

# 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



秋だ。昼だ。  
食欲満点だ。  
そうだ、  
ランチに行こう♪

## TOPIX

- 飲食店紹介リレー
- とっておきの秋にしよう
- 美容室コラム「ハッピーバーンに恋して」
- コラム連載「ぶかぶかが漂う」
- ペット紹介コーナー「みてみてうちの子」

※2022年9月11日現在の情報を掲載しています。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. 028

## CONTENTS

P26 P24 P22 P20 P16 P14 P6 P4

ペット紹介コーナー  
みてみてうちの子

読者のみなさんにお聞きしました！  
ぼくぼくひろば

コラム連載「ぶかぶか漂ッ」  
第28回 高校生16歳の冒険 ばあば74歳の冒険

新企画スタート！子連れごはん  
『Dining HARE』

秋だ。昼だ。食欲満点だ。  
「そうだ、ランチに行こう」特集

「ヘッパーンに恋して」  
第14回 苦しいのは君だけじゃない

秋のおすすり情報を集めました！  
とっておきの秋にしよう特集

未来へつながるバトン  
飲食店紹介リレー  
『西洋割烹いちはし』



※画像はイメージです

# 第6回 笑顔で ほおバル! にしなすバル!!

Main × Lunch × Take out

2022 10.17 | 月 - 20 | 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17日~20日の4日間、西那須野地区内で、第6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をお迎えする、地域一体型のイベントです。夜の食べ歩きのお、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 ¥2,800 当日券 ¥3,000

※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  
※水曜日は販売をお休みいたします

前売り券販売期間 9月26日~10月16日(予定)

販売時間 AM11:00~PM7:00 お問い合わせ TEL 0287-36-0697

あとバル開催期間 2022年10月21日(金)~10月23日(日)

使い切れなかったチケットは、バルの参加店で1枚1,000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  
¥2,800



にしなすバル特設HP  
詳細はこちらへ >>>



## 総勢30店舗が おもてなし いたします!!

【参加店一覧】

- malco ●焼肉新羅 ●竹清食堂 ●かどや ●UNOYA KITCHEN ●麗寿司
- Raccolto(ラコルト) ●Izakaya Cava ●patisserie galette(パティスリー ガレット)
- 旭屋 ●てん ●小料理さら ●居酒屋食べごろ ●梅乃家
- チェーンズ厨房 虎秀 ●仁屋 ●朝鮮彩香 天通
- シガー & ダイニングバー LISTA NERA ●シャモニー白河屋 ●Café&Bar47 (シーナ)
- 楽酒とよ ●Quattro Crew Colors(クアトロクルーカラーズ) ●元祖チキンハウス
- 割烹錦鯉 ●海の介 ●らあめん彩葉 ●串の介 ●lea momona
- BAKE SHOP 五井乃華本舗 ●ガブ飲みワインバル らびーた

※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。



『UNOYA KITCHEN』宇野 秀和さんから  
 バトンを渡されたのは『西洋割烹 いちはし』市橋 諭さん!

お二人のつながりは?

7~8年ほど前から「みこしの会」でつながりがあるというお二人。宇野さんご家族は、記念日には「いちはし」さんでお食事を楽しむそう。市橋さんが「UNOYA KITCHEN」さんへ食事に行くこともお互いに食べに行ったり来たり。同じ職業ということで、相談したり、「大変だよなー」と励ましあったり。同業者のつながりは心強いですね。

とても真剣な眼差しでお料理をつくる市橋さんですが、お話をしてみると、とて

も優しい笑顔が印象的です。「長くやっているだけで古いお店だから書くことなんて何も無いよ〜」と笑っておっしゃる市橋さんですが、とても暖かく、とても素敵なお店。ひとつひとつ丁寧に手作りされたお料理はどれも美味しく、手の込んだ逸品ばかりです。

「ずっと気になっていたお店」という方も多いと思います。まだ行ったことがない方はぜひ一度足を運んでみてください。

POKUPOKU 編集部 秋本 知佳子

Q. 市橋さんはどんな方?

市橋さんはいつも丁寧な仕事でもてなしてくださります。真っ直ぐで、後輩たちからも信頼がアツい先輩に感謝です!



UNOYA KITCHEN  
 店主 宇野 秀和さん

Q. 宇野さんはどんな方?

おしゃれて癒やかで優しくておしゃべり上手!笑  
 愛嬌があって気遣いもできるナイスガイです。



西洋割烹 いちはし  
 市橋 諭さん

（おすすめメニュー）

- ランチ ●ランチメニュー ¥1,650  
 (本日のスープ・魚 or 肉料理・パンまたはライス・サラダ・デザート・ドリンク)
- 欧風ビーフカレー ¥1,430  
 (ビーフカレーソース・ターメリックライス・サラダ・自家製アイスクリーム・ドリンク)
- ステーキランチ ¥3,350~
- ディナー ●おまかせコース ¥4,400~
- ※税込価格です

さて、市橋さんから  
 バトンを渡される方は??  
 次号(11/18発行)をお楽しみに!!



Instagram



※ランチタイムもお電話してからのご来店をおすすめします。

西洋割烹 いちはし

☎ 0287-23-7056

📍 大田原市美原 2-3174-35 ☺ 月曜日

🕒 【ランチ】11:30~14:00(LO 13:00)

【ディナー】17:30~21:00(LO 20:00) ※予約制

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6回

未来へつながるバトン  
 (飲食店紹介リレー)



特製ビーフシチュー

創業41年。大田原で35年。  
 特別な日はもちろん  
 普段のランチにも  
 ぜひ訪れていただきたいお店

「ご家族で営む「いちはし」さん。6年ほど前にお父様が亡くなり、今は長男の諭さんとお母様で切り盛りしています。

東京で8年、ベルギーで1年半修業を積み、栃木に戻ってきた諭さん。創業当時から人気の「ビーフシチュー」は、今も変わらずお父様の味を守っています。

夜は完全予約制(おまかせコースのみ)。「お客様に喜んでもらうように」と、一人一人メニューはファイルして管理し、毎回違うお料理をお出ししているそう。常連のお客様が多いのもうなずけます。

ランチはとても良心的な価格で、本格的なお料理が楽しめます。

落ち着いた雰囲気の内店で、ゆっくりとお食事を、そして素敵な時間をお楽しみください。

**P.29 COUPON**  
チーストッピング  
又はウィンナー1本  
サービス

## 日乃屋カレー 栃木黒磯店



**お子さまカレー (200円)が大好評!!**

未就学児限定「お子さまカレー」200円にて好評販売中!  
お子様の為に甘口にしてママにもお子様にもハッピーになっていただけますように♡  
ご来店お待ちしております♪



▲Instagram

日乃屋カレー 栃木黒磯店

☎ 0287-73-8167

📍 那須塩原市住吉町74-169

🕒 10:00～21:00(L.O 20:45)

📅 無休(臨時休業あり)



## 鳥野目河川公園オートキャンプ場



**清潔なコテージだから女子旅にも♪**

思い立ったら、鳥野目キャンプ場に行こう!  
自然豊かな場内には、コテージ・シャワー棟・バーベキュー場(屋根あり・屋根無し)などの設備が充実しており、快適にアウトドアライフが楽しめます。  
バーベキュー場をみのり利用もOK!  
自然の中で日常生活の疲れをリセット♪

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



▲ホームページ

秋のおすすめ情報を  
あつめました

# とっておきの 秋 にしよう

## 総合格闘技・柔術 CROW FOREST

**柔術・キックボクササイズは  
年齢・性別問わず楽しめます!!**

様々なトレーニングを通して総合格闘技の楽しさや、日々の鍛錬で何かを達成することの喜びを多くの方に感じてもらうことを目標にしています。  
お子様や女性も楽しく、気軽に始められます♪  
☆フィットネス・ストレッチクラスもあり

各クラスの料金

[幼児・小・中・高校生] ..... 5,000円/月

[大人] ※大学生以上 ..... 7,000円/月

[1家族] ※ご家族なら何名でもOK ..... 7,000円/月  
※各クラス 月に何度でもご利用可能です。



一流の講師陣が親切・丁寧に指導します!  
見学・無料体験 随時受付中!!



女性も増えています♪



会員さんの多くが初心者・未経験者です

**入会金 5,000円 サービス**  
※2022年11月30日まで



▲ホームページ

総合格闘技・柔術  
**CROW FOREST**  
☎ 090-7245-2765(担当:阿部)  
📍 那須塩原市西三島1-137-4 2階  
🕒 19:00～22:00



**P.29 COUPON**  
10% OFF

## 前田牧場 BBQ広場



**手ぶらでBBQ! 時間帯で貸切制**

前田牧場の美味しい牛肉でBBQを!持ち込み自由!  
子供ののびのび!お子様料金・団体割引あり!※飲物持参

手ぶらコース 3,000円(税込) ※7名様～  
前田の赤身牛肉 200g(コース)・骨付きソーセージ・ミックス野菜・ごはん(4,500円コースもあり) ※5名様～

前田牧場 BBQ広場

☎ 0287-48-6988

📍 大田原市鹿畑1

🕒 10:00～21:00 ※事前予約制

📅 無休



## うすいピアノ教室

**P.29 COUPON**  
無料体験レッスン  
通常1回→3回



**秋からピアノを始めませんか?**

ピアノ教室を始めて20数年。  
音楽のおもしろさと、上達する楽しさを知ってもらえるよう、一人一人の生徒さんに合わせたレッスンを心がけています。お子さまも大人の方も大歓迎です♪  
○レッスンは週1回(年間42回) ○お月謝 6,000円～

うすいピアノ教室

☎ 080-8881-8782

📍 那須塩原市鍋掛

※自宅の為、所在地の詳細は無料体験レッスンご予約後にお知らせ致します。



**P.29 COUPON**  
お食事の方  
プチデザート  
サービス

リビングストンカフェ  
**Livingston Cafe**



☆ピアノを弾きたい方は、  
スタッフまでお声がけください

**サンタフェをイメージした店内でおつろぎください!**

当店の目玉は1920年代のスタインウェイのグランドピアノ!様々なアーティストのライブイベントも行っています。ピアノの発表会やライブイベント、パーティー等、貸切のご利用もOK! お食事しながら発表会やイベントをお楽しみください!

**Livingston Cafe**  
☎ 0287-63-8025  
📍 那須塩原市高砂町6-21  
🕒 【ランチ】11:00~18:00 (L.O.17:00)  
※ディナーは前日までに要予約  
※貸切・パーティー承ります 📅 水曜日・他不定休あり



アロハ  
**免疫美容サロン ALOHA**



QRコード  
▲Instagram

**エアコンで冷えた身体をホカホカ!**

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
- ・お2人一緒にご来店の方 1回…¥3,000
- ・10回チケット購入の方 1回…¥3,000
- ・マイマント(¥3,000)ご購入の方 1回…¥3,000 ※全て税別価格

**免疫美容サロン ALOHA**  
☎ 0287-24-1171 ※予約優先  
📍 大田原市浅香3-3729-5  
🕒 11:00~19:00 (日・祝) 11:00~18:00  
📅 月曜日・第3日曜日



**P.29 COUPON**  
1,000円以上  
お買い上げの方  
100円引き

じんや  
**仁屋**



海鮮盛り ¥1,698 (税込)

**海鮮が大好評! 秋さばも始まりました!!**

期間限定! 今が旬の「秋さばフライ」。脂がたっぷりのっています!  
また、今年の「にしなすバル」(10/17~20)は「秋鮭のフライ」が新登場! お楽しみに!  
☆海鮮弁当 (アジ・エビ・イカフライ) ¥998 も人気!

**仁屋**  
☎ 0287-53-7544  
📍 那須塩原市106-133  
🕒 11:00~14:00 / 16:30~21:00 (L.O.)  
📅 ほぼ無休 [とちまる安心認証店]



**P.29 COUPON**  
1,000円以上  
お買い上げの方  
100円引き

レア モモナ  
**lea momona**



**いちじくのフルーツサンドとパンナコッタ♡**

いつもすぐなくなってしまう大人気の『いちじくサンド』。女性に嬉しい栄養素がたっぷりです♡  
また、「甘くて美味しい焼き芋がたっぷり」に入った「お芋サンド」は、口の中がスイートポテトに! 秋の味覚お楽しみください!

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



**屋根のリフォーム専門店 やねうち** 屋根工事専門店  
調査・見積りは無料!!

**屋根のお困りごと、なんでもご相談ください!!**

建築年数が30年前後になってくるとお家では、屋根のトラブルが発生してくることがあります。台風や横殴りの大雨が降った時に雨漏れをすることはございませんか? また、樋から雨水が溢れ出たりすることはありませんか? 屋根工事の執拗な訪問販売に悩まされてはいませんか? そのほか屋根のトラブルを私たちがすべて解決いたします。

**【雨漏れ修理】**  
工事価格 15,000円 (税別) ~ /箇所 (材料費別途)  
雨漏れを放置していると、家屋に甚大な被害が及ぶケースもあるのでご注意ください。

**【雨樋(あまとい)補修】**  
工事価格 3,200円 (税別) ~ /m (15m以上状況により足場設置)  
部分補修や落ち葉等の除去も承っております。



**屋根のリフォーム専門店 やねうち**  
☎ 028-682-3529  
📍 さくら市松山1114番地  
株式会社 鈴木瓦工業  
🕒 8:00~17:00 📅 日曜日・祝日



**びょうしつ&脱毛サロン feel heart** フィールハート

濃くて気になる男性の方に!  
ひげ脱毛 通常9,800円→初回4,900円!! ※税込

**最短半年で脱毛完了!!**  
**産毛・日焼け・白髪・ホクロ上の脱毛もOK!**

東北初の最新脱毛機「ルミクスA9」を導入!  
早い! 痛くない! 高品質!!  
最先端技術の「脱毛エステ」を始めませんか??  
☆男性のヒゲ脱毛も大好評!!  
(残したい部分やデザインのご相談もOK!)

