

# こおりやま情報 FREE

## koriyama.co.jp

JOJO  
39<sup>th</sup>

Facebook こおりやま情報 Instagram こおりやま情報 THANKS

#楽都郡山 #郡山地ウイスキー #郡山ブラック #日本三大まんじゅう

ご自由にお持ちください 無料  
2021年 1 月号  
毎月25日発行  
vol.482

街ネタタウン情報  
プレイガイド  
ライフピックス  
みな伝  
郡山住まい情報  
レシぴ情報  
ぽるたーた

衛星授業では物足りないキミに。

完全  
1対1

### 大学入試対策

- ✓ 医学部/数・英・理対策
- ✓ 東北大二次対策
- ✓ 共通テスト対策(科目別)

## KATEKYO学院

お問い合わせは  
024-935-4488 まで

### 福テレ

#### テレポートプラス

月曜～金曜 16:40～19:00  
土曜 17:30～18:25  
平日16時台「キャッチ!」コーナー担当  
土曜MC/幡谷明里アナウンサー



こおりやま情報  
特集

# 2021年初詣&年賀

## こおりやま 日帰り温泉

パート1

### 初物七十五日

はつもの  
しちじゅうごにち

『初物七十五日』とは、「初物(はつもの)」を食べると寿命が七十五日延びるといふ、昔から伝わることわざです。  
初物といえば、今年も「新あずきの柏屋薄皮饅頭」の季節がやってきました。  
コロナ禍の今だから、『初物七十五日』の縁起にもあやかりたいものです。

小豆にはアンチエイジングに良いといわれるポリフェノールや、食物繊維など身体に良い、栄養分が豊富に含まれていて、『初物七十五日』もまんざら、験担ぎだけではないのかもしれない。

みずみずしく、力強い香りは、一年で今だけ味わえるおいしさ。「新あずきの柏屋薄皮饅頭」ぜひ、この季節、お見逃しなく。

日本三大まんじゅう

## 柏屋薄皮饅頭



一年で今だけ『新あずき』

2021年1月下旬まで  
予定より早く終了する場合がございます。



柏屋オンラインショップ  
www.usukawa.com

創業五十年 柏屋

# 今なら礼金サービス&仲介手数料ナシ!

★お家賃、ご相談ください★



ホームページはこちら

**モニター付インターホン**

★ **富久山町久保田**  
1K(洋11.2、K4.3)

- 共益費/なし ●駐車場/1台分付無料
- 敷金/2カ月 ●礼金/2カ月分サービス
- 仲介料/なし ●即日入居可
- 給湯・シャワー・エアコン・シャンプードレッサー・洗浄便座・モニター付インターホン・BS

家賃月額 **47,000円** 洋室広々11帖

**追焚・ガスファンヒーター付**

★ **富久山町久保田**  
1LDK(和6、LDK12.26)

- 共益費/なし ●駐車場/1台分付無料
- 敷金/2カ月 ●礼金/2カ月分サービス
- 仲介料/なし ●即日入居可
- 追焚給湯・シャワー・エアコン・シャンプードレッサー・洗浄便座・ガスファンヒーター・BS・モニター付インターホン

家賃月額 **48,000円** ベランダ広め

**ペット可・アクセントクロス**

★ **八山田3丁目**  
2DK(洋6×2、DK5.5)

- 共益費/なし ●駐車場/1台分付無料
- 敷金/2カ月 ●礼金/2カ月分サービス
- 仲介料/なし ●即日入居可
- 追焚給湯・シャワー・エアコン・洗浄便座・モニター付インターホン・BS・カードキー・2F角部屋

家賃月額 **55,000円** 洋室のみ

**コンビニ近く・アクセントクロス**

★ **八山田6丁目**  
2DK(和6、洋6、DK6)

- 共益費/なし ●駐車場/1台分付無料
- 敷金/2カ月 ●礼金/2カ月分サービス
- 仲介料/なし ●即日入居可
- 追焚給湯・シャワー・エアコン・BS・2階

家賃月額 **45,000円** 追焚付

**ガスコンロ・追焚付**

★ **八山田2丁目**  
2DK(和6、洋6、DK6)

- 共益費/なし ●駐車場/1台分付無料
- 敷金/2カ月 ●礼金/2カ月分サービス
- 仲介料/なし ●即日入居可
- 追焚給湯・シャワー・エアコン・ガスコンロ・モニター付インターホン・BS

家賃月額 **45,000円** モニター付インターホン

**追焚付**

★ **八山田3丁目**  
2DK(和6、洋7.5、DK5.5)

- 共益費/なし ●駐車場/1台分付無料
- 敷金/2カ月 ●礼金/2カ月分サービス
- 仲介料/なし ●即日入居可
- 追焚給湯・シャワー・エアコン・洗浄便座・インターホン・BS

家賃月額 **48,000円** 1階

**スーパー・コンビニ近く**

★ **八山田3丁目**  
2LDK(和7、洋6.5、LDK11.6)

- 共益費/なし ●駐車場/1台分付無料
- 敷金/2カ月 ●礼金/2カ月分サービス
- 仲介料/なし ●即日入居可
- 追焚給湯・シャワー・エアコン・シャンプードレッサー・洗浄便座・モニター付インターホン・トランクルーム・BS

家賃月額 **57,000円** 最上階

**テナント・288号線沿い**

★ **富久山町久保田**  
オープン(16.36坪)

- 共益費/5,000円
- 駐車場/別契約3,300円
- 敷金/3カ月 ●礼金/2カ月
- 仲介料/なし ●即日入居可
- トイレ・流し台・照明器具
- 整体院・事務所向き

家賃月額 **144,000円**(税別) 東邦銀行斜め向い

- ★印の物件は当社で直接ご契約頂くと仲介手数料0円です。
- 防犯上、鍵は入替前にボックスごと新品に交換しています。
- 当社の管理アパートは全て入居される方が変わること、ハウスクリーニングと室内完全消毒を行っています。



当社で直接ご契約の方には  
ミニストップファストフード無料券と  
おそうじスリッパをプレゼント!

☆富久山町・八山田の物件をメインに管理しています



いかす不動産、そだてる資産

**KUBOTA** 株式会社 **久保田不動産**

郡山市八山田 5-12 メインビル八山田

TEL.024-932-8787 FAX.024-939-7520

◎9:00~18:00 (日祝、12/29午後~1/4(年末年始休業)) http://kubota-f.com

日本賃貸管理協会会員・全国宅地建物取引業協会会員  
福島県知事(7)第20508号



プレゼント  
**Present**

ケータイからの応募はコチラ




**1** 笹の川 春酒 純米吟醸 生酒 (720ml) 1本 <2名>



季節限定の「春酒 純米吟醸生酒」。しぼりたての純米吟醸生酒で、米、米麹だけで仕込んでいる。720ml入り参考小売価格1,380円(税別)。

提供/笹の川酒造  
TEL024-945-0261

**2** ますや本店 中華そば 郡山ブラック 2食入り <2名>



「ますや本店 中華そば 郡山ブラック 2食入り」(540円)が新発売。生麺2食入り、スープ付き。製造者は、「あらい屋製麺所」。郡山のお土産としてもおすすめ。

提供/ますや本店 台新店

**3** こおりやま情報グルメBOOK「郡山で会食2021」 <1名>



こおりやま情報グルメBOOK「郡山で会食2021」は、特集「今話題の福島一辛口・いち」や「963ウイスキー」リニューアル情報など。個室の有無など店探しに役立つ情報が掲載。

提供/こおりやま情報編集室  
TEL024-922-3131

**4** 欧風バルde PETIT GREEN「金券1,000円」※ディナータイムのみ利用可 <ペア3組>



欧州三ツ星レストラン出身シェフによる、カジュアルイタリアンとフレンチの店「PETIT GREEN」。ワインも市内屈指の品揃え。月曜から木曜の平日夜のみ利用可。要予約。

提供/欧風バルde PETIT GREEN (プチグリーン)  
TEL024-934-8899

**5** カーコーティング「アークバリア21」新車2万円優待 <2名>



ガラス100%のカーコーティング「アークバリア21」は10年保証。洗車機で洗うだけで、車はピカピカに。通常価格より2万円優待。(新車限定となります)

提供/タキタ自工  
TEL024-958-2316

P11のアンケート&投稿用紙を切り取りハガキに貼って、アンケートとみな伝投稿に記入してご応募ください。FAXからの応募は、P11のみな伝投稿FAX用紙を切り取ってお使いください。

あて先  
〒963-8004 郡山市中町14-19 YSビル3F ケイシイシイ(株) こおりやま情報FREE係

プレゼント応募締切  
令和3年1月4日(月) 当日消印有効  
当選発表  
賞品の発送をもってかえさせていただきます。

個人情報の取り扱いについて  
ご記入、ご入力頂きましたお客様の個人情報は、本誌読者プレゼント、読者統計調査のみに利用するものであり、本誌以外での利用はいたしません。またお客様の同意なしに個人情報を、第三者に開示、提供することはありません。当社は個人情報保護法及び関連するその他の法令、規範を遵守し、お客様の個人情報を適切に取り扱います。

発行/ケイシイシイ株式会社  
〒963-8004 郡山市中町14-19 YSビル3F  
TEL 024-922-3131 FAX 024-922-3138

タキタ自工 創立55周年記念 GO!GO!キャンペーン

オイル交換 完全予約制

**50% OFF**

1日6組限定 予約は、WEBまたはお電話で!

TEL 024-958-2316 タキタ自工 総務

郡山市日和田町字北俣30番地5  
営業時間/9:00~18:00 定休日/第1・3水曜、祝日

**笹の川 味のある店**  
WHAT A WONDERFUL SHOP IT IS!

オーバーザチャコール ローカル  
**OVER THE CHACOL LOCAL**



私がおすすめします。  
笹の川 福島一辛口 いち 1合 900円  
シェフ 山口さん

大辛口の日本酒「いち」は、当店の肉料理に合いますので、お客様にも喜ばれています。



▲「グリルプレート」(税別2700円)は、豚ロース、鴨ロース、牛ランプの3種盛合せ  
新さくら通り沿い堤にお店があります。シェフの得意料理は、シーズンごとになる肉料理「グリルプレート」です。さらに、Tボーンステーキやトマホークステーキも評判です。肉や魚を用いたコース料理は、料理3,500円(税別)からご用意。笹の川酒造の日本酒は、「いち」と「佳撰」が味わえます。

郡山市堤2-20 堤ビル5号 ☎024-953-5447  
🕒 17:00~23:00 🗓️ 月曜(祝日の場合は翌日) 📍 有

お酒は20歳になってから楽しく適量を。妊娠中・授乳期の飲酒はお控えください。飲酒運転は禁止されています。空きビンはリサイクル。

今月のおすすめの酒

季節限定 春酒 純米吟醸生酒

しぼりたての純米吟醸生酒です。フレッシュな味わいをお楽しみください。



720ml 1,380円(税別) (参考小売価格)  
●お近くの酒販店でお求めください。

**笹の川酒造株式会社** 郡山市笹川一丁目178 http://www.sasanokawa.co.jp

**ラジオ福島「笹の川 味のある店」** 毎週第2・4水曜 14:45~14:49 好評放送中

●弊社製品をお取り扱い頂き、ラジオ番組にご出演を希望される方は、024-945-0261までご連絡ください。

# 街ネタ タウン情報



Madhi Neta

## 寒い日に温まる一杯 “濃い味みそ”

西ノ内店限定“濃い味みそ”は、あっさり系で知られる「あさくさみそラーメン」よりもスープの濃度や味が濃いため、味わい深い“こってり系みそ”。体の芯から温まる寒い日にも最適な一杯。トッピングに味付たまご(105円税別)もおすすめ。「濃い味しょうゆ」(707円税別)もあり。



▲西ノ内店限定「濃い味みそ」(755円税別)

## あさくさらーめん西ノ内店 TEL024-921-7088

【住所】郡山市西ノ内1-2-2K's ガーデン1F  
【営業】11:30~L015:00、17:00~L019:30 ※材料なくなり次第終了  
【休】金 【P】有(50台)  
【URL】<http://www.kknet.com/asakusa-ra-men/>



## 初物七十五日「新物あずき」の 「柏屋薄皮饅頭」発売中

「柏屋」では、令和2年に収穫した「新物あずき100%」の自家製あんで作った「柏屋薄皮饅頭」を期間限定で発売中。「初物を食べると寿命が七十五日延びる」ということわざにあやかり、縁起を担いで、新物あずきの柏屋薄皮饅頭を食べると、何かいいことが起こるかも?最寄りの柏屋各店で。



▲新物あずきの薄皮饅頭は1月下旬まで発売予定

## 開成柏屋

TEL024-922-5533

【住所】郡山市朝日1-13-5  
【営業】9:00~19:00  
【休】無 【P】有(43台)  
【URL】<https://www.usukawa.co.jp/>

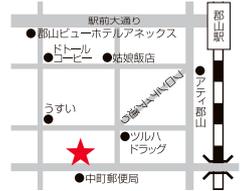


## 『郡山で会食2021』 好評発売中



こおりやま情報グルメBOOK『郡山で会食2021』は、巻頭特集「963ウイスキーリニューアル情報」、「今話題の福島一辛口『いち』」、「郡山の地酒ガイド」など。飲食店はジャンル別で44店を紹介。巻末にはクーポン券が90枚付。定価880円。県内主要書店、郡山商圏のセブンイレブン、アマゾンで発売中。

◀『郡山で会食2021』は、ジャンル別でお店紹介



## こおりやま情報編集室

TEL024-922-3131

【住所】郡山市中町14-19 YSビル3F  
【URL】<http://www.koriyama.co.jp/>



会津地鶏スープ、白湯スープ、背脂スープの3種のスープで8種類のラーメンをご用意!お気に入りを見つけてください!

郡山市大槻町字小金林24-1  
Tel.024-900-3138  
【営業時間】11:00~15:00  
18:00~21:00  
※材料がなくなり次第終了とさせていただきます。

https://www.ramen-okamura.com/ 年中(ほ)無休 【駐車場】有(7台)

### 新さくら通り沿い堤2丁目 肉料理が自慢の「ローカル」

Tボーンステーキ、パスタ、ピザ、サラダなどの一品料理に、ワイン、クラフトビールなどお酒が楽しめる店です。コース料理は3,500円(税別)からご予約を受付中です。



Tボーンステーキ 450g 4,500円(税別)

OVER THE CHARCOAL LOCAL KORIYAMA

VISIT US  
TEL 024-953-5447  
【住所】郡山市堤2-20 堤ビル5号  
【営業時間】17:00~23:00  
【定休日】月曜(祝日の場合は翌日)  
【P】有

# Hello!!



北海道生乳  
生クリーム増量  
ミルク本来のおいしさ

冬でも食べたくなる  
ミニストップの  
ソフトクリーム  
新バニラ

## パート・アルバイト募集中

※電話連絡の上、履歴書をご持参ください



郡山富田店 郡山市富田東5-132 ☎024-931-1077  
郡山八山田店 郡山市八山田2丁目177-2 ☎024-936-1022




厄祓、方位除、商売繁盛、合格祈願 等 諸祈願

元日は午前0時～2時、午前7時～午後6時まで  
2日以降は午前9時から午後4時30分の間、随時受け付けております。詳しくはホームページをご覧ください。

東北のお伊勢さま

# 開成山大神宮

郡山市開成3丁目1-38 tel.024-932-1521 fax.024-939-4410

千古の祠廟 郡山総鎮守

# 安積国造神社



元日は午前0時より午後6時まで  
2日以降は午前9時から午後4時30分の間、随時ご祈禱を受け付けております。

郡山市  
清水台1丁目6-23  
☎024-932-1145

ご年賀に、おみやげに「大黒屋」の人気銘菓シリーズ



「名物 大黒屋のくるみゆべし」  
5コ袋入 540円(税込)ほか

「郡山生チョコケーキ」  
4コ入 598円(税込)ほか

「あぶくま常盤生サブレ」6コ入 837円(税込)ほか

郡山銘菓庵

# 大黒屋

【福島県内主な販売店】  
当社直営店・キヨスクあさか野・おみやげ館・ND各店・福豆屋・福島空港ビル売店・東北道安達太良SA上り線売店・磐城道阿武隈高原SA上り線・下り線売店・五百川PA上り線・下り線売店・おみやげ処福島・おみやげ処新白河・道の駅安達下り売店 他県内有名観光売店・ヨークベニマル・堤下店・方八町店・八山田店・横塚店・新小原田店・荒井店・大槻店・島店・日和田店・ザ・モール郡山店ほか

本店 〒963-8004 郡山市中町14-8(大東銀行本店となり)  
TEL 024-932-3517  
<http://www.koriyama-daikokuya.com>

知識は人を育てる。

読み込むことで、見えてくるものがある。



福島民友

読習慣、健康的に

ご購読のお申し込みは ☎0120-152214へ

新年にあたり  
謹んでご挨拶申し上げます。

# 東邦銀行

郡山中町支店

支店長 星 郷司

〒963-8004  
郡山市中町 2-10  
TEL024-922-4550  
平日9:00～15:00



すべてを地域のために  
**東邦銀行**

「郡山市地酒等による乾杯の推進に関する条例」  
が制定されました。(平成27年3月11日公布)

# 地酒で乾杯しましょう!

## 郡山酒造協同組合



理事長 渡辺康広

〒963-0207 郡山市鳴神1丁目59  
TEL.024-953-5866 FAX.024-953-5866  
<http://www.sake-koriyama.com/>

# 快適環境の創造を目指して

ビル総合メンテナンス

## 株式会社 東北装美

代表取締役 宮崎 登志行

郡山市並木三丁目5番地の3 TEL024-934-2515 FAX024-938-7706

URL : <http://www.tohhoku-soubi.co.jp>

各種展示会、学会、大会、イベントの  
企画・制作・施工をお手伝いします。

**ARS** ARS PROGRESS CO.,LTD.

サイン SIGN イベント EVENT ディスプレイ DISPLAY

## 株式会社 アルス・プログレス

〒963-0107 福島県郡山市安積3丁目136  
tel 024-945-0635 <http://www.e-ars.co.jp>

# 謹賀新年

「商品」を通して「ありがとう」を届けます。

新入学・卒業 就職祝い  
出産祝い 出産内祝い  
結婚引出物 結婚内祝い  
お中元・お歳暮

ギフトショップ **サンケン食品株式会社** HPはこちら  
(冠婚葬祭用引出物) 代表取締役社長 村上 和洋  
福島県郡山市富田町字諏訪前41 TEL 024-983-6465

# ライセンス&ドローン

FUKUSHIMA 郡山校  
**DRONE SCHOOL**

ドローンスクール開講  
無料説明会開催中

大型 大型特務 大型二種 けん引

仕事に有利な職業ライセンス

富久山自動車学校  
〒963-8061 福島県郡山市富久山町福原字水穴1 TEL024-922-8070(代)  
<http://www.fds.ne.jp> E-mail:info@fds.ne.jp ■営業時間 /9:00~20:00(不定休)

# “最強おつまみコロッケ”

「塩辛じゃがバター」に着想を得た、オリジナルコロッケ!

