

ぽくぽく
POKUPOKU

けんぽくどんとこいマガジン

!!おトクなクーポン付!!

TAKE FREE

0 YEN

ご自由にお持ち帰りください

POKUPOKU 3周年記念
豪華読者プレゼント!

TOPIX

- テイクアウト特集
- 美容室特集
- ちょっと気になるあのお店特集
- レディオベリー「エールなすしおぼら」×「POKUPOKU」



栃木県北情報誌

POKUPOKU

けんぼくどんとこいマガジン

Vol. 017

CONTENTS

P35	P26	P24	P22	P18	P10	P8	P6	P4
豪華読者プレゼント POKUPOKU 10周年記念企画	キッチン男子部 簡単レシピ トマトの冷製パスタ	コラム連載「ぶかぶか漂う」 第18回 今できることだけに集中する	「ハッピーに恋して」 第4回 あなたに会えて本当によかった	温泉むすめ「塩原八弥ちゃん」を よろしくお願ひします！ 今、塩原温泉が熱い！	県北のちよっと気になるあのお店特集 最新情報をお届け！	「エールなすしおばら」×「POKUPOKU」 なすしおばらの魅力に迫る	美容室特集 お気に入りの美容室をみつけよう	テイクアウト特集 おうちで楽しもう



ゆうざん
中国料理レストラン 遊山

遊山の「中華」オードブル ¥2,000 (+税)
エビマヨ・春巻・唐揚げ・ポテト・翡翠餃子・海老華焼売・エビチリ・えびせんなど

ティアーモ
Ristorante Bar Ti amo

Ti amoの「イタリアン」オードブル ¥2,000 (+税)
鳥もも肉の燻製オイル漬けコンフィ
白インゲン豆のヴィネガー煮込み
茄子のカボナータ(甘酢煮込)
ピーマンとズッキーニの肉詰め・穴子のグリル
ソースアグロドルチェ(ブルーベリーとバルサミコ)
トマトの自家製ジェノヴェーゼ和え

那須塩原市
元氣プロジェクト
第3弾!!

バイパス店

塩原屋で 飲食店オードブルが 購入できます!!

お盆限定

イザカヤ サウワ
創作料理 Izakaya Cava

Cavaの「お気軽」オードブル ¥2,000 (+税)
ヤシオボークのグリル・合鴨ロース煮・旬魚の西京焼き・厚焼き玉子
チュリップの唐揚げ・冬瓜のスープ煮かに身餡・地野菜のグリル

ティアーモ
Izakaya Cava × Ti amo

温泉ピザ・マルゲリータ・夏野菜とソーセージ
各Mサイズ ¥1,000 (+税) 各Lサイズ ¥1,680 (+税)

ピザは塩原屋で毎日販売しています。

スーパーで買い物ついでに、飲食店のオードブルが購入できたら…そんな願いに答えます!!

和食 (Izakaya Cava)・中華 (遊山)・イタリアン (Ti amo) のオードブルが一律2,000円(税別)で購入できます。※要予約
気軽にアソートできるから、ホームパーティにもぴったり♪ お子様からご年配の方まで大満足の内容です♪
今年のお盆は、気軽に♪ 飲食店の本格料理、でもてなし。

【受取日】
8月11日(火)～8月15日(土)
※上記期間以外でも各店舗で承っています。

※前日までにご予約ください。
※キャンセルは3日前までにIzakaya CavaまでTEL (0287-46-5018)にて
お願いいたします。それ以外はキャンセル不可となります。

【受取場所】
※受取場所は、ご予約時に「塩原屋バイパス店」か「遊山」をお選びください。

塩原屋 バイパス店
那須塩原市下永田 1-988-1

中国料理 レストラン 遊山
那須塩原市若葉町 7-11
TEL 0287-60-0789

【ご予約方法・お問合せ】
予約フォーム or 電話にてご予約ください。
TEL 0287-46-5018
(Izakaya Cava イザカヤサウワ) 予約フォーム

お問合せは上記 [Izakaya Cava イザカヤサウワ] までご連絡ください。
那須塩原市西大和 4-3 長谷川ハイイツ102 (担当:小山)



アスパラとベーコンのピザ ¥900 税別

パスタやサンドイッチ・フライドポテトもご用意しています。【オーダー受付時間 11:00~18:00】

☎ 0287-63-8025 ● 那須町大字高久甲4328-1 661ストリート内
① 11:00~19:00 ※週末・連休は延長あり ④ 火・水曜日
※サービスランチ 11:00~15:00 (祭日・連休中は営業)

リビングストンカフェ



天井重弁当 大漁考2本・野菜など ¥1,000 税別
鶏の竜田揚げ弁当 ¥1,000 税別

人気NO.1の天井重は、容器からはみ出るほどのボリューム！
ふわふわの鳥のつくねハンバーグ弁当や「生姜焼き弁当」もあり。

☎ 0287-47-7787 ● 大田原市住吉町1-15-18 桜テナント1-A
① [昼] 11:30-14:00 [夜] 17:30-22:00 ④ 月曜日

和食縁



特選うなぎ ¥3,300 税別
うなぎ白焼き ¥3,000 税別

うなぎ始めました！ご予約受付中！！握り・巻物・丼もの
各種あります。デリバリーもご相談ください。

☎ 0287-37-1012 ● 那須塩原市一区町248-13
① 11:30~14:00/17:00~22:30(L.O 21:30) ④ 月曜日
※定休日前日 ~ 21:30(L.O 21:00) (祝日の場合は火曜日)

寿司処 ひまわり



生ほうれんそうパスタ ¥500 税込
オムライス ¥500 税込

パスタ各種・ピザやカレーもあり♪
テイクアウト11時~19時(木曜は14時まで)
☆オードブルは前日までに要予約(¥3,000~¥5,000)

☎ 0287-74-3374 ● 那須塩原市島方457-11
① 11:00-15:00(L.O 14:00) / 18:00-21:00(L.O 20:30) ④ 不定休

Toritto Pasta



ブンティットmun ¥800 税込
ガバオライス ¥700 税込

ブンティットmunとは、辛くない冷たい麺料理♪
ブン(お米の麺)とレモンガラスで味付けした焼肉、
約8種類のお野菜を混ぜてお召し上がりください♪

☎ 0287-74-6669 ● 那須塩原市上厚崎377-55
① 11:00-15:00(L.O 14:00) / 18:00-22:00(L.O 21:00) ④ 木曜日・第2・第4日曜日



Instagram

南国食堂 マムアン



日替わり弁当 ¥980 税別
ローストビーフ2段丼 ¥800 税別

ジャーサラダ・パスタ・チキンステーキ丼・
オードブル各種承ります！
メニューはInstagramでご確認ください♪

☎ 0287-39-7155 ● 那須塩原市睦105-226
① ランチ 11:00~14:00 ④ 月曜日・火曜日(ランチ)
ディナー 17:00~24:00(L.O 23:00) ※火曜日のディナーは営業

Cigar&Dining Bar Listanera



Instagram



牛たん3種盛り弁当 ¥2,000 税別

「霜降たん」「けやきたん」「味噌たん」が贅沢に楽しめる
お弁当です。

☎ 0287-20-1330 ● 大田原市美原1丁目 5-44
① 全日 11:00-22:00 (15:00-17:00 クローズ)

仙台牛たんけやき 大田原店

おすすめの / テイクアウト

おいしいグルメを持ち帰ろう

県北のテイクアウトができるお店をご紹介します。
オフィスやご家庭で、お店の味を気軽に楽しみましょう！

※夏場は気温や湿度の上昇により、食中毒のリスクが高まります。
持ち帰る際の車内の温度に注意し、早めにお召し上がりください。

TAKE OUT



店内飲食、
テイクアウト、
10%off
- P.19



薪石窯で焼いたピッツァの店
ぴっこらるーじゅ

極上4種チーズの
クアトロフォロマッジ ¥1,400 税別

石窯焼ピッツァ、モチモチパスタ、とろとろオムライス、
ダイナマイトスベアリブなど、人気のメニュー多数ご用意
しております。

☎ 0287-39-5237 ① 11:00-14:30 (L.O 14:00)
● 那須塩原市東関根1-7 月・水・木 17:30-21:30 (L.O 21:00)
④ 火曜日・第2月曜日 定休 金・土・日 17:30-23:00 (L.O 22:30)



