



小物協力/ナカノメ葉同



奥州市水沢吉小路48-4 ☎0197-23-2452

一口飲めば広がるスパイシーな香りと豆乳のまろやかさ
ボカボカ身体が温まるカフェインフリーの一杯
旬のかぼちゃを使った、ほろ苦いカラメルがポイントの
かぼちゃプリンも一緒にどうぞ

『今月の一杯』

pressé cafe
☎0197-22-5544
奥州市水沢横町229 2F
定休日/水曜日
営業時間/10:00~17:00 ランチタイム11:30~14:30
駐車場/有(5台)
支払方法/現金・PayPay・各種電子マネー

PRE SENT

ソイチャイ 650円
かぼちゃプリン 480円

セレクトショップ「pressé」の2階に 11月にオープン
誰でも気軽に立ち寄れるホッとくつろげるカフェ





温泉に 行こう

今年も残すところあと1ヶ月

1年頑張った自分に

温泉と美味しい食事でゆっくり至福のひとときを

ココロとカラダを癒して、明日、そして来年への活力に

金ヶ崎

永岡温泉 夢の湯

ながおかおんせん ゆめのゆ

金ヶ崎町永沢石持沢6-284

TEL/0197-44-3420

日帰り温泉利用時間/6:00~21:00

定休日/不定休

駐車場/有

入浴料/大人600円 小学生200円

幼児無料

お風呂/大浴場・檜風呂・サウナ・貸切風呂

効能/運動機能障害・慢性消化器病・

リウマチ・神経病など



担々麺 900円

新登場!胡麻の風味が癖になる
ちよいぴり辛担々麺



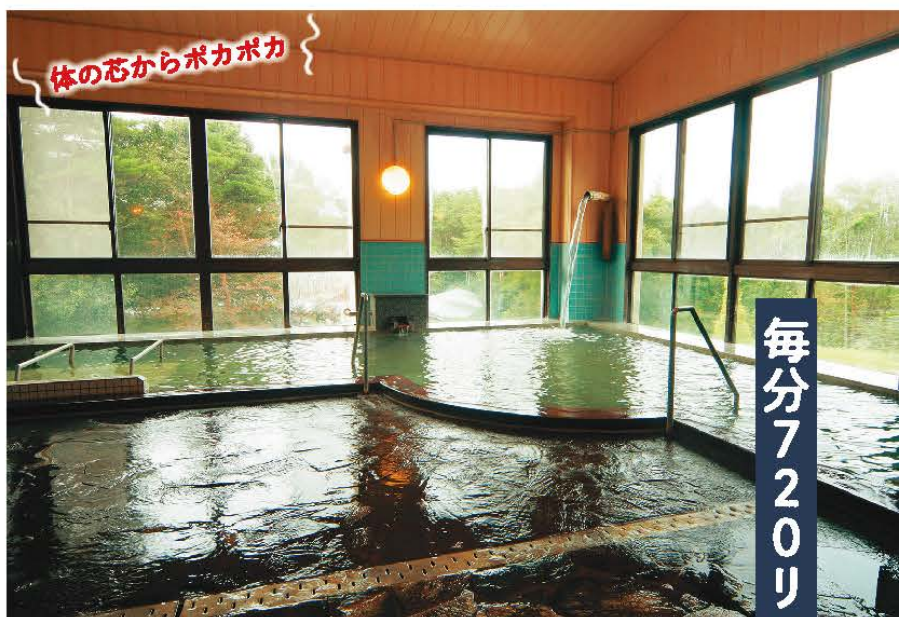
忘年会・新年会には、ゆめ弁当がお勧め!
もちもち炊き込みご飯にボリューム満点ちゃんこ鍋もついてくる

ゆめ弁当 3,600円

食し切り個室・入浴料・送迎付き

5名以上要予約 昼限定(10:00~15:30)

体の芯からポカポカ



毎分720リットルの豊富な源泉

源泉かけ流しが好評の夢の湯。大浴場や檜風呂、サウナもあり、思い思いの楽しみ方で温泉を満喫できる。10月に導入されたクレーンゲームやガチャポンは子ども連れにも大人気。家族みんなでワイワイ、そして美味しい食事と温泉でまったり。楽しい時間を過ごしてみて。



水沢

うたたねカフェ さくらの湯

PRE
SENT

奥州市水沢佐倉河字明神堂27

TEL/0197-51-6211

日帰り温泉利用時間/10:00~21:00

(最終入館20:30)

定休日/第1・3水曜日

※1月は第3水曜日のみ

祝・祭日・お盆の場合は営業

駐車場/有 入浴料/大人(中学生以上)800円

小学生400円 幼児無料

お風呂/内風呂・露天風呂・檜風呂(ぬる湯)

サウナ風呂・水風呂

効能/筋肉若しくは関節の慢性的な痛み又は

こわばり、運動麻痺における筋肉の

こわばり、冷え性、末梢循環障害



そば御膳(鮎漬け丼) 1,400円

時間無制限の館内。温泉に入ったあとは、マンガを
読んでリゴロゴロゆっくりうたたねしたり...

源泉かけ流しで、ぽかぽかしっとり

リラックスして滞在できる人気温泉

庭園を眺めながら入る露天風呂
はもちろん、美味しい食事やうた
たねルーム、コミック2000冊
にセルフコーヒーマシンなど、無料
サービスも充実のさくらの湯。
お風呂は大浴場、源泉かけ流し
ぬる湯のヒバ風呂、露天風呂、
水風呂を備えたサウナ風呂が
楽しめる！今年1年の疲れを
癒しながら、ゆっくり至福の
時間を過ごして。



金ヶ崎

金ヶ崎温泉 駒子の湯

PRE
SENT

金ヶ崎町西根和光544番地1

TEL/0197-43-2227

日帰り温泉利用時間/9:00~21:00

(最終受付20:30)

定休日/無 駐車場/有(60台)

日帰り温泉料金/大人600円 小学生300円

未就学児無料

お風呂の種類/内風呂・水風呂・サウナ

効能/神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、

運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、

慢性消化器病、痔疾、冷え性、病後回復、

健康増進、きりきず、やけど、慢性皮膚病、

虚弱児童、慢性婦人病



ステーキ丼 800円

コスパ抜群！丼ぶりの中にサラダも入り、
栄養バランスも良くおすすめの一品湯冷めしにくいと好評の
塩分を多く含む黄色透明なお湯体の芯までポッカポカ！
駒ヶ岳の麓にある温泉

源泉掛け流しの日帰り温泉駒子の
湯は、一般の入浴客はもちろん、
隣接する和光ドーム(テニス・
ゲートボール場)を利用した人の
入浴や憩いの場として利用され
ている。そしてなんといっても、
年中にぎわっている食堂の多彩な
メニューにビックリ！ぜひ、足を
運んでみて。

