



vol.303
JUNE 2017

6

きりしまフォーラム

編集・発行／霧島フォーラム 都城市一万城町99-9-1 ※禁無断掲載



家族温泉 いましの湯 山翠

フォーラムがプロデュース!!
日帰りぶらり旅
大いなる自然の恵み
霧島市特集!

読者
プレゼント付!



岩戸温泉

美人度UPの
お店をチョイス

初夏のビューティ特集 **フォーラム FORUM'S SELECT グルメ♪**

都城の最新
結婚式情報♪

Sweet Bridal 2017

その他、イベント情報など、盛りだくさん!!



きりしまフォーラム25周年&300号記念イベント
きりしまフォーラム賞 受賞

表紙の絵 『海の世界』

かい ゆうた
甲斐 優太くん
(小学校3年生)

ぼくの好きな魚の絵を
描きました!

●情報の提供・お問い合わせは

TEL:0986-26-5836

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

<http://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

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。

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。

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指しています。

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。

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。

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。

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

☎相談専用 **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

詳しくは下記までお問合せください。

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64歳まで**の方

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

豊かな循環型社会を目指す
発酵肥料リサイクル施設

緑豊苑

緑豊苑 都城市金田町 481-1
TEL.0986-38-0606

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

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

つまり通し作業

配管清掃

リサイクル業務

地域の自然と生活環境を美しく守る

(株)都城北諸地区

清掃公社

住宅型有料
老人ホーム

エスプリ都城 2号館増築



46,000円 6床

54,000円 34床

(食事代・部屋代・電気代・洗濯代・管理費込み)

随時見学
OK!!

入居者募集中

気軽にお問合せください

お問合せ



エスプリ都城

TEL 0986-53-3636

〒889-1912 三股町大字宮村字一万城2751-25

エスプリ都城

検索

新・医療の窓

早水公園クリニック便り⑮

①夜中に足がつるのですが。

原因は①筋肉の疲労②栄養不足(ミネラルの不足)③血行不良の3つがあります。まず①ですが、寝ている間は日中の筋肉疲労で筋肉の動きの調節を低下させます。したがって、日中よくストレッチしたり、日頃から運動して筋肉量を増やすといいでしょう。②については、カルシウムやマグネシウム、ナトリウムが不足することにより、神経と筋肉の伝達機能が低下するためです。妊婦さんがよく足をつるのは、これが原因です。カルシウムやマグネシウムがお腹の赤ちゃんにいつてしまうんですね。特にマグネシウム不足が大きな原因となるので、バナナやアボカド、わかめ、納豆などを摂るとよいです。③は、寝ている間は身体が動かないため、血液の流れが悪くなり、足がつります。年齢を重ねるにつれて足がつりやすくなるのも、この血行不良が原因です。日頃から、お風呂などで血行をよくしたり運動したりして、血のめぐりをよくしましょう。その他に、肝臓の病気や糖尿病が原因であることもありますので、あまり頻繁に足がつる場合は主治医の先生に相談してみてください。

②痔を予防するためには？

痔は、肛門にある血管がうつ



院長 山内 明

③GW明けから、子どもの花粉症がひどいです。

それはイネ科の花粉でしょう。スギやヒノキの花粉症が終わって、4月下旬あたりから夏前までイネ科の花粉がピークになります。目の症状が比較強いのが特徴で、他の花粉より喉がイガイガしたり、咳も時々出ます。大人よりお子さんに多いのも特徴です。イネ科の花粉は九

血して、静脈瘤になることが原因でできます。したがって、肛門周辺に血液がうつ血しないようにしなければなりません。予防法としては、①お風呂にゆつくり浸かることです。血のめぐりがよくなり、肛門のうっ血が改善されます。局部を温めるのもよいでしょう。②長時間排便しない、便秘に気をつける。長時間排便したり便秘になったりすると、いきんだりして肛門周辺のうっ血を引き起こします。これは一番多い原因ですから、特に心がけてほしいですね。③ずっと同じ姿勢で座っていると、特に同じ姿勢で座っているとよくないです。座っていると、一番低い位置の肛門周辺に血流のうっ血を起こします。トラックやタクシートの運転手さんなどに多いですね。座ることが多い方は、途中でよく休憩をとるようにしましょう。

州で多く、特に都城では非常に多いと言われています。具体的には、雑草の一種であるカモガヤやブタクサです。河原や公園あたりで、伸びてくるようなイネの穂みたいな白い茎の花がついています。スギなどと違って飛散の範囲は狭いので、そこらじゅうに飛んでいるわけではありません。週末に公園で野球をしていたら、目が真っ赤になったなんて感じで来院される方が多いです。思い当たる方は、この時期公園や草刈をしている河原などにに行く時に注意が必要です。



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>



今年も美味しい涼菓ができました

職人がこだわり選んだ宮崎県産の食材のみを使用しています

霧の大地ゼリー 霧滴る



◆5個入 ◆10個入 ◆16個入

味わい深し水羊羹



◆5個入 ◆6個入 ◆8個入 ◆12個入

■小豆水羊羹 ■抹茶水羊羹 ■ゆず ■マンゴー ■黒霧島 ■焼酎 ■いちご ■パイオ茶 ■日向夏 ■栗かのか羹 ■梅羹 ■マンゴー水羊羹

第25回全国菓子大博覧会 最高賞・名誉総裁賞受賞

「島津荘園」



都城産の栗とパ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ています。米粉は都城産、かるかんは地元の天然山芋とまさに「島津荘園」の名にふさわしい和菓子です。

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>



丁寧な指導で「手作りはじめてさん」も安心!

グラニーバッグ

お財布や携帯電話など、必要なアイテムがキチンと入るグラニーバッグ。ちょっとしたショッピングやお出かけにピッタリです。



※布の色、柄は写真とは異なる場合がございます。

日程	6/2(金)・9(金)・16(金)・23(金)
時間	予約制のため、まずはお電話ください。上記以外の日も、お問合せください。
参加費	1,200円(材料費込)

ミシン修理お任せください! 見積り無料・出張費無料・持ち込み修理OK

ミシンショップ宮崎 都城都北店

☎0986-36-7870 (すき家さん隣) 都城市都北町5929

営業/10時~18時(TEL受付/9時~19時)



まりしまフóラム

広告主様 大募集

「効果のある広告ってどんなの?」

「どんなイメージにしたらよいかわからない…」

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



まりしまフóラム

宮崎県都城市一万城町99-9-1
TEL/0986-26-5836 FAX/0986-26-5860
mail/ info@kiri-fo.net

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

質取り強化中!!
お持ちの品物を担保に、最低1000円から融資可能!!
お買取り金額もご相談ください!!

表ヶ丘中 宮崎銀行 東町郵便局
一都駅 宮崎銀行 イオン都城
田中書店 マイルストーン 警務署
田中書店 藤原商店 モービルひろせ
ココ★ さつま屋 ドライ
神柱神社

七五三、七草キャンペーン
¥19,300 (3ポーズ)
3歳アルバム (ハック) 写真入りストラップ
オリジナルカレンダー 全編CD
Lサイズ写真 (6枚) デザイン四切願写真 (平日撮影特典)

プレゼントがいっぱい!!
衣装・着付・ヘアメイク無償!!
写真の一生記録・成人・その他・記念日にどうぞ!!
3ポーズ ¥19,300すべてそろえます。ご予約400円!

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

R10 WING 都城市
TERRA美容室★ココ★大塚美容

団体様へおすすめコースのご案内!
わらしべ特別コース(全9品) 4,000円(税込) 20名様より 要予約



わらしべ名物雲丹焼き
宮崎牛を使用した特別コースをご用意いたしました。

さらに、ご予約されたお客様には特典として「鯛の姿造り」をプレゼント!

また、お得な飲み放題プランもございます。
詳しくは、お問合せください。

夏季限定!
涼を感じる……滋味豊かな冷し鍋
ミニ懐石【月】3,000円【他【花】3,500円【雪】2,500円

先附 鰻の南蛮漬
前菜 蒸し鶏の胡麻和え 鶏菜茄子のお浸し
わらしべ豆腐 海老のゆかり寿司 梅肉掛け
造り 地魚二種と有機野菜の一品
焼物 夏鴨のロース煮 マスタードソースにて
鍋物 きなこ豚の胡麻味噌冷し鍋
揚げ物 鱈の唐揚げ 数トマトソース
食事 塩散らし寿司 お味噌汁
水菓子 自家製プリュレ
※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

わらしべ都城店で味わう特別な本格芋焼酎
SHIZUKU
「京屋 雫」
大地のゆたかりとした時の流れの雫を感じるようなやわらかでずっさりとした爽やかな味わい。

京都 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) ※P24もご覧ください
【住 所】 都城市北町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

●しむら ●わらしべ ●マックス
●ハセ ●都城市 ●パルク
●ヤマ ●都城市 ●パルク
●一福 ●都城市 ●パルク
●やよい ●都城市 ●パルク
●GS ●都城市 ●パルク
●スノー ●都城市 ●パルク
●R10 ●都城市 ●パルク
●都北交差点

看板娘・看板息子を
激写!
Vol.57



●自分の性格を一言で…
明るく、メリハリがあります!

●趣味…
野球観戦
ソフトバンクが大好きで、
昨年よくヤフオクドームへ
行きました!!

●好きな女性のタイプ…
旅行が好きなので、一緒
に行ってくれる人。芸能人では、
新垣結衣さんです。

●6月のオススメ…
やはり夏の沖縄!! マリン
アクティビティを、ぜひ楽し
んでください。
人気の日程はすぐに埋まってしまうので、早めの予約をオススメします。

★本人からのコメント
入社して3年になります。旅行が大好きで、以前も成田空港や鹿児島空港で「旅」に携わる仕事をしていました。お客様へ紹介した旅行プランを「とてもよかったよ!」と、言ってもらえることが本当に嬉しいです。
夏休みやシルバーウィークの旅行に関する相談も承ります。気軽にご来店ください!

キリッとした目元に、優しい笑顔がステキ!!
日本旅行 イオン都城店 スタッフ
うえなが しょうへい
上永 翔平さん(27歳)

きりしまフォーラム
ホームページ
リニューアル!

