



vol.301
APRIL 2017

4

きりしまフォーラム

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



フルーツ列車たらぎ

フォーラムがプロデュース!!
日帰りぶらり旅
自然に歴史に温泉に!
オススメの大人旅

人吉市&球磨郡特集!

読者プレゼント付!



茶の蔵・立山商店

スタッフ
建もの探訪

春の住宅特集♪

フォーラム
オススメ!

春の習い事特集♪

キレイを
お得意!

Beauty*クーポン特集

その他、イベント情報など、盛りだくさん!!



表紙の絵

『街』

わたや
綿屋 愛理ちゃん
ちひろ
知優ちゃん

将来こんな家を建てられたらいいなと、2人で話しながら描きました。

●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>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電話で診断します。</p> <p>2 スピーディーに申請!
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>3 相談料・着手金は無料!
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>4 受給決定の可能性を高めます!
障害年金の専門家が対応します。</p> <p>5 こちらからのご連絡はいたしません!
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>6 対応エリア
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



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。

(株)都城北諸地区
清掃公社

緑豊苑

都城市金田町481-1

☎0986-38-0606

- 産業廃棄物
- 一般廃棄物
- 雑排水業務
- ～ 関連業務 ～
- 浄化槽管理業務
- 配管清掃
- つまり通し作業
- リサイクル業務

豊かな循環型社会を目指して

発酵肥料リサイクル施設

緑豊苑

有機性廃棄物を発酵肥料にリサイクルします。
地球に優しいシステムで廃棄物を有効に活用
循環型社会の構築に貢献します。

自然の脱臭・除湿

脱臭力は木炭の3倍以上!
一度使ってみてください。
よさが分かります。

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



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

置く場所の目安

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

1個 **500円**

「しらからちゃん」で検索!



アンテナショップ

都城市都北町5225-1
(一財)都城圏域地産産業振興センター内

(株)T&Tシラスライト

TEL.0986-38-8250



大人気「鶏タタキ」
ぜひご賞味あれ!!

ボリューム満点の「鶏タタキ」がオススメ!
柔らかい「鶏タタキ」に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」も人気です。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まで大好評。

- | | |
|------------|---------|
| 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 |
| たこ焼き(8コ入り) | 250円 ほか |

炭火焼創 ☎080-9066-0930

都城市山田町中霧島3267-3 営業/15:00~20:00 (売切れ次第終了)
ミートショップながや山田店 横 ※P24もご覧ください

新・医療の窓

早水公園クリニック便り⑬

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子どもが喘息です。おすすめのスポーツは？

喘息のお子さんに一番いいスポーツは、水泳です。持続的に負荷がかかり、心肺機能が鍛えられるので、喘息に非常にいいです。ただ、喘息のお子さんはアレルギー性鼻炎を合併していることも多いです。鼻の調子があまりよくない時は、中耳炎を起したりするなど、よくないこともありますので、注意が必要です。あまり、おススメしないものとしては、サッカーや野球などの動いたり止まったりを繰り返すスポーツです。でも、お子さんはそういうスポーツが好きですよ。喘息のお子さんは、幼稚園や小学校低学年から水泳などで心肺機能を鍛えたり両立しながら、野球やサッカーなどを頑張ることをおススメします。

②休肝日は週何日がいい？

少量の飲酒は健康にいい一方、大量の飲酒や毎日の飲酒はさまざまな生活習慣病を引き起こします。肝障害などの肝臓の病気はもちろんのこと、糖尿病や高血圧、心臓疾患との関連も



院長 山内明

生活習慣（食事や運動）が改善され、体重が落ちるなどして、根本的に血圧が下がっているの

④血圧の薬をやめてもいいですか？

夜眠れないと、次の日つらいですよ。私もこう見えてナイーブなので（笑）、泊まりに行つて眠れず、次の日つらい経験をしたことがあります。では、質問の答えを一言で言うところ、うまく使えば大丈夫です。ここ最近では比較的くせになりにくい睡眠薬が多く使用されています。心配な方は主治医の先生に相談するといいでしよう。使わずに済むならそれに越したことはありませんが、眠れなくて苦痛になったり、次の日に支障が出るようなら、上手に使っていくのも一つの手だと思います。

③睡眠薬つて、くせになりませんか？

注意です。休肝日を取る人は我々が日常診察していても、毎日飲むと比べて、さまざまな数値がいい傾向にあります。週2日は休肝日を設けましょう。

であれば、やめることもできます。しかし、今日は朝低めだったから今日はやめるとか、突然急にやめるといふのはよくないです。血圧を下げる薬は高血圧を根本から解消するものではありません。また、血圧に対する作用だけでなく、心臓や腎臓に対する効果も見越して処方されていることも多いです。まずは生活習慣の改善などによって、薬に頼らなくても血圧が下がった状態まで持つていくことが大切です。



早水公園クリニック

内科・小児科・外科・消化器内科・アレルギー科

住所 都城市早水町 4503-16

TEL 0986-36-6117

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



端午の節句

鯉の引菓子(ネ鯉) 1,550円

立鯉・柏餅セット 1,850円

お子様の健やかな成長への願いをこめて

いちごの鯉のほりロール 1,700円

新作 ぶわとトロ〜と Wチーズの金太郎 5号 1,600円

※写真はイメージです

お電話でのご予約も承ります! この他にも多くのお菓子ををご用意しています

ご入園・ご入学 おめでとう ございます

入園・入学・就職など新しい門出のお祝いにケーキがオススメです。

第2回全日本菓子博覧会 最優秀賞・金賞受賞食品 島津荘園

箱入り3.6個、12個、18個入りをご用意

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

お菓子の南香

都城市甲斐元町 1-26

TEL.0986-22-4670 FAX.0986-22-7568

<http://www.okashinonanko.com>

ご予約はお早めにごうぞ

※P24もご覧ください

丁寧な指導で「手作りはじめてさん」も安心! マルチバッグ

ファスナーもついて肩からもかけられる便利なバッグです。ちょっとしたお出かけや旅行など何にでも使えるバッグです。手作りグッズで暮らしをもっと素敵に♪

日程	4/7(金)・14(金)・21(金)・28(金)
時間	AM10:00~(1時間程度)
参加費	1,300円(材料費込)

※布の色、柄は写真とは異なる場合がございます。

ミシン修理お任せください! 見積り無料・出張費無料・持ち込み修理OK

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

沖水中 眼鏡市場 かつさと ローソン GS 至鹿島 至小川

道の駅 すえよし リニューアルオープン

平成29年4月1日(土)

直販所もレストランも広くなり充実! レストランの料理もグレードアップして、さらに美味しくなっています♪

ぜひ、お越しください!!

楽しいイベントが満載です! 詳しくはP20をご覧ください

道の駅 すえよし 曾於市末吉町深川11051-1

TEL.0986-79-1900 FAX.0986-79-1911

北諸県郡三股町
2018年
春オープン
予定

介護施設 オープニング スタッフ募集!

きりしま
フアラム
同グループ



※施設画像はイメージです。

採用情報

職種	介護職員		
	正社員	パート	夜勤専従パート
雇用形態	正社員	パート	夜勤専従パート
職務内容	生活介護事業所や有料老人ホーム内で利用者様や入居者様への介護サービスの提供		
給与	基本給:150,000円～ 別途:処遇改善加算あり (20,000円～45,000円) 夜勤手当・資格手当あり ※試用期間あり	時給:800円～ 別途:処遇改善加算あり ※資格に応じて時給UP ※試用期間あり	日給:8,000円～ 別途:処遇改善加算あり ※勤務時間数に応じて支給 ※試用期間あり
	勤務地		
	資格条件		
待遇	各種社会保険完備・交通費全額支給		
休日	年間:107回	※週1日～OK	



オープンまでの期間、大阪で働いてみませんか?

※正社員のみのみ

- ★ 無資格OK。大阪研修中に資格取得可能
(初任者研修・実務者研修・同グループの講座を受講した場合、半額会社負担)
- ★ 大阪での研修中は給料UP
- ★ 無料の寮完備
- ★ 宮崎から大阪までの旅費全額支給

大阪府内で、有料老人ホーム7施設・訪問介護事業所8事業所・ケアプランセンター3事業所・デイサービス1事業所運営実績あり!!
安心して勤務できます!!



採用情報

職種	介護職員
雇用形態	正社員
職務内容	生活介護事業所や有料老人ホーム内で利用者様や入居者様への介護サービスの提供
給与	基本給:180,000円～ 別途:処遇改善加算あり (20,000円～45,000円) 夜勤手当・資格手当あり ※試用期間あり
勤務地	①大阪市東住吉区 ②大阪市東淀川区 ③大阪市西淀川区 ④大阪市浪速区 ⑤守口市 ⑥寝屋川市
資格条件	初任者研修(ヘルパー2級)、 介護福祉士優遇します 無資格者大歓迎
待遇	各種社会保険完備 交通費全額支給
休日	年間:107回

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!! ご不要のブランド品・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
 住居許可証 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 ※P24もご利用ください
 営業: 9時30分~19時
 HP: <http://www.rakuten.ne.jp/gold/auc-tenmaya78/>

質取り強化中!!
 お持ちの品物を担保にして現金融資
 最低100万円からご利用可能
 お見積り無料

表ヶ丘中 宮崎銀行 東町郵便局
 一都城駅 マイルストーン 伊オン都城
 田中書店 龍摩蒸気屋 モールひろせ
 ココ★ さつま屋 ドライ
 神柱神社

入学入園撮影キャンペーン
 (3ポーズ) ¥19,300

3重アルバム(ハッチ) 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
 Lサイズ写真(6枚) デザイン四辺り写真(平日撮影1枚)

端午節句撮影キャンペーン
 衣装・着付・ヘアメイク
 衣装: 白・黒・赤・青・紫・黄・緑
 着付: 袴・羽織・袴・袴
 髪型: 小髷・お団子・お髷
 料金: ¥19,300で、すべてを撮影、着付、ヘアメイク、小道具、お道具箱、お道具袋、お道具箱、お道具袋、お道具箱、お道具袋

オールインプライスのフォトスタジオ
LIFE STUDIO
 〇ご予約・お問合せは
 都城市北原町31-5-2
TEL.0986-22-6288

R10 WING 都城市
 TERRA美容室★ココ★ 大泉美容

料理長が厳選した春の恵みをご堪能ください
ミニ懐石【花】3,500円 その他【月】3,000円【雪】2,500円
コース料理に+1,000円で
 お得な90分飲み放題が付きま

先付 桜鯛豆腐べっ甲揚げ
 前菜 旬野菜 うすい豆のお浸し
 春キャベツと水蛭の梅乾掛け
 宝島賊山葵和え
 椀物 根菜のポタージュ
 造り 地魚三種と有機野菜の一品
 焼物 鱈の木の芽味噌焼き
 強肴 宮崎牛のしゃぶしゃぶ
 自家製胡麻だれ
 揚物 小柱と白魚の春野菜かき揚げ
 食事 短散らし寿司 お味噌汁
 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

【花】3,500円 ※写真はイメージです

端午の節句のご予約承り中 4月15日(土)~5月7日(日)

お好みランチ 始めました
平日限定 1,800円
 月~金曜日
 土・日曜日 2,200円
 半月盆 季節の小鉢、口取り、有機野菜のサラダ
 季節の玉子蒸し、揚物、香の物
 主菜 六種類の中から一つ
 食事 契約農家のヒノヒカリ お味噌汁
 甘味 自家製プリン

選べる主菜 六種類
 ・宮崎牛のハンバーグ
 ・黒豚のヒレカツ 日南鶏の一口カツ
 ・季節の天ぷら盛り合わせ
 ・旬魚のお造り盛り合わせ
 ・旬魚の煮つけ
 ・かき揚げ蕎麦とお寿司
 ※土・日曜日は選べる主菜が異なります

京の都 わらしべ 都城店 TEL 0986-36-5432
 【営業時間】昼 11:00~15:00 (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など、詳細はHPをご覧ください www.lcs-izakaya.com

スタッフ募集
 詳しくはP24をご覧ください

人気演出体験 ウェディングフェア
4.16 SUN 11:00~18:00
 参加費不要 要予約

・チャペル&披露宴会場見学
 ・婚礼メニュー試食会
 ・予算&スケジュール相談会

第1部 11:00~13:00
 婚礼メニュー試食会 12:00~
 第2部 13:30~15:30
 婚礼メニュー試食会 14:30~
 第3部 16:00~18:00
 婚礼メニュー試食会 17:00~

お電話・メールまたは
 上記 QR コードよりお申込みください。
 mail: bridal@nakayamasou.co.jp

ホテル 中山荘 * Wedding Guest house LUCE

ホテル中山荘 ビアガーデン
今年のテーマは イの一番!
5/17(水) OPEN!

第十六回 嬉春会
中山荘 春の宴
 日時/4月11日(火)
 開宴:19時00分
 会費/御一人様7,000円(税込)

0986-23-3666 都城市松元町3-20
 一ご予約は電話にて承ります。 検索

フォーラムスタッフ
の
建もの探訪

春の住宅特集♪



都城圏域で家を建てるなら必見!

これから住宅を購入しようとする方に、役立つ情報が満載です!!



フミが
体験!



建もの探訪 ASJ 都城スタジオ編

～建築家と相談できるスタジオへ行ってきました～



日本最大級の建築家ネットワーク『ASJ都城スタジオ』に行ってみました! ブルーと木目で統一されたスタジオ内は、子どもが遊べるキッズスペースが完備されており、親子で来場しても安心です!!

取材当日は、リノベーション×建築「家展」が開催されており、来場者は建築家に住宅の相談をしていました。



こちらには、建築家達が、これまで携わったさまざまな資料があり、見ているこちらがワクワクするスペースになっています。

番外編

ヤマがJA都城姫城ローンセンターで、住宅ローンシミュレーションを体験!



1周年を迎えた『姫城ローンセンター』さんでは、住宅ローンはもちろん、マイカーローン、教育ローンなど、資金に関するさまざまな相談が気軽にできます。

今回は、実際に「住宅を建てる!」という時に、必要となる住宅ローンのシミュレーションをヤマが体験しました!! ヤマは土地があり、そこに住宅を建てるという設定で、2000万円を借入。選んだ住宅ローンは、特別金利キャンペーン中の「全期間固定金利・年1.5%」をセレクト。住宅ローンについて初心者ヤマは、知らない言葉がたくさん! その



す。スタジオマネージャーの嶋さんに気軽に相談することができるので、ぜひ足を運んでください! 建築家と一緒に建てる住宅、憧れますよね! 気になる方は、4月22・23日に都城圏域地場産業振興センターで開催される「第10回建築家展」へ。きつと理想の住宅と出会えますよ! ※P21・裏表紙もご覧ください

ヤマの借入結果

お借入総額	2,000万円
支払い期間	35年間
全期間固定金利	年1.5%
期間	35年間
ボーナス返済額	0円
毎月返済額	61,236円

意味や違いなどを、担当者の鶴さんと野村さんが丁寧に説明してくれました。土・日曜日でも17時まで営業しているの、週末に、家族みんなで相談へ行けるのも嬉しいポイントです! また、ご契約者にはJAで使える商品券をプレゼント♪ このチャンスを逃さないでください!!

平成30年1/31まで JA都城 住宅ローン 特別金利キャンペーン

「JAとのお取引が初めて」という方も気軽に相談ください!

返済額が変わらないので
ずっと安心!!

