10:00、11:50、13:45  
(最終入場13:50) ※最終入場厳守  
定休日/不定休 駐車場/有 (25台)  
支払方法/現金のみ



一番おいしいいちご、園主さんに聞いてみよう

COU  
PON

入場料100円引き

千 葉 農 園

春の訪れとともに、いよいよいちご狩りの季節が到来。  
多い時には一日100人も訪れる農園では「やよいひめ」と  
「さちのか」のいちごを栽培。いちご狩りの最大の魅力は  
新鮮で完熟したいちごを自分で選び、口いっぱい頬張  
れるのが醍醐味。興味深いことに、いちごは果物ではなく  
野菜の仲間であり、10個食べると1日分のビタミンCが

取れるほか、キシリトールも含まれているなど、栄養分が  
豊富。家族や仲間と一緒に大きないちごを見つけたら、  
美味しいいちごを味わいながら季節限定の贅沢な体験を。

さあ、旬のいちごをたっぷり味わいに出かけよう



松田書店  
スタッフさんに聞いた

# おすすめ 文房具

生活に変化が多いこの季節、  
新生活に向けワクワクする  
ようなおすすめ文具を紹介



▲ 付箋 330円

ルーズリーフ⑥ 440円  
バインダー⑥ 1,980円

▲ ノート 770円

## OKフールス紙とは??

インクの吸収性の良さなど筆記適正に優れた国内最高級の筆記専用、ノートのために作られた用紙。万年筆や水性ペンなどの相性も良く、高級紙ならではのレイド(罫目)とウォーターマーク(透かし)入り。滑らかな書き味が楽しめる。

## Kleid クレイド

機能性と高級感などデザイン性を追求したステーションリーブランド。Kleid(ドイツ語でドレスの意味)が提案する最高のノート。2mm方眼×OKフールス紙のノートに新たに編集機能が追加!その他、バインダー型やルーズリーフ、付箋など、手にとってもじっくりとくるデザインは男性にも人気!



## 全自動鉛筆削り

### 「トガると出てくる

トガリターン」USB充電式 5,500円

子供でも安心!コードレスで持ち運びしやすいUSB充電式。自動で引き込みトガると出てくる機能で色鉛筆や、やわらかい芯の鉛筆のムダ削りを防止。ランタン型でインテリアとしてもかわいい。



## 時っ感タイマー 3,960円

時間の視覚化で集中力UP!時間の経過とともに目盛りが減っていくので、視覚的にも時間の経過を実感!時間感覚がまだ身につかない子供にもおすすめ。



## キャンパス

### フラットが気持ちいいノート 231円

1975年の発売以来進化し続けるキャンパスノート。フラットに開くから見開きで使いやすい、スマホで写メも撮りやすい!左右に横断して見開きで使用することができるのもポイント!

町の書店として阻江地区に4店舗構える。  
書籍はもちろん文房具も充実!



## G アクセス松田書店 本店

奥州市水沢佐倉河東広町 46-2

電話番号 / 0197-23-2532

営業時間 / 9:30 ~ 20:30

定休日 / 年中無休

店頭在庫を LINE で簡単に問い合わせ可能



松田書店は  
LINEが  
いいの



## ジェットストリーム(新色) 165円

多くの人に愛され続けるジェットストリームから新たにくすみカラーが登場!何本でも欲しくなるなめらかな書き心地は、ビジネスにも勉強にも最適な1本。



▲入園入学のお祝いに最適な金封  
や一筆箋などを集めたコーナー  
もおすすめ



毎月5のつく日は  
文具ポイント2倍!▶







常時200点以上の振袖の中から何点でもごこころ試着してお気に入りの1着を  
選ばれる他、イメージに合った振袖をメーカーから取り寄せることも可能  
選取型の幅が広く、納期も振袖選びが出来る



帯や小物類もたくさんの中から選べる。最後までこだわったコーディネートを



**ふりそでメイン**  
 ☎ 0197-51-6660  
 奥州市水沢赤土田11-10  
 営業時間/10:00~18:00  
 定休日/水曜・木曜日  
 駐車場/有  
 支払方法/現金・クレカ・PayPay  
 予約方法/TEL・WEB・公式LINE

## ふりそでメイン

### 自分らしい振袖選びを

呉服問屋直営のふりそでメインから、レンタルと購入のいいとこどりのコスバ最高プランが新登場。ぴったりサイズに仕立てでき、必要なものも全て揃ったセット。しかも、5年間何度でも着られるので、卒業式(袴はレンタル無料)での着用や姉妹での共有OK! 振袖の保管&メンテナンスは全てお任せできるので、着物管理の心配なし。1人ひとりに寄り添った細やかな提案で、一生に一度の特別な日を希望通りに叶えてくれるので、気軽に相談を。

5年間着放題!

**買戻特約つきトータルセット**  
 前撮り・当日着付ヘアセット・写真込  
 ……88,000円~

**ママ振袖コーデセット**  
 レンタル袋帯・帯メ・帯揚・重ね袴  
 当日着付ヘアセット込  
 ……33,000円~

※購入フルセットプランもあり

店内1組貸切 完全予約制

WEB



LINE



二十歳のついで当日の支度は朝ゆつくり8時以降から  
早起きしなくていい上に着ている時間も短いから疲れず  
着られない人にも嬉しい。家族みんなが笑顔で当日を過ごせる

## 米こやマルシェ

### 米粉パンで地域を元気に!

2023年10月オープンのパン屋さん。江刺産の米を自家製粉し、米粉パンを販売している。地場産のもので地域に貢献したいという気持ちから、使用する野菜や果物は地元の江刺スターファームから仕入れパンに使用。常時20種類ほどが店内に並ぶ。パン以外では、おにぎりや団子、クッキーなどもあり、米にかかわった商品を販売している。もっちりとした食感が特徴の米粉パン。くせになる食感と味を求めて、ぜひ足を運んでみて。



お店の看板商品「こめころん」キューブ型のごろんとした見た目が可愛いパン

- こめころん各種 …… 110円~
- クロワッサン 3個入り …… 350円
- 春野菜のバジルパン …… 250円

もちもち食感のクロワッサンもおすすり



季節ごとの期間限定パン、春を感じる今だけの味わい



**米こやマルシェ**  
 ☎ 0197-47-3604  
 奥州市江刺田原字稲荷89-3  
 営業時間/11:00~なくなり次第終了  
 定休日/月曜・火曜・水曜日  
 駐車場/有  
 支払方法/現金のみ

1,000円以上購入で  
100円引き





2days  
OPEN

3.9 SAT → 10 SUN

10:00~16:00

奥州市  
水沢

アウトドアを楽しむ平屋

# OPEN HOUSE



※パースはイメージです。

- 1 屋根のかかった大きなウッドデッキは絶好のBBQスポット。室内が広く感じるのも見どころポイント。
- 2 高い勾配天井とあえて露出させた梁材が開放感と重厚感のどちらも演出。
- 3 キッチン脇のおこもり部屋はここだけあえて天井をさげて秘密基地感を出しています。

奥州市水沢姉体町字元天神前8-13



## 事前ご来場予約特典

前日までのご予約で!

QUOカード1,000円分プレゼント!

お電話もしくはホームページからご予約できます。▶

※他社とご契約の方はご遠慮ください。※新規ご相談の方に限ります。



☎.0120-55-3804  
<https://sunhouseiwate.co.jp>

〒023-0003 奥州市水沢佐倉河字後畑14-1 サンハウス ショールーム 住まいの情報館  
営業時間/10:00-17:00 [水曜定休] TEL 0197-24-0385  
新サンエス設備/サンハウス 岩手県知事許可(般-4)第7287号・宅建業許可番号/岩手県知事(3)第2378号  
(一社)岩手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事業者

**緊急募集 未経験 大歓迎**

**求む! 仲間達!**

- ◎営業(新築・リフォームアドバイザー)
- ◎工事管理(現場監督)
- ◎大工・職人(新築・リフォーム)

その他、協力業者(各種)

お問い合わせは 勤務部 TEL.0197-23-5224 須臾まで

お~しゅん  
月刊 Oh!Shun

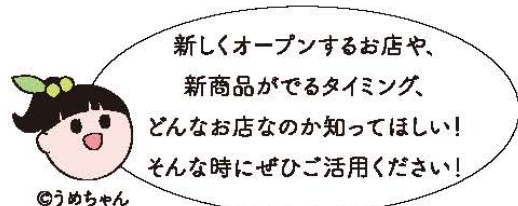
広告をお考えなら・・・  
スタッフおすすめ! 取材形式の記事広告

## Oh!Shun ショップガイド

月刊 Oh!Shun では「Oh!Shun ショップガイド」へのお申込みを随時受付しております。取材記事広告として、お店の紹介を掲載いたします。通常の広告料金よりもお得で、一つの記事としてご紹介しますので、おすすめです!

