釧根の生活応援紙
# Life
ライフ

Vol.627
2024年11月7日号
**無料配布情報紙**
次回発行は、11月14日号を予定しております。

発行／**釧路新聞社** 企画・制作/釧路新聞社広告部
配布に関してのお問い合せは **0154-32-7946**（せんしんサービス）
お問い合せ受付平日／AM10:00〜PM4:00

やりたい仕事がきっと見つかる! やっぱり
## シゴトを探すならLife
ライフ

求人広告はLifeで決まり!
お問い合わせは ☎0154-22-1113
平日9:00〜17:00

掲載料金は6,250円〜（1回の掲載）
釧路市・町内のご家庭※に配布
釧路新聞にも再掲載!!
フルカラーで目立つデザイン

※一部配布されない地域があります。

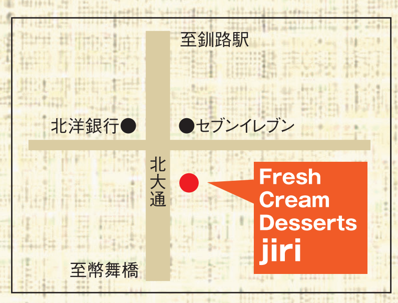
## おかげさまで2周年
## 感謝を込めた4日間

## ウチのイチオシ!!

Fresh Cream Desserts
jiri

Fresh Cream Desserts jiri
釧路市北大通5-3

●営業時間　12:00〜18:00(売り切れ次第終了)
●定 休 日　月・火・水
●電　　話　0154-64-5702
https://www.jiri.co.jp/



| | |
|---|---|
| ○jiriのオムレット | 420円（税込） |
| ○jiriのミルクレープ | 520円（税込） |
| ○jiriのミルフィーユ | 480円（税込） |

海霧(じり)の恵みがたっぷり詰まったフレッシュクリームをふんだんに使用したスイーツが人気のお店。自慢のクリームの美味しさを堪能できるのがこちらの三品。開店以来の定番オムレットは言わずもがな、クリームが命のミルクレープ、サクサクのパイ生地に絡まるクリームが抜群のミルフィーユもぜひ食していただきたい逸品。なんと本日から4日間(11/7〜11/10)は周年祭としてオムレットご購入の方におまけでもう一個プレゼント(※お一人様5個まで)!

## 11月7日号 読者プレゼント

プレゼント01
Fresh Cream Desserts jiri様提供

jiri
Fresh Cream Desserts

**商品券 1,000円分**

**3名様プレゼント!**

### プレゼントの応募方法

右側のQRコードを読み込んで、必要事項にお答えのうえご応募下さい。

応募締切／**11月11日(月)** 23:59(受付完了分)まで

※当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。
※ご応募いただいた個人情報は、プレゼントの発送業務以外での使用はいたしません。

新釧聞路
SENSHIN
3,300円／月々

地元新聞発行の生活情報紙
## Life（ライフ）は、毎週ご家庭にお届け!
釧路市・釧路町の市街地（一部地域を除く）のほぼ全戸に配布!世帯カバー率は実に85%以上!!

Lifeに広告を掲載してみませんか!一般のPR広告はもちろん、案内・求人・不動産など生活に密着した広告を募集しております。

### 広告枠料金はコチラ

| ●案内・募集などの定型広告は | ●不動産広告は | ●一般広告は |
|---|---|---|
| 1段1/8 6,250円（税抜）〜 | 2段1/4 25,000円（税抜）〜 | 2段1/4 25,000円（税抜）〜 |
| 1段1/8：縦32㎜×横46㎜ | 2段1/4：縦66㎜×横92㎜ | 2段1/4：縦66㎜×横92㎜ |

※原稿製作料と消費税は別途かかります。

広告に関するお問い合せは **釧路新聞社広告部／0154-22-1113まで**

6月24日［月］キャネット釧路オープン

## スピードが一番 即日融資!!
※15時以降のお申込みは翌営業日のお取扱いです。

少しでも早く、お困りの方のお役に立ちたい…。

急な時、ピンチの時、キャネットがお応えします。

◎5〜50万円迄ご融資◎実質年率15.00%〜20.00% ◎遅延損害金年率20.00% ◎残高スライドリボルビング方式（1〜60回5年以内）◎健保・国保・免許証のうち1点持参 ◎担保・保証人は原則不要です（要審査）

貸金業務にかかる相談・苦情窓口
日本貸金業協会貸金業相談・紛争解決センター　0570−051−051
（指定紛争解決機関）（受付時間9:00〜17:00　休:土、日、祝日、12/29〜1/4）

携帯・インターネットからもOK!
貸付条件の確認をし、借りすぎに注意しましょう。
canet-f.com
キャネット　検索
「キャネット」で検索してください。
ホームページから申込用紙をダウンロードできます!!

キャネット
canet-f.com
本社:株式会社キャネット　■代表(011)242-9822
釧路店　釧路市末広町13丁目1番地の4 釧路サウスビル1F
受付専用 0120-899-982
本店・札幌店・札幌駅前店・旭川店・函館店・五稜郭店・帯広店・苫小牧店‥‥全道9店舗

北海道知事(7)石第02857号　日本貸金業協会会員 第000696号　日金協承認008926

## くしろ糖尿病デー
# 市民公開講座

参加費無料 事前申込みも不要です

糖尿病について興味のある方、生活習慣が心配な方、ご家族・ご友人をお誘いあわせの上ご参加ください。

**日時** 2024 11/16（土） 14:00〜15:30（開場 13:30 予定）
**場所** コーチャンフォー釧路文化ホール 2F 展示ホール（釧路市民文化会館）

**無料相談コーナー**

| | |
|---|---|
| 血糖測定コーナー<br>血糖を測ってみませんか? | 栄養士によるお食事相談<br>食べ物の事聞いてみませんか? |
| 看護師によるフットケア相談<br>足をよ〜く見てみませんか? | 医師、看護師によるなんでも相談<br>日ごろの悩み聞いてみませんか? |

| | |
|---|---|
| 講演① 14:00〜14:30 | 「ノーベル賞物語! 〜如何にしてバンティングはインスリンを発見せりや?〜」<br>釧路赤十字病院　内科　古川　真 先生 |
| 講演② 14:30〜15:00 | 「なるほど納得、栄養学! 糖尿病食は健康食!」<br>えいようラボラトリ合同会社　管理栄養士　岡本匡代 先生、佐々木可奈恵 先生 |
| 講演③ 15:00〜15:30 | 「糖尿病歴史物語! 〜スティグマ?を吹っ飛ばせ!〜」<br>釧路赤十字病院　内科　古川　真 先生 |