函館発祥「最強おつまみ」との呼び声高い「塩辛じゃがバター」に着想を得た、オリジナルコロッケ!

イカの塩辛がホクホクのじゃがいもと相性抜群!

イカしおからコロッケ 540円

おむすび・料理・お酒

# 謹賀新年

“益々元気に”をモットーに、  
新春は1月5日(火)より営業します

新年会のご予約承り中!

- ◆おすすぬ宴会プラン◆
- 2,600円コース  
先付、刺身、焼物、酢の物、煮物または鍋、揚物、水菓子など
- 3,100円コース  
先付、刺身、焼物、酢の物、煮物または鍋、揚物、水菓子など
- 3,600円コース  
先付、刺身、焼物、酢の物、煮物または鍋、揚物、食事、水菓子など

※コース料理は4名から予約を受付  
※プラス1,600円で2時間飲み放題

024-922-9011  
郡山市桑野4-8-10  
【営】11:30~L14:30 17:00~L22:00  
【休】火曜 ※12/29火曜は営業  
※12/31~1/4は年末年始休業  
【P】有(24台) ※全席禁煙

# ばばんざい

市場直送!! 新鮮魚介の刺身やフライに焼魚、小粋な酒肴の数々も揃う炉端焼き・野菜串巻きのお店です。福島県の地酒や銘酒も揃えています。

TEL.024-983-9755

【住所】郡山市大町1-2-14 初瀬ビル1F  
【営業】ランチ 11:30~14:00  
夜間の部 平日 17:00~22:00  
金土休前日 17:00~23:00

個室も完備 / 最大宴会は50名まで

宴会プラン (料理+120分飲み放題付)  
4,000円(税込)コース  
4,500円(税込)コース  
5,000円(税込)コース

10名様以上のご予約で  
【天のつが純米酒】一升をプレゼント!

ぐるぐる巻きラベルの睡龍  
2018酒造年度 3年熟成の生酒です

**睡龍(奈良)**  
**純米吟醸阿波山田錦 生酒**  
720ml 1,870円(税込)

山田錦50%精米の純米吟醸を氷温貯蔵しました。  
熟成による柔らかさと、やさしくきれいな味わい。  
今、まさに飲み頃です。

**(株)清水台 平野屋**  
郡山市清水台2-5-9 電話024(932)0373 FAX024(923)7325  
定休日/日曜 営業時間/9:00~19:30  
※年末は大晦日まで営業。新年は4日より営業いたします。

Happy New Year

**FUKUEI**  
COFFEE AND CHOCOLATE

亀田本店 | うすい店 | イオンタウン郡山店 | エスパル郡山店 | 仙台 三越店  
(JR郡山駅1F)

濃厚甘美な極上スイーツTAKEOUTも人気 地方発送OK

濃厚で甘美な大人プリン  
「レチュエブラン」(1ホール6号)3,500円+税

仏ヴァローナ社ハイカカオチョコレート使用  
「テリヌド・ショコラ」(ヨコ7cm×タテ18cm×高さ4cm)3,500円+税

**欧風パル de PETIT GREEN 郡山市駅前2丁目6-4**  
ご予約 TEL:024-934-8899 営業時間 ランチ 11:30~14:00(L.O) デイナー 18:00~22:00(L.O)

焼肉会席や鍋料理が味わえる店  
~大町増子ビル4階「くしぜん」で今宵も~

焼肉会席 新メニュー 特選牛鍋

**旬膳 くしぜん**  
024-935-5007

郡山市大町1-4-16 第一増子ビル4F  
営業時間/17:00~24:30 金土17:00~翌2:00  
定休日/日(祝日の場合翌日) 席数/100席  
<http://kushizen.favy.jp/>

初めてでも、見直しでも!  
**保険の無料相談 実施中**

保険の見直し 保険のしくみ

新しく保険加入 加入中の保険分析

**駐車場完備!** お気軽に  
ご来店下さい!

PCからのご予約はこちら  
<https://www.create-ins.co.jp>

0120-916-929

株式会社 クリエイト  
Toward The Future - Create-ins.co.

謹賀新年

リニューアルに伴う  
一時休業のお知らせ

年内は12月28日(月)まで営業。  
12月29日(火)より、  
リニューアルに伴い、  
一時休業させていただきます。  
より一層ご満足いただける  
お店を目指して、再オープンいたします。

**酒肴工房 だいの花**

【住所】 郡山市駅前2-5-4  
【営業】 17:00~L022:30  
【TEL】 024-932-0010 【定休日】 日祝

**福島県道の駅**

車に1冊  
あると便利!

**福島県内全34駅を取材した最新版。**  
「温泉入浴料半額」「ソフトクリーム100円引」など、お得なクーポン券付

国見あつしの郷 NEW 伊達の郷りょうぜん NEW まてい館 川俣 つちゆ 安達(上り線) 安達(下り線) ふくしま東和 さくらの郷

ひらた たまかわ ふるとの はなわ 季の里天栄 羽鳥湖高原 猪苗代 裏磐梯 ほんたい

喜多の郷 あいつ 湯川い会津坂下 にしあいつ 会津柳津 尾瀬街道みしま宿 奥会津かねやま からむし織の里しよわ しもごう きさら289

たじま 番屋 NEW 尾瀬橋枝岐 そうま 再開 南相馬 ならば よつくら港

こおりやま情報グル×BOOK  
定価880円(税込)

県内主要書店  
Amazonで  
好評発売中!

# こおりやま 日帰り温泉

「こおりやま日帰り温泉」2021年版の発売記念特集。郡山市内の11の日帰り温泉を紹介。寒い季節は温泉で、体の芯からポカポカ温まろう。こおりやま情報レジャーBOOK「こおりやま日帰り温泉」2021年版は1月25日発売。入浴半額券や各種割引券などのお得なクーポン券が300枚以上付いています。

## 紅葉館きらくや

**入浴料** 大人600円、小人(3歳~小学生)300円 ※日祝は大人800円、小人(3歳~小学生)400円 (180分)

肌美人のぬる湯と露天風呂を楽しむ

**泉質/適応症** アルカリ性単純温泉・単純硫化水素泉 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺など

**風呂の種類** 大浴場、露天風呂、サウナ、ぬる湯

※貸切風呂(宿泊者のみ)

TEL 024-984-2130 住 郡山市熱海町熱海4-39  
営業 10:30~16:00 20:00~21:00 休 不定休 P 有(50台)

## 郡山湯処 まねきの湯

**入浴料** 7:00~25:00 大人平日 620円・土日祝 720円 ※家族同伴で小学生以下無料  
7:00~11:00 ※13時までの利用 大人440円 ※保護者同伴の無い小学生は280円  
※深夜追加料金 25:00~朝9:00 大人・小学生以下一律 入館料+1,440円  
(大人は+入湯税100円)  
※深夜入浴のみ 25:00~朝6:00 ※90分まで890円

美肌効果のお風呂とサウナでデトックス

**泉質/適応症** 泉質名なし/適応症なし

**風呂の種類** 露天風呂、壺湯、大浴場、ジェット風呂、寝湯、座湯、腰湯、岩盤鉱石風呂、チーク風呂、大理石風呂、水風呂、サウナ、ソルトサウナ

TEL 024-941-4126 住 郡山市河原町4-40 郡山駅東ショッピングセンター内  
営業 7:00~25:00 深夜営業25:00~翌9:00 ※深夜1時以降、入館希望の方は電話連絡を  
休 無 P 有(570台) ※共同駐車場

## 並木温泉 ゆの郷

**入浴料** 大人550円、小人280円、3歳未満無料

気軽に立ち寄れる街の中心部で温泉三昧

**泉質/適応症** 硫酸塩泉 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、冷え性など

**風呂の種類** 大浴場、水風呂、サウナ

TEL 024-991-1126 住 郡山市並木3-5-14  
営業 8:00~22:00 休 水(祝日の場合は営業) P 有(85台)

## 石橋ヘルス温泉

**入浴料** 大人600円、小人(小学生以下)300円 (150分)

豊富な湯量の温泉。健康づくりに貢献

**泉質/適応症** 塩化物泉 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、冷え性など

**風呂の種類** 大浴場、露天風呂

TEL 024-946-7800 住 郡山市安積町成田字島河原24-2  
営業 10:00~20:00 休 第3木 P 有(30台)

## うねめ温泉

**入浴料** 大人450円、小人(小学生)250円、幼児(3歳以上)150円

早朝から夜中までOK。便利な市街地の湯

**泉質/適応症** ナトリウム・炭酸水素塩泉 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、慢性皮膚病など

**風呂の種類** 大浴場、岩盤浴「うねめの癒」(900円)

TEL 024-951-8801 住 郡山市富田町字大徳南31-3  
営業 5:00~23:00 休 無 P 有(30台)

## 郡山温泉

**入浴料** 大人(中学生以上)500円、小人(3歳~小学生)300円 (120分)

美肌効果も高い。源泉かけ流しの湯

**泉質/適応症** 単純温泉 / 神経痛、運動機能障害、慢性消化器病、疲労回復など

**風呂の種類** 大浴場、打たせ湯、露天風呂、露天寝湯、水風呂、遠赤外線低温サウナ

TEL 024-951-1231 住 郡山市大槻町字西勝ノ木38-1  
営業 9:00~21:00 休 不定休 P 有(120台)

## 月光温泉クアハイム

**入浴料** 大人550円、小人(小学生)320円、3歳~小学生未満160円 (60分)

かけ流しの湯を堪能。街の温泉ホテル

**泉質/適応症** アルカリ性単純温泉 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、関節のこわばり、運動麻痺など

**風呂の種類** 大浴場、露天風呂、ジェット風呂、打たせ湯、泡風呂、水風呂、サウナ

TEL 024-947-1126 住 郡山市安積町笹川字四角垣43-1  
営業 8:00~24:00 休 無 P 有(200台)

### のんびり温泉

入浴料 大人 土日祝800円(平日700円)、小人(4歳~12歳まで) 土日祝400円(平日350円)、3歳以下無料

時間無制限で堪能。源泉かけ流しの湯



Tel.024-953-2611 住 郡山市三穂田町山口山崎山11-1 営 7:30~22:00(最終受付21:30) 休 無 P 有(80台)

泉質/適応症 ナトリウム硫酸塩泉・塩化物温泉/神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、関節のこぼりなど

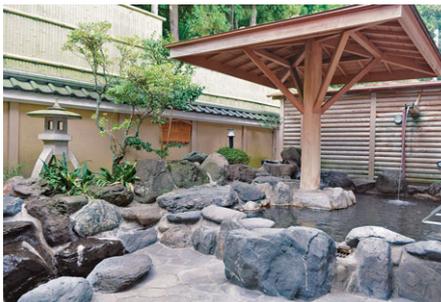
風呂の種類 大浴場、パノラマ大露天風呂、露天岩風呂、ジャグジー、サウナ、水風呂(各男女別)



### なりた温泉

入浴料 大人550円、小人(小学生)350円、幼児(3歳から)180円※1時間コースの料金、他に3コースあり

さらりとした泉質で疲れを癒す天然温泉



Tel.024-947-2626 住 郡山市安積町成田字車川原27 営 6:00~23:00 休 無 P 有(100台)

泉質/適応症 単純アルカリ塩泉/神経痛、関節痛、五十肩、切り傷、やけどなど

風呂の種類 大浴場、泡風呂、露天風呂、打たせ湯、水風呂、サウナ



### バーデン温泉

入浴料 大人740円、小人(小学生)370円、幼児(1歳以上)210円(月~金4時間、土日祝2時間)

ホテル併設の温泉。豊富な湯量が人気



Tel.024-947-1233 住 郡山市安積町成田字島河原1-1 営 10:00~22:45(最終受付21:45) 休 無 P 有(225台)

泉質/適応症 ナトリウム塩化物泉/神経痛、関節痛、切り傷、やけど、慢性婦人病、慢性皮膚病など

風呂の種類 大浴場、露天風呂、野天風呂、ジャグジー、パイプバス、サウナ



### やすらぎの宿 郡山三穂田温泉

入浴料 大人550円、小人(小学生)350円、幼児(3歳以上)200円

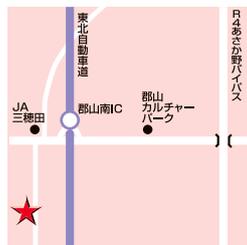
自家源泉100%のかけ流しの湯を堪能



Tel.024-954-2626 住 郡山市三穂田町駒屋字四十坦原16 営 6:00~22:00 休 無 P 有(50台)

泉質/適応症 塩化物泉/神経痛、関節痛、関節のこぼり、冷え性、産後回復期など

風呂の種類 露天風呂、内風呂



こおりやま 303 枚 2022.1.25 まで有効

こおりやま情報レジャーBOOK Fukushima Pref. 2021年版

# 温泉

入浴割引券・宿泊割引券など お得なクーポン券付!

いわき 榎葉 棚崎 石倉 小川 船野 若松 北塩原 猪苗代 福島 二本松 大西郷 白河 天栄 泉崎 矢吹 須賀川 三郡山

毎年恒例!! 全施設100円以上割引 クーポン券付き。

クーポン券 総数300枚以上

入浴料100円引、入浴料150円引、入浴料200円引 入浴料300円引、入浴料500円引、入浴料半額、 温泉プール600円引など、お得特典満載。

主要書店・コンビニ・Amazonで 2021年1月25日発売!

こおりやま情報レジャーBOOK A5判・オールカラー・定価880円(税込)

※お問い合わせの際は「こおりやま情報を見た」とお伝えください。

ライフピックス  
**Life Topics**



問 問合せ TEL 電話番号 URL ホームページ

**レンジアップご飯「天栄米」が新発売！  
道の駅羽鳥湖高原、道の駅季の里天栄で発売中**



「天栄村ブランド化推進協議会」では、電子レンジで温めるだけで簡単に食べられる2種類のレンジアップご飯「天栄米」を開発した。「漢方環境農法天栄米」（品種：こしひかり）は、米のつやと味わいがある歯応えが特徴。「天栄米 ゆうだい21」（品種：ゆうだい21）は、米のつやともっちりとした食感が特徴。内容量150g、1個390円で、「道の駅 羽鳥湖高原」と「道の駅 季の里天栄」にて販売している。

問 天栄村ブランド化推進協議会 TEL 0248-82-2117  
URL <https://m.facebook.com/tenei.brand>

**会津白味噌使用、甘みのあるまろやかな一杯。  
「みそラーメン（数量限定）」（830円）新登場**



会津高砂屋商店の醤油、鶏の旨味たっぷりのスープに、自家製ツルモチ麺が相性抜群の「中華そば」を提供する鏡石町「本田商店」に、数量限定「みそラーメン」（830円）が新登場。醤油同様、会津高砂屋商店の会津白味噌を中心に、数種類の味噌をオリジナルブレンドした、甘みのあるまろやかな味わいに仕上げた。「モモ」「肩」「バラ」の三種のチャーシュー入りも喜ばれている。営業時間は11

時～15時※売れ切れ次第終了。定休火曜。

問 中華そば 本田商店  
TEL 0248-62-2303

**天然本マグロの希少部位“脳天”を使用した  
松菟鮓の「特製ネギトロ」が評判の味**



郡山市駅前陣屋通り沿い「松菟鮓」の店主小室さんは、東京新宿の「松菟鮓」から暖簾分けをして昭和50年代に郡山で創業。以来、郡山で親しまれている鮓店。現在、松菟鮓で人気のメニューが、天然本マグロの希少部位“脳天”を使用した「特製ネギトロ」。本マグロならではの旨味が口の中に広がる味わいが特徴。今まで通常1本1,500円で提供していたが、コロナに負けるな応援特別価格とし

て1本1,000円で提供している。

問 松菟鮓 TEL 024-923-3424  
URL <http://www.matukizusi.com>

**季節限定「笹の川 春酒 純米吟醸生酒」は、  
米、米麹だけで仕込んだしぼりたて生酒**



「笹の川酒造」では、季節限定「笹の川 春酒 純米吟醸生酒」を発売。福島県開発の新酒造好適米「福の香」を「酒母米」として使用。麴米と掛米は福島県産の酒造米「五百万石」で醸造。精米歩合は58%。アルコール分15度。吟醸香の高い純米吟醸生酒で、味わいが豊か、しぼりたての新酒ならではの切れ味が特徴。この季節におすすめの純米吟醸酒だ。720ml入り参考小売価格1,380円（税別）。酒販店または笹の川酒造ネット通販で販売中。

問 笹の川酒造  
TEL 024-945-0261  
URL <http://www.sasanokawa.co.jp/>

**バレンタインデーにも最適なトリュフケーキ  
特製生チョコ入り「郡山生チョコケーキ」**



「郡山銘菓庵 大黒屋」冬の人気商品「郡山生チョコケーキ」は、ガーナ産カカオを原料に作り上げた高級クーベルチュールチョコに、生クリームをたっぷり使用した特製生チョコが入った、食べやすいサイズのトリュフケーキ。「郡山生チョコケーキ」、「郡山ごまチョコケーキ」、「郡山抹茶生チョコケーキ」、「郡山いちご生チョコケーキ」の4種類あり。価格は4個入り598円税込ほか。中町本店・JR郡山駅

構内売店・ヨークベニマル・ザ・モール郡山などで発売中。

問 郡山銘菓庵 大黒屋 TEL 024-932-3517  
URL <http://www.koriyama-daikokuya.com/>

**「くしぜん」の味を家庭で味わう企画が始動！  
「主婦の休日・ミートアラカルト」に注目**



郡山市大町「旬膳 くしぜん」では、現在のコロナ禍における飲食店ならではの企画が始動した。「プロが調理する味を家庭でも味わってみたい」をコンセプトに、福島県産のブランド牛肉や鶏肉などの食材を加工し、真空パックにして発売を開始。小分けのバックになっているので、気軽に家庭で本格的なプロの味が楽しめる。特に、「主婦の休日・ミートアラカルト」は、主婦層に期待感が伝わるメニュー構成になっている。詳しくは問合せを。