1,000円以上で
100円引き
- P.19

揚げ専科 仁屋

合い盛り弁当 [モモからあげ2個]
[ムネからあげ2個] 昼も夜も
※みそ汁付き ※袋代2円込み ¥500 税込

お徳なランチメニュー(10:00-13:30)
とんかつランチ弁当・油淋鶏丼・タレから丼・チリソース丼
税込500円!!
☎ 0287-53-7544
● 那須塩原市睦106-133 ① 10:00-21:00(L.O) ④ ほぼ無休

揚げ専科 仁屋



特別メニュー
クーポン
※前日までに要予約
P.19

ティファニー
ブルー調の店内

la plus belle ~hair~ ラブリユベル

35周年♡感謝の特別メニュー第3弾

「カラーorパーマ」+「カット」+「当店最高級濃密泡トリートメント」+「夏におすすめ毛穴汚れすっきり♡クーリッシュシャンプー」を8,800円の特別価格にてご提供。
～幸せを呼ぶヘアサロン～ラ・ブリユベル

la plus belle ~hair~ (槻沢小学校すぐそば)
☎ 0287-36-5428
📍 那須塩原市槻沢82-8 ㊟ 火曜日
🕒 9:00-19:00 ※時間外はご相談ください



「ミニシャンプー」
プレゼント!!
※新規のお客様に限り
P.19

PEARL HAIR パールヘア

【コロナ対策徹底中】安心サロン

ワンランク上の女性へ♡ダメージレスにこだわり髪質改善。再現性とトレンド感あるスタイルに。
◇派手だけじゃない美まつ毛へ◇
まつ毛エクステつけ放題 ¥5,000(税込)

PEARL HAIR-パールヘア-
☎ 0287-83-8688
📍 那珂川町小川1865-6 🕒 9:00-18:00
㊟ 毎週火曜日



◇けんぽくでキレイになろう◇
2020/summer
美容室特集

美容室をさがしている方必見! 編集部おすすめ美容室をご紹介します!
あなたにぴったりの美容室が見つかりますように。

敏感肌の方
お気軽に
ご相談ください



白を基調にした落ち着いた店内 髪型の持ちが良いと定評です

Större -ストール-

☎ 0287-46-7415 📍 大田原市美原 1-6-13 2階 ※王冠ボウル近く
🕒 火~金 11:00-20:00(L.O) 土・日・祝 9:00-18:00(L.O) ㊟ 月曜日

Större ストール

肌にやさしい
落ち着いた雰囲気美容室です

大人の男性・女性のお客様が多いストールさん。
店主自身、肌が弱いこともあり、薬剤やシャンプー剤の知識を得るため shampoo sommelier(シャンプーソムリエ)を取得。しっかりと薬剤の特性を理解し、なるべく肌の負担を軽減した施術をしています。
1対1での接客なので、落ち着いて過ごせるのも魅力。本がたくさんあるので、色々見ていってください♪

MENU ∞ カット..... 4,000円
∞ パーマ..... 5,800円~

※学生の方は「15%OFF」の学割あり(一部メニューを除く) ※価格は税別です



公式サイトからお店の
情報をチェック!



ojisan オジサン

他のお客様と一緒にならない
完全プライベートサロン

古民家をリノベーションし、2019年夏にOPEN!
お子様連れのお客様もリラックスしていただけるよう、施術中は、ojisan(店主)の奥様や4歳の娘さんがお子様の遊び相手になってくれます。
親子カットも大人気! 親御さんが施術すると未就学児のカット(通常1,000円)がなんと無料で! 小・中学生のお子様と親御さんが一緒に施術を受けると、親御さんの料金から10%OFFになります。
カットは、お手入れがしやすいよう、癖・骨格を見ながら行い、乾かすだけでまとまるスタイルをご提案します。

MENU ∞ カット..... 5,000円
∞ カラー・パーマ..... 6,000円~

※着付け・ヘッドネーションもご相談ください。 ※価格は税別です



15%OFF ※有効期限は特にありません



レトロで
おしゃれな
店内



ご夫婦で営むあたたかい美容室

お子様大歓迎です!

ojisan -オジサン-

☎ 0287-74-3740 📍 那須塩原市豊町1-1
🕒 10:00-19:00(ご相談ください) ※予約優先
㊟ 火曜日定休、その他不定休あり



POKUPOKUを取材していただいた際にびっくりしたことは、お会いしてすぐに収録が始まること！本当に打ち合わせも何もなく、いきなりスタートするんですよ(笑)。でもそれには訳があるんだとか。どんな想いでこの番組をつくっているのか。番組をつくるパーソナリティ岡田眞善さんとディレクター福田さん、そして市の職員である国際交流員フロリンさんの想いをお聞きしました。

【特別企画】 2020年2月15日(土)に放送されました
※レディオベリーホームページ「PODCAST」よりいつでもお聴きいただけます。

パーソナリティ 岡田眞善さん

この番組は、決して那須塩原を伝えるコンテンツではなく、人間誰しもが持っている心の中、そして興味に応じてみたい。那須塩原の財産、温泉。そして味覚などなど。紹介ではなく、それらを守っている人の想いを、一部分、一側面でも知ることが出来れば、必然と共通項が生まれ、共感を得て、ファンが増えるだろうななんて。自分がそうだから大義名分はいりません。誰もが自分の仕事を持っていて、その仕事に対する熱量は、たとえ職種が違って、色々なものを発生させる。結局は「人」という存在が大好きな番組。そして、恋心。那須塩原に生きる方々に恋心と興味が最大であり続けたいと思っています。

最も心に残っている回

ブレーステイブル

人生をかけ、無償の愛情を注ぐオーナーに感銘を受けた。そして今後への期待！



ディレクター 福田勇貴さん

「エールなすしおばら」という番組をつくるにあたって、最も心掛けていたこと。それは、「楽しむ」ということ。そもそも「那須塩原」という地は、僕にとって「憧れの場所」。大自然、泉質豊富なお湯、楽しく生きる人々。それらを求めて毎週「旅行気分」。事前に取材先を深く調べないし、打ち合わせもしない。だって「楽しみ」が薄れるから。その楽しさが、ラジオの前のリスナーにも伝わらなと。毎週、僕はそんな「旅」をしています。

最も心に残っている回

やっぱり温泉取材かな～。

取材中も、取材後も、しばらくお湯に浸かっています。会社に帰ると「入ってきたな？」と、同僚に言われるぐらい…。そういう時は「旅」ではなく「仕事で」と言っています。



国際交流員 フロリンさん(フロレンティーネ・ロンニガー)

2016年8月、国際交流員に就任。この番組のおかげで色々なところへ行け、普段お話ができないような方とお話できて、とっても楽しいし本当にありがたい、と話すフロリンさん。取材では色々な分野で頑張っている方々に感動し、「みなさん頑張っているな。私もがんばらなきゃ」と感銘を受けるそうです。大変なことは何かをお聞きすると、「日本語。ニュアンスを伝えるのが難しい～」と。那須塩原市には前向きに頑張る方が多くてびっくり！するそうです。

最も心に残っている回

スッキーさんのキムチ

韓国から那須塩原市に移住したスッキーさんのお話に共感できる部分がたくさんありました。



毎週土曜日の朝(am8:25-8:55)放送の「エールなすしおばら」。この番組がスタートしてもう10年近くになるんだとか。那須塩原市の様々な方々のもとへ、パーソナリティ岡田眞善さんと那須塩原市国際交流員フロリンさんが訪ね、お話を伺いするという番組。とっても恵まれたことに、「POKUPOKU」も今年2月に取材をしていただきました。これをきっかけに、「エールなすしおばら」という番組にすっかり魅了されてしまった私。「PODCAST」も過去の放送もたくさん聴かせていただきました。が、那須塩原市に「こんな素敵なお店があるんだ」「こんな方がいるんだ」と新発見の連続。お店や商品の紹介だけでなく、その方の人生についても聞き出してくれる眞善さん。たくさんの方の人生をお聴きしていると、人生ってわからない

「エールなすしおばら」ってどんな番組？

エールなすしおばら 毎週土曜 8時25分～8時55分放送 FM76.4

毎週、那須塩原の地で、様々な分野で活躍している方々をクローズアップ。その方の取り組みに「エール」を送りつつ、同時に「地域の魅力」も伺っていく、というプログラム。

※当日聴くことができない方は、ラジオアプリradiko(ラジコ)で、放送日より1週間聴くことができます。RADIO BERRYホームページからPODCASTではいつでも過去の放送を聴くことができます(PODCASTはスタジオトークを除いたバージョンです)。

いもんだな、人生って楽しいな、とも思えてくるのです。そして改めて気付く「なすしおばら」の魅力。もっとたくさんの方にこの番組を知ってほしい。もっとたくさんの方に聴いていただきたい。こんな想いから、私も番組について取材させていただきました。(秋本知佳子)



※岡田眞善さんと福田さんはご本人からコメントをいただき、フロリンさんにはインタビューをさせていただきました。

みなさんもこの地で頑張るたくさんの方々のチャレンジに、一緒に「エール」を送りましょう！

＊ CHINESE マリファ

ディナーご利用で
水餃子サービス
～P.19



おさるも気になる料理店

雰囲気の良いくつろげる空間。
健康的で美味しい料理。
中華専門調理師・調理技能士・薬膳
マイスターの資格を持つ店主が、旧
黒磯地区で今日も腕を奮います。



▲Instagram

CHINESE マリファ
☎0287-74-5963

- 那須塩原市東大和町1-8
- ◎ 11:30～14:00/17:00～21:30
- ◎ 月曜日、他不定休有
- 【※駐車場はお店斜め向かいにございます!】



＊ ベーカリー クリームパン

1,000円以上で
100円引き
～P.19



スクランブルエッグウィンナー
250円

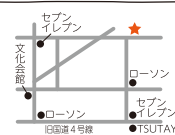
地元のブランド、郡司豚ウィンナー
の旨さをそのままに、卵と二種類の
チーズを挟み焼き上げました。
焼きたてを、是非!