金ヶ崎

PRE
SENT

千貫石温泉 湯元 東館

せんがんいしおんせん ゆもと とうまかん

金ヶ崎町西根二枚橋5番1

TEL/0197-43-3300

日帰り温泉利用時間/7:00~21:00

※最終入館20:30

定休日/年中無休 駐車場/有

日帰り温泉料金/大人500円 小学生200円

幼児100円

お風呂の種類/内風呂・露天風呂・サウナ

効能/きりきず、やけど、慢性皮膚病、糖尿病、痛風、
肝臓病など

北上カントリークラブ



▲HPはこちら



湯上りは広々としたロビーで
のんびりしたい人には2階の有料大広間もおすすめ



湯量が多く豊富なお湯が溢れる温泉

開館30年を迎える温泉旅館



山菜そば 600円

ねぎの下にはたっぷりのなめこやわらび
なんともホッとする味

男女ともに3つの浴場、サウナを
完備し、なめらかなお湯は肌に
良くすすすべになると評判。
循環や加温加水なし、源泉かけ
流しの贅沢なお湯は新鮮さも
魅力。大浴場でゆったり、露天
風呂でほっこり。日頃の疲れを
癒しに出かけてみよう。

北上

瀬美温泉

北上市和賀町岩崎新田1-128-2

TEL/0197-73-7294

日帰り温泉利用時間/10:00~19:00

定休日/年中無休

駐車場/有 (40台)

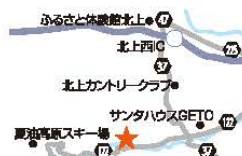
日帰り温泉料金/大人(中学生以上)1,200円

小学生400円

3才以上200円

お風呂の種類/内風呂・露天風呂

効能/神経痛、腰痛、肩こり、アトピーなど



3つの源泉の中から好みを探してみよう!

山あいに佇む静かな温泉宿



牛すじ煮込定食
(ご飯、味噌汁、小鉢、香の物付き) 1,500円

県産黒毛和牛の牛すじ
を柔らかく調理した
おすすめの一品

3つの異なる源泉が自慢の瀬美
温泉。湯量も豊富な源泉かけ流しで
好みに合わせてたっぷりと温泉を
楽しめる。貸切風呂もあるので、
周りを気にせず家族だけでゆっ
くりと利用出来るのも嬉しい。
せせらぎを感じながらほっとした
時間を過ごしてみては?



館ヶ森高原 ホテル

一関市藤沢町黄海字衣井沢山87

TEL/0191-63-5600



日帰り温泉利用時間/9:00~21:00

定休日/水曜・木曜日

駐車場/有(40台)

日帰り温泉料金/大人600円(19:00以降500円)

小学生400円

未就学児無料

お風呂の種類/内風呂

効能/腰痛・神経痛の緩和、肩こり、うちみ・くじき、
疾病、疲労回復、水虫、冷え性、しもやけ



トロン温泉はなめらかで柔らかい湯あたりが特徴
入浴後も肌がしっとり保湿される

体の芯からポカポカ温まるトロン温泉



館ヶ森高原豚の スペアリブランチセット 2,640円

館ヶ森高原豚をオリジナルのタレに漬け込み焼き上げた一品
ライス、スープ、サラダ、デザート付き(※要予約)

マイナスイオンを発生する「トロン
原石を使った準天然トロン温泉。
マイナスイオンの働きで、心も
身体もリフレッシュ。見晴らしの
良い広大な自然に囲まれた温泉に、
ゆったり浸かって、のんびりと
過ごしてみては。



COUPON

入浴料半額

真湯温泉 センター

一関市巖美町字真湯1

TEL/0191-39-2713



日帰り温泉利用時間/10:00~19:00

(最終受付18:30)

定休日/不定休(お問合せ)

駐車場/有

日帰り温泉料金/一般600円

小学生300円

乳幼児無料

お風呂の種類/内風呂・露天風呂

効能/筋肉痛、関節痛、こわばり、冷え性、
皮膚乾燥症、切り傷、疲労回復



「真湯コテージ」4名 12,000円～



四季折々のうつろいを感じられる
源泉かけ流しの露天風呂
雪見風呂も楽しい季節

季節の美しさを感じながら
癒されるひととき



しょうゆラーメン 700円

比内地鶏のコクと香り、
一番人気のしょうゆラーメン

須川温泉の「なおいし湯」として
知られ、緑豊かな露天風呂と、
広々とした内風呂の2種類の源泉
が楽しめる。宿泊施設の「真湯
コテージ」や、レクリエーション
施設の「ジャブジャブ広場」、テニス
コートなどアクティビティも充実
する温泉。



花巻

COU
PON日帰り入浴
200円引き

渡り温泉

ホテルさつき

花巻市湯口字佐野21-8

TEL/0198-25-2110 X@f

日帰り温泉利用時間/11:00~20:00

(最終受付18:00)

定休日/火曜日

※団体貸切・設備メンテナンスの為休館の場合有
駐車場/有(150台)

日帰り温泉料金/大人800円 小学生400円

お風呂の種類/大浴場・露天風呂・サウナ・水風呂

効能/神経痛、関節痛、五十肩、
慢性消化器病、冷え性等広々とした大浴場
山々から吹く風の香りで癒される露天風呂も♪四季折々の花やみどりに
囲まれた上質な湯自然豊かな山風景が眺められる
開放的な露天風呂が人気のホテル
さつき。広々とした湯船の大浴場
とサウナや水風呂も完備されて
いるので、ゆったりとした時間を
過ごしてみて。

彩華膳A 5,500円+入湯税

昼食・入浴・休憩付きの日帰りプラン(11:00~15:00)予約は3日前までに



花巻

悠の湯
風の季PRE
SENT

花巻市湯口松原36-3

TEL/0198-38-1125 @

日帰り温泉利用時間/10:30~15:00

(最終受付14:00)

定休日/水曜・木曜日

駐車場/有(60台)

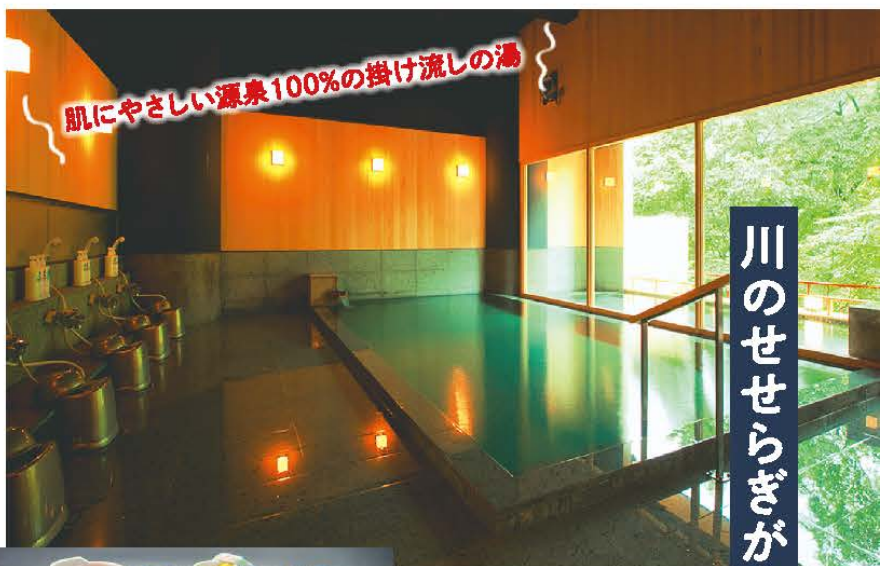
日帰り温泉料金/大人770円

小学生300円

幼児200円

お風呂の種類/内風呂・半露天風呂・露天風呂

効能/神経痛、筋肉痛、関節痛など



肌にやさしい源泉100%の掛け流しの湯

川のせせらぎが心地よい美人の湯

木々の木漏れ日が優しく降りそそぎ、
四季を映し出す開放的な温泉が
楽しめる悠の湯風の季。自慢の
温泉は、美肌効果が高いと評判の
アルカリ性単純泉。柔らかな泉質の
美人の湯に浸かって癒しのひと時
をどうぞ。

