

# きりしまフォーラム

vol.300  
MARCH 2017

3

編集・発行／霧島フォーラム 都城市一萬城町99-9-1 ※禁無断掲載



## ✧ 通巻300号&創刊25周年 ✧

300号&25周年  
特集記事

きりしまフォーラムが300号!  
25周年を迎えました!!

フォーラム  
目帰りぶり旅

都城圏域特集!



さた かねで  
佐多 楓ちゃん  
(小学校6年生)

もうすぐ中学生になる私を  
イメージして描きました。  
ワクワク、ドキドキです!!

表紙の絵  
『もうすぐ  
中学生』

きりしまフォーラム  
300号記念イベント開催決定!

3月25日(土)

あなただけのオリジナル  
フォーラムを作る!!

イオン都城ショッピングセンターで開催  
※詳細はP5ページをご覧ください

同時開催! 3月1日(水)スタート!!  
きりしまフォーラム バックナンバー展



●情報の提供・お問い合わせは

TEL:0986-26-5836  
http://kiri-fo.net

FAX:0986-26-5860  
MAIL:info@kiri-fo.net

きりしまフォーラム

検索

QRコードから  
簡単アクセス!



HPから投稿や  
プレゼントのご応募も  
受付中です!



先取り情報や、紙面に載っていない話など  
タイムリーな情報をお届け!



Facebook  
ページ  
やっています!



このような条件に該当していませんか？

人工関節手術をされた方

- 20歳から64歳までの間に手術を行った。(または64歳までに通院開始し、1年半以内に手術した)
- 手術後、普通に歩けるようになっても受給可能。
- 障害者手帳4級・5級・6級を持っていない方も受給可能。
- 片足のみ手術の場合、通院開始時に厚生年金に加入していた。(両足の場合は、国民年金・厚生年金を問わない)

糖尿病・腎臓病

- 64歳までに人工透析を開始した。(または64歳までに通院開始し、1年半以内に人工透析を開始した)
- 人工透析までは行っていない場合でも、インスリン治療を90日以上継続して行い、その期間中に入院した。
- 通院開始時期に厚生年金に加入していた。(初診日が国民年金の場合も可能性あり)

人工弁・ペースメーカーを装着された方

- 64歳までに装着手術をした。(または64歳までに通院開始し、1年半以内に手術した)
- 心臓が悪くなって通院し始めた時は厚生年金だった。(初診日が国民年金の場合も可能性あり)

年間300件以上の相談をいただいております！ **当センターに申請を代行するメリット**

- |   |   |
|---|---|
| <p><b>1 もらえるかどうか、その場で電話診断もOK!</b><br/>難しいケースでなければ電話で診断します。</p> <p><b>2 スピーディーに申請!</b><br/>自身での申請より、2カ月以上早く完了することを目標としています。</p> <p><b>3 相談料・着手金は無料!</b><br/>早く申請し、早く受給できた分を代行手数料としていただく、という考えのもとに、2カ月とさせていただきます。</p> | <p><b>4 受給決定の可能性を高めます!</b><br/>障害年金の専門家が対応。</p> <p><b>5 こちらからのご連絡はいたしません!</b><br/>電話相談の段階では匿名でも構いません。また、一度は自身で申請したけれど、やっぱり代行を頼みたいという方も、大歓迎。</p> <p><b>6 対応エリア</b><br/>三股町・曾於市の方にも対応しています。お気軽にご相談ください。</p> |
|---|---|

当センター 社会保険労務士

**三嶋 賢司**



障害年金の相談なら

**都城障害年金相談センター**

【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

※外出困難な場合は出張相談にも対応いたします。  
※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

☎ **0986-51-4141**

FAX・メールは24時間受付中  
FAX/0986-25-7789  
メール/info@mishima-office.com

**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できる制度です。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の保険制度です。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** 現在**20歳以上69歳まで**の方で  
**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 随時受付中**

詳しくは下記までお問合せください。

春の訪れを感じる……本格日本料理をどうぞ

伊勢海老雲丹焼きと宮崎牛の美食懐石 5,500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 附 | 筍と独活の金平   |
| 前 菜 | 日南鶏の柚子胡椒焼き ぼんぼり卵<br>宮崎牛時雨煮 筍木の芽味噌和え<br>春鱈幽庵焼き 天豆塩ゆで |
| 椀 物 | 海老真丈ういす椀  |
| 造 里 | 桜鯛の薄造りと地魚二種盛り                                       |
| 焼 物 | 伊勢海老雲丹焼き  |
| 煮 物 | 若竹煮   |
| 強 肴 | 特選宮崎牛の鉄板焼き  |
| 揚 物 | 小柱と浅利の春野菜かき揚げ                                       |
| 酢 物 | 合鴨コースと旬彩のハルサミコ掛け                                    |
| 食 事 | 鯛漬け汁茶漬 香の物  |
| 水菓子 | 季節のデザート   |
- ※お料理は仕入れにより  
内容が一部変更になる場合がございます



一桃の節句のお祝いに—雛懐石

3月12日(日)までご予約承り中

※例年、ご予約日が集中しますので、ご予約はお早めに!

お子様の健やかな成長を願う……  
心づくしの日本料理。  
雛人形を愛でながらご堪能ください

かがやき 3,500円 はばたき 5,000円  
【お子様用】よろこび 1,500円 すこやか 2,500円

**歓送迎会90分飲み放題付**

料理長が厳選するコース料理で、素敵なひとときをお過ごしください  
4,000円・4,500円・5,000円(各全9品) ※前日までの要予約

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など、詳細はHPをご覧ください [www.lcs-izakaya.com](http://www.lcs-izakaya.com)



(株)都城北諸地区  
**清掃公社**

都北営業所  
三股町大字蓼池4439番地1  
☎0986-52-5636

- 産業廃棄物業務
- 一般廃棄物業務
- リサイクル業務
- 粗大ゴミ、片付けゴミ回収
- 遺品整理、生前整理
- 墓掃除代行業務

**粗大ゴミ・片付けゴミ回収**  
**遺品整理・生前整理**  
**引き受けます**



- 1人でのお片付けが難しい方
- お身体が不自由でお片付けできない方
- 大きな荷物が運び出せない方
- お墓のお掃除がなかなかできていない方

# 新・医療の窓

早水公園クリニック便り⑫

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子どもの皮膚はなぜ乾燥するのですか？

人間の皮フには、角質層という保湿機能を持つ層があります。そこが赤ちゃんや小さいお子さんは未発達なので、乾燥しやすいのです。生後6カ月ごろまでは、お母さんからもらったホルモンの影響で比較的大丈夫ですが、6カ月を過ぎたあたりから乾燥してきます。特に入浴後は、肌からかなりの水分が逃げていくことがわかっていきます。保湿クリームなどを塗るのは風呂上がり5分以内が非常に効果的です。

②血圧を下げたいです。

動脈硬化が進んでしまったり、かなり高血圧が進行してしまったり、薬が必要なことも多いです。初期の高血圧と診断されたら、食生活を見直すこと。まず塩分です。塩分を摂り過ぎると、それを薄めようと体は水分をため込みます。水量の多い血管は圧が上がります。これが慢性化すると血圧が上がります。その他、コレステロールの摂りすぎ。コレステロールは血管の壁に沈着して、動脈硬化

③解熱剤って何度くらいにしたら、使った方がいいの？

何度になったらということはありません。感染症にかかるとその原因となるウイルスや細菌は熱に弱いので、体は熱を出して、その増殖を抑えているんです。簡単に言うと、熱は敵と戦っているサインなんです。ですから、あまり解熱剤を使いたくなくて敵が元気になるって、かえって熱が長引くこともありえます。しかし、戦いが長引くと体力も消耗してきます。そういう時こそ、解熱剤の出番です。熱があっても元気があれば使う必要はありません。疲れたりぐったりした時に使用するというのが適切でしょう。

④インフルエンザに2回かかることは？

あります。この原稿を書いている2月中旬時点では、A型インフルエンザが少なくなってきましたが、B型インフルエンザ



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>



③今年のスギ花粉の量は？  
宮崎では、2月中旬から本格的に飛散しはじめますが、今年には昨年の1.5倍〜2倍の予想が出ています。症状が強くなってからはなかなか抑えられませんが、スギ花粉症の人は早めの対応をおすすめします。

# 桃の節句

ひなの生イチゴ桃デコレーション  
5号3,200円  
6号3,700円

ひな上生菓子 1,800円

お子様の健やかな成長への願いをお菓子にこめて

他、多数ご用意!

雅(みやび) 5号入1,000円

まるごと苺のひなロール 1,700円

スペシャルひなデコレ 6号(16cm×16cm)3,700円

### NANKOU ORIGINAL SWEETS GIFT

ホワイトデーは南香で

パティシエが作る本格スイーツで、あなたの気持ちを大切な人へ伝えてみませんか？

**Kiwami Chocolate** 極シヨコラ  
さらに美味しUP! 焼酎ケーキの中にフランス・ヴァローナ社のチョコレートを練りこみ焼き上げた極上の逸品。  
1個 200円 箱入(5個) 1,200円

**霧栗シヨコラ**  
大人気の栗きんとんをチョコレートでくるんだ南香ならではの逸品です。  
4個入 1,000円  
6個入 1,350円  
8個入 1,750円

お菓子の南香  
都城市甲斐元町1-26  
TEL.0986-22-4670  
営業時間/8:30~20:00

お電話での注文承ります

丁寧な指導で「手作りをはじめてさん」も安心!

## 新入園・入学グッズ

図書バッグ・体操服入れ・シューズ入れ・お道具入れなど、各校の規定サイズに合わせて指導します。お好きな生地をご持参ください。

日程	3/7(火)・18(土)・22(水)・29(水)
時間	AM10:00~(1時間程度)
参加費	500円~(講習料のみ)

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)

九州電力は子育て、お仕事に頑張っているお母さんを応援します!

## IH体験

参加費無料の料理教室を開催中!

気軽にショールームへ遊びに来てくださいね!

料理教室についての詳細は、P20をご覧ください

九州電力 都城営業所  
TEL.0120-986-705  
受付時間:9:00~17:00  
(土日祝日・祝日を除く)

「なんで、「きりしまフォーラム」って言うの?」

「きりしま」は、都城の象徴・霧島山のように地域に愛される情報誌でありたいとの願いを込め、「フォーラム」は古代ローマ時代に人々が集ってさまざまな公開討論をしていた広場を意味することから、そんな「広場、のような情報誌にしたいとの想いで名付けました。

子ども達の絵はフォーラムの顔!

フォーラムは創刊からずっと子ども達の描く絵が表紙を飾ってきました。子どもならではの感性に脱帽! 毎月心が和まされている読者も少なくないでしょう。まさしく、子ども達は地域、そしてフォーラムの宝です。

広告も読者にとって大事な情報源

フォーラムが地域に情報を発信してこられたのは、広告を出して下さるお店や企業があつてこそ。もちろん、広告も読者のみなさんにとって大事な情報源です。フォーラムスタッフはお店や企業の魅力を余すことなくお伝えすることを使命に、毎日飛び回っています!

100号

2000.06

フォーラムにとって初の大きな節目となる100号。それまでを振り返る特集ページを設けて、創刊号の表紙の絵を描いてくれた方へのインタビューや記事の人気ランキングなどを掲載。100号記念ということもあって、100名の読者のみなさんに顔写真付きでご登場いただきました!



1996.05



表紙が初のカラーに。今のロゴマークもこの号からなんです!

創刊号

1992.03

創刊号は2色刷りで、ロゴも「きりしま」の文字が漢字。落ち着きと風格がありますね。当時、創刊に際してフォーラムは「読者にとって有益な情報を発信すること」をコンセプトとして打ち立てました。そしてその後も、地域の活性化に貢献しようという姿勢は変わらず歩み続けることとなります。



きりしまフォーラムの歴史



人気連載コラム  
盆地っこレター



都城圏域出身で、地元を離れて頑張る「盆地っこ」からのお便りを紹介するコーナー。その内容からは地元への愛着が伝わってきて、心がホッコリします。



人気連載コラム  
スタッフ日帰り旅



現在、フォーラム人気No.1の企画。都城圏域から日帰りで行けるエリア、たくさん取材してきました。これからはみなさんが知らないスポットを紹介していきますよ!



特集記事



創刊以来、フォーラムは地域におけるタイムリーなニュースや注目されている問題などにフォーカスし、特集してきました。今読み返すと、それぞれの時代の世相が見えてきます。



人気連載コラム  
盆人倶楽部



創刊した年から続く最年長のコーナー。読者のみなさんのお便りによって成り立っている、「読者あつてのフォーラム」だと痛感させられるコーナーです。



きりしまフォーラム300号  
25th Anniversary  
staff message



発刊の街へ遠い!  
そんなふうに思っていたフォーラム  
これから作り続けるのよ。  
創刊時の初心を忘れずに! ママ



25年とは言わず、地域に  
みんなで楽しく仕事!  
いたっは!! ママ



読者の皆様に喜んで頂ける  
それを楽しんで頂ける話題を  
作り続けたいです。  
これからも頑張ります!!

25年とは言わず、地域に  
みんなで楽しく仕事!  
いたっは!! ママ



フォーラム300号記念  
だいたい10日間くらいで作り  
たい! 1000名くらいは欲しい!



これから  
楽しい話題を  
お届けしていきます!  
頑張ります!!



これから  
楽しい話題を  
作っていきます!  
くわゆる



# きりしまフォーラムが創刊300号！ 25周年を迎えました!!

1992年3月創刊のきりしまフォーラムは、300号・25周年を迎えました！フォーラムは地域のみならずと共に作り上げ、毎月途切れることなくお届けしてきた地域生活情報誌です。記念すべき本号を発刊できたのも、地域のみならずのお陰！このページでは、みなさんと共にフォーラムの歴史を振り返りたいと思います。

**イオン都城  
ショッピングセンターにて、  
記念イベント開催決定!!  
ぜひご参加ください!**

フォーラム300号&25周年記念イベント  
in イオン都城ショッピングセンター

**「あなただけの  
オリジナルフォーラムを作ろう!!」  
開催**

絵を描いて写真と一緒に表紙に掲載します。  
世界に1冊だけのオリジナルフォーラムを作ろう！  
ぜひ遊びにきてください!!

日時:3/25(土) ①11時～ ②14時～  
各回 先着10名様限定

場所:1階セントラルコート

**参加費無料**

**300号** 2017.03



25歳となったフォーラム。こちらで働くスタッフの中にも同じ年の者がいます。当時生まれたばかりの赤ちゃんが、今では立派な社会人。時が経つのは早いものです。創刊時、まさか300号を迎える日がくることになるなんて、誰も思っていなかったでしょう。さらにもう300号は無理？ いやいや、これからも地域のみならずに見守っていただきながら、ずっと発行し続けていきますよ。

**200号** 2008.11



この年、地域の人達が心待ちにしていた「イオンモール都城駅前(ミエル)」がオープン！翌年には「南九州大学都城キャンパス」が開校しました。このころのフォーラムでは、こうした新しい動きに敏感に反応して、特集記事を掲載。

## 創刊メンバーコメント



**初代企画部長：森下 明彦**

もともと大阪の本社で仕事をしていた私は、きりしまフォーラムの創刊メンバーとして都城に移ってきました。話す方言も違えば土地勘もなかったので、慣れるまでは戸惑いの連続だったのを覚えています。当時は発行されると、今のようスーパーやコンビニに置かせていただくのではなく、各家庭を一軒一軒まわって手配りしていたんですよ。それはもう、大変でした。それから約18年、フォーラムの企画・取材に携わりました。たくさんのお店や場所をまわり、多くの出来事に遭遇し、数え切れないほどの人と出会いました。元都城市長の岩橋さんには何度もインタビューにご協力いただき、街の移り変わりについてお話を伺いましたね。フォーラム主催のイベントなどもしていましたから、読者の方とふれあっていた時間が今思うと懐かしいです。フォーラムが地域とともにある情報誌であることはこれからも変わらないでしょう。インターネットが普及した今、紙媒体の存在意義が問われる時代になってきていますが、これからもアイデアを凝らしながら、地域の人たちに愛読していただける『きりしまフォーラム』であり続けてもらいたいですね。読者のみなさん、今後とも『きりしまフォーラム』をよろしく願います!



**初代編集長：中黒 靖**

通巻300号!? 創刊25周年!? 創刊した時はまさかここまで続くとは思ってなかったので、ただただ読者のみなさまに「ありがとうございます」という感謝の気持ちしかありません。私自身、創刊当初の3年しか直接タッチできませんでしたが、それ以後は地元出身の若い人たちが中心となって、今の元氣な誌面をつくってくれています。創刊当時と比べていかにカラフルになったことが!! そして誌面同様、都城というまちも元気に、そして活気づいて……というわけにはいきませんね、はい。これは都城に限ったことではありませんが、日本全国津々浦々、高齢者人口の増加と若者の減少に頭を悩ませています。とりわけ差し迫った問題は介護人材の不足であり、『厚生労働省』の発表によると2025年には約38万人不足するとのこと。創刊から25年、『きりしまフォーラム』は何となく地域とともに歩んできましたが、これからもこれまでと同様にのほほんと過ごせる保証はどこにもありません。これからは誌面を通じて少子化に高齢化といった「今そこにある危機(Clear and Present Danger)」に取り組んでいってほしいと思っています。

●おめでとうございます。次は50周年を目指して頑張ってください。

■ありがとうございます。50周年と言わず100周年まで頑張りますよ!!

●おめでとうございます。都城に引越してきて12年。毎号内容が豊かになっているなと感じます。友人や家族と話す中にも自然と「きりしまフォーラムに載っていたところだよ」とか「きりしまフォーラムもらってきたよ」などのフレーズが入っていて、生活の一部になっています!!