▲ホームページ

ベーカリークリームパン
☎0287-60-0885

- 那須塩原市松浦町96-10
- ◎ 7:00～18:00
- ◎ 水曜日



県北の

ちょっと

気になるアノおみせ

＊ 仙台牛たんけやき 大田原店



人気の仙台牛たんを気軽に楽しめる!
『仙台牛たんけやき 大田原店』OPEN!

今や仙台名物として全国に知れ渡る牛たん焼きを、定食スタイルで
楽しめる牛たん 櫻(けやき)。
その櫻の栃木県内4店舗目となる大田原店が7/26にオープン!
職人が一枚一枚丁寧に手切りし、味付け・熟成を施した厚切りの牛
たんを、強火でじっくりと焼き上げてご提供いたします。



仙台牛たん けやき 大田原店
☎0287-20-1330

- 大田原市美原1丁目 5-44
- ◎ 全日 11:00～22:00
(15:00～17:00 クローズ)



定食ご注文の方
お会計より100円引き

※1グループ4名まで ※他券併用不可 ※2020年9月30日まで

＊ きくちスポーツ整骨院



地元を健康にする整骨院です♪

OPENしてから1年が経ちました「きくちスポーツ整骨院」です! 名前に「スポー
ツ」とついている通り、スポーツでのケガの治療を得意としています。整骨院なの
で、スポーツで痛めていなくても来院していただいで大丈夫です! エコー検査もあ
るので安心してお越しください。子どもからご年配の方までお気軽にどうぞ♪

きくちスポーツ整骨院 ☎0287-74-6640

- 那須塩原市上厚崎 597-38
- ◎ [月・火・木・金] 9:00～12:00 / 15:00～20:00 [水・土] 9:00～13:00
- ◎ 日曜・祝日 / 水曜・土曜の午後
- ※営業時間(主に水曜日)は変更がある場合があるので、詳しくはInstagramまたはFacebookで確認を!



▲ホームページ



▲Instagram

＊えんどう鍼灸接骨院



お子様連れ大歓迎!!

キッズルームがあるので、お子様連れでも安心してご利用頂けます♪毎週水・金曜日の午前中は、無料送迎を行っています。お気軽にお電話下さい。逆子のお灸も相談受付中!

えんどう鍼灸接骨院
☎0287-61-4934

●那須塩原市上野崎279-11

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前(9:00~12:30)	○	○	○	○	○	○	○	△
午後(15:00~20:00)	○	○	○	○	○	○	△	△



※土曜日 午後は18:30まで

＊免疫美容サロン ALOHA



“よもぎ蒸し”で女性特有の不調を改善!

冷え性・生理痛・更年期障害の緩和、美肌効果など幅広い効果が期待できます。

- ・1回…¥3,500 (税別)
- ・お2人一緒にご来店の方 1回…¥3,000 (税別)
- ・10回チケット購入の方 1回…¥3,000 (税別) ▲まきらホット

免疫美容サロン ALOHA

☎0287-24-1171 ※予約優先

●大田原市浅香3-3729-5

○11:00~20:00

(日・祝)11:00~18:00

◎月曜日



＊和食 縁



ハモしゃぶ・岩牡蠣が美味しい季節です

ランチ・ディナー通常営業再開しました！好評につきテイクアウトも引き続き承り中!! (¥1,000~¥1,500)旬の素材を活かした逸品『ハモしゃぶ』や『岩牡蠣』もお楽しみください。

和食 縁

☎0287-47-7787

●大田原市住吉町1-15-18

桜テナント1-A

○[昼] 11:30~14:00

[夜] 17:30~22:00

◎月曜日



＊モダンカフェ 篋



季節のデザート4種から1種選択♪

初回来店時に次回のご来店から何度も使える「ご優待クーポン」をプレゼント! ドリアやリゾットなど「ワンプレートランチ」のメインをフルコースにも変更可能です♪新規のお子様連れの方に絵本プレゼント!

モダンカフェ 篋 【少人数対応・コロナ対策有り】

☎0287-24-2756

●大田原市紫塚1-10-9 【夜は要予約】

○11:45~15:30 (LO:15:00)/18:30~21:30

◎月曜日・祝日(日曜日は営業)

※土曜日は予約のみ

(2日前までにお電話をお願いいたします)



＊(株)木村 ショールーム五軒町店



キッチンリフォームで お困りごとを解決!

収納、高さ、劣化。キッチンの見直しをしてみませんか? 料理に後片付け。苦にならない、笑顔でいられるキッチンに!

Follow Me!



Instagram



Instagram はじめました!

【キッチン・水まわり相談会】

8/29(土)・30(日) 9:00~16:00

使いやすいキッチン、清潔感のあるトイレ、ほっとする浴室。快適な空間で充実した毎日に☆木村がお手伝いいたします!

(株)木村
木村ショールーム五軒町店

☎0287-36-0151

●那須塩原市五軒町5-9 ○9:00~18:00

キムライフ
http://www.kimurailife.com



☆特別割引☆ご成約の方に限り
工事代金10%引き致します!

※2020年9月30日まで

＊洋風食堂 casa di MOCO



種類豊富でボリューム満点! 土日もお得なランチあり♪

おすすめは数量限定のラザニア (単品 ¥800 / ランチセット ¥1200)。ランチセットは、メイン料理に「サラダ・前菜の盛り合わせ」と「ドリンク」が付きまじ♪ハンバーグなどの肉料理から魚料理まで、バラエティーに富んだメニューが揃います。暑い日には「タコライス」や「冷製パスタ」もおすす。ガトーショコラなどの特製デザートも絶品♡デザートだけのご利用も大歓迎です! 落ち着いた雰囲気の内、ごゆっくりお過ごしください♡



ケーキサービス

※お食事の方に限り ※1枚で2名様まで
※2020年9月30日まで

洋風食堂 casa di MOCO ☎0287-47-4057

●那須塩原市五軒町1-13 マンションアカデミー1F

○[ランチ] 11:00~15:00 (LO:14:30)

[ディナー] 18:00~22:00 (LO:21:00)

◎水曜日 ※無料WiFiあり



＊リビングストーンカフェ

プチデザートサービス
～P.19



ジャークチキン(スープ・サラダ付) ¥1,360+tax

癖になるジャマイカの【ジャークチキン】

ジャマイカの伝統的なソウルフード【ジャークチキン】。スパイスに漬け込んだチキンのモモ肉を、オープンでこんがり焼き上げました♪「ジャークチキンサンド」はテイクアウトも可能です！



▲Instagram

リビングストーンカフェ
☎0287-63-8025

●那須町大字高久甲4328-1 661ストリート内
○11:00～19:00 ※週末・連休は延長あり
※サービスランチ 11:00～15:00
◎火・水曜日(祭日・連休中は営業)



＊かつどん 柏屋

ひとり50円引き
～P.19



郡司豚の旨味が味わえる「かつどん専門店」

定番の「かつどん」をはじめ、「激辛かつどん」や「ソースかつどん」「とんかつ定食」などが楽しめます。モダンな店内と益子焼の器、さっぱりとした仕上げのかつどんは女性やファミリーにも人気。テイクアウトも承り中です！