掲載料について 1ページ(66,000円税込)  
1ページの約2分の1サイズ(33,000円税込)  
※取材・校正・制作費含

企画記事形式のため、通常広告料金よりお得になっております。



新しくオープンするお店や、  
新商品がでるタイミング、  
どんなお店なのか知ってほしい!  
そんな時にぜひご活用ください!

©うめちゃん

掲載条件や内容等の詳細はお気軽にお問合せください



お申込  
お問い合わせ

月刊 Oh!Shun 編集室 TEL 0197-34-2177  
✉ [staff@oh-shun.com](mailto:staff@oh-shun.com) (受付時間)月~金 10:30~16:00



**3/3(日)**  
カルテットブランタンコンサート  
日付/3月3日(日)  
開場/13:30 開演/14:00  
入場料/1,000円(高校生以下無料)  
※当日会場でお支払いください。  
[全席自由]



**3/24(日)**  
奥州ジュニア・ウィンド  
アンサンブル演奏会  
日付/3月24日(日)  
開場/12:30 開演/13:00  
入場料/前売300円 当日400円  
(小学生未満無料)  
[全席自由]

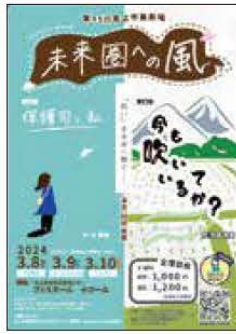


前沢ふれあいセンター  
奥州市前沢字七日町裏104  
TEL 0197-56-7100

**第45回北上市民劇場「未来園への風」**  
「想い」を未来へ繋ぐー  
上演作品①「保羅司と私」  
脚本：衣 舞徳  
北上市で保護司をしている高橋さん(仮称)に  
密着取材!いつも笑顔の高橋さんは、何を願  
うのか――。  
上演作品②「今も吹いているか?」  
脚本：村田青葉

第18回北上市民劇場「ぬだ川原の風」への思  
いが令和に響いたこのお話。フィクション!?  
ノンフィクション!?あの時収めていた「ぬだ  
川原の風」は、今もまだ吹いているのか。  
演出：村田青葉  
公演日時/3月8日(金)19:00  
9日(土)13:00/19:00  
10日(日)13:00  
全4回公演、開場は公演時間の30分前  
会場/さくらホール 小ホール  
入場料/一般1,000円 当日1,200円  
小学生以下無料

[全席指定]  
主催：一般財団法人北上市文化創造  
北上市民劇場を盛り上げる会やっべし  
共催：北上市、北上市教育委員会  
後援・協力：北上市地区保護司会  
プレイガイド：さくらホール、パルム、TMさくら野  
問合せ：さくらホール 0197-61-9300  
北上市民劇場を盛り上げる会やっべし事務局  
090-2278-4244(藤原)



さくらホール  
北上市さくら通り2丁目1-1  
TEL 0197-61-3500

**郷土の企画展**  
「胆江の稲作と畜産」  
ー農を支えた家畜ー  
期間/開催中~3月20日(水・祝)  
会場/牛の博物館 企画展示室  
料金/通常入館料でご覧いただけます



**奥州市牛の博物館**  
奥州市前沢字南陣場103-1  
TEL 0197-56-7666

**猫ノ図書館7周年記念イベント**  
関由香写真展 島でも、喫茶店でも、異国  
でも。『ねこと一緒に、今日もいい日。』展  
関由香(せき ゆか)ねこ写真家。2003年  
[第4回新風舎・平面写真賞優秀賞]を受  
賞し、翌年、その作品をまとめた『島のねこ』  
でデビュー。著書に『ねこと一緒に、今日もい  
い日。』『ねこだらけ』『猫と喫茶店』『ねこinア  
ジア』など、パンコクを拠点に活動中。  
Instagram@sekiyuka0701  
開催期間/開催中~5月12日(日)  
会場/猫本コーナー「猫ノ図書館」



【お問い合わせ】  
奥州市立胆沢図書館  
TEL 0197-46-2133  
図書館は音声ガイドシステムに従い「2巻」を選択

**Kマートの美味しい春**

ハレの日のお料理はKマートにおまかせ!

私もお嬢様♪  
3/3(日)  
11時より  
**旬のにぎり寿司  
実演販売**

我が家のがわいらしいお嬢様に。  
(いくつになっても私もお嬢様)



当店  
特製  
お嬢様セット  
2024  
**1,280円**  
(税込1,382円)

ホワイトデーにもおすすめ  
プチギフトに



あのラムドラの梅月堂より  
おすすめスイーツ登場!!  
■アラカワ  
チョコに  
おぼれてみたくて  
(10個入) **480円**  
(税込518円)  
■梅月堂  
長崎ソフトロール  
ホワイトチョコ (各1個)  
**650円**  
(税込702円)

鮮魚、伊勢エビが  
目の前で舞い降りる  
盛りだくさん!  
ご堪能下さい!!  
ご予約  
承ります

当店  
特製  
ステーキが入った  
ハレの日弁当  
彩り弁当 まり鍋  
**1,800円** (税込1,944円)

当店  
特製  
花ちらし  
**480円** (税込518円)

軟送迎会などに  
おすすめ  
子供会弁当  
**580円** (税込628円)

当店  
特製  
旬彩弁当  
**税込1,000円**  
※一部内容変更の場合あり

■アラド  
スイーツプチギフト  
(3個入) **600円**  
(税込648円)

**DAY TO LIFE**  
ピアード/パバ  
吉祥菓  
きなこの宮サンド  
きな粉  
(3個入) **600円**  
(税込648円)  
京都はんわり  
フィナンシェ  
京焼きな粉と  
じゅんわり黒蜜  
(3個入) **680円**  
(税込734円)



**中村雅俊コンサート2024**

**【Extra Edition】**

中村雅俊が、選りすぐりの楽曲を披露する  
プレミアムなステージ!  
日時/3月17日(日)  
開場/15:00 開演/15:30  
入場料/前売7,000円(当日7,500円)  
**【全席指定】**  
**【チケット発売中】**



**アラジンとランプの魔人**

奥州市の子もたちといっしょにつくる  
夢と感動のミュージカル♪  
日時/3月24日(日)  
開場/13:30 開演/14:00  
入場料/大人1,000円 高校生以下500円  
**【全席指定】**  
**【チケット発売中】**



**胆沢文化創造センター**  
奥州市国沢南郷田字加賀谷地1-1  
TEL 0197-46-2133

**新規就農者研修 研修生・受講生募集!**

**野菜入門コース**

農業を始める上で知っておきたい基礎知識  
が身に付きます!  
場所/岩手県立農業大学校  
実施時期/5月4日(土)~10月19日(土)  
日時/講義 指定土曜日(全10回)  
10:00~11:30  
実習 毎週土曜日(全25回)  
13:00~15:30(夏季変更あり)  
栽培実習品目/施設栽培 トマト・ミニトマト・なす  
ピーマン  
露地栽培 ばいしよ・ねぎ・ス  
イトコーン・えだまめ・さといも・  
にんじん等

対象者/就農志向者 70歳以下(R6.4/1現在)で  
実習作業を進めるにあたり支障のない方。  
募集定員/80名  
経費/15,000円(傷害保険・教材・実習経費)  
募集期間/2月1日(木)~3月22日(金)必着  
申込方法/受講申込書に必要事項を記入し、メー  
ル、郵送のいずれかでお申込みください。募集期間  
終了後、受講者の決定と受講に必要な手続きをお  
知らせします。  
金ケ崎町六原高子沢14  
岩手県立農業大学校 TEL 0197-43-2211

**花き入門コース**

花き栽培や農業全般に関する基礎知識を学ぶこと  
ができます!  
場所/岩手県立花きセンター  
実施時期/5月7日(火)~10月21日(月)までの指定  
の月曜日または火曜日(講義10回、実習20回)  
対象者/就農希望者で実習作業を進めるにあ  
たり支障のない方。  
募集定員/5名  
経費/10,000円(傷害保険・教材・実習経費)  
申込期間/2月1日(木)~3月22日(金)必着  
申込方法/受講申込書に必要事項を記入し、メー  
ル、郵送のいずれかでお申込みください。  
金ケ崎町六原高子沢2-1  
岩手県立農業大学校 TEL 0197-43-2107

**※上記2コースの詳細は農業大学の  
ホームページをご確認ください。**  
**岩手県立農業大学校**  
金ケ崎町六原高子沢14

**☆江刺高齢者**

**生産活動センター作品展**

手作り陶器、竹細工などオリジナル作品を販売  
期間/3月2日(土)~3月31日(日)



※写真はイメージです。

**☆未来に向かって花は咲く展**

かわいい小物大集合  
布、紙、ビーズ、毛糸など手作り作品を販売します。  
期間/3月6日(水)~3月31日(日)