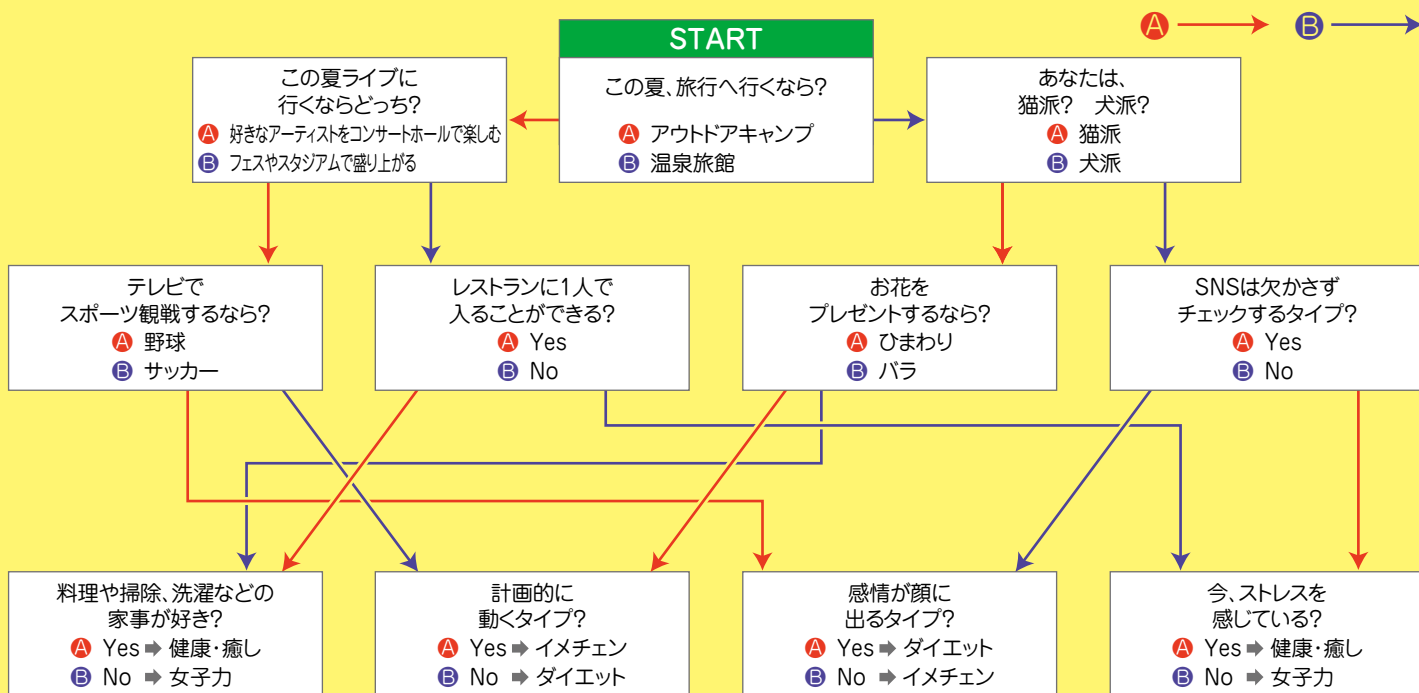
きりしまフォーラム **検索**



初夏のビューティ特集

～あなたにピッタリのお店はどこ!?～

夏目前!! 傾向診断チャートで、あなたがキレイになったり、癒されたり、健康になれる場所を探してみませんか?
ピッタリのお店が、きっと見つかりますよ。



健康になりたい 癒されたい気分

毎日忙しく、お疲れ気味のあなたにオススメするのは、このマークのお店。ゆったりとした気分で心からリラックスして、心身ともに健康になってください。

ダイエット したい気分

薄着の季節になり、自分の体型が少し気になっているあなたにオススメするのは、このマークのお店。夏目前の今、最後のダイエットをはじめませんか?

女子力アップ したい気分

夏はイベントが盛りだくさん!! アクティブなあなたにオススメするのは、このマークのお店。自分に磨きをかけて、この夏もキラキラと輝いちゃってください!

イメチェン したい気分

この夏! ちょっと冒険してみたいあなたにオススメするのは、このマークのお店。新しい自分になって、夏を思いっきり楽しんでください。



SANHUGI サンニュージー ☎0986-21-6332



ヘア&アイラッシュ『SANHUGI』

2017年は「マイスタイル」をテーマに、お客様の個性を際立たせながら、時間が経ってもスタイリングしやすいヘアスタイルを提案していきます。どんなスタイルにも似合う長さ・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! 「スタイル造りのワガママ」に100%お応えしたいので、何でも言ってください。

長く・太過ぎないデザイン性の高い ナチュラルなエクステが大好評!

自まつ毛を強く長くするケアも充実しているので、まつ毛が短くなった・薄くなったという方にもオススメです。

model: maya
stylist: tsukino
color: ayumi

素敵な
ヘアスタイルで、
毎日を楽しんで
ください。

ココ
ジョイフル コバック
タイヨー
太陽
銀行

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



タイ古式&チネイザン **nanaya ナナヤ** ☎090-8400-2610



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、全身をしっかりとほぐしていきます。
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・痛い等の状態に気づけば、身体は変わります。

Early Summerキャンペーン

全メニュー1,000円OFF 6月末迄

タイ古式 70分 4,000円→3,000円

チネイザン90分 6,000円→5,000円

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

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。気軽にご連絡ください!!
不定休

Hair Space O-ga オーガ ☎0986-22-8411

大人のモテ愛されカール! ミネラルデジカール!!

大好評の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、ツヤツヤのカールを実現!! 梅雨時期にこそオススメのスタイルです。

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

デジタルパーマの上手なお店

梅雨限定MENU
縮毛矯正+ミネラルデジカール+カット
新規の方限定 14,000円〜
HOIMIトリートメント(2,000円相当)付!

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

都城市 都北町 1569-8-101
営業/9:00~19:00 定休/月曜日・第3日曜日
instagram@adore1120

ADORE 都城店 ☎0986-38-3011

大人気のサロン『ADORE』が 6/1(THU)都北町に移転OPEN♪

シンプルなおしゃれを追求した店内は、お客様一人ひとりが、もっともっと心地よく過ごせるように、プライベート感を大切に作りに……。女性スタイリストが柔らかく細やかな感性で、あなたをより輝かせるスタイルを提案してくれます♪ 新しくなった素敵な店内で、リラックスしながら、キレイになってくださいね!!

オープンキャンペーン 先着50名様限定!
髪質に合わせて選ぶヘアケアグッズプレゼント!!

プライダル&まつ毛エクステも引き続き受付中です♪

都城市 都北町 1569-8-101
営業/9:00~19:00 定休/月曜日・第3日曜日
instagram@adore1120

ほぐし整体 和み庵 nagomi-an ☎070-5276-7060

ほぐし整体『和み庵』New オープン!!

『和み庵』こだわりの施術『ほぐし整体』は、「庄」ポイント「リズム」で、身体全体をほぐしながら、筋肉を左右対称に調整。同時に歪んだ骨格も正常に整えていきます。リラクゼーション効果はもちろん、健康を維持するための施術です。気軽にご来店ください。

お試し 30分施術 1,000円

New オープン 6月限定キャンペーン
60分施術 3,000円→2,000円

スポーツで身体を酷使している男性にもおすすめです

都城市中町13-22 チャレンジショップ内
営業/10:00~19:00※土曜日は15:00迄
定休/火・水曜日
LINE ID「nagomi-ann」からも予約OK!

PAS A PAS HAIR ☎0986-57-0880

最高品質のオーガニックメニューが大好評!

キャリアとセンスを持ち合わせた女性スタイリストが「高い技術×デザイン性」で、あなただけのヘアスタイルをプロデュースします。大好評! 93%オーガニック素材を使用したオーガニックカラー。頭皮が弱く、薄毛や抜毛が気になる方にも安心です♪

「oggi otto」ヘッドスパ 3,000円〜

6月おすすめMENU
ストレートパーマ 髪と地肌を傷めない薬剤を使用
ダメージレスで艶フワのストレートに!!
+2,000円でデジタルパーマの施術OK!

北諸県郡三股町新馬場38-9
営業/9:00~19:00 予約優先
定休/月曜日

Hairpital CK ヘアピタルシーケー ☎0986-88-0196 ☎080-9145-0068

小さなお子さま連れでも安心♪ 保育士のいる美容室!!

『CKJ』の縮毛矯正で傷んだ髪もキレイにまとまる!

縮毛矯正キャンペーン

- 前髪縮毛 5,000円→3,000円!
- 縮毛矯正 12,000円→8,500円!
- デジスト 14,000円→10,000円!
- カット+1,500円でOK!!
- 学生縮毛矯正 8,000円→5,500円!
- 学生カット+1,000円でOK!!

シャブー・ブロー・トリートメント込! ロング料金込!!

お母さんがリラックスして美しくなるように、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ね♪

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

まごころ整体院 ☎080-3972-8908

今! 話題の最新型姿勢分析器 6月末迄!! 測定無料キャンペーン

大好評! パーソナルトレーニング ◆高齢者向けフィットネスクラブ◆
60歳以上 1回1,000円
施設に頼らず、自分の事は自分でしたい方へオススメ!!

◆ビューティプログラム◆
1回1,500円
無理なく身体を変えたい方へ。10年前のスタイルへ戻る方法を教えます!

詳しくはコチラ!!
YRS 都城

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

ロゼマドンナ

美しさを応援します!! 技術・価格にびっくり!! スピードと結果を重視するならロゼマドンナ

遠赤ドーム 通常価格 1,000円 → お試し価格 500円

脂肪吸引ローラー 3,800円 → 500円

光痩身スリム 3,500円 → 500円

RFトリートメント 3,500円 → 500円

若返りコラーゲンプラセンタ注入 3,000円 → 500円

プレミアムコース 通常価格 9,800円 → お試し価格 1,500円

スペシャルコース 通常価格 7,500円 → お試し価格 1,000円

スリムコース 通常価格 6,000円 → お試し価格 1,000円

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。

慢性腰痛専門 整体院あやめ ☎070-4737-9537

その腰痛、我慢してませんか？

- 原因が分からず、どうしていいかわからない。
- 足がしびれて長い距離歩けない。
- シップや薬で対応するしかないと思っている。
- 朝、起きた時につらい。等

「何をやってもよくなる」と諦めていませんか？ 腰が
つらいのには必ず原因があります。原因を突きとめて痛み
を取り除き健康で快適な生活を取り戻しましょう！

通常 5,000円 → 初回 1,980円
さらに「きりしまフォーラム見たよ」で
初回 980円 【7名様限定】

肩・首コリ等、
その他の症状も
おまかせください。

都城市年見町2-5
営業/火・木・土曜日
予約受付時間/9:00～21:00
完全予約制

hair-hair Jewel ジュエル ☎0986-77-2548

**女性スタイリストによる施術と
心地よい空間が大人気のサロン♪**

～天然100%ハナヘナの特徴～

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

身体に負担のない、髪と頭皮に優しい**白髪染め**

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

6月オススメ! 大好评

- ◆シャキーンとならない縮毛矯正 10,800円
- ◆セブストレード(ダメージ毛専用) 14,100円

【税込・長さ料金別】

※P24も
ご覧ください

オーナーのお母様 驚異の82歳!! ヘナカラー歴5年

都城市八幡町16-3 スタッフ募集中
営業/9:00～18:00 定休/月曜日・第1・3日曜日
駐車場/6台 アメパログ都城市ジュエルで検索!!

HARE hair ☎0986-58-9190

おかげさまで2周年♪

おかげさまで2周年を迎えることができました!
これからも、みなさまに喜んでいただけるサロンを
目指して頑張っていきますので、よろしくお願いします!!

menu

- カット 幼児 1,000円 小・中学生 1,600円
- 高校生 1,800円 一般 3,200円
- カラー+カット 6,300円～ ■パーマ+カット 6,900円～

縮毛矯正(イオンコンプレックスストレート)
9,000円(ロング料金別)

やわらかい手触りと質感を実現する驚きの縮毛矯正

stylist
Nakashima&Haruta

oggi otto オッジオット
最新毛髪理論と最先端ケア
テクノロジー、そして植物が持つ生
命力を融合したヘアケアアイテム。
驚きのケアをご体感ください!

