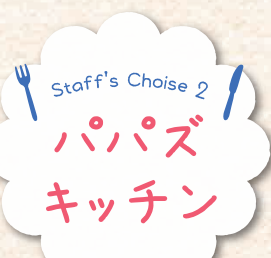


盛岡・滝沢エリアの「おいしい総菜」

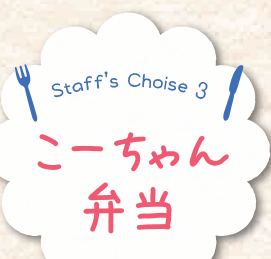
スタッフと社長がリサーチしました



家庭的なおかずも
パーティー
メニューも揃う
おしゃれデリ



ホテル仕込みの
できたてを
味わえます！



唐揚げが大人気！
シンプルだけど
ひと味違うプロの技



社長と高橋さんが向かったのは、盛岡市中ノ橋通のアーケード商店街「ホットライン肴町」のランドマーク「なな'ズキッチン」があるの1階にあります。ショーケースには、旬の食材を使った手づくりのお惣菜やお弁当がずらり。なんと80品もあるのだとか。

「実は、ここで買い物するのは初めて」という高橋さんは、お昼は基本にお弁当。お総菜も時々利用すること。この「こういうおかずもあるのね」と興味津々のようすです。

勤続30年のベテランでもある高橋さん。仕事の楽しさを「やっぱりお客様に喜んで」

青山店で働く伊藤さんが訪れたのは、店から車で数分の住宅地にある「パパズキッチン」。ホテルで長年腕を磨いてきたシェフが手がけるお弁当やお惣菜が人気です。注文を受けてから作るものがほとんどで、できたてならではのにおいしさも味わえます。

「揚げたてのトンカツや天ぷらを買って帰ることができるのはいいですね。家で揚げ物するのは大変だし、意外と加減が難しいし...これはいいかも！」

接客をする仕事がつたくて「たまたま応募を見つけた」メガネの松田に就職した、と話す伊藤さん。「デザインはもちろん、その人に似合

社長と高橋さんと伊藤さんは、盛岡市内丸で集合し、3つめのお店「こーちゃん弁当」。

大正12年創業の老舗魚店「阿部魚店」の店舗内でお弁当やお惣菜を売っている「こーちゃん弁当」は、近所に住む主婦を中心に口コミで評判が広まっている「知る人ぞ知る名店」。特に唐揚げは、1時間に2kg売れるほどの人気メニューなのだそうです。

「知り合いからこの評判を聞いていて、一度食べてみたかったんだよね」と声を弾ませる社長。気がつく両手いっぱい商品を抱えています。一方で「えー、この量で400円！」「すごい。お買



エビとブロッコリーのタルタルサラダ(375円/100g※写真は500g)



シェフズ弁当*
「岩手菜彩鶏の鶏飯」(880円)
前日16時までの予約



手づくりハンバーグ(400円/1個、副菜2種類付き)



スパゲティミートソースサラダ付(580円)
ココのあるミートソースが、モチモチのスパゲティによく合います



からあげ(250円/1パック)



ナポリタン(500円) 焼きそば(300円)
ボリュームでリーズナブル！宮古出身オーナーの目利きが光るお魚弁当も人気



おいしそうなおかずをGET！



ショーケースに自慢のお惣菜が並んでいます

R106	中野橋	中津川
★	なな'ズキッチン	ポトフ・おでかけ
★	なな'ズキッチン	ポトフ・おでかけ



副菜など一部の総菜以外はオーダーを受けてから調理



外回りの営業マンはもちろん、ファミリー層にも人気

★	メガネキッチン	ツルハドラッグ
★	メガネキッチン	ツルハドラッグ
★	メガネキッチン	ツルハドラッグ



スタッフも驚くボリュームと安さ



ふっくらと味のしみ込んだ煮魚も人気

北	こーちゃん	盛岡市内丸16-15
北	こーちゃん	内丸ビル1F(阿部魚店内)
北	こーちゃん	内丸ビル1F(阿部魚店内)

