

なないろ

nanairo

SPECIAL FEATURE

東京エレクトロ スポーツが 荏崎アリーナ まちを動かす

特集 FEATURE

なないろフォーカス 【感謝祭vol.3】開催♪
響き合う「ありがとう」のプリズム

ハケ岳セレクトセンのやオーナー
千野綾子 さん

音楽家・マリンバ奏者
大森たつし さん

なないろVIDEO PODCAST 始動!



Spotify YouTube

オリジナル動画も配信
※こちらから
ご視聴ください





肉と魚と果物の
荏崎市場

9月25日(金) ~ 10月24日(土)

食欲の秋

秋は
うまいもんが
いっぱい!



鮮魚 厳選仕入れ!さんま 続々入荷

三保の松原の松葉で炙った名物

薫松葉炙りかつお

しらす干し

本まぐろぶつ切り

(解凍品)

タコぶつ切り

ブロック
販売

100g
税抜 **298** 円

税込321円

100g
税抜 **298** 円

税込321円

100g
税抜 **680** 円

税込734円

100g
税抜 **398** 円

税込429円

わたなべ厳選牛

和牛肩ロース

しゃぶしゃぶ、すき焼き用

噛むほどにお肉の旨み、じゅわっと広がる脂の甘み!
和牛ならではの豊かな味わいをお楽しみください。

100g
税抜 **798** 円

税込861円

肉と野菜で
しゃぶしゃぶ!

国産豚ロース

各種

家族みんなの笑顔が集まる。
ちょっと贅沢な食卓へ。

100g
税抜 **198** 円

税込213円

お鍋に
ピッタリ!

えのき

シヤキシヤキ!
お鍋に大活躍!

1袋
税抜 **99** 円

税込106円

長ネギ

お鍋の名脇役!
甘みが引き立つ!

1束
税抜 **150** 円

税込162円

りんご

食後はデザートでほっこり♪

各種
1袋

税抜 **500** 円

税込540円

梨

※写真はすべてイメージです

秋のうまいもん勢ぞろい! たっぷり召し上がれ!



☎0551-45-8620

荏崎市藤井町南下條429-3
営業時間:10:00~19:00
水曜定休



Instagram

わたなべ
長坂店



☎0551-30-4429

北杜市長坂町大八田196
営業時間:10:00~19:00
日曜定休



Instagram

高槻店は有限会社わたなべ精肉加工製造事業部として稼働しています。

ネーミングライツ
1周年記念

東京エレクトロン 荊崎アリーナ

スポーツフェスタ 2026

からだを動かす楽しさを、
みんなで体験しよう！

参加
無料

ミズノ ビクトリークリニック

金メダリスト 松友 美佐紀さん 来場！

トップ選手から学ぶバドミントンクリニック！
楽しむ気持ちを大切に、一歩ずつ強く、うまくなろう！

事前予約プログラム

ミズノ ビクトリークリニック

バドミントン
松友美佐紀選手より
直接指導を受けられます！
人気の特別講師による
クリニック！

●定員 36名 ●対象 中学生以上
●時間 13:15～15:15

ミズノ 走り方教室

お子様に人気！
走り方のクリニック！
速く走れるようになるための
練習やポイントをお伝えします！

●定員 各回 25名
●時間 幼児 9:00～9:50
小学低学年 10:00～10:50

U-6 親子Deミニ運動会

未就学児と保護者で
一緒に楽しめるミニ運動会！
親子で思い出をつくらう！

●定員：30組
●対象：6歳までのお子様と保護者様
●時間：11:00～12:30

スタジオレッスン

音楽に合わせて
楽しく体を動かそう！
エアロビクスやヨガなど、
人気インストラクターの
レッスンを開催！

●定員 20名～25名
●対象 中学生以上
●時間 9:00～15:00

2026 **10/17** 土
9:00-15:00 開場 8:30

会場 東京エレクトロン 荊崎アリーナ
〒407-0004 山梨県荊崎市藤井町南下條 897

対象 どなたでも参加できます
※未就学児は保護者同伴でご参加ください

予約受付開始

9月7日(月) 9:00～

お記QRコードからお申し込みください

予約はこちら



予約不要! 当日参加 できるイベントも盛りだくさん!

1 ちよいムズチャレンジ



みんな夢中! 小さなお子さまも楽しめるサッカー
チャレンジ!

2 激ムズチャレンジ



シンプルだけど超難関! 大人も本気でチャレンジ!

3 ピックルボール



テニス・卓球・バドミントンの要素を併せ持つア
メリカ発祥のニュースポーツを体験しよう!

4 ポッチャ



シンプルなルールで初めてでも安心! だれで
も楽しめるポッチャ体験!

5 500歩サッカー



世代や経験を超えて一緒に楽しめる、新感覚
コミュニケーションサッカー!

6 スポーツフェンシング



安全な用具を使ってフェンシング体験! スピード感
と駆け引きを楽しもう!

7 レザー小物づくり



野球の廃材を活用し、コインケースやミサンガ、
ストラップを作ろう!

8 ダイドーの 工作自販機づくり



段ボールで自販機をつかって、モノづくりの
楽しさを学ぼう! (先着50組)

9 オリジナル うちわづくり



手形を押して自分だけのオリジナルうちわづくり!

10 モーションDNA



歩き方を分析して自分の歩行タイプや能力を
知ろう! 健康づくりの第一歩に!

※写真・イラストはイメージです。実際の内容と異なる場合があります

スタンプラリー開催



荊崎ロゲイニング



その他魅力的な内容が盛りだくさん!

- ・緑日開催
- ・キッチンカー出店
- ・当日抽選会開催!

最新情報は
公式サイトで!

東京エレクトロン 荊崎アリーナ スポーツフェスタ

TEL



主催 東京エレクトロン テクノロジーソリューションズ株式会社
共催 ミズノスポーツサービズ株式会社
協力 ミズノ株式会社 / 荊崎市教育委員会 スポーツコミッション

後援 荊崎市 / 荊崎市教育委員会
NPO 荊崎スポーツクラブ / NPO 子育て支援センターちびっこはうす
NPO 法人にららん / nanairo 株式会社

お問い合わせ
東京エレクトロン 荊崎アリーナ (荊崎中央体育館)
営業時間 9:00～22:00
TEL 0551-45-9255

大切な家族に選びたい水を、大切なペットにも。

やさしさにこだわった独自の『完熟ミネラル水』は、体調や年齢が気になるペットにも配慮をしているので、いつもの水を変えるだけで大切な家族に安心を与えられます。飲むことから、元気な毎日。



17歳の認知が進んだ老犬に完熟ミネラル水を3週間飲ませた結果はコチラ



完熟ミネラル水のすごさはこんなところにも

対象区
(完熟ミネラル水未供給)



実験区
(完熟ミネラル水供給)



植物の育ちにも、こんな違いが。

同じ環境・同じ水量で育てた胡蝶蘭を比較。完熟ミネラル水を使用した株は、葉が大きく厚くなり、緑色もより濃く成長しました。さらに、根が少ない状態でも生育し、花にもハリが見られる結果に。水分や栄養を効率よく取り込める働きがうかがえます。

山梨県立フラワーセンター協力資料より

お水の情報はQRコードから確認できます。



毎日飲むものだから、人にも、動物にも、やさしいものを。美容と健康を考え続けてきた私たちが、水そのものに向き合ってきた「完熟ミネラル水」。大切なペットの毎日の健康を想うこと。それは、私たち自身の身体を想うことと同じです。



原因に着目し
黒髪を育てる!!

白髪染めの持続サイクルが2倍に!! 白髪の原因はオキシではなくジアミンだった!! グレイカラーの新常識

YouTube チャンネル
復活ピコトーク



近年、ジアミンアレルギーや敏感肌の増加により、ノンジアミンカラーの需要が高まっています。

また、ジアミンは肌を老化し、白髪を増やす因子でもあることが判明されてきています!! 当サロンはノンジアミングレイカラーでも透明感あるカラーやダメージが気になる方にも、美しい発色とトリートメント効果を両立できるメニューをご用意しました。



3週間→1.5か月、1ヶ月→2ヶ月にストレス無く生活出来ております! 生え際や分け目に目立った白髪の集団に、黒髪産毛が発生。白髪も半透明化し、存在がなくなります! 全ては、アレルギーの元ジアミンを未使用で白髪染めを可能にした開発の成果です! 特許申請中! ヒーリングカラー。白髪とエイジングヘアの元凶はカラー剤のジアミンでした。ノンジアミングレイカラーで全ての発色を可能とした、世界初の特許申請商材になります。年間のサロンカラー使用回数が半分以下で満足致します! 色持ちも良いので毎日快適に過ごせますので、サロンではヘッドスパなど、更に頭皮の若返りマッサージを中心にした施術をおすすめします。

多彩な色を選択できるハイトーングレイカラー

ノンジアミンWプロセススーパーヒーリングカラー

W プロセスのライトナーやブリーチパウダー、そしてオキシの独自の配合により、髪を傷めず速やかにリフトし、新生部の白髪には余分な油分を取り除く事でノンジアミンカラーが入りやすく、既染部の脱染も速やかに進行。髪はノーダメージでリフトします。その後のノンジアミンヒーリングカラーにより、根元から毛先まで半透明に、暗いトーンから明るいトーンまで白髪を完全カバーしたハイトーンの白髪染めが実現します。



白髪がしっかり染まり
髪質改善も同時に可能です
施術後の実髪動画はこちら



M3D
AESTHETIC & CARE
エムスリーディー

Hair Produce A La Mode
[ヘアプロデュースアラモード]

