

vol.296
NOVEMBER 2016

11

きりしまフォーラム

編集・発行／霧島フォーラム 都城市一万城町99-9-1 ※禁無断掲載

鹿屋市鉄道記念館



フォーラムがプロデュース!!
日帰りぶらり旅
海&山が最高!!
大隅半島イチオシの街
鹿屋市特集♪



フォーラム
オススメ♪

「キレイ」を
お得に♪

冬の
オススメ♪

習い事特集♪

Beauty*クーポン特集

FORUM'S SELECT グルメ

その他、イベント情報等、
盛りたくさん!!



表紙の絵



『なわとび』

おはま もか
小濱 百花ちゃん
(5歳)

なわとびが得意です!
がんばって飛んでいるところを
描きました。

もうひとつのきりしまフォーラム

iPhone/iPad 「AppStore」 Android 端末 「Google Play」 先取り情報や、紙面に載っていない話等
タイムリーな情報を届け!



スマートフォン・
タブレット専用
無料アプリ
 kirishimafo



●情報の提供・お問い合わせは

TEL: 0986-26-5836

きりしまフォーラム 検索 MAIL: info@kiri-fo.net

FAX: 0986-26-5860

不眠はよくある主訴の一つです。まずは眠れない原因を突き止めることが重要になります。

(3) 眠れないのでしょうか?

一言でいうと、肉や豆のたんぱく質を控え、カルシウムをよく摂取することです。肉や豆の中には石のものであるシユウウムはシユウ酸を便として体外に排泄してくれます。「カルシウムを摂り過ぎると石が出来る」なんて聞きますが、逆なんですね。あと、ビタミンCの過剰摂取も良くないので、適度な摂取を心掛けましょう。

(2) 尿管結石を予防するには?

今回も当院に寄せられた質問や素朴な疑問についてお答えしていきます。

① 漢方薬を飲みやすくなるには?

種類によっては効果が強くなりますので、問題ありますので、お湯に溶かしても

新・医療の窓

早水公園クリニック便り⑧

② 尿管結石を予防するには?

お湯にしまします。

③ 漢方薬を飲みやすくなるには?

甘いものを混ぜるとかえって

苦味を強く感じることがあります。

一番良いのはお湯に溶かす

ものなので、お湯に溶かしても

お湯にしまします。



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>



④ マイコプラズマ肺炎って?

今年、非常に多いです。風邪による症状で始まり、次第に咳がひどくなっています。比較的元気で微熱程度のことが多いです。潜伏期間が2~3週間と長く、流行し出すとダラダラと続くです。5歳以上の子どもが多く見られ、乳幼児には少ないですが、現代病でもあるストレスや生活リズムの乱れが原因になつています。病院に来られる方が多いです。まずは生活習慣の改善やストレス解消に努め、それでも改善しない時は医師に相談しましょ

う。そのため、気付いた時には肺炎になつているといったケースが多いです。潜伏期間が2~3週間に多くかかることがあります。年長から小学生くらいで、比較的元気でも咳がひどくなる場

合は注意してください。

⑤ やけどをした時の対処法は?

とにかく早めに冷やすこと!! 初期の冷やし方

がその後を左右します。

水ぶくれはその下に新しくなります。

皮膚が出来ると自然に

破裂したりしてなくなります。

ばかり菌が入ることがあります。

ので、むやみに潰さないように

が良いでしょう。

これから季節、お湯を沸かしたり、鍋を作つたりする機会が増えるので、気を付けましょう。

これが良いでしょう。

これまでの季節、お湯

を沸かしたり、鍋を作つたりする機会が増えるので、気を付けましょう。

これが良いでしょう。

これまでの季節、お湯

を沸かしたり、鍋を作つたりする機会が増えるので、気を付けましょう。

お菓子の南香は「島津発祥まつり」を応援しています

美味しい匂の味覚が届いています
お菓子の南香では、期間限定の美味しいお菓子をたくさんご用意しております。今しか食べられない匂の味覚をご堪能ください。

第25回全国菓子大博覧会「島津莊園」最高賞・名誉総裁賞受賞

都城産の栗とバイオ茶できんぐを作り、それを高麗菓子とかるかんて巻いています。米粉は都城産、かるかんは地元の天然山芋とともに「島津莊園」の名にふさわしい和菓子です。

美味しい匂の味覚が届いています
お菓子の南香では、期間限定の美味しいお菓子をたくさんご用意しております。今しか食べられない匂の味覚をご堪能ください。

2013年広島菓子博で大臣賞受賞!!
「霧乃栗金」
こだわりの美味しい栗のみを使用。熟練の職人が一つひとつ手作業で栗の皮をむいたり、こしら、形を作っています。
2個入 380円(税込)
3箱・6箱・8箱入りもご用意しています。手土産や贈答用にも大変人気です。

お菓子の南香
都城市甲斐元町1-26
TEL.0986-22-4670 ※P24も
FAX.0986-22-7568 ご覧ください
<http://www.okashinonanko.com>

丁寧な指導で「手作りはじめてさん」も安心! カフェエプロン

ナチュラル可愛いエプロン♪ カフェの店員さんのようなおしゃれなスタイルに。丈が短いのでフットワークが軽く家の効率アップ! にも繋がります。

日程 11/8(火)・11(金)・18(金)・25(金)
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。

時間 AM10:00~(1時間程度)
参加費 1,000円(材料費込)

ミニ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
TEL 0986-36-7870
営業/10時~18時(TEL受付/9時~19時)

きりしまフォーラム 広告主様 大募集

「効果のある広告ってどんな?」「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。

Kirita Kirita
きりしまフォーラム
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

例えば 人工関節手術をされた方

このような条件にあてはまれば、給付を受けられるかもしれません!

①今は普通に歩けても、過去に手術をしたことがある
②身体障害者手帳は持っていない、又は持っているが4級・5級・6級
③片足のみの手術の方で、初診の時に厚生年金に加入していた

気になる方は、自分が対象になるのか、気軽にお問合せください。
周りの方へも、ぜひ教えてあげくださいね。

すでに今年だけ200件以上の相談を頂いております!
当センターに申請を代行するメリット

① もらえるかどうか、その場で電話診断もOK!
難しいケースでなければ受給の可能性を電話で診断致します。年金事務所へ行かれる前に一度、お電話ください。

② 受給決定の可能性を高めます!
障害年金の専門家が対応。申請件数が多い当センターだからこそ、受給を高める申請書類を作成するポイントをお教え致します。

③ こちらからのご連絡は致しません!
電話相談の段階では匿名でも構いません。その後、自分で申請することを決められた場合には、こちらからお電話することはできません。また、一度は自分で申請したけれど、やっぱり代行してもらおうという方も大歓迎です。

④ 相談料・着手金は無料!
年金の受給が決まった場合のみ代行手数料を頂きます。その代行手数料は支給された年金の2カ月分となります。

⑤ 対応エリア
三股町・曾於市の方もご相談ください。
都城市以外からの相談も増えてきてています。

障害年金

“教えて”「障害年金」のこと
もらい忘れていませんか?

障害年金は、障害者手帳による支援や労災保険による給付とは異なり、国の年金制度により、場合によっては同時に給付出来る制度です。条件により異なりますが、月額5万円以上の給付を受けられます。

障害年金は、自分の身を守ってくれる国保制度です。障害年金を知らないために、支給されていない方がたくさんいます。気軽にご相談ください。

対象者 64歳までに発症された方

対象となる主な傷病

人工関節・人工透析・うつ病・がん・糖尿病
脳梗塞・脳出血・統合失調症・手足の外傷
心疾患・知的障害・発達障害・目や耳の病気

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できます。詳しくはお問合せください。

無料相談 隨時受付中

詳しくは下記までお問合せください。

電話受付/平日9:00~17:00

都城障害年金相談センター 電話番号 0986-51-4141

【運営】三嶋社会保険労務士事務所 都城市都原町3330-2 ※非通知の場合は繋がらない場合がございます。

都城障害年金相談

検索

FAX・メールは24時間受付中

FAX/0986-25-7789

メール/info@mishima-office.com

冬の贊を尽くした本格日本料理

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分飲み放題が付きます

先	蟹の豆乳グラタン
前	草と煮浅利の蕪和え
物	生麸の香煎揚げ 菊葉
里	柿と錦鰯鮒 鮎の山椒焼き
物	含ませた牛蒡の唐揚げ
物	蛤と地鶏の土瓶蒸
焼	季節野菜の炊き合わせごはんの黄身煮
鍋	ズワイ蟹の雲丹焼き
物	黒豚ロースとバラ肉の味噌鍋
物	河豚と含まれた大根の唐揚げ
食	蟹と草の炊き込み御飯
事	お蕎麦のすまし汁 香の物
水	お蕎麦のすまし汁 香の物
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

写真はイメージです

忘年会 90分飲み放題付

選べるプランのご予約承り中!!

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 「一段鉤爛重」20,000円
瑞祥 「白木24cm角」30,000円
11月末迄にご予約頂いたお客様には「金箔入り祝酒」をプレゼント!

スタッフ募集 ※詳しくはP24をご覧ください。

京の都 わらしべ 都城店 TEL 0986-36-5432

【営業時間】 星 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

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



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届けします♪

女性のための就職支援セミナー

輝き働く女性になろう!

平成28年11月30日(水)

12月 2日(金)

9:30~11:30(2h) ×3日間

会場 都城コミュニティセンター

お申込みは、WEBをご利用ください。

HP:<http://www.miyanazi-sc.co.jp/tayo/> ※P18-20もご覧ください

※雇用保険受給者は、求職活動実績にカウントされます。

無料託児あり ※要予約

株式会社 宮崎県ソフトウェアセンター TEL 0985-30-5050



第23回

**後悔しないための
賢い家づくり勉強会**

主催 一般社団法人 日本住宅取得応援協会

**限定
20組様**
(先着順予約制)

この3年で約18,500人強のお客様が参加し、
その93%が満足した大好評の勉強会

**マイナス金利は
住宅ローンに
どう影響する?!**

勉強会内容

- 地震に強い家と弱い家の見分け方
- ハウスメーカーの住宅はなぜ高いのか?
- 建てた10年後に後悔しないための事前チェックポイント
- 建築家のデザイナーズ住宅を安く建てるための方法とは?
- 使い勝手の悪い素人プランの見分け方
- 性能を下げずに、価格を下げる方法とは?
- 3割引きで住宅を取得する方法とは?
- 住宅の一部がインターネットで注文できるとしたらいくら安くなる?
- お得な土地の見分け方は?
- マイホーム購入のタイミング、あなたにとって最適な時期は?