▲Instagram

かつどん 柏屋
☎0287-74-5522

●那須塩原市戸田15-60
○11:00～15:00 ◎木曜日
※ベビーベッド完備 ※予約不可



＊ワンコが主役

ドッグラン30分サービス
～P.19



愛犬と一緒にくつろぎタイム♪

貸切ドッグラン&愛犬を連れてキャンプができるドッグキャビンを完備。新鮮卵を使用したプリンやシフォンケーキ・焼菓子の販売もあり♪中でも濃厚なプリンは大好評！ご予約承ります♪

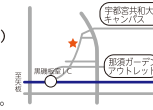


▲ホームページ

ワンコが主役

☎080-5035-8516(仲地)

●那須塩原市上郷屋193-6
○9:00～18:00 ◎木曜日
☆プリン・焼菓子はTELにてご確認ください。



＊揚げ専科 仁屋

1,000円以上で100円引き
～P.19



☆からあげ3個280円～ ☆季節限定メニューあり

からあげ・とんかつメインの揚げ物専門店

注文後に揚げるので、常に出来たて作りたて！ムネからあげも驚きのやわらかさ♡お子様のおやつに「パンの耳揚げ¥68」もおすすめです♪ ☆ランチ弁当 各種500円



▲Instagram

仁屋 揚げ専科
☎0287-53-7544

●那須塩原市陸106-133
○10:00～21:00(L.O)
◎ほぼ無休



＊Blanche Neige



▲Instagram



▲LINE

エステ(脱毛・美顔・ボディ)&まつ毛の『トータルビューティーサロン』

お客様の「きれいになりたい!」を外面・内面・精神面からサポートさせていただきます♡お気軽にお問い合わせください♪

MENU ※全て税込価格です

◇まつ毛パーマ……¥2,750 ◇生カラーゲンフェイシャル…¥3,500
◇まつ毛エクステ…¥4,500～ ◇美肌脱毛 VIO 3回………¥36,000

～スタッフ募集～

エステティシャン/アーティスト

●正社員 11:00～20:00
休日:月8日(土日休みあり)
社会保険制度・通勤手当あり
●パート 9:00～20:00の間の4時間以上
※詳しくはお問い合わせください。

Blanche Neige フロンシュネージュ
☎0287-65-2330

●那須塩原市大原間 176
○平日 11:30～20:00
土日・祝日 10:00～19:00



カラーゲン配合 基礎化粧品
トライアルセット プレゼント

※施術でご来店の方に限り ※2020年9月30日まで

＊KAORU MARKET CAFE&BAR oluolu オールオール



NEW OPEN!! アメリカ古着とCAFE 夜はバーに♪

アメリカ古着がたくさん並ぶカオルマーケット内に、「cafe&bar oluolu」(オールオール)がグランドオープン! おすすめは焙煎士による自家焙煎アイスコーヒー♪ スムージーやレモネード、ビールもご用意。カフェでゆったり、時には古着エリアで買い物もお楽しみください♪

★半袖・長袖Tシャツ どれでも2枚 ¥2000 組み合わせ自由!!



KAORU MARKET カオルマーケット
CAFE&BAR oluolu オールオール

☎0287-53-7272

●那須塩原市下永田1-1009-18
○11:00～20:00 ◎月曜日



＊ダイニングバー Kitchen hazuki



ランチ・ディナー店内営業再開！
テイクアウトも継続中！！

シーフードたっぷりのインドネシア
焼きそば『ミーゴレン』(¥880)と
本格的なスパイスを使用した『トマト
とチキンのまろやかスパイスカレー』
(¥780)が新登場♪
どちらもテイクアウト可能です！



Instagram

キッチンハズキ
ダイニングバー kitchen hazuki

☎0287-23-6771

- 大田原市美原1-11-3
- ランチ 11:30~14:00
- ディナー 18:00~24:00
- Ⓜ 日水曜日のランチ ☆店内コロナ対策実施中!



＊手作り木工雑貨の店 Flange



ひとつひとつ手作りの木工雑貨

店内には、つい笑顔がこぼれてしまうようなかわい
い木工雑貨たちが並びます。一輪挿しやカ
ード立て、ペン立てやスマホのスタンド、ハン
コ立てなどが人気♪
お土産やギフトにも喜ばれること間違いなし♡

手作り木工雑貨の店

Flange フランジ

- 那須町高久甲4453-1048
- 10:00~16:30
- Ⓜ 火・木曜日

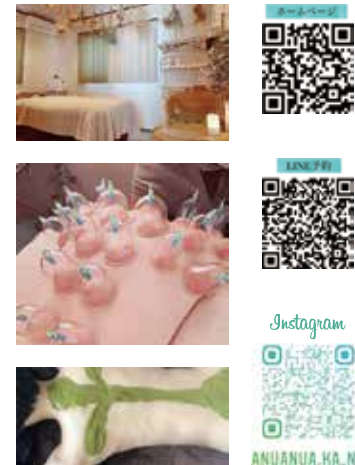


＊ハーブケアサロン anuanua



厳選ハーブと細胞美容で癒し改善

【次世代ハーブピーリング陶肌トリートメント】
【ハーブオイルボディデトックスリンパ】 etc..
自分を愛するハーブケア・ハーブエステサロン
その他menuは、ホームページをご覧ください^^



Instagram



ANUANUA.HA.NA

ハーブケアサロン anuanua アヌアヌア

☎080-6258-4212

- 大田原市浅香3丁目
- 9:00~18:00 時間外対応致します
- Ⓜ 不定休
- ※自宅サロンの為、所在地の詳細はご予約確定後にお知らせ致します。



次世代ハーブピーリング陶肌トリートメント
ご予約のお客様へカッピングサービス♪

COUPON

※お1人様1回まで ※他サービス併用不可
※チケット持参に限る ※2020年9月30日まで

＊高級食パン専門店 記憶に刻め



記憶に刻め

7/11(土)大田原市にOPEN! こだわりの食パンをぜひ!

耳まで“ふわふわ”なくちどけの秘密は、独自製法で製粉された小麦粉や国産バター、りんどう湖ファミ
リー牧場の濃厚なジャージー牛乳、沖縄・奄美の花見糖などのこだわりの食材。
食パンは2種類。『くちどけの記憶』プレーン2斤 ¥800(税別)と『大地の果実』レーズン2斤 ¥980(税別)。
シャンパンに漬けたんだというレーズンはとっても爽やか。
『チキン南蛮サンド』『たまごカツサンド』各¥390(税別)や、パンにつけるスプレッド4種も並ぶ。



高級食パン専門店 記憶に刻め

☎0287-47-5180

- 大田原市美原1丁目 6-14
- 10:00~18:00 ※パンがなくなり次第終了
- Ⓜ 不定休



ベーカリープロデューサー
岸本拓也氏がプロデュース。

＊南平台温泉ホテル 観音湯



かき揚げそば

- 【アヒル風呂 開催日】
8月:8(土)・9(日)・10(月)
22(土)・23(日)
9月:5(土)・6(日)・
19(土)~22(火)
- 【タコ風呂 開催日】
8月:1(土)・2(日)・15(土)
16(日)・29(土)・30(日)
9月:12(土)・13(日)・
26(土)・27(日)



泥パック
無料!

毎週日曜日は家族の日
お子様入館料 100円!!

露天風呂に設置された無料の「泥パック」でお肌つるつるに♪

温泉で日々の疲れを癒しませんか? 元祖美人の湯でお肌もツルツルに♪

自然豊かな馬頭温泉の一つ観音湯。
週末開催の「アヒル風呂」「タコ風呂」は、
お子様にも大人気! キッズルームもあります♪
☆平日 17:00~ 大人 入館料 350円

- 8/16(日) お子様無料券プレゼント♪
- お楽しみ抽選会 8/9(日)~8/15(土) 開催!!
日帰り来館者全員対象
- スイーツフェア 8/27(木)~8/29(土)
デザート100円引き♡

「ソフトドリンク1杯無料」
または「アヒル1個プレゼント」
※小学生以下のお子様

※1名様限り ※他券との併用不可 ※2020年9月30日まで

南平台温泉ホテル 観音湯

☎0287-92-3211 ● 那珂川町小口1342

- 10:00~21:00 (最終入館 20:30) Ⓜ 第3水曜日
(お食事) 平日 11:00~14:00, 16:00~LO19:00
土・日・祝祭日 11:00~LO19:00

- 大人(中学生以上) 500円
小人(3歳~小学生) 250円 / 3歳未満 無料



とってもお得な

POKUPOKU COUPON

ポクポクーポンとは、とってもお得なクーポンです。ご使用の際にはそれぞれの店舗でサービス内容が異なりますので、必ずサービス内容と裏面の詳細を確認してからご使用ください。

スマホでもクーポンが使えます!

