

storewide common coupon.

見せれば得するクーポン!!

storewide common coupon.

このフリーペーパーの表紙にある特製「通用手形」をご提示で各店の素敵なサービスが受けられます。表紙の「通用手形」をぜひ使ってください!! 通用手形のように使って、お買い物やサービスをお楽しみください。

**カフェ**  
水とパンのカフェ **双六問屋**  
すざろくどんや Merry Water Life

### 太れないスイーツあります。

スーパーフードスイーツをはじめました。スーパーフードをふんだんに使い、小麦粉・白砂糖・卵・乳製品をいっさい使わない「カラダがよくなる」スイーツです。純水な水素水で淹れた旬のコーヒーと一緒にどうぞ。



〒025-775-7181  
住 | 南魚沼市四十日 2471-3  
営 | 10:00~18:00  
休 | 月曜日

2017年11月1日まで有効  
クーポン  
特典  
カラダがよくなるスイーツを  
20%OFF

MDA日本ダイエット医学協会認定・日本メディカルアンチエイジング協会認定

**学ぶ**  
LEARN

### ミラクルリンパスクール

#### オープン15周年記念特別企画

ラファリンセラピスト中級コース

- 本格的な資格が短期間で取得できます。温泉施設や県内の様々な会場へイベント出演など活躍の場はたくさんあります!
- スキルアップ、開業、副業としてなど女性の経済的自立をサポートいたします。

7名様限定で通常講料 324,000円が特別応援価格の **150,000円** (税別) テキスト代など全て込みでこの価格! お問い合わせはミラクルリンパスクールまで。



〒090-3333-6520 (完全予約制)  
住 | 南魚沼市余川 1784-1  
営 | 9:00~21:00  
休 | なし  
駐 | あり  
URL | <http://www.lymph-t.com>

2017年11月1日まで有効  
クーポン  
特典  
希望者に無料体験サービス

**体**  
Body

和み整体院

### 不調の原因にアプローチ!

不調の原因にアプローチ!  
人の体は、置かれている環境や仕事・年齢などにより、体の負担がたが重なることで、骨格が歪み、不調を引き起こしてしまいます。体に歪みが生じると、首や肩のこり、腰痛・背中がはり、五十肩など、体のあちこちに不調が出はじまります。その原因となる歪みのあるべき位置へと整えていくことで、不調を起こさずに体へと導きます。当院では、ご来院くださる方の回復力UPを目指したお手伝いができればと考え、心を込めて日々施術に取り組んでおります。仕事や家事・子育て・スポーツなどで溜まった疲れを当院の施術でリフレッシュしませんか? 丁寧な手技で溜まった疲れをほぐしていきます。

●コース (40分コース) ... 3,000円  
(60分コース) ... 4,000円  
(80分コース) ... 6,000円

〒090-3647-7252  
住 | 南魚沼市佐佐島 915-4  
営 | 9:00~19:00  
休 | 不定休  
(電話でご予約ください)

2017年11月1日まで有効  
クーポン  
特典  
40分60分コース  
500円引き  
80分コース  
1000円引き

**結婚式**  
WEDDING

一組貸し切りのゲストハウスウェディング  
**グレースコートレオリス**

### 小さな結婚式

ご家族・親しいご友人だけの「小さな結婚式」本当に大切な人たちだけで結婚式をお考えの方向けの新しい結婚式のカタチです。格安の費用でご予算を出るだけ抑えつつ「少人数の結婚式」だからこその出来るお金の掛からない演出をご提案します。詳しくはレオリスホームページをチェック!

☆150,000円~

平日も相談会開催中 11:00~18:00  
お電話にお越しください

〒025-772-2403  
住 | 南魚沼市坂戸 1-12 金誠館

2017年11月1日まで有効  
クーポン  
特典  
ウェディングご予約で  
挙式料無料  
サービス!

**食べる**  
EATING

**坂戸城**

### お食事処「ごんげん」温泉&ランチ

温泉地ならではの楽しみ方、ランチと一緒に気軽に温泉はいかがでしょう? 今年人気の本気井は越後もち豚ジンジャーDON! お米は農家から直送の魚沼産コシヒカリ。メニューはお蕎麦から定食もお選びいただけます。

【本気井】越後もち豚ジンジャーDON ... 1,080円  
※ランチをお召し上がりいただく540円をご入力いただけます。

〒025-773-3333  
住 | 南魚沼市坂戸 292-4  
営 | 11:30~14:00 (ランチ)  
休 | 不定休  
HP | <http://www.sakadojo.com/>

2017年11月1日まで有効  
クーポン  
特典  
ランチ・温泉と併せて  
ご利用いただく  
200円OFF

**憩う**  
RELAX

あかしのゆ / akashinoyu **明石の湯**  
越後妻有交流館キナーレ

### 湯ったり・のんびり・りらくす

癒しの空間「明石の湯」は、多種多様なお風呂と、ゆったり80畳の無料休憩室や仮眠室などを完備しています。食事処はメニューも豊富で「へそそば」もご賞味頂けます。湯上がりの生ビールとおつまみは最高! 女性にはオリジナルスイーツも大人気です。秋の変わり湯は柿の葉湯など盛りだくさん! 心地よい香りですっきりと温まってください。「十日町そばまつり」10月21日・22日にキナーレで開催します。おいしい地そばと温泉をお楽しみ下さい! ぜひ、お越し下さい。