問 旬膳 くしぜん  
TEL 024-935-5007  
URL <http://kushizen.favy.jp/>

**スープ濃度や味が濃い、寒い季節に最適な一杯。  
西ノ内限定「濃い味みそ」「濃い味しょうゆ」**



あさくさラーメン西ノ内店限定「濃い味みそ」「濃い味しょうゆ」は、あっさり系で知られる同店の定番味より、スープの濃度や味が濃いめの「こってり系」ラーメン。秘伝自家製味噌を用いた「みそラーメン」、秘伝隠しダレ「とりのつゆ」を用いた「しょうゆラーメン」を、特製味付き背脂も加え、スープの濃度や味を濃いめに仕上げている。体の芯から温まる寒い日にも最適な一杯。西ノ内店限定の濃い味シリー

ズをこの機会に味わってみて。

問 あさくさラーメン 西ノ内店 TEL 024-921-7088  
URL <http://www.kknet.com/asakusa.ra-men/>

## 悠久の歴史を誇る「郡山総鎮守 安積国造神社」へ初詣



4世紀なかばに安積国が開かれた時から、当地方の守り神である「安積国造神社」。平安時代に、坂上田村麻呂が八幡大神を合祀した。新年を迎えご祈禱を受けるといっそうの御利益がある。元旦は、午前0時から祈禱が始まり、約8万人の参拝客でにぎわう。縁起物の名物「ひょうたん付き破魔矢」も頒布される。1月8日(金)には、午前9時から午後7時まで、お神札としめ飾りをお焚き上げる「ど

んど焼」が行われる。なお、参詣の折のマスク着用を呼びかけている。

問 安積国造神社 TEL 024-932-1145

URL <http://www.asakakunituko.jp/>

## 「開成山大神宮」の初詣は、新型コロナウイルス感染対策に配慮して実施



郡山市開成49号線沿いにある「みちのくのお伊勢さま開成山大神宮」の初詣は、新型コロナウイルス対策をして参拝客を迎える。まずは、参拝の列を四列とし、マスク着用、神門での手指消毒、さらに、会話をなるべく控えるよう呼びかける。また、御祈禱でお宮に入る人数は二人までとなり、元日の午前2時から午前7時まででは休止となる。なお、体調不良の方には控えるよう呼び掛けている。詳しくはホームページ参照。

くはホームページ参照。

問 開成山大神宮 TEL 024-932-1521

URL <http://www.kaiseizan.jp/>

## 「新あずき」の柏屋薄皮饅頭は、1月下旬頃まで「柏屋」各店で販売中



「新あずき初釜縁起」が、「開成柏屋」内にある「菓祖神 萬寿神社」で行われ、2020年に北海道で栽培された「新あずき」を「菓祖神 萬寿神社」に奉納した。さわやかな風味で、新物ならではの「新あずき」は、期間限定で柏屋薄皮饅頭の餡として使用される。この「新あずき」を使用した柏屋薄皮饅頭は、「つぶあん」と「こしあん」の2種類あり、12月10日から1月下旬頃まで「柏屋」各店

で販売している。

問 開成柏屋 TEL 024-922-5533

URL <https://www.usukawa.co.jp/>

## 十字屋楽器店の「新春キャンペーン」は、1月2日(土)から1月31日(日)まで開催!



郡山市清水台さくら通り沿いにある「十字屋楽器店」では、「十字屋楽器店新春キャンペーン」を1月2日(土)から1月31日(日)まで開催する。ウクレレ、ギター、弦楽器、管楽器、各種アクセサリー品が新春特価で販売。さらに、期間中は、レッスン入会金も半額になる。新春には、お好みの楽器を購入して、音楽を楽しもう。詳しくは、十字屋楽器店のホームページを参照。また、十字屋音楽教室の受講生

も募集中。

問 十字屋楽器店 TEL 024-932-2624

URL <http://jujiyagakki.jp>

## 「タキタ自工」は創業55周年を記念してオイル交換半額「GO!GO!キャンペーン」開催中



郡山市日和田町の国道4号沿いにある「タキタ自工」は、創業55周年を記念して、車のエンジンオイル交換が半額の50%OFFになる「GO!GO!キャンペーン」を開催中。完全予約制、1日6組まで限定。予約は、タキタ自工のWEBまたは電話で。営業時間9時から18時。定休は、第1・3水曜、祝日。この機会にリーズナブルにオイル交換を行おう。また、「アークバリア21」正規代理店で、

ガラス100%のカーコーティングも行っている。

問 タキタ自工 TEL 024-958-2316

URL <http://www.takitaziko.com/>

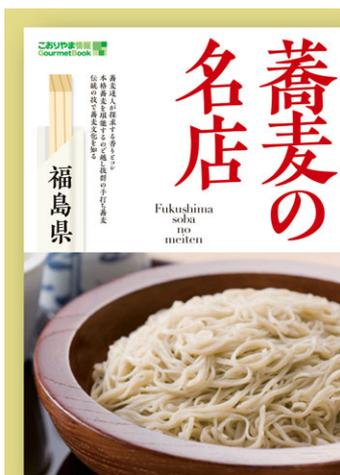
## トレンドの宝庫、郡山の最新情報を幡谷明里アナが「キャッチ！」



「福テレ」の夕方ニュース番組「テレポトプラス」(月～金曜 16時40分～、土曜17時30分～)。平日の16時台では「キャッチ!」のコーナーで、郡山エリアの最新情報や生活に役立つ情報を紹介。郡山エリアを担当して丸2年が過ぎた。「新型コロナウイルス対策に役立つ情報をキャッチして、皆さんに伝え続けます」と話す幡谷明里アナウンサー。土曜日はメインキャスターとして、本社スタジオから最新のニュースや情報を伝える。

問 福島テレビ

URL <http://www.fukushima-tv.co.jp/>



**福島県内主要書店・Amazonで好評発売中!**  
こおりやま情報グルメBOOK 定価880円(税込)

※お問い合わせの際は「こおりやま情報を見た」とお伝えください。

**日** 日時(表示の時間は開演)

**会** 会場

**料** 料金

**チ** チケット

**問** 問合わせ

Lコード/ローンチケットコード  
Pコード/ひびチケットコード

**電** 電話番号

プレイガイド

# Play Guide

**チケット売場略称凡例**

文化セ…けんしん郡山文化センター Tel.024-934-2288  
 富や蔵…創空時「富や蔵」 Tel.024-932-0048  
 うすい…うすい百貨店 Tel.024-932-0001  
 ノア…ノア楽器 Tel.024-922-1094  
 十字屋…十字屋楽器 Tel.024-932-2624  
 風雅…富津風雅堂 Tel.0242-27-0900  
 喜ブラ…喜多方プラザ文化センター Tel.0241-24-4611  
 中合…中合会津店 Tel.0242-26-5151  
 県文セ…福島県文化センター Tel.024-534-9191

※この情報は12月14日現在のものです。発売のチケットに関しては、売り切れとなる場合もあります。また、主催者の都合により、予定が変更になる場合もありますのでご了承ください。なお、表示の時間は開演時間です。

名称	日時・会場・料金	チケット・問合わせ
第15回 ビッグツリーページェント フェスタ in KORIYAMA	<p><b>日</b> 11月13日(金)～1月11日(祝)17:00～23:30</p> <p><b>会</b> 郡山駅西口広場・東口広場</p>	<p><b>問</b> ビッグツリーページェント・フェスタ in KORIYAMA 実行委員会事務局</p> <p><b>TEL</b> 024-921-2610</p>
こおりやま寄席 新春言祝ぎ席	<p><b>日</b> 2021年1月11日(祝)14:00～</p> <p><b>会</b> けんしん郡山文化センター 中ホール</p> <p><b>料</b> 全席指定 特等席3,200円、一等席2,700円、車椅子席1,350円</p> <p>出演者/柳家権太楼ほか※未就学児入場不可※車椅子席は、けんしん郡山文化センターのみ取扱います。※コロナウイルス感染症拡大防止のため、座席は前後左右に1席置きに間隔を空けて販売します。ご了承の上ご購入ください。</p>	<p><b>チ</b> 発売中(文化セ、うすい)</p> <p><b>問</b> けんしん郡山文化センター</p> <p><b>TEL</b> 024-934-2288</p>
東京ゲゲゲイ歌劇団 vol.IV キテレツメンタルワールド	<p><b>日</b> 2月6日(土)18:30～</p> <p><b>会</b> けんしん郡山文化センター 大ホール</p> <p><b>料</b> 全席指定7,500円※大人1名につき3歳未満のお子様1名まで膝上限り無料。ただし座席が必要な場合は購入を。【車椅子ご利用の方は、チケット購入前にノースロードミュージックまでお問い合わせください】</p>	<p><b>チ</b> 発売中</p> <p>Lコード: 22306 Pコード: 189-816</p> <p><b>問</b> ノースロードミュージック</p> <p><b>TEL</b> 022-256-1000</p>
みんなのミュシャ ミュシャからマンガへー線の魔術	<p><b>日</b> 12月12日(土)～2021年3月7日(日)9:30～17:00(入館は16:30まで)</p> <p><b>会</b> 郡山市立美術館</p> <p><b>料</b> 一般1,500円、高・大学生・65歳以上900円、中学生以下無料</p> <p>休館日/毎週月曜(1月11日(祝)は開館、翌12日(火)は休館)および12月28日(月)～1月4日(月)</p>	<p><b>チ</b> 発売中</p> <p><b>問</b> 郡山市立美術館</p> <p><b>TEL</b> 024-956-2200</p>
ケロボンズファミリーコンサート	<p><b>日</b> 3月14日(日)14:00～</p> <p><b>会</b> けんしん郡山文化センター 大ホール</p> <p><b>料</b> 全席指定 一般2,000円、こども(小学生以下)500円、車椅子席 各半額 ※4歳児未満ひざ上無料(座席希望の場合は有料)※コロナウイルス感染症拡大防止のため、座席は組席で前後左右に席を空けて販売。2・3枚以上購入の方は、お客様同士の間隔が空いたり、前後の並びの席となり、席が離れる場合があります。了承の上ご購入ください。</p>	<p><b>チ</b> 発売中</p> <p><b>問</b> けんしん郡山文化センター</p> <p><b>TEL</b> 024-934-2288</p>
郡山鉄道まつり	<p><b>日</b> 2021年3月27日(土)～2021年3月28日(日)9:30～16:30 ※最終日は16:00まで</p> <p><b>会</b> ビッグバレットふくしま多目的展示ホール(1F)</p> <p><b>料</b> 入場料: 大人1,000円(税込) 小人600円(税込) (大人: 中学生以上 小人: 4才以下小学生まで 3才以下無料)</p> <p>内容/東北初上陸おかでんチャギントン体験乗車や4種類のミニ新幹線大集合など、各種鉄道アトラクションと東北最大級の鉄道用品販売など、子供から大人まで楽しめるイベント。</p>	<p><b>問</b> カラマツトレイン盛岡店</p> <p><b>TEL</b> 019-622-2900</p>
東京スカパラダイスオーケストラ TOUR 2021「Together Again!」	<p><b>日</b> 4月8日(木)19:00～</p> <p><b>会</b> けんしん郡山文化センター 大ホール</p> <p><b>料</b> 全席指定8,000円 ※未就学児入場不可</p>	<p><b>チ</b> 2月6日(土)発売</p> <p><b>問</b> キョードー東北</p> <p><b>TEL</b> 022-217-7788</p>

## ヤマハ大人の音楽レッスン(十字屋PMS)

安心のプログラムで上達をサポート。7割の生徒さんが初心者からスタート。





無料体験レッスン実施中!

**入会金半額キャンペーン** 期間1月2日①から1月31日②まで

**エレキギター、アコースティックギター、ウクレレレッスン**

### 十字屋楽器店

郡山市清水台1-6-19 ☎024-932-2624  
<http://jujiyagakki.jp/>  
 ⑩10:00～22:00 ④火曜 ⑤契約有

お問合わせやお申し込みはお電話で

郡山信用金庫 ローン ローン  
 十字屋★楽器店  
 郡山 ビューホテル アナックス  
 ロイヤルホテル 郡山駅前

贈り物・記念日・季節のお花

## アレンジメント おまかせ下さい

☆「花ふじ本店」向かいに、胡蝶蘭と観葉専門ショップがございます。  
 ☆3,000円(税別)以上お買い上げの方、市内無料発送  
 ☆+1,000円(税別)で全国発送(3,000円(税別)以上のお花、箱代)

FLOWER  
**HANAFUJI**

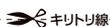
花ふじ本店  
 郡山市駅前2-1-2  
 ☎024-932-6029  
 ☎9:00～20:00  
 ☆日曜(配達には年中無休です) ☆契約有(エリア・パーキング)



## FUJI XEROX

富士ゼロックス福島株式会社

〒963-8004  
 郡山市中町5番1号 日本生命郡山中町ビル3F  
<http://www.fujixerox.co.jp/fkx/>  
**TEL.024-927-1011(代)**



# 【こおりやま情報FREE1月号アンケート&みな伝投稿FAX用紙】 fax.024-922-3138

(プレゼント応募締切1月4日必着)

Q1. 「こおりやま情報FREE」をどちらで入手しましたか？

●みな伝スペシャル「私の命の次に大事なもの」(名前・ペンネームも書いてね)  
あなたにとって命の次に大事なものはなんですか？教えてください。(理由も)

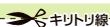
Q2. 郡山または周辺で、おすすめのラーメン店を教えてください。

(ペンネーム / )

●みな伝「みんなの伝言板」へどんどん応募しよう。  
【イラスト・ひとりもの申す・ラブメッセージ・教えてください・教えます・おいしい味情報・おすすめのかかりつけ医】  
(名前・ペンネームも書いてね)

名前				年齢	歳
住所	〒			性別	男・女
				結婚	既婚・未婚
電話番号	プレゼントの希望番号	第一希望		第二希望	

(ペンネーム / )



## 【こおりやま情報FREE1月号アンケート&みな伝投稿用紙】

Q1. 「こおりやま情報FREE」をどちらで入手しましたか？

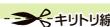
Q2. 郡山または周辺で、おすすめのラーメン店を教えてください。

●みな伝スペシャル「私の命の次に大事なもの」(名前・ペンネームも書いてね)  
あなたにとって命の次に大事なものはなんですか？教えてください。(理由も)

●みな伝「みんなの伝言板」へどんどん応募しよう。  
【イラスト・ひとりもの申す・ラブメッセージ・教えてください・教えます・おいしい味情報・おすすめのかかりつけ医】  
(名前・ペンネームも書いてね)

(ペンネーム / )

名前				年齢	歳
住所	〒			性別	男・女
				結婚	既婚・未婚
電話番号	プレゼントの希望番号	第一希望		第二希望	



## 【こおりやま情報FREE1月号アンケート&みな伝投稿用紙】

Q1. 「こおりやま情報FREE」をどちらで入手しましたか？

Q2. 郡山または周辺で、おすすめのラーメン店を教えてください。

●みな伝スペシャル「私の命の次に大事なもの」(名前・ペンネームも書いてね)  
あなたにとって命の次に大事なものはなんですか？教えてください。(理由も)

●みな伝「みんなの伝言板」へどんどん応募しよう。  
【イラスト・ひとりもの申す・ラブメッセージ・教えてください・教えます・おいしい味情報・おすすめのかかりつけ医】  
(名前・ペンネームも書いてね)

(ペンネーム / )

名前				年齢	歳
住所	〒			性別	男・女
				結婚	既婚・未婚
電話番号	プレゼントの希望番号	第一希望		第二希望	



# コロナに負けるな!応援企画として 「和・郡山 すが波」では「ふぐ三昧コース」を 令和3年1月31日まで特別価格6,500円(税別)で提供!



ふぐ刺し(3人前の盛合せ)

### 【宴会料金】

料理「安積」4,000円(税別)、料理「麓山」6,000円(税別)、  
料理「采女」8,000円(税別) ※2名から受付(予約なしでも可)  
「ふぐ三昧コース」6,500円(税別) ※期間限定・要予約  
プラス2,000円(税別)で120分飲み放題  
人数/2名~40名 個室/有



郡山駅前ダイワロイネットホテル2階にある「和・郡山 すが波」では、昼のランチタイムは、和食の定食などを提供。夜は、季節の一品料理やコース料理を提供している。店内には、カウンターとテーブル席、個室で構成され、個室は全10室、最大40名までの人数を収容。

親方の菅波さんは、コロナ禍の中、“コロナに負けるな!応援企画”を考案。通常10,000円(税別)の「ふぐ三昧コース」を、期間限定(令和2年12月1日~令和3年1月31日までの2カ月間)で、特別価格6,500円(税別)で提供している。この機会に、親方が丹念に調理した、ふぐ刺しやふぐ鍋などの「ふぐ三昧コース」を味わってみたい(要予約)。

また、「旬の贅沢三昧コース」では、今の季節は「蟹」(3月まで)や「金目鯛」が味わえる。なお、GOTOイートの商品券が使用できる。



ふぐ鍋(3人前)

### 「和・郡山 すが波」

【住所】 郡山市駅前1-6-10 ダイワロイネットホテル郡山駅前2F

【TEL】 024-983-3900

【営業時間】 11:00~14:00

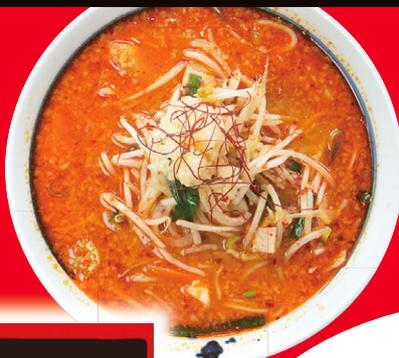
17:00~22:30

【定休日】 無 【クレジットカード】可

※年末年始休業:12月30日(水)~1月3日(日)



# 「白河ラーメン本」最新版



**食べ歩き**

# 白河

tabe-aruki shirakawa ramen

らーめん

よしだ P.88

えびさわ P.94

かしま P.26

クーポン券付  
有効期限 2022年9月25日

全国区のご当地ラーメン「白河ラーメン」  
新店・話題店も取材した最新ラーメン本

こおりやま情報 GourmetBook

白河市内・西郷村にある  
**ラーメン店55軒**の  
**おすすめラーメン**  
**全110杯**取材  
お得なクーポン券付き

職人魂が宿る手打ち麺あり

ツルンとしたワンタンあり

燻製チャーシューの香りあり



## 「食べ歩き 白河らーめん」好評発売中!!

県内主要書店・コンビニ・Amazonでお求めください。定価880円(税込)