誌面を切り取る
手間がなくて簡単♪楽チン♪

QRコードを読み取るか
POKUPOKUで検索!



POKUPOKU 検索



POKUPOKU COUPON

薪石窯で焼いたピッツァの店 **びっころらーじゅ**
(p.4掲載)

店内飲食・テイクアウト
10%off

POKUPOKU COUPON

揚げ専科 **仁屋 -じんや-**
(p.4、p.14掲載)

1,000円以上で100円引き

POKUPOKU COUPON

ojisan -オジサン-
(p.6掲載)

15%OFF

POKUPOKU COUPON

PEARL HAIR -パールヘア-
(p.7掲載)

「ミニシャンプー」
プレゼント!!

POKUPOKU COUPON

la plus belle ~hair~ -ラブリュベル-
(p.7掲載)

特別メニュー クーポン

POKUPOKU COUPON

ベーカリー クリームパン
(p.11掲載)

1,000円以上お買い上げの方
100円引き

POKUPOKU COUPON

CHINESE マリファ
(p.11掲載)

マリファ2周年記念!
ディナーご利用の方に
人気の水餃子(人数分)サービス!!

POKUPOKU COUPON

仙台牛たん **けやき** 大田原店
(p.11掲載)

定食ご注文の方、
お会計より100円引き

POKUPOKU COUPON

モダンカフェ 笙 -しょう-
(p.12掲載)

ドリンクサービス

POKUPOKU COUPON

洋風食堂 **casa di MOCO -カーサ・ディ・モコ-**
(p.12掲載)

ケーキサービス

POKUPOKU COUPON

(株)木村 **木村ショールーム** 五軒町店
(p.13掲載)

☆特別割引☆
ご成約の方に限り工事代金
10%割引致します!

POKUPOKU COUPON

ワンコが主役
(p.14掲載)

ドッグラン 30分サービス

POKUPOKU COUPON

かつどん **柏屋**
(p.15掲載)

ひとり 50円引き

POKUPOKU COUPON

リビングストーンカフェ
(p.15掲載)

プチデザートサービス

POKUPOKU COUPON

Blanche Neige -フロンシュネージュ-
(p.15掲載)

カラーゲン配合 基礎化粧品
トライアルセットプレゼント

POKUPOKU COUPON

ハーブケアサロン **anuanua -アナヌア-**
(p.16掲載)

次世代ハーブピーリング陶肌トリートメント
ご予約のお客様へカッピングサービス♪

POKUPOKU COUPON

南平台温泉ホテル **観音湯**
(p.16掲載)

ソフトドリンク1杯無料 または
アヒル1個(※小学生以下のお子様)プレゼント

POKUPOKU COUPON

グリル 三笠軒 -みかさけん-
(p.18掲載)

ワンドリンクサービス

POKUPOKU COUPON

シャロン&那須ドッグパーク
(p.31掲載)

ドッグランご利用で
コーヒーサービス



地元のみなさま 温泉むすめ

「塩原八弥ちゃん」をよろしくお願ひします!

~今、塩原温泉が熱い!!~



塩原温泉の温泉むすめ
しおばら やや
塩原 八弥

©温泉むすめ / Enbound, Inc.

<温泉むすめってなに??>

「温泉むすめ」とは、キャラクターの企画制作を手がける「エンバウンド」(東京都)の企画で2017年に誕生。全国約120の温泉地の温泉むすめが存在します。温泉地の魅力を発信するために作られた「地域活性化プロジェクト」ですが、塩原温泉ではあまり活用されていませんでした。

<プロジェクト88 結成!>

そこに着目し、「八弥ちゃん塩原温泉を盛り上げられないか」と今年3月、三笠軒料理人栗山さんをリーダーに「プロジェクト88」を結成!

6月20日からは、各施設オリジナルの八弥ちゃんパネルが一斉公開され、オリジナルグッズの販売や様々なキャンペーンが行われています。

「業界を超えて団結したり、他の温泉地と励まし合ったり、地域を超えて熱い交流がたくさん生まれています」と栗山さん。

八弥ちゃんが塩原に新しい風を巻き起こし始めています。(文 秋本知佳子)



<八弥ちゃんに会えるスポットはこちら>

塩原温泉観光協会(塩原もの語り館)・湯守田中屋・湯つたりの宿 松楓楼 松屋・グリル三笠軒・焼鳥えくぼ(居酒屋)・割烹旅館 湯の花荘・湯つ歩の里・SUZUの森cafe(土産・カフェ)・栄太楼(土産・カフェ)・くだものカフェ 藤屋・光雲荘(旅館)・塩原もの語り館(館内売店・展示室)・足利銀行 塩原支店・せせらぎの湯宿 満寿家・塩原温泉バスターミナル(JR バス関東)・今井屋製菓・ART GALLERY(フォアアイコンサルタント)・細井商店・源泉の湯 東や・赤沢温泉旅館・箱の森プレイパーク・秘湯の宿 元泉館・秘湯にぎり湯の宿 溪雲閣・にぎり湯の宿 湯荘白樺



<8月8日(土) 八弥夕(ややばた)>

塩原中の八弥ちゃんが年に一度の大集合!
(八弥ちゃんパネル 全18体)

場所: 塩原もの語り館
大根に願いを込めて短冊も飾れます♪

ランチ&ディナーはもちろん カフェタイムもぜひご利用ください!

抹茶アイスに、大田原産の小豆を使用した「大納言」と「とちおとめのコンフィチュール」を添えて。
絶景を眺めながら、ゆっくりと流れる時間をお楽しみください♡

HPはコチラ
グリル 三笠軒 みかさけん
☎070-6628-6569
〒那須塩原市塩原 235-1
シーアイヴィララムⅡ
①11:00~22:00 ②水曜日、月2回火曜日(HPでご確認ください)



八弥ちゃんアイス
(八弥ちゃんコースター付き♡) ¥500 (税込)

ワンドリンク
サービス
~P.19



スタッフ募集!
ホールスタッフ(簡単な調理補助あり)
時給:1,000円 美味しいまかない付き 交通費支給
※金土日働ける方 お気軽にご相談ください。

書店員が
教えてくれた

おすすめの本

「ホタルのアダムと
ほしぞらパーティー」

香川 照之
ロマン・トマ
絵 作
講談社



そこで体験する出来事とは一体…
この絵本を読んで、人間と生きものた
ちの共存について、親子で話し合っ
てみてはいかがでしょう。

は
ずかしがりやのホタルのアダムは
ときどきすると、おながひかっ
まう。
そんなアダムはある日、昆虫のなかま
たちから「ほしぞらパーティー」に誘
われたのです。
アダムはときどきしましたが勇気を
出して行ってみることに。



TSUTAYA



BIG ONE BOOK STORE
若草店
Tel. 0287-22-2036
大田原市若草1-721



TSUTAYA 大田原店
Tel. 0287-22-0066
大田原市若草1-711



TSUTAYA 黒磯店
Tel. 0287-62-3939
那須塩原市下厚崎264-5



TSUTAYA
400号西那須野店
Tel. 0287-37-4646
那須塩原市太夫塚6-232-8



ビッグワンTSUTAYA
さくら店
Tel. 028-682-7001
さくら市櫻野505

【有効期限】各店舗で異なりますので、裏面の詳細をご確認ください。

【ご利用方法】
・クーポンを切り取って、各店舗でご利用ください
・受けられる特典、利用条件等は店舗によって異なります。
・他のクーポン券や割引券との併用はできません。

<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●有効期限は特にありません <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●1名様限り ●他券併用不可 ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●他券併用不可 ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>
<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●1名様限り ●他券との併用不可 ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●前日までに要予約 ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●新規のお客様に限り ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>
<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お食事の方に限り ●1枚で1グループ様有効 ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●1グループ4名まで、他券併用不可 ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●他券との併用不可 ●有効期限：2020年8月16日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>
<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●スモールサイトになります ●お電話にてご確認ください ●有効期限：2020年8月31日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お食事の方に限り ●1枚で2名様まで ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>
<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●施術でご来店の方に限り ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お食事の方に限り ●サービスランチとの併用はできません ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●1枚で3名様まで有効 ●他券との併用不可 ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>
<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お食事の方に限り ●1枚で人数分サービス ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●1名様限り ●他券との併用不可 ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>	<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お1人様1回まで ●他サービス併用不可 ●チケット持参に限る ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>
<p>COUPON</p>		<p>POKUP@COUPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ●2名様まで有効 ●有効期限：2020年9月30日まで <p>POKUPOKU 2020.8-9月号</p>