パシオたかお
陸上自衛隊 鷹尾郵便局
五十市中学校
五十市駅

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
Instagram「@hare_hair」で検索

owl オウル ☎0986-24-8508

鷹尾にNEW OPEN!
高技術&オシャレなサロン!!

経験豊かな技術を持つ実力派女性スタイリストが、新しくオ
ープンした美容室。女性スタイリストがマンツーマンで、仕上げを
一人を担当します。贅沢な時間と空間を味わっていただ
くす♪「どんな時でも素敵でいたい!」という女性の願いを叶
えるために、髪質や髪の状態、ファッションライフスタイル等を
丁寧にカウンセリング、気軽に相談できるサロンです。

menu

- カット 3,400円 カラー 4,500円～
- ヘナ 5,000円～ パーマ 4,000円～
- ストレート 5,000円～ 縮毛矯正 8,000円～

オープニングキャンペーン
6月末迄
全メニュー 20%OFF

都城市鷹尾5-4-13
営業/10:00～18:00 定休/日曜日・祝日
詳細・ご予約はお電話・LINEから気軽にどうぞ!
LINE ID @may4989u

この夏が勝負!! 楽楽痩せるならYOSAがオススメ
無理な運動なしで、食べても大丈夫!!
体を温め発汗促進で、目指せ-10kg!

身体のコから温めて・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、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、ご相談くださいね!!

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
- 新陳代謝を促進

初回限定 1,000円OFF

プレミアム (120分) コース
通常13,800円相当の施術

8,800円 → 7,800円
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円 → **4,500円**
全身リンパマッサージ→水素YOSA

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
くため、話題の水素水を
たっぷり飲み、肌からも吸
収します。

belt'a ベルタ
西海岸テイストの店内ヘリニューアル、
オシャレな空間でキレイになる!!

YOSA PARK BIEN ～美縁～ 高木店
☎090-7474-7937

LINE ID / aihyu1104
都城市高木町5003
営業/9:00～22:00 (応相談)
不定休 駐車場/あり
完全予約制

YOSA PARK Ma.room マルム 若葉店
☎080-6414-7264

E-mail / ma.room.aymr@gmail.com
LINE ID / tkar24
都城市若葉町88
営業/9:00～22:00 (応相談)
不定休 駐車場/あり
完全予約制

YOSA PARK Olu'olu オルオル 甲斐元店
☎090-9285-6172

LINE ID / xo23xo
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

YOSA PARK KEI 東町店
☎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 belt'a ベルタ 都北店
☎080-5202-1544

E-mail / belt'a1028@gmail.com
LINE ID / yosavori
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



シンコー本店発・不動産物件情報

【★新築は全部オール電化！★】

()内は坪数 ※新築は全オール電化

③ リフォーム箇所有り ④ 値下げ

(新) 妻ヶ丘町 1950万円



★車もラクラク駐車できます！
●土地169㎡(51) ●建物83㎡(25)
●H29/3築 ●妻ヶ丘Bバス停6分

★文教エリアの稀少物件！

★南は歩道で車は通れません！

(新) 上長飯町 1920万円



★小学校迄10分ほど！
3SLDK+DEN
★カーポート付き
●土地293㎡(88) ●建物94㎡(28)
●H29/3築 ●上長飯小バス停8分

★注文レベルの水回り品

(新) 財部町 1450万円



★設備も充実
★木の香たどようホッとできる新築！
●土地354㎡(107) ●建物84㎡(25)
●H29/3築 ●下正ヶ峯バス停1分

(未) 南横市町 1890万円



★西小学校すぐ近く！
●土地228㎡(69) ●建物86㎡(26)
●H27/10築 ●鍛冶屋Bバス停9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 ●高見堂バス停7分

(新) 久保原町 1780万円



★明和小
★天井高が高く快適！
●土地244㎡(73) ●建物89㎡(27)
●H28/12築 ●妻原町Bバス停7分

(新) 郡元町 1670万円



★終の住処おすすです！
★買い物便利エリア
★駐車場を整理して引き渡し
●土地392㎡(118) ●建物152㎡(46)
●S63/7築 ●ショッピングSBバス停6分

(R) 財部町南侯 1298万円



★南の眺めがいいですよ！
★オール電化・リフォーム済
●土地400㎡(121) ●建物106㎡(32)
●H9/9築 ●前玉Bバス停7分

末吉町深川 940万円



★柳迫小
★オール電化・車庫付き
●土地600㎡(181) ●建物141㎡(42)
●H3/6築 ●柳迫小Bバス停8分

(新) 南横市町 1140万円



★角地物件！
●土地200㎡(60) ●建物116㎡(35)
●H5/8築 ●加治屋Bバス停2分

売りたい！
買いたい！
まず相談！
シンコー
妻ヶ丘へ！

(新) 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バス停5分

(新) 三股町新馬場 2200万円



★月々¥65,000~
★太陽光発電 / クール暖 / オール電化
●土地243㎡(73) ●建物129㎡(39)
●H24/9築 ●新馬場交差点Bバス停4分

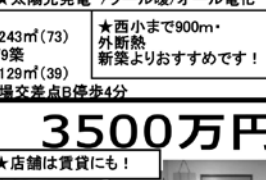
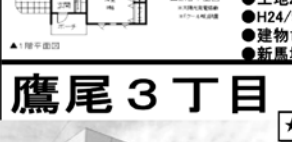
売りたい物件は
27年勤務の
レジェンド部長が
甘・辛口で無料査定！

(新) 妻原町 2550万円



★機能重視の家！
★4LDK対応 ●西小申請可

(新) 鷹尾3丁目 3500万円



★店舗は賃貸にも！
★エレベーター
●土地264㎡(79) ●建物256㎡(77)
●H17/1完成 ●鷹尾2丁目Bバス停11分

(新) 甲斐元町 2200万円



★旅館の離れのような佇まい！
●土地602㎡(182) ●建物119㎡(36) ●不明 ●甲斐元町Bバス停分

上川東2丁目 720万円



●土地307㎡(92) ●S60築
●建物74㎡(22) ●黒協殿Bバス停3分

(新) 上長飯町 2750万円



★別棟1棟あり
●土地660㎡(199) ●建物118㎡(35)



★高断熱住宅仕様 ●上長飯小近く



マンションも土地
情報もありますよ~
Let's go to the new house.

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 0986 24-1518
※広告有効期限は平成29年6月30日迄。掲載物件は全て仲介※

フォーラムがプロデュース!! 日帰りぶらり旅

たいなる自然の恵み

霧島市特集!



プレゼント応募方法

全国的に人気を誇る温泉施設のたくさんある、霧島市へ行ってきました! 温泉はもちろん、伝統工芸体験や美味しいグルメを堪能できる日帰り旅です♪

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6月19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通限り有効とさせていただきます。



岩切美巧堂 薩摩錫器工芸館

今年で創業100年を迎える『岩切美巧堂』。古来より、その無害性と独特な温かみによって愛用されている錫器の伝統的な製法を守りつつ、新たな技術を独自に開発し取り入れている工房です。今回は『岩切美巧堂』が運営する『薩摩錫器工芸館』にて錫器製作体験とギャラリー見学をしてきました。

錫器製作体験



こちらでは手のひらサイズの錫器製作を体験することができます。今回はヤスが世界にたった一つの錫器製作に挑戦! 最初は皿の裏に刻印を打ちます。今回は取材日の日付と「FORUM」という文字を刻印。一回打ってしまおうとやり直すことができないので、なかなか緊張する作業です。といいつつも、なんと「O」を横向きに打ってしまっ痛恨のミスをしてしまいました。まあ、これはこれで味があるからOKということにして次の工程に進みます。金槌を使い皿の縁を曲げ、形を作っていきます。

バランス感覚や力加減が必要な難しい工程ですが、それによって一枚一枚違った趣のある錫器になり、作っていくうちに愛着が沸いてきます。最後は機械で磨いてもらい完成。磨き終わるとピカピカになり、さらに味が出ますよ。今回作ったお皿は読者プレゼントにしますので、ご応募お待ちしております!



ギャラリー見学



体験が終わり、錫器を磨き終わるまでに少し時間があるので、併設しているギャラリーを見学しました。ここでは『岩切美巧堂』で作られた商品や鹿児島県の錫鉱山の歴史、2~300年前の錫器などを見ることができます。中には、1年以上の年月を掛けて製作した100万円



以上もする錫器や天皇陛下に献上した品と同じ錫器も展示してありました。献上する錫器は同じものを量産できないため、『岩切美巧堂』で保管してある品と合わせて世界に3つしかない貴重な錫器なのだそうです。その美しさに目を奪われてしまいますよ。

錫器は保温性に優れ、錆びにくく手入れもしやすい、普段使いにもよし、飾ってもよしなので、贈答品や返礼品にぴったりです。また結婚10周年を迎えるというご夫婦は、錫婚式の記念に購入してみたいいかがでしょうか。



錫器製作体験

料金 3,000円(税別) / 1人
所要時間 約1時間程度
人数 1~40人まで
要予約



☎0995-45-0177

鹿児島県霧島市国分中央4-18-2

営業 / 月~土曜日 8:00~12:00
13:00~17:30
日曜日 9:00~12:00
13:00~17:00
定休 / 12月31日~1月3日



BOULANGERIE NOËL ノエル



人気パンBEST3

- 1 日当山温泉食パン 300円
日当山の源泉水を使った風味豊かな食パン
- 2 モチモチお米パン 100円
- 3 石臼挽き粉のバケット 300円

「ノエル」で使用している小麦は、北海道産の「春よ恋」「TYPE ER」、福岡県産の「みなみの穂」。ライ麦・全粒粉・玄米粉・米粉もすべて国産です！



火～土曜日限定！

LUNCH BOX 800円

季節の野菜をふんだんに使ったすべて手作りのランチボックスは、キッシュ・バーガー・ドーナツ・デザートと盛りだくさんの内容
※数量限定のため、予約をおすすめします。

国産の材料にこだわって作られているパンが大人気のお店です。オーナーの津崎さん自身にアレルギーがあり、ポストハーベスト(残留農薬)によって、肌や体調に症状が出ていた時に会った国産小麦。この残留農薬のない国産小麦だけを使ったパンを作り食べることで、体調が劇的に改善したのをきっかけに、お客様にも安心・安全なパンを美味しく食べて欲しいという思いから7年前に「ノエル」をオープンしました。小麦はもちろん、天然酵母や野菜、フルーツにもトコトンこだわっている「町のパン屋」さんです♪



近くの公園で早速いただきました！
野菜たっぷりのキッシュやバーガー、スイーツも絶品♪
ボリュームも満点です！

拉麺 王角



プレゼント② ラーメン 3名様

“究極のとんこつラーメン”と銘打つラーメンが人気の『拉麺 王角』。鶏や魚介系などのダシを使わない100%純粋なとんこつラーメンを出している麵処です。人気を博している有名な某ラーメン店で修業し、こだわりの手作りラーメンを確立した後、独立してお店を立ち上げました。まだオープン1年目ですが、すでに多くのお客さんと賑わっています。メニューはみそや醤油、塩とありますが、やはり一番人気は「濃厚とんこつラーメン」です。これからの時期は「うま辛みそラーメン」もオススメですよ。



