

2021  
秋号

Vol.  
023

栃木県北情報誌

# POKUPOKU

けんぼ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

## 栃木県北 テイクアウト スタンプラリー

### TOPIX

- とっておきの秋情報
- 食欲の秋 グルメ大特集
- 美容室コラム「ヘップバーンに恋して」
- コラム連載「ぶかぶか漂う」
- キッチン男子部 簡単レシピ
- ペット紹介コーナー「みてみてうちの子」

※9月20日現在の情報を掲載しています(緊急事態宣言明けの10月からの予定営業時間等を入れてあります)。新型コロナウイルスの感染状況により、掲載店の営業時間等が変更になる場合がございます。最新の情報は、各店舗にご確認をお願いいたします。

栃木県北情報誌

# POKUPOKU

けんぼくどんとこいマガジン

Vol. 023

## CONTENTS

P30	P28	P26	P24	P22	P16	P14	P10	P8	P4
ペット紹介コーナー みてみてうちの子	#ぼくぼくぐらむキャンペーン 栃木県北のイイトコロを教え合おう♡	キッチン男子部簡単レシピ 餃子の皮ピザ	コラム連載「ぶかぶか漂」 第23回 一日ひとつ違うことをした気になる	ダイナースクラブ フランスレストランウィーク 2021 アートビオトープ 那須『レストランム』	食欲の秋 グルメ大特集	第9回 100年企業を目指して 「ハッピーンに恋して」	暮らして役立つ とっておきの秋情報2021	未来へつながるパトン 飲食店紹介リレー	テイクアウトでお店を応援！ テイクアウトスタンプラリー



※画像はイメージです

第5回 笑顔で

# ほおバル! にしなすバル!!

Main × Lunch × Take out

2021 10.18 |月| - 21 |木|

※開催日・営業時間・開催内容等はお店により異なります。

## 楽しく飲み歩き! 食べ歩き!

お店自慢のバルメニューがお得に味わえます!!

10月18日～21日の4日間、西那須野地区内で、第5回「にしなすバル」が開催されます。バルとはスペイン発祥の立ち飲み酒場の事です。にしなすバルは地域の飲食店が協力して、一晩で食べ歩き・飲み歩きができる特別メニューでお客様をお迎える、地域一体型のイベントです。夜の食べ歩き、他、ランチやテイクアウトのお店もあります。各店共通のお得なチケットで、自慢の味をお楽しみ下さい!

前売り券 ¥2,200 当日券 ¥2,400

※チケットは3枚綴り1セットになります ※当日券は、一部の参加店で販売しています

前売り券のお求めは そすいスクエアAQUAS広場 ※CLOVER店舗前で販売

前売り券販売期間 9月27日～10月17日(予定) ※水曜日は販売をお休みいたします

販売時間 AM11:00～PM7:00 お問い合わせ TEL 0287-36-3150

あとバル開催期間 10月22日(金)～10月24日(日)

使い切れなかったチケットは、バルの参加店で1枚800円の金券としてご利用いただけます。

“お得”な  
前売り券で  
お店自慢のメニューを  
楽しもう!

前売り券

¥2,200



にしなすバル特設HP  
詳細はこちらへ >>>



## 30店舗以上が おもてなし いたします!!

【参加店一覧】

- 竹清食堂 ●かどや ●仁屋 ●旬鮮彩肴 天通 ●割烹錦脂 ●ガブ飲みワインバル らびーた
- 居酒屋麗ちゃん ●チャイニーズ厨房 虎秀 ●炭火やきとり 武 ●UNOYA KITCHEN ●てん
- 島家 たまたま ●ステーキ&グリル 万葉 ●クアトロクルーカラーズ ●らめん 彩葉
- 海鮮うまいもん屋 海の介 ●串焼きダイニング 串の介 ●扇寿司 ●Izakaya Cava ●旭屋
- シャモニー 白河屋 ●ほるもん家パチパチ88 ●五井乃華本舗 ●おかげ家 西那須野店
- American Beer Bar REDS ●焼肉レストラン 元祖チキンハウス ●焼肉ダイニング 路菜
- patisserie galette (パティスリー ガレット) ●シガー&ダイニングバー LISTA NERA
- lea momona ●蕎麦 ほまれ ●Raccolto (ラコルト) ●楽酒 とよ

※都合によりお休みになるお店もございます。あらかじめご了承ください。※新型コロナウイルスの状況により、やむを得ず中止になる場合があります。その際は何卒ご容赦願います。



## 参加方法

- 参加店舗でテイクアウトを利用した際に、この台紙を提示してください。
- 1会計につきスタンプ1つ押印です。
- **スタンプ3つで1口応募**できます。(複数口の応募可)  
(※1口分のスタンプ3つは異なる3店舗でお願いします。2口目に1口目と同じ店舗が入るのは問題ありません。)
- **スタンプ9つ集めた方には、必ず「共通割引券1,000円分」をプレゼント!!**
- スタンプラリー台紙を切り取り、ハガキに貼る or 封筒に入れ、郵送にてお送りください。
- 応募宛先  
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 宛
- 応募締切：2021年12月31日 (金) 消印有効

参加店舗のテイクアウトメニューはこちら! ↓

# 栃木県北 テイクアウトスタンプラリー

テイクアウトでお店を応援!

**実施期間** 2021.10/1 金 ~ 12/26 日 まで



ステーキ&グリル  
**万葉**  
まんよう

- 万葉ステーキ(サガリ) ¥1,620~税込
- 万葉ランチBOX ¥2,380 税込

本格ステーキをご自宅でいかがですか?全メニューお持ち帰り可能!お得なランチBOXもございます!

☎ 0287-36-4061 ● 那須塩原市一区町237-22  
① ランチ 11:00~14:00 (L.O) ディナー 17:00~21:00 (L.O)  
② 月・火曜日 (祝祭日の場合は営業いたします)



▲ホームページ



ガブ飲みワインバル  
**らびーた**

- マルゲリータ ¥1,290 (税込 ¥1,393)
- メンタイ納豆おくら ¥990 (税込 ¥1,069)

薪窯で焼きあげるピZZAは「中はもちもち!外はカリカリ!チーズたっぷり!」サイドメニューやデザートもあり♪  
11:00~注文受付。当日OK! 詳細はインスタをチェック!

☎ 0287-38-0165 ● 那須塩原市石林666-5  
① テイクアウト 11:00~17:00(10月から昼は水曜定休・夜は毎日営業)



▲Instagram

らびーたの名物ピZZA



Cafe&Bar  
**47**  
シーナ

- 甘酢からあげ弁当 ¥850 税込
- おつまみ盛りDeluxe ¥1,000 税込

おいしいとのしいが詰まったカフェ♪  
web注文or電話注文で待たずにお渡し!  
5個以上で配達も承ります。

☎ 0287-55-0161 ● 栃木県那須塩原市南郷郷3-144-50  
① 11:00~21:00 ※月曜はランチのみ (11:00~14:00)  
② 火曜日



▲TAKE OUT  
▲ホームページ



湯津上村民食堂

- 那須三元豚のポークステーキ弁当 ¥850 税込

焼きトロサバ弁当・カレーなどのお弁当のほか、  
手作りデザート、こだわりの珈琲牛乳や自家製  
クラフトコーラなどもテイクアウトできます♪  
当日のご注文もOK!

☎ 0287-98-8200 ● 栃木県大田原市湯津上5-776  
① ランチ 11:30~15:00(L.O14:00) / ディナーは完全予約制  
② 月曜日



▲Instagram

## スタンプを集めて抽選で当たる!!

参加店のスタンプを3つ(各店1つ、重複不可)集めて応募いただいた方に、  
抽選で参加店で使える共通割引券が当たります。  
さらに、スタンプ9つ集めた方には共通割引券1,000円分を必ずプレゼント!

<b>1等 (2名)</b> 共通割引券 <b>5,000円分</b> (1,000円×5枚)	<b>2等 (3名)</b> 共通割引券 <b>3,000円分</b> (1,000円×3枚)	<b>3等 (10名)</b> 共通割引券 <b>1,000円分</b>
--	--	--

## テイクアウトスタンプラリー台紙

お名前			
性別	男・女	年齢	( ) 歳
住所	□□□□□□		
TEL			
E-mail			

1	2	3	応募1口達成
4	5	6	
7	8	9	応募3口達成
			当選確率 3倍

スタンプ9つで共通割引券1,000円分GET!!



P.33  
POKUPOKU  
COUPON

Cool Bluebe  
ムーンブリーズ

●那須高原豚のボリューム  
たっぷりメンチカツサンド

¥880 税込

メンチは驚きの厚さ約3.5cm!自家製ソースと  
ジューシーなメンチがマッチ!寒い日はホット  
のノンアルコールカクテルと一緒に♪



Instagram

☎ 0287-74-3312 ● 那須郡那須町高久乙2827-1  
ハニカムタウン5号  
🕒 11:00 ~ 21:00 (季節により変動あり) 📍 火曜日



Pizzeria Usui  
ピッツェリアアウスイ

●チチニエツリ (シラス・ミニトマト・ニンニク・  
バジル・オリーブ・ケッパー)

¥1,450 税込

本格窯焼きピッツァがテイクアウトできます!  
前菜・パスタ・お肉料理は前日までのご予約。  
当日はピッツァ3枚まで承ります。  
(4枚以上のご注文は前日まで)



Instagram

☎ 0287-47-6560 ● 大田原市美原1-1-9  
🕒 11:30 ~ 15:00 / 17:30 ~ 21:00 📍 火曜日



Quattro Crew Colors  
クワットロカラーズ

●肉がち盛りオードブル

¥3,240 税込

とんかつ・ローストポーク・牛肉炙り...等々、  
お肉がち盛り詰まった『肉がち盛り』がおす  
め! テイクアウトメニューも豊富です♪  
☆オードブルはお昼までのご注文で、夕方お  
引き渡しできます。



Instagram

☎ 0287-338-1385 ● 那須塩原市西朝日町8-14  
🕒 12:00 ~ 23:00 (L.O.22:00)  
📍 毎週日・月曜日



Re:kitchen  
リキッチン

●お魚弁当 ¥799 税込 ●お肉弁当 ¥799 税込

お弁当は月替り!『お魚・お肉・丼もの・カレー弁  
当』の4種類!管理栄養士さんが作るお弁当  
はカロリー控えて栄養満点!当日お店での  
ご注文もOK! オードブルもご相談ください。



Instagram

☎ 0287-73-5450 ● 那須塩原市青木27-2485  
🕒 11:00 ~ 16:00 (L.O.15:00) 📍 水曜日・月1回連休あり



Kitchen Hazuki  
ダイニングバー キッチンハズキ

●ヤンニョムチキン丼

¥680 税込

●和惣菜盛り合わせ

¥1,280 税込

ガパオライス・スパイスカレー・ローストビーフ丼...etc  
種類豊富!当日OK!お気軽にお問合せください。  
☆オードブル・盛合せ系のみ要予約



Instagram

☎ 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  
📍 水曜日(お問い合わせください) ☆店内コロナ対策実施中!