R+house®

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 お持込の品物を担保にして現金融資
貰取!! ご不要のブランド品・貴金属・時計・家電等を現金買取
販売!! 人気のブランド品・貴金属・時計・家電等を高価買取

即融資 **即現金** **即現金** **大特価**

天満屋
古物商許可証 宮崎県公安委員会 許可第3098号
質屋許可証 宮崎県公安委員会 許可第4159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/>

世界糖尿病デーイベント in 都城

11/19 土 14:00~17:00

会場／都城市総合文化ホール（中ホール） 参加無料

●管理栄養士、医師による糖尿病に関する講演会
講演会①演題「糖尿病食は健康長寿食
～延ばしましょう！健康寿命～」
講演会②演題「糖尿病と心血管病」
●アトラクション「橘太鼓 韻座」
ものまねタレント
「ビューティーこくぶ」

問合せ／一般社団法人 都城市北諸県郡医師会 都城健康サービスセンター 0986-36-8750

大好評につき、創業祭開催中!!

修理・見積り 無料!! 点検調整 500円より どのメーカーも OK!

来て、見て、聴って♪ あなたにピッタリのミシンが必ず見つかります！

大好評につき 11月の手作り教室
ポーチ ￥1,200円 小1,000円（材料費込） 隨時受付中

*日程は電話にて応相談。気軽にお電話ください!
★マンツーマン指導の教室（予約制）も好評実施中！

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

TEL 0986-46-3342 出張もOK!! 下取高価買取中!

在庫限り 大特価
税別 ￥2,000円

家庭教師のトライ
妻ヶ丘 中学校 ● 不新興 ● 妻ヶ丘支店
都城駅 ● GS ● マイルストーン ● イオン都城 ● 菊池署
神柱神社 田中書店 ●

看板娘・看板息子を 激写!

Vol.50

◎自分の性格を一言で… 明るい！
◎趣味…スポーツ全般 休みの日は友人と野球やテニスをして、身体を動かしています。
◎好きな女性のタイプ… かわいらしくて、大人しそうな人!!
◎11月のオススメ… 新店舗へ移転しました！ さらに広くキレイになった店内を、ぜひ見てください。また、11月は新規のお客様限定で、カラー+カット4,000円（長さ代別）でサービスしています♪

★本人からのコメント 美容師のような「カッコイイ存在」になりたくて、頑張って勉強しています。先輩達が美容師としての心構えや技術を優しく教えてくれる、とても楽しい職場です。今、一緒に働く仲間を募集中ですよ！ 今後の目標は、丁寧な接客と分かりやすい説明を心掛け、一人でも多くのお客様を笑顔に出来たらと思っています。気軽に遊びに来てくださいね!!

明るく元気いっぱい♪
美容室やどかり 都城店
アシスタント
みずかみ こうた
水上 康太さん(20歳)

緑豊苑

発酵肥料 提供及びリサイクル ご気軽にお問合せください。

テレビカメラ車やポータブルカメラにて下水道管路及び工場・店舗・宅内配水管の検査を行います。

株式会社 都城北諸地区清掃公社 本社 緑豊苑 都城市金田町481-1 0986-38-0234

0986-38-0606

おかげ様で6周年！ 11月26日(土)・27日(日)は入浴料半額！

和樂笑の湯 には 人工炭酸泉 あります。

美容と健康には炭酸泉浴が一番!!

【営業時間】7時~23時

【入浴料】■大人…400円 ■小人…200円~
通常料金 お得な回数券あります。

0986-46-1126

七五三、七草キャンペーン

お参り用着物レンタル ￥6,000~10,000

オールインプライス (3ポーズ) ￥19,300

3面アルバム (六ヶ切) オリジナル カレンダー
写真入りストラップ 撮影データ CD
Lサイズ写真 (6枚) 四ッ切
四ッ切
Lサイズ写真 (6枚) 免許証タグ
衣類、靴付、ヘアメイク 料理 川或いはく
袴参り、誕生記念、成人、その他、記念日でなくとも
ご予約・お問合せは 都城市北原町31-5-2
TEL 0986-22-6288

LIFE STUDIO WING 都城駅

ラカーナの美肌脱毛

脱毛のスタートに最適な時期……実は、秋・冬ということをご存じですか？ 脱毛は毛根の周期等によって、施術の間隔を空けなくてはならないため、完了するまでに半年程必要となります。つまり来春に、ツルツルお肌を手に入れるには、今からスタートしなければならないのです！『ラカーナ』の「脱毛すればする程キレイになる」と話題の美肌脱毛コース。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。 脱毛・美肌に関することなら、気軽にご相談ください。

特別価格 両ワキ3回 ￥2,000
※新規の方のみ

11月限定 脱毛メニュー 10%OFF キャンペーン ※特別価格(両ワキ3回)との併用不可

他の部位はお気軽に お問い合わせください	スーパーfinissu 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
両ワキ 6回セット￥13,200 ￥11,880	6回セット￥9,000 ￥8,100	
ひじ下 6回セット￥32,400 ￥29,160	6回セット￥22,500 ￥20,250	
ひざ下 6回セット￥48,000 ￥43,200	6回セット￥28,000 ￥25,200	
上半身(おへそより上) 6回セット￥120,000 ￥108,000	6回セット￥81,600 ￥73,440	
全身脱毛 6回セット￥210,000 ￥189,000	6回セット￥142,800 ￥128,520	

新メニュー 全身脱毛
スーパーfinissu
※VIO-顔をのぞく

◆◆お問合せ◆◆

ラカーナ都城 TEL.0986-80-5367

つなぐグルメ NO.4

都城の料理人とその方のオススメの料理をリレー形式で紹介する企画の第4回！ 今回、フランス料理店『Blanc de chateau Chezken(シェケン)』オーナーシェフ宮田さんのオススメ、『Trattoria Fiore 一フィオーレ』のオーナー若松和美さんからお話を伺いました！ 中学生の頃、家の近くに出来た喫茶店によく通っていたと言う若松さん。自分もかっこいい喫茶店をやってみたいと思ったことが、料理人を目指すきっかけになったそうです。喫茶店といえばパスタ、パスタといえばイタリアンということで、高校卒業後は専門学校でイタリアンを学び、その後、関西等で修業を積み、地元都城に『フィオーレ』を構えることになりました。食材にこだわり、企業秘密だという特殊な締め方をする宮崎県産の魚や、マイクロキュウリやローザビアンカ(ナスの一種)等珍しい野菜を使うようしているのだそうです。 宮田さんオススメの料理は、『カルボナーラ』。作り方は普通のカルボナーラと違いはないのですが、材料にパンチェッタ(豚バラ肉の塩漬け)とベコリーノチーズ(羊のチーズ)を使っています。そのため、味は濃厚ながらもクドくはありません。どんな方でも美味しく食べられる一品です。

若松さんオススメのお店は
盆地のキッチン・グランマ
■取材協力 Trattoria Fiore 一フィオーレ ☎58-7930
盆地のキッチン・グランマ ☎38-1855

The 19th Wine Party ~ワインパーティー~

2016年のボジョレーヌーボー解禁日に中山荘でワイン片手に食事と音楽を楽しみながら優雅なひと時をお過ごしください。

日時 平成28年11月17日(木)
受付 18:30~ 開宴 19:00
場所 ホテル中山荘 料金 お1人様 7,000円(税・サ込)
受付締め切り 平成28年11月14日(月)

ゲスト ジミー入枝
霧島市在住の50-60's:R&Bコーラス・サウンド『DOO-WOP(ドゥーワップ)』で歌う歌手です。また、ラジオパーソナリティとしても活躍中です。

Wedding Fair

11月6日(日) 11:00~18:00 要予約

ホテル 中山荘 × LUCE Wedding Guest house

0986-23-3666 都城市松元町3-20
ご予約は電話にて承ります。— ホテル中山荘 検索

ホテル中山荘 お手製おせち料理
10月末より予約開始

シンコー妻ヶ丘本店・不動産物件情報

★載りきらない物件多数!★

(内は坪数 ※新築は全オール電化) (R)リフォーム箇所有り (D)値下げ

新末吉町深川 1490万円 **新**安久町 1620万円 **新**三股町宮村 1830万円 **新**広原町 1880万円 **新**金田町 1870万円

★柳追小
★同時4棟販売開始しました!
全てゆったり土地の平屋住宅仕様!
1380万円~1490万円まであります!

★南リビング!ウッドデッキ付き!
★29坪超えゆったり平屋です!必見
★建売初登場!18坪程の屋上付き
★働きママに嬉しいサンルーム!
●土地279m²(70)
●建物93m²(28)
●H28/9月築 ●柳追小前B停歩8分

●土地271m²(82)
●建物95m²(28)
●H28/12月予定 ●安久B停歩2分

●土地227m²(68)
●建物86m²(26)
●H28/8月築 ●下正ヶ墓B停歩1分

●土地263m²(79)
●建物88m²(26)
●H28/8月築 ●下金田B停歩1分

新三股町 宮村 1250万円 **DK**山田町やまだ 370万円 **平江町** 850万円 **DK** 蔵原町 1490万円 **DK** 蔵原町 1770万円

★駐車4台可! ★太陽光付き!
●土地253m²(76)
●建物108m²(32)
●H10/12月完成 ●植木B停歩7分

★山田の中心地区。便利なエリア
●土地3880m²(1173)
●建物84m²(25)
●S16(増築、納屋、未登記)
●支所前バス停歩2分

●土地265m²(80)
●建物 69m²(20)
●S51/5月完成
●ガード下バス停歩6分

●土地1141m²(345)
●H18/3月築
●建物82m²(24)
●早鈴入口B停歩2分

●土地1141m²(345)
●H18/3月築
●建物82m²(24)
●早鈴入口B停歩2分

DK 菖蒲原町 1600万円 **DK** 久保原町 1650万円

★南道路で日当たり良好!Pも3台
●土地199m²(60)
●建物107m²(32)
●H17/6月完成 ●消防署本部B停歩7分

★2面道路に接した閑静な住宅街です!
●土地207m²(62)
●H2/7月築
●建物114m²(20)
●五十市駅B停歩6分

●リビングボード
食器棚付き!
清掃済で即入居出来ます。

●マンションならではの眺望を楽しめます!
●清掃済み

SLDK 縁側 祝吉1丁目 1150万円 **DK** 志比田町 1080万円

★祝吉小そば
★交渉可!
●土地244m²(74)
●S58/9月築
●建物149m²(45)
●農業高前B停歩5分

★分譲地内
★清掃済み

★売りたい!
買いたい!
まず相談!
シンコー
妻ヶ丘へ!