※お問い合わせの際は「こおりやま情報を見た」とお伝えください。

# みな伝

Minna no Dengonban

次回締切1月4日必着

赤ちゃん&ペット写真募集!  
写真は、ホームページかQRコードからのみの募集となります。  
郵送での写真投稿は受け付けておりません。



かっこのコウちゃん うねめ姫ちゃん

## ひとりもの申す

**今** 年来年の手帳を買いました。しかしこれまでの経験上、かなり大きめのサイズが良いと思いノートサイズにしました。今年の12月から記入できますが、これが自分でもしっくりきたと思えるほど良かったです。今度はこれまでもり手帳を使っていきそうな気がします。(トモ)

**こ** スケジュールを決めて行動することは大切ですね。いっぱい書ける大きい方が便利かもしれませんね。

**1** 月は母、姉、私の3人の誕生日。温泉にでも宿泊して女子会!!といきたいところですが、それぞれの家庭事情やコロナではばかれる現実です。(モリモリ)

**こ** 来年後半こそは、コロナが終息して気兼ねなく女子会できるといいですね♪

**か** かりつけ医が急にやめてしまい、がっかりしました。歩いて3分でステキな先生でした。(Tomo)

**こ** とても残念でしたね。早く良いかかりつけ医が見つかるといいですね。

**連** 続テレビ小説「エール」が終わってしまい、心にぽっかりと穴が空いています。さみしいよ～!(アップル・スマイル)

**こ** エールロスというやつですね。福島県民全員がそうなることでしょう(泣)



(ねこてんこもり)

**こ** 被り物の下は美少年の伊之助ですね♪ギャップ萌えです(笑)

**家** で作るのが難しいと思っていた「バエリア」のレシピが12月号に載っていたので、チャレンジしました。とても美味しく出来て子供も大喜びでしたよ。(ねびねび)

**こ** レシピ活用ありがとうございます! 2月号からはリニューアルします!!

**免** 疫アップの食事。朝ウォーキングで、体を強くしています。(Yねえ)

**こ** 毎日続けることが大切ですね! 健康体でいきましょう!!

**「** どんなに有名な芸能人や声優でも、悩みがあるのだな」と私は改めて思った。(山陰リスナー)

**こ** そうですね。華やかな世界で活躍していても、同じ人間ですから悩みはありますよね。一人で悩まず誰でもいいので相談してほしいです。

**今** 度こそ年末ジャンボ高額当選だ!! (さおりん)

**こ** 10億ゲットだぜ〜!! クーちゃんたのんます!!

**こ** こりゃ今年も泣くな…。

**ず** っと前に、松平健さんのライブを見に行ったのを覚えています。周りは私より年上の方ばかりだったけど楽しかったです。ライブ後、出待ちをして振付師の方と話もでき、ライブに来て良かったなと思いました。また行きたいなあ(=^\_^=) (猫娘)

**こ** めちゃ盛り上がり楽しんでますね♪ 元気がでるライブ大好きです!

**買** い物をした時、レシートをよく見ないと、数が多かったり、違っていたり、買ってない物がある時があります。時々よく見たりした方がいいですよ。(K.M)

**こ** おっしゃる通りです。損をしないためにも確認は大切かもしれません。

**こ** おりやま日帰り温泉の2021年版は出ないんですか? 毎年楽しみなのに…。(るな)

**こ** お待たせしました! お得なクーポン券も300枚以上! 2021年1月25日発行です!

**今** 年は年始めから手術をしました。来年は病気をしない年になりますように…。(さんさん)

**こ** 2021年、さんさんさんが健やかに過ごせますように!!

**私** はハガキでしか応募できないので、数少ないハガキ応募できるのは助かります。ファックスやメールの応募のプレゼントコーナーが多いので。(ハム太郎)

**こ** 確かに最近はデジタル化が進んだせいか、ハガキ応募が少なくなっていますね。

**こ** ロナで大変な毎日…孫との行き来もなかなかできずさみしいものです。(みや)

**こ** ロナは幸せを次々に奪っていきますね(怒) コロナ撲滅!!

**今** 年は還暦だったのですが、コロナで何も出来なくなりましたねえ。来年は良い年になりますようにしたいですねえ。(仮面ライダー1号です。)

**こ** 来年コロナ終息後、盛大に祝しましょう!!

**今** 年感じた事。市町村対抗駅伝大会の各市町村の「選手激励会」をした時の集合写真は、ほとんどが2列3列で撮影されていて、そこで何故選手が後ろなのか? お偉いさんは前列に座る必要が有るのか? そう思っているのは私だけなのでしょうか? (あまなっとう)

**こ** 言われてみればそうかも(笑) 選手たちは背が高いから後ろ…なんでしょう(苦笑)

**こ** ロナに振り回され沢山の我慢をしてきた年でした。そして何より、としまえんの閉園が一番さみしく悲しかった。8月末に仲良しくんを誘い最後の入園をした。涙の閉園を皆で迎えた。一部アトラクションは移設される。(べじりんく)

**こ** 良い思い出は心の中に…キラン。

**こ** 絶対良い事言ったと思ってんでしょ。何キランって! 光ってんの?

**こ** ロナで外出も控えるようになって、家での楽しみといえば食べること! という事で家の定、体重増加しましたー。散歩や筋トレして筋肉を増やしたいです。(イルカ)

**こ** 同感です(泣) す〜〜〜ごく分かりますよ〜。

**来** 年の東京オリンピックって本当に開催できるのでしょうか。私はとても疑問です。まだお薬も開発中で投薬されてなくて、感染者は増加中…。オリンピック開催は悲願では有りますが、果たしてコロナ収束が出来ない現状を考えるとね…。(WM)

**こ** いろいろと意見が分かれるところですね。みんなが安心・納得できるオリンピック開催を願ってます!

## 教えてください

**こ** ロナのせいか…ストレスでおならが止まらない(泣) りんご等は、食べると少し効果があるような気がします。他に何か良い食材はありますか? (プータにゃ)

**①** ベットボトルのキャップを集めてましたが、回収している所が2カ所終了してしまいました。どこかありますか? ②肩から腕が痛いので、病院で診てもらったが原因不明。良くなった方はどうしたのを知りたい!! (ママ)

**年** 越しそばはどどこが美味しいか、美味しいおそば屋さんを教えてください。基本的にざるそばしか食べないです。天ぷら&ざるそばセットなんか大好きです。(ごじゃがれ21人前)

**チ** ャンジャが売っているお店教えてください!(甘酒)

**郡** 山市内で、安くで美味しいカレー屋さんをおしえてください。お待ちしております。(ヒロばばさん)

**現** 在読者モデルは募集しておりますか。(あずみ)

**2** 011年まで、須賀川で営業していた「中華レストラン相楽」さんの「麻婆ラーメン」が忘れられないので、近い味わいの麻婆ラーメンを提供しているお店があったら教えてください。自家製テンメンジャンが味の決め手で、甘旨口の麻婆に、麺は中細麺だったような。(M78)

## 教えます

**こ** ストコにハマっています。ティラミスがとてもおいしいです。(きらきらぼし)

**骨** を丈夫にする為に、生しいたけを傘の内側のヒダの部分を上にして、1時間位、日光に当ててから調理し食べるといいそうです。(175)

**こ** おりやま情報12月号の昭和のヒーローさんへ。ご家族と一緒に在住なら料理を試してみる。一日一品作るとか。好きな歌手の曲の歌詞を書いてみる。(べじりんく)

ラブメッセージ

パパ、山形への単身赴任頑張ってるね！結婚15年でもパパが居ないと淋しいのよ…。(甘酒)

パパ、ママ、愛しています。(笑～。)

家族のみんなへ(^^)いつも当たり前のように元気にいっばいにみんなで過ごしている事に、改めて感謝しています。時には病気になったり落ち込んだりする事もありますが、そんな時一番近くで支えられているのは家族のみんなです。いつも一緒にいてくれてありがとうございます。生まれてきてくれてありがとう。これからもどうぞよろしく☆私もみんなを大切に支えます。(mok)

孫、1月1日誕生日おめでとう。(さち)

下の息子が成人式です。成人まで長いと言えば長かったし、あっという間と言えばそうだったかな？と…でもまだ大学生、まだまだ、親として頑張らなくてはいけません。Y成人おめでとう！これからの人生辛い事も楽しい事も沢山あると思うけど。私の息子なら、大丈夫と信じています。未来に向かって頑張ってください。(れん)

結婚してから初めての年末。楽しみな反面、不安な事も多く悩んでいても、いつも笑顔で励ましてくれる妻に感謝。ありがとう。ゆみちゃん。イベントづくしの年末を2人で楽しもうね！！(ネモ)

おいしい味情報

西ノ内のイトーヨーカドー前の「キッチンイー」のランチは大満足ですよ。1000円なのにボリュームありのサラダにふくらハンバーグ&エビフライ2本、ピカピカの美味しいごはんです。ただオーナー1人で頑張っているの待ち時間は仕方ない。オープン時に行くべきかな。(ひろちゃん)

10年ぶりにレストラン三國(日和田)のあなか焼そばを食べました。昔の味！！感激しました。(あ～ちゃん)

桑野にあるスピネットドリームは、ボリュームもあって美味しいです。お勧めです。(とど)

本宮市万世(4号線沿い)の『ガーデン金丸さんの特製並セット』がお勧めです。内容は、ラーメンと唐揚げライス付きで満腹になるボリュームで850円と良心的価格です。(熱燗太郎)

矢吹町のSUN'S COFFEEはコーヒーはもちろん！フードもとても美味しい子連れOKなカフェです。ラテアートも可愛くてオススメです。(グランマ)

安積の牛べえ。広告見てたまま行っただけなのに、肉の質が美味しいのはもちろんサイドメニューも充実して楽しい時間を過ごすことができました。(やまやす)

「よしだや」のどら焼きは美味しい、バラエティな種類の味その上価格もお安いです。それから「スアマ」と「かりんと饅頭」も是非一度は食べて見て下さい。(あきよし)

平田村【ひさご食堂】のジンギスカン定食はやわらかくてとても美味しい、特製たれも最高！平日でも昼時は結構混むので、駐車場に止めるのが一苦労です^^(momo)

おすすめのかかりつけ医

かかりつけ医は、郡山市の永岡医院です。大腸、胃検査共に麻酔してくれて、安心感があります。(昭和のヒーロー)

手紙やメール送信での失敗談

特に思いつかないです。毎回メールを送る時に間違いはないよね？と思いつつながら何度も見直しているの(苦笑)(トモ)

まず、小5の時…担任に年賀状を初めて出した時、切手ではなく少女マンガの付録の手紙セットに付いていたウソの切手を貼り出してしまった…。当然ハガキは自宅に戻り、大好きだった先生には届かず…。次に、メールでの変換誤字はとてども恥ずかしい。(雪椿)

姑の愚痴をいつも共感してくれる友人にメールしたつもりが、電話帳の選択を誤って友人の下段の人に送信…。「そんな事もありますよね。」と大人な返信が来てホッとしたこと。(モリモリ)

相手を間違えて送ってしまった。メールだと取り消しできないので、それからは注意して送っています。(きらきらぼし)

メールが苦手で、変換違い、カタカナの伸ばし棒忘れ、点をつけないので読みづらいと子供や孫に怒られています。(よしこ)

娘が「きょうかあさんきれいだねー」と言ったので、嬉しくてそんなことないよ…。「京香さん(鈴木)きれいだね」でした。がっかりしました。(Tomo)

手紙は覚えてるんですが、メールは送信したことを忘れ、何度も何度も同じメールを送信してしまう。(送信BOXも見る事を忘れる…)(プータにゃ)

手紙を書きかけにしていたら～書き出しがいかに中途に止まっていたら～内容になってしまった。(ねこてんこもり)

古いハガキを使って、料金不足で戻って来た。いつの間に値上がりしたの？(ねびねび)

歳とともに目も老眼になるのは当たり前、打ち違いはいつもです。相手も察してくれて、すぐツッコミしてくれて、会話(メール、ライン)もはずみます。(あ～ちゃん)

懸賞応募の際、切手の金額を間違えて葉書が戻ってきたこと。(当時62円から63円に切り替わったばかりだったため)(ネモ)

友達に奢ってもらった日に、自分の姉に〇〇さんに奢ってもらったあとメールをしたつもりが、友達に送信！！友達にすぐ送りのメール。友達は心広く優しいので、笑って反応してくれました。(Yねえ)

Bccではなく、Ccで複数の人に私はメールをしていた。何度も一つのメールを他の人にも送られていると、ある人に怒られて、初めて失敗したと気付いた。(山陰リスナー)

中学生の時、雑誌の文通コーナーに出した事があって、沢山の人から手紙が来て、その中の「熊倉さん」を「熊谷さん」と書いてしまい、「私は熊倉だよお～」と返事が。ごめんなさい！(さおりん)

件名に用件、本文に名前や連絡先を書いています。(T.F)

通信制高校の時に知り合った友人に年賀状を出したら、あて先不明で戻ってきた。住所も書いて出したのに～(>\_<) (猫娘)

漢字が出てこなくて、ラインで打って調べたら、そのまま送信しちゃったとかよくあることです。(さんさん)

漢字を間違えて友達に手紙を出してしまいました。三味(ざんまい)を三味と。(さち)

スマホの文字変換で選んだ字と違うのをタッチしているみたいで、後で読み直すとビックリする時がある。(ママ)

気に入った「お年玉袋」で手紙を入れ切手を貼りポストに入れた。小さい袋すぎると貼り紙があり戻って来てしまいました。(女はクリスマスケーキ25すぎたら半額よ)

結婚前に、妻に手紙をよく出していました。その手紙を妻が子どもに見せて自慢してました…！！(ひで)

小学生の頃のこと。親しくなっていた友達に年賀状を出しました。ですが返事はなく、迷惑だったのかなと心配になった頃、友達からようやく年賀状が。そこにはびしゃりと『住所が違って、別のところに届いたみたい。気をつけて』の文字が。別の住所を私に教えた母を恨むとともに、年賀状なのに～！と正月早々ちょっと悲しい気持ちになりました。(える)

子ども達からの卒業式(中学)での手紙！夫には「お弁当作ってくれてありがとう」。私には「仕事をしてありがとう」…なんか違う。(はーちゃん)

手紙。昔は書きましたが、今は手書きがほとんどないので、漢字がなかなか思い出せません。自分が書いたひらがなばかりの文面を見ると、ガッカリしてしまいます。(アンタッチャブル)

たまに文字を速く入力して送信したら…誤字が多くて失敗してます。(H.M)

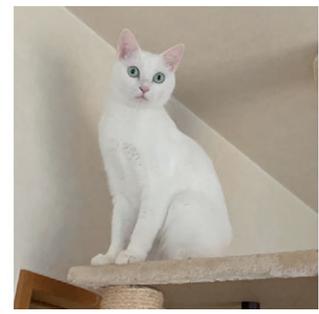
赤ちゃん&ペット写真

愛しのキミ。お父ちゃんが作った新米を食べました。うまい！！



(グランマ)

るん。やんちゃで、遊ぶのが大好き。



(れん)

# 郡山住まい情報

スマホからも  
楽々  
物件探し♪

## 「優良物件提供会員店」紹介



パソコンや  
タブレットからも  
楽々物件探し♪

郡山住まい情報のホームページがリニューアル!

郡山住まい情報

検索

<http://www.koriyama.net>



### QRコードで簡単アクセス

## 駐車場を探している人も注目!

月極Parking情報掲載中。スマホ・パソコンから楽々チェック。



福島県知事免許(5)第2281号 (有)アースライフ



郡山市神明町7-5  
TEL024-925-6400  
FAX024-925-6401

【営業時間】9:00~18:00  
【土日祝】9:00~17:00  
【定休日】無

<http://www.earth-life.jp> e-life@viola.ocn.ne.jp

福島県知事免許(5)第2095号 (有)天野中央不動産



郡山市咲田1-2-1  
TEL024-938-8503  
FAX024-938-8519

【営業時間】9:00~18:00  
【定休日】日祝

<http://ww5.et.tiki.ne.jp/amano/> amano@mx5.et.tiki.ne.jp

福島県知事免許(2)第3040号 オルセープラン(株)



郡山市虎丸町16-2  
TEL024-991-9101  
FAX024-991-9102

【営業時間】9:30~18:30  
【定休日】日

<https://www.athome.co.jp/ahsd/orsayplan.html> orsay@snow.ocn.ne.jp

福島県知事免許(11)第20259号 (有)開成土地建物



郡山市駅前1-15-5  
TEL024-933-0202  
FAX024-933-0776

【営業時間】9:00~18:00  
【日祝】10:00~17:00  
【定休日】祝日の月曜

<http://kaiseitochi.es-ws.jp/> kaisei-masateru@if-n.ne.jp

福島県知事免許(9)第20345号 キシモトコーポレーション



郡山市富田東1-28  
TEL024-922-5560  
FAX024-924-1177

【営業時間】9:00~18:00  
【定休日】土日祝

[arigato@moche.ocn.ne.jp](http://arigato@moche.ocn.ne.jp)

福島県知事免許(7)第20508号 (株)久保田不動産



郡山市八山田5-12  
メインビル八山田  
TEL024-932-8787  
FAX024-939-7520

【営業時間】9:00~18:00  
【定休日】日祝(2・3月は無休)

<http://www.kubota-f.com/>

福島県知事免許(8)第20473号 (有)郡山企画開発



郡山市香久池2-6-1  
第一マル宗ビル1F  
TEL024-932-8088  
FAX024-932-8071

【営業時間】9:00~17:30  
【定休日】日祝、第2・3土

<http://kikaku5050.co.jp/> info@kikaku5050.co.jp

福島県知事免許(4)第2372号 (有)コナンリアルエステート



郡山市鶴見垣1-9-25  
クレールアヴェニューC号  
TEL024-922-6500  
FAX024-922-5058

【営業時間】9:00~18:30  
【定休日】日祝(予約あれば営業)

<http://www.konan-f.com> info@konan-f.com

福島県知事免許(1)第3278号 サークルワン(株)



郡山市谷地本町6  
TEL024-961-5758  
FAX024-961-5759

【営業時間】9:00~19:00  
【定休日】無

[circle777555@yahoo.co.jp](mailto:circle777555@yahoo.co.jp)