**脱毛メニュー**  
【MENS】  
●顔コース …… ¥9,800~  
●鼻下口周り …… ¥6,000~  
【BBL光ケアメニュー】  
●顔+首 …… ¥12,000  
光フェイシャルの約5倍の効果が期待できます!  
☆KIDS脱毛メニューもあります。



**ヒゲ脱毛**

**脱毛メニュー**  
【MENS】  
●顔コース …… ¥9,800~  
●鼻下口周り …… ¥6,000~  
【BBL光ケアメニュー】  
●顔+首 …… ¥12,000  
光フェイシャルの約5倍の効果が期待できます!  
☆KIDS脱毛メニューもあります。

**びょうしつ&脱毛サロン feel heart**  
☎ 0287-48-7623  
📍 那須塩原市二区町403-26  
🕒 9:00~18:00 📅 火曜日



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



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

**広々とした店内でこだわりのお料理を**

自家製のお料理、厳選された銘酒、種類豊富なカクテルで楽しいひと時を♪  
☆お得なパーティープラン ¥4,000(税込)～  
☆毎年大好評の『おせち』のご予約が始まりました! 全品手作りの自慢の特選おせちです。



▲Instagram

**Quattro Crew Colors**  
☎ 0287-38-1385

📍 那須塩原市西朝日町8-14  
🕒 17:00～23:00(L.O.22:00)  
🗓 毎週日・月曜日



**P.29 COUPON**  
1,000円以上  
お買い上げの方  
100円引き

**ベーカリー クリームパン**



**焼きそばコッペ 390円**

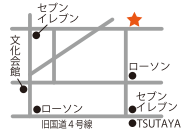
昔懐かしい焼きそばコッペ。  
当店の手作り焼きそばがたっぷり入っています。食べ応えも抜群!  
ぜひご賞味ください!



▲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  
🕒 8:00～18:00  
🗓 水曜日・第2第4木曜日



**P.29 COUPON**  
お見積価格から  
5%OFF

たいこうでんせつ  
**株式会社 大向電設**



**「電気のお困りごと」ご相談ください!**

企業様も一般の方も、電気のことならおまかせください! エアコンの効きが悪い、インターホンが鳴らない、防犯カメラをつけたい…等々、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!  
☆除菌・脱臭に優れた「ジアイン」も大好評!



▲ホームページ

**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



**P.29 COUPON**  
1,000円以上  
お買い上げの方  
100円引き

**パティスリー ガレット**



**今年の秋は、お菓子の季節!!**

秋になり過ごしやすい季節が始まりました。当店ガレットも秋のお菓子を販売しております。アップルパイやパンプキンプリン…etc 一緒に食欲の秋を堪能しましょう!



▲Instagram

**パティスリー ガレット**  
☎ 0287-36-4767

📍 那須塩原市西大和2-14 西大和店舗1階  
🕒 10:00～19:00  
🗓 水曜日



**正治郎 shojiro**

2022年3月 NEW OPEN !!

旬な果物を使用したフルーツサンド専門店

厳選された産地の旬なフルーツを、こだわり抜いた独自配合のなめらかなクリームで包み込んだフルーツサンド専門店です!

特製冷やし焼き芋を使った「いもサンド」もオススメ!  
また数量限定の「フルーツポンチ」が大好評!!  
サイダーで割ってフルーツドリンクにも♡

お隣「木村ショールーム」にもお気軽にお立ち寄りください。

お庭やお家のお悩みをリフォームで解決!  
株式会社 木村 木村ショールーム 五軒町店  
🕒 9:00～18:00 🗓 不定休



▲Instagram

**正治郎 shojiro**  
☎ 0287-36-0151

📍 那須塩原市五軒町5-9  
🕒 11:00～15:00  
🗓 日曜日・祝日



全て自家製、手作りへのこだわり



ベルネッタ  
**Italian Cafe Belnetta**

風味豊か・もちもち食感の「究極の生パスタ」や  
美味しいピザ、手作りスイーツが大好評!

旬の食材を楽しむ「季節の限定パスタ」。  
・チキンと秋なすの粒マスタードクリーム  
・サーモンとたっぷりの子のトマトクリーム  
10月からスタートです! ぜひご賞味ください!

ディナーは2名様から「貸切」可能! 安心してお食事をお楽しみください! おすすめは  
・おまかせディナーセット 税込¥3,300～  
お料理内容等は、お気軽にご相談ください。  
(※3日前までに要予約)

☆スタッフ募集中!!

**COUPON**  
P.29  
お食事の方 5%OFF  
※2022年11月18日まで



▲Instagram

**Italian Cafe Belnetta**  
☎ 0287-74-5627

📍 那須町大字高久甲5706-9  
🕒 11:00～15:00(L.O. 14:30) ※ディナーは要予約  
🗓 木曜日・第1・第3水曜日



秋の味覚たっぷり!  
季節限定パスタが10月よりスタート!!



チキンと秋なすの粒マスタードクリーム ¥1,750(税込)



サーモンとたっぷりの子の  
トマトクリーム ¥1,750(税込)



※写真はイメージです

サーモンときの子の相性抜群

おまかせディナーコース (税込¥5,500)

Izakaya  
Cava



# Cava Anniversary

おかげさまで**5年目**に入ります!  
和食と日本酒を気軽に楽しめるお店

お寿司・天ぷら・旬の焼き魚・お刺身・会席料理...etc  
美味しい和食をお手頃価格で楽しめます♪  
自慢のお肉料理や創作料理もあり。  
お酒が飲める方も飲めない方も、お気軽にお越しください♪

日本酒の品揃えは自信があります!!

希少な日本酒も入荷しています。

お土産におすすめ!

常連客のみなさまに大好評!!

- ・cavaの鯖寿司……………¥1,380(税込)
  - ・穴子寿司……………¥1,380(税込)
- ※前日までに要予約

忘年会ご予約承り中!! お料理8品+飲み放題2時間  
(お料理7品+デザート)

※少人数の貸し切り等、お気軽にご相談ください  
お一人様 **5,000円(税別)**

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 23:00)

◎水曜日 ※臨時休業あり



10% OFF

※にしなすバル期間  
(10/17～20)を除く  
※宴会を除く  
※2022年10月30日まで

COUPON

P.29

塩原温泉観光協会



オープントップバスで塩原温泉紅葉めぐり

日 時：2022年10月29日(土)～11月13日(日)  
時 間：10:30発～12:30着  
発着場所：塩原温泉バスターミナル  
ご予約詳細：令和4年 9月29日 9:00～  
ご予約先：TEL 0287-32-2512  
料 金：座席指定 お一人様1,000円(税込)  
内 容：2階建てのフルオープンバスで見晴らし  
抜群の渓谷と紅葉の眺めを贅沢に満喫!  
※雨天時は車両を変更して運行する場合がございます。

問合せ先  
塩原温泉観光協会 ☎0287-32-2512

塩原もの語り館



秋の味覚も、景色も、歴史と観光も!!

塩原ものがたり館は、売店・直売所・レストラン・展示資料館・観光案内からなる複合施設。  
秋の味覚である「塩原高原大根」は直売所でも購入できるほか、紅葉が目前に広がるレストランでは大根料理を味わうこともできます。  
また、文化の秋にはぴったりの展示資料館では塩原温泉を訪れた文人のエピソードを紹介している他、塩原温泉の過ごし方に迷ったら観光案内もお任せ下さい。

塩原もの語り館  
☎0287-32-4000

◆那須塩原市塩原747  
◎8:30～17:00  
◎年中無休



▲ホームページ

なすしおばら映像コンテスト'22

～笑顔を咲かそう みんなの力で～

イベント情報コーナー

笑顔(☺)をテーマに映像コンテストを開催します!  
地域での交流や活動を動画にして応募してみませんか?

- 募集期間 / 9月1日(木)～11月25日(金)
- 募集作品 / スマホやデジカメ等で撮影・編集した30秒～60秒の動画作品
- 応募資格 / 那須塩原市民、市内勤務及び通学者、市内で活動する団体及び事業を営む企業(個人または団体)ただしアマチュアに限ります。
- 最優秀賞 / 1点 3万円相当の賞品  
優秀賞 / 2点 1万円相当の賞品 ※その他入賞作品あり
- お申込・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]  
お問合せ / TEL : 0287-73-5741  
FAX : 0287-73-5743  
mail : shiminkatsudou@city.nasushiobara.lg.jp



詳細はこちらから→

×× 「苦しいのは 君だけじゃない」 ××

理・美容室には、様々なお客様がみえる。悩みや苦しみ、悲しみや淋しさを抱えて。

この話も、そのなかのヤングケアラーのお客様に贈ったお話である。

思い起こすのも、ためらうほどあの頃の自分が嫌になる。どうしてあんなことを、したんだろう、どうしてあんなことを言ってしまったんだろう。

父と母と姉と弟と五人暮らしの我が家は、お世辞にも豊かではなかったが、日々楽しく暮らしていた。

自分が中学二年生になる時の3月の初めの頃の朝、便所から父の声がした。何を言っているのかわからないが、急いで駆けつけると、お尻を出したまま、ひっくり返っている姿があった。母を呼び、姉を呼び、三人で取り合えず布団まで引きずり寝かせた。往診してくれるお医者様に連絡して、来ていただいた結果、

人生がこんなにも過酷だと知ったのは、中学三年生の5月だった。母が死んだ。

あんなにも優しくかった母、いつも歌を唄っていた母がいなくなった。母に好かれるよう勉強に励んでいた自分。小学校から中学校までずっとクラス委員長になったと報告するとすごく喜んでくれた母。がない。夜、真っ暗な裏山に入って、泣いた、おいおい泣いた。弟に聞かれないように泣いた。

それから父と弟と三人の生活が始まった。朝、父の布おむつを取替え、手洗いして干す。ご飯を食べさせて、弟のご飯も用意して、学校に行くときに二時限目が始まっていた。お昼の給食を終えると調理室に向かった。残ったパンと牛乳を貰う。手渡ししてくれるオバちゃんがすごく優しくかった。無言で下校して父にパンを食べてもらう。そんな日々が3カ月経った頃、父がなぜか腹を立てて自分を怒鳴る、どうしていいかわからない、死んでしまいたい、そんな思いが頭の中をぐるぐる回る。「父ちゃんなんか死んじゃえ！」言うてはいけない言葉を言ってしまった。びっくりする父。

脳梗塞という診断だった。

それからの我が家は、半身不随になった父の介護が、生活の中心になった。動かない半身に、苛立つ父の暴言、必死に支え耐えている母親。少しでも役に立とうと姉と私は洗濯や、濡れてしまったお布団を朝、干していくのが日課となった。姉は進学をしないで東京へと就職していった。わずかな仕送りをしてくれていた。姉も厳しい生活をしているだろうと思うと、不甲斐ない自分に腹が立った。ひとり小学生の弟だけが、急変した日々に、虚ろな目をしていたことは、忘れられない。悲しくて苦しくて、学校の校舎の壁を蹴り、壊して大問題になった。それから教師の視線が自分を見なくなった。無視されるってこういう事なんだと知った。中学一年生からアルバイトに励んだ、家の生活費、自分の中学校でかかる費用を捻出した。あらゆるアルバイトをした。お腹がすいて帰り道、人の畑のトマトにかぶりついた時もあった。

怯える弟。離れて暮らす異母兄弟の兄が帰って来てくれたのがその秋。兄が帰って来てくれなければ、どうなっていただろう。仕事を辞めて帰って来てくれた兄には、感謝というか言葉にならない。

もっと早くSOSを誰かに言えたなら、そういう社会であったならと今だから思える。介護生活の中、朝の玄関前に、置いてあった野菜、お米、服、近所の方が見かねてくれたのだろう。それはそれは光のよくな事だった。それでも精神的に経済的に限界だった瞬間、人は最悪のことを考える。

今、自分は地域社会の経済的に恵まれない子供たちを照らす事を行っている。一人でも、笑顔を生み出せたら幸いだ。SOSに気が付いてやれる大人でいたい。

(文 五番街代表 大倉太喜生)



▲真実の口



▲産休中のスタッフと

hair design 五番街  
TEL.0287-36-6811  
那須塩原市太夫塚  
6-232-213



## そば処 倉



ミックス天ぶらのセット

### 豪華！！サクサク天ぶらと絶品そば

天せいろも人気ですが、お好きな天ぷらとお蕎麦の組み合わせも可能です。

紅葉帰りにもお立ち寄りください！

#### そば処 倉

☎ 0287-64-3262

📍 那須塩原市上厚崎689-3

🕒 平日 11:00～14:00

🕒 土日・祝 11:00～14:30

🗓️ 月曜日(祝日の場合は火曜日)



ぶっかけとろろ蕎麦天そば ¥1,470(税込)



## かつどん 柏屋



かつどん ¥1,210(税込)

### 地産地消にこだわったかつどん専門店

「那須かしわ豚」に「那須御養卵」、地元産の野菜やお米を使用！

揚げたての分厚いカツ、出汁の旨み、那須御養卵のふんわり卵を存分にお楽しみください。

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

#### 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

P.29 COUPON  
かつどん  
50円引き  
(本店のみ)



Instagram



# ランチに行こう♪

そうだ、

秋だ。昼だ。  
食欲満点だ。

2022  
Autumn



## 南国食堂 マムアン

### 手作りのタイ&ベトナム料理 ご飯ものから麺類、デザートまで♪

かわいいピンクの壁と開放的な雰囲気の店内にはスパイスの香りが漂い、まるで南国に来たかのよう。お料理も本格的！化学調味料は使わず、本場のスパイスを炒り、石臼ですりつぶすところから手作り。いろいろな味を楽しみたい方には『ハーフ&ハーフ』(1,000円)がおすすめ！「ガバオライス」「タイラーメン」「カオマンガイ」など8種類の中から好きな2種を選べます。

アジアンスイーツも人気。熱々の「バナナの春巻き」と冷たいアイスは相性抜群！



揚げ魚のキーマソース



バナナの春巻き 450円



バインミー

揚げたてサクサク！熱々のバナナがジュワッ！ RAKUDAさんに特注しているソフトフランス♪

激辛の「キーマソース」  
刺激と旨みを堪能！ボリュームも満点！



Instagram

南国食堂 マムアン ☎ 0287-74-6669

📍 那須塩原市上厚崎 377-55 🕒 11:00～18:00(L.O.17:00)

🗓️ 毎週木曜日

その他の休日はInstagramをご確認ください。※夜の営業日はご確認ください。



P.29 COUPON  
味玉 or 大盛り  
無料  
人数分OK！

## らめん彩葉



鴨だし中華そば ¥1,000(税込)

### 限定メニュー！「鴨だし中華そば」が人気！

ランチタイム限定営業の中華そば専門店。瀬戸内産いりこを贅沢に使用したスープと、北海道産小麦『春よ恋』をブレンドしたストレート細麺をお楽しみください！

★ 中華そば ¥750 (税込) ★ スタッフ募集中!!

らめん彩葉 ※夜は「串の介」

☎ 0287-38-2128

📍 那須塩原市下永田 2-1044-8

🕒 11:30～14:30

🗓️ 無休



Instagram



## 前田牧場ファーマーズカフェ&赤身肉直売所

P.29 COUPON  
デザートサービス



### 10/4(火)から「お肉をもっと楽しむ、メニューに変わります！」

牧場自慢の赤身肉食べ比べや、お肉直売所のローストビーフ井など、日替わりでお楽しみいただけます♪ 売り切れ次第終了。ご予約しておでかけください！

前田牧場ファーマーズカフェ&赤身肉直売所

☎ 0287-48-6988

📍 大田原市若草 1-761

🕒 11:00～ ※売切次第終了

🗓️ 月曜日



Instagram



## ガブ飲みワインバル らびーた

ランチ全品『サラダビュッフェ』付き!!  
ドリンクコーナー&プチデザート(1人1品)も!