共催／釧路 CDE 研究会、ノボノルディスクファーマ㈱　後援／北海道栄養士会釧根支部
お問合せ先／釧路赤十字病院　内科外来

world diabetes day 14 November

# 配布員募集

## 歩いて免疫力を上げよう!

近年、免疫力低下によるアレルギー疾患やうつ病が急増しています。
適度に「歩く」ことは、体の強化はもちろん
脳の活性化・自律神経の改善に高い効果が期待できるそうです。
この機会に「歩く」習慣を身につけ、免疫力を高めましょう!

健康のために!自由な時間で!ちょっとしたお小遣い稼ぎに!

シニア世代の方多数活躍中です!

歩いて免活!

**お仕事内容**
チラシを一般住宅のポストに投函していただくお仕事です。
※エリアは、出来るだけご自宅周辺で設定いたします。

**配布時間**
早朝3時から夕方6時までのご都合のよい時間で配布してください。

**配布日**
毎週水〜金曜日の間でご都合のよい曜日で配布していただきます。

**配布賃金**
配布単価 × エリア部数
※配り切れる量であれば何エリアでも希望可。

エリアの追加で賃金UPあり

**配布物**
ライフ及びチラシ
※チラシは週によって種類数が変わります。
※配布物は毎週ご自宅までお届けします。

※簡単なチラシのセットと折り作業があります。
※配布時間の目安は150部で1時間程度です。
※カバンは各自で使いやすいバッグを用意していただきます。

**募集エリア**
美原、芦野、文苑、愛国西、豊川町、川端町、中島町
堀川町、入江町、米町、浦見、住吉、鶴ヶ岱、緑ヶ岡
貝塚、武佐、昭和中央、昭和南、北園、鳥取、豊美
東陽団地

【お気軽にお問い合わせください】
〒085-0818 釧路市黒金町 7-3 釧新ビル 1F
**㈲せんしんサービス TEL/0154-32-7946**

# 釧路初上陸！オールジャンル エキゾチックフェス

ALL GENRE EXOTIC FES

爬虫類&クワカブ&小動物販売会！

全道からショップがやってくる！

Exotic Space C·N·B-α ALPHA 北見／シーエヌビー

全道から多数参加!!

爬虫類イベント開催日

**11月16日㊏・17日㊐**

開催時間/AM10:00~PM5:00

**会場** MOO 2階観光交流コーナー

**入場料** 500円 小学生以下無料！

KUSHIRO FISHERMAN'S WHARF MOO

釧路フィッシャーマンズワーフMOO（ムー）
〒085-0016 釧路市錦町2丁目4 ☎0154-23-0600［代表］

第一種動物取扱業者標識/ 1.三瓶てるみ 2.エキゾチックスペースCNBα 3.釧路市錦町2丁目4 4.販売 5.北海道第132410213号 6.令和6年(2024年)10月28 7.令和11年(2029年)10月27日 8.三瓶修

---

ラルズ衣料 11/8(金)▶15(金)

# 冬のお客様感謝祭

11/ 9㊏・10㊐・15㊎
ポイント対象商品のお買い上げ（1枚のレシート）
税抜2,500円以上で RARAカードのご提示ご利用で
ポイント10倍
衣料コーナーのみの企画です。

12日 火 限り
シニア感謝デー
60歳以上の方 アークスRARAカードのご利用で
カードOK アプリOK
お会計税抜価格より 5%引 でお買物が出来ます。

ラルズ衣料
スーパーアークス店内
**鳥取大通店**
釧路市鳥取大通2丁目2-24
TEL.0154-51-3111
通常営業 あさ10:00～よる8:00
11月10日(日) あさ9:00～よる8:00

- **レディース** 暖か裏起毛パンツ各種 M/L/LL 本体790円（税込869円）
- **肌着** 暖か肌着大集合!! メンズ裏毛布長袖シャツ・ロングタイツ 裏面が毛布タッチで暖かい！ M/L 本体590円（税込649円）
- **肌着** 発熱肌着 グンゼ暖かフェア メンズ&レディース ホットマジック肌着 ファイヤー アセドロン肌着 各種 M/L/LL 今付いている本体価格より レジにて3割引
- **靴下** レディース アツギタイツ・グンゼサブリナ サポートタイツ 各2足組 今付いている本体価格より レジにて3割引
- **ナイティ** うちエコにおすすめ 着る毛布 各種 本体1,990円（税込）2,189円以上の品 今付いている本体価格より レジにて2割引
- **靴** メンズ&レディース ミツウマ防寒靴 各種取り揃え
- **服飾** メンズ&レディース ジャージ・ニット手袋各種 本体690円（税込759円）
- **靴下** メンズ 日本製厚地裏起毛ソックス 本体590円（税込649円）
- **レディース** Oeillet・ノンノ・ノージーンなど デザイントップス各種 チュニック・プルオーバー・ワンピース各種 ※一部除外品がございます。本体1,990円(税込)2,189円以上の品 今付いている本体価格より レジにて4割引
- **メンズ** デザイン トレーナー・パーカー・ポロシャツ各種 ※一部除外品がございます。本体1,990円（税込）2,189円以上の品 今付いている本体価格より レジにて3割引
- **キッズ** キッズブランド トレーニングスーツ各種 ※一部除外品がございます。本体2,990円（税込）3,289円以上の品 今付いている本体価格より レジにて3割引
- **寝具・インテリア** 無地カーペット・暖か毛布各種 カーペット：本体9,900円（税込）10,890円以上の品 毛布：本体3,990円（税込）4,389円以上の品 今付いている本体価格より レジにて3割引

---

本館 完全リニューアル

# 家族葬ホール

小ホール(1名～15名程度)・中ホール(1名～50名程度)