※あなたに会えて本当によかった※

美容師になるには、通常2年間専門学校に通学し、卒業時に国家試験を受けます。おおよそ90%前後の合格率。そのほかに美容室で働きながら通信課程3年間で通うというコースもありますね。1000人の高卒の方が美容学校に入学し、卒業する頃に95人になり、国家試験に合格して90人が就職したとします。都内に40人、県内に50人就職。都内に勤務した生徒の半数は1年以内に辞めてしまいます。思っていた以上に都内の美容室の練習がキツイことと、練習モデルが集められない人が辞めます。県内に勤務した生徒は50人中、5年以上続く生徒は20人、結婚や何らかの事情で半数が辞めてしまいます。生涯美容師をやっている人は10人前後、そのうち独立は5人、二代目が4人、勤務状態が1人という結果になります。美容師は医師と同じく、常に研修を受けていないと技術が古くなってしまいます。今、都内や宇都宮の研究会に出席すると

ました。彼女は、そのあとすぐに旅立ちました。お通夜の夜、ご挨拶に伺うと、ご主人が、妻が『もう一度、大倉さんに、髪切ってもらおうんだ』と亡くなるまで言っていたと伝えられました。泣きました、泣きました。帰りの車の中で声をあげて泣いてしまいました。

お通夜の席に呼ばれる事があります。小さなお子さんの髪を整えたり、お母さまの化粧を頼まれたり、貴方にしか頼めない、貴方だからお願いするのと言われます。もちろんお店で結婚式のお呼ばれのヘアセットの方が多のですが、お客様の心に寄り添える美容師でいたいと、心から願って毎日お仕事をさせて頂いております。

あなたはおしゃべりねと言われることがあります。そうかといって手が止まっているわけではありません。カットのみのお客様なら平均40分で仕上げますから。その与えられた時間の中で、季節のカットスタイルの提案、小さなアレンジ、次回への提案、そしてお客様の悩みや、聞きたいこと、話したいことにも同時に答えています。相談は自分の場合は、とても多いです。冠婚葬

自分は年長者です(笑)。若い人たちと真剣に学ぶ、こんな楽しいことはありません。

ある時、暫くお姿が見えなかったお客様がご主人とご来店なされました。お顔の色がよくありません。ご主人に支えられ椅子に座ると、いつもの笑顔で私にこう言いました。「先生、私、ガンになっちゃった。実はもう数年前から罹っていたのだけれど、私に限って必ず治ると信じていたのに、もう余命半年なの・・・。わかると思うけどこれウィッグなの、お葬式の写真をこれから撮りに行くのだけれど、私に似合うように合わせて切って、お願い。」後ろでご主人が、そっと拝むように深々と頭を下げました。衝撃に胸がギュッと苦しくなりましたが、作り笑いで、「任せてください、最高に可愛くしますよ。」と自分は答えました。仕上げ、私は彼女にお願いをしました。「ねえ一緒に写真とろうよ!」彼女はびっくりしたように、そしてとても嬉しそうに、「うん!」と答えました。私は彼女の肩を抱いて、ご主人にシャッターを押していただき

祭の仕方や礼節など関連あることから、家の建て方や、子育て、職場への悩み、会社のスタッフ教育など多岐にわたります。ハサミを動かしながら、それは、こうした方がいいよ、こういう手段もあるよ。この人を紹介するよ。考え方を哲学的に考えた方がいいよ。いやいやダイタイでいいんじゃない。とか答えます。答えは正解ではないかもしれませんが、自分の家族に伝えるように伝えていきます。会計のあとにハグしていく方も、おられます。少しでもお役に立てたら幸いです。学校やビジネスグループへの講演も依頼され、行っております。微力ながらも、人の役に立つ美容師人生を過ごしています。美容師を、美容室をそんな風にお使いいただけたらと、多くの美容室オーナーは思っています。

I'm glad to talk to you.

次は、嬉しいお話をしたいと思います。



五番街代表 大倉 太喜生



hair design 五番街

TEL.0287-36-6811

那須塩原市太夫塚
6-232-213

今できることだけに 集中する



少し間が空きましたが、いかがお過ごしだったでしょうか。この半年で世界が一変してしまいました。前に進もうにも不安と制限の中で長い閉塞感が続いています。特に四月頃は「先が見えない」というムードに、私も飲み込まれそうでした。

しかし、ふと思いつきました。そういえば私には今まで「先が見通せる」ことなどなかったのです。

出産や夫の転勤によって一つの仕事を続けることができず、様々なアルバイトをしてきたというのが前回書かせていただいた話。ただ、どんなバイトでも、社員編集者として必死に働いていた時の経験は役に立ちました。その反対に、まれに請け負うフリー編集者としての仕事には、バイトとして飛び込んだ世界の知識も、主婦業も母業も、あらゆる実体験が活かされました。

ブラジルに住んでいた時は、ライターとして現地の様子を日本の出版を手伝うようになりました。ポラントピアでの仕事で、それまでの私だったら引き受けなかったと思うのですが、なぜかその時はやってみようか、と思ったのです。各地を転々としてから地元に戻り、外の世界ばかりを見てきた私が、ホームタウンをはじめめて意識したタイミングだったのだと思います。

意識が向くと情報が入ってくるものです。駅前の町興しの一環として、ハンドクラフトをテーマにしたチャレンジショップを募集することを知りました。子育て中のため時間的に無理だと、当初は真剣に考えもしませんでした。が、ワークショップの講師仲間が「一緒にやろう」と言い出して。古着屋のバイト友達もディスプレイや仕入れに協力してくれるといえます。あれよあれよと算段がつき、えいや、と半ば勢いで応募してしまいました。

町興しプロジェクトであるため選抜

社に送る仕事をしていました。またまった材料が揃っていることにある時気付いて、帰国してから『ブラジルの手しごと』という本を出版。本の中でブラジルの毛糸刺繍タペサリアを紹介したことで、カルチャースクールで講座を持つことに発展していききました。

仕事でも趣味でも、たとえ一つのことを続けられなくても、流れの中でやりたいことをやってみれば、後からそれが生きてくる。そう実感することや何度もありました。人生そんなものだと分かっていたら、出産で会社を辞めた時にあんなに落ち込む必要などなかったのですよね。だからコロナ自粛期間中に行っていたことだって、今後につながるかもしれない、そう思っています。

流れと少しの勇気で店を借りる

ここ数年は夫の転勤も落ち着き、私の地元での生活が続いています。二年ほど前から駅前のコミュニティカフェ審査があったのですが、企画書を書くことは編集者の経験から鍛えられています。さらに、地元で強い人脈があるコミュニティカフェが私を推薦してくれました。カフェでのポラントピアはここに繋がってきたのか、と自分でもびっくりです。人生で無駄なことなんて、本当になにもありません。

こうして審査に通過したのですが、店を借りてみる勇気は、ポクボク発行人・秋本さんからもいただきました。同年代の子持ちの主婦が、新たなチャレンジをする姿を見て、勝手にうれしく、奮起したのです。



文・写真
小宮華寿子
二男一女の母で
編集者。『ブラ
ジルの手しごと』
(メイツ出版)著者。世界の雑貨と
ワークショップの店「メルカジーニョ」
(<https://mercadinho.net>)代表。



イラスト・
デザイン
寺沼麻美
切り絵作家、時々
デザイナー。「ゆ
らゆらゆるる北欧風手作りモビ
ール」(ネコパブリッシング)を監修。

トマトの冷製パスタの作り方

材料(2人分)
 トマト…完熟2個
 スパゲティ…細めのもの200g
 オリーブオイル…大さじ6杯
 バジルの葉…6枚
 ニンニク…ひとかけ
 塩…適量
 コショウ…適量
 レモン汁…小さじ2杯

作り方

1. トマトを1cm角に切る。
2. ニンニクはみじん切り、バジルは大きめのみじん切りに。
3. ボウルの中で1、2にレモン汁を加えオリーブオイルで和える。塩コショウで味を整え冷蔵庫で冷やす。
4. ゆでたスパゲティを氷水で冷やし、キッチンペーパーでしっかり水気をとる。3のボウルに入れて和える。



ステイホーム中にベランダで育てたバジル。



イタリア国旗カラー。よく和えて冷蔵庫へ。

トマトの冷製パスタ



おうち時間に家庭菜園を始めた方が多いそうですね。

岡野さんもそのひとり。

ベランダ菜園のバジルを活用した
暑い夏でも食欲をそそる一品です。

スパゲティより細いフェデーニやカペリーニと呼ばれる
ロングパスタが手に入れば食感の違いを試すのも楽しいかも。

子ども時分の夏休みの朝は、ラジオ体操からはじまった。渋々起こされるとランニングのシャツに着替え、ビニール紐を通したスタンプリカートを首からぶら下げると、ゴムぞうりを引っかけて近所の公園へと走った。第2体操はなんだか振付が格好悪いなあなどと思いつつ、ぎこちなく体を動かし終えると、セミの抜け殻を集めたり、オシロイバナの笛を鳴らしたりしながら帰宅する。