※写真はイメージです。

**今月の物産紹介**

☆岩谷堂草蓐生産協同組合☆  
時計・網敷き、ペン立て・花瓶・リモコンラッ  
ク・短冊掛けなどのインテリア小物。記念品  
や祝い用に好評です。



※写真はイメージです。

**☆お知らせ☆**

3月より営業時間が変わります  
10:00~17:00(3月~11月)

**【4月】展示即売予定**

☆江刺産産物グッズコーナー

江刺ターミナルプラザ内「バスセンター・えさし夢プラザ」  
10:00~17:00 ※火曜定休日  
奥州市江刺豊田町3-1-27  
TEL 0197-31-1611

**SDGs認証!** おそうじ本舗が取得した特許技術!!  
微細な泡の力で徹底的にクリーニング  
**「ファインバブルエアコンクリーニング」**

**【エアコンクリーニング】**  
お掃除機なし  
**12,100円(税込)**  
※お掃除機販売付き20,900円(税込)  
○オプションメニュー  
室外機クリーニング +5,500円(税込)



**【縦型洗濯機クリーニング】**  
**12,100円(税込)**  
○オプションメニュー  
完全分解洗浄 +11,000円(税込)

- 浴室クリーニング 16,500円(税込)
- 追い焚き配管除菌クリーニング 25,300円(税込)
- キッチンクリーニング 18,150円(税込)
- 換気扇クリーニング 16,500円(税込)
- ドラム式洗濯機クリーニング 18,700円(税込)
- オプションメニュー 完全分解洗浄 +19,800円(税込)

全額 1855店舗  
**店舗数業界 No.1**  
エアコンクリーニング197万台のサービス実績!!  
研修を受けたライセンス取得者がお月々お月々、ご安心ください。  
**おそうじ本舗.** 奥州 胆沢店  
奥州市水沢谷地明円73-1

**0120-04-1171**  
www.osujihonpo.com

**見放題作品数 No.1\***

**U-NEXT**  
※GEM Partners調べ/2023年8月 国内の主要な定額制動画配信  
サービスにおける洋画/邦画/海外ドラマ/韓国・アジアドラマ/国内  
ドラマ/アニメを収録。新進、有料作品あり。

**U-NEXT × わいわいネット お得なキャンペーン実施中!**

月額利用料2,189円(税込) 最新作が楽しめるポイント  
**31日間 無料** **1,500円分**  
U-NEXTポイント お申し込みはこちら

**わいわいネット株式会社** 〒023-1111 岩手県奥州市江刺大通り番5号  
https://www.waiwai-net.ne.jp TEL:0197(31)2288 FAX:0197(31)1618



# イオンシネマ北上

## 映画 マイホームヒーロー

### 【ストーリー】

娘の彼氏を殺してしまった鳥栖哲雄は、半グレ犯罪組織との熾烈な攻防を生き抜いた。あれから7年。平穏な鳥栖家の日常が、音を立てて壊れ始める。山中に隠したはずの死体が、土砂崩れによって発見されてしまったのだ！警察官となった鳥栖家の長女・零花は、哲雄に疑惑の目を向け始める。

一方、死体とともに消えた10億円の行方を探っていた半グレ犯罪組織のボス・志野は、再び哲雄に狙いを定めた。かつて哲雄の良に落ち、すべての罪を着せられて逃亡生活をおくっていた恭一も再び姿を現す。父VS娘VS半グレ組織。最後の戦いが幕を開ける。父は家族を守る「英雄」か、それとも「犯罪者」か。ノンストップ・ファミリー・サスペンス、ついに完結。



©2024 映画「マイホームヒーロー」製作委員会

3/8(金)  
公開



上映スケジュールはこちら▶

### 季節限定

# どちヨコ どら焼

### 千ヨコレート 羊羹

### キャラメル 羊羹

# 岩谷堂羊羹

三百年の伝統を今に伝える 岩手伝統銘菓

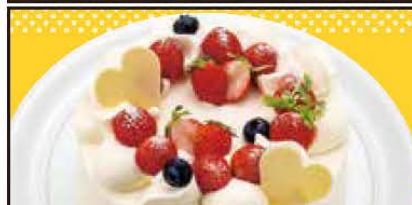


株式会社 進堂

T023-1131  
岩手県奥州市江刺鏡台字力石211  
TEL0197-35-2636(代)・FAX0197-35-1999  
【オンラインショップ】<https://www.kaishindo.jp>

全国発送承ります。お申し込みは

0120-35-2636



Pâtisserie  
**Parfum**



【岩進堂グループ洋菓子店舗】パティスリー パルファン 奥州市江刺杉ノ町2-6  
TEL0197-34-1807・FAX0197-34-1808 <営業時間>10:00~19:00 <定休日>木曜日



### かじかわクリニック

- 診療科目 / 内科・泌尿器科・皮膚科・外科
- 診療時間 /  
【月・木】8:30~12:00 / 14:00~19:00  
【火・金】8:30~12:00 / 14:00~17:30  
【水・土】8:30~12:00



● 休診日 / 日曜・祝日

< 駐車場完備 >

奥州市水沢佐倉河字慶徳26-1

☎0197-47-4733

<http://kajikawa-clinic.sakura.ne.jp>



### 医療法人 本田医院 本田胃腸内科

- 診療科目 / 内科・内視鏡内科  
消化器内科・腎臓内科



- 診療時間 / 8:30~12:00  
14:00~17:30

● 休診日 / 日曜・祝日・水士午後

< 駐車場完備 >

奥州市水沢西町4-21

☎0197-23-7581



### ひばりが丘クリニック

- 診療科目 / 内科
- 診療時間 / 9:00~12:00  
15:00~18:00
- 休診日 / 日曜・祝日・木士午後



< 駐車場完備 >

奥州市水沢川端20-3

☎0197-22-8228



### 奥州病院

- 内科・循環器内科・消化器内科・糖尿病内科・腎臓内科・人工透析内科・泌尿器科・外科・消化器外科・整形外科・腎臓外科・リハビリテーション科・歯科・歯科口腔外科
- 診療時間 / 【内科・外科】9:00~12:30  
※午後の診療についてはお問い合わせ下さい。  
【歯科・歯科口腔外科】9:00~12:30 / 13:30~17:30

● 休診日 / 土曜・日曜・祝日・お盆・年末年始

奥州市水沢東大通り1-5-30

☎0197-25-5111

<https://www.seiwakai-med.or.jp/oushu>



### 胃腸クリニック

- 診療科目 / 内科・消化器内科  
肝臓内科・糖尿病内科
- 診療時間 / 9:00~12:00  
14:00~17:30  
【土】9:00~12:30



● 休診日 / 日曜・祝日・木士午後

< 駐車場完備 >

奥州市水沢谷地明円53-1

☎0197-25-5055



### 田村川上医院

- 診療科目 / 内科・泌尿器科  
循環器内科・外科
- 受付時間 / 8:30~12:00  
13:30~17:30



● 休診日 / 日曜・祝日・木士午後

< 駐車場完備 >

奥州市前沢字七日町裏86-1

☎0197-47-3946



### 竹花乳腺クリニック

- 診療科目 / 乳腺外科・内分泌外科・一般外科
- 診療時間 /  
【月・水~金】  
8:50~11:30 (初診は11:00)  
13:20~16:50 (初診は16:00)  
【土】8:50~12:00 (初診は11:30)



● 休診日 / 火曜・日曜・祝日・士午後

※初診の方は必ず電話予約のうえ、お越しください。

< 駐車場完備 >

奥州市水沢山崎町8-1

☎0197-24-7000



### 婦人科 見分森・丸田クリニック

- 診療科目 / 婦人科一般・検診・不妊・避妊・日帰り手術
- 診療時間 /  
9:00~12:00 / 14:00~17:30  
※午前11:45、午後17:15に受付終了



● 休診日 / 木曜・日曜・祝日・士午後

< 駐車場完備 >

奥州市胆沢小山字川北35-1

☎0197-24-6546

<http://marutaclinic.com>



### 矯正歯科 イトウ矯正歯科クリニック

- 診療科目 / 矯正歯科
- 診療時間 / 【火~金】10:00~13:00 / 15:00~19:30  
【土】9:00~12:30 / 14:00~18:00



● 休診日 / 月曜・日曜・祝日

奥州市水沢桜屋敷701

完全予約制 < 駐車場完備 >

☎0197-51-7775

<http://ito-kyousei.com>



### 歯科 高野歯科クリニック

- 診療科目 / 歯科・矯正歯科  
小児歯科
- 診療時間 / 9:00~12:00  
14:00~18:00



● 休診日 / 日曜・祝日・水士午後

< 駐車場完備 >

奥州市水沢谷地明円37-7

☎0197-23-2488





## お金の小学校

当学期初の  
開校式

第24期  
3月生募集

初心者でもマスターできる全3回の通学制マネーセミナー

預貯金だけでなく  
“老後破綻”します

こんな方に  
オススメです

- 無理に貯蓄していても増えないと感じる方
- 将来の公的年金に不安を感じる方
- NISAを始めたいけど分からない方

**3月授業開催日 各コース先着3名(早予約)**

① 土曜日コース 9日(休校) 16日(休校) 23日(開校) 20代~50代の方  
14:00~15:30

② 月曜日コース 4日(休校) 11日(休校) 18日(開校) 50代~シニアの方も歓迎  
10:00~11:30

③ 水曜日コース 6日(休校) 13日(休校) 27日(開校) 20代~50代の方  
14:00~15:30

会場 弊社 駐車場あり

お申し込みは、携帯 **090-8927-2826**

※ご希望のコースをご連絡いたします。(担当:大内まで)

その足腫していませんか...?自分の足をあきらめない!

