



久美浜 BAY-COOK ベイクック クーポンあり

丹後産夏野菜のみずみずしい新作登場!

- A 海鮮唐揚げの夏野菜パスタ ¥1,400
- B 九条ねぎソースの豚肉チーズ ¥1,380
- C 夏フルーツのショートケーキ ¥450

新鮮な甘エビとヤリイカのフリット&パプリカ、ズッキーニなど夏野菜の旨味味わうペロンチーノや九条ねぎとニンニクの香ばしいオイルソースが絡まるたっぷりの豚肉と玉ねぎをとろ〜りチーズが包み込む夏の新作パスタ! 久美浜産メロンのパフェも始まります!

※木・金限定のお得なツルカメクーポンをご利用下さい!

tel.0772-82-1576
京丹後市久美浜町2794 駐車場完備
営業 10:00~21:30(L.O.20:30) [ランチ11:00~]
休 火曜・第3日曜



豊岡 HABATAKE Sweets Cafe クーポンあり

夏を彩る、冷たいドリンク召し上がれ!

- A イタリアンソーダ ¥400
- B スムージー ¥400
- C 店内の棚には焼菓子がいっぱい!

カラフルで見た目にも涼しい、冷たいドリンクと、氷のシャリシャリ感がたまらない濃厚スムージーが登場! どちらもこの夏お店一押し商品!

お店のアイズドリンクは全てテイクアウトOK!

tel.0796-24-3660
豊岡市大手町7-9
営業 11:00~17:00 月曜・日曜 ※土曜不定休



豊岡 Mifoork ミホーク クーポンあり

真夏の涼感運ぶ、こだわりスイーツ新登場!

- A BIGシューアイス(1個) ¥400
- B わらび餅タルト(手前) ¥460
- C 和抹茶の宝(奥) ¥410

シュー皮とアイス、すべてが手作りのシューアイスが数量限定で新登場! 皮のサクッと食感と、アイスの優しい甘さが、この時期にぴったりなこだわりのスイーツ! 他にも、和テイストたっぷりの冷やしデザートなど、涼感溢れるランチアップ!

お祝い用のホールケーキもご予約承ります!!

tel.0796-26-3409
豊岡市下陰2-3 駐車場完備
営業 10:00~18:30 休 水曜・第3火曜 ※臨時休業あり



豊岡 オルトミオ Orto Mio は 夏季営業期間は無休です 7/10(金)~8/23(日)

この夏、平日限定でランチ営業 致します!!

Pranzo 通常ランチ ¥1,380 税別
[前菜+パスタ+パン食べ放題]
プラス400円でドルチェセット付き

90分! ナント! 自社ベーカリーで焼き上げたパンが食べ放題!!
ドリンク付き ¥200

贅沢ランチコース ¥2,180 税別
前日迄予約制 [前菜+パスタ+メイン料理+ドルチェ+パン食べ放題]

夜は予約制でディナーコース! お1人様 ¥3,000~
2名様~前日迄の要予約
営業時間 / 17:00~21:00 ※送迎は事前にご相談ください!

竹野海岸 北前館 Petit-Pas Dining tel.0796-47-2020
豊岡パスタ Orto Mio [ランチ] 11:00~15:00 (L.O.14:30) [カフェタイム] 15:00~17:00

夏季営業期間中、土・日・祝・お盆はテイクアウトメニューのみの営業です。

ツルカメクーポンを使うとナン・ト!!

● 格別らーめん ● 味噌 ● 赤旨 ● 塩 ● 屋台

※黒こちりらーめんを除く ※大盛り+330円

全5種 半額!!

格別セットもオススメ!!
お好きならーめんにプラス528円!!で欲ばりプレートが付きます!!
(焼飯+焼肉+唐揚げ)

★その他、お得な焼飯、餃子、唐揚げとのセットもございます。

らーめん格別や
TEL.079-670-1717
朝来市和和田山町枚田岡102-1 (年中無休)
営業 11:00~22:30 (L.O.22:00) http://hirose-f.co.jp/

夏も食べたいこだわりの一杯! 「格別」の味!

