

2024  
春号

Vol.  
034

栃木県北情報誌

ぽくぽく

# POKUPOKU

けんぽくどんとこいマガジン

♪おトクなクーポン付♪

TAKE FREE

0 YEN

ご自由にお持ち帰りください

とちぎの  
いちご  
特集

## TOPIX

- 春のおすすめ情報
- 飲食店紹介リレー
- 美容室コラム「ハッピーバーンに恋して」
- コラム連載「ぶかぶか漂う」
- ペット紹介コーナー「みてみてうちの子」

※2024年2月3日の情報を記載しています。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. 034

## CONTENTS

P35 P32 P26 P24 P20 P18 P6 P4

豪華プレゼント！ぜひ応募ください！  
読者プレゼント

読者投稿コーナー  
ぼくぼくひろば

ベスト紹介コーナー  
みてみてうちの子

コラム連載「ぶかぶか漂う」  
第34回 当たり前なんかじゃない  
みんなすごいのだ！

今が旬！とちぎのいちごを食べ尽くそう！  
とちぎのいちご特集

「アップバーンに恋して」  
第20回 東京物語

春を楽しむ最新情報を集めました！  
春のおすすめ情報特集

未来へつながるバトン  
飲食店紹介リレー  
『寿司処ひまわり』



## 乃木温泉ホテルのご宴会

ご予約は10名様より承ります！

お昼の宴会承ります!!

詳しくはお問合わせください

全コース120分  
飲み放題付き!

瓶ビール・日本酒・焼酎(甲類)・ウイスキー・ノンアルコールビール・ソフトドリンク・炭酸

地元産の素材から、旬の食材を当ホテルの料理長が厳選してお届けいたします。季節ごとのご宴会をゆっくりとお楽しみください。

### 宴会プラン

歓送迎会など、リーズナブルかつ満足な宴を楽しみたい方へ

### なすコース

お一人様  
6,600円(税込)

前菜・御造里・焼物・台の物・中皿・凌ぎ・食事・水菓子

### 宴会プラン

料理長が腕を振るう  
贅沢三昧コース!

### とちぎコース

お一人様  
7,700円(税込)

前菜・御椀物・御造里・焼物・台の物・煮物・揚物・凌ぎ・食事・水菓子

### 宴会プラン

より上質なお料理で  
最高の思い出を作りたい方へ

### プレミアムコース

お一人様  
8,800円(税込)

焼八寸・御椀物・御造里・強肴・台の物・揚物・酢の物・御食事・留碗・水菓子

### 宴会プラン

ご家族・ご友人とわいわい楽しみたい方へ

お一人様(税込)  
のぎセット 6,050円

前菜・御造里・焼物・台の物・中皿・凌ぎ・食事・水菓子

### 宴会プラン

特別な日を特別なお料理で祝いたい方へ

お一人様(税込)  
献上御膳 9,350円

焼八寸・御椀物・御造里・強肴・台の物・温物・油物・寿物・御食事・留碗・水菓子

## 宴会の延長料金について

1時間延長  
お一人様  
1,650円(税込)

※宴会場の延長料金と飲み放題料金含む

## カラオケのご利用について

2時間  
6,600円(税込)

※カラオケ無料は、なすコース・とちぎコース・プレミアムコース・献上御膳  
※宴会延長した場合でカラオケを延長する場合は時間3,000円(税込)  
※カラオケは台数に限りがございますので、ご利用いただける場合もございます。  
ご了承ください。

※個人盛以外にもブッフェ、大皿盛りは30名様以上よりご用意可能ですので、お気軽にご相談ください。 ※飲み放題以外をご希望の方もお気軽にご相談ください。  
※最大人数は150名様です。 ※飲み放題の生ビール・冷酒・サワー系は別途料金となります。 ※宴会のお時間は基本2時間となります。 ※飲酒運転は法律により禁じられています。  
※お米は国産米を使用しています。 ※アルファクラブ会員様の他の割引との併用はできません。 ※GW・お盆・年末年始期間は除きます。

## 宿泊料金

平日  
お一人様(1泊朝食付)  
6,600円(税込)

土・祝前日  
お一人様(1泊朝食付)  
7,700円(税込)

※上記宿泊料金は定員でのご利用の場合になります。(定員割れの場合は差額が発生いたします)  
※入湯税 150円 ※宴会ご利用者の入浴料550円 ※タオル別途

チェックイン  
15:00

チェックアウト  
10:00

上質なときを感じるくつろぎのひとつ。

乃木温泉ホテル

〒329-2712 栃木県那須塩原市下永田1-993-11  
TEL.0287-37-4126 FAX.0287-37-5508  
E-mail:hotel@nogionsen.com



うなぎ ¥3800(税込)



『アジア食堂たかよし』岩下 貴義さんから  
バトンを渡されたのは『寿司処 ひまわり』渡邊 淳さん!

お二人のつながりは?

お二人の出会いは17年程前。東京から帰郷した淳さんを、従兄弟が色々なお店へ連れて行ってくれたそうですが、その中の1軒が「アジア食堂たかよし」さんだったそう。仕事柄も趣味(ゴルフ・競馬)も同じお二人は意気投合し、淳さんは今でも何かあるとすぐに岩下さんに相談するそうです。仕事のことも遊びのことも(笑)

淳さんが「アジア食堂たかよし」さんに食べに行くと、いつも決まって食べるのは「しょうゆラーメンと半チャーハン」。いつも悩むものの結局コレになる

という微笑ましいエピソードも聞きました。

「寿司処ひまわり」さんではコロナを機にはじめた「うなぎ」や、昨年11月に開催された「クオーレ」さんのコラボイベントなど、新しい取組みからも目が離せません。コラボイベントでは「和×イタリアン」のこだわりのお料理を提供し大盛況! 今後のご活躍も楽しみです。

節句や法要の際にはコース料理、また土日もやっているランチはとってもお得です(¥1450〜) 掘りごたつ式の個室があるからお子様連れでも安心。ぜひ足を運んでみてください!

POKUPOKU 編集部 秋本 知佳子

Q. 淳に一言!

淳は料理に熱心で、仕事に打ち込んでいる姿は素晴らしいです。これからも頑張ってください。



アジア食堂たかよし  
岩下 貴義さん

Q. 岩下さんに一言!

これからは見捨てないで、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。突お互い遊びも仕事も体に気をつけて頑張りましょう!



寿司処ひまわり  
渡邊 淳さん

おすすめメニュー  
※税込価格です。

- 裏メニュー(ランチ限定)  
まぐろの漬け焼き丼..... ¥1,850
- すし屋の茶わんむし..... ¥660
- ばくだん..... ¥1,450  
(まぐろ・落ちいか・貝・明太子・納豆...etcを海苔で巻いて食べます)
- あら汁..... ¥450



寿司処 ひまわり

☎ 0287-37-1012

📍 那須塩原市一區町248-13

🕒 11:30-14:00/17:00-22:30(L.O 21:30)

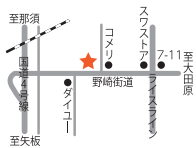
※定休日前日 ~21:30(L.O 21:00)

🗓️ 月曜日(祝日の場合は火曜日)

さて、渡邊淳さんから  
バトンを渡される方は??  
次号(4/26発行)をお楽しみに!!



▲Instagram



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12回

未来へつながるバトン  
(飲食店紹介リレー)



那須塩原市  
寿司処 ひまわり

おまかせ握り ¥3,850(税込)

東京の名店で修行をし、父から継いで12年。本格的なお寿司を気軽に楽しめるお店に  
国道461号(通称・野崎街道)沿いにある「寿司処ひまわり」。創業47年。今は2代目の渡邊淳(じゅん)さんがお店を切り盛りしています。  
宇都宮短期大学附属高等学校調理科を卒業後、東京の名店「銀座久兵衛」や日本料理の老舗「なだ万」等で約11年修行を積み、大きなバイク事故を機に17年程前に帰郷した淳さん。今は代替わりして12年、いつも熱心に仕事に打ち込む姿が印象的です。栃木にいても修行時代の先輩や仲間とのいろいろなエピソードがあり、お話を聞いていると料理人の繋がりや絆の深さを感じます。  
おすすめは新鮮な素材を使用した「おまかせ握り」。彩りもきれいで目にも楽しい一皿。一口食べると、美味しさに思わず笑みがこぼれます。  
店内はカウンター席のほか、テーブル席や掘りごたつ式の個室も完備。本格的な江戸前寿司を、ご家族やご友人と気軽にお楽しみください。

店内でお召し上がりいただけます！  
お得なランチもあり♪ テイクアウトもOK♪



明るく素敵な雰囲気の内



コッペ屋さんのお隣です

## Pizzeria ぴっこらるーじゅ 大田原店

ぴっこらるーじゅ 2号店がOPEN!!  
店内で焼き上げる窯焼きピッツァ専門店

2023年12月28日、大田原市に「ぴっこらるーじゅ」(那須塩原市)の2号店がOPENしました!!  
ゆったりとした店内では、石窯で焼き上げたアツアツのピザが楽しめます!ピザの直径は30cmほど!モチモチの生地がたまりません♡  
お昼はお得なランチを、夜はビールやカクテル・グラスワインなどもあるので、美味しいピッツァとともに素敵なひとときをお過ごしください♪