サラダビュッフェ付きランチが大好評!! (税込1,500円)  
日替わりサラダビュッフェのほか、ドリンクコーナーも  
ご自由にOK! お好きなプチデザートもお1つお選びく  
ださい♡

メイン料理は生パスタや薪窯で焼き上げるピッツァ。  
ピッツァはーフ&ーフも可能です♪  
個室タイプの掘りごたつ席もあり。  
小さなお子様連れでも安心です♪

★ランチ新メニュー  
数量限定! 熱々!「石焼き牛ライス」もおすすめ!



薪窯焼ピッツァ。中はもちもち! 外はカリカリ! 店内自家製麺!! 生パスタ

サラダ&新鮮野菜を使ったお料理が  
食べ放題!! 土日もやっています♪

ガブ飲みワインバルらびーた

☎ 0287-38-0165

● 那須塩原市石林666-5 ● 水曜日  
○ ランチ:11:30~14:30(L.O 14:00)  
ワインバル:17:00~23:30(L.O 23:00)  
(金・土) ~24:00(L.O 23:30)



Instagram

平日ランチ 100円引き

※他券併用不可 ※1枚で1組様有効  
※2022年11月18日まで

COUPON

## 横濱家系らーめん 幸喜家 こうきや

2022年8月3日 矢板市  
4号線沿いに NEW OPEN!!



矢板市に家系ラーメン店  
が新登場!!  
豚の骨から炊き上げてつ  
くる本格的なスープ、麺は  
特注の中太ストレート麺。

スープに負けない厚めの海苔は、その時期に一番お  
いしいものを厳選しています。

写真は「店長セレクト」。店長が好きなトッピングを乗  
せた一杯です(ほうれん草増・玉子のり増)。

★豚骨醤油らーめん(並)¥800(税込)



店長セレクト 通常1,100円 → 1,000円(税込)



広々とした店内



店内のあちこちに鬼滅の刃グッズが♪

昔ながらの製法でつくるこだわりの  
スープをぜひご賞味ください!!

横濱家系らーめん 幸喜家

☎ 0287-53-7227

● 矢板市土屋 435-6 ● 火曜日  
○ 【昼の部】11:00~15:00(L.O 14:45)  
【夜の部】17:30~21:00(L.O 20:45)



Instagram

トッピングサービス(100円分)

※1枚で1グループ様OK  
※2022年11月30日まで

COUPON

## レストラン Copain



9/23(金)~10/2(日)は6周年記念開催!

期間中はスペシャル限定メニューが登場! なかでも、  
極上の熟成肉「ヤシオボーク」が食べられるのは  
この期間だけ!! (ディナータイムも OK)  
さらに、ご来店のお客様全員に焼き菓子プレゼント♡

レストラン Copain

☎ 0287-55-1652

● 大田原市若松町 1650-356  
○ ランチ 11:00~14:00 (L.O)  
ディナー 17:00~21:00 (L.O)  
◎ 月曜日(月曜祝日の時は火曜日)



## NASU 生パスタ麺 Aimee



ムール貝のジェノベーゼ ¥1,200(税込)  
明太子のペペロン ¥960(税込)

もちっと食感の自家製生パスタ麺

「デュラムセモリナ粉100%」と「那須御養  
卵」を練り込んだ生パスタは、栄養価が高く  
とってヘルシー! ソースの種類も豊富で  
す♪ お得なセットメニューで大満足!  
★パスタ皿はすべて蓋子焼です。

NASU 生パスタ麺 Aimee

☎ 0287-74-6090

● 那須塩原市松浦町96-14  
○ 11:00~15:00(L.O 14:30)  
17:30~20:00(L.O 19:30)  
◎ 火曜日・月2回不定休 ※種完売終了!



Instagram

## それでもステーキ 黒磯1号店(元遊山)

お得な平日ランチ♪ 久しぶりに復活します!!

肉好き応援! 鉄板本格ステーキをお手頃価格で!!

- ・それでもステーキS(150g) 1,390円
- ・ハンギングテンダーステーキ(200g) 1,490円
- ・サーロインステーキ(200g) 1,990円
- ・リブロースステーキ(200g) 2,490円

※「サラダ・スープ・ライス・ドリンク・デザート」込みの  
価格です(平日ランチタイムのみ)  
※スープ・ライスはおかわり自由 ※税別価格です

★ 美味しい牧草で育った放牧牧草  
牛を使用しています。

※仕入れ価格高騰中につき、  
価格は毎日変動しています。

平日ランチ200円引き

※1,000円以上のランチセットに限り  
※1枚で4名様まで ※他券併用不可  
※2022年10月31日まで

COUPON



Instagram



リブロースステーキ(200g)



ハンギングテンダー



ヘルシーな赤身肉だけど柔らかい!! 広々店内だからベビーカーOK♪

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】17:30~21:00  
◎ ランチはほぼ無休 ※ディナーは月・火休業予定



おかげさまで9周年!! 日頃の感謝の気持ちを込めて **2022 10.25(火) 10:25** **9周年記念イベント開催!** **10.30(日)**

**オトクにお買い物のチャンス!**  
**10.25(火) ▶ 30(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

**人気のお菓子も感謝をこめて!**  
**10.29(土)・30(日)**の2日間に限りクーポン持参の方 **クレープ50円引き!!**

**人気のお菓子がオトクに!**  
 ●フィナンシェ 210yen → 190yen (チョコがけ 230yen → 210yen)  
 ●シュークリーム 240yen → 220yen ※全て税込価格です

**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)

**10/25(火)~クリスマスケーキ予約開始**

**← P.29 COUPON**  
 ① 10/29-30の2日間のみクレープ50円引き  
 ② お買上げの10%OFF (10/25-30を除く)  
 ※2は、2,000円以上お買上げの方 ※2022年11月18日まで

**POKUPOKU 冬号 は 2022.11/18(金) 発行です!!**

この冬、楽しく過ごすためのおすすめ情報満載でお届けします♪  
**お楽しみに!**

今年は少人数で! ランチ忘年会も♪  
 オードブルで自宅忘年会も♪

**CHRISTMAS CAKE 2022**  
 クリスマスケーキ特集

**忘新年会特集**  
 2022 ▶ 2023

**冬 - 2022 WINTER - のおすすめ情報**

ママも子どももHAPPYに

# 子連れごはん 第1回

ママだって外食に行きたい! たまにはゆっくりごはんが食べたい!  
 そんな子育てママのための飲食店紹介。お子さま連れに優しいお店をご紹介します。

**子どもごはん**



かわいい木のプレート皿にほっこり。

**おこさまランチ ¥650(税込)**  
**【ハンバーグ or チキンソテー or オムライス】**  
 (スープ・ライス・ミニドリンク・アイスクリーム付)

子どもには「手作りの安心できるお料理を食べさせたい」。そんなお母さんの想いに応えてくれる「おこさまランチ」。メイン料理は、牛肉100%のハンバーグ、チキンソテー、オムライスからお選びください。おいしい!とお子様にも大好評♪  
 ママもお子様も、美味しいごはん幸せタイムを♡




靴を脱いであがる店内なので、小さなお子さまも安心♪  
 お野菜たっぷり。シェフこだわりのお料理。

**旬の食材とたっぷりのお野菜でお腹も心もハレ晴れ、に!**

2021年2月 矢板市に NEW OPEN!  
 矢板原「クローバーポノール」さんで10年勤務した後、「Dining HARE」をOPEN!!ご夫婦で切り盛りするアットホームなお店です。  
 一番人気は、牛肉100%の味わい深いハンバーグ。  
 季節によって変わるお魚料理は女性に大人気!

**【ランチ】※お得なランチは土日やっています!**  
 メイン (ハンバーグ・チキンソテー・ステーキ・お魚・オムライス等)  
 + サラダ・汁物・ごはん・ドリンク付き ¥1,080(税込)~

**梨カレー (季節野菜添え) ¥1,480(税込)**  
 今なら期間限定の『梨カレー』も楽しめます!  
 奥様のご実家「ほんだ梨園」の梨を使用しています。

**COUPON ← P.29** プチオードブルサービス  
 ※お食事ご注文の方に限り ※2022年11月18日まで




**Dining HARE** ダイニング ハレ  
**☎ 0287-48-6374**  
 矢板市扇町2-2-1 三星マンション2F  
 ① 11:00~15:00(L.O14:00) / 17:30~ ※要予約  
 ② 水曜日 (他臨時休業あり)

市役所 郵便局 矢板武記念館 2F 定期銀行 ファミリーマート 矢板警察署 公園 国道4号線 モスバーガー



ぶかぶか漂う  
第28回

## 高校生16歳の冒険 ばあば74歳の冒険



今年の夏休みはタイから日本人が減りました。一時帰国ラッシュ。二年ぶり、三年ぶりに日本の家族に会えた人たちはうれしかったでしょうね。

我が家は上の二人の子と末っ子の夏休み期間に大きくズレがあり、私は一時帰国を断念。高校生の長男が一人で帰国しました。日本から持ってきてほしいものをリストを託され、妹・弟からはお土産をせがまれ、親族の家に挨拶に行き、大学見学もしてくるといふミッションを背負って。航空券などは私が手配しているし、コロナ禍の海外渡航手続きは格段に楽になったとはいえ、飛行機に一人で乗るのは初めて。空港ではちょっとした冒険に出るような顔つきでした。いつもぎゃあぎゃあ喧嘩している兄弟で手を握りあたりしちやって。

日本で彼が一番会いたかったのは部活の仲間だったので、部活内でクラスター発生とのこと。会えなかったのは残念だけど、これもご時世ですね。

部分をお願いしたり、こんななんだ？と老いを感じることもあったり。

私はまめじゃないし口下手だから、用事がなければ両親に電話をしないタイプ。感謝の気持ちも口に出せません。だから行動で示しているつもりなのですが、母の言葉を聞く限り、伝わってないんだなあ。だから親孝行はいつまでもできないけれど、母を旅行に連れて行った回数だけは、もう悔いがないです。

私が中学生の頃、父の勤続何十年かの休暇を利用して、両親は二人でヨーロッパ一周旅行に申し込みました。海外旅行など縁もない夫婦でしたから、一生に一度の大旅行のつもりでした。それが直前に私が高熱。母は一日前に旅行をキャンセルしました。

そのことがいつまでも私の心の中に引っかかっていて、社会人になってからは、頻繁に母を旅に連れ出すようになりました。

今回は母のタイ滞在に合わせ、ま

それでもほかのたくさんの方と会い、親のいないところまでどこまで羽目を外すかも考えたりしたのかな。日本の学校を退学し、彼は退路を断ってタイに来ました。おそらくこの先は卒業できるまで帰国する暇はないでしょう。だから好きなように楽しんでくれば良いと思っていました。その割に彼に頼んだ仕事も多かったのですが。

長男の一時帰国最後の仕事は、ばあば(私の母)を連れてタイに戻ってくる。数年前まで二人でいれば保護者はばあばの方だったのに、頼りになるのはどちらかといえども長男の方。形勢逆転です。

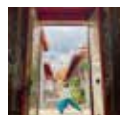
### 続けてきた母との二人旅

母はその後四週間、バンコクの我が家に滞在。住んでいるのはこんなところだよ、と母に見せることができた。孫三人に「ばあば、ばあば！」と絡まれながら、賑やかに久しぶりの同居。一方で、反りが合わなかった

ずは家族プラス母の六人で隣国のカンボジアへ。カンボジアからタイに帰って一日だけ洗濯休憩したのち、今度はラオスへ母と私の二人だけで。なかなかタフな七十四歳でしょう。うちの旅行は高級なものではないので、食事はローカル食堂、移動はトゥクトゥク(三輪タクシー)。本人は「コロナ禍で滞っていた脳に刺激があってボケが止まった」と言っていました。

これまで続けてきた母娘二人旅。海外はさすがにこれで最後になるかもしれないなあ、なんとなく。きっとこれからもお互いに優しい言葉は掛け合いますが、今後はゆっくりと温泉にでも行くようになりたいです。

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。



書店員が  
教えてくれた

# おすすめの本

『その本は』

又吉直樹 × ヨシタケシンスケ 著

ポプラ社 刊



とある国に本が大好きな王様が  
おりました。  
その王様はお年寄りで、目がほとん  
ど見えていませんでした。

王様はこの国の男性二人に、めずら  
しい本について知っている人に話を  
聞き、その話を自分に聞かせてほし  
いとお願ひしました。

1年後、二人は集めてきた本の話  
を毎晩のように王様に聞かせるので  
す。

長い話、短い話。  
笑える話、泣ける話。  
怖い話、やさしい気分になる話。  
摩訶不思議な話、どこか懐かしさを  
感じる話。  
ためになる話、考えさせられる話。  
二人の話聞き、王様はとても満足  
されました。

そして物語の最後に衝撃の事実が明  
かされるのだが、それは読んでみて  
のお楽しみ。

## 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

## 読者投稿コーナー

poku poku hiroba  
ぽくぽくひろば

今回のテーマは…

# 『あなたの好きな映画は?』

### トップガン

新作もとても感動しました。くまさん 他多数

### 東野圭吾作品

こつぶさん 他多数

### バック・トゥ・ザ・フューチャー シリーズ

何度見てもワクワクが止まりません。白玉さん 他多数

### スタンドバイミー

空色さん 他多数

### 私はいったい、何と闘っているのか

安田顕さんのサプリメントムービー。もやしさん

### ローマの休日

ねこさん 他多数

### リトル・フォレスト

田舎暮らしに共感! アキさん

### ゴースト

### 隣のヒットマン

笑いたい時、何度見ても楽しめるコメディ洋画 もやしさん

### グリーンマイル

### 真実の行方

ラスト3分が…エドワード・ノートンがすごいです!  
パラモンジンさん

### 千と千尋の神隠し

### グレイテスト・ショーマン

共感しすぎて毎回泣きます。 Plum さん

### プリティーウーマン

### アルマゲドン

オニガワラさん 他多数

### ガリレオシリーズ

新作が9月公開なので楽しみです♡ スットコさん 他多数

### るろうに剣心

こつぶさん 他多数

### イエスマン YES は人生のパスワード

気の持ち方で人生はいくらでも良い方になるのだと  
感動。とても楽しい映画。 ポンタさん 他多数

### ハリーポッター シリーズ

まいくさん 他多数

### 人生フルーツ

大好きなドキュメンタリー作品です。  
こんなおじいちゃんおばあちゃんになりたい!  
パラモンジンさん

### コンフィデンスマンJP

ネコさん 他多数

### きみに読む物語

さめさめさん

### ピンポン

たまに観たくなるんですよっ♡ いよちゃん

### ショーシャンクの空に

モックさん 他多数

### 釣りバカ日誌

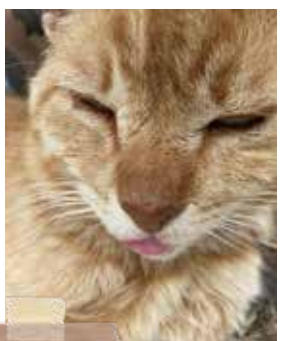
福島県出身の西田敏行さんや三國連太郎さんが  
好きなんです! ネコのみまごさん

### 戦場のピアニスト

### となりのトトロ

まだまだほかにもたくさんコメントをいただきました。たくさんのおはがき、ありがとうございました。

『舌、しまい忘れてますよ!!』



チャーちゃん  
15歳♂  
雑種

大田原市  
よよよさん

『わ〜美味しそう!』



ふうた  
6歳♂  
チンチラ

『今日はここでお昼寝しようかな』



るい  
11歳♀  
雑種

『みんなで散歩大好き♡』



那須塩原市  
よっちゃんさん

くろまめ(左) ぶちや(中) きなこ(右)  
3歳♂ 13歳♂ 3歳♀  
雑種 雑種 雑種

# みてみて うちの子

vol.27

ペット紹介コーナー

『仲良し姉妹が並んでお昼寝』



那須塩原市  
MOTOさん

ハナ スミレ  
4歳♀ 4歳♀  
(三毛猫) (三毛猫)

『すっごくゴロンとしてお腹をだして、撫でて撫でてと要求してきます笑』



夏目  
12歳♀  
雑種

大田原  
ぼんさん

『美原公園大好き☆☺☺』



ゆず  
4歳♂

大田原市

那須塩原市  
らびおりさん



チョコ  
7歳♀  
雑種(サビ猫)

『抱っこされるのが大好きで、じいじに甘えるチョコちゃんです』

**COUPON P.29**  
ドッグランご利用で  
コーヒースタービズ

**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。  
10/16日・11/20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)

しつけ教室  
開催中!