(すひた/32歳)

■日常の会話の中で、きりしまフォーラムが出てきていふことに喜びを感じます。

ぼんじんくらぶ

## 盆 人 倶 楽 部

特別編

盆人倶楽部は、霧島盆地に暮らす人々の集いの場です。今回は特別編! 300号&25周年を迎えたきりしまフォーラムへ、みなさまからいただいたメッセージをご紹介します!

●25周年・300号おめでとうございます! ひとつもたくさん情報や企画、プレゼントなど本場にありがとうございます。希望としては、もっとひとつの情報をガッツリ特集するページがあるとよいかと思います。これからも素敵なきりしまフォーラムでいてください。(ていつてい/33歳)

■素敵なアイデアをありがとうございます。特集も、もっと掲載できるように努力いたします!!

●仕事と子育ての合間に毎月楽しく読んでいます。これからは読者が知らない、忘れられているような情報を待っています!! ありがとう!!

(エルモのかあちゃん/28歳)

■みなさんの息抜きや、ちよっとしたひと時にきりしまフォーラムが活躍できるようなそんな情報をもっと掲載していきます!!

★毎月いたただくみなさまからのメッセージがきりしまフォーラムを形作っています。これからもたくさんのお便りお待ちしております!

す。もっとみなさんの生活の一部として、お役に立てることを目指して頑張ります!!

## 星の燈台 たちばな天文台

プレゼント④ 入場券 ペア5組10名様

霧島連山や都城市街を一望できる高台にある『星の燈台 たちばな天文台』。天体だけでなく自然科学全般について学べる施設があり、子どもから大人までみんなで楽しめるスポットです。さまざまなタイプの天体望遠鏡が並び観測室やプラネタリウムがあるほか、ドームでは50cmの大型望遠鏡で昼夜問わず星を見ながら、興味深いお話を聞けます!



### プラネタリウム

オリジナルプログラムで上映される星のショーは、お客様によって内容が変わるそう……。ファミリーやカップル、仲間同士など、お客様一人ひとりが楽しめるプログラムになっています。また、こちらでは約1万年前の星から1万年前の未来の星まで見ることができます。自分が生まれた日の星も見ることができるんですよ。ロマンチックですね♪



### 名物 養部館長による太陽のお話

「太陽って知っているようで知らないことが多い!」ということを再発見できる養部館長の解説は、黒点や太陽のパワーの秘密など、内容盛りだくさん。そして解説後には、特殊な望遠鏡で太陽を見せられました。贅沢な時間に大満足です!!

初めてじっくり見る太陽にビックリ! 太陽はこんな風になっているのか……と感動しました。



☎0986-62-4936

都城市高崎町大牟田1461-22  
開館/月・火・水・日曜日 9:00~16:00(※夜間是要予約)  
金・土曜日・祝前日 9:00~22:00  
休館/木曜日 ※木曜日が祝日の場合は、前日が休館

★入館料★ 未就学児:無料 小学生:100円 中学生以上:310円  
※バス/温泉宿泊者のみ中学生以上:250円



### サイエンスカフェ開催

3/18(土) 15:00~  
入館料 +500円

美味しいスイーツを食べながら、「国立天文台」の先生による星や自然に関する講演。  
Q&Aコーナーもありますよ!



## ふれあいの丘

『ふれあいの丘』は、のどかな風景が広がる山里の中にあります。犬や猫をはじめ、たくさんの動物が出迎えてくれて、何だかワクワク! 誰もが気軽に出入りでき、名前の通り、自然や動物達とふれあえる、施設になっていますよ。



プレゼント⑤ 体験乗馬(引馬乗馬) 5名様

今回は乗馬体験をさせていただきました! ヤマが乗せてもらったのは、5頭ほどいるなかで「Qちゃん」という穏やかな性格で元気に走る馬でした。円形の丸馬場で係員の方から馬の乗り方についてレクチャーを受けたら、いざ乗馬! 調馬索を引いてもらいながら場内を回り、止まり方や曲がり方を教わります。係員の方が分かりやすく丁寧に教えてくれるので、安心です。慣れてきたら今度は広いアリーナ馬場へ移って、スピードアップ。少しずつ馬とリズムが合っていく感じがたまりません。

最後は調馬索を外して、自由に走らせてもらいましたが、何とも贅沢なひとときで、あっという間に時間が過ぎてしまいました。大人でも子どもでも満喫できるので、ぜひ乗馬体験してみてください!



### 体験乗馬

※事前にお電話でご予約ください。体験内容・服装など、詳しくはHPをご覧ください。

引馬乗馬 (1回 3~5分)	幼稚園(5歳以下)	300円/1回	乗馬レッスン (1回 30分)	小・中・高校生	2,000円/1回
	小学生	500円/1回		大人	4,000円/1回
馬場内乗馬 コース (1回 60分)	丸馬場またはアリーナ馬場の柵内		園内外乗り コース (1回 60分)	放牧場を回るコース	
	小・中・高校生	1,500円/1回		小・中・高校生	2,000円/1回
	大人	3,000円/1回	大人	4,000円/1回	

☎0986-64-0050

都城市山田町霧島4480  
開園/8:00~17:00  
<http://fureai-oka.com/>



## フォレストアドベンチャー・おすすめ

プレゼント⑥ 入場券 ペア3組6名様



ありのままの自然の地形と樹木を生かしたアクティビティが体験できる『フォレストアドベンチャー・おすすめ』。木と木の間に渡されたロープと身体に装着した安全器具を頼りに「登る・渡る・滑る」のアスレチックコースを進んでいきます。このアクティビティは元々、フランス発祥。企業の研修のために作られたのですが、徐々に一般の人にも楽しめる施設となり、今では世界中に広がっていると。子どもから年配の方まで楽しみ、特に女性からの人気が高いそうです。



昨年の10月から、「レーザータグ」というレーザー銃を使ったサバイバルゲームができるようになりました。フィールド上にある障害物に隠れながら1対1や団体が対戦! 実弾を使わないので、安全に遊ぶことができます。

最初に安全器具の使い方や遊び方についてレクチャーを受け、体験スタート! 初めはコースが低いところだったので、これは意外と楽勝かなと思ったのですが、進むにつれてどんどん高くなっていき、一番高いところでは10m以上もあって足がすくみました。最後はその高さから40mもの距離をターザンのように飛び降ります! 一歩踏み出すまではかなり怖かったのですが、勇気を出して踏み出せばかなり気持ちよかったです。



入場料 子ども(~17歳) 2,500円 大人(18歳以上) 3,000円  
料金 レーザータグ(20分) 1,000円

☎080-8555-1324

鹿児島県曾於市大隅町岩川6048-1(道の駅「おすすめ五郎伝説の里」隣)  
営業/9:00~17:00 ※予約優先  
不定休(季節・天候により異なります)  
<http://www.foret-aventure.jp>



フォーラムがプロデュース!! 日帰りぶらり旅

**300号&25周年記念!**

# 都城圏域の魅力を見直し 都城圏域特集!

いつもは、都城圏域以外のエリアを巡って取材している「日帰りぶらり旅」ですが、今回は特別編! 都城圏域で楽しく遊べるアクティビティを中心に、癒される温泉や美味しいグルメを取材してきました。



## 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ホームページのプレゼントフォームから3月21日(当日消印有効)までに送ってください。  
※プレゼントの応募はお1人様1通限りを有効とさせていただきます。



## 青井岳荘 **プレゼント①** 入浴券 ペア5組10名様



「青井岳荘」は、豊かな自然に囲まれた源泉掛け流しの温泉が人気の施設です。休憩室やレストランも併設されており、宿泊施設や宴会場もあるので、いろんな楽しみ方ができます。週末は市内外から多くの利用客が訪れるため、平日の昼間がオススメです! 他にも、夏はキャンプや川遊び、秋は紅葉と、一年中通して楽しむことができる施設になっています。

和風・洋風風呂や露天風呂、サウナに歩行浴もあります。泉質はナトリウム-炭酸水素塩・塩化物温泉で、神経痛や五十肩、筋肉痛や冷え性などに効果があります。また「とろみの湯10選」に選ばれており、お肌もつるつるスベスベに! 美容にいいので、女性にもオススメですよ。



	入浴料	1日入浴料
大人	420円	620円
小学生	210円	360円
幼児	160円	160円

広いロビーではさまざまな物産品がたくさん並んでいます。地元の農家さんが丹精して作った新鮮な野菜などが低価格で購入できますよ。

☎0986-57-2177

都城市山之口町山之口2123  
営業(温泉) / 7:00~21:00  
※入浴受付は20:30まで  
定休 / 第1木曜日  
(2月と9月は第1水・木・金曜日の3日間)  
<http://aoidake.jp>

## お食事処 愛の里 **プレゼント②** 焼き鳥+おにぎり2個+ホーバミンソ ペア3組6名様



歴史を感じる風情たっぷりの古民家で、ゆったりと食事が楽しめる「お食事処 愛の里」。オープンから35年にもなり、都城市内を中心に他県からも多くの人が訪れているそうです。

一番人気は、七輪の炭火で焼き上げる「焼き鳥(750円)」。店主が厳選した南薩鶏がミネラルをたくさん含んだ沖縄の塩で味付けされており、ほどよい歯ごたえがあって美味しさが口の中で広がります! 「手打ちそば(550円)」もファンが多く、こみかんの香りがほのかにして、ほっこりしますよ。夏場(5~9月)には店外で流しそうめんもできるので、四季を感じながらお食事を楽しめます。



鶏の皮をミンチにした「ホーバミンソ(320円)」も絶品! .....  
ホーバミンソをのせた菜ごと七輪で焼きます。おにぎりと共にどうぞ。お酒のアテにもぴったりですよ!



☎0986-78-1441  
鹿児島県曾於市末吉町南之郷11137番地  
営業 / 11:00~21:00  
定休 / 火曜日  
<http://www.ainosato.info>

## 花房峡 憩いの森 キャンプ場

## **プレゼント③** 1人用ゴーカート 5名様

森の四季を体感できる「花房峡 憩いの森 キャンプ場」。これからの季節、梅の花から始まり、桜としゃくなげが美しく咲き誇ります。キラキラした春を、思いっきり感じるができますよ。また避暑地として人気の高まる夏には、暑さから逃れるため、県内外から多くの方が訪れます。安楽川渓谷の川遊びや遊歩道散策、バーベキュー、キャンプなどアウトドアを楽しむ人達でいっぱい! 宿泊のためのシャワー付バンガローや常設テント、キャンプファイヤー広場もあるので、仲間はもちろん家族みんなで出かけてみませんか?



広々とした敷地内には、楽しい遊具もあります。一番人気は、全長1,070mのゴーカート! 心地よい風を感じながら、自然いっぱいの場内を走ることができます。その他にも、パターゴルフ場や、テニスコートも完備されていますよ!

取材時は風が冷たかったけれど、アップダウンを楽しみながらのドライブは爽快です!

☎0986-78-1100

花房峡憩いの森管理事務所  
鹿児島県曾於市末吉町南之郷11391-1  
<http://soo-ikoinomori.jp>

受付 / 8:30~17:00  
休園 / 月曜日・第1・3火曜日  
※夏休み期間中は無休

どんぐり工作体験 650円  
どんぐりを使ったオリジナルのオブジェを作ります。お子様と一緒に参加してみませんか? ※前日までの要予約

### ヤマVSヤスの激しいテニス対決!

豊かな自然に囲まれたテニスコート。穏やかながら、真剣勝負が繰り広げられました!! しかし勝敗が決まる前に、体力が尽きるという結果に……。ダブルスならよかったですかね。



『花房峡 憩いの森』マスコット!  
ロバのさくらちゃん。名前を呼ぶと、近くまであいさつに来てくれます。大きな黒目がとてもかわいいアイドルです!

夏休み利用POINT 2017年 キャンプ場予約受付 4/1(土)スタート! 7-8月の週末はバンガローやテントの予約が取りづらくなりますので、早めの予約がおすすめ! また、お盆や夏休み最後の週末なら、8月でも予約が取りやすいとが……。ぜひ参考にしてくださいね!!



スタッフおすすめ新生活アイテム



Delicious Lunch / 春ランチ特集

入学・新社会人で、新しく生活がスタートする方にもおすすめのランチグッズ。カラフルでシンプルなデザインの「MYKONOS ミコノス」は大人気！また便利な高機能満載のお弁当箱からお花見やピクニックにピッタリのグッズまで豊富に揃っています！キッチンバイヤーおすすめのランチアイテムは、贈物としても喜ばれること間違いなしです♪



ミコノス タイトルランチ1段

ミコノス コンテナランチ2段



ミコノス タイトルランチ1段

盛れるランチボックスとして大好評！カチッとした留め具がオシャレで、カフェのデリ気分を楽しめるデザインのランチボックスです。



ミコノス コンテナランチ2段

深さのある上段とぽこっと膨らんだフタが、作ったおかずを潰しません！1段だけで持つこともOKなランチボックスです。



丸田店長イチオシ1段のお弁当箱なら、ごはんを調節しながら、おかずを詰めることができるので、とってもラクチンですよ!!

春色クッション



カラフルなマカロンがクッションになりました！オウチを春色に彩ってくれるクッションがソファに並ぶだけで、オシャレ感がUP!! バッグの手触りとフワフワ感に癒されてくださいね。

中武さんオススメあまりの心地よさに、抱きめたくなるクッションです！お昼寝中も、素敵な夢がみられるかも……。



30代からエテュセプレミアム 大人の開き毛穴が気になる方へ！



泡のオールインワン美容液

プレミアム アミノマイクロース 10万個の毛穴を研究して開発。ミクロの炭酸泡が浸透し、保湿成分が潤ってキメの整った毛穴が目立たないエイジレスな素肌へ導きます。洗顔後はこれ一つでお手入れが完了するのも嬉しいポイント!!

開き毛穴にアプローチ!

アミノプレミアム7 (保湿)

トリプルアミノ酸	アミノ酸 ヒドロキシアロリン	アミノ酸 シセリン	アミノ酸 アルギニン
コラーゲン	発酵ローヤルゼリー	グリセリン	ヒアルロン酸

プラス

Wコラーゲン	水溶性コラーゲン	Wヒアルロン酸	スーパーヒアルロン酸
--------	----------	---------	------------

春こそ自分磨き 体の中から美活習慣

cobon コーボン

「酵素」を作り出す微生物「天然酵母」をたっぷり含む植物エキス発酵飲料。酵素はもちろん、ミネラルやビタミンも豊富に入っています。

cobonが人気のヒミツ

- 1 cobonは酵素ではなく酵母のため、熱や酸に強く、たくさんの酵素を持ったまま機能
- 2 ビタミンB群やミネラル、アミノ酸といった健康維持に欠かせない栄養素を含む
- 3 フルーツ生まれの酵母菌を使用
- 4 伝統技法により、一つひとつが手作り



村北さん愛飲中腸内環境が整うと、ビックリするほど体調と肌艶がよくなりますよ!

養麗潤 プラセンタ 60,000mg



漢方の成分がやさしくしつかりと体の中からお肌を潤します。本当の美しさは「からだ」の中から。14種類の美容サポート成分を配合し、肌トラブルでお悩みの方をサポートします! はちみつの味付けで、飲みやすいドリンクです。

無香料	無着色	保存料ゼロ
カフェインゼロ	無添加	

オススメPetitギフト



白雪ふきん

吸収性に優れ、ふきんとしてだけでなく蒸したオールド美容や赤ちゃんの肌ふきにもピッタリ。ポップでカラフルなデザインと使うほどに柔らかくなる感動の使用感、プチギフトとしても大好評です。



PURA·VIDA×南阿蘇農園コラボ 25Tea

25種類の薬草、ハーブ、穀物をブレンドした健康茶。食物繊維・ミネラル・アミノ酸・ビタミンなどの栄養成分がバランスよく含まれています。香ばしい味・香りが美味しくリピーター続出!!



岩山さんリピーター続出の25Tea! ギフトにおすすめです。

神戸の紅茶職人 David.K氏による最高のフレーバーティー



MLESNA TEA ムレスナティー

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。色鮮やかなパッケージ&メッセージが贈物としても大人気! 素敵なフレーバーに包まれながら、リラックスしませんか?

プーラビーダ商品券



「何にしようかな?」と迷ったら商品券がオススメ! プーラビーダ全店で有効期限なく使用できます。きっと喜んでもらえますよ!



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/





# シンコー本店発・不動産物件情報

★3月もたくさん掲載します★

( )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**久保原町 1780万円



★天井高が高く快適! ★明和小



●土地244㎡(73) ●建物89㎡(27)  
●H28/12築 ●豊原町B徒歩7分

**新**菖蒲原町 1730万円



★COOP、太陽銀行近く。



●土地139㎡(42) ●建物68㎡(20)  
●H28/10築 ●花緑町B徒歩5分

**新**安久町 1620万円



★ローソン近く



●土地271㎡(82) ●建物95㎡(28)  
●H28/12築 ●安久B徒歩2分

**新**広原町 1780万円



★建売初登場! 18坪程の屋上付き



●土地227㎡(68) ●建物86㎡(26)  
●H28/8築 ●下正ヶ峯B徒歩1分

**新**末吉町深川 1490万円



★土地ひろびろ! ★柳迫小



●土地365㎡(110) ●建物93㎡(28)  
●H28/9築 ●柳迫小前B徒歩8分

**4LDK**久保原町 1850万円



★オシャレな2階建てですよ



●土地263㎡(79) ●建物100㎡(30)  
●H28/12築 ●久保原町B徒歩7分

**新**末吉町南之郷 1530万円



★デッキも完成!



●土地367㎡(111) ●建物98㎡(29)  
●H29/1築 ●高見堂バス徒歩7分

**LDK**郡元町 1670万円



★ニューコーラッキー近く!



●土地392㎡(118) ●建物152㎡(46)  
●S63/7築 ●ショッピングSB徒歩6分

**LDK**末吉町深川 940万円



★オール電化・車庫付き



●土地600㎡(181) ●建物141㎡(42)  
●H3/6築 ●柳迫小B徒歩8分

**4LDK**三股町新馬場 2448万円



★「クール暖」を取り入れ、四季を通じて過ごしやすいスマートハウス!