ICHA認定専攻校取得校!!【東北は当店だけ】年間グループ定額160,000円以上!

## ドクターネイル爪革命 岩手

巻爪 肥厚爪 角質 たこ 魚の目

これだけで7歳~104歳の方に  
ご利用いただけます。

### 足のトラブルならお任せ!

感度対応策に  
ご協力下さい

早くない治療  
待てるのは  
きつと待った!!

早くて多岐なかつたその巻爪  
取になる分厚い爪

たった1回の施術で  
痛み、腫みから解放!

予約  
優先

- トータルフットケア ..... 13,200円~  
(足の指先から爪先までトータルケア※巻爪は追加料あり)
- 巻爪ケア1ヶ所 ..... 9,350円~
- 肥厚爪(分厚い爪) ..... 6,600円~
- たこ・魚の目・角質ケア ..... 4,500円~

ドクターネイル爪革命 岩手  
TEL 070-2808-5949

営業時間 / 10:00~19:00 (お昼休憩 17:00) 休館日 月・火・水・木・金・土・日 (お昼休憩あり)

岩手県水沢市中央3-76  
(サンパレス水沢本館裏、徒歩5分花鳥園クリニック横断)

<https://dr-nail.org/>

PRO WORKER

人と企業、人と社会を結び

人材派遣会社 PRO WORKER

3月の現場特集

プロスノーボーダー/造園職

☎0197-31-0543  
奥州市江刺八日町 1-9-37  
■ 8:30~17:30 休 土・日・祝  
9:00~16:30 随時登録会開催中!!  
<https://www.job-j.net/proworker/>

HP随時更新中!!  
最新求人はこちら▶

雇用形態	派遣地	業務種	雇用形態	派遣地	業務種	雇用形態	派遣地	業務種	雇用形態	派遣地	業務種
派遣	北上	装置組立・検査	派遣	江刺	半導体製造装置の組立	派遣	水沢	鉄製品のマシニング・旋盤機械のオペレーター	派遣	江刺	倉庫内での梱包・出荷業務
勤務時間	8:20~17:20 (実働8.00h)		勤務時間	8:30~17:15 (実働7.50h)		勤務時間	8:00~17:00 (実働8.00h)		勤務時間	8:30~17:00 (実働7.50h)	
休日	土・日 計 20日		休日	土・日・祝 計 20日		休日	土・日 計 21日		休日	土・日・祝 計 20日	
月収額	231,250円		月収額	245,250円		月収額	207,575円		月収額	178,750円	
長く働きたい・知識・技術を身につけたい方にお勧めです。 経験者優遇!! 冷遇廃業後の職場です。 各種手当あります。 未経験者でも歓迎!!			雇用形態については派遣社員となります。 知識・技術を身につけたい方にお勧めです。 男性活躍中			男性活躍中			未経験歓迎!! 資格取得制度あり 若年者活躍中		

### 面接会場案内

- 日時:3月13日(水) 13:00~15:00  
場所:さくらホール(北上)レッスンルーム1
- 日時:3月21日(木) 13:00~15:00  
場所:さくらホール(北上)レッスンルーム1
- 日時:3月27日(水) 13:00~15:00  
場所:さくらホール(北上)レッスンルーム1

事務所では、9:00~16:30まで随時登録会開催中!!

## 水沢競馬場 パートさん募集

職種▶ パートさん募集 週2日~3日程度

仕事内容▶ 場内清掃・馬券発売・競馬補助業務など

雇用形態▶ パート

資格▶ なし 未経験者歓迎

勤務地▶ 奥州市水沢姉体町字阿久戸1-2

勤務時間▶ 8:30~21:00までの6~7時間15分  
(職種により勤務時間が異なります)

休日▶ 日・月または日・月・火曜日の週2~3日勤務

給与▶ 時給920円 部署により手当あり  
通勤手当 超過勤務手当 繁忙手当(1,000~5,000円/日)

応募▶ まずはお気軽にお問い合わせください。  
問い合わせ日時▶土曜~水曜日11:30~15:30

水沢競馬場 ☎0197-23-2999  
〒023-0831 奥州市水沢姉体町字阿久戸1-2

# 求人広告欄

掲載料金  
正方形1段サイズ▶ ¥5,500(税込)

お問い合わせはコチラまで♪  
☎ 0197-34-2177  
mail▶ staff@oh-shun.com

○月号が手に  
入らなかった!

あの特集が  
また見たい!

パソコン  
スマホ  
タブレットで

Oh!Shunのホームページで  
バックナンバーが読めます! <http://www.oh-shun.com>



他にも物件多数取り揃えております!!

# 奥州市の不動産 AVANTI

TEL 0197-34-1251

〒023-0825 岩手県奥州市水沢台町1-52  
 【平日】9:00~18:00(受付17:30)  
 【土・日】9:00~17:00(受付16:00)  
 【定休日】3月は水曜日のみ

他にも物件あります  
 ホームページをご覧ください  
 AVANTI HP▶



COOP  
 PON

## 家具家電つき単身用アパート特集!



ロト 江刺西大通り

家賃 103(106) 209  
**4,8万円 5,0万円**

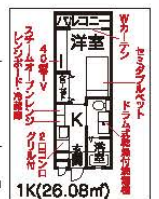
共益費: 3,000円 駐車場1台  
 敷金・礼金:無し 3,000円(税込)



レーヴ八日町B棟 江刺八日町

家賃 101 201  
**4,5万円 4,7万円**

共益費: 3,000円 駐車場1台  
 敷金・礼金:無し 3,000円(税込)



R(アール) 江刺豊田町

家賃 102(103)106(107) 201  
**4,8万円 5,1万円**

共益費: 3,000円 駐車場1台  
 敷金・礼金:無し 3,000円(税込)

- 給湯(LPガス)
- 洗面化粧台
- 照明器具
- 物置
- WiFiインターネット無料
- 駐車庫敷地内契約必須
- 保証会社の契約必須



オークス江刺 江刺聖宇字橋本

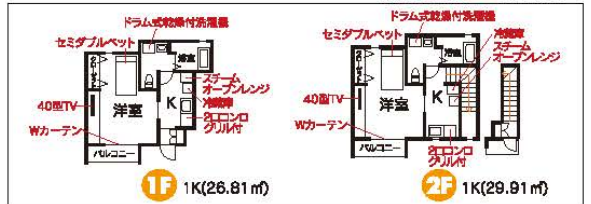
**キャンペーン**

家賃 102(105) 202(203)209  
 206(207) 201(208)  
**4,8万円 5,0万円 5,1万円**

共益費: 3,000円 駐車場1台  
 敷金・礼金:無し 3,000円(税込)

フリーレント1ヶ月 仲介料なし

【即取り】ロト・R(アール)共通



※掲載物件有効期限: **3.31**まで 掲載物件は全て仲介です。 仲介手数料は100%自主負担となります。 岩手県知事(4)第 2309 号 岩手県土地建物取引業協会 東北地区不動産公正取引協議会加盟業者

お客様のカーライフをリサイクルを通じて応援します!

不要車 事故車 廃自動車  
 車検切れ 多走行車 不動車

**買取**  
 いたします!

軽自動車・乗用車・バン・トラック  
 お車のお持ち込み・引き取りどちらも大歓迎!