一日葬・家族葬・一般葬
お別れ会・直葬・生保
密葬・自宅葬
なんでもご相談ください。
●病院から直接会館へのご安置もできます。

※祭壇の写真はイメージです。

57年の信頼と実績 **花と葬儀の丸和堂**

■本社会館／釧路市花園町7番12号 ☎0154-22-1581(代)
■第二会館〈本社隣り〉／釧路市花園町8番1号 ☎0154-22-5806
■白糠町民斎場／白糠町東1条北4丁目1番地1 ☎01547-2-3388

ホームページにその他のプランもご案内しております。 丸和堂 検索

---

# 灯油配達 生活応援キャンペーン！

2024 12/28㊏まで！

期間中200ℓ灯油配達された方 もれなく BOXティッシュ5箱プレゼント！

apollostation
**有限会社 加賀石油セルフ曙**
釧路郡釧路町曙1丁目1番地1 受付時間／平日 7:30 ～ 20:30

フリーダイヤル 0120-972-701 HPはこちら▶

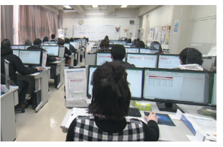
---

ハロートレーニング ―急がば学べ― 受講料無料

## ―職業訓練（6ヵ月コース）―

# 受講生募集

釧路で日商簿記を学べるのはココだけです! **ビジネスワーク科** 定員15名



ビジネスワーク科案内動画(YouTube)
簿記検定・ワープロ検定・表計算検定等の資格に対応した内容を習得して再就職を目指します。
総合案内動画(YouTube)

申込〆切/11月29日㊎まで ※定員に達した場合は、募集を締め切らせていただくことがあります

訓練期間 2025年1月6日㈪から 2025年6月30日㈪まで

●「職業訓練」を原則無料で受講できます。※テキスト代などは自己負担。
●訓練期間中も訓練終了後も、積極的に就職支援を行います。

訓練コース見学会 11/14㊍・21㊍開催!
場所:ポリテクセンター釧路
時間/9:30開催～11:30終了予定
右記2次元コードのMS-Formsよりお申し込みください

受講・訓練コース見学会のお申し込みは
ハローワークくしろ TEL.(0154)41-1201

らしく、はたらく、ともに JEED **ポリテクセンター釧路**
釧路市大楽毛南4丁目5番57号 TEL.(0154)57-5938
JR大楽毛駅下車またはくしろバス・阿寒バス/大楽毛駅前下車 大楽毛駅脇の跨線橋を渡り左折約250m
●ポリテクセンター釧路のホームページ
https://www3.jeed.go.jp/kushiro/poly/ ポリテク釧路 検索

---

厚生労働省委託事業 地域雇用活性化推進事業

受講料無料 「失業認定申告書」に求職活動実績として記入できます！

「おもてなし力向上セミナー」

# 地元（釧路）を知り、場面に応じたマナーとワンランク上のおもてなし力を身につけよう！

2024年11月19日㈫、20日㈬、21日㈭
各日午前9時30分～12時30分

山﨑 美佳

塩 博文

オシエルズ

**第一講** 11月19日㈫ 午前9時30分～12時30分
**営業・接客・職場のマナー講座**
その場に応じた基本的な対応や、顧客の心をつかみリピートに繋げるおもてなしの心を学びます。
講師：株式会社ビーグライド 代表取締役 山﨑 美佳 氏

**第二講** 11月20日㈬ 午前9時30分～12時30分
**釧路の観光資源再発見**
身近過ぎて見落としがちな釧路の観光資源について、フィールドワークを通して学びます。
講師：クスリ凸凹旅行舎 代表 塩 博文 氏

**第三講** 11月21日㈭ 午前9時30分～12時30分
**コミュニケーションスキルの習得**
お笑いコンビ「オシエルズ」のお二人から、相手を楽しませ、喜ばす、接客に繋がるコミュニケーションスキルを学びます。
講師：オシエルズ

**受講対象** 釧路市で就職を目指す求職者、転職希望者、創業希望の方
**募集人数** 15名
**会場** まなぼっと幣舞（釧路市幣舞町4-28）

問い合わせ・申し込み先
TEL 0154-65-6870 FAX 0154-65-6872
ホームページ http://employ.kushiro.jp
HP・お申込みはこちらから➡

感染症対策について マスクの着用は個人の判断となりますが、換気・消毒等の感染症対策は引き続き実施いたします。状況により中止や延期をする場合は当協議会からご連絡をいたしますので、あらかじめご了承ください。

**釧路市地域雇用創造協議会** 釧路市黒金町7丁目5番地 釧路市役所4階

構成団体：釧路市・釧路商工会議所・(一社)北海道中小企業家同友会くしろ支部・(一社)釧路水産協会・(一社)釧路観光コンベンション協会・釧路市ビジネスサポートセンター(k-Biz)

---

# Hara×Peko ハラペコ

釧路市・釧路町2024年秋冬の最新飲食店ガイド

2024・秋冬 グルメガイド

ココロもカラダもシアワセ気分・
オイシイものをいただいて

忘年会・新年会のお店選びにも役立つオイシイ情報をお届けします!!

好評配布中!!