◎Pizza set ピッツァランチ ¥1,000~(税込¥1,100~)  
お好きなピッツァ+サラダ+ドリンク  
+¥300(税込¥330)でデザートが付られます。  
※ピッツァの種類によりお値段が変わります



Instagram

Pizzeria ぴっこらるーじゅ 大田原店

☎ 0287-46-7097

● 大田原市本町1丁目 2690-3  
○ 11:00 ~ 15:00 (L.O 14:30)  
17:00 ~ 22:00 (L.O 21:00)  
Ⓜ 火曜日 (祝日の場合は営業)



ランチタイム 200円引き  
ディナータイム 500円引き

※1枚で1グループ様有効  
※店内飲食に限る(テイクアウトは対象外)  
※2024年4月26日まで

ビリヤードやシミュレーションゴルフが  
楽しめる憩いの場。手ぶらでどうぞ♪

## GOLF&POOL BAR salão calmo

2023年5月 NEW OPEN!!  
ビリヤード初心者講座も随時開催中♪

オーナーはその昔、東京の有名店「ビリヤードルパン」に勤務していたという相互企画の金川社長。  
その後は不動産業や建設業に20数年携わり、やりたかったビリヤードの腕はがた落ち…。しかし当店開業を機に一念発起し、JPBAのレッスンプロの資格を取得。  
アットホームな雰囲気、女性やファミリー、初心者の方も入りやすいお店です。  
気軽に扉を開けてみてください♪  
ビリヤードやゴルフをやらない方も、カウンターバーでお茶やお酒・軽食をどうぞ! メニューも豊富です♪

【ビリヤード初心者講座】  
1時間程度 お一人様1,000円(税込)ポッキリ!  
ソフトドリンク1杯・プレイ料金サービス♪



個室になっているので気兼ねなく♪ 3/24は市主催の婚活イベントも♡

GOLF&POOL BAR salão calmo

☎ 070-4094-3007

● 那須塩原市住吉町 74-19  
(かっぱ寿司黒磯住吉店さま 真横)  
○ [平日(月・水・木・金)] 15:00 ~ 23:00  
[土曜日及び祝前日] 11:00 ~ 23:00  
[日曜日及び祝日] 11:00 ~ 21:00  
※入店は閉店時間の1時間前まで  
Ⓜ 火曜日または祝日の翌日



ホームページ



①ビリヤード or ②シミュレーションゴルフ  
30分無料券

※1時間以上プレイしていただいた方対象  
※①ビリヤード: 1枚で4名様まで  
※②シミュレーションゴルフ: 1枚で6名様まで  
※2024年4月26日まで

## 居楽処 ずっと



Instagram

応援ラーメンを食べて被災地支援を!

ラーメン一杯の価格に対して100円を能登半島地震募金として寄付します。ラーメンは数種類ありますが、すべてのスープが動物性脂肪ゼロ! (博多ラーメンを除く) ヘルシーで身体に優しいラーメンです。和食の醤油ラーメンをはじめ、どのラーメンも和食人が自信を持ってオススメする一杯です!  
☆歓迎迎会に♪ 料理付き飲み放題プラン ¥4,500~

居楽処 ずっと

☎ 0287-64-1376

● 那須塩原市大黒町 3-25  
○ 11:30~14:00 L.O / 17:00~25:00 予定  
Ⓜ ほぼ無休 【インボイス登録店】



春の  
おすすめ情報

毎日が楽しくなる  
オトクな情報  
集めました。

## カフェレストラン EAST&WEST

2023年8月 NEW OPEN!!  
世界各地のお料理が楽しめます!

インド・ネパール・カナダなど世界各地で料理の腕を磨き、都内のハイアット系ホテルで勤務した後、念願だった自分のお店をOPEN!!  
ここ栃木の地元の食材を使い、東洋と西洋の味を融合させたシェフの創作料理は絶品!  
日本人の口に合うように、隠し味に醤油を使うこともあるそうです。他では食べられないメニューが豊富に揃います!  
半個室の店内でゆっくりと食の世界旅行をお楽しみください!

☆パーティープラン・飲み放題プランあり。  
歓迎迎会・女子会にも。



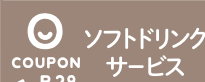
天ぶらアイスクリーム



那須野が原牛のキーマカレー



ランチセットのデザートプレート



ソフトドリンク  
サービス

※お食事の方に限り  
※1枚で2名様まで  
※他券併用不可  
※2024年4月26日まで



Instagram



カフェレストラン EAST&WEST

☎ 0287-46-5552

● 那須塩原市接骨木445-101  
○ [ランチ] 11:00 ~ 17:00 (L.O 16:30)  
[ディナー] 17:00 ~ 21:30 (L.O 21:00)  
Ⓜ 第2第4日曜日(祝日を除く)  
※月・火、ディナーは休み  
※日曜 ディナーは要確認



ファーマーズ テーブル  
**Farmer's Table 618**

**P.29 COUPON**  
ドリンクサービス



那須三元豚のバーベキューランチ 1,600円  
(スープ・サラダ・前菜付き) ※メニューは日替わり

**2023年11月オープン! 農家の隠れ家カフェ!**

8時30分～11時はモーニングメニュー。  
11時～「本日のプレート」等がランチタイム  
に限らず、18時半まで注文できるようになり  
ました! 遅めのランチもゆったりOK!  
19時～21時はパスタコース♪(予約制・1日2組まで)



Instagram

**Farmer's Table 618**  
☎ 0287-48-2055

📍 矢板市石関 618 📅 水曜日(祝日を除く)  
🕒 8:30～19:00 (L.O 18:30)  
(モーニング 8:30～11:00)  
19:00～21:00 (完全予約制)



**かつどん 柏屋**

**P.29 COUPON**  
かつどん  
50円引き  
(本店のみ)



わらじかつどん 1,200円(税込)

**オープン当時の人気メニューが復活!!**

戸田店に間もなく!あの「わらじかつどん」が  
帰ってきます!ドカーンと乗った2枚のかつ!  
たれのいい香りが漂います。薄めのかつに、  
細かいパン粉で軽く仕上げているので食べ  
口が軽いです。柔らかいお肉と優しい衣。  
豪快にかぶりついてください!



Instagram

**かつどん 柏屋**  
☎ 0287-74-5522

📍 那須塩原市戸田15-60  
🕒 11:00～15:00 (L.O 14:30)  
📅 木曜日 ※予約不可



人気メニュー!しっとり焼き上げた定番のロースト。  
週替わりでソースが変わります♪



那須高原豚のランプロースト



彩り豊かな前菜プレート



オードブルをリニューアル!  
詳しくはインスタがHPへ

**COUPON P.29**  
お持ち帰りオードブル  
200円引き  
※他クーポン・サービス等との併用はできません。  
※2024年3月31日まで



**ダイニングカフェ コシヨネ**

那須高原豚を使用した創作料理と  
地元の野菜をふんだんに使ったお料理に舌鼓

黒磯のはずれにある隠れ家的店「コシヨネ」。  
店内は落ち着いたあるウッド調。ご夫婦で営むあた  
たかなお店です。  
お料理は栃木県のブランド豚・  
那須高原豚と地元の新鮮野菜  
をたっぷり使ったフレンチベ  
ースの創作洋食が楽しめます。  
ドレッシングからデザートまで  
すべて手作り♪他ではなかなか  
食べられないメニューも多く、ファンも多いお店です。  
メニューは昼も夜も週替わり。ランチはメイン料理に  
お好きなセットが選べてとってもお得! (¥1,300～)



◎女子会等各種お食事会も承り中!  
◎テイクアウトメニューも豊富!  
詳細はインスタをご覧ください。



Instagram

**ダイニングカフェ コシヨネ**  
☎ 0287-73-8004

📍 那須塩原市下厚崎 264-394  
🕒 ランチ 11:30～14:30 (L.O 14:00)  
ディナー 18:00～21:00 (L.O 20:00)  
📅 月曜日・第1・第3・第5木曜日



**camera life K24**

一瞬一瞬、その瞬間の笑顔  
思い出(写真)に残しませんか?

後々思い出を語る家族写真、成長を感じられる  
記録、素敵なプロフィール写真などお気軽にご相談  
ください。

例)七五三・お宮参り・成人式・入学式・卒業式・  
季節の撮影会(桜・紫陽花)…etc。  
お散歩フォト・おうちスタジオ等のイベントも随時  
開催中!

☆1時間 ¥33,000 (税込)～ ※データ70枚保証  
☆イベント撮影会や初心者向けのカメラ教室も随時  
開催しています♪(募集開始は公式LINEより)



お問い合わせは  
こちらから→



LINE



Instagram

**camera life K24**  
photographer 金子 恵  
全国出張承ります  
「ぼくぼく見た」で  
栃木県内は交通費無料!!

**びっくりドンキー 大田原店**

ご家族・ご友人・カップル、  
皆様でお越しください! お得なクーポン付き!!