美しい自然の恵みと未来の暮らしがつながる... 「IoT活用のSMART HOUSE」 完全予約制

完成見学会

開催日 2020年 8/22日・23日 AM10:00~PM5:00 [雨天決行]

会場 和天山分譲地 せせらぎ自 朝来市和天山町中

ACCESS MAP 和天山弥生が丘 せせらぎ自 朝来市和天山町中 東河小学校 東河郵便局 至夜久野 至豊岡 至生野 至福知山、

最新機器の使いやすさと省エネ実感!!

住まいるフェア

2020年 7/18日・19日 AM10:00~PM5:00

会場 オグラショールーム 住まいる 豊岡市加広町3-35

キッチン・バス・トイレ・IH・給湯機・蓄熱暖房器など... 今回限りの特別価格!! ご成約特典を多数ご用意!!

ご来場プレゼント QUOカード1,000円分!!

くまけんの住まい塾 7/18日開催!! 定員10名様! (約1時間) 健康寿命を伸ばす 断熱・耐震 リフォーム教室!!

QRコードからはコチラ!

但馬で独立開業・副業をお考えの皆さん!

耳つぼの先生募集!

ダイエットや生活習慣病の改善が期待出来ると今話題の「耳つぼ」ダイエット。でも全国的に施術出来る先生が不足しています! 未経験者でも安心!
「日本瘦身医学協会主催」の1DAYセミナーを受講するだけで資格取得が可能!

少資金 省スペース 高収入
少ない資金で開業が可能!
(例) 平均月収30万~50万 (副業でも約15万)
美容室・ネイルサロン・エステ店のオーナー様にもオススメ!

無料! 資格取得後、技術指導、トレーニングなど開業から経営に至るまでサポートします! 当社スタッフがお客様の最寄りの場所までご説明に伺います。

耳つぼダイエットサポート Blue Rose 明石市小久保 2丁目14-8-601 詳しい内容は こちら ☎080-5336-3640

想いをこめた家づくり 株式会社 くまだ建工社 079-664-0076

ホームページでさらに詳しく! www.kuma-ken.co.jp

ちょっとしたリフォームから、大規模リフォームまで

ご相談 お見積り 無料!!

キッチンの家事楽リフォーム! after
調理するスペースが狭い、調理器具が溢れかえっているなど... 料理も片付けもはかどる!

お風呂の断熱&快適リフォーム! after
お風呂場が寒い、床が冷たい、タイルのヒビ割れ、頑固なカビなど... 最新ユニットバスで快適バスタイム!

トイレリフォーム 内装クロス貼り替え 建具や床の修理 窓や玄関ドア等の断熱リフォーム
バリアフリー 耐震補強 外壁塗装や瓦の置き替え 外構やエクステリア

住まいは年月と共に不具合が生じてきます。ちょっとした修繕や補修などの住まいのお困り事の解決から水廻りや間取り変更などの大規模リフォームまで...

生涯設計型住宅 ミカサホーム 有限会社ミカサ建設 豊岡市妙楽寺287番地 TEL.0796-23-1812 FAX.0796-23-1813 http://www.mikasa-home.jp ミカサ建設 検索

夏の涼茶に「風味一枚」

大切な人に贈る、真の美味しさ...

厳選したこだわりの素材を伝統の製法で丁寧に焼き上げる「西田製菓」のおかき。素朴な風味を大切に、ほんのり塩味を効かせた作り手のこだわりが生み出す「真の味」。

お中元に 進物缶(豆・えびのり) ¥3,100 (税込) 家庭用にも!

「手焼一番」 真味で伝える 感謝の気持ち。

ご購入は 本社工場横の直売店、又はオンラインショップで承ります。地方発送にも対応しております。

「心をこめて、真味を焼く」 西田製菓 0120-311-705

〒668-0855 豊岡市伏298 TEL.0796-24-2128 FAX.0796-24-5115 営業 AM8:00~PM5:00 (休)日・祝(土曜は不定休)