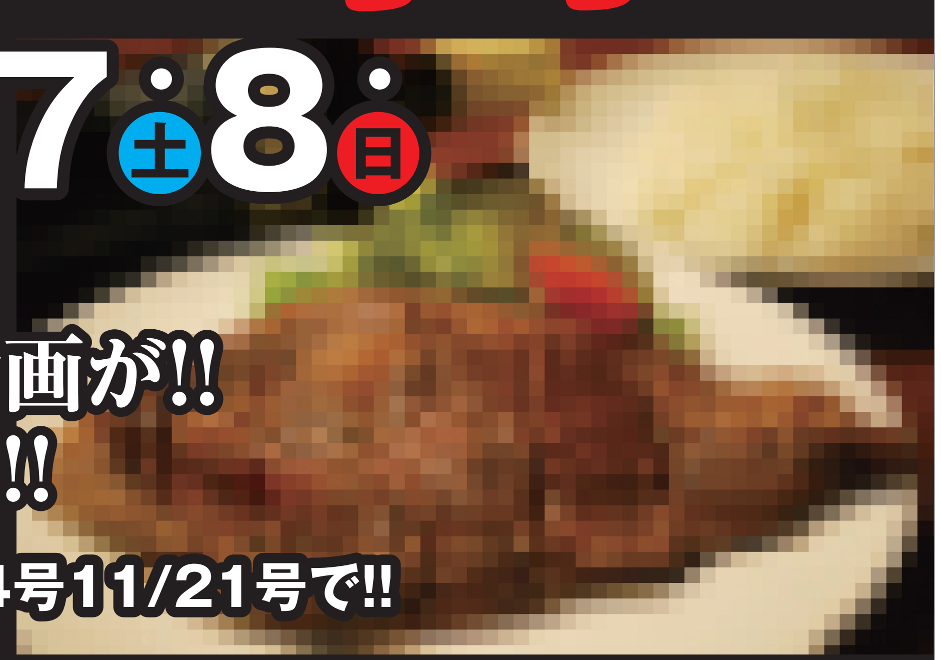
釧路新聞社本社（釧路市黒金町7-3）ほか釧新ラックなどで配布致します。

ハラペコ X公式アカウント!

---

# 予告

**12/6㊎・7㊏・8㊐**



あの!
スペシャル企画が!!
かえってくる!!!

詳細はLife11/14号11/21号で!!

**Bistro La Nature**
ビストロ ラ ナチュール 釧路市芦野5丁目27-18
☎0154-35-1669
■ランチ/11:00～14:00
■ディナー/18:00～21:00
■定休日/不定休
当店向かいのBOOK OFF様駐車場をご利用いただけます。

2025年度ビストロ ラ ナチュール特製洋風おせち 受付開始!!詳しくは隣のページを見てネ

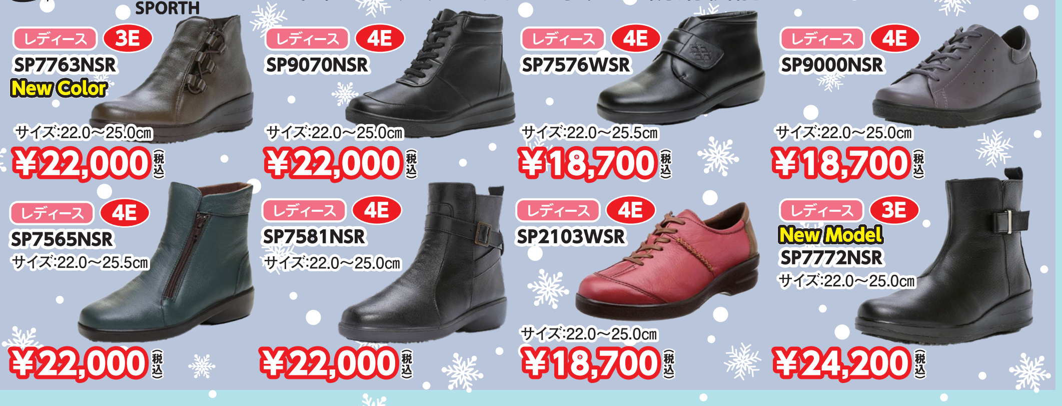
---

# すべらない!! 冬靴特集

まずは足元から冬じたく

moonstar SPORTH 寒冷地の足元を支える独自の防滑機能～スペランシリーズ～

しっかり進み、しっかり止まる。
ウィンターシューズはムーンスター
SUPERANT
当社最高峰の、氷上防滑テクノロジー
01 驚異的な氷上防滑性能
02 優れた雪離れ性能

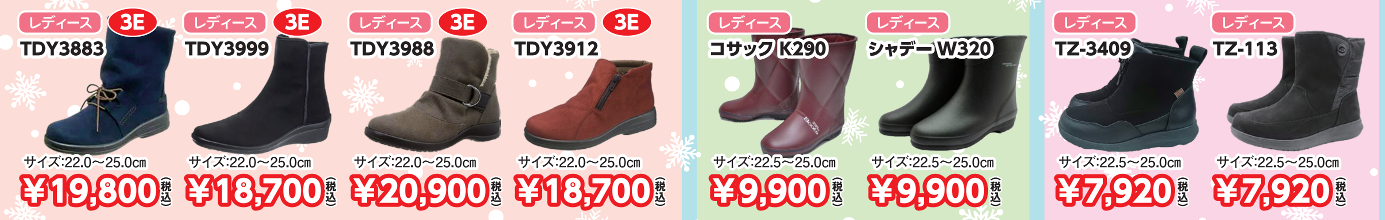


| 区分 | ワイズ | 品番 | サイズ | 価格 |
|---|---|---|---|---|
| レディース | 3E | SP7763NSR New Color | 22.0～25.0cm | ¥22,000（税込） |
| レディース | 4E | SP9070NSR | 22.0～25.0cm | ¥22,000（税込） |
| レディース | 4E | SP7576WSR | 22.0～25.5cm | ¥18,700（税込） |
| レディース | 4E | SP9000NSR | 22.0～25.0cm | ¥18,700（税込） |
| レディース | 4E | SP7565NSR | 22.0～25.5cm | ¥22,000（税込） |
| レディース | 4E | SP7581NSR | 22.0～25.0cm | ¥22,000（税込） |
| レディース | 4E | SP2103WSR | 22.0～25.0cm | ¥18,700（税込） |
| レディース | 3E | New Model SP7772NSR | 22.0～25.0cm | ¥24,200（税込） |

ASAHI アサヒシューズ All-Weather TOP DRY GORE-TEX PRODUCTS 防水 濡れない 透湿 蒸れにくい 耐滑 滑りにくい

第一ゴム 真心と匠の技、安心の日本製

TOPAZ ゆったり幅広 5E設計!