自動車買取専門店にお任せを! 廃車手続き代行無料サービス

**カーリサイクルリプロ** 【お申込み・お問合せ】0197-56-5938  
 【営業時間】月~金/8:30~17:30 土/8:30~17:15  
 【定休日】日曜・祝祭日

奥州市前沢新城 49-11

リプロHP▶

モデルハウスお譲りします  
 木の温もりで絶やかな暮らし

2024年 4月~ 入居可

3,500万円 (税込)

常盤 小学校区

所在地 奥州市水沢真神字北堂畑25-5  
 交通 水沢駅 徒歩17分  
 地積面積 103.71㎡(31.37坪)  
 建ぺい率 60%  
 土地権利 所有権  
 小売地区 奥州市立東水沢(1400㎡)  
 用途制限 なし  
 電気 市  
 駐車場 あり  
 下水道 公共  
 都市計画 準都市区域  
 設備・条件 冷暖房システム、全館空調設備、防犯カメラ、遮音防振壁、浴室乾燥機、付帯設備(ガスシャワー・トイレ・キッチン・電子レンジ・エアコン・収納棚・フローリング)

・土地面積 公積203.71㎡(61.62坪)  
 ・築年数 2023年(令和5年)3月  
 ・標準層 200%  
 ・構造および階数 木造 地上2階建  
 ・中学校区 奥州市立東水沢(2100㎡)  
 ・項目 地価  
 ・引渡時期 予定 以降  
 ・上水道 公共  
 ・ガス プロパンガス  
 ・用途地域 準工業  
 ・建築確認番号 0408070000071号

薪ストーブ・TVボード・エアコン3台・ダイニングテーブルセット・ロールスクリーン・オリジナルペット2台・照明器具・キッチン収納・薪ストーブ、以上付属品が付いてくるので大変お得です。 (お問合せ)TEL0197-22-2255 担当:住宅事業部 佐藤

奥州市で1番餅まきをしている建設会社

http://www.ecnanbu.jp EC南部住宅事業部 検索

夢ハウスパートナー  
**EC南部コーポレーション株式会社**  
 奥州市水沢佐倉河字豊徳71 TEL 0197-22-2255 FAX 0197-24-2555





# 月刊Oh!Shunでは表紙写真を 随時募集しています!



## 募集条件

- ・カラー写真 ・原則は岩手県南を題材としたもの
- ・季節感が有るもの ・応募者本人の作品で、未発表のもの
- ※スマホでの撮影写真は高画質のもの
- ・人物が写っているものは事前に掲載了解があること。

## 応募方法

- 画像データをメールにてお送り下さい。
- ・居住地域・氏名・タイトル・撮影場所・撮影時期を明記
- ・件名を「Oh!Shun表紙応募係」にてお送り下さい。
- ※画像の内容によっては、掲載できないことがあります。

## 注意事項

- ・二つ折りになるので、左重視であること。
- ・人物が写っているものは事前に掲載了解があること。

選定は月刊Oh!Shunで行い、該当者に連絡いたします。  
表紙掲載の場合は、簡単なプロフィールを紹介いたします。



応募先 ▶ 月刊Oh!Shun編集室 E-mail ▶ [staff@oh-shun.com](mailto:staff@oh-shun.com)





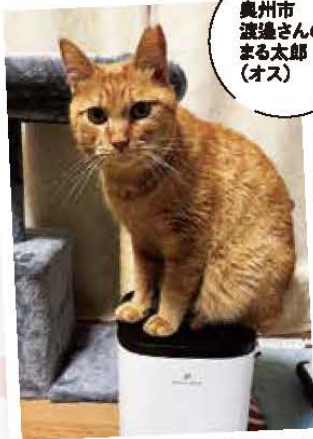
# ペットの写真コーナー

お正月に晴れ着を着たよ!

キレイな毛色♡



水沢菊池さんのラテ (メス・2歳)



奥州市渡邊さんのまる太郎 (オス)



水沢菅原さんのルビー (メス・2歳)

ピロ~~~~ん  
どこまで伸びるかな!?



奥州市佐藤さんのギンジ (オス・14歳)



水沢学研久田教室のムック (オス・8歳)

学研教室の看板犬です♪



江刺菊池さんのもこ (オス・4ヶ月)



奥州市菊池さんのセル (オス・5ヶ月)  
ヤムチャ (オス・1歳)

段ボールの試着中)

プレイタイム



江刺ざとれいさんのリッキー (オス・3歳)



水沢佐々木さんのボス



江刺門脇さんのひめ (メス・9歳)

お耳のカールがチャームポイント



# 小梅便り

今月のテーマ

## 〇〇卒業



もう数年前になりますが、息子の野球追っかけの卒業ですね。大学から少し社会人野球もしていましたが一区切りの大学野球を引退する時には今までの感謝を、LINEではありましたが長文で送ってきて感激しつつ、さみしさも感じました。(水沢 ラッキービエロ 55歳)

それは感激！長い間お疲れさまでした。

娘が高校を卒業し、他県へ移ったのでこれでやつと子育ても卒業かと安心したのも束の間、何かある度連絡が、先輩ママ達の話の聞いても卒業っていったいことになるのだろうか？

(花巻 ボンタン 54歳)

CDを買うのを卒業しました。以前は気になるCDがあればその都度購入し1回聴いて棚へというのもありCDが増殖するばかりなのでCDの購入を卒業しました。これからは終活です!!

(水沢 冬晴 70歳)

子供から卒業。3人の子供がみんな成人しました。(関 ジンくん 56歳)

今年で50代卒業です。思いつきり青春を、体を動かして感じて暮らしたいです。(水沢 さとうさん 59歳)

「重い掃除機を卒業！」して軽いコードレスにしたら、気分も軽く掃除が楽しくなりました。(衣川 ケチャップ 66歳)



楽しく家事が出来るって最高!

夜更かしです。十数年前までなら深夜2時まで起きていたのも珍しくありませんでした。年々体力が衰えてきており、睡眠や休憩時間も余分に欲しくなりました。現在は遅くとも午後11時までに就寝することを心がけています。(胆沢 匿名希望 38歳)

お互い運動不足なので夫と申し込み何回か行きましたが、やはり全部は講習を受け卒業はしたもののそれつきりです。ちなみにそれはボーリングです。もう一度やつてみようかな？(水沢 キミちゃん 71歳)

ノ！天気から卒業したいです。自分ではなんとも感じませんが、家族から「いいかげん大人になれば、頭の中がいつもお花畑だねエー」と言われ続け、今年からは大人のオバさんに！(水沢 ガチャコ 62歳)



目指せ大人な女!

甘い物卒業したいです。おなかいいつばいでも甘い物は別腹でいつも食べすぎ…。どうにかしたい。(前沢 I A 32歳)

甘い物には抗えない

我が息子が3月で小学校を卒業。私も図書ボランティアの読み聞かせを卒業ですが、赤ちゃんと読み聞かせで頑張ります。今の職場を卒業します。(北上 T A R A K O 51歳)

3月いっぱい今の仕事を卒業することになりました。次の仕事はまだ決まっておりませんが、いろいろと見て決めたいと思っています。(江刺 あこ 46歳)

次のステージへステップアップ!

料理も好きで瀬戸物を集めていました。気づけば周りが瀬戸物でいっぱい。もう買うのは終わりにします。「瀬戸物卒業」です。(水沢 青いリボン 68歳)

「子供からの卒業」孫の誕生で愛情の注ぎ先が子供から孫に変わりました。(妻のことですが…) (紫波町 のじゃまん 62歳)

ネガティブ卒業！「どうせ」が口ぐせの私はネガティブ思考なのでポジティブに変身するぞ!! (江刺 モンテッチ 45歳)

60才定年で、さあこれから旅行するぞとJRの「大休」に入った方がいいが、70才前のコロナと足腰の痛みに勝てず、定年後旅行も卒業です。「大休」のあれの切符で、毎日東京に通った楽しい日帰り旅でした。(水沢 オスミ 70歳)

「米とぎ卒業」去年夫がひと足早く退職し、義母の面倒をみながらごはんづくり担当に。仕事帰りにあせつて帰ることがなくなり、感謝感謝です!(北上 お嬢のマイム 55歳)



素晴らしい!

かかりつけの医師から「少し運動をして下さい。ウォーキングとか」と言われてしまいました。わかってはいるんです。思っているんです。でも、なかなかねえ。今年こそは運動不足卒業したいですなあ。 (関 ももっち 62歳)

寝る前のスマホ卒業したい!!なるべく寝室に持ち込まないように心がけていますが、なかなか卒業できず…。 (水沢 るりちゃん 33歳)

分かつちやいるけどやめられない

白髪染め卒業しました。グレイヘアに大きめのピアスをして、シヨツピングを楽しんでいます。(江刺 ワッフルピョン 60歳)

「酒」卒業です。単身赴任5年となり正月から家でアルコールをやめています。何となくですが、体調管理の二環として続けています。1ヶ月ちよいで3キロ体重減りました。(水沢 なおババ 50歳)

お弁当作りから卒業までと一年。と思っていたら、卒業出来ないうお弁当持ちの旦那様がいました(笑)一人分になったら、もっともっと丁寧に作ってあげようと思っています。(水沢 主婦とパート、二刀流 49歳)

自動車運転卒業、年長的に卒業しようと思っております。(水沢 T T 70歳)

おーしゅんへ

暖冬はいえ、あつたかメニュー良いですね。気になっているそば屋さん情報もあり、行ってみたいです。(江刺 O B A 64歳)

知らなかったとんこつラーメンのお店があり、大好きなのでぜひ伺ってみたいと思いました。更料も久々に行ってみよう。(水沢 リンダン 59歳)