P.33  
POKUPOKU  
COUPON

Nanku Shokudo Mamaman  
南国食堂 ママン

●mamaman弁当

¥1,100 税込

mamamanの人気メニュー5種(ガパオライス・カ  
オマンガイ・エビパン・ゴーヤエビサラダ・ヤム  
ウンセン)が詰まった、とっても豪華なお弁当♪  
ボリュームも満点!最新情報はインスタをチェック!



Instagram

☎ 0287-74-6669 ● 那須塩原市上厚崎377-55  
🕒 11:00 ~ 18:00 (L.O.17:00) ※夜の営業はご確認ください  
📍 木曜日・その他不定休



P.33  
POKUPOKU  
COUPON

Nanku Shokudo Kurohishi  
那須高原黒毛和牛  
数島

●上数島弁当 ¥1,800 税込 ●焼肉丼 ¥1,200 税込

テイクアウトメニューが一新!  
人気は『上数島弁当』(そぼろ・カルビ・上もも)。  
お客様にはそぼろ弁当(700円)もおすすすめ!  
※詳細は39ページをご覧ください。



Instagram

☎ 0287-74-5729 ● 那須塩原市埼玉2-445  
🕒 ランチ 11:00 ~ 15:30 (L.O.15:00) ※ランチ最終入店14:30  
ディナー 17:00 ~ 21:30 (L.O.20:30)  
📍 木曜日 ※予告なく定休日・営業時間の変更がある場合がございます



Cielo Blu  
ダイニングキッチン  
チェロブルー

●おとな様ランチ(デザート付)

¥1,300 税込

まるでお店にいるようなメニュー数♪  
テイクアウトのご予約は、お電話・ご来店・ホー  
ムページオーダーフォームからご注文できます。  
※HPからのご予約は前日まで!!



ご予約はこちら

☎ 0287-74-6684 ● 那須塩原市佐野109-6  
🕒 11:30 ~ 14:00 / 17:30 ~ 23:00 (L.O.22:30)  
📍 月曜日・第1火曜日 https://cieloblu-nasu.com



P.33  
POKUPOKU  
COUPON

Casa di Moco  
洋風食堂  
カサ・ディ・モコ

●ノアのモコ舟

¥1,500 税込

●ディナーセット(2人前)

¥6,000 税込

・ノアのモコ舟...エビフライ・オムライス・ハンバーグ等  
・ディナーセット...前菜盛合せ・パスタ・肉or魚・デザート  
☆前日までにご予約お願いします(2人前以上)



Instagram

☎ 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 11:30 ~ 15:00 (L.O.14:30) / ディナー 18:00 ~ 22:00 (L.O.21:00)  
📍 水曜日 ※無料Wi-Fiあり



P.33  
POKUPOKU  
COUPON

Livingston Cafe  
リビングストンカフェ

●ナスとベーコンのトマトソースパスタ

¥880 → ¥830 税別

●アスパラとベーコンのピザ

¥980 → ¥930 税別

通常メニューの中からパスタやピザ・カレーなどテイクアウト  
できます!(通常の50円引き)オーダーいただいでからお作り  
しますので、事前にお電話いただくとスムーズです♪



Instagram

☎ 0287-63-8025 ● 那須塩原市高砂町6-21  
🕒 [ランチ] 11:00 ~ 18:00 (L.O.17:00)  
[ディナー] 18:00 ~ 22:00 (L.O.21:00) ※ディナーは4名様~予約可  
※緊急事態宣言中はディナーはお休みします。 📍 水曜日



P.33  
POKUPOKU  
COUPON

Jinya  
揚げ専科  
仁屋

●仁屋盛り

¥1,398 税込

下野新聞で紹介された『仁屋盛り』が大好評!  
国産肉にこだわり、添加物は控えた安心安全な  
揚げ物です。ムネ肉も驚きのやわらかさ♪  
☆ランチ弁当 各種500円



Instagram

☎ 0287-53-7544 ● 那須塩原市睦106-133  
🕒 11:00 ~ 21:00 (L.O.)  
📍 ほぼ無休



Lista Nera  
Cigar & Dining Bar  
リスタネラ

●日替わり弁当

※4個から  
承ります ¥1,000 税別

●チキンステーキ丼

¥800 税別

日替わり弁当は7種の味が楽しめる!とてもお得な  
お弁当!パスタや丼もの、ジャーサラダもあり。  
当日もお問い合わせください! ☆オードブルもあり



Instagram

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





牛肉と季節の野菜の角切りステーキ ¥1,550 (税込)  
(平日夜 8 時まではサラダ・社長の家のコシヒカリ or 自家製愛情パン・ドリンク付き)



オンラインショップでパンも購入できるようになります (古代米のパンもあり)



オープンして11年が経ち、より一層温かみを感じる雰囲気

## 「飲食店紹介リレー」スタートのきっかけは…

### 佐々木さんと私 秋本のひよんな会話から

POKUPOKU 創刊4周年を迎え、四葉の「クローバーポヌール」さんに遊びに行きました。佐々木さんとは、私が以前動いていたタウン情報誌「PLUCK」の頃からのお付き合い。「そういえば『第1回大田原コーヒーマップ』作ったよねえ♪」なんて思い出話に花が咲きました。

当時から佐々木さんはアイデアが豊富。「こんなのどう?」と次々にさらっと言います(笑)7年ほど前に話題にあがった「紹介リレー」。当時から「いつかやりたい」と思っていた

私は、急遽「クローバーポヌール」さんからのスタートをお願いすることに!!

今回も「生産者さんの手、料理人の手、県北で頑張る方々の手を秋本さんが握ってまわる企画は?」と佐々木さん。「これは秋本さんだから言うんだよ。」って言ってくださったのがなんだか嬉しかった私。5年後? 10年後? にはみなさんの手を握ってまわっているかもしれません(笑)

POKUPOKU 編集部 秋本 知佳子

知り合った頃、佐々木さんは『大田原をコーヒーの町にしよう!』と勢力的に活動されてました。いつも地域のために走り回っている印象です(笑) それととにかく物知り! 栃木の歴史も詳しいです。



クローバーポヌール 統括支配人 佐々木豊さん



POKUPOKU 編集部 秋本 知佳子



コンロでお肉を焼きながら打ち合わせ。弱火でいい色になるまで焼くだけで、私でも美味しいステーキが焼けました!! (EC サイトにて販売中のお肉)



さて、佐々木さんから  
バトンを渡される方は??  
次号(11/19 発行)をお楽しみに!!

## おすすめメニュー

- ・牛肉と季節の野菜の角切りステーキ 1,550 円
- ・ハンバーグステーキ 200g 1,300 円
- ・本日のお魚ランチ 2,100 円位
- ・あさのポークのソテー 150g 1,550 円
- ・倭牛甲種サーロイン 120g 3,000 円

## ◀ P.33 COUPON

### カプチーノサービス

※1枚で2名様まで ※お食事の方に限り  
※2021年11月19日まで

クローバー  
オンライン  
ショップ



### カフェ&レストラン クローバーポヌール

☎0287-23-5311

●大田原市浅香 5-3764-95

◎11:00~21:00(LO.20:00)

[ランチ] 平日 11:00~20:00

土曜日 11:00~14:00

※コロナ中は15:00~17:00CLOSE

◎月曜日(祝日の場合は翌日)



## 紹介リレーとは?

『バトンを渡された人やお店が、おすすめする方やお店を紹介してバトンを次へ』とリレー形式でお店をご紹介していきます。

大好きなお店、気になるあの人…実はみんなつながっていたりしませんか。

人の「つながり」を起点に、飲食店をご紹介していきます。「つながり」をたどっていくと、どんな風につながり、どんな風に広がっていくのか。

誰にもわからないゴール、みんなで楽しみましょう♪

## 第1回

## 未来へつながるバトン (飲食店紹介リレー)



### 大田原市 カフェ&レストラン クローバーポヌール



こだわりのお肉と  
新鮮な地元野菜  
そして社長自ら作る  
コシヒカリ

ステーキの名店として広く知れ渡る那須烏山市の『クローバーステーキハウス』の姉妹店として大田原にオープンしたのは11年前。ステーキはもちろんのこと、生産者の顔が見える「新鮮な野菜」をふんだんに使ったお料理も楽しめます。店名の『ポヌール』は、フランス語で『幸せ』の意味。「お客さんがほっとできるような場所になり、ポヌールの料理でここに幸せになってもらいたい」と語るスタッフの皆さんの笑顔もとても印象的です。



インフィニティベース  
**INFINITY BASE 那須ガーデンアウトレット店**

**那須ガーデンアウトレット内に  
10/19(火) NEW OPEN !!**

こだわりのインテリア・家具・雑貨のSHOP。  
栃木では数少ない『DULTON』(ダルトン)取扱店。どこかレトロでかっこいい、オリジナリティあふれる商品が揃います。プレゼントさがしにもおすすめ!