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・実践・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**

ご旅行一時お預かり 常時受け付けしております。

**ペットホテルの特徴**

- ワンちゃんは朝夕の散歩付き
- ペットシッター(神経質な猫ちゃんにおすすです)
- 猫ちゃんもお預かりOK! ・送迎いたします

トリミングのご予約受付中  
猫ちゃんも承ります。

しつけ教室、しつけの相談など  
承っております!

**スタッフ募集**  
女性がはたら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: アスターニ、ファミリーマート、那須ドッグパーク、クリニック

予約: ヨークベニマル

## 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  
お待ちしております!



※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



イベント情報コーナー

POKUPU COUPON (p.6掲載)

**うすいピアノ教室**

無料体験レッスン  
通常1回→3回

POKUPU COUPON (p.6掲載)

**前田牧場 BBQ広場**

10% OFF

POKUPU COUPON (p.7掲載)

**日乃屋カレー 栃木黒磯店**

チーズトッピング 又は  
ウィナー1本 サービス

POKUPU COUPON (p.7掲載)

クロウフォレスト  
**総合格闘技・柔術 CROW FOREST**

入会金 5,000円サービス

POKUPU COUPON (p.8掲載)

レア モモナ  
**lea momona**

1,000円以上お買い上げの方  
100円引き

POKUPU COUPON (p.8掲載)

じんや  
**仁屋**

1,000円以上お買い上げの方  
100円引き

POKUPU COUPON (p.8掲載)

フィールハート  
**ひょうしつ&脱毛サロン feel heart**

全コース 初回半額!!

POKUPU COUPON (p.9掲載)

リビングストン カフェ  
**Livingston Cafe**

お食事の方  
プチデザートサービス

POKUPU COUPON (p.9掲載)

**屋根のリフォーム専門店 やねうち**

お見積もり価格から5%OFF

POKUPU COUPON (p.10掲載)

**パティスリー ガレット**

1,000円以上お買い上げの方  
100円引き

POKUPU COUPON (p.10掲載)

たいこうでんせつ  
**株式会社大向電設**

お見積もり価格から5%OFF

POKUPU COUPON (p.10掲載)

ベルネッタ  
**Italian Cafe Belnetta**

お食事の方 5%OFF

POKUPU COUPON (p.11掲載)

**ベーカリー クリームパン**

1,000円以上お買い上げの方  
100円引き

POKUPU COUPON (p.13掲載)

イザカヤ サウワ  
**創作料理 Izakaya Cava**

10% OFF

POKUPU COUPON (p.16掲載)

**前田牧場ファーマーズカフェ & 赤身肉直売所**

デザートサービス

POKUPU COUPON (p.16掲載)

**らめめん彩葉**

味玉 or 大盛り無料  
人数分OK!

POKUPU COUPON (p.17掲載)

**かつどん 柏屋**

かつどん50円引き(本店のみ)

POKUPU COUPON (p.18掲載)

**それでもステーキ**

黒磯1号店(元遊山)

平日ランチ 200円引き

POKUPU COUPON (p.19掲載)

**ガブ飲みワインバルらびーた**

平日ランチ 100円引き

POKUPU COUPON (p.19掲載)

こうきや  
**横濱家系ラーメン 幸喜家**

トッピングサービス  
(100円分)

POKUPU COUPON (p.20掲載)

ダイニング ハレ  
**Dining HARE**

プチオードブルサービス

POKUPU COUPON (p.21掲載)

カバコ  
**焼きたて焼き菓子工房 kabaco**

①10/29-30の2日間のみクレープ50円引き  
②お買い上げの10%OFF(10/25~30を除く)

POKUPU COUPON (p.27掲載)

**シャロン&那須ドッグパーク**

ドッグランご利用で  
コーヒーサービス



**第3回 リコネットマルシェ**  
～つながる広がる森のマルシェ～

このmarcheは、もっと県北の子ども支援団体が強化されることを目的として、地域の皆さまの支え合う気持ちをカタチとしてマルシェにしました。売上の一部は、県北地区の子ども支援をしている団体へ寄付されます。

- 日程/2022年9月25日(日)
- 時間/9:00～15:00
- 場所/道の駅「明治の森・黒磯」  
青木邸参道  
(那須塩原市青木27)
- お問合せ/  
特定非営利活動法人  
子どもの育ちを応援する会  
TEL:070-9020-1889(よしなり)



**天皇の間記念公園**  
**風流・お琴を聞く会**

移築保存されている旧塩原御用邸の御座所。歴史を感じる建物で琴アンサンブル楓(メイプル)の琴の調べに耳をすませてみませんか？秋のティーセットもご用意しております。(お菓子付/100円)

- 日程/2022年10月8日～11月6日の土日、10月10日(月)  
※スポーツの日
- 時間/10:00～15:00
- 場所/天皇の間記念公園  
(那須塩原市塩原1266-113)
- 入園料/大人:200円  
小人  
中学生  
65歳以上 } 100円
- お問合せ/塩原温泉観光協会  
TEL:0287-32-4000



**塩原温泉文学まつり**

お琴の演奏や、なりきり文人による文豪にまつわる小噺の披露、ミニミニ文学散歩など。塩原温泉にゆかりのある文人のエピソードに触れることができます！

- 日程/2022年10月30日(日)
- 時間/9:30～12:00
- 場所/塩原ものがたり館屋外ステージ(那須塩原市塩原747)
- 料金/観覧無料
- お問合せ/塩原温泉観光協会  
TEL:0287-32-4000



**大田原コーヒーピクニック**

気持ちのいい季節に公園の芝生にシートを広げ、心地よい音楽を聴きながら、のんびりとコーヒーを楽しむイベントです。

- 始めよう！珈琲体験  
大人だけじゃない！  
キッズも一緒に楽しめる！  
世界に触れる小さな万博
- 日程/2022年11月3日(木)  
※文化の日
- 時間/9:00～16:00
- 場所/栃木県なかがわ水遊園  
(大田原市佐良土2686)
- お問合せ/  
大田原コーヒーピクニック  
実行委員会  
TEL:080-3158-9927(佐々木)



**イベント情報、大募集!!**

イベントの日時、時間、場所、お問い合わせ先などのイベント詳細内容に、  
①お名前 ②お電話番号 ③メールアドレス を添えて、下記のアドレス、または宛先までお送りください。

締切：発行日の1ヶ月前まで ※必ず掲載できるわけではありません。あらかじめご了承ください。  
※掲載する場合もこちらからはご連絡いたしません。ご了承ください。



〒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  
POKUPOKU編集部 イベント情報係



pokupoku2017@outlook.jp

➡ 次号は2022年11月18日発行。掲載ご希望の方は、2022年10月18日までにお送りください。



# 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・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・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・Little Barn Coffee

## 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・ながわ水遊園・ローソン黒羽向町店・セブンイレブン大田原寒井店

## 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）・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 ハーティール・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野店）・ローソン（二区町店）・ファミリーマート（東三島店）・ガレット・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）・お菓子工房エータロー・カゴメ総合研究所

## 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（上厚崎店・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（観光案内所）・emon・プラトリーナ・敷島・JAなすの本店・黒磯文化会館・麦ぼうし・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）・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・リビングストーンカフェ・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・ojisan

## 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・那須田代店）・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・あかうは一ど・那須町図書館・ベル フルール・ベルネッタ・ひるま整体・ベグル クーポー・たぬっぽ・アートビオトープ那須（レストランμ）

## 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タニ矢板店・ダイユー矢板店

## 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>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● クーポン1枚につきお1人様限り</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 7名様以上でご予約の方に限り</li> <li>● 有効期限：2022年11月30日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</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：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月30日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 脱毛・フェイシャルコースのみ（美容室除外）</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● お会計時にご提示ください</li> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1枚で1グループ様有効</li> <li>● お食事の方の限り</li> <li>● 有効期限：2022年11月30日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● にしなすバル期間(10/17~20)を除く</li> <li>● 宴会を除く</li> <li>● 有効期限：2022年10月30日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1,000円以上のランチセットに限り</li> <li>● 1枚で4名様まで</li> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限：2022年10月31日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 本店のみ（アウトレット店は使用不可）</li> <li>● 1枚で3個まで</li> <li>● お1人様1回1枚まで</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● チケット持参に限る</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● お食事ご注文の方に限り</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1枚で1グループ様OK</li> <li>● 有効期限：2022年11月30日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 1枚で1組様有効</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUPOCOUPON</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：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ②は2,000円以上お買上げの方</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUPOCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>







# 「地元農家」と「地元飲食店」を繋ぎます!!

那須地域で活動している高校生中心の学生ボランティア団体『FUNKYT』です。  
 コロナ禍において、飲食店や農家の方々が大変な思いをされていることを知り、自分たちにできることをしよう!と立ち上げた企画です。  
 地産地消・SDGs・地方創生を盛り込んだ、今までありそうでなかった  
**地元農家と地元飲食店を繋ぐ、地域間のコミュニティを作り、FUNKYTが中継基地として皆様をお繋ぎします!**

## 農家の方・飲食店の方 大募集!!



### 野菜

- 規格外野菜の売り先を探している農家さん
- 家庭菜園で作った野菜が余ってしまった方
- ※専業農家・兼業農家・家庭菜園の方 誰でもOK!

FUNKYT が「農」と「食」を繋ぎます!!



### 飲食店

- 地元食材を積極的に仕入れたい飲食店様
- 規格外野菜でもいから安く野菜を仕入れたい飲食店様
- これからお店を始めるのに野菜の仕入れ先を探している方
- 加工製造者の方
- ※店舗型・キッチンカー いずれもOK!

### 募集条件

- LINEの操作が滞りなくできる方
- 那須地域（那須塩原市・大田原市・那須町）の方限定

### お申込み方法

- InstagramのDMもしくはメールにてご連絡ください。  
 ①Instagram【@funkt\_official】までDM  
 ②【touri1127@i.softbank.jp】までメール  
 ※お申込みいただいた方には追って詳細をお知らせいたします。



### 募集期間

2022.9月22日(木) ~ 10月22日(土)

### 編集後記

朝晩はすっかり涼しくなりましたね。  
 今年の中秋の名月(9/10)は満月と重なり、本当に綺麗な月が見えました。昨年も、そして来年も満月と重なるのですが、その次は2030年なんだとか。そう考えると貴重な晴れ間の満月でしたね。

6月に我が家の冷蔵庫が壊れました。あのごく暑かった時期です。考えてみたらもう15年も使っていた冷蔵庫。新しい冷蔵庫が届くまでの数週間は、本当に不便でした。5月には給湯器が急に壊れ、しかも夜中に!「お風呂に入れない!どうしようっ!」と娘と大騒ぎ。家電の有り難み

を痛感する日が続きました。結婚して17年、今の家に住み始めて11年。いろいろな家電が壊れだす時期に入ったのでしょうか…。次は何が壊れるのかと冷や冷やです。

秋のせい?? 最近、本を読んだり映画を見たりする時間がすごく恋しい私です。POKUPOKUを始めてからがむしろに走り続けてきたので、少しずつそんな時間も取り戻せていけたらと思う今日この頃です。

ちなみに、最近読み始めた本は「夢をかなえるゾウ」。映画は「ぼくぼくひろば」で皆さんに色々教えてもらったので、秋の夜長に楽しみたいと思います♪ 秋本知佳子

次号のぼくぼくは...

POKUPOKU

2022年 冬号

2022

11/18(金)発行!!

- クリスマスケーキ特集
  - 忘年会特集
  - 冬のおすすめ情報
- 暮らしに役立つ情報をたっぷりお届けします!お楽しみに♪

vol.029 : 2022 冬号

※発行日は、予告なく変更する場合があります。

POKUPOKU 028号 2022.09.22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  
 photo(p.1・4-5): 松本玲奈

問題の答え

Q.表紙の写真はどのお店でしょうか?