\* 来月号のテーマ \*

## 今まで住んでみた土地は何処?

最新のアンケートハガキ、官製ハガキ、FAX、メールにてお寄せください。お待ちしております。

株式会社 梅小花通信社

「月刊Oh!Shun」編集部

〒023-0402

奥州市臨沢小山字下笹森89-1

☎ 0197-34-2177

FAX 0197-34-2178

staff@oh-shun.com



# Oh!Shun Members Message Board



**OIGEN ファクトリーショップ**  
3月9日～10日の2日間店内で、食パン専門店Yadorigi様とのコラボイベントを開催します！ご来店お待ちしております。

奥州市水沢羽田町字堀ノ内45番地  
☎0197-24-2411  
10:00～17:00  
※水曜定休



**お仕事相談 (株)プロワーカー**  
随時、登録面接予約受付中です。出張面接も致します。派遣雇用についての説明も丁寧に行っています。お問い合わせお待ちしております！

奥州市江刺八日町1-9-37  
☎0197-31-0543  
8:30～17:30  
※土・日・祝日定休



**大正堂菓子舗**  
繁忙期のため、2月～4月は10時間開店となります。早い時間にお使いになりたい場合は前日の購入をおすすめしております。

奥州市水沢羽田町駅前1丁目63  
☎0197-23-4295  
10:00～18:00  
※水曜定休



**竹花乳腺クリニック**  
5月まで30代対象の乳がん超音波検診を行っています。詳しい内容はホームページのお知らせをご覧ください。

奥州市水沢山崎町8-1 ☎0197-24-7000  
8:50～11:30(初診は11:00)、13:20～16:50(初診は16:00)、土曜12:00受付(初診は11:30)  
※火・日・祝・土曜午後定休



**田村川上医院**  
循環器と泌尿器の専門医です。心電図の異常、動悸、おしっこのお悩みご相談下さい。只今看護師さんを募集しています。

奥州市前沢字七日町裏86-1  
☎0197-47-3946  
8:30～12:00 13:30～17:30 ※木・土曜午前のみ  
※日・祝日・木曜土曜午後定休



**大内保険事務所**  
高校の家庭科で資産形成の授業始まる。弊社も新たな企画「お金の小学校」を開校生徒さん申込受付中!!(本誌P16掲載)

奥州市水沢上姉体5丁目8-8  
☎090-8927-2825  
9:00～17:00  
※土・日・祝日定休(事前連絡で定休日対応可)



**お茶の菅原園**  
日本茶を美味しく飲んで免疫力を高めましょう。日常のお茶からご贈答のお茶、茶器、茶の湯道具、和雑貨そして抹茶カフェを営業中です。

奥州市江刺西大通3-11 一中交差点そば  
☎0197-35-1521  
9:30～18:30  
※水曜日・第1日曜日



**きもの(有)あさ川**  
振袖レンタル¥55,000～(税込)  
(振袖・長褌袴・袋帯・重ね袴・帯び・帯揚・着付1回込)  
お気軽に、お問合せ下さい!!

奥州市水沢台町5-5  
☎0197-25-6165  
10:00～18:00  
※日曜・月曜定休



**整体 & リンパメディカル 心療術院**  
痛みとリンパの専門院(腰痛・ぎっくり腰・肩こり・関節痛・片頭痛・手術後のリンパ浮腫etc)

奥州市水沢北丑沢11-5  
S.Tオフィス102号(沢中学校正門前)  
☎0197-22-6266  
9:00～19:00 ※日曜定休




**ドクターネイル爪革命岩手**  
足は体の土台(第二の心臓・脳)です。もっと足に気配りを・足元からの健康づくり!連携(医療/医師/専門家×Dr.ネイル爪革命)

奥州市水沢中町23-76  
☎070-2808-5949  
10:00～19:00(最終受付17:00) ※時間外要相談  
※金曜・祝祭日・第2、4土日定休(臨時休業あり)



**ハートアイ**  
3月は年度の最終月ですので会員の皆様は名助成金の申請をお忘れなくお願いいたします。その他、嬉しい楽しいイベント情報は、ハートアイ会報誌、HPをごらんください。

奥州市水沢横町2-1 メイプル地階  
☎0197-51-1484  
9:00～18:00  
※土・日・祝日定休



**フォトスタジオ 近代社**  
成人、卒業撮影中!スタジオ内スマホ撮影OK!ベイベイ使えます!詳しくはHPで!

奥州市水沢中郷9-1  
☎0197-24-1140  
9:00～18:00  
※年末年始定休

月刊 Oh!Shun は、岩手の**県南地域**の活性化を目的に発行している情報誌です。加盟店はこの趣旨にご賛同いただける方のサポーター制度です。ご支援・ご協力のほど宜しくお願い申し上げます。加盟店料は月々3,600円(税込み)/6ヶ月または1年のご契約、加盟店には広告割引など各種特典がございます。お問い合わせ・加入希望はメール [staff@oh-shun.com](mailto:staff@oh-shun.com) または TEL0197-34-2177 までどうぞ。(平日 10:00～16:00)



## 水沢

店舗名	住所	TEL	営業時間	定休日
<b>ファッション・雑貨・デザイン</b>				
ブレッセ水沢店	水沢横町 229	0197-22-5544	10:00~18:00	不定休
きもの京紅 水沢店	水沢駅前/目黒コブアビル1階	0197-51-7311	10:00~19:00	水曜日
梅小花	水沢横町 41	0197-24-3100	(月・水・金)15:00~18:00 (火・木・土・日)10:00~18:00	第1木曜日・第2土曜日・第3日曜日
ふりそで マイン	水沢土田 11-10 幹事のあのでら1階	0197-51-6660	10:00~18:00	水曜日・木曜日
きもの(有)あさ川	奥州市水沢台町 5-5	0197-25-6165	10:00~18:00	月曜日・日曜日
<b>美容・理容・健康</b>				
ナカノメ薬局	水沢吉小路 46-1	0197-22-2047	9:00~19:00	日曜日・祝日
錦及川薬局	水沢横町 81-2	0197-23-2632	8:30~18:30(土曜14:00まで)	日曜日・祝日
美容室ベルモード	水沢吉小路 2	0197-23-6335	9:00~18:00	月曜日・第1・3火曜日
心療術院 リンパメディカル	水沢北田11-5 S.T.オフィス102号	0197-22-6266	9:00~19:00	日曜日
ヘアサロンスズキ	水沢大手町 3 丁目 35	0197-23-3929	8:30~18:00	月曜日・第1火曜日
錦及川薬師 けいとく店	水沢佐倉河字豊徳 26-2	0197-47-4471	(月・木)8:30~19:00 (火・金)8:30~17:30(水・土)8:30~12:30	日曜日・祝日
cut salon FIX	水沢東大通り 2 丁目 1-7	0197-22-5585	9:00~19:00	火曜日
クレイガーズ奥州水沢	水沢横町 99	0197-34-0626	平日14:00~22:00、土・日・祝11:00~20:00	月曜日(祝日の場合は翌日)
ドクターネイル爪革命岩手	奥州市水沢中町 23-76	070-2808-5949	10:00~19:00(最終受付17:00) ※時間外要相談	金曜日・祝日・第2、4土日定休(臨時休業あり)
<b>お菓子・飲食店・スーパー</b>				
コーヒーハウスりょんりょん	水沢中町 39	0197-25-2965	10:00~18:00	日曜日・祝日
蕎麦 悦	水沢中町 23-78	0197-27-0985	(火~土)11:30~14:00 17:30~L.O.20:00 (日)11:30~14:00(夜は予約コースのみ)	月曜日(祝日の時は火曜日)・第3火曜日
菓子処 後藤屋	水沢大町 78	0197-23-2931	8:30~18:30	年中無休
お食事処 梅ふたつ	水沢吉小路 48-4	0197-23-4664	11:00~14:00、17:00~20:00	不定休
和洋と餅の店 ささ忠	水沢横町 205	0120-23-3621	(1F和洋店)10:00~18:30 (2F食事処)11:30~14:00 (L.O.13:30) 17:30~21:10 (L.O.20:30)	日曜日・月一回水曜日
Kマート	水沢川端 226	0197-25-4155	9:00~21:00	年中無休
南町 更科	水沢南町 5-25	0197-23-4017	9:30~14:30	毎月1・10・20日
レストラン エルミタージュ	水沢佐倉河字前田 17-2	0197-24-7284	11:30~14:30(L.O.13:30)、17:30~20:00(L.O.19:00)*夜は要予約	月曜日
回転船 清次郎 水沢店	水沢佐倉河字豊徳 49-1	0197-51-8585	11:30~21:00(L.O.20:30)	年中無休
大正堂菓子舗	水沢羽田町駅前 1 丁目 63	0197-23-4295	10:00~18:00	水曜日
<b>くらし・生活</b>				
ハートアイ	水沢横町 2-1 メイプル地階	0197-51-1484	9:00~18:00	土・日・祝・年末年始
水沢ガスショールーム	水沢横町 95 メイプル西館	0197-25-8888	9:00~17:00	年末年始・GW・お盆
有限会社 鳥海米穀店	水沢東町 27-1	0197-23-2322	9:00~18:00	日曜日・祝日・第2土曜日
リカーハウスこばやし	水沢中町 88	0197-24-3939	9:30~19:00	日曜日・祝日
株式会社 ハローワーク	水沢御町 3-12	0197-47-4151	8:00~17:00	
うたなカフェ さくらの湯	水沢佐倉河字明神堂 27	0197-51-6211	10:00~21:00(受付20:30まで)	第1・第3水曜日
フォトスタジオ 近代社	水沢中町 9-1	0120-24-1140	9:00~18:00	不定休
水沢信用金庫本店	水沢字日高西 71-1	0197-23-5191	9:00~15:00	土・日・祝・年末年始
税理士法人 あおば会計	水沢字谷地明円 60-9	0197-25-6330	8:30~17:30	土曜日・日曜日
フォト EYE	水沢南大釜 1 丁目 1-1	0197-25-2680	9:00~18:00	年末年始
水沢 翠明荘	水沢大手町 5 丁目 33	0197-25-3311		年中無休
株式会社 正和印刷	水沢川原小路 1	0197-23-2431	8:30~17:30	土・日・祝日
岩手日産自動車株式会社 水沢店	水沢字多興 6-2	0197-24-1123	9:30~18:30	水曜日
さすがや 水沢後藤屋店	水沢後藤屋西 28-10	0197-47-5010	10:00~19:00	年中無休
有限会社小沢商会	水沢佐倉河字中ノ町 60	0197-23-3331	9:00~18:00	日曜日・祝日
珠玉の湯 薬師堂温泉	水沢佐倉河薬師堂 27	0197-23-4126	5:00~21:00(受付20:00まで)	年中無休
オートバックス 水沢店	水沢佐倉河字横橋 4-1	0197-25-3188	10:00~19:00	年中無休
ドコモショップ奥州みずさわ店	水沢佐倉河字後徳 29-1	0120-554-440	10:00~19:00	第2火曜日
ホンダカーズ岩手南橋	水沢佐倉河字前田 25	0197-23-5300	9:00~18:30	年末年始・お盆
リサーチ 四季の抄	水沢佐倉河字川原田 71-1	0197-51-5100	9:00~21:00	火曜日・第2・4・5水曜日
錦トキワ	水沢佐倉河字羽田 74-1	0197-24-5998		
あべ印刷	水沢佐倉河字東広町 60	0197-24-8303	8:30~17:30	土・日・祝日