月替わりお膳 2,820円

食事・入浴・フェイスタオル付のプラン。季節の食材を取り
入れながら毎月変わる人気のメニュー。予約は、2名様以上
で利用日の前日14:00迄の受付



ペットの写真コーナー

Special



前沢
伊藤さんの
やすだ
(オス・4ヶ月)



前沢
伊藤さんの
③ チョコ
(メス・1歳)
③ バニラ
(オス・1歳)



水沢
戸崎さんの
はる
(オス・2歳)



水沢
亀井さんの
ソラ
(オス・4歳)



水沢
岩淵さんの
③ 幸(こう)
(オス・1歳)
③ レオ
(オス・2歳)



水沢
金森さんの
さくら
(メス・7歳)

キレイな
オッドアイ！

水沢
金森さんの
わらび
(メス・4歳)
おこげ
(メス・3歳)



このQRを
読み込んでね



／ 中におじさん入ってるの？
とよく言われます ／

水沢
千葉さんの
小次郎
(オス・5歳)



水沢
石川さんの
たんたん
(オス・10歳)

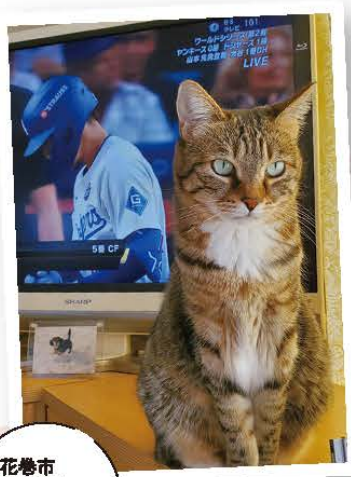


／ かわいいおしり♡ ／

北上市
中野さんの
陸
(オス・15歳)



／ ご長寿にゃん
哀愁漂ってる★ ／



テレビより
私を見て！

花巻市
内館さんの
みう
(メス・9歳)



水沢
藤原さんの
タロキチ
(オス・21歳)

奥州市
佐藤さんの
わんた
(オス・6歳)



奥州市
佐藤さんの
つう
(メス・8歳)

**令和6年度
かもん金ヶ崎イルミネーション**
毎年好評のかもん金ヶ崎イルミネーション。
駅前イベント広場のLEDイルミネーション点灯
で、心もほっこり。
点灯期間／12月6日(金)～
2月16日(日)
場所／金ヶ崎駅前イベント広場周辺
点灯時間／16:00頃～22:00頃



**かもんカレーがさき
スタンプラリー2024**
スタンプを集めてステキな賞品をGETしよう!
期間／開催中～2月11日(火・祝)



金ヶ崎町観光協会
金ヶ崎町西根伊勢分23-5
TEL 0197-42-2710

**前沢ライオンズクラブ
第26回
歳末たすけあいチャリティーショー**
日付／12月8日(日)
開場／9:30 開演／10:00
入場料／無料
(購金にご協力をお願いします)



前沢一輪車クラブ演技発表会
今年の発表会は、クラブ員、コーチ、OG
OBとアルスノバだけの単独公演となり
ます。一年間の集大成となる演技とな
つかしい顔、演技をお届けします。
お楽しみに!!
日付／12月15日(日)
開場／13:00 開演／13:30
入場料／無料



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

**うしはく座談会④
「奥州市の縄文時代晩期土器」**
日時／12月7日(土)10:30～
会場／奥州市牛の博物館
講師／牛の博物館主任学芸員
中島康佑
定員／20名 料金／無料
(要予約※前日までに電話で申込み)



**奥州市文化財調査速報展2024
関連シンポジウム
「学校資料に向き合う」**
日時／12月15日(日)13:00～
会場／奥州市牛の博物館
定員／30名
料金／通常入館料でご参加いただけます。
(要予約※前日までに電話で申込み)

**奥州市文化財調査速報展2024
「地域をうつす学校資料」**
期間／開催中～12月22日(日)
会場／奥州市牛の博物館 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

**おいさが
いっぱい
楽しいX'masパーティーに**
12月20日までの早期ご予約でポイントGET!

**12/24 クリスマスも
にぎり寿司
真流販売!**
ご予約承ります

**X'masデラックス
オードブルタワー**
4,980円 (税込5,378円)
(3～4人前/4段)

X'masオードブル
2,300円 (税込2,484円)

**オリジナル
X'mas Party
Menu**
クリスマス限定品
クリスマスパーティーメニュー

**1段目
カットフルーツ**
2段目
モートデリ

**3段目
オードブル**

**サモンの豪華、いざや
なんだんNE使い
外側はくるりとし煮し海苔で
巻きました!**
クリスマスデザート
アイスデザート

**星型
海鮮ちらし煮**
(税込1,844円)
1,800円 (税込1,944円)

**お寿司の
ケーキ**
2,750円 (税込2,970円)

**クリスマス限定品
オリジナル
X'mas Party
Menu**
クリスマス限定品
クリスマスパーティーメニュー

**カット
フルーツ
オードブル**
1,000円 (税込1,080円)

**ロケルマンマルシェ
シュトレレン**
1,280円 (税込1,382円)

Kanon 東前町「パティスリー真白」
ご予約は13日まで
お渡しは24日のみ

ホワイトクリスマス 4,968円 (税込5,260円)
クリスマスシェン 4,500円 (税込4,725円)
ダブルチーズケーキ 4,868円 (税込5,161円)
マンブラン 4,860円 (税込5,154円)

オーガーシニア作りのケーキたち
**レストラン
エリクサン** 3,800円 (税込4,104円)
ドリームサンタ 3,800円 (税込4,104円)

**年末年始のごちそう
ご予約承ります 12/27**
近海まぐろなど
特選ネタを使います!!

特選生寿司
(30人前)
12,800円 (税込13,824円)

特選生寿司
(30人前)
4,200円 (税込4,536円)

おせち三段重
19,800円 (税込21,384円)

**お寿司は
24日まで**
30人前

**ニューシーズン
おすめアイス
入荷しました!**
パニラアイスクリーム
ワイルドベリーアイスクリーム
レモンチーズケーキアイスクリーム
パッションフルーツ
1,080円 (税込1,166円)

特別展

**「人生が夢をつくるんじゃない
夢が人生をつくるんだ 大谷翔平」**
「野球界の歴史を変える」——。花巻東高時代、自身が紙に記した夢は有言実行となり、次々と野球界の歴史を変えていく大谷翔平選手。彼のこれまでの軌跡を「年表」で振り返ります。そのほか、「号外」、「大谷選手とスポンサー契約している企業から寄贈された資料」及び「解説」を展示し、関連図書を展示貸出しています。
展示期間／開催中～3月30(日)
展示冊数／関連図書約120冊
会場／特設コーナー

