

きりしま フォーラム

vol.285 DECEMBER 2015
12月号

●情報の提供・お問い合わせは

TEL: 0986-26-5836 FAX: 0986-26-5860

MAIL: info@kiri-fo.net

きりま^{ネット}.NET
<http://kiri-fo.net>



お得な
クーポン
満載!!

Google Playストア、Appストアにて
「きりまアプリ」で検索!

フォーラム女子3人で日帰り旅に行ってきました!!

木城町特集

読者
プレゼント付!

毎年大人気のクリスマスケーキプレゼント企画!

2015 Happy Christmas Present!!

忘年会の幹事さん必見!
おいしい! おトク! グルメ特集

「キレイ」をお得に♪
Beauty*クーポン特集

その他、イベント情報等、盛りだくさん!!

2014ゆずり葉大通りイルミネーション
撮影協力: ©塩屋写真館

表紙の絵

去年のクリスマス



ながはま わかば
長濱 若葉ちゃん(東小学校4年生)

去年のクリスマスに、家族みんなにプレゼントをあげたことを覚えています。今年はどうなクリスマスになるのかとても楽しみです。



家に価値タス

全国No.1中古住宅販売実績
(※2012年度 日本総合研究所調べ)



都城市乙房町 小学校迄500m、水回りも全て新品に交換!



価格 **1,298万円** (税込)
月々のお支払 **37,248円**

5LDK 駐車4台
●所在地:都城市乙房町1735-5
●土地面積:369.69㎡(111坪)
●建物面積:128.99㎡(39坪)
●建築年月:昭和58年6月
●交通:JR[日向庄内駅]徒歩12分

都城市下川東4丁目 平屋のオール電化住宅。水回り全て新設! 電動シャッター付車庫付



価格 **1,598万円** (税込)
月々のお支払 **45,857円**

4LDK 駐車2台
●所在地:都城市下川東4丁目13-6
●土地面積:322.33㎡(97坪)
●建物面積:161.47㎡(48坪)
●建築年月:昭和58年3月
●交通:JR[都城駅]徒歩19分

都城市広原町 徒歩10分圏内にスーパーや病院あり!! 水回りを全て新設!



価格 **1,198万円** (税込) 月々のお支払 **34,379円**

※リフォーム前の間取です
3LDK 駐車縦列2台
●所在地:都城市広原町5-1-3
●土地面積:171.70㎡(51坪)
●建物面積:83.90㎡(25坪)
●建築年月:平成3年6月
●交通:JR[都城駅]徒歩35分

都城市五十町 五十市小学校迄280m(徒歩4分)水回り全て新品交換!



価格 **1,198万円** (税込) 月々のお支払 **34,379円**

3LDK 駐車3台
●所在地:都城市五十町1749-5
●土地面積:172.05㎡(52坪)
●建物面積:81.62㎡(24坪)
●建築年月:平成2年12月
●交通:JR[五十市駅]徒歩17分

都城市鷹尾1丁目 オール電化仕様の平屋建て! 水回りも全て新品交換



価格 **1,198万円** (税込) 月々のお支払 **34,379円**

4K 駐車並列3台
●所在地:都城市鷹尾1丁目3706-3
●土地面積:358.28㎡(78坪)
●建物面積:82.48㎡(24坪)
●建築年月:昭和62年6月
●交通:JR[西都城駅]徒歩10分

都城市豊満町 外壁総洗い出しの純和風住宅! 水回り全て交換します!



価格 **1,298万円** (税込) 月々のお支払 **37,248円**

写真はリフォーム中です
3LDK 駐車4台~
●所在地:都城市豊満町319-8
●土地面積:405.13㎡(122坪)
●建物面積:101.03㎡(30坪)
●建築年月:昭和58年6月
●交通:JR日豊本線[都城駅]徒歩75分

都城市南鷹尾町 徒歩10分圏内に幼稚園・小学校・中学校あり! 水回り全て新品交換!



価格 **898万円** (税込) 月々のお支払 **25,769円**

写真はリフォーム前です
3LDK 駐車2台
●所在地:都城市南鷹尾町2161-5、2161-1
●土地面積:200.23㎡(60坪)
●建物面積:71.74㎡(21坪)
●建築年月:昭和57年6月
●交通:JR[五十市駅]徒歩8分

都城市南横市町 開放感のある21.5帖のリビングに間取変更! 水回りも全て新設!!



写真はリフォーム前です
価格 **1,098万円** (税込) 月々のお支払 **31,509円**

4LDK 駐車縦列2台
●所在地:都城市南横市町2056-2
●土地面積:204.92㎡(61坪)
●建物面積:127.67㎡(38坪)
●建築年月:昭和63年11月
●交通:JR[五十市駅]徒歩35分

都城市都原町 【精神的瑕疵あり】 駐車スペースを拡張! 水回りも新品交換!!



価格はリフォーム前です
価格 **998万円** (税込) 月々のお支払 **28,639円**

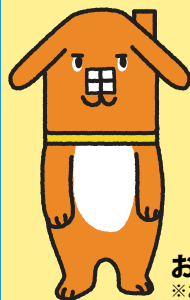
3LDK 駐車2台
●所在地:都城市都原町7379-2
●土地面積:199.68㎡(60坪)
●建物面積:91.60㎡(27坪)
●建築年月:昭和63年3月
●交通:JR[西都城駅]徒歩29分

小林市北西方 部屋数が多く、水回りも新品交換!!



写真はリフォーム前です
価格 **1,098万円** (税込) 月々のお支払 **31,509円**

8DK 駐車3台
●所在地:宮崎県小林市北西方1250-1
●土地面積:305.73㎡(92坪)
●建物面積:180.23㎡(54坪)
●建築年月:昭和62年10月
●交通:JR[西小林駅]徒歩2分



お手持ちの「家」、
**お売り
ください!!**

買取査定
買取相談が
無料0円!!
+6つの特徴

お気軽に、下記フリーダイヤルまでお問合せください
※お預かりした個人情報は弊社プライバシーポリシーに基づき厳重に管理致します

迅速対応、
現金化までが
早い

遠く離れた家でも
全国ネットで
対応

瑕疵担保責任不要で
売却後のトラブルなし

秘密厳守。
ご近所に知られず
売却可能。

他社では
断られた家でも
ご相談を

仲介手数料
不要!

※月々の支払例について:35年ローン金利1.1%(2年固定金利)販売価格を借入額として計算した場合

※取引態様 売主



株式会社カチタス 都城店
<http://katitas.jp> 家に価値タス で検索!



0120-58-7255
住所/都城市下川東3丁目2-1-2
TEL 0986-45-0255 FAX 0986-45-0256

- (社)宮崎県宅地建物取引業協会会員
- 九州不動産公正取引協議会会員
- 宅地建物取引業免許/国土交通大臣免許 (4)第5474号
- 広告有効期限/平成27年12月31日迄



※広告掲載前に契約になる場合もございます。ご了承ください。

株式会社やすらぎは2013年7月1日に株式会社カチタスへ社名変更しました。

医療の窓

早水公園クリニック便り②

臭いお話

今回は少し臭いお話を……。食事中の方、ごめんなさい(笑)。どんなことかというとうと、今回は毎日のトイレ、便通のお話です。

まず、皆さんは自分の便の色や形を見ていますか？

お腹のトラブルで受診される患者さんに、「今日の便はどんな感じでしたか？」と聞くと、「いや、見ていません」という答えが返ってくるケースが多いです。排便の状態でセルフチェックするよう心掛けましょう!!

便の色

健康な便の色は黄く茶褐色です。逆に良くない色は……

①白く灰白色
肝臓や脾臓の病気が考えられます。また、ひどい下痢の場合はウイルス性胃腸炎の疑いがあります。

②黒色やタール状便
胃や十二指腸の出血や胃の悪性腫瘍の疑いがあります。

③赤色
大腸からの出血等、大腸の病気が疑われます。また、ひどい下痢の場合は食中毒関係や慢性的な腸の炎症が考えられます。

便の形

健康的な便はバナナ状で、す

りりと排泄出来るソフトなものです。逆に良くない形は……

①太くて硬い便
大腸の働きが悪い証拠です。腸内に便が留まりすぎのサインです。

②コロコロ便
食物繊維が少ない場合や水分が少ない人に多いです。

③細い便
消化不良や水分の摂り過ぎの場合によく見られます。急に細くなった場合は、直腸の腫瘍等も考えられます。

④形がない、ドロドロ
消化不良、油ものの摂り過ぎの場合に見られます。また、胃の調子が悪い時や飲み過ぎの場合にもなります。

便の回数

1日1回が理想的です。週に2回以下の場合や排便時に痛みを伴う場合は便秘です。

2〜3日に1回でも、すりと排泄出来る良い便であれば問題ありません。

「お腹が痛い」「便秘」「吐き気がする」等、お腹のトラブル時にどういった便が出ているかを医師に報告することで、解決方法が見つかったり、診断に役立つたりすると思います。



院長 山内明

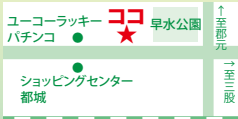
早水公園クリニック

内科・小児科・外科・消化器内科・アレルギー科

住所 都城市早水町 4503-16

TEL 0986-36-6117

HP <http://hayamizu-park-clinic.com>



排便の状態は毎日出来るセルフチェック、皆さんもぜひチェックしてください。

大切な方へのお歳暮には南香のお菓子をどうぞ



本格焼酎ケーキ
霧島



どら焼き

第25回全国菓子大博覧会
最高賞・名誉総裁賞受賞
鳥津荘園

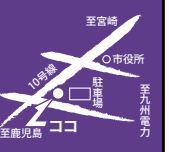


七草
成人の目にも
おすすめです

2013年広島菓子博で
大臣賞受賞!!
霧乃栗金



お菓子の南香
都城市甲斐元町 1-26
TEL.0986-22-4670
FAX.0986-22-7568
<http://www.okashinonanko.com>



丁寧な指導で「手作りはじめてさん」も安心! クリスマスツリー

クリスマスが近づいてきましたね♪ リボンをつけたり、鈴をつけたり、自分好みの飾りをつけて世界にひとつだけの手作りクリスマスツリーを作りませんか？

日程	12/6(日)・9(水)・16(水)・19(土)・21(月)
時間	AM10:00～(1時間程度)
参加費	1,000円(材料費込)

ミシン修理お任せください! 見積り無料・出張費無料・持ち込み修理OK

ミシンショップ宮崎 都城都北店
(すき家さん隣) 都城市都北町5929
☎0986-36-7870
営業/10時～18時(TEL受付/9時～19時)

まりしまフオラム 広告主様 大募集

「効果のある広告ってどんなの?」
「どんなイメージにしたら良いかわからない…」

そんな広告主様にフォーラムスタッフが効果的なオリジナル広告プランをご提案致します。まずは、お気軽にご相談ください。

まりしまフオラム Kiritra
宮崎県都城市一万城町99-9-1
TEL/0986-26-5836 FAX/0986-26-5860
mail/ info@kiri-fo.net

今年最後の在庫一掃セール実施中!! 全メーカー當時60台以上展示中!

嬉しいお知らせ!

①最大70~10%OFF
②下取り&値引きキャンペーン開催

大好評 初心者も安心
マンツーマン指導の手作り教室実施中!
※要予約。詳しくはお問合せください。

来店特価 在庫限り 8800円 (送料別)

みしん市場 都城妻ヶ丘店

点検・調整 500円より

0986-46-3342 ※P24もご覧ください

住所/都城妻ヶ丘町15-12 営業/9時~18時半 定休/なし 各メーカーOK!!

修理見積り無料! 出張もOK!!

看板娘・看板息子を

激写! Vol.40

◎自分の性格を一言で…
ポジティブな性格です!

◎趣味…食べ歩き!
食べることもお酒を呑むことも大好きです。特に海鮮が好きで、よく友人と食事に行っています。

◎好きな男性のタイプ…
一緒に居て楽しい人! 芸能人では竹野内豊がタイプです!

◎12月のオススメ…
たるみが気になる方に、リフトアップコース (お顔そり+フェイシャルマッサージ+リフトアップパック) 4,000円がオススメです。12月はイベントが多い季節になりますので、このコースで綺麗になってよりイベントを楽しんで欲しいと思います。

★本人からのコメント
11月に店を移転し、より綺麗になりました。新たな気持ちで、都城圏域の女性を綺麗に美しくしていくお手伝いがしたいです。また、お顔をそりされたお客様が「化粧のりが良くなって、メイクが楽しくなった」と笑顔になるのを見て、お顔をそりの良さをたくさんの方に伝えていけたらと思っています。気軽に入れる雰囲気なので、ぜひ一度遊びにいらしてくださいね。お待ちしております。

セクシー&キュートな看板娘♪
シェービングエステ gemstone スタッフ
やました せいな
山下 聖奈 さん(23歳)

自然の脱臭・除湿 脱臭力は木炭の3倍以上!
一度使ってみてください。良さがわかります。

即効性はありませんが、いつの間にかクリーンな空間になります。自然志向の方、アレルギー体質の方におすすめです!

芳香剤で一時的に臭いをごまかすのではなく、臭いを元から吸収します。壁、天井、床に染みついている、頑固な臭いをしらからちゃんに自然に脱臭。半永久的にクリーンな空間を作ります。

置く場所の目安

★トイレ・更衣室・押入れ・玄関・車・下駄箱・ブーツ・スニーカー……2個
★1部屋……2個を2カ所

1個 **500円** 「しらからちゃん」で検索!

アンテナショップ (株)T&Tシラテック
都城市都北町5225-1 (一財)都城圏域地産産業振興センター内 TEL.0986-38-8250

ご利用無料! 毎年来館者様へ
無償なオススメや接客は一切ありません

毎年 宮崎エリアでは8組に1組、都城エリアでは6組に1組のカップルにご利用頂いています!

営業時間/11:00~18:00 定休日/水曜日

1 結婚について自由に情報収集できます **2 分からないことを相談できます**

● 結婚について **調べ物TOP5** ● 何から準備すればいいの? **相談事TOP5**
● 式場の雰囲気、特徴 ● どんな式場があるの?
● ヘアメイクについて ● 予算はどのくらい見ておけばいいの?
● 手作り小物について (ウェルカムボード、リングピロー等) ● 見積書が適当かどうか診断してもらえますか?
● オリジナル、サプライズ演出について ● 〇〇月に挙式を挙げたいけど間に合いますか?

ウエディング(白)ドレス 無料レンタルプレゼント!
~皆様よりたくさんご反響頂ける場合、これからも継続していきます!!~
対象
■ 毎月先着3カップル限り
■ 都城市内にて結婚式をお考えのカップル
■ 結婚式の調べ物やご相談、段取りや諸準備を「ブライダル図書館」からスタートされたカップル
■ ドレスは「ブライダル図書館」姉妹店より、新作やブランド品を問わず提供致します
■ 新婦お衣裳は、2点以上の着用をご希望の方(2点目以降のお衣裳も割引がございます)

ご利用者の感想
● たくさんさんの情報を入手出来たので考える時間を短縮出来ました。
● 分からないことを解決出来て安心して進めることが出来ました。
● 費用も少し減らすことが出来ました。
● 不安も解消出来て、自分達らしい結婚式が出来ました。

◆【結婚式をしっかりしたい派】【結婚式をライトにしたい派】【結婚式をしない派】【再婚の方】向けのプランも多数ご案内しています。
◆ご入籍当初【金銭的な理由】【準備期間的な理由】【環境的な理由】から挙式や披露宴を執り行われなかった方でも、結婚記念日に【〇年越しの結婚式】を実施!「本当は結婚式をしたかった……」との想いを実現されるケースも増えて参りました。

相談事をご希望のカップル急増! によって、相談事での来店予約専用ダイヤルを設置しました!

ご来店の際は他のお客様と重ならないよう
調べ物希望ですor相談事希望です

宮崎店 0985-24-0091
都城店 0986-36-4222
と前もってお電話下さいませ

HPから簡単来店予約もご利用頂けます

専用シートで結婚準備状況をチェックできます

もスドリ診断

www.wedding-m.com

全国各地の「ブライダル図書館」 沖縄・鹿児島・宮崎・宮崎都城・長崎・福岡・山口・山口下松・山口岩国・兵庫姫路・兵庫加古川・兵庫河東市・岐阜・長野川中島・長野駅前・群馬・栃木宇都宮・新潟上越・福島・函館

質Shop 天満屋 見積無料!!
 親切な対応でリピーター多し!! 金・プラチナ買取額全国トップレベル!!

質預り お持ちの品物を担保にして現金融資 **即融資**

買取!! 不要のブランド品・貴金属・時計・家電等を現金買取 **即現金**

販売!! 人気のブランド品・貴金属・時計・家電等を激安販売 **大特価**

天満屋
 古物商許可証 宮崎県公安委員会 許可第3096号
 質屋許可証 宮崎県公安委員会 許可第459号
 住所: 都城東町13街区20号
 電話: 0986-22-4340
 営業: 9時30分~19時
 HP: <http://www.rakuten.ne.jp/gold/auc-tenmaya78/>

質預り強化中!!
 お持ちの品物に最大100万円まで融資
 最低100円からでも質預り

表ヶ丘中 宮崎銀行 栗町郵便局
 一都駅 マイルストーン イオン都城
 田中書店 薩摩蒸気屋 モールひろせ
 ココ★ さつま屋 ドライ 神社神社

占い師 **空広 AKIHIRO**
 タロット・九星気学・易経

あなただけの答え

ふと歩みを止めてしまう。心の時が止まってしまう。たどえ前がみえなくなってしまう。あなただけの答えはあると思います。占いは今のあなたに必要な答えを探していくものです。心と向き合い、ひとつづつ前に進むのを感じてください。ひとつ前に進むことで、ひとつの未来を生み出してくれるのです。怖れず迷わず自分を信じて歩いて行かれますように願っています。

ご予約を頂いて鑑定しています
 初回50分 2,000円
 通常70分 2,800円
 TEL.080-1797-6522
 都城市金田町2058-2

★ココ やよい町
 CO-OP うなぎの柳川屋
 ヤマデン R10

七草・七五三キャンペーン

お参り着物レンタル
 着付け・ヘアメイク込
 ¥6000~10000

オールインプライス
 (3ポーズ) **¥19,300**

3重アルバム (ハック) オリジナルカレンダー (8枚) サイズ等身 (8枚)
 写真入りストラップ 全撮影データ CD 四つ切 複入り写真 (平日撮影代別)

お参り着物・ヘアメイク無料!! (成人様く) 袴・浴衣・着物・成人・その他、お任せください。30分~1時間 ¥19,300までお任せください。

オールインプライスのフォトスタジオ **LIFE STUDIO**
 ○ご予約・お問合せは 都城市北原町31-5-2 **TEL.0986-22-6288**

RTO WING 都城店
 TERMA美容室 都城店

お墓掃除代行サービス

「親切・丁寧・安心」をモットーに
 お墓参り、お墓の掃除を代行致します。

故郷を離れ、遠くにいるため、帰省するのが大変な方
 仕事が忙しく、お墓参りの時間が取れない方
 ご高齢になり、お墓の維持管理が困難な方

皆様へ代わり「責任」を持って
 お墓参り、お墓の掃除をお引き受け致します。
 ご不明な点がございましたら、お気軽にお問合せください。

見積無料

株式会社 **都城北諸地区清掃公社** ☎0986-38-0234
 都城市吉尾町 2159 HPあります! ※P28もご覧ください
 土日祝日を除く9:00~17:00

忘年会は極上の本格日本料理をどうぞ
 ずわい蟹雲丹焼き贅沢懐石 4,000円

コース料理に+1,000円で
 お得な90分飲み放題が付きです

先 附 温度卵のきのこ餡掛け
 前 菜 目光の南蛮漬け 黒胡麻豆腐
 含ませた牛蒡の唐揚げ
 いくら無寿司 翡翠銀杏
 鱈の味玉焼き

椀 物 秋茸と蛤の土瓶蒸し
 造 里 地魚三種と有機野菜の一品
 蒸 物 鯛ときのこのちり蒸し
 焼 物 ずわい蟹の雲丹焼き
 鍋 物 薩摩黒豚のみぞれしゃぶしゃぶ
 揚 物 河豚の唐揚げと冬大根の唐揚げ
 食 事 蟹ときのこの炊き込み御飯
 お蕎麦のすまし汁 香の物

水菓子 季節のデザート
 ※お料理は仕入れにより
 内容が一部変更になる場合がございます

**忘年会90分飲み放題付
 選べるプランのご予約承り中!!**

料理長が厳選したコース料理で、
 2015年を締めくくりませんか?
 3,500円・4,000円・5,000円(各全9品)
 ※前日迄の要予約

◆◆◆ おせちご予約承り中 ◆◆◆
吉兆 一段約爛重 『お気軽おせち』 18,000円
瑞祥 白木24cm角 『二段重おせち』 23,500円

スタッフ募集 年末年始に働ける方を募集しています。詳しくはお問合せください。

京の都 わらしべ 都城店 TEL 0986-36-5432
 【営業時間】 昼 11:00~15:00 (O.S コース13:30、ランチ14:00)
 夜 17:00~22:00 (O.S コース20:30)
 【住 所】 都城市都北町3601番地2【駐車場】30台【定休日】 火曜日
 お祝いや法事等、詳しい内容についてはHPをご覧ください www.lcs-izakaya.com

おうちで かんたん♪ **プロに教えるうらわぎ** Vol.3
 ~くいどころBAR あがんせ~

今回は、『くいどころ BAR わがんせ』さんに、手羽先の簡単な骨の
 抜き方を教えてもらいました♪

—うらわぎのやり方—

① 手羽先に左写真のように2カ所切り目を入れる
 ●…2つ繋がっている軟骨の部分を取り離す
 ★…骨のつなぎ目の部分にすじを切るように切り目を入れる

② ★の軟骨部分を外し、肉を押さえながら骨と肉を引き離すような感覚で骨をひっぱる

骨はねじりながら、力加減を調整して行ってください

実際に裏技を試してみました!
 最初のうちは上手く抜けませんが、何度か行ってうちに、身を崩さずスッと骨が抜けるようになりました。骨なしの手羽先だと、唐揚げも煮物もカレーもストレスなく食べることが出来ますね♪
 お子さまにも安心です。皆さんもぜひ試してみてくださいね。

つくってみました♪

遠く離れた町で、頑張っています!