Wi-Fiあり

全席にコンセント設備あり(USB対応可)



**大田原店 8:00～24:00**  
(モーニング 8:00～11:00)



**チーズバーグディッシュ**  
150g ¥990 / 300g ¥1,460 ※写真は300gです



**ポテサラトーストセット**  
(みそ汁orドリンク) ¥490



**ドンキー  
クラシックサラダ**  
S ¥380 / L ¥600  
※写真はLです



ホームページ

**COUPON P.29**  
①【大田原店】限定  
ご飲食代10%OFF券  
※テイクアウト利用OK

②【大田原店】限定  
トースト3種 100円OFF券

※①②どちらかのサービスをお選びください。  
※P29のクーポンを切り取り、会計時にお渡しください。  
※1組様1回限り有効 ※他の割引との併用不可 ※2024年3月31日まで

**びっくりドンキー 大田原店**  
☎ 0287-47-7539

📍 大田原市美原1丁目3534-2  
🕒 8:00～24:00 (L.O 23:30)  
モーニング 8:00～11:00  
※午前10時まではモーニング  
メニューのみご提供  
📅 年中無休



当店でしか味わえない“カリッともちもちでトロツ”とした  
新食感の「オリジナルおしるこ&デザート」!! 新登場!!



**NEXT OBU STAGE**  
☎ 090-1092-5922

📍 那須塩原市二区 405-124 📅 月曜日  
🕒 10:00~21:00  
※カフェ 10:00~19:00 (ランチタイム 11:00~14:30)

ネクスト オブ ステージ

## NEXT OBU STAGE

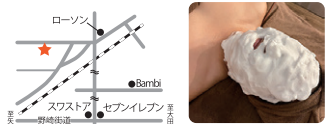
お食事だけ・リラクゼーションだけ  
のお客様も大歓迎!!

新メニューの「もちっフル」は見た目はワッフルですが、  
材料は国産緑米（農薬不使用）を使用したお餅  
100%!! お餅の新食感をお楽しみください  
◎ワッフルは米粉・バーガーは国産牛を使用。

◎ランチは全て  
ドリンクバー・  
けんちん汁付  
(900円~)。

◎毎月第1土曜  
日はお餅の日。  
つきたてのお餅  
が楽しめます。

\*アットホームなリラクゼーションサロン併設\*  
筋膜リリースオイルトリートメント、オールハンドで施  
術します。男女兼用もみほぐしメニューも人気です。  
フェイシャルメニューも始まりました!



## チワワ犬舎 snowberry

かわいいチワワをお探しの方♡

家族同様に愛情たっぷり手をかけて育てている  
チワワ犬舎です♪健康でかわいいお顔のチワワを  
ブリーディングしています!

遺伝子検査 (PRA) 全頭クリア☆  
子犬情報はInstagramで随時更新  
中!! かわいいお母さん犬たちもたくさ  
ん出ていますので、ぜひご覧になっ  
てください♡

### ご成約特典

ご成約 & ロイヤルカナンヘルスサポートプロ  
グラム (LINE) に登録いただいた方に、ミニ  
スターター (フード) プレゼント!!  
おもちゃもプレゼント♡

※見学当日に他犬舎やペットショップに立ち寄ってからの見学は、  
申し訳ありませんがお断りしております。

チワワ犬舎 snowberry  
☎ 090-8034-3006 (要予約)  
📍 那須塩原市末広町 65-75  
🕒 10:00~18:00  
📅 不定休 < 栃木県動愛セ 21版第040号 >



ワンちゃんたちの健康面・  
衛生面に十分留意しています

## シャリズCafé おにぎり



※お電話でご予約いただくとスムーズにお渡しができます。  
※イベントやママ会・子供会のお弁当も承ります。(要予約) 予算に応じてお作りします)

店内飲食はもちろん  
テイクアウトのお客様もコートで遊べます!!



東京石材株式会社  
☎ 0287-54-1531  
📍 大田原市亀久 957-1  
FAX : 0287-54-2534  
Mail : info@touseki.tld

## おにぎりとお餅 シャリズCafé

種類豊富! 人気のおにぎりは全16種!!  
春のお出かけのおともに♪

お米にこだわり、冷めても美味しいお米を使用し  
ています。テイクアウトもぜひご利用ください  
店内では、野菜たっぷりの「おにぎりプレート  
1,200円」が大好評!!  
おにぎり3個・おかず7  
種・味噌汁・ウーロン茶  
が付いて大満足♪  
「あんこフォンデュ」や「鉢  
植えパフェ」も人気です。



幻のお米『両郷米』を使用!  
大田原市両郷地区のお米が美味  
しいのは、直接八溝山系から流  
れてくる湧水を使用しているから  
です。  
現地やインターネットでも手に入  
りにくく、その希少さから幻のお  
米と呼ばれ、八溝山の湧水をた  
っぷり含んだ【両郷米】は、日  
本一美味しいお米とも言われてい  
ます。実際に両郷米は日本一に  
選ばれた実績のあるお米です。

## 東京石材株式会社

新話題の瓦チップ!  
除草作業も軽減され、お庭が明るく生まれ変わります♪

瓦を砕いた瓦チップ材。  
屋根の素材としての役割を終えたのち、環境・ガーデン  
への新素材として生まれ変わったものです。  
SDGsの観点からも、現在大変注目を集めています!

### 瓦チップのメリット

- ☑ 環境にやさしいリサイクル素材
- ☑ 雑草が生えにくい
- ☑ 踏むとジャリジャリするので防犯効果
- ☑ 見た目が華やか …etc



シャリズカフェ横に、瓦チップの展示場がございます。  
お気軽にお声がけください。



クアトロ クルー カラーズ

## Quattro Crew Colors

パーティープラン 5,500円(税込)コース ※写真はイメージです

**女子会や歓送迎会に♪楽しいひと時を♪**

全品手作りのこだわりのお料理と、厳選された銘酒・国産ワイン・種類豊富なカクテル・ノンアルコールなど女性にも嬉しいラインナップです♪

Instagram ▶

**お得なパーティープラン**

- 料理7品+飲み放題(90分).....¥4,500(税込)
- 料理8品+飲み放題(120分).....¥5,500(税込)

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

● 那須塩原市西朝日町 8-14  
① 17:00 ~ 23:00 (L.O 22:00)  
② 毎週日・月曜日

たいこうでんせつ

## 株式会社 大向電設

P.29 COUPON  
お見積もり価格から 5%OFF

**ご家庭の「電気のお困りごと」を解決**

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、防犯カメラをつけない... 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「ジアイノ」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  
① 8:00 ~ 17:00 ② 日曜・祝日

## GoGo代行

**お酒を飲んだらGoGo代行!**

県北を中心にスピーディーな対応で満足度の高いサービスのGoGo代行。経験豊富なドライバーが安心・安全にお送りいたします。LINEからでも受付可能!!  
<初乗り3kmまで¥1,000 以後1km毎に300円> ※予約可

☆ドライバー随時募集中!!☆  
週1~でもOK! Wワーク・女性ドライバーも活躍中!

**GoGo代行《ゴーゴ代行》**  
☎ 080-9091-5500

● 那須塩原市二区町事務所  
① 19:00 ~ am4:00 ② 無休(1月1日のみ休み)

カオルマーケット

## KAORU MARKET 西那須野本店

**2/23(金)~25(日) 古着衣類 30%OFF!!**

2月のお客様感謝DAY 2/23(金)~25(日)  
◎古着衣類 30%OFF ※一部対象外あり  
◎中華そば ¥850 → ¥750!!

KAORU MARKET内に『白河中華そば 真心 しんしん』OPENしました!!  
中華そば 真心 Instagram ▶

**KAORU MARKET 西那須野本店**  
☎ 0287-53-7272

● 那須塩原市下永田1-1009-18  
① 12:00 ~ 20:00 ② 月曜日

イザカヤ サヴァ

## 創作料理 Izakaya Cava

**節句・お花見・歓送迎会などお祝い事や集まりには cavaの美味しいお料理を一緒に♪**

地元の新鮮食材や厳選食材を活かして作る和の創作料理は絶品!! 日本酒の品揃えも豊富。常時50~60種の銘柄の在庫を取り揃えています!

**宴会メニュー**

- ご宴会プラン(4名様~) お料理8品+飲み放題(2時間) お一人様 6,000円(税込)~
- 利き酒プランコース(貸切10名様~) お一人様 8,000円(税込)
- プレミアム利き酒コース(プレミアムな日本酒を含めた10種) お一人様 10,000円(税込)

法要・節句などの行事にもおすすすめな『Cavaの仕出し弁当』¥1500~(5個より)。「春のお花見弁当」など季節に合わせたものや企業様会議弁当も承ります。ご予約・内容等お気軽にご相談ください。(3日前までに要予約)

COUPON P.29  
※他券併用不可 ※2024年4月26日まで

**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  
① 18:00 ~ (L.O 23:00)  
② 水曜日 ※臨時休業あり  
【インボイス登録店】

和の創作料理と種類豊富な日本酒をお楽しみください!

日本酒の品揃えは自信あり! 仕出し弁当も大好評!