メガネちょこっとコラム 似合う眼鏡 眉毛編

3つのポイント

Point 1 大きさを決める

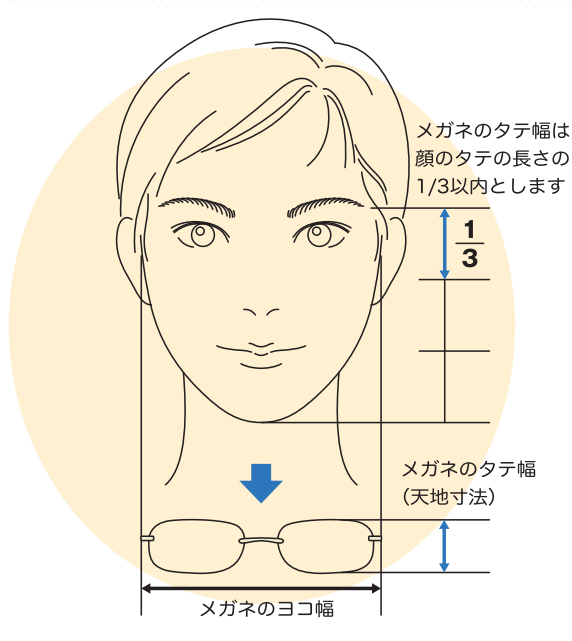
メガネの大きさを決める時、重要な目安となるのが眉毛です。例えば、フレームの縦幅は、眉毛からあご先までの長さの1/3以下にするとバランスがいいです。最近雑誌などで紹介されている大きなフレームのタイプは、何個もメガネを持っている「おしゃれ上級者」向け。TPOを選ぶデザインです。目元のシワを強調してしまう恐れも...。それに、笑うとほっぺにフレームがくっつきます(笑)。ちなみに横幅は、顔の幅と同じくらいで黒目がレンズの中心、あるいは少し内側にくるぐらいがベストです。

Point 2 カタチを合わせる

眉毛のカーブとフレーム上縁の形を合わせると、顔の一体感が生まれます。眉頭とレンズの始まり位置を揃えると、よりナチュラルに。左右で眉の高さが違う場合は、高いほうの眉に合わせ掛け具合を調整します。低いほうに合わせるのも、低いほうに合わせるのも、メガネの上縁と高いほうの眉との間隔が開きすぎてしまい、間が抜けた感じがや老けた印象を与えてしまいます。

Point 3 太さを考える

顔にとって眉毛はアクセント。その人の個性が引き出される部分でもあります。眉毛が太い・濃い方は、



メガネのタテ幅は顔のタテの長さの1/3以内とします

メガネのタテ幅(天地寸法)

メガネのヨコ幅

メガネのタテ幅は顔のタテの長さの1/3以内とします

メガネのタテ幅(天地寸法)

メガネのヨコ幅

メガネのタテ幅は顔のタテの長さの1/3以内とします

メガネのタテ幅(天地寸法)

メガネのヨコ幅

メガネのタテ幅は顔のタテの長さの1/3以内とします

メガネのタテ幅(天地寸法)

メガネのヨコ幅

メガネのタテ幅は顔のタテの長さの1/3以内とします

メガネのタテ幅(天地寸法)

3代目社長のダイエット奮闘記 ①

CMデビューへのカウントダウン！「ゆっくり食べる」を心がけています

♪めがーねのまつだ〜のフリーズでおなじみ「メガネの松田」CMが、3代目社長就任にともない2017年からリニューアルすることになりました。最後に社長が「ななめ45」の目線で登場するのが当社CMの定番。そのため私は「今度こそダイエットを成功させるぞー」と誓い、心を鬼にして減量に励んでいます。

私が実践しているのは「ゆっくり食べること」。1人だつて早食いしてしまうので、マンガ本を読みながら...など、ゆっくりできそうな店を選ぶようにしています。そのおかげか、少しずつ体重が減ってきました！でも年末年始にかけて付き合ひが多くなるので、リバウンドしないか心配です。

さて、私のダイエットチャレンジは見事成功するのか、それとも失敗に終わるのか...？その答えは、新春からオンエアされるCMでご確認ください！

だけどもたまには、思いきり食べてもいいですよ...？(心の声)

3代目社長が初登場！ 2017年からCMが新しくなります

3代目社長のダイエットの成果を、ぜひCMでご覧ください！(…と自分でプレッシャーをかけてがんばります by 3代目)