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?  
 飲食店紹介リレー (西洋割烹 いちはし)  とっておきの秋にしよう特集  
 ハッピーバーンに恋して  ランチ特集  子連れごはん  
 連載コラム (ぶかぶか漂う)  ぼくぼくひろば  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。

- 「たぶん私しかやっていないこと」がありましたら教えてください。

- 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:

※2022年9月11日現在の情報を掲載しています。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. 028

## CONTENTS

P26 P24 P22 P20 P16 P14 P6 P4

- みてみてうちの子 ペット紹介コーナー
- ぼくぼくひろば 読者のみなさんにお聞きしました！
- 第28回 高校生16歳の冒険 ばあば74歳の冒険 コラム連載「ぶかぶか漂ッ」
- 『Dining HARE』 新企画スタート！子連れごはん
- 「そうだ、ランチに行こう♪」特集 秋だ。昼だ。食欲満点だ。
- 第14回 苦しいのは君だけじゃない 「ヘッパーンに恋して」
- 「西洋割烹いちはし」 未来へつながるパトン
- 飲食店紹介リレー 秋のおすすり情報を集めました♪
- 『西洋割烹いちはし』 とっておきの秋にしよう特集



※画像はイメージです

# 第6回 笑顔で ほおバル! にしなすバル!!

Main × Lunch × Take out

2022 10.17 | 月 - 20 | 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17日~20日の4日間、西那須野地区内で、第6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をお迎えする、地域一体型のイベントです。夜の食べ歩きのお、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 ¥2,800 当日券 ¥3,000

※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  
※水曜日は販売をお休みいたします

前売り券販売期間 9月26日~10月16日(予定)

販売時間 AM11:00~PM7:00 **お問合せ** TEL 0287-36-0697

あとバル開催期間 2022年10月21日(金)~10月23日(日)

使い切れなかったチケットは、バルの参加店で1枚1,000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  
¥2,800



にしなすバル特設HP  
詳細はこちらへ >>>



総勢30店舗が  
おもてなし  
いたします!!

【参加店一覧】

- malco ●焼肉新羅 ●竹清食堂 ●かどや ●UNOYA KITCHEN ●麗寿司
- Raccolto(ラコルト) ●Izakaya Cava ●patisserie galette(パティスリー ガレット)
- 旭屋 ●てん ●小料理さら ●居酒屋食べごろ ●梅乃家
- チェーンズ厨房 虎秀 ●仁屋 ●朝鮮彩香 天通
- シガー & ダイニングバー LISTA NERA ●シャモニー白河屋 ●Café&Bar47(シーナ)
- 楽酒とよ ●Quattro Crew Colors(クアトロクルーカラーズ) ●元祖チキンハウス
- 割烹錦鯉 ●海の介 ●らあめん彩葉 ●串の介 ●lea momona
- BAKE SHOP 五井乃華本舗 ●ガブ飲みワインバル らびーた

※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。



『UNOYA KITCHEN』宇野 秀和さんから  
 バトンを渡されたのは『西洋割烹 いちはし』市橋 諭さん!

お二人のつながりは?

7~8年ほど前から「みこしの会」でつながりがあるというお二人。宇野さんご家族は、記念日には「いちはし」さんでお食事を楽しむそう。市橋さんが「UNOYA KITCHEN」さんへ食事に行くこともお互いに食べに行ったり来たり。同じ職業ということで、相談したり、「大変だよなー」と励ましあったり。同業者のつながりは心強いですね。

とても真剣な眼差しでお料理をつくる市橋さんですが、お話をしてみると、とて

も優しい笑顔が印象的です。「長くやっているだけで古いお店だから書くことなんて何も無いよ〜」と笑っておっしゃる市橋さんですが、とても暖かく、とても素敵なお店。ひとつひとつ丁寧に手作りされたお料理はどれも美味しく、手の込んだ逸品ばかりです。

「ずっと気になっていたお店」という方も多いと思います。まだ行ったことがない方はぜひ一度足を運んでみてください。

POKUPOKU 編集部 秋本 知佳子

Q. 市橋さんはどんな方?

市橋さんはいつも丁寧な仕事でもてなしてくださります。真っ直ぐで、後輩たちからも信頼がアツい先輩に感謝です!



UNOYA KITCHEN  
 店主 宇野 秀和さん

Q. 宇野さんはどんな方?

おしゃれて癒やかで優しくておしゃべり上手!笑  
 愛嬌があって気遣いもできるナイスガイです。



西洋割烹 いちはし  
 市橋 諭さん

（おすすめメニュー）

- ランチ ●ランチメニュー ¥1,650  
 (本日のスープ・魚 or 肉料理・パンまたはライス・サラダ・デザート・ドリンク)
- 欧風ビーフカレー ¥1,430  
 (ビーフカレーソース・ターメリックライス・サラダ・自家製アイスクリーム・ドリンク)
- ステーキランチ ¥3,350~
- ディナー ●おまかせコース ¥4,400~

※税込価格です

さて、市橋さんから  
 バトンを渡される方は??  
 次号(11/18発行)をお楽しみに!!



Instagram



※ランチタイムもお電話してからのご来店をおすすめします。

西洋割烹 いちはし

☎ 0287-23-7056

📍 大田原市美原 2-3174-35 ☺ 月曜日

🕒 【ランチ】11:30~14:00(LO 13:00)

【ディナー】17:30~21:00(LO 20:00) ※予約制

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6回

未来へつながるバトン  
 (飲食店紹介リレー)



「ご家族で営む「いちはし」さん。6年ほど前にお父様が亡くなり、今は長男の諭さんとお母様で切り盛りしています。東京で8年、ベルギーで1年半修業を積み、栃木に戻ってきた諭さん。創業当時から人気の「ビーフシチュー」は、今も変わらずお父様の味を守っています。夜は完全予約制(おまかせコースのみ)。「お客様に喜んでもらうように」と、一人一人メニューはファイルして管理し、毎回違うお料理をお出ししているそう。常連のお客様が多いのもうなずけます。ランチはとても良心的な価格で、本格的なお料理が楽しめます。落ち着いた雰囲気の内店で、ゆっくりとお食事を、そして素敵な時間をお楽しみください。

創業41年。大田原で35年。  
 特別な日はもちろん  
 普段のランチにも  
 ぜひ訪れていただきたいお店

**P.29 COUPON**  
チーズトッピング  
又はウィンナー1本  
サービス

## 日乃屋カレー 栃木黒磯店



**お子さまカレー (200円)が大好評!!**

未就学児限定「お子さまカレー」200円にて好評販売中!  
お子様の為に甘口にしてママにもお子様にもハッピーになっていただけますように♡  
ご来店お待ちしております♪



▲Instagram

日乃屋カレー 栃木黒磯店

☎ 0287-73-8167

📍 那須塩原市住吉町74-169

🕒 10:00～21:00(L.O 20:45)

📅 無休(臨時休業あり)



## 鳥野目河川公園オートキャンプ場



**清潔なコテージだから女子旅にも♪**

思い立ったら、鳥野目キャンプ場に行こう!  
自然豊かな場内には、コテージ・シャワー棟・バーベキュー場(屋根あり・屋根無し)などの設備が充実しており、快適にアウトドアライフが楽しめます。  
バーベキュー場をみのり利用もOK!  
自然の中で日常生活の疲れをリセット♪

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



▲ホームページ

秋のおすすめ情報を  
あつめました

# とっておきの 秋 にしよう

## 総合格闘技・柔術 CROW FOREST

**柔術・キックボクササイズは  
年齢・性別問わず楽しめます!!**

様々なトレーニングを通して総合格闘技の楽しさや、日々の鍛錬で何かを達成することの喜びを多くの方に感じてもらうことを目標にしています。  
お子様や女性も楽しく、気軽に始められます♪  
☆フィットネス・ストレッチクラスもあり

各クラスの料金

[幼児・小・中・高校生] ..... 5,000円/月

[大人] ※大学生以上 ..... 7,000円/月

[1家族] ※ご家族なら何名でもOK ..... 7,000円/月  
※各クラス 月に何度でもご利用可能です。



一流の講師陣が親切・丁寧に指導します!  
見学・無料体験 随時受付中!!



女性も増えています♪



会員さんの多くが初心者・未経験者です

**入会金 5,000円 サービス**  
※2022年11月30日まで



▲ホームページ

総合格闘技・柔術  
**CROW FOREST**  
☎ 090-7245-2765(担当:阿部)  
📍 那須塩原市西三島1-137-4 2階  
🕒 19:00～22:00



**P.29 COUPON**  
10% OFF

## 前田牧場 BBQ広場



**手ぶらでBBQ! 時間帯で貸切制**

前田牧場の美味しい牛肉でBBQを!持ち込み自由!  
子供ののびのび!お子様料金・団体割引あり!※飲物持参

手ぶらコース 3,000円(税込) ※7名様～  
前田の赤身牛肉 200g(コース)・骨付きソーセージ・ミックス野菜・ごはん(4,500円コースもあり) ※5名様～

前田牧場 BBQ広場

☎ 0287-48-6988

📍 大田原市鹿畑1

🕒 10:00～21:00 ※事前予約制

📅 無休



## うすいピアノ教室

**P.29 COUPON**  
無料体験レッスン  
通常1回→3回



**秋からピアノを始めませんか?**

ピアノ教室を始めて20数年。  
音楽のおもしろさと、上達する楽しさを知ってもらえるよう、一人一人の生徒さんに合わせたレッスンを心がけています。お子さまも大人の方も大歓迎です♪  
○レッスンは週1回(年間42回) ○お月謝 6,000円～

うすいピアノ教室

☎ 080-8881-8782

📍 那須塩原市鍋掛

※自宅の為、所在地の詳細は無料体験レッスンご予約後にお知らせ致します。



**P.29 COUPON**  
お食事の方  
プチデザート  
サービス

リビングストンカフェ  
**Livingston Cafe**



☆ピアノを弾きたい方は、  
スタッフまでお声がけください

**サンタフェをイメージした店内でおつろぎください!**

当店の目玉は1920年代のスタインウェイのグランドピアノ!様々なアーティストのライブイベントも行っています。ピアノの発表会やライブイベント、パーティー等、貸切のご利用もOK! お食事しながら発表会やイベントをお楽しみください!

**Livingston Cafe**  
☎ 0287-63-8025  
📍 那須塩原市高砂町6-21  
🕒 【ランチ】11:00~18:00 (L.O.17:00)  
※ディナーは前日までに要予約  
※貸切・パーティー承ります 📅 水曜日・他不定休あり



アロハ  
**免疫美容サロン ALOHA**



QRコード  
▲Instagram

**エアコンで冷えた身体をホカホカに**

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
- ・お2人一緒にご来店の方 1回…¥3,000
- ・10回チケット購入の方 1回…¥3,000
- ・マイマント(¥3,000)ご購入の方 1回…¥3,000 ※全て税別価格

**免疫美容サロン ALOHA**  
☎ 0287-24-1171 ※予約優先  
📍 大田原市浅香3-3729-5  
🕒 11:00~19:00 (日・祝) 11:00~18:00  
📅 月曜日・第3日曜日



**P.29 COUPON**  
1,000円以上  
お買い上げの方  
100円引き

じんや  
**仁屋**



海鮮盛り ¥1,698 (税込)

**海鮮が大好評! 秋さばも始まりました!!**

期間限定! 今が旬の「秋さばフライ」。脂がたっぷりのついでます!  
また、今年の「にしなすバル」(10/17~20)は「秋鮭のフライ」が新登場! お楽しみに!  
☆海鮮弁当(アジ・エビ・イカフライ)¥998も人気!

**仁屋**  
☎ 0287-53-7544  
📍 那須塩原市106-133  
🕒 11:00~14:00 / 16:30~21:00 (L.O.)  
📅 ほぼ無休 [とちまる安心認証店]



**P.29 COUPON**  
1,000円以上  
お買い上げの方  
100円引き

レア モモナ  
**lea momona**



**いちじくのフルーツサンドとパンナコッタ♡**

いつもすぐなくなってしまう大人気の『いちじくサンド』。女性に嬉しい栄養素がたっぷりです♡  
また、「甘くて美味しい焼き芋がたっぷり」に入った「お芋サンド」は、口の中がスイートポテトに! 秋の味覚お楽しみください!

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



**屋根のリフォーム専門店 やねうち** 屋根工事専門店

調査・見積りは無料!!

**屋根のお困りごと、なんでもご相談ください!!**

建築年数が30年前後になってくお家では、屋根のトラブルが発生してくることがあります。台風や横殴りの大雨が降った時に雨漏れをすることはございませんか? また、樋から雨水が溢れ出たりすることはありませんか? 屋根工事の執拗な訪問販売に悩まされてはいませんか? そのほか屋根のトラブルを私たちがすべて解決いたします。

**【雨漏れ修理】**  
工事価格 15,000円(税別)~ / 箇所(材料費別途)  
雨漏れを放置していると、家屋に甚大な被害が及ぶケースもあるのでご注意ください。

**【雨樋(あまとい)補修】**  
工事価格 3,200円(税別)~ / m (15m以上状況により足場設置)  
部分補修や落ち葉等の除去も承っております。



**屋根のリフォーム専門店 やねうち**  
☎ 028-682-3529  
📍 さくら市松山1114番地  
株式会社 鈴木瓦工業  
🕒 8:00~17:00 📅 日曜日・祝日



**びょうしつ&脱毛サロン feel heart** フィールハート

濃くて気になる男性の方に!  
ひげ脱毛 通常9,800円→初回4,900円!! ※税込

**最短半年で脱毛完了!!**  
**産毛・日焼け・白髪・ホクロ上の脱毛もOK!**

東北初の最新脱毛機「ルミクスA9」を導入!  
早い! 痛くない! 高品質!!  
最先端技術の「脱毛エステ」を始めませんか??  
☆男性のヒゲ脱毛も大好評!!  
(残したい部分やデザインのご相談もOK!)

**脱毛メニュー**  
【MENS】  
●顔コース……………¥9,800~  
●鼻下口周り……………¥6,000~  
【BBL光ケアメニュー】  
●顔+首……………¥12,000  
光フェイシャルの約5倍の効果が期待できます!  
☆KIDS脱毛メニューもあります。



**脱毛メニュー**  
【MENS】  
●顔コース……………¥9,800~  
●鼻下口周り……………¥6,000~  
【BBL光ケアメニュー】  
●顔+首……………¥12,000  
光フェイシャルの約5倍の効果が期待できます!  
☆KIDS脱毛メニューもあります。

**脱毛メニュー**  
【MENS】  
●顔コース……………¥9,800~  
●鼻下口周り……………¥6,000~  
【BBL光ケアメニュー】  
●顔+首……………¥12,000  
光フェイシャルの約5倍の効果が期待できます!  
☆KIDS脱毛メニューもあります。

**びょうしつ&脱毛サロン feel heart**  
☎ 0287-48-7623  
📍 那須塩原市二区町403-26  
🕒 9:00~18:00 📅 火曜日



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



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

**広々とした店内でこだわりのお料理を**

自家製のお料理、厳選された銘酒、種類豊富なカクテルで楽しいひと時を♪  
☆お得なパーティープラン ¥4,000(税込)～  
☆毎年大好評の『おせち』のご予約が始まりました! 全品手作りの自慢の特選おせちです。



▲Instagram

**Quattro Crew Colors**  
☎ 0287-38-1385

📍 那須塩原市西朝日町8-14  
🕒 17:00～23:00(L.O.22:00)  
🗓 毎週日・月曜日



**ベーカリー クリームパン**



**焼きそばコッペ 390円**

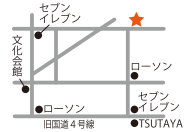
昔懐かしい焼きそばコッペ。  
当店の手作り焼きそばがたっぷり入っています。食べ応えも抜群!  
ぜひご賞味ください!