全期間固定金利

10年固定金利

(最大引下げ後金利。引下げ前金利1.6%) ※保証料別

年 1.5%

条件を満たせば
保証料込

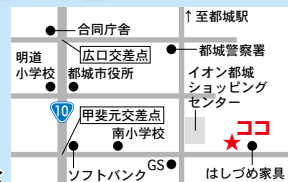
おかけさまで
1周年

JAで使える
商品券を
プレゼント

年 0.9%

「住まいのいちばんネクストV」商品概要
◆どなたでもご利用いただけます。ただし、JA規定の出資金をお預けいただき、組合員資格を取得していただきます。
◆お使いは、住宅・土地に関するすべて
◆お借入期間/2年以上35年以内(月単位)
◆お借入額/100万円以上10,000万円以内(所要金額の範囲内(1万円単位))
◆お借入率/全期間の利率が変わらない【固定金利型】、固定金利期間10年の【固定変動選択型】
◆担保・保証/融資対象となる土地・建物に対して、第1順位の抵当権を設定させていただきます。
※担保設定手続きに必要な費用は別途ご負担いただきます。
※担保物件については、火災共済(保険)に加入していただきます。
※詳しくはお問合せください

JA都城 姫城ローンセンター
☎ 0986-23-5128
住所/都城市早鈴町2124-5 ※P24もご覧ください
HP/http://miyakonojyo.ja-miyazaki.jp/
営業時間/【平日】 8:30~17:30
【土日】 10:00~17:00



◆繰上返済…手数料無料
◆貸付事務手数料…最大54,000円

JA都城 検索

ヤスが
体験!



建もの探訪 ふかちゃんペイント編

～「ふかちゃんの塗り替え教室」に行ってきました～



『ふかちゃんペイント』さんが毎月開催している「ふかちゃんの塗り替え教室」に行ってきました。今回の教室のキーワードは「大切

なのは10年後の満足感」。10年後に後悔しないために、なぜ塗装を塗り替えるのかということから始まり、塗料の選び方や塗装の手順、料金の相場、悪徳業者の見分け方まで、知って得する情報満載でした。雰囲気は終始和やかなので気軽に質問ができ、一つひとつにしつかりと答えていただけたため、疑問を残すことなく帰ることができましたよ。

「最近、よく塗装業者が営業に来るけど、どの業者に頼めばいいかわからない」、「外壁や瓦などの汚れが気になる」。そんな方はぜひ「ふかちゃんの塗り替え教室」に足を運んで、塗装についての悩みをスッキリさせてください!



「カチタス都城店」さんの志比田町の物件を、日高さんに案内してもらいました。

スーパードライブなどがある便利な立地! 住宅の前には小さな公園もあり。南側には広々とした庭と駐車場。北側にはガレージ付きの物置も完備され、駐車が苦手な方でも安心です。

住宅の中へ入ると、吹き抜けが気持ちよい広々とした玄関スペース。リビングダイニングにあるキッチンには、LIXIL製の新型に交換してあり、食洗機も付いていました。備え付けの食器棚も充実しています。

や、測量による境界線の調査なども詳しく行っているため、とても安心です。気になる物件を見つけたら、気軽に相談しててくださいね!



中古住宅で気になる白アリ
の検査は、もちろん、近隣のトラブルになりやすい排水

また、浴室は、掃除のしやすさと節水機能が人気のLIXIL製の1・25坪の広々としたユニットバス。洗い場も広いので、家族でゆつくり疲れを癒せませよ。室内も室外も満足できる物件です!

『カチタス』さんの物件は、見える部分にも、こだわってリフォームされています。

フミが
体験!



建もの探訪 タカラ都城ショールーム編

～新しいシステムキッチン&システムバスを体験してきました～



4月8・9日に「春のタカラフェア」を開催する「タカラ都城ショールーム」へ行ってきました! まず始めに体験したのは、グッドデザイン賞を受賞した「家事らくシンク」。こちらは「洗う・切る・

理と盛り付けを簡単にできるなど...と感じるキッチンでした。また、高品質ホーローを使ったシステムバスも体験! 汚れにくく掃除がとっても簡単。主婦にとって、「掃除がラク」というのが一番大切ですね! その他にも水回りに関することなら、新築からリフォームまで気軽に相談できちゃいます。ぜひ、出かけてください!!



捨てる」の作業をすべてシンク内ですることができるという驚きのキッチン。これなら、調理

また、浴室は、掃除のしやすさと節水機能が人気のLIXIL製の1・25坪の広々としたユニットバス。洗い場も広いので、家族でゆつくり疲れを癒せませよ。室内も室外も満足できる物件です!



また、浴室は、掃除のしやすさと節水機能が人気のLIXIL製の1・25坪の広々としたユニットバス。洗い場も広いので、家族でゆつくり疲れを癒せませよ。室内も室外も満足できる物件です!



建もの探訪 カチタス都城店編
志比田町の物件へ行ってきました!

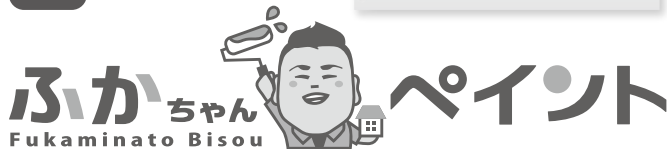
塗り替えのお悩み90分でスッキリ解決!

『ふかちゃんの塗り替え教室』

日時 4月7日(金曜日)
時間 第1部/10:00~11:30
第2部/13:00~14:30
定員 10名(要予約)
(参加費無料)
場所 都城市総合文化ホール

セミナー内容

- ◆ 外壁塗装の重要性
- ◆ 優良業者の選び方
- ◆ 地元業者と訪問業者のメリット・デメリット
- ◆ 一発で見抜ける悪徳業者の見分け方



0120-508-416 都城市一万城町40-6
ふかちゃんペイント

見て触って体感!!
タカラ都城ショールーム
春のタカラフェア
春の新商品続々登場!!

新築からリフォームまで、水まわりに関するあらゆるご相談に対応します。見学だけでも大歓迎!! ご家族、お友達とご来場ください!

特典満載

- ★予約ご来場特典★ QUOカード 500円分プレゼント
- ★お見積特典★ 「コートフェスタハラダ」 ホワイトチョコラスクプレゼント
- ★ご来場特典★ アウトドア保温 アクティブバッグプレゼント

特別イベントも同時開催 詳しくはP20をご覧ください

4月8日 10:00~17:00 9日 10:00~16:00

主催店...MIRAI工房/ホームリノベーションあかつき/株ヤマワ/アストモスリテイリング株/株らぶ企画 らぶデン・らぶホーム/日通エネルギー九州株/住設工房アスト/御徳島住設/森重木材株/株テラダホーム/株タクセン都城支店/株タクチ木材建材センター/テクニカルとくまる/株プラエコ/株HIDAホーム/セブンプラザ山之内店/住マイルホーム/株宮脇燃料/株赤松燃料店/株今村建設/株ハヤカワコーポレーション/万代ホーム株/株九電工 都城営業所/セブンプラザ都城なかもら店/南前田建設(順不同)

タカラ都城ショールーム
TEL.0986-47-1668 都城市吉尾町6123-1



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
- 建築年月:昭和58年3月
- 土地面積:322.33㎡(97坪)
- 建物面積:161.47㎡(48坪)
- 交通:JR【都城駅】徒歩19分

月々のお支払 **42,988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



価格 **1,548万円** (税込)

4LDK 駐車3台

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

月々のお支払 **44,422円**

曾於市末吉町

3LDKに間取り変更!!
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:曾於市末吉町中塚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**

都城市志比田町

ガレージ付4SDK2階建て
駐車場拡張により6台可能になりました!!



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

- 所在地:都城市山之口町吉野木3552-1
- 土地面積:987.87㎡(298坪)
- 建物面積:102.74㎡(31坪)
- 建築年月:昭和54年9月
- 交通:JR【山之口駅】徒歩26分

価格 **1,198万円** (税込)

月々のお支払 **34,379円**

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・ヘリウム♪



5LDK 駐車2台

- 所在地:都城市志比田町5281-1
- 土地面積:333.52㎡(100坪)
- 建物面積:79.76㎡(24坪)
- 建築年月:昭和60年8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**

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。



太陽光3.2kw搭載
オール電化住宅

※間取りはリフォーム後です

3LDK 駐車3台

- 所在地:北諸県郡三股町大字夢地字中塚3716番4
- 土地面積:225.64㎡(68坪)
- 建物面積:81.22㎡(24坪)
- 建築年月:昭和63年4月
- 交通:JR【餅原駅】徒歩27分

価格 **1,098万円** (税込)

月々のお支払 **31,509円**

都城市都原町

水回りはすべて新品交換!
対面式キッチン・ヘリウム♪&収納も新設♪



※間取りはリフォーム後です

サンルーム付
4LDK 駐車3台

- 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

価格 **1,498万円** (税込)

月々のお支払 **42,988円**

曾於市末吉町

末吉小学校まで400mの100坪角地!
水回り新品交換しています!!



3LDK 駐車5台

- 所在地:曾於市末吉町上町6丁目3番地1
- 土地面積:333.52㎡(100坪)
- 建物面積:79.76㎡(24坪)
- 建築年月:平成3年1月
- 交通:JR【五十市駅】徒歩170分

価格 **1,248万円** (税込)

月々のお支払 **35,813円**

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!



※間取りはリフォーム後です

5LDK 駐車3台

- 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

価格 **1,398万円** (税込)

月々のお支払 **40,118円**

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。



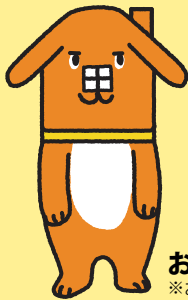
※間取りはリフォーム後です

4LDK 駐車5台

- 所在地:志布志市有明町野井字松原126番22
- 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

価格 **1,198万円** (税込)

月々のお支払 **34,379円**



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

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

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4月30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。

ヤ스가
体験!



建もの探訪 新留木材編

～久保原町の新築物件へ行ってきました～



久保原町にある『新留木材』さんの新築の建売物件を見学させていただきました。この物件の特徴は何といても木材です。松、杉、桧が贅沢に使われていて、全体が柔らかく優しい雰囲気包まれています。木材は現在主流の機械によるプ

レカットではなく、大工さんが一本一本手作業による「墨付け」「刻み」で加工しています。この手刻み加工をしている工務店は大変少なくなってきたというので、家をぐるりと囲む桁（けた）には、なんと10mもの長材が使われていて、木材店でもある『新留木材』さんならではの！他にも家族同士のメモや連絡に便利な黒板風クロスがあつたり、たくさんの収納や棚が備えられていたり、あると嬉しい暮らす人の目線に立った工夫が盛りだくさんです。

興味を持たれた方はぜひ一度、見学に行ってみてください。財部と末吉にもそれぞれ建売の物件がありますよ。

ヤ스가
体験!



建もの探訪 レオハウス編

～最新のモデルハウスへ行ってきました～



『レオハウス』さんの最新のモデルハウスに行ってきました。自由設計ということもあつてデザイン性に富んでいながら、快適で経済的な住まいなんですよ。

それはなぜか!? エネルギー収支をゼロ、またはプラスにする住まい「ZEH（ゼッチ）」を採用しているから、ということ。寒冷地仕様の断熱材や樹脂窓を使って省エネを実現するとともに、太陽光パネルをつけることで創エネ。環境に優しく、家計にも優しい家には惹かれますよ。さらに耐震性・制震性を同時に上げる技術も使われていて地震にも強いので、安心ですよ。

店長の松本さん曰く「高機能な家でありながら、コストパフォーマンスの高い家です」とのこと。「もっと詳しく知りたい!」という方は、ぜひ一度見学してみてください。

ヤ스가
体験!



建もの探訪 花ハウス編

～自然素材にこだわったお宅へ行ってきました～

『花ハウス』の社長・綿屋さんのこだわりがたつぷり詰まったお宅に伺ってきました。天井が高く広々としたこのお宅は、入った瞬間に開放感を感じます。そして、自然素材にこだわった人に優しい家づくりがされているので、自然と気持ちと化学物質を含んだ建材はできるだけ使わないようにしているのだとか。たとえば、壁にはサンゴの漆喰を使用。体に無

害なのはもちろんです。マイナスイオンや脱臭などの効果もあるんだそうです。子どもがいても安心ですね。こだわったというアイランドキッチンには、収納や食洗機が木張りやタイル張りされていて、とってもオシャレでした。毎日の料理が楽しくなりそう! 家族みんなが心地よく暮らすことのできる住まい——そんな空間を体感してみたいという方はぜひ『花ハウス』さんへ。




**耐震制震に優れ
寒冷地仕様の断熱で
ハイコストパフォーマンスを実現!**





レオハウス (株)レオハウス
☎0986-47-1633
都城市太郎坊町7759



自然素材を使ったやさしい家作り

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




**久保原町
新築建売物件**

3LDK・オール電化・明和小学校近く
熟練大工が一本一本手刻みした木材を使う、見えない所にもこだわりが詰まった家です。

**土地+建物
1,780万円(税込)**

- ◆所在地/都城市久保原町9053-8
- ◆延床面積/89.37㎡(27.03坪)
- ◆敷地面積/242.84㎡(73.46坪)
- ◆完成期日/平成28年12月
- ◆駐車場/3台~



ニイモクの家 (株)新留木材 ☎0986-23-6511
都城市平塚町 3113-4 FAX 0986-23-3380
HP : http://niidomemokuzai.com/

新生活応援セール実施中!!

全商品 10%~70%OFF

全メーカー常時60台以上
展示中!! ※一部対象外あり

マンツーマン指導の手作り教室も
大好評です! 要予約

限定5台!! 8,800円(税抜)

ポイント調整 500円より

ミシンの事なら何でもわかる、販売・修理専門店

みしん市場 都城妻ヶ丘店

☎0986-46-3342

住所/都城市妻ヶ丘町15-12
営業/9時~18時半 定休/なし

修理・見積り無料! 各メーカーOK!!



Anera立上げから8年……癒しとハイファッションデザインを
融合したサロンを新たにOPEN

リラクシス CONCEPT

お客様一人ひとりのパーソナルに合わせた
ヘアデザインのファッション提案と、1年間
365日キレイに過ごしていただくための
ビューティ提案をさせていただきます。

✦ woman menu (※すべて税別価格です) ✦

カット	4,000円
メデイカルヘッドスパ	1,500円
トリートメント	2,000円
カラー	4,600円
パーマ	9,000円
ストレート	11,000円

Men'sにもオススメ
全メニューに炭酸クイックヘッドスパ付
頭皮をケアしながら洗練されたヘアデザインに

Anera Hair Relaxis ☎0986-21-6690

都城市鷹尾3-4-1
営業/平日 10:00~19:30
土日祝 10:00~19:00
定休/月曜・第2・3火曜日



おかげさまで10周年!!

感謝の気持ちを込めた新料金キャンペーン実施中!