TEL: 055-232-3335

〒409-3867 山梨県中巨摩郡昭和町清水新居1082-1
M3D International Central Hills内【大型駐車場完備】

通常営業日

火曜日・水曜日・木曜日・土曜日
10:00～19:00

OLday 金曜日

11:00～20:00 日曜日・月曜日

ホットベッパ
QRコード



◎巻頭特集 | 東京エレクトロン 韮崎アリーナ
スポーツがまちを動かす

◎なないろフォーカス
【感謝祭vol.3】開催♪
響き合う「ありがとう」のプリズム

ハケ岳セレクト センのや オーナー 千野綾子 さん × 音楽家・マリンバ奏者 大森たつし さん

※本誌掲載情報は2026年9月15日現在のものです。状況により情報が変更されることがありますので、最新情報は各店舗等にご確認ください。

◎地元美味しいお店たち
GOURMET GUIDE 「食欲の秋」
グルメガイド

◎地元のことはこちらにおまかせ!
HAIR & HEALTH & AREA GUIDE
ヘア&ヘルス&エリアガイド

◎我が家の天使たち
KissKissKIDS
キスキスキス

◎お出かけ情報がいっぱい
Event news
イベントニュース

◎なないろエリアの求人情報
まちJOB

◎みんなでつくる読者のページ
Reader's room
リーダーズ ルーム

◎お得なプレゼント盛り沢山
読者プレゼント

「月刊なないろ」は各ご家庭へ配布するフリーマガジンです。
※月刊なないろ誌面の掲載金額は総額表記です。
※なないろ11月号は10月20日発行(予定)です。

華原朋美
kahala tomomi Concert Tour ♡ Fantastic songs ♡
2027年1/30(土)
会場 YCC県民文化ホール(山梨県立県民文化ホール) 大ホール
時間 開場 16:00 / 開演 16:30
チケット料金 指定席 ¥9,300 (税込)
※3歳以上有料
各プレイガイドは
YCC県民文化ホール ☎055-228-9131
QRコード: イープラス チケットぴあ ローソンチケット
好評発売中!
お問い合わせ DISK GARAGE <https://info.diskgarage.com/>

新聞未購読家庭にも… **低コストがGOOD** **短納期対応** **小ロットでもOK!**
そのチラシ配ります!!
より多くの人の手に届く! 今まで満足いく広告効果を得られなかった… 新聞折込で集客できなくなってきた… より高いPR効果!
専属スタッフが一軒一軒ポスティング
A4(20g以下) 併配の場合 1部 **4.07円税込**~
なないろ nonairo
0551-30-7607
〒407-0051 韮崎市円野町上戸井1870-1

[トレンドニュース]

今月のトレンド情報ピックアップ!! ニューオープン・リニューアル・アニバーサリーなど最新情報をお届けします。

TREND NEWS

7/8 オープン **菓子やokame**

くつろぎの古民家で
小麦の芳ばしさ感じる焼き菓子を

Instagramにて問合せ
住 北杜市大泉町西井出 8387-1 古民家ノキタ内
営 水木10:30~15:30 (L.O.15:00)
休 日~火、金・土
Instagram有

9/2 オープン **ニラベル NIRAPEL**

アメリカ横丁の9店舗目
イトインOKなバン屋さん

Instagramにて問合せ
住 韮崎市中央町1-14
営 10:30~16:00
休 日~火
Instagram有

9/5 オープン **lily's closet**

体型でオシャレを諦めない!
プラスサイズ古着専門店♪

Instagramにて問合せ
住 韮崎市大草町若尾74-1
営 土日祝12:00~18:00
要予約で10:00~12:00
※上記2時間帯は完全貸切制
休 月~金
Instagram有

9月中旬 オープン **こぶさちわ大滝湧水 おおたきご縁舎**

ご縁で繋がるコミュニティの場で
「おおたき水の精アクション」が始動

Instagramにて問合せ
住 北杜市小淵沢町上笹尾 2734-2
営 9:00~17:00
休 水 ※祝日の場合は木に振替
Instagram有

9月中旬 オープン **こぶさちわ大滝湧水 日日茶屋**

おおたきご縁舎であんみつなど
手作り甘味をゆったり味わって

Instagramにて問合せ
住 北杜市小淵沢町上笹尾 2734-2
営 9:00~17:00
休 水 ※祝日の場合は木に振替
Instagram有

10月上旬 オープン **古民家カフェ 天狼座 -tenrouza-**

ハイカラ昭和洋食と
明野産焼き芋スイーツ専門店

Instagramにて問合せ
住 北杜市明野町下神取 779-2
営 11:30~14:30
土日11:30~16:00
休 火・木
Instagram有

オープン 1周年 **いとまCHOCOLATE & ICE CREAM**

山梨発のクラフトチョコレート
白州台ヶ原のカフェショップ

Instagramにて問合せ
住 北杜市白州台ヶ原2196
営 11:00~17:00
休 月・火
Instagram有

オープン 7周年 **隠れ酒場 異彩**

おかげさまで7周年
異彩で旬の味と美味しい酒を

Instagramにて問合せ
住 韮崎市藤井町駒井2780-1
営 17:00~23:30(23:00L.O.)
休 木
Instagram有

スポーツが

まちを動かす



昨年9月に「東京エレクトロン 荊崎アリーナ」の名称にて新たに始動し、一周年を迎えた荊崎中央体育館。さまざまなジャンルの中から自分に合った好きなスポーツを見つけられる！身体を動かすことが毎日の楽しい日課になる！そんな魅力を発信している。施設の維持管理・運営業務総括責任者であるミズノ株式会社の今淵 正俊さんを訪ね、地域を活性化するスポーツの持つ力について伺った。

スポーツを日常で楽しむための
きっかけづくり

「これから始めてみたい！という初心者向けに新たな取り組みとして、平日の夕方に小学生からでも参加できるバスケットボール、バトミントン、ダンス、平日の日中には大人や高齢者向けに卓球の教室を主催しています」と今淵 正俊さん。

あくまで入口としていろいろな体験してもらい、やってみて自分の向き不向きを知り、好きなスポーツを見つけたいというのを目指したいという。もっと深く追求したいと感じたら、分野に特化した民間の施設や専門的なスクールを訪ねるのもいいと勧める。

主催の4教室の他、地域のスポーツ少年団による柔道、剣道、空手、バレーボール、陸上などの練習も実施されており、実にさまざまなスポーツに触れる機会が開かれている。

施設内にはキッズルームもあり「まだ下の子に手がかるの



運営業務統括責任者の今淵正俊さん

で：「というママさんも、お兄ちゃんやお姉ちゃんが教室で運動している間に、幼い弟妹を安心して遊ばせることもでき、お子さん連れの利用者も増えているようだ。

「すごく激しいわけではないけど、運動量もある卓球は、高齢の方にも人気で、ほとんどが個人で参加されていますが、ここで仲間になって新たなコミュニティもできたりします。また、月謝制の教室とは別ですが、単発で申込みのできる『ピッケルボール』も募集するとすぐ満員になってしまいうほどの大人気ぶりです」とこやかに話す今淵さん。

チャレンジするまでの敷居をできるだけ下げて、毎日の暮らしにスポーツで動力をつけてほしいと考えている。

地域に暮らす人が健康になると
まちも元気になる！

昨年までは都心で暮らしていたという今淵さんは、自身の経験談として電車通勤していた当時に比べ、車社会の中で歩く機会が圧倒的に減ったと話す。「自宅から駅まで歩き、電車を降りて職場まで歩く：毎日それを繰り返すだけでも結構な歩数になるのですが、今は、通勤も買い物も車でドア・トゥ・ドアなので、ほとんど歩くことがありません。日頃歩かないとやはり身体に不調をきたすようになりますよな。

利用者さんの
声を聞きました！

カラダを動かすことが、もっと身近に。

荳崎市在住 74 歳男性

トレーニングルーム

屋内ランニングコース

体力に自信はあったのですが、70 代になり古希を迎え、身体の衰えを感じ、あらためて健康は大切だと気づきました。それで、筋力や体力をつけようと通うことにしました。ほぼ毎日、2、3 時間トレーニングしています。快適だし出勤しているようなものです。「屋内ウォーキング・ランニングコース」もあり、妻と二人でぐるりと歩いて回ります。大変よく考えられた施設。多くの人にご利用いただきたいです。



北杜市在住 40 代女性

マルチスタジオ

最初はスタジオレッスンに少し緊張していましたが、大きなモニターを見ながら自分のペースで動けるので、気軽に参加できました。初心者でも気軽に楽しめるし、しっかり運動したい時にもぴったりです。通ううちに顔なじみやお友達もできて、今では新しい趣味が増えたことが嬉しいです。

荳崎市在住 10 代男性

メインアリーナ

部活でバスケットをしています。友達との自主練や休みの日にもよく利用しています。みんなで遊びながらバスケットができるのも楽しいです。教室もあるので、これから始めてみたい人にもいいと思います。冷暖房があるので、夏も冬も快適に使えるところも気に入っています。



「この『東京エレクトロン荳崎アリーナ』がまちを活性化させる原動力のひとつになれば嬉しいですね」と展望も語ってくれた。

「運動して疲れた後の方が、夜もぐっすり眠れますし、気持ちもリフレッシュしてメンタルも健康になります。いい循環のリズムが生まれるので、とにかく身体を動かすことを毎日の習慣に、生活の一部にしたいです」と呼びかける今淵さん。

「身体が元気になる、仕事の効率も変わり、生産性も上がる。地域に暮らすみんなの健康が進すれば、まち全体も元気になる。」

「運動して疲れた後の方が、夜もぐっすり眠れますし、気持ちもリフレッシュしてメンタルも健康になります。いい循環のリズムが生まれるので、とにかく身体を動かすことを毎日の習慣に、生活の一部にしたいです」と呼びかける今淵さん。



誰もが気軽に始められる運動環境を！

今淵さんオススメ PICK UP!!



ピックルボール

マイ・バドルやこだわりの服装などを持参で来る方もいらして、今、話題沸騰、人気に火がついているスポーツです。「東京エレクトロン荳崎アリーナ」を「ピックルボールの聖地」にしたいですね。



東京エレクトロン荳崎アリーナではたくさんのプログラムを用意しています！詳しくはホームページをご覧ください！

芝生広場運動場がオープンします



お子さん連れの家族同士でものびのび憩えるような場所になってほしいですね。サッカーなどに親しんでいる方にも気持ちよくご利用いただける環境を整えています。また、5面のテニスコートも観客席を設けて刷新しており、来年3月31日にはオープン予定です。

ネーミングライツ1周年記念
スポーツフェスタ開催

ネーミングライツ1周年記念
東京エレクトロン 荳崎アリーナ
スポーツフェスタ
2026

2026 10/17 土
9:00-15:00 開場 8:30

トップ選手によるバドミントンクリニックや、年齢や経験問わず、地域のみんなが楽しめるスポーツイベント！多くの方にスポーツの楽しさを体験していただけます。



スタニラ味噌ラーメン

9月19日(土)から
10月23日(金)まで

毎年人気のメニューが
今年も復活! 特製の
「旨ダレ餡」を絡めた
ひき肉とニラを
どっさり載せたスタミナ
満点の一杯です。

期間限定

スタニラ味噌
ラーメン **1,150** 税込 円



急募
土・日・夜働ける方
大歓迎!