オンラインショップ

<p>tsurukame coupon</p> <p>アイズドリンク全品 お持ち帰りで 50円OFF</p> <p>1枚お1人様有効</p> <p>HABATAKE Sweets Cafe</p> <p>※ご注文時にご提示ください。 ※他のサービスとの併用はできません。</p> <p>〈有効期限〉R2年8月末日迄</p>	<p>tsurukame coupon</p> <p>(木・金曜日限定) パスタメニューご注文で サラダセット1セット (サラダ&パン) サービス</p> <p>クーポン1枚につきお一人様有効</p> <p>BAY-COOK ベイクック</p> <p>※ご注文時にご提示ください。 ※他のサービスとの併用はできません。</p> <p>〈有効期限〉R2年8月末日迄</p>	<p>tsurukame coupon</p> <p>1,000円以上ご購入で 100円OFF</p> <p>1枚お1人様有効</p> <p>Mifook ミホーク</p> <p>※ご注文時にご提示ください。 ※他のサービスとの併用はできません。</p> <p>〈有効期限〉R2年8月末日迄</p>	<p>tsurukame coupon</p> <p>(お食事のお客様) 黒こつてりらーめんを除く らーめん(並) 半額 全5種</p> <p>1枚4名様有効</p> <p>らーめん格別や</p> <p>※ご注文時にご提示ください。 ※他のサービスとの併用はできません。</p> <p>〈有効期限〉R2年8月末日迄</p>	<p>tsurukame coupon</p> <p>施術料金1回3,080円(税込)が (初回カウンセリング付き) 無料</p> <p>1枚お1人様有効</p> <p>RE:CARE リケア</p> <p>※ご来店時にご提示ください。 ※他のサービスとの併用はできません。</p> <p>〈有効期限〉R2年8月末日迄</p>	<p>tsurukame coupon</p> <p>Low Carb House 糖質オフスイーツ 10%OFF</p> <p>1枚お1人様有効</p> <p>豊岡わこう堂 季の杜本館</p> <p>※ご会計時にご提示ください。 ※他のサービスとの併用はできません。</p> <p>〈有効期限〉R2年8月末日迄</p>	<p>tsurukame coupon</p> <p>スニーカー500円 上履(体育館シューズ)350円 上記クリーニング代が半額</p> <p>1枚お1人様1足有効</p> <p>(株)白バラドライグループ クリーニング白バラ&ふらんせ</p> <p>※ご注文時にご提示ください。 ※他のサービスとの併用はできません。</p> <p>〈有効期限〉R2年8月末日迄</p>
--	---	--	--	--	---	--

女性・高齢者も活躍中!!

警備スタッフ 大募集!!

正社員 アルバイト

未経験者様も大歓迎です!!

週2日からOK!! 週払いOK!! ダブルワークOK!! 勤務地は主に豊岡市内

資格 18歳以上(女性・高齢者も大歓迎!) 休日 日・祝日
時間 8:00~17:00 待遇 各種保険完備・制服・その他支給(現場により異なります) 給与 経験・資格に応じ面接時に決定

ご応募・詳細のお問い合わせは (有)豊岡警備保障

TEL.0796-24-2727 FAX.0796-24-2748
E-mail. toyooka_keibi_2727@silk.ocn.ne.jp
〒668-0055 豊岡市昭和町3-7

薄着の季節に...お腹周りをスッキリ!

50代からでも痩せられる...
「からだに優しい」
耳つぼダイエット

~6つのツボへ「金粒」の効果を!!~

耳にある6つのツボへ「金粒」の施術と、食事療法により、運動や過度な食事制限をしなくても「食欲抑制」「脂肪燃焼」「ホルモンバランス調整」で理想の身体を!!
激しい運動のできない高齢の方にもオススメです。

これが「金粒」です!

両耳で約15分のスピーディ施術!

RESULT
体重 -20.0kg
体脂肪 -9.2%
体年齢 -12歳

RESULT
体重 -9.4kg
体脂肪 -6.1%
体年齢 -10歳

○施術料金 1回 ¥3,080 (税込)
(初回カウンセリング付き)

ツルカメクーポンご利用で **無料に!!**

LINEから LINE ID:@404sqoxi
ホームページから リケア豊岡

Low Carb Houseの「糖質オフスイーツ」が

ガンピー穀物倉庫 & 豊岡わこう堂

でご購入していただけます!!