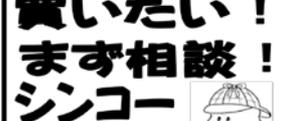
●土地243㎡(73) ●H24/9築 ●建物129㎡(39) ●新馬場交差点B徒歩4分

**LDK**売りたい! 買いたい! まず相談! シンコー妻ヶ丘へ!



●土地860㎡(260) ●建物179㎡(54)  
●H6/8築 ●桜木B徒歩5分

**LDK**高城 桜木 1480万円



★車庫も立派ですよ!

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

**3SLDK** 築4年 2550万円



★自然と共存できる家。OMソーラー・太陽光のある家!

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

**LDK** 機能重視の家! 4LDK対応 西小申請可



●土地374㎡(113) ●建物119㎡(36)  
●甲斐元B徒歩2分 ●築年古年

**LDK** 甲斐元町 1600万円



★古さを活かした大規模リフォームが見事です!

★アトリエ・カフェ・工房似合います!

●土地374㎡(113) ●建物119㎡(36)  
●甲斐元B徒歩2分 ●築年古年

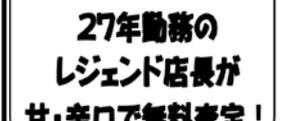
**LDK** 鷹尾3丁目 3500万円



★利便性良好! ホームエレベータ付き!

●土地264㎡(79) ●建物256㎡(77)  
●H17/1完成 ●鷹尾2丁目B徒歩11分

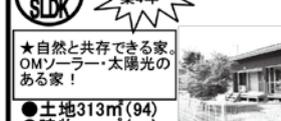
**7SLDK** 平江町 1800万円



★大王小 ★多世帯向き

●土地362㎡(109) ●建物170㎡(51)  
●S56/8築 ●西大王町前B徒歩5分

**3SLDK** 築4年 2550万円



★自然と共存できる家。OMソーラー・太陽光のある家!

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

**LDK** 機能重視の家! 4LDK対応 西小申請可



●土地307㎡(92) ●S60築 ●建物74㎡(22) ●農協駅B徒歩3分

**LDK** 早鈴町 3500万円



★手入れのされた美しい庭とシンボルツリーも堂々とした佇まい



●土地823㎡(249) ●建物149㎡(45) ●S50/11築 ●早鈴B徒歩3分

**LDK** 上長飯町 2750万円



★別棟1棟あり



●土地660㎡(199) ●建物118㎡(35)  
●H13/4築 ●上長飯B徒歩3分

**LDK** 上長飯町 2750万円



★高断熱住宅仕様

●土地660㎡(199) ●建物118㎡(35)  
●H13/4築 ●上長飯B徒歩3分

**LDK** 上長飯町 2750万円



★高断熱住宅仕様

●土地660㎡(199) ●建物118㎡(35)  
●H13/4築 ●上長飯B徒歩3分

**LDK** 上川東2丁目 720万円



●土地307㎡(92) ●S60築 ●建物74㎡(22) ●農協駅B徒歩3分

マンションも土地情報もありますよ~



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** 妻によってのうい元さがい!  
0986 **24-1518**

**新入園・入学応援セール開催中!!** 全メーカー 常時60台以上展示中!

**新入園・入学準備を応援します**

大好評につき続行決定  
3月もソーイング教室開催!!

新入学用グッズを作成  
(ブックバッグ・シユース入れなど)  
500円(講習料のみ)※お好みの生地をご持参ください  
10時~15時(2時間程度)  
※日程はご相談ください ※要予約

★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

点検・調整 500円より

0986-46-3342

住所/都城妻ヶ丘町15-12 営業/9時~18時半 定休/なし

修理見積り無料! 出張もOK!!



**卒園卒業撮影キャンペーン**

(3ポーズ) ¥19,300

- 3巻アルバム(ハック)
- 写真入りストラップ
- オリジナルカレンダー
- 全撮影データCD
- デザインシユース写真(6枚)
- デザイン印刷写真(平日撮影1枚)

桃の節句撮影

衣装・着付・ヘアメイク無料

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

LIFE STUDIO

**ラカーナの美肌脱毛**

夏へ向けて脱毛スタート♪

薄着の季節がやってきます!! 今から準備して、キレイなお肌になろう!  
『ラカーナ』の「脱毛すればするほどキレイになる」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。

脱毛前 脱毛3回

**特別価格 両ワキ3回 ¥2,000** ※新規の方のみ

3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)の併用不可

その他部位はお気軽に お問合せください	スーパーフィニッシュ 他店の効果に疑問な方にオススメ	ハイパースキンカレン お子様に優しい低温施術
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 ※ご希望の箇所、全ての部位の 脱毛。部位チョイス制、時間制 ではないので、ご安心ください。	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 ※VIO・顔をのそく

スーパーフィニッシュ 6回セット ¥162,000 ¥145,800

◆◆お問合せ◆◆  
**ラカーナ都城 TEL.0986-80-5367**

**ウェディングフェア**

2017.3.26 SUN 当日ご成約の方へスペシャル特典あり

11:00~18:00

第1部 11:00~13:00  
第2部 13:30~15:30  
第3部 16:00~18:00

参加費不要 要予約

- ★チャペル&披露宴会場見学
- ★人気演出体験
- ★ドレス試着会(11:00~17:00)
- ★プランナーとじっくり相談会(デザート付き)

日時/4月11日(火)  
受付:18時30分  
開宴:19時00分

場所/ホテル中山荘  
ダイヤモンドホール

会費/御一人様7,000円(税込)  
お問合せ ☎0986-23-3666  
担当 重信まで

旬の食材に感謝し、麗らかな春と新しい息吹の和やかな雰囲気をお楽しみいただくイベントです。どなたでも参加できますので、ご希望の方はぜひお気軽にお問合せくださいませ。

**第十六回 嬉春会**

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。—

ホテル中山荘 検索

**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・家電などを現金買取 **即現金**

**販売!!** 人気のブランド品・貴金属・時計・家電などを激安販売 **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!!**  
 お持ちの品物に比べて最低100円から買取!!  
 お気軽にご相談ください!!

表ヶ丘中 宮崎銀行 栗野郵便局  
 一都城駅 マイルストーン 伊オン都城  
 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

**和楽笑の湯** には  
 メディアで紹介されている  
**人工炭酸泉** があります。  
 南九州初です!!

美容と健康には  
**炭酸泉浴が一番!!**

炭酸泉はこんな方にオススメ!!  
 糖尿病・高血圧・心筋梗塞・冷え性  
 心臓病・神経痛・脳梗塞 他

美容  
 血流促進によるデトックス効果  
 肌あれや毛穴の黒ずみ改善、ヘッドスパ効果 等

【営業時間】7時~23時

【入浴料】■大人...400円 ■小人...200円~  
 ■70歳以上...350円 お得な回数券あります。

0986-46-1126

# 春の習い事特集♪



## 生徒さんコメント

スタートの季節! 子どもはもちろん、大人の方にもオススメしたい習い事がたくさん登場しています。趣味を楽しんだり、身体を鍛えたり、資格を取得したりと新しいことにチャレンジしてみませんか?  
 P11~13に掲載している教室へ通っている生徒さんから、多くのコメントをいただきました! ぜひ参考にしてくださいね!!



### 空手道少林寺会館 都城三股支部

空手はとっても楽しいです。習い始めてから、体力がついてきて、かけこや運動が得意になってきました。 龍馬くん・涼太くん・美咲さんより



### 代ゼミサテライン予備校 学習塾ケント

代ゼミサテラインは自分のレベルやペース、そして苦手克服や+αの勉強といったさまざまな目的に合わせて受講することができました。私は、苦手克服のためにサテラインを受講し、合格へとつなげることができました。 益山典子さんより



### do&be English School

明るいアンテナの楽しいレッスンで、本場の英語に触れられる楽しい時間を毎週心待ちにしています。恥ずかしがり屋さんもすぐに打ち解けられます。 生徒さん3人の保護者より



### 俄かみむらスポーツ教室 ルーパ1都城教室

2歳からスポーツ教室に通い始めて楽しく身体を動かすことで、逆上がりやとび箱ができるようになりました。今はボールで「まりつき」に挑戦中です! 内立輪 咲斗くんより



### ヤマハ音楽教室 都城センター 西村楽器 都城店

ヤマハ英語教室に通って7年目になりました。お友達と英語を学ぶのはとても楽しいです。英語で劇もできるようになりました!! 先本 一くんより



### 英語アカデミー・イングラム

小学校3年生から英語アカデミー・イングラムに通っています。初めて英語を習いましたが、小学校5年生で英検3級に合格しました。今では、英語を話せるようになりました。 園田愛理さんより



### 資格スクール大栄 都城教室 株式会社スコラ

簿記・パソコン・FP、何も知らなかった私ですが、一つひとつ丁寧に教えてもらい、資格取得できました。自信が付き、今では講師をしています。 下津佐智三さんより



### ロンドサッカークラブ

現在8名の先生方に約50名の部員が楽しくサッカーを習っています。中学生部門にたくさんの先輩達に加入してもらい、小中一貫の強いチーム、楽しいチームを目指しましょう。中学生の先輩を待っています! ロンドサッカークラブ部員一同より



### DANCE STUDIO ELEMENT

ダンスから歴史までたくさん教えてもらえるので、とても勉強になりました。 ゆめさん&りきさんより



### クラブハウス イワキ

小学校4年生からテニスを始めました。走るのが苦手ですが、試合が大好きなので勝つように頑張りたいです。 新地芽衣子さんより



### Gavin's アロハ英会話

英会話を習い始めて2年半が経ちました。基本から応用はもちろん、海外進出を目指している方に合わせて授業をしてくれるので、自分に合った授業ができて、楽しく取り組めます! またイベントも開いてくれて、外国人との交流もスキルアップに繋がります!!ぜひ、一緒に英語を使ってお話ししましょう! アキさんより



### コアラ英会話スクール/大人の英会話ACT

外国人の先生によるレッスンは毎回楽しいです。英語の単語もたくさん覚えることができました! 清水優斗くんより



### 都城幼児教育教室&初心者パソコン教室

親子のスキンシップの大事なことで語り合うことの大事さを教えていただきました。親子で楽しく遊ぶコツや子どもの興味をくすぐる方法など、丁寧に教えてもらっています。たくさん教材の中で子どもと楽しく遊びながら学んでいます! 30代お母さんより

## do & be English School

ドゥ・アンド・ビー・イングリッシュスクール

☎0986-25-1050

### 大人も子どもも楽しいから続けられる do & be の英語

★英会話クラスはすべて、イギリス人のネイティブ講師が担当します!

3歳から始められるクラスは、子どもは楽しく、大人は落ち着いた雰囲気の中で英語をじっくり学べます。

★英検準2級3名合格の実績!(今年度・中学生) 中高生英語塾は、基礎をしっかりと固めて、実践問題に取り組めます。わからない問題も、なぜそうなるのかを実際の会話と実例をもとにしっかりと勉強できるので、聞き取れなかった英語も聞かえてきますよ! 英検合格生も続々誕生!

無料体験レッスン受付中!

新小学1年生のお申込みはお早めに!!

送迎もご用意しています。

都城市鷹尾3丁目34-1 HP://<http://doandbe.jp>

レッスン内容や授業時間等お気軽にお問合せください。

★広々とした待合スペースでお子様レッスン中もゆっくりとお過ごしいただけます。



**スィミングフィットネス Fitpia フィットピア**  
 3歳からフィットピアに通っています。全国中学水泳大会・200m平泳ぎ部門で8位入賞を果たすことができました! 3月には、シンガポールで行われる大会へ出場します。今出せる力を発揮して、ベストをつくしてきたいと思います!! 吉田拓斗くんより

**アドラー心理学〜勇気づけ講座〜**  
 自分を勇気付けることで、他人を勇気付けることができることを学びました。みなさんも一緒にアドラー心理学を学びませんか? H・Kさんより

**Melody ピアノ & 英語塾**  
 英語を習ったおかげで学校の授業で英語がすらすらとできるようになって、英語の授業が楽しくなりました。さらに英語の単語も分かるようになり、長文も分かるようになりました。 福島るりねさんより

# ヤマハ音楽教室 都城センター ☎0986-24-2156



## 春の入会受付中!

**★ヤマハ音楽教室 日曜体験day★**  
 日時:3月26日(日) 無料  
 10:00~おんがくなやかコース  
 (年少さん対象:H25.4.2生~H26.4.1生)  
 11:00~幼児科  
 (年中・年長さん対象:H23.4.2生~H25.4.1生)  
 会場:西村楽器 都城店 2階  
 平日も無料体験を行っております!  
 事前にお申込みをお願いいたします。

## ★ヤマハ英語教室★

5月からレッスンのスタートの  
 春クラス入会受付中です!!  
 初心者・経験者どちらでもOK!

★他にも、ピアノ・エレクトーンの個人レッスン、  
 ダンス教室やロボット教室もございます。  
 詳しくは楽器店までお問合せください。

ヤマハ音楽教室・英語教室  
 3月中にご入会の方  
**入会金40%OFF 10,800円→6,480円に♪**  
 さらにヤマハグッズプレゼント!

【西村楽器 都城店】都城妻ヶ丘町29-13  
 ※HPは「西村楽器」で検索  
 ★レッスンの他にも楽器販売・ピアノ調律も行っております。

# 代ゼミサテライン 予備校 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!

★上を目指す覚悟を決めたキミへ  
 代ゼミ本校のベスト講義を都城で受講できます! しかも……  
 ●1年間分の授業を数か月に圧縮!  
 ●自分に合った講座をいつでも自由な時間で学習可能。  
 ●生の講義の授業も素晴らしい

★浪人生のみならずが頑張れるスタイルが、ここにあります!  
 ●難関大学及び医療対策講座、多数あり!  
 ●生物・化学・物理は特にいい!  
 ★高1・2年生 合格のキーワードは『早期始動!!』  
 頑張れる最適な講座が見つかります。

## ★難関大を目指すなら代ゼミ★

東大・京大・九大・早稲田・慶應大学  
 一大学別 二次対応講座あり  
**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!

# 英語アカデミー・イングラム ☎0986-24-6116 ☎090-4994-0294



## 小学生コースの生徒が英検に合格! 無料体験レッスン受付中

誰でも簡単に英語をマスターできる!  
 海外企業で働いていた英語教師が、短期間で英語の力をつけるレッスンをしています。  
 左の写真のように、今期の小学生コースのみなさんが英検に合格しました。  
 ※小5が英検3級に合格!  
 中学生コースも中1で英検準2級の合格者や、県統一英語テストで満点を取得した生徒等、続々と出ています。定期テスト対策も万全です。

## 無料体験レッスン受付中

小学生11,000円(週2回、月・木と火・金、他)  
 17:30~18:30、18:30~19:30  
 中学生15,000円(週2回、月・木と火・金、他)  
 19:30~21:00(部活時間等、応相談)



都城市立野町3618-2(ローソン立野町前)  
 E-mail/englam112@gmail.com

# DANCE STUDIO ELEMENT ☎0986-77-2368



## 春の入会キャンペーン!!

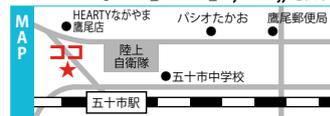
3歳から幅広い年齢層の方が楽しくレッスン!  
 「ダンスの神様」坂見誠二氏がプロデュース!!  
 超初心者はもちろんプロを目指している上級者迄、たくさんのクラスがあります。ワシントンやNYでもレッスンし、グローバルに活躍している先生が丁寧に指導してくれますよ!

★★★大好評のMJホール校★★★  
 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  
 インスタグラム@studio\_element\_miyakonjojo|検索

3月 入会金5,000円→無料  
 月末 無料体験 実施中  
 全29クラスを無料体験できます!  
 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な。

都城市久保原町14-3  
 HP / http://www.dancestudio-element.com  
 E-mail / info@dancestudio-element.com



# ロンドサッカークラブ

☎090-8767-6475 (中西)



## 小中一貫サッカーチーム 部員募集!

『ロンドサッカークラブ』では、4月1日(土)よりU-15(中学生)を立ち上げるに伴い、中学生、2年生、3年生を広く募集します。小学生、中学生年代の一貫した指導で一人ひとりに合わせた技術力向上をはかります。2時間の練習時間がだらだらと意味のない時間にならないように内容のある指導をしていきます。中学校指導歴15年、トレン監督での実績のあるスタッフ、全日本少年サッカー大会出場監督、理学療法士、メンタルケアカウンセラー、手話等9人からなるスタッフで、成長期における身体、メンタル等を適切に指導していきます。

## 部費 3,000円

(兄弟の場合一人2,500円)  
 ※サッカー協会費、選征代、保険代別途(説明いたします)

練習日/週2~3日、土・日曜日(曜日については検討中)  
 練習会場/姫城市民広場・小松原市民広場・祝吉中学校等  
 時間/18:30~20:30(時間帯も検討中)

# Daiei 都城教室 株式会社 スコラ ☎0120-002-166



## 平成28年度公務員試験最終合格! 都城事務所・曾於市役所・三股町役場他

高校生・大学生、現役合格中!  
 ~大柴のオンデマンド資格取得講座~  
 ◆国家・地方公務員受験対策講座  
 ◆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!  
 ◆社会保険労務士 これからの時代に必要とされている資格!  
 ◆宅地建物取引士 不動産契約時の必須資格  
 ◆マンション管理士 ◆税理士  
 ◆管理業務主任者 ◆建設業経理士  
 ◆ファイナンシャルプランナー

パソコン個別指導スタート  
 ワード・エクセル・パワーポイント・ウェブクリエーター他  
 趣味から実務レベル迄対応しています。  
 チケット制。金額、時間は応相談。  
 パソコンお問合せ/0986-23-1842

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。

# Gavin's アロハ英会話 ☎070-5278-2075



## 入会された方、レッスン代1か月分無料

留学を目指している方・海外を旅したい方・英語のレベルアップをしたい方などなど……  
 ハワイ出身のネイティブの先生と英語を勉強してみませんか? 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)

オープン3周年キャンペーン♪  
 3月入会された方に限り  
**4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/



# 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(日)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★  
 ・入会金3,240円→無料!  
 ・テニスシューズプレゼント! ・お試しラケット使い放題!