盆地っコレター No.31

県外で寝ているあの人から、元気だよ〜とお便りが届きました。今回はこちらの方……

FROM

県外在住10年目・東京都在住
大成ユーレック(株)勤務

やまもと
山元 めぐみさん(28)

都城市立上長飯小学校——都城市立妻ヶ丘中学校——宮崎県立都城工業高等学校建設システム科——日本工業大学工学部建築学科



父が建築業を営んでいたこともあり、幼い頃から建物に興味を持ち、都城工業高等学校へ進みました。建築を学んでいく中で、元々計算することが好きだったため、建物の構造計算をする構造設計に魅力を感じ、今の仕事に就きました。建築の設計の中でも構造設計は、一般の人の目には見えない裏方的な仕事ですが、安全な建物を設計し、人命を守る重要なとてもやりがいのある仕事です。現在は、主に賃貸マンションの構造設計を行っています。

帰省した時には必ず焼肉を食べに行きます。都城は美味しいお肉を安く食べられるので、帰省の際は二度三度と行ってしまいます。また、母と一緒に温泉に行きゆっくりしています。食べ物が美味しく、自然がたくさんある都城に、帰る度に癒やされています。

R&K RECYCLE KING 貴金属をリサイクルキング お客さまの前で計量、明確な査定いたします。

金・銀・プラチナ・ダイヤモンド・ブランドバッグ・ブランド時計・切手・金券

宝石買取り

無料鑑定いたします。

1991年創業、安心と信頼の全国展開の私たちにお任せ下さい。

ご存知ですか? 鑑定手印は、鑑定書に必ず記載されています。

AAA ACD 金銀買取 8-012

宝石・ブランドジュエリー あなたの宝石・ブランドジュエリーなど無料で鑑定いたします。

Ptダイヤリング ¥290,080 Ptエメラルドダイヤリング ¥265,897 Ptサファイヤダイヤリング ¥109,549 Ptルビーダイヤリング ¥159,834 カルティエ ティファニー

ジュエリー買取査定額UPキャンペーン実施中!

金・銀・プラチナ **今が売り時! 金相場が10年前の約3倍**

◆買取基準相場◆		
金	4,724	円/g
プラチナ	4,076	円/g
銀	64.05	円/g

- 買取相場は日によって変動します。(2015年11月2日現在)
- 買取価格は、重量・品位により異なります。
- 買取価格=当日の相場×純度×減り×加工手数料。

プレミアム買取実施中!

※お買取品を持ち込む際は、印鑑と運転免許証など身分証明書をお持ちください。未成年の方からの買取りは致しておりません。 宮崎県公安委員会許可第12619号

R&K RECYCLE KING

0986-46-5636 (真鍮品) 貴金属、ダイヤ、ブランド品、切手、金券

イオンモール都城駅前 1F

リサイクルキング

モール中央入口

R&K RECYCLE KING イオンモール都城駅前店

ホテル中山荘特製 開運おせち料理

予約締切 12月25日



◆◆ 選べるプラン ◆◆

①おせち料理(二段重) ……………	25,000円
②おせち料理(二段重)+オプションA(宮崎牛) ……………	30,000円
③おせち料理(二段重)+オプションB(中華・洋食オードブル) ……	30,000円
④おせち料理(二段重)+オプションA(宮崎牛)+オプションB(中華・洋食オードブル) ……	40,000円
オプション 子ども用オードブル……………	6,000円

※但しおせち料理をご予約された方のみ承ります。

Christmas 恋活Party

日時 12月23日(水) 19:00~21:00(受付18:30)

会場 ホテル中山荘 LUCE

参加対象 出会いをお探しの20~40歳以下の独身の方

参加費 男性3,500円 女性3,000円

応募人数 男女各35名 応募締め切り 12月22日(火)17時迄

完全予約制 (電話・メールでの予約)

都乃城 すず木茶房

12月21日まで
都乃城
お歳暮セール!

お客様感謝デー開催!
平成28年1月15日~18日は
全商品2割引! ※一部商品を除きます

TEL/070-5078-4851
住所/都城市広原町20番6番
営業時間/9:30~17:30 不定休 ※P15もご覧ください

ココ
←至都城
●鹿斑
メガネのヨシザウ

サンキュー
●広原店
至三股→

お子さん、お孫さん、そして自分に
英会話のX'masプレゼント
お年玉はいかがですか?

英語が苦手な
中高生向け緊急受験対策!

落ち着いた
雰囲気の中で学べます

お問合せ・ご予約はコチラ
do&be English School
☎0986-25-1050
住所/都城市鷹尾3丁目34-1
http://doandbe.jp
E-mail: info@doandbe.jp

ジョイフル (ニシムタ) → 都城市街
●GS
●西高 ローザン ●タイヨー
●パシオ ●自衛隊 ↓至五十市

きりしまフォーラム

Facebook やってます (^_^)/

きりしまフォーラム で検索

先取り情報や、本に載っていない話等
タイムリーな情報をお届けします♪

牟田町賃貸情報

THE HOLLYWOOD BAR ①1F・7.5坪
ハリウッドバー跡地

②2F・7.5坪
25時の2F

③2F・7.5坪
中元第2ビル

詳細は、お気軽にご連絡ください!
Tel.090-1190-6462 (担当:中元)
都城市中町3-2

蒲生商店 ①
中元 第1ビル ② 母ちゃん
③ 中元 第2ビル
R10

美肌再生 美容医療最先端のフルコース

季節の変わり目による肌トラブルや紫外線による日焼けや乾燥等、さまざまな肌の悩みを解消してくれます。
シミ・そばかす・しわによる老化を止め、若々しい肌へと導いてくれる2つのフェイシャルコースをぜひご体感ください!

Before After

美肌再生コース

通常10,500円 → お試し4,200円

施術の流れ

- ①クレンジング
きれいに油分や汚れを落とす
- ②プラチナビーリング
α Gri-XとビタミンB12、ヒアルロン酸配合。余分な皮脂や老化角質を優しく除去
- ③フォトフェイシャル
特殊な光を顔全体にあて萎縮した繊維芽細胞に働きかけ、コラーゲンを再生し活性化。肌のハリを取戻し小ジワを改善、透明感もUP
- ④イオン導入
微弱電流を使って、ビタミンC等の有効成分を肌の内部へ浸透。シミ・しわ・たるみ・ニキビ・ニキビ跡等の肌トラブルを改善
- ⑤プラチナパック
シワやにきび痕等に効果を発揮し、保湿力のある肌に、ハリや弾力を再生。
- ⑥保湿ジェル整肌
天然由来成分がたっぷりの保湿ジェルで角質層に働きかけ更に潤いUP

炭酸パックコース 1回 3,150円 お得な3回セット 6,980円

ピーリング→炭酸パック→保湿・整肌

皮膚のバリア成分の分泌を高め、紫外線や外気の刺激からお肌を守り、本来のバリア機能を高めてくれます。血行促進・くすみ改善、コラーゲンの増加でハリ・弾力UP、むくみ・ニキビ改善等に効果を発揮。

La Cãna TEL.0986-80-5367 都城市姫城町28-15

イオン 南香 井上歯科

ラカーナの美肌脱毛

「脱毛すればするほどキレイになる」と大好評の美肌脱毛コース。少ない回数で早く脱毛を終わらせたい方にオススメです。また肌のキメも細くなり、毛穴が目立たなくなるのも人気のポイントです。

美肌脱毛

脱毛前 脱毛3回

特別価格 両ワキ 3回 ¥2,000 ※新規の方のみ

その他の部位はお気軽にお問い合わせください	スーパーフィニッシュ 他店の効果に疑問な方にお勧め	ハイパースキンカレン お子様にも優しい低温施術
両わき	6回セット ¥24,480 ¥13,200	6回セット ¥18,000 ¥9,000
ひじ下	6回セット ¥61,200 ¥32,400	6回セット ¥45,000 ¥22,500
ひざ下	6回セット ¥76,160 ¥48,000	6回セット ¥56,000 ¥28,000
上半身 (おへそより上)	6回セット ¥222,000 ¥120,000	6回セット ¥163,200 ¥81,600
全身脱毛 ※ご希望の箇所。全ての部位の脱毛。部位予約制、時間制ではないので、ご安心ください。	6回セット ¥388,400 ¥210,000	6回セット ¥285,600 ¥142,800

◆◆お問合せ◆◆
ラカーナ都城 TEL.0986-80-5367

あなたのお店 その**防犯対策**で 大丈夫ですか？

あなたの大切なものを守るための
防犯システムをお届けします。



こんな場面の防犯対策、お任せください！

- ★飲食店のレジ周り
- ★道路や店舗周りのいたすら
- ★施設内の安全確保

こんな場面にも活用できます！

- ★店内状況の確認
- ★従業員の勤務態度の把握
- ★顧客満足度向上のためのマーケティングに応用

★導入実績：飲食店・理美容院・幼稚園・コンビニ・街頭防犯・大型商業施設 etc…



NVR 国内トップシェアメーカー/カメラ各社取扱
株式会社 R.O.D (アール・オー・ディー)



0986-22-8400

宮崎県都城市一万城町 99-9-1

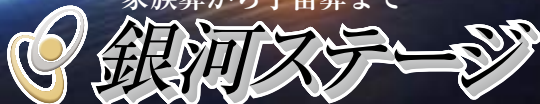
まずはお気軽に
お電話を！

ご存じですか？ 新しい供養のカタチ

宇宙葬 銀河ステージ

検索

家族葬から宇宙葬まで…



0120-426-388

【本社】 大阪市西区立売堀 1-7-18 国際通信社ビル 8F URL : <http://ginga-net.com> E-mail : info@ginga-net.com



シンコー妻ヶ丘・せ〜んぶ中古住宅！特集

【★年内入居可能物件多数！★】(再)・・・再販売 (R)・・・リフォーム箇所所有り物件 (L)・・・値下げ

4LDK 三股町榊山 1350万円

★H25にオール電化・トイレ・対面キッチンに変更しました！

- 土地 242.4㎡(73)
- 建物105㎡(31)
- H5/6完成
- 植木B徒歩6分

LDK 菖蒲原町 1750万円

●東小

★築10年

★駐車3台可能・南道路で暖かい南向き

- 土地199㎡(60) ●建物107㎡(32)
- H17/6完成 ●消防署本部B徒歩7分

三股榊山 700万円

●駅北側

★南道路に接していて日当たりいいですよ！

★立派な車庫兼倉庫！

- 土地233㎡(70)
- 建物88㎡(26)
- S63/4 完成
- 三股駅歩9分

LDK ↓ 下川東4丁目 1590万円

- 土地396㎡(119) ●建物139㎡(42)
- H5/10築 ●農協前バス歩8分

5DK 祝吉1丁目 1300万円

★30年超ですが魅力の祝吉です！

- 土地244㎡(74) ●S58/9築
- 建物149㎡(45) ●農業高前B停

3LDK 三股町榊山 2300万円 ●西小

- 土地341㎡(103)
- 建物155㎡(47)
- H10/9築
- 一心外科前B徒歩1分

★LDKは25帖あります！ ★買い物も・バスも近くて便利！

4DK 栄町 1080万円

- 土地239㎡(72) ●建物82㎡(25)
- S55/7築 ●東北原B徒歩8分

4LDK 太郎坊町 1700万円

- 土地235㎡(71) ●H21/10築
- 建物96㎡(29) ●沖小前B徒歩6分

6SK 高城町桜木 1680万円

★2世帯に対応！車庫・物置・倉庫至れり尽くせりです！

- 土地860㎡(260)
- 建物179㎡(54)
- H6/8築
- 一心外科前B徒歩1分

3DK エスポワール 年見 700万円

★クロス張替え済み・清掃済み

- 建物75㎡(22) ●土地1727㎡(持分)
- H4/3築 ●都城駅B徒歩4分

山田町山田 300万円

- 土地244㎡(73) ●建物160㎡(48)
- S29/築 ●山田バス徒歩1分

売りたい！
買いたい！
まず相談！
シンコー
妻ヶ丘へ！

4DK 乙房町 1480万円 ●庄内小

★ゆったりした敷地、室内、どれをとっても充分です

- 土地745㎡(225) ●建物149㎡(45)
- H8/12完成 ●牧の原徒歩6分

3SLDK ★4LDK対応
★西小申請可 築3年 菱原町 2580万円

★自然と共存できる家。
OMソーラー・太陽光のある家！

売りたい物件は
25年勤務の
レジェンド店長が
甘・辛口で無料査定！

5DK 若葉町 1600万円

- 土地564㎡(170)
- 建物146㎡(44)
- S45年1月築
- 公園前B歩6分

★逐次リフォームされています。日当たり良いですよ！

4LDK 築3年 山之口町花木 2200万円

★自然と共存できる家。
OMソーラー・太陽光のある家！

★玄関前のアプローチもいいですよ！

★長期優良住宅仕様！
★木の質感が好きな方へ
★南も北も隣家は離れています

- 土地313㎡(94) ●建物109㎡(33)
- H24年築 ●西中前B徒歩4分

★駐車はラクラク4台です！

★このステキなお家が月々67,000円ほどのお支払いですよ！

★菜園・芝庭・広い
デッキがバランス良い

★上品な雰囲気

★カーポートも倉庫も家庭菜園も！もちろん庭BBQも人目を気にせずできますよ！

- 土地512㎡(154) ●建物120㎡(36) ●H24/8築 ●飯起B徒歩7分

三股町榊山 3200万円

★御殿の中古販売！

- 土地895㎡(270) ●建物240㎡(72)
- S50年8月築
- 上植木B徒歩1分

実物見にいこ〜

Let's go to the new house!

お問い合わせ先 社団法人 宮崎県知事 (6)3636号 住所/都城市妻ヶ丘町15-11
http://www.m-shinko.co.jp

新興不動産(有) 妻ヶ丘店 0986 24-1518

※広告有効期限は平成27年12月31日迄。掲載物件は全て仲介※

木城町特集♪

フォーラム女子3人で
日帰り旅に
行ってきました!!



日帰りでも楽しめる、木城町の素敵なスポットが満載です。
タイムリーな情報も盛りだくさんですよ～!!
プレゼント付きでご紹介します♪



希望商品の番号をP15のアンケートハガキか、きりアプのプレゼントフォームから
12月21日(当日消印有効)迄に送ってください。
※プレゼントの応募はお1人様1通限りを有効とさせていただきます。



木城えほんの郷

豊かな自然の中で、絵本文化を中心に演劇やコンサートを開催している『木城えほんの郷』。自然の中での生きたイメージ体験の活動を企画し、人間の感性を育む文化を根付かせながら、世界に発信し続けています。広大な敷地内には、森のえほん館・森のきこり館・水のステージ・森のコテージがあり、一日ゆっくりとした時を過ごすことが出来ます。



① えほんの郷で出版している絵本「にげだしたひげ」「まるのうた」「ヒマラヤのふえ」「ちょうちんまつり」のいずれか1冊 **4名様**

森のえほん館

敷地の一番奥にある「森のえほん館」では、年間を通して絵本原画展や写真展等の企画展を開催しています。また、2階には約17,000冊の絵本が並び、自由に手に取り読むことが出来ます。これらの絵本は、えほんの郷のブックアドバイザーが選んだもの。世界で人気の絵本や昔から読み継がれている絵本、人気の若手作家の絵本等、皆さんに質の高い絵本を楽しんでもらうようになっています。私が幼い頃大好きだった絵本「しろいうさぎとくるいうさぎ」もあり、とても懐かしい気持ちになりました。



開放的な空間で、好きな絵本を読む3人。

森のきこり館

「森のきこり館」には、軽食とコーヒーをゆっくり楽しめる「森のコーヒー屋さん」、絵本と児童書の専門店「森のほんやさん」があります。ほんやさんにはブックアドバイザーがいますので、本についての相談に気軽に応じてくれますよ。美味しいコーヒーを飲みながら、ゆったりとした時間の流れを感じる事が出来、大人の女性に人気だそうです。

「膝の上に子どもを乗せ、親子がお互いのぬくもりを感じながら大好きな絵本を読み聞かせることで、子どもの心を育てていきます」と担当者さんが話してくれました。絵本の読み聞かせって大切なんですね。



【12月のイベント情報】

- ・11月21日(土)～12月23日(水)
「沸々と静かな温もりの中に黒木郁朝の世界展」
- ・12月6日(日)
「木の実・草の実 わら細工であそぼう!」
自然を満喫しながら、木の実・草の実を取ってクリスマスリースやお正月飾り等をつくります。
- ・12月19日(土)～20日(日)
「君は冬の森の中の枯れ葉のフトンに眠れるか 冬版 10才のひとり旅」
冬の森の中で、秘密の棲み家をつくり、一晩過ごす原始遊び体験。

TEL.0983-39-1141

宮崎県児湯郡木城町石河内475

開館時間 / 10:00～17:00

(最終入館 16:30)

休館日 / 毎週月曜日

(祝日の場合は翌日)

※年末年始及び展示替えのための休館あり

入館料 / 森のえほん館 常設展

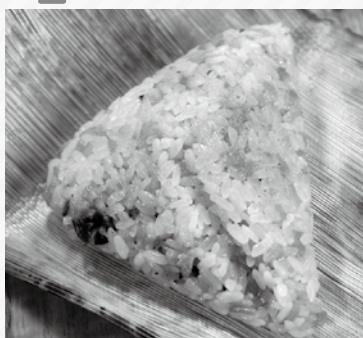
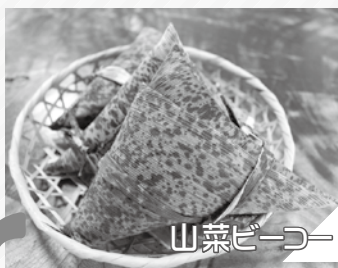
大人500円 小中高生300円

※特別展・特別企画の際は特別料金となります

山菜 長越



山菜をふんだんに使った、田舎料理の素朴な食堂。
創業40年のこのお店は、まるで実家のおばあちゃん家のような雰囲気、昔からの地元のファンも多いそうです。これからの季節におすすめするのは、とろろ汁定食(1,550円)。2月いっぱい迄楽しむことが出来ます♪
他にも、竹の皮に包まれた弁当が2種類あり、豊かな自然の中で食べるとまた格別なんだとか。



そして、県外のお客さんからの人気商品が『山菜ビーコー』。山菜ビーコーとは、台湾料理の『米糕』が元になっているようで、それを日本語で音読みすると『ベイコウ』。なまった読み方が『ビーコー』になったそうです。ビーコーは簡単に言えば台湾風、山菜おこわ。ビーコーを包んでいる竹の皮を剥いて、そのままかぶりつくのが美味しい食べ方♪ 竹の皮の良い匂いとお米のもちっとした食感がとてもジューシーですよ!!



TEL.0983-32-2700
宮崎県児湯郡木城町大字椎木
3444-4
営業 / 10:00～18:00
定休 / 日曜日

②お食事券
1,000円分
3名様

山菜弁当 660円 椎茸飯弁当 860円
山菜ビーコー 260円
他にも、夏限定!! 冷汁定食等もありますよ。売切れる場合もあるので、予約(電話確認)をおすすめします。

台湾高山茶と自家製お菓子の店 清香 陶然茶房

🎁 ③ 季節のタルトとちんすこうのセット 3名様



「請喝茶～お茶をどうぞ～」をコンセプトに、森の中でゆったりとしたお茶時間を楽しめる『陶然茶房』。木々の中にたたずむお店は、ともすれば見逃してしまいそう……そんな隠れ家的な空間で堪能出来るのが台湾高山茶です。高山茶とは、1,000m以上の高地に育ち、手もみで作られたお茶のこと。オーナーの石田さんが厳選したものを直接台湾から仕入れているため、香り高い高級茶をリーズナブルに味わえます。茶器を使って目の前で淹れてくれるのも楽しみのひとつで、一煎目、二煎目、三煎目と変わっていく香りと味わいも楽しめます。店内は大きな窓のある開放的な空間。テラス席もあり、森林浴をしながらお茶を頂くことも出来ますよ。

TEL.0983-21-4006
宮崎県児湯郡木城町川原933-1
営業/11:00～日暮れ迄
定休/火・水曜日
(祝日営業・不定休あり)



季節のおすすめ菓子は、庭で採れた野菜を使った「野菜のタルト」。栗、本来の優しい甘さが口いっぱいに広がるスイーツです。また定番人気のちんすこうも絶品! 今迄食べてきたちんすこうのイメージを覆す、サクサクとした食感とサッパリとした後味にビックリ!! 高山茶との相性もバツグンですよ。

人気No.1
大禹嶺高山茶 お一人様 670円 お二人様 910円
2,500～2,700mの高地で栽培された、高山茶の中でも最高級の茶葉。青茶の中で、最も微発酵の烏龍茶でフルーティな香りと味が人気

おすすめ
福寿山高山茶 お一人様 670円 お二人様 910円
大禹嶺高山茶と同じく微発酵ですが、味・香りともに強なお茶

梨山華岡茶 お一人様 610円 お二人様 830円
2,500mの梨山の華岡地区で作られるお茶で、花のように香りの良いお茶
※全て+300円で茶菓子付

水城温泉館 湯らら



今年で15年目を迎える『水城温泉館湯らら』は、2013年4月にリニューアルしたばかり。町外からも多くの方が訪れるこの温泉の特徴は、バラエティーに富んだ露天風呂!! 洞くつ風呂やエステ風呂、圧注歩行浴等16種類ものお風呂が楽しめます。なお、お湯は毎日交換し、浴槽は手洗いをしているため清潔・安心♪ ゆったりとくつろげる8畳の個室休憩室もあり、温泉に浸かった後はゆったり、のんびり出来ますよ♪

◆特別浴室(やすらぎの湯)

介護が必要な方や、そうでない方、子ども連れも大丈夫!! もちろん完全バリアフリーになっています。
一般料金 1時間 1,000円/原則延長なし
特別料金 1時間 免除/原則延長なし
(身体障がい者1級及び2級、療育手帳A級の証明手帳所持の方)
※必要性ありの場合1時間延長 別途500円



◆露天風呂

流水すべり台がついた遊び池は子どもに大人気!! 遊び池は浅めに造られているため、小さいお子さんでも座って遊ぶことが出来ます。



一回入浴 大人500円 子ども300円
回数券(11回分) 大人5,000円 子ども3,000円
団体割引 15名様以上 20%引
個室休憩室 1時間1,000円
(1時間追加500円)

個室休憩室の宴会・食事(6名様以上)でのご利用の場合は、入室後2時間30分の無料サービスがあります。
※特別浴室、個室休憩室共に要予約



特別浴室(やすらぎの湯)

ご予約時間
①10:00～11:00
②11:10～12:10
③12:20～13:20
④13:30～14:30
⑤14:40～15:40
⑥15:50～16:50
⑦17:00～18:00
⑧18:10～19:10
⑨19:20～20:20



これからの季節は、冬の感謝祭～ウインターキャンペーン～が開催されます。

11月28日より入浴券(10枚綴り)
【通常価格】5,000円⇒3,000円!!

※お一人様10冊限り
※2,000冊限定販売のため、無くなり次第終了

他にも、毎月第4木曜日には、まちの保健室を開催。開催時間11:00～14:00迄。学校にある保健室のように、いろいろな悩みごとを相談出来る時間となっています。この時間は看護協会から専門的な知識をもった看護職員が、適切なアドバイスや手助けを行ってくれるそうです。

TEL.0983-32-2525

宮崎県児湯郡木城町大字高城1403-1
営業/10:00～21:00(最終入館20:30)
定休/火曜日(祝日の場合は翌日)

🎁 ④ ペア入浴券 5名様

農産物販売所 菜っ葉屋

水城温泉館湯ららに隣接する『菜っ葉屋』では、地産野菜を中心に加工品や木城豚等が並べられています。野菜は地元の生産者が朝一に店に届けていますので、鮮度抜群で値段も手頃です。漬物や団子等は地元加工品グループが木城産の物を使用している人気商品。また、毎月29日はお肉の日。木城豚等、店内で販売しているお肉が2割引きです。



茹で立ての落花生は、ホクホクでとても美味しかったですよ! 塩加減を調節して、自分好みの味に出来るのも嬉しいですね。

人気商品 落花生



なっちゃんが食べた感想



TEL.0983-21-4188
宮崎県児湯郡木城町
大字高城1403-1
営業/9:00～19:00
定休/なし(年中無休)



ソフトクリーム 300円

温泉の帰りに食べる人も多いそうです。バニラ・ミックス・季節のフレーバーがあります。これからの季節は、木城町のゆず・きんかんを使用したフレーバーも登場する予定です。



大量に購入し、茹でたものを冷凍保存している人もいます。そのまま食べても、和え物に入れる等のアレンジをしても美味しいですよ。

スキルアップ講座案内!!

コース名	受講期間・曜日	時間	受講料	開講日
洋裁科(3名募集)	6カ月(毎週木曜日)	9:30~15:30	40,000円	1月7日(木)
洋裁科(5名募集)	6カ月(隔週土曜日)	9:00~13:00	20,000円	1月9日(土)
手編科	1年(毎週火曜日)	10:00~15:00	50,000円	1月12日(火)
着付科	3カ月(毎週木曜日)	朝10:00 昼13:00 夜19:00	11,000円	1月14日(木)
フラワーアレンジメント科	6カ月(隔週金曜日)	9:00~12:00	21,000円	1月8日(金)
	6カ月(隔週土曜日)	9:00~12:00	21,000円	1月9日(土)

コース名	コース案内	時間・回数	受講料	開講日
平日コース・初心者向け はじめてのワード	入力、マウス操作、保存・ファイル操作、ワード等	19:00~21:00 (2時間・8回)	15,000円	1月7日~2月4日 (毎週月・木)
平日コース はじめてのエクセル	家計簿計算、計算と関数を 含めた表作成、グラフ作成等	19:00~21:00 (2時間・8回)	15,000円	2月8日~3月7日 (毎週月・木)
土曜コース・初心者向け はじめてのワード	入力、マウス操作、保存・ファイル操作、ワード等	9:30~11:30 (2時間・8回)	15,000円	1月9日~2月27日 (毎週土曜日)
平日コース・初心者向け パソコン入門コース	パソコンを購入したけど 使い方がわからない方向け	9:00~11:00 (2時間・8回)	15,000円	1月7日~2月4日 (毎週月・木)
平日コース・初心者向け ゆりまのパソコン基礎コース	パソコンの基本を 自分のペースで学びます	9:00~11:00 (2時間・16回)	30,000円	1月8日~3月1日 (毎週火・金)
はじめての コンピュータ会計	会計ソフトの操作方法 を学びます(弥生会計)	9:30~11:30 (2時間・8回)	15,000円	2月1日~2月29日 (毎週月・木)

*パソコンコースについては最少開講人数(5名)に満たない場合は、中止する可能性があります。

都城地域高等職業訓練校 TEL 23-2316
都城市年見町13-11 ◆受付時間/月~金・9:00~17:30

障害年金ってご存知ですか? 困っていませんか?

実はあなたも「障害年金」受給対象者かもしれません……

- てんかん ■知的・発達障害 ■うつ等を含む精神疾患
- 脳梗塞・脳出血等で身体等に障がいのある方 ■透析中の方 等々

障害年金を受給出来る可能性があります。「もらえるか分からない」「手続きの仕方が分からない」「書き方が分からない」「時間がない」等、お困りのことを気軽にご相談ください。手続き・代行も行っています。

障害年金相談会開催

開催日 12月15日(火)・22日(火) 1月20日(水)・27日(水)

相談時間 9:30~16:30 要予約 場所 楠元労務管理事務所

相談無料 開催日以外の相談も受付けております。気軽にご連絡ください。

楠元労務管理事務所

特定社会保険労務士 楠元千穂子

☎0986-25-1107
都城市大王町41-11-2 ※P20もご覧ください

「次代の親育成事業」 少子化について考えるシンポジウム開催

12月12日(土) 入場無料
場所:都城ウエルネス交流プラザ ムジカホール

第1部 シンポジウム 10:00~12:00

「ニコニコ妊活さわやか産活」
都城市にとって少子化って何が問題なの?
助産師 上原えり子さんの体験に基づく貴重なお話から、
子どもを産み育てるということをみんなで考えてみましょう。
「育メン・婚活仕掛け人・妊婦さん・若者代表」といった方々をゲストに迎え、
老若男女さまざまな立場からお話を伺い、意見交換会も行います。

第2部 映画鑑賞 13:00~15:30

「かみさまとのやくそく」
託児サービス要予約 先着15名様 詳細はお問合せください

主催 都城市保育課
お問合せ TEL 090-2855-0482(担当:八反田) ※P19もご覧ください

ライブデザイン講座

MCC 学校法人都城コア学園 都城コアカレッジ

文部科学省「職業実践専門課程」認定校
高校卒業者の18歳から50歳代の方迄、幅広い年齢の方が在籍。新しいことをスタートするのに遅すぎることはありません! 気軽にご相談ください。
※P19もご覧ください

社会人向け説明会開催

日時 H27年12月12日(土) H28年 1月 9日(土)
10:00~ ※約1時間 内容 学校概要・学科説明・施設見学等

場所 都城コアカレッジ 前日迄に、お電話で申込みください!!

各種制度の説明 学費減免や奨学金等に関する制度の説明も同時に行います! 教育訓練給付金、介護福祉士等修学資金、その他日本学生支援機構奨学金等

個別相談や説明も随時行っております。気軽にお問合せください。

<h4>情報デザイン科</h4> <p>都城商工会議所と連携</p> <p>◆◆◆取得資格◆◆◆ 応用情報技術者/基本情報技術者/ITパスポート/情報活用/情報システム</p>	<h4>医療ビジネス科</h4> <p>宮崎県医師会、都城市北諸郡医師会、曾於医師会と連携</p> <p>◆◆◆取得資格◆◆◆ 日本医師会 医療秘書認定 / 医療事務技能審査試験(医科)(メディカルクラーク) / 医事コンピュータ技能検定等</p>	<h4>介護福祉科</h4> <p>都城市社会福祉協議会、宮崎県介護福祉士会、他21協力施設と連携</p> <p>◆◆◆取得資格◆◆◆ 介護福祉士(国家資格)/BLSヘルスケアアロハイター(一次救命措置)/学習療法1級</p>
--	--	---

☎0986-38-4811 都城市吉尾町77-8 受付時間/9:00~17:00
休校日/土・日曜日・祝日 駐車場/あり

障害年金相談会開催

地元就職に強いコアカレッジ

YC 読売新聞

ご購入のご用命は各読売センター(YC)へお電話ください。

<h3>YC五十市・庄内・山田</h3> <p>☎(0986)23-4196 都城市荻原町8655-5</p>	<h3>YC沖水</h3> <p>☎(0986)38-2862 都城市都北町3580-2</p>
<h3>YC三股</h3> <p>☎(0986)52-3375 三股町榎山字榎堀4672-137-2</p>	<h3>YC北部・中央</h3> <p>☎(0986)36-5471 都城市祝吉町5055-5</p>

配達・集金スタッフ募集中!!
詳細は各センターへお問合せください。

<h3>都原町 賃貸一戸建て</h3> <p>月々 44,000円~</p> <p>敷金・礼金/3カ月 間取り/3DK(和6×2和4.5DK4.5) 築年月/昭和63年9月 駐車場/2台 設備/洋式水洗、給湯、シャワー</p>	<h3>郡元町 賃貸一戸建て</h3> <p>月々 39,000円</p> <p>敷金・礼金/3カ月 間取り/2LDK(和6和4.5LDK9) 築年月/平成2年2月 駐車場/2台 設備/ウォシュレット、シャワー</p>
<h3>鷹尾3丁目 アパート</h3> <p>月々 37,000円~</p> <p>敷金・礼金/1カ月 間取り/1LDK(洋7.4DK3) 築年月/平成15年6月 駐車場/1台 設備/洋式水洗、シャワー、エアコン</p>	<h3>若葉町 アパート</h3> <p>月々 35,000円</p> <p>敷金・礼金/2カ月 間取り/2DK (洋6和6DK6) 築年月/平成8年3月 駐車場/2台 設備/ウォシュレット、シャワー、エアコン</p>

アパート・マンション・一戸建て・売地・売家 TEL.0986-24-9000
都城市東町12街区24号
東町不動産(株) 都城 東町不動産 で検索!
他にも多数物件を取揃えております。お気軽にお問合せください。

なつちゃんリサーチ

vol.5 川の駅公園へ行く!!の巻



都城の気になるトコロをなつちゃんが調べるこのコーナー。今回は読者から届いたお便りの中から、「川の駅公園」について調査することに!!

まず始めに「川の駅公園」をインターネットで検索してみた。検索でヒットしたのは「川の駅公園―都城ポータルサイト」。都市公式ホームページ内にある情報サイトだ。サイト内の施設概念には「有料」おもしろ自転車、マウンテンバイク」の文字が……。おもしろ自転車!? なんだろう。楽しいのかな……。早速、公園を管轄する都市役所道路公園課へ連絡を取り、調査に向かった。

公園に着いてまず気付いたのは、すべり台やブランコ、砂場等いわゆる公園らしい遊具は見当たらないということ。その代わり



「F2」…カッコいい形をしたこの自転車は男の子に大人気だそう。気分はまさにF1レーサー!!

に、自然の地形を活かしたマウンテンバイク（オフロードコース）や、インラインスケート・スケートボード兼用の広場がある。他にも、クライミングウォール、3on3バスケットコート等があり、本格的なアウトドアスポーツを楽しめる施設になっている。

小さい子どもが安心して遊べる遊具と言うと、先述の「おもしろ自転車」だろう。おもしろ自転車とは、川の駅公園が有料（1時間100円）にて貸出している自転車のことで、普通の自転車から三輪車の大きいバージョンの「かろがもサイクル」、大人と子どもが一緒に漕げるようになっていた「ファミリーサイクル」等、約20種類60台ほどの自転車がある。なつちゃんも実際に乗ってみることに!!



「かろがもサイクル」…上下にびよんびよん跳ねるサビコ（サビコ）の仕組みが面白い。おもしろ自転車の仕組みが面白い。

自転車貸出しと共にヘルメットの着用が義務付けられている。また各エリアごとにきちんと仕切りをする等、安全対策も取られている。

※今回は撮影用に許可をもらったが、かえるサイクルは体重制限があり、大人は乗ることが出来ない。



取材時は家族連れの人達でいっぱいだったが、夕方頃にはカップルや友達同士での利用も多くなり、午前中のにぎやかな雰囲気とは異なり本格的にスポーツをしている風景も見られた。また、市外から来る人も多く、リーズナブル

に楽しめる人気だそう。ベンチやコミュニケーションがあり、飲食も大丈夫なので、お弁当を持参して気軽に遊びに来られるのも嬉しいところ。一度遊びに行ってみてはいかがだろうか。



◆公園内のルール◆

- ・バスケットボール、インラインスケートシューズ、スケートボードの貸出しはしていない。
- ・スリッパ、サンダルでの使用は禁止。
- ・ヘルメットは必ず着用。
- ・ごみは持ち帰る。
- ・他の利用者に迷惑を掛けない。
- ・遊具は正しく使おう。

■川の駅公園

☎26-5517

時間／9時〜17時半

住所／都市都島町82番地

定休／毎週火曜日

12月31日・1月1日のみ休み



読者のみなさんに伺いました。

●「やられたら、やり返す!!」と思ってるので、基本人の嫌なことは言わない、しないをモットーに生活している。(マカロン／41歳)

●運転中、黄色信号で止まらず直進して交差点を通過してしまいうこと。対向車が右折で待っているのに、ついそのまま直行してしまいます。ごめんなさい。(パンダ／36歳)

●あつちで良い顔、こつちで良い顔しちゃう私。いわゆる八方美人という奴です。(ちゃっぴびび／46歳)

●美味しいものや、高級食材は夫に分けず娘と私で食します。夫……ごめんなさい。(R・K／42歳)

●職場に気の合わない人がいます。その人の休みの日を選んで、お菓子や差し入れを持って行くことです。私、性格悪いですよ。でも、本当にその人が無理なんです。(びいちゃん／50歳)

●愚痴を言っている友達のことを、違う友達に愚痴を言っている自分。(ひろみ／36歳)

●上司が休暇を取った日は、朝から嬉しい。一日HAPPY!!(さとちゃん／60歳)

●言われたことを根に持って半年以上も引きずって愚痴を言ってしまうところ。(二人歩記／36歳)

●カラオケに行き、他の人の歌を聞いて「私の方が上手!」って思った時。(こうクンの母／54歳)

●自分が間違えると弁解するのに、妻が忘れ物したり失敗すると声を荒らげ怒鳴ったりする。後で「ごめん」と言うことが出来ない。(しようちゃん／70歳)

●子どもに「〇〇してくれたら、アイスあげるね」と約束しながら、子どもが本当に約束を果たしてくれたのに、「アイスなかった」と嘘を付いてしまうところ。(みきてい／30歳)

●人に嫌なことを言われた時に、心の中で「お前もだぞ!」と内心思っている時。言いたいけど言えず……、心の中で叫んでいます。(エンジェルマロン／40歳)

●最近、小さなことにイライラしていますので、「自分は性格が悪いのかな」と思っています。(ピット／41歳)

都城市総合文化ホールMJを、文化体験を、楽しもう！

フォーク・ジャズ・スタンダードのMJ体験記

MJホールがあなたの元へ！アクトリーチ事業 札幌交響楽団 金管五重奏編

MJホールを飛び出し、地域や学校へ芸術文化を届けるアクトリーチ事業の一環として、9月26日（土）に妻ヶ丘中学校で行われた札幌交響楽団金管五重奏の楽器クリニックと、特別養護老人ホーム「ほほえみの園」で行われた演奏会にフミが潜入取材してきました。札幌交響楽団金管五重奏は、ホルン奏者で都城市五十市中学校出身の岩佐朋彦氏、トランペット奏者の福田善亮氏・佐藤誠氏、トロンボーン奏者の田中徹氏、チューバ奏者の玉木亮一氏の5名のチームです。

午前中は、妻ヶ丘中学校・五十市中学校・中郷中学校の吹



田中氏。分かりやすく、真剣に指導する姿に、生徒達は真剣に聞いていました。

奏楽部の生徒達が、プロによるレッスンを真剣に受けていました。楽器ごとに分かれ、基礎を中心とした技術的な指導はもちろん、「上手な人から学ぶこと、ポリシーを持つて練習することの大切さ」等、音楽との向き合い方も指導していました。その後、音楽室で演奏会を開催。ルイ・アンダーソンの「トランペット吹きの子守唄」や「ハウルの動く城」のテーマソング等、たくさんの楽曲を演奏。息遣い迄聞こえる距離で、プロの演奏を鑑賞した生徒達。室内は熱気と歓声に包まれていました。



都城市出身の岩佐氏（中央）が、熱く丁寧な指導を行っていました。

午後は「ほほえみの園」での演奏会。ホールへ足を運ぶことが難しい高齢者の方が、普段生活している場所で演奏される音楽にリラックスしながら耳を傾けていました。トロンボーン奏者の田中氏による、笑いを交えたメンバー紹介や、楽器についてのお話もあり、音楽をより身近なものとして感じられる内容となっていました。「ぜひぜひつっこばし」や「昂」、アンコールでは、演歌「北国の春」も披露。「上手かね〜」と笑顔が溢れる場面も……。皆さんの楽しんでる様子が手に取るように伝わる演奏会でした。

【生徒コメント】

プロのレッスンを受けるのが初めてで、とても緊張しましたが、ホルンについての新しい発見もあり、とても勉強になりました。素晴らしい演奏を間近で聴けたのも嬉しかったです!!

【ほほえみの園 松金さんコメント】

遠い北海道から、素敵な音楽を演奏しに来てくれてありがとうございます。大変なことや辛いことも忘れることの出来る楽しい演奏会でした。



しい演奏でした。

【体験後の感想】

5人の演奏家がそれぞれのこだわりを持って指導にあたる姿に感動！プロが一人の人間として楽器や音楽と真摯に向き合う姿を肌で感じた生徒達……。レッスン後は顔つきが変わっているように感じました。老若男女、誰もが音楽を楽しむことの出来る素晴らしい演奏会。次回も楽しみです。

お問合せ先
都城市総合文化ホールMJ
(指定管理者: 都城市文化振興財団・MAST共同事業体)
 〒835-0024
 都城市北原町1106-100
 TEL.0986-23-7140
 HP <http://mj-hall.jp/>
 Facebookやっています「いいね!」お願いします

退職した女性を応援!!

女性再就職支援セミナーに
 行ってきました



結婚や出産を機に、退職をした女性を応援するための『女性再就職支援セミナー』がイオンモール都城駅前内のイオンホールにて行われた。参加費、託児費ともに無料で、10月20日、11月5日の計6日間という日程のセミナーである。

取材時は、面接のための自己PRの仕方についてのセミナーが開かれていた。長所や短所を聞く理由、どんな人材を求めているか等のアドバイスを、面接官の目線で講師がレクチャー。その後は、参加者同士で面接の実践練習をした。

「普段自分では気付かないこと」に気付かされ、自己分析が出来た」と参加者同士で話をしてるのが印象的だった。

その他、子どもの預け先の情報や、働く上で知っておきたい法律や制度、また、求人票の見方やその人に合った求人を見つけ方等、実践的な講義もあった。

セミナー参加者は、「自分のことを見つめ直すために参加した」「出産後、職場復帰するスタートの仕方や制度を教えてもらい参考になった」と話してくれた。

また、主催のSUPPLE.牧さんいわく、「6日間という短いセミナー期間だが、働く上で何を大切にしていくかを学んでほしい」とのこと。退職した方でも再就職出来る環境が整うことを願う。





A ロンドン・トリニティ少年合唱団 クリスマス・コンサート2015 ペア3名様

12月18日(金) 18:30から、都城市総合文化ホールで開催されるクリスマスコンサートのチケット(ペア12,000円相当)をプレゼント! イギリス王室も聞き惚れた天使の歌声……今年の冬は、ロンドンからやってくる小さな合唱団がお贈りするクリスマスプレゼントを、ぜひお受け取りください。
※12月11日(金)抽選となります
※チケットを都城市総合文化ホールへ取りに行ける方
★提供/都城市総合文化ホール
☎23-7140 都城市北原町1106-100

P18もご覧ください

B 2,000円食事券 3名様

※店内でのご飲食に限ります。
餃子はお持ち帰り(5個・250円)出来ます。中華一品料理もあり、コースは4名様以上で1,500円～。
★提供/餃子のまつら
☎21-1239 都城市栄町8-14



C おいげんチーズ饅頭(10個) 3名様

宮崎県民なら誰もが知るチーズ饅頭。しっとりチーズが濃厚で絶品! 一度食べるとくせになること間違いなしです。(1個125円)
★提供/お菓子のながくら
☎38-0119 都城市都北町5670



今月の present

★応募方法★
希望商品のアルファベットを下のアンケートハガキか、きりしまのプレゼントフォームから、12月21日(当日消印有効)迄にお送りください。
※プレゼントの応募はお1人様1枚限りを有効とさせていただきます。
★プレゼントの受取方法★
☐…発送 ☐…きりしまフォーラム迄取りに来る
☐…お店に直接取りに行くorお店で利用

D 鶏モモからあげ200g 5名様

秘伝のタレに漬け込んだ旨塩にんにく味のからあげは、子どもからお年寄り迄大人気! 一度食べるとやみつきになりますよ。おつまみやご飯のおかずにも最適です。
★提供/からあげ彦ちゃん
☎080-6445-0665 都城市高城町有水57番地



P26もご覧ください

E 都乃城 みどり 100g (1,080円相当) 10名様

上質な一番茶の芽の柔らかい深むし煎茶を使用しています。クラス最高の茶葉を厳選し、熟練した職人のブレンド技術・焙煎技術で仕上げられています。これからの季節お歳暮にもおすすめです。
★提供/すず木茶房
☎070-5078-4851 都城市広原町20号6番



P7もご覧ください

F マカロン(5個) 3名様

ショコラ、マンゴー、塩キャラメル、カシス等、14種類の中からお好みのマカロン5個をお選びください。
※全国発送承ります。
★提供/ミロワール
☎25-1788 都城市上東町11-16



G 浴用ハーブミストサウナ無料券 3名様

12月1日(火)よりhair space Andyu アンデューが店名を「private salon Charme シャルム」へと変更しました。今後とも、変わらぬご愛顧宜しくお願い致します。美肌の秘密はハーブのチカラ。シルクミストで極上のひとときを……。
★提供/private salon Charme シャルム
☎51-1861 都城市三股町大字宮村字植木2971-6



P30もご覧ください

料金受取人払
都城支店 承認
2483

差出人有効期間
平成29年7月24日
まで。
(切手不要)

郵便はがき
885-8790
都城市一万城町99-9-1
きりしま
フォーラム 行

★アンケート&プレゼント応募ハガキ★

(ふりがな)
お名前 _____ 年齢 _____ 歳/性別(男・女)
ペンネーム/ _____
ご住所 〒 _____
TEL (_____) _____
ご職業 _____
中学生・高校生・大学生・社会人・主婦・その他(_____)
会社・学校名/ _____
フォーラムの入手先 _____

きりしまフォーラム 12月号アンケート

●希望するプレゼントのアルファベットをお書きください。
第1希望 (_____) 第2希望 (_____)
●10・11頁「木城町特集」で希望するプレゼントの番号をお書きください。
(_____)
●25頁「クリスマスケーキプレゼント」で希望するケーキのアルファベットをお書きください。
(_____)
●今月号で良かった記事とそうでなかった記事、気になった広告を1つずつあげてください。
良かった企画・広告 (_____) ・ (_____)
興味が持てなかった記事 (_____)
その理由 (_____)
●あなたがオススメするお店をお書きください。
店名 (_____)
美容 _____ グルメ _____ その他 _____ ※○で囲んでください。
オススメするポイントを教えてください。
●フリースペースです。
最近あった面白い出来事、腹が立った事等、何でもOK!

※このアンケートハガキによって当社が入手しました情報につきましては、きりしまフォーラムの記事制作およびプレゼント用以外の目的で使用されることはありません。

※裏面の線をのり付けてお送りください。あまりしっかりとのり付けすると裏面が読めない場合があります。※プレゼント応募はお1人様1枚限りを有効とさせていただきます。

国土交通大臣認定 不動産コンサルティングマスターのお店です。
不動産の事で困った時 売買、分割、相続、交換、資産活用、賃貸管理 etc お電話ください。
(株)宮脇燃料不動産部 宮崎県知事免許(9)2956号(社)宮崎県宅地建物取引業協会会員
 都城市大王町57-1 TEL. (0986) 24-2000 (代表)
<http://www.e-miyawaki.jp>

《ペットコーナー》

【メゾネット・ペットC-B】7.06万円(貸主)
 洋6.6、6.4.5+ロフト、LDK14、木造2階建て、床暖房、衣類乾燥、大型浴室、照明、カーテン付、専用庭付、P2台

【貸家】下川東4丁目 3.7万円(仲介)
 和6、洋4.5、4.5、K4.5、給湯、水洗、ウォシュレット、P1台、H25リフォーム済み

【B-101】久保原町 6.76万円(貸主)
 和6、洋6、6、LDK18、P2台、床暖房、給湯、エアコン4台、カーテン、照明付、専用庭14帖有り

【メゾネット・久保原町・FA】7.06万円(貸主)
 洋6.6、4.5+ロフト、LDK14、床暖、給湯、エアコン4台、P2台

【一戸建て】大王町 4.5万円(仲介)
 和6、4.5、4.5、DK4.5、リフォーム済み、P2台、給湯シャワー

【レクセル都城】下川東 3万円(仲介)
 1K・12、ロフト6、給湯、P1台付、学生▲2,000円、角部屋

【メゾネット ラフェンテ】都原 4.8万円(仲介)
 洋5.5、7.2、LDK9.6、P2台、大理石の床・必見です！
 エアコン3台、おしゃれな浴槽、新婚さんいらっしゃい♥

【With M2】蓼池 5.7万円(仲介)
 洋6、5.4、LDK12、3階建て3階、エアコン3台、ベランダ広し、給湯、P1台付、2台目1,000円

【年見町・メゾン愛・2LDK】4.5万円(仲介)
 和6、洋6、LDK14、バリアフリー、リフォーム、P2台、給湯シャワー、角部屋、即入居可 広くてきれいです!!

【売地】下長飯町 109万円(仲介)
 宅地180㎡(54.45坪)、西5m公道に25m、北4m道に12m接す、病院前バス停歩5分、解体整地済み

【売地】郡元町 471.7万円(仲介)
 宅地239.92㎡(72.57坪)、更地、千日公道に16m面す、郡元3丁目バス停歩2分

【中古住宅】都北町 394万円(仲介)
 宅地163㎡(49.30坪)、建物、木造セメント葺、2階建、81.34㎡(24.6坪)、4DK、車庫有り、北西角地

【売地】立野町 543万円(売主)
 宅地328.82㎡(99.47坪)、第1種住居、60/200、閑静な住宅街、小牧病院近く、南5m道路、立野町バス停歩2分

【貸事務所】小松原町 11.34万円(税込)(仲介)
 鉄筋コンクリート7階建の6階、北東の角部屋、エレベーター、トイレ、24時間警備保障、普通車2台・軽3台付、霧島連山が良く見えます。

【店舗】上町 10号線 1階+2階 14.256万円(仲介)
 約44坪、10号線×円頭庵角地、旧大丸近く、物品販売、飲食他多業種繁盛店です。坪当たり3,000円安い!

3週間で買取りOK! ご相談ください!!
 早く売りたい方、売りに出しているが売れない方、近所に知られたくない方

使い方はあなた次第!!

俺コン活用術

工事中心一時保管 キャンプ用品 アウトドア用品 コルフバッグ タイヤ

ひな人形 クリスマスツリー 季節用品 ふとん 在庫品

24時間出し入れ自由!!

お問合せ：株宮脇燃料
☎0986-24-2000

バイクもOKですヨ

料金 1カ月(税込)	10日間お試し
1/6 5,400円	1/6 1,800円
1/5 6,480円	1/5 2,160円
1/4 7,560円	1/4 2,520円
1/2 14,040円	1/2 4,670円

金田ヤード **大王ヤード**

ココ 都北交差点
 あやべ燃料 クリニック コープ 都北店
 うを後 宮脇燃料

秘密厳守

広告有効期限/平成27年12月31日 ※仲介物件に関しては仲介手数料を載せます(他にも多数物件を揃えております。お気軽にお電話ください)。

☆アンケート☆

◆2015年成し遂げられなかったこと、2016年こそは成し遂げたいこと。

◆ブライダルアンケート

●結婚式が終わって、後悔していることは？

●「なんとビックリ! 結婚式のハプニング!!」を教えてください。

☆ご協力ありがとうございました。

休日急患診療機関

【12月度予定】

診療時間/9時~18時迄(歯科は17時迄) ※医療機関は変更することがあります。
 ◎TEL・FAXをご利用で、休日・夜間に受診可能な在宅当番医・休日夜間急患センター等の情報を知りたい時は… TEL・FAX/0985-88-0015
 ■詳しくは医師会事務局迄 TEL/23-5555(歯科はTEL/25-4100)
 ※こちらの案内はきりしまフォーラムのアプリ「きりアプ」でもご覧頂けます。

6日 (日)	教南内科医院(内・小)	高崎町	(62)1205	27日 (日)	たけしたこども医院(小)	三股町	(51)0005
	共立医院(内)	蔵原町	(22)0213		坂元医院(内・胃)	牟田町	(22)0360
	ひかりクリニック(内・循・消)	上長飯町	(26)1820		坂田医院(内・消・胃)	三股町	(51)2003
	仮屋外科胃腸科医院(外・胃・内・肛門)	志比田町	(25)7712		もりやま脳神経外科(脳外科)	久保原町	(21)6888
	どいクリニック(外・胃・内)	上東町	(22)1825		いき形成外科ひふクリニック(形・皮)	年見町	(45)0020
	西浦医院(耳鼻)	松元町	(22)0715		かみながえクリニック(耳鼻)	上長飯町	(25)0224
13日 (日)	金丸歯科医院(歯)	北原町	(22)3945	さいとう歯科(歯)	志比田町	(26)8148	
	富田医院(内・小)	栄町	(23)4586	山内小児科医院(小)	上町	(22)0048	
	藤元上町病院(内)	上町	(23)4000	鶴木循環器内科医院(循・内)	花繰町	(26)0008	
	みしま内科クリニック(内・循)	三股町	(51)8100	あぎつき医院(内・心内)	上水流町	(36)0534	
	三州病院(外・胃・内)	花繰町	(22)0230	山路医院(外・内)	山田町	(64)3133	
	酒井皮膚科医院(皮)	北原町	(25)5322	よしかわクリニック(麻・整・内)	前田町	(23)9384	
20日 (日)	武田産婦人科医院(産・婦)	蔵原町	(22)0336	ふたみ眼科(眼)	都北町	(38)5532	
	きんじょう歯科医院(歯)	金田町	(38)0120	ウィーンデンタルオフィス(歯)	年見町	(36)5567	
	城南病院(小・内)	大王町	(23)2844	原田医院(内・小・外)	郡元町	(26)3330	
	伊達クリニック(内・循)	牟田町	(36)7088	村上循環器内科クリニック(循・内)	宮丸町	(25)2700	
	豊栄クリニック(内)	下長飯町	(39)2525	長倉医院(内)	三股町	(52)2109	
	野口脳神経外科(脳外科)	太郎坊町	(47)1800	一心外科医院(外・胃・肛門・内)	三股町	(52)7788	
23日 (水)	ながはま整形外科(整)	都北町	(46)7188	寺本整形外科医院(整)	北原町	(22)1171	
	野田医院(産・婦)	蔵原町	(24)8553	いわよし耳鼻咽喉科クリニック(耳鼻)	千町	(36)5555	
	中崎歯科医院(歯)	高崎町	(62)5030	シゲシロ歯科医院(歯)	早鈴町	(24)7833	
	有馬医院(内・小)	上長飯町	(23)2610	政所医院(小・内)	高城町	(58)2171	
	松山医院(内・呼・リウ)	上川東	(24)1046	瀬ノ口医院(内・消)	姫城町	(25)5155	
	戸嶋病院(内)	郡元町	(22)1437	佐々木医院(内)	高崎町	(62)1103	
30日 (水)	柳田病院(脳・外)	東町	(22)4862	はまだクリニック(外・胃・肛門)	祝吉町	(45)2266	
	横山病院(泌・消)	都島町	(22)2806	きたむら皮膚科クリニック(皮・アレ)	吉尾町	(38)7300	
	やの耳鼻咽喉科(耳鼻)	吉尾町	(27)5222	くぼた眼科(眼)	南鷹尾町	(26)3100	
	五反田歯科医院(歯)	平江町	(24)8833	たぐち歯科医院(歯)	太郎坊町	(38)3330	
					31日 (木)		



DVD

■資料提供/LOOK早水店

「ターミネーター:新起動/ジェニシス」

- 監督/アラン・テイラー
- 出演/アーノルド・シュワルツェネッガー、エミリア・クラーク、ジェイ・コートニー 他

自我に目覚めた人工知能が起動すれば、人類は滅亡する。審判の日が目前に迫っていた。人類の未来を取り戻すため、過去に戻って戦うしかない。運命のカギを握るのは、女戦士サラ・コナーと彼女を守ることをプログラムされたT-800ターミネーター。ふたりの戦いの行方は!?



CINEMA

シネポート発
今月おすすめ映画情報!!
■資料提供/シネポート

「007 スペクター」

- 監督/サム・メンデス
- 出演/ダニエル・クレイグ、クリストフ・ヴァルツ、モニカ・ベルッチ、レイフ・ファインズ 他

少年時代を過ごしたスカイフォールで焼け残った写真を受け取ったボンド。その写真に隠された謎に迫るべく、Mの制止を振り切り単独でメキシコ、ローマへと赴く。そこでボンドは殺害された犯罪者の元妻の女性と出逢い、悪の組織スペクターの存在をつきとめるが……。



BOOK

■資料提供/田中書店妻ヶ丘店

「下町ロケット」

池井戸潤
小学館文庫



研究者の道を諦め、家業の町工場・佃製作所を継いだ佃航平は、製作開発で業績を伸ばしていたが、ある日、商売敵の大手メーカーから理不尽な特許侵害で訴えられる。圧倒的な形勢不利の中で取引先を失い、資金繰りに窮する佃製作所。特許を売れば窮地を脱することが出来るが、その技術には佃の夢が詰まっていた……。



MUSIC

■資料提供/
AVクラブ鷹尾店

「三代目 J Soul Brothers LIVE TOUR 2015 『BLUE PLANET』」

三代目 J Soul Brothers from EXILE TRIBE
初の単独ドームツアーのライブ映像が早くもリリース!!

入荷日 12/15 通常盤 5,980円(税抜)

※先着特典:オリジナルB2サイズポスター
※本作品はスマプラムービー対応商品です

- 初回限定盤【3DVD】 5,980円(税抜)
- 初回限定盤【2Blu-ray】 6,980円(税抜)
- ※スリーブ仕様 ※同梱特典:写真集
- 通常盤【3DVD】 4,980円(税抜)
- 通常盤【2Blu-ray】 5,980円(税抜)

さらにご予約でT-POINTS5倍です!!
ぜひご利用くださいませ。



都市文化ホールでの行事

★知ったあなたは得をする！

女性のための起業塾

講師に中村仁美氏（税理士）・八反田久美氏（経営コンサルタント）を迎え、「夢をカタチにするビジネスプラン」「知って得するマネープラン」「成功するための起業のノウハウ」といった内容のセミナーを開催！気軽に参加ください。

日時／12月5日（土）

10時～15時半

場所／ワークルーム

対象者／起業をお考えの方、起業して間もない方

定員／15名（先着順）

参加費／無料

■問合せ／担当…八反田

☎090-2855-0482

★第9回都城民俗芸能祭

鳥津稲荷神社神舞、沖水小6年生による太郎坊奴踊等、市内6団体が出演。ゲストは指宿市・猿の子踊りとゴッタン演奏・重信優。多様な芸能を解説付きで楽しめる機会です。

日時／12月13日（日）13時開演

場所／中ホール

入場料／無料

※入場制限なし
※事前の入場整理券の配布はございません
※満席時には、入場をお断りする場合がございます

★ロンドン・トリニティ少年合唱団 クリスマス・コンサート2015

昨年、世界的に大ヒットしたディズニー映画『マレフィセント』にも参加した少年達の美しい歌声をお聞きください。
日時／12月18日（金）
18時半開演

場所／大ホール
料金／6000円

※全席指定
※未就学児入場不可
※P15もご覧ください

★財津和夫コンサート2015

—2016 スペシャルゲスト—

ト：姫野達也 ～TUIPの夢を歌う2～

アマチュア時代「TUIP」
〜今回の為の書き下ろし曲等を歌う「夢」のころみ！ ファアン待望の都城公演が実現します！
日時／1月9日（土）18時開演
場所／大ホール
料金／6800円

※全席指定
※未就学児入場不可

★スマイルみやこんじよ第7回公演『妖怪ガグレ、街に現るみやこんじよ家族のオムニバス悲喜劇』

都城市民で作る舞台第7回公演は、「妖怪ガグレ（河童）」が出

演は、「妖怪ガグレ（河童）」が出

演は、「妖怪ガグレ（河童）」が出

没する「都城市を舞台としたコメディ」です！
日時／※計3回公演
①1月16日（土）13時半開演
②1月16日（土）18時開演
③1月17日（日）13時半開演

場所／中ホール舞台上特設小劇場
料金／大人…1000円
学生…500円

※未就学児入場不可

■問合せ／（全件共通）

都城文化振興財団 ☎23-7140

★ファイナンシャルプランナー

による賢い貯金の殖やし方守り方 無料セミナー！！
毎回、大好評となっているファイナンシャルプランナー東廣義さんによる賢い貯蓄方法の無料セミナーを開催！ 将来、お金に関する不安を持っている方も多いのでは？ あなたに合ったお金の貯蓄方法を学んでみませんか？
日時／12月22日（火）
14時～1時間程度

※質疑応答も含みます
場所／都城文化ホール 会議室2

料金／無料
定員／6名

※完全予約制の先着順となります。早めにお申込みください
■問合せ／☎23-1341
（有）FPオフィスヒガシ

※下段広告もご覧ください

★DANCE STUDIO ELEMENT 発表会

日時／12月27日（日）

つらい生理痛や無月経・不妊症に火神派漢方！

当店の漢方は中医火神派という独自の理論で対応しています。まずは3カ月間、当店の漢方薬をあなたのお悩み解消に向けて利用してみませんか？ ご来店出来る方に限ります。

当店の漢方薬は
1カ月分は5,000円から20,000円程度です。
お客様のご予算に応じて対応致します。（※料金は別）

かんたん漢方健都漢方 ☎0120-17-2126

都城水町（早水公園と体育文化センターの南側）日祝定休・営業11時～18時・予約随時優先・詳細は「健都漢方」で検索！

ファイナンシャルプランナーによる相談！ 随時受付中！！

現在、ご加入の保険に無駄や入りすぎはないか等の見直し	お子様の教育資金対策
住宅ローンの組み方や金利の見直し等	相続税についての相談等

お客様が安心して生活出来るマネープランを提供致します

人生のライフイベントにはお金のハードルが付きもの……。そんなハードルをクリアしていくお手伝いを致します。ひとりで悩まずに、我々プロのファイナンシャルプランナーにご相談ください！

（有）FPオフィス・ヒガシ
都城文化ホール306
アーバンコーポヒガシ101
TEL 0986-23-1341
ホームページ検索→「FPオフィスヒガシ」検索

より自然で健康な眼へ。

眼の健康にこだわり眼への負担軽減を目指した世界初の1日使い捨てシリコンハイドロゲルコンタクトレンズです。

美しく澄んだ眼
毎日清潔
紫外線をカット
眼にとって快適

4つの眼の健康

ワンデーアキュビュー®トゥルーアイ。 -1日使い捨てコンタクトレンズ-

冬のキャンペーン!! 12/1(水) START!!