| 区分 | ワイズ | 品番 | サイズ | 価格 |
|---|---|---|---|---|
| レディース | 3E | TDY3883 | 22.0～25.0cm | ¥19,800（税込） |
| レディース | 3E | TDY3999 | 22.0～25.0cm | ¥18,700（税込） |
| レディース | 3E | TDY3988 | 22.0～25.0cm | ¥20,900（税込） |
| レディース | 3E | TDY3912 | 22.0～25.0cm | ¥18,700（税込） |
| レディース |  | コサック K290 | 22.5～25.0cm | ¥9,900（税込） |
| レディース |  | シャデー W320 | 22.5～25.0cm | ¥9,900（税込） |
| レディース |  | TZ-3409 | 22.5～25.0cm | ¥7,920（税込） |
| レディース |  | TZ-113 | 22.5～25.0cm | ¥7,920（税込） |

靴の専門店 **TANAKAYA**

幅広、甲高でお困りの方、ぜひご相談下さい!
釧路市星が浦大通2丁目6-1（ぴあざフクハラ星が浦店内）
☎0154-65-9241 営業時間 10:00～19:00
VISA、VJA、JCB、NC、UC、日専連などの各種ギフトカードご利用頂けます

# 求人
釧路地方の
求人情報

新釧路 SENSHIN
## スタッフ募集
勤務のご希望など、お気軽にご相談ください

### 朝刊配達スタッフ
未経験者歓迎!!

【内　　容】釧路新聞の配達
【勤務日数】4週4休※その他相談可
【時　　間】2:00～5:00の間で1～2時間程度
【給　　与】22,200円～76,600円
※区域、部数により変動あり
【配達区域】釧路町曙、若葉、釧路市美原3、5丁目

応募 電話連絡の上、履歴書持参　※勤務地については、ご希望の地域をお伝え下さい。

**鉄北東部販売所** ☎0154-23-5023

---

ストーブ分解整備・修理たまわります
製造10年以内の
**不用なストーブの買い取り**
コロナ　サンポット
**中古ストーブの販売**

家一軒丸ごと片付けます
不用品でも買取できる物もございます
**見積無料!**
引越し片付け
物置片付け
遺品整理

**不用品?円で買い取ります**
まずはお電話をお待ちしております!
・鉄くずスクラップ・アルミホイール(タイヤ付OK)・ミシン・編み機・ゲーム機・ノートパソコン・パソコン本体・自転車・除雪機・融雪機・オーディオ・カーステレオ・電子レンジ・ガスコンロ・湯沸かし器・銅管・電線・エレキギター・オートバイ・灯油タンク・事務机・ロッカー・ストーブ
※お引き取りできない物はお持ち帰りいただく場合がございます。

**中古自転車 販売・修理**
自転車格安修理:パンク・チューブ交換
自転車技士・自転車安全整備士による安心メンテナンス!

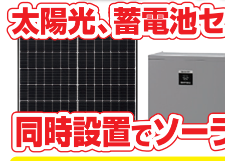
リユースグループ
**やました商店**
担当者直通 090-2699-7672
釧路市愛国西1-31-24(愛国小学校グランド横)
古物商許可第134010000613号

---

省エネ機器&太陽光発電
## エコ替えキャンペーン!!
エコキュート・寒冷地エアコン
**10年が買い替え目安!**
お得にエコ替えしませんか?

最新機種は省エネ機能、耐震性など性能が格段にアップしてます!!

太陽光、蓄電池セット
専門店&自社施工だから出来る特別価格!



同時設置でソーラーパネル無料
国、地方自治体、電力会社併せて20万円 補助最大 出るケースも!　※詳しくはお問合せ下さい。

公式LINEを追加後メッセージを送っていただいた方には、QUOカード500円分プレゼント!!
※広告内の写真はイメージです

価値あるくらしへ
SUN ENERGY TOKO ELECTRICAL INDUSTRY
株式会社**東興電気工業**
エコキュート・設備工事の様子をYouTubeで公開中▼
0120-60-1051　釧路市入江町8番19号 ☎0154-23-1050

---

■パート・アルバイト急募　若干名
【内容】日本酒製造に関わる仕込み作業
【時給】1,100円～
【時間】シフト制①8:30～17:30
②7:00～15:00
【休日】シフト制(月6日程度)
※土・日勤務可能な方
※休み希望は相談可
【資格】普通自動車免許
フォークリフト運転技能あれば尚可
【待遇】交通費規定支給
マイカー通勤可(無料駐車場有)
その他、委細面談の上ご相談下さい。

■ **福司酒造株式会社**
釧路市住吉2丁目13番23号
☎(0154)41-3100

---

＼未経験者歓迎! シニア歓迎!／
## 洗い場スタッフ
【内容】レストラン・宴会場の食器洗浄及び簡単な調理補助
【時間】①10:30～16:00間の3.5時間程度
②17:30～21:30
①②のいずれか
【給与】時給1,010円
【勤務】週3～5日勤務シフト制
(曜日・勤務日数は応相談)
【資格】車通勤可能な方
【待遇】交通費規定支給、雇用保険・労災保険、制服貸与
【勤務先】山花温泉リフレ 釧路市山花14線131番
電話連絡の上、写真付き履歴書を郵送又は持参。委細面談

**釧路ワークアクト(株)** tel.(0154)[担当:葛巻] 22-1688
釧路市錦町5-3 三ッ輪ビル5F

---

交通誘導警備員
## 正社員募集!
学歴不問!
年間休日108日
資格取得制度・手当有

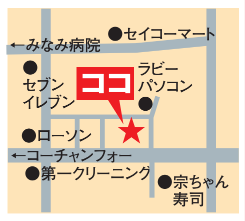
雇用形態／正社員(3名募集)
給与／月給195,000～270,000円(現場手当含む)
賞与 年2回(最低保証 50,000円)退職金制度あり
勤務時間／実働時間:1日あたり8時間
7:30～16:30(休憩1時間)
※現場により多少就業時間が変動します
募集地域 ●釧路市内 ●中標津町 ●標茶町 ●その他(道東エリア)

**株式会社HDS**　北海道釧路市大楽毛北1丁目17番24号
【問い合わせ先】050-7112-3427(担当)長谷川

---

**つらい**
**症状の軽減・緩和**
子供からお年寄りまで、お客様に合わせた無理のない手技療法で体を軽くします。
●もみほぐし　出張も※ご利用ください
(30分)2,000円(税込)
(50分)3,000円(税込)ほか
「ソフトに軽～くほぐす」か「強めにしっかりほぐす」かお客様に合わせます。

整体院 **元気工房**
釧路市武佐1丁目41-16
TEL0154-46-7102
●営／9:00～20:00(要予約)　●休／月曜日
※出張可(近郊)※時間外は要相談



---

やりたい仕事がきっと見つかる!
**シゴトを探すなら Life**(ライフ) やっぱり

---

# おせち＆オードブル特集
只今ご予約承り中
みんなが集う年末年始には一年の願いを込めた料理をご家庭に…

---

2025年度ビストロラナチュール特製
## 洋風おせち
お渡しは12/31㊋午後以降店舗にて

4名様盛り 二段重 ¥25,000(税込)
2名様盛り 一段重 ¥13,000(税込)
各限定 15セット

クリスマス・年末年始にいかがですか?