百年味噌ラーメン
マルキン本舗

STAFF大募集!

主婦
学生

歓迎!

**パート
アルバイト**

[勤務時間] 9:00~22:00の間(シフト制) ※短時間・フルタイムも応相談
[時 給] 1,200円~(研修期間1,100円) 昼のみ、夜のみ、平日のみ、土日のみOK!
[資 格] 16歳以上
[待 遇] 奨励手当、時間外勤務手当、通勤手当、
制服貸与、髪型自由、まかない補助あり、他

**5名
募集!**

**2名
社員登用
制度有り**

お気軽にお電話ください! ▶ ☎ **0551-30-7603**



百年味噌
ラーメン
マルキン本舗

きららシティ
休業日以外は
休まず営業!!

営業時間 AM11:00~PM9:00(L.O PM8:30)

山梨県北杜市長坂町大八田160(きららシティ内)

※定休日はきららシティに準ずる。(年4回)



百年味噌ラーメン
マルキン本舗
**マルキン餃子
3個サービス**

※本券は、種類ご注文の方に限る。
※本券は、1枚で1グループ(人数分)
ご利用頂けます。
※本券は、他のサービス、クーポンとの
使用は出来ません。
有効期限/2026年10月末迄

百年味噌ラーメン
マルキン本舗
**マルキン餃子
3個サービス**

※本券は、種類ご注文の方に限る。
※本券は、1枚で1グループ(人数分)
ご利用頂けます。
※本券は、他のサービス、クーポンとの
使用は出来ません。
有効期限/2026年10月末迄

百年味噌ラーメン
マルキン本舗
**マルキン餃子
3個サービス**

※本券は、種類ご注文の方に限る。
※本券は、1枚で1グループ(人数分)
ご利用頂けます。
※本券は、他のサービス、クーポンとの
使用は出来ません。
有効期限/2026年10月末迄

百年味噌ラーメン
マルキン本舗
**マルキン餃子
3個サービス**

※本券は、種類ご注文の方に限る。
※本券は、1枚で1グループ(人数分)
ご利用頂けます。
※本券は、他のサービス、クーポンとの
使用は出来ません。
有効期限/2026年10月末迄

津金のりんごで今年も秋がはじまる。 必ず食べたい、アップルパイ。



レストランではアイスクリームを添えて温めたアップルパイを味わえます。

奇跡の土地と云われる津金
八ヶ岳南麓、津金の秋は、りんごが色づくところから始まります。「奇跡の土地」とも呼ばれるこの地は、標高が高く、昼夜の寒暖差も大きい。おいしい学校の畑で育つ紅玉も、きりつとした酸味と濃い香りを蓄えて、秋の訪れとともに真っ赤に実ります。

津金の紅玉が主役

収穫した紅玉は、赤い皮ごとじっくりコンポートに。火を入れるうちに、果肉は自然と鮮やかなピンク色へ。そのりんごを18センチのパイに約3個分、惜しみなく包みます。クリームも、ほかの果物もいりません。

パイなのに、食べた瞬間にまず感じるのは、紅玉そのものの酸味とみずみずしさ。
主役は最初から最後まで、りんごです。



津金りんごのアップルパイ。
1ホール2,484円(税込)。1/4カットも。



おいしい学校の畑をはじめ、津金で育った紅玉を使用。

パイ生地へのこだわり

包むのは、発酵バターを使って何層にも折り込んだ手作りのパイ生地。仕込むのは、かつておいしい学校で働いていた元パン職人。退職した今も、この季節になると、このアップルパイのために厨房へ戻ってきます。

変わらない職人の手仕事

焼き上がれば、生地はサクッと軽やかにほじけ、発酵バターの香りの向こうから紅玉の酸味がすつと立ち上がる。津金のりんごがおいしいからこそ生まれる、アップルパイです。

そして、味わえるのは、この津金の紅玉がある間だけ。

津金りんごのアップルパイ

1ホール2,484円(税込)

1/4カットあり

秋季限定・予約可／紅玉がなくなり次第終了

午後はゆったり 校舎でアフタヌーンティー

校舎で過ごす午後に、少し贅沢なティータイムを。

カヌレやフィナンシェなどの焼き菓子、その日のミニケーキに、秋は津金紅玉のアップルパイも。軽いサンドイッチなどのセイボリーを、庭で育てた生ハーブティーや紅茶とともに楽しめます。

お一人様 2,800円(税込)／14:00～16:00／要予約・数量限定



おいしい学校

☎ 0551-20-7300
10:00～20:30 水曜定休

〒408-0101 山梨県北杜市須玉町下津金3058 三代校舎ふれあいの里 昭和館

ECサイト
北杜のデバ地下
でも販売開始!





SNS

▼二八蕎麦は毎週提供、蕎麦湯で至福の締めを



▼定期的に訪れる写真家夫妻



▼たくさん炊くと倍美味しい！



スタッフメッセージ

実りの秋が到来しますね。お蕎麦とセットで炊き込みご飯もぜひどうぞ。日によっては、これから栗やきのこなど秋の味覚も炊き込みます。

気づけば風も秋色…ツルツルッと粹に香り高い爽やかな定番の二八蕎麦を！

「喉越しのよさ」と「しなやかなコシ」をもたらす黄金比率の「二八蕎麦」。武川の水、白州の蕎麦粉を使用し、女性蕎麦職人の店主が打つ繊細な味わいを堪能して。青のりや抹茶などを練り込んだ週替わりの「変わり蕎麦」も要チェック！

手打ち蕎麦

満月庵

☎080-7399-2493

〒北杜市武川町牧原675-1

11:30～14:00(売切終了)

水・木

有

facebook、Instagramあり

- ◆二八蕎麦800円
- ◆十割蕎麦900円
- ◆季節の変わり蕎麦900円
- ※9月19日～22日は茶そば
- ※9月25日～29日はシークワーサー蕎麦(変更の場合あり)
- ※10月2日～6日は十割蕎麦(毎月Instagramで案内中)
- 炊き込みご飯セット+200円
- 炊き込みご飯大盛は100円増し
- 蕎麦二枚目は200円引き
- ※蕎麦の大盛はなし
- ◆蕎麦湯を使った手作り蕎麦プリン 200円
- ◆満月庵満喫セット1,800円(蕎麦2種+炊き込みご飯+蕎麦プリン)



▼宴会コースは3,850円～、部屋は最大48名収容



▼人気の「181サラダ」



▼大好評「地どりのホルモン焼きそば」も復刻



スタッフメッセージ

人気の「181サラダ」や「地どりのホルモン焼きそば」も復刻し、焼き鳥はもちろん、みんなで楽しめる一品料理も豊富にご用意！

甲州地どりの旨みを最大限に一串一串に込めた職人の技を

甲州地どりを備え炭で一本一本丁寧に焼き上げ、鶏本来の旨みを引き出す焼き鳥。塩には高知県土佐の「初代土佐の塩丸」完全天日塩を使用。素材の持ち味を生かした、香ばしく味わい深いこだわりの一串を提供。

甲州地どり庵

一戸 (いっぴい)

☎0551-30-4194

〒北杜市長坂町長坂上2582-1

17:00～23:00(最終入店21:00)

食事(L.O.22:00)、飲み物(L.O.22:30)

日、祝日の月

有

HP、Instagramあり

- ◆宴会コース3,850円～
- ◆2時間飲み放題(4名～) 2,750円～
- ◆コース2,750円～
- ◆串もの単品418円～
- ◆一品料理385円～

ワインやウイスキーは県産のものをはじめ、希少なものも用意。平日は希少部位も欠品しづらく料理提供も比較的スムーズなのでおすすめ。

忘年会シーズンにもおすすめ！

最大48名様まで収容可能なお部屋をご用意しておりますので、大人数での宴会からご家族・少人数でのお食事まで、ぜひお気軽にご利用ください。



▼愛知一色産うな重 4,500円がクーポンで3,900円に、9/30まで！ ▼すしセット 1,350円



▼鮮度の良いネタが自慢のにぎり寿司



スタッフメッセージ

創業72周年を記念した特別企画は9月末までです。この機会に当店自慢のうな重を是非ご賞味ください！シルバークーパは特別営業します！

創業72周年記念の特別企画実施！自慢のうな重がお手頃に！

創業72周年を記念した特別企画。人気No.1の愛知一色産うな重4,500円が、クーポンを使えば3,900円に。9月末までで予約限定なので、必ず予約をしてお店に行こう！9月の5連休は特別営業するので、この機会に是非！

食房

うな松さくら寿し

☎0551-32-2202

〒北杜市長坂町長坂上2582-1

11:30～14:00(L.O.13:30)

17:30～21:00頃(L.O.20:00頃)

月・火 ※9/21、22は営業、9/24は代休

有

スタッフ募集

- ◆愛知一色産うな重(テイクアウトOK) 4,500円
- ◆すしセット1,350円
- ◆上すしセット1,890円
- ◆法事コースまたは法事弁当4,500円
-5,500円
-6,500円
- ◆ひれかつ定食(テイクアウトOK) 1,650円
- ◆ロースカツ定食(テイクアウトOK) 1,550円
- ◆天ぷら定食(テイクアウトOK)2,000円
- ◆銀だる西京味噌漬焼き定食1,750円(テイクアウトOK)
- ◆本まぐろ中とろ丼3,800円
- ◆鉄火丼1,800円
- ◆いくら丼4,500円

法事弁当、対応可能
寿司、刺身なども、ほぼすべてテイクアウトOK



SNS

創業72周年記念特別企画、予約限定(9/30まで)
うな重4,500円→3,900円

※予約時「ないうなを見た」と一言

※1枚につき何名でも可

※テイクアウトでも使用可

※店内での注文時にクーポン提示

期限26.09.30 食房 うな松さくら寿し



他情報も！



▼ハロウィンどら焼き



▼お月見団子



▼芋蒸し羊羹



スタッフメッセージ

美味しい味覚を楽しめる季節がやってきました。
旬の栗やかぼちゃ、さつまいものお菓子がおすすめ
です。十三夜のお月見団子もお忘れなく！

味わえるのは10月だけ！
かぼちゃあんハロウィンどら焼き

金精軒自慢のつぶあんとなつぷりのかぼ
ちゃあんをフワフワの皮で挟んだ限定どら
焼き。この組み合わせが相性抜群！お化けと
カボチャが目を引くハロウィンパッケージ
もかわいい。