▲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  
🕒 8:00～18:00  
🗓 水曜日・第2第4木曜日



**P.29 COUPON**  
1,000円以上  
お買い上げの方  
100円引き

**P.29 COUPON**  
お見積価格から  
5%OFF

株式会社 大向電設



**「電気のお困りごと」ご相談ください!**

企業様も一般の方も、電気のことならおまかせください! エアコンの効きが悪い、インターホンが鳴らない、防犯カメラをつけたい…等々、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!  
☆除菌・脱臭に優れた「ジアイン」も大好評!



▲ホームページ

**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



**パティスリー ガレット**



**今年の秋は、お菓子の季節!!**

秋になり過ごしやすい季節が始まりました。当店ガレットも秋のお菓子を販売しております。アップルパイやパンプキンプリン…etc一緒に食欲の秋を堪能しましょう!



▲Instagram

**パティスリー ガレット**  
☎ 0287-36-4767

📍 那須塩原市西大和2-14 西大和店舗1階  
🕒 10:00～19:00  
🗓 水曜日



**P.29 COUPON**  
1,000円以上  
お買い上げの方  
100円引き

**正治郎 shojiro**

2022年3月 NEW OPEN !!

旬な果物を使用したフルーツサンド専門店

厳選された産地の旬なフルーツを、こだわり抜いた独自配合のなめらかなクリームで包み込んだフルーツサンド専門店です!

特製冷やし焼き芋を使った「いもサンド」もオススメ! また数量限定の「フルーツポンチ」が大好評!! サイダーで割ってフルーツドリンクにも♡

お隣「木村ショールーム」にもお気軽にお立ち寄りください。

お庭やお家のお悩みをリフォームで解決!  
株式会社 木村 木村ショールーム 五軒町店  
🕒 9:00～18:00 🗓 不定休



▲Instagram

**正治郎 shojiro**  
☎ 0287-36-0151

📍 那須塩原市五軒町5-9  
🕒 11:00～15:00  
🗓 日曜日・祝日



全て自家製、手作りへのこだわり



Italian Cafe Belnetta

風味豊か・もちもち食感の「究極の生パスタ」や  
美味しいピザ、手作りスイーツが大好評!

旬の食材を楽しむ「季節の限定パスタ」。  
・チキンと秋なすの粒マスタードクリーム  
・サーモンとたっぷりの子のトマトクリーム  
10月からスタートです! ぜひご賞味ください!

ディナーは2名様から「貸切」可能! 安心してお食事をお楽しみください! おすすめは  
・おまかせディナーセット 税込¥3,300～  
お料理内容等は、お気軽にご相談ください。  
(※3日前までに要予約)

☆スタッフ募集中!!

**COUPON**  
P.29  
お食事の方 5%OFF  
※2022年11月18日まで



▲Instagram



チキンと秋なすの粒マスタードクリーム ¥1,750(税込)



サーモンとたっぷりの子のトマトクリーム ¥1,750(税込)



おまかせディナーコース (税込¥5,500)

サーモンときの子の相性抜群

**Italian Cafe Belnetta**  
☎ 0287-74-5627

📍 那須町大字高久甲5706-9  
🕒 11:00～15:00(L.O. 14:30) ※ディナーは要予約  
🗓 木曜日・第1・第3水曜日



Izakaya  
Cava



# Cava Anniversary

おかげさまで**5年目**に入ります!  
和食と日本酒を気軽に楽しめるお店

お寿司・天ぷら・旬の焼き魚・お刺身・会席料理...etc  
美味しい和食をお手頃価格で楽しめます♪  
自慢のお肉料理や創作料理もあり。  
お酒が飲める方も飲めない方も、お気軽にお越しください♪

日本酒の品揃えは自信があります!!

希少な日本酒も入荷しています。

お土産におすすめ!

常連客のみなさまに大好評!!

- ・cavaの鯖寿司……………¥1,380(税込)
  - ・穴子寿司……………¥1,380(税込)
- ※前日までに要予約

忘年会ご予約承り中!! お料理8品+飲み放題2時間  
(お料理7品+デザート)

※少人数の貸し切り等、お気軽にご相談ください  
お一人様 **5,000円(税別)**

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 23:00)

◎水曜日 ※臨時休業あり



10% OFF

※にしなすバル期間  
(10/17~20)を除く  
※宴会を除く  
※2022年10月30日まで

COUPON  
P.29

塩原温泉観光協会



オープントップバスで塩原温泉紅葉めぐり

日 時：2022年10月29日(土)~11月13日(日)  
時 間：10:30発~12:30着  
発着場所：塩原温泉バスターミナル  
ご予約細：令和4年 9月29日 9:00~  
ご予約先：TEL 0287-32-2512  
料 金：座席指定 お一人様1,000円(税込)  
内 容：2階建てのフルオープンバスで見晴らし  
抜群の渓谷と紅葉の眺めを贅沢に満喫!  
※雨天時は車両を変更して運行する場合がございます。

問合せ先  
塩原温泉観光協会 ☎ 0287-32-2512

塩原もの語り館



秋の味覚も、景色も、歴史と観光も!!

塩原ものがたり館は、売店・直売所・レストラン・展示資料館・観光案内からなる複合施設。  
秋の味覚である「塩原高原大根」は直売所でも購入できるほか、紅葉が目前に広がるレストランでは大根料理を味わうこともできます。  
また、文化の秋にはぴったりの展示資料館では塩原温泉を訪れた文人のエピソードを紹介している他、塩原温泉の過ごし方に迷ったら観光案内もお任せ下さい。

塩原もの語り館  
☎ 0287-32-4000

◆那須塩原市塩原747  
◎8:30~17:00  
◎年中無休



▲ホームページ

なすしおばら映像コンテスト'22

~笑顔を咲かそう みんなの力で~

イベント情報コーナー

笑顔(☺)をテーマに映像コンテストを開催します!  
地域での交流や活動を動画にして応募してみませんか?

- 募集期間 / 9月1日(木) ~ 11月25日(金)
- 募集作品 / スマホやデジカメ等で撮影・編集した30秒~60秒の動画作品
- 応募資格 / 那須塩原市民、市内勤務及び通学者、市内で活動する団体及び事業を営む企業(個人または団体)ただしアマチュアに限ります。
- 最優秀賞 / 1点 3万円相当の賞品  
優秀賞 / 2点 1万円相当の賞品 ※その他入賞作品あり
- お申込・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]  
お問合せ / TEL : 0287-73-5741  
FAX : 0287-73-5743  
mail : shiminkatsudou@city.nasushiobara.lg.jp



詳細はこちらから→





×× 「苦しいのは 君だけじゃない」 ××

理・美容室には、様々なお客様がみえる。悩みや苦しみ、悲しみや淋しさを抱えて。

この話も、そのなかのヤングケアラーのお客様に贈ったお話である。

思い起こすのも、ためらうほどあの頃の自分が嫌になる。どうしてあんなことを、したんだろう、どうしてあんなことを言ってしまったんだろう。

父と母と姉と弟と五人暮らしの我が家は、お世辞にも豊かではなかったが、日々楽しく暮らしていた。

自分が中学二年生になる時の3月の初めの頃の朝、便所から父の声がした。何を言っているのかわからないが、急いで駆けつけると、お尻を出したまま、ひっくり返っている姿があった。母を呼び、姉を呼び、三人で取り合えず布団まで引きずり寝かせた。往診してくれるお医者様に連絡して、来ていただいた結果、

人生がこんなにも過酷だと知ったのは、中学三年生の5月だった。母が死んだ。

あんなにも優しくかった母、いつも歌を唄っていた母がいなくなった。母に好かれるよう勉強に励んでいた自分。小学校から中学校までずっとクラス委員長になったと報告するとすごく喜んでくれた母。がない。夜、真っ暗な裏山に入って、泣いた、おいおい泣いた。弟に聞かれないように泣いた。

それから父と弟と三人の生活が始まった。朝、父の布おむつを取替え、手洗いして干す。ご飯を食べさせて、弟のご飯も用意して、学校に行くついでに二時限目が始まっていた。お昼の給食を終えると調理室に向かった。残ったパンと牛乳を貰う。手渡ししてくれるオバちゃんがすごく優しくかった。無言で下校して父にパンを食べてもらう。そんな日々が3カ月経った頃、父がなぜか腹を立てて自分を怒鳴る、どうしていいかわからない、死んでしまいたい、そんな思いが頭の中をぐるぐる回る。「父ちゃんなんか死んじゃえ！」言うてはいけない言葉を言ってしまった。びっくりする父。

脳梗塞という診断だった。

それからの我が家は、半身不随になった父の介護が、生活の中心になった。動かない半身に、苛立つ父の暴言、必死に支え耐えている母親。少しでも役に立とうと姉と私は洗濯や、濡れてしまったお布団を朝、干していくのが日課となった。姉は進学をしないで東京へと就職していった。わずかな仕送りをしてくれていた。姉も厳しい生活をしているだろうと思うと、不甲斐ない自分に腹が立った。ひとり小学生の弟だけが、急変した日々に、虚ろな目をしていたことは、忘れられない。悲しくて苦しくて、学校の校舎の壁を蹴り、壊して大問題になった。それから教師の視線が自分を見なくなった。無視されるってこういう事なんだと知った。中学一年生からアルバイトに励んだ、家の生活費、自分の中学校でかかる費用を捻出した。あらゆるアルバイトをした。お腹がすいて帰り道、人の畑のトマトにかぶりついた時もあった。

怯える弟。離れて暮らす異母兄弟の兄が帰って来てくれたのがその秋。兄が帰って来てくれなければ、どうなっていただろう。仕事を辞めて帰って来てくれた兄には、感謝というか言葉にならない。

もっと早くSOSを誰かに言えたなら、そういう社会であったならと今だから思える。介護生活の中、朝の玄関前に、置いてあった野菜、お米、服、近所の方が見かねてくれたのだろう。それはそれは光のよくな事だった。それでも精神的に経済的に限界だった瞬間、人は最悪のことを考える。

今、自分は地域社会の経済的に恵まれない子供たちを照らす事を行っている。一人でも、笑顔を生み出せたら幸いだ。SOSに気が付いてやれる大人でいたい。

(文 五番街代表 大倉太喜生)



▲真実の口



▲産休中のスタッフと

hair design 五番街  
TEL.0287-36-6811  
那須塩原市太夫塚  
6-232-213

## そば処 倉



ミックス天ぷらのセット

### 豪華！！サクサク天ぷらと絶品そば

天せいろも人気ですが、お好きな天ぷらとお蕎麦の組み合わせも可能です。

紅葉帰りにもお立ち寄りください！

#### そば処 倉

☎ 0287-64-3262

📍 那須塩原市上厚崎689-3

🕒 平日 11:00～14:00

🕒 土日・祝 11:00～14:30

📅 月曜日(祝日の場合は火曜日)



ぶっかけとろろ蕎麦天そば ¥1,470(税込)



## かつどん 柏屋



かつどん ¥1,210(税込)

### 地産地消にこだわったかつどん専門店

「那須かしわ豚」に「那須御養卵」、地元産の野菜やお米を使用！

揚げたての分厚いカツ、出汁の旨み、那須御養卵のふんわり卵を存分にお楽しみください。

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

#### 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

P.29 COUPON  
かつどん  
50円引き  
(本店のみ)



Instagram



## 南国食堂 マムアン

### 手作りのタイ&ベトナム料理 ご飯ものから麺類、デザートまで♪

かわいいピンクの壁と開放的な雰囲気の店内にはスパイスの香りが漂い、まるで南国に来たかのよう。お料理も本格的！化学調味料は使わず、本場のスパイスを炒り、石臼ですりつぶすところから手作り。いろいろな味を楽しみたい方には『ハーフ&ハーフ』(1,000円)がおすすめ！「ガバオライス」「タイラーメン」「カオマンガイ」など8種類の中から好きな2種を選べます。

アジアンスイーツも人気。熱々の「バナナの春巻き」と冷たいアイスは相性抜群！



揚げ魚のキーマソース



バナナの春巻き 450円



バンミー

揚げたてサクサク！熱々のバナナがジュワッ！ RAKUDAさんに特注しているソフトフランス♪

激辛の「キーマソース」  
刺激と旨みを堪能！ボリュームも満点！

### 南国食堂 マムアン ☎ 0287-74-6669

📍 那須塩原市上厚崎 377-55 🕒 11:00～18:00(L.O.17:00)

📅 毎週木曜日

その他の休日はInstagramをご確認ください。※夜の営業日はご確認ください。



Instagram



# ランチに行こう♪

そうだ、

秋だ。昼だ。  
食欲満点だ。

2022  
Autumn



## らめん彩葉

P.29 COUPON  
味玉 or 大盛り  
無料  
人数分OK!



鴨だし中華そば ¥1,000(税込)

### 限定メニュー！「鴨だし中華そば」が人気！

ランチタイム限定営業の中華そば専門店。瀬戸内産いりこを贅沢に使用したスープと、北海道産小麦『春よ恋』をブレンドしたストレート細麺をお楽しみください！

★ 中華そば ¥750 (税込) ★ スタッフ募集中!!

#### らめん彩葉 ※夜は「串の介」

☎ 0287-38-2128

📍 那須塩原市下永田 2-1044-8

🕒 11:30～14:30

📅 無休



Instagram



## 前田牧場ファーマーズカフェ & 赤身肉直売所

P.29 COUPON  
デザートサービス



### 10/4(火)から「お肉をもっと楽しむ、メニューが変わります！

牧場自慢の赤身肉食べ比べや、お肉直売所のローストビーフ井など、日替わりでお楽しみいただけます♪ 売り切れ次第終了。ご予約しておでかけください！

#### 前田牧場ファーマーズカフェ & 赤身肉直売所

☎ 0287-48-6988

📍 大田原市若草 1-761

🕒 11:00～ ※売切次第終了

📅 月曜日



Instagram



## ガブ飲みワインバル らびーた

ランチ全品『サラダビュッフェ』付き!!  
ドリンクコーナー&プチデザート(1人1品)も!

サラダビュッフェ付きランチが大好評!! (税込1,500円)  
日替わりサラダビュッフェのほか、ドリンクコーナーも  
ご自由にOK! お好きなプチデザートもお1つお選びく  
ださい♡

メイン料理は生パスタや薪窯で焼き上げるピッツァ。  
ピッツァはーフ&ーフも可能です♪  
個室タイプの掘りごたつ席もあり。  
小さなお子様連れでも安心です♪

★ランチ新メニュー  
数量限定! 熱々!「石焼き牛ライス」もおすすめ!