フォトスポットも設置中!
株式会社伊藤商事より提供された専用パネルはフォトスポットとして写真撮影することができます。
展示の写真撮影には、窓口で申請が必要です。詳しくは窓口までお問い合わせください。



奥州市立胆沢図書館
TEL 0197-46-2133
図書館は音声ガイダンスに従い「2階」を選択

**いちのせき駅前
きらきら輝くイルミネーション**
2024年のイルミネーションは煌めくツリーをメインに据え、幻想的な光の世界を演出します。その美しい輝きは、訪れる人々の心を魅了し、絆を深めるロマンティックなスポットになります。
InstagramやSNS映えするスポットも豊富に用意されており、大切な人との思い出を残すチャンスも!ぜひ、この美しいイルミネーションツリーを堪能してください。
開催地／一ノ関駅西口駅前広場
点灯式／12月2日(月)17:30～18:00
イルミネーション点灯後、アトラクションとして一関第二高校音楽部による合唱披露(予定)
開催期間／12月2日(月)～1月31日(金)
点灯時間／16:00～23:00



一ノ関駅前イルミネーション
実行委員会事務局
(一関商工会議所内)
TEL 0191-23-3434

☆あったかクリスマス作品展
手作りリース、小物など展示販売いたします。
期間／12月2日(月)～12月25日(水)



☆冬の和布でリメイク作品展
期間／12月2日(月)～1月31日(金)



※写真はイメージです。
**☆恒例の手作り干支コーナー
☆赤方赤方 小物コーナー**

期間／12月2日(月)～2月28日(金)

☆今月の江刺物産紹介
「岩谷堂羊かんまつり」
江刺の代表的な銘菓「岩谷堂羊かん」
☆回遡堂 中型、ひとくち、ひとくち純栗
羊かん1,000円お買い上げごとに
ひとくち羊かん1個プレゼント!
☆菊正堂 本竹皮ちか包み羊かん

☆ふれあいサロン
「よ子の部屋」毎月第3木曜日
日時／12月19日(木)10:30～12:00
内容／ハンドマッサージ 無料
(メイクボランティア募々)

1/6(月)新春初売りイベント

お買い物券プレゼント
(お買い上げの方先着20名様)
手作りフリーショップ開催
10:30～14:00

☆お知らせ☆

12月より営業時間が変わります
10:00～16:00(12月～2月)
年末年始の休業 夢プラザ1/1(水)～1/5(日)
江刺バスセンター 1/1(水)

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
奥州市江刺重田町3-1-27
TEL 0197-31-1611



人と企業、人と社会を結ぶ

人材派遣会社 PRO WORKER

- ① 入社日有給休暇付与制度(規定有)
- ② 専任の担当者がサポート致します。
- ③ 事前の工場(職場)見学が出来ます。

面接会場案内

場所:さくらホール(北上)
レッスンルーム1

- ① 12月11日(水) 13:00～15:00
- ② 12月18日(水) 13:00～15:00
- ③ 12月25日(水) 13:00～15:00

HP随時更新中!!
最新求人はこちら▶



奥州市、北上市、花巻市など積極的に募集・採用活動中です!!お気軽にお問い合わせ下さい。

0197-31-0543

奥州市江刺八日町 1-9-37

営 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/prowoker/>



プロスノーボーダー/海軍音楽



<https://uto-sousou.com>

UTO
SOUSOU

自由に素敵な記念撮影を
プロ撮影でも
セルフでも
カメラマンのいない
撮影スタジオ
ここは
reolux

おすすめ映画情報

【自動音声ガイダンス】TEL 0197-64-2525

はたらく細胞

【ストーリー】

原作は清水茜による、細胞を擬人化したマンガ『はたらく細胞』(講談社「月刊少年シリウス」所載)。連載開始から話題沸騰、瞬間に大人気となり、アニメ化や多くのスピンオフ作品を生み出してきた本作の実写映画化。

映画史上最“小”の主人公……その名は、細胞!人間の体内の細胞、その数なんと37兆個。酸素を運ぶ赤血球、細菌と戦う白血球、そのほか無数の細胞たちが、あなたの健康と命を守るために日夜全力ではたらくているのだ。細胞たちの「体内史上最大の戦い」が幕を開ける!?

12/13(金)
公開

©清水茜/講談社 ©2024映画「はたらく細胞」製作委員会

お得な
料金サービスハッピーマンデー 毎週月曜日に
上映する作品 **1,100円**

ハッピー55(G.G)
55歳以上のお客様
※年齢の確認ができる
ものをご持参ください。
1,100円

ハッピーモーニング
平日朝10時台までに
上映を開始する作品
1,300円

ハッピーナイト
毎日20時以降に
上映を開始する作品
1,300円

ハッピーファースト
毎月1日に
上映する作品
1,100円

※3D作品はプラス300円頂戴します。※価格は全て税込み表示です。
※特別興行作品など、一部ご利用いただけない作品がございます。※他の割引との併用はできません。

イオンシネマ北上

〒024-0094

岩手県北上市本通り2-2-1

TM(ツインモール)さくら野 5F

上映スケジュールはこちら▶



Pâtisserie Parfum
Merry Christmas 2024
We wish you a merry Christmas

苺と生クリームの大人気クリスマスケーキ

ホワイトクリスマス

4号 (約 9.5×9.7cm) … 3,800円 (税込)
5号 (約 14.5×13cm) … 5,000円 (税込)
6号 (約 14.5×19.5cm) … 6,000円 (税込)
7号 (約 19×19cm) … 8,000円 (税込)

※スポンジ
生クリーム
イチゴ

アレルギー対応ケーキも可能です。店舗までご相談ください。

ビスコイ
ショコラ
グラーサージュ
バタークリーム
ガナッシュ

しっとり濃厚なチョコレートケーキ
オペラ
9×14cm … 4,000円 (税込)

マロンクリーム
クラッシュマロン
メープル風味ロール
マロンシャンティ

栗の味わいたっぷりのロールケーキ
マロンノエル
(小) 約 12cm … 3,000円 (税込)
(大) 約 18cm … 4,000円 (税込)

チョコムース
オレンジ
オレングラクリーム
シュクレショコラ

オレンジの爽やかさがアクセント
チョコレートケーキ
ショコラオレンジ
5号 … 4,200円 (税込)

イチゴ
カスター
アーモンドクリーム
シュクレ

苺たっぷりのかわいいいちごタルト
苺タルト
5号 … 5,500円 (税込)
6号 … 6,500円 (税込)

チョコスポンジ
チョコレート
チョコクリーム

チョコレートクリームのシンプルケーキ
ショコラクリスマス
4号 … 3,800円 (税込)
5号 … 5,000円 (税込)
6号 … 6,000円 (税込)
7号 … 8,000円 (税込)

レアチーズ
ベリーソース
チーズベイクド
シュクレ

チーズとベリーの大人気の組み合わせタルト
タルトフロマージュ
5号 … 4,200円 (税込)



パティスリー パルファン 奥州市江刺区杉ノ町2-6
TEL.0197-34-1807 / FAX.0197-34-1808
(営業時間)10:00～18:30

WEB予約は
コチラからご予約
お問合せ

TEL 0197-34-1807

【ご予約受付期間】12月18日(水)まで 【お引渡し期間】12月20日(金)～25日(水)
※前日は営業時間外となります。予めご了承ください。 ※クリスマスケーキのご予約は、店舗・TEL・WEBで承っております。

数に限りがございますので、
なくなり次第終了いたします。
ご予約はお早めにご予約ください。

岩手県初の
認定校

お金の小学校



NISAを始めたいけど分からない方

普通に貯金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

そんなあなたに **全3回のわかりやすい
通学制マネーセミナー開催中!!**

わかりやすく簡単に
お金の基本が学べます!