4LDK 縁側 都島町 1880万円

★とにかく一度見てください!
★庭にお城があるみたい!
★敷地も接道も余裕です!
●土地828m²(250)
●建物147m²(44)
●H3築 ●岳/下B停歩6分

★大正時代から手を加え住み続け、今では貴重な材も随所に!
★アトリエ・カフェ・工房も似合います!

●土地602m²(182)
●建物100m²(30)
●甲斐元B停歩2分
●大正10年頃

★古さを活かした大幅リフォームが見事です!
★歴史ある風流な縁側!高級旅館のような佇まい!

お問い合わせ先 社団 法人 宮崎県知事(7)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

※広告有効期限は平成28年11月30日迄。掲載物件は全て仲介※

妻ヶ丘 24-1518

18歳以上になりました!!

都城市長選挙 都城市議会議員補欠選挙



11月13日日

都城市的代表を選ぶ重要な選挙です。
明るく住みよい地域をつくるため、大切な1票を無駄にすることなく、必ず投票しましょう。

イオンモール都城駅前
南九州大学でも、
期日前投票出来るよ♪

入場整理券なしでも
期日前投票OK!!

子どもも一緒に
入場OK!



お問い合わせ 都城市選挙管理委員会事務局
TEL.0986-23-7864

期日前投票の投票所と日程

施設名	時間	期間
コミュニティセンター(市立美術館前)	午前8:30~午後8:00 11月7日(月) ~12日(土)	
山之口総合支所		
高城総合支所		
山田総合センター		
高崎総合支所		
沖水地区公民館	午前8:30~午後6:00	
庄内地区公民館	中郷地区公民館	
西岳地区公民館	午前8:30~午後6:00	
イオンモール都城駅前(栄町)	午前9:00~午後8:00	
南九州大学(立野町)	午前10:00~午後5:00	11月8日(火)~9日(水)

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

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

ご存じですか? 新しい供養のカタチ

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



Boulangerie SHIZUKU しづく

志布志市出身の濱田さん夫妻が作る、こだわりのパンがオープン当初から大好評のお店。素材にこだわっているのはもちろん、パンが美味しく出来るように、手間ひまを惜しまず、配合や製造を変え、丁寧に生地を作っています。ハード系からスイーツ系迄、さまざまな種類のパンがずらりと並んでいます。「パン好きな人に、オススメしたいパン屋さんです!」

「パン屋めぐり」が大好きな奥様が、「こんなパン屋さんがあつたらしいな♪」と思い描いていた理想を形にした店内……。シックで上品な雰囲気がとてもステキです。

外はカリッ! 中はもっちりとしたフランスパン。
フランスパンとは思えない優しい甘さと柔らかさがGood!
★キャラメルフレークフランス 370円
フレーク入りのキャラメルクリームをサンド
★はちみつ練乳 フランスパン 340円
国産アカシアはちみつと練乳を合わせた
クリームをサンド

オススメの食べ方
当日は、そのままで! 次の日以降はトースターで約2~3分程
焼くと、表面がカリカリで美味しい頂けますよ!!

① 0994-45-4899
鹿児島県鹿屋市大浦町11399-2
営業 / 8:00~19:00(日曜日・祝日9:00~18:00) ※売切れ次第終了
定休 / 第1・3日曜日、第2・4・5月曜日 駐車場 / あり



キャラメルクリームを贅沢にはさんだパンの表面をキャラメリゼしているので、コクと苦味が絶妙なバランス!

ゆたか温泉



和風の岩風呂とローマ風温泉が、週ごとに男湯と女湯に入れ替わります。朝から午後2時くらい迄が空いて入りやすい時間帯。平日の露天風呂は14時半から入浴出来るようになります。露天風呂に入りたい人は、それぐらいの時間を狙っていくといいかもしれません。

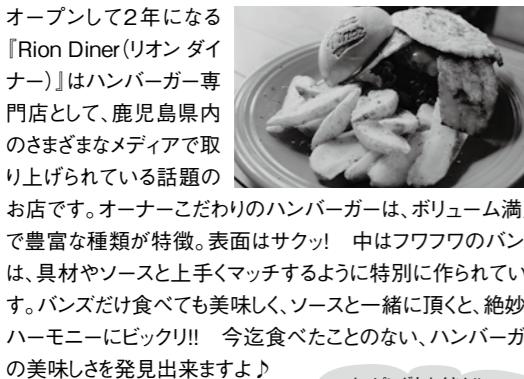
プレゼント③ 温泉入浴券 ペア5名様

鹿屋市中央の下谷川沿いにある『ゆたか温泉』。オーナーが納得いくまで掘って見つけた、こだわりの湯です。百聞は一浴にしかずということで、実際に入浴! 浴場は広くて綺麗! サウナ、電気風呂、舞湯等、色々な浴槽があり、ついいつ長湯してしまいそうになりました。温泉から上がった後は肌がつるつるすべり! 美肌効果のあるメタホウ酸と呼ばれる成分が、基準値の25倍含まれているのだそうです。



① 0994-41-7128
鹿児島県鹿屋市田崎町319-1
営業 / 6:00~22:00(21:30最終受付)
定休 / 第2・4火曜日(祝日の場合は翌日)

Rion Diner リオン ダイナー



プレゼント④ アボカドチーズバーガー 3名様



ヤスが頂いたのは、人気No.1「BBQバーガー」!! エッグ、ベーコン、チーズ、バーベキューソースをトッピング。分厚いベーコンと肉味いパティが食べごたえ充分! オリジナルのバーベキューソースがお肉の味を引き立てます!

ハンバーガーはもちろん、セットのフライドポテトもGood!!

店長オススメ!
ハンバーガー!!

★リオンバーガー
リオンダイナーのトッピングを全てのせたボリューム満点の逸品!

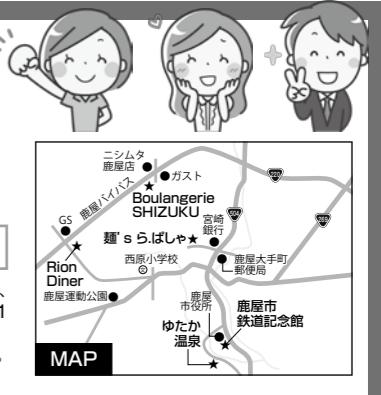
★ホットミートソースチーズバーガー
辛いミートソースがクセになるハンバーガー!!

① 080-9063-4495

鹿児島県鹿屋市西原2-641-1
営業 / 11:00~17:00 ※日曜日は15:00迄
定休 / 月曜日、第3土・日曜日



お出掛けしたくなる季節……テイクアウトした美味しいハンバーガーと一緒に、鹿屋の景色を楽しんでくださいね♪ お持帰りには、ハッシュドポテトが付きます。お持帰りのみ事前に電話予約出来ます!



フォーラムがプロデュース!! 日帰りぶらり旅

海&山が最高!! 大隅半島イチオシの街

鹿屋市特集♪

大隅半島の中核都市である鹿屋市!

自然に溢れ、海の幸・山の幸の美味しい食べ物が満載です♪ 紅葉がステキな季節……ドライブしながら、素敵な風景に触れてくださいね。癒されること間違いなしのスポットです!!

プレゼント応募方法

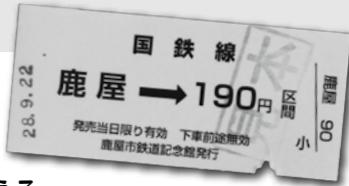
希望商品の番号をP15のアンケートハガキもしくは、ホームページ・きりアップのプレゼントフォームから11月21日(当日消印有効)迄に送ってください。
※プレゼントの応募はお1人様1通限りを有効とさせて頂きます。

鹿屋市鉄道記念館

廃線となった国鉄大隅線鹿屋駅の跡地に『鹿屋市鉄道記念館』があります。

「大隅線のことを後世に残したい」と、昭和63年に建設された記念館で、今年の9月30日にリニューアルオープンしました。

開線から廃線迄の歴史や、実際に使っていた道具等が4~500点並んでいます。案内して頂いた有島さんのお話によると、「九州では、九州鉄道記念館に次いで貴重な資料が揃っていて、全国から鉄道ファンの方が訪れる」とのこと。



来館すると貰える
人気の記念切符。

大隅線豆知識

1915年(大正4年)に開通、1987年(昭和62年)に廃線となった大隅線。
国分から志布志を結ぶ総延長98.3kmの鉄道でした。

70年の歴史を持つ大隅線ですが、名前が大隅線となったのは廃線のわずか15年前。
それ迄は古江線と呼ばれていました。



展示物以外にも、電動で走る電車の模型があります。手元のパネルでスピードの調節や、線路の切り替え等を操作することができます。
これは面白い!



人力で動かす点検車。足元のペダルを漕いで前に進みます。この点検車を線路に乗せたり降ろしたりするのも数人がかりで行っていたのだそうです。



実際に走っていた車両も展示しています。中には、当時の吊り下げ広告や車掌の制服も! また、座席部分はほとんどそのままなので、当時の雰囲気を味わうことも出来ます。
大人も子どもも、鉄道初心者も鉄道ファンも楽しめる『鹿屋市鉄道記念館』。ぜひ遊びに行ってみてください!

① 0994-40-0078
鹿児島県鹿屋市共栄町20-2
営業 / 9:00~16:30
休館 / 月曜日(祝日の場合は翌日)・12月29日~1月3日

麺's ら.ぱしゃ



ラーメンは、「塩分を抑え、あっさりとしているながらも美味しい」にこだわっています。今回、コンテストで優勝したとともに「ぱしゃ麺(塩)」を頂きました。トッピングの梅干と青葉が良いアクセントになっていて、黄金色のスープとの相性も良し! あっさりしながらもクセになる、老若男女を問わずオススメしたい一杯でした。



プレゼント① 六白六宝餃子 5名様



プレゼントに頂いた「六白六宝餃子」。六白豚や知覧茶等、鹿児島県の食材にこだわった餃子です。練り込んである知覧茶の緑色が特徴的。黒酢と黒砂糖で甘辛く味が付いていて、タレを付けずに頂きます。

① 0994-43-7555

鹿児島県鹿屋市北田町11134-1
営業 / 10:30~21:30 年中無休

山内達哉クリスマスコンサート

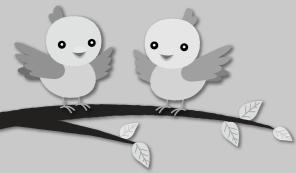
都城市出身のヴァイオリニスト・山内氏によるクリスマスコンサート。美しい音楽と一緒に、素敵な時間を過ごしませんか?