**運動能力発達&競技力向上専門スクール コアムーブ**

P.29 COUPON  
入会金無料 (通常¥5,500)

**お得な100円体験会開催!!**

お子さんの体の土台が出来ているかをチェックし、補い鍛える運動をします!  
体の土台をしっかりとらせることで、運動が好きになれる体、色んな運動やスポーツがやりやすい体をつくれます!(先生の解説付き)

【体の土台づくり体験会】  
2/25(日)・3/17(日)  
年中・年長 10:00 ~ 11:00  
小学生 11:30 ~ 12:30  
料金: お一人100円 ※予約制(定員あり)

**運動能力発達&競技力向上専門スクール コアムーブ**  
☎ 0287-61-4018

● 那須塩原市宮町1-1  
① 9:00 ~ 20:30 ※要予約  
※大田原教室もあります  
② 日曜日・祝日

セグロラ那須サロン

P.29 COUPON  
頭皮ヘッドスパ60分 ¥2,000引き (通常¥6,000 → ¥4,000)

**目の疲れ解消・リフトアップのヘッドスパ!**

お顔のたるみは頭皮からとも言われます。頭皮ケアでリフトアップ! 首・肩もケアするので目の疲れ・肩こり改善にもおすすすめ! 髪につや・ハリ・潤いも★  
☆頭皮ヘッドスパ60分 ¥6,000 → ¥4,000

**セグロラ那須サロン**  
☎ 0287-39-6880

● 10:00 ~ 20:00 (最終受付18:30)  
② 水曜日・第1・3・5月曜日  
✉ nasusalon@segurora.com

セグロラ那須サロン

P.29 COUPON  
頭皮ヘッドスパ60分 ¥2,000引き (通常¥6,000 → ¥4,000)

**目の疲れ解消・リフトアップのヘッドスパ!**

お顔のたるみは頭皮からとも言われます。頭皮ケアでリフトアップ! 首・肩もケアするので目の疲れ・肩こり改善にもおすすすめ! 髪につや・ハリ・潤いも★  
☆頭皮ヘッドスパ60分 ¥6,000 → ¥4,000

**セグロラ那須サロン**  
☎ 0287-39-6880

● 10:00 ~ 20:00 (最終受付18:30)  
② 水曜日・第1・3・5月曜日  
✉ nasusalon@segurora.com

～公園近くのレストラン～  
**Petit Lapin** プティラパン

**P.29 COUPON**  
ありがとうプラン  
お一人様  
¥1,000+税



ありがとうプラン ¥1,000+税 ※写真は2人前です

**みなさまに支えられ、まもなく1周年!**  
お店からの感謝の気持ちと、まだどんなお店か気になっている皆様の為に、ぼくぼく限定メニューをご用意!

【ありがとうプラン】2/15(木)～3/31(日)  
ローストビーフ+ポテトのチーズ焼き+1ドリンク  
¥1,000 (税込¥1,100)

注文はこれだけでもOK! お気軽にお立ち寄りください。※要予約

～公園近くのレストラン～  
**Petit Lapin**  
☎ 0287-48-6286

● 那須塩原市高柳 61-8 ● 水曜日・第2火曜日  
◎ 11:30～13:30(LO) 17:30～20:30(LO)



**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**



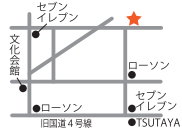
**チーズソースがけ あらびきポーク ¥330**

パンからはみでるほどのポークウイナーに、  
チーズソースをかけました。  
ふわっとしたパン・香ばしくジューシーな  
あらびきポーク・チーズソースが相性パツ  
チリです!!



▲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  
◎ 8:00～16:30  
◎ 水曜日・木曜日



**きずな亭**

**P.29 COUPON**  
対象メニュー  
ご注文の方  
韓国のリブレゼント



新メニュー! かき揚げうどん 1,280円(税込)

「定食」や「うどん」などメニューが豊富!  
平日限定で韓国フェア開催!!(2/16～3月末)

コシがあっておいしいうどんメニューは全13種!  
お子様用の麺カッターもあるので、ファミリーにもおすすめ。  
韓国フェアでは、ヤンニョムチキン定食や期間限定  
メニューが登場!クーポンで韓国のり1パックプレゼント!

**きずな亭**  
☎ 0287-65-3639

● 那須塩原市塩野崎 184-7  
● 那須ガーデンアウトレット内  
◎ アウトレットの営業時間に準ずる  
◎ 無休



**とんかつ しがね亭**



厚切りヒレかつ膳 1,650円

ヒレかつを食べるなら、しがね亭

女性人気No.1メニューは「厚切りヒレかつ膳」。やわらかくさっぱりとした、とても上品な味わいです。サクサクで柔らかな食感と、厳選した国産豚肉の旨味をご堪能ください。「かつ丼」や「生姜焼き膳」、お得な「日替わりランチ」もあり♪



▲ホームページ

**とんかつ しがね亭**

☎ 0287-47-7057

● 大田原市住吉町 145-18 桜テナント 1-A  
◎ 11:00～14:00 / 17:30～21:00(LO 20:00)  
◎ 水曜日/他営業カレンダーによる



ボワヴェール  
**wine no izakaya Bois Vert**



新しい仲間の歓迎会  
大切な人の旅立ちを後押しする送別会に

\*春のボワヴェールプラン...お一人様6000yen(税込)\*  
前菜・サラダ・ピッツァ・メイン肉料理・パスタ・  
ドルチェなど全8品の華やかな料理に、フリードリ  
ング120分がセットになった大皿プラン。  
主役の方へのメッセージドルチェサービス!!!



▲Instagram

**wine no izakaya Bois Vert**

☎ 0287-24-6161 ◎ 日曜日

● 大田原市紫塚1-3-21 紫塚レジデンス1-4  
◎ Lunch: 月～土 11:30～15:00 (LO 14:00)  
Dinner: 月～木 17:00～23:00 (LO 22:00)  
金・土 17:00～24:00 (LO 23:00)



チェロブルー  
**ダイニングキッチン CIELO BLU**

**P.29 COUPON**  
ライスコロッケ  
サービス



おとな様ランチ(デザート付き)¥1,500/お子様ランチ¥680

夢が詰まった「おとな様ランチ」が大好評!

お子様からご年配の方までたくさんの方で  
賑わうチェロブルー。広々としたお座敷が  
あるのでお子様連れでも安心♪  
歓迎宴会やママ会のご予約も受付中!!  
☆コース料理 お一人様 2,200円(税込)～  
☆飲み放題(2h) お一人様 2,200円(税込)～  
スタッフ募集中!!



▲テイクアウトのご予約はこちら

**ダイニングキッチン CIELO BLU**

☎ 0287-74-6684

● 那須塩原市佐野109-6  
◎ 11:30～14:00  
17:30～23:00 (LO22:30)  
◎ 月曜日・第1火曜日



リスタネーラ  
**Cigar&Dining Bar Lista Nera**



チーズタッカルビ ¥980+税  
チーズのみ ¥380+税

甘辛タレとろ～りチーズの相性抜群♪

こだわりのお料理はどれも絶品!熱々トトロ  
のラクレットチーズのみの注文もOK! (¥380)  
パスタ等好きなお料理に付けて召し上がり♡  
女子会・歓迎宴会・二次会 承り中!!  
◎コース料理(7品) ¥2,000～  
◎2時間飲み放題 ¥1,500 or ¥2,000(種類豊富)



▲Instagram

**Cigar&Dining Bar Lista Nera**

☎ 0287-39-7155

● 那須塩原市睦105-226  
◎ 17:00～24:00(LO23:00)  
◎ 月曜日



中華居酒屋  
**アジアン食堂 たかよし**

**P.29 COUPON**  
ソフトドリンク  
1杯サービス



名物!げんまつ黒酢すぶた ¥800(税込)

歓迎宴会のご予約承り中!!

春は出逢いと別れの季節・歓迎宴会のご  
予約承っております。その他、友達同士の  
飲み会、ゴルフコンペの打ち上げ等に  
ご利用ください♪



▲Instagram

**中華居酒屋 アジアン食堂 たかよし**

☎ 090-9549-0786

● 大田原市住吉町 1-14-20  
◎ 11:45～13:30 / 17:30～  
◎ 木曜日・土曜日昼・不定休





# EVENT

イベント情報コーナー

## 毎月第4日曜日開催 大田原日曜朝市

約30店の出店の中には、タイ風ヌードル、コウさんのカレー、ホットドッグ、豚串、自家焙煎珈琲、ホットドッグ、クレープもあります。その他、新鮮産直野菜（加工食品）、フリーマーケット、各種ハンドクラフト、毛糸作品、フェアトレード商品、与一相談室（高齢者お悩み相談）もあり、また、出店に興味ある方には、出店料・電気水道料、全て無料となっております、屋根もあるのでテント等の準備も必要ありません。お気軽に奮ってご参加ください。

- 日 程/ 2024年2月25日(日)(第234回)、3月24日(日)(第235回)
- 時 間/ 8:00~13:00 (犬猫里親会開催は10:00~)
- 場 所/ 山の手整骨院駐車場(栃木県大田原市山の手1-6-3)
- 主 催/ NPOナチュラル (0287-24-0999)



## 体の土台づくり体験会

運動能力アップのための土台を作ろう!!

- 日 程/ 2024年2月25日(日)、3月17日(日)
- 時 間/ 年中・年長 10:00~11:00  
小学生 11:30~12:30
- 定 員/ 少人数制 ※要予約
- 参加費/ 100円
- 場 所/ コアムーブ (那須塩原市宮町1-1)
- お問合せ/ コアムーブ (0287-61-4018)



詳細はこちら▶

▲Instagram

## 塩原湯けむり餃子祭り

昨年4年ぶりの復活を果たした「塩原湯けむり餃子まつり」が今年も開催決定!

宇都宮餃子会と塩原温泉のコラボによる人気イベントで、宇都宮餃子はもちろん、飲泉を使った温泉水餃子やドリンクなど、ここでしか味わえないグルメが並ぶほか、キッチンカーの出店、ゲームコーナーも設置予定あり!