加盟店にOh!Shunを設置しています♪お近くのお店でゲットしてください!

店舗名	住所	TEL	営業時間	定休日
<b>暮らし・生活</b>				
シャティ たつのや 水沢店	水沢花園町 1-5-35	0197-25-3711	9:30~18:00	元日
JA岩手ふるさとローンセンター	水沢東大通り 1丁目 8-17	0197-34-4018	8:00~18:00(10~3月は17:00まで) 末日曜日16:00まで	土・祝・年末年始
㈱水沢タクシー	水沢東大通り 2丁目 3-30	0197-25-8181	24時間営業	年中無休
産直 来夢くん	水沢真緒字杉の下 51	0197-26-4141	(直売所)9:00~18:00[通年] (レストラン)11:00~15:00 (アイス工房)9:00~17:00 (ベーカリー)9:00~15:00	水曜日・1/1・1/2
大内保険事務所	水沢上前体 5-8-8	0197-34-0638	9:00~17:00	土・日・祝日
OIGENファクトリーショップ	水沢羽田町字堀ノ内 45	0197-24-2411	10:00~17:00	水曜日
有限会社 アルファー住設	水沢真緒字北上野 1-3	0197-22-6448	8:00~17:00	日・祝日・夏期休暇・年末年始
<b>住まい</b>				
㈱ヨシダ室内装飾 カーテンハウスルモンド	水沢字聖天 122-3	0197-25-2437	9:00~18:00	第1・2・3土曜日
千葉建設株式会社	水沢字内西田 39	0197-23-4018	8:00~17:30	第2・4土曜日・日曜・祝日
M&S エステート	水沢吉小路 4-3	0197-22-8631	9:00~18:00	水曜日
サンハウス ㈱サンエス装飾	水沢佐倉河字熊野堂 18-1	0197-23-5224	10:00~17:00(本社/8:00~17:10)	水曜日(本社/日・祝)
EC両岸コーポレーション㈱ 木とくらしの情報館	水沢佐倉河字豊徳 71	0197-22-2255	10:00~17:00	水曜日
不動産 アヴァンティ㈱	水沢字台町 1-52	0197-34-1251	9:00~18:00(受付17:30)/日17:00まで(受付16:00)	水・土・祝日
<b>幼稚園・保育所・託児所・高齢者福祉法人</b>				
水沢子ども園	水沢字大町 26	0197-23-3317	7:00~18:00(預かり19:00まで)	日・祝・年末年始
<b>病院・医院</b>				
いとう矯正歯科クリニック	水沢桜原敷 701	0197-51-7775	(火~金)10:00~13:00,15:00~19:30 (土)9:00~12:30,14:00~18:00	月・日・祝日
内科ひばりが丘クリニック	水沢川端 20-3	0197-22-8228	9:00~12:00,15:00~18:00	日祝、木土午後
高野歯科クリニック	水沢谷地町円 37-7	0197-23-2488	9:00~12:00,14:00~18:00	日祝、水土午後
竹花乳腺クリニック	水沢山崎町 8-1	0197-24-7000	8:50~11:30(初診は11:00),13:20~16:50(初診は16:00) 土曜12:00迄受付(初診は11:30)	火・日・祝・土午後
奥州病院	水沢東大通り 1丁目 5-30	0197-25-5111	(内科・外科)9:00~12:30※午後の診療についてはお問い合わせ下さい。 (歯科・歯科口腔外科)9:00~12:30,13:30~17:30	土日祝、お盆、年末年始
かじかわクリニック	水沢佐倉河字豊徳 26-1	0197-47-4733	(月・木)8:30~12:00,14:00~18:00 (火・金)8:30~12:00,14:00~17:30(水・土)8:30~12:00	日曜・祝日
社団法人 啓蒙会	水沢羽田町駅前 2-87	0197-22-2688		
医療法人 本田医院 本田胃腸内科	水沢西町 4-21	0197-23-7581	8:30~12:00,14:00~17:30 (水・土)8:30~12:00	日祝・水土午後
NEW 胃腸クリニック	水沢谷地町円 53-1	0197-25-5055	9:00~12:00,14:00~17:30 (土)9:00~12:30	日祝・木土午後

## 胆沢

<b>暮らし・生活</b>				
第五農産物加工センター ひめかゆ	胆沢若柳字天沢 52-7	0197-49-2006	9:30~21:00	水曜日
<b>幼稚園・保育所・託児所・高齢者福祉法人</b>				
社会福祉法人 奥州いざわ会	胆沢南郷田字加賀谷地 416	0197-46-5111		年中無休
<b>病院・医院</b>				
見分森・丸田クリニック	胆沢小山字川北 35-1	0197-24-6546	9:00~12:00,14:00~17:30	木・日・祝・土午後



江刺

店舗名	住所	TEL	営業時間	定休日
<b>飲食店</b>				
回進堂	江刺巽岩手力石 211	0197-35-2636	8:30~18:30	元日
日本と抹茶カフェ お茶の道楽園	江刺西大通り 3-11	0197-35-1521	9:30~18:30	水曜・第1日曜
喫茶 ポブラ	江刺米町 7-6	0197-35-2941	10:00~18:00	月曜
<b>くらし・生活・医院</b>				
株式会社プロワーカー	江刺八日町 1丁目 9-37	0197-31-0543	8:30~17:30	土・日・祝日
ガーデン&エッセイリア CLASSICO	江刺八日町 1丁目 8-12	0197-31-1550	9:00~17:00	日曜
わいわいネット株式会社	江刺大通り 1-5	0197-31-2288	9:00~17:00	土・日・祝日
<b>美容・健康</b>				
ヘアサロン ファッション 須田病院 中町分院	江刺中町 9-27	0197-35-4157	9:00~18:00(最終18:00)予約優先	日曜・祝日

前沢

飲食・美容・健康・くらし・医院				
前沢牛オガタ牛荘おがた原商店	前沢向田 1丁目 22	0197-56-7729	11:30~L.O.14:30, 17:00~L.O.19:30	不定休
ザンドフェイスサロン オルタンシア	前沢字神田 81-12 コーポ神田 108 5階	0197-47-4556	10:00~20:00(最終受付18:00)	日曜・祝日
カーリサイクル リプロ	前沢新城 49-11	0197-56-5938	8:30~17:30	日・祝・他
田村川上医院	前沢字七日町裏 86-1	0197-47-3946	9:00~12:00, 14:00~17:30	日・祝・木土午後