少人数制で
しっかり聞けます!!

将来のお金の不安ありませんか?!

第33期 12月生募集

12月教室 開催日 各コース 先着3名(要予約)

① 土曜日コース 10:00~11:30 7日(休校) 14日(休校) 21日(休校) 20代~50代の方

② 月曜日コース 10:00~11:30 2日(休校) 9日(休校) 16日(休校) 60代~シニアの方も歓迎

③ 水曜日コース 14:00~15:30 4日(休校) 11日(休校) 18日(休校) 20代~50代の方

会場 弊社 駐車場あり 参加費 2,000円(税込)
※お金の小学校運営費代金



お金の小学校 岩手校 専任講師 大内 功

大内保険・社会保険労務士事務所【奥州市水沢上峰5丁目8-8】

お申込みは、携帯 **090-8927-2825**

※ご希望のコースをご連絡願います。(担当:大内まで)

詳しくは
e-NAVITA
イーナビタ



奥州市宅地分譲 残りわずかです! 好評分譲中!

購入した土地に家を建ててお住まいいただくと

50万円の補助を受けられる制度があります。

※要件等詳しいことは「奥州市市有地分譲促進補助金」HPをご覧ください。

①第2桜屋敷ニュータウン

②マイアネタウン

③鶴田エクセルガーデン

④ニューアスティまえざわ



(お問い合わせ)

奥州市財産運用課販売推進係 (奥州市役所本庁3階)

〒023-8501 岩手県奥州市水沢大手町一丁目1番地

TEL **0197-34-2114**

詳しくはホームページをご覧ください。

奥州市市有財産売却情報 検索

(直通) <https://www.city.oshu.iwate.jp/shiyuzaisan/index.html>



〇月号が手に
入らなかった!

あの特集が
また見たい!

Oh!Shunのホームページで
最新号・バックナンバーが
読めます!

パソコン
スマホ
タブレットで



<http://www.oh-shun.com>

介護職員初任者研修課程

旧ヘルパー2級課程

居宅介護初任者研修(障害ヘルパー) 同時取得

- 期 間 令和7年1月21日(火)~3月27日(木)
全23回(平日週2~3日)
- 時 間 9:00~16:00
- 定 員 12名(先着順)
- 受講料 58,000円(テキスト代込)
- 会 場 これさぽビル2階(水沢太日通り2-1-20)
- 申込締切 令和7年1月10日(金)



奥州市介護職員初任者研修受講料助成対象者の方は受講料の半額が助成されます。※対象者・詳細については、奥州市のホームページをご覧ください。

NPO法人 高齢者地域福祉サポートセンター



奥州市水沢太日通り2-1-20

ホームページで情報発信中
<http://www.koresapo.jp>
「これさぽ」で検索

メール: contact@koresapo.jp

TEL: 0197-24-1474

FAX: 0197-47-3460

マシンオペレーター募集

職種 ▶ マシンオペレーター
仕事内容 ▶ 精密金属加工
雇用形態 ▶ パート(社員登用制度有)
資格 ▶ 普通自動車運転免許(通勤用)
勤務地 ▶ 奥州市胆沢南都田字片子沢147-3
勤務時間 ▶ 8:00~17:00(休憩時間計60分有)
休日・休暇 ▶ 週休二日制
年間118日(2024年会社カレンダーによる)
給与 ▶ 時給1,000円~
応募 ▶ まずはお気軽にお問い合わせください。月曜~金曜

ティール工業株式会社 水沢工場 ☎0197-46-3160
〒023-0401 奥州市胆沢南都田字片子沢147-3

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



水沢競馬場 スタート地点での発走係員

職種 ▶ 発走係員
仕事内容 ▶ 発走(スタート地点での競走馬の誘導)作業等
雇用形態 ▶ 契約社員 社保完備
資格 ▶ 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 ▶ 8:30~16:45
休日 ▶ 週休二日制 年間120日
給与 ▶ 171,700円 他手当 通勤手当 超過勤務手当 等
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

水沢競馬場 電気設備保守員募集

職種 ▶ 電気設備保守員
仕事内容 ▶ 簡単な配線工事、電気メーター検針管理等
雇用形態 ▶ 契約社員 社保完備
資格 ▶ 第三種電気主任技術者免許取得者
勤務地 ▶ 奥州市水沢姉体町字阿久戸1-2
勤務時間 ▶ 8:30~17:15
休日 ▶ 週休二日制 年間120日
給与 ▶ 191,900円 他手当 通勤手当 超過勤務手当 等
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

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・お弁当等販売・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980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

水沢競馬場 コース整備オペレーター募集

職種 ▶ コース整備オペレーター
仕事内容 ▶ 大型トラクターでの整地作業
雇用形態 ▶ 契約社員 社保完備
資格 ▶ 大型特殊免許取得者
勤務地 ▶ 奥州市水沢姉体町字阿久戸1-2
勤務時間 ▶ 8:30~16:45
休日 ▶ 週休二日制 年間120日
給与 ▶ 176,700円 他手当 通勤手当 超過勤務手当 等
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

月刊Oh!Shun 加盟店 & 広告募集!!

加盟店契約について

● 料金(1ヶ月あたり 3,600円)
6ヶ月契約 **21,600円** もしくは 1年契約 **43,200円**

加盟店だけの
特典あり!

● 広告料金(参考) 1段~

通常料金(制作料込) **33,000円~**
加盟店料金(制作料込) **27,500円~**

● お得な取材記事広告!(取材・校正・制作費含)

1Pの1/2サイズ **33,000円**
1P **66,000円**

お申込お問い合わせ 月刊 Oh!Shun 編集室 TEL: 0197-34-2177 mail: staff@oh-shun.com

小梅便り

今年のテーマ
今年はどうだった？
どんな1年だった？



大谷選手の活躍に毎日ワクワクの応援が今年はいつより長くできた秋でした！個人的には山手線一周ウォークと中央線(東京)新宿ウォークを完走し充実した1年でした。来年は東海道五十三次を...!?