濃厚とんこつラーメン



うま辛みそラーメン

今回はその2杯をいただきました。まずは「濃厚とんこつラーメン」。麺は縮れ麺とストレートから選べ、オススメというスープによく絡む縮れ麺をいただきました。見た目は確かにこってり濃厚スープ！ですが、食べてみるとパンチはそれほど強くはなく、とんこつのまろやかな味を楽しむことができます。「うま辛みそラーメン」は程よいからさが癖になります。暑くなってくるこれからの季節、このラーメンを食べてスタミナをつけるのもいいですね！

メニュー

濃厚とんこつラーメン	670円
うま辛みそラーメン	850円
餃子	300円
替え玉	190円



この看板が目印！！

☎0995-47-3539

鹿児島県霧島市国分野口東3-1296-1
営業／月～金曜日 11:00～15:00
17:00～22:00
(水曜日はお昼の営業のみ)
土・日曜日・祝日 11:00～22:00

家族温泉 いやしの湯 山翠

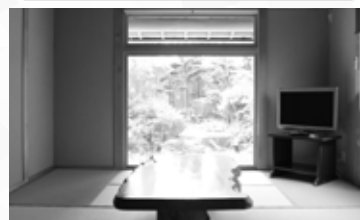


霧島市日当山温泉郷のプライベートな癒し空間

8年目を迎える『山翠』は、地元の方だけでなく宮崎県からの利用者も多い人気の家族風呂。それぞれ異なった作りになっている21の個室は、檜の内湯と露天風呂、休憩室までついています。時間を忘れてくつろげる空間となっていますよ！

すべての部屋で素敵なお庭を眺めながら、源泉掛け流しのまろやかなお湯を楽しめます。お庭も温泉も広々としているので、子ども達にも大人気のスポットです!!

平日限定30分延長サービス



料金	各部屋60分・4名様までご利用
1,800円 (全8室)	内湯・露天風呂・休憩室完備
2,500円 (全9室)	内湯・露天風呂・休憩室・トイレ完備
3,000円 (全1室)	内湯・露天風呂×2・ナノミストサウナ・休憩室・トイレ完備
3,500円 (全3室)	内湯・露天風呂×2・足湯付うたせ湯またはジャグジーまたはナノミストサウナ・休憩室・トイレ完備

※時間延長・人数追加もできます

プレゼント④ 家族風呂 2名様

※お好きなお部屋をご利用いただけます。
1部屋4名様までの利用可。
混雑時にはお待ちいただきます。予約不可

☎0995-45-2226

鹿児島県霧島市国分剣之宇都町207-1
営業／10:00～25:00
年中無休



岩戸温泉

源泉掛け流しのナトリウム・炭酸水素塩のお湯が、地元の方の常連客に長年愛され続けている『岩戸温泉』。効能はすり傷・やけど・肥満症。広い大浴場はもちろん、お庭が素敵な露天風呂もあり、のんびりとリフレッシュできる温泉です。



入浴料金

大人 300円 小学生 150円
幼児 50円
家族湯 60分600円～
宿泊施設 素泊り 1泊3,500円

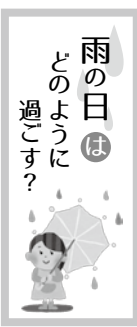
プレゼント⑤ 入浴券 ペア5組10名様

☎0995-45-4136

鹿児島県霧島市国分姫城3261
営業／6:00～22:30
(最終受付22:00)
定休／第1火曜日



ぽかぽかと暖かく、やつと過ぎやすい季節になったのに、まもなく梅雨のシーズンを迎えますね。ジメジメ、ジトジト、憂鬱です……。そんな梅雨のシーズン、みなさんはどのように過ごされていますか？ 前号の誌面で「雨の日の過ごし方」のアンケートをお願いしたところ、多くのコメントを寄せていただいたので、ご紹介します！ お家で過ごすか、出かけるかで言えば、ちょうど半々ぐらい。お家では、DVDや録りためたドラマを観たり、本や雑誌を読



んだりして、のんびり過ごされる方が多いみたいです。雨と一緒に、一日ゴロゴロしています。なんて方も（笑）。雨だからと言ってのんびりできないのが、主婦の方。掃除や片付け、それから常備菜の作り置きなんてコメントもたくさん見られましたね。「いつもより手間はかけて料理をする」というコメントもありました。奥さま、お母さんに感謝です！

お出かけするスポットは、『イオン都城ショッピングセンター』さんがダントツ。「フーココートでランチしたり、本屋さんへ行ったり、カフェでお茶したり、何でも揃っている」「立休駐車場があるので、子ども達が雨に濡れなくてすむ」というのが理由のようです。イベントも催しているの、雨が降っているのを忘れて、過ごせそうです。次いで人気のスポットが図書館。ゆっくり読みたい本を選んで、お家で読むことを楽しんでいらつしやるようです。読書がお好きな方が多いみたいですね。他には、温泉や室内プール、フィットネスジムや本屋さん、カラオケなど……意外にみなさん、お出かけしています。みなさん、「雨だからこその過ごし方を探して、思い思いの過ごし方をされているんですね。梅雨を乗り切れば、からつと晴れた夏が来ます！ ご自分に合った雨の日の過ごし方を見つけて、憂鬱な梅雨のシーズンを乗り切りましょう！

第23回 まりしまん てこ祭り2017

**盆地より発信
元気を体感、弾ける笑顔、
仲間と興ず太鼓の祭典**

私たちは、環霧島の大地に根ざした太鼓仲間であり、今年のテーマである「盆地より発信 元気を体感・弾ける笑顔・仲間と興ず太鼓の祭典」のもと、年に一度集い太鼓チーム相互の交流を深め、技術向上を目指し日々鍛錬した成果を発表する場として、「てこ祭り」を開催し圏域の文化振興に微力ながら貢献したいと考えています。

●日時／6月24日(土)18時開演
●会場／都城市総合文化ホール 大ホール
●主催／霧島盆地太鼓交流会
●入場料／(小学生以上)500円(前売り・当日券共)
●プログラム／◎南洲太鼓ジュニア ◎東霧島龍神太鼓保存会 ◎武将弥五郎太鼓くいのち ◎はまご太鼓 ◎広原ちびっ子太鼓 ◎みやざき山之口やいかりやろ ◎みやこんじょ娘太鼓 ◎はまご太鼓ジュニア ◎武将弥五郎太鼓激闘組 ◎広原太鼓北都会 ◎隼太鼓 ◎南洲太鼓保存会 魁

■入場券問合せ先
◎下徳 幸春 080-5244-8560 ◎河野 謙二 090-9075-7154
◎権堀 洋一 ☎62-3890 ◎内村 和子 ☎36-2925
◎中山 なぎさ 090-6894-7826 ◎平田 亮馬 090-9602-6353

※P20もご覧ください

あなたのお店 その防犯対策で 大丈夫ですか？

あなたの大切なものを守るための
防犯システムをお届けします。

こんな場面の防犯対策、お任せください！

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

こんな場面にも活用できます！

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

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

R.O.D

Respect on Demand

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



0986-22-8400

宮崎県都城市一万城町 99-9-1

まずはお気軽に
お電話を！



ジモトのことを もっと知ろう！

介護編

第5回

【権堀自治公民館】



「ジモトのことをもっと知ろう！ 介護編第3回」で取り上げた「こけなからだづくり講座」。この講座は、都市内の各地区にある公民館を会場として、週に1〜2回実施している、30分程度の簡単な体操をする介護予防のための講座です。今回は、『都市役所介護保険課』から高崎町の『権堀自治公民館』をご紹介します。実際の講座の様子を取材させていただきました。

『権堀自治公民館』の「こけなからだづくり講座」

自然豊かな集落の中にある『権堀自治公民館』。この自治公民館での「こけなからだづくり講座」は、スタートしてからもうすぐ2年になるそうです。地区のみなさんで都合のつく日時を話し合い、毎週金曜日の朝9時半からはじめることになりました。取材時に参加されていたのは、60〜90代の9名で、全員女性。ほとんどの方が講座のスタート時から参加されており、ずつ

と続けてこられたそうです。小さな地区なので、他の公民館よりも講座に参加する人数は少ないようですが、少人数である分、とてもアットホームな雰囲気。今回の取材も、温かく迎え入れてくださいました。

この講座で準備するのは、体操の仕方が書かれた大きな用紙と体操する時に流すCDラジカセ、それから参加者それぞれが使用するイスとオモリのみ。準備が整ったら、音楽を流し体操をはじめます。

音楽に合わせて
元氣よく歌いながら体操

体操は全部で8種類。まずは、イスに座って左右交互に足を真上に上げたり、横に上げたりしながら運動。それからオモリを持って腕の上げ下げや、イスから立ち上がって足の横上げや後ろ上げ、腰をゆつくり上下させる運動が続きます。どの体操もCDラジカセから流れる童謡に合わせて行いますが、みなさん元気に歌いながら楽しそうに体操をされていました。それぞれの体操を始める前に、リーダーの方がどんな効果があるか、また注意点なども話してくれるので、意欲的に取り組めますし、安心です。

一通り体操が終わると、ユニークな歌詞の「ぼけな小唄」を歌い、これもまた自然と

講座の光景



継続は力なり
講座を続けて成果を実感

講座に参加し続けてきて、効果はどうか伺ってみたいところ、みなさん大いに実感されていました。最初はなかなか思うようにできなかった体操

も、続けるうちにできるようになっていったみたいです。「全然できなかった体操も、今は楽々できます。やっぱり続けることが大事だとつくづく思いますね」とうれしそうに話してくれました。

体操の成果は日常生活でも実感しておられるそうです。以前はゆつくり時間をかけないと立ち上がれなかったのが、楽に立ち上がれるようになったり、「身体が軽くなったような気がします」と話す方もいらつしやいました。中には杖なしでは出歩くことができなかったのに、今では杖なしで大好きな散歩を楽しめるようになった方も。『できないことができるようになること』を、喜んでおられるようでした。

そうした成果が認められ、

最近都市市長から『権堀自治公民館』と、この自治公民館で講座に参加する85歳の方3名が表彰されたそうです。

講座を続けてこられたのは
楽しみがあつたから？

「私はおしやべりが楽しみで講座にきているんです（笑）」——参加者のお一人がそう話してくれました。講座が終わると、みなさんで集まって茶話会。それがみなさんの何よりの楽しみなんです。お菓子や手作りのお料理を持ち寄って、おしやべりを楽しむそうです。この日、持つてこられていたのは、具だくさんのかき揚げやたくあん、お菓子。美味しそうにつまみながら、おしやべりするひとときは本当に楽しそう。毎回おしやべりが盛り上がり、お開きになるのは、お昼前後なのだそうです。時には、ホットプレートを用意して、みなさんで好み焼きを食べたり、楽しい時間を作っておられるようです。みなさん本当によく笑っておられ、仲がよいのがひしひしと伝わってきました。

都市市内の各地区において
講座を実施しています

都市市では『権堀自治公民館』以外に145もの自治公民館などで、「こけなから

◆取材後◆記◆

以前、『都市役所介護保険課』の職員の方にインタビューした際、講座に参加されている方について、こう話しておられました。「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氣になっています。いつもみなさん元氣で、こちらが元氣をもらっているぐらいです」。実際に講座に足を運んでみて、話しておられたことが分かりました。本当にみなさん元氣で楽しそう！ 講座で体操をするのはもちろん、みなさんでこうして過ごせる場があることが毎日の元氣につながるのですね。

取材協力／権堀自治公民館

お待ちかねの茶話会



行楽シーズンに行きたいキャンプ場を、
読者アンケートでリサーチ!!