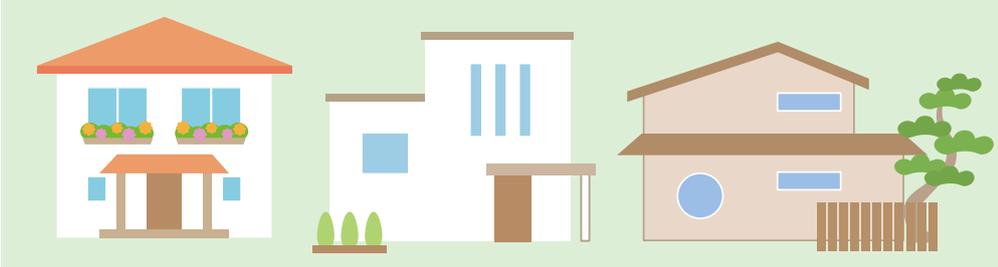
福島県知事免許(5)第2307号 さくら信宅



郡山市虎丸町9-17  
TEL024-923-3050  
FAX024-923-3050

【営業時間】10:00~18:00  
【定休日】火・第2・4土・祝日

<http://sakurashintaku.hp.infoseek.co.jp> sakushin@yahoo.co.jp



福島県知事免許(10) 第20087号 **西武エステートシステム(株)**



郡山市桑野2-3-14  
TEL024-921-3333  
FAX024-939-7190

【営業時間】9:00~18:00  
[日~17:00]  
[定休日]祝日

<http://www.koriyamachintai.com/> info@55seibu.com

福島県知事免許(4) 第2533号 **(株) 誠和住建**



郡山市横塚3-13-1  
TEL024-983-1291  
FAX024-944-8833

【営業時間】9:30~18:00  
[定休日]日祝

<http://www.zennichi.net/m/seiwazyuuen/>

福島県知事免許(13) 第20083号 **(株) 第一地所**



郡山市桑野1-25-9  
アートビルパート II 1F  
TEL024-934-0340  
FAX024-934-3444

【営業時間】9:00~18:00  
[定休日]日祝

<http://www.e-daiichijisyo.co.jp/> info@e-daiichijisyo.co.jp

福島県知事免許(6) 第1768号 **(有) タイメックス都市開発**



郡山市富田東1-16  
TEL024-921-2860  
FAX024-991-1600

【営業時間】9:00~18:00  
[定休日]無

<http://timexweb.com/> timexweb@timexweb.com

福島県知事免許(2) 第3111号 **(株) タカムラ アルマエステート**



郡山市富田町字双又19-3  
TEL024-963-2633  
FAX024-963-2560

【営業時間】8:30~18:00  
[定休日]日

<http://kktakamura.jp/>

福島県知事免許(5) 第2161号 **TDホーム郡山((有) ウッドライフ)**



郡山市安積町日出山2-162  
TEL024-956-9811  
FAX024-956-9800

【営業時間】9:00~18:00  
[定休日]水、第2・4火

<http://www.wood-life.co.jp> info@wood-life.co.jp

福島県知事免許(9) 第20363号 **(有) にっこうこうさん**



郡山市豊田町1-88  
TEL024-939-3911  
FAX024-938-0011

【営業時間】9:00~18:30  
[定休日]水

<http://www.nikkokosan.co.jp/> info@nikkokosan.co.jp

福島県知事免許(5) 第2156号 **(有) フクト企画**



郡山市島1-14-12  
TEL024-936-7160  
FAX024-923-8551

【営業時間】9:00~18:00  
[定休日]日祝

福島県知事免許(10) 第20175号 **(株) マイルドホーム**



郡山市駅前2-5-10-2F  
TEL024-924-0050  
FAX024-938-8900

【営業時間】9:00~18:00  
[定休日]第1・3日

<http://www.mildhome.net> info@mildhome.net

福島県知事免許(4) 第2383号 **ミニミニFC郡山中央店**



郡山市富久山町久保田字久保田118  
TEL024-995-3855  
FAX024-935-1077

【営業時間】9:30~18:30  
[定休日]水(1~4月は無休)

<http://minimini.jp/> chuou@will-net.co.jp

福島県知事免許(4) 第2505号 **(有) ゆいコーポレーション**



郡山市鶴見坦1丁目7-11  
TEL024-990-1711  
FAX024-990-1710

【営業時間】9:00~18:00  
[定休日]不定

<http://www.yuicorp.jp> info@yuicorp.jp

国土交通大臣免許(5) 第5854号 **(株) リビングギャラリー 郡山店**



郡山市中町2-11-1F  
TEL024-921-2333  
FAX024-921-2338

【営業時間】10:00~19:00  
[定休日]水(1~4月は無休)

<http://www.living-gallery-kanto.com/koriyama/> koriyama@living-gallery.com

福島県知事免許(3) 第2927号 **(株) リフレクシダ**



田村郡小野町大字小野新町中通1  
TEL0247-72-3141  
FAX0247-72-3145

【営業時間】8:00~18:00  
[定休日]日祝

<http://www.r-kushida.com> info@r-kushida.com

手軽に簡単! 物件探し!

物件情報検索 賃貸アパート

検索条件を入力し、検索実行ボタンをクリックしてください。

- 郡山市内エリア
  - 郡山市中心部
  - 郡山市北部
  - 郡山市東部
  - 郡山市西部
- 郡山市外エリア
  - 郡北地区
  - 郡南地区
  - 会津地区
  - 両郷り地区
- 家賃
 

下限なし [ ] ~ 上限なし [ ]
- 部屋タイプ
 

指定しない [ ]

例) 1部屋タイプ- 1R・1K・1DK・1LDK ...
- 表示
 

部屋数で表示 [ ]

※家賃順は家賃の安い順に表示されます

※部屋タイプ順は、K~DK~LDK~R順に表示されます

検索実行

住e! 情報 koriyama.net

Home 物件検索 住まいのQ&A 不動産会社を探す 月極め/駐車場情報

物件情報 賃貸アパート

基本情報

所在地	郡山市安積町荒井	家賃	3.00万円
タイプ	1K	築年	1年以内
築年	1年以内	礼金	1万円
家具	あり	駐車場	無
備品	冷蔵庫、洗濯機、テレビ	近隣	郡山市

詳細情報

間取り 2DK・K 入居日 即日可

交通 駅前徒歩約10分(徒歩約15分)

備考 ペット可(猫は不可) 月1家賃保証(保証料別途)

設備 冷蔵庫、ガス・トイレ別

地図

お問合せ

営業所	ほもプランニング	TEL	024-937-4061
担当	伊介	営業ID	4820154382

物件情報 - 先に読む

郡山住まい情報 新規会員募集中!

《お問合せ》

郡山住まい情報編集室 TEL024-922-3131



# 郡山住まい情報

www.koriyama.net

## おすすめ不動産情報

広告有効期限/2021年1月31日

### 物件情報の見方

#### 賃貸物件

- 間取り (敷) 敷金 (礼) 礼金 (共) 共益費 (駐) 駐車料 (構) 構造・階数・F
- 階数 (築) 建築年 (入) 入居日 (交) 交通 (備) 備考 (取) 取引態様

#### 売り物件

- 土地面積 (建) 建物面積 (専) 専有面積 (間) 間取り (坪) 坪単価 (用) 用途地域
- 地目 (建) 建ぺい率 (容) 容積率 (構) 構造・階数 (階) 階数 (向) 向き
- (築) 建築年 (引) 引渡日 (交) 交通 (学) 学区 (備) 備考 (取) 取引態様

#### 室内設備

- (照明) 照明器具 (TV) テレビ (冷蔵) 冷蔵庫 (洗濯) 洗濯機 (BS) BS受信可
- (CS) CS受信可 (ロフト) ロフト (屋根) 屋根裏収納 (床下) 床下収納 (TVホコ) TVインターホン
- (カー) オール電化 (CK) カードキー (DK) デジタルキー (ペア) ペアガラス (二重サ) 二重サッシ
- (光ファイ) 光ファイバー利用可 (ネット) インターネット対応 (防犯) 防犯セキュリティ

#### 水回り・冷暖房

- (給湯) 給湯設備 (湯沸) 湯沸器 (シャワ) シャワールーム (冷房) 冷房 (暖房) 暖房
- (エアコン) エアコン (床暖) 床暖房 (SK) システムキッチン (IH) IHクッキングヒーター (ガス) ガスコンロ
- (バス) バス・トイレ別 (追焚) 追焚給湯 (SD) シャワーヘッドレス (パタ) パタ (浴室換気) 浴室換気乾燥
- (暖房) 暖房便座 (WT) ウォシュレット

#### 屋外設備

- (物置) 物置 (TR) トランクルーム (ベランダ) ベランダ (P2可) 駐車場2台可

#### 屋内設備

- (AL) オートロック (EV) エレベーター

#### その他

- (ペット) ペット共生可 (メゾ) メゾネットタイプ (角部屋) 角部屋 (法人) 法人希望・限定 (学生) 学生限定
- (女性) 女性限定 (夫婦) 夫婦限定

## パソコンやタブレットからも 楽々物件探し♪ 駐車場情報も♪

### 郡山住まい情報のホームページがリニューアル!

## 郡山住まい情報

## 検索



スマホからも  
楽々  
物件探し♪

## QRコードで 簡単アクセス

郡山市 富久山町久保田 賃貸アパート 設備 (照明) (給湯) (シャワ) (エアコン) (バス) (トイレ) (洗濯) (乾燥) (TV) (インターネット) (防犯) (セキュリティ)

3.00万円 1K アクセス便利。コンビニ至近

間 洋8・K2  
敷 無  
共 込 礼 無  
構 木造・2階建 駐 2,200円  
入 即日可 築 1994年  
交 代理 取 仲介  
備 チェリーコーポ、退去修繕負担金33,000円

3740141795

郡山市 大槻町西宮前 賃貸アパート 設備 (照明) (シャワ) (エアコン) (バス) (トイレ) (洗濯) (乾燥) (TV) (インターネット) (防犯) (セキュリティ)

4.10万円 1LDK 郡山駅徒歩近くの1LDK

間 和6・LDK9  
敷 無  
共 込 2,000円 礼 無  
構 軽量鉄骨造・2階建-2F 駐 込  
入 即日可 築 1995年  
交 西の宮バス停徒歩5分 取 仲介  
備 バレス大槻、退去修繕負担金55,000円

374018443

郡山市 富久山町久保田大久保 賃貸マンション 設備 (照明) (TV) (給湯) (シャワ) (エアコン) (バス) (トイレ) (洗濯) (乾燥) (TV) (インターネット) (防犯) (セキュリティ)

4.10万円 2DK 敷金・礼金ゼロ!!

間 和6・洋6・DK5.5  
敷 無  
共 無 礼 無  
構 RC造・6階建-6F 駐 4,400円  
入 即日可 築 1981年  
交 咲田2丁目バス停徒歩6分 取 仲介  
備 退去修繕費用55,000円

3740251465

郡山市 富田町音路 賃貸マンション 設備 (照明) (給湯) (シャワ) (エアコン) (バス) (トイレ) (洗濯) (乾燥) (TV) (インターネット) (防犯) (セキュリティ)

5.70万円 3DK 日当良好

間 和7・洋6・5・DK9  
敷 2カ月  
共 込 礼 1カ月  
構 RC造・3階建-3F 駐 込  
入 即日可 築 1995年  
交 秀和95ビル、駐車場2台目3,300円 取 仲介

3740253767

TEL.024-938-8503

福島県知事免許(5)第2095号

**(有)天野中央不動産**

〒963-8012 郡山市咲田1-2-1

◎9:00~18:00 ◎日祝

郡山市 富久山町久保田 賃貸アパート 設備 (給湯) (シャワ) (エアコン) (バス) (トイレ) (洗濯) (乾燥) (TV) (インターネット) (防犯) (セキュリティ)

4.00万円 1ルーム 仲介手数料無!

間 洋13.3  
敷 2カ月  
共 込 礼 1カ月  
構 木造2階建-1F 駐 込  
入 即日可 築 1994年  
交 代理 取 仲介  
備 コーポラス春夏秋冬

1990155936

郡山市 富久山町久保田ノ城 賃貸アパート 設備 (給湯) (シャワ) (エアコン) (バス) (トイレ) (洗濯) (乾燥) (TV) (インターネット) (防犯) (セキュリティ)

4.20万円 2DK 2台目3,000円

間 和6・洋8・DK6  
敷 2カ月  
共 込 礼 無  
構 鉄骨造・2階建-2F 駐 込  
入 即日可 築 1987年  
交 JR郡山駅車5分 取 仲介  
備 ミルキーハウス I

1990146201

郡山市 富久山町久保田 賃貸アパート 設備 (給湯) (シャワ) (エアコン) (バス) (トイレ) (洗濯) (乾燥) (TV) (インターネット) (防犯) (セキュリティ)

4.50万円 3DK メゾネットタイプです

間 和8・6・洋6・DK5.4  
敷 2カ月  
共 込 礼 無  
構 木造・2階建 駐 込  
入 即日可 築 1988年  
交 代理 取 仲介  
備 ハウスリバーージュ

1990155594

郡山市 田村町徳定 賃貸アパート 設備 (給湯) (シャワ) (エアコン) (バス) (トイレ) (洗濯) (乾燥) (TV) (インターネット) (防犯) (セキュリティ)

5.50万円 1LDK 駐車場2台込!物置有

間 洋6.6・LDK  
敷 2カ月  
共 込 2,000円 礼 1カ月  
構 木造・2階建-2F 駐 込  
入 即日可 築 2017年  
交 仲介 取 仲介  
備 ネオハイツ徳定

1990156160

郡山市 昭和2丁目 賃貸アパート 設備 (照明) (シャワ) (エアコン) (バス) (トイレ) (洗濯) (乾燥) (TV) (インターネット) (防犯) (セキュリティ)

6.00万円 3DK ペット可物件

間 和6×2・洋11・DK9.3  
敷 3カ月  
共 込 礼 無  
構 木造・2階建-1F 駐 込  
入 即日可 築 1990年  
交 JR郡山駅車5分 取 代理  
備 ビレッジ二本松

1990156383

郡山市 富久山町 賃貸マンション 設備 (給湯) (シャワ) (エアコン) (バス) (トイレ) (洗濯) (乾燥) (TV) (インターネット) (防犯) (セキュリティ)

3.00万円 2K 駅近、仲介手数料なし

間 和6・洋4.5・K  
敷 2カ月  
共 無 礼 1カ月  
構 コンクリートブロック造3階建-2F 駐 込  
入 即日可 築 1976年  
交 代理 取 代理  
備 SATOウィンザービル

1990255321

TEL.024-924-0050

福島県知事免許(10)第20175号

**MILD HOME**  
株式会社マイルドホーム

〒963-8002 郡山市駅前2-5-10-2F ◎9:00~18:00 ◎第1・3日

# 月極Parking情報

所在地	駐車料	敷金	礼金	仲介料	空き	備考	問合せ	TEL
安積町荒井	5,250円	1ヵ月	-	1ヵ月	26台	ヨークベニマル荒井店東側	マイルドホーム	024-924-0050
安積町荒井	5,500円	1ヵ月	-	1ヵ月	4台	ダイユーエイト安積店近く	レントライフ郡山店	024-946-6040
愛宕町	8,800円	1ヵ月	-	1ヵ月	5台		開成土地建物	024-933-0202
安積町荒井	4,000円	1ヵ月	-	1ヵ月	6台	マクドナルド郡山安積店近く	マイルドホーム	024-924-0050
開成5丁目	5,000円	-	-	1ヵ月	6台	安積高校近く、舗装、文化通り沿い	コナンリアルエステート	024-922-6500
開成2丁目	5,500円	-	-	1ヵ月	1台	文化通り近く、プラザ開成第一の南側	コナンリアルエステート	024-922-6500
久池2丁目	4,000円	1ヵ月	-	1ヵ月	4台	こおりやま東部学園近く	マイルドホーム	024-924-0050
小原田5丁目	5,000円	-	-	1ヵ月	1台	あじよし食堂近く	アースライフ	024-925-6400
咲田2丁目	3,500円	-	-	3,500円	6台		さくら信宅	024-923-3050
島2丁目	4,500円	-	-	1ヵ月	3台	桑野協立病院近く	ウッドライフ	024-956-9811
図景1丁目	4,500円	-	-	1ヵ月	1台	石焼らーめん火山	天野中央不動産	024-938-8503
鶴見坦	4,000円	-	-	1ヵ月	5台	第一中近く	アースライフ	024-925-6400
堂前町	8,000円	-	-	1ヵ月	2台	堂前月極駐車場	天野中央不動産	024-938-8503
芳賀2丁目	4,400円	-	-	1ヵ月	2台	芳賀小西側	リビングギャラリー	024-921-2333
富田町大徳南	4,000円	-	-	1ヵ月	8台	うねめ温泉近く	天野中央不動産	024-938-8503

この他にも、月極Parking情報は、郡山住まい情報ホームページでチェック。

<http://www.koriyama.net/>

郡山住まい情報

検索



人生が変わるまち、モトミヤネイチャー誕生。

21区画分譲

**MOTOMIYANATURE**

(株)オキタの建築条件付分譲となります。お問合せは☎0120-162-207まで。

福島県知事免許(5)第2281号

**earth-life (有)アースライフ**

☎024-925-6400 FAX.024-925-6401 URL /http://www.earth-life.jp

〒963-8013 郡山市神明町7-5 ☎9:00~18:00(土日祝9:00~17:00)

## 売買物件・賃貸物件募集中!

賃貸マンション

サンデュエル桑野中央

**2LDK**  
(洋5・6・LDK12)  
2階  
専有面積:56.20㎡  
月額賃料:11.5万円

敷金:2ヵ月 / 礼金:1ヵ月  
交通:JR郡山駅 徒歩15分  
所在地:郡山市桑野3丁目  
築年:2005年  
備考:RC11階建て、分譲タイプ、浴室乾燥機、オートバス、追焚機能、全居室収納、収納スペース、食器洗浄乾燥機、オートロック、モニター付インターホンなど

賃貸マンション

レーベンヴィラ郡山若葉町

**3LDK**  
(和5・洋5.5・6.5・LDK15.5)  
12階  
専有面積:73.70㎡  
月額賃料:14.5万円

敷金:2ヵ月 / 礼金:1ヵ月  
交通:JR郡山駅 徒歩14分  
所在地:郡山市若葉町  
築年:2008年  
備考:RC13階建て、分譲タイプ、浴室乾燥機、オートバス、追焚機能、全居室収納、収納スペース、室内洗濯機置場、オートロック、モニター付インターホンなど