甲州台ヶ原
金精軒

台ヶ原店
☎0551-35-2246
〒北杜市白州町台ヶ原2211
9:00~17:00
休木 有
kinseiken.co.jp/



三崎店
☎0551-25-1033
〒三崎市中田町小田川1154
9:00~17:00
休火 有
kinseiken.co.jp/



▼すしランチは味噌汁、小鉢、お茶が付いて1,300円



▼特製ばらちらしはネタの下に錦糸卵がびっしり！



▼旬のネタに舌鼓！握り寿司(中) 2,000円



スタッフメッセージ

地元の皆さんが「おいしい」と喜んでくださるのが何
より嬉しい。宴会も大歓迎。旨い酒も取り揃え
ています。隣のお店ではカラオケも楽しめますよ！

腕利き寿司職人が自ら店主となって
新たな気持ちで日・月もランチ営業！

新鮮な魚介で職人が握る絶品の寿司を味わえる
店。ゆったり食事を楽しめる座敷席もあり、足繁く
通うファンも多い。9月1日より営業日は全てランチ
もスタート。人気のすしランチに加え、「特製ばらちら
し・花鳥スペシャル」もランチにはお得価格で提供！

すし処 花鳥

☎0551-45-8443
〒北杜市長坂町大八田栗林4491-5
☎ランチ11:30~14:00
夜17:00~20:30(L.O.20:00)
休火・水 有
Instagramあり

- ◆すしランチ(写真)1,300円
- ◆特製ばらちらし「花鳥スペシャル」ランチ
(写真)1,500円
- ◆握り寿司、ちらし寿司(並) ...各1,500円
- ◆握り寿司、ちらし寿司(中) ...各2,000円
- ◆握り寿司、ちらし寿司(上) ...各2,500円
- ◆握り寿司、ちらし寿司(特上) 各3,500円
- ◆特製ばらちらし「花鳥スペシャル」 2,000円
- ◆鮎にぎり2,000円
- ◆かんぴょう巻、かつ巻、納豆巻、梅巻等 各1,000円
- ◆刺身定食2,000円
- 《夜限定メニュー》
- ◆鶏唐揚げ定食1,500円
- ◆とんかつ定食1,700円
- ◆アジフライ定食1,300円
- ◆牛タンコロッケ定食1,200円
- ◆銀だら粕漬定食1,500円
- ※単品もあり



▼人気No.1の天ぷらもりそば



▼夜限定お得なちょい飲みセット



▼新メニュー 梅おろしぶっかけ 1,230円



スタッフメッセージ

大村美術館、白山温泉に併設されていて、絶景を
見ながら、こだわりのそばをお楽しみいただけま
す。ご来店をお待ちしております。

自然とそばを楽しむ贅沢なひととき
温泉の後の食事にも

北杜市産の蕎麦粉を使用し、香り高い、喉越
しのいい蕎麦を提供。茅ヶ岳、金峰山の絶景
を眺めながら、贅沢な時間を楽しめる。各種
宴会、無尽など受付中。

そば処

上小路 (かみこうじ)

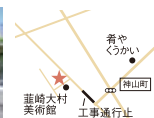
☎0551-23-4833
〒三崎市神山町鍋山1809-1
11:00~15:00
金土日17:00~20:30
休水 ※祝日の場合は翌日休
有 有
HP、Instagram有

- ◆天ぷらもりそば1,680円
- ◆海老天おろしぶっかけ1,560円
- ◆鴨つけ汁せいろ1,530円
- ◆信玄鶏つけ汁せいろ1,520円
- ◆富士桜ポーキングのこ汁せいろ 1,580円
- ◆甲州とりもつ800円

夜限定メニュー

- ◆マグロ刺身950円
- ◆タコぶつ700円
- ◆イカ刺し660円
- ◆枝豆350円
- ◆フライドポテト500円
- ◆鶏の唐揚げ800円
- ◆ちょい飲みセット(生ビール&とりもつ)1,000円

※季節により食材が変わることがあります



▼沖縄定番料理がずらり



▼種類豊富な泡盛が並ぶ



▼沖縄気分を味わえること間違いなし



スタッフメッセージ

おすすめ料理は随時更新中。詳しくはInstagram
をチェックしてください。オリオンビールをキンキ
ンに冷やしてお待ちしています。

三崎で味わう琉球情緒
秋の夜長もオリオンビールで乾杯！

店内に流れる沖縄音楽や、ずらりと並ぶ泡盛
の瓶が、沖縄好きにはたまらない。沖縄の定
番メニューも満載で、三崎にいることを忘れそ
う。昭和レトロの雰囲気と、沖縄の空気にひ
たろう！貸切対応可能で、最大16名まで。

アメリカヤ横丁
沖縄酒場じゃや

☎070-9012-7089
〒三崎市中央町1-11 アメリカヤ横丁ヤ棟
休水・木・金・土17:00~23:00(L.O.22:00)
休日~火 有
Instagram有

- ◆海ぶどう(小)600円
-(大)1,000円
- ◆豆腐よう500円
- ◆島らっきょ700円
- ◆ミミガー・梅肉和え500円
- ◆タコスサラダ800円
- ◆島豆腐サラダ750円
- ◆ジーマーミー豆腐400円
- ◆ゴーヤーチャンプルー750円
- ◆フーチャンプルー700円
- ◆手仕込みラフテー800円
- ◆紅芋コロッケ500円
- ◆あぐーメンチ500円
- ◆石焼タコライス900円
- ◆沖縄ソーキそば850円
- ◆じゅーしーおにぎり400円
- ◆ブルーシールアイス400円
- ◆サーターアンダギー2個 350円



白山温泉または三崎大村美術館の半券とともに提示で

100円引き(ドリンク・ジェラートは対象外)

※1回1名1枚のみ有効
※他サービス併用不可
期限26.10.31 そば処 上小路



3名以上の利用で

オリオンビール瓶1本サービス

※注文時クーポン提示 ※1回につき1枚1グループまで
※他サービス併用不可
期限26.10.31 沖縄酒場じゃや



期限 26.10.31 タローズハウス

クーポン提示で
800円引き

※初回は除く
※1ヶ月に1回有効

※現金支払いのみ
※SNSも!

QRコード

期限 26.10.31 R hair 荏崎店

バツとイメチェン♡前髪カット
1,000円→500円

※予約時クーポン提示
※他サービスと併用不可

QRコード

他情報も!

▼施術歴29年、オールハンドの手法で全身をほぐしていく



スタッフメッセージ

施術後、「すごく楽になりました!」と笑顔をいただくのが、とても励みになっています。看板にゃんことともお待ちしております。

キレイと健康は血流から! 血行を改善して身体の中からキレイに!

某有名雑誌で足のカリスマ20人に選出、自らの体験を元に編み出された深層筋整体。耳つばジュエリーも人気。PayPay可。

- ◆深層筋整体&ヘッドセラピー120分 8,800円
- ◆深層筋整体&耳つば120分8,800円
- ◆深層筋整体&足もみ120分8,800円
- ◆ふくらはぎ&台湾式足もみ100分 8,800円
- ◆免疫力アップコース 100分8,800円
- ◆初回限定8,800円→3,000円

予約は前日までお願いします

全身トータルケアサロン
タローズハウス

☎090-3475-3909

〒北杜市高根町長澤4986-1291

(ナビで出ない場合あり)

営業 10:00~18:00(以降応相談)

休 不定休 P 有

※「タローズハウス 長澤」で検索

要 予 約



▼オリジナル商品で普段のお手入れもサポート



スタッフメッセージ

最高に通いやすいサロンです。ぜひ一度ご来店ください! 最高の技術を提供いたします。

低価格でハイクオリティ
髪、キレイ! もっと身近に

安心安全な一流メーカー薬剤使用! 高い技術力で常連も多く、地域に愛されている。クレジットカード、スマホ決済可。

- ◆カット(シャンプー別途550円)2,640円
- ◆お白髪染め(シャンプー・ブロー込み) 3,740円
- ◆お白髪染め+カット(シャンプー・ブロー込み) 5,830円
- ◆ファッションカラー(シャンプー・ブロー込み) 4,290円
- ◆サラサラ縮毛矯正、デジタルパーマ(シャンプー・ブロー込み)9,130円
- ◆敏感トリートメント(シャンプー・ブロー込み) 5,500円
- ※ロング料金・指名料金一切ありません!

アールヘアー
R hair 荏崎店

☎0551-21-3222

〒荏崎市藤井町北下條370

営業 9:00~19:00

(カットのみ18:00)

休 月、第1・3火 P 有

※www.r-hair.net/

要 予 約 スタッフ募集



ヘアサロンガイド ヘルスガイド エリア インフォメーション

※表記の価格は税込価格です。

※ 誌面にはないクーポンもあるかも //

地元クーポン
スマホアプリ

フリモ



今しかない
この笑顔を

七五三

お出かけ
着物レンタル
0円

撮影料
通常 5,000円
今だけ 半額! **2,500円**
(土日祝も同料金)

大人気!
神社・大村公園での
ロケーション撮影
無料!

豊富な品揃えから選べて
成人式に必要なものもまじめて安心

成人式
振袖展示会

どこよりもお得に!
振袖レンタル

この価格、他店と
比べてみてください。

PHOTO STUDIO 432
須玉小学校向い、ザ・ビックの隣

☎0551-42-2723/0120-188-432

山梨県北杜市須玉町若神子 2251-2 定休日 / 水曜日
営業時間 / 9:00~17:30 スタジオ 432 検索

須玉町
須玉小学校入口

エアコンは
**夏の終わりに
キレイに!**

実は今が
**1番
おすすめ!**

ビフォー
こんなに
汚れてる!

アフター
スッパリ
キレイ!

今年の汚れは、今年のうちに!

カビ・ニオイを
徹底洗浄!
嫌なニオイもスッパリ!

電気代の節約に
つながる!
効率が良くなり、ムダな電気をカット!

キレイな空気で
家族も安心!
お子さまやご年配の方にもやさしい!

夏の終わりが1番おすすめの理由 /

- 夏の間たまったカビ・汚れをリセット!
- 冬にカビが増えにくい!
- 夏前・夏本番に慌てなくていい!

FUKURO エアコンクリーニング専門店 見積り無料!
暮らしサポート 福来朗 070-9144-8564
ふくろう 誠実な対応 丁寧な作業 安心の保証

PHOTO STUDIO 432
のWEB情報



SNS

公式LINEからの予約で
1,000円OFF

※公式LINEからの予約時に「なないろを見た」と一言
※他サービス併用不可
期限 26.10.31 暮らしサポート 福来朗

なないろ



予約も!