この夏はキャンプへ GO GO GO

梅雨が明ければ、キャンプシーズンの到来です! 読者がオススメする&行ってみみたいキャンプ場を、ご紹介しちやいます。まだ、夏の予定が決まっていない方は、ぜひ参考にしてくださいね♪

読者がオススメする&行ってみみたい キャンプ場 BEST3

- 1 都城市高城観音池公園子ども村
キャンプ場・
オートキャンプ場
- 2 青井岳キャンプ場
- 3 ひなもりオートキャンプ場



★第1位★
都城市高城観音池公園子ども村
キャンプ場・オートキャンプ場
●温泉に入って、ゆつくりとコ
テージに宿泊できるので最高で
す! (ヒット/41歳)
●都城市から近いし、温泉も気
持ちいいのでおすすめです。
(RM/31歳)

プへ、今年も行きたいな。
(T・S/35歳)
■問合せ/
青井岳キャンプ場
☎0986-57-2177
営業期間…7月1日〜8月31日

★第3位★
ひなもりオートキャンプ場
●とてもキレイに整備され
て、炊事場はお湯が出るのでよ
かったです! (マア/38歳)
●芝生がキレイに手入れされて
いて、ゆつくりくつろげまし
た! (K・K/52歳)
●広々していると聞くので、子
ども達と行きたいです。
(K・T/46歳)
■問合せ/
ひなもりオートキャンプ場
☎0984-23-8100
営業期間…オールシーズン

★その他のオススメ&行っ
てみたいキャンプ場

えびの高原キャンプ場
●温泉もあるし、キャンプ場と
して整っているのが安心です。
(シヨウ/69歳)

北郷蜂之巣キャンプ場
●孫達と昨年は数回行きまし
た。これからの季節はお花がキ
レイに咲いているので、楽しみ
です。
(すーちゃん/75歳)

法華嶽公園キャンプ場
●昨年バーベキューをしに行き
ましたが、子どもも大人も楽し
めました!! 魚もいて、「じゃ

ぶんこ広場」で水遊び! 今年
も、ぜひ行きたいです。
(shuna/35歳)

花房峡憩いの森キャンプ場
●ゴーカートやテニスコートも
あり、すごく楽しい。近くには、
キレイな川もあります!
(花子/31歳)

大川原峽キャンプ場
●近くを流れる川がとてもきれ
いで、冷たくて、子ども達と思
いつき遊びます!!
(あや/32歳)

宮崎白浜オートキャンプ場
●ビーチも近くて海水浴もでき
るし、夏をいっぱい楽しめるか
ら大好き。
(りさ/24歳)

霧島高原国民休養地
●バーベキューセットもレンタ
ルできるし、ボールも借りられ
ます。駐車場と温泉も近くて便
利なので、キャンプ初心者には
いいと思いますよ。
(M・F/37歳)



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



A メイプルパンケーキ 3名様

本誌で大人気のジェラート&パンケーキ専門店『フェリーチェ』! 新作の「焼きたてスフレチーズパンケーキ」は、チーズ好きにはたまらない逸品。また、毎年大好評の夏季限定「フルーツパンケーキ」は、今が旬の美味しいフルーツを「これでもかっ!」と、トッピングしています♪ 期間限定の美味しさを、ぜひ堪能してくださいね!

P26も
ご覧ください

★提供/ GELATERIA FELICE (ジェラテリア フェリーチェ)
☎80-6162 都城市中町12-25 PIER1

B ラーメン 3名様



20時間炊き上げた濃厚でクリーミーなスープと、数十種類の食材と香辛料をブレンドし、風味、コク、旨みのあるあかだれのハーモニーをお楽しみください。

P26も
ご覧ください

★提供/ 博多 あか星
☎46-1221
都城市広原町15-10-3

C 2,000円食事券 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、6月19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人様1枚限りを有効とさせていただきます。

★プレゼントの受取方法★

☐…発送 ☐…きりしまフォーラムまで取りに来る

☐…お店に直接取りに行くorお店で利用

D いちごまるごとカキ氷 3名様



いちご農家だからできる期間限定の「いちごまるごとカキ氷」をプレゼント! 「ラ・フリーズ」で採れたばかりのいちごを凍らせて削る、贅沢なカキ氷です。フワフワで濃厚なカキ氷をぜひお楽しみください!

★提供/ いちご農家さんのお店 La fraise ラ・フリーズ
☎090-1442-6735 曾於市末吉町深川堂/上8956-5

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

★提供/ お菓子のながくら
☎38-0119 都城市都北町5670

F マカロン(5個) 3名様

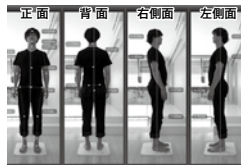


ショコラ、マンゴー、塩キャラメル、カンスなど、14種類の中からお好みのマカロン5個をお選びください。

※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。

P7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 6月号アンケート

●希望するプレゼントのアルファベットをお書きください。

第1希望() 第2希望()

●10・11頁「日帰りふらり旅 霧島市特集!」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!

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、LDK15、P2台、専用庭付、エアコン3台、システムキッチン、南向き、IHヒーター、シャンプードレッサー、システムバス

【メゾネット・久保原F-B】7万円(貸主)
 洋7.2、4.7、6.6、LDK15、ロフト3、P2台、床暖房、衣類乾燥、物置、エアコン4台、南向き

【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】大王町 3.7万円(仲介)
 和6、4.5、4.5、DK4.5、水洗、給湯、P2台、犬+2,000円、猫+3,000円、大王小学校区、応相談

【都原ラフェンテ】4.8万円(仲介)
 洋6、6、LDK9.6、P2台、エアコン3台、庭付き、玄関・リビング豪華大理石張り

【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

【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

【売貸家2棟】900万円(仲介)
 姫城町、宅地、土地268.59㎡(81.24坪)、建物79.42㎡(24坪)×2棟、築32年、賃料4.2万円×2=8.4万円、年間100.8万円 利回り11.2%(チャンス!!)

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


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

24時間出し入れ自由!!
 お問合せ: 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 あやべ歯科クリニック コープ都北店 ココ 宮脇燃料

広告有効期限/平成29年6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☆

◆夏祭りの思い出を聞かせてください。

◆あなたの感じる地元(都城市・曾於市・三股町etc.)のいいところ・悪いところを教えてください。

いいところ…

悪いところ…

◆最近「キュン」ときた、異性の言動を教えてください。

☆ご協力ありがとうございました。

休日急患診療機関

【6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。



4 日 (日)	山内小児科医院（小）	上町	22-0048	18 日 (日)	原田医院（内・小・外）	郡元町	26-3330
	村上循環器内科クリニック（循・内）	宮丸町	25-2700		柏村内科（内）	上町	22-2616
	宇宿医院（内・胃・消）	栄町	25-9031		長倉医院（内）	三股町	52-2109
	野口脳神経外科（脳）	太郎坊町	47-1800		福島外科胃腸科医院（外・胃）	都北町	38-1633
	江夏整形外科クリニック（整・リウ・リハ）	三股町	51-1122		酒井皮膚科医院（皮）	北原町	25-5322
	小山田眼科医院（眼）	松元町	22-0710		西元眼科医院（眼）	中原町	25-8888
	さくら歯科・小児歯科（歯）	都原町	46-3428		井上歯科医院（歯）	前田町	22-3883
11 日 (日)	政所医院（小・内）	高城町	58-2171	25 日 (日)	久保原田中医院（内・小）	久保原町	22-7700
	田口循環器科内科クリニック（内）	下川東	24-0600		有川呼吸器内科医院（呼・内）	上川東	24-6677
	瀬ノ口内科放射線科医院（内）	都原町	25-7780		あきづき医院（内・心内）	上水流町	36-0534
	吉見クリニック（外・整・内）	高城町	58-5633		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		石井皮膚科医院（皮）	蔵原町	23-4588
	中山産婦人科医院（産・婦）	前田町	23-8815		北原医院（産・婦）	北原町	22-4133
	やまのくち歯科（歯）	山之口町	57-5588		よしお歯科医院（歯）	吉尾町	36-7802

きりしまフォーラム 営業企画社員募集中!!

広告主様への営業活動をメインに、地域のイベントに参加したり、取材に行き記事を書いたり、やりがいの多い仕事です。

共にフォーラムを盛り上げてくださる方のご応募、お待ちしております！

- 職種／営業企画社員
- 資格／20歳～35歳位まで
- 給料／17万円以上（年齢・経験により応相談）
- 待遇／昇1賞2、各種保険完備
- 時間／9時～18時（残業有り）
- 休日／日祝日、月2回土曜日、夏期、年末年始、GW休暇



きりしまフォーラム
都城市一万城町99-9-1

まずは、お電話にてご連絡ください。



0986-26-5836



★2018年新入学ランドセル

日時／6月2日(金)～11日(日)

★おもちゃ病院

下りエスカレーター横

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

日時／6月4日（日）

日時／6月11日（日）・18日（日）

.....

エレベーター前

※2週間前よりサービスカウン

ジャンケンしてプレゼントを

★おでかけエンゼル（出前子育て支援ひろば） 参加無料！

.....

日時／6月25日(日)14時～

.....

☎ 462222

★Dual KOTOXKOT

しくお届け。

一般……………1000円

高校生以下……500円
※一部MJチケットクラブ会員
指定席有

★ボリビアから届けよう、希望の光！

日時／6月20日(火) 19時開演

※未就学児童入場不可

<p>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</p>	<p>お客様の教育資金対策</p>
<p>住宅ローンの組み方や金利の見直しなど</p>	<p>老後、貧困難民にならないための対策など</p>

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、我々プロのフィ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 ※P19号
アーバンコーポヒガシ101 までください

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

花房保産科医院 ●DON'

東洋データネット

久保フーズ ●国土土木事務所

北原団地 ●**ココ**

永吉コンタクトレンズ

都城市桜城馬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

※コンタクトは医療行為です。眼科医の診察が必要ですので、ご来店の際は必ず検眼予約をお願いします。

R10
合同庁舎 ● 上町派出所 ●
中島パン ●
市民会館 ● ブライダルハウス倉田 ★ ココ P ● 商工会議所 ●
市役所 ●

7・8月開講生徒募集！

受講科目	受講期間・時間	受講料	開講日
①はじめてのワード・エクセル	2カ月(毎週月・木曜日) 19時～21時 16回	30,000円	7月3日(月)
②はじめてのパソコン土曜コース	4カ月(毎週土曜日) 10時～12時 16回	30,000円	7月1日(土)
③着付け科	3カ月(毎週木曜日・各2時間) 朝／10時 昼／13時 夜／19時	11,000円	7月6日(木)
④手編み科	1年(毎週火曜日) 10時～15時	50,000円	7月4日(火)
⑤フラワーアレンジメント科	6カ月(第2・4金曜日) 9時～12時	21,000円	7月14日(金)
	6カ月(第2・4土曜日) 9時～12時	21,000円	7月8日(土)
⑥CAD建築科	2カ月(毎週月・金曜日) 19時～21時 16回	30,000円	8月4日(金)