日時 12月18日(日) 14:00~16:00 (開場13:30)
場所 三股町立文化会館
料金 2,000円
チケット販売所 エーデルワイス幼保園・はやま建設㈱・(有)三都ハウス
 紅華飯店・炭火焼 TEN・Cafe MIYABI・大黒堂
*P21もご覧ください

第5回 えんむすび大作戦!
 新しい出会いをプロデュース!!

毎年多くのカップルが成立しています。2人をサポートする楽しいイベント満載です♪

日 時 11月27日(日) 14:00~18:00 (受付開始13:30)
場 所 三股町体育館 三股町五本松7-1
料 金 男性3,000円 女性2,500円 *飲食代を含みます。
定 員 男性30名 女性30名
年 齢 20~40代迄
申込締切 11月6日(日) 下記のFAX-LINE・ショートメールのいずれかでお申込みください。
 ■お問合せ 三股町青年協議会「きずな」(担当/木佐賀)
 FAX. 0986-51-0383 LINE/SMS. 090-7469-6959
主催 三股町青年協議会「きずな」
後援 三股町



笑顔でつながる子育ての輪 vol.44

『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、さまざまなお店もご紹介しますよ。



「曾於市子育て支援センター」が毎週火・水・木曜日に実施している「子育てひろば」と、親参加の「子育てひろば」の中、不定期開催されている身体測定と健診相談の回へ行つてきました。参加者が安心して相談出来るよう、「曾於市子育て支援センター」のスタッフ3名と曾於市の保健師がサポートしてくれます。取材当日は12組の親子が参加。順番に身長・体重を測定し後、保健師がそれぞれの発育状態を確認していました。その後みんなで輪になつて、歌を歌ったり、絵本の読み聞かせがあつたり、手形やシール貼り遊び



●田中くるみさんコメント●
 お母さん達から、「なかなか身長・体重を測ることがないのでは、子ども達の発育状況を知る機会が欲しい」というリクエストで実現しました。保健師ならではの目線で、さまざまなお話を凝らした演出もありますよ! 「都城市特派大使」として、全国へ都城の素晴らしい景色をPRしてまいりました。

フォーラムおすすめ子育て応援店 Vol.44

『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ていきます。

レストランそお メセナ温泉内

今回ご紹介するのは、末吉町メセナ温泉内に新しくオープンした『レストランそお』さん。早くもファミリー層に大人気!
3世代での来店が多いお店です。



★お子さまプレート 800円
デザート・スープ・ドリンク付
★うどん 500円~

広々とした店内は、テーブル席と座敷に分かれています。大きな窓から入る光が、とても心地良い空間になっています!!



TEL.0986-76-1755

曾於市末吉町二之方297-1
営業/7:00~22:00 定休/第1・3月曜日
ご覗ください

マナーを守ってお食事を楽しんでくださいね!!

★そお花堂弁当
梅 900円 松 1,500円
レディース 1,200円
★からあげ定食 750円
★親子丼 650円

お子さま用メニュー	<input type="radio"/>	駐車	あり
お子さま用食器・いす	<input type="radio"/>	座敷	あり
パリアフリー	<input type="radio"/>		

丸山酒店 ● 末吉胃腸科外科クリニック
天寿 ● R269 ● 今町小至誠
● 末吉町ナフコ南都城店
● 吉川金物 ● メナ佳交流
● 鹿児島銀行 曽於●ココ★
● 松島屋 ベンブル★

※P29もご覧ください

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>

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

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。
11月15日(火) 市民健康センター(市役所地下1階) 13:30~14:30
22日(火) 西部保健センター(高崎福祉保健センター内) 13:30~14:00
持参するもの:母子手帳、バタオル
対象児:生後1ヵ月~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。
11月10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。
11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

★救急法
子どもをとりまく事故防止について、いざという時のための対処方法等、子育て中の方にとって役立つお話が満載です。
11月4日(金) 10:00~11:30
場所:生きいき健康センター 講師:大隅曾於地区消防組合 救急救命士

★遠足にいこう
都城市のくまぞ公園へ出掛けます! 現地集合。雨天・少雨の場合は中止
11月10日(木) 10:00~12:00
場所:くまぞ公園 ※予約要
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>

13

少人数制のアットホームな雰囲気 グループホーム小松原 入居者募集!!

グループホームとは……認知症の症状があり、病気や障がいで生活に困難を抱えた高齢者が、必要な介助を受けながら少人数で共同生活する施設です。



おすすめポイント

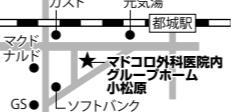
- ①病院に隣接しており、月2回主治医の診察を受けながら、健康管理を行います。
- ②リビングは家にいるようなアットホームな雰囲気で、楽しく過ごすことが出来ます。
- ③一番の楽しみである食事は全て手作り! 厳選した旬の食材を使い、丁寧に調理しています。

随时見学OK! 気軽にご連絡ください!

都城市小松原町 1161-3

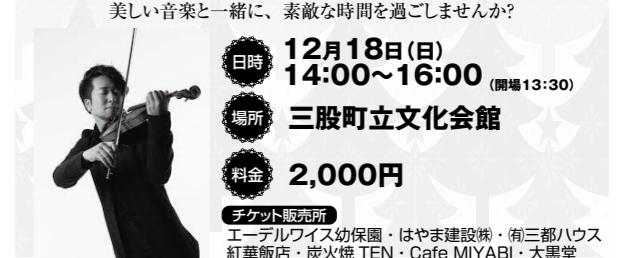
TEL.0986-22-0138

正社員募集中!
詳しくはお電話ください



グループホーム小松原 入居者募集中!

都城市出身のヴァイオリニスト・山内氏によるクリスマスコンサート。美しい音楽と一緒に、素敵な時間を過ごしませんか?



第5回 えんむすび大作戦! 新しい出会いをプロデュース!!

毎年多くのカップルが成立しています。2人をサポートする楽しいイベント満載です♪

日 時 11月27日(日) 14:00~18:00 (受付開始13:30)

場 所 三股町体育館 三股町五本松7-1

料 金 男性3,000円 女性2,500円 *飲食代を含みます。

定 員 男性30名 女性30名

年 齢 20~40代迄

申込締切 11月6日(日) 下記のFAX-LINE・ショートメールのいずれかでお申込みください。

■お問合せ 三股町青年協議会「きずな」(担当/木佐賀)
FAX. 0986-51-0383 LINE/SMS. 090-7469-6959

主催 三股町青年協議会「きずな」
後援 三股町

皆様のご利用お待ちしております。



都城市南横市町4216-7
ドラッグイレブン都原店と
スーパー・ハゼヤマ都原店の間
営業/6:00~21:00



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

読売新聞

YC五十市・庄内・山田

☎(0986)23-4196 都城市菱原町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

12

休日急患診療機関

[11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「きりアブ」でもご覧頂けます。



3 日 (木)	はしごち小児科（小） 三嶋内科（内） 海老原内科（内） 三州病院（外・胃・内） ならはら皮膚科医院（皮） 丸田病院（産・婦） 曾我歯科医院（歯）	都原町 鷹尾 山田町 花織町 志比田町 八幡町 姫城町	24-5500 24-7171 64-1211 22-0230 22-1455 23-7060 22-2622	柳田病院（小・内） おおくぼクリニック（内） いづみ内科医院（内） たかお浜田医院（外・内） 小牧病院（整） 西元眼科医院（眼） 財部歯科医院（歯）	東町 千町 鷹尾 鷹尾 立野町 中原町 都北町	22-4862 26-1500 22-7111 22-8818 24-1212 25-8888 38-0467
6 日 (日)	たけしたこども医院（小） 坂元医院（内・胃） 大岐医院（内・胃） もりやま脳神経外科（脳） どいクリニック（外・胃・内） かみながえクリニック（耳鼻） 五反田歯科医院（歯）	三股町 牟田町 山之口町 久保原町 上東町 上長飯町 平江町	51-0005 22-0360 57-2025 21-6888 22-1825 25-0224 24-8833	島中小児科医院（小） 伊達クリニック（内・循） 豊栄クリニック（内） 一心外科医院（外・胃・肛門・内） 横山病院（泌・消） いわよし耳鼻咽喉科クリニック（耳鼻） とほく歯科医院（歯）	三股町 牟田町 下長飯町 三股町 都島町 千町 都北町	52-6000 36-7088 39-2525 52-7788 22-2806 36-5555 38-4188
13 日 (日)	山内小児科医院（小） 藤元上町病院（内） 宇宿医院（内・胃・消） 都北鮫島クリニック（胃・内・外） 江夏整形外科クリニック（整・リウ・リハ） いそいち産婦人科医院（産・婦） たぐち歯科医院（歯）	上町 上町 栄町 都北町 三股町 平塚町 太郎坊町	22-0048 23-4000 25-9031 38-6060 51-1122 22-4585 38-3330	富田医院（内・小） 共立医院（内） みしま内科クリニック（内・循） はまだクリニック（外・胃・肛門） 姉川医院（皮・泌） 岩下耳鼻咽喉科（耳鼻） いちご歯科（歯）	栄町 藏原町 三股町 祝吉町 小松原町 三股町 乙房町	23-4586 22-0213 51-8100 45-2266 22-2205 51-1187 51-4182
	27 日 (日)					

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》

【GFB-F-D メゾネット】久保原町 7万円(貸主)

洋6.6、4.2、LDK13+ロフト、P2台、床暖、衣類乾燥機、南向き、角部屋、照明、レースカーテン、エアコン4台

【CubeIII-A】松元町 7.1万円(貸主)明るい角部屋

洋6.7×2、LDK13.7、ロフト6.7、浴室TV、エアコン4台、ウォシュレット、追焚きオート、電動シャッター付ガレージ、築2年、P2台

【西町・戸建て】3LDK 5.8万円(仲介)

洋7.5、7、和5、LDK17.8、収納多し、P5～6台、平成元年築、平成27年リフォーム済み、ベット犬2,000円・猫3,000円

【新築・ガレージハウス】下川東Cube8 4.8万円~(賃主)

電動シャッターP、洋5、LDK8.5、ウォシュレット、カウンターK、エアコン2台、シャワーユニット、外部P1台、木造2階建て、11月末完成予定、ベット犬2,000円・猫3,000円

【with M1】三股町蓼池 5.6万円~(仲介)铁骨3階建て

インターネット無料、P1台付(2台目1,000円)、エアコン2台、カウンターキッチン、ペアラス、広いベランダ

【年見町・メゾン愛・3LDK】4.8万円(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、ウォシュレット、給湯シャワー、角部屋、即入居可

【貸家】都北町 3.8万円(仲介)

和6、6、4.5、DK4.5、P2台、給湯シャワー、スーパー・沖水中近く

【一戸建て】大王町 3.4万円と3.5万円(仲介)

和6、4.5、4.5、DK4.5、リフォーム済み、P1台、給湯シャワー

【城大マンション】北原町 3.0万円(仲介)

RC3階建ての1階、洋8、K4、P1台合む

【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

使い方はあなた次第!!