- 日 程/ 2024年3月23日(土)、24日(日)
- 時 間/ 10:00~16:00 (24日は15:00まで) ※雨天決行
- 会 場/ 湯っ歩の里 (那須塩原市塩原602-1)
- 主 催/ 塩原温泉観光協会・協同組合 宇都宮餃子会
- お問合せ/ 塩原温泉観光協会 (0287-32-4000)



詳細はこちら▶



## 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ございません。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2024年4月26日発行。掲載ご希望の方は、2024年3月26日までにお送りください。

## 塩原もの語り館

### 塩原のんびり湯っくり雛めぐり開催中!

塩原もの語り館では、「塩原のんびり湯っくり雛めぐり」開催に併せて雛飾りを展示しています! 資料展示室に並ぶのは、なんと総勢700体前後のひな人形。それぞれの年代によって衣装や造形も異なる他、その豊かな表情も様々です。ざらりと並ぶお雛様の中から、お気に入りを見つけてください♪写真撮影もOKです!



### 塩原のんびり湯っくり雛めぐり

2024年2月3日(土)~3月17日(日)

温泉街周辺の約50施設に飾られたひな人形をめぐるスタンプラリー。スタンプ10個で素敵な和雑貨プレゼント!



詳細はこちら▶

那須塩原市民の方 入館料無料

## 資料展示室

大同元年(806年)に発見されてから1200年以上の歴史を歩み続ける塩原温泉。かつては宇都宮藩の湯治場として、さらに発展のターニングポイントとなった明治17年の新道開通後は皇族の方々や明治維新で活躍した華族たちの別荘地として有名になり、沢山の文人墨客が癒しを求めてやってきました。そんな塩原温泉の軌跡を伝える年表や、エピソードをお伝えする資料館です。雨や雪の日の立ち寄り場所としてもおすすめです。



営業時間 8:30 ~ 18:00  
年中無休  
展示室入館料:  
大人 ..... 300円  
65歳以上・小学生 ..... 200円  
【那須塩原市民の方無料】



## カフェレストラン 洋燈

のびのびとした広い店内で、ゆっくりランチはいかがですか? 目の前に広がる箒川を眺めながら、お友達やご家族とのお時間をお楽しみください! 喫茶だけの利用も大歓迎です!



営業時間 10:00 ~ 16:30 (L.O16:00)  
約60席 (団体予約可) 駐車場23台

## 売店

塩原温泉のお土産もどうぞ! 温泉水を使った化粧品、入浴剤、ご当地グルメの他、峠ステッカーや温泉むすめグッズも豊富です!



通販もやっています! 塩原温泉ものがたり▶



塩原もの語り館  
(塩原温泉観光協会)



▲塩原もの語り館 ホームページ



▲観光協会 ホームページ

塩原もの語り館  
☎ 0287-32-4000  
◎ 那須塩原市塩原747  
◎ 8:30 ~ 18:00  
◎ 年中無休



## 東京物語

×× 上京する際に、もう二度と栃木には戻らない、いや戻る場所もないと覚悟を決めていました。両親の亡くなった地への帰郷は夢と消えました。今では信じられないでしょうけれど寮ではなく、経営者の家族と同居という形で、住み込みの修行時代が始まりました。まもなく秋に理容学校の通信制に入學しました。昼間生徒の夏休みの空き教室を利活用して、一か月だけ学校に通い、他の月はレポート提出という制度です。働きながら学費を捻出して二年間通い、理容師免許を取得しました。

毎日、お店で掃除や練習に明け暮れていたある冬の日、ストーブに石油を補給してうっかりして、自分のズボンに石油をこぼしてしまいました。急いで片づけをしていて、ストーブに着火したところ自分のズボンにも、火が着いてしまい下半身が炎で包まれました。慌ててズボンを脱ぎ捨てましたが、両足の表面の皮膚がただれて燃え落ちました。激痛で転がるほどでした。その時のやけどの跡は今でも、黒く残っていますが、気にしていません。周りも気を付けろというだけで夜、布団の中で痛みと悲しさで泣きそうでした。

察しました。忘れられない日でした。

それ以降の東京での張りつめていた生活が楽になりました。たまのお休みの日は、妄想デートをしていました。この公園に来たらここで手を繋ぐ、お茶はあのお店に行き、帰りになんとかチュまで行きたいなあ。笑えますね。おかげで都内の公園の地理には詳しくなりました。次は男女ともにお客様がいるユニセックスサロンに勤務しました。とても技術レベルの高いサロンで、一から技術の研鑽に励みました。朝練も夜練もして店長と一緒にコンテストにも出場しまくりました。お金のかかる日々でしたが楽しい毎日でした。でもあまりに熱中していて、恋愛は連戦連敗でした。仕方ないよね。

懸命に働いていましたが、突然社長から解雇を告げられました。理由は先輩に逆らったからということでした。S先輩が、私が作ったコームを勝手に使い壊しました。謝り方が軽かったのと、何日もかけて作ったコームへの愛しさで悔しさで喧嘩になってしまいました。解雇はあまりにも理不尽だと思いましたが、諦めて職場を後にしました。後輩たちが後日こっそりお別れ会をやってくれたのが嬉しかったです。理不尽この言葉は、誰にも味合わせたくない心に誓いました。

静かに暮らしたいと世田谷の野沢の高級住宅地の中にある理美容室へ勤務場所を変えたのですが、すぐに前の店の店長から、あの時はチカラになれなくてすまなかったと連絡

×× 人の容姿をとにかく言う事はいけないことだと実感する事件でした。そこのご主人が病に倒れたので次の店を探しました。次は華やかな美容師の世界へと思い、青山の美容室へ入り、また通信制で美容学校に通いました。生活費が少なく先輩に相談したら、『バツ』というブランドの服を頂けるバイトがあったので喜んで引き受けました。一年間を通してバツの靴からバッグまで、もちろん服を着て通勤するという日々で、すごく助かりました。通勤中に周りからじろじろ見られるのは、いつのまにか快感に変わっていきま

した。技術を高めたくて、カット技術のほかに着付けやメイクアップまで様々な研究会に出席しました。余裕のお金もなかったので、実践の練習に東京都の児童施設や浮浪者の収容施設、精神病院などボランティアカットに通いました。そこの忘れられない場面があります。解放病棟の患者さんが庭のフェンスにしがみつき泣いていました。どうしたの？と聞くと「オレはバカだから、入院させられて以後、家族が一回も会いに来てくれない」と嘆いていました。ああ孤独とはなにか、自分のことを孤独だと感じていましたが、この方に比べれば。家族がいても感じる孤独のほうが辛いだろうと

があり、君を必要としている会社へ推薦しておいたのでオーナーと会ってみてと言われ早速行くと、50店もある理美容室チェーンに技術部長・新店開発担当として迎えられました。とてもやりがいのある職場でした。新店開発では新しく雇用した年上のスタッフたちに訝し気に見られました。技術を披露してリスペクトして頂き、フロントには丁寧な接客術をアドバイスして教育者として過ごしました。充実した毎日が永遠に続き、これからすこし恋愛も出来るかもと喜んでいたのも束の間、そこに、栃木の西那須野の叔母の訃報が届きました。人生は儘ならぬもの、大きな運命の流れに抗うことは出来ませんでした。悲しみに生まれ、失望を身にまとう人生が、続くのか、これでもかと押し寄せてくる嵐のなかへ向かっていきました。続く

(文 五番街代表 大倉太喜生)



hair design 五番街

TEL.0287-36-6811  
那須塩原市太夫塚6-232-213

ファイブエイト ロハスファーム オーガニックサルーン  
**58 LOHAS FARM**  
**“O”rganic Saloon**

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



いちごパフェ・いちごクレープ  
 各¥1,300(店内¥1,430/テイクアウト¥1,404)※数量限定

**摘みたてのいちごの美味しさを堪能♪**

自家農園(58 ロハスファーム)で採れた摘みたてのいちご(ロイヤルクイーン&とちあいか)をたっぷりを使用したパフェとクレープが大好評!! ロハスミルクジェラート入り  
 ▲ホームページで大満足! 店内わんちゃん大歓迎です♪



**58 LOHAS FARM “O”rganic Saloon**

☎0287-74-5800 ㊿無休

📍 那須塩原市塩野崎 184-7 那須ガーデンアウトレット内  
 🕒 平日10:00~19:00 / 土日祝10:00~20:00 (時期によって変動あり)

**フナヨシ洋菓子店**

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



**いちごスイーツ揃っています♪**

イチゴショート・とちおとめブラン・タルトフレーズ・いちごのパフェ(各種¥450~)など。いちごのパフェ(写真右奥)は、いちごプリン・パバロア・いちごゼリーの3層が楽しめます♪



**フナヨシ洋菓子店**

☎0287-36-2576

📍 那須塩原市南郷屋 2-146  
 🕒 9:00~19:00 ㊿不定休



こころときめく♡

**とちぎのいちご特集**

今が旬! 栃木のイチゴを味わいに出かけませんか?

各店自慢の特別な商品がそろいました。一口食べれば、自然と笑顔があふれます。

ファイブエイト  
**58ロハスクラブ**

いちご狩りと、採れたてのいちごをたっぷり使用したパフェやスイーツをご堪能ください♪

ベリーガーデンのイチゴ狩り **30分 摘み取り食べ放題**

- 2023年12月中旬~2024年5月中旬頃まで
- 10:00~16:00(最終受付 15:00) ※持ち帰り不可

子育て応援キャンペーン中!!