●①②⑥は受講希望者が5名に満たなければ、開講しない場合があります。

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

のる)さんが今を生きるヒントを語る講演会。健康とは? 幸せな生き方とは? 優しさや愛情溢れるお話から「実践的な生きるヒント」をお届けする。

日時/7月1日(土) 14時開演
場所/大ホール
料金/1000円
※未就学児童入場不可
※全席指定

★青森中央高校演劇部『もしもネーチャーが青森の「イタ」を呼んだら』
東日本大震災によってチームメイトや家族を失い、青森に転校してきた主人公の成長を描く、笑ひあり涙ありのハイスクール活劇。2012年、全国高等学校演劇大会で最優秀賞を受賞以来、国内外で上演されている作品。

日時/7月23日(日) 13時半開演
場所/中ホール
料金/自由席
一般.....1000円
高校生以下.....500円
※未就学児童入場不可
※一部MJチケットクラブ会員指定席有

■問合せ/全件共通
都城市文化振興財団
023-7140

★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/6月22日(木) 14時
1時間程度
※質疑応答も含まれます
場所/都城市文化ホール会議室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/023-1341
(有)Fオフィスヒガシ
※P18もご覧ください

婚活イベント情報

★真面目に企画、運営してる婚活アモレ会主催のシングル茶話会のお知らせ

日程/
●6月3日(土) 30~40代中心
●6月10日(土) 40~50代中心
●6月17日(土) 50~60代中心
●6月24日(土) 30~40代中心
時間/18時
参加費/女性.....2000円
男性.....3000円
場所/Logeカフェ
※ショートメール・LINE・電話にて要申込み

■問合せ/アモレ会
080-5203-9445

★七夕婚活IN曾於市7
毎回大好評いただいている婚活パーティです。お節介なおじいちゃんおばあちゃんが2人の出会いをサポートします。参加資格は30歳から50歳迄の独身の

男女。地元郷土料理をはじめ、美味しい料理と飲み物でもてなしいたします。
日時/7月8日(土)
16時半受付 17時開演
場所/曾於市財部町財部交流館
料金/男性.....3000円
女性.....2000円
定員/各25名
■問合せ/072-0922
曾於市シルバー人材センター
財部交流館内婚活同好会
※土・日曜日・祝日休み

イベント情報

★第56回神社公園笑いヨガ開催
笑う門には福来たる! 心も体も元気になる、笑いとヨガを組み合わせた健康体操「笑いヨガ」をはじめ、毎日イキイキと過ごしてみませんか? 参加無料、どなたでも大歓迎です。

日時/6月10日(土) 10時
■問合せ/笑いヨガ(剣田)
090-9489-4450

★ホテル中山荘ウエディング
ツア
日時/6月11日(日) 11時
※予約制 限定3組

★ホテル中山荘ウエディング
フェア
日時/6月18日(日) 11時
※予約制 参加費無料

■問合せ/(2件共通)
ホテル中山荘
023-4122
※P27・28もご覧ください

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

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~ ※指先からわずかで数滴で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赤み、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

大切な時間は写真の中で生きている
思い出づくりのお手伝い
塩屋写真館 検索
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
水虫の活動する季節です!
水虫の正体は「白癬菌」というカビの一種です。白癬菌は高温でジメジメした所を好むため、春から夏にかけては、この白癬菌が本格的に活動を始めます。
■趾間型.....足の指の間が白くふやけたり、皮がむける。
■小水疱型.....足の裏や側面に小さな水ぶくれができる。
■角化型.....かかとを中心に足の裏全体が硬くなりひび割れを起こす。かゆみがほとんどない。
気になる症状があれば、見た目による自己判断で治療を始める前に診察を受けましょう。
気になる症状があれば、見た目による自己判断で治療を始める前に診察を受けましょう。

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

★6月の休診日...日曜・7日・14日・21日・28日
※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号5番地
<http://www.iki-clinic.com/>

★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／6月13日(火) 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

★三州健康教室

日時／6月16日(金) 15時〜16時
場所／三州病院3階
カンファレンス室

演題／「介護保険について」要
介護認定って何？ 在宅
に帰る時必要な事〜

講師／外来師長 今村美春先生
定員／60名
※どなたでも参加できます
※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23回黒田印南ヴァイオリン教室発表会

生徒さん達が奏でる素敵な演奏をお楽しみください♪
日時／6月24日(土) 15時
場所／都城市ウエルネス交流
プラザむじかホール

料金／無料
■問合せ／☎46-3000

黒田印南ヴァイオリン教室

★霧島盆地太鼓(きりしまんてこ)祭り2017

―盆地より発信「元気を体感・弾ける笑顔・仲間と興す太鼓の祭典」―
日時／6月24日(土) 18時開演
場所／都城市総合文化ホール
大ホール

料金／小学生以下……500円
内容／

○会員チーム……東霧島龍神太鼓、はまご太鼓、広原太鼓「北都会」、みやこんじょ娘太鼓、武将
弥五郎太鼓、南洲太鼓
○参加ジュニアチーム……5
チーム

■問合せ／

☎080-5244-8560
☎090-9075-7154 (会長下徳)
☎090-2511-0116 (副会長河野)
☎090-2511-0116 (事務局権堀)

■問合せ／

☎080-5244-8560
☎090-9075-7154 (会長下徳)
☎090-2511-0116 (副会長河野)
☎090-2511-0116 (事務局権堀)

■問合せ／

☎080-5244-8560
☎090-9075-7154 (会長下徳)
☎090-2511-0116 (副会長河野)
☎090-2511-0116 (事務局権堀)

■問合せ／

☎080-5244-8560
☎090-9075-7154 (会長下徳)
☎090-2511-0116 (副会長河野)
☎090-2511-0116 (事務局権堀)

■問合せ／

☎080-5244-8560
☎090-9075-7154 (会長下徳)
☎090-2511-0116 (副会長河野)
☎090-2511-0116 (事務局権堀)

■問合せ／

☎080-5244-8560
☎090-9075-7154 (会長下徳)
☎090-2511-0116 (副会長河野)
☎090-2511-0116 (事務局権堀)

■問合せ／

☎080-5244-8560
☎090-9075-7154 (会長下徳)
☎090-2511-0116 (副会長河野)
☎090-2511-0116 (事務局権堀)

就業規則④労働安全衛生管理⑤

経営課題と労務管理⑥その他労働諸問題⑦業務改善助成金ほか各種助成金等で、お困りの方は気軽に相談ください。

日時／6月27日(火) 9時〜17時
場所／楠元労務管理事務所
■問合せ／☎25-1107
楠元労務管理事務所
※P19もご覧ください

※P19もご覧ください

※P19もご覧ください

★ミニバレエメンバー募集

賑やかな仲間と楽しくミニバレエをしませんか？ 運動不足の解消にお友達と一緒にどうぞ。初心者大歓迎。

日時／毎週月曜日 20時
場所／姫城中学校体育館
対象／40歳以下の男女

■問合せ／JAM梶原
☎080-6252-4835

★要約筆記者養成講座

要約筆記者とは、聴覚に障がいのある方が社会的活動(講演会等)に参加しやすいように、話の内容を要約し、文字として情報を伝える人のことです。

日時／平成29年11月1日(水) 9時〜17時
場所／都城市総合社会福祉センター

受講料／3400円
※テキスト代込
申込み／10月20日(金) 締切

★宮崎県最低賃金総合相談支援センター

①賃金制度②労働時間制度③

★宮崎県最低賃金総合相談支援センター

①賃金制度②労働時間制度③

★宮崎県最低賃金総合相談支援センター

①賃金制度②労働時間制度③

その他の情報

フォーラムおすすめ子育て応援店 Vol.50

『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。



ぼっけもん

老若男女問わず多くの方に人気の高い「ぼっけもん」さん。

広い玄関は、バリアフリーになっており、お子様はもちろんご年配の方も安心です。店内はゆったりとくつろげる座敷の個室があり、お子様と一緒にバラエティに富んだ新鮮な朝引き霧島鶏のお料理を楽しめると大好評！



お子様ランチ

『ぼっけもん』のお子様ランチは、美味しくてボリュームがある上にリーズナブル！ 子育て世代の方が、気軽に利用できるようにとサービス料金で提供されています。

■お子様ランチ 550円
子どもが大好きなカツ南蛮、オムレツ、から揚げ、ウィンナー、ポテト、茶碗蒸し、ジュース、ごはんがついています♪

なんとの風

「なんとの風」さんは、

リーズナブルな価格と豊富なメニューで、オープン当初から人気の居酒屋。このたびランチもスタートしたんですよ！



気になるランチメニューの目玉は、大人も子どもも大好きなカレー。しかも「なんとの風」特製のオリジナルカレーですよ。サラダ付きなのがうれしいですね♪
そのほか唐揚げプレートとチキン南蛮プレートもご用意。白米とカレーチャーハンから選べて、サラダとデザート付き！ 店内はお子様連れでもゆったり過ごせて、店舗裏に30台収容できる無料駐車場があるところも便利でいいですね。

■カレー(サラダ付) 500円
■カツカレー(サラダ付) 800円
■唐揚げカレー(サラダ付) 800円
■チキン南蛮カレー(サラダ付) 800円
■唐揚げプレート(サラダ・デザート付) 800円
■チキン南蛮プレート(サラダ・デザート付) 800円
※プレートは白米かカレーチャーハンが選べます。 ALL100円

ドリンクメニュー
・ウーロン茶 ・緑茶
・コーラ
・ジンジャエール
・カルピス
・オレンジ



オードブルの予約も受付中！ みんなが集まるホームパーティーや行楽、運動会などにおすすめです。電話にて予約可能です。
・約3〜5人前 3,000円 ・約5〜7人前 5,000円

座敷	○	座席数	80席
お子様用食器・いす	○	駐車場	30台

TEL.0986-36-6300

都城市牟田町7-7 セントレアビル1F 不定休
営業／11:30〜14:00、18:00〜 ※P26もご覧ください

広々としたくつろぎの空間。ママ会やファミリーにぴったり！



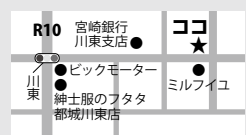
ランチメニューが新しくなりました！
ぼっけもん御膳 1,050円
焼物・揚げ物・サラダ・茶碗蒸し・刺身・小鉢・ごはん・お味噌汁付き
※刺身は鮮魚、鶏のたたき、鶏のカルパッチョからセレクト

その他の人気メニュー			
■霧島鶏のお刺身定食	970円		
■チキン南蛮定食	950円		

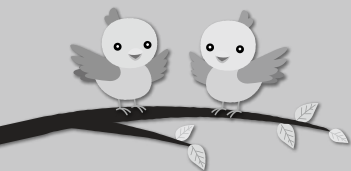
個室	5室	分煙	○
座敷	○	入り口にスロープ	○
お子様用メニュー	○	駐車場	21台
お子様用いす・食器	○	アレルギー対応	事前に相談可能