△ インテリアとしても格好いい  
ゼンマイ式の「キッチンタイマー」  
(マグネット付き)  
△ ダルトンらしいポップなカラーの  
ガベージ缶



『DULTON』の  
雑貨ショップ♪

**DULTON (ダルトン)**  
「便利ではないかもしれないが、心に豊かさを感じさせる物を創っていこう」をコンセプトに、世界中のファンに愛されるインテリア雑貨メーカー。



那須ガーデンアウトレット店  
オープンに伴い、  
オープニングスタッフ募集中!!

インフィニティベース  
**INFINITY BASE 那須ガーデンアウトレット店**  
● 那須塩原市塩原崎184-7 那須ガーデンアウトレット内  
○ アウトレット営業時間に準ずる ● 無休

お問い合わせはこちら  
 **店内全商品 5%OFF**  
※2021年11月19日まで

ラ・プリュ・ベル  
**la plus belle ~hair~**



**秋のイメチェン応援メニュー♡**

カラー or パーマ+カット+  
シャンプー・ブロー+4種の艶々トリートメント  
ショート ¥8,500~/ ロング ¥10,500 のお得なメニュー♡  
店内、ハロウィンバージョンにリニューアル♪  
幸せを呼ぶヘアサロンラ・プリュ・ベル

ラ・プリュ・ベル  
**la plus belle ~hair~**  
[機次小学校すぐそば]  
☎0287-36-5428  
● 那須塩原市機次82-8 ● 火曜日  
○ 9:00~19:00 ※時間外はご相談ください



とっておきの  
秋情報  
2021

くらしに役立つ  
情報を  
集めました。

編集部おすすめの  
くらしに役立つ

POKUPOKU Autumn 2021

**那須貸切ドッグラン & キャンピング ワンコが主役**



**COUPON**  
ドッグラン  
30分 サービス  
▲P.33

**のびのびドッグランで  
バーベキュー付きデイキャンプ♪**  
「スモールサイト(バーベキューコンロ付き)  
3時間パック ¥2,000(税込¥2,200)  
※2021.11/19(金)まで」  
食材を持ち込めば、手ぶらでバーベキューが  
楽しめます!ワンちゃんとリフレッシュ♪

那須貸切ドッグラン&キャンピング  
**ワンコが主役**  
☎080-5035-8516(仲代)  
● 那須塩原市上郷屋193-6  
○ 9:00~18:00 ● 木曜日 ☆プリン・焼菓子はTELIにてご確認ください。

**鳥野目河川公園 オートキャンプ場**



**鳥野目でLet's 楽ちんキャンプ!**  
「テント付オートキャンプサイト」が7月10日 OPEN !!  
持って行くのは食材だけ。あとはレンタルすればいい!  
キャンプ場の空気味わってみませんか?  
☆1泊(1サイト) 特別オープン価格 15,000円~ (定員5名)  
☆要予約 (土曜日泊限定)

鳥野目河川公園 オートキャンプ場  
☎0287-64-4334  
鳥野目河川公園管理事務所(8:30~17:00にお電話ください)  
● 那須塩原市鳥野目391-1  
○ 受付 8:30~17:00 ● 通年営業

**株式会社 ムロイハウジング**

**遊べるいえを見に行こう!! 平日や夜でも見学できます♪**  
「楽しく遊べるいえ」を建てたい方必見! 見学できるのは、那須塩原市の遊べるいえ。  
ステイホームではなく、プレイホーム!! 楽しみ尽くせるいえをご見学ください。



ボルダリング・  
ぶらんこ・うんてい  
すべり台♪



△ 収納スペースも、子どもたちにとっては遊び場♪  
△ プール・バーベキュー場・キャンプ場。想像しだいで何にもなるウッドデッキ。

ご予約は、ムロイハウジングホームページお問い合わせ・資料請求ページ又はメール(info@661.co.jp)、お電話いずれかで、必要事項(氏名・ご住所・電話番号・メールアドレス)、ご見学希望日時をお教えてください。お問合せ後、見学会場地図をご案内いたします。

**株式会社 ムロイハウジング**  
☎0287-36-7064  
● 那須塩原市太夫塚 6-233-96  
Mail: info@661.co.jp



フロント フット  
**FRONT FOOT**

キャンパス地のしっかりした作りのバッグが入荷しました！色・サイズ豊富に揃っています。たっぷり入るのでママバッグにもおすすめ♪

雑貨やシルバーアクセサリ、クラフト作家さんの作品、革小物、おもしろい&変わっている雑貨などなど、その時しか買えない1点ものも並びます。お気軽にお立ち寄りください♪



ハロウィンバージョンのマスクチャームも♡(ohana)



ターコイズは幸運をもたらす石

雑貨やクラフト作家さんのアクセサリ  
ここにしかない一点物が  
どんどん増えています!!



ママバッグにもおすすめ♪

**FRONT FOOT** フロントフット  
☎0287-74-3440  
📍 那須町高久甲4328-1 661st内  
🕒 10:00~19:00 (季節により変動あり)  
📅 不定休



1,000円以上お買い上げの方  
不織布マスク(柄入り)  
3枚セット プレゼント  
※2021年11月19日まで

塩原温泉 家族旅行村 **箱の森プレイパーク**



**COUPON**  
オリジナルタオル  
プレゼント  
-P.33

箱の森プレイパークの秋は最高です!!

四季折々の自然の中に、アスレチックやおもしろ自転車、バーベキューなど、楽しい施設が盛りだくさん！秋には美しい紅葉が楽しめます。芝生のひろばでお弁当を広げたり、日帰り温泉でリフレッシュするのも◎

塩原温泉家族旅行村 箱の森プレイパーク  
☎0287-32-3018 📍 那須塩原市中塩原字箱の森  
🕒 9:00~17:00 (温泉 10:00~20:00 最終入館 19:30)  
📅 水曜日 (祝祭日の場合は翌日・冬季休村 12/1~3/31)

株式会社 **大向電設**



**COUPON**  
お見積価格から  
5%OFF  
-P.33

冬前にエアコンの点検はいかがですか

企業様も一般の方も、電気のことならおまかせください！「コンセントを増やしたい」「アンペア数をあげたい」「防犯カメラをつけたい」等々、電気のお困りごとを解決。電球交換1つからお気軽にご相談ください。手厚いサポート万全です!

株式会社 大向電設  
☎0287-36-4076  
📍 那須塩原市西朝日町9-3  
🕒 8:00~18:00  
📅 日曜・祝日



**イベント情報コーナー**

**なすしおばら映像コンテスト**

あなたの視点で那須塩原の魅力をPRしてください。

今、あなたが感じている那須塩原市の魅力(自然、街並み、産業、文化芸術、人物、絆等)を30秒の動画に仕上げる「なすしおばら映像コンテスト」を開催します。詳細はこちら



- 応募資格: 那須塩原市民、市内勤務及び通学者(個人または団体)
- 応募作品: 今回新たに撮影された未公開作品
- 応募締切: 11月30日(火) ※郵送の場合、当日消印有効

関連イベント!!

**第3回ワークショップ** 「スマホによる動画撮影から編集までの基礎講座」

- 日時: 11月7日(日) 13:30~15:30
- 会場: 那須塩原市市民活動センター [那須塩原市大原間西1-11-10]
- 講師: 映像クリエイター 佐藤利行氏
- お問合せ: 那須塩原市市民活動センター 0287-73-5741

**湯っ歩の里**



**COUPON**  
オリジナルタオル or  
缶バッチ プレゼント  
-P.33

日本最大級の歩ける足湯

足湯回廊は6つのエリアがあり、歩きながら足つぼを程良く刺激してくれます。湯温も熱めから温めと温度も楽しめ、癒しの足湯として人気。



湯っ歩の里  
☎0287-32-3101  
📍 那須塩原市塩原 602-1  
🕒 9:00~18:00 (12/1~3/31は17:00まで)  
📅 木曜日 (祝日の場合は翌日)

料金  
● 高校生以上 ..... 200円  
● 中学生以下 ..... 100円  
● 65歳以上  
● 幼児 ..... 無料

アロハ  
免疫美容サロン **ALOHA**



新メニュー! 美眉スタイリング♪

長引くマスク生活、せめて見える部分はキレイに♡自分では出来ない...どうしたら良いかわからないという方、ぜひぜひご相談ください♪

◎美眉スタイリング(所要時間60分~) ¥5,500(税込)  
次回予約を帰りにとっていただく500円引き!!