備
コン
活
用
術

工具中の一時保管
キャンプ用品
アウトドア用品
ゴルフバッグ
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: 宮脇燃料

0986-24-2000

バイクもOKですヨ 高さ2.2M

タイプ
面積
1ヶ月(税込)

1/6 約1.2帖 5,400円

1/5 約1.5帖 6,480円

1/4 約2帖 7,560円

1/2 約4帖 14,040円

金田ヤード
大王ヤード

ココ
都北
交差点
●あべ歯科
クリニック
ヨープ
都北店

ココ
●宮脇
燃料

R10

広告有効期限／平成28年11月30日 ※仲介物件に関しては仲介手数料を戴きます(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☆

◆実はあまり知られていない、都城のイルミネーションスポットを教えてください。

◆あなたのクリスマスの思い出ソングをエピソードと一緒に教えてください。

(楽しかった思い出、悲しかった思い出等……エピソード内容は問いません)

歌手名 /

曲名 /

思い出 /

◆あなたの寒さ対策を教えてください。

CINEMA

シネボート発
今月おすすめ映画情報!!
■資料提供／シネボート

BOOK

■資料提供／田中書店妻ヶ丘店

どんなに体がかたい人でもベターッと開脚できるようになるすごい方法
Eiko
50万部突破!

MUSIC

■資料提供／AVクラブ鷹尾店

21世紀ベストセレクション「前途」
Concert「一會」2015～2016—LIVE SELECTION—
Concert「一會」2015～2016
中島 みゆき 入荷日 11/15

世代を超えて愛される名曲を収録した20年振りのベストアルバムと最新コンサートのLIVEアルバム、Blu-ray/DVDが同時リリース!
●ベストアルバム「21世紀ベストセレクション「前途」」
【CD】地上の星、宙船、妻の唄を含む全12曲収録!! 2,800円(税抜)
●LIVEアリバム「Concert「一會」2015～2016—LIVE SELECTION—」
【CD】妻の唄を含むLIVE初収録の音源を多数収録!! 2,778円(税抜)
●LIVEDVD/Blu-ray「Concert「一會」2015～2016—LIVE SELECTION—」
【Blu-ray】8,000円(税抜) 【DVD】7,000円(税抜)
初のLIVE映像化の18曲を含む全20曲収録!! さらにご予約でT-POINTS倍です!! ゼヒご利用くださいませ。

きりしま フォラム

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♪

☆ご協力ありがとうございました。

■ 社員募集 ■

**経験者
求む!**

職種 自動車钣金塗装

給与 月17万円以上
面談の上、決定致します。

応募方法
電話連絡後、履歴書持参
下記までご連絡ください。

[時間]
月～土曜日 9時～18時

精松(アベマツ)自動車钣金塗装

都城市今町9441-1 ☎ 0986-39-6788

ファインシャルプランナー東廣義さんによる質い貯蓄方法の

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すが、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 / 11月25日(金) 14時 ~ 1時間程度

※質疑応答も含みます

場所 / 都城市総合文化ホール 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

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

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

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

料金 / 無料 定員 / 15名

対象者 / 介護福祉士の資格をお持ちで離職中の方・資格をお持ちで就業経験が浅い方

受講料 / 無料 申込み締切 / 12月5日(月)

■問合せ / 都城コアカレッジ ☎ 38-4811

※P 30もご覧ください

★モード Autumn 恋活&恋活 参加費 / 3,000円(食事付)

●25~40歳独身男女 日時 / 11月12日(土) 14時~16時 場所 / 三股町立文化会館 チケット販売所 / エーデルワイス幼保園・はやま建設㈱(有)三都ハウス・紅華飯店・炭火焼TEN-Cafe MIYABI・大黒堂

※P 12もご覧ください

●51~60代独身男女 日時 / 11月26日(土) 19時半~21時半 参加条件 / 就労されている方 参加料 / 500円(食事付)

●41~50歳独身男女 日時 / 11月19日(土) 19時半~21時半 参加条件 / 就労されている方 参加料 / 500円(食事付)

●第5回えんむすび大作戦！ 日時 / 11月27日(日) いよいよ締切間近!!

婚活イベント情報

★モード Autumn 恋活&恋活 参加費 / 3,000円(食事付)

●25~40歳独身男女 日時 / 11月12日(土) 14時~16時 場所 / 三股町立文化会館 チケット販売所 / エーデルワイス幼保園・はやま建設㈱(有)三都ハウス・紅華飯店・炭火焼TEN-Cafe MIYABI・大黒堂

※P 12もご覧ください

●51~60代独身男女 日時 / 11月26日(土) 19時半~21時半 参加条件 / 就労されている方 参加料 / 500円(食事付)

●41~50歳独身男女 日時 / 11月19日(土) 19時半~21時半 参加条件 / 就労されている方 参加料 / 500円(食事付)

●第5回えんむすび大作戦！ 日時 / 11月27日(日) いよいよ締切間近!!

イベント情報

★第49回 神柱笑いヨガ

日時 / 11月5日(土) 9時~10時 場所 / 神柱公園 ※雨天中止 料金 / 無料

■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

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

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

料金 / 無料 定員 / 15名

対象者 / 介護福祉士の資格をお持ちで離職中の方・資格をお持

ちで就業経験が浅い方

受講料 / 無料 申込み締切 / 12月5日(月)

■問合せ / 都城コアカレッジ ☎ 38-4811

※P 30もご覧ください

★山内達哉クリスマスコンサート

日時 / 12月18日(日) 14時~16時 場所 / 三股町立文化会館 チケット販売所 / エーデルワイス幼保園・はやま建設㈱(有)三都ハウス・紅華飯店・炭火焼TEN-Cafe MIYABI・大黒堂

※P 12もご覧ください

★ユーチャリス サクソフォーン ナーショー	カルテットコンサート・ディナーショー	場所 / 楠元労務管理事務所
★問合せ / 楠元労務管理事務所	■問合せ / 楠元労務管理事務所	■申込み・連絡先 / 今村
料金 / 5,000円	料金 / 5,000円	場所 / 楠元労務管理事務所
※P 19もご覧ください	※P 19もご覧ください	■申込み・連絡先 / 今村
■問合せ / 楠元労務管理事務所	■問合せ / 楠元労務管理事務所	■申込み・連絡先 / 今村

来院時にお申込みください。

★第23回 後悔しないための賢い家づくり勉強会 この3年間で約1,850人

強のお客様が参加し、その93%が満足した大好評の勉強会です。

日時 / 11月27日(日) 13時~16時 (開場12時50分)

会場 / ウエルネス交流プラザ

料金 / 無料

※キッズルームを用意しています。

お子様連れでお越しください

■問合せ / 社団法人 日本住宅取得応援協会

会場 / 都城市若葉町62-2

料金 / 2,000円(文具代込)

■問合せ / ☎ 21-7889

★障害年金相談会開催	★わくわく筆文字教室	★女性のための就職支援セミナー
20~64歳の方へ。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害のある方、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 / 11月23日(水・祝) 1部 10時半~12時	日時 / 11月30日(水) 12月2日(金) 9時半~11時半
年金相談員として実績のある女性スタッフが対応します。	日時 / 11月25日(金) 15時~16時	日時 / 11月30日(水) 12月2日(金) 9時半~11時半
※要予約 1時間程度	対象 / どなたでも参加可能	※P 5もご覧ください
料金 / 無料	講師 / 横山晶子先生	料金 / 無料

★三州健康教室	■問合せ / ☎ 21-7889	■申込み / http://www.miyazaki-scc.co.jp/tayo/
日時 / 11月25日(金) 15時~16時	場所 / 三州病院3階	場所 / 都城市コミュニティセンター
申込み締切 / 11月6日(日)	演題 / 「ナルコベニアってなあに	参加費 / 無料
定員 / 60名	講師 / 横山晶子先生	※無料託児所あり！(要予約)
申込み方法 / 要予約	※P 2~18もご覧ください	※雇用保険受給者で受講説明書の交付を受けられた方は、就職活動実績にカウントされます

★平成28年度 宮崎県潜伏介護研修日程	■問合せ / ☎ 0985-30-5050	■申込み / 研修日程 / 12月12日(月) 14日(水)
福岡県ソフトウェアセンター	http://www.miyazaki-scc.co.jp/tayo/	http://www.miyazaki-scc.co.jp/tayo/
研修日程 / 12月12日(月) 14日(水)	申込み締切 / 11月6日(日)	※P 2~18もご覧ください
場所 / 都城コアカレッジ	講師 / 横山晶子先生	※P 2~18もご覧ください
●准看護師科(2年)	●准看護師科(2年)	●准看護師科(2年)

★ピアノ教室 幼児から大人迄	■准看護師科(2年)	■准看護師科(2年)
3歳から大人迄 楽める	●准看護師科(2年)	●准看護師科(2年)
■ヴァイオリン個人レッスンコース ■ヴィオラ個人レッスンコース ■室内楽 新規生徒募集中！ 体験レッスン無料	●准看護師科(2年)	●准看護師科(2年)
※レンタルヴァイオリン 1,000円からあります	●准看護師	

産後のお悩みお任せください♥

セレブにも認められた
本格的美容術

- ◆出産前のズボンが入らない
 - ◆腰痛、肩こり、頭痛がある
 - ◆恥骨、坐骨の痛みが消えない
 - ◆むくみやすくなり、冷えが辛い
 - ◆尿漏れするようになった
 - ◆股関節が痛くて家事がキツイ等
- 1回の施術で、痛みが楽になった、ウエストが2~3cm減った。継続していくことで、尿漏れが改善した等、たくさんの喜びの声を頂いています。

BMK 産後の骨盤矯正

通常¥7,000→初回限定¥4,980(初回60分)



BMK予約専用番号

080-3972-8908

美容鍼予約専用番号

080-5246-6161

HAIR STAGE adore

今月迄!!!!