すると畑でトマトをもういくらか収穫される。蚊に刺されながら

から青臭い葉をかき分けかき分け、よく熟したものを摘み取る。なかには熟れすぎてなのか、裂けてしまったものも混ざっている。それらをトマトジュースにして飲むのが夏の朝の定番だった。味もすこし青臭く、ハチミツを混ぜてごまかした。料理に使いきれない量がとれてしまうからだったのだろうが、今にして思えば贅沢な朝ごはんだった。

暑さで食欲のない時期、さっぱり冷製パスタはいかがだろうか。ささっと作れてキャンプでのお昼にもおすすすめ。沢水でよく冷やした白ワインとやれば文句なし。



レシピ制作・料理・撮影・文
岡野 朋之

うまいつまみを求めて世界をさまよって歩く。その実、国内・海外問わずハードな長期山岳縦走取材をもこなすカメラマン。年頃の娘を持つ父でもある。

読者投稿コーナー ぽくぽくひろば

今回のテーマ **あなたの1人
やる気が出る曲
を教えてください!**

にじ

新沢としひこ作詞 中川ひろたか作曲

歌詞もメロディもすごくいい。
元気が出る。子どもと歌うのも◎
ちょこりさん

栄光の架け橋 ゆず

歌詞をきいていると、おちこんでいる自分に
訴えてくる迫力があります。
ゆずちゃんさん・ほか多数

ガッツだけ ウルフルズ

もうやる気があふれてきますっ!
やるぞやるぞやるぞ♪
まめさん

ハピネス AI

力強い歌声で「君が笑えばすべてよくなる」と
元気づけられる。
さちさん・ほか多数

3月9日 レミオロメン

「ひとみをとじればあなたが・・・」
そのフレーズを胸に、がんばれます♡
さくらんぼさん

あと一つ ファンキー加藤

心が折れそうになったとき(子供のことで)、
ぐっと胸に響く歌詞が大好きです。
にや~ちゃんさん

未来を拾いに aiko

何気ない毎日とはとても楽しいものだ。
楽しいことはたくさんあると歌っている。
みみこさん

ジョイフル いきものがかり

ファンでいい楽曲ばかり!
ジョイフルはアゲアゲで仕事前に...。
再活動がうれしい!!
ネコのみこさん

Lemon レモン 米津玄師

この曲をきくと、とても心がおちついて、また
がんばろうと思えます。
ペンネームなし・ほか多数

負けしないで ZARD

負けしないでがんばってみようと思える曲
アキさん・ほか多数

兵、走る B'z

♪ゴールはここじゃない!
まだ終わりじゃない!!
そうだ!!自分がんばれ!!!
まほしさん

パプリカ Foorin

パプリカが流れると3歳の息子が踊りながら
歌ってくれるので、
見てるだけで元気がでます。
レックスママさん・ほか多数

Family Song 星野源

落ちこんでいても、子どものコトや家族のコト
を思いながら歌っていると、ラストの「ラララ
~♪」はノリノリで歌ってしまいます。笑
はなさくひまさん

やってみよう WANIMA

一歩踏み出すことができなかった時
「同じ今日という日は二度と来ないんだから」
に力もらえて。
みっちゃんさん

シグナル WANIMA

気持ちが前を向きます! M.Oさん

黒い雪 Superfly

歌詞がイイ♡自分の人生を生きよ!!いい人は
もうヤメよう!!笑顔になれるハッピーソングで
はなく、深くてぐつとくる歌詞が心にしみる!
チョコさん

今、できることを。

- 飲食店が結束して挑戦 -

新型
コロナウイルスに
負けない

▽街べん 飲食店のお弁当をスーパーで販売

新型コロナウイルスの感染が広がり、先が見えなかった4月。飲食店さんのお弁当を塩原屋(バイパス店)で販売する『街べん』が開催されました。



塩原屋の笠間良一社長が「飲食店のためにも少しでも力になりたい」と発案。那須塩原市の「Zakaya cava」の小山日生さんが中心となり、飲食店約10店舗のお弁当が特設テントに並びました。

週末やゴールデンウィークの合計8日間開催され、売り上げの一部からマスク等を購入し、市に寄付されました。「和洋中様々なお弁当が選べるのは嬉しい」との声も。

『1人ではできないことも、みんなで結束すればいろいろなことができる』。お手伝いをしながら、そんなことを実感することができた8日間でした。



▽今後への模索 マグロ解体ショー

再び街べんメンバーが集い、「なすしおばらを元気に!」という想いから、第2弾として『マグロ解体ショー』を計画。これからの飲食店はどのように営業していけばいいのか、「宴会」をどのように行っていくべきなのか、「新型コロナウイルス」という大きな課題のもと、メンバーで何度も話し合いを重ね、横並びの座席配置、体調管理表の記入、食事の間に取り入れる消毒タイムなど様々な工夫を凝らして6月に実施しました。



当日、目の前で解体したマグロを5人の料理人が和洋中様々な料理に変身させていく様はとて見事な感動でした。今回の食事が、「ウィズコロナへの一歩を踏み出すための参考になれば」と小山さん。こんな時だからこそ、より深まった料理人たちの結束。これを機に、業界関係なく地域の輪が広がり、県北みんなで乗り越えていければ、とそんなことを願いながらマグロ料理を堪能した夜でした。

元氣プロジェクト第3弾が本誌2ページ掲載の、オードブルの販売です。ぜひご利用ください。



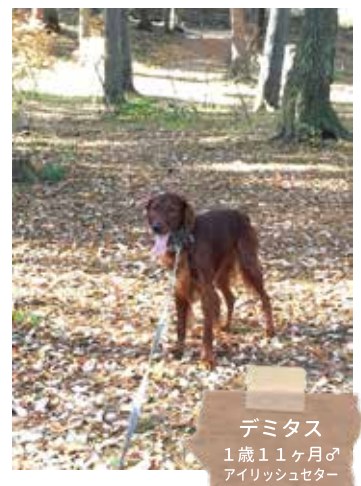
『兄弟じゃないけど、仲良しだよ♡』
大田原市 めいしいさん



くるりん
1歳半♀
キジトラ

むぎ
1歳半♂
キン白

那須塩原市 てちのらさん



デミタス
1歳11ヶ月♂
アイリッシュセター

『お姉さん大好き♡顔とスタイルだけの男』

大田原市 shihoさん



チャト/めめちゃん/ポス
♂/♀♂10歳
ミックス&
アメリカンショートヘア

『みんなで仲良くまったり♡』

みてみて うちの子

ペット紹介コーナー vol.17



アン
7歳♀
雑種

『私(飼主)のお腹の上でぐんぐんおしゃべり♡』

那須塩原町 れもんさん



むぎ
3ヶ月♀
ミックス

『みつめられるとみんなメロメロ♡』
大田原市 とちのきさん



銀
2歳♂
ホワイト
シェパード

『チャームポイントを見て!』
宇都宮市 エリンギさん



にゃんすけ
12歳♂
雑種

『キリッと見つめる先は…?』
大田原市 ぼびさん

大田原市 ウニコさん



はちまる&
とらたろう
♂ ミックス

『ご飯大好き、毎日仲良し!』

シャロンから徒歩3分!

2000㎡の広々としたドッグラン

那須ドッグパーク

この機会にぜひご参加くださいね♪

ドッグヨガ開催いたします!

※ヨガマットをご持参ください。

9月21日 毎月 10:30~

場所: 那須ドッグパーク

参加費: 2,000円

講師: 墨谷真理江先生

(日本ドッグヨガ普及協会認定ドッグヨガインストラクター)

東京赤坂で培った技術・ノウハウ!! 業界歴37年の「信頼と実績」のお店

ペットホテル シヤロ回ソ トリミング

今なら! お試し1回無料!

炭酸泉シャンプー

好評受付中!! 超小型犬 ¥540~

おすすめは、

- ワンちゃん、ネコちゃんの血行・リンパの流れがよくなり若々しく長生き!
- ペット特有のにおいを解消! ●皮膚トラブル・ストレス解消!
- フケを減らして消臭効果長持ち

女性お友達に嬉しい! 清潔に仕上げます!