免疫美容サロン ALOHA アロハ  
☎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



## 100年企業を目指して

美容室へ行こうと思った時に、あなたは、電話派、ネットサイト派、その店のホームページの予約のプラットフォームから？様々な手法で予約が出来るようになりましたね。私どもの美容室は、電話からのご予約が70%くらいですね。レセプションの存在が大きく寄与しています。お声を聞いただけでお客様のお顔が浮かぶそうです。残りは集客サイトから15%、ホームページの予約フォームから10%、予約なしで直接お店にいらっしゃる方が5%くらいでしょうか。

技術メニューの確認が二番難しく、さらにその施術に係る時間の計算が、瞬時に判断できないとレセプションは務まりません。また、クレームのお声を一番最初に聞くのもレセプション、さんさんお叱りを受けてから、オーナーに繋ぐことが多いです。少ない数ですが、反省材料ですね。

さて、美容室に入りますと、施術中にお飲物のサービスがあったりします。あまり過度なサービスは保健所から止められておりますので、喉を潤すものが多いですね。シャンプーの後や待ち時間に肩のマッサージをする場合があります。忙しいとなかなか出来ない時があります。逆に少しヒマな時は、揉んであげられる時間が増えますね。それゆえにご来店を必ず平日になさっているお客様もおります。土・日曜日は、なかなか会話も短く、肩も短いので、ここ

お子様が小さいので働く時間に制限があります。ご家庭をお持ちのスタッフは労働時間が短いです。女性は大変ですね、お子様の面倒をみて、ご家庭の仕事をこなし、夫の面倒も見なければなりません。せめて世の中の夫諸君、ご家庭の仕事は半分負担しましょうね。妻の取説をよく読んでおくように！(笑)

自分で五番街を運営して40年経ちました。レセプションと着付けを担当しているパートナーには感謝しかありません。今は休日の度に、ランチに行ったり出かけたりして、二人の時間を大切にしています。次代を担う息子夫婦も入社し心強いです。長年勤務しているスタッフにも感謝しつつ、これから入社するスタッフをみつければなりません。新人さんを常に募集しています、きつと多くの美容室の経営者は、スタッフ募集に力をいれているでしょう。息子たちにこれから40年経営してもらい、彼らの1歳の子供に、耳元で3代目！ってささやいています、内緒です。彼が3代目を継承してくれたなら100年企業となるでしょう。将来が楽しみです。

美容師という仕事には定年がありません、いつまでも働けます、自分はどうしようと思いますが、答えはお客様にあります。必要と指名されている間は、働きましょう。楽しい仕事ですし、まだまだ女の子にもてたいし(笑)

老化という定義は、髪型や服装に気を使わなくなった時から始まります。髪のお手入れが疎かになり、服装に気を使わなくなり、履物がいい加減になった時に、ボケが始まります。気をつけてください。恋をしたいと10代から思っていたでしょう、ドキドキが止ま

で謝っておきます。ごめんなさい(笑)

夏や冬に商品のキャンペーンがあり、少し割引できます。メーカーさんやディーラーさんのご協力で、お客様感謝祭の意匠を多く含んでいます。美容室側はあまり利益は出ません。そもそも利益幅が少ないのです。一般商品の割引率なんかにはびっくりしますが、初めから価格設定が怪しいなあと思うのは私だけでしょうか(笑)

料金の割引は致しません。スタッフが明るく楽しく働くためには、社会保険や福利厚生をきちんと手当てしなければなりません。美容師の労働環境は低いレベルにありました。私は独立する時に、こんな環境では皆辞めてしまおうと感じていましたので、能力に合った給与、就業規則で決めた労働時間、今は週休二日制を目指しております。24年も勤務して下さっているスタッフもおり、後に続く若いスタッフも笑顔で働いております。

美容室の最高のサービスは、やはり技術です。常に研鑽に努めております。最近はりモートで講習会などを行っております。

美容室へ行こうかなあと思ってから1週間が過ぎ、予約しなくちゃと思って1週間が過ぎ、予約したら入らなくて、さらに1週間が過ぎてしまったことはありませんか？やはり、土曜日日曜日は混雑します、また人気の美容師も、埋まってしまう。早め早めのご予約か、ご来店時に次の予約を入れておくと良いですね、最近はそのような方が増えてきています。

私どもは現在8名で運営しておりますが、レセプションの一人は、

らない若い時があったはず。今は動悸息切れなんかじゃありませんか？そんなことはないかな(笑) 適度の運動とオシャレが必要です、私はスターだからいつでも誰かに見られている。オシャレしなくちゃ！と思っ生きていきますよ。

私は春・秋・冬は白いシャツを着ています。糊を効かせたバリッとしたシャツを着るとやる気が湧いてきます。夏だけは暑いのでTシャツにホワイトジーンズで仕事をしています。仕事モードに入ると、やる気のみならず毎日が楽しくてたまりません。

最近、国の衛生管理の第一線機関の保健所から、表彰を受けました。美容室として衛生管理に優れているという理由です。なんてタイムリーなんでしょう、しかしもともと衛生管理をきちんとしておりましたので、長年のお店のきれいが認められたのでしよう。有難いことです。

多くの美容室のオーナーは、毎日清掃と消毒に気をかけて、美容室を運営しております。安心して美容室をご利用ください。

I'm glad to talk to you.

次回は、ティファニーで朝食を。

(文 五番街代表 大倉太喜生)



優良衛生美容室ということで、表彰されました



hair design 五番街

TEL.0287-36-6811  
那須塩原市太夫塚  
6-232-213



△P.33  
COUPON  
フルーツサンド  
半額

かわいたぬきパンは  
まぼろしさんの  
パンを使用!



菓穴茶屋 たぬっぽ

新メニュー『たぬっぽもぐもぐランチ』  
880円(税込)が始まりました! 那須高原  
豚のウィンナー・スランブルエッグ(那須  
御養卵)をパンにサンドして召し上がれ!  
お好きなドリンク半額で付けられます♪



Instagram

菓穴茶屋 たぬっぽ  
☎0287-74-3440 ㊟不定休  
📍 那須町高久甲4328-1 661st内  
🕒 11:00~19:00(季節により変動あり)



カメラ  
インスタは  
コチラ



シューシュ  
ケーキハウス chou-chou

人気の『カシスオレンジ』がボリュームアップして帰  
てきました! 待ち望んでいた方、興味がわいた方、  
ぜひシェフこだわりのケーキを味わってみてはいかがで  
しょうか!

ケーキハウス chou-chou  
☎0287-47-6225  
📍 大田原市若松町 403-7  
🕒 11:00~19:00 ㊟ 月・火曜日



保存版  
食欲の秋  
グルメ大特集  
栃木県北の  
おいしい  
集めました



国産小麦 100%・無添加生地  
素朴でやさしい温もりを

オリーブ  
パン工房 Olive

2021年5月 那須塩原市(旧黒磯市)に  
小さなパン屋さんが NEW OPEN !!

『国産小麦100%・無添加生地』  
で体にやさしい安心安全なパン  
を夫婦二人で、丁寧に焼き  
上げます。さくさくメロンパン、  
クロワッサン、塩バターロール  
がおすすめです。  
曜日限定販売の全粒粉バター  
ルは売り切れ必須!!  
みなさまのご来店、お待ちし  
ております。



明るくかわいらしい店内

カメラ  
インスタは  
コチラ



ドコモ様・  
ローソン様うら

いろは  
らめん彩葉

2021年6月 NEW OPEN !!  
ランチタイム限定営業の中華そば専門店。

スープは瀬戸内産いりこを贅沢に使用し、香り高  
い、黄金色の澄んだスープに仕上げました。  
繊細さ・コク・余韻をお楽しみください。

- ★ 中華そば〜瀬戸内産いりこ使用〜 ¥750(税込)
- ★ 海老ワンタンメン ¥900(税込)
- ★ 鴨だし中華そば ¥1,000(税込)

カメラ  
お店のインスタはコチラ



中華そば  
〜瀬戸内産いりこ使用〜 ¥750

COUPON  
△P.33  
ラスク1袋サービス  
※1,000円以上お買い上げの方  
※1名様限り ※2021年11月19日まで

パン工房 Olive  
☎0287-79-8073  
📍 那須塩原市清住町 94-282  
🕒 11:00~18:00  
㊟ 月・木曜日



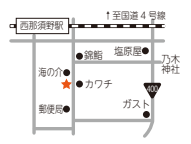
坦々麺  
〜彩葉風〜  
¥900(税込)

店内には  
空間除菌機を  
設置!



COUPON  
△P.33  
大盛りor味玉1個サービス  
人数分ok!  
※チケット持参に限る ※2021年11月19日まで

らめん彩葉  
☎0287-38-2128  
📍 那須塩原市下永田 2-1044-8  
🕒 11:30~14:30  
㊟ 無休







パーティープラン5,000円(税込)コース  
※写真はイメージです

※テイクアウトについては、6ページをご覧ください

**Quattro Crew Colors**  
☎0287-38-1385  
◎ 那須塩原市西朝日町8-14  
◎ 17:00~23:00(L.O22:00)  
◎ 毎週日・月曜日



クアトロ クルー カラーズ  
**Quattro Crew Colors**

西那須野駅前。全品自家製の  
こだわりのお料理でお出迎え

居心地が良い広々店内で、こだわりのお料理と種類  
豊富なお酒やカクテル・ノンアルコールカクテルを  
お楽しみください♪

お得なパーティープラン ※税込価格

- ★ 料理6品+飲み放題(60分) ... 4,000円
- ★ 料理7品+飲み放題(90分) ... 4,500円  
(料理 6品+魚介カルパッチョ)
- ★ 料理8品+飲み放題(120分) ... 5,000円  
(料理 7品+和牛あぶり)

デザート付プランもありますので、ご相談ください。

毎年好評の  
『おせち』ご予約  
承ります!



△P.33  
COUPON  
いかフライ  
1枚プレゼント

ファンが多い  
『海鮮盛り』 ¥1,598(税込)

揚げ専科 じんや 仁屋

大好評だった『海鮮盛り』が復活!!  
(肉厚あじフライ 2枚・甘くて柔らかい  
いかフライ2枚・エビフライ2本)  
にしなすバル(p.2)では、バル限定の  
秋鯖(あきさば)の海鮮セットが登場!



Instagram

揚げ専科 仁屋  
☎0287-53-7544  
◎ 那須塩原市睦 106-133  
◎ 11:00~21:00(L.O) ◎ ほぼ無休



△P.33  
COUPON  
1,000円以上  
お買い上げの方  
100円引き

ガーリック  
シュリンプサンド

臭たっぷりで  
食べ応え抜群!