薪窯焼ピッツァ。中はもちもち! 外はカリカリ! 店内自家製麺!! 生パスタ

サラダ&新鮮野菜を使ったお料理が  
食べ放題!! 土日もやっています♪

### ガブ飲みワインバルらびーた

☎ 0287-38-0165

● 那須塩原市石林666-5 ● 水曜日  
○ ランチ: 11:30~14:30 (L.O 14:00)  
ワインバル: 17:00~23:30 (L.O 23:00)  
(金・土) ~24:00 (L.O 23:30)



平日ランチ 100円引き

※他券併用不可 ※1枚で1組様有効  
※2022年11月18日まで

COUPON



Instagram

## 横濱家系らーめん 幸喜家 こうきや

2022年8月3日 矢板市  
4号線沿いに NEW OPEN!!



矢板市に家系ラーメン店  
が新登場!!  
豚の骨から炊き上げてつ  
くる本格的なスープ、麺は  
特注の中太ストレート麺。

スープに負けない厚めの海苔は、その時期に一番お  
いしいものを厳選しています。

写真は「店長セレクト」。店長が好きなトッピングを乗  
せた一杯です(ほうれん草増・玉子のり増)。

★豚骨醤油らーめん(並) ¥800(税込)



店長セレクト 通常1,100円 → 1,000円(税込)



広々とした店内



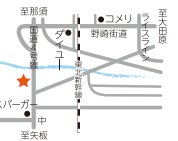
店内のあちこちに鬼滅の刃グッズが♪

昔ながらの製法でつくるこだわりの  
スープをぜひご賞味ください!!

### 横濱家系らーめん 幸喜家

☎ 0287-53-7227

● 矢板市土屋 435-6 ● 火曜日  
○ 【昼の部】11:00~15:00 (L.O 14:45)  
【夜の部】17:30~21:00 (L.O 20:45)



トッピングサービス(100円分)

※1枚で1グループ様OK  
※2022年11月30日まで

COUPON



Instagram

## レストラン Copain



9/23(金)~10/2(日)は6周年記念開催!

期間中はスペシャル限定メニューが登場! なかでも、  
極上の熟成肉「ヤシオボーク」が食べられるのは  
この期間だけ!! (ディナータイムも OK)  
さらに、ご来店のお客様全員に焼き菓子をプレゼント♡

### レストラン Copain

☎ 0287-55-1652

● 大田原市若松町 1650-356  
○ ランチ 11:00~14:00 (L.O)  
ディナー 17:00~21:00 (L.O)  
◎ 月曜日(月曜祝日の時は火曜日)



## NASU 生パスタ麺 Aimee



ムール貝のジェノベーゼ ¥1,200(税込)  
明太子のペペロン ¥960(税込)

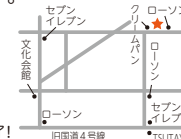
もちっと食感の自家製生パスタ麺

「デュラムセモリナ粉100%」と「那須御養  
卵」を練り込んだ生パスタは、栄養価が高く  
とってヘルシー! ソースの種類も豊富で  
す♪ お得なセットメニューで大満足!  
★パスタ皿はすべて蓋子焼です。

### NASU 生パスタ麺 Aimee

☎ 0287-74-6090

● 那須塩原市松浦町 96-14  
○ 11:00~15:00 (L.O 14:30)  
17:30~20:00 (L.O 19:30)  
◎ 火曜日・月2回不定休 ※麺完売時終了!



Instagram

## それでもステーキ 黒磯1号店(元遊山)

お得な平日ランチ♪ 久しぶりに復活します!!

肉好き応援! 鉄板本格ステーキをお手頃価格で!!

- ・それでもステーキS(150g) 1,390円
- ・ハンギングテンダーステーキ(200g) 1,490円
- ・サーロインステーキ(200g) 1,990円
- ・リブロースステーキ(200g) 2,490円

※「サラダ・スープ・ライス・ドリンク・デザート」込みの  
価格です(平日ランチタイムのみ)

※スープ・ライスはおかわり自由

※税別価格です

★ 美味しい牧草で育った放牧牧草  
牛を使用しています。

※仕入れ価格高騰中につき、  
価格は毎日変動しています。



Instagram

平日ランチ200円引き

※1,000円以上のランチセットに限り  
※1枚で4名様まで ※他券併用不可  
※2022年10月31日まで

COUPON

## それでもステーキ



リブロースステーキ(200g)



ハンギングテンダー



ヘルシーな赤身肉だけど柔らかい!! 広々店内だからベビーカーOK♪

### 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】17:30~21:00  
◎ ランチはほぼ無休 ※ディナーは月・火休業予定



おかげさまで9周年!! 日頃の感謝の気持ちを込めて **2022 10.25(火) 10:25** ▶▶▶ **30(日)**

# 9周年記念イベント開催!

**オトクにお買い物のチャンス!**  
**10.25(火) ▶ 30(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

**人気のお菓子も感謝をこめて!**  
 ●フィナンシェ 210yen → 190yen (チョコがけ 230yen → 210yen)  
 ●シュークリーム 240yen → 220yen ※全て税込価格です  
**10.29(土)・30(日)の2日間に限りクーポン持参の方 クレープ50円引き!!**

**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)  
 10/25(火)~クリスマスケーキ予約開始

**← P.29 COUPON**  
 ① 10/29-30の2日間のみクレープ50円引き  
 ② お買上げの10%OFF (10/25-30を除く)  
 ※2は、2,000円以上お買上げの方 ※2022年11月18日まで

## POKUPOKU 冬号 は 2022.11/18(金) 発行です!!

この冬、楽しく過ごすためのおすすめ情報満載でお届けします♪  
**お楽しみに!**

今年は少人数で! ランチ忘年会も♪  
 オードブルで自宅忘年会も♪

**CHRISTMAS CAKE 2022**  
 クリスマスケーキ特集

**忘新年会特集**  
 2022 ▶ 2023

**冬 - 2022 WINTER - のおすすめ情報**

ママも子どももHAPPYに

# 子連れごはん 第1回

ママだって外食に行きたい! たまにはゆっくりごはんが食べたい!  
 そんな子育てママのための飲食店紹介。お子さま連れに優しいお店をご紹介します。

**子どもごはん**



かわいい木のプレート皿にほっこり。

**おこさまランチ ¥650(税込)**  
 【ハンバーグ or チキンソテー or オムライス】  
 (スープ・ライス・ミニドリンク・アイスクリーム付)  
 子どもには「手作りの安心できるお料理を食べさせたい」。そんなお母さんの想いに応えてくれる「おこさまランチ」。メイン料理は、牛肉100%のハンバーグ、チキンソテー、オムライスからお選びください。おいしい!とお子様にも大好評♪  
 ママもお子様も、美味しいごはん幸せタイムを♡



靴を脱いであがる店内なので、小さなお子さまも安心♪



お野菜たっぷり。シェフこだわりのお料理。

**旬の食材とたっぷりのお野菜でお腹も心もハレ晴れ、に!**

2021年2月 矢板市に NEW OPEN!  
 矢板原「クローバーポノール」さんで10年勤務した後、「Dining HARE」をOPEN!! ご夫婦で切り盛りするアットホームなお店です。  
 一番人気は、牛肉100%の味わい深いハンバーグ。  
 季節によって変わるお魚料理は女性に大人気!

**【ランチ】※お得なランチは土日やっています!**  
 メイン (ハンバーグ・チキンソテー・ステーキ・お魚・オムライス等)  
 + サラダ・汁物・ごはん・ドリンク付き ¥1,080(税込)~

**梨カレー (季節野菜添え) ¥1,480(税込)**  
 今なら期間限定の『梨カレー』も楽しめます!  
 奥様のご実家「ほんだ梨園」の梨を使用しています。

**COUPON ← P.29** プチオードブルサービス  
 ※お食事ご注文の方に限り ※2022年11月18日まで

**Dining HARE** ダイニング ハレ  
 ☎ 0287-48-6374  
 矢板市扇町2-2-1 三星マンション2F  
 ① 11:00~15:00(L.O14:00) / 17:30~ ※要予約  
 ② 水曜日 (他臨時休業あり)

市役所 郵便局 矢板武記念館 2F 定期銀行 ファミリーマート 矢板警察署 公園 モスバーガー 国連4号館

Instagram



ぶかぶか漂う  
第28回

## 高校生16歳の冒険 ばあば74歳の冒険



今年の夏休みはタイから日本人が減りました。一時帰国ラッシュ。二年ぶり、三年ぶりに日本の家族に会えた人たちはうれしかったでしょうね。

我が家は上の二人の子と末っ子の夏休み期間に大きくズレがあり、私は一時帰国を断念。高校生の長男が一人で帰国しました。日本から持ってきてほしいものをリストを託され、妹・弟からはお土産をせがまれ、親族の家に挨拶に行き、大学見学もしてくるといふミッションを背負って。航空券などは私が手配しているし、コロナ禍の海外渡航手続きは格段に楽になったとはいえ、飛行機に一人で乗るのは初めて。空港ではちょっとした冒険に出るような顔つきでした。いつもぎゃあぎゃあ喧嘩している兄弟で手を握りあたりしちやうて。

日本で彼が一番会いたかったのは部活の仲間だったので、部活内でクラスター発生とのこと。会えなかったのは残念だけど、これもご時世ですね。

部分をお願いしたり、こんななんだ？と老いを感じることもあったり。

私はまめじゃないし口下手だから、用事がなければ両親に電話をしないタイプ。感謝の気持ちも口に出せません。だから行動で示しているつもりなのですが、母の言葉を聞く限り、伝わってないんだなあ。だから親孝行はいつまでもできないけれど、母を旅行に連れて行った回数だけは、もう悔いがないです。

私が中学生の頃、父の勤続何十年かの休暇を利用して、両親は二人でヨーロッパ一周旅行に申し込みました。海外旅行など縁もない夫婦でしたから、一生に一度の大旅行のつもりでした。それが直前に私が高熱。母は一日前に旅行をキャンセルしました。

そのことがいつまでも私の心の中に引っかかっていて、社会人になってからは、頻繁に母を旅に連れ出すようになりました。

今回は母のタイ滞在に合わせ、ま

それでもほかのたくさんの方と会い、親のいないところまでどこまで羽目を外すかも考えたりしたのかな。日本の学校を退学し、彼は退路を断ってタイに来ました。おそらくこの先は卒業できるまで帰国する暇はないでしょう。だから好きなように楽しんでくれば良いと思っていました。その割に彼に頼んだ仕事も多かったのですが。

長男の一時帰国最後の仕事は、ばあば(私の母)を連れてタイに戻ってくる。数年前まで二人でいれば保護者はばあばの方だったのに、頼りになるのはどちらかといえども長男の方。形勢逆転です。

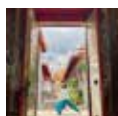
### 続けてきた母との二人旅

母はその後四週間、バンコクの我が家に滞在。住んでいるのはこんなところだよ、と母に見せることができた。孫三人に「ばあば、ばあば！」と絡まれながら、賑やかに久しぶりの同居。一方で、反りが合わなかった

ずは家族プラス母の六人で隣国のカンボジアへ。カンボジアからタイに帰って一日だけ洗濯休憩したのち、今度はラオスへ母と私の二人だけで。なかなかタフな七十四歳でしょう。うちの旅行は高級なものではないので、食事はローカル食堂、移動はトゥクトゥク(三輪タクシー)。本人は「コロナ禍で滞っていた脳に刺激があってボケが止まった」と言っていました。

これまで続けてきた母娘二人旅。海外はさすがにこれで最後になるかもしれないなあ、なんとなく。きっとこれからもお互いに優しい言葉は掛け合いますが、今後はゆっくりと温泉にでも行くようになりたいです。

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」  
(マイツ出版)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。



書店員が  
教えてくれた

# おすすめの本

『その本は』

又吉直樹 × ヨシタケシンスケ 著

ポプラ社 刊



とある国に本が大好きな王様が  
おりました。  
その王様はお年寄りで、目がほとん  
ど見えていませんでした。

王様はこの国の男性二人に、めずら  
しい本について知っている人に話を  
聞き、その話を自分に聞かせてほし  
いとお願ひしました。

1年後、二人は集めてきた本の話  
を毎晩のように王様に聞かせるので  
す。

長い話、短い話。  
笑える話、泣ける話。  
怖い話、やさしい気分になる話。  
摩訶不思議な話、どこか懐かしさを  
感じる話。  
ためになる話、考えさせられる話。  
二人の話聞き、王様はとても満足  
されました。

そして物語の最後に衝撃の事実が明  
かされるのだが、それは読んでみて  
のお楽しみ。

## 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

## 読者投稿コーナー

poku poku hiroba  
ぽくぽくひろば

今回のテーマは…

# 『あなたの好きな映画は?』

### トップガン

新作もとても感動しました。くまさん 他多数

### 東野圭吾作品

こつぶさん 他多数

### バック・トゥ・ザ・フューチャー シリーズ

何度見てもワクワクが止まりません。白玉さん 他多数

### スタンドバイミー

空色さん 他多数

### 私はいったい、何と闘っているのか

安田顕さんのサプリメントムービー。もやしさん

### ローマの休日

ねこさん 他多数

### リトル・フォレスト

田舎暮らしに共感! アキさん

### ゴースト

### 隣のヒットマン

笑いたい時、何度見ても楽しめるコメディ洋画 もやしさん

### グリーンマイル

### 真実の行方

ラスト3分が…エドワード・ノートンがすごいです!  
パラモンジンさん

### 千と千尋の神隠し

### グレイテスト・ショーマン

共感しすぎて毎回泣きます。 Plum さん

### プリティウーマン

### アルマゲドン

オニガワラさん 他多数

### ガリレオシリーズ

新作が9月公開なので楽しみです♡ スットコさん 他多数

### るろうに剣心

こつぶさん 他多数

### イエスマン YES は人生のパスワード

気の持ち方で人生はいくらでも良い方になるのだと  
感動。とても楽しい映画。 ポンタさん 他多数

### ハリーポッター シリーズ

まいくさん 他多数

### 人生フルーツ

大好きなドキュメンタリー作品です。  
こんなおじいちゃんおばあちゃんになりたい!  
パラモンジンさん

### コンフィデンスマンJP

ねこさん 他多数

### きみに読む物語

さめさめさん

### ピンポン

たまに観たくなるんですよっ♡ いよちゃん

### ショーシャンクの空に

モックさん 他多数

### 釣りバカ日誌

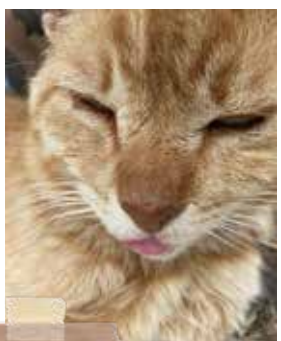
福島県出身の西田敏行さんや三國連太郎さんが  
好きなんです! ネコのみまごさん