大人 (中学生以上)	小学生	小人 (3歳~未就学児)	3歳未満
¥2,750	¥2,200	¥0	¥0

58ロハスクラブではいちご狩りとピュッフェランチ or 空中アスレチックのセット割引開催中!  
 イチゴフェアとともにお楽しみください♪

**COUPON**  
 100円OFF  
 ※500円以上お買い上げで100円引き  
 ※1枚でお1人様1回限り ※2024年3月31日まで

**58 ロハスクラブ**  
 ☎0287-41-0058

📍 矢板市安沢 2180  
 🕒 ㊿火曜日(祝日の場合翌日)  
 ※各施設の営業時間はHPで確認を。 ▲ホームページ



普段買わないイチゴと摘みたてのイチゴの違いを存分にお楽しみください♡



いちごのワッフルプレート ¥1,500



高級品種「ロイヤルクイーン」と甘さ際立つ「とちあいか」  
 今年のいちごは抜群に甘くて美味しいです!

**【58 カフェ】**

(クラブハウス内)  
 🕒 10:00~17:00(L.O16:30)  
 🕒 毎週火曜日(祝日除く)



ケーキ屋さん **ポンポネット**



タルトフリユイ(6号)

**いちごを贅沢に使ったフルーツタルト♡**

たっぷりのいちごやフルーツ・甘すぎないクリーム・さくさくのタルトが楽しめる「タルトフリユイ」は絶品!!  
 ★コロネやシュークリームも人気です♪

**ケーキ屋さん ポンポネット**

☎0287-63-1130

📍 那須塩原市阿波町113-83 テナントFuji 1F  
 🕒 9:00~19:00  
 🕒 月曜日・第2火曜日(祝日の場合翌日振替)



カフェミウ  
**café miu**



とちおとめたっぷり おとめパフェ ¥900(税込)

**いちごたっぷり!! 最後までおいしいパフェ♡**

毎年大好評!! みなさまお待ちかねのパフェが今年もはじまっています♪「下の層まで楽しんでいただけるように」という店主さんの想いから、サクサクパイやカスタードクリーム・紅茶のパンナコッタなど「おいしい」が詰まった大満足の逸品です!

**café miu**

☎0287-47-4717

📍 那須塩原市下永田6丁目 1229-77  
 🕒 11:30~17:00(ランチ11:30~14:00)  
 17:00~20:00(完全予約制)  
 🕒 火曜日 & 第3月曜日





### どこまでもベリーハッピー♡

春限定「ポップンベリー ¥250(税込)」。  
 苺チョコでコーティングした柔らかぱんに、  
 甘酸っぱいとちおとめクリーム、相性の良  
 い木苺ジャム、軽〜いホイップの三重奏。  
 ぜひお試しくださいな♪



▲Instagram

malco  
 ☎0287-47-6105

📍 那須塩原市扇町 9-10  
 ① 営業日：火・水・金・土・第1・3日曜日  
 ② 10:30〜 売り切れ次第終了



### 種類豊富ないちごスイーツ♪

地元産いちごを使用した「ロールケーキ」  
 「ショートケーキ缶」「パンナコッタ」「タルト」  
 「マカロン」など♡ 2月3月のお菓子教室  
 は【苺のシャルロット】。生地から仕込み、苺のフロマ  
 ジュームスとラズベリームースの2層仕立てになります。

お菓子工房 アトリエG  
 ☎080-2598-4745

📍 那須塩原市西三島3-183-158  
 ① 10:00〜19:00  
 ② 月曜日(その他、臨時休業あり)



### 自家製ドライいちごを使用!

「いちごコッペ」と「いちごのクロワッサン」は  
 実は兄弟。店内で作ったいちごのドライ  
 フルーツとその副産物のいちごシロップを  
 それぞれ練り込んでいます。  
 いずれもファンの多い人気のパンです♪

パン屋 麦ぼうし  
 ☎0287-73-8082

📍 那須塩原市鍋掛1085-883  
 ① 8:30〜17:00(なくなり次第終了)  
 ② 毎週月曜日

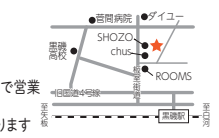


### いちご三味のご当地パフェ

いちごの美味しい季節限定のリビングストン名物!  
 たっぷりのいちごといちごアイス。ジュレとムースの間に  
 は杏仁豆腐を入れて、さっぱりと仕上げています。  
 店内ワンちゃんと一緒にご利用できます♪

Livingston Cafe  
 ☎0287-63-8025

📍 那須塩原市高砂町 6-21  
 ① 11:00〜18:00 金・土は21:00まで営業  
 ※それ以外の夜カフェは要予約  
 ② 水・木曜日 ※貸切・パーティー承ります



### 旬のいちごと自家製生クリームが相性抜群! おやつにも手土産にも自分へのご褒美にも

厳選された産地の旬のフルーツを、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。  
 本気で焼き上げたクレープ生地で、自家製生クリー  
 ムとフレッシュなフルーツを包み込んだクレープも  
 おすすめ! 旬のいちごをお楽しみください♪

独自の製法で丁寧に焼き上げた焼きいもは「ねっ  
 とり柔らか」。冷やして食べても、温めて食べても  
 good! 特製冷やし焼きいもをつかった「いもサン  
 ド」もおすすめです♪

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  
 ① 9:00〜18:00 ② 不定休



すべて自家製  
 手作りへのこだわり

いちごサンド ¥550(税込) など



特製クレープも大好評!!



冷やし焼きいも  
 そのままでも♪電子レンジで温めても♪

shojiro  
 ☎0287-36-0151

📍 那須塩原市五軒町 5-9  
 ① 10:00〜  
 ② 日曜日



▲Instagram



### 今が旬の苺を楽しもう!!

苺の生産量日本一のとちぎには、とちおとめ  
 以外にも何種類もの苺があります。ガレット  
 でも3種ほど扱っており、購入の際は気にか  
 けて見るのも楽しいかもしれません。  
 春らしいケーキをお楽しみください♪

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  
 ① 10:00〜19:00  
 ② 水曜日



▲Instagram



### パンのびっくり箱!! サプライズにも♡

食パンの中にサンドウィッチをつめた『パン  
 シュープリーズ』。パーティーや贈り物に♡  
 お惣菜サンドとフルーツサンドのハーフ&  
 ハーフも可能です! MAXでフルーツサンド  
 14カット分入ります! ※完全予約制 ※具材により価格変更あり

lea momona  
 ☎0287-47-7201

📍 那須塩原市下永田 3-4-271  
 ① 11:00〜19:00  
 ② 月・火曜日



# 当たり前なんかじゃない みんなすごいのだ！



「人を傷つけることだけは絶対にしない」、「勉強は算数と国語だけ頑張る」、「うまくならなくても何かしら運動はする」。二〇二四年の目標、ではなくて、これはまもなく小学校を卒業する次男の六年間の目標でした。

「全員同じことをするのが当然」とする集団生活への拒否反応から小学校に入学してまもなく、心因性難聴になった次男。耳からの指示が入りづらいという特性を持っていることも分かり、その上IQも低いし、運動でもなんでも、何をやってもうまくできないと病院で言い渡された小学校生活のスタートでした。

整理整頓ができない、忘れ物がひどい、丁寧に書けない、態度がでかいなど、直すべきことは数えきれないし、これらのことももちろん注意してきましたが、核としていたことは冒頭の三つの目標。目標を絞り、腫れ物扱いもせず、期待もせず、六年間見守ってきました。

やるのが当然」とされることを「当然」だと受け取らない次男が私のところにやって来たことは、「当たり前」のことなんかないと、教えるためだったのかも知れません。

長男は学校行事に全身全霊を注いで盛り上がるタイプだったのですが、それって当たり前じゃなかった、楽しくて素敵なことだった！運動会も音楽会も乗り気じゃない次男のおかげで今頃気づきました。

中三の夏にタイから帰国した長女は普通なら気の重い編入時期だろうに、一日目から誰とでも仲良くし、環境の変化への異様な強さを見せました。それも当たり前じゃない、拍手を送らねば！友達に嫌な思いをさせていないか、ヒヤヒヤさせられる次男のおかげで気づけました。

次男はやりたくないことは断固としてやらないし、やりたいことはやってはいけない場面でもやってしまう性分。「欲望に素直すぎるオトコ」と

すると、できるようになりましたよ、特に算数。クラスでは分からない友達に教える側にまわっています。国語は得意というまではいきませんが、内容さえ面白ければ大人用の本も読むようになりました。本が読めるようになることが国語を頑張らせた理由です。これから先、何かを知りたいと思った時に、難しめの文章を読む力とそれを母国語で考える力があれば、いつでも学べるからです。やればできるようになるものでしたよと、一年生の時に診察してくださった医師に報告したいくらいです。

何より、勉強が大嫌いで苦手意識があった本人の自信になりました。自信がついたことで、心因性難聴が治ったのかなとも思っています。

私は自分自身が、学校の先生の指示に何の疑問も持たず、言われたことをそつなくこなす子供でした。だから自分を基準にして子供たちを見てしまっていたのですよね。「全員

家で呼ばれています。家でも学校でも怒られてばかり。でも全然めげない。評価も人の目も気にしないことは、ちょっとうらやましいくらい。なぜか次男はまじめな子からいつも慕われてきて、それが不思議だったのですが、優等生タイプからすれば、自由へのあこがれなのでしょうかね。