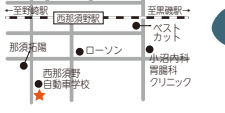
レアモモナ  
**lea momona**

旬の果物がゴロッと入ったフルーツサ  
ンドは、クリームたっぷりだけどしつ  
こくないと大好評!お食事系サンド  
ウィッチも日替わりで1日2~3種類ご  
用意しています♪



Instagram

lea momona  
☎0287-47-7201  
◎ 那須塩原市下永田 3-4-271  
◎ 11:00~19:00 ◎ 月・火曜日



おかげさまで8周年!! 日頃の感謝の気持ちを込めて **2021 10.19(火)~24(日)**

# 8周年記念イベント開催!

**オトクにお買い物のチャンス!**  
10.19(火)~24(日)  
1,000円以上のお買上げで  
**5%OFF チケットプレゼント**  
さらに  
2,000円以上のお買上げで  
**10%OFF チケットプレゼント**  
※次回以降に使えるチケット・割引券になります

**人気のお菓子がオトク!**  
●フィナンシェ 200yen → 180yen (チョコかけ 税込220yen→200yen)  
●シュークリーム 220yen → 200yen ※全て税込価格です  
●チラシご持参の方 **クレープ50円引き!!**

**人気のお菓子も感謝をこめて!**  
10.23(土)・24(日) 限定!

**HAPPY HALLOWEEN**  
ハロウィン&秋スイーツも続々登場!

ほっこり秋を感じるスイーツが勢ぞろい!

**焼きたて焼き菓子工房 Kabaco**  
TEL.0287-47-5764 9:30-19:00  
大田原市中央1-3-15 TOKO-TOKOおたわら1F  
定休日/月曜日(祝日の場合は翌日)、月1~2回火曜日(不定休)

10/23(土)~クリスマスケーキ予約開始

△P.33 COUPON  
① 10/23-24の日間のみクレープ50円引き  
② お買上げの10%OFF (10/19-24を指す)  
※2は、2,000円以上お買上げの方 ※2021年11月19日まで

マルコ  
**malco**

malco の秋の新商品  
『いちじくとクリームチーズ』

malco の秋の新商品は、オーガニックドライいちじくと  
コクのある北海道産クリームチーズを贅沢に使用しま  
した。  
優しい甘さとプチプチ食感が楽しめるだけでなく、食  
物繊維や鉄分、カリウム、カルシウム、ポリフェノール、  
カロテン、ビタミンなど特に女性に嬉しい栄養が沢山!  
この秋は美容と健康にも気をつけたいとお考えの方、  
ぜひお試しください♪



いちじくとクリームチーズ  
210円(税込)



お店は  
西那須野駅近く

お店の前には  
かわいいお花が  
いっぱい♪



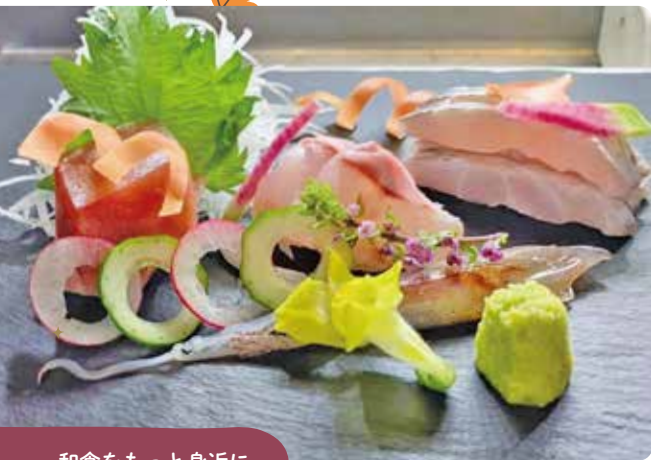
Instagram

COUPON △P.33  
**5%OFF チケットプレゼント**  
※1,000円以上お買い上げの方  
※次回以降に使えるチケットになります  
※2021年11月19日まで

malco  
☎0287-47-6105  
◎ 那須塩原市扇町 9-10  
◎ 営業日:火・水・金・土・第1・3日曜日  
◎ 10:30~ 売り切れ次第終了







和食をもっと身近に



座り心地が良くとっても落ち着くカウンター席



カウンター席の目の前で揚げしてくれる天ぷらは格別♪

イザカヤ サヴァ

## 創作料理 Izakaya Cava

3周年を記念してリニューアルオープン!!

和食・会席料理が楽しめる

カジュアル割烹店になりました /



おやま ひろお  
店主 小山 日生さん

16歳で料理の世界に入り、料理店・旅館・結婚式場などで腕を磨き、料理長・マネージャー等の経験を経て、2018年「Izakaya Cava」をOPEN。自分の原点である「和食」に戻ることを決意し、店内を改装(カウンターも全て手作り!)、いざリニューアルオープン!!

お寿司・串天ぷら・旬の焼き魚・お刺身・会席料理...等々。おいしい和食を存分にお楽しみください。

日本酒は常備 20種類以上!  
今までの自慢の肉料理もあります!



種類豊富な  
"サクサクの串天ぷら、"

- えび 280円
- ホタテ 250円
- のりとクリームチーズ 250円
- アスパラ 200円
- レンコン 150円
- 5点盛り 780円

その他メニュー

- 塩原大根サラダ 580円
- 旬魚の自家製西京焼き 680円~
- 串焼き(ねぎま) 1本 250円
- おすすめのステーキ 1,580円~
- 握り寿司(2貫) 580円~



おせち・生寿司の  
ご予約承ります♪

(受取日)  
おせち: 12月31日  
生寿司: 1月 1日



初めてのお客様は、前日までにご予約の上ご来店下さい

創作料理 Izakaya Cava ☎0287-46-5018

☉ 那須塩原市西大和4-3長谷川ハイツ102 ☎ 18:00~(L.O.24:00)  
☉ 水曜日



## それでもステーキ 黒磯1号店(元遊山)

『ステーキカレー』始まりました!!

今人気の「スパイシーカレー」と、それでもステーキ人気 No.1の「ハンギングテンダーステーキ」が一緒になりました!



▲ Instagram

..... クーポン持参で特別価格に!! .....

- ステーキカレー
- 小 (ステーキ 100g) 1,790円
- 普通 (ステーキ 200g) 2,290円 → 1,990円
- 大 (ステーキ 300g) 2,790円 → 2,490円



肉好き男子に  
おすすめ!  
ハンギングテンダー



サラダ・  
スープ付き♪

美味しい牧草で  
育った牛肉  
『グリーンステーキ』  
を提唱しています

## かつどん 柏屋

かつどん専門店「柏屋」が  
那須ガーデンアウトレット内に OPEN!!

2021年7月に那須アウトレット店が遂に OPEN! 食材は「那須かしわ豚」に「那須御養卵」、地元産お米・野菜など地産地消づくし。厚めのカツがのった「かつどん」は、揚げたてサクサク感を残しつつも、ふんわり卵と出汁の旨みを楽しめる絶品メニュー。濃厚だけどさっぱりいただけるのも人気の秘訣。

那須アウトレット店では  
プチプチもちもちの  
『古代米』を使用♪



甘辛いタレに  
くぐらせた  
たれかつどん  
も人気♪



Instagram  
は  
コチラ



ステーキとカレーの最強コラボレーション  
※写真は大きサイズです

COUPON ステーキカレー(200g・300g)  
△P.33 → 300円引き

※1枚で1グループ様有効 ※2021年11月19日まで

それでもステーキ 黒磯1号店(元遊山) ☎0287-60-0789

- ☉ 那須塩原市若葉町7-11
- ☉ [ランチ] 12:00~14:30
- [ディナー] 17:30~20:30(月・火 休業予定)
- ※ディナーはお問い合わせください
- ☉ ランチはほぼ毎日営業



那須の恵みが詰まった「かつどん」

本店・那須アウトレット店ともに  
テイクアウトOK!!  
(当日OK) テイクアウトは100円引き



かつどん 柏屋 本店  
☎0287-74-5522

☉ 那須塩原市戸田15-60  
☉ 11:00~14:00 ☉ 木曜日

那須ガーデンアウトレット店  
☎0287-73-8321

☉ 那須塩原市塩崎町 184-7  
那須ガーデンアウトレット内  
※ベビーベッド完備 ※予約不可 ☉ 11:00~閉店30分前(L.O.) ☉ 無休





千葉 拓海 シェフ(27)

サステナブルな取り組みや地元食材を使ったフレンチで地元の魅力を発信し、同イベントを盛り上げる全国から選抜された16名の「フォーカスシェフ」。  
栃木県からは那須町に店を構える「Restaurant μ (レストラン ミュー)」の千葉拓海シェフが選ばれています。

【千葉拓海シェフ プロフィール】  
1993年生まれ。東京調理師製菓専門学校卒業後、フランスの星付きレストランに勤務。その後、赤坂『Lyla restaurant』・中目黒『CRAFTALE』にて修行後、2020年『アートピオトープ那須 Restaurant μ(ミュー)』のシェフに就任。  
ミシード(種)からテーブルまで、をコンセプトにスタッフ全員がチームとなり、地元食材の魅力発信に取り組んでいる。



18歳の時に訪れたフレンチレストランで、味・華やかな見た目とお料理を通して様々な感動を得られるフランス料理に惹かれ、フランス料理の道に進んだという千葉シェフ。昨年「レストランμ」のシェフへの就任を機に東京から栃木へ来た千葉シェフに栃木の印象を聞いてみると、「野菜・乳製品・お肉のクオリティーが本場に高い」と。  
「シード(種)からテーブルまで」をコンセプトに、恵まれた土地ならではの、食材の力を存分に活かした料理を提供する千葉シェフ。  
今回のイベントでは、フランス料理をどんな人にも気軽に楽しんでもらうことが目的。ふだんフランス料理に馴染みがない方も、この機会にぜひ来ていただきたいと笑顔で話した。



ガイド付き水庭ツアー  
(ポストカード・ブックレット付)  
2,970円～ ※要予約

「レストランμ」でお食事をすると、石上純也氏による話題のランドアート「水庭」の自由見学もお楽しみいただけます。  
イベント期間中は、ランチ、ディナーともに通常よりもリーズナブルな価格でコースを楽しめるので、気になっていたレストランに足を運ぶ絶好のチャンス！  
今まで知らなかった名店に出会えるのも魅力です。