(水沢 神のみそしる 71歳)

ズバリ!!出会いあり、別れありの1年。無理した1年でもありました。息子が中学校に入学したり、私は職場が変わったり。趣味の時間は充実していました。

(北上 TARA KO 52歳)

色エンピツ画にドはまりし自分としては中々な出来映え。何年後には個展が開けるかもと意気込んでいたら孫にピカソより上手くない?と言われ複雑な年。

(前沢 ヤッさん 65歳)

太陽がさんさんと暑い1年だったと思います。お米は豊作で何よりでした。災害も発生して心配の1年でしたが皆さんの元気を分けてもらい幸せの1年でした。

(北上 コスモス 70歳)

1月の能登地震から1年が始まり、心苦しい気持ちでスタートしましたが、より近所の人たちや家族との繋がりが大切だと気づかされた1年でした。気づかないところでたくさんの人たちに助けられ支えられているなあ感謝の気持ちで1年過ごせてこれから先もこの気持ちを大切にしていきたいです。

(江刺 はづばちゃん 60歳)

支え、支えられ、人はみんな生きていますよね。感謝の気持ちを忘れずに過ごしたいです。

(水沢 ペこちゃん 36歳)

コロナが落ち着いてきたこともあり、お祭りやボランティア活動の再開等、意欲的に取り組める活動の多かった1年でした。来年も充実した1年になるように頑張っていきたいです。

(水沢 今年 63歳)

今年の行動がきつと来年へと繋がっていると思います！フアイトです！

(江刺 Shunおばさん 70歳)

60代最後の年で、そしてついに70歳になつてしまいました。この1年の壁は大きくても、行きたいところには行こうと、バス旅、新幹線旅、飛行機旅を満喫した1年でした。自分の足で歩けるうちに楽しもう！

(水沢 今年 55歳)

いいですね!!来年もぜひ色んなところへ！

(水沢 今年 55歳)

世の中は大谷くんファイバーで盛り上がっているし、なんでもかんでも値上がりして生活が苦しくなっているし。私はどうかと考えてみると、週休2日になつてまつたりした1年でした。

(水沢 今年 55歳)

食いしん坊な1年でした。特に期間限定という魔法のフレーズには弱い、おかげで太りました。

(前沢 193 33歳)

今年7月に64歳にして転職し自分の理想の職場にたどり着いたなあと思いつつ、40を超え高齢者福祉施設で仕事してきて自分もどんどんご利用者様の年齢に近づいてきて前よりももっと気持ちに寄り添った介護ができてくるかなって思います。まだまだ続けられる限りご利用者様のそばで寄り添って行きたいと思っています。

(金ヶ崎 よつこあね 64歳)

初めの野外フェスとライブの1年でした。チケットが取れず行けなかったのもありましたが、今年も3つ予定が決まっています。チケット取れますように...そしてお天気も恵まれますように...

(北上 メロディ 54歳)

ライブいいですねー！チケット当選しますように！

(水沢 今年 54歳)

4月に沿岸部から一関市に引っ越し。縁もゆかりも無い街への転居でしたが、市や公民館主催の景観ツアーや文化財巡りにできるだけ参加し、いろいろな歴史も知ることができ、すっかり馴染んでいます！

(関 今年 63歳)

人とはよく会った1年でした。人見知りを改善しよう、頑張つて人と繋がろうとした年でした。

(水沢 サイバードラゴン 31歳)

初めて夏バテ？でしようか？朝からの地域の草刈作業でその後、立つのも辛く、立ちくらみと吐き気息切れ、腕も上がらず体力の低下、年をとったと実感させられた年でした。

(北上 サッちゃん 57歳)

それは熱中症の症状だったかもしれないですね...

(水沢 今年 57歳)

推し活の1年でした。春の3か月連続の関東遠征でのライブから始まり、TVやラジオに出演すれば忘れず見聞きし、秋にも関東のライブそして今、大晦日に行われるライブに2度落選しつつも、次なるチャンスへと諦めずにエントリーする予定です。

(水沢 ラッキビヒロ 56歳)

推しが誰なのかとても気になる1年です！

(水沢 今年 56歳)

5月連休後に、病気になる次々と治りかけに別の病との闘いで大変でした。今は落ち着いたらどみなさんも体には気をつけよう！

(水沢 今年 55歳)

農作業に忙しい年でした。米や栗や柿、どれも自然の恵みに感謝です。

(金ヶ崎 ブーリン 47歳)

おしゅんへ

シユフレシビが気に入っています。身近にある材料で調理できるので、私も早速作ってみました。家族にも好評でした。

(北上 シクラメン 72歳)

石と賢治のミュージアム、さつき行きました！賢治のことを知り、みんなが幸せでいなければいけないことを学んで来ました！

(北上 ちよリス 40歳)

御朱印 集めが好きなのでとても参考になりました。

(水沢 スリーマミー 51歳)

御朱印巡りはしたことがなかったのですが、こんなに素敵な御朱印を頂けるのなら、やってみようと思います。

(水沢 ななほし 44歳)

サブ企画で掲載した「御朱印巡り」が好評でとても嬉しいですね！今後もシリーズとして掲載考えていますので第二弾もお楽しみに！

(水沢 今年 44歳)

PC・スマホ・タブレットからの投稿はこちらから★



* 来月号のテーマ *

2025年、挑戦してみたいこと

毎月のアンケートハガキ、官報ハガキ、FAX、メール、WEBアンケート(QR)にてお寄せください。お待ちしております。

株式会社 小梅通信社
「月刊Oh!Shun編集部」
〒023-0402
奥州市胆沢小山字下飯森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

今年も残り1ヵ月!1年間頑張った自分や、来年の自分へ向けて、新しい鉄器はいかがですか?ご来店心よりお待ちしております♪

奥州市水沢羽田町宇堀ノ内45番地
☎0197-24-2411
10:00~17:00
※水曜、第2・4火曜定休



リカーハウスこばやし

「奥六 純米 FIRST しぼりたて生酒 うすにごり 小林商店特別商品」12/7(土)数量限定販売開始です。岩手銘産の奥六ブランドの特別商品として、小林商店のために特別に醸造された一品です。是非お楽しみください。

奥州市水沢中町88
☎0197-24-3939
9:30~19:00
※日・祝日定休



大正堂菓子舗

年内は31日の12時まで営業します!年明け初売りは4日です!数量限定で紅白まんじゅうをプレゼント☆インスタもごらん下さい♪

奥州市水沢羽田町駅前1丁目63
☎0197-23-4295
9:00~18:00
※水曜定休



お食事処 梅ふたつ

風雪粉々・外ノ師走ノ下駄ノ音…。今年モ オ鍋始メテイマス。30種類の具が贅沢「陣屋鍋」や「ヘルシー鍋」など、南部鉄器で海の幸・山の幸をご堪能下さい。3日前迄に要予約

奥州市水沢区吉小路48-4
☎0197-23-4664
11:00~14:00、17:00~20:00
※不定休



フォトスタジオ 近代社

成人記念写真撮影中!スタジオ内スマホ撮影OK!沢山写した中からゆっくり選べる前撮りがオススメ☆

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



大内保険事務所

NISAを始めたい方、資産形成にひとりでは不安な方、ぜひ一緒に勉強しませんか!「お金の小学校」開校3年目、毎月セミナー開催。(本誌P14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)