**キッチンカー de
にらん♪こども食堂**



日時:令和8年10月4日(日)
11時~14時
場所:荏崎市社会福祉協議会
荏崎市大草町若尾1680
お問い合わせ・ご予約 090-3068-8479 (内藤)



カレー・クレープ
限定 各50食
食数が限られるため
予約を
お願いいたします

AI搭載カメラで、より高精度な監視・検知を実現!

**その瞬間を、
見逃さない。**

警備のプロが見守る安心を、あなたの毎日に。



企業での
導入実績も
多数

ご自宅の
見守り

こどもの
見守り

ペットの
見守り

24時間 365日受付中!

🚗 駐車場警備 👤 イベント警備 🏠 オープン警備

昭和総合警備保障株式会社
担当: システム推進部 ご相談・お見積もり無料
☎ 055-232-1402 <https://showakeibi.com/>



SUZUKI 人気車種 購入キャンペーン!!



キャリー スーパーキャリー エブリイ

対象は 上記3車種

10/20(火)
までに当店で新車を
ご注文いただいた方へ

お得なご成約プレゼント!!
3つの中からお選びください

1  スタッドレスタイヤ
※ホイールは別

2  ETC

3  フレーム(下回り)
透明コーティング

車の総合病院
(有) アサカ自動車 ☎ 0551-47-3333

北杜市高根町村山東割1504-1 8:30~17:30 www.e-asaka.com
10月のお休み... 4(日)、11(日)、12(月)、18(日)、25(日)

【感謝祭 vol.3】開催♪ 響き合う「ありがとう」のプリズム

せんのや

ハケ岳セレクト せんのや オーナー
千野綾子 さん

音楽家・マリンバ奏者
大森たつし さん

今年も10月4日に「ハケ岳セレクト せんのや」で「素敵な音楽と食を楽しむ一日〜感謝祭」が開催される。その日限りの特設ステージで披露される生演奏：オーナーの千野綾子さんが音楽プロデュースを依頼したアーティストはマリンバ奏者の大森たつしさん。終始笑いの絶えない自然体のお二人に、地域への想いを語らっていただいた。

大切な人たちと繋がりながら、
みんなで幸せになる道を選んだ

「母親の実家も商売をやっていたし、小売りのノウハウはありました。ただ、野菜や果物の加工食品など地元のものに

特化してセレクトショップを始め、めたのは、人と話すのが好きで、みんなと繋がりがりながら働きたいと思ったからです。それは、父親が地域と関わる仕事をしてきたことも自然に影響したのかもかもしれません」と千野綾子さん。



おいしいフードやこだわりの雑貨などの出店ブースが並び、ステージでは心地よい音楽ライブ...♪ お客様と作り手の想いをつなぐ【感謝祭】イベントです。

Instagram



ハケ岳リゾートアウトレットの閉鎖に伴い、6年間のテナント営業終了を余儀なくされたが、2023年に自ら現在の店舗を構え「ハケ岳セレクト せんのや」を移転オープン！食堂を併設してランチ営業も開始。たちまち繁盛店となり、いつも賑わっている。

「幼い頃、子どもながらに外で何か困った目にあっても、家に帰って服を脱ぐと裏側に親が縫い付けてくれた赤いボタンがあつて「はい！喜んで！赤ボタ

Lunch menu

Aコース：サラダ・パスタ

Bコース：前菜盛り合わせ・パスタ

Cコース：前菜盛り合わせ・パスタ・メイン・ドルチェ

※すべて食後のコーヒー・紅茶付き



今年も【せんのや感謝祭】に出店します！

※当日は店舗前イベントスペースのみでのご提供となります

北杜市大泉町西井出
8240-1803
Tel. 0551-33-9433

アルバイトさん募集中！
お気軽にお問い合わせ下さい！



ハケ岳セレクト せんのや 様



Osteria Sato 様



甲斐の匠おだぎり

☎090-4702-8090

北杜市高根町上黒澤1653-55

おいしいオーガニック野菜でとっておきの特産品。贈り物にぜひ！

AGRICULTURE
CAN BE
MORE
FASHIONABLE

熟成黒にんにく

桜とトマトジュース

極上の
トマトソース



HAKUSHU FARM
Since 2012

北杜市白州町鳥原383
TEL:090-1774-7352



期間限定（毎年7月～9月）は
せんのやさん敷地内で
直売場OPENしてます!!





「～」と言われて笑うのがうちのしきたり（？）でした」と両親の話の続きで千野さんは打ち明ける。

「それはすごく面白いわあ。周りに恩を感じながらひたすら働いて『どうにかなる』って自信を持っている変わった人だなあと思ってきたけど（笑）赤ポタンのせいだったのね。そう屈託なく突っ込む大森たつしさん。それに対して「たつしさんこそビックリするくらい前向きな思考の持ち主で、私の方が影響されたんだよ」と千野さんが返せば「そうね、私たち一緒なのよね」「根拠のない大丈夫が！」と大森さんが受け合い、揃って大笑いする。

お二人の出会いはいアウトレックトモール。大森さんも一時期勤務していたそうで「店舗は違えども働いている人たちみんな仲が良くて、『せんのや』のスタッフさんたちともずっと親しくさせてもらっています。あのま

まだと散り散りになっちゃったはずだけど、こうして新たにチームの基盤を作ってくれて本当に嬉しいです」と千野さんを讀める。

さまざまな「ありがとう」が立体的に多面的に感じられる

大森さんは、演奏活動で日本全国を回るうち「なんてマリンバの音がよく響く所なのだろう！」との驚きと共にこの地域に魅せられ、清里に移り住んだという。「期せずして父が『萌木の村』でオルゴール職人として仕事をしていた縁もありました。」と話す。

「八ヶ岳セレクトせんのや」の移転オープン後、年に1回はイベントを開きたい！みんなへ御礼の気持ちを込めて「感謝祭」を！と企画した千野さんのたつての念願は生演奏会だった。「音楽のことなら…と真っ先に顔が浮かんだのがたつしさんでした。」と演奏はもちろん、アーティストたちへの呼びかけやスケジュール調整などを依頼。3回目の今年も大森さんが活躍する。

「店舗を建ててくれた『甲斐の匠おだぎり』さんの協力で当日だけのステージが敷地内に出現します」と嬉しそうに話す千野さん。

「野外の澄んだ空気の中、メロディーが綺麗に流れて、おもしろな匂いが漂って…さまざま



まな立場の人たちの『ありがとう』が、一方通行ではなく、双方向だけでもなく、立体的に多面的にきらめいている空間なんです。それでいて、なんでもありの情報過多なこの世の中で、ものだけではなく、人も自ずと信頼で繋がってセレクトされていくのがまた魅力的」と熱く語る大森さん。今後は大好きな八ヶ岳を拠点に音楽活動の幅を広げていきたいと考えている。

「大きな会社さんにはなれないけど、支えてくれる心強いメンバーでいい形を作って、身近な事業者さんたちとも連携して、地域の子どもたちの居場所づくりをしていきたいですね」。

千野さんはそう展望を語る。

ふいに、お互いを見つめる眼差しに感慨がじわっと滲んで…。

そこは感謝が感謝を呼び、応援が集まる場所。爽やかな風が渡って暖簾がはためいている。



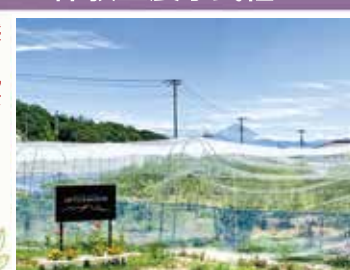
今井農園

ショートムービー
「今井農園のお米づくりについて」



体験型農家民宿オットモンテ (Coming soon!)

採る、飲む、泊まる。明野で出会う、農のある時間。



▲富士山を望む、オットモンテのブルーベリー畑

ブルーベリーから農家民宿へ。明野の魅力を丸ごと体験。

北杜市明野町で、ブルーベリー狩りや自家焙煎珈琲を楽しむ農園カフェを運営。さらに、近くの一軒家を活用した農家民宿を準備中。農業体験や田舎暮らしで、明野の自然と暮らしを丸ごと感じてみませんか。

今後は、農家民宿も！



▲農家民宿（現在の建物）

DATA

北杜市明野町上手1738

080-9547-6109

主な体験

- ・ブルーベリー狩り
- ・カフェ
- ・農業体験
- ・宿泊（農家民宿）

「せんのや」さん
3周年
おめでと〜ございます



北杜の美味しいお酒
ぜひ味わってください

八ヶ岳の麓の酒屋

久保酒店

☎0551-36-2034
北杜市小淵沢町7661

全国のサウナーが目指す、八ヶ岳の聖地、88PEAKS。

白樺に包まれたガーデンで、澄みきった八ヶ岳の空気を胸いっぱい。薪ストーブのやさしい熱で、サウナが苦手な方にも"ととのい"体験を。誰にも邪魔されない、完全貸切という贅沢。

ご予約はこちら



ひまわり市場 4組目の「夫婦アベンジャーズ」は 金メダリスト級のコンビネーション!



「ひまわり市場」には那波社長&えり子さんを筆頭に、揃って活躍するご夫婦が4組も!これまで本誌でご紹介を重ねてきたシリーズ第4弾は、仲の良さも呼吸の合い方も、まるであの奇跡のフィギュアスケート・ペアながら…惣菜部門で腕をふるう料理人・康至(やすゆき)さんと歴史的パン工房「&ひまわり」の看板娘・恵美子さんのお二人!笑顔が爽やかな中澤さん夫妻にインタビュー!