TEL.0986-51-5666

都城市上川東2-8-7
営業／(昼) 11:30〜14:00 (LO13:30)
(夜) 17:00〜22:00 ※金・土・祝前日は23:00
定休／月曜日 ※P26もご覧ください



マナーを守ってお食事を楽しんでくださいね！！



笑顔でつながる子育ての輪

vol.50



『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。



『三股町子育て支援センター』と『三股町ファミリー・サポート・センターたんぽぽ』が合同で開催している「救急法」は、日常で起こりえる事故に対して、対処する方法を学ぶための教室です。お客様の事故だけでなく、高齢者を含むすべての方が対象となります。子育て支援センターのスタッフによるサポートもあるため、安心して親子で参加できますよ。

三股町子育て支援センター
救急法
TEL.0986-52-8101



活動日程/年2回
場所/三股町子育て支援センター
※次の日程は、上記へお問合せください。

取材当日は子育て支援センターを利用しての親子はもちろん、『ファミリー・サポート・センター』の会員も一緒に、老若男女問わず、多くの方が参加していました。

講師は、『都城市消防局 南消防署』救急隊員の中崎さん。お母さん達に「救急法の心肺蘇生術について知っていますか？」と、たずねると約1/3の方の手が挙がりました。みなさんの意識の高さを再確認。その上で改めて、救命措置の方法を丁寧にレクチャー。「一番大切なのは、一人で行うのではなく、周囲にいる人の助けを求めることです。都城市における救急車の平均到着時間は、平均9分30秒。その間に、大切な命を守るための蘇生術を、ぜひ学んで帰ってください」と、コメント。



都城市・三股町・曽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。

6月15日(木) 東部保健センター(高城保健センター内) 13:30~14:00

26日(月) 市民健康センター(市役所地下1階) 13:30~14:30

持参するもの:母子手帳、バスタオル 対象児:生後1カ月~1歳未満 予約不要

お問合せ:都城市 こども課 0986-23-2684

三股町

★おはなしかい

読み聞かせボランティアグループ「おおきな木」による絵本の読み聞かせの他、紙芝居、パネルシアター、エプロンシアターなどを行います。

6月1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。

6月27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

曽於市

★親子ふれあいファミリーコンサート

末吉メセナ楽団のみなさんといっしょに楽しいひとときをすごしましょう。

6月25日(日) 開場9:40 開演10:00

場所:生さいき健康センター

★ベビーマッサージ 曽於市在住 10組限定

6月29日(木) 10:00~11:30

場所:生さいき健康センター 講師:橋口志保子先生

対象:2カ月~1歳児親子(6月現在)

持参するもの:バスタオル、ミルクお茶

※予防接種後1日以上経っていること。

※予約受付:6月19日(月)~23日(金)

お問合せ:曽於市子育て支援センター 0986-76-6565

曽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>

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、みなさま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

・我が家には小学校5年生と3年生の2人姉妹がいるのですが、毎日毎日くだらないことで大ゲンカ。しかし、寝る時や夜中ふと一緒に寝ている子ども達を見ると、頭をぴたりくっつけて寝ていたり、姉のおしりのところで妹が寝ていたりとホッコリします。

(ふくちゃん／31歳)



■なんだかんだで、なかよしな姉妹なのですね。子ども達の何気ない姿って癒されます。ケンカはほどほどにして、なかよくしてね！

●ランドセル

・近所の小学生。まだランドセルの方が大きいですが、元氣よく登校している姿を見て頑張ろうって思います。

(ヒット／41歳)

■小学校低学年のうちは、まだまだ身体よりランドセルの方が大きくて、背負っているというより背負われているような印象

なりました。(赤髪の…／40歳)
■お子さん達にとっても、とても楽しい体験になったのではないのでしょうか。手作りのコーヒークップは素敵なお品ですね！



●大好きだけど

・今頃やっと言葉がでてるようになった2歳の孫。からあげが大好きで、「カーげ。カーげ」と言っていたので、チキン南蛮を何回か作ってあげたが、いまだに「チキンばんなん」と言っています。

(高齢はつく／55歳)

■一生懸命、言葉にして伝えようとする姿が目につかびます。きつとこれからどんどんおしゃべりが上手になって、そのうち完璧な発音で、お孫さんから「チキン南蛮食べたい！」とリクエストがありそうですね！

●コラッ！ カラス

・今、カラスが子育て中で荒々しいです。アオサギにゲシゲシケリを入れていました。「そこまでせんぞ!!」と腹が立ちました。アオサギ、とてもキレイで大好きなもので。

(シジュウカラ／48歳)

■子育て中のカラスとしては、なりふり構っていらなかった

のかもしれない……。でも、あんまり荒っぽくケリを入れていた様子を見てしまうと、思わず仲裁に入りたくなりますね。

●「バーちた！」

・1歳11カ月の娘、弟くん(生後4カ月)がオナラをする時、「バーちた(バーした)！」と教えてくれます。が、ゲップをしてもお腹がなっても「バーちた！」と満面の笑みで言ってる姿がほほえましくおかしい毎日です！ 成長の証ですね！

(かめママ／21歳)

■満面の笑みで「バーちた！」と報告してくれる娘さん、とてもほほえましくてかわいいです！ これからもふたりの成長が楽しみです。



●信じられん

・多肉植物が育てやすいかと思いきや、100均で小さいものを2つ購入したのですが、水やりもたまにでいいので、本当に育てやすい……。しかし半年たって気がついた。1個は作り物だった……。話しかけたりしてた私って……。しかし信じられん。自分じゃシヨックでした。

(ボンビーゴット／60歳)

■多肉植物、種類が豊富で水や

りなどの手間もあまりかららないので扱いやすく、人気ですね！ 最近の100均のクオリティはなかなか侮れませんし、本当に本物そっくりだったのですね。せっかくなので、作り物の方も引き続き大事にしてあげてください。

●気持ちいい！

・先日、ひなもり台から山登りに往復5時間かけて行ってきました。まだミヤマキリシマもつぼみで、ぜんぜん花が咲いていなかったけど、上に登った時の気持ちよさは登った人でないとわからないなあと思った。ツツジの咲く頃行くと、とてもきれいななあと思った。

(ランペダー／59歳)

■往復5時間かけての山登り、お疲れ様でした！ ミヤマキリシマはまだつぼみだったということ、ちょっと残念でしたね。でも、登りきった時の達成感は格別ですよ。次はぜひ、ツツジが満開のシーズンに！



●成長

・息子の誕生日が来月末(5月末)にやってきます。早いもので、もう3歳に……。あつちゅ

うまずです。(二人歩記/37歳)

■息子さんのお誕生日、おめでとうございます！ 子どもの成長はあっという間ですよね。楽しいことがいっぱい、素敵な一年になるといいですね。

●暑い！ 暑い！

・暑くて、先日今年初めてクーラーを入れました。昨年よりだいぶ早く夏が心配です。

(あーちゃん/59歳)

■もうすっかり汗ばむ陽気になってきましたね……。今からこの調子だと夏が怖いですが、暑いなと感じたら、あまり我慢せずクーラーを使ってくださいな。



●やってしまった……

・ドジな私！ あるテレビのプレゼントに久しぶりに応募したら、宛先を書いてなくて(裏はしっかり書いた)返って来ました。バカな自分にガックリ。

(エイコばあば/69歳)

■「応募しなきゃ！」という気持ちしが先行してしまって、宛先の記入を忘れてしまったのですね……。次回は、宛先もしっかり書いて応募しましょう!!

●花束

・主人と息子が仕事の一区切りとして職場の方々から花束をいただいた、家の中がぱっと明るくなりまして。癒されたひとときでした。(小豆/60歳)

■身近に花があると、その場だけでなく気持ちも華やきますよね。花の美しい色や香りは、心を落ち着かせ、癒し効果があるそうですよ。



●雨の日の憂鬱

・雨が降ることが多くなり、髪の毛に悩まされています。クルクル、グシヤグシヤでイライラしています。

(ほつとミルク/?歳)

■これから本格的に梅雨入りしますし、悩ましいですね……。ぜひ、今月号の「初夏のビューティ特集」を参考にしてみてください!

●成功なるか?

・「6月までに体重73kgにする!!」という主人。しかし5月初めの体重は78kg。さてさてダイエットは成功するのか? できなかつたら美味しいご飯を食べにつれていってもらいます。ガンバレ旦那はん。

(フタウサギ/30歳)



■ひと月でマイナス5kgとは、なかなかハードルが高い目標値ですが……はたして、旦那さんのダイエットは成功しましたでしょうか?



●当選おめでとうございます!

・先日プレゼントでいただいた青井岳荘温泉に行ってきました。子どもの卒園、小学校入学、環境の変化でいつのまにか疲れがたまっていたんでしょう。本当に本当に、主人と息子と3人でリフレッシュできました!! ありがとうございます。

(Shuna/35歳)

■おめでとうございます! 年度の変わり目は、なにかとバタバタしますし、身体的にも精神的にも疲れがたまります。ぜひ、ご家族みなさんでリフレッシュできたとのこと良かったです!

●四季を感じる

・最近、緑がきれいな季節、桜のきれいな季節、これらの季節を感じられる五感を持っている健康体に感謝します。

(はつばん/47歳)

■季節の移り変わりを五感全部で楽しめるのも、健康であつてこそ。身体を労わりつつ、日頃から健康的な暮らしを心がけないといけませんね。

●あの子も考える

・うちの愛犬らふちゃんは最近ごはんを残していることが多く心配していたら、ノラネコちゃんに食べられているというか、残してあげていたみたいで、毎日夕方になるとどこからか来てガツガツ食べて帰っていきま

(りんちゃんママ/51歳)

■飼い主としては、ごはんを残すなんて食欲がないのか、どこか具合でも悪いのかと心配になりますよね。しかし、ノラネコちゃんとの暗黙の了解というか……なにやら思うところがあるようです。具合が悪いわけではなくよかったです。引き続き、優しく見守ってあげてください。



●抜かされた……

・救急車が来たとき車を左端に寄せて停止したら、後ろの車が追い抜いて行きました! 救急車がまだ近くなかつたから!

(こに/48歳)

■思っていたよりも、まだ救急車は近くまで来ていなかったの



●自然に癒される

・新緑の季節、何も考えずにただ遠くをながめていると気分もリフレッシュしますね。

(ソウさん/63歳)

■緑は癒しの色とはよく言ったもので、鮮やかな新緑をただ目にするだけでも、ずいぶんリフレッシュできますよね。自然の癒し効果、侮れません!

●何よりのプレゼント?

・母の日、息子からのプレゼントを少しだけ期待してました。中学校2年生の息子に「今日は母の日だね」と言つと、ニッコ



りして「期待しないでね」……え? まっ、その笑顔でゆるしてあげよう。何もなかった私はいつもより高いビールを飲みました。

(るるかーちゃん/39歳)

■息子さんにすっかり釘を刺されてしまいましたね。でも、にっこり笑顔も嬉しいものですよ。もう少し大きくなつたら、母の日に素敵なプレゼントを贈ってくれるかもしれませんよ。



●いとおい

・現在妊娠中の私ですが、1歳10カ月になる子がいいます。大きくなつた私のお腹に「おーい」と言つたりヘソの穴に指を入れ「ピンポン」と言つたり……。かわいくていつも笑わせてもらっています。(いけ/29歳)

■日に日に大きくなつていくお母さんのお腹が気になるのでしよう。まだ見ぬ新しい家族の誕生が、今か今かと待ち遠しいですね。

FORUM TOPICS

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中! 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

都城グリーンホテル ウエディングキャスト募集

大切な結婚式を、一緒にサポートしてくれる
ウエディングキャストを募集しています!!