「平日半額キャンペーン」

ご予約はお早めに♥

おかげ様で adore 都城店は来年10周年を迎えます。そこで10周年を前に感謝を込めて特大キャンペーンを行います!!

3ヶ月期間限定の「全メニュー半額キャンペーン」です!!

今回限りのキャンペーンとなりますが、初めての方も来られたことのある方も、この機会にぜひお越しください。いつも通り丁寧な施術をお約束します。

みんなが笑顔になりますように。

代表 東 店限定・マツエク、エクステ対象外

施術メニュー半額

(マツエク・エクステ以外の全メニュー対応)

※予約時に「全メニュー半額」と必ずお伝えください。

来店時クーポン持参必須です。●H28.11/30迄有効

【都城店】

0986-38-3011

吉尾町 854-1 営業/9:00~20:00 定休/月曜日、第2火曜日

ロゼマドンナ

激スリム!? ニクイ脂肪をノックアウト!!
スピードと結果を重視するならロゼマドンナ!

メスいらすの「光瘦身」

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ラックスしながら施術が受けられます。



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火曜日・祝日 駐車場/あり

R10 昭和シェル 西日本シティ銀行 大阪王将 ●ココ 鹿児島銀行

小松原中—— R10

クーポン特典

●スペシャルスリムコース(光瘦身+遠赤ドーム+セルライト除去) おためし価格→¥1,500

●スーパースリムコース(光瘦身+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

技術 北野整体施術 技

品質 本位

**九州初上陸!
エレクトロハンドエステ!**

●ほぐしコース(クイックもみほぐし) ¥2,000
 ●まつたほぐしコース(全身もみほぐし) ¥3,000
 ●通常コース(患部&関節施療) 骨盤矯正込 ¥3,500
 ●全身コース(患部込み全身施療) 骨盤矯正込 ¥4,000
 ●フルコース(全身施療+リフレクソロジー) ¥4,500
 ●リフレクソロジー(プロオイル使用、下肢リフレクソロジー) ¥2,500

**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。**

●券併用不可●H28.11/30迄有効必ずクーポンをご持参ください

090-8625-4836 まで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 不定期 営業/9:00~20:00 11月9・10日はお休みを頂きます。
※要予約(時間外応相談) ※出張サービスもあります
クレジット決済OK! 20:00以降も予約可

田口循環器内科クリニック コンビニ GS G1 R10 都城駅 駐車場/あり

トータルビューティサロン FRINGE

フェイシャル 60分コース
 ①クレンジング
 ②毛穴の洗浄
 ③フェイシャル デコルテマッサージ
 ④フェイスパック
 ⑤エアーフット
 ⑥整容

小顎リフトアップ
 ・むくみ・たるみ
 ・くすみ・毛穴
 ・くま・美白・シミ
 季節の変わり目
 乾燥肌に!

**九州初上陸!
エレクトロハンドエステ!**

日本ではまだ導入店舗が少なく、関東等でも数店舗のみで受けられるレアなマッサージです! エステティシャンの体を通して素手から直接、整体微弱電流を流していくオールハンドトリートメント。 まつ毛エクステ・まつ毛カール…エアーフット込み!

フェイシャル90分コース ¥6,000→初回¥4,000
フェイシャル60分コース ¥4,000→初回¥3,000
まつ毛カール ¥2,500→初回¥2,000
まつ毛エクステ付け放題 ¥4,000→初回¥3,000

0986-22-2233 田口循環器内科クリニック コンビニ GS G1 R10 都城駅 駐車場/あり

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。

エステに行ってみたいけど……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。

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、瘦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

小松原中—— R10 昭和シェル 西日本シティ銀行 大阪王将 ●ココ 鹿児島銀行

クーポン特典

FORUM TOPICS

九州初上陸! エレクトロハンドエステ

日本ではまだ導入店の少ないレアなマッサージです! エステティシャンの素手から直接、整体微弱電流を流すオールハンドトリートメント!

フェイシャル90分コース 6,000円→初回4,000円
 フェイシャル60分コース 4,000円→初回3,000円
 まつ毛カール 2,500円→初回2,000円
 まつ毛エクステ付け放題 4,000円→初回3,000円

住所/都城市早鈴町19-8 1F 営業/10:00~19:00
 駐車場/あり 定休/月曜日 E-Mail/fringe_info@yahoo.co.jp
 ■トータルビューティサロン FRINGE TEL/22-2233 ※P25もご覧ください

★★『みしん市場』の大創業祭開催中★★

ミシンの購入や買い替えをお考えの方!
 日頃の感謝を込めて全品来店特価 80~10%OFF!!

ミシンの活躍する季節。ミシンの調子が悪い、点検して欲しい等、お困りの方は、気軽にご相談ください! 見積もり無料!!
 大好評のマンツーマン手作り教室も実施中!(要予約)
 修理調整は、全メーカー・他店、通販購入ミシンもOK!!
 修理見積もりの出張も無料! 下取り高価買取中! 店内60台以上展示販売中
 ■みしん市場 都城妻ヶ丘店 TEL/46-3342 ※P6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。見積もり無料。お気軽にご来店、ご相談くださいね。
 ■質Shop天満屋 TEL/22-4340 ※P7もご覧ください

お菓子の南香 正社員大募集!
女性販売スタッフを募集中!!
明るく接客好きな人! お菓子の好きな人は大歓迎♪

【募集職種】女性販売スタッフ(正社員)
 【勤務先】お菓子の南香 都城市甲斐元町1-26
 【給与】140,000円~ ※社会保険あり
 【時間】10:00~19:00 ※時間帯は応相談
 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

魚の台所 味 アルバイト募集中!

魚の台所 味では、元気に明るく働いてくれる人を募集しています。

【募集職種】ホールスタッフ・配膳
 【勤務先】都城市牟田町18街区5号T-Kビル2F
 【給与】時給800円~(1ヵ月間の研修期間あり) 経験者850円
 【資格】20歳以上 男女問わず
 【時間】18:00~23:00(時間・日数は応相談)(日曜定休日)
 詳しくは下記迄。気軽にお問合せください。
 ■魚の台所 味 TEL/21-7232 ※P29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
横田 麻由香 水島 小百合
●発行人 井上 隆治
●発行所 霧島フォーラム

●今更ながら、フジテレビの「全力! 脱力タイムズ」、NHKの「総合診療医ドクターG」がたまらなく面白い。水曜日と金曜日の夜が待ち遠しい。
 ●姪っ子ちゃんの誕生日プレゼントを購入後、帰ってすぐ買物カードに忘れたことに気付きました!! ダメもで間で会えると「届いていますよ」とのこと。届けてくださった方、本当にありがとうございます!
 ●佐藤来未のライブに初参戦してきました。たくさんはしゃいでストレス解消になりました。(なっちゃん)
 ●話題の「君の名は。」を見てきました。アニメーション、音楽、ストーリーどれをとっても良かったです。まだ見てない方はぜひ鑑賞してみてください!
 ●最近、TEDにハマっています。「TED日本人」で検索してみてください。きっと、面白いものが見られますよ!
 ●プロ野球も日本シリーズを残すのみとなりました。広島と日本ハム、どちらが日本一になるのでしょうか?(くわゆり)
 ●季節の変わり目なので、部屋の模様替えをしようと思っています。断捨離も兼ねて、部屋をすっきり綺麗にしたいです!(さゆ)

一白水星

日本占術協会占術修士認定 原宿占い「塔木(タリム)」所属

今月は、周囲のミスやトラブルに巻き込まれる恐れがあります。自分の目と耳で確認していないときは、決して信じてはいけません。体が冷えない工夫と散財に注意しましょう。

**クリスティー・デリコの
九星占い**

11月の運勢

※運勢は★の数(1~5)で表しています。
 (★の数が多い程運勢が良い)

二黒土星

今月は、仕事への意欲が湧き、速いスピードで結果が出そうです。勢いや流れは大切ですが、堅実な考え方で進むことがベストです。母親や妻に感謝することで開運します。

三碧木星

今月は、仕事に関する情報が入り次第、後輩や部下とのコミュニケーションも活発になります。貯金を始めるチャンスなので、〇〇貯金と目標額を決めて挑戦しよう。

四緑木星

今月は、周囲のミスやトラブルに巻き込まれる恐れがあります。友人関係が広がると、仕事や恋愛のチャンスも広がります。疎遠になっていた人と仲直りしたり、人脈が金脈になる可能性もあるので楽しめます。

五黄土星

今月は、頂天になっていると気分の落ち込むことが起こりそうです。出来るだけ慎重に判断するようにしましょう。基本的に単独行動がベストです。火の取扱にも注意しよう。

六白土星

今月は、これまでの努力が実り注目を浴びそうです。心眼が開け、新たな事業のキッカケがつかめます。相談ごとは年長者や上司、先輩等目上の人があげたアドバイスをくれます。

七赤金星

今月は、お祝いごとや楽しい機会に恵まれそうですね。チケット金運も高まります。交際費をケチらずに、恋愛運がいいのがポイントです。悩みごとを相談された時は、親身になって話を聞きましょう。

八白土星

今月は、大きな目標や希望を抱きながら、思い切って行動すると物事が停滞するので、常に冷静さが必要です。平らな場所でつまずくような、つかり事故に気をつけましょう。

九紫火星

今月は、何かと新たなるアイデアがひらめき、生活に活気が出できます。熱意をもって行動する、情熱的な恋愛が生まれます。身だしなみやオシャレに気を使つづ運気があります。



「ふわツヤカラー」で、艶々の冬スタイル!

ミネラルデジタルとは…髪に優しく、施術後も傷みにくいカラー。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! 根元のうねりやケセを取りながら、艶々のカラーを実現!!

クーポン特典
髪が傷まない!
ミネラルデジタル+カット
CMCストレート
初回限定 ¥12,000
※ログ料金別
●予約時と店舗時にご提示ください
●クーポン券使用不可 H28.11/30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曜日
駐車場/ あり

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
つけませんか?

デジタル
パーマの
上手なお店

Lint ~癒しの空間~

9月 New Open!
隠れ家サロン「Lint」

疲れた身体をスッキリさせ、毎日のストレスをリセットしたいという方にオススメしたいサロン♪
丁寧なカウンセリングで、お客様の体調に合わせたオイルを選び、手技によるリンパマッサージを行います。癒されること間違いなしです!!