「絶対にひまわり市場で働いた方がいい!」 夫の熱烈なプレゼンが妻の背中を押した

「ひまわり市場」に入社して丸4年の中澤康至さんは、北杜市在住で、地元で評判の和食店に18年間勤務していたという。「ずっと『なないろ』に載っている『ひまわり市場』の記事を読んでいて、実際に行ってみたとき、那波社長と平出専務の笑顔に会ったら、こんな所で働けたらいいなあという気持ちが込み上げました」と振り返る。

那波社長がつけたニックネームは「イルカにのった料理人」。ひまわり市場でぐんぐんと仕事の波に乗り、現在は惣菜部門で活躍している。

そんな康至さんは、歴史的パン工房「&ひまわり」の開店が決まると、まだ建物が立つ前から妻の恵美子さんに「絶対に働いた方がいい!」と熱烈にプレゼンを始めたそう。

「私がパン屋さんで仕事をしていたこともあり、主人がそれはもう毎日のように『ひまわり市場にパン工房ができるんだよ!』『ひまわり市場に入社して一緒に働こうよ!』って…。そう打ち明ける恵美子さんは、本当に日々活き活きとしている康至さんの姿を目の当たりにしていたので「よっぽど楽しい会社なのだろうなあ」とは思っていたものの、自分に務まるだろうか?という気後れもあり、最初は「ムリムリムリ」と断っていたそう。

けれど、康至さんの熱い想いは「ひまわり市場」みんなの気持ちも動かして、いよいよパン工房の責任者・高山さんが「絶対にうちに来たほうがいい!」と恵美子さんを直接訪ねてオファー。ついに恵美子さんの決心も固まった。

「家族優先」の理解がある会社なので 職場でも家でも楽しい日々を送れる

「接客も得意、パンの焼きからサンドイッチのフォローまで…なんでもできるマルチプレイヤーです」と取締役の那波えり子さんも太鼓判を押す恵美子さんは、あれよという間に歴史的パン工房「&ひまわり」の看板娘に。

「とにかく仲良し夫婦で、パン工房の仕事が終わると、用がなくても惣菜部まで旦那に会いに来る。旦那の方はパン工房には行かないよね?」と那波社長がからかうと「来てますよ。ちゃんと用事を

作ってね。パン工房のパンは惣菜部でラベリングして棚に出すので、気が利く康至さんが先回りしてパンを取りに来てくれるの。ただ、恵美子さんに会いたいからだと思うけど(笑)」とえり子さんが代わりに答えて、みんなで大笑い。

恵美子さんは休日に夫婦揃って出かけられる機会も多くなって嬉しいとこやかに話す。先日はお二人で大阪まで「ゆず」のコンサートに行き、それはもう感動だったそう。

「娘二人が幼い頃は、運動会や学校の行事すら主人は参加できず、私一人で頑張るしかなかったの…『ひまわり市場』は『家族優先』の本当に理解ある会社で、ちょっと羨ましくらい子育て世代の方も安心して働ける環境です」と恵美子さん。

20歳と22歳に成長された娘さんたちには「帰って来ても二人で『ひまわり市場』の話ばかり。家でミーティングしているんだね」とひやかされるとか。

「いい夫婦が働いてくれる会社を俺は誇りに思っている。二人が入ってくれてよかった。感謝しかない」と那波社長が言えば「こちらからすれば、働かせてもらっていることの方がありがたいです」と康至さんが即返答。

それはまるで、相思相愛の輪唱のようだ。

「二人とも器用で働き者!」と
社内でも評判の中澤さん夫妻



5th ANNIVERSARY THANKS FAIR!

9.19 (sat) → 10.31 (sat)

8
BASE



いつも myCABIN および木村工務店をご愛顧いただき、誠にありがとうございます。

おかげさまで8BASEは5周年を迎えます。

皆様の暮らしに寄り添うパートナーとして、心からの感謝を込めて「秋のお客様感謝祭」を開催いたします！

期間中だけのお得な特典やイベントを多数ご用意して、

皆様のご来店・ご相談を心よりお待ちしております。

期間中、ご来場者様 全員対象 THANKS FAIR を開催！

特典
01



家具
送料無料

期間中、家具を送料無料でお届けいたします。

特典
02



現品家具
20%OFF

※その場でお持ち帰りいただける方限定。
※インテリア雑貨は対象外。

特典
03



8BASE
ORIGINAL COFFEE
試飲サービス

8BASE 2 階、myCABIN -furniture- のお部屋にてコーヒーを
楽しみながら、ゆっくりと家具をご覧ください。

特典
04



8 BASE オリジナル
コーヒーパック
プレゼント

※myCABIN / myCABIN -furniture- にて
2,000 円以上ご購入のお客様に限りです。

複合型商業施設 8BASE-エイトベース-

TEL 0551-32-8070

イベントに関するお問い合わせは myCABIN yatsugatake まで

北杜市長坂町大八田1555-1 8BASE
営業日/営業時間はInstagramをご覧ください。



CABIN
木村工務店直営雑貨店



myCABIN yatsugatake
Instagram

CABIN
-furniture-



myCABIN -furniture-
Instagram

take a shot !! Kiss Kiss Kids

キスキスキズ!
笑顔・変顔・すまし顔! ?のハッピーキッズが毎月登場します!



KIDS写真大募集!

応募
方法

- ①お子様のお名前(ふりがな)ニックネームOK
- ②年齢 ●歳●カ月 性別
- ③20文字以内のコメントを必ずご記入の上、写真とともに下記までお送り下さい。

メール投稿の場合は: info@nanairo.in

郵送の場合は:

〒407-0051 韮崎市円野町上円井1870-1

なないろ編集室『Kiss Kiss Kids係』宛

応募締切 随時受付中!



陽向 (ひなた) くん 3ヶ月

ひなの笑顔が癒し! 可愛い!
大好き♡



あ〜ちゃん's ギャラリー

山梨県立わかば支援学校を卒業し、パソコンを使ってポップなイラストを描き県内外で活躍するアーティスト「あ〜ちゃん」こと齋藤飛鳥さん。身の周りの「大好き」が描かれた作品を、こちらのコーナーでご紹介します。

第12回・・・「赤いもみじとすすき」と「玉入れ」
Instagram も見てね!



©あ〜ちゃんず

※写真は返却致しませんので、ご了承ください。※読者の皆様からお寄せ頂いた個人情報情報はコーナーに掲載する他、ご本人の同意を得ずに第三者に開示・譲渡致しません。

Event news

【イベントニュース】

今月のお出掛け情報

良工房 彫刻家具秋展

10/1木~13火

使う喜びと、眺める楽しさを日々の暮らしに。彫刻家具の新しいかたちをご紹介します。秋のひとつ、ぜひハケ岳倶楽部へお越しください。



- 時 10:00~17:30 ※最終日は16:30まで
場 ハケ岳倶楽部 ギャラリー
入場無料
問 ハケ岳倶楽部

☎0551-38-3395

個性的なキモノ姿があふれるクラフト市は必見! フシギ音楽 × 和コモノ市 (第7回)

10/18日

JR伊那市駅1分の商店街を日本やアジアの音楽がめぐる。特別なクラフト市。ネコ柄衣類・ネコ形アクセサリー・キモノ・アオザイ着用の方には特典も。



- 時 10:00~15:00 ※雨天決行、荒天中止
場 伊那市・通り町商店街 アーケード下歩道およびいなっせビル広場 (飯田線伊那市駅より徒歩1分)
入場無料
問 南信さきのオフ

☎090-9685-9886

にら★ちびツーリズム にら★歩くらぶ 新府城跡に行こう♪

10/21水

武田家最後の未完の城、新府城周辺を親子で歩きましょう! 散策しながら、韮崎市の学芸員さんが新府城の歴史をお話ししてくれますよ!



- 時 10:30~11:30 ※現地集合10:15
※中止の場合は8:45頃HPにて告知
場 新府公園 駐車場 入場無料、予約制
員 未就園児の親子10組 親子とも水筒・帽子・虫よけ等
問 韮崎市子育て支援センターにら★ちび

☎0551-23-7676

着物リフォームサークル「いきいき」 第14回作品展

10/23金~24土

箆筒で眠っている着物をリフォームして展示・販売。1年間の成果をご覧ください。会員も募集中。初心者歓迎なので、気軽にお問い合わせを。



- 時 23日(金) 10:00~16:00、24日(土) 10:00~15:00
場 篠尾郵便局ギャラリー (北杜市小淵沢町上笹尾468-1)
入場無料
問 着物リフォームサークル「いきいき」 黒田

☎0551-32-5515

2026むかわ米・米まつり

10/25日

今年も新米が必ず当たるイベントや抽選付おにぎり販売、新米・とれたて野菜の販売や飲食店出店のほか、ステージパフォーマンスもあります。



- 時 9:00~14:00
場 武川運動公園 北杜市武川町新奥1112
入場無料
問 むかわ米・米まつり実行委員会

☎080-9581-9951



第38回 北杜市甲斐駒の里 名水まつり

10/25日

白州の里で楽しい一日を。豚汁の無料配布や子ども緑日広場も。特設ステージでは、和楽器ユニット「貳鷹 -NITAKA-」の魂を揺さぶるスペシャルライブをぜひ!



- 時 10:00~15:00 ※小雨決行
場 北杜市白州総合運動場 (白州総合グラウンド)
入場無料
問 北杜市甲斐駒の里名水まつり実行委員会事務局 (白州総合支所地域市民課内)

☎0551-42-1471

社・・・正社員 契・・・契約社員
ア・・・アルバイト 派・・・派遣社員
パ・・・パート 他・・・その他

まちJOB

～まちジョブ～

地元の求人情報が満載！
アルバイト・パートから派遣にお仕事、
正社員募集まで、あなたのライフスタイルに
合わせたお仕事を選べます！

誌面の都合上、すべての情報を掲載できない可能性があります。
詳細な労働条件は、掲載企業にお問い合わせください。



名産品として「うどん」
麦の杜
MUGINO MORI

麦の杜、新しい仲間を募集します。

あなたのライフスタイルに合わせた働き方が見つかります！

「朝の空いた時間だけ」「子どもが学校に行っている間に」「学校がお休みの土日だけ」
「仕事終わりにもう少し」「接客は苦手だから、仕込みだけ」
麦の杜では、一人ひとりの生活に合わせた働き方を大切にしています。

麦の杜HP



年齢・経験
不問!!

週1日～ | 1日3時間程度～ |
仕込みだけOK | 学生歓迎 |
主婦・主夫歓迎 | Wワーク歓迎
シニア歓迎 |
外国籍の方歓迎 | 未経験歓迎

アルバイト・パート募集要項

仕 ホール全般、キッチンでの調理及び調理補助 他
時 ①6:00～11:00、②8:00～16:00、③9:00～15:00、④17:00～21:00
※シフト制、週1日～、1日3h程度～ 上記時間帯はあくまで一例です、時間応相談
給 ①②③時給1,250円(研修期間1,200円) / ④時給1,350円(研修期間1,300円)
休 月、火
待 交通費支給、制服貸与、従業員割引あり、美味しいうどん&まかないも食べられます
他 施設内禁煙、学生可

正社員同時募集!!