賃貸マンション

シティタワー郡山

**2LDK**  
(洋5・6・LDK12.9)  
15階  
専有面積:54.99㎡  
月額賃料:16万円

敷金:2ヵ月 / 礼金:1ヵ月  
交通:JR郡山駅 徒歩4分  
所在地:郡山市駅前1丁目  
築年:2010年  
備考:タワーマンション、分譲タイプ、浴室乾燥機、オートバス、追焚機能、全居室収納、収納スペース、室内洗濯機置場、オートロック、モニター付インターホンなど

賃貸マンション

シティタワー郡山

**3LDK**  
(洋5・5.5・7・LDK18.2)  
17階  
専有面積:85.12㎡  
月額賃料:21万円

敷金:2ヵ月 / 礼金:1ヵ月  
交通:JR郡山駅 徒歩4分  
所在地:郡山市駅前1丁目  
築年:2010年  
備考:タワーマンション、分譲タイプ、浴室乾燥機、オートバス、追焚機能、全居室収納、収納スペース、室内洗濯機置場、オートロック、モニター付インターホンなど

福島県知事免許(2)第3040号

**オルセープラン(株)**

郡山市虎丸町16-2

TEL.024-991-9101 FAX.024-991-9102

【営業時間】9:30~18:30 【定休日】日

## 謹賀新年

JR郡山駅から、徒歩1分!  
どうぞ!お気軽にお寄り下さい。

福島県知事免許(11)第20259号



**(有)開成土地建物**

☎024-933-0202 FAX.024-933-0776

〒963-8002 郡山市駅前1-15-5

☎9:00~18:00(日祝10:00~17:00) ㊟祝日の月曜

URL /http://kaiseitochi.es-ws.jp



# 医療情報

## Medical Information

◎日帰り白内障手術 ◎緑内障検診

# 伊藤眼科

院長 伊藤 健 副院長 伊藤由美子

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
手術日	☆		☆			
午後 2:30~5:00	●	●	●	●	●	●

休診日 日曜、祝日、木曜・土曜午後 (手術日) 月曜、水曜 (昼)  
※受付は終了の30分前までお願いいたします。

郡山市富久山町久保田字伊賀河原 5 (西部自動車学校北側)  
TEL.024-990-2528 http://www.ito-eye.com/

## 緑内障・白内障検査、コンタクトレンズ

# 山田眼科 医院

院長 山田 祐爾

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●	●	●	●

休診日 日曜 祝日 火曜午後

郡山駅前 徒歩3分

指定駐車場有り：中町立体駐車場・ティーン郡山駅西口駐車場・エリートパーク

郡山市駅前1丁目11-12  
☎024-922-1648

## 休日当番医

診療時間 9:00~17:00  
※事前に電話連絡の上、受診することをおすすめします

1/1 (祝)	いもり子ども医院(小児科) 渋谷クリニック(内科・小児科) 柴宮整形外科クリニック(整形外科) 宝沢伊藤歯科医院(歯科) スマイル歯科クリニック(歯科)	富久山町久保田字伊賀河原3 安積町成田字西畑13-1 久留米6丁目164-1 富久山町福原字沼下55-132 富田町字館南29-2	024-990-1241 024-947-2122 024-946-4838 024-924-0888 024-951-4182
1/2 (土)	緑ヶ丘子どもクリニック(小児科) コスモ皮膚科・内科クリニック(内科) さくま耳鼻咽喉科(耳鼻咽喉科) 渡辺歯科医院(歯科) あさい歯科クリニック(歯科)	緑ヶ丘東3丁目1-3 御前南5丁目150 鶴見坦2丁目9-19 堂前町31-5 備前館1-26	024-956-6006 024-962-0201 024-990-3387 024-922-5934 024-924-2224
1/3 (日)	かわなこどもクリニック(小児科) いしだ内科(内科) 伊藤眼科(眼科) 永山歯科クリニック(歯科) にへい訪問歯科クリニック(歯科)	安積3丁目298 緑町1-6 富久山町久保田字伊賀河原5 長者1-8-9 横塚1-9-26	024-947-5377 024-922-3648 024-990-2528 024-933-4439 024-944-9766
1/10 (日)	渡辺美佳子子どもクリニック(小児科) 古川内科眼科医院(内科・消化器科・眼科) 喜久田クリニック(内科・外科・消化器科) はしもと歯科医院(歯科)	富田町字下亀田1-35 小原田4丁目12-26 喜久田町堀之内字南門内8-10 喜久田町堀之内字畑田19-8	024-927-8622 024-956-6500 024-963-1601 024-959-2121
1/11 (祝)	おおがクリニック(小児科・内科) 山口内科クリニック(内科) 浅木整形外科医院(整形外科) デンタルクリニックハート(歯科)	片平町字出巻東5-5 安積町荒井字萬海83-1 富久山町久保田字金堀田40-2 新屋敷1-1	024-962-0600 024-973-6866 024-923-6543 024-925-5652
1/17 (日)	桑野協立病院(小児科) 塚原産婦人科内外科医院(内科・小児科・産婦人科) 佐藤眼科医院(眼科) フルタ歯科医院(歯科)	島2丁目9-18 桑野2丁目34-12 安積町長久保3丁目15-12 鶴見坦1-6-3	024-933-5422 024-922-5789 024-947-0221 024-938-4181
1/24 (日)	チルドレンクリニック(小児科) 矢内クリニック(内科) あまら整形外科(整形外科・リハビリテーション科) 藤田歯科医院(歯科)	大槻町字二本木12-1 緑ヶ丘東3丁目1-4 富久山町久保田字伊賀河原9-1 安積町日出山字大洲河原7	024-952-3721 024-942-0871 024-953-7257 024-943-6680
1/31 (日)	じんキッズクリニック(小児科) 本町鈴木クリニック(内科・脳神経外科・リハビリテーション科) ほり耳鼻咽喉科クリニック(耳鼻咽喉科) 水島歯科クリニック(歯科)	山崎305-6 本町2丁目2-7 横塚2丁目15-5 富田町大徳南17-11	024-974-2525 024-922-0556 024-941-8733 024-953-8418

## 郡山市内休日当番薬局

1/1 (祝)	柴宮調剤薬局 さくら薬局みなみき番店 クオール薬局郡山店	久留米6-163-1 富久山町久保田字伊賀河原4 八山田7-107	024-937-2790 024-925-4193 024-991-0789
1/2 (土)	コスモ調剤薬局緑ヶ丘店 秋桜薬局 フジ薬局鶴見坦店	緑ヶ丘東3-1-9 御前南5丁目154番地 鶴見坦2-9-19	024-941-3100 024-962-2711 024-990-3380
1/3 (日)	クオール薬局郡山店 みどり調剤薬局 さくら薬局みなみき番店	八山田7-107 緑町2-2 富久山町久保田字伊賀河原4	024-991-0789 024-935-0810 024-925-4193
1/10 (日)	かめだ調剤薬局 さくららば調剤薬局 コスモ調剤薬局喜久田店	富田町字下亀田1-41 小原田4-12-25 喜久田町堀之内南門内4-17	024-921-5171 024-941-4128 024-963-0077
1/11 (祝)	コスモ調剤薬局片平店 そうごう薬局郡山店 クオール薬局郡山店	片平町字出巻東5-7 安積町荒井字萬海83-3 八山田7-107	024-954-5701 024-946-5591 024-991-0789
1/17 (日)	ひかり薬局桑野 ファーコス薬局 ×ロディー コスモ調剤薬局大槻西店	島2丁目11-17 八山田西3-16 大槻町三角田58-1	024-921-3838 024-927-5455 024-962-7472
1/24 (日)	アイランド薬局陣屋店 コスモ調剤薬局緑ヶ丘店 さくら薬局みなみき番店	駅前1-1-17フロンティアタワー1F 緑ヶ丘東3-1-9 富久山町久保田字伊賀河原4	024-925-4189 024-941-3100 024-925-4193
1/31 (日)	コスモ調剤薬局山崎店 クオール薬局郡山店 フジ薬局横塚店	山崎305-6 八山田7-107 横塚2-15-4	024-955-6707 024-991-0789 024-941-1620

※12月14日現在の情報です。休日当番医は急ぎ変更になる場合があります。最新の情報は、郡山市ホームページの休日当番医でご確認ください。(郡山市ホームページhttp://www.city.koriyama.fukushima.jp/)  
※上記のほか、休日・夜間急病センターは、休日・祝日(内科・小児科)が9:00~17:00まで、毎夜間(内科・小児科)が19:00~22:00まで診療しています(1月1日を除く)。▽郡山市休日・夜間急病センター(上亀田1-1) ☎024-934-5656

※12月14日現在の情報です。休日当番薬局は、急ぎ変更になる場合があります。最新の情報は、郡山薬剤師会(TEL.024-934-4707)へご確認ください。(郡山薬剤師会ホームページhttp://www.k-yaku.org/)  
※休日に調剤を行うにあたっては、薬局近隣医療機関以外の処方せんで、記載された医薬品はすべて揃わない場合がありますので、予めお電話でご確認ください。 ※店舗名など再度ご確認のうえ、薬局へおでかけください。

## 休日救急歯科診療

※現在、新型コロナウイルス感染症のためビッグハート(郡山市休日・夜間急病センター)での歯科診療は中止となっております。

診療場所	郡山ビッグハート 郡山市休日・夜間急病センター	住所	〒963-8031 郡山市字上亀田 1-1	お問い合わせ	TEL024-934-5656 (直通)	診療日	日曜祝日および年末年始 (12月31日~1月3日)	診療時間	午前 9:00~午後 5:00
------	----------------------------	----	--------------------------	--------	----------------------	-----	------------------------------	------	-----------------

※お問い合わせの際は「こおりやま情報を見た」とお伝えください。

# こおりやま情報 **FREE** クーポン券



**クーポン券を活用して、お得に郡山の街を楽しもう!**

※入店または注文時に本券をお店の担当者にお渡しください。 ※他サービス券との併用不可。

**★本誌から必ず切り取ってご使用ください★**



## ラーメン注文の方に限り 餃子一皿無料

※1枚につき1グループ1皿まで有効  
有効期限2021年1月31日

### 東京豚骨 げんこつ屋

郡山市富久山町久保田田池1-3  
Tel.024-935-1388

こおりやま情報 1月号クーポン券

## 海老のチリソース定食セット (えびのチリソース・煮込み・ライス・みそ汁・お新香・生野菜・コーヒープ) 1,290円(税別)100円引き

※1枚につきグループ全員有効  
有効期限2021年1月31日

### チャイニーズレストラン みかど

郡山市方八町2-19-10  
Tel.024-944-8338 定休日/木

こおりやま情報 1月号クーポン券

## 味たまご 1個サービス

※1枚につき1名まで有効  
有効期限2021年1月31日

### ラーメン みそ伝 八山田店

郡山市富田町字音路89-1  
Tel.024-933-3363 定休日/1月1日

こおりやま情報 1月号クーポン券

## 味玉トッピング サービス

※1枚につき1名まで有効  
有効期限2021年1月31日

### 京都らーめん 絆家

郡山市西田町三町目仁王ヶ作37-1  
Tel.024-971-3880 定休日/無

こおりやま情報 1月号クーポン券

## お食事の方 杏仁豆腐サービス

※1枚につき1名まで有効  
有効期限2021年1月31日

こうえんしゅか こうか

### 紅焔酒家 光華

郡山市朝日1-20-30ロソバビル1F  
Tel.024-939-0380 定休日/日祝

こおりやま情報 1月号クーポン券

## 味玉トッピング サービス

※1枚につき1名まで有効  
有効期限2021年1月31日

### らあめんKitchen けんけん

郡山市安積町長久保三丁目18-7  
Tel.024-954-4489 定休日/木

こおりやま情報 1月号クーポン券

## だし玉(那須御養卵) 通常+100円トッピングサービス

※1枚につき1名まで有効  
有効期限2021年1月31日

### 中華そば 香伏

須賀川市中町61  
Tel.0248-94-4600 定休日/木、隔週水

こおりやま情報 1月号クーポン券

## 1回入浴50円引き 大人の入浴料550円→500円

※1枚につき2名まで有効  
有効期限2021年1月31日

### 並木温泉 ゆの郷

郡山市並木3-5-14  
Tel.024-991-1126 定休日/水(祝日の場合は営業)

こおりやま情報 1月号クーポン券

## (お店指定の)ドリンク 1杯サービス

※ドリンク2杯以上、料理2品以上注文の方に限り  
1枚につき1名まで有効  
有効期限2021年1月4日

### 居酒屋 花月

郡山市駅前2-8-20  
Tel.024-932-9060 定休日/日

こおりやま情報 1月号クーポン券

## エビス黒生ビール(小) 1杯サービス

※料理ご注文の方  
※1枚につき1名まで有効  
有効期限2021年1月31日

### おむすび・料理・お酒 結-YUI-

郡山市駅前1-6-15  
Tel.024-924-0330 定休日/日祝

こおりやま情報 1月号クーポン券

## よそでは食べられない希少部位 ネクタイ(食道)一皿プレゼント

※ドリンク2品以上、料理2品以上注文の方  
1枚につき1名まで有効  
有効期限2021年1月31日

### 和牛ホルモン 文吾商店

郡山市開成6-47-1  
Tel.024-973-7075 定休日/無

こおりやま情報 1月号クーポン券

## 半熟味玉 or 麺大盛りサービス

※1枚につき1名まで有効  
有効期限2021年1月31日

### 古民家ラーメン わさび

郡山市小原田4-9-7  
Tel.080-9630-1320 定休日/無

こおりやま情報 1月号クーポン券

## 宴会プラングループ全員500円OFF 4,500円→4,000円

※1枚につき1グループまで有効  
有効期限2021年1月31日

### 食楽酒楽 Fu-Ro-Ya

郡山市安積町荒井字林の越1-7  
Tel.024-946-2122 定休日/不定休

こおりやま情報 1月号クーポン券

## お会計より 15%引き

※1枚につき1名まで有効  
有効期限2021年1月31日

### 株式会社カンチャボ

郡山市西田町三町目字大森60  
Tel.024-983-9081 定休日/土日祝

こおりやま情報 1月号クーポン券

## 飲食代金より 10%OFF

※1枚につき1グループまで有効  
有効期限2021年1月31日

### 和の台所 鉄心堂

郡山市安積町荒井字上北井前47-1  
Tel.024-953-3796 定休日/不定休

こおりやま情報 1月号クーポン券

本誌から切り取らずに、  
フリーペーパーをそのまま  
お店に渡すことは、  
お店にご迷惑がかかります。  
必ず切り取って  
お渡しください。



### 【ご利用時の注意事項】

- 優待の利用人数や条件などの記載内容をご確認のうえ、ご利用ください。
- 本券は点線で各クーポンごとに切り取り、入店または注文時にお店でお渡しください。
- 本券は他の優待券などと併用することはできません。
- 本券はクーポン券ですので、金券として利用することはできません。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため、各店舗により時間短縮営業や、臨時休業をしている場合がございます。

※お問い合わせの際は「こおりやま情報を見た」とお伝えください。

キリトリ線

キリトリ線

キリトリ線

キリトリ線

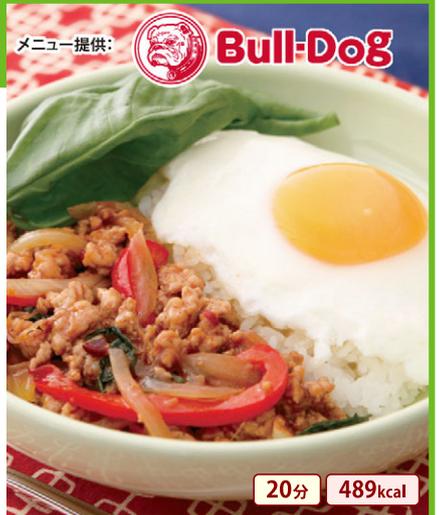
## 28(木) ガパオ風炒めご飯

ブルドック 中濃ソースを使ったメニュー。エスニック料理にチャレンジ。バジル、レモン汁は出来上がる直前に加えて風味よく仕上げます。レモン汁の量は多めだとさっぱりさわやかな味わいになります。

### 材料(2人前)

- おろしにんにく ..... 小さじ1
- 輪切り唐辛子 ..... 8切程度
- サラダ油 ..... 大さじ1
- 鶏ひき肉 ..... 150g
- 玉ねぎ(薄切り) ..... 1/4個(50g)
- 赤パプリカ(縦に薄切り) ..... 40g
- ブルドック中濃ソース ..... 大さじ4
- スイートバジルの葉(ザク切り) ..... 10枚
- レモン汁 ..... 小さじ1~2
- 半熟の目玉焼き ..... 2枚
- ごはん ..... 茶碗2杯分

- ①フライパンにサラダ油、輪切り唐辛子、おろしにんにくを入れ火をかける。
- ②香りが出たら鶏ひき肉を加え、火が通ったら玉ねぎを加え透明になったら赤パプリカも加え炒める。
- ③ブルドック中濃ソースを加え全体に絡める。
- ④スイートバジルの葉を加え一混ぜしてレモン汁を回しかけたらすぐ火を消す。
- ⑤お皿にごはんと④を盛り付け、上に半熟の目玉焼きを乗せる。



メニュー提供:



**Bull-Dog**

20分 489kcal

メニュー提供:味の素株式会社

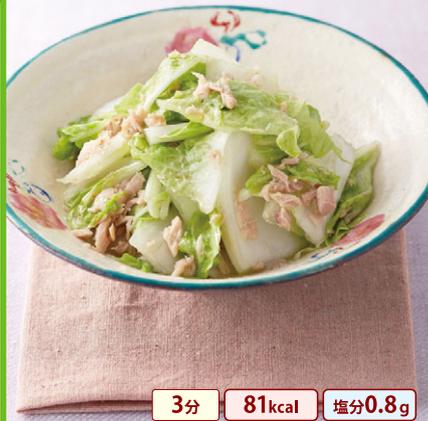
## 29(金) やみつき! 無限はくさい

鍋で余った白菜の使い切りにおすすめ◎箸が止まらないやみつきになる一品です!

- ①白菜は4cm角に切る。ツナは油をきる。
- ②ボウルに①の白菜・ツナ、(A)を入れてあえる。

### 材料(4人前)

- 白菜 ..... 200g
- ツナ油漬缶 ..... 1缶(70g)
- (A)ごま油 ..... 小さじ2
- (A)「丸鶏がらスープ」 ..... 小さじ2



3分 81kcal 塩分0.8g

## 30(土) “餅もち”だしれんこん餅

お正月に余ったお餅をアレンジ☆レンコンには、ビタミンCが含まれています◎

### 材料(2人前)

- れんこん ..... 200g
- 切り餅 ..... 1個
- 「ほんだし」 ..... 小さじ1
- しょうゆ ..... 小さじ1
- ごま油 ..... 小さじ2
- 焼きのり・好みで ..... 適量
- みつば・好みで ..... 適量

- ①れんこんは2mm幅の輪切りを6枚分切り、残りはすりおろす。餅は5mm角に切る。
- ②ボウルに①のすりおろしたれんこん・餅、「ほんだし」を入れて混ぜる。
- ③フライパンにごま油を熱し、①の輪切りにしたれんこんを置き、その上に②をスプーンですくって等分にのせ、表面をならす。片面がきつね色になったら裏返して、同様に焼き、しょうゆを回しかける。
- ④器に盛り、好みでみつば、のりを添える。



メニュー提供:味の素株式会社

15分 159kcal 塩分1.1g

メニュー提供:キュービー(株)

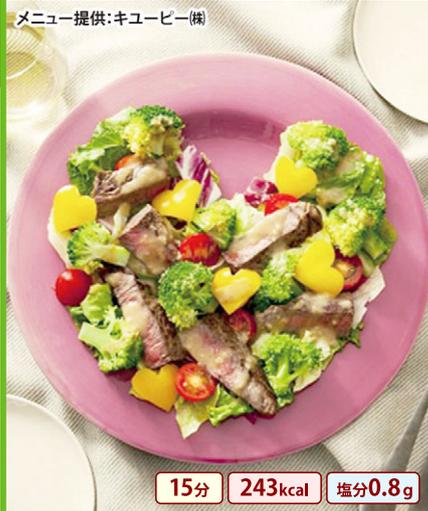
## 31(日) バレンタインのステーキハートサラダ

2021年のバレンタインデーは日曜日。自宅でバレンタインデーにちなんだ食事はいかがでしょうか。そこで、夫や子供が好きなメニューにハート型の食材を入れたり、ハート型に盛りつけたメニューをご紹介します。簡単に作れる華やかメニューでハレの食卓作りを応援します。

### 材料(2人前)

- 牛肉(ステーキ用)もも ..... 1枚
- サラダクラブ お家で作る・ごちそうサラダシーザーサラダ用 ..... 1袋
- 黄パプリカ ..... 1/2個
- ブロッコリー ..... 1/4株
- プチトマト ..... 4個(中)
- 塩 ..... 少々
- こしょう ..... 少々
- サラダ油 ..... 適量
- キュービー すりおろしオニオンドレッシング ..... 適量

- ①牛肉は室温に戻しておき、塩・こしょうをする。
- ②ブロッコリーは小さめの小房に分け、ぬらしたクッキングペーパーで包み、耐熱容器にのせてラップをかけ、レンジ(500W)で約2分加熱して水にとり、水気をきる。
- ③黄パプリカはハート形に型抜きをする。プチトマトは半分にする。
- ④フライパンに油をひいて熱し、①を入れて好みの焼き加減に焼き、食べやすい大きさに切る。
- ⑤器にお家で作るごちそうサラダシーザーサラダ用を敷き、②~④を盛りつけ、ドレッシングをかける。



15分 243kcal 塩分0.8g

## 24(日) 里芋と長芋のホットサラダ～バルサミソース～

揚げた里芋と長芋をバルサミソースで和えた、寒い時期におすすめの温かいサラダです。

### 材料(4人前)

(A)里芋	300g
(A)長芋	120g
ウインナー	2本
片栗粉	大さじ1
(B)バルサミコ酢	大さじ3
(B)塩	小さじ1/2
(B)黒こしょう	少々
揚げ油	適量
パセリ(あれば)	適量

- (A)は皮を剥き、里芋はひと口大に切り、長芋は1cm厚さの半月切りにして、共に変色を防ぐため酢水(分量外)に浸けておく。ウインナーは1cm幅の輪切りにして加熱する(ゆでるまたは焼く)。
- (A)を酢水から取り出し、ペーパータオルで水気をしっかりと拭き、全体に片栗粉をまぶす。160℃の揚げ油で里芋は4～5分、長芋は1～2分揚げる。
- ボウルに(B)を入れて混ぜ、揚げた里芋と長芋、ウインナーを入れて和える。器に盛り、あればパセリを飾る。



10分

メニュー提供:



## 25(月) バターチキンカレー

人気のバターチキンカレーが、ご自宅でも簡単に作れます♪お子様にも食べられるマイルドな辛さ。ナンにもよく合います。

### 材料(4人前)

鶏もも肉	400g
塩・こしょう	各適宜
プレーンヨーグルト	1カップ
カゴメトマトケチャップ	大さじ2
玉ねぎ	1個
トマト	2個
バター	大さじ3
カゴメ基本のトマトソース(295g)	1缶
水	1/2～1カップ
カレールウ	4皿分
生クリーム	大さじ4
ご飯・ナン	各400g

- 鶏肉は一口大に切り、ヨーグルト、ケチャップに約10分漬けておく。玉ねぎは薄切り、トマトは4等分のくし切りにしておく。ナンは表示通りに温めておく。
- フライパンにバターを熱し、①の玉ねぎを加えて、中火で炒める。玉ねぎがしんなりしてきたら、①の鶏肉、「基本のトマトソース」を加え、約5分煮る。
- 水1/2～1カップとカレールウを加えて5分煮込む。火を止めて、生クリーム、トマトを加えてひと煮立ちさせる。お皿にご飯とナンを盛り付けてカレーをかけて出来上がり。



約15分 928kcal 塩分3.7g

## 26(火) 豚チャーシュー

電子レンジで、簡単に、短時間で、おいしい豚チャーシューが作れます!豚バラかたまり肉でもおいしくお作りいただけます♪

### 材料(2人前)

豚肩ロース肉・かたまり	250g
「スチーマー」豚チャーシュー用	1袋

- 豚肉は両面にフォークで10ヵ所穴をあけ、半分に切る。
- 「スチーマー」はパウチの上部を切ってジッパーを開ける。  
①の豚肉を加えてジッパーを閉め、1分ほど強くもみ込む。
- 耐熱皿に②の「スチーマー」を蒸気吹出口を上にしてのせ、電子レンジ(600W)で8分加熱する。電子レンジの中で5分ほど蒸らし、耐熱皿ごと取り出す。
- 「ここを持ち」と表示された部分を持ち、パウチ内の蒸気に注意しながら、ジッパーを開ける。豚肉を取り出し、好みの厚さに切る。



メニュー提供:味の素株式会社



15分 357kcal 塩分2.2g

メニュー提供:キュービー(株)

## 27(水) キャベツとあさりのスパゲッティ

厳しい寒さは続きますが、春野菜が出回り始める時期です。そこで、旬のキャベツを使ったパスタをご紹介します。キャベツの鮮やかな黄緑色がアクセントになり、食卓でひと足早く春の気分が楽しめます。

### 材料(2人前)

スパゲッティ	200g
キャベツ	3枚
プチトマト	10個
あさり	200g(殻つき)
塩	適量
キュービー 3分クッキング パスタ手作りオイルソース	
ガーリック&赤とうがらし	大さじ4

- あさは塩水につけ、砂出ししておく。
- キャベツは芯を取り、ひと口大に切る。
- スパゲッティは塩を加えた熱湯で袋の表示より1分短くゆでる。ゆであがる約1分前に、②を加えて一緒にゆでる。
- フライパンにオイルソース大さじ2を入れて火にかけ、①を炒め、ふたをして蒸し煮にする。あさりの口が開き始めたら、プチトマトを加えてふたをする。
- ④のあさりの口がすべて開いたら、③と残りのオイルソースを加えて全体にからめ、味をととのえる。



15分(あさりの砂出しの時間は除く) 541kcal 塩分3.8g

## 20(水) きゅうりとチキンの豆サラダ

メニュー提供: キュービー(株)

2月3日は「節分」です。節分といえば豆まきと恵方巻き。そこで、恵方巻きと一緒に栄養が豊富な豆を手軽にたっぷり楽しめる豆を使ったサラダをご紹介します。

- ①きゅうりとサラダチキンは1cmの角切りにする。玉ねぎは5mmの角切りにし、水にさらして水気をきる。
- ②ボウルに①とミックスビーンズを加え、マヨネーズで和える。

### 材料(2人前)

- きゅうり..... 1/2本
- 玉ねぎ..... 1/4個
- サラダチキン..... 50g
- キュービー マヨネーズ..... 大さじ2
- サラダクラブミックスビーンズひよこ豆/青えんどう/赤いんげん豆..... 1袋



10分 178kcal 塩分0.8g

## メニュー提供: Bull-Dog

## 21(木) うま! キムチチャーハン



15分 592kcal

ブルドック うまソースを使ったメニュー。桜えび香る!!桜えびとにんにくを先に炒めて香りを出します。

- ①フライパンにごま油、桜えび、にんにくを入れ中火で熱し、香りが立ったらひき肉を加えて炒める。
- ②キムチ、ご飯、うまソース、小ねぎを加えて炒める。
- ③塩・こしょうで味を調える。

### 材料(2人前)

- ご飯..... 茶碗2杯分
- 白菜キムチ(みじん切り)..... 100g
- 豚ひき肉..... 100g
- 小ねぎ(小口切り)..... 1本
- 桜えび(乾)..... 8g
- にんにく(みじん切り)..... 1片
- ブルドックうまソース..... 大さじ2
- ごま油..... 大さじ2
- 塩・こしょう..... 少々



## 22(金) たまごかけご飯風こがしまよたまトースト

メニュー提供: 味の素株式会社

がっつり!おいしい!人気の主食レシピです♪「ピュアセレクト コクうま 65%カロリーカット」を使ってもおいしくお作りいただけます。

- ①食パンのフチに沿って土手を作るように「ピュアセレクト マヨネーズ」をしぼる。
- ②土手の中央に卵を1個ずつ割り入れ、オーブントースターで焼き目がつくまで焼き、しょうゆ小さじ1/2ずつをかけ、削り節、刻みのりを散らす。  
\*オーブントースターで加熱した直後は大変熱くなっています。やけどにはご注意ください。  
\*焼き加減をみて、さらに卵に火を通したい場合は、焦げないようにアルミホイルをかぶせて加熱してください。

### 材料(2人前)

- 食パン6枚切り・または食パン4枚切り..... 2枚
- 「ピュアセレクト マヨネーズ」..... 適量
- 卵..... 2個
- しょうゆ..... 小さじ1
- 削り節..... 適量
- 刻みのり..... 適量



10分 518kcal 塩分2.1g

## メニュー提供: Bull-Dog

## 23(土) うま! ぶり大根



40分 270kcal

ブルドック うまソースを使ったメニュー。味付はソースのみ。大根は米のとぎ汁で煮込むと柔らかく仕上がります。

- ①大根を米のとぎ汁または生米大さじ1の入れた水で20分煮て、柔らかくする。
- ②ぶりは一口大に切り、沸騰したお湯で湯通しし、臭みが残らないようにする。
- ③鍋にうまソース、水を入れ火にかけ、沸騰したら①、②、しょうが、長ネギの青い部分をなるべく重ならないように入れ、落し蓋をして5分ほど火にかける(ここであまり長く加熱するとぶりが固くなってしまいます)。
- ④火を止め、10分ほどそのまま置き、味がしみこんだら出来上がり。

### 材料(2人前)

- ぶり切り身..... 2切れ
- 大根(大きめの乱切り)..... 1/4本
- しょうが(スライス)..... 2枚
- 長ネギ(青い部分)..... 適量
- 長ネギ(白髪ねぎ)..... 1/3本
- ブルドックうまソース..... 大さじ3
- 水..... 200ml



## 16(土) ヤンニョムチキン～韓国風甘辛チキン～

カリッと焼いた鶏肉を、ケチャップとコチュジャンの韓国風合わせだれで甘辛く味付けました。鶏胸肉でも美味しく作れます。レタスで巻いたり、お酒のおつまみにもおすすめです。

### 材料(2～3人前)

鶏もも肉	350g
塩	1g
こしょう	0.2g
片栗粉	小さじ2
サラダ油	大さじ1
【合わせだれ】	
カゴメトマトケチャップ	大さじ2
コチュジャン	大さじ2
んにく(すりおろし)	少々
レタス	適宜

- ①鶏肉は一口大にカットし、ビニール袋に入れ、塩・こしょう・片栗粉と揉むように絡める。
- ②フライパンに、油をひき、①を加え、両面こんがりするまで中火でよく焼く(油が跳ねるので、フライパンより小さい鍋の蓋などで押し蓋にして焼くとよい)。
- ③合わせだれを混ぜ合わせ、②に加え、全体を炒めあわせる。



メニュー提供: 自然を、おいしく、楽しく。 KAGOME

約15分 398kcal 塩分2.2g

メニュー提供: 味の素株式会社

## 17(日) ごま入りウインナーおむすび



20分 782kcal 塩分2.5g

1月17日は「おむすびの日」お弁当にもおすすめ!ボリュームしっかり、食べ応えのあるおむすびを作りましょう。

### 材料(2人前)

ご飯	540g
ウインナーソーセージ	6本
プロセスチーズ	4個
ゆで枝豆(さやから出したもの)	大さじ5
(A)いりごま	大さじ1
(A)「ほんだし」	小さじ山盛り1
焼きのり	適量

- ①ウインナーは1cm幅の輪切りにし、チーズは5mm角に切る。
- ②フッ素樹脂加工のフライパンを温め、①のウインナーを入れて炒め、粗熱を取る。
- ③ボウルにご飯、①のチーズ、②のウインナー、枝豆、(A)を入れて混ぜる。
- ④③のご飯1/6量を取り、三角にしっかり握る。同様にあと5個作り、のりを巻く。



## 18(月) フライパンで簡単! たらのペスカトーレ

ペスカトーレは、魚介を使った漁師風の Pasta。魚の切り身を使って蒸し煮することで、魚から出るうま味でトマトソースがおいしくなり、魚の身は崩れず、おいしく味わえます。

### 材料(3人前)

えび(ブラックタイガー)	3尾
生たら	2切れ
あさり(殻つき)	100g
カゴメアンナマンマトマト&ガーリック	1瓶
塩	小さじ1/2
黒こしょう	少々
オリーブ油	大さじ2
イタリアンパセリ	少々
スパゲティ	240g

- ①ブラックタイガーは殻をとり、あさは洗い、たらは2cm幅に切る。
- ②フライパンにアンナマンマトマト&ガーリックを入れる。
- ③①の魚介類を並べる。
- ④蓋をして蒸し煮にする(中火、沸騰後10分)。
- ⑤スパゲティを茹でる。
- ⑥④に塩、黒こしょう、オリーブ油を加える。
- ⑦茹で上がったスパゲティを⑥と和える。
- ⑧皿に盛り、イタリアンパセリをちらす。



メニュー提供: 自然を、おいしく、楽しく。 KAGOME

約20分 545kcal 塩分2.7g

メニュー提供: キュービー(株)

## 19(火) 白菜と玉ねぎのツナマヨサラダ



10分 171kcal 塩分0.4g

1月22日は「カレーの日」。お正月明けはカレーの人気の高まる時期です。そこで、カレーと相性の良いサラダをご紹介します。旬野菜を使って冬ならではの味わいのサラダです。

### 材料(2人前)

白菜	2枚
玉ねぎ	1/4個
ツナ(缶詰)	1/2缶(35g)
刻みのり	適量
キュービー マヨネーズ	大さじ2

- ①白菜は5mm幅のせん切りにする。
- ②玉ねぎは薄切りにし、水にさらして水気をきる。
- ③ボウルに①、②、汁気をきったツナを入れ、マヨネーズで和える。
- ④器に③を盛りつけ、刻みのりを散らす。



## 12(火) めんたいもちもんじゃ

月島もんじゃ焼ソース味を使ったメニュー。本場月島で一番人気メニュー。めんたいもちもんじゃトッピング。

### 材料(2人前※1回分)

- 月島もんじゃ焼ソース味 ..... 1袋
- 水 ..... 250cc
- キャベツ(5mm×4~5cm) ..... 150g
- 明太子 ..... 1腹
- 切り餅(8等分) ..... 1枚
- サラダ油 ..... 適量

- ①器にミックス粉を入れ、水を2~3回に分けて流して溶き、月島もんじゃソースを加えて混ぜ生地を作る。その上にキャベツ、あげ玉、小エビ、切りイカ、明太子、切り餅の順に乗せる。
- ②ホットプレートで油をひき、具材をホットプレートに取り出して炒め、しんなりしてきたらドーナツ型に“土手”を作る。
- ③器に残った生地を“土手”の中央に2回に分けて流し、生地が透明になり、グツグツしたら全体を混ぜる。
- ④生地の底が少し焦げてきたら出来上がり。“はがし”で一口ずつかき取り、おこげ(通称:せんべい)と一緒に召し上がってください!

メニュー提供:



**Bull-Dog**



20分 543kcal

メニュー提供: キュービー(株)

## 13(水) ごまドレッシングで! ぶりの照り焼き ゆず風味



10分 378kcal 塩分1.1g

1月20日は一年で最も寒い時期と言われている「大寒」です。この寒さで“寒”のつく魚や野菜がおいしくなります。そこで、真冬を代表する味覚、ぶりを使ってドレッシングだけで味付けが決まるメインディッシュをご紹介します。

### 材料(2人前)

- ぶり ..... 2切れ
- 長ねぎ ..... 4本(5cm)
- 塩 ..... 少々
- こしょう ..... 少々
- 小麦粉 ..... 適量
- サラダ油 ..... 適量
- キュービー 深煎りごまゆずテイストドレッシング ..... 大さじ4

- ①ぶりは塩・こしょう、小麦粉をふる。長ねぎは長さ5cmに切り、包丁で浅く切り込みを入れる。
- ②フライパンに油をひいて熱し、①を入れ両面に焼き色をつける。火が通ったら、ドレッシングを加えて煮からめる。



## 14(木) 鉄板メニューの後に…バナナクレープ

ブルドック とんかつソースを使ったメニュー。ソースのスパイスがかくし味!