LINE公式QRコード

お友達登録で
¥500割引クーポン
GET!

LINE公式ID
@yqq1684q



doTERRAアロマタッチとは…脊髄
に8種類のエッセンシャルオイルを垂らし、自律神経を整えながら安定させる施術。心身のストレス「免疫系」炎症反応「自律神経の乱れ」に効果を發揮。

menu

●リンパアロマトリートメント
60分¥2,800 90分¥3,800
30分¥3,000 45分¥3,500

●doTERRAアロマタッチ
HOIMIトリートメント
(¥2,000相当)
ロング料金込

●ハーフボディトリートメント
上半身¥2,000 下半身¥2,000

※男性施術の場合、通常料金+¥1,000

menu

●カット 幼児 ¥1,000
小・中学生 ¥1,600
高校生 ¥1,800
一般 ¥3,200

●ダメージレスなヘアカラー!
イルミナカラー+カット
¥7,600 (ロング料金別)

髪へのダメージを4段階の工程でカットし、
艶やかな色と質感を実現するカラー

●バーム+カット ¥6,900~
●縮毛矯正 ¥7,300~

menu

●ダメージレスなヘアカラー!
イルミナカラー+カット
¥7,600 (ロング料金別)

髪へのダメージを4段階の工程でカットし、
艶やかな色と質感を実現するカラー

●バーム+カット ¥6,900~
●縮毛矯正 ¥7,300~

menu

●ダメージ毛を残さずてくれるヘアアイ
テム! 驚きの感覚で髪感ください!

Kids room

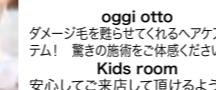
安心してご来店して頂けるようキッ
ズスペースをご用意しています。

HARE hair

艶やかな色&質感が話題の
「イルミナカラー」で冬色に!!

SNSでも話題! 紫外線や乾燥
で傷んだ髪毛も、キレイな冬色にチ
ェンジしてくれる「イルミナカラー」。
どんなにバサついた髪もおまかせ
ください! ブリーチなしで、赤み
のないキレイな透明感のある髪色
になりますよ!!

最高の手触りも、ご体感ください。



ダメージ毛を残さずてくれるヘアアイ
テム! 驚きの感覚で髪感ください!

Kids room

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しています。

model:mizuki
stylist:tsukino colorayumi



SANHUGI 2016 コンセプト
いろいろなヘアスタイルを
楽しめましょう♪

menu

まづげを「付ける」ではなく、「彩る」という感覚のエクステ

JBCAアイコーディネーター・JECプロアリストが、「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。

自まつ毛を強く長くするケアも充実しています!!

長く、太過ぎないナチュラルなエクステが好評ですよ!!

◆疲労回復整体◆

初回(1時間程) ¥4,320

2回目~(30分程) ¥3,240

※お電話でいしまソーラム
を見たとお伝えください。

◆インディバアクティブ◆

初回限定 通常¥2,160が

¥1,080(15分)

●ご予約時にお伝えください。

◆インディバアクティブ◆

初回限定 通常¥2,160が

¥1,080(15分)

●ご予約時にお伝えください。

model:yayana
eyelist:yayumi

SANHUGI 2016 コンセプト
いろいろなヘアスタイルを
楽しめましょう♪

model:ayana
color:yayumi

SANHUGI 2016 コンセプト
いろいろなヘアスタイルを
楽しめましょう♪

秋冬で
乾燥した髪が
甦る!
 oggi otto
ヘッドスパ
¥3,000
※スタイリング別

ハイカラの女性スタイリストが、髪の健康状態や髪型、ラ
イフスタイルに合わせてヘアを提案し、高い技術×デザイン
性で、あなただけのヘアスタイルをプロフェッショナルで
お届けします。
93%オーガニック素材の「オーガニックカラー」もオススメ!
頭皮が弱く薄毛や抜け毛が気になる方も安心です!!

11月限定
デジタルパーマ
¥10,000~
 oggi ottoの
トリートメントサービス!!

12月末迄
大人気の oggi otto
ヘアケア商品
10%OFF
12月末迄
※同じ商品の購入不可

タイ古式&チネイザン nanaya ナナヤ

女性限定!!
タイ古式マッサージ&
チネイザンで健康になろう!
本場タイに何度も通い、学んで
います。ぜひ一度お試しください!
タイ古式マッサージとは…「2人
で行うヨガ」とも言われ、指圧とスト
レッチを織り交ぜながら、ゆったりと
したリズムで、全身をしっかりとほぐし
ていきます。

タイ古式&チネイザンの効果
肩凝り 腰痛 頭痛 冷え
むくみ 便秘 下痢 生理痛
生理不順 妊活 ポッコリお腹
イライラ 不眠等の改善

チネイザン(氣内臓療法)とは…
中国の道教に伝わる腹部のツボ
マッサージ。お腹をほぐすこと
で、全身の血流が良くなるため、特に
冬場の冷えの改善に最適!

Winterキャンペーン 12月末迄
全メニュー
¥1,000 OFF
タイ古式 60分 ¥4,000→¥3,000
90分 ¥6,000→¥5,000
チネイザン 90分 ¥6,000→¥5,000
120分 ¥8,000→¥7,000

チネイザンセラピスト
養成講座

講習30時間 ¥10,000

テキスト・ディプロマ込

不定休

YOSA PARK KEI / YOSA PARK belt'a ベルタ / YOSA PARK Olu'olu オルオル

冬の乾燥&冷えも水素YOSAにおまかせ! 癒しの空間で簡単ダイエット!!

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

初回限定
¥1,000 OFF

プレミアム(120分)
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

→水素フルバース→フェイシャル水素

バッフル→全身リラクゼーション

代謝促進・楽しぶり(90分)
通常¥5,500→¥4,500

全身リンパマッサージ→水素YOSA

→水素フルバース→フェイシャル水素

+ 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、全身の筋肉を鍛え、

筋肉をほぐしていく

筋肉の大丈夫

秋冬で
乾燥した髪が
甦る!
 oggi otto
ヘッドスパ
¥3,000
※スタイリング別

レストランそお メセナ温泉内

☎ 0986-76-1755



Newオープン! レストランそお

末吉町メセナ温泉内に新しくオープン。ランチや宴会メニューはもちろん、モーニングもご用意! 午前中温泉を楽しんだ後、ランチで堪能したい「そお花堂弁当」。熟練された腕を持つ料理長が、素材と美味しいにこだわった料理をリーズナブルに提供します。

イオシ! そお花堂弁当

梅 900円 松 1,500円 レディース 1,200円

★定食750円~・丼物650円~・うどん類500円~もオススメ!!

忘年会や各種宴会承り中 要予約 ※税別
■会席コース 2,500円~
小鉢・お造り・焼物・揚物・ステーキ・お吸い物・ご飯
■鍋コース 3,500円~
よせ鍋・ふく鍋・あんこ鍋・すっぽん鍋

店舗情報
曾於市末吉町二之方297-1 営業/7:00~22:00 定休/第1・3曜日
松島屋 銀行 曽於・ココロ市民ホール
曾於市末吉町二之方297-1 営業/7:00~22:00 定休/第1・3曜日
天寿 ● ● 丸山酒店 ● R269
ナフコ南都城店 ● 末吉中 ● 今町小
アスティタウン ● 駐車場
メセナ温泉交番セイタ内
吉川金物 ● ● 駐車場
曾於・ココロ市民ホール
曾於市末吉町二之方297-1 営業/7:00~22:00 定休/第1・3曜日
松島屋 銀行 曽於・ココロ市民ホール

魚の台所 味

☎ 0986-21-7232



旬の魚なら『魚の台所 味』へ!

魚と野菜を中心としたお酒に合うメニューが豊富で、日本酒・焼酎・カクテルも充実! メニューは50種類ほどが日替わりで楽しめます。豪華刺身盛1,500円はその日のオススメがなんと約10品!

冬のオススメ! ●生鮨白子(ボン酢仕立て・焼き白子・白子天ぷら等)※仕入れによってはない日もあり 800円~ ●期間限定! フグコース(てっさ・フグ・鍋・雑炊 etc.)7,000円~

●大皿料理 2,500円~ ◎会席料理 3,500円~
+1,200円で2時間飲み放題 (焼酎・ワーワー系・ソフトドリンク・ノンアルコール系・生ビール 1杯付)
+1,700円で2時間飲み放題 (生ビール無制限・焼酎(霧島)・サワー系・ワイン・カクテル(2種類割合の要)・ブランデー・ウイスキー・ソフトドリンク・ノンアルコール) ※前日迄の要予約

店舗情報
都市市牟田町18街区5号 T-Kビル2F 営業/18:00~23:00(L02:30) 定休/日曜日 座席数/2名様×2部屋
※P24もご覧ください

炭火焼 創

☎ 080-9066-0930



女性に大人気! コラーゲンたっぷりのトロトロとんそく販売中!

その場でじっくり焼き上げた、柔らかくてトロトロのとんそくは、一度食べたらやみつきになること間違いなし! お肌もプルプルになりますよ! お子さんからお年寄り迄大好評。トロトロとんそく以外にも、鶏ネギももや手羽塩焼、若鶏のタタキ等どれも好評です。ご来店お待ちしております。

メニュー	トロトロとんそく	250円
オススメ	若鳥タタキ	400円
冬季限定	手羽塩焼(1本)	70円
	たこ焼き(8個)	250円 他

店舗情報
曾於市末吉町二之方297-1 営業/7:00~22:00 定休/第1・3曜日
松島屋 銀行 曽於・ココロ市民ホール
曾於市末吉町二之方297-1 営業/7:00~22:00 定休/第1・3曜日
天寿 ● ● 丸山酒店 ● R269
ナフコ南都城店 ● 末吉中 ● 今町小
アスティタウン ● 駐車場
メセナ温泉交番セイタ内
吉川金物 ● ● 駐車場
曾於・ココロ市民ホール
曾於市末吉町二之方297-1 営業/7:00~22:00 定休/第1・3曜日
松島屋 銀行 曽於・ココロ市民ホール

石窯パン工房 グレンツエン 都城店

☎ 0986-36-5888



この冬もイベント満載!!