### 戦場のピアニスト

### となりのトトロ

まだまだほかにもたくさんコメントをいただきました。たくさんのおはがき、ありがとうございました。

『舌、しまい忘れてますよ!!』



チャーちゃん  
15歳♂  
雑種

那須町  
つるちゃんさん

大田原市  
よよよさん



るい  
11歳♀  
雑種

『今日はこちらでお昼寝しようかな』



ふうた  
6歳♂  
チンチラ

那須塩原市  
たくさん

『わ〜美味しそう!』

『みんなで散歩大好き♡』



那須塩原市  
よっちゃんさん

くろまめ(左) ぶちや(中) きなこ(右)  
3歳♂ 13歳♂ 3歳♀  
雑種 雑種 雑種

# みてみて うちの子

vol.27

ペット紹介コーナー

『仲良し姉妹が並んでお昼寝』



那須塩原市  
MOTOさん

ハナ スミレ  
4歳♀ 4歳♀  
(三毛猫) (三毛猫)

『抱っこされるのが大好きで、  
じいじに甘えるチョコちゃんです』



那須塩原市  
らびおりさん

チョコ  
7歳♀  
雑種(サビ猫)

大田原  
ぼんさん



夏目  
12歳♀  
雑種

『すっぴんコロンとしてお腹をだして、  
撫でて撫でてと要求してきます笑』

『美原公園大好き☆☺☺』



ゆず  
4歳♂

大田原市

**COUPON P.29** 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。  
10/16日・11/20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)

**トリミングのご予約受付中**  
猫ちゃんも承ります。  
しつけ教室、しつけの相談など承っております!

**スタッフ募集**  
女性がはたらくと活躍しています!!

**ペットホテル美容室 シャロン**  
ご旅行一時お預かり 常時受け付けております。  
ペットホテルの特徴  
・ワンちゃんは朝夕の散歩付き  
・ペットシッター(神経質な猫ちゃんにおすすめです)  
・猫ちゃんもお預かりOK! ・送迎いたします

**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

HPはコチラ  
TEL.0287-39-1707  
那須塩原市緑1-13-108 定休日: 木曜日

## 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  
お待ちしております!



※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

イベント情報コーナー

POKUPU COUPON (p.6掲載)

**うすいピアノ教室**

無料体験レッスン  
通常1回→3回

POKUPU COUPON (p.6掲載)

**前田牧場 BBQ広場**

10% OFF

POKUPU COUPON (p.7掲載)

**日乃屋カレー 栃木黒磯店**

チーズトッピング 又は  
ウィンナー1本 サービス

POKUPU COUPON (p.7掲載)

クロウフォレスト  
**総合格闘技・柔術 CROW FOREST**

入会金 5,000円サービス

POKUPU COUPON (p.8掲載)

レア モモナ  
**lea momona**

1,000円以上お買い上げの方  
100円引き

POKUPU COUPON (p.8掲載)

じんや  
**仁屋**

1,000円以上お買い上げの方  
100円引き

POKUPU COUPON (p.8掲載)

フィールハート  
**ひょうしつ&脱毛サロン feel heart**

全コース 初回半額!!

POKUPU COUPON (p.9掲載)

リビングストン カフェ  
**Livingston Cafe**

お食事の方  
プチデザートサービス

POKUPU COUPON (p.9掲載)

**屋根のリフォーム専門店 やねうち**

お見積もり価格から5%OFF

POKUPU COUPON (p.10掲載)

**パティスリー ガレット**

1,000円以上お買い上げの方  
100円引き

POKUPU COUPON (p.10掲載)

たいこうでんせつ  
**株式会社大向電設**

お見積もり価格から5%OFF

POKUPU COUPON (p.10掲載)

ベルネッタ  
**Italian Cafe Belnetta**

お食事の方 5%OFF

POKUPU COUPON (p.11掲載)

**ベーカリー クリームパン**

1,000円以上お買い上げの方  
100円引き

POKUPU COUPON (p.13掲載)

イザカヤ サウワ  
**創作料理 Izakaya Cava**

10% OFF

POKUPU COUPON (p.16掲載)

**前田牧場ファーマーズカフェ  
& 赤身肉直売所**

デザートサービス

POKUPU COUPON (p.16掲載)

**らめめん彩葉**

味玉 or 大盛り無料  
人数分OK!

POKUPU COUPON (p.17掲載)

**かつどん 柏屋**

かつどん50円引き(本店のみ)

POKUPU COUPON (p.18掲載)

**それでもステーキ**

黒磯1号店(元遊山)

平日ランチ 200円引き

POKUPU COUPON (p.19掲載)

**ガブ飲みワインバル らびーた**

平日ランチ 100円引き

POKUPU COUPON (p.19掲載)

こうきや  
**横濱家系ラーメン 幸喜家**

トッピングサービス  
(100円分)

POKUPU COUPON (p.20掲載)

ダイニング ハレ  
**Dining HARE**

プチオードブルサービス

POKUPU COUPON (p.21掲載)

カバコ  
**焼きたて焼き菓子工房 kabaco**

①10/29-30の2日間のみクレープ50円引き  
②お買い上げの10%OFF(10/25~30を除く)

POKUPU COUPON (p.27掲載)

**シャロン&那須ドッグパーク**

ドッグランご利用で  
コーヒーサービス



**第3回 リコネットマルシェ**  
～つながる広がる森のマルシェ～

このmarcheは、もっと県北の子ども支援団体が強化されることを目的として、地域の皆さまの支え合う気持ちをカタチとしてマルシェにしました。売上の一部は、県北地区の子ども支援をしている団体へ寄付されます。

- 日程/2022年9月25日(日)
- 時間/9:00～15:00
- 場所/道の駅「明治の森・黒磯」  
青木邸参道  
(那須塩原市青木27)
- お問合せ/  
特定非営利活動法人  
子どもの育ちを応援する会  
TEL:070-9020-1889(よしなり)



**天皇の間記念公園**  
**風流・お琴を聞く会**

移築保存されている旧塩原御用邸の御座所。  
歴史を感じる建物で琴アンサンブル楓(メイプル)の琴の調べに耳をすませてみませんか?  
秋のティーセットもご用意しております。(お菓子付/100円)

- 日程/2022年10月8日～11月6日の土日、10月10日(月)  
※スポーツの日
- 時間/10:00～15:00
- 場所/天皇の間記念公園  
(那須塩原市塩原1266-113)
- 入園料/大人:200円  
小人  
中学生  
65歳以上 } 100円
- お問合せ/塩原温泉観光協会  
TEL:0287-32-4000



**塩原温泉文学まつり**

お琴の演奏や、なりきり文人による文豪にまつわる小噺の披露、ミニミニ文学散歩など。  
塩原温泉にゆかりのある文人のエピソードに触れることができます!

- 日程/2022年10月30日(日)
- 時間/9:30～12:00
- 場所/塩原ものがたり館屋外ステージ(那須塩原市塩原747)
- 料金/観覧無料
- お問合せ/塩原温泉観光協会  
TEL:0287-32-4000



**大田原コーヒーピクニック**

気持ちのいい季節に公園の芝生にシートを広げ、心地よい音楽を聴きながら、のんびりとコーヒーを楽しむイベントです。

- 始めよう! 珈琲体験  
大人だけじゃない!  
キッズも一緒に楽しめる!  
世界に触れる小さな万博
- 日程/2022年11月3日(木)  
※文化の日
- 時間/9:00～16:00
- 場所/栃木県なかがわ水遊園  
(大田原市佐良土2686)
- お問合せ/  
大田原コーヒーピクニック  
実行委員会  
TEL:080-3158-9927(佐々木)



**イベント情報、大募集!!**

イベントの日時、時間、場所、お問い合わせ先などのイベント詳細内容に、  
①お名前 ②お電話番号 ③メールアドレス を添えて、下記のアドレス、または宛先までお送りください。

締切: 発行日の1ヶ月前まで ※必ず掲載できるわけではありません。あらかじめご了承ください。  
※掲載する場合もこちらからはご連絡いたしません。ご了承ください。



〒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  
POKUPOKU編集部 イベント情報係



pokupoku2017@outlook.jp

➡ 次号は2022年11月18日発行。掲載ご希望の方は、2022年10月18日までにお送りください。





# 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・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・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・Little Barn Coffee

## 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・ながわ水遊園・ローソン黒羽向町店・セブンイレブン大田原寒井店

## 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）・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 ハーティール・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・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）・お菓子工房エータロー・カゴメ総合研究所

## 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（上厚崎店・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（観光案内所）・emon・プラトリーナ・敷島・JAなすの本店・黒磯文化会館・麦ぼうし・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）・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・リビングストーンカフェ・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・ojisan

## 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・那須田代店）・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・あかうは一ど・那須町図書館・ベル フルール・ベルネッタ・ひるま整体・ベグル クーポー・たぬっぽ・アートビオトープ那須（レストランμ）

## 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タニ矢板店・ダイユー矢板店

## 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>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● クーポン1枚につきお1人様限り</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 7名様以上でご予約の方に限り</li> <li>● 有効期限：2022年11月30日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</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：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月30日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 脱毛・フェイシャルコースのみ（美容室除外）</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● お会計時にご提示ください</li> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1枚で1グループ様有効</li> <li>● お食事の方の限り</li> <li>● 有効期限：2022年11月30日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● にしなすバル期間(10/17~20)を除く</li> <li>● 宴会を除く</li> <li>● 有効期限：2022年10月30日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1,000円以上のランチセットに限り</li> <li>● 1枚で4名様まで</li> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限：2022年10月31日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 本店のみ（アウトレット店は使用不可）</li> <li>● 1枚で3個まで</li> <li>● お1人様1回1枚まで</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● チケット持参に限る</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● お食事ご注文の方に限り</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1枚で1グループ様OK</li> <li>● 有効期限：2022年11月30日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 1枚で1組様有効</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>
<p><b>POKUP@COUPON</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：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ②は2,000円以上お買上げの方</li> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>	<p><b>POKUP@COUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2022年11月18日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.28 2022 秋号</p>







680 (税込) 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。

※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。

**Parfait JX**  
パルフェ  
鶴田パルフェ展示場  
(築2年)

快適  
エアリー

エア  
ファクトリー

太陽光発電  
システム

蓄電池

※外観パース画はAタイプの図面をもとにしたCGイメージです。  
再築の際、一部外観仕様が異なる場合があります。植栽・外構等は含まれません。  
※内観写真はパルフェの代表的な施工例です。今回お譲りする展示場の  
実際の内観とは異なります。

建築可能地域 栃木県及び隣接県

応募締切 2022年 10月31日まで

詳しい内容のご確認 &  
お申込みは栃木セキスイ  
ハイムホームページまで

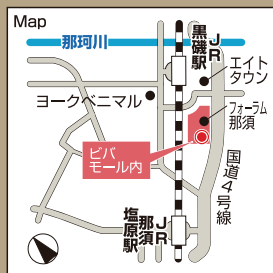


栃木セキスイハイム  
キャンペーンサイト  
[https://t816.jp/  
cp/reuse/p.php](https://t816.jp/cp/reuse/p.php)

**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



# 「地元農家」と「地元飲食店」を繋ぎます!!

那須地域で活動している高校生中心の学生ボランティア団体『FUNKYT』です。  
 コロナ禍において、飲食店や農家の方々が大変な思いをされていることを知り、自分たちにできることをしよう!と立ち上げた企画です。  
 地産地消・SDGs・地方創生を盛り込んだ、今までありそうでなかった  
**地元農家と地元飲食店を繋ぐ、地域間のコミュニティを作り、FUNKYTが中継基地として皆様をお繋ぎします!**

## 農家の方・飲食店の方 大募集!!



### 野菜

- 規格外野菜の売り先を探している農家さん
  - 家庭菜園で作った野菜が余ってしまった方
- ※専業農家・兼業農家・家庭菜園の方 誰でもOK!

FUNKYT が「農」と「食」を繋ぎます!!



### 飲食店

- 地元食材を積極的に仕入れたい飲食店様
  - 規格外野菜でもいから安く野菜を仕入れたい飲食店様
  - これからお店を始めるのに野菜の仕入れ先を探している方
  - 加工製造者の方
- ※店舗型・キッチンカー いずれもOK!

### 募集条件

- LINEの操作が滞りなくできる方
- 那須地域（那須塩原市・大田原市・那須町）の方限定

### 募集期間

2022.9月22日(木) ~ 10月22日(土)

### お申込み方法

- InstagramのDMもしくはメールにてご連絡ください。  
 ①Instagram【@funkt\_official】までDM  
 ②【touri1127@i.softbank.jp】までメール  
 ※お申込みいただいた方には追って詳細をお知らせいたします。



### 編集後記

朝晩はすっかり涼しくなりましたね。  
 今年の中秋の名月(9/10)は満月と重なり、本当に綺麗な月が見えました。昨年も、そして来年も満月と重なるのですが、その次は2030年なんだとか。そう考えると貴重な晴れ間の満月でしたね。

6月に我が家の冷蔵庫が壊れました。あのごく暑かった時期です。考えてみたらもう15年も使っていた冷蔵庫。新しい冷蔵庫が届くまでの数週間は、本当に不便でした。5月には給湯器が急に壊れ、しかも夜中に!「お風呂に入れない!どうしようっ!」と娘と大騒ぎ。家電の有り難み

を痛感する日が続きました。結婚して17年、今の家に住み始めて11年。いろいろな家電が壊れだす時期に入ったのでしょうか…。次は何が壊れるのかと冷や冷やです。

秋のせい?? 最近、本を読んだり映画を見たりする時間がすごく恋しい私です。POKUPOKUを始めてからがむしろに走り続けてきたので、少しずつそんな時間も取り戻せていけたらと思う今日この頃です。

ちなみに、最近読み始めた本は「夢をかなえるゾウ」。映画は「ぼくぼくひろば」で皆さんに色々教えてもらったので、秋の夜長に楽しみたいと思います♪ 秋本知佳子

次号のぼくぼくは...

POKUPOKU

2022年 冬号

2022

11/18(金)発行!!

- クリスマスケーキ特集
  - 忘年会特集
  - 冬のおすすめ情報
- 暮らしに役立つ情報をたっぷりお届けします!お楽しみに♪

vol.029 : 2022 冬号

※発行日は、予告なく変更する場合があります。

POKUPOKU 028号 2022.09.22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  
 photo(p.1・4-5): 松本玲奈

問題の答え

Q.表紙の写真はどこのお店でしょう?

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?  
 飲食店紹介リレー (西洋割烹 いちはし)  とっておきの秋にしよう特集  
 ハッピーバーンに恋して  ランチ特集  子連れごはん  
 連載コラム (ぶかぶか漂う)  ぼくぼくひろば  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。

- 「たぶん私しかやっていないこと」がありましたら教えてください。

- 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: