

# きりしま フォーラム 4 月号

vol.289 APRIL 2016

きりま<sup>どっどネット</sup>フォー<sup>どっどネット</sup>.NET  
<http://kiri-fo.net>

●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



お得な  
クーポン  
満載!!

Google Playストア、Appストアにて  
「きりアプリ」で検索!

## フォーラムがプロデュース!! 日帰りぶらり旅 カレー対決!! 宮崎市VS鹿屋市

★読者  
プレゼント付!

フォーラムスタッフの建もの探訪  
春の住宅特集♪



青島

「キレイ」をお得に♪  
Beauty\*クーポン特集

あなたにぴったりの習い事を探してください!  
春の習い事特集

その他、イベント情報等、盛りだくさん!!



表紙の絵

## 入学式



みなみなかみち みにい  
南中道 美仁ちゃん  
(東小学校 2年生)

新1年生に「学校は楽しいところだよ」  
ということを伝えたくて描きました。

当センターで、実際に受給された方の声を  
伺いました。

【人工透析／50代 男性】

腎臓病で人工透析をすることになり、仕事も辞め、週3日ほど病院へ通っていました。次第に体が弱り、外出する時には常に妻に付き添ってもらう生活となってしまいました。その時、障害年金のことを知り、当センターに相談しました。申請の手順について丁寧に教えてもらい、書類作成も代行してもらいました。月額7万円ほどの受給が決まり、治療に専念することが出来るようになりました。

【心臓ペースメーカー装着／50代 男性】

会社勤務の時、心臓疾患によりペースメーカーを装着することになりました。知人から障害年金のことを聞き、当センターへ相談したところ、心臓ペースメーカーを装着した場合も障害年金を受給することが出来ることを知りました。膨大な申請書類も当センターにサポートしてもらうことで、短期間で申請することが出来ました。月額5万円ほどの受給が決まり、家族の負担が軽減され、ほっとしています。



当センター 社会保険労務士  
**三嶋 賢司**

多くの方が、さまざまな理由により受給されています。気軽にご相談ください。

20～64歳のみなさんにお知らせです!!

# 障害年金

をご存じ  
ですか?

無料相談 随時受付中

障害年金は、障害者手帳による支援とは異なり、国の年金制度により給付を受けられる制度です。国民年金や厚生年金の保険料を、一定以上納めている(または免除申請している)場合には、受給出来る可能性があります。障害年金を知らないために受給出来ていない方がたくさんいます。「どのような制度か知りたい」ということだけでも構いませんので、まずは気軽にお電話ください。



◆ どんな病気でもらえますか? ◆

— 受給対象例 —

人工関節

人工透析

うつ病

がん

糖尿病

脳梗塞

等

長期にわたり重い障害がある方は、ほとんどの傷病で障害年金を受給出来ます。詳しくはお問合せください。

障害年金の相談なら

**都城障害年金相談センター** ☎050-3706-4002

【運営：三嶋社会保険労務士事務所】 都城市都原町3330-2

詳しくはホームページをご覧ください。

<http://www.mishima-office.com>

※外出困難な場合は出張相談にも対応致します。

※相談内容が外部に漏れることは一切ございません。

電話受付／平日9:00～17:00

FAX・メールは24時間受付中

FAX／0986-25-7789

メール／info@mishima-office.com

LUCE  
Wedding

100～130名様のご披露宴をお考えの方必見!!

7月・8月・9月  
限定プラン

# SHINE

- ・料理・会場費・着付室・キャンドルサービス
- ・ウェディングケーキ・コーディネーター
- ・装花・ペーパーアイテム
- ・ペーパーバッグ・演出

100名様 **160万円**

特典

- ・チャペル人前式
- ・カクテルコーナー
- ・ドリンクフルサービス
- ・写真3ポーズ・ブーケ1点

ビアガーデン  
S<sup>3</sup> (スリーエス)

5/13(金)～9/19(月・祝)

17:00～22:00

(オーダーストップ 21:30)

第十五回 嬉春会

今年も旬の素材を堪能して頂きたく中山荘の春まつり嬉春会を開催致します。

今年のテーマは「縁」と致しました。皆様には春の美しさを満喫し、楽しいひとときを過ごして頂きたいと考えております。お出会を心よりお待ちしております。

第19回 中山荘杯  
思いっきり  
ゴルフ大会

5/15(日) 開催!!

場所／都城母智丘  
カントリークラブ

※詳細は、ホテル中山荘・吉原まで

日時／4月5日(火)

受付:18時30分

開宴:19時00分

場所／ホテル中山荘

会費／御一人様7,000円(税込)

お問合せ ☎0986-23-3666

担当 徳重

ホテル



中山荘

Wedding Guest house



LUCE

☎0986-23-3666

都城市松元町3-20

—ご予約は電話にて承ります。—

# 新・医療の窓

早水公園クリニック便り①

2年前に連載をスタートした「医療の窓」はいよいよ3年目に突入です。そこで今月号からは趣向を変えて、当院に寄せられた質問や素朴な疑問について書きたいと思えます。

なお、私なりの考え、意見も入っていますのであしからず。

## ① ヨーグルトってピロリ菌に効くの？

ここ最近よく聞かれますが、私の見解としては『ある程度』です。ピロリ菌は酸性濃度が高い環境を好みます。ヨーグルトはアルカリ性のため、中和作用が働いて酸性を抑えてくれると思います。

また、ここ最近のヨーグルトは胃酸に強い乳酸菌も多いので(乳酸菌の多くは胃酸でやられてしまう)、それによってピロリ菌の増殖を抑えますが完全除去は難しいのではないのでしょうか。

## ② 血圧の上下差って？

血圧は上の血圧(収縮期)と下の血圧(拡張期)があり、120/70という風に表し、この上下差を脈圧といいます。上下差が大きくなってきた場合、血管が硬くなってきている可能性があります。

ですから、脈圧の差が小さい人は血管がまだ柔らかいのですが、これから先のことも考えると下の血圧は非常に重要です。

## ③ 朝食を抜くのと？

朝食は三食の中で一番大事です。朝起きた時は血糖値が低く、体や脳の働きが低下しています。それを目覚めさせるのが朝食です。特に脳はブドウ糖をエネルギー源としているので、朝食を抜くと午前中頭が働かませんよ!! 特に学生の皆さんは必ず摂るようにしましょう。

## ④ 寝息といびきの違いって？

一般的に30ホン以上がいびきの音と言われています。ちなみに、ささやくような音が25ホン程度と言われていますので、ささやく声以上の音の場合は、いびきでしょう。

ひどいびきは病の元となることもありますので、主治医に相談するといいでしょう。

## ⑤ 爪の変化って？

爪の変化は健康のバロメーターとも言われます。チェックの方法としては、爪を上から押さえた時に、ピンク色に戻らず白いままなら貧血のサイン。爪に縦の線が入っているのは老化のサイン。

脈圧の差が大きい人は、ある程度動脈硬化が進んでいるので上の血圧に注意です。



院長 山内明

なお、縦じまが茶色の場合はほくろの可能性もありますが、黒い場合は注意が必要です。また、爪の真ん中が盛り上がり、太鼓のバチのようになっている通称バチ指は肺の病気のサイン。その他、爪が厚く乾いていたりする場合は、爪の水虫の可能性もあります。

今回からは読者の皆様からのご質問にも私なりに答えていきたいと思えますので、何かご質問等がありましたら当誌のアンケートハガキに記入してください。

# 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>



# 端午の節句

お子様の健やかな成長への願いをこめて

- 立鯉・柏餅セット 1,850円
- 鯉の引菓子(茶鯉) 1,550円
- いちごの鯉のほりロール 1,700円
- カブトケーキ 5号 2,700円

お電話のご予約も承ります!

この他にも多くのお菓子をご用意しています

## ご入園・ご入学 ・おめでとう ・ございます

入園・入学・就職等  
新しい門出のお祝いに  
ケーキが  
オススメです。

第2回全日本菓子博覧会  
最高賞・金賞授賞受賞  
島津荘園

箱入りは、6個、12個、18個入りをご用意

都城産の栗とバイオ茶できんとんを作り、それを高麗菓子とかるかんで巻いた和菓子です。  
お土産に大変喜ばれています。

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>

ご予約はお早めにどうぞ

丁寧な指導で「手作りをはじめてさん」も安心!  
ランチョンマット & コースター 2枚

かわいいランチョンマットとコースターで食卓を鮮やかにしてみませんか? 食事がもっとおいしくなりますよ。手作りグッズで暮らしをもっと素敵に!

日程	4/5(火)・10(日)・15(金)・22(金)
時間	予約制のため、まずはお電話ください。上記以外の日も、お問合せください。
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)  
☎0986-36-7870 都城市都北町5929  
営業/10時~18時(TEL受付/9時~19時)

オール電化 4LDK 当社提携ローンで 手持ち金0円!! 1,480万円 (土地・建物・消費税込みの価格)

支払例 1,480万円借入れの場合民間住宅ローン金利1.15%(10年固定)(35年返済)

毎月の返済は、ボーナス加算なしで 月々約 43,000円 南横市町新築建売

土地	243㎡ (73.51坪)
延床面積	85.29㎡ (25.84坪)
間取り	和4.5、洋4.5×2、洋6.LDK16帖

(有)ワダハウジング 取引態様代理 都城市東町7街区2号  
ワダハウジング 検索 TEL.0986-24-6162

**新入国・入学 新生活応援セール実施中!!**

**全商品 10%~70%OFF**

全メーカー常時60台以上  
展示中!!

ミシン8,800円~ ※但し、一部商品対象外

マンツーマン指導の手作り教室も  
大好評です! **要予約**

限定5台!! 8,800円(税抜)

点検・調整  
500円より

ミシンの事なら何でもわかる、販売・修理専門店

**みしん市場 都城妻ヶ丘店**

☎0986-46-3342

住所/都城市妻ヶ丘町15-12  
営業/9時~18時半 定休/なし

修理・見積り無料! 各メーカーOK!!

**極上フレンチと温かなおもてなしの  
本格的レストランウエディング**

お料理もパーティスタイルも演出もバランス良く  
こだわりたいカップルにオススメです

**会場 20~60名様** 料理はご予算に応じます

**お料理 5,000円~ お飲物 2,000円~**

お飲物 menu  
ワイン・ビール・焼酎・ノンアルコールビール・  
ノンアルコールワイン・ソフトドリンク等

ご紹介出来るもの

- 挙式
- ブーケ・花束
- ウエディングドレス
- ウエディングケーキ
- ヘアメイク
- 記念写真
- ビデオ撮影
- 引き出物
- 案内状印刷

自己資金  
0円  
でもOK!!

**シャンゼリゼ通り ル・パリ**

TEL.0986-24-7512

都城市都島町 433 定休/月曜日

**入園入学撮影キャンペーン**

(3ポーズ) ¥19,300

- 3歳アルバム (A4切)
- オリジナルカレンダー
- 撮影データ CD
- 写真入りストラップ
- 1サイズ写真 (6枚)
- 四切 顔入り写真 (早急撮影特典)

端午の節句キャンペーン

衣装・書村・ヘアメイク

オールインプライスのフォトスタジオ

○ご予約・お問合せは  
都城市北原町31-5-2  
TEL.0986-22-6288

LIFE STUDIO

平日限定!! 飲み放題付  
女子会コースが登場!

ボリューム&おいしさ満点  
女子会コース  
3,000円(税込)

鮮魚の農園カルパッチョ・春野菜とアンチョビのピザ・グリル野菜のオムレツ  
デミグラスソース・都島のチーズカツレツ  
ラタトゥイユ添え・明太子とシソのクリームリゾット風デザート

※男性のご予約も可能です

たっぷり選べる  
飲み放題MENU

生ビール1杯・グラスワイン・カクテル5種・  
ノンアルコールカクテル6種・サワー6種・焼酎・  
ハイボール・梅酒・ソフトドリンク種

**RENEWAL LUNCH**

お野菜を  
ふんだんに使った新作  
野菜カレーランチ 900円  
(ドリンク付)

バーニャカウダランチ1,200円  
【都鶏の唐揚げ香味ソース・スープ・ドリンク付】

メインを選べる!  
ごちランチ(1,000円)も大好評!

RENEWAL LUNCH企画  
ランチクーポン 100円割引  
・1枚で1名様使用可・H28.4/29迄有効

創彩 酒膳 ごち  
☎0986-80-6189

都城市牟田町 25-7  
営業/11:30~14:30(平日のみ)、  
15:00~22:00(L.O 21:30)  
※金・土曜日は 23:00(L.O 22:30)  
定休/日曜日 ※P13・15・27もご覧ください

**厳選した春を堪能する……贅沢な日本料理**

伊勢海老雲丹焼きと宮崎牛の美食懐石 5,000円

コース料理に+1,000円で  
お得な90分飲み放題が付きませす

先附 春の吹き寄せ塩麴和え  
前菜 蛸烏賊酢味噌掛け  
金時草のお浸し 笹身の桜蒸  
新牛蒡の胡麻和え  
鱈の山椒味噌焼き 桜豆腐  
桜鯛の沢煮焼  
桜鯛薄造りと地魚二種  
名物雲丹焼き  
豚バラとろ煮みぞれ掛け  
特選宮崎牛の鉄板焼き  
春鱈の彩り鰯掛け トラの芽の天婦羅  
旬菜と水蛸の木の芽味噌掛け  
若鶏と根菜の御強飯  
お蕎麦のすまし汁 香の物  
水菓子 季節のデザート

先附 季節の前菜5種  
刺身 鯛の潮汁  
焼物 桜鯛の薄造り 赤身  
鱈の山椒味噌焼き  
牛蒡煎餅  
煮物 鯛のお煮 季節野菜  
鍋物 桜鯛のしゃぶしゃぶ  
十穀と生海苔のお出汁  
揚げ物 春鱈と彩り野菜の  
鰯掛け  
蒸物 茶碗蒸し  
食事 鯛飯 香の物  
お蕎麦のすまし汁  
水菓子 季節のデザート

写真はいメージです

※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

京の都 わらしべ 都城店 TEL 0986-36-5432

【営業時間】 昼 11:00~15:00(OS コース13:30、ランチ14:00)  
夜 17:00~22:00(OS 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  
メニューや料理内容等、詳細はHPをご覧ください www.lcs-izakaya.com

端午の節句のご予約承り中 4月16日(土)~5月8日(日)

Mariage マリアージュ

**移転 SALE**  
4/2(土)~4/10(日)  
春夏物  
60%OFF・50%OFF・30%OFF

- HAKKA
- LOUNIE
- LAUTREAMONT
- GRACE

都城市中町 9-14 ☎0986-21-1258

**新店舗 OPEN 4/15(金) 10:00~**

各ブランド商品量が大幅に増えます!

☆夏物特別価格商品!

☆ノベルティプレゼント  
☆10回迄無金利

<b>HAKKA</b>	<b>LAUTREAMONT</b>	<b>LOUNIE</b>
●SUPER HAKKA	●LAUTREAMONT	●Mariage
●HAK	●la.f...	●GRACE ●taz
●PLUS	●Ici et la	

都城市早鈴町1751-1  
(手芸屋さんトコイ前!) 5台有

☎0986-21-1258

**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!!

**質取り** 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: 都城市東町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/>

質取り強化中!!  
お持ちの品物に相応に、最低100円から買取可能!!

表ヶ丘中 宮崎銀行 東町郵便局  
一都城駅 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

**この水・この町・この国土 未来へ届ける 浄化槽**

次世代に残す 日本一の河川へ

浄化槽の保守点検・清掃は実績と信用のある 清掃公社にお任せください

株式会社 都城北諸地区清掃公社  
都城市吉尾町 2159 電話 0986-38-0234

**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、さまざまなお肌の悩みを解消してくれます。  
シミ・そばかす・しわ・たるみによる老化を止め、リフトアップした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**

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 プラチナピーリング**  
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**  
シワやニキビ跡等に効果を発揮し、保湿力のある肌へ。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。

**ラカーナ都城** TEL.0986-80-5367  
都城市姫城町28-15

イオン 南小学校 LaCana 井上歯科

**春の習い事特集**

**先生コメント**

新しい季節は、何か始めたくありませんか? 子どもだけでなく、大人にもオススメの習い事がたくさん登場しています!

**Melody 英会話&ピアノ教室**  
外国の子ども達が文化や行事を学ぶように、Melodyでは、季節の行事を通してカード作りやケーキ作りをしながら英語が学べます。 中川先生より

**クラブハウス イワキリ**  
来てみて、やってみて、楽しんでみてください。HOTな汗がかけます。テニス楽しいですよ! 本智美先生より

**黒田ヴァイオリン教室**  
家族でアンサンブルしたり、オーケストラの仲間と演奏したり、ヴァイオリンは、楽しいですよ。 黒田印南先生より

**ゆいま〜るぼそん**  
今後技術はさらに進化し、ロボットに仕事が変わる職業もあれば、新しく生まれる職業もあります。その職業には大抵ITスキルが要求されます。私達の出来ることで子ども達を応援していきたいと思ひます。 甲斐先生より

**スイミングフィットネス Fitpia フィットピア**  
泳ぎが上手になると自信がムクムク湧いてくるよ。お水が苦手なお友達も大歓迎です。フィットピアにみんな集まれー! 山本さつき先生より

**フィットミー 都城店**  
おかげ様でもうすぐ1周年を迎えます! お一人様はもちろん、職場の仲間やお友達同士でのご入会も増えてきています。この春から一緒に楽しく運動を始めましょう〜! 玉利インストラクターより

**DanceStudio REAL**  
生徒さんは子どもから大人迄、年齢層は幅広くいらっしゃいます♪楽しむことに年齢なんて関係ない! みんな和気あいあいと、難しいことにも楽しんで成長していますよ〜♪ MI-TAN先生より

**関かみむらスポーツ教室 ルーパ1都城教室**  
Let's go スポーツの世界へ! みんな集まれー! 思いっきり動けるって気持ちが良いよ。 内立輪先生より

**Gavin's アロハ英会話**  
私はハワイ出身日系アメリカ人です。日常会話を話せるようになりたい方、これから海外へ留学を考えている方、リラックスした雰囲気と一緒に勉強しませんか。E komo mai o Aloha Eikaiwai! 「Aloha Eikaiwaiへようこそ!」 ギャビン先生より

**Let's Talk English!**  
イギリスに3年半留学していました。私が使っているメソッド法なら簡単に英語の脳に切り替えられるようになりますよ。一緒に紅茶を飲みながら英会話を楽しみましょう! 松本先生より

**資格スクール大栄 都城教室 株式会社スコラ**  
都城「資格スクール大栄」の講座を受講出来ます。あなたの仕事力アップや企業研修等のお手伝いも致します。 松永先生より

**代ゼミサテライン予備校 学習塾ケント**  
少人数指導で、一人ひとりの個性に合わせた指導を行っています。志望校合格に向け一緒に頑張らしましょう。 福留先生より

# DANCE STUDIO ELEMENT ☎0986-77-2368



## 体験レッスン無料受付中!!

3歳から幅広い年齢層の方が楽しくレッスン!  
「ダンスの神様」坂見誠二氏がプロデューサー!!  
超初心者はもちろんプロを目指している上級者迄、たくさんのクラスがあります。ワシントンやNYでもレッスンし、グローバルに活躍している先生が丁寧に指導してくれますよ!

★★★MJホール校もスタート★★★  
月曜日20:00~21:00 JAZZ HIPHOP

★★★月謝★★★

KIDS 4,250円 小学生 4,500円 一般5,250円

ご好評につき  
4月末迄  
延長決定  
**入会金5,000円→無料**  
無料体験実施中  
全29クラスを無料体験出来ます!  
様々なダンスを体験して、自分にピッタリのクラスを見つけてください。

都城市久保原町14-3  
HP/ <http://www.dancestudio-element.com>  
E-mail/ [info@dancestudio-element.com](mailto:info@dancestudio-element.com)



# コアラ英会話スクール/大人の英会話ACT ☎0986-46-6588



乳幼児クラスは、先生が外国人・日本人の2人体制で指導するので、とっても安心!

14周年特別キャンペーン 大好評につき  
4月末迄延長  
きりしまフォーラム読者限定 ※申込の際は必ず「フォーラムを見た」とお伝えください  
入会金 10,000円→無料  
HP/ <http://koala-english.com>

都城市前田町1291-1 (ウエルピングII)  
大人の英会話 ACT 大人の生徒さんたくさん通っています!  
超初心者から上級者の方迄在籍中!!  
※授業時間は月~日曜日の間でご相談ください ※安心の月謝制! 高額な教材費は不要です! ※P19もご覧ください

## おかげさまで14周年♪ 無料体験実施中!!

英語を自然に読めて発音出来る独自のカリキュラムが好評。国際色豊かな講師陣が揃っており、「英会話力と同時にコミュニケーション能力もアップ」とお母様達から嬉しいお声を頂いています! 大学及び大学院卒の英語教授資格、教職免許を持った講師が指導します! 気軽にご連絡ください!!

【クラス紹介】

●乳幼児クラス(1~3歳)日本人の先生のサポートあり! 2人体制で指導●小学生クラス●中学生クラス●社会人グループやプライベートクラス●英検・TOEIC・TOEFL・IELTS対策クラス



# クラブハウス イワキリ ☎0986-26-3288



## 春の入会キャンペーン実施中! 特典あり! 4月30日(土)迄!!

楽しくテニスをしたい方、運動不足の方、汗をかきたい方、一緒にテニスを始めませんか?

★無料体験レッスン受付中★  
キッズ・ジュニアクラス、一般クラス  
参加者募集中!

ラケットやシューズは無料でレンタル。初心者の方、久しぶりにラケットを握られる方も大歓迎です。  
◎お申込み方法/ご希望のレッスンのクラスと時間をお電話にてお問合せください。

### ★入会3大特典★

- ・期間中、入会金無料!
- ・1カ月レッスン料無料!
- ・ラケット、シューズ購入時の割引券進呈!

都城市五十町2375  
営業/10:00~22:00 定休/月曜日  
HPは「クラブハウスイワキリ」で検索!



# Melody 英会話&ピアノ教室 ☎0986-39-0204



## クリスマスケーキ作りを 英語でしました!

## きめ細やかな指導で 聞く力と会話力を養います

- ♪ 児童英語検定や海外のESLの教材を使って学ぼう!
  - ♪ 音楽会を年に4回開いて、楽しく、弾く喜びを養います!
  - ♪ ピアノは好きな曲を覚えて、友達や家族に弾けるよ!
- 対象/幼稚園・小学生~高校生  
大人・シニア  
月々6,000円(月4回)  
入学金なし  
安心して通える教室です。

### 講師/中川ひろこ

英会話スクール講師、外資系航空会社の客室乗務員(約7年)を経験。カナダで15年、欧州で5年程、暮らしてきました。カナダでは、ヤマハ音楽教室の講師を8年間してきました。現在、都城市の小学校で外国人生徒に日本語を教えています。

都城市今町7517-6(今町多目的会館)  
E-mail/ [shotan0113@gmail.com](mailto:shotan0113@gmail.com)  
ブログ/ <http://melody007.blog.jp>

# ゆいま〜るぱそこん ☎0986-51-6105



## 祝! ロボットプログラミング教室 第1期生募集!

今からの時代、知識の習得だけではなく、その知識を活用し、「自分で考え行動する力」「問題を解決する力」ががとても大切になります。その中で、プログラミングは「考え・工夫・想像・解決」する力を育てるものとして最適な教育方法のひとつです。

お子様が小さい頃から取り組むことで、より大きな効果が期待出来ます。

### ★開講記念★入会金10,800円が5,400円! (4月末迄)

- ▶お月謝: 11,800円(月2回、1回90分)
- ▶教材費: 43,200円(初回のみ)

体験授業も行っておりますので、ぜひお越しください。

都城市太郎坊町1690 HP: <http://yuimaru.com/>  
営業/9:00~19:00  
定休/日・祝日 ※P19もご覧ください



# 黒田ヴァイオリン教室 ☎0986-46-3000



## 素敵な音楽ライフ始めませんか?

無料体験&  
入会費無料キャンペーン実施中

3歳~大人(最年長は80代!)迄、楽しくレッスンしています♪  
無料体験は下記の時間帯でお願いします  
月曜日17:00~19:00の間  
土曜日15:00~17:00の間  
レンタル楽器 1,000円~

講師: 黒田印南先生  
日本演奏連盟会員、J.H音楽院首席卒業

### 第23回黒田ヴァイオリン教室発表会

日時: 5月7日(土) 15:00~ 入場無料  
場所: ウェルネス交流プラザムジカホール  
ヴァイオリニストのタマゴ、ヒヨコさんの演奏を聞きに来てね~♪

他の教室の空きのお問合せは ☎0986-46-3000  
E-mail/ [inamimusik@gmail.com](mailto:inamimusik@gmail.com) ※P19もご覧ください  
HP/ <http://www.geocities.jp/kurodaviolinchool/index.html>



# Fitpia フィットピア ☎0120-80-1504 ☎0986-26-0777



## 春の入会キャンペーン

残りわずか! 4月30日(土)迄!!

入会金

3月100%OFF 4月80%OFF

入会特典

スイミング(0~16歳)

スクール水着半額券+オリジナルスクールバッグ進呈

無料送迎バスで忙しいお母様も安心♪

都城市宮丸町3021  
営業/月~金曜日9:30~22:30 土曜・祝日9:30~21:30  
日曜日9:30~18:00  
休館日/年末年始・お盆・特定休館日

## お子様に合ったカリキュラムが大好評!! 夏には泳げるように、今から準備しませんか?

スイミングコース(3~16歳)

泳ぎはもちろん、レッスンを通じて、集中力、判断力、チャレンジ精神等を育てることを目的としています。  
お子様の健やかな成長と体力強化をお手伝い!!

ベビースイミングコース(0~2歳)

お母さんと一緒に楽しく水遊び。水に慣れと同時に、健康で丈夫な身体を作ります。また、産後のダイエットとしても人気です!

無料体験実施中



# DanceStudio REAL

☎0986-36-5341



**春からはじめませんか?  
キッズダンスならお任せください!!**

豊富なクラス編成で、初心者のお子様も安心!  
最年少クラスは2歳半からと、小さなお子様も  
楽しくレッスンしています♪ 受講する生徒さん  
が楽しくダンス出来るように、スタッフ一同  
誠実にバックアップさせていただきます。  
新入生! 進級! 新社会人!  
2歳から社会人迄選べる30クラス) 月謝3,780円~  
新設! インスタグラム「@dancestudioreal」で検索  
LINE公式アカウント「@real2007」

**新規生徒募集キャンペーン**  
1. 体験レッスン1,500円が無料! ※各クラス1回ずつ  
2. 見学・体験後に入会すると入会金5,400円が無料!  
3. オリジナルCD1,500円相当プレゼント!  
つまり今、**合計8,400円→0円!!!** 先着15名様限定  
入会すると

都城市年見町8-7(イエローハット斜め前)  
E-mail / info@real-hiphop-style.com  
※HPは『リアル 都城』で検索してください!!



# FITS ME フィッツミー都城店

☎0986-36-8885



**春からはじめる30分の運動習慣  
☆春の入会キャンペーン☆**

入会金(通常10,800円)⇒0円  
初月会費⇒0円

ダブル0円が特典のキャンペーンを開催中!!  
フィッツミーはタニタが提供する女性専用の30  
分の運動施設です。昨年春、県内に初出店し、お  
かげ様で1周年を迎えます。  
プログラムは全て決まっているので運動が苦手な  
方でも安心です♪ 見学や無料体験も受け付けて  
おりますので、お気軽にお問合せください。

期間:3/22(火)~4/9(土)【先着20名様 限定】

**入会金・初月会費 ダブル0円**

※定員以降は入会金(5,400円)を特典とさせていただきます。

都城市早水町38-5-7(ジョイプラザ都城店2階)  
営業 / 平日 10:00~20:00 土曜日 10:00~14:00  
定休 / 日曜日・祝日



# Gavin's アロハ英会話 ☎070-5278-2075



**入会された方、  
レッスン代1カ月分無料**

アロハ英会話は4月1日より移転すること  
になりました。場所は市役所や明道小学  
校の近く! 10号線沿いで、分かりやす  
い場所になりましたよ♪ 随時、無料体  
験レッスン受付中★

■小学生フォニックスクラス 6,000円  
■小学生コース 8,000円 ■中学生コース 8,000円  
■高校生コース 8,000円 ■大人コース 10,000円  
■大人に人気! フリートーク 5,000円(全授業月4回)

**移転キャンペーン♪  
4月中にご入会された方  
5月分のレッスン代無料!**

都城市姫城町14-12  
E-mail / infoalohaekaiwa@gmail.com  
HP / https://sites.google.com/site/gavinalohaekaiwa/



# 株式会社かみむらスポーツ教室 ループ1都城教室 ☎0986-36-7774



**4月入会キャンペーン実施中  
入会される方、続々増えてます!!**

宮崎県で30年以上の実績を持つ『かみ  
むらスポーツ教室』では、スポーツを通じ  
て健康で心豊かな子ども達の育成を目指  
します。3月に未就学児向けクラス「ママと  
いっしょ」を開設しました。お子さんと一  
緒に楽しく体操をして、身体をリフレッ  
シュしましょう。無料体験随時受付中!

【ママといっしょ教室時間】  
月・水曜日10:30~11:30

**4月入会者限定企画!**  
『きりしまフォーラムを見たよ』と伝えてご入会頂くと  
**ゼビオのギフトカード5,000円分プレゼント!!**  
※4月23日迄に入会された方

【都城支店】都城市上町14-13  
【宮崎本店】宮崎市大坪町寺山大迫3154-5  
送迎バスもあります! 詳しくは、『かみむらスポーツ教室』で検索!



# DAIEI 都城教室 株式会社 スコラ ☎0120-002-166



**現役高校生公務員合格!  
受講生募集中!**

~大栄のオンデマンド資格取得講座~  
無料オンライン説明会受付中

◆簿記・経理(日商簿記3級・2級・1級)  
就職・転職のスキルアップに最適!

◆医療事務  
年齢に関係なく、結婚出産後も  
活かせる資格と女性に大人気!

◆ファイナンシャルプランナー  
金融・保険業界への就職ならこれ!

◆宅地建物取引士  
不動産契約時の必須資格!

◆社会保険労務士 ◆マンション管理士

◆行政書士 ◆税理士

◆管理業務主任者 ◆建設業経理士

**公務員受験対策(初級~中上級)**  
市役所・県庁・警察・消防等二次試験迄サポート!  
高校2年生~学生・社会人対象

都城市鷹尾2丁目6-8(株式会社スコラ内)  
★無料オンライン説明会受付中!  
まずはお気軽にお問合せください。

# Let's Talk English! ☎090-4584-7530



**初心者大歓迎! 独自のメソッド法で  
イギリス英語とアメリカ英語の  
両方の違いを丁寧に教えます。**

英語を英語で考える、英語脳へと切り替  
えるその方法をお一人おひとりに丁寧に  
指導させていただきます。

宮崎県ではここだけ  
独自のメソッド法でレッスン致します!

**1回60分の体験レッスン無料!**

アメリカ英語・イギリス英語を交互に  
リスニングし耳を慣らしていきます。

★レッスン料(月4回/1回60分)★  
入会金・テキスト料はいりません!

・社会人、TOEICに対応した  
マンツーマンレッスン 15,000円  
・小学生3人1クラス 5,000円

★土曜・日曜・祝日もレッスンを行っています!  
★場所は西都城駅近いです。まずはお気軽にお問合せ  
ください。(担当:松本)

# 代ゼミサテライン 学習塾 ケント ☎0986-46-6122

都城にも自宅から通う予備校があります! 無料体験受付中!



**合格 おめでとうございます!**  
**東京大学 文科I類**  
都城泉ヶ丘高校 現役合格19年ぶり!  
**木脇 英嗣 君**

合格への道

合格を勝ち取るために必要なもの。それは「プライド」と「仲間」です。

誰かに負けたくないという気持ちを強く持ってください。そうすれば時間を有効に使うことが出来ます。  
僕は「悔しさ」が一番の原動力になりました。また、同じ受験という目標に向かう、大切な仲間も必要です。

気持ち的に苦しい時に友達と話すことで気持ちを前向きに変えていくことが出来ます。  
後輩の皆さんも大学合格を目指し、後悔することのない様、日々頑張ってください。

★祝! 合格速報(3月16日現在)  
●京都大学 理学部 1名  
●熊本大学 医学部 1名 他 4名  
●九州大学 2名  
●鹿児島大学 3名 宮崎大学 3名  
●慶應義塾大学 1名 明治大学 1名  
◆今! 浪人生受験スタート◆  
上を目指す覚悟を決めたあなたに朗報!  
代ゼミ本校のベスト講義を都城で受講。  
●1年間分の授業を数カ月に圧縮視聴

★難関大を目指すなら代ゼミ★

●東大・京大・早稲田大学・慶應大学●

●二次対策講座あり●

キミが頑張れる最適な講座が見つかります!

妻ヶ丘校 / 都城市妻ヶ丘町3-13-3F  
★自習室、最大14時間使用可能です。  
★無料体験受付中!



# good for pure life プーラビーダ都城店

## スタッフイチオシ 春の人気アイテム

**UV対策グッズ** 女性の大敵シミ・しわ・たるみの原因となる紫外線から、お肌を守ってくれるオシャレUVケアグッズが豊富に揃いました。



### アームカバー

車に乗ったりお散歩したりする時の必須アイテム!  
「MONAMI」シリーズは、キレイなレースデザインが毎年大好評です。贈物としても喜ばれますよ。

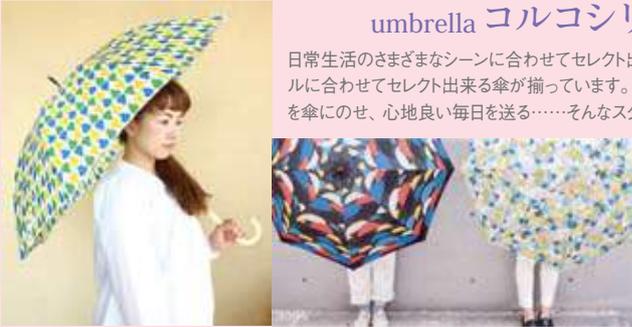
### ストール

巻くだけでコーディネートが決まるストール。爽やかなカラーのストールは首元のUV対策として大活躍。ワンランク上のオシャレを楽しみましょう♪

甲斐店長イチオシ  
連転中も紫外線を  
しっかりカットしながら、  
キレイなレースデザインが  
女子力をUPしてくれる  
アイテムです♪

### umbrella コルコシリーズ

日常生活のさまざまなシーンに合わせてセレクト出来る傘。個々のスタイルに合わせてセレクト出来る傘が揃っています。彩りのあるテキスタイルを傘にのせ、心地良い毎日を送る……そんなスタイルを目指しています。



持ち手にカワイイ  
滑り止め付き!  
テーブルに  
掛けられますよ♪



### MLESNA TEA ムレスナティー

紅茶大国スリランカで採れる良質な茶葉に天然果汁エキスを浸透させたフレーバーティーの新作! 「亜麻色のミルクティー」や「抹茶ロイヤル紅茶」等、色彩鮮やかなパッケージ&メッセージも人気のヒミツです。素敵な香りに包まれながら、リラックスしませんか?

### いつでも水素



ペットボトルやピッチャーに入れるだけで、「できたての水素水」が出来るカプセル。微量異種金属を酸化させずに焼成して製造した機能性セラミック「H2セラミック」により、手軽に水素水を楽しめます。約2か月間繰り返し使えるので、経済的なのも嬉しいポイントです!

Premium CC amino cream BE

30代からの  
エテュセ プレミアム  
CCアミノクリームBE

毛穴の凹凸、色ムラや赤みをカバーして、透明感をアップさせる美肌補正化粧下地クリーム。「アミノプレミアム7」を配合。スキンケアしながら、化粧のりもちが大幅にアップします! 30代からのメイクに欠かせないアイテムです。

薬用スキンバージョンアップ  
エッセンス

ettusai's  
skin version up  
series

ミリオンセラーの「モチ肌美容液」に、「モチ肌の元」となる、酵母エキス・ボアキュット成分・天然植物エキスをプラス配合! 洗顔直後の肌にぐんぐん浸透し、今迄以上にうるおい弾力肌が実現!! 毛穴も目立たなくなります。

### プロテオグリッチ 雪解ふっくらゲルクリーム



「1gあたり3,300万円」と言われていたエイジングケア美容成分「純プロテオグリカン」配合! オールインワンだけでは不安という方にこそ使って欲しいゲルクリーム。



- |           |          |          |             |
|-----------|----------|----------|-------------|
| 7つのピュアフリー | 合成香料フリー  | 界面活性剤フリー | はざまさん愛用     |
|           | 合成着色料フリー | アルコールフリー | 肌の透明感がアップ   |
|           | 旧指定成分フリー | 鉱物油フリー   | し、夕方の乾燥も気   |
|           |          | パラベンフリー  | にならなくなりました! |

若返りスプレー

milly brilliant  
Herbal Lifty Spray

ハーバル リフティー スプレー

新常識!  
メイクの上から  
いつでもどこでも  
スキンケア

橋口さん  
メイクをしたまま使えるので、  
とっても便利♪

たった30秒で驚きのハリ肌を実感出来るスプレー。無農薬で育てられた「植物ミネラル原液」と海洋深層水に含まれる「海のミネラル」、ブラックシリカ(鉱物)という「大地のミネラル」を組み合わせることで、肌への浸透力を上げ、速効性のある「上向き肌」が実現。

### PURA·VIDA × 南阿蘇農園コラボ

大好評の「25Tea」に続き、「春のリラクスティー」と「スプリングティィー」が新しく届きました! 香り豊かで後味サッパリのお茶。限定商品のため、お早めにお試しください!



高野さんオススメ  
幸せな香りに包まれるハーブティィー!  
美味しさも抜群です!!

お家でのおんぎり  
春のリラクスティー  
レモングラス、ローズhip他、  
9種類のハーブをブレンド。

ふるるんビーチの  
スプリングティィー  
ルイボス、ローズレッド他、  
10種類のハーブをブレンド。

至都城C  
都北

都城高専

吉尾

マクドナルド

セブンイレブン

100満ボルト

ハンズマン

プーラビーダ 宇佐美GS  
都城店

マンガ倉庫

吉尾南

ヤマダ電機

沖水橋北詰

沖水川

↓至都城市街・鹿児島

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/>



# シンコー妻ヶ丘・不動産物件情報

★現物は見なきゃ分かりません！お電話下さいね。★ (再) ...再販売 (リ) ...リフォーム箇所有り物件 (下) ...値下げ

**4DK 南横市町 1340万円**



★人気の西小！小中学校、買い物何かと便利な南横市です。  
●土地2656㎡(80) ●建物134㎡(41) ●H14/3築 ●坂元B徒歩4分

**1DK 1 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

**3DK 三股樺山 700万円**



●駅北側  
★南道路に接し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

**4LDK+ 下川東4丁目 1590万円**



★金額相談可能！  
●土地396㎡(119) ●建物139㎡(42)  
●H5/10築 ●農協前B徒歩8分

**5LDK 祝吉1丁目 1250万円**



★祝吉小そば  
●土地244㎡(74) ●S58/9築  
●建物149㎡(45) ●農業高前B徒歩5分

**3LDK+ 一万城町 980万円**



★途中でリフォームをしています！  
★このまま充分住めますよ！  
●土地288㎡(87) ●S46/10築  
●建物93㎡(28) ●一万城団地B徒歩3分

**4DK+縁側 岩満町 450万円**



★年間を通して自然を敷地で感じながら生活出来ますよ！  
★築年数は経っていますが室内はリフォームされて現状で充分住めます！  
●土地769㎡(232) ●建物88㎡(26) ●S25築 ●岩満B徒歩3分

**4DK+縁側 下財部 420万円**



●土地2172㎡(657) ●S20/築  
●建物98㎡(29) ●堤B徒歩2分  
★車庫も立派です！  
★関之尾の滝からすぐの場所です！

**山田町山田 300万円**



★小学校も近い。中心エリアです。  
●土地244㎡(73) ●建物160㎡(48)  
●S29築 ●山田B徒歩1分

**3LDK+縁側 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

**4 SLDK 上東町 2290万円**



★LとDKの造りがいいですよ！  
●土地258㎡(78) ●建物107㎡(32)  
●H25/11築 ●妻ヶ丘B徒歩5分

**3LDK+ 上長飯町 820万円**



★小学校見えます！  
●土地 380㎡(115) ●建物 89㎡(26)  
●S44/9築 ●上長飯小B徒歩3分

**売りたい！  
買いたい！  
まず相談！  
シンコー  
妻ヶ丘へ！**

**4DK+ 郡元4丁目 1600万円**



●祝吉小  
★人気の区画整理地内！  
とにかく人気のエリアです！  
●土地501㎡(151)  
●建物106㎡(32)  
●H5/8完成  
●祝吉公民館前B徒歩6分

**都島町 1980万円**



★庭にお城があるみたい！  
★とにかく一度見てください！  
★敷地も接道も余裕です！  
●土地8281㎡(250) ●建物147㎡(44) ●H3築 ●岳/下B徒歩6分  
★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  
26年勤務の  
レジェンド店長が  
甘・辛口で無料査定！**

**霧島市田口 980万円**



★雄大な景色と星空に癒されます！  
●土地2821㎡(85) ●建物86㎡(26) ●H1築 ●霧島ロイヤルホテルB徒歩分

**葦原町 2580万円**



●西小申請可  
★コンパクトで機能重視の方にオススメです。  
●土地313㎡(94) ●建物109㎡(33)  
●H24年築 ●西中前B徒歩4分  
★4LDK対応

**4DK 山之口町花木 2100万円**



●土地512㎡(154) ●建物120㎡(36)  
●H24/8築 ●飯起B徒歩7分  
★とことんシンプルにオシャレにこだわってます！

★雄大な景色と星空に癒されます！  
●土地2821㎡(85) ●建物86㎡(26) ●H1築 ●霧島ロイヤルホテルB徒歩分

**上長飯町 2800万円**



★敷地内2棟あり！  
★充分使える別棟1棟も魅力！貸家などに！2世帯にも対応！  
●土地660㎡(199) ●建物118㎡(35)  
●H13年4月築 ●上長飯B徒歩3分



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** 妻によっていこういえがし!  
0986 **24-1518**

## 柏原海岸のルーピン



日南海岸国定公園の南端に位置する「柏原海岸」。この海岸には長さ1kmに及ぶルーピンの花が黄色い絨毯を作ります。ルーピンが見頃を迎えると多くの見物客で賑わうそうです。また、4月10日には「ルーピン祭り&潮干狩り」も開催されます。地元歌手らによる舞台演奏や参加費無料の潮干狩り、地元特産品の販売等、子どもからお年寄り迄楽しめるイベントです!

取材当日はまだ花が咲いていませんでした。空と海の青、黄色いルーピンの花のコラボレーションを見てみたいです! 今年は、3月下旬頃から見頃をむかえるそうですよ! ぜひ足を運んでみてくださいね。

☎0994-63-6554(東串良町商会)  
鹿児島県肝属郡東串良町柏原海岸



## 鹿屋市観光物産総合センター



🎁プレゼント①  
鹿屋海軍航空カレー 4名様

今年で開館23年目になる「鹿屋市観光物産総合センター」では、鹿屋を含む大隅半島の特産品や黒豚の加工品、焼酎、落花生等を販売しています。また、鹿屋航空基地史料館と隣接していることもあり、自衛隊グッズも充実!! 史料館からのお客さんが約9割を占め、ファミリーでの利用が多いそうです。週末は県外からの人で賑わいを見せます。



鹿屋黒豚カレー

館内の食堂では、自衛官の方達もよく食べている「鹿屋黒豚カレー」を食べることが出来ます!!

ステンレスの素っ気ないお皿にこんもり盛られたカレーは、甘めでマイルドな味わい。それでいて濃厚でした! 自衛官の方達はカレーと一緒に乳酸菌入り飲料を飲むそうです。食堂のカレーには、ヤクルトが付いてきましたよ~!!

海軍カレーが出来た理由は、海上勤務では曜日感覚が鈍くなってしまったため、金曜日を「カレーの日」と決めていたからだそうです。



人気の「鹿屋海軍航空カレー」は黒豚と黒毛和牛の2種類。通信販売もしており、全国的にファンがいるそうです。4月23・24日は「エアーメモリアルinかのや 2016」が開催されます。24日には、航空ショーも行われますので、ぜひ足を運んでみてくださいね!

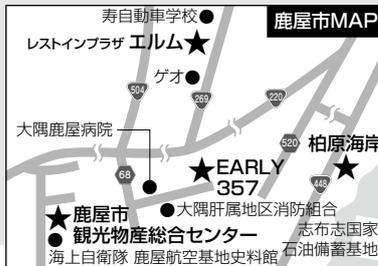
☎0994-41-6111  
鹿児島県鹿屋市西原3丁目11-1  
営業/9:00~17:00  
定休/年末年始



## 日帰りぶらり旅 S 鹿屋市



辛くて美味しいカレーを食べた後に立ち寄れる、温泉&スポットも満載!! ぜひチェックしてくださいね♪



## アーリー EARLY357



こだわりのカレーは、オープンでまるごと4時間焼いた玉ねぎとブイヨンを合わせたルーを使用しています。カレー作りには、丸2日かかっているそう! 人気メニューのハンバーグカレーを食べてみると玉ねぎの甘さの後にスパイスの効いたコク深い味。またハンバーグは鹿児島県産黒豚と黒毛和牛をブレンドしているので、お肉の旨みがぎゅー。カレーとの相性抜群でしたよ。その他、11種類のカレーや、ハンバーグ、パスタ等のメニュー、お子様プレートもあるので家族みんなで食事を楽しむことが出来ます!

ハンバーグカレー(サラダ・ドリンク付) 1,100円



駐車場の隣では、ペットのやぞ「ロック」と「メイタ」がお出迎えしてくれます! 動物が大好きなフォーラムスタッフ なっちゃんも取材の合間に遊んでいましたよ。

☎0994-38-2190  
鹿児島県鹿屋市新川町5537-7  
営業/11:00~14:00・18:00~21:00  
定休/火曜日



🎁プレゼント③  
ハンバーグカレー 3名様

ウッディな外観と看板が目印の「アーリー 357」。店内に一步足を踏み入れると今にもカウボーイが出て来そうなアメリカンスタイル。オーナーの田布施氏は鹿児島市内で15年カレーメインの店を経て、6年前に地元である鹿屋市に店をオープンしました。

## レストインプラザ エルム



バイクドカレー

老舗の喫茶店として地域に愛されている「レストインプラザエルム」。商店街で営業していたお店を、今の場所に移して12年目になるそうです。カレー以外にも、パスタやハンバーグ、チキン南蛮等、さまざまなメニューが揃っています。中でも一番人気なのが、「スペシャルピラフセット(950円)」!! ピラフ版カツカレーでボリューム満点のメニューになっています。オーナーのおすすめは、熱々の焼きカレー「バイクドカレー」。香ばしいスパイスをチーズがまろやかにしてくれ相性バツグンだそうです。

夏は、白熊が大人気!! カレーを食べて、冷たく甘いカキ氷……。本場の白熊を食べに行ってみるのも良いですね!

☎0994-42-3839  
鹿児島県鹿屋市礼元1丁目13-1  
営業/11:00~21:00  
定休/火曜日



🎁プレゼント②  
食事券500円 チケット 3名様

老舗の喫茶店として地域に愛されている「レストインプラザエルム」。商店街で営業していたお店を、今の場所に移して12年目になるそうです。

カレー以外にも、パスタやハンバーグ、チキン南蛮等、さまざまなメニューが揃っています。中でも一番人気なのが、「スペシャルピラフセット(950円)」!!

## カレーカフェ静



このお店で特に人気のメニューは、その名も「キングカレー」。20年ほど前に菱江シェフがレシピを作り、今でも東京帝国ホテルで提供されているカレーです。宮崎でこの味を楽しむことができるのは、ここ「カレーカフェ静」だけ。以前食べた帝国ホテルの味をまた味わいたいと多くのお客様に人気のようです。テイクアウトにも対応しています。イチオシメニューの「スノーホワイト」。

- 【カレーメニュー】
- ・キングカレー 1,460円
  - ・しずかカレー 860円
  - ・マッサンカレー 1,030円
  - ・日向夏カレー 920円
  - ・スノーホワイト 1,380円
- ※全品サラダ、デザート付

0985-72-7322

宮崎県宮崎市淀川1丁目2-5  
営業 / 11:00~21:00  
不定休

プレゼント⑤  
しずかカレー 3名様

「亡くなった妹の夢を、願いを叶えてあげたい」。そう思い立ちオープンして半年、家族一丸となって営んでいる「カレーカフェ静」。全てのメニューに無添加の食材を使用し、アメリカ国務省が推奨するフードマスターのライセンスを持つ菱江シェフが考案したレシピで、安全に美味しくカレーを頂くことができます。



スノーホワイト



カレー以外にもハヤシライスやハンバーグ、唐揚げ等もあるのでお子様連れでも安心。2階はお子様連れであれば貸切での利用も出来るそうですよ。

## 城山公園

宮崎の観光名所の1つ、青島を見下ろすことが出来る「城山公園」。小さな山の頂上であり、白浜オートキャンプ場入口の近くから登ることが出来ます。上まで車で登ることも出来、駐車場もあります。少し道が狭いので大型の車は注意して登りましょう。今回は車で登らずに歩いて頂上を目指しました。



なかなかハードな道のり、絶景目指して頑張るぞ!



公園内にはいくつかの展望台があり、どの展望台からも綺麗な景色を望むことが出来ます。特に青島は、普段見ることのない高さからの眺めでとても綺麗でした。今回は昼間の取材でしたが、朝日を見に行くのも良いかもしれませんね。

0985-21-1814  
(宮崎市役所 公園緑地課)

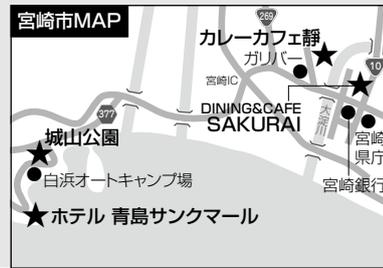


フォーラムがプロデュース!!

# 4月号はカレー対決!! 宮崎市 V

プレゼント応募方法

希望商品の番号をP15のアンケートハガキかきりアップのプレゼントフォームから4月20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通限り有効とさせていただきます。



## DINING&CAFE SAKURAI 櫻井酒店



プレゼント⑥ ランチ 2名様

宮崎市役所近くにある「DINING&CAFE SAKURAI」は、木目を基調としたクラシカルな雰囲気のお店。店長のちなつさんが季節の野菜を吟味して作るカレーの他にも、ガレットランチ、サラダランチ、クレープが人気となっています。

こだわりのカレーは、玉ねぎとマトをふんだんに使い、数種類のスパイスで仕上げたベースに、川南町産のまるみ豚と季節のお野菜がたっぷり入っています。ボリューム満点で、男性にもピッタリ!

- カレーランチ 1,100円  
(季節のカレー、サラダ、スープ、デザート、ドリンク)  
季節のカレー...4月はホウレン草、ひよこ豆、プチトマトです

4月はテイクアウト出来るクレープやガレット、焼き菓子もオススメです。天神山や文化公園でオシャレにお花見ピクニックをしてみませんか?

- TAKE OUTにオススメ
- ・ガレット(ハム/タマゴ/チーズ) 700円
  - ・クレープ(バターシュガー) 400円
  - ・スコーン 200円
  - ・ブラウニー 250円
- ※ガレット・クレープは容器代+50円



凝縮された野菜の旨味とまるみ豚の甘味がマッチして抜群の美味し♪ ヤス

080-4669-6715

宮崎県宮崎市橋通西1-4-26  
営業 / 11:00~19:00(ランチタイム11:00~16:00)  
定休 / 日曜日

## ホテル 青島サンクマール

プレゼント④  
入浴ペアチケット 5組様



太平洋と鬼の洗濯板を一望出来る、絶景の展望大浴場! 44℃の天然自噴温泉は、天然イオンを含んだ湯ざわり抜群のお湯が、地元の方だけでなく旅行者にも大人気です。オススメの時間帯は、平日の10:30から15:00くらいまで! ゆっくりと入浴出来ますよ!

離れ貸切露天風呂は、絶景と「美人の湯」を堪能。小窓を開けると絶景を独り占め……。贅沢なひとときを過ごしてくださいね!

- 【展望大浴場】  
時間 / 10:30~21:00(受付20:00迄)  
料金 / 大人 600円(特定営業日1,000円)  
3歳以上 400円(特定営業日500円)  
【離れ貸切露天風呂】※1週間前から予約可能  
時間 / 10:30~11:30, 11:45~12:45, 13:00~14:00, 14:15~15:15  
料金 / 2,160円(1組60分)※定員4名様迄



※写真は竹コース、4名様盛り。

4月のオススメ 蒸籠(せいろう)蒸し会席 4,800円(税別)~  
素材のうまみを丸ごと味わえる「蒸籠蒸し」! 海の幸、山の幸を思いっきり楽しんでください。  
お一人様3,800円(税別)以上お食事をされた方は温泉入浴(展望大浴場)付!!

0985-55-4390

宮崎県宮崎市折生迫7408  
受付 / 8:00~21:00



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…

銀河ステージ

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](mailto:info@ginga-net.com)

# 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ずら
- ★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…



**ROD**  
Respect on Demand

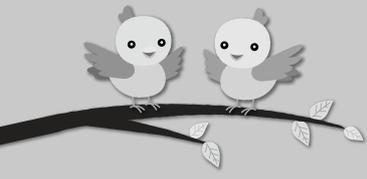
NVR 国内トップシェアメーカー/カメラ各社取扱  
株式会社 R.O.D (アール・オー・ディー)



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！



# 笑顔でつながる子育ての輪

vol.37



『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、様々なお店をご紹介しますよ。

曾於市子育て支援センターが主催となり、今年度より開催予定の「英語であそぼうー」の第1回目に行ってきました。参加者が安心して楽しむことが出来るように、子育て支援センターのスタッフ3名がサポートしてくれました。

取材当日は20組の親子が参加。オープニングでは「Hello Song」や「Tomato potato Banana」等の歌を、一緒に楽しく歌いました。その後、英語での絵本の読み聞かせや、リズム遊び等、子ども達は飽きることなく、真剣にお話を聞いたり身体を動かしたりと楽しんでいました。お母さん達も、子どもとスキップを繰り返しながら、歌を歌ったり、お話を聞いたり嬉しそうに充実した時間を過ごしていました。

子どもが小さくて普段は習い事に参加出来ないお母さん達、良い学びの場であると同時に、気分転換の場にもなっています。



●田中くるみさんコメント●  
「英語であそぼうー」は、新しく子ども達が学べるものをスタートさせたいという思いで企画致しました。親子で楽しむことが英語に触れ、多くのことを吸収してもらえればと願っています。

その他にも、曾於市子育て支援センターでは、お母さん達が気軽に参加出来るイベントを定期的に開催しています。ぜひホームページをチェックしてくださいね。



## フォーラムおすすめ 子育て応援店 Vol.37

『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。

### 創彩 酒膳 ごち

今回ご紹介するのは、『創彩 酒膳 ごち』さん。素材にこだわった創作料理がママ達に大好評！

夜は予約が、なかなか取れないと言われている人気店です。

大人の隠れ家として大人気の『ごち』。落ち着いた雰囲気の内店は全て座敷の個室。自社農園で栽培している新鮮な野菜をはじめ、こだわりの食材を使った料理が、老若男女問わず多くの方から愛されています。



【お子様に大人気】 KIDSランチ 500円  
デザート&ドリンク付

KIDSランチは、子どもの大好きな鶏の唐揚げやエビフライが入ってボリューム満点！

座敷	<input type="radio"/>	個室	<input type="radio"/>
お子様用メニュー	<input type="radio"/>	お子様用いす・食器	<input type="radio"/>
総席数	25席	駐車場	9台

4月からランチがリニューアル！お野菜をふんだんに使った野菜カレーやバーニャカウダーは、ぜひ食べて欲しい逸品です。



【RENEWAL LUNCH】 野菜カレーランチ 900円  
【ドリンク付】

バーニャカウダーランチ 1,200円  
【都鶏の唐揚げ香味ソース・スープ・ドリンク付】

メインを選べる！  
ごちランチ1,000円も大好評♪  
メイン:ごはん・スープ・サラダ・ドリンク・デザート付

TEL.0986-80-6189

都城市牟田町25-7

営業/11:30~14:30(平日のみ)、18:00~22:00(LO 21:30)  
※金・土曜日は23:00(LO 22:30) 定休/日曜日 ※P4・15・27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ね！！



## 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。  
4月18日(月) 東部保健センター(高城保健センター内) 13:30~14:00  
25日(月) 市民健康センター(市役所地下1階) 13:30~14:30  
持参するもの:母子手帳、バスタオル  
対象児:生後1カ月~1歳未満 予約不要  
お問合せ:都城市 ことま課 0986-23-2684

### 三股町

★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。  
4月12日(火) 10:00~11:00  
場所:総合福祉センター「元気の社」大会議室

★おはなしかい  
読み聞かせボランティアグループ「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。  
4月14日(木) 10:30~  
場所:総合福祉センター「元気の社」内 三股町子育て支援センター  
お問合せ:三股町子育て支援センター 0986-52-8101

### 曾於市

★バクバクッキング  
4月20日(水) 9:30~11:30(クッキングは10:00スタート)  
場所:財部保健福祉センター 講師:田中友里恵先生(曾於市役所栄養士)  
対象者:離乳食完了児の親子(1歳6カ月~)  
持参するもの:エプロン、三角巾  
※申込期間...4月11日~15日

★ベビーピクス  
4月26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:1歳未満見親子  
親子で一緒に楽しみながら運動しましょう♪  
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/>

## ダンスの魅力を伝えたい

DANCE STUDIO ELEMENT 出身 さくらだ ちせ  
ダンサー・インストラクター 桜田 千聖さん(21)



NYで学んだダンスの魅力とカルチャーを多くの方に伝えたい——と話すのは、4月から東京のダンススタジオでインストラクターとして働く桜田千聖さん。

桜田さんは、今年NYから帰国し、拠点を都城から東京へ移した。現在は、「VOGUE・FEMME」というジャンルのダンススタイルを中心にレッスンをしたり、さまざまなダンスイベントに参加したりしている。

3歳からダンスを学び、本格的にダンスの道へ進むと決心したのは、宮崎県で開催された「anation」に、TRFのバックダンサーとして参加したことがきっかけだった。

「中学校1年生の時に、福岡県で行われたオーディションに参加し合格しました。バックダンサーとして、ア

ティストの方が、ステージに臨む姿を間近で見ると、ダンスをもっとしたいし、上手くなりたいと強く思うようになりました。また、その時に初めてダンスでお給料を頂きました。プロになった気がして、とても嬉しかったですね」と笑顔で語ってくれた。

高校を卒業すると同時にNYへ留学し、2年半かけて、語学とダンスを学んできた桜田さん。NYへ留学しようと思ったのは、ダンスの恩師である橋村氏(DANCE STUDIO ELEMENT オナー)の後押しと両親の応援があったからだ。

「NYでの生活は、本当に大変でした。始めは言葉が分からず、辛い思いをしました。しかし、NYは実力社会！ダンスで実力が認められると、どんどん友達や仲間が増えていき、踊る場所が広がっ

ていきました。

さまざまなダンスの大会に積極的に参加し、昨年はNYとシカゴの大会(VOGUE AWARDS)で、「Female Figure Performance of the Year」等、4つの賞を受賞。また、NYでは『H&M』のファッションショーのオープ

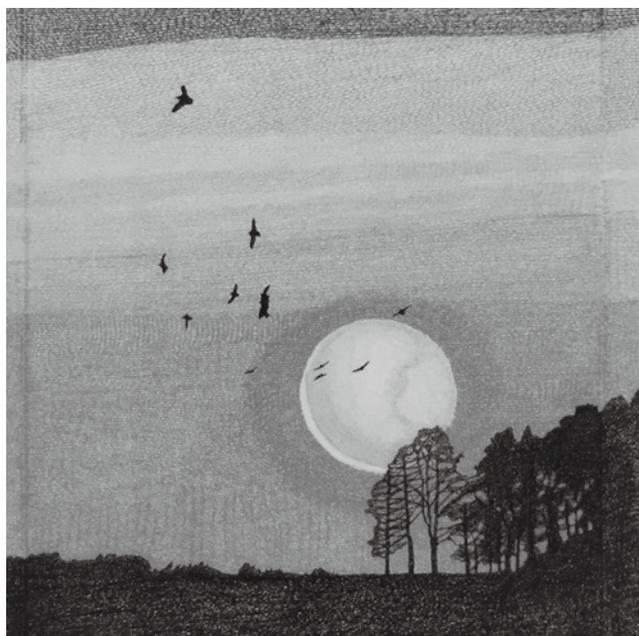
ニングダンスを始めとする多くのイベントにも参加し、観客へ踊りを披露してきた。「都城でも、私が学んできたダンスの魅力をもっと伝えていきたいですね」と意気込みを話してくれた。今後、都城で行われるワークショップが楽しみだ。

★★★

### DANCE STUDIO ELEMENT

都城市久保原町14-3

☎77-2368



## ボールペン画家・大田透さん

個展開催



4月25日(月)〜5月8日(日)、メインホテルナカムラ1階特設ギャラリーで大田透さんが絵画の個展を開催する。

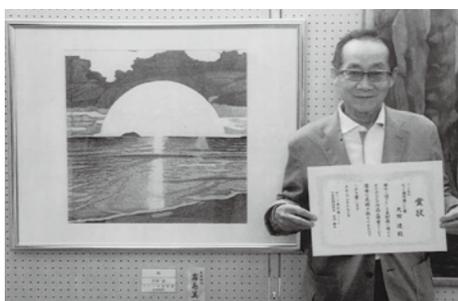
大田さんは現在67歳。年見町で不動産業を営む傍ら、かねてからの趣味であった絵画鑑賞が高じて、1年半程前に自らペンを握った。

同氏が描き上げる作品はボールペン画。20〜30種類のボールペンを駆使して描き上げるこれらの作品は独創的かつ叙情的。

「心に響いた風景や印象に残った人物等、自分が描きたいと思うものだけを描いている」とのこと。一度描き始めたらペンを止まらないそうだ。

ここ1年半で仕上げた作品はなんと100を超え。出来上がった作品は、「宮日総合美術展」や「ぎりしま美術展」「和田英作・和田香苗記念 全国絵画コンクール」等に出展し、様々な賞を受けてきた。

今回の個展ではそれら受賞



作品をはじめ、今まで手掛けた数多くの作品を展示予定。興味のある方はぜひ!!

◆◆◆ 個展に関する問合せは、

☎23-1110迄

◆◆◆ 第一回 大田透個展記念パーティ

日時: 4月27日(水)

17時30分受付 18時開演

会場: メインホテルナカムラ

1階特設ギャラリー

**A** ジェラート(1つ) 10名様 店



採れたて野菜たっぷりのランチが、新メニューとして加わった『ごち』より、ジェラートをプレゼント!

P4・13・27もご覧ください

★提供/創彩 酒膳 ごち  
☎80-6189 都城市牟田町25-7

**B** きくすいのちーまんセット 2名様 〒



ゲームソフト『桃太郎電鉄』に登場する宮崎物件「チーズまんじゅうや」のモデルになっているチーズ饅頭。チョコ2個、ノーマル3個の5個セット。

★提供/お菓子の菊水  
☎22-2524 都城市祝吉3丁目12-14

**C** おいげんチーズ饅頭&揚げ馬の里(5個ずつ) 3名様 店



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!(125円) 揚げ馬の里は中に入ったスイートポテトの餡がとってもおいしい焼き菓子です。(130円)

★提供/お菓子のながくら  
☎38-0119 都城市都北町5670

**D** 2,000円食事券 3名様 店



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/餃子のまつうら  
☎21-1239 都城市栄町8-14

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、4月20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  
店…お店に直接取りに行くorお店で利用

**E** 鶏モモからあげ200g 5名様 店



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

**F** 紫いもなごみ 3名様 店



今年オープンした昭栄堂曾於支店だけで限定販売されている、紫いもなごみ。サクッ、ホロッと優しい風味の和風クッキーです。

★提供/株昭栄堂 曾於支店  
☎51-5910 曾於市末吉町上町5-4-1

**G** マカロン(5個) 3名様 店



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

**H** 浴用ハーブミストサウナ無料券 3名様 店



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』へと変更致しました。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子カラ。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

料金受取人払  
都城支店 承認  
2483

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

差出人有効期間  
平成29年7月24日  
まで。  
(切手不要)

★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 \_\_\_\_\_

※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。

きりしまフォーラム 4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「4月号はカレー対決!! 宮崎市VS鹿屋市」で希望するプレゼントの番号をお書きください。  
( \_\_\_\_\_ )  
●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 ( \_\_\_\_\_ ) ・ ( \_\_\_\_\_ )  
興味を持てなかった記事 ( \_\_\_\_\_ )  
その理由 ( \_\_\_\_\_ )

●あなたの健康に関する疑問や意見をお聞かせください。  
(病気、体調、予防のこと等)  
\_\_\_\_\_  
●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!  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

※裏面の縁をのり付けしてお送りください。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》**

**【CubeIII-E】松元町 6.9万円(貸主)**  
洋6.7×2、LDK13.7、ロフト6.7、浴室TV、エアコン4台、角部屋、ウォッシュレット、追焚きオート、電動シャッター付ガレージ、築2年、P2台

**【GFB-C-B】久保原町 6.8万円(貸主)メゾネット**  
3LDK、洋6.6、4.2、6、LDK14、床暖房、衣類乾燥機、P2台、共益600円、専用庭・物置、照明、レースカーテン

**【テソロ都】久保原町3LDK 6.2万円(仲介)**  
洋6.6、和6、LDK15、床暖房、浴室暖房、浴室乾燥機、エアコン4台、照明、レースカーテン、P2台付、東南角部屋

**【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、ウォッシュレット、P1台、H25リフォーム済み

**【CubeI-b】松元町 4.2万円(仲介)**  
洋4.2、LDK11.7、エアコン2台、給湯、ウォッシュレット、照明、レースカーテン、シャッター付ガレージ、3月下旬入居可

**【一戸建て】大王町 3.8万円(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

**【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♥

**【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

**【年見町・メゾン愛・3LDK】5.0万円(仲介)**  
洋6.6、6、LDK8.5、リフォーム完了、P2台、エアコン2台、モニターホン、ウォッシュレット、給湯シャワー、角部屋、即入居可

**【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、間口広し

**【売地】立野町 498万円(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

**【売地】都島町 572万円(仲介)**  
宅地114.48坪、無指定、70/200、西12m公道に15m接す、大岩田バス停歩7分

**【中古住宅】平江町 650万円(仲介)**  
宅地218.97㎡(66.23坪)、建物57.45㎡(17.37坪)、木造平屋建て2DK、築20年、即入居可、P4台可、大王小学校区

**【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 秘密厳守

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 石製品

**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  
ココ 都北店  
ココ 宮脇燃料

広告有効期限/平成28年4月30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☆

#### ◆選挙アンケート

・あなたは選挙が行われる際、投票へ行きますか?

( はい ・ いいえ )

・「いいえ」と答えた方へ質問です。

なぜ、投票へ行かないのか理由を教えてください。

・あなたが理想とする政治家を教えてください。

☆ご協力ありがとうございました。

# 休日急患診療機関



[4月度予定]

3日 (日)	政所医院 (小・内)	高城町	58-2171	24日 (日)	沖水こどもクリニック (小)	太郎坊町	27-5656
	坂元医院 (内・胃)	牟田町	22-0360		宮永病院 (内・胃・外)	松元町	22-2015
	戸嶋病院 (内)	郡元町	22-1437		園田光正内科医院 (内)	太郎坊町	38-5115
	はまだクリニック (外・胃・肛門)	祝吉町	45-2266		川畑医院 (外・胃)	年見町	46-3225
	よしかわクリニック (麻・整・内)	前田町	23-9384		江夏整形外科クリニック (整・リウ・リハ)	三股町	51-1122
	ふたみ眼科 (眼)	都北町	38-5532		永吉眼科医院 (眼)	姫城町	22-1530
	八田歯科医院 (歯)	都島町	25-6318		はまだ歯科医院 (歯)	三股町	51-3777
10日 (日)	児玉小児科 (小)	花繰町	25-5570	29日 (金)	志々目医院 (内・小)	山之口町	57-2004
	野辺医院 (内・胃)	上町	22-0153		おおくぼクリニック (内)	千町	26-1500
	坂田医院 (内・消・胃)	三股町	51-2003		黒松病院 (内)	金田町	38-1120
	山路医院 (外・内)	山田町	64-3133		宗正病院 (外)	八幡町	22-4380
	ならはら皮膚科医院 (皮)	志比田町	22-1455		横山病院 (泌)	都島町	22-2806
	すみ産婦人科医院 (産・婦)	東町	23-1152		岩下耳鼻咽喉科 (耳鼻)	三股町	51-1187
	花森歯科医院 (歯)	都原町	25-8345		大王歯科医院 (歯)	大王町	24-8827
17日 (日)	ふくしまクリニック (内・消・小)	下川東	46-5001	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「きリアプ」でもご覧頂けます。			
	三嶋内科 (内)	鷹尾	24-7171				
	宇宿医院 (内・胃・消)	栄町	25-9031				
	もりやま脳神経外科 (脳外科)	久保原町	21-6888				
	寺本整形外科医院 (整)	北原町	22-1171				
	宮田眼科病院 (眼)	蔵原町	22-1441				
	浜田歯科医院 (歯)	牟田町	22-1355				

## 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

### レヴェナント

——第88回アカデミー賞3部門受賞!!——  
最愛の息子を殺され、極寒の地に放置された男……。過酷なサバイバルの果てに彼を待つものは!?

●監督/アレハンドロ・G・イニャリトウ  
●出演/レオナルド・ディカプリオ、トム・ハーディ、ドナルド・グリフソン、ウィル・ポウルター 他

## BOOK

■資料提供/田中書店妻ヶ丘店

### また、同じ夢を見ていた

住野よる/双葉社

『君の臓腑をたべたい』の著者が描く、待望の最新作。学校に友達がない「私」が出会ったのは、手首に傷がある「南さん」、とても格好いい「アバズレさん」、ひとり暮らしの「おばあちゃん」。そして、尻尾の短い「彼女」だった。——カバーより

www.e-hon.jp

## MUSIC

■資料提供/AVクラブ鷹尾店

### あの日 あの時

小田和正

初の3枚組、ALL TIME BEST ALBUM!!  
日本人に長きに渡り親しまれ、J-POPシーンのトップとしてそれぞれの時代を駆け抜け数々の記録を打ち立ててきた小田和正。オフコース時代のセルフカバー作品に手を加え多数収録!!  
(収録予定曲)ラブ・ストーリーは突然に、さよなら、キラキラ等

●初回仕様限定盤(3CD) 3,611円(税抜)  
さらにご予約でT-POINTS5倍です!! 入荷日 4/19  
初回仕様限定盤 3,611円(税抜)  
ぜひご利用くださいませ。

SNSを中心に話題の、沼夫さんと奥さんが編み出した「沼サンド」を、春らしく簡単アレンジ♪

材料 (1人分)  
★マヨネーズ…大2 ★粒マスタード…小1 ★ブラックペッパー…少々

- 千切りしたキャベツをボールに入れて、★と混ぜ合わせる。菜の花はさっと茹でる(洗みが取ればOK)。
- 食パン1枚にチーズ、ベーコンをのせ、食パン2枚をトースターで焼く。
- ②の食パンに、①のキャベツをのせ、その上に菜の花をのせる。もう一方の食パンでしっかりサンドしてラップで包む。
- ラップに包んだまま、半分にかットすれば出来上がり。お弁当に入れる時は、ラップのまま入れて食べる前にラップを外してね♪

フォーラム  
くっきんぐ



参加。建築家との無料相談会を開催しています。

日時

◎4月2日(土) 11時～18時

◎4月3日(日) 10時～17時

会場／都城圏域地域産業振興センター

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／MIYAKONOJ STUDIO OASJ 都城

スタジオ「榎矢野興業」

☎0120-77-3150

※裏表紙もご覧ください

★ロボットプログラミング教室

体験授業受付中!

お子さんの自分で考え行動する力をロボットプログラミングで成長させよう!

日時／4月2日(土)・16日(土)・23日(土)

13時半～

定員／各3名

対象年齢／8歳以上

※要申込

■問合せ／ゆいまゝるパソコン

☎51-6105

※P6もご覧ください

★キープ&シヨップ

ぐりん・ぐりん

オープン1周年祭

先着100名様へのプレゼント等、日頃の感謝の気持ちを込めたスペシャルイベントを開催!

日時／4月4日(月)

10時～15時

場所／キープ&シヨップ

ぐりん・ぐりん

■問合せ／☎38-7070

グリーンコープ都城支部

※P23・24もご覧ください

★英会話・英語塾無料体験教室

高崎町で幼児、小学生、中学生、一般社会人の4クラスを無料体験出来ます。この機会に英語を始めた方必見です!

日時／4月4日(月)

15時～20時の間

場所／高崎下新田公民館

※要予約

■問合せ／☎46-6588

コアラ英会話スクール

※P6もご覧ください

★ユーチャリス

サクソフオーンカルテット

「芽吹き奏」サクソスの豊かな響きでクラシックからポピュラー迄さまざまなジャンルの音楽をお届けします。

日時／4月17日(日)

13時半開場 14時開演

場所／メソホール

(乙房町4113-1)

料金／一般………1000円

学生………500円

■問合せ／事務局

☎46-1787

★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? 女性スタッフが対応します。

日時／4月20日(水)・27日(水)

9時半～16時半

※要予約 1時間程度

料金／無料

場所／楠元労務管理事務所

■問合せ／☎25-1107

楠元労務管理事務所

※下段広告もご覧ください

★特別講演会

市長との意見交換会

新たな圏域の未来を創造しよう!

日時／4月21日(木)

18時45分～21時

場所／ウエルネス交流プラザ

(18時半開場)

ムジカホール

料金／無料

定員／200名

申込方法／都城青年会議所HPの講演会バナー、申込みフォームよりお申込みください

■問合せ／公益社団法人

都城青年会議所

☎23-0502

★三州健康教室

日時／4月22日(金)

15時～16時

場所／三州病院3階

カンファレンス室

講師／鹿児島大学 腫瘍学講座

消化器・乳腺甲状腺外科学

特任講師 又木雄弘 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

★黒田ワイオリオン教室発表会

3歳～大人迄、ワイオリニ

## アトピー性皮膚炎やにきび等

皮膚トラブルでお悩みの方、症状にあった漢方薬を試してみませんか? **カウンセリング無料**

女性の薬剤師・スタッフが対応します。気軽に相談ください!

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?**

各1,080円 測定時間約6分～ ※指先からわずかな数値でOK!

ご予約を頂くともスムーズに行えます。気軽にお電話ください。**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

## 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、お困りのことをご相談ください。手続き・代行も行っています。女性スタッフのみで営業しています。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

無料相談開催! 詳細は上記記事をご覧ください。

☎0986-25-1107

都城市大王町41-11-2 受付/月～金曜日 9:00～17:00 ※祝日は除く

ココありまんうを佐ガオガオ あやめ会館 志比田橋南 鹿児島銀行 中央郵便局

4月 入園式・入学式の季節

思い出づくりのお手伝い

**塩屋写真館** 検索

携帯・スマホの方は、コチラ→

都城市松元町7-10(西駅大通り) ※水曜定休日 TEL&FAX 0986-22-4083(代)

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

4月診療スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
					1 休診	2
3 休診	4	5	6 休診	7	8	9
10 休診	11	12	13 休診	14 休診	15	16
17 休診	18	19	20 休診	21	22	23 午後休診
24 休診	25	26	27	28	29 休診	30

※23日は午後休診

診療時間	午前	午後
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

0986-45-0020 都城市年見町24番5番地 http://www.iki-clinic.com/

ストのたまご&ひよこさん達による発表会です。

日時／5月7日(土)

14時半開場 15時開演  
会場／ウエルネス交流プラザ  
ムジカホール

料金／無料 ※全席自由

問合せ／☎46-3000

黒田ウアイオリン教室

※P6もご覧ください

## 婚活イベント情報

★独身者向けサークルパーティー  
日時・料金／  
◎4月16日(土)13時～  
50代+60代

【昼の部】  
女性……………20000円  
男性……………25000円

◎4月16日(土)19時半～  
30代+40代

◎4月22日(金)19時半～  
20代限定

【夜の部】  
女性……………30000円  
男性……………35000円

会場／Salon et Cafe morea  
(モレア)

■参加申込／  
モレア ☎21-7889  
(受付時間15時～22時)

アモーレ会  
☎080-5203-9445  
(LINEまたはショートメール)  
こちらまで、希望日、お名前をお  
知らせください。

## その他の情報

★英語の生徒さん大募集！  
全く英語が分からない方でも

日常会話ができるようになる迄  
お一人おひとりをご指導させて頂きま  
す。独自のメソッド法でレッス  
ンします。詳しくはお問合せく  
ださい。

■問合せ／松本  
☎090-4584-7530  
※P7もご覧ください

★ピアノ教室 幼児から大人迄  
生徒大募集中！  
心を育てる個別レッスン、音  
楽に触れる第一歩は楽しく!!  
お子様の送迎時間が取れない方  
は、お車にて送迎を行っており  
ます。お気軽にご相談ください。

■問合せ／前原  
☎090-7478-9074

★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  
(吉元)

★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

★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。独学とは違い  
教室ならではの身に付く学習が  
出来ます。

場所／豊満町  
※詳細はお問合せください  
■問合せ／  
☎080-6412-1180

☎080-6412-1180

都城農業協同組合  
**JA 給油所業務 男女スタッフ募集**

**職種** 給油サービス及び配達業務・車輛の整備等  
※臨時職員。1年毎の契約更新。職員への登用あり!!

**就業場所** 都城市内・三股町内の15給油所から相談の上決定します

**応募資格** 普通自動車免許(AT限定不可) ※危険物取扱乙種取得者は優遇

**給与** 【日給制】13.59万円～(月額平均) ※その他、各種手当あり

**JA 都城 燃料課** Tel.0986-38-6690  
都城市都北町5712 (担当:細山田)

**宅建必勝講座(初心者向)**  
残り定員5名のみ!! 随時受付中

個別指導型 詳しくはHPをチェック!!

**入会金:44,000円(光熱費込)**  
**月々の受講料:18,000円**

～資格の時代～(有)拓明館  
webスクールの学習システムはホームページにて説明  
詳しくはHPにて <http://takumeikan.com>  
**0986-22-8535**

**合格しました!**  
平成27年度宅建合格発表  
全国平均合格点/31点

- 合格者/10名
- 合格者平均点/36点
- 最高得点者/42点
- ※合格者の対象は1～3月生です

R10 夾竹園 ●ガリバー  
●GS ●西松屋  
●至市内  
●至市場  
●ココ

**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♪

**YC 読売新聞**

**YC五十市・庄内・山田**  
☎(0986)23-4196 都城市葦原町8655-5

**YC中央・北部**  
☎(0986)36-5471 都城市祝吉町5055-5

**YC沖水**  
☎(0986)38-2862 都城市都北町3580-2

左のYC(読売センター)各店は「楽しい生活のご提案と地域振興」を目的に、きりしまフォーラムを宅配・後援しています。

**正社員・アルバイト  
スタッフ募集中**  
(休日あり・高給優遇・丁寧指導・各種保険完備)  
お気軽にお電話ください

購読のご用命は最寄りの各店にご連絡ください。

■取り扱い品目■  
読売新聞・スポーツ報知・九州スポーツ・KODOMO新聞・  
中高生新聞・英字新聞・その他

防災・避難対策  
について  
徹底調査の巻



都城の気になるトコロをなっちゃん調べたこのコーナー。今回は、都城の『防災・避難対策』について調査してきました!!

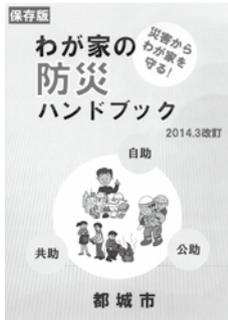
◆ ◆ ◆  
これらの季節、転勤や入学等で都城に引越して来る人達も多いはず。新しく都城市民の間になる方へ向けて、「都市はどのような防災・避難対策情報を発信しているのだろうか?」という疑問をきっかけに、都市の『防災・避難対策』について市役所の方に話を聞いてきました。



危機管理・防災担当  
新牛込さん

防災マップ  
防災ハンドブック

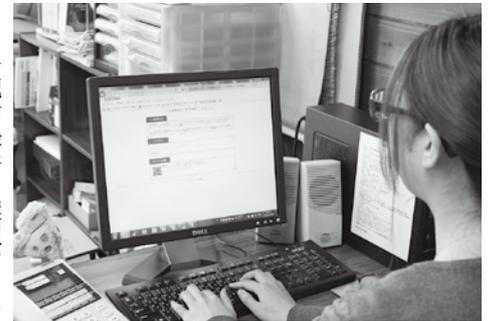
まず都城に引越して来た人達は、転入届等の手続きを市民課でします。その際に一緒に配布されるのが、「防災マップ&防災ハンドブック」です。防災マップは市全体図及び9地区に分かれ作成されています。またハンドブックには、水害、土砂災害、地震災害、火山災害等の備えや、避難所、応急手当、緊急連絡先の項目に分かれ15ページ程の冊子になっています。



都城市のホームページからでも印刷可能ですので、ぜひ皆様のご家庭にも一冊置いておくことをオススメします。このような資料を配布することによって、日頃からの「確認・備え」を促しているそうです。

宮崎県防災・  
防犯情報メールサービス

次に、市役所として地域住民に勧めているのが、「宮崎県防災・防犯情報メールサービス」です。こちらは、宮崎県が運用している無料メール配信サービスとなります。登録は簡単に出来るそうなので、実際にメールアドレスを登録してみました。



メール配信条件を選択するの少し時間が掛かりましたが、メール配信条件は後からでも変更可能ですので、まずはメールアドレスの登録だけでも済ませしておくことをオススメします!!

みたちヨ

そしてスマートフォンをご利用の方にもうひとつ、「みたちヨ」のダウンロード登録を勧められています。こちらは、一般社団法人全国防災共助組合が運用しているアプリになります。



アプリ内のカメラ機能を開き、景色を写すと画面上に案内方向が表示されます。現地から、最短距離の避難所を検索し案内してくれました。土地勘がない場所でも、このアプリなら安心して移動することが出来るそうです。

災害情報配信の他に、災害時に電波がなくても安全な避難所を閲覧・誘導してくれる等の機能があります。外出時や旅行先での使用に役立ちますよ!!

戸別受信機  
排水ポンプ

土砂災害が発生しやすい地域には、「戸別受信機」を配布しています。こちらは市役所から災害に関する情報を受信出来る無線機で、ラジオのようなもの。災害時の避難情報や国民保護情報等を迅速、かつ正確に伝える、人的被害を未然に防止するために役立つています。

そして都城での災害の特徴は、街の中心に川が通っていることによる水害が挙げられるそうです。川周辺は、川の水位が上昇してしまえば、川の水が溢れ出るだけではなく、川より土地自体が低いので排水路より雨水が溢れてしまいます。冠水の対策として、現在都城には約5カ所の「排水ポンプ」が設置されています。

自助・共助・公助

『防災・避難対策』として一番大切なことは、一人ひとりが

自ら取り組む「自助」です。ご自宅の安全対策は出来ていますか? ご家族と一次避難所の確認は大丈夫ですか? 水や食料等の備えは万全ですか? まずは、自分自身が災害に関する知識を身につけ、正しく理解し準備すること。そして地域や身近にいる人同士が助け合って取り組む「共助」、国や地方公共団体等が取り組む「公助」になります。現在では、近所付き合いを苦手とする方達も増えてきています。ですが個人の力だけでは困難なことも、地域の方と協力して解決出来るものが、たくさんあります。日頃から近所付き合いをし、地域の繋がりを大切にするのも、自分を助ける上で大事なことなのだも教えてもらいました。

ペットと同行避難

ちなみに現在では、さまざまな大規模災害の経験から、飼主とペットが同行避難することが理想的と考えられています。ただし、同行避難するために必要なしつけや、健康管理が出来ていることが最低条件です。そして、ペットを連れていない避難者への配慮、ペット自身のストレス軽減等、普段以上に気を遣わなくてはなりません。それは決して特別なことではなく、普段からのしつけといろいろな環境に慣らしておくことが、災害時の備えの基本です。避難所には、たくさんの人達が集まります。原則的な飼育マナーは、きちんと守りましょう。



公共防災連絡先

- 市役所 本庁 ☎ 23-21111
- 山之内総合支所 ☎ 57-31111
- 高城総合支所 ☎ 58-23111
- 山田総合支所 ☎ 64-11111
- 高崎総合支所 ☎ 62-11111
- 警察署 ☎ 24-01110
- 消防局 ☎ 23-21125
- 九州電力(株)都城営業所 ☎ 0120-9861705
- NTT西日本 ☎ 113
- 宮崎ガス(株)都城支店 ☎ 38-17500
- 水道局 ☎ 23-45100
- 道路交番情報センター ☎ 050-336916645

◆ ◆ ◆  
今回調査してみても、私自身も「防災・避難対策」について考える機会が増えました。皆さんも、もう一度勤務先、ご家族の方と話し合ってみてはいかがでしょうか。  
(なっちゃん)



取材協力  
都城総務部危機管理課

都城総務部危機管理課 ☎ 23-21129  
都城市姫城町6街区21号

# 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、朝食の目玉焼きを作る時に、たまごが双子でした〜!! しかも、3つともです!! すごくいでしょ〜。(たまごちゃん/37歳)

■3つとも双子だったなんて、すごい確率ですね!! その日、良いことが起こりましたか? きつといつもとは違う日になったことでしょうか。

### ●新一年生

娘が生まれたのが昨日のことのように感じますが、そんな娘も4月から小学生に……。月日が経つのは早いものですね。「ちゃんと登校出来るのかしら」と、私の方が心配しています。(ペコリーノ/33歳)

■ご入学おめでとうございませう。今迄と違う環境に慣れる迄は大変なことあると思えます。楽しい学校生活を精一杯楽しんでもらえたら良いですね!! 友達100人出来るかな〜

### ●子どもは風の子

朝、晩と寒い日が続いていきますね。近所の小学生達が半袖半ズボンで遊んでいる姿を見た時に、「元氣だな〜」と思つ反面「風邪ひきそうだな〜」と心配になります。(ヒット/41歳) ■少しづつ、春の陽気が漂ってきましたね。子どもは風の子と

言いますが、本当にその通り!! 外で元気に走り回る子どもの方が、体調を崩しにくい傾向があるそうです。半袖半ズボンではまだまだ寒そうなおもします。まだまだ寒そうなおもしますが、元気に遊んでいる姿に、こちらも元気を貰いますね。

### ●つい嬉しくて……

2歳の息子がでんぐり返しに成功したので、「す〜いね〜!!」と褒めたら、その日から何回もでんぐり返しをするようになりました。正直困っています。(いおり/40歳)

■息子さんは褒められて伸びるタイプの子なんですね!! 褒められたことが嬉しくて、たくさん挑戦しちゃう姿が目につかびます。将来は体操選手になるかもしれませんよ〜(笑)。

### ●言い間違い

小学校1年生の息子が「処分

と「保管」の言葉を混同して使うので、たまに戸惑ってしまいます。この間も、買って来たばかりの遠足のおやつを「これ処分!!」と言ってきたので驚いてしまいました。分かっていて「えっ!!」となります。(くわっちの妻/40歳)

■周りにいる方達も、最初に聞いた時はビックリしてしまいましたね。意味を間違えて覚えてしまったのでしょうか。早く正しい言葉を使えるようになって、かっこよく「これ保管して!!」と言えるといいですね。

### ●変化

先日、髪の毛を切ったのですが、会社の人が誰一人として髪の毛を切ったことに気付いてくれませんでした。す〜くブルーになっちゃいました。友人、家族はもちろん気付いてくれたのですが……。なんだか寂しかったです。(モーす〜バースデー/30歳)

■新年度に向けて、イメチェンしたのですね〜。結構バツサリと切られたのでしょうか? ちょっとの変化では意外と気付いてもらえないことが多いですよね……。気付いてもらえる迄、ちょっと多めに髪の毛を触ってみてはいかがでしょうか。

### ●習い事

水泳教室に通って半年が経ちました。クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ・飛び込み・ターンを教わり、一通り泳げるようになった。水着も新しく購入。その水着が素敵と褒め

られて大喜びです!! (モリサン/54歳)

■素敵なお味を見つけたら、泳ぎが出来ると、たね〜。泳ぎが出来ると、す〜く羨ましいです。私は泳ぎが下手だったので、中学生の時は居残り練習していました。なんと25m泳げるようになりました。今、今はもう出来ないかも知れませんが、新しい素敵なお水着で、これからも頑張ってくださいね〜

### ●検診

年に一度の乳がん検診に行つて来ました。私の場合、遺伝性乳がんの可能性があるので、毎年ドキドキしながら行つています。今年も異常無しで良かったです!! (あま栗/27歳)

■乳がん検診お疲れ様です。毎年受診されているとのこと、とても尊敬します。女性であれば、絶対に受けておいた方が良いでしょう。絶対にお風呂のタイミングで胸を触ってみる等、少しでも気に掛けてみます。

### ●いとこ

妹に男の子が生まれました。うちの娘は、いこの誕生を誰よりも喜んでるようです。会う度に熱い抱擁とキスをしています。仲良く育つてね〜。早く公園等で一緒に遊びたいです。(なつきち/29歳)

■ご出産おめでとうございませう。娘さんも、かわいい弟が出来たみたいで嬉しいでしょうね。す〜く成長して、早く一緒に遊べるようになれるといいですね〜

●ど〜いった〜

愛猫が見つからず探していたところ、台所に置いてあった買い物バッグの中で寝ていました(笑)。(ふーちゃん/22歳)

### ●春よ来い!!

だんだん暖かくなってきましたね。桜も楽しんでいます。(ゆう/41歳)

■春がやってきましたね〜。お昼は冷房を入れたい程に暑くなる日もあって、「さすが都城だな〜」と思います。「寒〜!!」「暑い!!」の二つしか無い……。丁度良いが無いんですね(笑)。

### ●有言実行

今年の目標は「ダイエット」と宣言!! 約2カ月が過ぎようとしています。努力「さえもしていません……」。(ホビー/49歳)

■頑張ってください!! 0.5kgでも、痩せられたらダイエット(?!?)ですよ(笑)。私は今、豆乳とホワイトチアシードのダイエットに挑戦中です。一緒に頑張りましょう。

### ●つらい

花粉で鼻がむずむず……。せつかく暖かくなってきたのに。■春の到来と共に、花粉の季節もやってきましたね。暖かくなり、アクティブになってきた矢先につらい試練が……。

**ぐりーんこープ**  
元氣くん <http://www.greencoop.or.jp/>

**キープ&ショップ ぐりーん・ぐりーん**  
**オープン1周年祭**  
4月4日(月) 10:00~15:00

グリーンコープの商品の受取りと買物が出来る場所『ぐりーん・ぐりーん』が、お陰様で1周年を迎えます。日頃の感謝の気持ちを込めたスペシャルイベントを開催！ご家族・お友達を誘って、遊びに来てくださいね♪

**先着100名様限定**  
**チョコきのこプレゼント**

**青果即売** 規格外野菜100円!  
産直野菜や果物も販売

**生産者が来場!**  
「イシハラフーズ」の枝豆・冷凍ほうれん草等が100円均一! 「山一」の花かつおかつおバック等お買得! その他、試食や試飲、出汁の美味しいとり方講座もあります

**グリーンコープの商品の受取りと買物が出来る場所『ぐりーん・ぐりーん』が、お陰様で1周年を迎えます。日頃の感謝の気持ちを込めたスペシャルイベントを開催！ご家族・お友達を誘って、遊びに来てくださいね♪**

**先着100名様限定**  
**チョコきのこプレゼント**

**青果即売** 規格外野菜100円!  
産直野菜や果物も販売

**生産者が来場!**  
「イシハラフーズ」の枝豆・冷凍ほうれん草等が100円均一! 「山一」の花かつおかつおバック等お買得! その他、試食や試飲、出汁の美味しいとり方講座もあります

**グリーンコープの商品の受取りと買物が出来る場所『ぐりーん・ぐりーん』が、お陰様で1周年を迎えます。日頃の感謝の気持ちを込めたスペシャルイベントを開催！ご家族・お友達を誘って、遊びに来てくださいね♪**

**グリーンコープ 都城支部**  
R10 前田 市営球場 セルセル 陸上競技場

**お試しサンプルプレゼント**  
グリーンコープ自慢の人気商品の中から、いずれかをサンプルとして無料でお届け致します♪ サンプルのお申込みは、お電話か上記のホームページから!  
※グリーンコープ組合員の方はご遠慮ください。

**キープ&ショップをご利用の方、受取商品(食材)が3%OFF!**  
お店では新鮮で安心・安全なお野菜も販売中!!

お問合せ **0120-349-017** **グリーンコープ 都城支部** Tel.0986-38-7070  
※P19・24までご覧ください。

●やる気  
・どつしても部屋が片付きませ  
ん。断捨離がなかなか出来ない  
のです。今年こそ、家庭訪問前  
に慌てないように、気持ち良く  
桜の季節を迎えたいな……。

(こころ/46歳)

●家庭訪問の時期がやってきま  
したね。断捨離出来ましたか?  
私が小学生の時は、勉強部屋迄  
チェックされていましたよ。今  
でも、勉強部屋のチェックはあ  
るのでしょうか?

●夕焼け  
・日が長くなってきました。お  
かげで、夕方遅く迄、畑作業  
が出来るようになりました。  
ちよつと得した気分になりました。  
(ほんちゃん/60歳)

●すつかり過ぎやすい季節に  
い

●楽しみ  
・ナインティナインの「お見合  
い大作戦」が都城で開催され、  
なりましたね。さほど暑くもな  
く、畑仕事もはかどるのではな  
いでしょうか? あまり頑張り  
すぎず、熱中症等に気を付けて  
くださいね!!

●熟睡  
・毎年恒例!! 今年も始まりま  
した。家の犬、暖かい季節にな  
ると、いびきがうるさいんです。  
「人間」以上ですよ!! ちなみに  
にチワワです。(T・M/40歳)

●「あつたかくて気持ち良い  
〜」と熟睡している姿が想像  
出来ます。かわいいワンちゃん  
のためなら、うるさいいびきも  
我慢出来ますね。

●楽しみ  
・盆人倶楽部、毎月楽しんで読  
んでいます!! 「いろいろな人  
がいるんだな〜」と思つたり、  
共感する投稿もあつて楽しいで  
す。(シユリユリ/45歳)

●ありがとうございます。私達  
も、皆さんからのお便りを楽し  
みにしています。元気の源に  
なっていますよ! これからも  
皆さんからのたくさんのお便り  
をお待ちしています!!

●楽しみ  
・益人倶楽部、毎月楽しんで読  
んでいます!! 「いろいろな人  
がいるんだな〜」と思つたり、  
共感する投稿もあつて楽しいで  
す。(シユリユリ/45歳)

●ありがとうございます。私達  
も、皆さんからのお便りを楽し  
みにしています。元気の源に  
なっていますよ! これからも  
皆さんからのたくさんのお便り  
をお待ちしています!!

●楽しみ  
・益人倶楽部、毎月楽しんで読  
んでいます!! 「いろいろな人  
がいるんだな〜」と思つたり、  
共感する投稿もあつて楽しいで  
す。(シユリユリ/45歳)

●ありがとうございます。私達  
も、皆さんからのお便りを楽し  
みにしています。元気の源に  
なっていますよ! これからも  
皆さんからのたくさんのお便り  
をお待ちしています!!

●楽しみ  
・益人倶楽部、毎月楽しんで読  
んでいます!! 「いろいろな人  
がいるんだな〜」と思つたり、  
共感する投稿もあつて楽しいで  
す。(シユリユリ/45歳)

●ありがとうございます。私達  
も、皆さんからのお便りを楽し  
みにしています。元気の源に  
なっていますよ! これからも  
皆さんからのたくさんのお便り  
をお待ちしています!!

**選挙や政治に関心を!!**  
**第10回**  
**「わけもんの主張」**

去る2月13日、宮崎県議会議場(宮崎市)で、明るい選挙宮崎県推進協議会・宮崎県選挙管理委員会等が主催する「わけもんの主張」が開催された。若者が政治や選挙について意見発表するこの催しは今回で10回目。

宮崎県内7地区で行われた予選会を経て選ばれた14人がそれぞれの意見を発表し、最優秀賞には綾町職員の外山真衣さん(22歳)が選ばれた。今夏から選挙権年齢が18歳以上に引き上げられることを受け、今回は初めて高校生4名が出場。

都城北諸地区からは都城東高校1年(新2年)のT U A D A A J M A R N I E L (ツアダ・エイジェイ・マニエル)さん、都城西高校1

年(新2年)の上山音さんの2名が出場し、各々の思いを語った。なお、「これからの日本を動かしていくのは自分達若者の世代」と訴えたT U A D A A J M A R N I E L さんは優秀賞を受賞した。

優秀賞を受賞したことで自信をつけることが出来た。私には選挙権がないため政治に参加することは出来ないが、日本の政治についてさらに学んでいこうと思う。これからの日本には、若者の声が必要だと思う。今、出来ることを自分なりに考え発信して欲しい。また日本人としての自覚を持ち、与えられている全ての権利を大切にして欲しいと思う。

●都城東高校1年 (新2年) T U A D A A J M A R N I E L さん  
「わけもんの主張」に参加し、選挙制度や日本社会の状況を知ることが出来た。さらに、

●都城西高校1年 (新2年) 上山 音さん  
これまで政治や選挙についてあまり関心はありませんでした。こういった場で発表する機会を頂き、とても良い勉強になりました。  
自国の政治を抱えている課題について関心を持つ必要性を感じるのと同時に、自分自身の考えをしつかり持ち、それを人に伝えることの大切さを学ぶことが出来ました。

●取材協力  
都城選挙管理委員会事務局  
☎ 23-7864

キーブ&ショップ ぐりーん・ぐりーん オープン1周年祭

4月4日(月) 10:00~15:00

みなさまのおかげで1周年を迎えることが出来ました!  
日頃の感謝を込めた楽しいイベントを開催します。

- イベント① 先着100名様限定 チョコきのごプレゼント
  - イベント② 青果即売 規格外野菜100円! 産直野菜や果物も販売
  - イベント③ 生産者が来場!! 試飲や試食、出汁のとり方講座もありです
- マスコットの元気くんもやって来ます!! ぜひ遊びに来てください!!  
■グリーンコープ都城支部 TEL/38-7070 ※P19-23もご覧ください

フェイシャルに特化した美容鍼&エステ

今なら下記施術が  
お試し価格 1,500円!!

【施術内容】

- ①カウンセリング
- ②消毒
- ③フェイシャルエステ
- ④美容鍼orささない鍼
- ⑤消毒

4月限定の特別価格です! このチャンスに美しくなってください!!

■ビューティフェイス AI TEL/080-5246-6161

「はじめての漢方、応援します!」

かんたん漢方健都漢方では、漢方相談や漢方薬が初めての方にも詳しく、丁寧に、分かりやすく説明します。  
お客様ご自身の悩みに合せた漢方薬を、  
中医火神派という漢方の理論をベースに基づき販売しております。  
お薬についてはさまざまな選択肢を提示しています。

どうか安心してご相談ください!  
夕方時間帯は混雑してきましたので、  
午前とお昼過ぎがおすすめです!

■かんたん漢方健都漢方 TEL/26-2126 ※P18もご覧ください

『MiLO-Hair Design Factory-』 STAFF募集!!

MiLOでは、新しい仲間を探しています!  
パートで復帰された方も大歓迎です!  
気軽にお電話ください!! 見学もOKですよ!

募集職種:アシスタント・スタイリスト  
勤務先:MiLO 都城市千町4351-2(ホームワイド敷地内)  
給与:115,000~300,000円 ※技術レベルで変わります  
休日:毎週月曜日+2日 ※夏季・冬季の休暇もあります  
待遇:雇用保険・労災保険あり  
■MiLO -Hair Design Factory- TEL/23-2659(担当:塩屋)

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。

■質Shop天満屋 TEL/22-4340 ※P5もご覧ください

お菓子の南香 正社員・パート大募集!

男性の菓子職人を募集中!!

お菓子作りに興味のある方! 一緒に働きませんか?

募集職種:菓子職人/お菓子作りのお手伝い  
勤務先:お菓子の南香 都城市甲斐元町1-26  
給与:【菓子職人】応相談 【パート】時給 750円~  
時間:【菓子職人】応相談 【パート】9:00~16:00 ※日祝日休み  
下記迄、気軽にご連絡ください!!

■お菓子の南香 TEL/22-4670 ※P3もご覧ください

STAFF

- 企画 上山 雅信 深草 文子  
前田 夏美 小妻 泰宗
- 編集・制作 平井 佑一 桑原 由里子  
藤長 晃一 水島 小百合
- 発行人 井上 隆治
- 発行所 霧島フォーラム

- 体調管理に心掛けよう、と思う今日この頃。パンヤ、パンヤ、パンヤ。(M-DRAGON)
- マイブームの柿の種! 先日、某スーパーで「梅ざらめ味」を発見しました。かなりのヒット♪(Fミ)
- 最近、入浴後に左足の膝が痛みます。歩くこと、しゃがむことが出来ないうらい痛く毎夜湿布を貼って寝る始末。朝には歩けるぐらい迄痛みは治まるのに……。運動不足なのでしょうか。(なっちゃん)
- 都城のラーメン屋制覇を目指して、週に一回はラーメンを食べるようにしています。皆さんオススメのラーメン屋があったら教えてください!
- 最近、マッサージにはまっています。マッサージを受け始めてから、心なしか身体も軽くなったような気がします。やっぱり、身体のメンテって大切なんですね。(平)
- 初めて、プロ野球のキャンプを見学しました。これからシーズンが始まると思うと、ドキドキしますね。(くわゆり)
- はじめまして! 今月からぎりしまフォーラムの編集に関わることになりました。よろしくお願います。(さゆ)



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

4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・28
- 【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。

今年も桜の季節となりました。都城でも母智丘公園の桜は絶景ですね。この季節に欠かせないお菓子といえば、塩漬けの桜の葉で巻いた、ピンク色のかわいい桜餅。水で溶いた小麦粉の生地を薄く焼き、餡をくるっと包み、塩漬けの桜の葉で巻いた関東風の長命寺と、つぶつぶの食感を残した柔らかな道明寺粉(餅米も可)で餡を包み込み、塩漬けの桜の葉で巻いた関西風の道明寺の2種類があります。美しい桜を見ながら、美味しい桜餅を召し上がってください。

■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

今日は、発言力や行動力が出てあれこれと忙しくなります。特に、仕事面ではスケジュール管理をしっかり行いましょう。後輩や部下等若い人とお花見につきがあります。

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

四緑木星

今日は、太陽の日差しに背中を押されるように勢いにつき活動的になります。何事も「百聞は一見に如かず」なので、好奇心と興味を持ちましょう。ただし、慎重さは忘れずに。

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

七赤金星

今日は、新たなアイデアや発想が湧き活気が出てきます。春の風に誘われるように出掛けるときは、花粉症やドライアイ対策が必要ですよ。春らしく華やかな色を身につけましょう。

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

二黒土星

今日は、歓迎会やお花見等、さまざまな場面で出合いの多い月となります。交友関係が広がる時ですが、深入りは禁物です。薄着で出掛けると風邪をひくので注意しましょう。

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

五黄土星

今日は、飲食やレジャーの機会が増え、お祝い等もあり、予想以上に交際費が増えそうです。重要なのは金額ではなく気持ちですが、ケチケチしていると今後に影響が出ます。

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

八白土星

今日は、公私にわたり新たな交際がスタートします。新規事業や取引も期待出来るので、協力者には心から感謝をしましょう。ボカボカ陽気でも薄着は厳禁、風邪に注意しよう。

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

三碧木星

今日は、目立つポジションにいらなくても粘り強さを発揮しよう。コソコソと意欲的に取り組むと今後に大きく繋がります。飲食の機会が増えたら体重のコントロールが必要ですよ。

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

六白金星

今日は、親戚等身内に関する用事が増えそうです。物事が一時的に停滞したり、目標を変えたくも恐れがあります。待てば海路の日和ありと心して、我慢するの大切ですよ。

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

九紫火星

今日は、新年度になり気持ちも新たに過ごせそうです。勢いがあるのは良いけれど、華やかな中にも堅実さや寛大さを忘れないようにしましょう。努力は必ず信用につながります。

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



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  
見つめませんか？

**艶フワなカールスタイルを  
楽しもう♪**

ミネラルデジタルカールとは……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！

デジタル  
パーマの  
上手なお店

**大人気**  
新規の方限定  
ミネラルデジタルカット  
¥12,000 → ¥10,000  
HOIMIトリートメント  
(¥2,000相当)付！  
ロング料金込

**クーポン特典**  
カラー+カット+トリートメント  
¥7,000  
HOIMIトリートメント  
(¥2,000相当)付!!  
※ロング料金別  
●予約時と来店時に提示ください  
●他券併用不可 ●H26.4/30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



**ひとみレディース整体院**



女性専門の整体院  
で、お客様がゆっくり  
安心して施術を受け  
られます。気軽に何  
でもご相談ください。

**完全手技療法で  
頭から足先まで歪みを整えます！**

全身整体で歪みを整え、肩こり・腰痛・頭痛  
等のさまざまな痛みから、むくみ・歪み・便  
秘等の不快な症状を改善します。



**全身整体 (頭からつま先迄) 70分  
¥3,000**

☎090-6631-6717

都城市志比田町4760-3  
営業/9:00~17:00  
(完全予約制)  
定休/日曜日・祝日



内から外から  
キレイになりたい  
**Beauty**  
クーポン特集

**SANHUGI** サンニュージー

**ヘア&アイラッシュ  
[SANHUGI]**

上品なデザイン性の高いまつエクステを体  
感してみませんか？  
厳選したエクステ素材を使用し、お客様一人  
ひとりの「目の形やカーブ」に合わせ、エク  
ステの長さや太さを調整しながらデザインし  
ていきます。ナチュラルなのに目の大きさが引き  
立つ「大人かわいい」仕上がりにリピーター  
続出です！ぜひ一度体験してくださいね♪



2016年はいろいろなかへアスタイルを楽しみましょ  
う♪をテーマに、「その人らしさが際立つスタイル  
を提案します。どんなスタイルにも必ず似合う長さ  
ラインがあります！「スタイル造りのワカマ」に  
100%お応えしたいので、何でも言うてくださいね。

**JBCAアイコーディネーター・JECプロ  
アイリストが、安心・安全で丁寧な施術を  
致します。自まつ毛を強く長くするケアも  
充実しているため、自まつ毛が短くなっ  
た・薄くなったという方にもオススメ！**

**SANHUGI STYLE**  
お客様の毎日が、もっともっ  
と楽しくなるヘアスタイル  
と一緒に考えていきます。  
気軽にご相談ください！

☎0986-21-6332

都城市鷹尾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



**HARE hair** ハレヘア



自宅でお手入れや  
ライフスタイルに合わ  
せたスタイルを、一緒  
に考えながら作ってく  
れるサロン。お子様と  
一緒にカットされるマ  
マ&パパも増えていま  
す♪気軽に足を  
運んでくださいね！

**「HARE hair」が提案する  
春スタイル♪**

**新メニュー oggi otto オッジオット**  
最新毛髪理論と最先端ケアテクノロジー、そして植物  
が持つ生命力を融合したヘアケアアイテム。美容のプロ  
フェッショナルが「ハイクオリティ・ハイテクニック」の  
施術を行います。ぜひ、驚きのケアをご体感ください！

**デジタルパーマ+カット  
+炭酸泉シャンプー  
+クイックトリートメント  
¥10,000**  
(ロング料金別)

**カット**  
幼児 ¥1,000 小・中学生 ¥1,600  
高校生 ¥1,800  
一般 ¥3,200  
■カット+カラー ¥6,300~  
■パーマ+カット ¥6,900~  
■縮毛矯正 ¥7,300~

☎0986-58-9190

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  
スタッフ募集中！詳細はお問合せください



**てのひら療術院**



酸素吸引療法とは  
……濃縮された酸素  
を補給することで、疲  
労回復、血液サラサ  
ラ、不眠解消、お肌の  
老化防止、脂肪燃焼  
といった効果があり  
ます。

**隠れ家的療術院で  
寒さで凝り固まった身体をリセットしよう！**

機械を使わず手技のみで、経絡(ツボ)を押しながら運動  
している筋肉をほぐし、身体の痛みと疲れを取ります。ツ  
ボ押しとマッサージを融合しているため、リラックス効果  
も絶大です！ またお客様だけのプライベート空間なの  
で、お子様と一緒にでも安心して施術を受けられますよ!!

骨盤矯正も  
大好評！  
¥1,500

**全身治療 ¥1,800 (約30分) 部分治療 ¥1,300 (約20分)**  
+  
酸素吸引療法  
※疲れを取りたい方にオススメ!! お時間延長も可能です!  
肩こり、四十・五十肩、腰痛、坐骨神経痛等でお悩みの方はご連絡ください  
『てのひら療術院』でHP検索

☎0986-52-8108

北諸郡三股町大字豊池5041-55  
営業/平日 9:00~19:30  
土曜日 9:00~16:00  
定休/日曜日・祝日 駐車場/あり



**ロゼマドンナ**

**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。



☎0120-16-3314 (予約)  
☎0986-21-1830  
都城市前田町7-14 営業/9:30~18:00  
定休/月曜日・第2・第4日曜日・祝日 駐車場/あり

**エステに行ってみたけれど……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。

小松原中 R10 ●船和ジェム  
西日本シティ銀行 ●ココ  
大阪王将 ●橋病院  
鹿兒島銀行 ●橋病院

**クーポン特典**

- スペシャルスリムコース(光痩身+遠赤ドーム+セルライト除去)…おためし価格 →¥1,500  
【脂肪吸引】+RF波トリートメント
- 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
- 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+パック+仕上げ

# ヘアスタジオQ

## 特別キャンペーン!!

**クーポン特典①**  
 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!!  
 ●予約時または来店時にご提示ください  
 ●H28.4/30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~**  
 ●予約時または来店時にご提示ください  
 ●H28.4/30迄有効

**クーポン特典③**  
**シルバー割引(60歳以上)  
 カット+カラー**  
**¥3,000~**

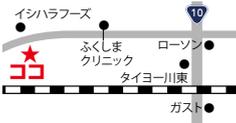
**クーポン特典④**  
**カラー染め  
 5回チケット**  
**¥10,000**  
**グループ買いもOK!**



**クーポン特典⑤**  
**早い者勝ち!!  
 H29.成人式振袖レンタル**  
**¥39,800~**  
**さらに嬉しい特典あり!!**  
**前撮り&着付 ¥6,000~**

☎070-5410-4440

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



# 北野整体施術 技



★毎月★  
**★イベント開催★**  
 毎月10日学生デー  
 (中学生・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  
 ※但し、ほぐしコース・まったり  
 ほぐしコース・リフレクソロ  
 ジーは割引対象外

## 首・肩・腰・他

- ほぐしコース(血流改善で楽々) ¥2,000
- まったりほぐしコース(全身もみほぐし) ¥3,000
- 通常コース(患部&関係施術)骨盤矯正 ¥3,500
- 全身コース(患部込み全身施術)骨盤矯正 ¥4,000
- フルコース(全身施術&リフレクロジー) ¥4,500
- リフレクロジー(アロマオイル使用、下肢リフケア) ¥2,500



**クーポン特典**  
**施術を受けて頂いた方、クーポンご利用で  
 3種のハーブティを差し上げます。**  
 ●他券併用不可 ●H28.4/30迄有効 ●必ずクーポンをご持参ください

☎090-8625-4836

まずはお電話にてご相談ください!  
 都城市下川東3丁目5-3-2  
 営業/9:00~20:00 時間外応相談  
 不定休(4月2・3・4日はお休みします)  
 ※出張サービスもあり  
 クレジット決済OK!



# nanaya ナナヤ



癒しの空間で、心身共にリラックスしませんか? 施術後は腸の動きが活性化し、体調が驚くほど良くなります!  
 その他のmenu  
 タイ古式マッサージ  
 ¥4,000(60分)~

## チネイザンで 身体の中から健康に!

チネイザン(気内臓療法)とは……古くから道教(タオ)に伝わる腹部のデトックスマッサージのこと。内臓の機能向上と同時に、各臓器に蓄積されたネガティブな感情も解放していくため、精神面にも良い効果がもたらされます。

チネイザンセラピスト養成講座  
 チネイザンの施術を取得する講座です

**初回お試し  
 チネイザン(90分)**  
**¥6,000→¥5,000**

◆チネイザンの効果◆  
 便秘・下痢等の胃腸不調、  
 冷え性・生理痛・生理不順、  
 肩こり・腰痛、偏頭痛、不眠、  
 不安、イライラの改善etc.

☎090-8400-2610

都城市志比田町  
 ※ご予約の際に場所を、お伝えさせて  
 頂きます。  
 気軽にご連絡ください!!  
 不定休

LINEでの予約もOKです!  
 ID検索 ito..ito..  
 お名前・希望日時を  
 ご連絡ください

# Ray レイ

## 新メニューが登場!!

「oggi otto luce」のヘッドスパ始めました!  
 8種類のアロマを、お客様の気分や頭皮、心身の状態に合わせてカスタマイズ! リフレッシュ効果や自律神経のバランスを整えたり、アンチエイジング等のさまざまな効果をもたらします。心と体を癒す、最高の時間をお過ごしください。

**モロッカオイル  
 正規取扱店**  
 海外セレブの間で話題となり、日本でもTVや雑誌等さまざまなメディアでも取り上げられ話題となったモロッカオイル。都城では入手困難なので、お求めはお早め!  
 当店オススメの化粧品「煌水」▶  
 目指せマイナス〇歳肌!



「oggi otto」取扱店  
 1度使ったら手放せない魔法のシャンプー入荷!!

**クーポン特典**  
**全メニュー ¥500引き!!**  
 ●1枚で1名様使用可 ●H28.4/30迄有効

☎0986-25-3685

都城市蔵原町13-11  
 営業/9:00~19:00  
 定休/月曜日・第3日曜日  
 駐車場/あり



**リセッターカット  
 ¥1,000~**

「こんな悩みはありませんか?」  
 ・つむじが割れる  
 ・前髪が分かれてしまう  
 ・襟足が浮いてしまう  
 ・ボリュームが出すぎてしまう  
 ・ボリュームが出ない  
 カットだけで改善出来ます。



全て50代オーナーが施術。同年代の方大歓迎です。

**クーポン特典①**  
**シミ、しわ、たるみ改善コース**  
 1回 60分  
 通常¥8,400→¥6,480  
 3回  
 通常¥24,000→¥16,200  
 ※3~4月迄 限定5名様のみ

☎0986-25-1108

都城市都元町3丁目2-1  
 営業/10:00~18:00受付分迄  
 不定休  
 完全予約制  
 『makeupstudioWish』で検索!!

# Make up studio wish!

## 美容整形をそろそろとお考えの貴女、 ちょっと待って!!

メスや注射は即効性はあるけれど、実年齢とかけ離れて痛いものに……。トラブルも少なくありません。不自然な顔になる前に自力で10歳若返りませんか?  
 皮膚科学に則り、皮膚科医が推奨するエンビロン化粧品を使った「肌質改善コース」で、美容に精通した熟練アーティストが貴女の若返り、トラブル改善をお手伝いします。  
 アレルギーやアトピー、敏感肌の方もお気軽にお問合せください。詳しくはホームページ(http://wish.fool.jp/)へ!!



**クーポン特典②**  
**ブライダルエステ  
 (ソフトシェービング込)**  
 1回 80分  
 通常¥14,040→¥11,000  
 (デコルテ、背中)



**クーポン特典③**  
**ジェルネイル(オフ代込)**  
**¥5,400~**  
**ネイルチップ(ワンタッチネイル加工)**  
**¥6,300~**



# marble Hair Lab.

## 今年の春は“フレンチカジュアル”でキマリ!!

この春、人気の「フレンチカジュアルスタイル」。ツヤをまとったような軽やかな寒色カラーや、作り込まない・キメすぎないカールスタイルがオススメ。「さらりとカジュアルなのに……ほかに品のある」スタイル作りなら、『マーブル』におまかせ!



**オーダー殺到★春の最旬スタイル**

- ★パーマ編★
  - ・無造作カールスタイル
  - ・ゆるフワカールスタイル
  - ・細めウェーブでクセ毛スタイル
- ★カラー編★
  - ・フレンチモーブアッシュ
  - ・フレンチセピアアッシュ
- ★新色オススメ★
  - ツヤをまとった軽やかな寒色を実現する「シャボンペル処方」。思わず触りたくなる、ヒュアな透明感と目眩しないウェル感をプラス。

☎0986-77-3061

都城市乙原町150-3  
 営業/9:00~19:00  
 定休/月曜日・第3日曜日

女性スタイリスト  
 募集中!!



**大好評の新メニュー**  
**短時間! 傷まない! リーズナブル!!**  
**クリップカール ¥7,500**  
 デジタルパーマとコールドパーマの中間を実現した新しいパーマスタイル。低温40℃の熱で温めるため髪が傷みません。また、40~50分という短時間でリーズナブルにパーマスタイルが手に入ります!

都城 マーブル 検索!  
 www.marble-hair-lab.com  
 フェイスブック  
 www.facebook.com/marble.hair.lab

## 「フレンチカジュアル」を叶えるSpringスタイル♪

**Special Campaign 1**  
**スペシャルヘアケア3点以上  
 お買上げで20%OFF 8/31迄**  
**おすすめヘアケア 5アイテム**

質感、仕上がり感、香りで選ぶ  
 シャンプー&トリートメント  
 コタイケアシリーズ  
 コタセラS/バシリーズ  
 36パターンの組合せの中からお客様の髪に合わせて選定

+  
 美しさあふれだす浸透ケア  
 アウトバストリートメント  
 コタスタイリングベースB1 コタスタイリングベースB3orB5  
 コタスタイリングベースB7

COTA シリーズ 『marble』では、ヘアスタイル・髪の状態・悩みをカウンセリングし、髪と頭皮について追求した上記のヘアケアアイテムの中から、お客様にピッタリのアイテムをご提案致します!

**Special Campaign 2**  
**全てのお客様へ 4/30(土)迄!!**  
**ホームケアセット 通常¥1,800→¥1,000**

# まごころ整体院

『女性自身』[an・an]で紹介された！  
BMK産後の骨盤矯正が話題に！！

## 出産後の女性の悩み

- ・出産前のズボンが入らない
- ・スタイルが崩れてきた
- ・恥骨、坐骨の痛みが消えない
- ・ポッコリお腹が気になる
- ・むくみやすくなり、冷感が辛い
- ・尿漏れするようになった
- ・実は痔が……
- ・腰痛、肩こり、頭痛がある
- ・股関節が痛くて家事がキツイ
- ・産みがたい気がするなど

BMK産後の骨盤矯正とは女性の身体(Body)の健康と美しさを削り(Make)、それを保つ(Keep)という考えのもと医療現場から生まれた最新手法

上記のようなお悩みは、当院にお任せください1回の施術で、痛みが楽になった、ウエストが2〜3cmサイズダウンした、継続していくことで尿漏れが改善した等、たくさんのお喜びの声を頂いています。

**BMK産後の骨盤矯正**  
通常初回¥7,000(初回60分、2回目以降20分)  
きりしまフォーラムを見たで  
**4月限定 初回¥5,000**  
さらにアンケートを記入して頂くと初回¥4,500

☎080-3972-8908

都城市都北町3530-3  
受付/8:00〜21:00  
定休/日曜日・祝日  
駐車場/あり  
完全予約制



# ヘナとハーブの美容室 ID アイディ



アイディで使用しているヘナは植物100%。不純物や化学染料、防腐剤は一切含まれておりません。

オーナーは Hana ヘナ 認定講師です。

## 都城市東町のヘナとハーブの美容室ID(アイディ)

ヘナをすると、髪に艶と弾力が蘇ります。くせ毛が扱いやすくなります。

ヘナに興味があるあなたはIDブログをご覧ください。  
【都城 美容室ID】で検索！

**女性の体に優しい 上質ヘナで白髪染めしましょう!**

☎0986-25-3391

都城市東町14-15  
営業/10:00〜19:00  
定休/月曜日・火曜日  
駐車場/あり(予約時に場所をご確認ください)  
※予約制



# 女性専用サロン SejourB(セジュールビー)

## おかげさまで5周年!

『SejourB』は、みなさまのおかげで5周年を迎えることが出来ました。4月は日頃の感謝の気持ちを込めたキャンペーンを開催中！5人の子どもを育てるパワフルママがオーナーのアットホームなお店です。ぜひ、この機会に足を運んでください。



TCカラーセラピーとは？  
14本のカラーサンプルから選んだ色の意味をヒントに、自分の心と向き合うサポートをします。本来の心の声に、耳を傾けることが目的です。TCカラーセラピー ¥2,000〜

**5周年キャンペーン TCカラーセラピー (¥2,000相当) プレゼント!!**  
※施術をされた方にのみ

★骨盤矯正 ¥3,000(40分)  
★フェイシャルベーシック(45分) 初回限定 ¥3,000〜¥2,500  
潤ツヤになる話題のフェイシャルコース

☎0986-77-3045  
☎080-7988-0119

三股町新馬場27-2  
営業/10:00〜22:00  
(最終受付21:00)  
不定休



# 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

- 女性特有の悩み
- 美肌効果
- 冷え性・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。セラライトにも効果的で大好評です。



### 3. YOSA

ゆったりとつるける癒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。



身体の芯から温めて・潤す「インナービューティ」を体験してみませんか？  
11種類のハーブと水素が身体を内側から温めることで、新陳代謝を促進させます。体質改善や体調の改善、ダイエットにも効果的です！夏目前! 速効性のある「楽しくダイエット」を始めませんか？

初回限定 ¥1,000 OFF

プレミアム<sup>(120分)</sup>コース  
通常¥13,800相当の施術  
**¥8,800 → ¥7,800**

全身リンパマッサージ→水素YOSA →水素フットバス→フェイシャル水素パック→全身リンパマッサージ

代謝促進・楽しぼり<sup>(90分)</sup>コース

通常¥5,500 → ¥4,500

全身リンパマッサージ→水素YOSA

飲む・浸かる・浴びる 水素 + **話題沸騰中!! チタニウムエッジ**

「チタニウムエッジ」で、リンパマッサージをしながら、全身のツボを軽く刺激した効果をほくしていただきます。美肌にも効果大です!

**YOSA PARK belt'a ベルタ**  
☎080-5202-1544  
E-mail / rie1028belta@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



普段絶対に注文することの出来ない料理、それが『まかない飯』。食べることが大好きな私やすが、まかないを食べ、食べて、食べて、食べたの第一回目です!  
今回伺ったのは、居酒屋『創彩酒膳ごち』。なんと店長の徳丸さんの年齢は私と同じ23歳。若き料理人が腕を振るってくれました。  
『創彩酒膳ごち』のまかないは、その場にある食材で簡単に短時間で作ってしまうとのこと。なんとパスタを茹でる時間で出来上がりました。  
作って頂いたのは「釜揚げシラスと彩野菜のペペロンチーノ」。ペペロンチーノにシラスがあえられてい

て、結構なボリュームがあります。腹ペコだった私は、早速頂きました。まずはパスタを一口。シラスがペペロンチーノの味を邪魔することなく良いアクセントになっています。今度は野菜と一緒に一口。これも野菜の旨味が馴染んでいてとてもおいしい!  
パクパク食べられる大満足の一品でした。

なんと今回このまかない飯のポイントを教えてくださいました。基本的にペペロンチーノの作り方と一緒に、ポインントは、シラスと野菜をパスタのゆで汁で蒸すこと。これでシラスと野菜の旨味がぐっと増すそうです。皆さんも一度試してみてくださいは?  
■取材協力/創彩酒膳ごち  
☎80-6189  
※P4・13・15もご覧ください



なっちゃんが体験! **建もの探訪 三都ハウス編**  
 ~広原町の新築物件へ行ってきました~



3月に完成したばかりの三都ハウスさんの新築建売住宅へ行ってきました。スーパ―やコンビニ、病院が徒歩圏内にあり、とても便利な立地にビックリ!! また、広々とした駐車場があり、運

が苦手な方でも安心して駐車出来ます。中へ入ると、高い天井と光が差し込むリビングダイニング。全てTOTOの最新式の対面キッチンはとっても使いやすいそう...イメージが膨らんできました♪ また、子ども部屋としても利用できる6畳のお部屋は、自分でクロスを選べるそうです。シンプルな中にもオシャレな気配りが満載の物件。ぜひ、見学へ行ってくださいね!



話題の「ほっカラリ床」を使用。驚くほどの柔らかさ!

### 都城市広原町新築建売

スーパー・病院・南九州大学近く!!  
 オール電化の3LDK 平家住宅!

対面キッチンの広々リビングダイニング等、オシャレな内装満載♪

**価格 1,750万円 月々のお支払い 47,387円**

※ボーナス払いなし、期間35年・変動金利型0.75%時 ※住宅購入時に必要な諸費用は含まれておりません。

所在地 / 都城市広原町17号4番地7  
 土地面積 / 248.63㎡ (75.21坪)  
 建物面積 / 84.81㎡ (25.65坪)  
 完成期日 / 平成28年3月  
 駐車場 / 2台~

【お問合せ】  
**有限会社 三都ハウス**  
 都城市広原町11号6番地1  
 TEL: 0986-46-1600  
 E-mail: m@santo-house.com

求む不動産! 無料査定 実施中!!

三都ハウス 検索

フォーラムスタッフの建もの探訪  
**春の住宅特集♪**  
 都城圏域で家建てるなら必見!  
 これから住宅を購入しようとする方に、役立つ情報が満載です!!

番外編 **なっちゃんがNEWオープン JA都城姫城ローンセンターを探検してきました!**



新しく早鈴町にオープンしたばかりの姫城ローンセンターさんを、牛谷さんと上野さんに案内してもらいました。実際に「住宅を

建てよう!!」となった時、必要な住宅ローン。オススメは「姫城ローンセンターオープン」を記念した「全期間固定金利・年1.8%」! 条件を満たせば、保証料込みという驚きのプランです。牛谷さんが「この全期間固定金利・年1.8%なら、ずっと金利が同じなため、毎月のご返済額が変わることはありません。そのため、経済情勢が変化しても安心です。また家賃相当の金額で、住宅を取得することも出来ます。その他にも、お客様の状況に合わせてさまざまなプランをご用意していますので、気軽に

相談ください!」と、丁寧にご案内してくれました。土・日曜日も17時迄営業しているというこの時間帯、週末に相談に行けるのも嬉しいポイントですね! また、今年中に契約が完了した方には、JAで利用できる商品券をプレゼント、1万円相当の選べるプレゼントもありますよ! このチャンスをお逃さないでください!



ご相談ください!」と、丁寧にご案内してくれました。土・日曜日も17時迄営業しているというこの時間帯、週末に相談に行けるのも嬉しいポイントですね! また、今年中に契約が完了した方には、JAで利用できる商品券をプレゼント、1万円相当の選べるプレゼントもありますよ! このチャンスをお逃さないでください!

# 姫城ローンセンター OPEN記念 住宅ローン 特別金利キャンペーン

「JAとのお取引が初めて」という方も気軽に相談ください!

ずっと同じ...だから安心 **全期間固定金利** **10年固定金利** (最大引下げ後金利。引下げ前金利1.6%)

# 1.8%

# 1.0%

住宅ローンご契約者にJAで使える商品券をプレゼント

「住まいのいちばんネクストV」商品概要  
 ◆どなたでもご利用頂けます。但し、JA規定の出資金をお預け頂き、組合員資格を取得して頂きます。  
 ◆お使いみちは、住宅・土地に関する全て

JA都城 姫城ローンセンター  
 ☎ 0986-23-5128  
 住所/都城市早鈴町2124-5  
 HP/http://miyakonojyo.ja-miyazaki.jp/  
 営業時間【平日】 8:30~17:30  
 【土日】 10:00~17:00

なっちゃん  
が  
体験!

建もの探訪 花ハウス編

～新築した物件へ行ってきました～



花ハウスさんで  
新築したという家  
主さんの家に伺い  
ました。  
片流れ屋根の2  
階建てで、家の中  
に入ると白い壁と  
木の優しい色がバ  
ランス良く、そし

さらにお話を聞くと、一  
番こだわったのはキッチン  
とのこと。家主さんは、か  
なりわがままを言ったそう  
ですよ。そういうだけであっ  
てキッチンはずっともオ  
シャレでした。  
自然素材で出来た家に興  
味のある方は一度『花ハウ  
ス』を訪れてみては？

てリビングは吹き抜けになっ  
ていてとても広く感じました。壁  
にはサンゴの漆喰が使われてお  
り、マイナスイオン発生や脱臭  
等の効果があるそうです。家主  
さんに、花ハウスさんは自然素  
材にこだわって家を作ってい  
るだけ使っていないので、子ど  
もがいても安心出来るかと教  
えてもらいました。

なっちゃん  
が  
体験!

建もの探訪 やすかた畳ふすま店編

～新畳を入れたお部屋に  
行ってきました～



やすかた畳ふす  
ま店さんが新築物  
件で畳を入れた部  
屋にお伺いしまし  
た。  
入ってすぐに感  
じたのが畳の良い  
匂い。国産のイグ  
サを使うため、外  
国産のイグサと比

畳の張替えつて面倒くさ  
いと思っている方も多いと  
思いますが、やすかた畳ふ  
すま店さんでは家具の移動  
から、掃除、張替え迄全て  
やつてもらえて、1日で終  
わらせるプラン等もあるそ  
うなので、最近畳が汚れて  
きた、傷んできたなんて方  
は一度ご相談してみてください

べると香りも良くなり、触つた  
時の質感も柔らかいそうです。  
実際に触ってみると、とても手  
触りが良かったです。  
畳をよく見てみると、緑の柄  
がとってもかわいい花柄になっ  
ていて、これは新しく畳を作る  
時に数ある絵柄の中から選べ  
るとのこと。これなら和室に  
ちよつとしたアクセントを加え  
るのに良いですね。



自然素材を使った  
やさしい家作り

**花ハウス株式会社**  
住宅・店舗・設計・施工管理・リフォーム全般  
者城市高城町桜木1984-5  
TEL.0986-58-2232 HP.www.87house.net

**たたみ 畳ふすま 障子 アミ戸 クロス カーテン 塗装**

(有) やすかた畳ふすま店

まずはお気軽にお問合せください。  
**☎0120-244-963**  
【都城三股店】  
〒889-1914 三股町蓼池 4178



家族を見守る庭  
個性を感じる庭



4月中にご成約頂いた方 **豪華特典あり!!**  
※詳しくはお問合せください。

**コモノートエクステリア**  
☎0986-21-6515 mail: info@comonote.jp  
都城市早鈴町 1865-1

事務所移転改装中  
4月末オープン予定  
都城市宮丸町 1-22 1F



# 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 **1,148万円(税込)**

月々のお支払 **32,944円**

5LDK 駐車4台

- 所在地:都城市乙房町1735-5 ●建築年月:昭和58年6月
- 土地面積:369.69㎡(111坪) ●交通:JR[日向庄内駅]
- 建物面積:128.99㎡(39坪) 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 **1,448万円(税込)** 月々のお支払 **41,553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



## 都城市五十町

五十町小学校迄280m(徒歩4分)。水回り全て新品交換!



価格 **1,148万円(税込)**

月々のお支払 **32,944円**

3LDK 駐車3台

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



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[五十町駅] 徒歩35分

価格 **1,098万円(税込)**

月々のお支払 **31,509円**

## 都城市南横市町

駐車スペース拡張! 水回りを全てリフォーム!!



3LDK 駐車2台

- 所在地:都城市南横市町4002-16
- 土地面積:205.21㎡(62坪)
- 建物面積:79.42㎡(24坪)
- 建築年月:平成15年7月
- 交通:JR[五十町駅] 徒歩32分

価格 **1,298万円(税込)**

月々のお支払 **37,248円**

## 都城市上長飯町

3LDKに間取り変更! 水回りも新品交換!!



3LDK 駐車2台

- 所在地:都城市上長飯町20-13-5
- 土地面積:191.58㎡(57坪)
- 建物面積:72.89㎡(22坪)
- 建築年月:昭和59年3月
- 交通:JR[都城駅] 徒歩39分

価格 **998万円(税込)**

月々のお支払 **28,639円**

## 曾於市末吉町

3LDKに間取変更!! 水回り全て新設します!!



※間取りは  
リフォーム  
後です

3LDK 駐車4台

- 所在地:曾於市末吉町字中瀬2782番4
- 土地面積:264.83㎡(80坪)
- 建物面積:82㎡(24坪)
- 建築年月:昭和61年7月
- 交通:JR[五十町駅] 徒歩72分

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

## 都城市鷹尾1丁目

オール電化住宅! 水回りも新品交換!!



※間取りは  
リフォーム  
前です

4LDK 駐車3台

- 所在地:都城市鷹尾1丁目24街区94-1
- 土地面積:233.00㎡(70坪)
- 建物面積:113.08㎡(34坪)
- 建築年月:平成8年12月
- 交通:JR[西都城駅] 徒歩10分

価格 **1,398万円(税込)**

月々のお支払 **40,118円**

写真はリフォーム前です

## 都城市関之尾町

水回り新品交換! 静かな197坪の広々敷地。



※間取りはリフォーム前です

4DK 駐車4台

- 所在地:都城市関之尾町5095
- 土地面積:652.77㎡(197坪)
- 建物面積:107.93㎡(32坪)
- 建築年月:昭和63年
- 交通:JR[五十町駅] 徒歩75分

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

## 都城市上長飯町

3LDKに間取変更!! 水回り交換、屋根外壁塗装します。



※間取りは  
リフォーム  
後です

3LDK 駐車2台

- 所在地:都城市上長飯町165番12
- 土地面積:200.34㎡(60坪)
- 建物面積:99.70㎡(30坪)
- 建築年月:平成9年3月
- 交通:JR[西都城駅] 徒歩55分

価格 **1,298万円(税込)**

月々のお支払 **37,248円**

写真はリフォーム前です

## 都城市祝吉1丁目

16帖の広々リビング。水回り新品交換予定です。



※間取りはリフォーム前です

4LDK 駐車3台予定

- 所在地:都城市祝吉1丁目29-2
- 土地面積:171.70㎡(51坪)
- 建物面積:141.18㎡(41坪)
- 建築年月:平成3年12月
- 交通:高崎観光バス[祝吉]バス停留所 260m

価格 **1,548万円(税込)**

月々のお支払 **44,422円**

写真はリフォーム前です

## 都城市安久町

鉄筋造2階建! 水回り全て新品に!!



広々の  
バルコニー  
2面付

3LDK  
駐車5台

- 所在地:都城市安久町5932-3
- 土地面積:452.89㎡(136坪)
- 建物面積:118.97㎡(35坪)
- 建築年月:昭和57年10月
- 交通:JR[三股駅] 徒歩87分

価格 **1,348万円(税込)**

月々のお支払 **38,683円**

写真はリフォーム中です



### 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

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!

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

※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28年4月30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。

建もの探訪 カチタス編  
～南横市町の物件へ行ってきました～



キッチン・お風呂・トイレは全て新品！しかも新型でした!!

カチタス都城店さんの南横市町の物件へ行ってきました。『にし幼稚園』の裏にあり、小・中学校やコンビニ、スーパーも近くにあるという便利な立地です。閑静な住宅街の

中にある物件は、外壁もとてもキレイ！中へ入ると、玄関スペースも十分な広さ。リビングダイニングにあるキッチンは、LIXILの新型に交換してあり、食洗機も付いていました。全部屋とも窓が広く、心地良い風が通る素敵な物件です。

カチタスさんの物件は見える部分にもこだわってリフォームされています。中古住宅で気になる白ありの検査はもちろん、近隣のトラブルになりやすい排水や、測量による境界

線の調査等も詳しく行っているため、とても安心です。気になる物件を見つけたら、気軽に相談してみてくださいね!



奥行もしっかりある収納はかなり便利!

建もの探訪 コモノトエクステリア編  
～プライベート感溢れるお庭に行ってきました～



モノトエクステリアさんが造ったお庭を拝見しました。庭には四角形を使った幾何学的なデザインの風景が広がっています。

なぜこのようなデザインになったのかを聞いてみました。デザインはクライアントと細かく煮詰めながら作っていくそうで、今回は「リビングから見る庭」がテーマ。扉で囲みプライベートな空間を作りつつ、ライトアップをすることで夜はともも雰囲気の良いものになります。今回は残念ながら昼間の訪問だったので、ライトアップを見ることは叶いませんでした。

お庭を綺麗にしたい、リフォームをしたい方や、ちょっとしたインテリアが欲しい方は、ぜひ一度足を運ばれてみるの良いかもしれません。

門等も一風変わった感じに出来ていて、和と洋両方を感じる作りになっていました。

らは、都城では手に入りくいようなインテリアや雑貨等も販売するそうです。

アさんは新築物件のお庭造りだけでなく、駐車場等を含めたり、リガードン等も行っているそうで、4月末に事務所を移転してか



近くにある住宅は、真っ白な外壁と中庭が印象的。中へ入り2階のリビングに上がると、大淀川が一望出来る贅沢な景観が広がります! 一番のこだわりは「場所を生かして景色を楽しむこと」の出来る、開放的なリビングです。でも、プライベートを守りたい...という難しいリクエストに建築家の方が一生懸命、丁寧に伝えてくれました」と教えてくれました。実際に、窓がたくさんあり景観も楽しめるのに、外からは見えない造りになっていて、その構造に驚きました。

**R&K リサイクルキング** お客さまの前で計量、明確な査定を行います。

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

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任せ下さい。

**AACD**

**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。

ダイヤモンド	ダイヤモンドリング	ダイヤモンドイヤリング	ダイヤモンドネックレス	カルティエ
¥264,005	¥152,112	¥90,135	¥126,297	

※査定の際、お預かりさせていただく場合がございます。※2016年3月時点の相場に基づいた金額になります。

**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

金	4,941	円/g
プラチナ	3,822	円/g
銀	60	27円/g

◆買取基準相場◆

- 買取相場は日によって変動します。(2016年3月11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。

※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もちください。未成年の方からの買取は致していません。

宮崎県公安委員会許可第12619号

**R&K リサイクルキング** イオンモール都城駅前店

0986-46-5636 (買取品) 貴金属、ダイヤモンド、ブランド品、切手、金券

番外編 **日本最大級の建築家ネットワーク『ASJ』で建築された辻さんのお宅へ行ってきました!**

日本最大級の建築家ネットワーク『ASJ』で家を建築された辻さんのお宅を訪問してきました。

大淀川の河川敷

近くにある住宅は、真っ白な外壁と中庭が印象的。中へ入り2階のリビングに上がると、大淀川が一望出来る贅沢な景観が広がります! 一番のこだわりは「場所を生かして景色を楽しむこと」の出来る、開放的なリビングです。でも、プライベートを守りたい...という難しいリクエストに建築家の方が一生懸命、丁寧に伝えてくれました」と教えてくれました。実際に、窓がたくさんあり景観も楽しめるのに、外からは見えない造りになっていて、その構造に驚きました。

建築家と一緒に建てる住宅、憧れますよね! 気になる方は、4月2・3日に都城圏地域産業振興センターで開催される「第6回リノベーション×建築家展」へ、足を運んでください! きつと理想の住宅に出会えますよ。

夏には、リビングから花火が楽しめます!!



ARCHITECTS STUDIO JAPAN

www.asj-net.com

甦る建築、新しい空間  
RENOVATION  
×  
ARCHITECTS  
建築家と考えるリノベーション

# リノベーション × 建築家展

〈第6回〉

建築家との  
無料相談会  
同時開催

ASJ京都スタジオ施工物件 / 「OGA」設計:久和原忠【久和原建築事務所】 撮影:佐々山雅宏

日本最大級の建築家ネットワーク ARCHITECTS STUDIO JAPAN

登録建築家数2,710名 / 全国192スタジオ ※2016年3月現在

4/2 (土) 11:00▶18:00 ・ 3 (日) 10:00▶17:00

会場 / 都城圏域地場産業振興センター ■ 入場無料 ■

都城市都北町5225-1

P 駐車場有り

😊 キッズコーナー有り

〈会場内にて同時開催〉※参加・相談無料

■ リノベーション実例展示

■ FP相談会

理想の空間と暮らしが叶う建築家と考えるリノベーション マイナス金利時代の家づくり



ご来場の方に、プレゼントをご用意しております。

## 参加建築家

建築家との無料相談をご希望の方は、事前に予約も承ります。



ひばり野辰郎



長友雄大



足立聡



蒲牟田健作



大園貴洋



石躍健志



野邊伸一



三角健晃

お問い合わせは / MIYAKONOJO STUDIO ASJ 都城スタジオ [株式会社矢野興業]

☎ 0120-77-3150 tel. 0986-36-8131