それに、やりたいことをやる、やりたくないことはやらない、というのは本質を突いているのかも。頭がこんがらがっちゃった時には、しがらみとか人の目とか一回全部忘れてシンプルに。やりたいのかやりたくないのかで決めたら気持ちいいですね。すごいじゃないか、次男！



文・写真  
小宮華寿子  
二男一女の母で  
編集者。「ブラジルの  
ジュエリーと世界の手仕事ワーク  
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  
らゆらゆれる北欧風手作りモビール」  
(ネコ・パブリッシング)を監修。

# 迷子犬のお知らせ

那須ハイランドパーク付近で迷子になりました。



迷子になった日付 **2023-10-28**

迷子になった場所 **那須ハイランドパーク**

名前 **ルリ子**

年齢 **9歳**

## 特徴

赤い首輪・丸い迷子札つきのページの中型犬。豊原付近で1/12に目撃されました。皆様ご協力いつもありがとうございます。

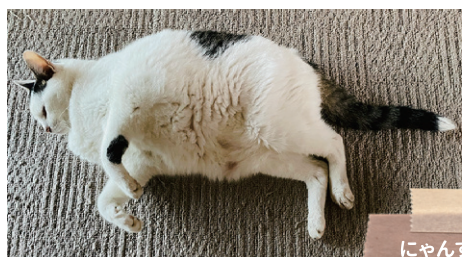
見かけた方は下記までご連絡をお願いします。  
電話 090-6046-9804 (村上)

ココちゃん(上) チャーくん(下)  
1歳♀ 10歳♂  
雑種 雑種



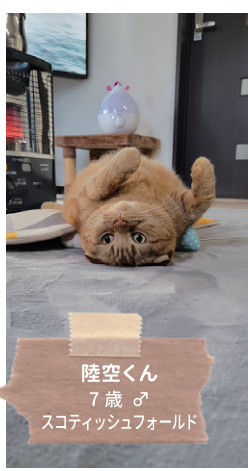
『二人で一緒にひなたぼっこ〜』  
大田原市 タカヤンさん

『枕にしたい猫♡』



大田原市 ぼびさん

『ストーブの前は僕の陣地  
思わずヘソ天』



陸空くん  
7歳♂  
スコティッシュフォールド

那須塩原市 まりんさん

『猪苗代湖でキャンプ楽しみました!』



テン  
0歳4ヶ月♂  
ホワイトシェパード

宇都宮市 マッチョさん

『お誕生日おめでとう♪』



那須塩原市  
あやぬんさん

ゆう(左) きたろう(中) 愛葉(右)  
10歳♂ 12歳♂ 14歳♀  
チワワ チワワ ペキニーズ

# みてみて うちの子

vol.33

ペット紹介コーナー

『迷い猫で2カ月の頃に家族として迎えました★やんちゃですが、ごはんのときはきちんとおてをします(笑)』



那須塩原市  
アスカコアラさん

チョコ  
1歳♀  
キジトラ

COUPON P.29  
ドッグランご利用で  
サービス

**ドッグヨガ+ドッグマッサージ**  
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。

2/18日 3/17日 4/21日 5/19日 6/16日

場所: 那須ドッグパーク  
時間: 10:30~  
参加費: 2,500円  
講師: 墨谷真理江先生

しつけ教室  
開催中!

オープンキャンパス 年齢・学年不問  
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**

春休み、ゴールデンウィークの  
ご旅行のペットホテル 受付しております。

ペットホテルの特徴  
・ワンちゃんは朝夕の散歩付き  
・猫ちゃんもお預かりOK! ・送迎いたします

スタッフ募集!!

トリマー・ドッグトレーナー・一般スタッフ募集  
アットホームな職場です。動物が好きな方、集まれ~!

●猫ちゃんわんちゃんペットシッターもご利用いただけます。  
(神経質な猫ちゃんにおすすです)

●しつけ教室、しつけの相談なども承っております!

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

【登録番号】栃木県動物検定所 06 第088号 【種別】獣医 【登録番号】栃木県動物検定所 06 第0113号 【種別】獣医 東武デパート ●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!

とってもお得な  
**POKUPOCOUPON**

※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

- Recommended books -

書店員が  
教えてくれた  
**おすすめの本**

「大ピンチずかん」  
鈴木のりたけ ① ②  
小学館刊



日常生活の中で起こる様々な大ピンチを「大ピンチレベル」と「なりやすさ」で分類し紹介しています。さらに、その大ピンチの対処方法や、類似のもの、連鎖で起こりうるものなどを紹介。これさえ読んでおけばどんな大ピンチに襲われても怖くありません。ぜひお子様と一緒に、大笑いしながら読んでみてください。



**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

**POKUPOCOUPON** (p.15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**

**POKUPOCOUPON** (p.12掲載)  
セグロラ那須サロン  
頭皮ヘッドスパ60分 ¥2,000引き  
(通常¥6,000 → ¥4,000)

**POKUPOCOUPON** (p.6掲載)  
イースト&ウエスト  
カフェレストラン EAST&WEST  
ソフトドリンクサービス

**POKUPOCOUPON** (p.21掲載)  
フナヨシ洋菓子店  
1,000円以上お買い上げの方  
**100円引き**

**POKUPOCOUPON** (p.12掲載)  
運動能力発達&競技力向上専門スクール  
コアムーブ  
入会金無料 (通常¥5,500)

**POKUPOCOUPON** (p.7掲載)  
Pizzeriaぴっころる-じゅ 大田原店  
ランチタイム 200円引き  
ディナータイム 500円引き

**POKUPOCOUPON** (p.21掲載)  
58 LOHAS FARM  
“O”rganic Saloon  
ファイブアイト  
ロハスファーム  
オーガニックサルーン  
1,000円以上お買い上げの方  
**100円引き**

**POKUPOCOUPON** (p.13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

**POKUPOCOUPON** (p.7掲載)  
GOLF&POOL BAR  
salão calmo サラオン カルモ  
①ビリヤード or ②シミュレーションゴルフ  
**30分無料券**

**POKUPOCOUPON** (p.21掲載)  
ファイブアイト  
58 ロハスクラブ  
イチゴ狩り・レストラン・カフェ  
**100円OFF**

**POKUPOCOUPON** (p.13掲載)  
イザカヤ サウテ  
創作料理 Izakaya Cava  
ご宴会コース4名様以上ご利用に限り  
**飲み放題 30分延長**

**POKUPOCOUPON** (p.8掲載)  
ダイニングカフェ コシヨネ  
お持ち帰りオードブル  
**200円引き**

**POKUPOCOUPON** (p.22掲載)  
リビングストーンカフェ  
Livingston Cafe  
お食事の方  
**プチデザート サービス**

**POKUPOCOUPON** (p.14掲載)  
中華居酒屋 アジアン食堂たかよし  
ソフトドリンク 1杯サービス

**POKUPOCOUPON** (p.8掲載)  
びっくりドンキー 大田原店  
①【大田原店】限定  
ご飲食代10%OFF券  
※テイクアウト利用OK  
②【大田原店】限定  
トースト3種  
100円OFF券

**POKUPOCOUPON** (p.22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**

**POKUPOCOUPON** (p.15掲載)  
きずな亭  
対象メニューご注文の方  
**韓国のみ 1パックプレゼント**

**POKUPOCOUPON** (p.9掲載)  
かつどん 柏屋  
かつどん 50円引き  
(本店のみ)

**POKUPOCOUPON** (p.22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**

**POKUPOCOUPON** (p.15掲載)  
～公園近くのレストラン～  
Petit Lapin プティラパン  
ありがとうプラン  
お一人様 **¥1,000+税**

**POKUPOCOUPON** (p.9掲載)  
ファーマーズテーブル  
Farmer's Table 618  
ドリンク サービス

**POKUPOCOUPON** (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**

**POKUPOCOUPON** (p.15掲載)  
ダイニングキッチン  
CIELO BLU チェロブルー  
ライスコロッケ サービス

**POKUPOCOUPON** (p.9掲載)  
camera life K24  
LINE登録いただいた方  
**初回 5,000円割引**

# 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）・Kabaco・kitchen hazuki・ハーモニーホール・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版社・整体院 Dan・NASU FARM VILLAGE・マニワ薬局・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・きらり佐久山農産物直売所

## 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・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)・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・西那須野図書館・タカダ 本店・ヘアスペース ハーティー・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)・セグロ化粧品・ドコモショップ西那須町店・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・アップル西那須野店・いい部屋ランドリー西三島店・MOCO

## 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・湯つ歩の里・Shiobara Diner N

## 那須塩原

(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・ファミリーマート(上厚崎店・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・数島・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・いい部屋ランドリー住吉店・エコカーレンタカー那須塩原

## 那須町

ダイユー(那須高原店・黒田原店)・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・あかうはーど・那須町図書館・ベル フルール・ベルネッタ・ひるま整体・ペーブルクーパー・たぬっぼ・カワチ薬品(那須高原店・黒田原店)・ホテルエピナール那須・カーステーションKOHARU

## 矢板市

道の駅 やいた・58口ハスクラブ・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 **高根沢町** 道の駅たかねざわ元気あつぷむら