## Restaurant μ レストラン ミュー

栃木県那須郡那須町高久乙道上 2294-5 アートピオトープ那須内  
0287-74-3200

【ランチ】12:00~13:00(L.O)予約制 7,700円(サービス料10%別)  
【ディナー】18:00~20:00(L.O)予約制 15,400円(サービス料10%別)  
※前日12時までの予約制  
定休日:火・水曜日

2021.10/8(金)ー10/31(日)  
「フランスレストランウィークコース」  
ランチ:5,000円 / ディナー:8,000円(税・サービス料込み)



ダイナーズクラブ  
フランス レストランウィーク 2021

# フランス料理をおとくに楽しむ24日間

2021.10/8(金)-10/31(日)



ご予約はこちら



<主催>  
フランスレストランウィーク事務局  
E-mail : office@francerestaurantweek.com

「ダイナーズクラブフランスレストランウィーク」は、美食への探究心やその美しさから世界中で愛されているフランス料理をもっと気軽に楽しんでいたくことを目的としたグルメイベントで、今年で11年目を迎えます。  
今年も2021年10月8日(金)~10月31日(日)の過去最長となる24日間で、全国の参加店舗がランチ・ディナーともに、  
・5,000円  
・8,000円(税・サービス料込み)  
のお得な価格でコース料理をご用意します。  
フレンチの王道メニューを含むコースや、今年のご自宅でも楽しめるテイクアウトメニューも登場します。

## Restaurant μ レストラン ミュー



栃木県那須郡那須町高久乙道上 2294-5  
アートピオトープ那須内  
0287-74-3200

## メリメランジュ



栃木県那須郡那須町高久丙1  
ホテルエビナール那須メインタワー 13F  
0287-78-6000 (代表)

栃木県北地域の  
参加店舗は2店舗



## 一日ひとつ 違うことをした気になる



タイでのデルタ株の蔓延は人口比で言えば日本のピーク時の約2倍の新規感染者が毎日出ていた状態で、それが日本よりずっと長く続いていました。最近になってようやく減少してきたかな、このまま減少してほしい、というところです。

ワクチンは一回目だけ接種できませんでした。タイに住民票などない私がどうやってワクチンを打てるのだろうかとか心配でしたが、任意で加入している民間の医療保険から接種の案内が来ました。ワクチンの種類はシノバックかアストラゼネカのどちらかでそれは選べない、と書かれていたことに軽く衝撃を受けましたが、それでも申し込みました。

当日、接種会場に着くと、受付、血圧測定、同意書にサインと、どんどん促されてあっという間に接種ブースに。座った途端に向かってくる注射針。「ちょっと待って、それはどっちの？」質問できたのは接種一秒

事ばかり作っている気がするし、これってなにかの合宿だけかと思えてくるのです。

そんな私と子供たちの夏休みの日課はムービーナイト。これまでも週末などに家で映画を観ることがありましたが、夏休みは一日も欠かさず映画を観ました。夕方から順番に入浴を済ませ、夜七時頃までに夕食も食べ終え、テレビの前のソファに並びます。各自タオルケットや飲み物や、映画を観ながら食べるためにとっておいたおやつなどを持参。部屋は映画館風に暗くします。ちなみに夫は職種柄、在宅勤務できずに毎日出社。映画が佳境に入る頃にはたいして帰ってきて、うす暗い部屋の中で夕食を食べていました。

映画は主にNETFLIXで観ていましたが、二か月間毎日観続けるとさすがに観たい映画が見つからなくなってきた、レンタルも利用しました。連続ドラマを観たこともありま

前。アストラゼネカでした。

タイでのアストラゼネカの接種間隔はおよそ十二週間なので、七月に一回目を接種しましたが、まだ二回目は接種できていません。この接種間隔もタイでワクチン接種が加速しない一因かもしれませんね。

### ロックダウン下の夏休み

子供たちの夏休みは7・8月の丸々二か月間もありました。三月末にタイに引越して以来、一度も学校に行けずにオンライン授業を受けていて、毎日長時間パソコンに向かう生活には子供たちも辟易。それからは一時解放されても、ロックダウン下の夏休みは、遊びに行けるわけでもなく、外食さえできません。

家から出ないものだから、自分がどこにいるのかおかしな錯覚に襲われる時があります。三人の子供の中には私の背をとうに越した高校生男子が含まれていて暑苦しいし、食

すが、もう一話、もう一話と、夜更かししたり、寝しなに次はどうなるのかと、もやもやしてしまいます。その点、映画だと約2時間で完結。読了感ならぬ観了感を味わいつつ、各自ベッドに散っていきま

振り返ればこれが案外と精神安定上、役に立っていたようです。一日一つ違うことをした気になりました。生活のリズムを保つことができませんでした。これら子供たちが各自バラバラに観ていたら、ちょっと違った気がしません。特異な状況下、同じ空間の中で二十四時間過ごす私と子供三人が揃って観ていたことで、共有体験にもなった気がします。



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。

## 餃子の皮ピザの作り方

材料(2人分)  
 餃子の皮…10枚  
 ピザソース…適量  
 ピザ用チーズ…適量  
 サラミ、アンチョビ等好きな具材…適量

### 作り方

- 1.餃子の皮にピザソースを塗り具材をのせる。
- 2.オーブンやフライパンで皮にうっすら焦げ目が付くまで焼く。



焚き火がうれしい季節になってきた。



好きな具材をのせればよい。

近頃はキャンプが人気だという。コロナ禍で人混みを避けたいが家族や仲間で、あるいは一人で遊びたいという需要がさがる追いついた風になっただろうが、こうなる前から盛り上がりを見せていた。

楽しみ方も細分化されてきて、女子が一人で楽しむ女子ソロキャンプ、ゆったりとしたテントや家具で居住性を追求するグランピング、とことんシンプルにハンモックとタープと小さな火器だけで自然に溶け込もうとする人たちもいる。

いずれのスタイルにせよキャンプのベストシーズンは秋だとおすすめしたい。天気が安定し日中過ごしやすく、葉の落ちた森は光を通して明るい。日が落ちると、適度な冷気は焚き火を囲むのにちょうどよい。

そしてどのスタイルにも合う今回のレシピ。仲間と楽しむなら具材をビュッフェスタイルでわいわい楽しめばいい。味付けは子供向けにも、おつまみ向けにも同時に対応できる。調理も片付けも簡単。ママは座っていればよい。この秋のキャンプデビューにぜひ。



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。

## 餃子の皮ピザ



餃子の皮の原料は小麦粉と塩と水。それにイーストを加えて発酵させたのがピザ生地です。餃子の皮は手頃で手軽に準備できてピザにするとパリッとクリスピー。ご自宅で作るならホットプレートで焼きながらアツアツを頬張るのも楽しいですね。



# ぽくぽくぐらむ たくさんの投稿ありがとうございます!

みなさまからの投稿をご紹介します



@ayu\_gon さん



@blancvert.nasu さん



@restaurant.michi さん



@wakaki\_ryokan さん



@ty\_4109 さん



@nasutabe さん



@prettymanmaru22 さん



@shiomokonano さん



@riestagram812 さん



@tochiginogohan さん



@shiomokonano さん



@ayuco.112 さん



@nasutabe さん



@\_kittys2\_ さん



@ty\_4109 さん

やっぱり栃木県北はすてきなところがいっぱい! みなさんの知っている「県北のイトコロ」をまだまだ教えてください! 入賞者の方には、宿泊券やお食事券・特産品をプレゼント!!

(※今号でプレゼント詳細を発表予定でしたが、緊急事態宣言中でしたので冬号(11.19発行)にて発表させていただきます。ご了承ください) ※アカウント非公開の方もたくさんの投稿ありがとうございます! 紹介したいので、もしよかったら公開にしてください。

みなさまのご投稿、まだまだお待ちしております!

栃木県北のイトコロを教え合おう

POKUPOKU 4周年特別企画

広がれ! けんぽく 栃木県北の輪

Instagram # ぽくぽくぐらむ キャンペーン

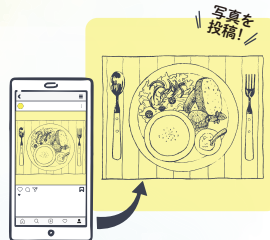
2021 7.8 → 11.30

いつもご愛読いただきありがとうございます。この度、POKUPOKUは、おかげさまで創刊4周年を迎えました。感謝の気持ちを込めまして、

栃木県北のイトコロを教え合おう! キャンペーンを実施します。

【参加方法】

県北のイトコロ発見



# ぽくぽくぐらむ をつけて Instagram に投稿

過去の投稿に # ぽくぽくぐらむ をつけても OK!

那須町・那須塩原市・大田原市・那珂川町・矢板市など、栃木県北の魅力を発信しあい、栃木県北のイトコロを教え合おう! というキャンペーンです。地域の方も、遊びに来た方も、栃木県北地域で過ごして見つけた「県北最高♡」と思うモノ・コト・ヒトを発信してください。美味しいもの、大好きなお店、素敵な景色、素敵な笑顔、な〜んでもOKです。POKUPOKUの誌面でご紹介させていただくほか、入賞者の方には豪華プレゼントも!! (宿泊券やお食事券・特産品等) みなさまのご投稿、お待ちしております!!