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!





# 4/30㊦ コントでなるほど! みやざき・みやこんじょ

# 劇団SPC『笑劇』@都城



開演 13:30 中ホール  
 自由席 / 一般 1,500円 学生(高校生以下) 800円  
 ※0歳から入場可。未就学児は路上鑑賞無料。座席が必要な場合は有料。  
 ※一部MJチケットクラブ会員限定指定席有

都城の市民性、習慣・ライフスタイルなどが詰まった、バラエティコントのオンパレード。諸県弁で繰り広げられる都城ネタに、ベテラン都城人の方は「あるある」と笑い、新米都城人の方は「なるほど」と笑ってください! 出演は劇団SPC(宮崎)、即興芝居のロクティム(東京)ほか、劇団こぶく劇場のあべゆうさん、シティエフエム都城パーソナリティの黒木勇一郎さんをはじめとする都城キャストも参加し、作品を盛り上げます。

MJでも人気の高い『劇団SPC』! おもいきり笑って、都城のよさを再発見してください。新生活が、もっと楽しくなりますよ!

読者プレゼント  
 劇団SPC『笑劇』@都城 ペア2組  
 詳しくは隣のページを見てね!



おかげさまで開館10周年! お問い合わせ 都城市総合文化ホール TEL.0986-23-7140 都城市北原町1106-100  
 (指定管理者:都城市文化振興財団・MAST共同事業体) HP http://mj-hall.jp/ ※P19-20もご覧ください

## CINEMA

### SING

●監督・脚本 / ガース・ジェニングス  
 ●吹替え / 内村光良、長澤まさみ、大橋卓弥、斎藤司、山寺宏一 他

取り壊し寸前の劇場の支配人バスターは、かつての栄光を取り戻すため人生最大の歌のオーディションを開催する。人生を変えるチャンスを掴むため、6名の動物達がオーディションに参加!! 誰もがどこかで耳にしたことのあるヒットソングが65曲以上!! 歌の力で元気になれるエナジームービー!

## BOOK

### ランチパスポート 都城版 Vol.2

(有)鉦脈社

3か月間のお得なランチ旅!! 通常700円以上のランチメニューが500円で食べられるお得なランチスポットが50店掲載。パスポートを上手に使ってランチ巡りに出かけよう!

## MUSIC

### THE JSB WORLD

三代目 J Soul Brothers from EXILE TRIBE

■資料提供 / AVクラブ鷹尾店

デビューシングルから最新シングルまでを完全網羅!! ヒット曲満載のオールタイム・ベスト・アルバム!!

- 【3CD+2DVD】 5,480円(税抜)
- 【3CD+2Blu-ray】 6,480円(税抜)
- 【3CD】 3,500円(税抜)

※さらにご予約でT-POINT5倍です!! ぜひご利用くださいませ。



今回は、都城圏域で一番の歴史を持つ『東霧島神社』にて職業体験をして来ました。振り返らず登ると願いが叶うという「鬼岩階段」や、イザナギの涙からできたと言われる「神石」など、たくさんのお話は、宮司の稲丸さんにご協力いただきました。

開始は朝8時30分。まずは白衣の着方から! やはり山間部だけあってかなり冷え込んでいました。この季節白衣だけだと...。ううう寒い! 暖かい肌着、着こんでくればよかったです。

神社の一日は何から始まるかご存じですか? まずは朝拝から始まります。太鼓のリズムに合わせて、今日一日の無事を祈願します。時間としては10分少々。それまでとは少し違った宮司さんの声色に、なんだか気が引き締まりま

## ヤスが行く! 職業体験記

—東霧島神社編—



す。正座していたので、終わると足がしびれて動けなくなっていました。しかしそのしびれが治るのを待つ暇もなく次の作業です。今回体験に伺ったのが節分の前だったこともあり、祈願者に配る豆の袋詰めなど、やることは山ほどあります。神社と云えばゆったり静かな時間が流れているイメージですが、年中さまざまな行事の準備に追われることが多いのだそうです。その準備がひと段落してからは交通安全祈願と厄払いの様子を見学させていただきました。稲丸さんの祈願に始まり、大麻を使ったお祓いをするのですが、声量と気持ちの入りが半端ではなく、ものすごい気迫! それに驚いた私の顔を見て、「祈願者の方を思ってやると自然にそうなるんだよ」と話してくれました。最後は本殿を掃除します。扉はなくちよつと風が吹けばゴミが入り放題というこ



取材協力 / 東霧島神社  
 ☎ 62-1713

【今回の教訓】  
 つながりを大事に

とで、できるだけ細かく掃除をしていきます。

「人と人のつながりを大事に、幸せを運ぶコウノトリでありたい」と稲丸さん。その言葉の通り、祈願者に明るく楽しそうに話をされます。そんな様子を見てみると、何だかこちらまで元気になりました。神社というのは地域の拠り所です。地域の人々がいて初めて成り立ちます。そう考えると人とつながりがいかに大事かわかる気がします。さきしまフォーラムは300号&25周年を迎えました。まだまだ叱られることの多い成長途上の私ですが、「東霧島神社」のように、フォーラムも長く地元の人に愛される情報誌であるよう頑張りたい」と気持ちを新たにしたい体験でした。



### A コントでなるほど! みやざき・みやこんじょ 劇団SPC『笑劇』@都城 ペア2組様

10周年を迎えた『都城市総合文化ホール(MJ)』。4/30(日) 13:30から開演となる「劇団SPC『笑劇』@都城」のペア招待券をプレゼント! 宮崎市内を中心に活動する劇団SPCが4年ごとに上演している『笑劇』シリーズの「都城版」。市民性や習慣・ライフスタイルなどをみやこんじょ弁満載で演じ、ずっと都城に住んでいる方は「あるある」と笑い、都城に来て間もない方は「へえ~そうなんだ」と笑う、コントオムニバス集です。  
※チケットを都城市総合文化ホールへ取りに行ける方

P14-19・20もご覧ください

★提供/都城市総合文化ホール ☎23-7140 都城市北原町1106-100

### B メイプルパンケーキ 3名様



女性に大人気のジェラート&パンケーキ専門店『フェリーチェ!』3月限定の新メニュー「抹茶ティラミスパンケーキ」や「自家製いちごジャムサワークリームパンケーキ」もオススメです♪

P23もご覧ください

フェリーチェ  
★提供/GELATERIA FELICE ☎80-6162 都城市中町12-25 PIER1

### C 2,000円食事券 3名様



餃子はお持ち帰り(5個・250円)できます。中華一品料理もあり、コースは4名様以上で1,500円〜。

★提供/餃子のまつら ☎21-1239 都城市栄町8-14

## 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もしくは、ホームページのプレゼントフォームから、3月21日(当日消印有効)までにお送りください。  
※プレゼントの応募はお1名様1枚限りを有効とさせていただきます。  
★プレゼントの受取方法★  
☑…発送 ☑…きりしまフォーラムまで取りに来る  
☑…お店に直接取りに行くorお店で利用

### D らーめん 3名様



鶏と煮干のダブルスープに小豆島産のこだわり醤油ダレを使った天然出汁が特徴の『輪虎LINKUP』。らーめん・とりチャーシューめん・ミンらーめんの3種類からお選びいただけます。

★提供/輪虎 LINKUP ☎090-3739-0583 都城市北原町15-9

### E おいげんチーズ饅頭&揚げ馬の里(5個ずつ) 3名様



宮崎県民なら誰もが知るチーズ饅頭。しっとりチーズが濃厚で絶品! 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

### F マカロン(5個) 3名様



ショコラ、マンゴー、塩キャラメル、カシスなど、14種類の中からお好みのマカロン5個をお選びください。

※全国発送承ります。

★提供/ミロワール ☎25-1788 都城市上東町11-16

### G 歪みボディバランス診断測定 3名様



テレビ番組でも紹介された話題の「歪みボディバランス診断測定」! 人間の関節をセンサーカメラが自動認識し、筋肉の硬縮・過伸長の様子や骨格の歪みを診断・評価します。

P25もご覧ください

★提供/まごころ整体院 ☎080-3972-8908 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

### きりしまフォーラム 3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( )  
●6・7頁「日帰りぶらり旅 都城圏域特集!」で希望するプレゼントの番号をお書きください。  
( )  
●今月号でよ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。  
よかった企画・広告 ( )・( )  
興味が持てなかった記事 ( )  
その理由 ( )  
●あなた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、予防のことなど)  
●フリースペースです。  
最近あった面白い出来事、腹が立ったことなど、何でもOK!

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

※裏面の縁をのり付けしてお送りください。あまりしっかり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名様1枚限りを有効とさせていただきます。

**国土交通大臣認定 不動産コンサルティングマスターのお店です。**

**不動産の事で困った時 売買、分割、相続、交換、資産活用、賃貸管理 etc お電話ください。**

**(株)宮脇燃料不動産部**

宮崎県知事免許(9)2956号(社)宮崎県宅地建物取引業協会会員  
 都城市大王町57-1 TEL.(0986)24-2000(代表)  
<http://www.e-miyawaki.jp>

**《ペットコーナー》**

**【戸建て】GFB大王 7.8万円(仲介)**  
 洋7.5、6、4.5+ロフト3、LDK14.5、木造2階、エアコン4台、システムキッチン、浴室TV、床暖房他

**【メゾネット】ドゥ・アンジェ都北 7.5万円(仲介)**  
 洋7.5、5、5、LDK15、P2台、専用庭付

**【CubeIII-B】松元町 6.8万円(貸主)築2年**  
 洋6.7×2、LDK13.7、ロフト6、浴室TV、エアコン4台、ウォシュレット、追焚き風呂、電動シャッター付ガレージハウス、P2台、ファミリー向き

**【新築・ガレージハウス】下川東Cube8 完成!!**  
 大型室内駐車場、電動リモコンシャッター付、カードキー、TVモニター、シャンプードレッサー、全室照明、ウォシュレット、都城初シャワーユニット、システムキッチン、カウンターキッチン、エアコン2台、レースカーテン、室内洗濯機置場、外部P1台付 1カ月フリーレント!  
**4.8万円～ 敷金2カ月(犬+2,000円、猫+3,000円)**



**最後にしてください!**

**【戸建て】甲斐元町 4.5万円(仲介)**  
 和6、6、洋4.5×2、DK8、築古、庭広し、P4～5台可、給湯、水洗、サンルームあり、明道小学校区

**【店舗】上川東 ログハウス(貸主)**  
 国道10号線沿い、間口36m、本格丸太組工法、土地130坪、建物20坪、飲食店も可、GMPエアコン付、P10台可、15.12万円(税込)、敷金14万円

**【戸建て】若葉町 4.8万円、東小校区(仲介)**  
 和6、6、洋6、DK4.5、P3～4台可、場所良し

**【Cube1-D】松元町 4.2万円、ガレージハウス(仲介)**  
 洋4.5、LDK10、手動シャッター付ガレージ

**【レクセル都城】下川東 2.8万円(仲介)**  
 1K・12、ロフト6、給湯、P1台付、角部屋

**【新築・分譲】高崎町 1,730万円(売主)**  
 土地 / 87.16坪、建物 / 木造ガルバ葺平家建、82.81㎡、洋6×3、LDK18、大型収納全室、西6m公道に16m接す、高崎総合支所バス徒歩3分、完成2月末

**【売家】志比田町 350万円(仲介)**  
 宅地114.10㎡、建物55.54㎡、木造セメント瓦、築30年、リフォーム済み、3.5万円にて賃貸中

**【売地・高崎町】大牟田 326万円(売主)**  
 西6m公道に16.6m接す、建築条件付、第2中高層60/200、ひな段造成完了、支所前、バス徒歩3分、病院・小学校・中学校近く、便利

**【売地】山田町 484万円(坪3万円)(仲介)**  
 地目 / 畑 161.53坪 分割売却 ブロック 出入口作ります  
 中霧島、東7m公道に14m接す、建べい70%、容積200%  
 住宅街、スーパー・コンビニ近く

**使い方はあなた次第!!**

**俺コン活用術**



工事の一時的保管 キャンプ用品 アウトドア用品 コルフバッグ タイヤ  
 ひな人形 クリスマスツリー 季節用品 ふとん 在庫品

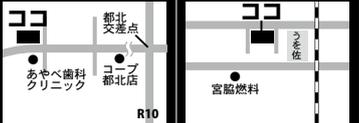
**24時間出し入れ自由!!**

お問い合わせ: 株宮脇燃料  
**☎0986-24-2000**

**バイクもOKですヨ 高さ2.2M**

タイプ	面積	1カ月(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**



**【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

**2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**

広告有効期限/平成29年3月31日 ※仲介物件に関しては仲介手数料をいただきます(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☆

◆どのような情報の記事が必要(読みたい)ですか?

◆あなたのお母さんエピソードを教えてください。

☆ご協力ありがとうございました。

# 休日急患診療機関



【3月度予定】

5日(日)	沖水こどもクリニック (小)	太郎坊町	27-5656	20日(月)	久保原田中医院 (内・小)	久保原町	22-7700
	柏村内科 (内)	上町	22-2616		松山医院 (内・呼・リウ)	上川東	24-1046
	しげひらクリニック (内)	神之山町	27-5555		田中隆内科 (内)	三股町	52-0301
	福島外科胃腸科医院 (外・胃)	都北町	38-1633		吉松病院 (外・整)	蔵原町	25-1500
	酒井皮膚科医院 (皮)	北原町	25-5322		速見泌尿器科医院 (泌)	妻ヶ丘町	24-8344
	岩下耳鼻咽喉科 (耳鼻)	三股町	51-1187		いわよし耳鼻咽喉科クリニック(耳鼻)	千町	36-5555
	浜田歯科医院 (歯)	牟田町	22-1355		中央歯科 (歯)	牟田町	25-0007
12日(日)	畠中小児科医院 (小)	三股町	52-6000	26日(日)	教山内科医院 (内・小)	高崎町	62-1205
	有川呼吸器内科医院 (呼・内)	上川東	24-6677		藤元総合病院 (内)	早鈴町	22-1717
	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
	吉見クリニック (外・整・内)	高城町	58-5633		仮屋外科胃腸科医院 (外・胃・内・肛門)	志比田町	25-7712
	もちお姥原医院 (整・形)	蓑原町	21-5355		飯田整形外科クリニック (整)	上町	46-5115
	ふたみ眼科 (眼)	都北町	38-5532		西浦医院 (耳鼻)	松元町	22-0715
	大王歯科医院 (歯)	大王町	24-8827		浜田歯科医院 (歯)	蔵原町	22-0222
19日(日)	原田医院 (内・小・外)	郡元町	26-3330	診療時間/9時~18時まで(歯科は17時まで) ※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など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まで 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ホームページでもご覧いただけます。			
	村上循環器内科クリニック(循・内)	宮丸町	25-2700				
	あきづき医院 (内・心内)	上水流町	36-0534				
	柳田病院 (脳・外)	東町	22-4862				
	池之上整形外科 (整・リハ・リウ)	上川東	23-2311				
	小山田眼科医院 (眼)	松元町	22-0710				
はまだ歯科医院 (歯)	三股町	51-3777					

厚生労働大臣教育訓練給付金対象講座  
**H29.3/14(火)開講!**  
**宅建必勝講座(初心者向)**  
入会金:44,000円 (3月生 生徒募集)  
受講料:18,000円(1カ月)

**合格しました!**  
平成28年度宅建合格発表  
全国平均点35点/宮崎県合格率10.8%  
合格率 **60%**  
■合格者平均点/41.5点  
■最高得点/42点  
※合格者の対象は1~3月生・出席率80%以上です

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

**サロンスタッフ募集**

職種 フェイシャルエステティックなどのスタッフ及びアシスタント  
資格は問いません。丁寧にお教えします。未経験者歓迎!

時間 10:00~17:00 ※週に2~3日以上、1日3~4時間以上勤務可能な方

時給 700円+コミッション 休日 日曜日・祝日

【応募】 電話連絡後、履歴書(写真貼付)をご持参ください。  
見学希望の方は気軽にお電話ください。

**CEサロン Ri(リー)** (担当 野崎) ☎0986-22-3308  
都城市巾町13街区10-3 ☎090-6297-4900

**田中個別指導教室**  
where start-ups grow up

**2017年3月より新学年スタート!**

田中個別は新年度スタートに伴い各学年3月入塾生を募集します。新年度はこれまで以上に高校受験クラス・大学受験クラスが充実。定員がありますので、webでチェック後お早目のご連絡をお願いいたします。頂いたお電話番号を使つての勧誘等は一切致しません。お気軽にお電話ください。

詳細は、**田中個別指導教室** 検索  
塾長: 田中潤一 (広島大学大学院教育学研究科 修了)  
**TEL 0986-80-6090**  
都城市年見町10-8-2F (イエローハット都城店近く)

3月スタートの新年度入塾生募集!