特製オードブル

2名様盛り ¥3,240(税込) 以上から承ります

特製ローストチキン&ローストレッグ

丸鶏 約1kg ¥2,700(税込)

1本 ¥600(税込)

完全予約制　ご予約は12/15㊐まで
※画像はイメージです。容器を予告なしに変更する場合がございます。
※仕入れ状況によりメニュー内容を変更する場合がございます。

**Bistro La Nature**
ビストロ ラ ナチュール 釧路市芦野5丁目27-18
■ ランチ/11:00～14:00 ディナー/18:00～21:00
■ 定休日/不定休
当店向かいのBOOK OFF様駐車場をご利用いただけます。
ご予約・お問合せ ☎0154-35-1669

---

## 真鯛の昆布〆祝い寿司
極上の真鯛を極上の昆布で〆シャリも鯛寿司用に特別に仕込みとても上品な味に仕上げました。おめでたい席に華を添える縁起物のお寿司です。
(約四人前)…七、五六〇円

年内最後のお知らせとなります

## おせち
皆様で迎える良き年に幸多かれと八千代が丹精込めてお造り致します。

寿司 やちよ SUSHI YACHIYO

三段重(7寸長形・三段)五人前 限定100個
五四、〇〇〇円

二段重(7寸長形・二段)三人前 限定150個
三二、四〇〇円

一段重(7寸長形・一段)二人前 限定150個
二一、六〇〇円

縁起物
当日おせちを当店まで取りに来られた方には八千代特製「年越しそば」をお付けいたしております。

それぞれ数に限りがございます。どうぞお早めにお申込みください。
ただいまご予約承り中
◆ご予約期間　12月26日(木)まで

名代の寿司・魚貝料理・活かに料理
**八千代本店**
釧路市末広町三丁目五番地 tel 0154-22-0218
ご注文はお得なフリーコールで(固定電話専用) 0120-24-0814
携帯電話からはこちらへおかけください 0154-22-0218
お引渡しは八千代本店 1階にて、大晦日12月31日(火)の午前10時より午後5時までとなります。
年内は27日まで通常営業いたします。
新年は4日より営業いたします。

※表示価格はすべて消費税(8%)が含まれております。
※仕入れ・漁模様によりお料理の内容が多少変わる場合もございます。

---

一年の終わり食卓の中心に彩り飾る さいわい食堂のオードブルで団らんを
## 豪華海鮮オードブル

12/30・31限定
数量限定で今年も販売致します

4～5人前 13,000円(税込)(本体価格11,819円)
2～3人前 6,500円(税込)(本体価格5,909円)も御座います!!

予約受付は12月23日(月)まで
受渡／12月30日(月)・31日(火)14:00～15:00　当店にてお渡し
※写真は4～5人前となります。※写真はイメージです
※予告なく変更することもございます。

今年はメニューに自家製無添加の「銀ダラ西京焼き」が加わりました。その他、産地や調理方法違い「食べ比べエビ3種類・牡蠣2種類・魚2種類」手作りの砧巻きや梅ザーサイなど、女性や高齢者にも嬉しいラインナップも充実です。

**さいわい食堂**
釧路市幸町9-1(釧路市交流プラザさいわい1F)
ご予約・お問い合わせは ☎0154-64-6211
定休日／金曜日、日曜日、祝日

---

醍醐特製
## おせち料理

ご予約承り中!!

2～3名様分 限定30食 ■1段重 20,000円
3～5名様分 限定30食 ■2段重 33,000円
5～8名様分 限定20食 ■3段重 50,000円

**早期ご予約特典**
令和6年11月30日(土)迄にご予約されましたお客様に当店の御食事券を進呈します。1段重は「御食事券1,000円分進呈」。2段・3段重は「御食事券3,000円分進呈」致します。※御食事券のお渡しはおせちの引渡時となります。

**お引渡特典**
お引取にて当店にお越し頂いたお客様に当店の「御食事券1,000円分進呈」

◎ご予約は12月25日(水)まで承ります。
◎お渡し日は12月31日(火)となります。

**醍醐**(だいご)
釧路市錦町5-3(三ッ輪ビル地階)
営業時間／AM11:00～PM2:00・PM5:00～PM9:00
定休日／日曜日(祝日営業)　専用駐車場をご利用下さい
(携帯・PHSでもOK) 0120-320-849(ミツワビル ワショク) ☎22-4466

当店の表示価格はすべて税込となっております。テイクアウト・出前についても同一価格です。※箸・おしぼり・容器代また配送料含む

---

## ふたりの贅沢 2025
年越し・お正月〈お重二段〉2人前
おせちすき焼

なくなり次第終了! 限定100セット

◎一段目
くしろ 駒形家 **釧路炉ばたおせち**

2名様用
**全25品**

| | | |
|---|---|---|
| ●スモークサーモンのゼリー寄せ | ●青銀杏松葉串 | |
| ●干し柿とクリームチーズの市松 | ●銀宝西京焼き | ●花レンコン |
| ●なます(いくら、かに足) | ●ローストビーフ | ●昆布巻き |
| ●さつま芋のレモン煮 | ●紅白かまぼこ | ●茶碗蒸し |
| ●あんずのさっぱり煮 | ●紅白はじかみ | ●数の子 |
| ●帆立ベーコン巻き | ●だし巻き玉子 | ●梅麩 |
| ●大海老のうま煮 | ●筍の土佐煮 | ●錦卵 |
| ●黒はも湯葉巻き | ●紅鮭塩焼き | ●黒豆 |
| ●たこ柔らか煮串 | ●鮑柔らか煮 | |

◎二段目
道産黒毛和牛サーロイン 駒形家**すき焼きセット**

駒形家自慢のすき焼き
●北海道産黒毛和牛サーロイン ●焼き豆腐 ●花人参
●生湯葉 ●長ネギ ●玉ねぎ ●大椎茸 ●エノキ ●しめじ
●白滝 ●生麩 ●白菜 ●水菜

さらに
**早得特典** 店頭受取でご注文のお客様に、お足代としてお食事券1,000円分プレゼント!