### 材料(4枚分)

- 薄力粉 ..... 50g
- 砂糖 ..... 10g
- 卵 ..... 1個
- 牛乳 ..... 125ml
- サラダ油 ..... 小さじ2
- バナナ(斜め薄切り) ..... 2本
- シナモンパウダー・粉砂糖 ..... 各適量
- 【カラメルソース】
- 砂糖 ..... 50g
- 水 ..... 40cc
- ブルドックとんかつソース ..... 10g
- お湯 ..... 20cc

- ①ボウルに薄力粉、砂糖をいれ、泡だて器で混ぜ合わせ、中央にくぼみをつくる。
- ②①のくぼみに牛乳を少しずつ加えて溶きのばし、卵、サラダ油を加えてさらに混ぜ合せ、生地を休ませておく。
- ③鍋に砂糖、水を入れ中火にかける。砂糖が溶け、まわりが茶色く色付いたら、火を止め、お湯、ブルドックとんかつソースを入れ混ぜる(お湯を入れる際の跳ね返りに注意)。
- ④160℃に温めたホットプレートに①の生地を流し入れ、スプーンの背などで丸く広げて両面焼く。
- ⑤④にバナナを並べて包み、③のカラメルをかけ、シナモンパウダー、粉砂糖をふる。

メニュー提供:



**Bull-Dog**



30分 199kcal

メニュー提供: 味の素株式会社

## 15(金) レンジで作る! うま塩「野菜炒めず」



10分 221kcal 塩分2.8g

電子レンジだけで作れる簡単レシピ! 「鍋キューブ」のkokと風味豊かな鶏だしで、野菜がもりもり食べられます◎

### 材料(1人前)

- キャベツ ..... 1/8個
- にんじん ..... 1/3本
- しめじ ..... 1/2パック
- もやし ..... 1/2袋
- サラダ油 ..... 大さじ1
- 「鍋キューブ」鶏だし・うま塩 ..... 1個
- こしょう ..... 少々

- ①キャベツはひと口大に切り、にんじんは短冊切りにする。しめじは小房に分ける。「鍋キューブ」は砕いておく。
- ②耐熱容器に①のキャベツ・にんじん・しめじ、もやし、油を入れてラップをかけ、電子レンジ(600W)で4分加熱する。①の砕いた「鍋キューブ」を加えてよく混ぜ、こしょうをふる。



## 8(金) さば缶大根

さば缶と大根で思い立ったらすぐ作れる、手軽なメニューです♪かつおとこんぶだしが効いた甘めの味付けでご飯がすすみます☆

### 材料(4人前)

さば水煮缶……………1缶  
大根……………1/3本  
大根の葉……………25g  
(A)「Cook Doきょうの大皿」豚バラ大根用……………1箱  
(A)水……………2/3カップ  
サラダ油……………大さじ1  
白髪ねぎ……………適量

- ①大根は1cm幅のいちよう切りにする。大根の葉は3cm長さに切る。さばは軽く汁気をきる。
- ②フライパンに油を熱し、①の大根を入れて炒め、両面に軽く焼き色がついたら、火を止め、(A)を加えて混ぜ、再び火にかける。
- ③煮立ったら弱火にし、フタをして5分煮る。
- ④①のさば・大根の葉を加え、さらに5分煮る。
- ⑤器に盛り、白髪ねぎを添える。



メニュー提供:味の素株式会社



20分 184kcal 塩分2g

## 9(土) お年賀のお菓子に♪ 黒豆ときな粉のブラウニー

お正月に残りがちな黒豆を使ったブラウニーです。混ぜて焼くだけ、簡単に出来るのでお子様とのケーキ作りにも♪

### 材料(21×21cmの正方形の型1台分)

(A)ホワイトチョコレート……………150g  
(A)無塩バター……………60g  
卵……………2個  
砂糖……………50g  
牛乳……………20g  
(B)薄力粉……………50g  
(B)きな粉……………20g  
(B)ベーキングパウダー……………小さじ1/2  
黒豆の甘煮(レトルトパウチ)……………100g

- ①(A)は合わせて湯せんにかけて溶かしておく。オーブンは180℃に予熱しておく。
- ②ボウルに卵を割り入れ、砂糖、牛乳を加えてホイッパーでよく混ぜる。①の(A)を入れてさらに混ぜる。
- ③(B)を合わせて一度ふるい、もう一度ふるいながら②のボウルに入れホイッパーで混ぜる(混ぜたらすぐ止め、混ぜ過ぎに注意する)。
- ④クッキングシートを敷いた型に③の生地を流し入れ、黒豆を散らし、180℃に予熱したオーブンで25分ほど焼く。
- ⑤型から外して冷まし、冷めたら四角くなるよう周りを切り落とし12等分に切る。※カットしたクッキングシートで包んでリボンを巻けば、年始の手土産にもぴったりです。



30分

## 10(日) 絶品! 根菜のラタトゥイユ

旬の野菜をトマトソースで煮込んだ常備菜です。そのまま食べても、ソースとしてお肉やお魚にかけるのもおすすめです!

### 材料(4人前)

れんこん……………100g  
にんじん……………1本  
玉ねぎ……………1個  
まいたけ……………1パック  
ベーコン……………2枚  
塩……………2.5g  
オリーブ油……………大さじ2  
カゴメ基本のトマトソース(295g)……………1缶  
こしょう……………少々

- ①れんこんとにんじんは乱切りにし、電子レンジで加熱する(600W:3~4分)。玉ねぎは1cm角、まいたけは食べやすい大きさに手で裂く。ベーコンは1cm幅に切る。
- ②フライパンにオリーブ油を熱し、ベーコンを炒める。玉ねぎ、れんこん、にんじん、まいたけの順に炒める。
- ③全体がしんなりしたら「基本のトマトソース」を加えて10分程煮込む。
- ④塩・こしょうで味をととのえる。



メニュー提供:  自然を、おいしく、楽しく。



約20分 187kcal 塩分1.4g

メニュー提供:  自然を、おいしく、楽しく。

## 11(月) キムチチゲ風トマト鍋

辛みが足りないときはタバスコを入れるとより味が引き締まります。

### 材料(4人前)

豚ばら肉(薄切り)……………170g  
白菜……………1/8個  
にら……………1/2束  
長ねぎ……………1本  
にんにく……………2かけ  
カゴメ基本のトマトソース(295g)……………2缶  
白菜キムチ……………200g  
韓国餅(トック)……………12切れ  
ごま油……………少々  
酒……………少々  
しょうゆ……………少々  
塩……………少々

- ①豚肉は3~4cm幅に切る。白菜、ねぎ、にらは食べやすい大きさに切る。にんにくは薄切りにする。
- ②鍋にごま油とにんにくを入れ弱火で炒め、香りがたったら豚肉を加え炒める。
- ③キムチ(汁ごと)、白菜、ねぎ、にらを加えさっと炒め、トマトソース、酒、しょうゆ、塩を加えて味をととのえる。餅を加えて強火で沸騰させる。



約30分 335kcal 塩分2.2g

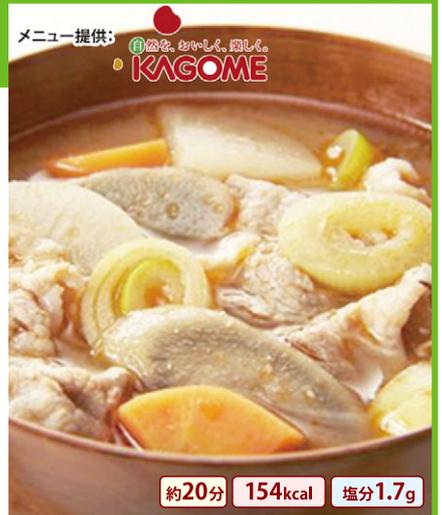
## 4(月) トマトケチャップで「減塩とん汁」

女子栄養大学出版部 家庭のおかずのカロリーガイド「豚汁」の塩分パーセントで調理したレシピに対して、38%減塩!

### 材料(4人前)

大根	100g
にんじん	1/3本
長ねぎ	1本
ごぼう	1/2本
ごま油	大さじ1
豚こま切れ肉	120g
水	4カップ
和風だしの素(顆粒)	小さじ1/2強(2.5g)
みそ	大さじ2弱
カゴメトマトケチャップ	大さじ2弱

- ①大根、にんじんはいちょう切り、ねぎは1cm厚さの小口切りにする。ごぼうは斜め薄切りにし水にさらす。
- ②鍋にごま油を熱して豚肉を炒め、長ねぎ以外の野菜を加え炒め合わせる。
- ③水、和風だしの素を加え、アクをすくいながら、野菜が柔らかくなるまで煮込む。
- ④みそ、トマトケチャップを加え味付けし、長ねぎを加え軽く煮る。



メニュー提供: 

約20分 154kcal 塩分1.7g

メニュー提供: 

## 5(火) なすとチキンのアラビアータ

時短にしたい場合は豚肉の代わりにベーコンを入れることをお勧め致します。

### 材料(3人前)

アンナマンマアラビアータ	1瓶
鶏もも肉	250g
塩	少々
こしょう	少々
なす	2本
オリーブ油	大さじ2
スパゲティ	240g

- ①なすは幅2cmの半月切りにする。鶏肉は3cm角に切り、塩、こしょうをふる。
- ②スパゲティは塩(分量外)を加えたたっぷりの湯で茹でる。
- ③フライパンにオリーブ油を熱し、なす、鶏肉を焼く。アンナマンマアラビアータを加えてフタをし、鶏肉に火が通るまで加熱する。
- ④茹でたスパゲティを加えてあえる。



約20分 661kcal 塩分1.9g

## 6(水) 受かっタル! 勝つ丼

受験もいよいよラストスパートです。そこで、夕食にぴったりなボリューム感たっぷりのゲン担ぎメニューをご紹介します。楽しいネーミングのメニューで受験生を応援します。

### 材料(2人前)

ご飯	400g
キャベツ	2枚
とんかつ	2枚
とんかつソース	適量
キュービー 具だくさんタルタル	適量

- ①キャベツはせん切りにする。
- ②とんかつは食べやすい大きさに切る。
- ③器にごはんを入れて、①と②のをせ、とんかつソースとタルタルソースをかける。



メニュー提供: キュービー(株)



5分 1049kcal 塩分2.3g

メニュー提供:  Bull-Dog

## 7(木) ソースかつ丼

ブルドックウスターソースを使ったメニュー。

### 材料(2人前)

豚ひれ肉(2cm幅に切る)	200g
塩・こしょう	適量
小麦粉	適量
溶き卵	適量
パン粉	適量
揚げ油	適量
ごはん	茶碗2杯分
(A)ブルドックウスターソース	大さじ1
(A)めんつゆ	大さじ1
(A)水	大さじ1

- ①豚肉は手で1cm程度に伸ばし、塩・こしょうをする。
- ②①に小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣をつけて180℃の油で揚げる。
- ③②を予め混ぜた(A)にくぐらせる。
- ④丼にごはん、③を盛り、残ったソースをかける。



30分 640kcal

# 1(金) ローストビーフ～ヘルシー晩ごはん～

メニュー提供:味の素株式会社

フライパンで焼いてアルミホイルで包むだけ☆  
家族から歓声が上がること間違いなしの、食卓  
華やぐローストビーフです\*

材料(4人前)

- 牛ももかたまり肉 ..... 400g
- (A)「瀬戸のほんじお」 ..... 少々
- (A)粗びきこしょう ..... 少々
- (B)おろし玉ねぎ ..... 200g
- (B)しょうがのすりおろし ..... 1かけ分
- (B)しょうゆ ..... 1/2カップ
- (B)みりん ..... 1/2カップ
- (B)酒 ..... 1/2カップ
- (B)水 ..... 1/2カップ
- (B)「パルスイートカロリーゼロ」 ..... 小さじ1・1/3 (4g)
- オリーブオイル ..... 小さじ2

- ①牛肉は室温にもどし、(A)をすり込む。
- ②フライパンにオリーブオイルを熱し、①の牛肉を入れ、強火で表面を焼く。一面ずつ90秒ほど焼き、全面を焼いたら、アルミホイルで包み、そのまま冷ます(時間外)。肉汁はとっておく。
- ③小鍋に②の肉汁、(B)を入れて火にかけ、4～5分煮詰めてソースを作る。
- ④②の牛肉を食べやすい厚さに切って器に盛り、③を添える。



20分 (時間外を除く) 386kcal 塩分4.4g

メニュー提供:キュービー(株)

# 2(土) 青じそとたたき長いものサラダ



5分 91kcal 塩分1.0g

正月明けには、胃腸を休めるために長いもを使ったサラダはいかがでしょう。手軽に作れるメニューで年始の健康的な食生活をサポートします。

材料(2人前)

- 長いも ..... 200g
- 青じそ ..... 10枚
- ちりめんじゃこ ..... 大さじ2
- キュービー ノンオイル梅づくし ..... 大さじ2

- ①長いもは皮をむき、ビニール袋に入れ、麺棒などでたたいて食べやすい大きさにする。
- ②①とちりめんじゃこを混ぜ合わせてノンオイルで和え、器に盛りつける。せん切りにし、水にさらして水気をきった青じそをのせる。



# 3(日) チキンカツの太巻き

メニュー提供: Bull-Dog

ブルドック とんかつソースを使ったメニュー。梅肉を混ぜたソースでさっぱり食べる。すし酢はごはん1合に対して砂糖20g、酢大さじ2、塩5gを加熱したものを混ぜて作ります。

材料(2本分)

- すし飯 ..... 1合
- チキンカツ(1cm幅に切る) ..... 1枚
- (A)梅肉 ..... 小さじ1
- (A)ブルドック とんかつソース ..... 大さじ4
- 水菜 ..... 20g
- レタス ..... 2枚
- 紅しょうが ..... 30g
- プロセスチーズ(棒状に切る) ..... 60g
- 白ごま ..... 適量
- 焼きのり(全形) ..... 2枚

- ①チキンカツに(A)のソースをつけ、すし飯に白ごまを混ぜておく。
- ②巻きすに焼きのりをのせ、手前から3/4にすし飯の1/2量を均一に広げ、向こう側の端に2cmほどの高さの壁をつくる。
- ③すし飯の手前側5～6cmをあけて、水菜、紅しょうが、チーズ、レタスで包むようにチキンカツをのせる。
- ④具がぐずれないように巻きすの手前から向こう側へしっかりと巻く。
- ⑤ひと巻きしてギュッと押さえてから、さらに向こう側へ転がすようにし、焼きのりの端を巻きつける。
- ⑥巻きすで巻いたまましばらく形を落ち着かせ、好みの幅に切る。
- ⑦同様にもう1本巻く。



30分 1678kcal



## こおりやま情報グルメBOOK 「郡山でランチ」好評発売中!

#飲食店 応援

カフェ、食堂、和食、洋食、中華など、ジャンル別に「こおりやま情報編集室」が総力で取材しました。さらに、テイクアウトのお弁当情報や通し営業のラーメン店も紹介。



県内主要書店、郡山商圏のコンビニ、アマゾンで発売中。定価880円(税込)

※お問い合わせの際は「こおりやま情報を見た」とお伝えください。

「こおりやま情報」1カ月分の料理レシピペーパー

**無料**  
2021年1月号 vol.172  
毎月25日発行

**福島県版**

ぼるたーた  
**PORTATA**

『ぼるたーた』とは、イタリア語で『一皿』という意味です。毎日の食卓を彩る一皿を『ぼるたーた』で！  
※本誌記事・写真・イラスト等の無断転載を禁じます。

発行:ケイシイシイ株式会社 〒963-8004福島県郡山市中町14-19 TEL.024-922-3131 FAX.024-922-3138

**日帰り入浴**  
3時間まで広間でご休憩

10:30~16:00まで 20:00~21:00まで

平日・土曜	日曜・祝日
大人 600円 3歳~小学生 300円	大人 800円 3歳~小学生 400円

郡山市 磐梯熱海温泉  
TEL.024-984-2130 <http://kirakuya.jp>

予約ができる  
携帯ホテメーシ

今月のオススメ **ローストビーフ**



- 材料(4人前)
- 牛もも肉(ブロック)..... 300g
  - 塩 ..... 小さじ2/3
  - 砂糖 ..... ふたつまみ
  - サラダ油 ..... 小さじ1
  - <ソース>
  - (A)しょうゆ ..... 大さじ1
  - (A)みりん..... 大さじ1
  - (A)玉ねぎすりおろし ..... 大さじ1

20分(放置時間を除く)

火入れが難しいローストビーフも、湯煎で作ると失敗しにくいです。

あのクリクラが開発した **新商品!**

**ZiACO**

1台で「加湿器」と「空気清浄機」の役割!

安心なノンアルコールミストで快適除菌。  
ウイルス・菌・ニオイ・花粉対策に。大切なひとのために清潔空間を。

入会金・解約金 **0円!**

ZiACO噴霧器 レンタル代 **1,000円/月(税込)**

ZiACOパウチ (加湿器専用) 単品(3L) **1,600円(税込)**

ZiACOパウチ (加湿器専用) 3セット(3L×3) **4,000円(税込)**

クリクラの原水 + 次亜塩素酸ナトリウム + 炭酸ガス = ZiACO

クリクラユーザーなら、さらにお得に利用できます!  
お問合せ・お申し込みはコチラ▶

株式会社 **コンビボックス** **0120-043-252**  
<https://www.crecla-northland.jp>

**作りかた**

- ①牛もも肉は冷蔵庫から出して30分~1時間置き室温に戻す。表面に塩と砂糖をまぶす。耐熱容器に(A)を入れて電子レンジ(600W)で40秒加熱して冷ましておく。
- ②フライパンを中火で熱してサラダ油を加え、①を各面1分ずつ焼く。
- ③触れるくらいになったらラップで2重に包み、さらにアルミホイルでしっかりと包む。
- ④鍋にお湯を沸かし、ふつふつと気泡が出てきたら③を入れて落し蓋をし、弱火で5~10分静かにゆでる。火を止めてそのまま20分おく。鍋から取り出して室温に置いて冷まし、好みの大きさに切り分けて器に盛り、ソースを添える。

は~とずっとほっと

**ほけんの110番!!**

hoken

**ヨークタウン郡山金屋店**

今の保障内容を見直しませんか?

40社以上の保険会社からオーダーメイドプランニング!

郡山市田村町金屋字冬室 91-2 ヨークタウン金屋内  
営業時間/10:00~19:00 ※駐車場 ヨークタウン金屋の駐車場をご利用いただけます。

**☎024-953-8321 相談無料!!予約優先**

死亡保険・がん保険  
学資保険・医療保険  
自動車保険  
個人年金保険  
火災保険 など

ほけんの110番 検索

至日本大学工学部

HH20-0109-0005 有効期限2022年3月