**占い師 空広の座談会**  
smile days and happy days

こんにちは。占い師をしています空広(アキヒロ)です。  
3月には3回目となります座談会をすることになりました。  
占いをしに行く時は、「相談事」がないと行きませんよね。  
ですが「相談事」がなくても「ちょっとした興味」で行けるのが座談会です。  
私が占い師として感じたことを楽しく、そしてちょっとおもしろくお話しさせていただきます。  
笑っていただいて、幸せを感じていただくものになりますようにと思っています。  
これまで来ていただいた方、初めて来られる方も、どうぞお越してください。

3月11日(土) 14:20~ / 16:00~  
3月18日(土) 14:20~ / 16:00~

場所 都城市ウエルネス交流プラザ セミナールームA  
入場料 1人 2,000円 前日までのご予約...1人 1,600円  
初めての方 1人 1,000円  
ご予約・お問合せ TEL.080-1797-6522 ※P20もご覧ください

ブログを始めました。占い師空広のアメブロで検索

## ジモトのことを もっと知ろう！ 介護編 第2回 【地域包括支援センター】



「介護が必要になったら、まずどうすればいいのか」。読者の皆さんにアンケートを行った中で、一番多かったのがこの質問です。そこで、今回は介護が必要となった時、まず相談する窓口のひとつである「地域包括支援センター」を訪れ、社会福祉士の細野伸一さんにお話を聞きました。

——まず、「地域包括支援センター」がどういった施設なのか、教えてもらえますか。

高齢者の皆さんが日々の暮らしを安心して過ごせるように、介護はもちろん、医療や福祉など、さまざまなご相談をお受けしています。社会福祉士と保健師、主任ケアマネージャーが在籍しており、各分野に通じた職員が中心になって対応させていただいています。ご相談内容は多岐にわたりますから、各種介護施設や公民館、警察などと連携を取りながら、高齢者お一人おひとりにとって最適なアドバイスやご提案をしています。介護が必要になった場合は、直接介護施設を訪れてもいいですが、「どの施設に行

けばいいかわからない」という方もおられるでしょう。そうした方は、地域包括支援センターにお尋ねください。

——高齢者の方が何かしらお悩みや困りごとがある場合、まず「地域包括支援センター」に尋ねればいいんですね。

ええ。私共が担当している「祝吉・沖水地区」を含めて、都城には市内に7箇所あります。「どこにあるのか分からない」という方はまず、役所の介護保険課に尋ねれば、お住まいの地域にある地域包括支援センターを紹介してくれるでしょう。地域包括支援センターは基本的に、自宅に訪問してご相談をお受けします。ご家族だけで来所されることもありますが、私共はご本人と直接お会いし、お住まいの住環境を拝見した上で、最適なご提案をしたいです。それから、高齢者の方が直接訪問するのは負担が大きいですしね。

——訪問していただけるのは嬉しいですね。

細野さんは分かりやすく丁寧話してくださるので、安心して何でも相談できそうです！



他にも、「権利擁護業務」というものも私共の大切な役割です。最近、高齢者が虐待や詐欺被害に遭われたというニュースもよく目にしますよね。私共は役所や警察署、消費者生活センターなども密に連携を取り、そうしたトラブルの防止や早期対応にも努めています。認知症の方には成年後見制度の活用、その他にも緊急通報の設置やお弁当の宅配サービスなどについてもご相談いただけます。

——介護の要・不要にかかわらず、高齢者にとって心強いサポートをされていると？

そして何より、地域包括支援センターにとって一番の役割は「介護予防」です。まだ介護が必要でなくとも、いざ介護が必要になりそうな高齢者の方に、介護予防に向けたさまざまな支援をして、健康寿命を延ばし、自立した生活を送っていただけるようにしているのです。たとえば、介護予防についての普及・啓発活動や講演や各種教室の紹介などを行っています。

——「フォーラム」のアンケートでは介護にかかる費用について不安を感じていらっしゃる方も多かったです。予防に取組んでいけば、介護費用の負担も抑えられますね。講演や教室などはどこで受けられるのでしょうか。

主に各地域にある公民館が催しています。加入・未加入

を問わず参加できます。ただ、加入していないと参加するのは気が引けるとい方もいます。また、暮らしている地域ではやっていなくて、他の地域でやっている場合もあります。いずれの場合も、地域包括支援センターに相談してもらえればと思います。私共は公民館の館長ともつながりがありますので、間に立って相談することも可能ですから。

——地域包括支援センターとつながっているだけで、元気に暮らせる情報やサポートがいっぱい得られそうですよね。

もし、つながりがあれば、介護が必要となった時や、万が一転んでケガをしたという時でもすぐに私共に連絡を入れて最適な提案を受けることができるので、安心です。最近はまだ元気なうちから、いろいろと情報収集しようという意識をお持ちの方が増えてきているので、よい傾向だと感じます。何か悩みやお困りごとがある高齢者の方やご家族には、気軽にお電話していただきたいと思いますね！

■取材協力/ ☎26-4212  
都城市祝吉・沖水地区  
地域包括支援センター



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

# 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



定員／6名

★コントでなるほど！ みやざきみやこんじよ 劇団SP C『笑劇』@都城

全編都城ネタ・みやこんじよ弁満載のコントオムニバス集！当日の舞台上で作られる「即興芝居」も必見です！

日時／4月30日(日)

13時半開演

場所／中ホール

料金／一般……………15000円

高校生以下……………8000円

※0歳から入場可。未就学児は

膝上鑑賞無料(席が必要な場合は有料)

※一部MJチケットクラブ会員

限定指定席あり

※自由席

■問合せ／(全件共通)

都城市文化振興財団

☎23-7140

※P14・15もご覧ください

★ファイナンシャルプランナー

による賢い貯金の殖やし方守

り方無料セミナー！！

毎回、大好評となっている

ファイナンシャルプランナー東

廣義さんによる賢い貯蓄方法の

無料セミナーを開催！ 将来、

お金に関する不安を持っている

方も多いのでは？ あなたに

合ったお金の貯蓄方法を学んで

みませんか？

日時／3月23日(木) 14時～

1時間程度

※質疑応答も含まれます

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

(南)FPオフィスヒガシ

# イベント情報

★第53回神社公園笑いヨガ開催

笑いヨガは誰でもできる笑いの健康体操です。ストレスを解消したい人、笑いが足りてない人、さまざまな目的で参加OK!!

日時／3月11日(土) 10時～

■問合せ／笑いヨガ(剣田)

☎090-9489-4450

★自宅フリーマーケット

日時／3月11日(土)・18日(土)

10時～14時

場所／五十町

■問合せ／田中

☎090-1973-6146

★占い師空広の座談会

smile days and happy days

日時／3月11日(土)・18日(土)

①14時20分～②16時～

場所／ウエルネス交流プラザ

セミナールームA

入場料／一人……………20000円

初めての方一人……………10000円

※前日迄のご予約で、

一人……………16000円

■問合せ／占い師 空広

☎080-11797-6522

※P17もご覧ください

★九州電力 お客さまふれあい

フェアの開催

1日クッキングヒーター調理

実演やフラダンス、バルーン

アート、抽選会。お子様が喜ぶ

輪投げや射的、ストラックアウト等、催し物が盛りだくさん！

美味しい料理やコーヒーの出店もありませんよ！

日時／3月12日(日) 10時～15時

場所／九州電力(株)都城営業所

★IH体験 料理教室

無料で、和食・洋食・中華を学べます！ お子様連れの方も大歓迎。気軽にご予約ください!!

日時／月々金曜日 10時～13時

※祝祭日を除く

場所／九州電力(株)都城営業所

料金／無料

定員／3～6名(先着順)

※要予約

■問合せ／(全件共通)

九州電力(株)都城営業所

☎0120-986-705

※P3もご覧ください

★ほめ達検定・セミナー開催!!

「ほめる力」を学びながら受ける「ほめ達」検定3級。すべての人に役立つ資格です。

日時／3月12日(日) 13時半～

場所／J・A・AZMホール

中研修室(宮崎市内)

検定料／54000円

定員／70名

■問合せ／一般社団法人日本ほめる達人協会宮崎支部(小澤)

☎080-2713-2860

★みやこんじよボランティア

フェスティバル2017

市民がボランティア活動を体験できるイベントを開催。

日時／3月12日(日) 10時～15時

場所／都城市総合文化ホール

会議室2

料金／無料

※P17もご覧ください

※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

(南)FPオフィスヒガシ

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

TEL 0986-23-1341

ホームページ検索→「オフィスヒガシ」検索

●鹿児島銀行 ●花房泌尿科医院 ●花房皮膚科医院 ●東洋ネット ●DON' ●久保フーズ ●国土建設所 ●★ココ 北原店 ●

●上段広帯 ●※お気軽に ●アーバンコーポヒガシ101 ●

●都城市北原町30-6 ●

●(南)FPオフィス・ヒガシ ●

●現在、ご加入の保険に無駄や入りすぎはないかなどの見直し ●

●お子様の教育資金対策 ●

●住宅ローンの組み方や金利の見直しなど ●

●老後、貧困難民にならないための対策など ●

地元の学校をしてみよう!

## スペシャルオープンキャンパス

高校1・2年生対象 3月25日(土) 10:00~13:00(受付9:30~)

※保護者も参加できます

体験実習! 本校に設置する3科をすべて体験できるから、進路に対する視野が広がるよ。

現場の話をお聴こう! パネルディスカッション 本校の卒業生が、仕事のつらいことから楽しいこと、やりがいなどを話してくれます。みんなが目指す職業について、より理解が深まるよ。

イチゴのスイーツ&ブレッドバイキング 人気の「SAKURA」のスイーツとパンを食べながら、みんなで楽しく過ごしましょう!

クオカードプレゼント! 参加者全員にクオカードをプレゼントします。

申込み締切 3月10日(金) お申込みは、担任の先生や進路指導の先生に申し出てください。締切以降は、本校へ直接お申込みください。

学校法人 都城コア学園 文部科学省「職業実践専門課程」認定校

# MCC 都城コアカレッジ

MIYAKONOJO CORE COLLEGE

情報デザイン科 医療ビジネス科 介護福祉科

お申込み お問い合わせ ☎0986-38-4811 nagatomo@core.ac.jp 都城市吉尾町77-8 HP://http://mcc.core.ac.jp

受付時間/9:00~17:00 休校日/土・日曜日・祝日 駐車場/あり ※P21もご覧ください

## ファイナンシャルプランナーによる相談! 随時受付中!!

現在、ご加入の保険に無駄や入りすぎはないかなどの見直し

お子様の教育資金対策

住宅ローンの組み方や金利の見直しなど

老後、貧困難民にならないための対策など

お客様が安心して生活できるマネープランを提供いたします

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

(南)FPオフィス・ヒガシ

都城市北原町30-6

TEL 0986-23-1341

ホームページ検索→「オフィスヒガシ」検索

ACCENT STYLE アフゼット スタイル 凛として、印象的。

VIVID STYLE ヴァイヴッド スタイル 明るく、キュート。

NATURAL SHINE™ ナチュラル シンシャイン。 ナチュラルに、きらめく。

ワンデーアキュビュー® ディファイン™

新発想の1日使い捨てコンタクトレンズ

\*\*\*春のキャンペーン 3/1~\*\*\*

# 永吉コンタクトレンズ

都城市短城町5-4 TEL.0986 (22) 1530

受付時間/平日) 8:30~11:30, 14:00~17:00 土曜) 8:30~11:30

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

市役所 市民会館 市立図書館 市立公民館 市立体育館 市立図書館 市立公民館 市立体育館

場所／霧島ファクトリーガーデン  
(志比田町)

内容／ステージ、おもちゃト  
レード、飲食物販売、災害ボラン  
ティア報告等

■問合せ／社会福祉協議会  
☎25-7318

★障害年金相談会開催

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、障害年金を受給できる可能性  
があることをご存じですか？  
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／3月15日(水)・22日(水)  
9時〜16時

★要予約 1時間程度

場所／楠元労務管理事務所  
料金／無料

■問合せ／☎25-1107

楠元労務管理事務所

※P19もご覧ください

★第25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185000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／3月20日(月・祝)  
13時〜16時 開場12時50分

場所／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

☎0120-610-250

※P28もご覧ください

★スペシャルオープンキャンパス

高校1・2年生対象。保護者  
も参加できます！ 体験実習や  
パネルディスカッション。人気  
の『SAKURA』のイチゴのス  
イーツ&ブレッドバイキングも  
ご用意しています♪ 気軽にお  
問い合わせください。  
日時／3月25日(土)  
10時〜13時(受付9時半)

申込み締切／3月10日(金)

場所／都城コアカレッジ

■問合せ／都城コアカレッジ

☎38-4811

※P20もご覧ください

★建築家と創る平屋の家 完成  
見学会開催

建築家と創る家の美しさ・心  
地よさを完成見学会会場にてご  
体感ください！  
日時／3月25日(土)・26日(日)  
10時〜20時

会場／都城市志比田町

※詳しくはP29をご覧ください

料金／無料

■問合せ／(株)リブハウジング

☎0120-447-129

※P29もご覧ください

★黒田印南&入来慶子 小品名  
曲アルバムII

コンサートのテーマは「ロマ  
ンス」。ヴァイオリンとピアノ  
の美しい音楽をお楽しみくださ  
い♪  
日時／4月8日(土)15時半開場  
場所／みやまコンセル小ホール  
料金／大人……………3000円  
中学生以下……………500円

※当日券は+500円

※当日券は+500円

■問合せ／☎46-3000

黒田印南ヴァイオリン教室

※下段広告もご覧ください

婚活イベント情報

★アモーレ会のシングル茶話会  
日時／3月19日(日)18時〜20時  
対象／45歳位から60歳代中心  
参加費／女性……………2000円  
男性……………3000円  
場所／Roseカフェ  
都城市志比田町3345-2  
※ショートメール・LINE・  
電話にて要申込み  
■問合せ／アモーレ会  
☎080-5203-9445

その他の情報

★ピアノ教室幼児から大人まで  
生徒募集中!!  
心を育てる個別レッスン、音  
楽に触れる第一歩は楽しく♪  
お子様の送迎ができない方は、  
お車にて送迎を行っておりま  
す。気軽にご相談ください。  
■問合せ／前原  
☎090-7478-9074

★歌好きが集い楽しく過ごしま  
す!

『カラオケ一番歌かえる』  
営業／昼の部 13時〜17時  
夜の部 19時〜23時  
料金／昼夜共に500円  
(貸切の場合800円)  
※団体でのご利用希望には貸切  
承ります(夜ののみ)

場所／都城西駅裏

■問合せ／☎22-1882

☎090-1345-2169

3歳から大人まで楽しめる **黒田印南ヴァイオリン教室**  
■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 ♪ ※レンタルヴァイオリン 1,000円からあります♪  
E-mail/inamimusik@gmail.com  
☎0986-46-3000 http://www.geocities.jp/kurodaviolinschool/  
♪ レッスン日 ♪ 月・水・土曜日 ♪ 場所 ♪ 歴史資料館◎前  
お花見コンサートシリーズ ♪ 黒田印南&入来慶子 小品名曲アルバムII  
日時/4月8日(土) 開場15:30 場所/みやまコンセル小ホール  
チケット/大人3,000円 中学生以下500円 ※当日券は+500円  
チケットぴあ http://t.pia.jp/ ■Pコード:322838 ■興行コード:1703693  
※上段記事もご覧ください

店内バーチャル来店体験できますよ!  
スマートフォン  
タブレットで  
左のQRコードから  
アクセスしてみてください!  
かたん漢方健都漢方 ☎0120-17-2126  
都城市早水町(早水公園と体育文化センターの南側) 日祝定休・営業11時〜18時・予約随時優先・詳細は「健都漢方」で検索!

大切な時間は  
写真の中で生きている  
春は新入学の季節  
塩屋写真館  
思い出づくりのお手伝い  
都城市松元町7-10(西駅大通り) ※水曜定休日  
TEL&FAX 0986-22-4083(代)  
携帯・スマホの方は、  
コチラ→

形成外科・ひふ科・美容外科  
**いき形成外科 ひふ科**  
クリニック  
3月診療スケジュール  
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/

# 炙りかつみ

☎ 0986-25-2232



## 炭火で焼いた美味しい料理揃ってます!

炭火で焼いた手作りの串焼き、もも焼きを始め、単品メニューも豊富で季節の料理も楽しめます! 個人から団体までさまざまなシーンでご利用いただけます!

2時間飲み放題コース (3名様以上・要予約)  
 ・3,240円 ・3,500円 ・4,000円

料理のみの2,000円コースもあります!  
 内容等についてはお気軽にお問合せください。

**特典** 3月限定 2時間飲み放題コース3,240円を「フォーラム見たよ」で **3,000円**  
 ●飲み放題は2時間 ●3名様以上 ●要予約

### 店舗情報

都城市牟田町10-15  
 営業/18:00~  
 不定休  
 駐車場/あり(3台)  
 席数/1階...46席、2階...70席



# 飲食処 喜喜 FUTATSUKI

☎ 0986-25-2900



春の歓送迎会プラン  
**フォーラム読者限定**  
 3/1 ~ 4/30 **飲み放題**  
**120分付**  
**3,500円コース**  
 おまかせ8品+デザート

※写真はイメージです

お座敷

## 春のフォーラム読者限定コース登場!

ファミリーはもちろん、友達や会社の仲間と楽しく「食事できる居酒屋」として人気の『喜喜』に、フォーラム限定のスペシャルコースが登場!  
 なんと飲み放題メニューは全42種からセレクトでき、生ビールは3杯までOKです。美味しくてボリューム満点のコースは、早めのご予約がオススメですよ!  
 ★その他、2時間飲み放題付コース  
 コース料理 3,240円・3,780円・4,320円  
 ※その他、ご予算に応じますので、気軽にお電話ください。

★お屋の歓送迎会も受付中★  
 ご予算に応じますので、気軽にご相談ください!

### 店舗情報

都城市南鷹尾町2-28-2  
 営業/11:30~14:00、18:00~23:00  
 ※金・土曜日は24:00迄  
 定休/月曜日(祝日の場合は翌火曜日店休)  
 駐車場/あり



## Spring Recommend



フォーラムが厳選した、この春おすすめのグルメをご紹介します

今しか堪能することのできない、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!