お得な早割価格!!
11月30日㊏迄の早期お申し込みで
**500円OFF!!**
配達 ¥20,000
[税込¥21,600]
※釧路市内・釧路町限定(釧路町の一部地域、阿寒町、音別町を除きます)。詳細はお問合せください。

●ご予約締切
2024年12月25日㊌
午後6:00まで
期限内でも数量に達し次第終了します

●お届け日
2024年12月30日㊊・31日㊋
午前11:00～午後4:00まで
■外寸(ミリ)縦205×横300×高さ60
※賞味期限はお渡し日の翌日です

くしろ
**駒形家**
釧路市栄町6丁目2番地
(栄町平和公園横)
ご注文・お問い合わせはお電話またはWEBから!
☎0154-24-4658
[受付時間] 11:00～18:00
https://www.komagataya.com/
[24時間受付]
スマホからもご注文いただけます!
ご注文完了後は「ご注文確認メール」をお送りします。

釧路の子育て応援マガジン

# Haport

ハポート

¥0 TAKE FREE

2024
秋冬号

## 好評配布中!!

充実の44P

釧路新聞社本社（釧路市黒金町7-3）ほか釧新ラックなどで配布致します。

お問い合わせ／釧路の子育て応援マガジンHaport製作実行委員会　釧路市黒金町7-3 ㈱釧路新聞社 広告部内　Tel0154-22-1113

### 晴れの日·記念日を祝おう♪

雨でも雪でも1年中楽しめる!
釧路市子ども遊学館で遊ぼう!

地域で支える·助け合う
「ファミサポ」を活用しよう!

大人も子どもも楽しめる!
くしろNEWスポット

釧路市の一時預かり事業を
上手に活用してみませんか?

くしろイクメン倶楽部

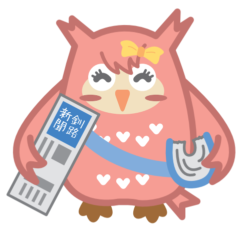
わたしのワーキングStyle
～働くママの1日スケジュール～

編集部オススメ!
屋内あそびスポット

そのほかコンテンツ盛りだくさん!!

---

# 釧路新聞電子版のご案内です。



**お手持ちの端末で外出先でもご覧いただけます。**
釧路新聞電子版は、釧路新聞本紙との
併読コースの場合**月額880円**（税込）**でご利用頂けます。**
（※単独コースは1,980円（税込））

**電子版6つのポイント**

いつでもどこでも読めちゃいます♪

**Point.1**
**スマートフォン**や**タブレット**で、**通勤·通学途中**や**出張先**でも読みたいときにいつでも読めます。

うっかり捨ててしまった新聞も見返せます!

**Point.2**
当日を含む2週間分の紙面を**PDFデータ**で見ることができます。**ダウンロード**も可能!

まとまっているから注文しやすい!

**Point.3**
本紙掲載の写真を**フォトサービス**で注文することができます。

パパは新聞 ボクはスマホで!

**Point.4**
**ひとつのアカウント**を取得するだけで家でも、職場でも、外出先でも。出張や旅行時でも使えます!
※複数同時接続はできません。

見落としていた関連記事もくまなくチェックできる!

**Point.5**
**調べたいワードで検索**すると、当日の紙面から**キーワード**を含む記事をすべて表示することができます。

毎朝4時に更新!!

**Point.6**
釧路·根室管内の**おくやみ情報を最速**でお届けします。前もって知ることができるので、慌てずに対応することが可能です。

**㈱釧路新聞社**
〒085-8650 釧路市黒金町7-3
TEL:0154-22-1111　FAX:0154-22-0050

**新聞購読のお申し込み→ ☎0120-550-946**

**電子版会員登録は**
https://kushironews.jp/
※電子版のお申込は上記URLでのみ対応しております。

---

健康と美容に AMRiTA 生活
毎日に奇跡を
AMRiTA

AMRITAとは
インド神話に出てくる
不老不死の飲料の意味です。

## 「細胞から、美しくなる。」

- パック又はクレンジングとして。
- 油分を取り、水分を与え、肌に潤いを与えて化粧のノリを良くします。

■市販のフェイスマスクに、AMRiTAを整水してしみこませたものを10分間パックする。

before

| 肌年齢 | 36歳 |
|---|---|
| 水　分 | 24 |
| 油　分 | 51 |
| 弾　性 | 47 |

after

| 肌年齢 | 27歳 |
|---|---|
| 水　分 | 47 |
| 油　分 | 32 |
| 弾　性 | 55 |

※8：2（水分：油分）、水分40～50%が若い肌の目安となります。

**AMRiTA**
〒085-0806
北海道釧路市武佐 5-8-7
0154-46-0078
info@jmc.gr.jp

**代理店募集**

## 健康と美容に AMRiTA 生活

**飲食関係**
- どんな水よりまろやかでおいしい。
- みそ汁のみその量が減った。
- 少ないお茶の葉の量で，いつもの濃さになるので，節約になった。
- コーヒーが今までの倍の量つくれる。
- お米がとてもふっくら炊ける。
- お米がとてもおいしくなった。
- 正油を割ったらとてもまろやかでおいしくなった。
- 水割りがとてもまろやかでおいしくなった。
- 野菜や果物を水素水につけるとおいしくなった。
- トマトを水素水につけたら，水が黄色くなった。
- お米を研いだら，水が黄色くなった。
- キャベツの千切りをつけたら，キャベツがしゃきしゃきになった。
- 萎えた大葉をつけたらシャキッとなった。
- 市販のうなぎにかけると，臭みが消え，身がふっくらおいしくなった。