「いつか自分の店を持ちたい」そんな人も、麦の杜は歓迎します。
「飲食の仕事を本気で学びたい」「うどんづくりに興味がある」「将来、自分のお店を持ちたい」
そんな想いがある方には、仕事を一つひとつ丁寧に教えます。
うどんづくりや調理だけではなく、店舗で働きながら飲食店の仕事をしっかり学べる環境です。
やってみたいという気持ちを、麦の杜で仕事にしてみませんか？

応募・
お問合わせ

0551-30-4467 または **090-2745-2117** (会社携帯) 〒408-0012
※電話が取れない時は、必ず折り返します 北杜市高根町箕輪3219-3



笑顔の絶えない
働きやすい環境です!

年齢や経験に関係なく、
和気あいあいとした雰囲気。
幅広い世代のスタッフが
元気に活躍しています!



少～大人数も対応

カウンター、テーブル、お座敷と
ご用意しているので、
おひとりさまからご家族連れ、
団体さままで幅広くご利用頂ける
温かいうどん店です。



お客様に喜ばれる
本物のうどん!

丁寧に作ったうどんは、
たくさんのお客様に
「おいしい!」と喜ばれています。
一緒にその味を届けましょう!

北杜市

貸別荘清掃・管理スタッフ

経験不問、丁寧に教えます! 女性活躍中!

仕 貸別荘の清掃・管理(備品・リネン管理、買い出しなど)
資 普通第一種免許(運転できれば尚可) 歓迎
PC・スマホ操作できる方歓迎
給 時給1,300円
時 10:00～16:00の間で3h～、週2～3日以上
休 応相談 ※土日・GW・夏期・冬期出られる方歓迎
待 交通費支給(上限あり)、各種社保完備(加入条件あり)
他 試用期間あり(3ヶ月)、施設内禁煙
応 メールまたは電話から応募を、面接時履歴書持参

クロノバデザイン株式会社

☎03-6427-9657

kobuchisawa SEKKI

担当■小野

〒408-0044 北杜市小淵沢町5871-6

メール:info@sekki.co.jp

韮崎市

うどん屋スタッフ

お昼のスキマ時間を有効に使いませんか?

仕 ホール、配膳、片付けなど
時 9:30～15:30の内4h程度
※曜日・時間応相談 ※週1～3日OK
※元気に接客できる方、経験者・未経験者大歓迎
給 時給1,200円～
時 まかないつき、昇給あり
他 店内禁煙、詳細は面談時
応 15時以降、お気軽にお問合せください

吉田のうどん さくら

〒407-0024 韮崎市本町1丁目18-1

☎080-4183-0448

担当■採用担当

にらさきうどん
396

ちょっとでも働きたい人!この指と~まれ! 週2日くらいのお仕事です。

仕事内容/ あなたのご自宅周辺(約300～500世帯)へチラシ・ダイレクトメールなどを配布するお仕事です!お仕事はしたいけど、時間を拘束されるのはちょっと...という方に最適!配布物は毎週月・金曜日にご自宅までお届けします。出社の必要はありません。

雇用形態/ 業務委託

資格/ 健康で明るい方

家計にプラス

健康&ダイエット

報酬/ 月1～2万円程度(出来高制)

お散歩ついで

好きな時間に

期間/ 月5日間程度の好きな時間

時間/ 2～4時間程度



山梨ポスティング株式会社 甲府市徳行1-5-6-1F <http://posting.cc/>

TEL055-269-6222【担当/小林(こばやし)】

応募方法:説明会参加後の登録となります。
事前に左記電話番号に参加希望の連絡を行なってください。

説明会は、韮崎事務所でも行います。(韮崎市円野町上円井1870-1 みどりや食堂隣)
詳細はお気軽にお電話下さい。



60歳以上の方も
大歓迎!!



アンケートに答えて プレゼントをGET!

PRESENT

プレゼントの詳細はP.19をご参照ください。

- ①ご希望のプレゼント番号
- ②住所、氏名、ペンネーム、性別、年齢、職業、TEL
- ③なないろ10月号を読んで良かったページとその理由
- ④なないろを読んで足を運んだお店とその感想
- ⑤おすすめのお店とその理由
- ⑥来月のお題「歳をとったと感じた瞬間」をお書きの上、メールまたはハガキでお送りください。

★パソコンから info@nanairo.in

★ハガキから

〒407-0051 韮崎市円野町上戸井1870-1
なないろ編集室「読者プレゼント」係まで

締め切り **10月9日(金)消印有効**

妖怪たちがつなぐ地元のお話が、とにかくすごく良かったです！なによりも、なないろの表紙が過去一良かった！私は目が悪いので細かいものが見づらいのですが、虫眼鏡でひとつひとつ一所懸命眺めて楽しみました。大蛇堂さんの描く絵がとてもビビッドで、ごく綺麗で、見ていてわくわくしました。妖怪掛け軸作家さんと知って、すごくニッチだけど、どこかなじみやすいテーマだと改めて感動。妖怪カルタなんてあつたら楽しいだろうなあ。

(べべの介さん・58歳・女性・主婦)



9月号のご感想

みんな大好き、カレーパラダイス。私もカレーが大好きで、行ってみたお店がいっぱい。

(ぶんぶんさん・62歳・女性・主婦)

わかみや内科消化器外科クリニック、赤澤先生の大腸がんのお話は、ためになりました。12月に大腸検査の2回目を予定しているので。

(Pooさん・65歳・男性・会社役員)

今月のお題

学生時代に頑張ったこと

運転免許を取るのに、教習所の運転講習をだいぶオーバーした。

(イケさん・72歳・男性)

大学浪人時、受験勉強を頑張りました。残念ながらああの時以上に勉強した記憶がありません。夜食に母が出してくれた鍋焼きうどんが懐かしく思い出されます。

(ネギライダーさん・58歳・男性・会社員)

甲斐市から、甲府市の遊亀公園近くの高校まで毎日、自転車で通学した事です。

(ぼこさん・49歳・女性・パート)

読書が好きでたくさん本を読んだことが、大人になって仕事にも趣味にも活かされている。

(ゆーさん・49歳・女性・販売員)

読者のオススメ 7千コミ情報!!

わくわく堂 北杜市小淵沢町

戻ってきた暑さにスパイスの効いたスー
プカレー、これしかないでしょう。

(ハム太郎さん・55歳・男性)

魚屋ちから(韮崎市富士見)

刺身がおいしい！メダカを目の前で炙っ
てくれるから楽しい！

(はやさん・28歳・女性)

編集後記

・何より大切なのは「周りへの感謝」。
今月号を通してあらためてそのことを教わりました。それは、あの頃に頑張った学校の試験勉強とはまた別の学び。
報恩講大祝に盛るむかご飯
自然の恵みや日常を送れることへのありがたいの気持ちが美しい絵のように詠まれた日本画家の堀文子さんの名句です。

【佐々木 知勢子】

・大学時代、頑張ったなあと思うのは教育実習の下準備。あのときに、勉強とはこういうことだと身に染みた記憶があります。・・・遅いですがね(苦笑)。実際に胃が痛んだのもこの時が初めてでした。「教える」「伝える」ということは、「本当に理解していないときできない」と実感した2週間でした。いやあ、先生って大変だ。

【瀬川 淳】

来月のお題

歳をとったと感じた瞬間

昔は良かった：そう思ったら、歳をとった証拠かもしれません。あなたが「歳をとったな」と感じた瞬間を教えてください。

Kids写真大募集!

子どもの笑顔は
みんなを幸せにするね♪
take a shot!!
Kiss Kiss Kids

ステキな笑顔
みんなに届けよう♪

たのしい笑顔



かわいい笑顔

応募方法

- ①お子様のお名前 (ふりがな、ニックネーム OK) ②年齢 (○歳○ヵ月など) ③性別
- ④20字以内のコメントを必ずご記入の上、お写真をお送りください。

〒407-0051 韮崎市円野町上戸井1870-1
なないろ編集室「Kiss Kiss Kids係」宛
メール投稿の場合は:info@nanairo.inまでお送りください



■応募方法

必要事項①～⑥をご記入の上、官製はがき・メールまたはファックスにてお送りください。下記QRコードからも応募できます。

①ご希望のプレゼント番号 ②住所、氏名、ペンネーム、性別、年齢、職業、TEL
③「なないろ」10月号を読んで良かったページとその理由 ④「なないろ」を読んで足を運んだお店とその感想 ⑤ 蕨崎・北杜市のおすすめのお店とその理由 ⑥ 来月のお題「歳をとったと感じた瞬間」をお書きください。

富士山芸術祭2026 パスポートチケット



Present
2名様

10/17～11/15開催の富士山芸術祭をお得に巡れるパスポートチケットを2名様に。会場ごとに開催期間が異なるのでHPをチェック!

01. 提供: シルクロードライン 提供: おかみさん会

☎090-8688-9028
WEB/Instagramあり

明野産のトマトを使用した新作イズモカレー &国産黒毛和牛イズモカレー 3パック



Present
3名様

イズモの料理人達の熱い思いがとまらず……明野のトマト・勝沼のワインをベースにし前よりもっと進化させたカレー!(*^*)どうぞ、お召し上がりください

02. 提供: 株式会社出雲

北杜市須玉町若神子4010
☎0551-42-4000
WEB/www.izumo-h.com

アサヒビール スーパードライ 350ml 24本入り1ケース



Present
1名様

旬の肴にドンビシャ! コクとキレの二刀流! アサヒスーパードライ350ml 24本入り1ケースを抽選で1名様に。秋の夜長を楽しんでください。

03. 提供: マツムラ酒販

甲府市小瀬町1317
☎055-241-7878
WEB/www.matsumura-shuhen.jp/

蕨内正幸美術館 入館券



Present
5名様

日本では唯一の動物画専門の美術館。2026年後期の企画展示のテーマは「水辺の鳥」。海や湖沼、河川の野鳥を生きた生きと描く。11/30まで。

04. 提供: 蕨内正幸美術館

北杜市白州町鳥原2913-71
☎0551-35-0088
営/10:00～17:00 休/水(8月無休、12月より3月中旬まで休館) P/有

平山郁夫 シルクロード美術館 入館券



Present
5名様

10/1より企画展「平山郁夫 日本を描く 古都・四季・祈りの山河」後編、「いにしへの都と故郷への旅路」を開催。12/20まで。会期中無休。

05. 提供: 平山郁夫 シルクロード美術館

北杜市長坂町小笠間2000-6
☎0551-32-0225
営/10:00～17:00 休/冬季休館 P/有 ※10/1より入館料改訂

中島みゆき 劇場版「夜会」セレクション 鑑賞券(ムビチケ)



Present
12名様

中島みゆきの「夜会」劇場版3作品が、2026/12/25より公開。チケット1枚につきいずれか1作品鑑賞可能。詳細はWEBにて。※山梨上映予定なし(9/7現在)

06. 提供: ヤマミュージックエンタテイメント 提供: ホルディングス

WEB/https://www.miyuki-yakai-movie.jp/

©2026 YAMAHA MUSIC ENTERTAINMENT HOLDINGS, INC.