# なんとの風

☎ 0986-36-6300



## なんとっ! 全品 290円(税別)

早くて、美味しくて、しかもリーズナブルな価格で評判の居酒屋『なんとの風』。

単品メニュー・ドリンク合わせて約230種類! 豊富なメニューでみなさんをお待ちしております。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ったか雑炊や手羽唐揚げ! コースはお1人様3,000円~、5コースをご用意しております! ※2時間飲み放題付 ※4名様以上(前日迄の要予約)

**特典** **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いただきます ※H29.3/31迄有効

### 店舗情報

都城市牟田町7-7  
 セントレアビル1F  
 営業/18:00~  
 不定休



# 炭火焼 創

☎ 080-9066-0930



## 鶏タタキ人気沸騰中! ぜひご賞味あれ!

ボリューム満点の鶏のタタキがオススメ! 柔らかい鶏タタキにお店秘伝の隠し味が利いていて、ポン酢をかけて食べるとこれがたまりません。リピーター続々増加中です!  
 その場でじっくり焼き上げた、柔らかくてトロトロの豚足は、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。とろとろ豚足の地方発送も承っております!

鶏タタキ(1パック)	400円
とろとろ豚足(1本)	250円
手羽塩焼(1本)	70円
たご焼き(8コ入)	250円 他

### 店舗情報

都城市山田町中霧島3267-3  
 営業/15:00~20:00  
 (売切れ次第終了)  
 定休/火曜日 不定休



# フォーラム厳選! オススメ店リスト

- 飲食処 喜喜 FUTATSUKI
- 炭火焼 創
- 炙りやかつみ
- なんとの風
- 創彩酒膳ごち GELATERIA FELICE
- だれやめ処 みやこんじょビレッジ
- 韓国焼肉 韓の家
- 魚の台所 味
- 池田いちご園
- 珈琲所 コメダ珈琲店



# 池田いちご園

☎ 090-9575-6757



毎年大好評!

## 池田いちご園のいちご狩り♪

2月から始まった池田いちご園のいちご狩り。今年もすでに多くの方にご来場いただいています。「採れたて! 新鮮! おいしい!」と絶賛の声多数です。宮崎県ではここだけ! 貴重な白いちご(淡雪)を贅沢にトッピングしたソフトクリームも数量限定販売中です!

※収穫数によっては、販売のない日もあります。白いちごのバック販売、いちご狩りは行っておりません。  
いちご狩り体験 開園時間 11:00~16:00  
(平日はお電話にてご確認ください) 100gあたり160円

**特典** **いちご狩り**  
1kg以上お買い上げの方に限り **いちご100円引き!!**  
※ソフトクリームは使用不可 ※会計時にご提示ください  
※他券併用不可 ※グループ使用可

**店舗情報**  
都城市庄内町  
営業 / 11:00~17:30  
不定休  
★日・祝アルバイト募集中!

# 韓国焼肉 韓の家

☎ 0986-22-1729



## コース・単品メニューを一新しました!

より純粋にお肉を美味しく楽しんでもらいたい。そんな思いからコース・単品メニューを一新! コースメニューはそれぞれのコースで食べられる品数が増幅アップ! 単品メニューは部位やジャンルで価格を統一、より分かりやすくなりました。今一番のオススメは「一本焼き & 大判焼き」。ぜひそのボリュームを味わってみてください!

74品食べ放題 2,280円	103品食べ放題 2,680円	131品食べ放題 3,280円
-------------------	--------------------	--------------------

※120分(LOは90分) ※小学生は半額、3~5歳 飲み物付で500円  
★飲み放題+1,300円、ソフトドリンク+500円、小学生+380円

**店舗情報**  
都城市栄町20-1元気湯内B1F  
営業 / 17:00~24:00 (LO23:30)  
不定休  
※すべて税別料金です

# 創彩酒膳ごち GELATERIA FELICE

☎ 0986-80-6189 ☎ 0986-80-6162



## ごちの厳選銘酒! 幻!! プレミアム焼酎フェア開催

幻のプレミアム焼酎が期間限定で、「霧島」と同じ価格、なんと2,000円でボトルキープでできちゃいます♪ お店で楽しんだ後、自宅へ持って帰ってもOK! このチャンスを逃見たくなく!!  
歓迎会 ご予約承中  
ごちイチオシ3,000円コース(7品)  
「鯛の姿揚げ」&「サブライズデザート」付!! 厳選された食材を使った絶品料理と美味しいパフォーマンスも楽しめちゃいます♪  
※+1,000円or+1,500円で飲み放題120分付

ジェラテリア フェリーチェ  
3月限定 新作パンケーキが登場!  
■抹茶テラミスパンケーキ 1,000円  
■自家製いちごジャムサワークリームパンケーキ 950円

**店舗情報**  
【ごち】都城市牟田町25-7  
営業 / 18:00~22:00  
(金・土曜日のみ23:00迄)  
定休 / 日曜日  
【フェリーチェ】都城市中町12-25PIER1  
営業 / 11:00~18:00 年中無休

# 珈琲所 コメダ珈琲店

☎ 0986-23-1051

担当:大西/和田(時間外受付:090-9070-1371)

**オープニングスタッフ募集**

## コメダ珈琲店が 都城前田に4月中旬オープン!

話題沸騰の『コメダ珈琲店』がオープン! 現在、オープニングスタッフを募集中です。開店前研修は4/1(土)スタート。研修中も時給はそのままで。  
**オープニングスタッフ募集**  
職種:ホール(接客・案内・ご注文同等) キッチン(簡単な調理・仕込)  
時給:750円~ 資格:学歴年齢不問  
時間:6:00~24:00 1日4時間~、週2日以上からOK!  
待遇:昇給あり・食事補助(割引あり)・交通費規定支給・高校生OK  
22時以降時給938円(深夜手当含む)・制服貸与・安心の研修あり

学生・フリーター・既婚者の方も大歓迎♪  
飲食業経験者は優遇いたします。  
まずは、気軽にお電話ください!

**店舗情報**  
都城市早水町4500  
本社 / 株式会社トーア (FC運営)  
応募受付 / 8:00~17:00(月~金曜日)

# 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。豪華刺身盛り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!** ●生鱈白子(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~  
いつまであるかわかりませんm(\_ \_)m  
●フグコース(たっさ・フグ唐・鍋・雑炊 etc) 7,000円~

◎大皿料理 2,500円~ +1,200円で2時間飲み放題 (焼酎・サワー系・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種類割込)・ブランドソーイスキーツソフトドリンク・ノンアルコール)	◎会席料理 3,500円~
---	---------------

※前日迄の要予約

**店舗情報**  
都城市牟田町18街区5号  
T・Kビル2F  
営業 / 18:00~23:00 (LO22:30)  
定休 / 日曜日  
席数 / 20名様×2部屋

# だれやめ処 みやこんじょビレッジ

☎ 0986-77-3015



## 都城の地物居酒屋が牟田町にOPEN!

都城に伝わる懐かしい郷土料理と、都城産の旨いものを取り揃え、さらに一ひねり加えました。市内4酒蔵の焼酎をはじめとするオススメの飲み物とともに、ちょいとだれやめのひと時をどうぞ。  
**一品料理**  
ちょつと酸っぱめチキン南蛮 鶏納豆ばくだん、豚なんこつ煮半熟卵添え、あく巻きの揚げ出し、こんにゃくのアヒージョ、チーズ & チキンナチョス、グリルチキンのシーザーサラダ etc.

**特典** **丸ごと鶏鍋コース 飲み放題付き 4,000円**  
ご予約時、「きりしまフォーラム見たよ」で  
120分→150分 延長  
●生ビール、プレミアム焼酎を含みます! 4名様より

**店舗情報**  
都城市中町4-15  
サン・ヤマコビル1F-C号  
営業 / 17:30~23:30  
定休 / 日曜日  
※P24もご覧ください

『Jewel』スタイリスト・パート募集!!  
休日が多く、時間も短い『ジュエル』で  
楽しく働きませんか♪

【募集職種】女性スタイリスト・パート  
【勤務先】ヘアヘアジュエル 都城市八幡町16-3  
【給与】スタイリスト14万円～(実力に応じてアップします)  
パート700円～(アシスタントでもOKです)  
【時間】9:00～18:00 【休日】月曜日、第1・3日曜日、他1日  
■hair-hair Jewel TEL/77-2548 ※P27もご覧ください

だれやめ処 みやこんじょビレッジ  
牟田町に新規オープンしました!

都城に伝わる懐かしい郷土料理と、都城産の旨いものを取り揃え、さらに一ひねり加えました。市内4酒蔵の焼酎をはじめとするオススメの飲み物とともに、ちよいとだれやめのひと時をどうぞ。  
コースメニュー 丸ごと鶏鍋コース 飲み放題付き 4,000円  
住所/都城市中町4-15 サン・ヤマコビル 1F-C号  
営業/17:30～23:30 定休/日曜日  
■だれやめ処 みやこんじょビレッジ TEL/77-3015 ※P23もご覧ください

ローズカフェは志比田町桜並木の美人坂の  
途中にある赤い看板が目印のカフェです。

モーニング 600円 9時～  
ランチ 980円 11時～  
例)バスタランチ ローズヘルシー御膳  
カフェタイムに手作りスイーツはいかが?  
おひとり様でも安心してゆっくりお過ごしいただけるカフェです。  
歓送迎会のご予約承り中です。

■Roseカフェ TEL/77-6408

新入園・入学準備応援セール開催中!!  
通園バッグ・シューズ入れなどの準備はお済みですか?

大好評のマンツーマン指導の手作り教室で  
気軽に作ってみませんか!(要予約)  
また今月は、点検調整強化月間中です。  
ミシンのことなら、何でもご相談ください♪  
修理調整は、全メーカー・他店、通販購入ミシンもOK!! 出張も無料です!  
☆☆決算につき!全品来店特価70～10%OFF☆☆  
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 ※P10もご覧ください

♪女性スタッフ募集中♪  
オシャレなサロンで  
楽しいスタッフと一緒に働きませんか?

【募集職種】女性スタイリスト・アシスタント  
【勤務先】マーブルヘアラボ 都城市乙房町150-3  
【給与】スタイリスト17万円～ ※歩合制 アシスタント15万円～  
【時間】9:00～19:00  
【休日】月曜日・第3日曜日 ※その他、月1回平日のお休みがあります  
■marble Hair Lab. TEL/77-3061 ※P26もご覧ください

最近、血液検査を受けましたか?  
糖尿病やコレステロールが気になる方!  
薬局で気軽に  
「簡易血液検査」をしませんか?

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

STAFF

- 企画 山本 高士 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 國場 幸也  
水島 小百合
- 発行人 井上 隆治
- 発行所 霧島フォーラム

- みなさまのお陰で、大きな節目となる号を発刊できました。お一人おひとりの声が『フォーラム』を形作っていますので、これからも、どしどしリクエストをお寄せください!
- 3月25日(土)に『イオン都城ショッピングセンター』で、きりしまフォーラムのイベントを開催します♪ ぜひ、遊びに来てくださいね!! スタッフみんなで待ってます!
- お腹にいる赤ちゃんと会うために、少しの間お休みをいただくことになりました!! 出産、育児と新たなステージに向かって頑張ります。
- 次に記念が重なるのは、25年後の50周年&600号です。25年後の世の中ってどうなっているのでしょうか。AIに仕事を奪われていないことを祈るばかりです。
- 最近、クラシックにはまっています。集中力がアップするので、仕事にかけるのもおすすめですよ。
- ずっと気になっていたスニーカーをゲットしました! これを履いて出かけるのが楽しみです。
- 同じ時期にまとめて購入した靴下に次々穴が開いていく品質の均一さに感心。
- 今月の表紙は、これまでのバックナンバーで『300』。たくさんの表紙がありますが、実はほんの一部なんです。P4～5の25周年&300号特集記事もぜひご覧くださいね!



日本占術協会占術修士認定  
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

3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よい)

- 【一白水星】大正7・昭和2・11・20・29・38・47・56・平成2・11・20・29
- 【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・平成9・18・27
- 【四緑木星】大正4・13・昭和8・17・26・35・44・53・平成8・17・26
- 【五黄土星】大正3・12・昭和7・16・25・34・43・52・平成7・16・25
- 【六白金星】大正2・11・昭和6・15・24・33・42・51・平成6・15・24
- 【七赤金星】大正1・10・昭和5・14・23・32・41・50・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

東京の住まいからは、てっぺんだけですが、富士山が見えます。今の時期は雪化粧をした富士山が、ひときわ大きく見えます。最近、都城に帰省する機会が増えていますが、機内からの富士山も美しく、ワクワクします。それと同じように、都城に帰る機会が増えているので、美しい「霧島」を見る機会が多くなっています。生まれ育った都城で、パワーをくれる霧島に感謝して、今回の帰省も頑張りたいと思っています。  
■デリコブログ♪ <http://ameblo.jp/vt-derico/>  
■週刊デリコ占い(日刊ゲンダイ) <http://www.nikkan-gendai.com/articles/index/life>

一白水星  
今月は、コミュニケーション運が上昇します。思いつきで動かず、しっかりと目標を立てて行動しよう。不動産に関してよい情報が入ってきます。香を身につけると運氣好転。

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

二黒土星  
今月は、病気の話と恋愛の話聞くことになりそう。心配ごとの相談を受けたら興味本位で聞かず、最後まで面倒をみる覚悟が必要です。キャンセルで臨時収入が期待できます。

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

三碧木星  
今月は、誤った情報に振り回されたり、自分の知らないところで話が展開してしまう恐れがあります。知り合いの相談は、手間だけ取られるような頼みごとになるかもしれません。

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

四緑木星  
今月は、よいことの後に残念なことがあるような、吉凶半々の運気です。権力闘争などに巻き込まれないよう注意しよう。不調は自己判断せず、すぐに診察を受けて早い対処を。

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

五黄土星  
今月は、先客がいたり、入れ違いやすれ違いなど、何かとタイミングの悪い時が多くなりそう。ここだけの話や、あなただけという話、オーバーな話には乗らないようにしよう。

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

六白金星  
今月は、知識欲が増し、先見性に優れ、判断力が持てます。基本的に、楽しむ感覚で挑戦するのがベストです。今後を左右するなら離合集散を考え、思い切った決断が必要ですよ。

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

七赤金星  
今月は、少しずつ運気が上がっていくのを実感します。何かと強気の自分を発見して驚くかもしれません。何となくも動じない信念を持ち、マイペースを守って行動できそうです。

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

八白土星  
今月は、仕事運がアップします。日々の心がけひとつで視野が広がるでしょう。手先の器用さを活かした作業に集中しよう。家族と一緒に過ごす時間がストレス発散となります。

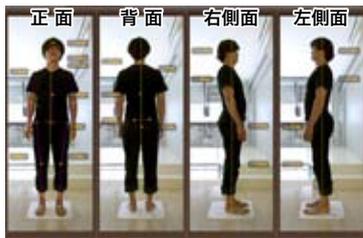
金運	仕事運	恋愛運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
健康運	レジャー運	総合運
★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆

九紫火星  
今月は、社交的な場面でお金の話が多くなります。金銭の貸し借りはできるだけの貸し借りが無難です。送別会の誘いも増え、饅頭やお祝などの出費も増えるので覚悟が必要ですよ。

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

# まごころ整体院

3月末迄! 測定無料!!  
最新型姿勢分析器を導入しました



## 産後のお悩みお任せください♥

- ◆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、冷えがつかない
  - ◆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、たくさんの方の喜びの声をいただいています。

### BMK 産後の骨盤矯正

通常¥7,000→初回限定¥4,980(初回60分)

## パーソナルトレーニング開始

10年前の身体に戻る方法を教えます!  
ビューティプログラム  
★年々、服のサイズが大きくなっている  
★成人病が心配  
★無理なく身体を変えたい方へオススメ  
1回 ¥1,500

施設に頼らず、自分の事は自分でしたい方へ!  
高齢者向け  
フィットネスクラブ  
★何でもない所でつまずく!  
★靴を履く時によるける!  
★加齢からくる筋肉の衰えを解消したい方へオススメ  
60歳以上 1回 ¥1,000



予約専用番号  
080-3972-8908

三股町大字宮村字植木 2971-6  
営業/9:00~20:00  
不定休  
[合同会社YRS] 検査  
※P15もご覧ください



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]

トレンドだけでなく「その人らしさ」が際立つスタイル、「その時だけのキレイ」ではなく美しいスタイルが長続きするヘアを造ります。どんなスタイルにも必ず似合う長さ・ラインがあります! 諦めないで一緒に見つけていきましょう♪  
どんなことでも気軽に相談ください。  
~2017ヘアスタイルコンセプト~  
マイスタイル



長く、太過ぎない  
ナチュラルな  
エクステが大好評♪



大好評  
デザイン性の高い!  
話題のまつ毛エクステ  
JBCAアイコーディネーター・JECプロアーティストが安心・安全で丁寧な施術をいたします。自まつ毛を強く長持ちするケアも充実しているため、自まつ毛が短くなったという方もオススメです。

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



## Hairpital CK ヘアピタル シーケー



### 小さなお子さま連れでも安心♪ 保育士のいる美容室!!

お子さま連れの方はご予約時にお伝えください!!

お母さんがリラックスして美しくなれるように、保育士がサポートします。キッズスペースを完備している広々としたサロンで、癒されながらキレイになつてくださいます!  
カット¥3,000 カラー¥5,000 ヘナとマニキュアもあります!  
学生カット¥1,500 小学生以下カット¥1,000

おかげさまで  
1周年を  
迎えました!  
3月限定のスペシャル  
キャンペーンを  
実施中です!!  
ご来店を心より  
お待ちしております。



1周年キャンペーン 3月末迄 ロング料金・税込!  
★デジタルパーマ+カット+トリートメント ¥9,500  
★デジタルカット+トリートメント ¥12,000  
根元はストレートでボリュームを抑え、毛先はデジタルパーマでワフワフル感をアップさせる人気の施術

0986-88-0196  
080-9145-0068

都城市北原町22-1フェリチャーレ1-2  
営業/9:00~19:00※16:00迄にご連絡  
いたただければ19:00以降のご予約もOK!  
定休/月曜日・第3日曜日 駐車場/あり※お店の裏に3台



## HARE hair



### 卒業キャンペーン開催中!

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です。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!