## 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>● お食事の方に限り</li> <li>● 1枚で2名様まで</li> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>	✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● お一人様一回限り</li> <li>● 有効期限：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>	✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</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>● 店内飲食に限る(テイクアウトは対象外)</li> <li>● 有効期限：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>	✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>	✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1枚で1名様限り</li> <li>● 他券併用不可</li> <li>● 有効期限：2024年3月31日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>
✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1時間以上プレイしていただいた方対象</li> <li>● ①ピリヤード：1枚で4名様まで</li> <li>● ②シミュレーションゴルフ：1枚で6名様まで</li> <li>● 有効期限：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>	✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</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：2024年3月31日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>
✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 他クーポン・サービス等との併用はできません</li> <li>● 有効期限：2024年3月31日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</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：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>	✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 500円以上お買い上げで100円引き</li> <li>● 1枚でお1人様1回限り</li> <li>● 有効期限：2024年3月31日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>
✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ①②どちらかのサービスをお選びください</li> <li>● P29のクーポンを切り取り、会計時にお渡ください</li> <li>● 1組様1回限り有効</li> <li>● 他の割引との併用不可</li> <li>● 有効期限：2024年3月31日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>	✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● お食事の方に限り(ランチ・ディナー)</li> <li>● お1人様1杯限り</li> <li>● 有効期限：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</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：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>
✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</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：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>	✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 韓国フェア期間中、対象メニューをご注文の方に限り</li> <li>● 有効期限：2024年3月29日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>	✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● お一人様1回1枚まで</li> <li>● 有効期限なし</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>
✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● お食事の方に限り</li> <li>● 1枚で2名様まで</li> <li>● 有効期限：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>	✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ご予約の際に「ぼくぼく見た」と一言</li> <li>● ドリンクは各種アルコール・ノンアルコール・ソフトドリンクなどから1ドリンク</li> <li>● 有効期限：2024年3月31日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</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：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>
✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有効期限：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>	✂	<p><b>POKUPOKUCOUPON</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● チケット持参に限る</li> <li>● 有効期限：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</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：2024年4月26日まで</li> </ul> <p>POKUPOKU vol.34 2024 春号</p>



年間購読  
のご案内

## 毎号ご自宅にPOKUPOKUをお届けします!

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

●年間郵送料金 / 1,200円 (税込・年間5冊・送料込)

### お申し込み方法

郵便振替 ※郵便局で扱っている払込書を使用郵便振替用紙に下記の必要事項をご記入の上、年間購読料1,200円を添えて、お申込みください。

- ・口座番号 / 00220-6-139610 ・金額 / 1,200円 ・加入者名 / POKUPOKU
- ・払込人住所氏名 / あなたの [ 郵便番号・住所・氏名・電話番号・メールアドレス・〇年〇月発行号から希望 ]

※発行日前日までに発送させていただきますが、やむをえない事情で遅れる場合もございます。ご了承ください。  
※1口1冊までとさせていただきます。

郵便はがき

3 2 9 2 7 9 1

恐れ入りますが  
63円切手を貼って  
お申し込みください。

2024年4月26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 検索 ▶ poku-poku.net

公式サイトなら、

便利!

最新号・  
バックナンバー

も見れます!

スマホなら、

楽チン!

クーポン  
が使えます!

### 【個人情報取り扱い・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きます。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。

読者投稿コーナー

poku poku hiroba  
ぽくぽくひろば

## 男がいい

**男** 性の方が人間関係が難しくなさ  
そうだから。メイクなどしなくて  
良いから (朝が苦手なので…笑)

(かすみん 20代女性)

**坊** 主になりたいです。髪の手入れが  
めんどろ、坊主が楽だから。

(ババロア 60代女性)

**イ** ケメンになってモテたい (笑)

(しーちゃん 40代女性)

**女** 性を支えてみたいです。

(さくら 50代女性)

**楽** だから (女性は子供産んだり生理が  
あったり大変)

(50代男性)

**自** 分はスポーツが好きで、負けず嫌い  
でした。どうがんばっても男の子にス  
ポーツで勝てませんでした。だから男の子  
がいいです。

(あっちゃん 30代女性)

**化** 粧などの準備に時間をかけず  
に出かけられるから!

(koron 30代女性)

**無** 駄に群れないし、思ってもいない  
お世辞を言わなくても良いから。

(まあ 女性)

**女** 人禁制の山に登りたいから!

(そこらへの草持 20代女性)

今回のテーマは…

## もし生まれ変わるなら… 【男】と【女】どっち?

## 女がいい

**お** しゃれしたりメイクしたりと楽しめる  
るので。産む喜びは男性ではでき  
ないの。

(さゆちゃん 50代女性)

**出** 産の感動をもう一度味わいたい。

(しろ 50代女性)

**ス** イーツの食べ歩きが好きなので、周  
囲の目を気にせずお店に行けるから。

(40代女性)

**お** 金持ちと結婚したい。

(40代男性)

**男** は一家の大黒柱として強くたく  
ましく、仕事も必死にしないと  
いけないから。

(50代女性)

**子** 供を産めるので。大変なことやツライ  
ことも多いけど、その分感動も大きい。

(30代女性)

**お** 化粧も楽しいし、ヘアセット、  
ファッションも楽しいので。  
女子会 (食事会) も大好きです。

(50代女性)

**や** はりかわいい服が着たいから

(40代女性)

**お** しゃれしたり女子会したり  
ずーっとおしゃべりして推し  
にキヤーキヤーしたいです。

(りんご 30代女性)

まだまだほかにもたくさんの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。

クイズに答えて賞品をGET!!

# 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?

応募締め切り 2024年4月26日 消印有効

右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、5月中旬頃になります。



掲載  
p.4-5

# 1

お食事券 1,000円分

寿司処 ひまわり

2名様



# 2

お食事券 1,000円分

Italian Cafe Belnetta ベルネッタ

2名様



掲載  
p.2

# 3

ペア宿泊券

乃木温泉ホテル

ペア1組  
2名様



掲載  
p.2

※写真はイメージです

# 4

和食会席料理ご招待

乃木温泉ホテル

ペア2組  
4名様



掲載  
p.15

# 5

お食事券 1,000円分

きずな亭

3名様



# 6

お肉3点セット(1,620円相当)

※種類がたくさんあるので、どのお肉が届くかは  
お楽しみにお待ち下さい。※ホルモン含む

おいしい肉屋さん 西那須野店  
那須塩原市西富山110-1 TEL.0287-47-4141

2名様

### 編集後記

まだまだ寒い日が続いていますが、日差しは春らしくなってきました。2024年、私の今年の漢字一字は『整』にしました！2024年は『整』える1年にしたいと思います！

2017年にPOKUPOKUを創刊してからというもの、仕事のこと、家のこと、子供のことに追われ続け、部屋も心もそして体調も乱れっぱなし(笑)まずは『身体』を整え、『家』もキレイスッカリ、『POKUPOKU』も体制を整える1年にしたいと思います。

最近、お気に入りの言葉があります。専念寺のネコ坊主さんのこんな言葉。

『今日も生きてた。それだけでみんな百点満点やな』  
何もしなかった1日も、この言葉を見ると「こんな1日もまいったか」と思えます。他にも好きな言葉を挙げようかと思ったんですが…娘に「病んでる人みたい」と笑われたのでこの辺でやめておきます(笑) 現在高2の娘。高校卒業後は東京へ行く予定です。一緒に暮らせるのもあと1年なのかと思うと複雑な親心です。

話は戻りますが、身体の為に私がまず始めたことは睡眠です。平均睡眠時間4時間を6時間目標に!あと運動!ようやく人間らしい生活に戻つつあります。 秋本知佳子

次号のぼくぼくは...

# POKUPOKU

## 2024年 初夏号

2024

# 4/26(金)発行!!

次号はゴールデンウィーク直前の発行です!

私も大好きな季節です!初夏にぴったりの情報をお届けします。お楽しみに!

vol.035 : 2024 初夏号

※発行日は、予告なく変更する場合があります。

POKUPOKU 034号 2024.02.15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

HP : http://poku-poku.net

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.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(寿司処ひまわり)  春のおすすめ情報  
 ヘップバーンに恋して(連載コラム)  いちご特集  
 ぶかぶか漂う(連載コラム)  ペット  ぼくぼくひろば  読者プレゼント

- 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。

- 最近感動して涙を流したことはありますか?

- 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:

スマートハイムシティ美原

太陽の光で暮らせのお家  
できました!

小学校そばなので  
安心&安全な通学環境

西原小学校まで  
徒歩 4分

ヨークベニマル  
大田原店まで約 1.5 km

街の暮らしも  
自然とのふれあいや  
両方楽しめよ



BBQ、アウトドアリビングが  
楽しめよパーゴラつせ

広域案内図



所在地：大田原市美原三丁目  
3365-59 北

GoogleMapで  
場所を確認



付近案内図



スマートハイムシティ美原

物件情報

物件の最新情報は  
こちらでご確認  
いただけます



[https://t816.jp/shc\\_mihara/](https://t816.jp/shc_mihara/)

随時見学予約

見学ご予約

受付中



[https://t816.jp/cp/estate\\_form/](https://t816.jp/cp/estate_form/)

坂本セキスイハイム株式会社  
那須塩原展示場

那須塩原布三島1-39

CRTハウジング那須塩原総合住宅展示場

TEL: 0287-38-0055