薄着の季節がやってきます!
『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
コースを新料金でサービ
ス中!! 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	
Sパーツ	Mパーツ
1回 1,200円	1回 3,000円
両ワキ 手の甲 足の甲	ひじ下 二の腕
乳輪 おへそ周り 鼻下	背中上部 背中下部
アゴ 頬 額	バスト全体 ヒップ
0ライン	Vライン Iライン
Lパーツ	全身
1回 4,800円	1回 25,000円
ひざ下	S・M・Lパーツ +
太もも	顔 VIO 含む

脱毛前 → 脱毛3回

MEN'S 脱毛 1回 2,400円
鼻下 アゴ 頬

ラカーナ都城 TEL.0986-80-5367
都城市姫城町28-15



他人の夫、妻が
うらやましいと
思った瞬間

●愛妻弁当がうらやましいで
す。(きよっぴー/35歳男性)

●他人の夫をうらやましいと思
うと自分の夫に腹が立つので
できるだけ見ないように、思わ
ないようにしています。
(福耳は金持ち/30歳女性)

●ありません!
(けしきママ/50歳女性)

●旦那様がゴミを出してくれる
家庭がうらやましい。ドラマと
かでもそういうシーンを見たり

●休みの日に朝ごはんを作っ
てくれる友達旦那さん。うらや
ましい!(はなママ/42歳女性)

●色々なことに対して、夫を立
てる他人の嫁さん。立てられる
と、頑張ろうという気が湧く。

●定時に帰ってくる旦那様。
サービスマンばかりで、給料に
はならないわ、帰ってこないわ
……泣。(みゆ/34歳女性)

●旦那同士で小遣いの話になっ
た時、お小遣いとは別に飲み会
の経費が出る奴がいると知った
時。本当にうらやましい!
(帰ってきたガオちゃん
/50歳男性)

●友人の旦那さんですが、思い
つきで温泉に連れていったり
遠出したりするので、自分の旦那
にはない行動力がうらやまし
いです。いつもいいなと思っ
てます。(M・K/55歳女性)

(まがちゃん/40歳男性)

**美容医療最先端のフェイシャルコース
10周年特別料金キャンペーン**

春から初夏にかけての紫外線が一番ケンです!! 紫外線にさらされることで、
シミ・そばかす・しわによる老化は確実に進んでいます。その老化を止め、
若々しい肌へと導いてくれるフェイシャルコースをご紹介します。

Before → After

美肌再生コース 1回 4,200円

- クレンジング: さいれいに油分や汚れを落とす
- ピーリング: お肌の老化角質を優しく除去
- フォトフェイシャル: 特殊な光を顔全体にあて、萎縮した繊維芽細胞に働きかけ、コラーゲンの再生を活性化。お肌を内側から改善
- イオン導入: 微弱電流を使って、ビタミンCなどを効果的に皮膚の中へ導入
- プラチナパック: しわやニキビ跡などに効果を発揮し、保湿力のある肌に、ハリや弾力を再生
- 保湿ジェル整肌: 天然由来成分たっぷりの保湿ジェルで潤いUP

美肌再生ライトコース 1回 3,500円

クレンジング → フォトフェイシャル → イオン導入 → 保湿ジェル整肌

炭酸パック 1回 3,200円
肌細胞に活力を!! 炭酸を皮膚内部に浸透させることによって、血行を促進し、くすみを改善。コラーゲンの増加で、ハリ・弾力がUPします。むくみやニキビも改善。

ブライダルコース
フェイシャル 1回 6,000円
オプション: 首 1,500円 デコルテ 3,000円 背中上 3,000円 ※シェービング・脱毛込み

◆◆お問合せ◆◆
ラカーナ都城 TEL.0986-80-5367





シンコー本店発・不動産物件情報

★4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 ●養原町B徒歩7分

新菅蒲原町 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 ●下正ヶ原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

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!
★グループホームかんなの近く



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

郡元町 1670万円



★駐車場を整地して引き渡し



●土地392㎡(118) ●建物152㎡(46)
●S63/7築 ●ショッピングSB徒歩5分

★買い物便利エリア



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

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

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

鷹尾3丁目 3500万円



★利便性良好! ホームエレベーター付き!

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

売りたい! 買いたい! まず相談! シンコー妻ヶ丘へ!

売りたい物件は 27年勤務の レジェンド店長が 甘・辛口で無料査定!

高城 桜木 1480万円



★車庫も立派ですよ!

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

末吉町深川 940万円



★機能重視の家!

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

祝吉3丁目 1670万円



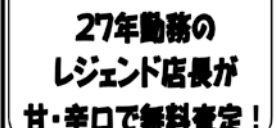
●土地215㎡(65) ●建物109㎡(33)
●H20/4築 ●医療センター前バス徒歩3分

鷹尾3丁目 3500万円



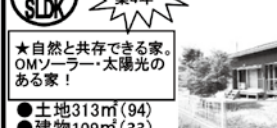
●土地264㎡(79) ●建物256㎡(77)
●H17/1完成 ●鷹尾2丁目B徒歩11分

平江町 1800万円



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

3 SLDK 築4年



★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

上川東2丁目 720万円



★太陽光発電 7KW搭載!
●土地307㎡(92) ●S60築
●建物74㎡(22) ●農協駅B徒歩3分

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

鷹尾3丁目 3500万円



★緑道沿いにあります。



★大きな公園も近く
●土地264㎡(79) ●建物256㎡(77)
●H17/1完成 ●鷹尾2丁目B徒歩11分

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

上川東2丁目 720万円



★太陽光発電 7KW搭載!



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

上川東2丁目 720万円



★太陽光発電 7KW搭載!



マンションも土地情報もありますよ~

お問い合わせ先 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 0986 24-1518
※広告有効期限は平成29年4月30日迄。掲載物件は全て仲介※

ジモトのことを もっと知ろう！

介護編

第3回

【都城市役所 介護保険課】



「いつまでも人のお世話に
ならず、元気に暮らしたい」
—それは誰もが願うことだ
—と思います。そうした想いか
ら、都城においても最近特
に介護予防に対する意識が高
まっているという話を耳にし
ます。実際、介護予防の現場
はどのようなか、都城市役所の
健康部介護保険課に伺い、お
話を聞いてきました。

—まずは都城市の現状につ
いて知りたいのですが、高齢
者は多いのでしょうか。

他の市町村と比べても多い
—と思います。65歳以上の人口
が占める割合、つまり高齢化
率は29・56%。3人に1人が
高齢者なんです。介護保険制
度が持続可能な制度であるた
めには、介護給付費が今以上
に増加しないようにしなければ
なりません。そのため、都
城市では体操の教室や講座を
開くなど、さまざまな取り組
みを積極的に行っています。

—具体的に、どういった教
室や講座がありますか。
現在、一番力を入れている
のが「こけなからだづくり

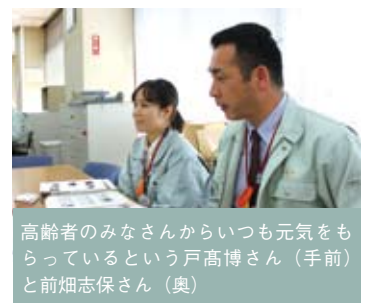
講座」です。各地区にある公
民館が会場で、週に1〜2回
実施しています。音楽に合わ
せて、30分程度の簡単な体操
をする講座です。現在、市内
全体で132もの公民館で実
施されています。

—かなりの数ですね！そ
れだけ多くの公民館の講座を
運営するのは、大変そう。
いえいえ。この講座が特徴
的なのが、各地区の住民のみ
なさんが自主的に介護予防の
講座を運営しているところな
んです。もちろん、市がこの
講座について広報したり、立
ち上げ支援をしたりしていま
すが、あくまできっかけづく
りをしていてだけで、主役は
住民のみなさんなんですよ。

—私共は希望があつた公民館
に、まず説明会をしに伺いま
す。それでみなさんに、開催
するかしないかを決めてもら
います。開催するとすれば一
定期間、市や地域包括支援セ
ンターから職員を派遣し、体
操指導などを行います。そ
れからは住民のみなさんが中
心になって運営しているのだ
です。

—受け身ではなく、自主性
を大切にされていると？
—そうなんです。「やってみ
てほしい」ではなく、「やりたい」
というみなさんの意識を大切
にしているんです。

—手応えはいかがですか。
期待していた以上です。動
機づけ支援として、定期的



高齢者のみなさんからいつも元気をもらっているという戸高博さん（手前）と前畑志保さん（奥）

市や地域包括支援センターの
職員が体力測定を実施してい
るので、開催初回時の測
定と比べると、維持・向上し
た方が75%もいらつしやいま
す。ただ、その数字は体操の
効果だけでなく、住民のみな
さんが意欲的に工夫を凝らし
て、講座をつくりあげていっ
たからでもあるんですよ。

—講座をつくりあげる！
各公民館ごとに、どんな
講座をアレンジしてみなさ
んが飽きないよう、楽しめるよ
うにしているんです。たとえ
ば、表彰状をつくって休まず
に参加している人を表彰した
り、本来は市が貸し出す体操
用のオモリなどを手作りした
り、講座の様子を撮影してビ
デオ制作したりもしているん
ですよ。その意欲にはいつも
驚かされています。

—それに、もともと体操す
るための講座ですが、体操が
終わってからみなさんで楽し
める、ビーチサッカーやス
カットボールといったレクリ
エーション、茶話会やカラオ
ケといったイベントなど、さ
まざまなアイデアを持ち寄つ
て、楽しめる集まりにしよう
と工夫されています。住民さ
んたちでつくるデイサービス
といった感じなんです。中
には、週に3回も実施してい
るところもあるんです。通い
はじめたばかりの方も、参加
を重ねるごとにどんどん元気
になっていきます。私も各公民
館に向かうことが少なくあり
ませんが、いつもみなさん元
気で、こちらが元気をもらっ
ているぐらいです！

—「主役は住民のみなさん」
という前提でスタートした
から、いい方向へと発展して
いっているのでしょうか。講座
というより、みなさんで楽し
めるサークルのようですね。
以前は、身体の機能的なこ
とばかり意識して取り組んで
きましたが、高齢者のみなさ
んと関わる中で、それだけで
はいけないということに気づ
いたんです。実際は生き甲斐
とかやり甲斐、楽しみとかを
求めていらつしやる。やはり、
そうした場が必要で、私共と
しては昔ながらのご近所づき
あいのように各地区にコミュ
ニティをつくっていききたい。
それにより、住民同士で自然
と見守りや声かけをするよう
になりますし、市としてはそ
うした方向づけをする手助け
をしていきたいですね。

—いい距離感で見守ってお
られる印象です。

翔桜塾

塾講師募集!

子どもが好き、教えるのが好き。
そんなあなたをお待ちしています。

業務内容 小・中学生への個別指導
(授業は行いません)

時給 1,000円～
※交通費支給

勤務時間 16:30~22:00の間
週あたりの日数・時間はできるだけご要望にお応えします。

勤務地 都城市高城町穂満坊2699

採用方法 まずは下記番号にお電話ください。その後面接をいたします。
何か気になることがあればお気軽にご連絡ください。

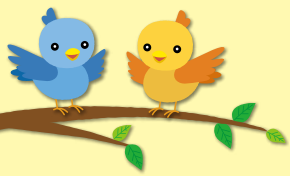
翔桜塾 ☎0986-58-5969

この講座を通じて、住民の
みなさんの力がとても大きな
ものだということを目の当た
りにしました。高齢者だから
支えてあげなければとか、何
かしてあげなければと思っ
てしまいがちでしたが、みなさ
んにはとても大きな力があり
ます。私共はそれを引き出す
お手伝いをしていければと思
います。そしてこれからも講
座の実施箇所をどんどん増や
し、長く続けていくことで、
地域のみなさんが元気に暮ら
している街にしていきたい
ですね。

■取材協力/☎23-3184
都城市役所
健康部介護保険課



今年1月17日、都城市総合文化
ホールで、「こけなからだづくり
講座」の参加者が一同に集まる大交
流会が催されました。参加者は総勢
千人以上！95歳の方と皆勤賞の方
へ市長より表彰状が手渡されまし
た。



笑顔でつながる子育ての輪

vol.48



『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など、さまざまなお店をご紹介しますよ。



『曾於市子育て支援センター』が主催している「パクパクッキングランチオンセミナー」は、子ども達へ食事を作るお母さんに、食べ物や栄養について学んでもらうための教室です。子育て支援センターのスタッフサポートもあるため、安心して参加できます。

曾於市子育て支援センター
パクパクッキング ランチオンセミナー
TEL.0986-76-6565



活動日程・場所/不定期
対象/未就学児と保護者(定員10組・先着順)
曾於市在住者限定
詳しい日程は下記HPをチェック!
<http://www.smile-kids.jp/sooshi>

取材当日は8組の親子が参加。管理栄養士の春山先生と田中先生が、普段食べているお肉や市販のパン・お菓子・飲み物に、どれだけの油や砂糖、塩が使われているのか、サンプルを使って説明。実際の量を目の当たりにすると、普段飲んだり食べたりしているものに、こんなに大量の調味料が入っているのか……と怖くなりました。

その後、季節の素材を使った料理レシピをレクチャー。薄味でも、素材の味を活かすことで、子どもも美味しく食べることができるヘルシー豆腐ハンバーグや、小松菜たっぷり簡単ナムル、さつまいもとかぼちゃのポタージュを教えることができました。どのレシピも簡単に作れることにビックリ！

『曾於市・食生活改善推進員』の方がレシピを再現してくれた料理を、みんなで試食しました。いつもは野菜が苦手な子ども達も、モリモリ食べていましたよ！ 栄養について学びながら、美味しい料理を食べることでできる素敵なセミナーです。



●田中先生コメント●

ランチオンセミナーは、「子どもに直結するお母さんの食事を、見直すことの重要性を伝えたい」という思いで、昨年4月にスタートしました。実際に、「レシピで作った野菜料理を、子どもがたくさん食べてくれました」という声を聞くと、本当に嬉しいですね。季節の素材を使った身体と心に優しいレシピを、少しずつでも取り入れてもらえればと思っています。

※下記イベント情報もご覧ください。

フォーラムおすすめ 子育て応援店 Vol.48

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

池田いちご園

今回ご紹介するのは、都城で美味しいいちごを生産している『池田いちご園』さんです。

いちご狩りと、いちご園ならではのソフトクリームが楽しめるお店です。



新鮮ないちごがたっぷり乗ったソフトクリームは、お子さんなら喜ぶこと間違いなし！ソフトクリームだけでなくいちごのパック販売も行っています。使われているストロベリーソースやブルーベリーソースは自家製で、安心安全にもこだわっていますよ！

その中でも、日本では稀な白いいちご「淡雪」を贅沢にトッピングしたソフトクリームは絶品です！

4月末まではいちご狩りのシーズンです。『池田いちご園』さんでは土にこだわり、農業をできるだけ使わない、減農薬栽培をされていて、親子連れでも安心して楽しめるママ達の間でも話題です。ぜひ美味しいいちごを味わいに足を運んでみてください！

※収穫量により販売していない場合があります。白いいちごのパック販売、いちご狩りは行っていません。



いちご狩り 4月末まで
100g 160円

※平日は留守にしていることもありますので、あらかじめお電話にてご確認ください。

TEL.090-9575-6757

都城市庄内町
営業/11:00~17:00 不定休

マナーを守ってお食事を楽しんでください!!



都城市・三股町・曾於市のイベント情報をご紹介します

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

都城市

★赤ちゃん健康相談

身長・体重測定・保健師や栄養士による育児相談を行います。市民住民の方ならどなたでも、どの会場でも、無料で受けられます。
4月 21日(金) 東部保健センター(高城保健センター内) 13:30~14:00
24日(月) 市民健康センター(市役所地下1階) 13:30~14:30
持参するもの:母子手帳、バスタオル
対象児:生後1カ月~1歳未満 予約不要
お問合せ:都城市 子育て課 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、エプロンシアターなどを行います。
4月13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。
4月25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

★パクパクッキング

4月13日(木) 9:30~11:30(クッキングは10:00スタート)
場所:生きいき健康センター 講師:田中友里恵先生(曾於市役所栄養士)
対象者:離乳食完了児の親子(1歳6カ月~) 持参するもの:エプロン、三角巾
※申込み期間:4月3日(月)~7日(金)

★ベビーマッサージ 曾於市在住10組限定

4月18日(火) 10:00~11:30 場所:おおすみ弥五郎伝説の里
講師:橋口志保子先生 持参するもの:バスタオル、ミルクがお茶
※申込み期間:4月10日(月)~14日(金)
注意:予防接種後1日以上経っていること

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>



good for pure life プーラビーダ都城店
Spring has come スタッフイチオシ 春の人気アイテム

UV対策グッズ

女性の大敵シミ・しわ・たるみの原因となる紫外線から、お肌を守ってくれるオシャレなUVケアグッズがたくさん届いています。

Stole ストール

巻くだけで、シンプルなシャツやTシャツのコーディネートが決まるストール。爽やかでカラフルなストールは、首元のUV対策としても大活躍!