お茶の官原園

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



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)



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
STオフィス102号(水沢中学校旧庁舎)
☎0197-22-6266
9:00~19:00 ※日曜定休



田村川上医院

循環器と泌尿器の専門医です。心電図異常、動悸、おしっここの悩みご相談下さい。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



ハートアイ

ハートアイは、胆江地区の中小企業で働く皆さんの働きが充実した生活をサポートするため、奥州市・金ケ崎町の支援を受け福祉厚生事業を代行している公益法人。ご入会をお待ちしています。詳しくはホームページをご覧ください。

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



RacketShop ONELOVE

即張り対応!お得な「ストリング加工チケット」販売中☆クリスマスプレゼントにいかがですか☆

奥州市前沢古城字明後沢52
☎0197-30-9067
10:00~19:00
※年中無休



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 または TEL0197-34-2177 までどうぞ。(平日 10:00~16:00)

水沢

店名	住所	TEL	営業時間	定休日
ファッション・雑貨・デザイン				
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	水沢佐倉町/旧23コーポビル1階	0197-51-7311	10:00~18:00	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 美きもの店の2階	0197-51-6660	10:00~18:00	水曜・木曜日
美容・理容・健康				
ナカノメ薬局	水沢吉小路 46-1	0197-22-2047	9:00~19:00	日曜・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・祝日
美容室ベルモード	水沢寺小路 2	0197-23-6335	9:00~18:00	月曜・第1・3火曜日
リンパメディカル 心療術院	水沢北田沢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・第1火曜日
錦及川薬局 けいとく店	水沢佐倉町字豊徳 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・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	水沢中町 23-76	070-2808-5949	10:00~19:00(最終受付17:00) 金曜・祝祭日・第2、4土日定休(臨時休業あり)	※時間外要相談
お菓子・飲食店・スーパー				
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
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
梅井と野村の店 ささ忠	水沢横町 205	0120-23-3621	(1F喫茶店)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・日水曜日
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	水沢佐倉町字前田 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
回転鮎 清次郎 水沢店	水沢佐倉町字豊徳 48-1	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	9:00~18:00	水曜日
まつだのじはんき	水沢中町 23-35	0197-22-2834	24時間営業	年中無休
くらし・生活				
ハートアイ	水沢横町 2-1 メイプル地蔵	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 鹿海米穀店	水沢東町 27-1	0197-23-2322	9:00~18:00	土・日・祝日
リカーハウスこばやし	水沢中町 88	0197-24-3939	9:30~19:00	日曜・祝日
株式会社 ハローワーク	水沢卸町 3-12	0197-47-4151	8:00~17:00	
うたたなカフェ さくらの湯	水沢佐倉町字明神堂 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	水沢中城 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	水沢字岩地町内 60-9	0197-25-6330	8:30~17:30	土曜・日曜日
フォト EYE	水沢南大館 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
岩手日報自働機株式会社 水沢店	水沢字多賀 6-2	0197-24-1123	9:30~18:30	水曜日
さすがや 水沢後藤店	水沢後藤敷 28-10	0197-47-5010	10:00~19:00	年中無休
有限会社小沢商会	水沢佐倉町字中ノ町 60	0197-23-3331	9:00~18:00	日曜・祝日
珠玉の湯 薬師堂温泉	水沢佐倉町薬師堂 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	水沢佐倉町字横枝 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	水沢佐倉町字後藤 29-1	0120-554-440	10:00~19:00	第2火曜日
ホンダカーズ岩手南橋	水沢佐倉町字前田 25	0197-23-5300	9:00~18:30	年末年始・お盆
錦トキワ カルチャーパーク 水沢店	水沢佐倉町字羽黒田 74-1	0197-24-5998		
あべ印刷機	水沢佐倉町字東広町 60	0197-24-8303	8:30~17:30	土・日・祝日
シャティ たつのや 水沢店	水沢花巻町 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	9:00~18:00(10~3月は17:00まで) 水曜日15:00まで	土・祝・年末年始
錦水沢タクシー	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	水沢真崎字杉の下 51	0197-26-4141	(直売所)9:00~18:00[連年] (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	水沢上柳 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 アルファア-住設	水沢真崎字北上野 1-3	0197-22-6448	8:00~17:00	日・祝日・夏期休暇・年末年始
岩手ダイハツ販売(株) 水沢店	水沢佐倉町字三千刈 4-1	0197-23-5127	9:30~17:30	火曜・第2・3水曜日

NEW

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！

店鋪名	住所	TEL	営業時間	定休日
住まい				
朝シシダ室内装飾 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	水沢字内匠田 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・木曜日
サンハウス 神サンエ装飾	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関東コーポレーション神 木とくらしの質研室	水沢佐倉河字廣徳 71	0197-22-2255	10:00～17:00	水曜日
不動産 アヴァンティ(株)	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

幼稚園 病院・医院				
水沢こども園	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
いとう矯正歯科クリニック	水沢板橋敷 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
内科む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	水沢谷地明内 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(土曜午後)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	水沢佐倉河字廣徳 26-1	0197-47-4733	(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	日曜・祝日
社団医療法人 啓愛会	水沢羽田町駅前 2-87	0197-22-2688		
医療法人本田啓孝 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
胃腸クリニック	水沢谷地明内 53-1	0197-25-5055	9:00～12:00、14:00～17:30 (土)9:00～12:30	日祝・木土午後

江刺

飲食店				
四進堂	江刺巖谷字力石 211	0197-35-2636	8:30～18:30	元日
日本茶と和食カフェ お茶の道原園	江刺西大通り 3-11	0197-35-1521	9:30～18:30	水曜・第1日曜日
喫茶 ポブラ	江刺米町 7-6	0197-35-2941	10:00～18:00	月曜日

くらし・生活 健康				
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・ エクステリア CLASSICO	江刺八日町 1 丁目 8-12	0197-31-1550	9:00～17:00	日曜日
関のこほ ろクリニック	須田南病院 中町分院	0197-35-4157	9:00～18:00(最終18:00)予約優先	日曜・祝日

胆沢

くらし・生活 医院・高齢者福祉法人				
株式会社胆沢 クラブ	胆沢岩柳字天沢 52-7	0197-49-2006	9:30～21:00	水曜日
児分森・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
社会福祉法人 奥州いさわ会	胆沢南部田字加賀谷地 416	0197-46-5111		年中無休

衣川

くらし・生活				
衣川地区振興会	衣川古戸 15-10	0197-52-3426	8:30～17:15	土・日・祝日

前沢

飲食店 くらし・生活 医院				
前沢牛オガタ牛匠がた煎焼店	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
カーリサイクル リプロ	前沢新橋 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
RacketShop ONELOVE	前沢古城字明後沢 52	0197-30-9067	10:00～19:00	年中無休

金ケ崎

飲食店 くらし・生活				
メフレ市場食堂	金ケ崎町六原下二の町 210	0197-41-9111	7:00～13:30	日・祝・市場が休業時の水曜日
糸岡温泉 夢の湯	金ケ崎町糸沢石持沢 6-284	0197-44-3420	日帰り8:00～21:00 宿泊あり	不定休