〒025-752-0117  
住 | 十日町市本町 6  
営 | 明石の湯 10時~22時  
休 | 水曜日 休館日 [10月26日(木) 休み]  
駐 | 300台完備  
URL | <http://kinare.jp>

2017年11月1日まで有効  
クーポン  
特典  
10月26日(木) 休館日  
大人料金 600円  
小学生未満 無料

**食べる**  
EATING

ふうふうてい / fuufuutei **風亭**

### 越後魚沼らうめん

### 食欲の秋は、ラーメンでしょ!

麺は自社工場の山芋つなぎの特製麺。ゲンコツ、鶏がらなど、10種類以上を使用し10時間以上煮込んだ、こだわりのスープ。ピリ辛や、こってり・さっぱり色んなラーメンがあります。辛さも調節できますので、お気軽にどうぞ。自家製チャーシューも、大人気。トッピングも沢山あるので、オリジナルラーメンを作ってください。ご家族やカップル、お友達同士で熱々ラーメンを召し上げられ。

〒025-770-1310  
住 | 南魚沼市余川 3100  
イオン六日町店 専門店館1F  
営 | 11:00~21:00 (L.O 20:30)  
休 | 無休

2017年11月1日まで有効  
クーポン  
特典  
中盛り(0.5玉)か  
100円以内の  
トッピングが  
サービス

**食べる**  
EATING

### いまなりグループ

いまなりグループの本気井は食べましたか?

- 1 駅前食堂 1,382円 (税込)  
150gのトンテキを2つで計300g。自家製チャーシューソースではごんげんがすすまぬわけがない!
- 2 与六や 1,944円 (税込)  
越後牛の旨みだけでいいもののフォアグラのジュシーな上質な脂を身にまとったRBM(ローストビーフ)が☆
- 3 与六や 1,944円 (税込)  
ポタン海老・生ズワイカニ・うに、いくら・鯛・サーモン・ネギ・トロ・カニ身にいくらを薄くのせてこれでもか!
- 4 ぶら坊 1,382円 (税込)  
ネタは9種類、頂にポタン海老! こぼれるいくらかっこんで!

●ぶら坊 ●駅前食堂 ●モダンダイニング与六や

〒025-772-3551  
〒025-770-0208  
〒025-775-7330

2017年11月1日まで有効  
クーポン  
特典  
モダンダイニング与六や  
お食事処「ごんげん」  
4名様以上  
500円引き  
サービス

**食べる**  
EATING

ひやま / hiyama **ひやま**

### 割烹 御料理 仕出 精肉 ひやま

大切な方のために、大切な方をおもてなしする。故人を偲ぶ方も、宗教や家族により、ひやまでは、ご親戚の少人数での法事もご利用いただけます。

〒025-782-0365  
住 | 南魚沼市塩沢 65  
営 | 18:00~23:00  
交 | JR 塩沢駅より5分  
休 | 不定期  
駐 | あり

2017年11月1日まで有効  
クーポン  
特典  
お食事処「ごんげん」  
レバー甘辛揚皿  
サービス

**ウッドタウン八色**

残り4区画! 近隣には続々とお店がNew Open! 利便性が高まり、ますます注目の団地へ

アクセス 浦佐駅から車で約2分

家賃価格 **655万円~687万円**  
(247.69m<sup>2</sup>) (247.78m<sup>2</sup>)

ウッドタウン八色 詳細はお問い合わせ下さい

新潟県住宅供給公社 南魚沼市 財政課 用地管理班  
〒950-0965 新潟市中央区新光町15番地2 TEL.025-285-6111  
〒949-6696 南魚沼市六日町180番地1 TEL.025-773-6671

**建ててからが本当のお付き合い**

トピアホーム

よりよい家を・より安く・  
**トピアホーム**

〒949-6603 新潟県南魚沼市川窪1148番地  
TEL.025-772-7031 FAX.025-772-7231  
<http://www.topia-h.com>  
0120-727-050 トピアホーム

**台湾まぜうどん**

人気の台湾まぜうどんを、うどんでアレンジした「まぜうどん」のレシピが、パンチの効いた、辛さにとりっさり!

調理時間 約5分

材料(1人分)  
●冷凍「さぬきうどん」...1玉 ●豚ひき肉...100g  
●もやし(固で切り) ...約50g ●にら(1cm長さで切り) ...1茎(約10g)  
●んにく(みじん切り) ...1/2かけ ●鷹の爪(半分は切る) ...1本  
●サラダ油...小さじ1 ●糸唐辛子...適量

作り方  
① 冷凍「さぬきうどん」はレンジで加熱する。  
② フライパンにサラダ油、んにく、鷹の爪を入れて火にかける。  
③ 香りが立ってきたら豚ひき肉を炒め、色が変わったら[A]を加えてさらに炒める。  
④ [B]を入れてよく混ぜ、ひと煮立ちしたら砂糖、しょうゆで味をととのえる。  
⑤ レンジで加熱したうどんに②、もやし、にら、糸唐辛子を入れて召し上げられ。

2017.10.5 PAGE 2