Arm cover アームカバー

車に乗ったりお散歩したりする時の必須アイテム! 長さや色、毎年人気のレースデザインも豊富に揃っています! 贈物としてもおすすめです。



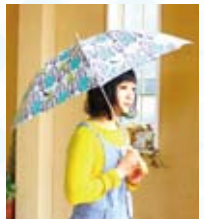
HAT 帽子

UV対策としてはもちろん、さまざまなシーンで活躍してくれる帽子。「折りたたみタイプ」や「首カバータイプ」など、用途に合わせてセレクトできます。



Parasol 日傘

丸目店長おすすめ「コルコシリーズ」は、持ち手にカワイイ滑り止め付き! そのままテーブルに掛けられるので、とっても便利。



強い日差しをオシャレにカットしてくれる日傘。彩のあるテキスタイルが人気の「コルコシリーズ」や美しいレースで飽きのこないデザインタイプなど、さまざまな日傘が揃っています。

Outdoor ピクニックアイテム

アウトドアにピッタリの季節。いつものピクニックがもっと楽しくなるアイテムが満載! 素材や持ち運びにこだわったレジャーシートや、保冷・保温力抜群でビッグサイズの水筒、カラフルで高性能のランチボックスなど、たくさんアイテムが届きました!!



今、流行のオシャレピクニックが簡単にできるグッズで、家族や仲間と気軽にお出かけしよう!

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!

プレミアム アミノマイクロムース

10万個の毛穴を研究して開発。マイ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) + 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



プレミアム 薬用 アミノホワイトジェル

「薬用美白×保湿」でクリアな透明美肌に導く、キャビア配合のオールインワンジェル。シミ・ニキビ跡への直接的なアプローチはもちろん、長年のメラニン蓄積・代謝の滞り・肌荒れを起こした乾燥肌に、驚きの相乗効果を発揮します。



南谷さんみずみずしく、ベタつかないジェル。これ1本でお手入れが完了しちゃいます!!

美白有効成分	ビタミンC誘導体	肌荒れ対策	ビタミンE誘導体
保湿エイジングケア成分	プライトプレミアム7	潤い成分	うるおいキャッチアミノ酸



エクストラオーディナリー オイルラクレム ラヴォン クレンジングクリーム



ヘア習慣の新境地、ノーシャンプー!

シャンプーを使わずに髪を洗う「ノーパー」は、海外セレブから火が付き、今までのシャンプー生活を変える世界で話題の新習慣。

- ① 泡やめる、ダメージやめる 摩擦によるダメージを抑えた洗髪を実現
- ② マイルドクレンジング クレンジングオイルを配合したクリームで、髪や頭皮をやさしい感触で洗う
- ③ 3in1 クレンジング、コンディショナー、トリートメントを1ステップで



村北さん愛用中 短時間のケアでツヤツヤ髪になれる、驚きのアイテムです!

BOTANIST ボタニスト ボディーソープ

植物の恵みで心まで潤い満たす ボタニカルボディーケアライン

ボディーケアもスキンケアと同じくらいこだわりたいもの。洗顔料発想のボディーソープは天然由来の洗浄成分を使用しているため、優しくもしっかりと不要な汚れを洗い落とします。



ファミリーで使える洗顔料発想のボディーソープ

硫酸系 洗浄成分フリー	クリーミー泡	天然由来成分 90%以上
-------------	--------	--------------

PURA·VIDA×南阿蘇農園コラボ new Herbvida ハーブビーダ



大好評の「25TEA」に続き、新商品が登場! 「プーラビーダお茶と生きるラボラトリー」をコンセプトにした「Herbvida」は、厳選したハーブをブレンドしています。幸せな香りに包まれるハーブティーは美味しさも抜群です。

Herbvida

春を愉しむ茶	春の限定ハーブティー
Relax	気持ちの高ぶりを感じたり、寝付けない時のリラクゼーションに
Energy	身体や心の疲れを感じたり、冷えが気になる時に
Beauty	美しさにこだわる毎日と、ホルモンバランスが気になる時に

岩山さん 香り豊かで後味サッパリの「春を愉しむ茶」は、数量限定です。お早めどうぞ!



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/





A Casabella カサベラプレミアムウォーターブロッググローブ 店

Sサイズ 1名様・Lサイズ 1名様

ニューヨーク生まれの機能的でスタイリッシュなキッチン用品ブランド『Casabella(カサベラ)』のプレミアムウォーターブロッググローブのSサイズ・Lサイズを各1名様にプレゼント。年末から話題となった某ドラマで、人気女優が使っていたグローブです!
※応募の際は、希望されるサイズもお書きください。

★提供/ LA PAX ラパックス イオン都城店
☎46-2225 都城市早鈴町1990 イオン都城店1階

P30も
ご覧ください

B 1,000円商品券 店

3名様



種類が豊富で、子どもから大人まで楽しくなるようなパンがいっぱい!! 大人気の塩パンはもちろんです。新作パンも続々登場中です。

★提供/ 石窯パン工房
グレンツェン 都城店
☎36-5888
都城市上東町17-18

C 2,000円食事券 店

3名様 ※店内でのご飲食に限りです。



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、4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 500円券 店

4名様



国産小麦・自家製天然酵母100%のパンを販売している『にこここパン』。全粒粉の入った噛めば噛むほど美味しいパンです。何にでも合う食事パンをどうぞお楽しみください。

★提供/ にこここパン
☎090-7503-4915 都城市金田町2099-3

E おいげんチーズ饅頭& 揚げ馬の里(5個ずつ) 3名様 店



宮崎県民なら誰もが知るチーズ饅頭。しっとりチーズが濃厚で絶品! 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) 店

3名様



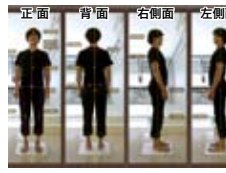
ショコラ、マンゴー、塩キャラメル、カシスなど、14種類の中からお好みのマカロン5個をお選びください。

※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 店

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。

P27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



差出人有効期間
2019年3月19日
まで。
(切手不要)

郵便はがき

885-8790

都城市一万城町99-9-1

きりしま
フォーラム 行

★アンケート&プレゼント応募ハガキ★

(ふりがな)

お名前 年齢 歳/性別(男・女)

ペンネーム/

ご住所 〒

TEL ()

ご職業

中学生・高校生・大学生・社会人・主婦・その他()

会社・学校名/

フォーラムの入手先

きりしまフォーラム 4月号アンケート

- 希望するプレゼントのアルファベットをお書きください。
第1希望() 第2希望()
- 22・23頁「日帰りふらり旅 人吉市&球磨郡特集!」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 ()・()
興味を持たなかった記事 ()
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】中原町 7.7万円(仲介)
 洋6.6.4.5.LDK13.5.2階建て、各室収納、おしゃれで機能的!!

【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】ドウ・アンジェ都北 7.5万円(仲介)
 洋7.5.5.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、シャンブードレッサー、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ヵ月フリーレント!
4.2万円~ 敷金2ヵ月(犬+2,000円.猫+3,000円)

最後に見てください!

【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

【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

【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、場所良好

【Cube1-D】松元町 4.0万円.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

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

使い方はあなた次第!!

俺コン活用術

工事中の一時的保管 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!!

お問合せ: 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ヵ月(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
 あやべ燃料
 クリニック

ココ
 都北店
 宮脇燃料

R10

広告有効期限/平成29年4月30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☆

●あなたがよく行く公園を教えてください。おすすめポイントも教えてください。

●行楽シーズンに行きたいキャンプ場を教えてください。

☆ご協力ありがとうございました。

休日急患診療機関 【4月度予定】



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。

2日 (日)	仮屋医院 (内・小)	上水流町	36-0521	23日 (日)	志々目医院 (内・小)	山之口町	57-2004
	宮永病院 (内・胃・外)	松元町	22-2015		藤元上町病院 (内)	上町	23-4000
	隅病院 (内・胃)	高崎町	62-1100		ゆうクリニック (内)	広原町	46-6100
	都城フォレストクリニック脳神経外科(脳)	下川東	80-4313		とまり内科外科胃腸科医院(内・外・胃)	三股町	52-1135
	ながはま整形外科 (整)	都北町	46-7188		ならはら皮膚科医院 (皮)	志比田町	22-1455
	吹上耳鼻咽喉科医院 (耳鼻)	鷹尾	21-4133		丸田病院 (産・婦)	八幡町	23-7060
9日 (日)	ハートデンタルクリニック (歯)	天神町	58-7700	ありしま歯科医院 (歯)	菓子野町	37-3023	
	ふくしまクリニック (内・消・小)	下川東	46-5001	たけしたこども医院 (小)	三股町	51-0005	
	森山内科・脳神経外科 (内)	南鷹尾町	21-5000	三嶋内科 (内)	鷹尾	24-7171	
	長倉医院 (内)	三股町	52-2109	豊栄クリニック (内)	下長飯町	39-2525	
	山路医院 (外・内)	山田町	64-3133	はまだクリニック (外・胃・肛)	祝吉町	45-2266	
	いき形外科ひふ科クリニック (形・皮)	年見町	45-0020	花房泌尿器科医院 (泌)	北原町	25-1177	
16日 (日)	やの耳鼻咽喉科 (耳鼻)	吉尾町	27-5222	たき心療内科クリニック (心内・精・神内)	若葉町	46-9191	
	一万城安楽歯科医院 (歯)	一万城町	26-1118	安楽歯科医院 (歯)	年見町	24-1527	
	はしぐち小児科 (小)	都原町	24-5500	有馬医院 (内・小)	上長飯町	23-2610	
	山下医院 (内・呼)	三股町	52-1348	伊達クリニック (内・循)	牟田町	36-7088	
	ひかりクリニック都城(内・循・消)	上長飯町	26-1820	佐々木医院 (内)	高崎町	62-1103	
	一心外科医院 (外・胃・肛・内)	三股町	52-7788	メディカルシティ東部病院 (外)	立野町	22-2240	
30日 (日)	きたむら皮膚科クリニック (皮・アレ)	吉尾町	38-7300	姉川医院 (皮・泌)	小松原町	22-2205	
	永吉眼科医院 (眼)	姫城町	22-1530	武田産婦人科医院 (産・婦)	蔵原町	22-0336	
	稲田歯科医院 (歯)	山之口町	57-2030	あやべ歯科クリニック (歯)	金田町	38-8668	

読者コーナー

盆人倶楽部

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



今月の盆人大賞

・3カ月前に家に来た迷い猫。家で飼うことになったのですが、先日玄関のドアを自分で開けて、外へ脱走!! びっくりしてすぐ追いかけたら、庭で飼っている犬と一緒に犬小屋で寝ていました。犬も吠えず2匹で微笑ましくうずくまっていました。

(Y・T/44歳)

■自分で玄関のドアを開けて脱走! それはびっくりしてしまいますね。無事に見つかってよかったです。実は犬と仲良くなりたかったのかも……?

●頑張る姿

娘が部活で二道をしています。最近では私の方がハマってしまいい「頑張ってくれるなら」と弓を購入しました。決して安い物ではないのですが娘のために、思い切って買ってあげました。頑張っている姿を見てこちらも元氣になれています。

(けんちゃんママ/41歳)

■自分の弓を持つことで、愛着が湧いてきつと練習にも力が入るのではないのでしょうか。上達も早いかもしれませんよ!

●酔い違い

友人と旅行に行ってきました。乗り物酔いをするので、バスでの移動がとても心配でしたがずっとビールを飲んでいたので心配いらずでした。楽しい旅行になってよかったです。

(らーちゃんママ/39歳)

■乗り物酔いはつらいですね。楽しい旅行になって本当によかったです!

●こんなのありました?

・4月から息子が小学校入学!! 私達の時も母がしてくれたのか、どうなのか……。皆さんうセツト? みなさん覚えていますか? 名前を書かないといけないくてこれが結構な重労働……。お名前シールがあるので、まだマシかなと思いつつ、シール貼り頑張ります。

(stuna/35歳)

■さんすうセツト? って、とにかく細かい物がたくさんあるんですね。失くしたり他の子の物と混ざらないように、便利なお名前シールではつちり名前をつけてあげてくださいね。

今月の顔

No.32

地方から発信する映画を
作っていききたい

映画監督 **神園 浩司** さん



「こころ静かに眺めると、沁みわたってくる水彩画のような映画を、地方から発信していきたい」と話すのは、長年ドラマや映画制作に携わり、55歳で初めての監督作品「ゆずの葉ゆれて」を撮影した神園浩司さん。

神園さんは、都城市高城町出身。「小学生の頃、家で観た『ローマの休日』に感動して、夜眠れなくなったことを、今でも覚えています。映画が大好きで、千日通りにあった映画館へも、よく足を運んでいましたね」と微笑んだ。この頃から、映画の仕事に就きたいと考えていた神園さんは、高校卒業と同時に東京の専門学校へ入学。

卒業後はフリーランスとして、「土曜ワイド劇場」や「仮面ライダー」など、数多くのドラマや映画制作に携わった。「始めは、カチンコを打つ仕事からスタートしまし

た。作品を重ねていくにつれ、チーフ、助監督と立場が上がり、できる仕事の幅や役割も広がっていききましたね。私達の時代は、先輩達が仕事をしていた姿を盗み見て、学んでいくというスタイル。一つひとつの仕事丁寧積み上げてきたことが、今につながったと感じています」と語った。

今回の映画は、「鹿児島市棕鳩十児童文学賞」受賞作品である、佐々木ひとみさんの「ぼくとあいつのラストラン」が原作となり、鹿児島市の全面バックアップの下、作られた。脚本も手がけた神園さん。「今の時代、CGを使った映画作品が多い。しかし、CGを使わなくてもよいものは作れます。この作品は、そんな映画です。都城市で初めて上映することになったので、多くの方に観に来ていただくと嬉しいですね」と語った。

本作品は、ロシア南部のソ

「ゆずの葉ゆれて」 都城で初上映!



日時/5月7日(日)
1回目:10時~ 2回目:14時~
場所/高城生涯学習センター
出演/松原智恵子・津川雅彦
山時聡真(子役)・西村和彦・小林綾子
入場/無料
※整理券を配布します。詳しくは、高城生涯学習センターにお問合せください。

チで開催された「第1回ソチ国際映画祭」で、主演の松原智恵子さんが主演女優賞、それからロシア連邦映画監督協会会長賞も受賞している。監督が表現した「家族愛や地域愛」が、世界でも認められた結果となった。

都城市出身の監督が撮った「ゆずの葉ゆれて」は、観終わった後、優しく幸せな気持ちになれる作品だ。ぜひ、多くの方に観て欲しい。

ヤスが行く!

職業体験記

— Tearful eye 編 —



今回の職業体験は、私ヤスのイメージとは似つかわしくない花屋さんに挑戦! 姫城町にある『Tearful eye』の溝田さんにご協力いただきました。『Tearful eye』さんは、一般のお客さん相手に花やフラワーアレンジメントを販売するお店です。いい意味でお店っぽくない、ナチュラルな雰囲気の外観。今回も職業体験が楽しみです。



花屋さんの一日は何かから始まるかと言えば、仕入れです。まずは、『都城公設卸売市場』に花を仕入れに行きました。ここでは多種多様な鉢ものや切り花が競りに掛けられています。競りが始めると4人の競り人が同時に次々と花を売りに出していくので、初めての競りの会場に訪れた私はその熱気に圧倒されました! 溝田さんに説明を受けて、少し

ずつですが、競りの仕組みが理解できました。もちろん、売れる花を仕入れなければいけないということ、溝田さんの花を見極める表情は真剣そのものでした。溝田さんがめばしい花を仕入れることができたので、お店まで帰って帰ります。



お店に戻ったら、仕入れてきた花の鉢に栄養分の高い土を入れていく作業をしていきます。これはお客様の手に渡ってから、少しでもよい状態が長持ちするようにするためです。地味な作業ではありますが、お客様に喜んでもらうためには手を抜くことはできません。たくさん花があるので大変ですが、こうして手間暇かけて準備するのが、とても大事なことだということが溝田さんの姿勢か

ら伺えました。この作業を続けながら、溝田さんが素敵なフラワーアレンジメントを作るところを見学させていただきました。今回の体験は終了しました。

私の中で、花屋さんの仕事のイメージはもつと華やかなものでした。しかし、お客様に選ばれる花屋さんであるため、喜んでもらうために、陰ながら地道な努力を重ねているということがわかりました。私はまだまだ地道な努力を怠ってしまいがちなところがあるので、精進が足りません……。読者のみなさんにもつと楽しく誌面を読んでもらえるように、日々努力を重ねていきたいと思えました。できるかな!? やっていきますよ!