**健康，美容関係**
- 二日酔いが無くなった。
- 胃薬を飲まなくなった。
- 胃の調子が良くなった。
- 風邪をひかなくなった。
- 飲むと頭がすっきりする。
- 頭が重い感じが取れた。
- 調子が悪いとき飲むと元気が出て楽になった。
- 基礎体温が35℃台から36℃台に上がった。
- 化粧水の代わりに使っているが肌がすべすべになった。
- 化粧のノリが良くなった。
- 肌の艶が良くなった。
- 髪にしっとり感が出てきた。
- スプレーすると寝ぐせがすぐ直る。
- 足がポカポカするようになった。
- やけどの跡，傷，かゆみがよくなった。
- 足の裏のカサカサが無くなった。

**ペット，花関係**
- 切り花が長持ちするようになった。
- 枯れかけた花が元気になった。
- 犬のうんちの臭いが気にならなくなった。
- 犬がこの水しか飲まなくなった。
- 犬の獣臭が無くなった。
- 犬の毛艶が良くなった。

**その他**
- うんちがあまり臭わなくなった。
- うんちの出がよくなった。
- トイレの掃除が三日に一回になった。
- 体臭が消えた。
- お風呂の湯ざめがしなくなった。
- お風呂の汚れがなくなった。
- 洗濯のとき，汚れが落ちやすくなった。
- 洗濯物のシミにつけると，落ちやすい。

※当社に寄せられた感想の一部で、使用感は個人差があります。

**お水を入れるだけで AMRiTA に変わります。**

12L EMBalance タンクタイプ

普及タイプ
月々5,500円（税込）

小家族タイプ
月々3,300円（税込）

高能力タイプ
月々11,000円（税込）

2.1L EMBalance ピッチャータイプ

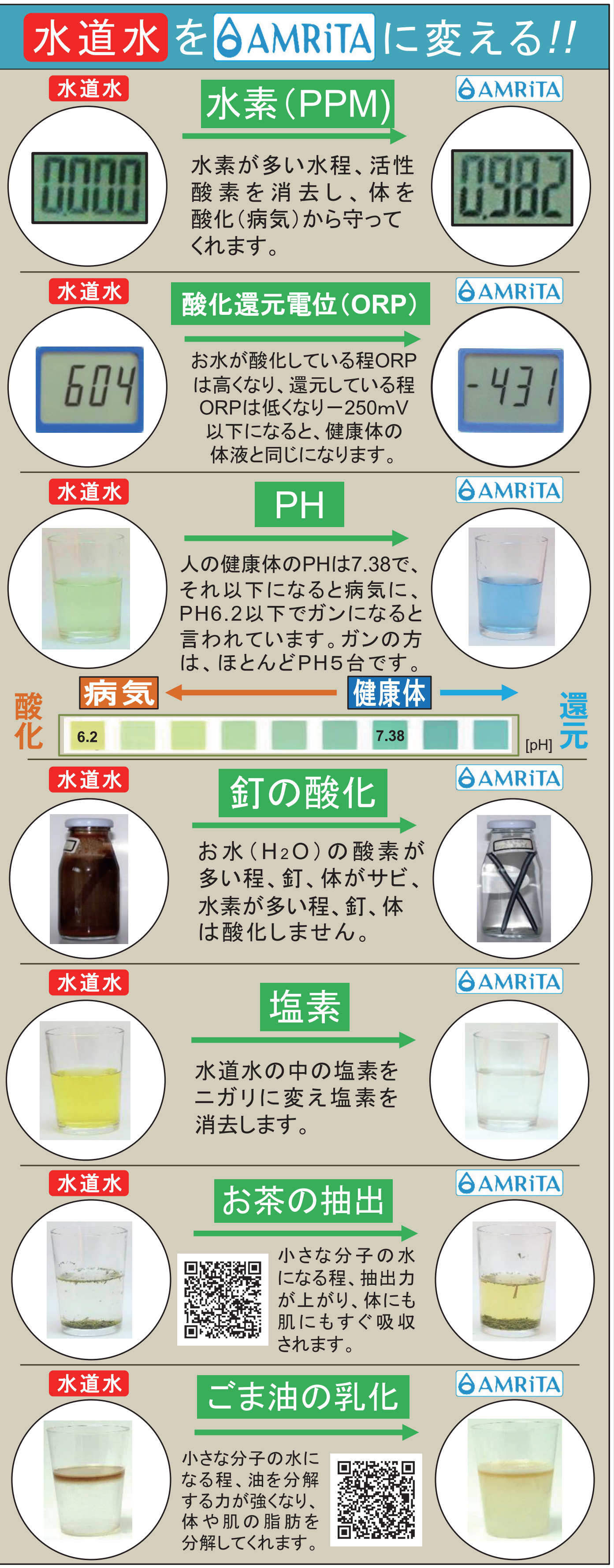
タテにもヨコにも自由自在に置けるピッチャータイプ

月々2,200円（税込）

外出やスポーツ等持ち運びに便利な400cc携帯ボトル

月々1,650円（税込）

## 水道水を AMRiTA に変える!!



**水素（PPM）**
水素が多い水程、活性酸素を消去し、体を酸化（病気）から守ってくれます。

**酸化還元電位（ORP）**
お水が酸化している程ORPは高くなり、還元している程ORPは低くなり－250mV以下になると、健康体の体液と同じになります。

**PH**
人の健康体のPHは7.38で、それ以下になると病気に、PH6.2以下でガンになると言われています。ガンの方は、ほとんどPH5台です。

**釘の酸化**
お水（$H_2O$）の酸素が多い程、釘、体がサビ、水素が多い程、釘、体は酸化しません。

**塩素**
水道水の中の塩素をニガリに変え塩素を消去します。

**お茶の抽出**
小さな分子の水になる程、抽出力が上がり、体にも肌にもすぐ吸収されます。

**ごま油の乳化**
小さな分子の水になる程、油を分解する力が強くなり、体や肌の脂肪を分解してくれます。