金ケ崎

お菓子・飲食店				
メフレ市場食堂	金ケ崎町六段下二の町 210	0197-41-9111	7:00~13:30	日・祝・市場が休業時の水曜
<b>くらし・住まい・医院・ファッション</b>				
永岡温泉 夢の湯	金ケ崎町赤沢石持沢 6-284	0197-44-3420	日帰り6:00~21:00 宿泊あり	不定休

北上

お菓子・飲食店				
お菓子の泉泉堂	北上市南船町 1-2-17	0197-63-2521	9:00~18:00	年中無休
<b>くらし・住まい・医院・ファッション</b>				
三井住友海上エージェンシーサービス	北上市大通り2丁目3-13北上ビル4階	0197-72-7626	9:00~17:00	土・日・祝日

産直農薬くんで「食育ソムリエ」として活躍中の平山恵美子さんの主婦レシピ

シェフレシピ vol.67

ほうれん草の  
マカロニたまごサラダ

材料(4人分)

- ほうれん草..... 200g
- 茹で卵..... 2個
- マカロニ..... 50g
- ★マヨネーズ..... 大さじ3
- ★酢..... 大さじ1
- ★砂糖..... 小さじ1
- ★塩、胡椒..... 少々



〈つくり方〉

- 鍋に湯を沸かし、卵を11分ほど茹でて冷水に浸しておきます。
- 別鍋にひとつまみの塩を入れて湯を沸かし、ほうれん草をサッと茹でて冷水に5分ほど浸します。
- ほうれん草を絞り、3センチの長さに切ります。
- マカロニは表示通りに茹でておきます。
- ①の卵の殻を剥き、ざく切りにします。
- 全ての材料と★を混ぜ合わせて出来上がりです。

ほうれん草は鮮度が命!冷蔵庫で保存していても日に日に栄養が失われてしまいます。すぐに使わない時は、鮮度の良い状態で下茹でをして冷凍保存しましょう。栄養を損なうことなく、調理時間の時短にもなるのでおすすめです。



# 月刊Oh!Shun3月号 読者アンケートプレゼント

※当選者には4月10～15日に引換券を郵送致します。  
 ※写真はイメージです。 ※お食事券、引換券はおつりはできません。



引換券  
郵送

1 クレープショップ MOGMOG  
 バナナチョコクリームクレープ  
**《10名様》**



引換券  
郵送

2 カミヤ  
 パイロットボールペン1本  
**《5名様》**



引換券  
郵送

3 米こやマルシェ  
 おすすめパンプレゼント  
**《3名様》**



優待券  
郵送

4 須田施術院 中町分院  
 初めての方に5,500円分の施術優待券  
**《2名様》**

- ◆お一人様一週のご応募をさせていただきます。
- ◆百選はかきでも受け付けます。
- ◆応募締め切り…2024年3月31日(日)消印有効
- ◆プレゼントの当選者様には、郵送で通知させていただきます。
- ◆貼付する切手に不足分がないよう、ご注意ください。

《かんたんかん》

POST CARD

0230402

お手数ですが、63円分の切手を貼ってご投函ください。

岩手県奥州市胆沢小山字下笹森89-1

月刊Oh!Shun編集室

2024年3月号 vol.210

読者アンケートプレゼント係行

※ご精選の プレゼント番号を 1つご記入ください。		<input type="text"/>		男性 <input type="checkbox"/>	女性 <input type="checkbox"/>
氏名	年齢	性別	年齢	性別	年齢
ペンネーム	住所	性別	年齢	性別	年齢
TEL	TEL	性別	年齢	性別	年齢

※応募された方の個人情報を本誌企画以外の目的に利用することはありません。





真っ赤ないちご  
召し上がれ♪

## 編集後記 -Editorial Note-

テーマ：〇〇卒業



akane

怒りんぼお母さん卒業!子どもに「お母さんいつも怒ってる」...ああ反省。イラッとしたら深呼吸。なるべくなら笑ってる顔を沢山見せたいから、余裕を持てるように過ごしたい。

ズバリ「すばらを卒業!」すぐにゴロゴロしたくなる。ま、いっか!で終わっちゃう。もう少し細かい性格になりたいなあ。



megumi



hiromi

小3の一人息子の添い寝はもう卒業かなと思っていましたが、私調べではまだ一緒に寝てる方も多そう。もう少しめんこい寝顔を拜めるかな...でもそのまま覆落ちは卒業したい。

ネガティブ思考を卒業したいです!!悪い方に捉えたりすることが多いので何でもポジティブに考えられるようになります。「私は私なんだー!!」って。



marie

※クーポンご使用の際は、必ず切り取って各お店へお持ちください。  
※基本的に1枚につき1名様有効です。

cafeSugarDrop

クレープ100円引き

月刊Oh!Shun3月号クーポン(2024年3月1日~31日)まで有効

産直来夢くん

ベーカリーコーナーにて  
パンおひとつプレゼント

※クーポンのみの利用は不可

月刊Oh!Shun3月号クーポン(2024年3月1日~31日)まで有効

BlueTerrace

商品購入で  
コーヒー1杯サービス

月刊Oh!Shun3月号クーポン(2024年3月1日~31日)まで有効

パン工房 ころしゅと

お会計から3%OFF

月刊Oh!Shun3月号クーポン(2024年3月1日~31日)まで有効

米こやマルシェ

1,000円以上購入で100円引き

月刊Oh!Shun3月号クーポン(2024年3月1日~31日)まで有効

心療術院

初めて来院の方500円引き

月刊Oh!Shun3月号クーポン(2024年3月1日~31日)まで有効

3月号 COUPON

KURA's CAFE.

好きな商品100円引き

月刊Oh!Shun3月号クーポン(2024年3月1日~31日)まで有効

やおや果フェ

550円以上の商品50円引き

※おひとり様1回限り有効

月刊Oh!Shun3月号クーポン(2024年3月1日~31日)まで有効

千葉農園

入場料100円引き

月刊Oh!Shun3月号クーポン(2024年3月1日~31日)まで有効

奥州ふイロプラクティック 須田施術院 中町分院

初診検査料1,100円→無料

※予約優先制

月刊Oh!Shun3月号クーポン(2024年3月1日~31日)まで有効

不動産 アヴァンティ株式会社

仲介手数料2,000円引き

※ご契約考慮に限り有効

月刊Oh!Shun3月号クーポン(2024年3月1日~31日)まで有効

## 2024年3月号アンケート

1 《Oh!Shun》第210号の中から、面白かった記事を選んでください。

今月の一杯  いちごに夢中  おすすめ文房具  インフォメーション  小梅便り  シュフレジビ  ペットの写真写真コーナー

2 《Oh!Shun》をどちらで手に入れましたか?

3 4月号新着ページ「小梅便り」の「テーマ...」について教えてください。

4 「今まで住んでみた土地は何処?」について教えてください。

5 今月の《Oh!Shun》のご感想・ご意見、その他なんでもご記入ください。

※実際に読んでみたお店の感想、または紹介したいお店などありましたらお書きください。

ご協力ありがとうございました。今度も皆様のご意見をご参考に、よりよい誌面作りをめざしていきます。

- ◆ 右記の応募要項を明記の上、切手を貼っての返送面へください。
- ◆ お一人様1通の応募とさせていただきます。
- ◆ 官製はがきでも受け付けます。
- ◆ 応募締め切り...2024年3月31日(日)消印有効
- ◆ プレゼンターの当選者様には、電話で通知させていただきます。

※海老蔵手真・イラスト等の無断複製・転載を禁じます。



# Oh! Shun

おー!しゅん

街を楽しく!  
人を元気に!

岩手県南の情報誌

## おすすめ 広告プラン

お気軽にお問い合わせください! TEL0197-34-2177

一般  
向け

### 全広告サイズ対応!お試し3ヶ月パックプラン

一般初回のみの特例プラン ※お申し込みは一度限り ※申込後のキャンセル不可  
広告料金(参考) 1段(横77.5×縦73.5 or 横160×縦34.3)~

通常料金(掲載料のみ)  
(税込)22,000円×3ヶ月  
66,000円~

15%  
OFF

通常料金(掲載料のみ)  
(税込)18,700円×3ヶ月

56,100円~

加盟店  
向け

### 全広告サイズ対応!加盟店限定1年パックプラン

加盟店のみの特例プラン ※申込後のキャンセル不可  
広告料金(参考) 1段(横77.5×縦73.5 or 横160×縦34.3)~

通常料金(掲載料のみ)  
(税込)16,500円×12ヶ月  
198,000円~

20%  
OFF

通常料金(掲載料のみ)  
(税込)13,200円×12ヶ月

154,400円~

### 料金統一!求人広告プラン

※申込先着順掲載(先着 基本6枠限定)

※形式固定枠

5,500円

一般&  
加盟店  
向け

### お得な取材記事広告!ショップガイド規約変更

1Pの1/2サイズ~ (税込)33,000円~ 取材・校正・制作費含

1店舗につき1回のみ掲載 → 1年に1回のみ