『最高の寝床で〜す』



なな  
4歳♀  
柴犬

那須塩原市 ミコさん

『お野菜大好き!』



ココア  
1歳♂  
ジャンガリアン  
ハムスター

那須塩原市  
花の丘さん

『僕、食いしん坊だよ!』



ふうた  
5歳♂  
チンチラ

那須塩原市 あーちゃんさん

『この高さがちょうどいいんだよね〜』

大田原市  
3時のおやつさん



ラムネ  
7歳♂  
ミックス

ペット紹介コーナー  
みてみて  
うちの子  
vol.22

『去年わが家にきた新しい家族です♡』



はなび  
6歳♀  
シーズー

大田原市 3時のおやつさん

『なかよしの丘にて』



めい  
7歳♀  
セントバーナード

那須塩原市  
サボテンさん

『黄色くないピカチュウ』



めろん  
15歳♂  
雑種

那須塩原市 しずGONさん

『親友のこなすちゃんに人生相談中?』



アデル  
4歳♀  
ホワイトシェパード

那須塩原市

**COUPON**  
ドッグランご利用で  
コーヒーサービス  
**♫ P.33**

2000㎡の広々としたドッグラン\*  
シャロンから徒歩**3分!**  
**那須ドッグパーク**

この機会にぜひご参加ください! /  
**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。  
10/17日・11/14日 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)

チェックしつけ教室  
開催中!

オープンキャンパス 年齢・学年不同  
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・実践・資格取得・  
開業までの一貫教育学院

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。  
動物が好きの方、集まれ〜!  
女性活躍もつづくと  
活躍しています!!

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  
那須塩原市緑1-13-108 定休日: 木曜日

HPはコチラ

ネット予約

ようこそ

東武デパート

【登録番号】栃木県動物セ06保第088号 【個別】保第【登録番号】栃木県動物セ06保第013号 【個別】訓練

**ペットの写真大募集!**

応募用メールアドレス  
pukupoku2017@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でご紹介させていただきます!

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をごまいますので、あらかじめご了承ください。

たくさんのご応募  
お待ちしております!

たくさんのご応募  
お待ちしております!



とってもお得な  
**POKUPU COUPON**

※店舗により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。QRコードを読み取る  
かPOKUPOKUで検索!



POKUPOKU 検索

**POKUPU COUPON**  
カブ飲みワインバル らびーた  
(p.5掲載)

平日:テイクアウトピッツァ20%OFF  
土日祝:テイクアウトピッツァ10%OFF

**POKUPU COUPON**  
湯津上村民食堂  
(p.5掲載)

デザートサービス

**POKUPU COUPON**  
Cafe&Bar 47 -シーナ-  
(p.5掲載)

自家製ピクルス or  
ミニサラダサービス

**POKUPU COUPON**  
那須高原黒毛和牛 敷島  
(p.6掲載)

お弁当5個以上で  
人数分のお茶サービス

**POKUPU COUPON**  
揚げ専科 仁屋 -じんや-  
(p.6・18掲載)

いかフライ 1枚プレゼント  
(通常248円相当)

**POKUPU COUPON**  
moon breeze -ムーンブリーズ-  
(p.7掲載)

1,000円以上お買い上げの方  
100円引き

**POKUPU COUPON**  
南国食堂 マムアン  
(p.7掲載)

ブリックナンプラー  
(使い切りサイズ) プレゼント

**POKUPU COUPON**  
Livingston Cafe -リビングストンカフェ-  
(p.7掲載)

店内でお食事の方  
プチデザートサービス

**POKUPU COUPON**  
洋風食堂 casa di MOCO -カーサ・ディ・モコ-  
(p.7掲載)

デザートセットサービス  
(+200円相当)

**POKUPU COUPON**  
カフェ&レストラン クローバーポヌール  
(p.9掲載)

カプチーノ サービス

**POKUPU COUPON**  
INFINITY BASE 那須ガールデンアウトレット店  
(p.11掲載)

店内全商品 5%OFF

**POKUPU COUPON**  
那須貸切ドッグラン&キャンピング ワンコが主役  
(p.11掲載)

ドッグラン 30分サービス

**POKUPU COUPON**  
株式会社 大向電設 -たいこうでんせつ-  
(p.12掲載)

お見積価格から5%OFF

**POKUPU COUPON**  
塩原温泉家族旅行村 箱の森プレイパーク  
(p.12掲載)

オリジナルタオル プレゼント

**POKUPU COUPON**  
湯っ歩の里  
(p.12掲載)

オリジナルタオル or  
缶バッジ プレゼント

**POKUPU COUPON**  
FRONT FOOT -フロントフット-  
(p.13掲載)

1,000円以上お買い上げの方  
不織布マスク(柄入り)  
3枚セット プレゼント

**POKUPU COUPON**  
らあめん 彩葉 -いろは-  
(p.16掲載)

大盛り or 味玉1個 サービス  
人数分OK!

**POKUPU COUPON**  
ためっぽ  
(p.17掲載)

フルーツサンド半額

**POKUPU COUPON**  
パン工房 Olive -オリーブ-  
(p.17掲載)

ラスク1袋 サービス

**POKUPU COUPON**  
lea momona -レア モモナ-  
(p.18掲載)

1,000円以上お買い上げの方  
100円引き

**POKUPU COUPON**  
malco -マルコ-  
(p.18掲載)

5%OFFチケット プレゼント

**POKUPU COUPON**  
焼きたて焼き菓子工房 Kabaco -カバコ-  
(p.19掲載)

①10/23・24の2日間のみクレープ50円引き  
②お買い上げの10%OFF(10/19~24を除く)

**POKUPU COUPON**  
それでもステーキ 黒磯1号店(元遊山)  
(p.20掲載)

ステーキカレー (200g・300g)  
→ 300円引き

**POKUPU 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

- Recommended books -

書店員が  
教えてくれた

おすすめの本



『ニ平方メートルの世界で』

前田海音 文  
はたこうしろう 絵  
小学館



「子どもノンフィクション文学賞」の大賞受賞  
作品が絵本になりました。  
子どもだけでなく家族と一緒に読んでみてほし  
い一冊です。

それを見た海音ちゃんは、これまで味わって  
きた孤独感や病気の苦しさが軽くなり、どん  
な状況でも自分らしく生きていくことを心に  
強く思うのです。

ある日、ベッドでごろごろしながら検査の時  
間を待っているベッドにまたがるオーバ  
ーテーパーの裏側が目に入ってきて、そこに海  
音ちゃんはあるものを見つけます。

自分が入院することで家族に迷惑をかけてし  
まうことや、みんなが当たり前前に行っている  
ことが経験できないこと、そんなことを考え  
ると、心苦しう感じてしまいます。

北海道生まれの小学3年生の女の子の海音ち  
ゃんは病気の検査や治療のため札幌市内の病  
院への入院を3歳の頃から繰り返している。

入院中は縦が約2メートル、横が約1メー  
トルという病室のベッドで睡眠はもちろん、食  
事やあそび、勉強などをすませる。

この空間が海音ちゃん世界のすべてなのです。

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  
那須塩原市大夫塚6-232-8



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

# 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・クローバーポヌール・サンフーズ・大田原温泉・アイビー化粧品 栃木第3販社・整体院Dan・NASU FARM VILLAGE・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)・ぎんのふえ・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・大田原市移住・定住交流サロン・山の手整骨院・樹凜

## 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・なががわ水遊園・ローソン黒羽向町店

## 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・オートニ(永田店・西那須野店)・塩原屋(パイパス店)・そすいスクエアAQUAS・栃木銀行(西那須野支店)・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 ハーティエー・乃木温泉ホテル・Izakaya 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・那須塩原二区野店) 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町店)・ローソン(二区町店)・ファミリーマート(東三島店)・ガレット・路菜・サロンfeel・万葉・ラシュレ・学童クラブat-home・KAORU MARKET・大鷹の湯・セブンイレブン(太夫塚店・西那須野西原店)

## 那須塩原市

(旧塩原町)

道の駅「湯の香しおばら」・那須塩原市観光局・藤屋・塩原もの語り館・三笠軒・塩原図書館・湯っ歩の里・Shiobara Diner N

## 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・とりせん(黒磯店)・白河信用金庫・それでもステーキ・クリームパン・そば処 倉・ファミリーマート(那須塩原黒磯パイパス店)・TSUTAYA 黒磯店・ダイユー(鍋掛店・中央店・東那須野店)・オートニ(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・ミツ星キッチン・那須塩原駅(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・麦ぼろし・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)・チェロブルー・牛兵衛・リ・キッチン・森商店・ウエルシア那須塩原黒磯店・リビングストンカフェ・南国食堂マムアン・くるる・みるる・トヨタレンタカー那須塩原駅前店・那須信用組合・おまかせオート石川

## 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)・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・自在荘・那須サファリパーク・あかうはど・那須町図書館・ベル フルール・ベルネッタ・ひるま整体・ベーグル クーボー・たぬっぼ

## 矢板市

道の駅 やいた・58口ハスクラブ・ドコモショップ矢板店・フードオアシスオートニ矢板店

## 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)・ローソン那珂川馬頭店・ジュンクラシックカントリークラブ・那珂川町図書館

## 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(宇都宮築瀬4丁目店)・宇都宮天然温泉 ゆらら

## さくら市

道の駅 きつれがわ・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」

【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><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1名様限り</li> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 店内でお食事またはお弁当ご注文の方に限り</li> <li>● 1枚で1グループ様有効</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 割引対象はピザのみになります。</li> <li>● 1組様1枚のみ有効</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>
<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1,000円以上お買い上げの方</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● そぼろ弁当は除く</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>
<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 店内飲食の方に限り</li> <li>● 1枚で2名様まで</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● テイクアウトご利用の方</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>
<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● スモールサイトになります</li> <li>● お電話にてご予約ください</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1枚で2名様まで</li> <li>● お食事の方に限り</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>
<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1組様1つ限り</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1組様1枚限り</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>
<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● フルーツサンド2つまで半額</li> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● チケット持参に限る</li> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>
<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1,000円以上お買い上げの方</li> <li>● 次回以降に使えるチケットになります</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● お1人様1回1枚まで</li> <li>● 有効期限:2021年10月31日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1,000円以上お買い上げの方</li> <li>● 1名様限り</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>
<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1枚で2名様まで有効</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1枚で1グループ様有効</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ②は2,000円以上お買い上げの方</li> <li>● 有効期限:2021年11月19日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.23 2021 秋号</p>