冬限定の新商品がたくさん届いています。オススメは、九州産小麦を石臼挽きましたマエストロパケット!! 今しか食べられない絶品/パンを、ぜひご賞味ください。
11月11日はチーズの日 ☆★チーズフェア★☆ 11/1(火)~22(火)
チーズ好きにはたまらないチーズをふんだんに使った新商品が登場します!
11月20日はピザの日 ☆★ピザフェア★☆ 11/20(日)~30(水)
こだわりの新作ピザが登場します!

メニュー	ハロウィンフェア開催中 10/31(月)迄 お急ぎください!!
オススメ	九州産小麦使用 マエストロパケット 250円
冬季限定	阿蘇山産のミルクパン 180円
	スマートモンブラン 220円
	かばちゃん 160円

店舗情報
都城市上東町17-18 営業/7:00~19:00 定休/火曜日
お問い合わせ用QRコード
<http://www.glanzen.info/>
※P15もご覧ください

創彩酒膳ごち

☎ 0986-80-6189



『ごち』がリニューアルオープン!!

『ごち』が新しくなりました! グランドメニューも一新! こだわりの日本酒や焼酎、ワインもご用意して、皆様のご来店をお待ちしています。
★★冬の絶品メニュー★★
■BIGスペアリブの角煮 ■朝獲れ直送! お造り3種盛り
★★都どりの白湯鍋(ハイタン) 1人前1,300円★★
コラーゲンたっぷりの鶏白湯スープが完成。旨味たっぷりで柔らかい都城産の骨付き都どりと、こだわりの天然塩を使用! 鍋のシメは雑炊または麺をセレクト!
都どりのローストチキン予約開始! ※2日前迄の要予約 12/1~25迄! 通常4,500円→3,900円(23日・24日・25日は4,500円)

メニュー	忘年会ご予約承り中 ごちのイチオシ! 3,000円コース
	前菜盛合わせ・本日鮮魚と有機野菜のカレーパッティ・ぶりぶり海老の甘酢炒め・肉じゃがオムレツおろしあんかけ・豪快!! ローストチキン・季節の土鍋ごはん・自家製ジェラート ※+1,000円or+1,500円で飲み放題120分付

店舗情報
都城市牟田町25-7 営業/18:00~23:00 定休/日曜日
庄内 ● ● 鹿児島銀行 ● 太陽銀行 ●
都城警察署 ● 第二駐車場 ● BanBan 機械病院 ●
都北 那原食堂

自家製天然酵母 にこにこパン

☎ 090-7503-4915



安心安全な材料で本格的なパン

当店では、国産小麦・自家製天然酵母100%のパンを販売しております。主なパンは、小麦・酵母・塩・水で出来ています。全粒粉が入った、ヘルシーで噛めば噛むほど美味しいパンです。原材料は国産または有機栽培で作られています。何にでも合う食事パンをどうぞお求めください。他にはやさしい甘さのあんパン・シナモンロール・ラスク等もあります。

メニュー	昨年大好評につき今年もシュトレンやります!
	シュトレンはオーストリア発祥のX'mas発酵菓子。卵・乳製品不使用です。ラム酒漬けのドライフルーツが旨い! 予約数に達次第終了。11月3日受付開始。12月1日からお引渡し。

店舗情報
都城市牟田町2099-3 営業/9:00~18:00 定休/火・水曜日
庄内 ● ● しまむら やよい軒 ● GS
あやべ歯科クリニック ● カフェ夢屋 ● 都北 那原食堂

Winter Recommend

FORUM'S SELECT グルメ

Best 11

今しか堪能することの出来ない、季節限定のメニューもあります。各店こだわりの味を、ぜひ楽しんでくださいね!

魚の台所 味

☎ 0986-21-7232



なんとの風

☎ 0986-36-6300



なんと! 全品 290円(税別)

早くて、美味しいで、しかもリーズナブルな価格で評判の居酒屋『なんとの風』。お子さんのお好きなメニューから、ビールにピッタリのおつまみ迄揃ってます! これからのシーズンにオススメなのはあつたか雑炊や手羽唐揚! ゆったり過ごせる個室は、家族連れやママ会にピッタリ! 皆で楽しく食事が出来ますよ!
●豚しゃぶコース 3,000円●モツ鍋コース 4,000円
●どちらも2時間飲み放題付 ※6名様以上(前日迄の要予約)

メニュー	313円引き(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	※H28.11/30迄有効

店舗情報
都市市牟田町18街区5号 T-Kビル2F 営業/18:00~23:00(L02:30) 定休/日曜日 座席数/2名様×2部屋
※P24もご覧ください

Trattoria Fiore フィオーレ

☎ 0986-58-7930



ウエルネス交流プラザ横 NEW OPEN

Fioreはイタリア語で「花」。「花のように愛され、花のように料理で皆様を笑顔に…」という意味でつけました。生産者様から直接仕入れる新鮮な食材を使ったランチや夜のアラカルト等、大変ご好評頂いております! ご予約頂ければ、コースも3,500円(税込)からご用意致します。オーナー選りすぐりのワインと共に、楽しいひと時をどうぞ。お座敷もございますので、お子様もぜひ♪

メニュー	パスタランチ(パン・サラダ・スープ付) 1,300円(税込) メインランチ(パン・サラダ・スープ・デザート付) 1,800円(税込)
	夜は320円からのアラカルト ご予約頂ければ、コースもオードブルタイプも承っております。

店舗情報
都城市牟田町16-12 BTV ● R222
営業/11:30~14:00(L01:30) 17:00~24:00(L02:30)
定休/不定休
※全て税別料金です

韓国焼肉 韓の家

☎ 0986-22-1729



人気の焼肉 韓国料理が食べ放題!

人気のカルビ等の焼肉他、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!
●平日限定 60分食べ放題 980円コース 小学生490円 幼児250円 3歳未満無料
●平日限定 60分食べ放題 1,280円コース 小学生640円 幼児250円 3歳未満無料
※年末年始はメニューの変更がある場合がございます。

メニュー	46品食べ放題 90品食べ放題 119品食べ放題 1,980円 2,480円 2,980円
	※120分(L01は90分) ※小学生は半額、3~5歳 飲み物付で500円 ※お昼のご利用はお問合せください。 ※飲み放題+1,300円、ソフトドリンク+450円、子ども+300円

店舗情報
都城市牟田町20-1 ワイン内B1F BTW ● R10
営業/11:30~14:00(L01:30) 17:00~24:00(L02:30)
定休/不定休
※全て税別料金です

飲食処 喜喜 FUTATSUKI

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)

都城市下川東4丁目 平家のオール電化住宅。水回り全て新設!

車庫を解体しました。普通車並列3台可
4LDK 駐車3台

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

価格 1,498万円(税込)
月々のお支払 **42,988円**

都城市上長飯町 水回りも新品交換済み!!

3LDK 駐車2台

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

価格 798万円(税込)
月々のお支払 **22,900円**

都城市祝吉1丁目 16帖の広々リビング。水回り新品交換!

1.25坪 ユニットバス新設 4LDK 駐車2台

- 所在地:都城市祝吉1丁目29-2
- 土地面積:171.70m²(51坪)
- 建物面積:141.18m²(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 1,448万円(税込)
月々のお支払 **41,553円**

都城市志比田町 広々リビングのオール電化住宅!

2SLDK 駐車3台

- 所在地:都城市志比田町4614-19
- 土地面積:330.58m²(100坪)
- 建物面積:89.71m²(27坪)
- 建築年月:昭和61年1月
- 交通:JR【日向庄内駅】徒歩25分

価格 1,298万円(税込)
月々のお支払 **37,248円**

都城市郡元町 3LDKに間取変更。水回り交換、屋根外壁塗装しました。

3LDK 駐車1台 別途近隣駐車場有

- 所在地:都城市郡元町3260-61
- 土地面積:116.62m²(35坪)
- 建物面積:110.58m²(33坪)
- 建築年月:昭和56年8月
- 交通:JR【都城駅】徒歩25分

価格 798万円(税込)
月々のお支払 **22,900円**

都城市南鷹尾町 キッチン等、水回りを新設しました!!

3LDK 駐車2台

- 所在地:都城市南鷹尾町9-6-1
- 土地面積:165.3m²(50坪)
- 建物面積:93.93m²(28坪)
- 建築年月:昭和56年8月
- 交通:JR【五十市駅】徒歩15分

価格 1,098万円(税込)
月々のお支払 **31,509円**

都城市早鈴町 セキスイハウス施工住宅。南小学校・姫城中学校・総合病院が徒歩10分圏内!!

5SLDK 駐車4台

- 所在地:都城市早鈴町19-35
- 土地面積:285.23m²(86坪)
- 建物面積:139.35m²(42坪)
- 建築年月:平成6年7月
- 交通:JR【西都城駅】徒歩19分

価格 2,298万円(税込)
月々のお支払 **65,945円**

曾於市末吉町 3LDKに間取変更!! 水回り全て新設しました!!

3LDK 駐車4台

- 所在地:曾於市末吉町19-10
- 土地面積:264.83m²(80坪)
- 建物面積:82m²(24坪)
- 建築年月:昭和61年7月
- 交通:JR【五十市駅】徒歩72分

価格 798万円(税込)
月々のお支払 **22,900円**

※写真はリフォーム中です

※写真はリフォーム後です

末吉町の駅迄車で6分

3LDK 駐車4台

898万円(税込)

月々のお支払 **25,769円**

●所在地:曾於市末吉町19-10

●土地面積:319.32m²(90坪)

●建物面積:73.73m²(22坪)

●建築年月:昭和55年3月

●交通:JR【五十市駅】徒歩98分

お手持ちの「家」、
お売りください!!

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

買取査定
買取相談が
無料0円!!
+5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

※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 0120-58-7255
http://katitas.jp 家に価値タス で検索!
住所:都城市下川東3丁目2-1-2
TEL 0986-45-0255 FAX 0986-45-0256

※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。

※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

フォーラムオススメ!

習い事特集♪

新しい年へ向けて.....

何か新しいことに
チャレンジしてみませんか?



(株)かみむらスポーツ教室 ループ1都城教室 ☎ 0986-36-7774



入会キャンペーン実施中
新たに土曜日午前の教室をオープン!

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の育成を目指します。バリエーション豊富なプログラムでスポーツを気軽に楽しめます!

無料体験随時受付中!
新たに土曜日午前のコースを開設します!

- 幼児コース 9:30~10:30
- 小学生コース 10:45~12:00

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10 ←至鹿児島

都城合併地区

★ココ 咲都城IC→

谷口青果店 ●文番

倉内整形外科病院 ●

MAP

R10