【今回の教訓】
地道な努力が
実を結ぶ

取材協力/ Tearful eye
☎22-3844



今回ご協力いただいたみなさん、
ありがとうございます!



イオン都城ショッピングセンターでの行事

★子育て無料相談会
日時/毎週水曜日 12時〜16時
場所/2階ベビーカーコーナー奥
赤ちゃん休憩室

★サイコロでドン!!
日時/4月1日(土)・8日(土)
15日(土)・22日(土)
13時半〜

※5分前から整理券配布
場所/2階正面入口側

エレベーター前
対象/小学6年生迄のお子様
先着30名
参加費/無料

★大道芸ストリート
宮崎県内を中心に活躍中!
バルーンアートやジャグリング
等、さまざまなパフォーマンス
をお楽しみください!

日時/4月2日(日)・29日(土)祝
①12時〜 ②13時半〜
③15時〜

場所/4月2日:2階フードコート前
4月29日:1階セントラルコート

★テツカワールドスポーツ 春
のスポーツバーゲン

ナイキ・アディダス・プーマ
のシューズが驚きの価格に!!
日程/4月7日(金)〜16日(日)
場所/1階セントラルコート

★ちびっこジャンケン大会
プレゼントをもらおう!
日時/4月9日(日)・16日(日)
23日(日) 14時〜

※5分前から整理券配布
場所/2階正面入口側
エレベーター前
対象/小学6年生迄のお子様
先着100名
参加費/無料

★円仏先生似顔絵会
日時/4月14日(金)10時〜16時
場所/2階正面入口側
エレベーター前

料金/1名……………600円
2名ペア……………900円
定員/先着20名限定
※2週間前よりサービスカウン
ターにて予約受付開始

★母の日似顔絵展
日程/4月21日(金)〜
場所/2階フードコート

★犬のしつけ教室 参加無料
吠える・噛む・引く張る・飛び
つく等の困った癖を短時間で改
善する方法をお教えます。

日時/4月29日(土)祝 10時半〜
2時間程度
場所/1階北側駐車場(ペット
ショップ顔見世ファミリア横)
※詳しくは専門店『顔見世ファミ
リア』にお問合せください

★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!?
日時/4月30日(日)14時〜
※15分前よりビンゴカード配布
場所/1階セントラルコート
対象/小学6年生迄のお子様
先着100名

■問合せ(全件共通)
イオン都城ショッピングセンター
☎46-2222

※詳しくはHPをご覧ください
※P30・31もご覧ください

都城総合文化ホール での行事

★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
都城市の市民性、習慣・ライフ
スタイル等を諸県弁満載で繰り
広げるバラエティコントのオン
パレード! ベテラン都城人の
方も、新米都城人の方も楽し
みください!

日時/4月30日(日)13時半開演
場所/中ホール
料金/一般……………1500円
高校生以下……………800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

★ボリビアから届けよう、希望
の光! アナタ ボリビア
日本人の秋元広行が率いる、
南米ボリビアを代表するフォル
クローレ・グループのコンサ
ト。予定曲目「コンドルは飛ん

ト。予定曲目「コンドルは飛ん

糖尿病 簡易血液検査をしませんか?
コレステロールが気になる方
各1,080円 測定時間約6分〜 ※指先からわずか数滴でOK!
ご予約をいただくとスムーズに行えます。気軽にお電話ください。

皮膚トラブルでお悩みの方
アトピー性皮膚炎や乾燥によるかゆみ、にきびなど、症状に合った漢方薬を試してみませんか?
女性の薬剤師・スタッフが対応します。気軽にご相談ください!

かわぐち薬局/川口鍼灸院 Tel.0986-38-0170
都城市都北町5985-1 ※鍼灸院のみ予約制 定休/日曜日

20年の歴史を持つ伝統講座
初心者向け 宅建必勝講座
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

本年度もおかげさまで定員に達しました。
~資格の時代~ (有)拓明館
webスクールの学習システムはホームページにて説明
詳しくはHPにて <http://takumeikan.com>
0986-22-8535

YC 読売新聞

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

YC中央・北部
☎(0986)36-5471 都城市祝吉町5055-5

YC沖水
☎(0986)38-2862 都城市都北町3580-2

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

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

購読のご用命は最寄りの各店にご連絡ください。

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

で行く「花祭り」等
日時/6月20日(火) 19時開演
場所/大ホール
料金/A席……………5500円
B席……………5000円
※未就学児童入場不可
※全席指定

■問合せ/全件共通
都城市文化振興財団
☎23-7140

★ファイナンシャルプランナー
による賢い貯金の殖やし方守
り方 無料セミナー!!
毎回、大好評となっている
ファイナンシャルプランナー東
廣義さんによる賢い貯蓄方法の
無料セミナーを開催! 将来、
お金に関する不安を持っている
方も多いのでは? あなたに
合ったお金の貯蓄方法を学んで
みませんか?
日時/4月20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/☎23-13341
(南)FPオフィスヒガシ
※下段広告もご覧ください

イベント情報

★道の駅すえよしリニユーア
ルオープン
直販所とレストランがリ
ニユーアル! 1日は記念の特

売、甘酒の振る舞い、カラオケ大
会、焼鳥・焼きそば・豚足・焼芋
の屋外販売。2日は特売焼鳥・
豚足の屋外販売がありますよ。
日程/4月1日(土)・2日(日)
場所/道の駅すえよし
■問合せ/道の駅すえよし
☎79-1900

※P3もご覧ください

★ふかちゃん塗り替え教室
外壁塗装や塗装業者について
学びませんか?
日時/4月7日(金)
第1部 10時~11時半
第2部 13時~14時半
場所/都城市総合文化ホール
定員/10名 ※要予約
参加費/無料
■問合せ/ふかちゃんペイント
☎0120-508-416
※P7もご覧ください

★第54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、笑いが足りない
人、さまざまな目的で参加OK!!
日時/4月8日(土) 10時
■問合せ/笑いヨガ(剣田)
☎090-9489-4450
※P29もご覧ください

★見て触って体感!! 春のタカ
ラフエア
春の新品が続々登場! ま
た9日には「キッチン収納セミ
ナー」を開催。整理収納アドバ
イザーと建築士が、本当に住み
やすい家づくりを提案します。
日時/4月8日(土) 10時~17時
4月9日(日) 10時~16時
場所/タカラ都城ショールーム

■問合せ/☎47-1668
タカラ都城ショールーム
※P7もご覧ください

★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/4月19日(水)・26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
※P21もご覧ください

★ボジャギ展示会
韓国に古くから伝わるパッチ
ワークの技法・ボジャギならで
はの魅力にふれてみませんか?
日時/4月13日(木)~17日(月)
13時半~18時
場所/広済寺 本堂
■問合せ/西畑
☎090-7764-3058
※P29もご覧ください

★三州健康教室
日時/4月19日(水) 15時
場所/三州病院3階
カンファレンス室
演題/「癌治療の現状」今後
どうなる?」
講師/非常勤医師外科
東泰志先生
定員/60名

ぐりーんこープ
元氣くん <http://www.greencoop.or.jp/>
キープ&ショップ ぐりーん・ぐりーん
おかげさまで2周年

キープ&ショップとは??
グリーンコープの商品の受取りと買物ができる場所

グリーンコープを利用したことがなく、注文方
法がわからないのでは……と思っている方

↓

商品の受渡し時に、専用の注文書を提出す
るだけ!! とってもカンタン! 商品選び
は時間のある時に、ゆっくりカタログで。

営業時間
月~金曜日 12:00~17:30
受取り
月・火・水・木曜日 13:00~17:30
の間なら、いつでもOK!

キープ&ショップ ぐりーん・ぐりーん 都城市花線町1-5
お試しサンプルプレゼント ※グリーンコープ組合員の方は
ご遠慮ください。

グリーンコープ自慢の人気商品の中から、いずれかを
サンプルとして無料でお届けいたします♪
サンプルのお申込みは、お電話か上記のホームページから!

サンプル人気商品

👑産直たまご
non-GMO(遺伝子組み
換えでない)飼料を食べ
陽当たりのよい開放鶏
舎で育つ母鶏達から産
まれる卵は、翌々日まで
には届くので、とっても
安心。

👑産直びん牛乳
母牛には、non-GMO(遺伝子
組み換えでない)飼料のみを
与え、衛生的な環境で飼育。
72℃・15秒間のパスチャ
イズ殺菌で、カルシウムやタ
ンパク質が搾りたての生乳に
近い形で残っています。

子育て世帯におすすめ 👑赤ちゃんすくすく個配
妊娠中または0歳児をお持ちのお母さんは、お申込みから12カ月の間、個配手数料が無料!!
大切なお子様には安心安全な食材を選んでみませんか?

お問合せ
0120-349-017 グリーンコープ 都城支部
TEL.0986-38-7070

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 ※上段広告も
アーバンコーポヒガシ101 ご覧ください
TEL 0986-23-1341
ホームページ検索→「オフィスヒガシ」検索

●提携銀行
●花房必須種別医療
●東洋ネット ●DON
●久保フーズ ●農工水産事務所
●★ココ 北原支店

手元から遠くまで
視界良好!!

MULTIFOCAL 遠近両用

AIR OPTIX
breathable contact lenses
CIBA VISION
エアオプティクス 遠近両用
遠近両用/2週間交換終日装用ソフトコンタクトレンズ
(1箱6枚入り)

手元ははっきり、
遠くまでくっきり。
仕事も趣味も遊びも、
もっと生き生きと楽
しむ毎日へ。

春のキャンペーン ~4/30

永吉コンタクトレンズ
都城市花線町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。

合同庁舎 ● 上野派出所 ● 中島パン ● 農工会議所
市民会館 ● フライダルハウス ● ★ココ IP ● 市役所

※どなたでも参加可能
※電話か来院時にご予約ください
参加費/無料
■問合せ/☎22-0230
三州病院外来看護師 今村美春

★第10回建築家展
日本最大級の建築家ネットワーク『ARCHITECTS STUDIO JAPAN』が開催する建築家展。建築家8名が参加。建築家との無料相談会を開催しています。
日時/4月22日(土)11時~18時
4月23日(日)10時~17時
場所/都城圏地域産業振興センター
料金/無料
※キッズコーナー、駐車場を完備しています

■問合せ/MIYAKONOJ
OSTUDIO ASJ 都城スタジオ
☎0120-77-3150
※P6・裏表紙もご覧ください

★コアアカレッズのオープンキャンパスにみんな集まれ♪

情報デザイン科ではETロボコン大会に擬似参加! 医療ビジネス科では電子カルテの操作や検査等、医療秘書のお仕事を体験! 介護福祉科では自分でできるバイタルチェック等、内容盛りだくさんの楽しいオープンキャンパスです!
日時/5月20日(土)
10時~12時(受付9時半~)

場所/都城コアアカレッジ
■問合せ/都城コアアカレッジ
☎38-4811

★都城デンタルコアアカレッジ

歯科衛生士科オープンキャンパス開催!
国家資格である歯科衛生士は、結婚・出産後も長く続けられる安定した仕事。本校のことがよく分かるオープンキャンパスへ、ぜひ遊びに来てください!!
日時/5月20日(土)
10時~12時(受付9時半~)

場所/都城デンタルコアアカレッジ
■問合せ/☎38-4812
都城デンタルコアアカレッジ

その他の情報

★男女フットサルメンバー募集
創立15周年を迎えた当サークルは、初心者も大切にするチームづくりを一貫して行っています。一緒に和気あいあいとプレーしませんか? お気軽にお問い合わせください。

日時/毎週土曜日20時
場所/市内体育館
■問合せ/☎070-5537-8443

★アドラー心理学講座のご案内

ELM講座(勇気づけ講座)
日時/◎平日コース
4月14日(金)・28日(金)
5月12日(金)
10時~13時(9時間)
◎日曜コース
4月9日(日)・23日(日)
10時~15時(9時間)
※休憩あり

受講料/18000円
※場所は申込み時にお知らせします

■問合せ/奥津
☎22-9328

☎22-9328

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など
タイムリーな情報をお届けします♪

実はあなたも「障害年金」をもらえるかもしれません

20~65歳 未済の方

■てんかん ■知的・発達障害 ■うつなどを含む精神疾患
■脳梗塞・脳出血などで身体などに障がいのある方 ■透析中の方 等々

「もらえるか分からない」「手続きの仕方が分からない」など、お困りのことをご相談ください。
手続き・代行も行っています。

年金事務所での年金相談員経験者女性スタッフが対応させていただきます。気軽にご連絡ください。

楠元労務管理事務所 特定社会保険労務士 楠元千穂子
☎0986-25-1107 無料相談会開催! P20号をご覧ください
都城市大王町41-11-2 受付/月~金曜日 9:00~17:00 ※祝日は除く

血液・血圧・血流・血管・血の道症が気になる方へ

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

上記症状が気になる方、先着50名様に(記名アンケートあり) 当店おすすめのサンプル(3~5日分)を差し上げます!
(1カ月分は4,500円~12,000円の商品です)

かんたん漢方 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!

4月 入園式・入学式の季節

思い出づくりのお手伝い

塩屋写真館 検索

携帯・スマホの方は、コチラ

塩屋写真館
都城市松元町7-10(西駅大通り) ※水曜日定休日
TEL&FAX 0986-22-4083(代)

形成外科・ひふ科・美容外科

いき形成外科 ひふ科 クリニック

4月診療スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
休診			休診			
9	10	11	12	13	14	15
当番医			休診	休診	診察は10:00~	
16	17	18	19	20	21	22
休診			休診			院長診察は午前のみ
23	24	25	26	27	28	29
休診						休診
30						
休診						

※9日は当番医 ※14日の診察は10:00~ ※22日の院長診察は午前のみ

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

※午前の受付は8:30~11:30まで、午後の受付は17:30まで(土曜日は15:30まで)

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



フォーラムがプロデュース!! 日帰りぶらり旅

自然に歴史に温泉に!
オススメの大人旅

人吉市&球磨郡特集!

豊かな自然と歴史の残る人吉市&球磨郡に行ってきました。石畳の町並みや懐石のランチなどちょっと大人な日帰り旅。ぜひ足を運んでみてください!