# バックナンバー あります!



## 『POKUPOKU』バックナンバーのご注文方法

『POKUPOKU』創刊号～vol.22まで (vol.2は在庫切れの為vol.2を除く) をご希望の方に、1冊300円(送料・手数料込み、2冊以上同梱する場合は追加1冊につき+100円)にてお送りいたします。

郵便番号・ご住所・ご氏名・ご希望のナンバー・冊数・ご連絡先を明記の上、pukupoku2017@outlook.jp までメールをお送りください。お知らせした口座へのお振り込みを確認後、発送させていただきます。

例) 2冊ご希望の場合は300円+100円=400円となります。

※ <http://poku-poku.net/> より、バックナンバーの号数や表紙等、ご確認くださいませ。

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  
お送りください

2021年11月19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](http://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。



1 2名様  
敷島ファーム  
国産黒毛和牛ビーフカレー  
5個セット(3,000円相当)  
敷島ミート販売所  
那須塩原市埼玉2-445  
0287-74-3929 ※お肉・お惣菜の販売店です



2 3名様  
お食事券 1,000円分  
クローバーボヤール 大田原店



5 ベア 1名様  
会席料理 (¥3,300コース)  
(¥6,600相当)  
創作料理 Izakaya Cava

クイズに答えて賞品をGET!!

応募締め切り  
2021年 11月19日 消印有効

PRESENT  
読者プレゼント

Q. 表紙の写真は、どこの  
お店の写真でしょう?

左ページのハガキにクイズの答えを記入してご応募ください。抽選で素敵なプレゼントが当たります。たくさんのご応募をお待ちしております!

※当選者へのプレゼント発送は、12月中旬頃になります。



3 1名様  
ミルボン  
シャンプ&ヘアトリートメント  
hair design 五番街



6 10名様  
お食事券 2,000円分  
きずな亭  
那須塩原市塩野崎 184-7  
那須カーデンアウトレット内  
0287-65-3639



4 3名様  
海鮮盛り (¥1,598相当)  
揚げ専科 仁屋



7 3名様  
平日ランチセット(S)  
それでもステーキ 黒磯1号店

## 『心を伝える』コミュニケーション

親子、家族、友達、職場、嫁姑etc...すべての人間関係に有効なゴードンメソッド(心理学)で、風通しの良い関係づくりを学んでみませんか?

日時 / 10月4日(月)・11月15日(月)・12月20日(月)  
時間 / 10:00~12:00  
場所 / 大山公民館 和室(那須塩原市下永田8丁目7-86)  
参加費 / 500円(資料代・講師謝礼)  
講師 / 親業シニアインストラクター 大屋弘子先生  
※飲み物持参  
お問合せ/050-7535-7262 親業サークル すまいる 川島



※新型コロナウイルスの感染状況次第では、中止になる場合があります。



敦島の お弁当メニューが一新しました!!

ご飯 大盛り プラス100円(税込)



# 肉弁当

テイクアウト

2021.10.1(金)~



料理長おすすめ

**上敦島弁当 1,800円(税込)**  
 <内容> そぼろ・カルビ・上モモ



**敷島弁当 1,500円(税込)**  
 <内容> 切り落とし・モモ



**極上敦島弁当 2,100円(税込)**  
 <内容> そぼろ・ミスジ・上肩ロース



**超極上敦島弁当 2,500円(税込)**  
 <内容> 極上カルビ・サブトン・上モモ



**そぼろ弁当 700円(税込)**  
 <内容> そぼろ



**焼肉丼 1,200円(税込)**  
 <内容> 切り落とし・玉葱



**おまかせ弁当**  
 ※予算に応じてお作りします、ご相談ください。  
 ※2日前までに要予約。

お弁当のお供にも!  
おつまみにも!  
プラスもう一品!!

サイドメニュー

- ・サラダ ..... 300円(税込)
- ・キムチ2種盛り(白菜・胡瓜) ... 400円(税込)
- ・もやしナムル ..... 300円(税込)
- ・やみつき胡瓜 ..... 400円(税込)

スープ

- ・卵スープ ..... 330円(税込)
- ・ユッケジャンスープ ..... 450円(税込)
- ・ユッケジャンスープ(豆腐入り) .. 530円(税込)

**【ご注文のご案内】**  
 [ランチ] 受付 11:00~14:00  
 受け渡し 11:30~14:30  
 [ディナー] 受付 16:45~18:30  
 受け渡し 17:00~19:00  
 ※お時間をいただければ、予約なしでも準備可能です。  
 ※10個以上のご注文の場合は、前日までに予約をお願いします。  
 ※10個以上の注文で人数分のお茶をプレゼント!(そぼろ弁当・配達の場合は除く)

**【配達でのお渡し】**  
 ●配達エリア(那須町・旧黒磯)  
 ●配達数は10個以上で承ります。※状況次第ではお断りさせていただきます。予めご了承ください。  
 ●ご住所・お名前・電話番号・希望日時・場所をお知らせください。

是非この機会に!  
各種クーポン券使えます!

- ・那須塩原市共通商品券
- ・那須塩原市プレミアム付商品券(2021年10月1日~2022年2月28日まで)

那須高原黒毛和牛 敦島  
**TEL.0287-74-5729**  
 〒325-0033 栃木県那須塩原市埼玉2-445 定休日:木曜日 ※予告なく定休日・営業時間の変更がある場合がございます。  
 ランチ 11:30~15:30(L.O 15:00) ※ランチ最終店 14:30 / ディナー 17:00~21:30(L.O 20:30)



編集後記

ついに本号で初の顔出ししちゃいました~(>\_<) 創刊前後から、寝不足や乱れた食生活、いろんなストレスで+10kgの激太り。絶対に顔出しは無理!って思っていたのに、企画上ついに…(苦笑) 最近ようやく、少しずつ食べるものに気をつけはじめ、少~しだけ体重減りましたが、あと私に必要なのは運動!! わかっちゃいるけど、なかなか運動する時間がとれません…。元の体重に戻れる日はくるのかこないのか(笑) がんばってみたいと思います。  
 #ぼくぼくらむキャンペーン、たくさんの投稿ありがとうございました! 今回誌面で紹介しようと思って気付いた

のが、アカウント非公開の方も多いです。公開にしていただけると誌面でも紹介できますので、よかったら公開にしてください!^ まだまだ投稿お待ちしております♪  
 p.4の『テイクアウトスタンプラリー』は、9月に入ってから突然ひらめいて、急遽お店を走りまわって参加店様を募り、締切までの時間と戦った企画です。飲食店の方にも、読者の方にも喜んでもらいたい。そんな私の願いが込もっています! ぜひテイクアウト3店舗利用して応募してください♡ 9店舗まわった方には必ずプレゼントも♪  
 コロナ渦、地域のみんで乗り越えましょう! 秋本知佳子

次号のポクポクは...



2021年 冬号

2021年11月19日(金) 発行です!!

クリスマスケーキ特集  
 今年のクリスマスケーキはどうする??  
 美味しいクリスマスケーキが大集合! 必見です!

vol.024 : 2021 冬号

※発行日は、予告なく変更する場合があります。

POKUPOKU 023号 2021.09.30発行

発行・編集  
**POKUPOKU** 編集部  
 〒329-2791  
 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  
 mobile phone : 090-2468-1186  
 mail : pokupoku2017@outlook.jp

Special Thanks for STAFF  
 ロゴデザイン: 荒川デザイン  
 協力: 寺崎祐太・こいけみゆき

問題の答え  
 Q.表紙の写真はどのお店でしょう?

POKUPOKU アンケートにご協力ください。

- 本誌をどこで手に入られましたか(知りましたか)?  
 どこで?( )  友人・知人から
- 今号の中でおもしろかった記事は?  
 テイクアウトスタンプラリー  飲食店紹介リレー  
 とっておきの秋情報2021  ヘップバーンに恋して  グルメ特集  
 フランスレストランウィーク  連載コラム(ぶかぶか漂う)  
 料理レシピ  #ぼくぼくらむキャンペーン  ペット
- あなたの周りで最近オープンしたお店や、あなたのお気に入りのお店、今後POKUPOKUで取り上げて欲しいお店を教えてください。

● 今となっては笑える今まで一番最低だったクリスマスの思い出は?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 (ペンネーム: )

● その他、ご意見、ご感想をお聞かせください。  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

● ご希望のプレゼント番号(第1希望・第2希望)と選ばれた理由をご記入ください。  
 第1希望( )  
 理由:  
 \_\_\_\_\_  
 第2希望( )  
 理由:  
 \_\_\_\_\_



抽選で  
限定1棟

※お申込み多数の場合は  
抽選とさせていただきます。  
※屋外付帯設備は別途と  
させていただきます。

(税込)

680万円

展示場1棟を「リユース価格」であなたの土地に再築いたします。

快適  
エアリー

エア  
ファクトリー

タイル  
外壁

Parfait JX ハイム足利展示場  
(築3年3ヵ月)

建築可能地域 栃木県及び隣接県

応募締切 2021年10月31日まで

栃木セキスイハイムの  
ホームページから

詳しい内容のご確認  
&  
キャンペーンお申込み

が可能です



<https://t816.jp/cp/reuse/p.php>

キャンペーンのお申込みは、お近くの  
栃木セキスイハイム展示場またはホームページからお申込みください

栃木セキスイハイム株式会社  
ハイム黒磯展示場

所在地：那須塩原市豊浦12-1  
営業時間：AM10:00～PM5:30  
定休日：火曜日・水曜日(祝日を除く)  
TEL:0287-60-5005

ビバモール那須塩原内  
フォーラム那須さんとなり