オススメ menu  
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)



卒業生限定★キャンペーン  
中学生・高校生限定 大学・専門生限定  
■カラー+カット ¥5,700  
■パーマ+カット ¥6,000  
■カラー+パーマ+カット ¥9,900  
※ロング料金別  
全メニュー  
10%OFF

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



## ロゼマドンナ

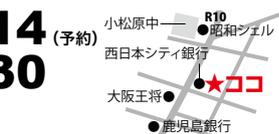
### 激スリム!? ニクイ脂肪をノックアウト!! お客様感謝祭 特別メニュー

単品メニュー	通常価格	お試し価格
遠赤ドーム	¥1,000	→¥500
脂肪吸引ローラ	¥4,000	→¥500
光痩身スリム	¥3,800	→¥500
RFトリートメント	¥3,800	→¥500
若返りコラーゲンプラセンタ注入	¥2,800	→¥500

コースメニュー	通常価格	お試し価格
プレミアムコース ・遠赤ドーム ・吸引ローラ ・光痩身	¥9,800	→¥1,500
スペシャルコース ・遠赤ドーム ・吸引ローラ ・光痩身	¥7,500	→¥1,000
スリムコース ・RFトリートメント ・光痩身	¥6,500	→¥1,000

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



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。強力な吸引力和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、痩身効果によりスピーディーに得ることのできる画期的なトリートメントです。

### 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。

### 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。

### 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。ラジオ波を当てることで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。

### 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。

# 今年の春は“カッコいいフェミニン”でキマリ!!

この春、「マール」イチオシの作りこまない・キメすぎないカールスタイルや、「カッコよくフェミニン」な透明感のあるピンクカラー。フェミニンでクールなスタイルがおすすです♪



卒業生のみなさまへ『マール』からスペシャルなプレゼント♪  
**卒業生おめでとうキャンペーン** 4月上旬迄  
 ※下記は卒業される学生限定価格です

- 小学生・中学生・高校生・専門学生・大学生  
 ~すべての卒業生対象~
- ★カット+カラー ¥7,500 ⇒ ¥5,250 [長さ代別]
  - ★カット+パーマ ¥7,500 ⇒ ¥5,250
  - ★カット+デジタルパーマ ¥13,500 ⇒ ¥9,450
  - ★カット+縮毛矯正 ¥13,500 ⇒ ¥9,450 [長さ代別]
  - ★ダブルカラー ¥10,000 ⇒ ¥7,000 [長さ代別]
- ⑤¥1,000 ⑥¥1,500 ⑦¥2,000 ⑧¥2,500

**春の最旬スタイル**

今年のトレンドに必須のパーマスタイル! 無造作カールやゆるフワカール等、なりたいたいパーマスタイルに合わせて施術をセレクト

- ナチュラルパーマ ¥4,000
- クリップパーマ ¥7,500
- コスメパーマ ¥5,000
- デジタルパーマ ¥10,000

マールスタッフイチオシ  
 ツヤをまとった透明感あふれるピンクカラーを実現しました

- フェミニティアッシュピンク
- フェミニティピンク

3月限定 髪をまもる marble care 大作戦!! 大好評

冬の乾燥から頭皮と髪をまもる超音波トリートメント+COTA 1 CAREシースホームケアセット ¥4,300 → ¥3,500

- オーガニックカラー ¥5,000~92%天然由来のヘアカラー
- イルミナカラー ¥5,000~髪へのダメージを40%カットしたヘアカラー

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

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

女性スタッフ募集中!!  
 詳しくはP24をご覧ください

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

この春……楽楽痩せるならYOSAがオススメ!  
 無理な運動・食事制限もしない! 体を温め発汗を促進します!!

**こんな方におすすめ**

- ☑ ラクに痩せたい!
- ☑ 潤い艶々の美肌になりたい!
- ☑ むくみを取りたい!
- ☑ 体脂肪を減らしたい!
- ☑ 何だか体調がすぐれない

身体の内側から温めて・潤す「インナービューティ」を体感してみませんか? 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。また乾燥に悩む冬も、艶々ツルツルのお肌と髪をキープできます。体質改善や体調の改善、ダイエットにも効果的です。気軽に、ご相談ください!!

**効果**

- 女性特有の悩み
- 更年期・自律神経の悩み
- 美肌効果
- 確実に痩せたい方
- 冷え性・むくみ・肩こり

**初回限定 ¥1,000 OFF**

人気No.1 超お得

**プレミアム** (120分) 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** (90分) コース  
 通常¥5,500 → ¥4,500

全身リンパマッサージ → 水素YOSA

美脚もくびれも納得  
 水素+超音波+炭酸  
 最先端の温熱美容器を体験できます!!

**温活美人**

① カウンセリング  
 オシャレな店内で、体調やお身体の悩みを伺い、気になる部分を中心としたメニューを考えていきます。

② ダブルリンパマッサージ  
 足から指先迄、体内に滞っている老廃物を丁寧に流します。セルライトにも効果的と大好評です。

③ 水素YOSA  
 ゆったりとくつろげ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。

④ 水素水を補給  
 YOSAの後は大量の汗をかいたため、話題の水素水をたっぷり飲み、肌からも吸収します。

施術の流れ

**YOSA PARK belt'a ベルタ**

1至富時 やよい軒 ● GS  
 ファミリーマート ● GS  
 都城高専 ● Net  
 ココ★ ● シリウス ● ベセル ● ホテル 福寿園 ●

喫茶店 日産 サイオ 至鹿見島!

080-5202-1544 都城市都北町6257-3  
 営業/9:00~22:00  
 E-mail / belt.a1028@gmail.com 不定休・駐車場/あり  
 LINE ID / yosavori 完全予約制

**YOSA PARK KEI**

メインホテル ウェルネス 交流プラザ ● モール ひろせ ●  
 藤元 上町病院 ● ココ★ ● 柳田病院 ● ● 都城 警察署 ●

080-2755-0530 都城市東町9-15  
 営業/9:00~22:00  
 不定休・駐車場/あり  
 完全予約制

**YOSA PARK Olu'olu オルオル**

090-9285-6172 都城市甲斐元町7  
 営業/9:00~22:00  
 LINE ID / xo23xo 不定休・駐車場/あり  
 完全予約制



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?

**艶フワなカールスタイルで春ファッションを楽しもう♪**

ミネラルデジカールとは……髪に優しく、施術後も傷みにくいカール。今迄、体験したことのないフワフワな手触りを実感できます! 根元のうねりやクセを取りながら、艶々のカールを実現!!



<p><b>クーポン特典</b></p> <p>カラー+カット+トリートメント ¥7,000</p> <p>HOIMIトリートメント (¥2,000相当)付!!</p> <p>※ロング料金別・税込</p> <p>●予約前と来店時にご提示ください</p> <p>●他券併用不可 ●H29.3/31迄有効</p>	<p><b>大人気</b></p> <p>ミネラルデジカール+カット</p> <p>新規限定 ¥12,000→</p> <p><b>¥10,000</b></p> <p>HOIMIトリートメント (¥2,000相当)付!</p> <p>ロング料金込</p>
--	--

☎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



**女性限定サロン  
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、全身をしっかりほくしていきます。



**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デトックスマッサージ。内臓の滞りを整え、機能を活性化します。内臓を刺激し、硬い・痛い状態に気づけば、体は変わります。

**Springキャンペーン 3月末迄**

全メニュー	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

全メニュー **¥1,000 OFF**

☎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いただきます  
※ご予約は、お気軽にご連絡ください!!  
不定休

チネイザンセラピスト  
養成講座  
講習30時間 ¥100,000  
テキスト・ティプロマ込



- 人気メニュー**
- シャキーンとならない 縮毛矯正 ¥10,800
  - セレストレート (ダメージ専用) ¥14,100
  - デジタルパーマ ¥8,800
- 【税込・長さ料金別】

**ヘナは肝臓や腎臓に負担をかけない白髪染めです!**

「大人の女性のための美容室」として人気の高い「ジュエル」で大好評の「ヘナ」。内臓機能や身体に負担をかけないのはもちろん、薬品アレルギーの方にも安心してご利用いただけます。抜毛・薄毛の方へのヘアケアにも力を入れているサロンです。お気軽にご相談ください!!



**ヘナメニュー【税込・長さ料金別】**  
頭皮をケア、抜毛・薄毛に効果大!

- ヘナ ¥4,500
- ヘナ+カット ¥6,800
- ヘナ&ハーブのWカラー ¥7,000
- Wカラー+カット ¥8,800

☎0986-77-2548

都城市八幡町16-3  
営業/9:00~18:00  
定休/月曜日・第1・3日曜日  
駐車場/6台 ※P24もご覧ください  
アメーバブログ「都城市 ジュエル」で検索!!



**春に向けての  
新色カラー出ました♡**

透明感が特徴的な「モノトーン」「カーキアッシュ」「フォギーベージュ」の3色です。ぜひお試しください!



1度のカラーで出にくい色等はダブルカラーもご相談ください。ダメージレスのair wave vitaもオススメです(都城店限定)。

ADOREではブライダルも承っております。式場や衣裳、写真等、結婚式をお考えの方は何でもご相談ください♡着付けやお呼ばれセットのご予約もお待ちしております。



スタッフ募集中!

**★新規の方限定★**  
**上まつげエクステ付け放題**  
**¥3,000(税別)【都城店限定】**

【都城店】吉尾町854-1  
☎0986-38-3011  
【末吉店】末吉町二之方6015-1  
☎0986-76-0300  
営業/9:00~20:00  
定休/月曜日・第2火曜日  
instagram@adore1120



**首・肩・腰・膝**

かかる時間ではなく  
内容の濃さに結果があります♡

- ほくほくコース(クイックもみほくし) ¥2,000
- まったりほくほくコース(全身もみほくし) ¥3,000
- 通常コース(患部&関係筋)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&リフレクソロジー) ¥4,500



**品質本位**

施術を受けていただいた方、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 ●H29.3/31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 不定休  
※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

**元気カード  
無料発行中!**

一回のご利用につき、  
元気ポイント1個進呈!  
5個貯まれば¥500off



カット前のカウンセリングに重点を置き、人それぞれの髪質や骨格を見極め似合うスタイル作りを力を入れています。スタイルチェンジではなく、スタイルチャレンジしてみませんか?

**「ヘアスタイルで人生は変わる」を今年のテーマに。**

ヘアスタイル掲載中  
ぜひ、ホームページをご覧ください。  
<http://terra-hair.com>

**メニュー**

- カット ¥3,240
- カラー ¥4,860~
- パーマ ¥4,860~

**クーポン特典**

新規の方限定  
**カット10%OFF!**  
フォーラム見たとお伝えください  
●H29.3/31迄有効

☎0986-23-9777

都城市北原町31-5-1  
受付時間/月~土10:00~19:00  
日・祝 9:00~18:00  
定休/火曜日・第3水曜日  
<http://terra-hair.com>



**看板娘・看板息子を  
激写!**

- ◎自分の性格を一言で…一途な性格です
- ◎趣味…ラテアート  
クマやハートなどイラストの種類を増やしているところです。お客様が喜んで写真撮影している姿をみると、嬉しくなりますね♪
- ◎好きな男性のタイプ…リードしてくれる優しい人
- ◎3月のオススメ…

20周年の感謝を込めた数量限定のブラジル産スペシャル豆を販売します。『Tully's Coffee』が、2006年に苗から育てている豆を、ぜひお楽しみください!

**★本人からのコメント**

日向市出身で、昨年6月に鹿児島店から異動してきました。初めは慣れない環境に「つらいな……」と思うこともありましたが、優しいスタッフのサポートとお客様のおかげで、今は楽しく働いています。また都城のお客様には、いつも癒されていますよ♪ 20周年限定の絶品ブラジル豆を堪能しに、いらしてくださいね!!

素敵な笑顔と美しい目が印象的!

**Tully's Coffee イオン都城店**  
店長  
くろぎ まき  
**黒木 真輝さん(21歳)**

**きりしまフォーラム  
ホームページ  
リニューアル!**



きりしまフォーラム 検索

第25回

主催 一般社団法人 日本住宅取得応援協会

# 後悔しないための 賢い家づくり勉強会

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?
- 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
- 3割引で住宅を取得する方法とは?
- 性能を下げずに、価格を下げる方法とは?
- お得な土地の見分け方は?
- 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?
- 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?



契約前に  
知っておこう

# その家づくり、 ちよつと待った!

宮崎県内での開催も第25回となりました。毎回、「大変参考になった」とキャンセル待ちが出る大好評の勉強会です

「マイホーム契約前」の参加をおすすめします!

## 失敗しないための5つの自己防衛策

1. 賢い住宅ローン商品の見極め方
2. 賢い住宅ローンの返し方
3. 国の政策で変わる住宅ローン金利と優遇税制制度とは?
4. 住宅ローン減税で国から戻ってきたお金を2倍にする方法とは?
5. 住宅ローンを利用する人にしか得られない大きなメリットとは?

毎年10,000人以上の人が住宅ローンで苦しみ家を失っています!! 住宅ローンで500万円得する家族と、家を失ってしまう家族との違いは?

～契約前に知っておきたいことが分かる～

# 3/20

(祝)  
月

会場

ウエルネス交流プラザ(茶霧茶霧ギャラリー)

宮崎県都城市蔵原町11-25

参加費

無料

(予約制)

ご家族の大切な家づくりですので夫婦でのご参加をオススメしております。お子様をお預かりする託児サービスもありますので、ぜひご家族でお越しください!

開催時間 13:00～16:00 (開場 12:50～)

Kids Room

家づくりの  
タイミングとは?

住宅ローンを利用する方々にとっては自分達のタイミングばかりを考えては大失敗してしまいます。お金を借りて家をつくる以上は、お金を借りる最適なタイミングを見定める必要があるからです。この勉強会では大切なお金の知識と、住宅ローンを利用するからこそ得られるメリットや、失敗しないための5つの自己防衛策を身に付けていただきます。



ご予約は、電話(フリーダイヤル)、webの専用予約ページで受け付けております。ご質問だけでもかまいませんので、お気軽にお問い合わせ下さい。←のQRコードで読み取って頂くと、予約フォームに飛びます。

参加費無料  
ご予約は今すぐ



0120-610-250

後援 宮崎日日新聞社・NPO環境住宅・太陽光エネルギー研究会・ハイアスアンドカンパニー(株)・(株)リブハウジング

この賢い家づくり勉強会は、これから家づくりを...と考えているご家族様向けに開かせて頂いています。よって、業者様のご来場は**お断り**させて頂いております。

詳しくは21ページへ!

全国  
約50か所  
一斉開催!!



Welcome to R+house!  
高性能デザイン住宅パンフレット

マイホームを考えはじめたら読む本  
「資金計画篇」  
～家づくりに欠かせない、お金の話～

参加特典

# 建築家と創る平屋の家

# 完成見学会開催

高性能  
×  
美しい住まい  
完成見学会

# 3/25(土)26(日)

※写真はイメージです

Open 10:00-20:00

都城市志比田町会場 ※予約者優先

体に優しい素材にこだわりました。外国の家のような特徴的なカラーもポイント。ご家族の「こんな家がいいな」を細部までこだわり、建築家がデザインした、自慢の邸宅です。

建築家と建てる家、身近に、手軽に



R+house



建築家が模型を作成しプレゼンします。ご家族の理想がカタチになる、嬉しい瞬間です。



全国の建築家が、あなたの要望を叶えるために、宮崎へお伺いします。あなたも一流の建築家をパートナーに家を創れる時代が来ました。高性能な美しいデザインの住まいで暮らしませんか。家づくりを考えると一度は憧れる「デザイナーズ住宅」。でも、建築家や建築事務所に設計を依頼すると、通常の注文住宅よりもコストがかかり手の届かない

金額になってしまいます。「R+house」はその概念を変える家づくりです。全国の建築家があなたの要望を元にデザインし、リノベーションが施工します。美しいデザイン性と、長期優良住宅を超える高性能な家。妥協しない家づくりを「手の届く価格」で実現しました。建築家と造る家の美しさ・心地良さを、完成見学会会場にてご体感ください。



▼web予約



## 見学予約・資料請求・モデルハウス見学はこちら

0120-447-129 (WEB) <http://www.live-housing.com/r/>  
※予約者優先となります。ご予約はお早めに!

**LIVE HOUSING**  
Architect Builder

【都城ショールーム】〒885-0006 都城市吉尾町53番地1 TEL 0986-38-5226 FAX 0986-38-5264  
【宮崎ショールーム】〒880-0916 宮崎市恒久956番地1 TEL 0985-34-9300 FAX 0985-34-9310



● 合同庁舎	↑至都城駅
● 都城警察署	● ドラッグストアモリ
● 都城市役所	● 藤元病院
● 洋服の青山	● イオン都城ショッピングセンター
● 南香	● 南小学校
● GS	

イオン都城ショッピングセンター専門店街  
TEL.0986-46-2222 都城市早鈴町1990

3月1日(水)以降の  
HPにおトクな情報掲載中!!