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がホームページのプレゼントフォームから4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。

鍛冶屋町散策

プレゼント① 番茶と煎茶1回分セット 5名様(立山商店)

プレゼント② 釜田醸造所オリジナル 醤油・酢・ドレッシングミニボトル 3本セット 5名様(釜田醸造所)



かつて多くの鍛冶屋が軒を連ねたという『鍛冶屋町』。大通りから一步踏み入ると、そこには石畳と築100年を超える建物が並ぶ昔ながらの街並みが広がっています。今回は、この鍛冶屋町にある『茶の蔵・立山商店』と『釜田醸造所 みそ・しょうゆ蔵』を取材してきました。今回紹介する2軒以外にもお店はたくさんあるので、ぜひ立ち寄ってみてください。



茶の蔵・立山商店



明治10年創業、今年で140周年を迎える『立山商店』。人吉市のお茶や椎茸、山産物をお買い求めできます。昔ながらの手法を守りながら作っているお茶「田舎番茶(595円)」が一番の人気商品で、香ばしさが口いっぱいに広がる美味しいお茶です。お茶の試飲ができるスペースもあり、そこからは綺麗な日本庭園風

のお庭を眺めることができ、とっても風情があります。

同じく人吉市内には『町家ギャラリー立山』という『立山商店』の姉妹店があり、ここでは趣あるお庭を眺めながら、抹茶やぜんざい、番茶を使ったプリンを食べることができます。ちょっとした休憩にぜひ立ち寄ってみてください。

釜田醸造所 みそ・しょうゆ蔵



球磨川の清澄な水と大豆と小麦、塩だけで熟成させる人吉唯一の天然もろみを使った醤油と味噌が人気の蔵元です。正面から入ると、すぐそこはタイムスリップしたような空間。醤油や味噌、またそれらを使った佃煮や味噌漬けなどがお買い求めできる売店になっています。大正時代に建てられたもので、当時の姿をそのまま残しているのだそうです。

売店には休憩できるスペースもあり、お茶を飲みながらさまざまな商品を食べ比べすることもできます。どれも美味しいので全部欲しくなっちゃいますよ。売店を抜けると100m一直線に細長い工場が続いています。9:00~16:00の間は自由に見学することができますよ(10名以上は要予約)。工場見学は、ほぼすべての工程を余すことなく見学できます。醤油と味噌のとってもいい香りがします♪



実際に作業しているところを間近で見ることができ、よい勉強になりました。



すべてこの醤油と味噌を使った商品です。

毎週土・日曜日には「クールジャパンがここに!」と称した、着物体験ができるイベントも行っています。着物に着替え、美しいお庭を眺めながら美味しいお茶をいただき、町歩きをするという、城下町・人吉ならではのオシャレな和の時間を楽しむことができます。

クールジャパンがここに!
日程/土・日曜日 ※要予約
参加費/ 5,500円(着物着付・お抹茶込)
予約/ 090-9485-0430(松尾茶道教室)



一番人気の番茶(595円)

☎ 0966-22-2566

熊本県人吉市鍛冶屋町43
営業/9:00~17:00
不定休

☎ 0966-22-3164

熊本県人吉市鍛冶屋町16
営業/9:00~16:00
定休/年末年始 不定休



簡易宿泊施設 ブルートレインたらぎ



懐かしさを感じるその佇まいに、鉄道ファンもそうでない人も、つい見とれてしまう簡易宿泊施設「ブルートレインたらぎ」。2009年3月にたくさんの鉄道ファンに惜しまれながら廃止となった寝台特急「はやぶさ」をリニューアルして、簡易宿泊施設としてオープンしました。できるだけ当時の面影を残したことで、タイムスリップしたような感覚に。それでいて宿泊施設としての快適性もプラスしているので、どなたもいい夢が見れますよ!

「ブルートレインたらぎ」は3両編成で、うち2両が宿泊スペース。あと1両は多目的スペースとなっているので、鉄道話に花を咲かせたり、旅の情報を交換するのもいいでしょう。ここでは運行していた当時、発車時に流れていた案内用のオルゴールも聴けるんだとか。鉄道好きにはたまらないですね。あと宿泊者は近くにある「えびすの湯」に無料で入れる他、低価格で自転車を借りられるので、ここを拠点に多良木町周辺を散策してみるのもいいですよ。



宿泊料金		
	通常料金	団体料金 (10名以上)
大人	3,080円	2,570円
小人	2,050円	1,540円
幼児 (3歳未満)	無料 (添い寝のみ)	無料 (添い寝のみ)

※10名以上でご利用希望の方は、必ず電話でお問い合わせください。
※チェックイン/14:00~21:00・チェックアウト/12:00まで

☎0966-42-1120
熊本県球磨郡多良木町多良木1534-2

🎁 プレゼント④ 宿泊券
ペア1組2名様

庄籠製菓舗

🎁 プレゼント③
(1)奥くま巻き (2)ふわふわ巻き
たっぷりいちごロール 各1名様

湯前町で古くから愛されている「庄籠製菓舗」で話題を集めている「奥くま巻き」は、通常ロールケーキの3倍にあたる驚きの長さ!! しかも生クリームがたっぷり入っていて、重さもズッシリとしています。この「奥くま巻き」は創業60周年を記念して作られ、今では口コミで広がり、お昼には完売してしまうこともある人気商品に! 確実に欲しい場合は、前日までの予約をおすすめします。

奥くま巻きプレーン
1,500円
50cmの長さのロールケーキ。予約限定でいちごや抹茶のロールケーキもできるそう!



地元の湯前いちごをたっぷり使った「ふわふわ巻きたっぷりいちごロールケーキ(1,000円)」や、桜の風味が絶品の「桜かるかん(90円)」「桜マドレーヌ(150円)」は、季節限定の商品です。春の味覚を堪能しに出かけてみませんか?

4月29日(土・祝)「湯前潮おっぱい祭り」開催
子宝や安産のご利益があるとされている潮神社で、毎年開催されているお祭です。「庄籠製菓舗」はもちろん、湯前町の特産品がたくさん出店します!!
※詳しくは「湯前町商工会」のHPをご覧ください

☎0966-43-2119

熊本県球磨郡湯前町中里1830-5
営業/8:00~20:00
不定休



創作料理 伽椰子 おとぎぞうし



古民家の佇まいが素敵な「伽椰子おとぎぞうし」は、人吉市の中心部にあります。和モダンな完全個室のお部屋でいただく、創作日本料理が市内外の方から人気を集めているお店です。地元の契約農家や福祉施設で作られている有機野菜をメインに、旬のお魚やこだわりのお肉が繊細な一皿へ……。味はもちろん、目でも楽しめる料理ばかりです。

お昼は完全予約制
昼のミニ会席
2,000円 / 3,000円 / 4,000円~
※前日までの要予約

完全個室の各お部屋は、「竹取物語」や「白雪姫」といったテーマごとに分かれていて、和室だけでなく洋室もあります。気分に合わせてお部屋をセレクトできるのも、うれしいポイントです♪



お花見の季節

スペシャルなお弁当を持って、お花見に出かけませんか? 人吉の素材をふんだんに使った会席風の和食弁当は、世代を問わず多くの方に喜ばれています。
2,000円 / 3,000円 / 4,000円
お吸い物や茶碗蒸し、お刺身などを付けることもできますよ!

🎁 プレゼント⑥ お食事券
2,000円分 3名様

☎0966-22-5013

熊本県人吉市五日町34
営業/11:30~14:00【完全予約制】
(ラストオーダー13:00)
17:00~22:00
(ラストオーダー21:30)
定休/木曜日



ゆのまえ温泉 湯楽里



『ゆのまえ温泉 湯楽里』は豊かな自然に囲まれた奥球磨にある、天然温泉を楽しむことができる施設です。大浴場、露天風呂、サウナ、家族風呂などがあり、綺麗な景色を眺めながら浸かる温泉は癒されること間違いなしですよ! 山間部では珍しい「潮湯」と呼ばれる塩分を含んだ温泉で、宮崎の日向海岸とつながっているなんて言い伝えもあるんです。

周辺には、パターゴルフ場・グラウンドゴルフ場や、ゴーカート、草スキー、キャンプなどが楽しめる施設があるので、家族や友人と遊びに来て、疲れた体をゆつくり温泉で癒すのもおすすめです。

入浴料
大人(中学生以上) 400円
子ども(3歳以上) 250円
家族湯 1,000円/1時間
※別途入浴料



🎁 プレゼント⑤ 入浴券
ペア5組10名様

『湯楽里』のすぐ側にかかっているつり橋。湯前町を見渡せる絶景ポイントです。

☎0966-43-4126

熊本県球磨郡湯前町1588-7
営業/(一般) 10:00~22:00
(受付21:30まで)
(家族湯) 10:00~21:30
(受付20:30まで)
休館日/第2・4月曜日
(祝日の場合は翌日)



炭火焼 創 -そう-

お店秘伝のタレを使った鶏タタキは、リピーター続々増加中。ポン酢をかけて一度食べてみてください。やみつきになりますよ！
その場でじっくり焼き上げた、とろとろの豚足は骨までとろとろ、一度食べたらずやみつきになること間違いなし！

お肌もプルプル。お子さんからお年寄りまで大好評！

とろとろ豚足(1本) 250円 鶏タタキ(1パック) 400円
たこ焼き(8個入) 250円 手羽塩焼(1本) 70円

電話にて予約注文承ります。 地方発送も承っております！

■炭火焼 創 TEL/080-9066-0930 ※P2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いただきましたら品物をお返しいたします。ご返済ができなかった場合は、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など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円からご融資いたします。【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。

■質Shop天満屋 TEL/22-4340 ※P5もご覧ください

わらしべ都城店 男女スタッフ募集！

1日3時間からでもOK! 女性も活躍している職場です!!

募集職種：女性・男性ホールスタッフ(アルバイト)

女性・男性厨房(調理見習い)スタッフ(正社員・アルバイト)

勤務先：わらしべ都城店 都城市都北町3601-2

給与：【アルバイト】ホール/時給 850円~(22:00~1,065円~)

厨房/時給 900円~(22:00~1,125円~)

【正社員】 月給 180,000円~+能力給

特に土・日曜日、祝日に働ける方を募集! 詳しくはお問合せください。

■わらしべ都城店 TEL/36-5432 ※P5もご覧ください

お菓子の南香 菓子職人大募集!

お菓子作りに興味のある方!一緒に働きませんか?

将来独立したい方、見習いからでもOKです!!

元気な男性スタッフを募集しています!

募集職種：菓子職人/お菓子作りのお手伝い

勤務先：お菓子の南香 都城市甲斐元町1-26

給与：応相談 時間：応相談

下記まで、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

JA都城 子育て・教育支援カードローン すこやか

お子様の将来のために!

育児・教育に関わる全般の子育て・教育支援カードローンです。

ご融資金額 最高100万円

JA組合員の方、はじめての方も気軽にご利用ください!!

固定金利型 年4.8% (保証料込)

※詳しくは下記までお電話ください

■JA都城 姫城ローンセンター TEL/23-5128 ※P6もご覧ください

敷金・礼金0円でお貸しします!

店舗や物置として利用可能なスペースです。

敷金・礼金：0円! 家賃：月額1万円!!

住所：都城市下川東1-1-1セテナ103

また、同スペースの美容室営業権を譲渡することも可能です。

価格や詳細につきましては、応相談となります。

詳しくは下記までお電話ください。

■合同会社 KOUKI TEL/23-3998

STAFF

- 企画 山本 高士 深草 文子
小妻 泰宗
- 編集・制作 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

- 冬場、朝晩とフォーラム事務所に漂ってきていた近くの牧場におい、気づけばおわなくなっていました。季節の変わり目は風向きの変り目? (ヤマ)
- 『今月の顔』でお話を伺った、都城市出身・神園監督の「ゆずの葉ゆれて」が高城町で上映されます。大切なパートナーと見て欲しいな……と感じた映画です。ぜひ足を運んでください! (フミ)
- お医者さんに「血圧が高い痩せろ!」と怒られました。みなさんいいダイエット方法ありませんか? (ヤス)
- 10年ぶりくらいにポケモンのゲームを購入。かわいいポケモンに癒やされています!(くわゆり)
- とうとう花粉症かと震えるもただの風邪というのを10年ぐらいい繰り返しております。本当にただの風邪なのか!? (國)
- 昼間は暖かい日が増えてきて、春だなあと感じます。今年はお花見をたくさんしたいです!(さゆ)



日本占術協会占術士認定
原宿占い館「塔里木(タリム)」所属

クリスティーン・デリコの 九星占い

4月の
運勢

※運勢を★の数(1~5)で表しています。
(★の数が多い程運勢がよい)

- 【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・63・平成9・18・27
- 【四緑木星】大正4・13・昭和8・17・26・35・44・53・62・平成8・17・26
- 【五黄土星】大正3・12・昭和7・16・25・34・43・52・61・平成7・16・25
- 【六白金星】大正2・11・昭和6・15・24・33・42・51・60・平成6・15・24
- 【七赤金星】大正1・10・昭和5・14・23・32・41・50・59・平成5・14・23
- 【八白土星】大正9・昭和4・13・22・31・40・49・58・平成4・13・22
- 【九紫火星】大正8・昭和3・12・21・30・39・48・57・平成3・12・21

※生まれた年の立春から翌年の節分までを本名星と言います。

私の誕生日は4月1日で、今年50歳になりました。学年で一番最後に誕生日を迎える早生まれで、丙午(ひのえうま)の学年です。ついこの間まで、学生時代だったような気がしますが、上京して25年目なので、そろそろ東京での暮らしが長くなります。この一年は、これからの輝く自分史のために、これまでを振り返る時間を持ちたいと思っています。そして、産んでくれた両親にも感謝します。

■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

今日は、新年度になり気持ち新たに過ごせそう。勢いがあるのはいいけれど、鍵のかけ忘れや書類の紛失、メールの誤送信などに注意して、信用問題に発展する恐れもあります。

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

二黒土星

今日は、発言力や行動力が先走ってしまいがちなので、注意が必要です。スケジュール管理をしっかり行いましょう。過労や運動不足の解消は、目上の人とお花見がおすすめ。

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

三碧木星

今日は、歓迎会やお花見などで、飲食やレジャーの機会が増えます。お祝い事もあるので、交際費が増えます。心は金額ではないけれど、ケチケチすると今後に悪影響が出ます。

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

四緑木星

今日は、身内に関する行事や用事がありそうです。物事が一時的に停滞し目標を変えたりしますが、我慢することも大切です。待てば海路の日ありと心して過ごしましょう。

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

五黄土星

今日は、斬新なアイデアや発想が湧き活気が出てきます。華やかなカラーや小物を身につけて。春の風に誘われてお出かけする時は、花粉症やドライアイ対策が必要となります。

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

六白金星

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

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

七赤金星

今日は、努力を認めてもらえなくても、粘り強さを発揮しよう。コツコツと意欲的に取り組むと、今後に大きく繋がります。飲食の機会が増えたら体重コントロールが必要ですよ。

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

八白土星

今日は、太陽の日差しに背中を押されるように勢いにつき活動的にになります。「百聞は一見に如かず」をテーマに、何にでも興味を持ちましょう。うっかり発言には気をつけて。

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

九紫火星

今日は、さまざまな場面でステキな出会いが期待できそうです。交友関係が広がり、今後の状況が変わっていきます。仲介役を頼まれたら自信を持って相手のために努力しましょう。

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



カラー+カット+トリートメント ¥7,000
HOIMIトリートメント (¥2,000相当)付!!
※ロング料金別・税込

大人女子にオススメ!
艶々のカールスタイル
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!!

デジタルパーマの上手なお店

ミネラルデジカール+カット
新規限定 ¥12,000→¥10,000
HOIMIトリートメント(¥2,000相当)付!
ロング料金込

☎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



HARE hair

艶やかな色&質感が話題の「イルミナカラー」で春色に!!
SNSでも話題! 紫外線や乾燥で傷んだ髪も、キレイな春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! プリーチなしで、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。



炭酸シャンプー 全メニューに+¥500でOK!
炭酸泉を使ったケアで髪のコシとツヤが驚く! 髪が軽くなりボリュームアップしますよ!
Kids room
安心してご来店していただけるようキッズスペースをご用意しています。



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40%カットし、艶やかな色味と質感を実現するカラー

メニュー

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

☎0986-58-9190

都城市久保原町6-38
営業/9:00~19:00
定休/月曜日・第3日曜日
インスタグラム「@hare_hair」で検索



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



model:yuumi
stylist:tsukino colorist:ayumi

デザイン性の高い!
話題のまつ毛エクステ

長く、太過ぎないナチュラルなエクステが大好評!
JBCAアイコーディネーター・JECプロファイリストが安心・安全で丁寧な施術をいたします。自まつ毛を強く長くするケアも実施しているので、自まつ毛が短くなった・薄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



お子さま連れの方はご予約時にお伝えください!!
保育士/enokida

小さなお子さま連れでも安心! 保育士のいる美容室!!
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ってください!!
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

新規限定 カラー+カット 5,500円
ロング料金・税込 この春はカーキアッシュやフォーギーページュがオススメです!