永吉コンタクトレンズ
都城水町5-4 TEL.0986(22)1530
受付時間／平日) 8:30~11:30, 14:00~17:00
土曜) 8:30~11:30

※コンタクトは医療用具です。眼科医の診察が必要ですので、ご来店の際は、必ず健康保険証をご持参ください。

准看護師科 学生募集！

—これまでも、これからも役に立つ一生涯の資格です—

★本科では、2年間で准看護師の資格（資格試験合格）が取得出来ます。その後、准看護師として働くことはもちろんのこと、本校看護師科（夜間3年）への進学も可能です。卒業（国家試験合格）後は看護師になり多方面で活躍出来ます。

平成26年度本校の合格状況
宮崎県准看護師試験 100%
(県平均98.6%)

- 募集人員／70名（一次、二次合計）
- 修業年限／2年間
- 入学試験／28年1月30日（土）
- 試験科目／国語、基礎知識、作文、面接
- 願書受付／28年1月5日（火）～23日（土）
- 受験資格／中卒以上で高卒程度の学力を有する者
- 合格発表／28年2月22日（月）

社会人からの転職希望者や主婦等も頑張っています。

一般社団法人 都城市北諸県郡医師会
都城看護専門学校
〒885-0073 都城水町9-3
TEL.0986-22-0711（医師会事務局）
<http://www.m-kango.com/> 都城看護専門学校 検索

14時半開場 15時開演
場所／中ホール
料金／2000円
※当日券＋500円

■問合せ／DANCE
STUDIOELEMENT
☎77-2368

イベント情報

★日向時間1周年記念イベント
『手作り石窯の焼きたてピザ
でお茶を食べる』
鹿児島県伊佐市の「石窯マイ
スター協会」の皆さんをお招き
して、本格的なピザを楽しんで
頂きます♪

日時／12月5日(土)・6日(日)
◎石窯とピザ作り 9時～12時
◎ピザ販売 12時～17時
場所／日向時間
※料金についてはお問合せくだ
さい

■問合せ／日向時間
☎77-6943
※P26もご覧ください

★都城西駅前広場
イルミネーション点灯
都城工業高校吹奏楽部のファ
ンファーレを合図に、西都城駅の
出入り口に霧島・関之尾滝をイ
メージしたイルミを点灯します。
ふるまいコーナーや野外コン
サート、ダンスもありますよ！
点灯式は17時半からです。
日時／12月6日(日)
14時～19時
場所／都城西駅前広場
■問合せ／加活屋
☎090-7539-6631

★都城コアレッツ社会人向け
説明会開催
情報デザイン科・医療ビジネス
科・介護福祉科の学校説明。
学費減免や奨学金、更に教育訓
練給付金等に関する制度の説明
も同時に行います！
日時／◎12月12日(土) 10時～
◎1月9日(土) 10時～
※約1時間

★平成27年度都城市雇用促進事
業(ITビジネス分野セミ
ナー)受講生募集
全4コース受講料・テキスト
代無料!! 都城市に住居を有す
る求職者、又は都城市内に就職
を希望する求職者の方限定。
[MOS]
①ワードスペシャリスト取得
申込締切／12月9日(水)
開催期間／12月11日(金)
②エクセルスペシャリスト取得
申込締切／1月6日(水)
開催期間／1月8日(金)
③ワード・エクセルとも、期間
内で全10日間開催

③日商簿記2級試験対策
受講資格／全商簿記2級以上又
は同等以上の資格を有する方
申込締切／1月7日(木)
開催期間／1月12日(火)
④パワーポイント基礎・応用
申込締切／1月20日(水)
開催期間／1月25日(月)
⑤2月25日(木)
※期間内で全23日間開催
⑥潜在介護士復職支援
受講資格／介護福祉士・介護職
員実務者研修・初任者研修修
了の資格保有者
申込締切／2月17日(水)
開催期間／2月22日(月)
⑦介護事務基礎
申込締切／2月17日(水)
開催期間／2月22日(月)
⑧歯科衛生士復職支援
受講資格／
歯科衛生士免許保有者
申込締切／1月27日(水)
開催期間／2月2日(火)
⑨調剤事務基礎
申込締切／2月10日(水)
開催期間／2月16日(火)
⑩期間内で全5日間開催
⑪潜在介護士復職支援
受講資格／介護福祉士・介護職
員実務者研修・初任者研修修
了の資格保有者
申込締切／2月17日(水)
開催期間／2月22日(月)
⑫期間内で全4日間開催
⑬期間内で全5日間開催
⑭期間内で全5日間開催
⑮期間内で全5日間開催
⑯期間内で全5日間開催
⑰期間内で全5日間開催
⑱期間内で全5日間開催
⑲期間内で全5日間開催
⑳期間内で全5日間開催
㉑期間内で全5日間開催
㉒期間内で全5日間開催
㉓期間内で全5日間開催
㉔期間内で全5日間開催
㉕期間内で全5日間開催
㉖期間内で全5日間開催
㉗期間内で全5日間開催
㉘期間内で全5日間開催
㉙期間内で全5日間開催
㉚期間内で全5日間開催
㉛期間内で全5日間開催
㉜期間内で全5日間開催
㉝期間内で全5日間開催
㉞期間内で全5日間開催
㉟期間内で全5日間開催
㊱期間内で全5日間開催
㊲期間内で全5日間開催
㊳期間内で全5日間開催
㊴期間内で全5日間開催
㊵期間内で全5日間開催
㊶期間内で全5日間開催
㊷期間内で全5日間開催
㊸期間内で全5日間開催
㊹期間内で全5日間開催
㊺期間内で全5日間開催
㊻期間内で全5日間開催
㊼期間内で全5日間開催
㊽期間内で全5日間開催
㊾期間内で全5日間開催
㊿期間内で全5日間開催

業(医療・福祉分野セミナー)
受講生募集
全7コース受講料・テキスト
代無料!! 都城市に住居を有す
る求職者、又は都城市内に就職
を希望する求職者の方限定
①介護職員初任者研修資格取得
募集期間／12月1日(火)
開催期間／1月7日(木)
②期間内で全22日間開催
③看護師のための電子カルテ
受講資格／看護師・准看護師
申込締切／12月16日(水)
開催期間／12月21日(月)
④期間内で全3日間開催
⑤医療事務基礎
申込締切／1月27日(水)
開催期間／2月1日(月)
⑥期間内で全10日間開催
⑦潜在歯科衛生士復職支援
受講資格／
歯科衛生士免許保有者
申込締切／1月27日(水)
開催期間／2月2日(火)
⑧期間内で全5日間開催
⑨調剤事務基礎
申込締切／2月10日(水)
開催期間／2月16日(火)
⑩期間内で全4日間開催
⑪潜在介護士復職支援
受講資格／介護福祉士・介護職
員実務者研修・初任者研修修
了の資格保有者
申込締切／2月17日(水)
開催期間／2月22日(月)
⑫期間内で全5日間開催
⑬期間内で全5日間開催
⑭期間内で全5日間開催
⑮期間内で全5日間開催
⑯期間内で全5日間開催
⑰期間内で全5日間開催
⑱期間内で全5日間開催
⑲期間内で全5日間開催
⑳期間内で全5日間開催
㉑期間内で全5日間開催
㉒期間内で全5日間開催
㉓期間内で全5日間開催
㉔期間内で全5日間開催
㉕期間内で全5日間開催
㉖期間内で全5日間開催
㉗期間内で全5日間開催
㉘期間内で全5日間開催
㉙期間内で全5日間開催
㉚期間内で全5日間開催
㉛期間内で全5日間開催
㉜期間内で全5日間開催
㉝期間内で全5日間開催
㉞期間内で全5日間開催
㉟期間内で全5日間開催
㊱期間内で全5日間開催
㊲期間内で全5日間開催
㊳期間内で全5日間開催
㊴期間内で全5日間開催
㊵期間内で全5日間開催
㊶期間内で全5日間開催
㊷期間内で全5日間開催
㊸期間内で全5日間開催
㊹期間内で全5日間開催
㊺期間内で全5日間開催
㊻期間内で全5日間開催
㊼期間内で全5日間開催
㊽期間内で全5日間開催
㊾期間内で全5日間開催
㊿期間内で全5日間開催

★平成27年度都城市雇用促進事
業(医療・福祉分野セミナー)
受講生募集
全7コース受講料・テキスト
代無料!! 都城市に住居を有す
る求職者、又は都城市内に就職
を希望する求職者の方限定
①介護職員初任者研修資格取得
募集期間／12月1日(火)
開催期間／1月7日(木)
②期間内で全22日間開催
③看護師のための電子カルテ
受講資格／看護師・准看護師
申込締切／12月16日(水)
開催期間／12月21日(月)
④期間内で全3日間開催
⑤医療事務基礎
申込締切／1月27日(水)
開催期間／2月1日(月)
⑥期間内で全10日間開催
⑦潜在歯科衛生士復職支援
受講資格／
歯科衛生士免許保有者
申込締切／1月27日(水)
開催期間／2月2日(火)
⑧期間内で全5日間開催
⑨調剤事務基礎
申込締切／2月10日(水)
開催期間／2月16日(火)
⑩期間内で全4日間開催
⑪潜在介護士復職支援
受講資格／介護福祉士・介護職
員実務者研修・初任者研修修
了の資格保有者
申込締切／2月17日(水)
開催期間／2月22日(月)
⑫期間内で全5日間開催
⑬期間内で全5日間開催
⑭期間内で全5日間開催
⑮期間内で全5日間開催
⑯期間内で全5日間開催
⑰期間内で全5日間開催
⑱期間内で全5日間開催
⑲期間内で全5日間開催
⑳期間内で全5日間開催
㉑期間内で全5日間開催
㉒期間内で全5日間開催
㉓期間内で全5日間開催
㉔期間内で全5日間開催
㉕期間内で全5日間開催
㉖期間内で全5日間開催
㉗期間内で全5日間開催
㉘期間内で全5日間開催
㉙期間内で全5日間開催
㉚期間内で全5日間開催
㉛期間内で全5日間開催
㉜期間内で全5日間開催
㉝期間内で全5日間開催
㉞期間内で全5日間開催
㉟期間内で全5日間開催
㊱期間内で全5日間開催
㊲期間内で全5日間開催
㊳期間内で全5日間開催
㊴期間内で全5日間開催
㊵期間内で全5日間開催
㊶期間内で全5日間開催
㊷期間内で全5日間開催
㊸期間内で全5日間開催
㊹期間内で全5日間開催
㊺期間内で全5日間開催
㊻期間内で全5日間開催
㊼期間内で全5日間開催
㊽期間内で全5日間開催
㊾期間内で全5日間開催
㊿期間内で全5日間開催

★平成27年度都城市雇用促進事
業(医療・福祉分野セミナー)
受講生募集
全7コース受講料・テキスト
代無料!! 都城市に住居を有す
る求職者、又は都城市内に就職
を希望する求職者の方限定
①介護職員初任者研修資格取得
募集期間／12月1日(火)
開催期間／1月7日(木)
②期間内で全22日間開催
③看護師のための電子カルテ
受講資格／看護師・准看護師
申込締切／12月16日(水)
開催期間／12月21日(月)
④期間内で全3日間開催
⑤医療事務基礎
申込締切／1月27日(水)
開催期間／2月1日(月)
⑥期間内で全10日間開催
⑦潜在歯科衛生士復職支援
受講資格／
歯科衛生士免許保有者
申込締切／1月27日(水)
開催期間／2月2日(火)
⑧期間内で全5日間開催
⑨調剤事務基礎
申込締切／2月10日(水)
開催期間／2月16日(火)
⑩期間内で全4日間開催
⑪潜在介護士復職支援
受講資格／介護福祉士・介護職
員実務者研修・初任者研修修
了の資格保有者
申込締切／2月17日(水)
開催期間／2月22日(月)
⑫期間内で全5日間開催
⑬期間内で全5日間開催
⑭期間内で全5日間開催
⑮期間内で全5日間開催
⑯期間内で全5日間開催
⑰期間内で全5日間開催
⑱期間内で全5日間開催
⑲期間内で全5日間開催
⑳期間内で全5日間開催
㉑期間内で全5日間開催
㉒期間内で全5日間開催
㉓期間内で全5日間開催
㉔期間内で全5日間開催
㉕期間内で全5日間開催
㉖期間内で全5日間開催
㉗期間内で全5日間開催
㉘期間内で全5日間開催
㉙期間内で全5日間開催
㉚期間内で全5日間開催
㉛期間内で全5日間開催
㉜期間内で全5日間開催
㉝期間内で全5日間開催
㉞期間内で全5日間開催
㉟期間内で全5日間開催
㊱期間内で全5日間開催
㊲期間内で全5日間開催
㊳期間内で全5日間開催
㊴期間内で全5日間開催
㊵期間内で全5日間開催
㊶期間内で全5日間開催
㊷期間内で全5日間開催
㊸期間内で全5日間開催
㊹期間内で全5日間開催
㊺期間内で全5日間開催
㊻期間内で全5日間開催
㊼期間内で全5日間開催
㊽期間内で全5日間開催
㊾期間内で全5日間開催
㊿期間内で全5日間開催

つらい体調不良は漢方で改善
頭痛 肩こり めまい 動悸
カウンセリング 無料
女性薬剤師・スタッフが対応します。気軽にご相談ください!
糖尿病・コレステロールが気になる方、
簡易血液検査をしませんか?
かわぐち薬局／川口鍼灸院 TEL.0986-38-0170
都城市都北町5985-1 ※鍼灸院のみ予約制 定休/日曜日 ※詳しくはP24をご覧ください

★次代の親育成事業
都城市保育課主催。少子化に
ついて考えるシンポジウムを開
催!
日時／12月12日(土)
◎第一部 シンポジウム
「ニコニコ妊活さわやか産活」
10時～12時
◎第二部 映画観賞
※期間内で全4日間開催
⑦介護事務基礎
申込締切／2月17日(水)
開催期間／2月22日(月)
⑧期間内で全5日間開催
⑨調剤事務基礎
申込締切／2月10日(水)
開催期間／2月16日(火)
⑩期間内で全4日間開催
⑪潜在介護士復職支援
受講資格／介護福祉士・介護職
員実務者研修・初任者研修修
了の資格保有者
申込締切／2月17日(水)
開催期間／2月22日(月)
⑫期間内で全5日間開催
⑬期間内で全5日間開催
⑭期間内で全5日間開催
⑮期間内で全5日間開催
⑯期間内で全5日間開催
⑰期間内で全5日間開催
⑱期間内で全5日間開催
⑲期間内で全5日間開催
⑳期間内で全5日間開催
㉑期間内で全5日間開催
㉒期間内で全5日間開催
㉓期間内で全5日間開催
㉔期間内で全5日間開催
㉕期間内で全5日間開催
㉖期間内で全5日間開催
㉗期間内で全5日間開催
㉘期間内で全5日間開催
㉙期間内で全5日間開催
㉚期間内で全5日間開催
㉛期間内で全5日間開催
㉜期間内で全5日間開催
㉝期間内で全5日間開催
㉞期間内で全5日間開催
㉟期間内で全5日間開催
㊱期間内で全5日間開催
㊲期間内で全5日間開催
㊳期間内で全5日間開催
㊴期間内で全5日間開催
㊵期間内で全5日間開催
㊶期間内で全5日間開催
㊷期間内で全5日間開催
㊸期間内で全5日間開催
㊹期間内で全5日間開催
㊺期間内で全5日間開催
㊻期間内で全5日間開催
㊼期間内で全5日間開催
㊽期間内で全5日間開催
㊾期間内で全5日間開催
㊿期間内で全5日間開催

記念撮影ご予約承り中!!
祝成人・七草
塩屋写真館
思い出づくりのお手伝い
TEL&FAX 0986-22-4083(代)
都城市松元町7-10(西駅大通り)※水曜定休日
携帯・スマホの方は、
コチラ→

形成外科・ひふ科・美容外科
いき形成外科 ひふ科 クリニック
子どものやけど予防のために
やけどは子どもや高齢者に多く、原因としては熱湯によるもの・ストーブや鍋
に直接接触することで起こることが多いです。
小さい子ども達は、好奇心が強く、活発に動きまわるのでやけどの率が高くな
ります。
●電気ポット(ロックしても倒すとお湯が吹き出る)や炊飯器(炊き上がりの蒸気)は
直接床に置かない
●ストーブや石油ファンヒーターには柵をす
●ストーブの上にはやかんや鍋を置かない
●テーブルの子どもが手の届く範囲には、熱い飲み物・ラーメン・味噌汁等を置かない
以上のようなことに注意して、この冬を過ごしましょう。
もしも……の時は冷やした後に早めの受診を。
診療時間
月・火・木・金 9:00～12:00 15:00～18:00
水 休診(但し、祝日のある週の水曜日は平日診療)
土 9:00～12:00 14:00～16:00
★12月の休診日:日曜日・2日・9日・16日・23日・31日 ※12日・30日は午後休診 ※27日は当番医
0986-45-0020 都城市年見町24号5番地
http://www.iki-clinic.com/

「かみさまとのやくそく」

13時～15時半

入場料/無料

場所/都城ウエルネス交流プラ

ザ ムジカホール

※先着15名様託児サービスあり。要予約

■問合せ/特定非営利活動法人

ライフサポートセンター

HAPPY (担当:八反田)

☎090-2855-0482

※P12もご覧ください

★障害年金相談会開催

てんかん、知的・発達障害、うつ等の精神疾患、脳梗塞・脳出血等で身体等に障がいのある方、透析をされている方等、障害年金を受給出来る可能性があることをご存知ですか?

日時/12月15日(火)・22日(火)

9時半～16時半

※要予約 1時間程度

料金/無料

場所/榎元労務管理事務所

■問合せ/榎元労務管理事務所

☎25-1107

※P12もご覧ください

★三州健康教室

日時/12月18日(金)

15時～16時

場所/三州病院3階

カンファレンス室

演題/「ロコモーション体操」

講師/当院理学療法士

富村真吾先生

参加費/無料

対象/どなたでも参加可能

定員/60名

申込方法/要予約。電話又は来院時にお申込みください。

■申込・連絡先/今村

☎22-0230

★第3回フードアナリスト講座

まずはフードアナリストの全てが分かる無料説明会へ!!

日時/12月22日(火) 19時

場所/拓明館

■問合せ/拓明館

☎22-8535

☎090-5944-4018

※下段広告もご覧ください

★第4回建築家展

日本最大級の建築家ネットワーク『ARCHITECTS STUDIO JAPAN』が開催する建築家展。建築家8名が参加。建築家との無料相談会を開催しています。

日時/

◎1月30日(土) 11時～18時

◎1月31日(日) 10時～17時

会場/都城市ウエルネス交流プラザ

ラザ

料金/無料

※キッズコーナー、駐車場を完備しています

■問合せ/MIYAKONOJO

OSTUDIOASJ都城

スタジオ(株)矢野興業

☎0120-77-3150

★婚活イベント情報

★茶話会ハートサークル

日時/◎50代&60代

12月17日(木)

19時半～21時半

◎35歳～50代

12月22日(火)

19時半～21時半

場所/都城五十市地区

料金/2000円

※要申込

※詳細はお問合せください

■申込・問合せ/アモーレ会

☎080-5203-9445

★ときめき フォーリンラブ

IN 曾於市

毎回大好評頂いている婚活パーティー。シルバーのお節介なおじいちゃんおばあちゃんが2人の出会いをサポートします。

参加資格は30歳から50歳迄の独身の男女。地元郷土料理をはじめ、美味しい料理と飲み物でもてなし致します。

日時/12月19日(土)

15時半受付 16時開催

場所/曾於市財部町シルバー

人材センター財部交流館

料金/男性.....3500円

女性.....2500円

■問合せ/曾於市シルバー人材

センター財部支部

☎72-0922

★JUKEコン

クリスマス直前の素敵な出会い♪ 毎回、多くのカップルが誕生している話題のイベントです!

日時/12月22日(火)

19時半～23時

場所/Dining & bar juke ジューク

料金/4000円

※ビュッフェ形式の食べ飲み放題付!!

参加資格/20～35歳

■問合せ/☎25-0788

Dining & bar juke ジューク

☎090-2766-6483

★野球の家庭教師します

子どもから大人迄野球の指導致します。場所、日程、料金は希望に応じます。

■問合せ/浜本

☎090-2766-6483

※P27もご覧ください

★恋活Party

ビュッフェ付の楽しいパーティーです。

日時/12月23日(水・祝)

19時～21時(受付18時半)

場所/ホテル中山荘LUCIE

料金/男性.....3500円

女性.....3000円

参加対象/20～40歳以下の独身の方

応募締切/12月22日(火)

17時迄

※完全予約制

■申込・問合せ/ホテル中山荘

☎23-3666

※P6もご覧ください

★西田簿記教室生徒募集

2級・3級の資格取得、生涯学習が出来ます。

場所/豊満町

■問合せ/

☎080-6412-1180

※詳細はお問合せください

★健康麻雀 シニア仲間募集

お金をかけない麻雀です。

■問合せ/吉元健康体操サロン

☎090-1169-5027

(五百円)

その他の情報

遺品整理士の有資格者がいます

春真工業

080-8557-1509

0986-77-6803

都城市祝吉町3丁目12-6(2棟)

※24時間対応可能

生前整理 遺品整理 特殊清掃

あなたの お掃除テクニックを 聞いちゃいます!!



●油がこびりついて取れない時は、油で拭くときれいに落ちますよ。(ゆみりん/41歳)

●窓の掃除をする時は、雨の日!! 湿気で窓の汚れが落ちやすい上に、足元が濡れても気になりません。汚れは柔らかい布で落とし、窓を洗い流したらゴム製のスクイージーで拭き取ります。スクイージーは1000円均一等で購入出来るし、拭きムラや繊維残りもありません。(おかあちゃん/31歳)

●重曹+酢+食器用洗剤で水回りを洗うと水垢もピカピカに取れて、油污れも激落ち!! (M・K/29歳)

●大掃除のテクニックではありませんが、洗濯物を回す時は、洗剤に+重曹を少し入れて洗濯します。汚れもきれいに落ちる上に、洋服、タオルは柔軟剤のフワフワ感が増します。洗濯槽のカビ予防にもなりますよ。(なっちゃん/23歳)

●茶殻を硬く絞り、畳の上に広げその後で乾拭きします。茶殻の抗菌作用ですっきりしますよ。(ミツエ/93歳)

Advertisement for H28.1/13 water lecture on home construction. Includes details on fees (14,000 yen), course fee (18,000 yen), and contact information for Takumeikan.

Advertisement for cleaning services, including a testimonial from a 93-year-old woman about cleaning tea residue.

盆人倶楽部

盆人倶楽部は、霧島盆地に暮らす人々の集いの場です。身近な話題、普段感じていること等、何でもお聞かせください。当倶楽部では、皆様からのお便りをお待ちしています。付属のアンケートハガキを利用してください。



今月の盆人大賞

先日外出先から帰ってきたら、ネコのお皿が空っぽになっていました。「珍しいこともあるものだわ」と思っていたら、テーブルの下から「ニャア」と聞こえ、見知らぬネコがちよこんと座っていました。「あら〜どちらさま?」と聞くと、のっそのっそとネコ専用出入り口から外へ出て行きました。

(ひいちゃん/50歳)

■まさに泥棒ネコ!! もしかすると、飼いネコのお友達で遊びに来ていたのかもしれないね。美味しいご飯を頂いて、ゆっくりしていたのでしょう。「ニャア」の泣き声はきくと「ごちそうさま」の意味だったので!?

●ムカデ

先日朝起きて靴下を履こうと足を入れた時に、足の裏に「キリツ!」と痛みが……。なんだろうと、靴下を逆さまにしてみたら、中からムカデが! まだチクチク、ジンジンと痛かゆいです。(じょうちゃん/70歳)

■ムカデに噛まれたところは大丈夫ですか? 病院には行かれましたか? 早急な処置をして大事に至らないようにしてくださいね。早く良くなるといいですね。

●予想通り

三歳の息子ですが、先日の幼稚園の運動会で走らず踊らず、

■もう冬が来ましたね。一年が本当に早く感じます。朝晩冷えてくると、布団から抜け出せなくなりそうですよね。頭では起きないといけないと分かっているのに、体は布団から出たくないと駄々をこねます。冬も楽しいイベントが多い季節ですが、やはり寒さには敵いません。早く春が来ないかな?。

●なかよしこよし

最近やっと、夫婦仲が良くなった気がします。やっぱり子ども達のおかげかな?。これからも4人で仲良く過ごそうね。

(まあ/31歳)

■素敵な関係が築けているのですね。ハガキを読んで、私も幸せな気持ちになりました。これからも、仲の良いご家庭を築いてください。

●成長

孫の保育園最後の運動会に参加しました。最初は母親に甘えて、泣きながら参加していましたが、かけっこも一番、組体操も一番上で倒れることなく出来ていました。本当に涙と笑いと感動の運動会でした。子どもの成長は早いものだと思つて思いました。(ヒゲオヤジ/68歳)

●お孫さんの成長が感じられた運動会になって良かったです。

とても運動神経の良いお孫さんなので、来年からは小学校なので、今以上にさまざまなことを学び成長していけると思っています。これからもお孫さんの成長をお便りでお知らせください。お待ちしております。

●遠足

10月の土曜日に保育園の親子遠足がありました。天気もとても良くてゆつくりとした一日になりました。最高の日でした。(アンパンマン/30歳)

■親子遠足お疲れ様です。天気も良く、ゆつくりと出来たみたいで良かったです。どこに行かれたのでしょうか? 遠足と言ったら、お弁当におやつですよ。私はどこかに遠足で出掛けられるのも嬉しかったのですが、お弁当とおやつが一番の楽しみでした。今も昔も食い意地だけは変わりません(笑)。

●お口が達者

最近「いっちょまえ」にハマっている五歳の息子。洗濯物を干していたら、急にこちらに来て「ママ、だいがいっちょまえになつたね」と突然言われ、大笑しました。また、日曜日の朝、主人と朝食を取っていた息子がキレイに食べ終わった主人に「パパいっちょまえになつたね」と……。意味が分かって言っているのかな?。不思議です。(N・N/34歳)

●ハガキを読んで、思わず「かわい〜」と思ってしまう

きつと覚えたばかりの言葉を、とりあえず使いたくてたまらないのでしようね。意味も分からないままなのに……。笑。「いっちょまえ」なんてどこで覚えてきたのでしょうか?

●まさかの忘れもの

娘の授乳中に、授乳していることを忘れて「ちよっと〇〇ちゃん(娘の名前)どこに行つた?」と家族に聞いてしまいました(笑)。(くわっちの妻/39歳)

●まさかの忘れ物にびっくりしました。聞かれたご家族もびっくりだったと思いますが、ご飯中の娘さんもびっくりされたでしょう。きつと「ママ!! 私抱っこされて、ここで飲んでるよ〜!」なんて思っていたかも知れませんね(笑)。

●恥ずかしい

眼科に行く時に、あわてて上着を着たからなのかジャケットを裏返しで着ていた自分。病院で見知らぬ人に「ソツと」ジャケットが裏返しですよ」と教えてもらい気がきました。恥ずしかったです。

●私も、洋服にタグを付けたまま着てしまい出掛けたことがあります。帰ってきて着替える迄、まったく気付かず一日タグをぶら下げたまま過ごしていたようです。知らない人に、教えてあげるのとても勇気がいられますよね? 親切な方がこっそり教えてくれたので良かったですね。

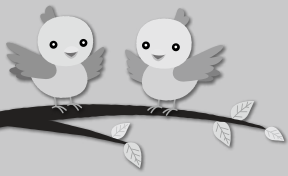
●いつも

HAPPYです☆ (RISA/13歳)

■素敵なお便りありがとうございます!! 私ハッピーな気持ちになりました。いつもハッピーと思えるような充実した毎日なので、ハッピーのお裾分けありがとうございます。

●いつも

ハッピーな気持ちになりました。いつもハッピーと思えるような充実した毎日なので、ハッピーのお裾分けありがとうございます。



笑顔でつながる子育ての輪

vol.33



『きりしまフォーラム』読者のママ世代に向けた子育て応援企画！

子育てはお母さんひとりでするものではなく、家族はもちろん地域や社会の協力が絶対的に必要なもの……。

安心して子育てをするために、各自治体がいろいろな機関を設けたり、

多くの子育てサークルも誕生しています。

また、子育てを応援してくれる飲食店や美容室等、さまざまなお店をご紹介しますよ。

曾於市子育て支援センターが年3回開催している「救急法」は、「子どもを取り巻く事故防止」に関して、いざという時の対処方法等を「大隅曾於地区消防組合」の救急救命士と消防士の方が、実践を交えながら丁寧に指導してくれます。子育て支援センターのスタッフが、同じフロアで託児をしてくれるため、安心して子どもと参加することが出来ます。

取材当日は11組の親子が参加。資料を元に、「乳児の救命処置の流れと手順」「乳児に対する気道異物除去の方法」「やけどの程度と留意点」「乳児に対する心肺蘇生とAED操作」「119番通報と救急車の呼び方」といった内容を分かりやすく説明。その後、救急救命士と消防士の方が「実際に子どもが息をしない」という設定の元、処置の仕方をドラマ仕立てで実演してくれました。実演後は、救命救急用の人形を使った実践を行いました。

「乳幼児」に対する救命処置の流れと手順」は、大人への処置

曾於市子育て支援センター
救急法 TEL.0986-76-6565



とは違う部分がありま
す。そのポ
イントを学
ぶことが重
要です。一
番の大きな
違いは胸骨
圧迫の際
に、乳児は
指2本で、
幼児は片手
で行うという点です。圧迫の強
さ(深さ)は、大人と同じで胸
の厚さの約1/3を目安とし、
十分に沈む程度に、強く、速く、
絶え間なく圧迫します。乳幼児
だからといって、こわこわと弱
く圧迫しては効果が得られない
とのこと。実際に子どもの人形
を使った胸骨圧迫を体験。隣で
力の加減を指導してもらったの
ですが、その圧迫する強さに
ビックリ！お母さん達も驚き
ながら、真剣に実践していまし

とは違う部分がありま
す。そのポ
イントを学
ぶことが重
要です。一
番の大きな
違いは胸骨
圧迫の際
に、乳児は
指2本で、
幼児は片手
で行うという点です。圧迫の強
さ(深さ)は、大人と同じで胸
の厚さの約1/3を目安とし、
十分に沈む程度に、強く、速く、
絶え間なく圧迫します。乳幼児
だからといって、こわこわと弱
く圧迫しては効果が得られない
とのこと。実際に子どもの人形
を使った胸骨圧迫を体験。隣で
力の加減を指導してもらったの
ですが、その圧迫する強さに
ビックリ！お母さん達も驚き
ながら、真剣に実践していまし



↑人形を使って、胸骨圧迫の位置を指導。
←AEDを使った使用方法を指導。小児用電極パッド(小児用モード)がない場合は、成人用電極パッドを使用します。

た。
また、子どもへのAEDの使用
方法も指導してくれました。
AEDは、子どもの救命
処置にも重要なアイテムで
す。最近では、公民館や体育
館、市役所といったさまざま
な場所に設置してあります。
いざという時のために、自宅
に一番近いAED設置場所は
どこか調べてみてはいかがで
しょうか。
そして、冬に多いやけどに



お母さん達と一緒にフミも体験！

今回の「救急法」は、未吉町「生
いき健康センター」・大隅町
「弥五郎伝説の里」・財部町「財
部保健福祉センター」の3カ所
で行っています。次回は、1月
21日に「生いき健康センター」
で開催予定です。お近くで行わ
れる際には、気軽に足を運んで
ください。

についても学びま
した。小さな子
どもや老人は比
較的小さなやけど
でも命に関わ
ることがあるた
め、注意しなけ
ればならないと
のこと。やけど
が軽い重いかは、
やけどの深さ
と広さで決ま
るため、落ち着
いて把握し、酷
い場合はすぐに
119番へ通報
してください。



お母さん達は心肺蘇生とAED装着に分かれ、協力しながら実践していました。

●体験後の感想●
子どもに救命処置が必要とい
う状況で、冷静に対処出来るか
不安になりました。しかし、実
際に学んでいるのといないのと
では、大きな違いがあると思
います。今回参加し、「子どもを
守る」ということ、改めて考
えさせられたことは、素晴らしい
機会だったと感じました。

●救急救命士 八木氏コメント●
救急車が到着する迄の対処方
法に、子どもの命が守られるか
どうかは掛かっています。救急の
現場では、常に1分1秒を争
います。我が子が緊急事態にな
ると、ご両親はパニックに陥っ
てしまふと思います。しかし、そ
こで冷静な対処をすることが、
大切な子どもの命を守ることへ
と繋がります。いざという時の
ために、乳幼児に対する救命処
置の手順や方法を、ぜひ学んで
ください。

フォーラムおすすめ 子育て応援店 Vol.33

「きりしまフォーラム」がおすすめする、子育て世代に優しいお店をご紹介します。

Kitchen T-Creek

今回ご紹介するのは「Kitchen T-Creek」さん。
やさしい雰囲気がステキなログハウスのお店です。



お子様セット 750円(税別)
(スープ・オレンジジュース・ミニケーキ付)
ハンバーグ、エビフライ、チキン南蛮等……お子様大好きなおかずがたくさん入っています。



店内は木目調のオシャレな雰囲気! お子様と一緒に座れるベンチシートは数に限りがあるため、早目の予約をおすすめします。

和食を中心に洋食や手作りデザートを楽しめると、オープン当初から大好評のレストラン。広々とした空間でお子様と食事をすることが出来ます。また店内はバリアフリーでベビーカーのまま入店することが出来るので、小さなお子様がいるママにも安心!



**【大人の人気ランチメニュー】
おすすめランチ 1,400円(税別)**
(6品前菜・メイン料理・スープ・デザート・ドリンク付)
メイン料理は、チキン南蛮、チーズとトマトのハンバーグ等、季節によって変わります。

バリアフリー	○	ベンチシート	○
お子様メニュー	○	お子様用食器	○
総席数	26席	駐車場	あり

TEL.0986-21-6225

都城市甲斐元町10-36
営業/11:00~15:00(LO14:15) 18:00~21:00
(ディナーは完全予約制)

不定休 ※P26もご覧ください



マナーを守ってお食事を楽しんでください!!

都城市・三股町・曾於市のイベント情報をご紹介します

各市町が子育てに関するさまざまなイベントを実施しています。
気軽に参加してくださいね!!

都城市

★赤ちゃん健康相談

身長・体重測定・保健師や栄養士による育児相談を行います。
市民住民の方ならどなたでも、どの会場でも、無料で受けられます。
12月7日(月) 東部保健センター(高城保健センター内) 13:30~14:00
9日(水) 庄内地区公民館 9:30~10:30
持参するもの:母子手帳、パスタール
対象児:生後1カ月~1歳未満 予約不要
お問合せ:都城市 こども課 0986-23-2684

三股町

★おはなしかい

読み聞かせボランティアグループ「おおきな木」による絵本の読み聞かせの他、紙芝居、パネルシアター、エプロンシアター等を行います。
12月3日(木) 10:30~
場所:総合福祉センター「元気の杜」内 三股町子育て支援センター

★親子ふれあいコンサート

「小さな音楽会」による生の歌と演奏で楽しい時間を過ごしましょう。
12月15日(火) 10:00~11:00
場所:総合福祉センター「元気の杜」大会議室
お問合せ:三股町子育て支援センター 0986-52-8101

曾於市

★親子ピクス

親子で一緒にふれあい、楽しみながら運動します。動きやすい服装でご参加ください。
12月1日(火) 10:00~11:30
場所:弥五郎伝説の里
講師:田鍋いずみ先生(OKJインストラクター)
対象者:未就学児と保護者
持参するもの:水分補給用飲み物
お問合せ:曾於市子育て支援センター 0986-76-6565
曾於市子育て支援サイト「すまいるキッズ」もチェックしてくださいね!
HPアドレス: <http://www.smile-kids.jp/sooshi/>

きりしまフォーラムのHP きりフォー.NETは 色々なコンテンツが充実しています♪



今月号はもちろん
バックナンバーも
見れますよ♪
読み損ねた月の
フォーラムも
読むことが出来ます。



毎月のPick Up記事や、
好評連載記事を
カラーで
見ることが出来ます。



パソコンで
実際にページを
めくっているような
感覚で
WEB上で読めますよ!

Facebook きりしまフォーラム
先取り情報やこぼれ話
タイムリーな情報も配信中です

FORUM TOPICS

きりしまフォーラム読者だけのお得情報!!

新年より「カイロプラクティック こんばす」→「手技療術 こんばす」へ
店名を改名するにあたり、気持ちを新たに引き締めるべく
1月から実施するキャンペーンをフォーラム読者様だけに
特別に12月からフライングキャンペーンをさせていただきます!!
新規のお客様 通常 5,500円→3,000円(税込・初診料を含む)
2回目以降のお客様 通常 3,500円→3,000円(税込)
12月中は、予約・来店時に必ず「きりしまフォーラムを見た!」とお伝えください。
施術者は女性なので、女性も安心です。※きりアプもご覧ください
■カイロプラクティック こんばす TEL/26-1303(完全予約制)

最近、血液検査を受けましたか?

糖尿病やコレステロールが気になる方! 薬局で気軽に「簡易血液検査」をしませんか?

ヘモグロビンA1c、悪玉・善玉コレステロール、中性脂肪等の
数値がその場でわかります。ご予約を頂くと
スムーズに行えますよ。気軽にお電話ください。
各1,080円 測定時間6分~
※検査は、指先からわずか数滴でOKです
■かわぐち薬局 TEL/38-0170 ※P19もご覧ください

今年最後の在庫一掃セール実施中!!

1年間の感謝の気持ちを込めて 全品大幅値引き中! 70~10%OFF

今年最後のミシンの清掃・点検・調整(500円~)も受付中です
修理・見積りの出張費も無料!! 気軽にお電話くださいね!
【修理・調整】全メーカーOK! 他社購入や通販等のミシンもOK!
店内60台以上展示販売中! 下取高価買取中!!
■みしん市場 都城市妻丘店 TEL/46-3342 ※P4もご覧ください

わがんせスタッフ募集!! 金曜・土曜日必ず働ける方!!

●職種/ホールキッチン全般
●時給/800円~ ※研修期間有り
●資格/~40歳迄
●時間/18:00~ ※出勤日数・時間は応相談
※開始・終了時間は日によって異なります
※詳細は気軽にお問合せください
■くいどころBAR わがんせ TEL/26-6152
住所/都城市栄町16-1マルニビルBF ※P27もご覧ください

意外と知らない質屋のこと。【質預り】って?

あなたの「お持ちの品物」を担保にして、その評価額に応じ、
その場で現金をご融資すること。
投資金額と利息をご返済頂きましたら品物をお返し致します。ご返済が
出来なかった場合は、お預かりしていた品物で代物弁済となりますので、
以後のご請求や取立等は一切ない安心なシステムです!
質Shop天満屋では質預り強化中!
最低1,000円からご融資致します。【質預り】ほか【買取】、【販売】も行っ
ています。見積り無料。お気軽にご来店・ご相談ください。ね。
■質Shop天満屋 TEL/22-4340 ※P5もご覧ください

STAFF

●企画	上山 雅信	深草 文子
	的場 茜	中島 夏美
●編集・制作	平井 佑一	浅田 匠子
	桑原 由里子	藤長 晃一
	横田 麻由香	
●発行人	井上 隆治	
●発行所	霧島フォーラム	

- 最近胸を打たれた言葉、「実るほど頭を垂れる稲穂かな」。いばらず、おごらず、軽んじず。卑屈にな
ることなく、もっと実って、もっと頭を垂れたいと思う。(クールファイブ)
- 今年の春から、どれくらい寝たら誕生日がやって来るのか……カレンダーにとらめっこしながらカ
ウントダウンしていた息子くん。12月で4歳になります! 良かったね♪(フミ)
- NO MUSIC♪ NO LIFE♪ 今年もたくさんの音楽と関わることが出来ました! やっぱり
LIVE最高♥(nico)
- もう頭の中はクリスマスソング♪ JUDY AND MARYの「クリスマス」が脳内リピート再生。23
年無縁だったケンタッキーを今年は食べてみたい。(なっちゃん)
- アメリカで、話題の“宇宙葬”を見学してきました。日本の葬儀・供養とは全然違う雰囲気ですが、
それがまた良かったです。興味のある方は是非!(平)
- 無声映画に当てる翻案脚本を新たに下ろし、生で吹き替えをするという舞台を見に行ってきました
た。ライブで聞くプロの演技はさすがですね!(あさこ)
- 久しぶりのライブにはしゃいだら、次の日まさかの筋肉痛……。年末のライブではこんなことにな
らないように準備しよう!(くわゆり)



日本占術協会占術士認定
原宿占い館「塔里木(タリム)」所属

クリスティーン・デリコの 九星占い

12月の
運勢

※運勢を★の数(1~5)で表しています。
(★の数が多い程運勢が良い)

- 【一白水星】大正7・昭和2・11・20・29・38・47・56・平成2・11・20
- 【二黒土星】大正6・昭和1・10・19・28・37・46・55・平成1・10・19
- 【三碧木星】大正5・14・昭和9・18・27・36・45・54・63・平成9・18・27
- 【四緑木星】大正4・13・昭和8・17・26・35・44・53・62・平成8・17・26
- 【五黄土星】大正3・12・昭和7・16・25・34・43・52・61・平成7・16・25
- 【六白金星】大正2・11・昭和6・15・24・33・42・51・60・平成6・15・24
- 【七赤金星】大正1・10・昭和5・14・23・32・41・50・59・平成5・14・23
- 【八白土星】大正9・昭和4・13・22・31・40・49・58・平成4・13・22
- 【九紫火星】大正8・昭和3・12・21・30・39・48・57・平成3・12・21

※生まれた年の立春から翌年の節分迄を本名星と言います。
今年もアツという間に師走を迎えました。皆様にとっての2015年は、どのような年でしたか。私は、縁結びで有名な東京大神宮(東京・飯田橋)での「歳時記講座」が、お陰様で3年になり、来年も継続して開催致します。タリ木で連載中の「オレンジ世代の健康歳時記」も2年になり、感謝の思いでいっぱいです。オリジナルの開運カレンダーも好評でした。毎日をハッピーに過ごすための心構えや工夫を、これからも伝えていけるように、頑張っていきたいと思っています。どうぞ良い新年をお迎えくださいませ。
■デリコブログ http://ameblo.jp/vt-derico/
■オレンジ世代の健康歳時記 http://www.zakzak.co.jp/

一白水星

順調に進行していた案件が一時的にストップするかも。延期になっても焦らず流れに任せた方が懸命です。忘年会が続くと肥満になる可能性があるため、健康管理を意識しよう。

金運	仕事運	恋愛運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
健康運	レジャー運	総合運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆

二黒土星

年末の多忙な時に、思い違いで取引先とトラブルが起きそうです。再確認を怠らず、言った言わないにならないように、何ごとも文章で提出しましょう。備えあれば憂いなしです。

金運	仕事運	恋愛運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
健康運	レジャー運	総合運
★★★☆☆	★★★☆☆	★★★☆☆

三碧木星

自宅でのケガやトラブルに注意が必要です。さいなことで言い争うことのないよう、日頃からコミュニケーションを図ること。大掃除を率先して行うと幸運と信頼が舞い込みます。

金運	仕事運	恋愛運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
健康運	レジャー運	総合運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆

四緑木星

自分のミスではないのに残業になる等、労働時間が増えそうです。不眠症になったり食べ過ぎたりしてストレスを抱えるかもしれないので、規則正しい生活を心掛けましょう。

金運	仕事運	恋愛運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
健康運	レジャー運	総合運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆

五黄土星

忘年会やパーティー等、イベントへの誘いが多くなります。コミュニケーション運が良いので、予定と予算が許す限り参加しよう。家族には一年の感謝の気持ちを伝えましょう。

金運	仕事運	恋愛運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
健康運	レジャー運	総合運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆

六白金星

今月は、勝負運が強くなります。買い物の際の福引きや懸賞、宝くじには積極的にチャレンジしよう。年長者や上司の意見は今後に大きく影響するので素直に聞き入れましょう。

金運	仕事運	恋愛運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
健康運	レジャー運	総合運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆

七赤金星

信用を失うような発言や行動に注意が必要です。噂話や事実確認をしていないことには、決して触れないのが無難です。新たな人脈や取引先を増やすのは来年に先送りしましょう。

金運	仕事運	恋愛運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
健康運	レジャー運	総合運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆

八白土星

話題の人物や流行の品物に敏感になると社交運がアップします。社交的になるとさまざまな情報がゲット出来ます。頑固さは封印して忘年会等誘われる会には積極的に参加しよう。

金運	仕事運	恋愛運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
健康運	レジャー運	総合運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆

九紫火星

仕事の面で名誉なことがありそうです。来年の好運気に向けて、年末のご挨拶は重要です。あまり縁のなかった人や遠方の人や親戚にも、電話やメールで見守り連絡を取りましょう。

金運	仕事運	恋愛運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
健康運	レジャー運	総合運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆



2015

Happy Christmas Present!!

毎年大人気のクリスマスケーキプレゼント企画!
フォーラムが厳選したクリスマスケーキを、お店のご協力により提供して頂きました!

★応募方法★
P15のアンケートハガキか、きりアプのプレゼントフォームから、希望するケーキのアルファベットを記入して12月11日(当日消印有効)迄に送ってください。
※プレゼントの応募は一家庭一枚のみ有効。必ず当選者ご自身がお店に取りにいける方で、重複の場合は無効とさせていただきます。

A
2名様

お菓子の南香

TEL.22-4670 都城市甲斐元町1-26
「チョコレート愛する全ての人へ」
秘密の魔女の禁断ショコラ(5号・15cm・3,550円)
★スイート・ミルク・ビター、3つのチョコレートを贅沢に使ったショコラ♪
※12/23に取りに来られる方(要前日TEL連絡)

B
2名様

お菓子のながくら

TEL.38-0119 都城市北町6670
「クリスマス生クリームケーキ」(5号・2,480円)
★ふわふわスポンジと口溶けの良い生クリームをたっぷり使いました。定番だからこそ、こだわったケーキをどうぞ。
※12/23~25に取りに来られる方(要前日TEL連絡)

C
2名様

お菓子の丸目

TEL.62-1024 都城市高崎町大牟田1247-6034
「クラシックショコラ」(6号・3,800円)
★しっとりとした食感とカカオの濃厚な味わいをお楽しみください。
※写真と実際の商品は一部異なる場合がございます。
※12/23に取りに来られる方(要前日TEL連絡)

D
2名様

ケーキハウス ミルフィコ

TEL.22-1088 都城市上川東1-19-5
「クリスマス生クリームデコレーション」(5号・3,000円)
★国産小麦を使用し、無添加にこだわって作るケーキは、家族みんなが安心して食べられると大好評です。
※飾りを一部変更する場合がございます。
※12/23に取りに来られる方(要前日TEL連絡)

E
2名様

ミロワール

TEL.25-1788 都城市上東町11-16
「ノエルマカロン(ビッグショコラ)」(5号・15cm×15cm・3,400円)
★オレンジリキュールを隠し味に使い、(ビラとチョコが2層になったケーキ!
※12/22~25に取りに来られる方

F
2名様

お米パンとお菓子 PokaPoka

TEL.090-9562-8123 都城市袁原町8177-3
「X' masホワイトデコレーション」(5号・3,900円)
★乳製品・卵・小麦を使用しない、からだに優しいケーキです。豆乳クリームを使用しています。
※12/23~24の11時~16時に「あとりえMiruko」に取りに来られる方(要前日TEL連絡)

G
3名様
(5号・2,550円)

昭栄堂

TEL.22-4318 都城市甲斐元町1-23
「石畳ショコラ・白い石畳」(Sサイズ3~4人分・各2,100円)
★「石畳ショコラ」はなんと8層からなるチョコとナッツのケーキ。「白い石畳」は7層からなる苺とミルクのケーキ。M・Lサイズもあり。
※12/25に取りに来られる方

H
2名様

パティスリーショパン 早鈴本店

TEL.21-1514 都城市早鈴町9-5
「X' mas生クリームケーキ」(5号・3,400円)
★ショパンオリジナルブレンドの生クリームを使ったケーキです。
※12/24に早鈴本店に取りに来られる方

I
2名様

アトリエ:リエバン・ジー

TEL.51-2335 北総郡戸殿町大字横山1985
「チョコの宝箱」(5号・15cm×15cm・3,300円)
★チョコスポンジにナッツと生チョコクリームを贅沢にサンド!
※12/23に取りに来られる方(要前日TEL連絡)

J
2名様

お菓子の菊水

TEL.22-2524 都城市祝吉3丁目12-14
「クリスマスケーキ」(5号・15cm・2,700円)
★地元県産のフレッシュな生クリームと旬のいちごを乗せた、長年親しまれているケーキです(写真は昨年のケーキです。今年のものとは異なります)。
※12/23に取りに来られる方

K
2名様

紙ひこうき 広原店

TEL.23-2355 都城市広原町6-14-1
「ピュア生クリームケーキ」(5号・15cm・3,400円)
★紙ひこうき自慢のスポンジにいちごをサンドしてピュアな生クリームで仕上げました。
※12/23に広原店に取りに来られる方

L
2名様

savoir サボウ

TEL.80-4185 都城市立野町9-6-7
「生ケーキ」(5号・15cm・3,078円)
★ふんわりスポンジを甘酸っぱいいちごごと、やさしい甘さのクリームで包んでデコレーションしました
※12/23~25に取りに来られる方(要前日TEL連絡)

一笑懸命揚げてます! **からあげ彦ちゃん**



- メニュー
- モモ 100g ¥220
 - 手羽先 100g ¥200
 - 皮 100g ¥180
 - フライドポテト1袋 ¥100
 - おっきなコロッケ1個 ¥100

クリスマスには、「からあげ彦ちゃん」の骨付きモモからあげで決まり!

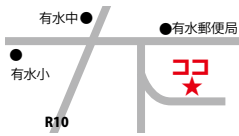
秘伝のタレに漬け込んだ、旨塩にんにく味。宮崎県産の鶏を使用し、自慢のからあげは、一度食べるとやみつきになりますよ♪ オードブル始めました! ※内容や値段は要相談 ※3日前迄の予約 ¥2,000〜 早目の予約をおすすめします!



数量限定! 12月19日(土)~26日(土)販売!
骨付きモモからあげ(旨塩ニンニク味) ¥270(税込)
(商品サイズ縦約14cm・幅約6cm・高さ約4.5cm)
※受取日の4日前迄に予約をお願いします。早めの予約がおおすすめです。

☎080-6445-0665

都城市高城町有水57番地
営業/11:00~19:00
定休/毎週月曜日・第1、3火曜日
(12/31は18:00迄・元旦は定休)
Facebook やってます! 「からあげ彦ちゃん」で検索!
※P15もご覧ください



飲食処 **喜喜 FUTATSUKI**

少人数から団体様迄忘年会ご予約受付中!!

6周年を迎えた「フタツキ」はファミリーはもちろぬ、友達や会社の仲間と楽しく食事出来る人気のお店。和風・洋風と季節の食材を使ったさまざまな料理があるので、子どもから年配の方迄、大好評です! あなたのお気に入りの逸品が、きっと見つかりますよ♪ 店内は木目を基調とした落ち着いた空間で、つついし長居したくなります!!



コース料理¥3,000で生ビール3杯迄
¥3,500以上はナント生ビール飲み放題!!
45名様迄収容可能
また30名様個室もご用意!

オススメ
生ビールがいっぱい飲める!
2時間飲み放題付
コース料理
¥3,000・¥3,500・¥4,000
※その他、ご予算に応じますので、気軽にお電話ください。

- 一品料理**
- 本日の刺身盛合せ ¥980
 - 鯛の白子ポン酢 ¥480
 - 白子の天ぷら ¥580
 - カキフライ ¥480
 - 豚ハラミのんにく焼 ¥600

☎0986-25-2900

都城市南鷹尾町2-28-2
営業/11:30~14:00、18:00~23:00
※金・土曜日は24:00迄
定休/月曜日(祝日の場合は翌火曜日休)
駐車場/あり ※全て税別料金となります



おいしい!

忘年会の幹事さん必見!!
忘年会やクリスマス、パーティ、お歳暮等にピッタリの美味しいものがたくさん揃っています。ぜひチェックして、素敵な年末をお迎えください!



グルメ特集

石窯パン工房 グレンツェン 都城店

毎年大好評のクリスマスセットご予約承り中!! 12/25(金)迄販売!

★選べるピザ・チキンセット ¥1,000
ピザは「キーマカレー」「シーフード」「サラミとトマト」「てりやきチキン」からセレクト!
★サンドイッチオードブル
¥1,500(3~4人分)・¥3,500(6~8人分)
パーティーにピッタリの具だくさんのサンド!



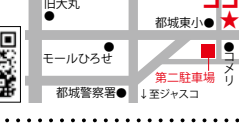
★シュトーレン(化粧箱入り) ¥1,200 限定100個
ドイツでクリスマスに食べられているドライフルーツやナッツを練り込んだ味わい深い菓子パン
※シュトーレンは、12/10(木)迄のご予約で2割引!!

★サンドイッチオードブル
12/10(木)迄にご予約の方
10%OFF
お客様の要望に応じて好きなサンドイッチをお入れします!
3日前迄にスタッフへご相談ください。

季節限定
クリスマスツリー ¥180
サンタクロースパン ¥160

☎0986-36-5888

都城市上東町17-18
営業/7:00~19:00
定休/火曜日
お得な情報はコチラから→
<http://glanzen.jp/>



Cafe MIYABI

オーガニック食材をふんだんに使用した体にも心にも美味しいランチ♪

自家菜園で季節の野菜を栽培、採れたて野菜を使用した、体に優しく栄養価の高いランチを提供しています。お客様連れのママも、ゆっくり過ごせるようにキッズスペースを完備!



ランチは全てサラダバー・ドリンク・デザート付き!

- ゴージャスランチ ¥1,500
- MIYABIランチ ¥1,200
- お子様ランチ ¥680

【三股店】☎090-6532-8061
三股町榊山3142-2
営業/11:00~15:00 不定休

【都城島津邸店】☎080-3992-3821
都城市早輪町18-5(都城島津邸内)
営業/10:00~16:00 定休/月曜日



Kitchen T-Creek



●ランチメニュー●
・おすすめランチ ¥1,400(税別)
(6品前菜・メイン料理・スープ・デザート・ドリンク付)
・ディ・ランチ ¥1,200(税別)
(3品前菜・メイン料理・スープ・デザート・ドリンク付)

♥おかげ様で1周年♥

たくさんのお客様に支えられ、2年目を迎えることが出来ました。感謝の気持ちを込めまして、ご来店頂いたお客様にクッキー・ココンをプレゼント致します♪和食を中心に、洋食や手作りデザートを楽しめるレストランです。ゆっくりとおくつろぎください。



秋冬のメイン料理

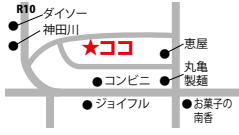
- ・チキン南蛮
- ・チーズとトマトのハンバーグ
- ・おいも豚のしょうが焼
- ・アジのフライ・秋サバの煮おろし

※季節によってメイン料理が変わります。

クーポン特典
きりしまフォーラム見たよで手作りクッキー・ココンプレゼント
●グループ全員にプレゼント●お1人様1個迄のプレゼントとなります
※12.12/31迄有効

☎0986-21-6225

都城市甲斐元町10-36
営業/11:00~15:00(L014:15)
18:00~21:00
(ディナーは完全予約制)
不定休 ※P23もご覧ください



宮崎牛指定店 焼肉 みひろ

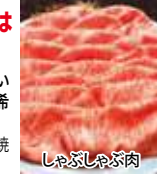


忘・新年会
ご予約承り中!
早めのご予約をおススメ致します。

2階は最大70名様
収容の宴会場
1階は全個室のプライベート空間♪

2015年も残りわずか! 忘・新年会は「焼肉 みひろ」でキマリ!!

日本一に輝いたA5ランクの宮崎牛を一頭買っているため、リーズナブルに最高級のお肉を楽しめます。希少価値の高い部位もリーズナブルに堪能出来ますよ!!
忘・新年会コースは、キレイにさしの入った宮崎牛を焼肉・すきやき、しゃぶしゃぶとお好きな方法でどうぞ!



忘・新年会にオススメ
A5ランクの宮崎牛を使用
コース料理+飲み放題2時間 ¥4,000~
3コースからセレクト!
【焼肉・すきやき・牛肉のしゃぶしゃぶ】
※その他、ご予算に応じたコースをご用意しております

☎0986-25-0129

都城市牟田町18-3 駐車場完備
営業/17:30~翌2:00
※12月31日(木)・1月1日(金)はお休み致します



shop cafe 日本茶専門店 日向時間



冬の人気MENU
ぜんざいと
お茶のセット¥780
フワフワのお餅と
優しい甘さのおずきが
絶妙な逸品♪
店主自らが
目の前で淹れる
お茶と一緒にどうぞ!

「日向時間」厳選のお歳暮ギフト

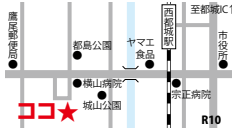
大切な方への贈物にはこだわりたいもの……そんな素敵なギフトが見つかるお店。
老舗茶問屋出身の店主がセレクトしたお茶や茶器、お菓子をオシャレにかわいくラッピングしてくれます。クリスマスパーティーやちょっとした手土産にもピッタリです♪



ギフト
◆◆◆お歳暮ギフト◆◆◆
厳選したお茶、お菓子、茶器等のセットがオススメです
◆◆◆プチギフト◆◆◆
日本茶・紅茶・フレイバーティーのティーバック、お菓子、ジャム、茶器等のアソートセットがオススメです
どちらもご予算に合わせてお作りします

☎0986-77-6943

都城市南鷹尾町3-4
営業/10:00~19:00
定休/火曜日 ※P19も
(祝日の場合は翌日)をご覧ください
facebook「日向時間」で検索

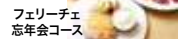


『ごち』&『フェリーチェ』
忘年会コース対決!

『フェリーチェ』の忘年会コースは120分の飲み放題が付いてナント¥2,800!!
 大人気のパンケーキとノンアルコールカクテルやソフトドリンク飲み放題も付いた女子には嬉しいコースです♪



『ごち』の忘年会コースは、店長が厳選した食材を丁寧に調理したこだわりの逸品ばかり! 和洋中とさまざまな味を堪能出来る贅沢コースです。



フェリーチェ 忘年会コース

忘年会コース ¥2,800
 本日鮮魚のカルパッチョ・生ハムのシーザーサラダ・ピッツァマルゲリータ・海老のガーリック香辛焼き・鶏胸の唐揚げ・イートナリクス・明太クリームパスタ・ミニパンケーキジェラート付
 ※アルコールの飲み放題は上記料金に+¥500

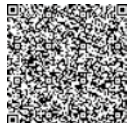
忘年会特別コース ¥3,000
 前菜・本日鮮魚のサラダカルパッチョ・都鶏の朴葉味噌焼き・黒豚の肉腿の広葉菜ソース・北海道じゃがバター・フロマージュビザ・帆立と霜降りたけのこ土鍋ごはん・本日のジェラート

【ごち】 ☎0986-80-6189
 都城市牟田町25-7 営業/11:30~14:30 (平日のみ)、18:00~23:00 定休/日曜日 ※12月は31日以外休業営業
 【フェリーチェ】 ☎0986-80-6162
 都城市中町12-25PIER1 営業/11:00~22:00 年中無休



忘年会、新年会のご予約承り中!!

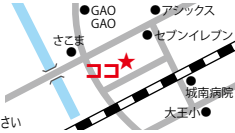
忘年会・宴会にオススメです!
 ※3名様より ※前日迄の要予約
 ◆おまかせコース ¥2,500
 料理7品+飲み放題2時間 (お1人様生ビール1杯付き)
 ◆お肉コース ¥3,800
 全てお肉を使った贅沢なコース料理 全5~6品



大好評の「JUKEコン」の申込み受付中!
 毎回、多くのカップルが誕生する話題のイベント♪ 美味しいご飯とお酒も堪能出来ますよ!
 【申込方法】左のQRコードを読み込み専用フォームからお申込みください。

JUKEコン 12月22日(火)
 19:30~23:00(オープン19:00~)
 参加費: ¥4,000 参加資格: 20~35歳
 ビューティ形式の食べ飲み放題付
 ※不明点はスタッフ迄、お問合せください

☎0986-25-0788
 都城市大王町52-5
 営業/ランチ11:00~14:30 カフェ 14:30~18:00、ディナー 18:00~24:00 ※ディナータイムは金曜・土曜のみ(平日は要相談) 定休/日曜日 駐車場/あり ※P20もご覧ください



忘年会は、ぼっけもんへ!!
 オススメコース
 ■黄金鍋コース(9品) ¥3,240
 ■鶏三味コース(10品) ¥3,780
 ※飲み放題は2種類、¥1,080と¥1,640のセットをご用意

『ぼっけもん』は
おかげ様で6周年!

たくさんのお客様にご来店頂き、6周年を迎えることが出来ました。これからも地域の皆様に愛されるお店を目指してまいります。
 お座敷の貸切は最大で62名迄OK!
 個室もございます



6周年記念
 感謝の特別 6周年コース
8品+飲み放題2時間 12/30(水)迄
 通常¥3,780→¥3,500(税込)
 【朝引き鶏鳥鍋の鶏刺し盛合せ・本日の彩サラダ・絶品 塩だれタタキ・手羽元のから揚げ・ハラミ付き軟骨の磯部揚げ・鶏鳥とトマト煮の特製ビザ・ぼっけもん焼き・鶏鳥鍋の照り焼きご飯】
 ※その他コースもございます。詳しくはお問合せください。

☎0986-51-5666
 都城市上川東2丁目8-7
 営業/ (月)11:30~14:00 (L)13:30 (祝)17:00~22:00 ※金・土・祝前日は23:00
 12月のお休みは(7月)、(14月)、(31月)
 駐車場/23台



宴の間 大阪王将

忘年会は『大阪王将 宴の間』へ!!

お得な120分飲み放題付コース
 ※全て税込価格



王将コース ¥3,000 宴コース ¥3,000
 お料理9品+飲み放題 お料理9品+飲み放題
飲み放題メニュー 生ビールも飲み放題!! 焼酎・耐ハイ3種類・ハイボールジンジャー・角ハイボール・カクテル5種類・ソフトドリンク5種類

☎0986-46-1411
 予約人数4~60名様。人数によっては貸切等相談承ります!
 都城市前田町4-8
 営業/11:00~23:00 年中無休
 【ご予約受付時間 15:00迄】



お子様の栄養会にもオススメです!
 ソフトドリンク飲み放題付
 小学生(6品) ¥1,300
 中学生(8品) ¥1,800
 高校生(9品) ¥2,000
 ※小学生以下のお子様はドリンク代として上記料金+¥300

by JUKUがく明るく韓の家
開いてますよ!!
安心してください

韓国焼肉 韓の家

人気の焼肉 韓国料理が食べ放題!!
 人気のカルビ等の焼肉ほか、韓国料理も食べ放題!!
 お好きなメニューを注文出来る。
 オーダーバイキングシステムを導入!
 119品食べ放題では、宮崎牛も食べられます。

平日限定メニュー
 ●平日限定 60分食べ放題 ¥980(税別)
 小学生¥490(税別) 幼児¥250(税別) 3歳未満無料
 さらに+¥300(税別)で牛ハラミ等4品追加可能
 ●平日限定 60分食べ放題 ¥1,280(税別)
 小学生¥640(税別) 幼児¥250(税別) 3歳未満無料
 ※年末年始は、都合によりメニューの変更がある場合がございます

宴会コース ¥3,000~(税別)
 最大50名様
 ※前日迄に要予約 ※飲み放題等、ご予約・ご要望に応じます

オーダーバイキング
 ●46品食べ放題 ¥1,980(税別)
 ※120分(ラストオーダーは90分) ※お昼のご利用はお問合せください
 ●90品食べ放題 ¥2,480(税別)
 ※小学生は半額、3~5歳は飲み物付で¥500(税別)
 ●119品食べ放題 ¥2,980(税別)
 ★飲み放題+¥1,300(税別)、ソフトドリンク+¥450(税別)、子ども+¥300(税別)

☎0986-22-1729
 都城市栄町20-1
 ウイング内B1F
 営業/11:30~14:00(L)13:30 17:00~24:00(L)23:30
 不定休



ピザフレンス南鷹尾店



クリスマス&年末年始はみんなで楽しくピザパーティー!!

本物の味をお届けするために、生地からお店で手作りしています。ピザ24種類、その他パスタやお好み焼き、サイドメニュー等、豊富な品数に大満足! 美味しくしてリーズナブルなピザを、ぜひご堪能ください。

クリスマス期間
 ●冬の贅沢かにグラタン Sサイズ約20cm ¥1,420 Mサイズ約25cm ¥2,060 Lサイズ約31cm ¥3,100
 ●お好み焼き8種類(¥780~830) おすすめ とまとチーズ焼き ¥830

☎0986-36-4741
 都城市南鷹尾町11-30
 営業/ (月)11:00~14:00 (夜)17:00~21:30
 定休/月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

おしらせ
 月に一度のフレンステーピザのご注文が合計¥2,000以上で
 お持帰り40%OFF!!
 12/16(水)・1/27(水)
 ※お早めのご予約をおすすめします



わがせ くだごころBAR わがせ

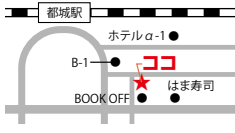


飲み放題3時間付き! フォーラム限定コースが出来ました!

★おまかせ ¥3,000コース(一品料理8品)
 ★おまかせ ¥3,500コース(一品料理9品)
 ★わがせ ¥3,000コース(手作りつくね鍋+4品)
 ★飲み放題付/プレミアムモルツ2杯・焼酎耐ハイ・カクテル・ハイボール・ソフトドリンク

フォーラム限定コース 3時間飲み放題付
 一品料理 8品 ¥2,800
 ※生ビールは1杯
 ●予約時にお知らせください
 ●H27.12/31迄有効 ●上記の生ビール飲み放題は付けられません

☎0986-26-6152
 都城市栄町16-1
 マルビルBF
 営業/18:00~ 不定休
 ※団体約40名様収容可能!!



なんどの風



フード、ドリンク ALL ¥290!!(税別)

家族や親戚が集まるクリスマス・お正月に!!
 なんどの風自家製オーードブル予約承り中♪
 ・3~5人前 ¥3,000(要予約)
 ・5~7人前 ¥5,000(要予約)

クボの特集
¥313引き(税込)
 ●会計時にご提示ください ●グループ使用可 ●総額から上記金額を引かせて頂きます ●H27.12/29迄有効

☎0986-36-6300
 都城市牟田町7-7 セントリアル1F
 営業/18:00~ 不定休(12/30・31は定休)
 ※厨房スタッフ募集中!
 お気軽にお問合せください



「自分らしい」人生のエンディングを考える

『終活』について

第9回「お墓掃除代行サービス」



最近よく耳にする『終活』。一言で終活と言っても考えなければならぬところがさまざまです。人生の締めくくりについて考えるこのコーナー。自らの終活を考えることも大切ですが、ご先祖様に感謝することも大切です。

そこで、第9回目は「お墓掃除代行サービス」について、『都城北諸地区清掃公社』の島田さん、大重さんにお話を伺いました。

◆◆◆
お墓はいつも綺麗にしておきたいものですが、故郷を離れ遠くにいたり、ご高齢になりお墓の清掃が困難になっ



たり、さまざまな理由でお墓の掃除が出来ない、そんな方に代わり、お墓の掃除をさせて頂いてあります。お墓参りを他人に任せるとして……と思われる方も多いかもしれませんが、大切なご先祖様のお墓の掃除を感謝の気持ちを込めながら行っています。現在都市圏域は高齢化が進んでいます。お墓のことが気になるが、なかなか出向けない方に代わって掃除をすることで、少しでも地域貢献出来ればと思っております。

◆◆◆
お墓の清掃は親切丁寧・安心をモットーに行っているそうです。作業前・作業中・作業後の写真を確認出来るので依頼者も安心。また、丁寧な作業が評判で、一度依頼された方から、「またお願いするね」と言われることが多いそう。対応エリアは、都市圏域・三股町・曾於市・高原まで行っています。見積もりは無料。

◆◆◆
12月は家族や親戚が集まる季節です。お墓について一度話し合っても良いかもしれません。気になった方は気軽に問合せしてみてくださいね。

■取材協力／

都城北諸地区清掃公社

☎38-0234

※P5もご覧ください

きりしまフォーラムへようこそ!!

- 生活科 (町たんけん) 見学 -

さる11月10日、都城市立上長飯小学校の2年生が生活科学習「町たんけん」の授業のため、きりしまフォーラムにやって来た。

毎年恒例となりつつあるこの訪問は、迎える側の我々にとっても楽しみな行事。

今回は、昨年10名を上回る16名の2年生が訪れた。



学校の周りにはどんな建物があり、どんな人達が働いているかを調べることがこの授業の主旨。

子ども達からは、「この仕事は楽しいですか?」「きりしまフォーラムはどうやって作っているのですか?」等、多くの質問が寄せられた。

「きりしまフォーラムは何冊作っていますか?」の質問に対し、こちらが何冊だと思ふか問うたところ、「100万」「1億」「1京」と、すごい数が飛び交う中、「6冊」と答える生徒も。

また、「きりしまフォーラムを作ろうと思ったのは何故ですか?」という本誌のアイデンティティーに迫る質問も飛び出す等、授業は大いに盛り上がった。

最後に、将来なりたい職業を聞いてみると、「ケーキ屋さん」や「本屋さん」「お医者さん」「プロ野球選手」「バレリーナ」「きりしまフォーラム」等、多種多様な答えが返ってきた。

夢に向かって頑張ってもらいたいと願うと共に、また来年、こういう機会を設けてもらえるように、我々も引き続き努力していきたい。

Forum Snap in miyakonojyo

都城圏域に住む素敵な皆さんをご紹介します！
「今日のファッションポイント」を聞いちゃいました。
皆さんのファッションポイント、ぜひ参考にしてくださいね♪

きりアブから「Forum Snap」の写真を投稿しよう

ファッション自慢、子ども、ペット、風景、面白写真等、ジャンルは問いません。ご投稿頂いた写真は、「Forum Snap」に掲載していきます!!

※誌面の関係で、「Forum Snap」をお休みする場合がございます。なお掲載出来る作品は数に限りがありますのでご了承ください。



智恵理さん
HARE hair スタイリスト
Fashion Point : 『ligo』の大きめパールアクセサリ

愛美さん 明恵さん
Fashion Point : 双子コーデ



祐介さん
LAHAINA スタイリスト
Fashion Point : レopard柄のスニーカー

由美子さん 康太くん
Fashion Point : 子どもに合わせた動きやすい服装



なつみさん そらくん
Fashion Point : たくさん遊ぶので動き回れる服装

きよたかさん にごちゃん
Fashion Point : お揃いの靴



えりさん ようこさん せりなちゃん リリかちゃん
Fashion Point : 冬に向けたあったかコーデ、靴がお気に入り



つとむさん
Fashion Point : デニムコーデ

hair-hair Jewel(ジュエル)

女性スタイリスト2人の丁寧な
スタイル作りが大好評の美容室!

三角屋根が目印の美容室。オシャレな雰囲気
の中、リラックスしながらキレイになれますよ!

- ～オススメメニュー～
- ◆シャキーンとならない縮毛矯正 ¥9,700
 - ◆デジタルパーマ ¥8,100
 - ◆セレストレート ¥13,100
(ダメージ毛の方にもオススメです!)
- ロング料金 M+¥500 L+¥1,000



オーナーのお母様
驚異の31歳!!
ヘナカラー歴4年



天然100%ハナヘナ使用店
～ハナヘナの特徴～

- ・髪と頭皮に負担をかけない・身体に優しい
- ・髪がツルツル・ツヤツヤになり、コシが出る
- ・抜毛が減る・手触りが格段に良くなる

身体に負担のない髪と頭皮に優しい白髪染め
自信を持ってオススメです!!

- ヘナ ¥4,500 ●ヘナ+カット ¥6,800
- ヘナ+ハーブ ¥7,000
- ヘナ+カット+ハーブ ¥8,800

☎0986-77-2548

都城市八幡町16-3
営業/9:00～18:00(最終受付)
定休/月曜日・第3日曜日
スタッフ募集! お問合せください!!
アメーバブログ「都城市 ジュエル」検索



2015年もラスト!
内から外から
キレイになりませんか?

Beauty クーポン特集

ヘアースタジオQ

リニューアル特別キャンペーン!!



- クーポン特典①
シルバー割引(60歳以上)
カット+カラー
¥3,000～
●予約時又は来店時に提示●H27.12/31迄有効
- クーポン特典②
美熟女(40歳以上)
カット+カラー
¥3,500～
●予約時又は来店時に提示●H27.12/31迄有効
- クーポン特典③
カット
+おしゃれ染め
¥4,500～
●予約時又は来店時に提示●H27.12/31迄有効

ご来店の方全員
炭酸クレンジングシャンプー
(¥2,800相当)
サービス!!
●予約時又は来店時に提示●H27.12/31迄有効

ヘアースタジオQ
☎070-5410-4440

伊予ハーフズ
ふくしま ローソン
クリニック
タイヨー川東
ガス

都城市下川東1-1-1 セレナ103
営業/9:00～20:00
定休/月曜日 駐車場/あり

private salon Charme シャルム

セレブにも認められた本格的美容術



老廃物の排泄を促すことで
肌の弾力がアップし、
たるみ、しわ、むくみや
小顔リフトアップにも効果が期待出来ます♪

初回(90分)¥3,000
※効果には個人差があります

お得なセット料金

- ¥3,000コース×14回 ¥42,000→¥28,000
- ¥3,000コース×7回 ¥21,000→¥17,500

●予約時又は来店時に提示●H27.12/31迄有効

private salon
Charme シャルム
☎080-5246-6161

南九大 免許センター ココ GS
三股町大字宮村字榎木2971-6
営業/9:00～20:00 不定休 ※P15も
アンティーク シャルム 休業 ※髪ください

LAHAINA ラハイナ

くせ毛でお悩みのお客様
リピート率No.1!

- スタッフみんなくせ毛なので(笑)、お悩みや希望に笑顔で寄り添います(^^)
 - 担当者が最初のカウンセリングから最後の仕上げ迄、全て行うので満足度の高い仕上がりに自信があります(^^)
- 男女問わず、幅広い年齢層に人気! 家族で通える美容室です。



Stylist/Yusuke Nakahara



アロマオイルと癒しの音響で極上の炭酸ヘッドスパを体感しませんか?
【お客様の声】気持ち良すぎて眠ってしまった(笑)。頭が軽くなり、視界がクリアになった。フェイスラインがすっきりした等……お喜びのお声を頂いております。
炭酸シャンプーで毛穴の汚れをキレイにしていますので、抜け毛予防にもなります。

¥2,500(初回は割引有)ぜひ癒しのヘッドスパを体感してください。

☎0986-38-7137

マンガ倉庫 プラザビータ GS 都城IC
★ココ R10
都城市吉尾町2112-1
営業/9:00～19:00
定休/月曜日・第3日曜日



Stylist/Akihisa Nakahara

ロゼマドンナ

スタッフが丁寧に相談に応じます。お気軽にお問合せください。

メスいらすの「光痩身」
他の痩身との違い「分解」「燃焼」「排出」の3ステップで直接脂肪を分解します。メス、注射を使わずにじんわり温かく痛みを感じることなくリラックスしながら施術を受けることができます。



効果を実感出来ている。
洋服のサイズがダウンした。
鏡を見て痩せたように感じた。
※資料提供/リジー総合美容研究所

エステに行ってみたくても……1人では恥ずかしい、不安、行く勇気がない。
高額な商品を勧められるのでは? と思っているあなた!
そんな心配はいりません。プライバシーも安心です。

RF波トリートメント
ラジオ波は医療現場でも広く活用されている安全性の高い高周波です。ラジオ波を当てると脂肪の奥の皮下組織まで届き、体内にある分子を振動させます。その振動による分子同士の摩擦によって熱を発生させ深部温熱の効果を発揮します。



セルライト除去(脂肪吸引)
セルライト攻略のための専用強力マシン。強力な吸引力とローラーの効果で頑固に固まったセルライトを揉みつぶし、痩身効果をよりスピーディーに得ることの出来る画期的なトリートメントです。



シワ、たるみ、リフトアップ、くすみに効果的!
肌奥までコラーゲン! 美容成分をたっぷり導入します。プラセンタ、コラーゲンをお肌の奥まで届けてくれる「フェイシャル若返りコース」を一度体験してください。

遠赤スーパードーム
・30分寝るだけで1L近い大量の汗が出ます。
・老廃物の汗を流して、ダイエット。
・お肌もツルツルになります。

☎0120-16-3314 (予約)
☎0986-21-1830

都城市前田町7-14 営業/9:30～18:00
定休/日曜日・祝日・第2・第4日曜日 駐車場/あり



クーポン特典
●フェイシャル若返りコース(クレンジング+洗顔+顔筋マッサージ)……おためし価格 →¥1,000
+導入+バック+仕上げ
●スーパースリムコース(光痩身+遠赤ドーム+セルライト除去(脂肪吸引))……おためし価格 →¥1,000
●ダブルスリムコース(RF波トリートメント+遠赤ドーム)……おためし価格 →¥500



オーガニック素材にこだわったサロンで新しい美しさを見つけてませんか？

艶やかなカールスタイルが大好評♪

ミネラルデジカールとは……髪に優しく、施術後も傷みにくいカール。今迄、体験したことのないフワフワな手触りを実感出来ます！

新規の方限定
ミネラルデジカール+カット
¥12,000→¥10,000
HOIMIトリートメント
※ロング料金別
※予約時と来店時にご提示ください
※他券併用不可 ●H27.12/31迄有効

カーナ+カット+トリートメント
¥7,000
HOIMIトリートメント
※ロング料金別
※予約時と来店時にご提示ください
※他券併用不可 ●H27.12/31迄有効

☎0986-22-8411

都城市妻ヶ丘町30-4
営業/9:00~19:00
定休/月曜日・第3日曜日
駐車場/あり



10月に
タイ古式マッサージ
風々々オープン！
お客様の症状に合わせてストレッチの強弱や手法も変更していきます。アジア調の空間で、心と身体をリラックスしませんか？

インドのヨガと中国の指圧を融合させた

「世界でいちばん気持ちの良いマッサージ」

タイ古式マッサージとは？
「セン」と呼ばれる身体のエネルギーラインを指圧とストレッチで刺激し、血行を良くし体調を改善するマッサージです。体に溜まっている老廃物を排出し自然治癒力を高め、コリをほぐすだけでなくコリにくい体をつくれます。

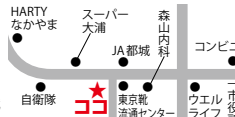


新規のお客様限定
タイ古式マッサージ(70分)
¥3,500→¥2,500(税込)
●予約時、ご来店時にきりしまフォーラム見たとお伝えください
●H27.12/31迄有効

タイ古式マッサージ
+ハーブボール(100分)
¥6,500→¥5,500(税込)
●予約時、ご来店時にきりしまフォーラム見たとお伝えください
●H27.12/31迄有効

☎0986-23-8950

都城市南鷹尾25-14
営業/11:00~(最終受付20:00)
定休/火曜日・第1日曜日
※タイ古式マッサージを習ってませんか？手に職をつけたい方募集！詳細はお問合せください。



素敵なヘアスタイルで
新しい年を迎えませんか？

オープン当初から話題のサロン。自宅でお手入れしやすいスタイルに合わせたスタイルと一緒に考えながら作っていきます。髪の色をより際立たせてくれるカラーは大好評!! 家に帰ってからでも持続する再現性の高いスタイルを、ぜひ実感してください!



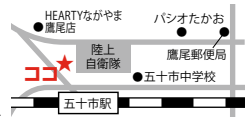
炭酸泉シャンプー 全メニューに+¥500でOK!
炭酸水を使ったケアは髪のコシとツヤが戻ります。髪が軽くなりボリュームアップすること間違いなし!!
Kids room お子様と安心してご来店して頂けるようキッズスペースをご用意♪

白髪染め+カット
+炭酸泉シャンプー
¥6,800~
カラー+カット ¥6,600~
(ロング料金別)

menu
■カット ¥3,200
■カラー ¥3,900~
■白髪染め ¥3,600~
■パーマ+カット ¥6,900~
■縮毛矯正 ¥7,300~
■まゆカット ¥500

☎0986-58-9190

スタッフ募集!詳細はお電話ください
都城市久保原町6-38
営業/9:00~19:00
定休/月曜日・第3日曜日
インスタグラム>@hare_hairで検索



お顔そり専門店 gemstone / カットスペース K-1

年齢を問わず、一度は体験して頂きたい
癒しと美肌効果のシェービング♪

シェービングをすると化粧ノリが良くなり、顔の印象がワントーン明るくなりますよ(^_^)/仕事帰りの親身と一緒に来られる方も多く、幅広い年齢層の方々に人気です。お顔そりコースは、全てフェイシャルマッサージとパックが付いています。



◆お顔そり フェイシャルコース(50分) ¥3,000
◆マッサージ フェイシャルコース(40分) ¥2,200
◆ブライダル 挙式前1回コース ¥6,500
前撮り・挙式前2回コース ¥10,000
その他のメニューもあります。

新規のお客様限定
全メニュー
¥500引!!
●予約時と来店時にご提示ください
●ブライダルコースは除く ●他券併用不可 ●H28.1/31迄有効

◆お顔そりコース7回
(シェービング3回)
えりあし・背中・二の腕・デコルテ
フェイシャルシェービング+マッサージ+パック
通常¥35,000→¥30,000
●予約時と来店時にご提示ください
●他券併用不可 ●H28.1/31迄有効

【ジェムストーン】☎0986-77-8073
営業/9:30~18:00(応相談)
【K-1】☎0986-77-7541
営業/平日8:00~ 平日8:30~(応相談)
※メンズエステ、ヘッドセラピーもやっています
三股町大字榊山4868-38
定休/月曜日・第3日曜日・第1火曜日



SANHUGI サンニュージー

ヘア&アイラッシュ
「SANHUGI」

トレンドだけではなく、お客様の顔形や髪質、ライフスタイルに合ったスタイルを提案します。「こんなスタイルになりたい」というイメージを実現するお手伝いをしたいので、気軽にご相談ください。どんなスタイルにも必ず似合う長さ・ラインがありますよ。諦めないで一緒に見つけて行きましょう♪



安心・安全を重視しています。エクステ商材のグルー(接着剤)をリニューアル!! 今迄より持ちが良くなりました。自然な仕上がりを、体験してください!

年末に「SANHUGI」がオスメするのは「リラックススタイル」。髪は自然な動きとツヤを出しながら、程よい「脱力感」と「ゆるみのあるスタイル」をお作りします。毎日のお手入れがしやすいのも特徴ですよ!

JBCAアイコーディネーター・JECプロアリストが、お客様の「目の形」に合ったまつげをコーディネートします。自まつ毛を強く長くするケアも充実しています。

☎0986-21-6332

都城市鷹尾町3-13-19
営業/9:00~19:00(予約優先)
定休/月曜日
※HPは「サンニュージー」で検索



北野整体施術 技



★毎月★
★イベント開催★
毎月10日学生デー
(中高生大学生・専門学校生・年齢制限なし) 10%引
毎月20日女性割 10%引
毎月30日男性割 10%引
雨の日デー 雨の日5%引
バイクで来た方 5%引

年忘れ! 身体リセット! 年末フェア(〇〇)!

●ほくしコース ¥2,000
●通常コース ¥3,500
●全身コース ¥4,000
●フルコース ¥4,500
●リフレクソロジー ¥2,500
まずはお電話にてご相談ください!

まるごとペアプラン
お1人様価格 ¥3,500
通常コース クーポン使用でペアなら今だけ ¥6,000
●H27.12/31迄有効 ●他券併用不可
●通常コースのみ使用可 ●必ずクーポン券をご持参ください

☎090-8625-4836

都城市下川東3丁目5-3-2
営業/9:00~20:00 不定休
(最終受付20:00) 時間外応相談
※出張サービスもあります
各種クレジット決済OK!
12月・1月無休で営業します!



YOSA PARK belt'a ベルタ YOSA PARK 心の城

話題の水素YOSAで簡単に楽しぼり! 更に効果がアップした新メニューが登場!!

効果

- 女性ならではの悩み
- 冷え性・お肌の悩み
- むくみ・肩こり
- 更年期・自律神経の悩み
- 確実に痩せたい方

施術の流れ

1 カウンセリング

オシャレな店内で、体調やお身体の悩みを伺い、気になる部分を中心としたメニューを考えていきます。



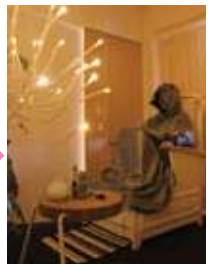
2 ダブルリンパマッサージ

足から指先迄、体内に滞っている老廃物を丁寧に流します。セルライトにも効果的と大好評です。



3 YOSA

ゆったりとくつろげる癒やしの空間でハーブミストを全身に浴びながら、身体を芯から温めます。



寒くなるとますます落ちる基礎代謝! ブクブク太ってしまう冬こそ、スッキリストイルを手に入れたいですよね? 身体の不調を感じている方や本気で痩せたいとお悩みの方は『belt'a ベルタ』『心の城』にご相談を! 「ただ座るだけ」で新陳代謝を促し、健康的な痩せやすい身体へと導いてくれます。話題の水素YOSAは、全身はもちろん髪迄ツヤツヤに!! ぜひ一度ご体感ください。

メニュー

初回限定
¥1,000 OFF

人気No.1
★プレミアムコース
(¥13,800相当の施術)
¥8,800→¥7,800

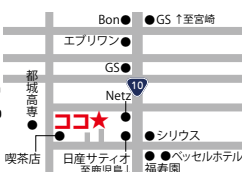
YOSA75分+水素美颜+水素フットバス+ダブルリンパマッサージ

★かんたん楽しぼりコース
¥5,500→¥4,500

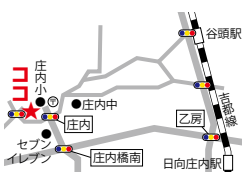
★代謝アップコース
¥5,500→¥4,500



YOSA PARK
belt'a ベルタ
☎080-5202-1544
E-mail / rie1028beta@ezweb.ne.jp
都城市都北町6257-3
営業/9:00~22:00
不定休 駐車場/あり 完全予約制



YOSA PARK
心の城
☎090-1367-6675
都城市庄内町7956
営業/9:00~22:00
不定休 駐車場/あり 完全予約制





good for pure life プーラビーダ都城店

クリスマス&冬のおすすめアイテム

MERRY CHRISTMAS HAPPY GIFT & ITEM



クリスマスアイテム

クリスマスツリーやリース、スノードーム、メッセージカード等、クリスマス気分を盛り上げてくれるさまざまなアイテムが届いています。ご自宅用はもちろん、贈物としても喜ばれること間違いなしです！

ハッピークリスマス♪
楽しいクリスマスを!!

甲斐店長おすすめ!
オシャレなクリスマスリースもたくさんあります! 玄関やお部屋に飾ってみませんか?



クラフトシリーズ

キュートな宇宙人や動物達がクリスマスバージョンになって登場しています! 定番はもちろん限定柄の抱き枕やラウンドクッションは、大人気のためすぐに完売してしまうほど……。贈物にもダントツの人気商品です。

Petti Gift プチギフト

毎年人気のブランケットはデザインやカラーが豊富で、かわいくラッピングするとプレゼントとしても喜ばれます。またクラフトシリーズやバスアイテム、もこもこソックスをセットにした「あったかギフト」は、プレゼント交換にもピッタリです♪



田浦さん
もらった方が笑顔になる素敵なおギフトをご用意しています。クリスマスギフトで困ったら気軽にご相談ください!!

- 1️⃣ クラフト&ブランケット&バスグッズのセット
- 2️⃣ ブランケット&バスグッズのセット
- 3️⃣ もこもこソックス&バスグッズのセット



Bath アイテム

クリスマス仕様のオシャレで遊び心のあるパッケージに包まれた入浴剤やバブルバス、シャワージェル等、毎日のバスタイムが楽しくなるグッズが満載です! ちょっとしたクリスマスプレゼントにもおすすめですよ。

冬のおすすめアイテム

WASSER バッサ

乾燥する冬に必需品の「ワッサ」は、口腔外科領域の研究から生まれた「高濃度水素イオン水」を使って誕生したスキンケア。手が吸いつくようなしっとりとした美素肌をこの1本で実感出来ます。「無添加&オイルフリー」で多量の水分をお肌に届けながら、肌状態を理想的にコントロール&キープする美容液です。



WAKARA 和から

くすみ・ニキビ・化粧ノリ・毛穴の黒ずみ・毛穴の開き・肌のたるみ・酸化臭に関係するお肌の汚れをスッキリ洗う洗顔フォーム。鼻のデコボコ毛穴もスッキリ解決しながら、33種類の和漢エキスがツツパリのないうっとりとした肌へと仕上げてくれます。

はざまさんモチモチの弾力泡で顔を洗うと、洗顔が毎日楽しくなりますよ!



超音波式加湿器 トラペーツ

スタイリッシュで洗練されたデザインは、お部屋のインテリアとしてもGood!! しかもタンク容量は約2Lで、最長約12時間の長時間加湿が可能です。広いお部屋にも使えますよ。



水素バス 特許取得済製法 水素発生新素剤

抗酸化作用で話題の水素バスが、自宅のお風呂で簡単に楽しめます! お湯に沈めるだけで、純度99.9%の水素の気泡が、5時間以上も泡立ち、18,000mlの水素を生成。つくりたての水素は、深呼吸や素肌から体内に吸収され、細胞にすみやかに届きます。芸能人も多数愛用しており、肌のハリがアップしベスベになると話題沸騰中!

お風呂に入れるだけでつくりたての水素が発生!! アンチエイジング効果も期待出来ます!



東川さん愛用中
入浴後はピクピクするほどのスベスベ肌! お風呂上りもずっとポカポカしているので、冷え性の方にもおすすめです。



プーラビーダ 都城店

☎0986-36-6188

営業時間:10:00~21:00 都城市吉尾町2100

<http://www.pura-vida.jp/>