各種糖質オフスイーツ ¥280~
1袋当たり糖質量3g未満

ガンピー穀物倉庫 豊岡市日高町分寺228-1
TEL.0796-42-5195 営)9:00~20:00

豊岡わこう堂 季の杜本館 豊岡市下院127
TEL.0796-23-2250 営)10:00~18:00(休)水曜

個別栄養相談・企業様向けセミナー承ります。

ダイエット・体質改善・アンチエイジング・血糖値コントロール・生活習慣病予防など...
※詳しくはお電話でお問い合わせ下さい。

Low Carb House [ローカーボハウス]
TEL.0796-20-2075 (友田)
※不在の場合がございます。お電話いただいた方には折り返しご連絡させていただきます。

耳つぼDIETと脱毛サロン

RE:CARE リケア

豊岡市庄境132-2

お電話でも受け付けております! 0796-34-8772 予約制

OPEN>9:00-20:00(休)日・祝日

2020 みんなで乗り越えよう!! 開催中!

SUMMER SALE

30~50% off

新型コロナウイルス感染症の予防対策に取り組んでいます

JEAN'S COUNTRY 豊岡市野田116 TEL.0796-29-2751 AM10:00~PM8:00(年中無休)

http://www.jeans-country.net

呼吸する家 WB HOUSE 長期優良住宅認定

完成見学会

八鹿町朝倉 ASAKURA

ご来場プレゼント 但馬天然水5本パック

開催時間 AM10:00~PM5:00

ご家族の想いが詰まったお家です。ぜひこの機会にご覧ください!

三代が同居する、木づくりの家

01 通気断熱WB工法がもたらす健やかな家
02 無垢の木で彩られるゆったりとした間取り
03 ビルトインガレージと短時動線で奥様に優しい設計。

株式会社三キホーム 養父市上箇55-5 (やぶYタウン前) 0120-064-104

はじめてまして! 豊岡市野田に開院!

豊岡こころ動物病院

犬猫はもちろん、鳥、うさぎ、ハムスターなどの小動物も診察対応します。

豊岡こころ動物病院では、犬猫はもちろん、エキゾチック診療にも力を入れています。また、夜間救急の現場で臨床経験を積んだことにより、重症患者様の対応も可能です。

診察時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00-12:00	●	●	×	●	●	●	●
13:00-16:00	手術・往診	×	×	手術・往診	×	×	×
16:00-19:00	●	●	×	●	●	●	×

豊岡市野田180番地 [駐車場完備] 豊岡こころ動物病院 ☎0796-29-0002

運動は大嫌い、食事は大好き...でも痩せたい! 先着5名様(相談無料)

40代以上から始める 一生モノの「漢方」ダイエット!!

これは1kgの脂肪です!

運動なし カロリー制限なし 痩せ体質を作る

目標達成までのイメージ

ご来店 目標体重の確認、カウンセリング

10日後 再びお店でアドバイス。1~2kg減の方が比較的多い。

1ヶ月後 3kg減の方が多き時期、引き続き痩せ体質を目指す。

2ヶ月後 目標体重にもよりますが、達成されている方が多い時期。

板垣漢方薬舗 完全予約制 まずはお気軽にご予約下さい

0120-17-2455

住 豊岡市大手町1-2 Aity様向かい 営 9:00~19:00(休)日・祝祭日

白バラ&ふらんせ会員様限定!

SALE 開催中

2020 12月まで毎月2回 但し7月は1回のみ

詳しくはこのハガキをご覧ください!

まだ会員でない方!! 新規会員登録して頂くと、その場でセール対象になります!(年会費300円) さらに新規入会で... オリジナルエコバッグ1個プレゼント!!

夏にオススメ!! スニーカー クリーニング

カーペットもOK! 毛布・こたつ布団 クリーニング

温水で汚れ丸洗い!

8月末までキャンペーン期間中20%OFF!!

「防ダニ抗菌加工」ダニを寄せつけず次の季節も安心&快適です!

「圧縮パック」収納スッキリ!密閉加工で嫌な虫も寄せ付けません!

例 ●スニーカー(布・ナイロン製) ●上履・体育館シューズ
1足 ¥500 半額! 1足 ¥300 半額!

いつもまっ白! (株)白バラドライグループ クリーニング白バラ・ふらんせ

〒668-0873 豊岡市庄境995-1 TEL.0796-22-3298(代) www.shirobara-dry.co.jp