エミュー油配合【塗るグルコサミン】 割引券(150g・6,050円→3,000円)



Present
3名様

べたつかず、臭いも気にならない。スーッと肌になじみ使いやすく、毎日のケアにぴったり! ※当選者にハガキを郵送

07. 提供: ナオル薬品

甲府市住吉5-18-26
☎055-241-3211
WEB/www.naoru.co.jp/

「医薬的ダイエット」 5,000円商品券



Present
5名様

経験豊かな漢方薬剤師が一人ひとり丁寧に対応。体調に不安のある方や持病のある方は事前に相談を。 ※当選者にハガキを郵送。おつり不可

08. 提供: ナオル薬品

甲府市住吉5-18-26
☎055-241-3211
WEB/www.naoru.co.jp/

■プレゼント応募あて先

〒407-0051 韮崎市円野町上内井1870-1
なないろ編集室「プレゼント」係宛
メール: info@nanairo.in FAX: 0551-30-7608



なないろは
こんなところに
置かれています

設置一覧



※皆さまからお寄せ頂いた個人情報は、プレゼント発送に使用するほか、個人情報を含まない統計的な資料作成に利用します。一部、商品提供元から直送するプレゼントを除き、本人の同意を得ず第三者に開示いたしません。発表は発送をもってかえさせて頂きます。

秋の午後
落語でひと笑い

2026.11.23 祝月

大村記念公園 螢雪寮

(13:00開場)
13:30-16:00

木戸銭 2500円

お楽しみ抽選会付き

落語会

第五回にらさき大村の郷

柳亭小燕枝

春風亭弁橋

柳亭すわ郎

16:30～ 会費1500円

「歳・ぜんぼう」

16:30～ 会費1500円

チケット販売
お問い合せ
(意)・電話・QR

蕨崎大村美術館 0551-23-7775

シルクロードラインおかみさん会 090-8688-9028

【主催】 蕨崎大村美術館 【共催】 落語会、シルクロードラインおかみさん会 【協賛】 nanairo-株式会社

八代目

二ツ目

前座

没後10年 郷倉和子展

大村コレクション

重崎大村美術館企画展

梅花の香り

2026.10.24 土 → 2027.2.7 日

開館時間 10:00～17:00 (入館は16:30まで)

休館日 水曜日、年末年始(12月29日～1月1日)

入館料 一般 500円(420円) 小中高生 200円(160円)

※蕨崎市内に在住・在学の小中高生は無料
※()内は20名以上の団体料金
※障害者手帳をご持参の方はご本人と介護の方が1名無料

〒407-0043 山梨県韮崎市山崎町南山1830-1
TEL/FAX 0551-23-7775
HP http://nirasakimura-artmuseum.com/

2026

サンマを味わい、ワインを傾け、サンバのリズムに酔う!!

市制祭

10/11

小雨決行

10:30~15:00

※交通規制は10:00~16:00

駅前中央通り~本町通り

※15:30には許可(搬出)車両の乗り入れが始まりますのでご注意ください。

13:00~ Main event 1

浅草サンバカーニバル in Nirasaki

エスコラ・ヂ・サンバ・サウチ

浅草からNo.1チームがやってくる!

浅草サンバカーニバルパレード(S1リーグ)2025・2026大会連覇!

13:00~ イイノ楽器前から井筒屋醤油までの間をパレード

パレード後にはメインステージ(甲府信用金庫)でのパフォーマンスも!

飛び込み
参加歓迎!!

10:30~ Main event 2

踊るサンバ! 喰らうサンマ! 市制祭の秋はどっちもアツい!

サンバDEサンマ祭り

10:30~15:00 ならさき文化村駐車場

宮城県女川漁港で水揚げされたサンマを炭火焼きにして販売提供するほか、生サンマの直売も。

また、会場内のBBQコンロでサンマ焼き体験もお楽しみに!

※サンマがなくなり次第終了とさせていただきますので予めご了承ください。

11:00~ Main event 3

市制祭で情熱の雄叫びをあげろ!

武田の里の中心で愛をさげろ!

11:00~11:45 甲府信用金庫 メインステージ

「愛の告白」や「大切な人への感謝やエール」などを大声で叫ぼう!

※事前申込不要 当日10:45までに会場受付(先着10名程度)

さらに充実のラインナップ!

- 市制祭エリアでは市内ワイナリーで生産されるワインを片手に、美味しいグルメと一緒に味わってみませんか。
- 子どもたちに人気のはたらくるまが大集合! 街で見かけるはたらくるまに乗って、見て、さわって、わくわくドキドキの乗車体験。
- ダンスフィットネスジャザサイズパレード
- 吹奏楽、アマチュアバンド、舞踊や伝統芸能など市民の方々の発表
- 市制祭エリアを巡るスタンプラリーでプレゼントをゲットしよう!

※景品がなくなり次第終了となります。



ヴァンフォーレ甲府クラブアンバサダー・柏好文さんが、会場各地を縦横無尽に駆け巡り、市制祭を盛り上げます。当日会場で会えるかも!

問い合わせ

武田の里まつり実行委員会

事務局:(一社)市制祭観光協会内

☎0551-22-1991

駐車場

釜無川河川公園 500台
市役所北側(おもいやり駐車場) 45台
旧相互病院跡 45台
市立病院駐車場 150台
北巨摩合同庁舎駐車場 200台
市民交流センターSASAKI NICORI 280台
おもいやり駐車場(市役所庁舎北側)をご利用の際は、
利用証をご提示ください。

休憩所

授乳・オムツ替えスペース
と休憩所を設置します。
(協力:にら☆ちび)
さらに、会場内に『涼み処』
も設置。お気軽にご利用く
ださい。



今年は葦崎市制祭で開催!

炭火焼き!
サンマの
直売も!

サンマ祭り

新鮮



親子でサンマ焼き体験も
できますー!

10/11
Sun

10:30~15:00

場所：にらさき文化村敷地内



(一財) 大村智記念財団

OMURA Satoshi MEMORIAL FOUNDATION

住所：〒407-0043 山梨県葦崎市神山町鍋山 1844 番地 1
電話：0551-30-4245 FAX：0551-30-4246
MAIL：info@nirasaki-omura.or.jp

Dr. 赤澤に聞く！みんなが知りたい健康のお話

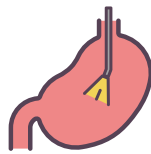


院長 赤澤 祥弘 先生

vol.7



胃がんのお話



前号の「大腸がんのお話」に続き、今回は胃がんについて書かせていただきます。現在日本人のがんによる死亡数を見ると、胃がんは男性で3位、女性で5位です（2024年の確定値）。1980年代では、胃がんは1位でした。胃がんが減ってきている理由はいくつかありますが、まずはヘリコバクターピロリ（以下ピロリ菌）の除菌があげられます。このピロリ菌は、胃がんの原因となる萎缩性胃炎という慢性胃炎を引き起こすものとして有名です。ピロリ菌によって痛めつけられた胃の壁ががんになっていくのです。ピロリ菌が除菌されることによって慢性胃炎が進行しなくなったことが、胃がんの患者数減少につながったと言われています。

ではピロリ菌はどこから来たのでしょうか。これは有名な話もありますが、この菌は井戸水にいて、それを飲んでいた人が感染したと言われています。また、ピロリ菌に感染した人から

経口感染したと言われていいます。およそ5歳ぐらいまでに感染し、大人になってから感染するのはまれといわれているので、一度除菌すれば再感染することはほとんどありません。

胃がんの予防はまずピロリ菌の有無を確かめ、感染が確認されれば除菌を行うことから始まります。保険診療では①胃カメラで慢性胃炎（萎缩性胃炎）を確認する②ピロリ菌の検査（採血など）を行い、ピロリ菌陽性を確認する。ここで除菌となります。

ピロリ菌の検査だけ採血で行って、陽性の人全員除菌すればいいのではないかとと思われるかもしれませんが、しかし、胃がんになるかどうかはピロリ菌によって胃がどれだけ荒らされていたかということが関係します。ピロリ菌が除菌されたその日から胃がんにならないというわけではありません、荒らされた胃の粘膜は残りますので、荒らされ具合によって、荒らされリスクが残ります。そのため今どれぐらい胃が荒らされて慢性胃炎が進行しているかが問題なのです。そして、その確認には胃カメラでの検査を行う必要があります。



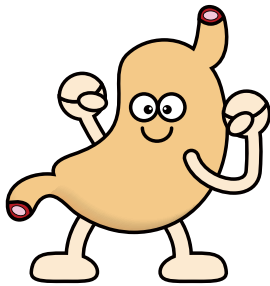
▲苦痛や不安を感じずに麻酔を使った内視鏡検査が受けられます

把な説明ですが、この件について書くとても長くなるので割愛します。

胃がんや大腸がんは早期発見することによって、内視鏡で切除することができま。そうすると胃や大腸を切って短くせずに治療ができます。大腸は1メートル以上あるので、10センチほど切除しても（場所にもよりますが）生活に影響しません、胃は切除すると食生活に大きな影響が出るため、特に早期発見が大事です。また、大腸がんよりも予後が悪いとされています。

①胃カメラを受けたことがない人はまず胃カメラを受ける。②慢性胃炎があればピロリ菌を調べる。③その後胃カメラは定期的に行う（40歳以上の人は年に1回）。これが胃がんを命落とさないために必要なこととなります。

診療日	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～12:00	●	●	△	●	●	●	△
14:00～18:00	●	●	△	●	●	●	△



医療法人久晴会

わかみや内科消化器外科クリニック

内科・消化器内科・消化器外科・肛門外科

〒407-0015

韮崎市若宮1丁目6番41号

TEL：0551-45-9033

FAX：0551-45-8682



胃カメラの予約はこちらの予約システムで簡単にできます！