スタッフ募集!! トリマー・ドッグトレーナー・一般スタッフ募集

アットホームな職場です。動物好きの方、集まれ~?

オープンキャンパス 年齢・学歴不問

働きながら学べます! (日本ペット技能検定協会認定校)

併設 **那須アニマルケア専門学校**

基礎からの学科・技術指導・実習・実題・資格取得・開業までの一貫教育学院

ペットホテル美容室 シャロン&那須ドッグパーク

TEL.0287-39-1707 HPはコチラ

那須塩原市緑1-13-108 定休日: 木曜日

POKUPOKU coupon

ドッグランご利用で コーヒーサービス

※2名様まで有効 / 2020年9月30日まで

ペットの写真大募集!

応募用メールアドレス pokupoku2017@outlook.jp

思わずキュンとするしぐさや、バッチリ撮れたお写真を POKUPOKU でご紹介させてください!

①ペットのお名前 ②種類 ③年齢 ④性別 ⑤お住まいの地域 ⑥投稿者のニックネーム ⑦かんたんな紹介文、またはメッセージ

を添えて右記のアドレスまで写真をお送りください、ペット紹介コーナー「みてみてうちの子」でご紹介させていただきます。

※応募者多数の場合はご紹介できないこともございますので、あらかじめご了承ください。

たくさんのご応募お待ちしています!

年間購読
のご案内

毎号ご自宅にPOKUPOKUをお届けします!

POKUPOKUを確実に手に入れたい方へ「1年間の定期購読」のご案内です。
お客様が申し込まれた最新ナンバーから1年間「POKUPOKU」をご自宅までお届けします。
毎号自宅に届くから安心。毎号、心を込めてお送りします。

●年間郵送料金 / 1,300円 (税込・年間6冊・送料込)

お申し込み方法

郵便振替 ※郵便局で扱っている払込書を使用郵便振替用紙に下記の必要事項をご記入の上、年間購読料1,300円を添えて、お申込みください。

- ・口座番号 / 00220-6-139610 ・金額 / 1,300円 ・加入者名 / POKUPOKU
- ・払込人住所氏名 / あなたの [郵便番号・住所・氏名・電話番号・メールアドレス・〇年〇月発行号から希望]

※POKUPOKUの発行日は奇数月の月末です。発行日に発送させていただきますが、やむをえない事情で遅れる場合もございます。ご了承ください。※1口1冊までとさせていただきます。

郵便はがき

3 2 9 2 7 9 1

恐れ入りますが
63円切手を貼って
お申し込みください

2020年9月30日
消印有効

栃木県那須塩原市五軒町 5-10
西那須野郵便局 私書箱第8号
POKUPOKU編集部
読者プレゼント係 行

フリガナ			
お名前		男・女	()歳
ご住所	□□□□□□	都 道 府 県	
TEL		FAX	
e-mail			

インスタ・WEBも
お見逃しなく! /

POKUPOKU
official Instagram

栃木県北の
最新情報配信中!!

Instagram



POKUPOKU
official website

POKUPOKU ▶ poku-poku.net

公式サイトなら、

最新号・
バックナンバー

も見れます!

スマホなら、

クーポン
が使えます!

【個人情報の取り扱い・その他】

※ご応募の際にご記入いただいた個人情報は、抽選・商品発送業務のみに使用し、他の目的には使用いたしません。また、情報の管理は当編集部が責任をもって管理いたします。

※アンケートの一部の内容は、企画に取り上げさせていただくことがあります。予めご了承ください。

※許可なく本誌の転載・複写を禁じます。

POKUPOKU設置店

設置店増加中!

詳細はPOKUPOKUの公式WEBサイトをCHECK!

大田原市

TSUTAYA大田原店・ドコモショップ大田原店・たいらや (大田原店・大田原本町店)・塩原屋(中田原店)・ダイユー (野崎店)・Kabaco・kitchen hazuki・ソレイユ・ハーモニーホール・TBC学院・道の駅 那須与一の郷・国際医療福祉大学 事務局・クローバーヌール・サンフーズ・大田原温泉・アイビー化粧品 栃木第3販売・整体院Dan・那須野ヶ原ファーム・カシマウエディングリゾート・マニワ薬局・ファミリーマート (大田原野崎店)・ぎんのみえ・ウエルシア大田原本町店・大田原図書館・大田原西原簡易郵便局・セブンイレブン大田原美原店・やぎや生花店・Copain・cocoro organic hair salon・Fujita BAKE STORE

大田原市

(旧黒羽町・旧湯津上村)

ダイユー黒羽店・リオンドール黒羽店・五峰の湯・黒羽図書館・ながかわ水遊園

那須塩原市

(旧西那須野町)

ウエルシア西那須野南郷屋店・西那須野幼稚園・オータニ(永田店・西那須野店)・塩原屋(バイパス店)・そすいスクエアAQUAS・栃木銀行(西那須野支店)・那須信用組合・ラコルト・シャロン&那須ドッグパーク・TSUTAYA 400号西那須野店・塩原屋 (三島店)・西那須野図書館・タカダ 本店・ヘアスペース・ハーディー・乃木温泉ホテル・Isakaya Cava・アンジェロ・malco・コインランドリー (マルサンビル)・五番街・西那須野商工会・ファミリーマート (那須塩原井口店・那須塩原二区町店)・コインランドリー (郡司電器横)・セグロラ化粧品・ドコモショップ西那須野店・ローソン(二区町店)・ファミリーマート(東三島店)

那須塩原市

(旧塩原町)

道の駅「湯の香しおぼら」・那須塩原市観光局・藤屋・塩原もの語り館・三笠軒

那須塩原市

(旧黒磯市)

虹ヶ丘認定こども園 (園児に配布)・道の駅 明治の森・トーホー北関東(元昭和食品)・とりせん(黒磯店)・白河信用金庫・遊山・クリームパン・そば処 倉・ファミリーマート(那須塩原黒磯バイパス店)・TSUTAYA 黒磯店・ダイユー (鍋掛店・中央店・東那須野店)・オータニ (黒磯店)・つどいの広場 ほっぺ・きらむぎ・那須塩原市商工会・chus・Dear,Folks & Flowers・三ツ星キッチン・那須塩原駅 (那須塩原市観光案内所)・ポヌールシュエット・GOOD DAY COFFEE・プラトリーナ・敷島・JAなすの本店・黒磯文化会館・まぼうし・那須塩原市役所(商工観光課)・移住促進センター・ジャカッセ那須塩原店(アウトレット内)

那須町

ダイユー (那須高原店)・セブンイレブン(那須インター店)・voietta(ヴォイエッタ)・道の駅東山道伊王野・セブンイレブン(伊王野店)・森林ノ牧場・道の駅 友愛の森・リビングストンカフェ・自在荘・那須サファリパーク・あかうは一ど・那須町図書館

矢板市

道の駅 やいた・58口ハスクラブ・三和住宅アパマンショップ・auショップ (矢板店)・ドコモショップ 矢板店

那珂川町

リオンドール小川店・那須小川ゴルフクラブ・まほろばの湯・PEARL HAIR・南平台温泉ホテル・道の駅ばとう・那珂川町観光センター・レストラン道・足利銀行(馬頭支店)

宇都宮市

ろまんちっく村・SHINBIデザインスクール・ファミリーマート (宇都宮中岡本店)・フダンカフェ・BUBU MITSUOKA宇都宮ショールーム・ファミリーマート (宇都宮柳瀬4丁目店)・comida

さくら市

道の駅 ぎつれがわ・TUTAYAさくら店

東京都

東京スカイツリー ソラマチ 4階「とちまるショップ」

セキスイハイム®

抽選で
限定1棟

680万円より (税込)

※Sタイプの場合
※屋外付帯工事は別途と
させていただきます

抽選で1棟を「リユース価格」であなたの土地に再築いたします。
土地をお持ちでない方も、土地情報をご提供します



※LLタイプの外観イメージ



【鶴田町ハイム B】展示場

※お譲りする展示場の写真

西那須野

グランツーユー展示場にて **好評受付中**

キャンペーンの
お申込みはWEBでも
受け付けています

専用サイトへアクセス
<https://t816.jp/cp/2020june/n.php>



新型コロナウイルスに関する厚生労働省の
メッセージに基づき徹底した感染予防対策を行い
安心してお越し頂ける環境づくりに努めて参ります。

西那須野グランツーユー
展示場外観



栃木セキスイハイム株式会社

西那須野グランツーユー展示場

所在地：那須塩原市太夫塚4丁目211
お問い合わせはこちらまで

Tel. 0287-60-5005