北上

お菓子 くらし・生活				
お菓子の泉泉堂	北上市諏訪町 1-2-17	0197-63-2521	9:00～19:00	年中無休
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北上佐倉ビル4階	0197-72-7626	9:00～17:00	土・日・祝日

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>

奥州市前沢字七丁目裏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 いとう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



月刊Oh!Shun12月号 読者アンケートプレゼント

※当選者には1月10～15日に商品もしくは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。

1



pressé café
ドリンク一杯無料券《3名様》

引換券
郵送

2



永岡温泉 夢の湯
無料入浴券(2枚組)《5名様》

入浴券
郵送

3



うたたねカフェ さくらの湯
ペア入浴招待券《5名様》

入浴券
郵送

4



金ヶ崎温泉 駒子の湯
無料入浴券《5名様》

入浴券
郵送

5



千貫石温泉 湯元 東館
ペア入浴招待券《3名様》

入浴券
郵送

6



悠の湯 風の季
無料入浴券《5名様》

入浴券
郵送

7



RacketShopONELOVE
ストリング加工ticket無料券
3枚綴り《3名様》

引換券
郵送

8



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》

優待券
郵送

9



大内保険事務所
お金の小学校 書籍(定価2,200円)
《3名様》

引換券
郵送

TEL		職業	
住所		職業	
ペンネーム		職業	
氏名		年齢	
性別		性別	
※ご希望の プレゼント番号を 1つご記入ください。		性別	

※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。

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12月号 vol.219
読者アンケートプレゼント発行

お手数です
が、85円分
の切手を貼
ってご投函
ください。

0230402

POST CARD

◆お一人様一週のご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。 ◆下記QRコードからもご応募出来ます。
◆応募締め切り… 2024年12月31日(火)消印有効
◆プレゼントの当選者様には、郵送で通知させて頂きます。
◆貼付する切手に不足分がないようご注意ください。





編集後記 -Editorial Note-

テーマ：今年はどうな1年だった？



akane

体の不調が次々とでた一年でした…。健康ってホントに大事！子ども優先で自分の事は後回しにしがちだけど、大切にしていけないと！ですね。お母さんが元気じゃないとダメですからね。

環境の変化など今年はいろんなことがありましたが、1番印象深いのは友人の結婚式に出席したこと。地元を離れ今では簡単に会えない存在ですが、大切な日を一緒にお祝いできたことがとても幸せでした。



hiromi

加齢によるトラブルを実感した1年でした。若い頃にはありえなかったミス、近くが見えにくい、婦人科系、白髪増量etc(悲)その代わり、年齢を重ねて楽しめることも増えたので、そういうのを大事にしていきたいですね。

今年は、ちょっと災難だった年だったのかなとも思います…。胃腸炎になったり、帯状疱疹になったり、やけどをしたり…。大変なこともあったけれど、楽しいこともたくさんあったのでオールオッケーかなあと思います。



marie

※クーポン使用の際は、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。

読者の皆様へ

いつも月刊Oh!Shunをご覧いただきありがとうございます。

月刊Oh!Shunは、加盟店の皆様、広告掲載先の皆様のサポートのもと、フリーペーパーとして発行しております。

11月号から設置箇所の見直しを行い、おーしゅんの設置箇所を主に加盟店中心とさせていただきます。

「いつもの場所で手に入らない」「どこに行っても無い」そんな声が数多く編集室にも届いております。ご不便おかけして申し訳ございません。

私たちスタッフの想いは、「県南と一緒に盛り上げたい」と加盟店に加入いただきサポートしていただいている加盟店の店舗へ足を運んでいただきたいと強く考えております。

おーしゅんをもらいに行くという一つのきっかけで、多くの加盟店へ足を運んでいただけると私たちもとても嬉しく思います。

人と人との繋がり、地域の繋がり、たくさんのお会いを感じていただき、おーしゅんがもっともっと身近で地域の皆様、加盟店の皆様、広告掲載先の皆様に喜んでいただける情報誌として、存在できたらとても幸せです。

これからも月刊おーしゅんを毎月の楽しみにしていただけるよう、頑張ってますので、ご理解の程どうぞよろしくお願いいたします。

渡り温泉 ホテルさつき

日帰り入浴 200円引き

月刊Oh!Shun12月号クーポン(2024年12月1日~31日)まで有効

奥州カイトプラクティック 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!Shun12月号クーポン(2024年12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!Shun12月号クーポン(2024年12月1日~31日)まで有効

12月号 COUPON

真湯温泉センター

ご入浴料 半額

月刊Oh!Shun12月号クーポン(2024年12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

※ご契約者様に限り有効

月刊Oh!Shun12月号クーポン(2024年12月1日~31日)まで有効

2024年12月号アンケート

①《Oh!Shun》第219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 ☐ 温泉に行こう ☐ ペットの写真写真 ☐ シュフレッシュ ☐ 小梅便り ☐ インフォメーション

②《Oh!Shun》をどちらで手に入れましたか？

③11月号「小梅便り」のテーマ「2025年、挑戦してみたいこと」について教えてください。

④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。

※実際に発行したお店の感想、または紹介したいお店などありましたらお知らせください。

ご協力ありがとうございます。今度も皆様の皆様のご意見、ご感想を参考に、よりよい誌面作りをめざしていきます。

◆右記の応募要項をご明記の上、切手を貼ってご投函ください。
◆お一人様一週間の応募とさせていただきます。
◆賞品はがきでも受け付けます。◆下記QRコードからも応募出来ます。
◆応募締め切り…2024年12月31日(火)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。
※掲載写真・イラスト等の無断転載はご遠慮ください。



PC・スマホ・タブレットから

北上市にビルトインガレージの家

OPEN HOUSE

新しらゆりモデルハウス

12/7(土)・8(日)

開催時間 10:00~16:00

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。



※パースはイメージです。



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

〒023-0003 奥州市水沢佐倉河字後編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
※サンエス建築/サンハウス 岩手県知事許可(般-4)第7297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
●営業(新築・リフォームアドバイザー)
●工務管理(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 総務部 TEL.0197-23-5224 須臾まで

産直来響くんで「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.76

たっぷりブロッコリーのポトフ

- 材料(2人分)
- ブロッコリー 150g(小房で)
 - キャベツ 200g
 - 人参 50g
 - ウインナー 4本
 - 水 800cc
 - ★コンソメ 1個
 - ★塩・胡椒 少々
 - ★鶏ガラスープの素 小さじ1



- 〈つくり方〉
- 1 人参は皮をむき乱切りにします。キャベツは大きめのザク切りにします。
 - 2 鍋に水、★、①を加えて柔らかくなるまで中火で煮込みます。
 - 3 ブロッコリーを小房に切り分け、ウインナーと一緒に鍋に加えて5分ほど煮ます。
 - 4 ウインナーに火が通り、全体に味がなじんだら器に盛って完成です。

ブロッコリーを美味しく食べるコツは、茹で時間は短時間に済ますこと、茹でた後は水にさらさずに湯切りをしたそのままの状態です冷ますことがポイント! ブロッコリー本来の香りと甘みがしっかりと感じられます。