# イオン都城店 春イチオシのスタッフオススメ情報

## \*fuse\_ 新入園・入学& 社会人スタイルもおまかせ!

トレンドをさりげなく取り入れた「ナチュラルな大人カジュアル」& 「大人ガーリーカジュアル」スタイルが人気のセレクトショップ。



着まわしカバウグンの  
パンツスタイル

ラインが美しいセットアップなら、小物をかえるだけで結婚式のお呼ばれスタイルに! また、インナーをシャツにすればオフィススタイルとしても大活躍します。

model: 東條店長

上品な素材感で魅せる  
ワンピーススタイル

「ウチのママが一番キレイ!」と自慢したくなる、キュートで上品なセレモニースタイル。ジャケットのボタンがリボンになっているのもポイント。



model: 東條店長

\*fuse\_ 1F TEL.0986-22-2131

## GATHER ギャザー 春からは華やかに見えるカチツとスタイル

国内外のブランドを「フレンチカジュアル」「フェミニン」「トレンド」のテーマに合わせて取扱い、旬のファッションを提案するセレクトショップ。

長野店長  
マザーニース対応の、新入園・入学用のセットアップもご用意しています! ぜひ一度ご覧ください。



### フレンチテイストでフェミニンコーデ

人気の高い「SIMONE LIST」(シモーヌリスト)のスプリングコートを中心にコーディネート。ストレスフリーな着心地で、オフィススタイルだけでなく、プライベートにも使えるアイテムも揃っています。

GATHER 1F TEL.0986-46-2277

## any FAM 新入園・入学には、さりげないお揃いコーデがオススメ

華やかなスタイルからフォーマルでシックなコーデまで、セレモニースーツや、靴、バッグ、アクセサリを幅広く揃えています。



Spring Fashion

オンオフどちらでもコーディネートしやすい、トレンチコートやラインのキレイなシャツ。フレンチシックのスタイリッシュなスタイルに旬なモード感をプラスしたコーデがオススメです。

トレンチコート14,900円/シャツ5,990円/デニム5,990円  
ネックレス1,990円/パンツ2,990円

any FAM 1F TEL.0986-46-2288

## サンイトミヤ エlegantな女性のセレモニースタイル

素材がよく、着心地のよい商品が豊富に揃うと人気のお店。高品質の品をリーズナブルに購入できますよ。

横谷さん  
シルエットがキレイなので、着ていただくとスタイルよく見えます!

新入園・入学&フレッシュアーズ  
ツイードにラメの入った上品なセットアップ。柔らか素材で着心地もバツグンです。



サンイトミヤ 2F TEL.0986-21-7055



## MIX-O 今から春まで使えるファッションコーデ

「ONWARD」の人気ブランド「any Sis」が提案する春ファッション

トロミ感のある白のガウチョパンツに、ベージュのトップスとデザインに特徴のあるトレンチコートに合わせてカチツと感をプラス。オレンジ色のバッグがアクセント。

野崎さん  
爽やかな春色を取り入れて、お仕事スタイルを華やかに楽しんでくださいね!



model: 野崎さん

MIX-O 1F 0986-46-2299

### ララちゃんとバースデイパーティ

キャンディオリジナルタルトを作ります。詳細は「モーリーファンタジー イオン都城店」にお問合せください。

3月19日(日) 参加無料  
14時~(30分程度)

定員 30名 場所 1階セントラルコート

### 日向目と ひなたびより

雑貨やアクセサリなどほっこりした handmadeの作品が集まる楽しいイベントです!

3月20日(月)祝  
10時~16時

場所 1階セントラルコート

### ちびっこビンゴゲーム大会

参加無料! 素敵なプレゼントが当たるかも!? ※15分前よりビンゴカード配布

3月26日(日) 14時~

小学6年生までのお子様 先着100名  
場所 2階フードコート前

### 大道芸ストリート

宮崎県内を中心に活躍中! パルーンアートやジャグリングなど、さまざまなパフォーマンスをお楽しみください!

3月12日(日)・20日(月)祝・25日(土)

①12時~②13時半~③15時~

※P19もご覧ください

## LOTTERIA ロッテリア

10日・20日・30日  
ポテト全サイズ  
半額

バケツポテト  
600円→300円  
ロッテリア 2F TEL.0986-46-2251



## 石焼きキッチン

10日・14日  
石焼カルビ ビビンバ  
700円→500円

石焼きキッチン 2F TEL.0986-46-2251



## お菓子の専門店 ゴローズ

### ホワイトデイフェア開催

ホワイトデイのお返しに、ゴローズのマカロンはいかがですか? カラフルでキュートなマカロンは、女性に喜ばれること間違いなしです。

マカロン  
3個入 600円  
5個入 1,000円



その他にも、美味しいホワイトデイスイーツが揃っています! 香り豊かな手作りクッキーや大人の味のガトーショコラなど、たくさんご用意しています!!

お菓子の専門店 ゴローズ 1F TEL.0986-46-2256

## タリーズコーヒー

20th Anniversary  
20周年の感謝を込めて数量限定の  
スペシャル豆を販売!

3月3日(金)より、ブラジル豆をブレンドした新商品が登場します。「タリーズ ブラジル ファゼンダパウ ピーベリー」の「レッドブルボン」と「イエローブルボン」の2種類! 期間限定の美味しさをお楽しみください!



タリーズ スラジル ファゼンダパウ ピーベリー アソートギフトボックス

「レッドブルボン」と「イエローブルボン」が100gずつ入っているアソートギフトボックス。飲み比べはもちろん、ギフトとしてもオススメです。

タリーズコーヒー 1F TEL.0986-24-2082

※P27もご覧ください

# NEW LIFE 新生活応援フェア

Spring has come!

メガネのオンデーズ  
この春……メガネを新調ませんか?

**Men's オススメ** John Dullinger  
ジョン・デリンジャー 7,980円～  
彫金デザインやメタルパーツなど、こだわりのディテールが、レトロな存在感と現代的な装飾を合わせ持つフレーム。

**Lady's オススメ** AIR Ultra  
エール ウルテム 9,980円～  
超弾力性特殊素材「ウルテム樹脂」をフレーム素材に使用。驚くほどの軽さでかけているのを忘れてしまうほど!

**Kid's オススメ** Junni  
ジュニ 7,980円～  
ハイセンスなデザインを展開。初めてのメガネや、かけ慣れないお子様にも安心していただけるようフィット感を追求。

持留さんオススメ どのブランドも豊富なデザインとカラーバリエーションが人気です。  
オンデーズ 1F TEL.0986-21-3313

furiko & CHOUQUETTES フリコ & シューケット

**女性の願いを叶えたパンスト**  
伝線しにくいタイプや引き締め効果で美脚を実現するタイプなど、種類が豊富です!  
3足1,000円  
人気ランキング  
1 伝線しにくい着圧シアータイツ  
2 引き締め 魅着圧シアータイツ  
3 伝線しにくいシアータイツ

セレモニースタイル オススメバッグ  
新入学や結婚式といったセレモニーだけでなく、さまざまなシーンで使えるバッグ。上品なデザインとカラーをご用意しています。

**New Arrival**  
染店長イチオン! 学生はもちろん、ママバッグとしてもリピーター続出のリュック! 春色の新色が届いています!  
furiko & CHOUQUETTES 2F TEL.0986-21-7051

one'sterrace ワンズテラス

新生活のオススメアイテム満載♪  
CAMERON'S BOOKS キャメロンズックス

クマのロゴがキュートな「CAMERON'S BOOKS」シリーズ。水筒やマグカップ、プレートなど、ポップでカラフルなデザインが人気です!

**MULTI COOKER マルチクッカー** 3,000円  
材料を入れるだけ、電子レンジで簡単にメイン料理が作れちゃう調理器。2つの容器を組み合わせて同時に副菜まで完成します。人気の18レシピつき!!

アクアパツァ・バジルソース  
食材の下準備をして、容器に入れるだけで本格的なおしゃれ料理が完成!  
one'sterrace 1F TEL.0986-46-2215

my makura マイまくら

体の不調を感じやすい春……マイ枕で熟睡して健康的に新生活を迎えましょう!

頭痛 肩こり 不眠 首こり むくみ の お悩みをお持ちの方へ  
マイ枕は一人ひとりの体型や頭の形・重さ、首の角度・長さを測定器で測定して、個人に最適な状態の枕を作ります。購入後合わないと感じたら、何度でも調整可能なので安心です!  
測定無料! 気軽にご相談ください  
my makura 2F TEL.0986-46-1868

LA PAX 春ファッションは、新しいバッグから!

**女性オススメ** COACH  
春色のエlegantなバッグが届きました! A4サイズもラクらく入る、タテ23cm×ヨコ36cm×マチ15cm。充実した仕切りと、スマホなどが入る内ポケットもあるため、中身をキチンと整理できちゃいます!

**学生オススメ** adidasリュック  
通学はもちろんプライベートでも大活躍するリュック! 豊富なデザインとカラフルな色が揃っていますよ。新入学&進級のプレゼントとしてもオススメです。  
スタッフ 平永さん——デニムウェアともコーディネートしやすいアイテム。大容量で耐久性もバツグンです!!  
LAPAX 1F TEL.0986-46-2225

THE CLOCK HOUSE ザ クロックハウス

新生活に必須の目覚まし時計!

「THE CLOCK HOUSE」オリジナルのアラーム時計は、自分用はもちろん贈物としても大好評! 高性能でリーズナブルな人気商品です。  
暗いところでライトがつけます! 湿度計つき  
ダブルアラーム 1,000円  
デザイン2種類・カラー全11色と、たくさんの中からセレクトできちゃいます!  
アラーム電波時計 3,000円  
標準電波で時刻を自動調整する電波時計。目覚まし機能、日付・温度計もついた便利なアイテムです。  
THE CLOCK HOUSE 2F TEL.0986-46-5474  
徳永店長 贈物としてのラッピングも承ります。気軽にご相談ください!!

**保険見直し本舗** この春こそ……「保険を見直すタイミング」です!  
結婚・出産・マイホーム購入・定年退職など、ライフシーンに応じて必要保障額は変化します。人生の節目だけでなく、細かく保険を見直してみませんか?  
女性へオススメ! なでしこ保険 業界初  
告知なしでカンタンに入れる女性のための保険  
POINT 1 女性特有の7つの病気を保障 乳がん・子宮頸がん・子宮体がん・卵巣がん 他  
POINT 2 医師の診査や健康告知は不要 お手頃な保険料 月払 400円 (年払 4,000円)  
POINT 3 保険料は全年齢共通 20～79歳まで申込みOK!!  
保険見直し本舗 1F TEL.0986-46-1911

**ホワイト急便** クリーニングならお任せください! 冬物・布団・毛布など大物が2割引!!  
冬に使った大物をキレイにクリーニングしませんか? 布団やカーペットなどの大物もお預かりしています! クリーニングのことなら、何でもご相談ください。  
3月1日(水)から 冬物・布団・毛布など 大物 2割引!!!  
3月限定 春のクリーニングキャンペーン ドライクリーニング 3点…………… 780円 5点…………… 1,250円 ※特殊品は除く  
ホワイト急便 1F TEL.0986-46-2237

爪を傷めない新しいジェルネイル「パラジェル」登場!  
「パラジェル認定サロン」は「SPEED NAIL」だけ! 爪が薄くなってきた、ジェルが浮いてしまう方にオススメです。爪を傷めず、健康な爪でネイルを楽しみたい方、ぜひお試しください。  
新入園・入学にオススメの上品でエレガントなデザイン。大切な一日だからこそ、指先までこだわりたい♪  
オフィスに女子会にアードに、さまざまなシーンで活躍するフレンチネイル。清楚系にもキュート系にもアレンジできますよ!  
SPEED NAIL 2F TEL.0986-21-2230

春限定! 桜香るヘッドスパ Belle femin  
春の新メニューが届きました。冬の乾燥や毛穴詰まりによる頭皮トラブルで悩んでいる方にオススメです。「桜ヘッドスパ」は、「ソメイヨシノ」と「八重桜」の香りからセレクト。心身ともに癒されながら、髪をダメージとストレスからリセットしてくれますよ。  
春限定 桜ヘッドスパ 1,000円(税別) ※ヘッドスパのみの場合、2,000円となります  
矢上さんオススメ——抜毛や薄毛が気になる男性にもオススメです! 頭皮や髪の悩みを、気軽にご相談ください!!  
ベルフェミン 1F TEL.0986-46-2244



# 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。水回りすべて新設!



オール電化  
仕様  
エコキュート  
新設

車庫を解体しました。  
普通車並列3台可

価格 **1,498万円**(税込)

**4LDK 駐車3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

月々のお支払 **42,988円**

## 都城市上東町

東小学校450m、妻ヶ丘中学校400mの好立地! フリースペース付き住宅!!



**4SLDK+**  
フリースペース付  
駐車 普通車2台 軽1台

価格 **1,748万円**(税込)

月々のお支払 **50,162円**

- 所在地:都城市上東町2-17
- 土地面積:311.67㎡(94坪)
- 建物面積:179.60㎡(54坪)
- 建築年月:平成2年10月
- 交通:JR[都城駅]徒歩17分

## 曾於市末吉町

3LDKに間取変更!! 水回りすべて新設しました!!



新価格

末吉道の駅まで車で6分

**3LDK 駐車4台**

- 所在地:曾於市末吉町深川字中須2782-4
- 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[五十市駅]徒歩72分

価格 **698万円**(税込)

月々のお支払 **20,030円**

## 都城市平江町

屋根洗浄・外壁塗装! 水回りを新品交換!! 大王小学校まで600m



**4LDK 駐車3台**

価格 **1,598万円**(税込)

月々のお支払 **45,857円**

- 所在地:都城市平江町32-2
- 土地面積:293.15㎡(88坪)
- 建物面積:137.83㎡(41坪)
- 建築年月:昭和63年2月
- 交通:JR[都城駅]徒歩12分

## 都城市志比田町

水回りを新設!  
駐車場を拡張して5台にします!!



※間取りはリフォーム後です

**4SDK 駐車5台**

- 所在地:都城市志比田町6-1
- 土地面積:301.77㎡(91坪)
- 建物面積:123.78㎡(37坪)
- 建築年月:平成元年3月
- 交通:JR[西都城駅]徒歩18分

価格 **1,598万円**(税込)

月々のお支払 **45,857円**

## 都城市蔵原町

南小学校まで徒歩13分!  
水回りすべて新品交換します!



※写真はリフォーム中です

※間取りは  
リフォーム後です

**4LDK 駐車3台**

価格 **1,998万円**(税込)

月々のお支払 **57,336円**

- 所在地:都城市蔵原町4300-1
- 土地面積:359.77㎡(108坪)
- 建物面積:130.86㎡(39坪)
- 建築年月:平成6年4月
- 交通:JR[西都城駅]徒歩12分

## 都城市山之口町

4DK平家建住宅! 水回りすべて新品交換!!  
家庭菜園なども行えるスペース付き



**4DK 駐車6台**

価格 **1,198万円**(税込)

月々のお支払 **34,379円**

- 所在地:都城市山之口町吉吉字榎木3552-1
- 土地面積:987.87㎡(298坪)
- 建物面積:102.74㎡(31坪)
- 建築年月:昭和64年9月
- 交通:JR[山之口駅]徒歩26分

## 都城市志比田町

水回りはすべて新品交換!  
5LDKの対面式キッチンへリフォームします!



※写真はリフォーム前です

※間取りはリフォーム後です

**5LDK 駐車2台**

- 所在地:都城市志比田町5281-1
- 土地面積:189.65㎡(57坪)
- 建物面積:131.79㎡(39坪)
- 建築年月:昭和60年3月
- 交通:JR[都城駅]徒歩27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

上長飯小学校まで200mの立地。  
水回りの新品交換予定です。



※写真はリフォーム前です

※間取りはリフォーム前です

**4LDK 駐車2台**

価格 **1,498万円**(税込)

月々のお支払 **42,988円**

- 所在地:都城市上長飯町515-3
- 土地面積:248.81㎡(75坪)
- 建物面積:120.74㎡(36坪)
- 建築年月:平成6年7月
- 交通:宮崎交通[上長飯バス停]徒歩4分

## 北諸県郡三股町

現在リフォーム中。太陽光3.2kw搭載の  
オール電化平家建てです。



※間取りはリフォーム前です

**3LDK 駐車3台**

価格 **1,098万円**(税込)

月々のお支払 **31,509円**

- 所在地:北諸県郡三股町大字野井字中野81716番4
- 土地面積:225.64㎡(68坪)
- 建物面積:81.22㎡(24坪)
- 建築年月:昭和64年9月
- 交通:JR[新原駅]徒歩27分

## 都城市都原町

水回りはすべて新品交換!  
対面式キッチンへリフォームし収納も新設!



※写真はリフォーム前です

※間取りは  
リフォーム後です

サンプル付  
**4LDK 駐車3台**

価格 **1,498万円**(税込)

月々のお支払 **42,988円**

- 所在地:都城市都原町7211-3
- 土地面積:264.25㎡(79坪)
- 建物面積:114.00㎡(34坪)
- 建築年月:昭和62年3月
- 交通:JR[西都城駅]徒歩28分

## 小林市真方

屋根・外壁を塗装し、  
キッチン・ユニットバスを新設予定!



※写真はリフォーム前です

※間取りはリフォーム後です

**5LDK 駐車3台**

価格 **1,398万円**(税込)

月々のお支払 **40,118円**

- 所在地:小林市真方515-3-21
- 土地面積:315.92㎡(95坪)
- 建物面積:143.59㎡(43坪)
- 建築年月:昭和53年10月
- 交通:JR[小林駅]徒歩14分

## 志布志市有明町

通山小学校まで420mの91坪角地!  
3月下旬リフォーム完了。随時内覧可能です。



※間取りはリフォーム前です

**4LDK 駐車5台**

価格 **1,198万円**(税込)

月々のお支払 **34,379円**

- 所在地:志布志市有明町野井字松原126番2
- 土地面積:301.52㎡(91坪)
- 建物面積:104.23㎡(31坪)
- 建築年月:昭和62年12月
- 交通:JR[志布志駅]徒歩57分



お手持ちの「家」、  
**お売り  
ください!!**

買取査定  
買取相談が  
**無料0円!!**  
+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
- 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
- 瑕疵担保責任不要で売却後のトラブルなし

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いたします

※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29年3月31日まで



※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。