新規限定キャンペーン ロング料金・税込!
★デジタルパーマ+カット+トリートメント ¥10,000
★デジタル+カット+トリートメント ¥13,000
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フワワ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フェリチターレ1-2
営業/9:00~19:00※16:00迄にご連絡いただいたれば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



ADORE

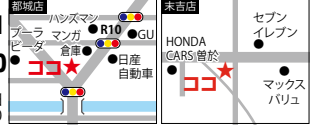
春hairで気分を変えて新生活を楽しみましょう♡
春のオススメカラー「モトーン」「カーキアッシュ」「フォーギーページュ」の3色です。ぜひお試しください!
1度のカラーで出にくい色等はダブルカラーもご相談ください。ダメージレスのair wave vitaもオススメです(都城店限定)。

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。

★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】

☎0986-38-3011

0986-76-0300
営業/9:00~20:00
定休/月曜日・第2火曜日
instagram@adore1120



YOSA PARK belt'a ベルタ / **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

身体の芯から温めて・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
 - 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
 - 新陳代謝を促進

初回限定 ¥1,000 OFF

人気No.1 超お得 (120分)
プレミアムコース
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・楽しみばり (90分) コース
通常¥5,500 → ¥4,500
全身リンパマッサージ→水素YOSA

YOSA PARK belt'a ベルタ

都城市都北町6257-3
営業/9:00~22:00
不定休・駐車場/あり
完全予約制

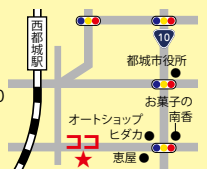
☎080-5202-1544



YOSA PARK Olu'olu オルオル

都城市甲斐元町7
営業/9:00~22:00
不定休・駐車場/あり
完全予約制

☎090-9285-6172



Hair Salon TERRA



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>

■カット	¥3,240
■カラー	¥4,860~
■パーマ	¥4,860~

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
●H29.4/30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>



技匠 北野整体施術 技

首・肩・腰・膝

抱えた痛み私ができる!!
まずは無料にてご相談承ります♡

- ほくしコース(クイックもほくし) ¥2,000
- まったりほくしコース(全身もほくし) ¥3,000
- 通常コース(患部&関係箇所)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



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 ●H29.4/30迄有効
●必ずクーポンをご持参ください

☎090-8625-4836

まずはお電話にてご相談ください!
都城市下川東3丁目5-3-2
営業/9:00~20:00 不定休
※要予約(時間外応相談)
※出張サービスも有ります
クレジット決済OK! 20:00以降も予約可



品質本位

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箇達量!
5箇所までは¥500off



宗 KAMI-YA SOU

早くも大人気! 曾於市にオープンした「宗 KAMI-YA SOU」

隠れ家的なサロンとして、オープン当初から人気を集めているサロン。某テレビ局でヘアメイクとしても活躍していたハイキャリアを持つスタイリストが女性ならではの目線で、繊細ながらもライフスタイルやスタイリングのしやすさを考慮したヘアスタイルを提案します!!



●カット	¥3,500
●カラー	¥4,000~
●イルミナカラー	¥5,200~
●パーマ	¥4,700~
●デジタルパーマ	¥6,000~
●縮毛矯正	¥7,500~

☎0986-51-8460

曾於市末吉町二之方2936-7
営業/9:00~18:00
定休/月・日曜日、祝日
完全予約制
Instagram kamiya_sou



春はやっぱりパーマがオススメ!
当店では、パーマ好きなオーナーのこだわりで、とても髪に優しいお薬を使用しています。
パーマ+カット ¥7,200~

新生活! 髪も頭皮もリセット!!
ヘッドスパ ¥2,500
21種類の天然植物抽出成分が頭皮環境を整えます。毛穴に詰まった汚れを除去し、栄養と薬効をプラスしていきます!
※他施術の方は¥500OFF ※シャンプードライ込



marble Hair Lab.

今年の春は「カッコいいフェミニン」でキマリ!!



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
■コスメパーマ ¥5,000
■クリップパーマ ¥7,500
施術時間が短く、傷みの少ないパーマ
■デジタルパーマ ¥10,000
一番持ちがよく、手入れがラク

新色オススメ
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

☎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!!



都城市乙原町150-3
www.marble-hair-lab.com
フェイスブック
www.facebook.com/marble.hair.lab

ヘアカットで小顔!? 気になる方は「マール」へ!!

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!

髪をまもる marble care love. 大作戦

乾燥や紫外線から頭皮と髪をまもる各種トリートメントをされた方全員
COTA i CAREシリーズホームケア
¥1,800 → ¥1,000
4月末迄



髪を傷めない人気のヘアカラー

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

STEP BONE CUT 小顔補正立体カット

SBC認定スタイリスト・LFCA認定スタイリスト在籍
小顔補正立体カットとは、日本人に多い絶壁・はち張りという平面的な骨格を立体的に見せることで、小顔を造りだすカット技法。特別な技法で造りだされる今までは違ったカットをご体感ください!
通常カット料金より+¥1,000となります。

ステップボーンカット

検索

ロゼマドンナ

激スリム!? ニクイ脂肪をノックアウト!!
スプリングキャンペーン 特別メニュー

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

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

☎0120-16-3314 (予約)
☎0986-21-1830

都城市前田町7-14 営業/9:30~ ※最終受付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。強力な吸引力とローラーの効果で頑固に固まったセルライトを揉みつぶし、痩身効果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。



RF波トリートメント

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



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。



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。



まごころ整体院

4月末迄! 測定無料!!
最新型姿勢分析器を導入しました



詳しくは
コチラ!! **YRS 都城** 検索

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
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
60歳以上 1回 ¥1,000

予約専用番号
☎ **080-3972-8908**

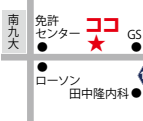
産後のお悩みお任せください♥

- ◆ 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、冷えがづらい
 - ◆ 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)



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



慢性腰痛専門 整体院あやめ

その腰痛、 我慢していませんか?

- 原因が分からず、どうしていいか分からない。
- 歩くと足のしびれが出てきて、長い距離を歩けない。
- シップや薬で対応するしかないと思っている。
- 朝、起きた時つらい。
- 立ち仕事がつらい。等

「何をやってもよくなる」と諦めて
いませんか? 腰がづらいのには、必
ず原因があります。原因を取り除き、健
康で快適な生活を取り戻しましょう!
腰の軽さを実感してください。もちろん
その他の症状もおまかせください。



4月限定
通常 ¥5,000 → 初回 ¥1,980
さらに「きりしまフォーラム見た」で 初回 ¥980
●H29.4/30迄有効

☎ **070-4737-9537** 都城駅
都城市年見町2-5
不定休 完全予約制
予約受付時間/9:00~21:00



春の習い事特集♪



先生コメント

新年度! 何か新しいことをスタートさせませんか?
子どもにピッタリの習い事はもちろん、大人へオススメしたい資格取得の
専門学校や楽しくてためになる習い事が登場しています。
新しいことを始めたいあなたへ向けて、先生からのコメントをいただきました!
ぜひ参考にして、チャレンジしてくださいね!!



DANCE STUDIO ELEMENT

世界で活躍するダンサーさん達との交流が多くあり、生徒のみんなも多
くのことを学び、楽しくレッスンしています。 りお先生より



都城幼児教育教室&初心者パソコン教室

子どもさんはもちろん、パソコンを習いに来られている40代~60代後
半の方々も意欲的に楽しく学ばれています。幼児期に「読む・書く・計算」
を楽しく学ぶコツと、シニアの方には分かりやすくパソコン・スマホの使
い方を指導しています。 山下輝寛さんより



スイミングフィットネス Fitpia フィットピア

プールで楽しみながら、もぐったり泳いだりすると強い身体になるよ!!
たくさんの友達と楽しい先生が待っています♪ ぜひ遊びに来てくだ
さいね! ゆき先生より



コアラ英会話スクール/大人の英会話ACT

English is your gateway to the world! イアン先生より



ボジャギ教室

ボジャギとは韓国に古くから伝わる技法で、その技法を用いて小物を作
ります。韓国伝統の針仕事を 즐기ませんか? 西畑先生より



Rondサッカークラブ

サッカー少年の君達へ Rondサッカークラブでは、戦う姿勢、自主性、
判断力、協力性、サッカー選手としての心構えを指導し、選手とコーチ陣
一丸となって戦うチームです。やる気のあるみなさんの入団待っていま
す! 中西コーチより



Melody ピアノ & 英語塾

もし明日カナダに留学したらどんな生活が待っている? カナダの子ど
も達が文化や行事を学ぶように、季節の行事を通してカード作りやケー
キ作りをしながら英語を勉強します! 中川先生より



(株)かみむらスポーツ教室 ループ1都城教室

新年度がスタートしました。
新しいチャレンジにスポーツ教室はどうですか?
無料体験だけでも大歓迎です!! お気軽にどうぞ!! 内立輪先生より



資格スクール大栄 都城教室 株式会社スコラ

都城で「資格スクール大栄」の講座を受講できます。あなたの仕事力
アップや企業研修室などのお手伝いもいたします。 松永先生より



do&be English School

明るい笑い声あふれる楽しい英語のレッスンをドゥ・アンド・ビーで一度
体験してみませんか? Andy先生より



英語アカデミー・イングラム

小学校5年生の女の子が英検3級に合格しました! 中学生の英語塾
コースもありますので、お気軽に無料体験においでください。
永友先生より



代ゼミサテライン予備校 学習塾セント

少人数指導で、一人ひとりの個性に合わせた指導を行っています。志望
校合格に向け一緒に頑張りましょう。 福留先生より

DANCE STUDIO ELEMENT ☎0986-77-2368



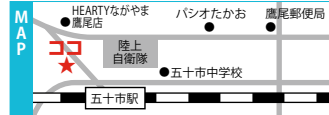
春の入会キャンペーン!!

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_miyakonoyo」検索



4月未迄
大好評につき続行決定
入会金5,000円→無料
無料体験実施中
全29クラスを無料体験できます!
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。

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)を立ち上げました。それに伴い、新中学生、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、トレセ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、遠征代、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)

都城幼児教育教室&初心者パソコン教室 ☎090-9404-4127



0歳から学べる! 都城幼児教育・初心者パソコン教室がスタート!

幼児教育教室とは…脳の8割が完成してしまうと言われている5歳迄の幼児期に、どのような方法で「知力・知能・能力」を開発していくかが、お子様の才能を開花させるカギとなります。その方法を親子で楽しく「遊びながら学ぶ」ための教室です。初心者パソコン教室とは…成人の方対象。70歳以上のシニアの方も、文書作成や表計算、メール作成、年賀状、ネット閲覧等の使い方。スマホ・タブレットの使い方指導します。

完全予約制
料金
■1時間 1,200円(2人目は半額) ※1日2時間迄の利用となります
■チケット制 10,000円(12枚綴り) 1時間あたり833円
■1か月会員 15,000円(月30時間迄) 1時間あたり500円

都城市梅北町4127-1 TEL・FAX 0986-77-5822
営業/9:00~20:00 定休/月・金曜日
☎090-9404-4127(担当:山下)

教室の詳細な情報満載
まずはホームページをチェック!!
都城幼児教育 検索

do&be English School

☎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、1クラス6人迄の少人数制! 子どもも楽しく、大人は落ち着いた雰囲気のクラスです。大人向けのグループレッスン、小学校高学年から高校生迄の経験者向けクラス、3歳から始められる子どもクラス等さまざまなコースをご用意しています。中高生向けの受験・英検に特化した英語塾も人気ですよ。

無料体験レッスン受付中!

新小学校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のレッスン中もゆっくりとお過ごしいただけます。



(株)かみむらスポーツ教室 ループ1都城教室 ☎0986-36-7774



4月入会キャンペーン実施中 無料体験随時受け中!

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。豊富なプログラムで幼児から小学生までさまざまなスポーツを楽しめます。

月~金曜日 平日時間割
Aコース 14:30~15:30
Bコース 15:30~16:30
Cコース 16:45~18:00

4月フォーラム読者限定企画!
『きりしまフォーラムを見たよ』と伝えて入会いただくとゼビオのギフトカード5,000円分プレゼント!!
※3カ月の在籍が条件になります。4/21(金)迄

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



Melody ピアノ & 英語塾 ☎090-7853-0113



もし明日カナダに留学したらどんな生活が待ってる?

カナダにホームステイしたような英語体験を目指しています。中学校英語を先取りして英検にもチャレンジしよう! ピアノ教室では、鈴木メソッドを取り入れた耳で覚えて弾く練習をします。そうすることで学校の校歌や自分の好きな曲に伴奏がつけられるようになります。

◆先取り中学英語と英会話(週2) キャンペーン価格 10,000円
◆英会話 6,000円(週1)
◆ピアノ 6,000円(週1)

講師/中川ひろこ

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

都城市甲斐元町4-7
E-mail / shotan0113@gmail.com
ブログ / <http://melody007.blog.jp>

スイミングフィットネス Fitpia フィットピア

☎0120-80-1504 ☎0986-26-0777



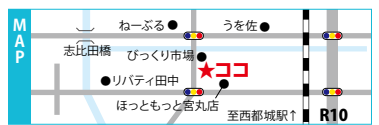
春の入会キャンペーン 4月30日(日)迄!! お早めに! 入会金 100%OFF

入会特典
スイミング(0~16歳)
スクール着半額券+オリジナルスクールバッグ進呈
無料送迎バスで忙しいお母様も安心!

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

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

スイミングコース(3~16歳)
泳ぎはもちろん、レッスンを通じて、集中力、判断力、チャレンジ精神等を育てることを目的としています。お子様の健やかな成長と体力強化をお手伝い!!
ベビースイミングコース(0~2歳)
お母さんと一緒に楽しく水遊び。水に慣れると同時に、健康で丈夫な身体を作ります。また、産後のダイエットとしても人気です!
無料体験実施中





平成28年度公務員試験最終合格!
都城市役所・曾於市役所・三股町役場他

- 高校生・大学生、現役合格中!
～大栄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注目の資格!
 - ◆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。



ネイティブのスピードで
長文英語を学んでいます!!

嬉しい知らせが届きました! 英検合格者発表
■準1級...2名 ■2級...4名 ■準2級...5名
その他にも、たくさん合格しました!!
HP/ <http://koala-english.com>

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

おかげさまで15周年♪ 高崎
高原教室も無料体験実施中!!
英語を自然に読めて発音できる独自のカリキュラムが大好評。国際色豊かな講師陣が揃っており、「英会話力と同時にコミュニケーション能力もアップするとお母様達から嬉しいお声をいただいています」大学及び大学院卒の英語教授資格、教職免許を持った講師が指導します! 気軽にご連絡ください!!

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



小学生コース全員が英検に合格!
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、短時間で英語の力をつけるレッスンを行います。
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



韓国伝統の針仕事
ポジャギをやってみませんか?

ポジャギとは、小さな端切れや古着を無駄にしない、韓国に古くから伝わる技法で、布をつなぎ合わせたパッチワークの一枚布です。その技法を用いて小物を作ります。韓国伝統の針仕事をお楽しみください。
ポジャギ工房 koe 専任講師 西畑博子
◆作品展 ※P20までご覧ください
日時/4月13日(木)～17日(月) 13:30～18:00
場所/広済寺 本堂 三股町大字禅山4392
◆ポジャギ体験教室
日時/4月16日(日) 14:00～15:30
教材/白い布で作るサンボ(覆い布) 材料費/2,027円 受講料/1,620円

ポジャギ教室 開講!
6月下旬予定
場所/広済寺 本堂
時間/14:00～16:00

都城にも自宅から通う予備校があります! 無料体験受付中!



合格 おめでとうございます!
京都大学 教育学部
宮原 里奈さん

合格への道
合格は、毎日の「集中した勉強」にあったと思います。模試の判定が悪く、落ち込んだり、目標を下げたくなったりした時もありましたが、大学のパンフレットを見たり、京都の町の写真を見たりして「行きたい!合格したい!」という気持ちを強く固めました。代ゼミサテラインは「行きたい大学に特化した授業」を見た時にいつでも受けられるので、とても二次対策に役立ちました。
後輩のみなさんには「最後までねばり強く」大学合格を目指して頑張ってください。

学習塾ケント合格実績・昨年度 東大1名 京大1名 熊大(医)1名

- ★祝! 合格速報(3月15日現在)
- 京都大学 教育学部 1名
 - 佐賀大学 医学部 1名
 - 東京芸術大学 1名
 - 九州大学 2名 ●鹿児島大学 3名
 - 同志社大学 1名 ●福岡大学 7名
- ◆今! 浪人生受験スタート◆
上を目指す覚悟を決めたあなたに朗報!
代ゼミ本校のベスト講義を都城で受講。
●1年間分の授業を数カ月で圧縮視聴

★難関大を目指すなら代ゼミ★
●東大・京大・早稲田・慶應大学医学部●
●二次対策講座あり●
キミが頑張れる最適な講座が見つかります!

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

看板娘・看板息子を激写! Vol.55

- ◎自分の性格を一言で...明るく元気です!
- ◎趣味...ショッピング ファッションが好きなので、いろんなスタイルに挑戦しています。
- ◎好きな男性のタイプ...一途で一緒にいて気を遣わない人。芸能人では三代目 J Soul Brothersの岩田剛典♪
- ◎4月のオススメ...薄着の季節へ向けて美しくダイエットしたい方におすすめのプレミアムコース。全身リンパマッサージや水素YOSAなど、健康的に美しくなるメニューが満載です!

★本人からのコメント
昨年10月にオープンしました。たくさんのお客様に会い、いつもお客様から元気ももらっています。これから私自身が、それに負けないくらいの元気とパワーを返していけたらと思っています。ぜひ、遊びに来てくださいね!!





● 合同庁舎	↑ 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 ● 南小中学校	● GS

スタッフイチオシ 2017 SPRING COLLECTION

行楽のシーズン到来!
GWや夏休みにおすすめの旅行が満載です。

3月31日(金) 開幕

福岡ソフトバンクホークス 野球観戦券付プラン 7,100円~

東洋ホテル2名1室・1泊食事なし
A指定席3塁側利用の場合

JRプラン 宿泊プラン 1名様よりお申込み受付 ※一部除く
※出発の7日前までお申込み受付

池田店長イチオシ
プロ野球が開幕します! 首位奪還を目指す福岡ソフトバンクホークスを応援しに行きましょう! その他にもさまざまな旅行プランがあるので、気軽に相談してみませんか?

日本旅行 TEL.0986-46-2226

LAPAXオリジナルのムーミンキャリーケースで旅行へ行こう!

裏地もキュートなムーミン柄!!

安尾さん——
サイドのファスナーを開けるとマチが広がり容量がUPします。旅行帰りに増えた荷物も安心!

ムーミン TRAVEL SERIES CARRY CASE
バンダナ柄にムーミンやミィがかわいくプリントされたデザインは、空港での荷物受取りの際、一目で見つけることができます。機能性も抜群!

アセチ素材やカラフルな花モチーフのピアスやヘアアクセサリがたくさん届いています。今年のマストカラー、ピンクとブルーのアクセサリも豊富に揃っていますよ。

春&初夏おすすめ!
アクセサリ入荷中

LAPAX TEL.0986-46-2225

TEZUKA WORLD SPORTS テツカワールドスポーツ
new balance NBコナー登場! new balance ランニング&ライフシューズが50種類以上揃いました!!

new balance 574シリーズ
ファッションのポイントとして人気の高い574シリーズが豊富に揃いました! メンズ・レディースと充実しているので、ぜひチェックしてください。

宮崎初 new balance ランニングコーナー
安定性・クッション性の最適を図り屈曲性も高めたフレッシュフォームを採用したランニングシューズが満載です! 気軽にご相談ください!

TEZUKA WORLD SPORTS TEL.0986-46-2008

イオンカード分割払い手数料を
イオンが100%負担します!

対象期間 2017 2/24⑨~4/9⑨まで
3回・6回・10回・15回・20回払い

分割払い手数料 [ゼロ] 開催中!

※現金価格(ご利用金額)合計税込10,000円以上で、月々のお支払い金額が税込3,000円以上になる場合にご利用いただけます。
※オンラインショップ(ネット販売)は対象外となります。
対象カード イオンゴールドカード、イオンカード、イオンカードセレクト
※イオンスマートペイカード及び、コスモ・ザ・カード・オパス等各種提携カードは除きます。※直営売場および一部専門店にて実施いたします。※食料品売場でのご精算は除きます。

何でも揃う『ザ・ダイソー』に、ピクニック&ランチグッズもあまかせ! 商品はなくなり次第終了のため、気になるものは今すぐチェック!!

ピクニックにもおすすめ! DAISO x ギャルズトレンド研究所 ランチグッズ

『ギャルズトレンド研究所』とのコラボ商品。イラストがキュートなランチバッグやエコバッグ、お弁当箱などが充実しています。またミッキーマスの新しいお弁当箱も登場していますよ。

Kid'sおすすめ バンスー-食器セット
耐久性にすぐれているバンブー素材の食器セット。落としても割れないので、安心して使えます。人気の『ギャルズトレンド研究所』とのコラボ商品で、アウトドアにもピッタリ!

村田店長
ザ・ダイソー TEL.0986-46-3915

イオン イベント情報

春のスポーツバーゲン
ナイキ・アディダス・プーマのシューズが驚きの価格に!!
4月7日⑨~16日⑨
場所 1階セントラルコート

大道芸ストリート
観覧無料
宮崎県内を中心に活躍中! バ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!

furiko & CHOUQUETTES フリコ & シューケット

春の財布フェア 開催中!

fesシリーズ
金運をつかむには、お財布を買って使い始める日がポイント!
4月21日(金)は、万事にわたって最上の大吉日である「天赦日」と、お金を出しても戻ってくると言われる「虎の日」が重なります。この日に新しい財布を使い始めると、金運をつかめるかもしれませんよ!!

一枚ずつ手で染めては天日で乾かすなどの工程を、何度も繰り返して仕上げたレザーを使用。使う程に味わいが深まり、革の経年変化やナチュラル感を楽しめます。機能性も充実していて、リピーター続出の長財布です。

横尾さんイチオシ
fesシリーズの財布はスタッフも愛用中! 飽きのこないデザインがおすすめです。

Jocomomola
ホコモモラ
Jocomomolaの新作財布が届きました! 西年にふさわしいキュートな鳥のイラストと鮮やかな色彩が美しい財布です。

「きりしまフォーラム見たよ」で、お財布が5%OFF!! ※一部商品を除きます

furiko & CHOUQUETTES TEL.0986-21-7051

ABC-MART

ナイキ、アディダス、プーマ、ヴァンズをはじめとするスニーカーから、ビジネスシューズやレディースシューズ、キッズシューズなど、幅広い品揃えが大人気!

ベストセラーモデルのSTAN SMITH コンフォートが入荷!! 元々はテニスシューズとして登場し、プロテニス選手の名称が名称の由来であることは有名な話ですが、そのシンプルなフォルムがファッションアイテムとしても大人気! 即売場のスニーカーです。

西村さん愛用中
履き心地抜群! 爽やかな白が、フェミニンスタイル・カジュアルスタイル、どちらでもコーディネートしやすいスニーカーです。

adidas アディダス オリジナル
ABC-MART限定!
STAN SMITH コンフォート

ABC-MART TEL.0986-46-3950

4月2日⑨
4月29日⑨ 祝

12時~ 21時半~ 315時~
場所 4月2日...2階フードコート前
4月29日...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!!
4月30日⑨ 14時~
※15分前よりビンゴカード配布
小学6年生までのお子様
先着100名
場所 1階セントラルコート

母の日似顔絵展
4月21日⑨~
場所 2階フードコート

We's

洋・邦楽、クラシック、ジャズ、童謡、映画DVDが揃っています。
特に、ジャニーズやEXILEグループのCD・DVDが充実! 購入特典もあります!!

BEST ALBUM「THE JSB WORLD」
3月29日(水)にリリース決定!

三代目 J Soul Brothersのデビューからの軌跡と世界観を、存分に堪能できるALL TIME BESTアルバムです。

秋山店長
お子様向けのディズニーのDVDやCDもたくさん揃えています。ギフトとしてもおすすめです。お気軽にご相談ください!!

SOUND COMMUNICATION We's TEL.0986-46-2255

春爛漫 イオン都城店 Spring Festa

金海堂

春休みに読んで欲しい本や絵本、さまざまな雑貨や文具もあります。本のこと困ったら、気軽に相談ください!!

【辞典フェア 開催】

高校生向け辞書も充実! 各高校に合わせた辞書を、スタッフがアドバイスします。

～小学生向け～



三巻装 例解小学国語辞典
小学生にとっての
わかりやすい・使いやすい辞書。付録も充実し追々!

～中学生向け～



ジュニア・アンカー 英和・和英辞典
プログレッシブ 中学英和・和英辞典
GIRL'S EDITION Charming Edition

おすすめ絵本 人気「くろくんのくろくん」シリーズ

くろくんとおぼけ 子供達が大好きなくろくんとおぼけのお話。
バスに船、新幹線とたくさんのおもちゃが登場します。
くろくんとふしぎなともたち

ギフトにピッタリ!! 図書カードNEXT

入園・入学のお祝いで迷ったら、図書カードNEXTをプレゼントしてみませんか? 喜ばれること間違いなしです。図書カードNEXTは、パンチ穴は開きませんが、スマートフォンなどで手軽に残額が確認できます。

金海堂 2F TEL.0986-21-7133



モーリーファンタジー



子ども達とゆつくり遊べる「室内ゆうえんち」

子どもの遊びと成長を促す「わいわいパーク」や老若男女に人気のメダルゲームも充実しています!

モーリーファンタジーの新アプリご登録でステキな特典がいっぱい!

- わいわいパークが何度でも半額
- ぜんぶ込みで月額800円! (税別)
- 大人気! 知育アプリもぜんぶ使い放題

入会特典
★メダル100枚プレゼント ★わいわいパークで使える2回無料券
※詳細はスタッフにお尋ねください

モーリーファンタジー 2F TEL.070-3100-3956

顔見せファミリー

春のしつけ教室 開催

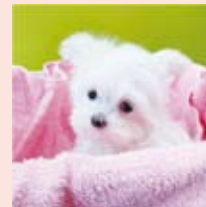
4月29日(土)祝 参加費無料

10:30～(2時間程度)

場所 1階北側駐車場(ペットショップ横)

吠える・噛む・引っ張る・飛びつくなどの困った癖を短時間で改善する方法をお教えます。当日ワンちゃんと一緒にお越しいただくだけで参加OKです!

※予約不要・雨天の場合も開催します(雨天時は3階駐車場)
※ワクチン接種が終わっている子犬・成犬に限ります



かわいい子犬・子猫が待っています! ぜひ会いに来て下さいね!!

顔見せファミリー 1F TEL.0986-23-7117



季節の変わり目、疲れた身体をリセットしよう

真っ白な癒しの空間で、日頃のたまった疲れを心身共に癒しませんか? ショッピング中の10分で、リフレッシュできると大好評です!

おすすめ新MENU 軽やか肩甲骨 10分 1,080円
5月末まで
首・肩の疲れを集中ケアします。肩甲骨まわりの細胞を刺激して、基礎代謝もUP!



ボディケア	20分	2,160円～
リフレクソロジー	20分	2,160円～
フェイスセラピー	15分	1,620円～

椎葉店長
短時間の施術でも疲れは取れますよ! ぜひ、ご来店ください。

ラフィネ 1F TEL.0986-22-6551



4月末まで

うれしい 春のキャンペーン開催中!

キャンペーン1
ビデオのダビング 5本以上で 20% OFF
店頭通常価格より

キャンペーン2
ましかくプリント 5枚無料

春限定のキャンペーンを開催しています。昔撮影したビデオテープもDVDにダビングできます! どんなことでも、気軽に相談ください。

西留さん

カメラのキタムラ 1F TEL.0986-46-2227



話題のプレミアムフライデーに、オリジナルチキンをもちやあう♪

お花見やピクニックにピッタリのパーレルもご用意しています!



毎月28日はにわたりの日
国内産
1000円

プレミアムフライデー 3月31日 4月28日 15:00以降限定!
定番の「バリュエック」お買上げで、「オリジナルチキン1ピース引換券」をプレゼント!!

ケンタッキーフライドチキン 1F TEL.0986-46-2275



タリーズ コーヒー 新アイスでも美味しいスペシャルティコーヒー

NEW タリーズジップス コールドフリュー コーヒー オリジナルブレンド



ご家庭で簡単にタリーズの店舗と同じ、本格的な水出しアイスコーヒーが楽しめるセットが登場しました。こだわりのコーヒーを不織布で包んだバッグに水を注いで長時間置くだけで、苦味や雑味のないアイスコーヒーが仕上がります! 暑くなる季節に向けて、おすすめのコーヒーです。

黒木店長イチオシ!
人気のボトルのフィルターに、好きなコーヒー豆をセットして寝ると、朝には美味しいコーヒーができますよ!



タリーズコーヒー 1F TEL.0986-24-2082

紅虎餃子房 季節限定! 新メニュー登場!!

本格的な中華料理をリーズナブルな価格で堪能できると人気のお店。



早稲店 限定 3種の海老と春野菜の塩湯麺(タンメン) セット 1,400円 1,280円
キャベツやスナップえんどう、菜の花、筍などの春野菜と桜海老、有頭甘海老、むき海老の3種の海老が贅沢に入っています! 春らしいピンク色の餡がかかっていて、あっさりとした塩味がクセになる逸品です。

セット 海老焼売、海老蒸し餃子、豚まん、ミニ杏仁豆腐 付
兼畑店長
お酒にピッタリのメニューもたくさんご用意しています!



紅虎餃子房 1F TEL.0986-24-4674



日本最大級の建築家ネットワーク
ARCHITECTS STUDIO JAPAN
www.asj-net.com

登録建築家数2,800名/全国192スタジオ
※2017年3月現在

「鎌倉の家」設計:河川佳介 施工:ASJみなとみらいスタジオ 撮影:Nacása & Partners Inc. 藤井浩司

第10回 建築家展

ASJ Exhibition
2017 April

～新築・リフォーム&リノベーション～

4/22(土)11~18時・23(日)10~17時

会場/ 都城圏域地場産業振興センター | 入場無料 |
都城市都北町5225-1 P 駐車場有り ☺ キッズコーナー有り

会場内にて開催 ※参加・相談無料

- リノベーション実例を多数展示
- FP相談会
- 不動産相談コーナー
- 省エネ住宅相談コーナー
- すまいの展示コーナー

建築家と直接話せる相談会開催
ご希望の方は、事前に予約も承ります。



長友 雄大



足立 聡



村上 明生



松岡 健治



渡辺 敬之



木戸 省三



大場 浩一郎



大園 貴洋



お問い合わせは/ MIYAKONOJO STUDIO ASJ 都城スタジオ [株式会社矢野興業] ☎ 0120-77-3150
〒885-0073 都城市姫城町11-29 押川ビル1階 tel. 0986-36-8131
営業時間/8:30~17:00 定休日/第2・第4土曜、日曜、祝日 ※ただし事前にご予約いただければ営業いたします。