【募集職種】: 婚礼の準備、料理出し、後片付け
【勤務先】: 都城グリーンホテル 都城市栄町27-2-1
【年齢】: 45歳まで 【時給】: 950円
土・日曜日・祝日のみの勤務となります。制服貸与。
食事付き! 初心者大歓迎!!

ウエディングプランナーも同時募集! 詳細はお問合せください
■都城グリーンホテル TEL/25-6111 ※P20・27・29もご覧ください

お菓子の南香 橘花栄光章受賞

第27回 全国菓子大博覧会
『本格焼酎ケーキ 霧島』 橘花栄光章受賞!!

4年に1度開催される「全国菓子大博覧会」。宮崎県では「お菓子の南香」が、そのアイデアと美味しさはもちろん、地域やお菓子業界への貢献を認められ、橘花栄光章を受賞。地元の素材と技術を駆使して作られた「本格焼酎ケーキ 霧島」は、その美味しさから、20年間ずっと多くの方に愛されてきました。ぜひ、その美味しさを堪能してください!!

■お菓子の南香 TEL/22-4670 ※P3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 【時間】: 9:00 ~ 18:00
【勤務先】: hair-hair Jewel 都城市八幡町16-3
【給与】: スタイリスト140,000円~(実力に応じてアップします)
パート730円~ ※時間相談 ※お休み 月10日間(アシスタントでもOKです)
【休日(スタイリスト)】: 月曜日、第1・3日曜日、他1日
■hair-hair Jewel TEL/77-2548 ※P8もご覧ください

わたしたちと働きませんか?

イオン都城ショッピングセンター専門店街
スタッフ募集!!

詳しくは、イオン都城店のホームページにある「専門店スタッフ募集中」をご覧ください。さまざまな職種が掲載されているので、自分にピッタリの仕事を探してくださいね!
右のQRコードからも読み込むことができますよ!!
気軽に応募ください!



■イオン都城ショッピングセンター専門店街 ※P18・30・31もご覧ください

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	

- 取材でおばあちゃんたちとふれあって、元気の源はよく笑うことだと痛感! 若いモンも負けてられませんね。(ヤマ)
- 息子くんから「I Love You」と書いた母の日の似顔絵をプレゼントしてもらいました!! 人生初の「I Love You」……幸せです♪(フミ)
- GWに広島に行ってきました。牡蠣にお好み焼き、広島つけ麺などなど、美味しいものをいっぱい食べてきました!(くわゆり)
- 酸辣湯麺を頼んだ直後に口内炎ができていたのを思い出した。人間は忘れる生き物なのだ。(國)
- 最近とある手芸に興味を持ち本を購入したのですが、肝心の材料がメーカー在庫切れ。1ヶ月ほど入荷待ちと知り、ちょっとしょんぼり……。はやくやりたいです!(さゆ)



日本占術協会占術士認定
原宿占館「塔里木(タリム)」所属

クリスティーン・デリコの 九星占い

6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。

東京飯田橋にある「東京大神宮」は、伊勢神宮の遷座殿として明治13年に創建されました。鳥居をくぐると、大都会の真ん中にあるとは思えないほど、とても清々しい気持ちになります。神前結婚式を初めて行った神社なので、縁結びの神社としても有名です。素晴らしい神社で開催中の「歳時記のお話」では、古くから伝わる話や風習、季節の話など楽しくお話をさせていただきます。5年目に入りましたので、気持ち新たに頑張っていき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/>

一白水星
今月は、楽しいことや喜ばしいことがたくさんあります。チャンスをつかむには、急な誘いにも対応できることです。無理に予定を入れず流れに任せて、寝る前の歯磨きがポイントです。

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

四緑木星
今月は、秘密にしていたことがバレしてしまうなど、自業自得で痛い目にあうかもしれません。人が嫌がる仕事を率先して行い、お年寄りに親切にすると運氣が好転していきます。

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、棚ばたやラッキーな情報だと思っても、必ず自分で事実確認を行いましょう。誰とでもコミュニケーションがうまくいきますが、噂話には参加しない方がよいでしょう。

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

二黒土星
今月は、不動産関係にツキがあります。将来のために、相続や老後のことを考えるのにも適しています。親戚からの情報は話を聞く価値がありそうです。ただし、即決はNGです。

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、家族と過ごす時間や家族行事を優先しよう。仕事運にもよい影響を与えます。六月灯などの夏祭りやイベントなどに家族と一緒に出かけるとラッキーなことが起きます。

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

八白土星
今月は、普段なら思いつかないようなアイデアやプランを思いつきそう。上司や先輩のアドバイスには素直に耳を傾けるのがベスト。マメに換気をするとかリフレッシュできます。

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、公私にわたり注目を浴びる機会が増えそう。よいことばかりではないので、くれぐれも有頂天にならず慎重に行動しよう。人目を引くファッションは控えた方が無難です。

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

六白金星
今月は、苦手なことで好奇心を持って過ごそう。驚くようなラッキーな変化が起きます。若者に人気のある人や話題など、ネットや情報誌などでチェックしておく役立ちます。

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、頭の回転が鈍くなり、仕事面に悪影響を及ぼそう。梅雨の時期ですが、冷房対策が必要となります。飲む機会が増えますが、聞き役に徹した方が無難と言えます。

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



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

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

都城市山之口町 4DK平家住宅! 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

菜園スペースあり

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:都城市山之口町富吉字榎木3552-1
- 土地面積:987.87㎡(298坪)
- 建物面積:102.74㎡(31坪)
- 建築年月:昭和54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の対面式キッチンベリフォーム!

大王小区域

5LDK 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8月
- 交通:JR【都城駅】徒歩27分

北諸県郡三股町 オール電化仕様。水回りすべて新設します!

3LDK 駐車2台

価格 **1,198万円(税込)**
月々のお支払 **34,379円**

- 所在地:北諸県郡三股町大字夢池3706-6
- 土地面積:220.67㎡(66坪)
- 建物面積:82.99㎡(25坪)
- 建築年月:平成6年2月
- 交通:JR【新原駅】徒歩28分

都城市早水町 屋根・外壁塗装を行います! 水回りも新品に交換。

サンルーム付

3LDK 駐車3台

価格 **1,448万円(税込)**
月々のお支払 **41,553円**

- 所在地:都城市早水町3510-1
- 土地面積:201.39㎡(60坪)
- 建物面積:96.67㎡(29坪)
- 建築年月:昭和62年7月
- 交通:JR【都城駅】徒歩35分

都城市都原町 水回りを新品に交換します! 対面式キッチンベリフォーム&収納も新設!

サンルーム付

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:111.4㎡(34坪)
- 建築年月:昭和62年3月
- 交通:JR【西都城駅】徒歩28分

都城市都原町 快適な新生活を送っていただけるように、水回りを新品交換します。

3LDK 駐車4台

価格 **1,648万円(税込)**
月々のお支払 **47,292円**

- 所在地:都城市都原町18-8
- 土地面積:330.60㎡(100坪)
- 建物面積:109.40㎡(33坪)
- 建築年月:昭和60年7月
- 交通:JR【五十市駅】徒歩33分

北諸県郡三股町 水回りを新品交換します。

4LDK 駐車3台

価格 **1,648万円(税込)**
月々のお支払 **47,292円**

- 所在地:北諸県郡三股町大字夢池57番6
- 土地面積:224.80㎡(68坪)
- 建物面積:116.36㎡(35坪)
- 建築年月:平成元年3月
- 交通:JR【三股駅】徒歩23分

都城市志比田町 広々バルコニー。水回りを新設します!

4SDK 駐車4台

価格 **1,548万円(税込)**
月々のお支払 **44,422円**

- 所在地:都城市志比田町11055-6
- 土地面積:329.24㎡(99坪)
- 建物面積:93.42㎡(28坪)
- 建築年月:昭和60年1月
- 交通:宮崎交通【都原バス停】徒歩8分

北諸県郡三股町 対面式キッチン! エルワン城まで徒歩5分の好立地

3SLDK 駐車4台

価格 **1,998万円(税込)**
月々のお支払 **57,336円**

- 所在地:北諸県郡三股町大字宮村2789-51
- 土地面積:414.03㎡(125坪)
- 建物面積:134.53㎡(40坪)
- 建築年月:平成9年12月
- 交通:JR【三股駅】徒歩30分

都城市山之口町 駐車場拡張工事を行い5台駐車可能に! 水回り新品交換!!

3LDK 駐車4台

価格 **1,298万円(税込)**
月々のお支払 **37,248円**

- 所在地:都城市山之口町花木2220-4
- 土地面積:571.00㎡(172坪)
- 建物面積:116.42㎡(35坪)
- 建築年月:平成元年1月
- 交通:JR【山之口駅】徒歩20分

都城市上長飯町 対面式キッチンの広々リビング! 水回りすべて新品交換

4LDK 駐車4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83-17-2
- 土地面積:330.58㎡(100坪)
- 建物面積:113.78㎡(34坪)
- 建築年月:昭和53年6月
- 交通:JR【都城駅】徒歩49分

北諸県郡三股町 駐車スペースを拡張! 水回りすべて新品交換

3LDK 駐車3台 予定

価格 **1,198万円(税込)**
月々のお支払 **34,379円**

- 所在地:北諸県郡三股町大字山崎字榎木1870-33
- 土地面積:227.74㎡(68坪)
- 建物面積:88.25㎡(26坪)
- 建築年月:昭和55年6月
- 交通:JR【三股駅】徒歩13分

都城市広原町 4LDKに間取変更。気になる水回りも新品交換します!

4LDK 駐車3台 予定

価格 **1,498万円(税込)**
月々のお支払 **42,988円**

- 所在地:都城市広原町34号10番
- 土地面積:276.22㎡(83坪)
- 建物面積:116.28㎡(35坪)
- 建築年月:昭和52年12月
- 交通:JR【三股駅】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!

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 通小!学校まで420mの91坪! 3月下旬リフォーム完了、随時内覧可です。

4LDK 駐車5台

価格 **1,298万円(税込)**
月々のお支払 **37,248円**

- 所在地:志布志市有明町井倉字松原812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

お手持ちの「家」、
**お売り
ください!!**

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

買取査定
買取相談が
無料0円!!
+5つの特徴

迅速対応、
現金化までが
早い

遠く離れた家でも
全国ネットで
対応

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

GELATERIA FELICE

☎ 0986-80-6162

新作 焼きたて
スフレチーズパンケーキ



夏季限定
フルーツパンケーキ

チーズ好きにはたまらない♪ 新作パンケーキ登場!!

クリームチーズ・サワークリーム・北海道生クリームを贅沢に使った、外はカリッ、中はとろけるクリームな「焼きたてスフレチーズパンケーキ」。チーズの優しい美味しさを、ぜひ堪能してくださいね!

夏季限定 フルーツパンケーキ 1,250円
今が旬の美味しいフルーツをトッピング。メロン・マンゴー・パイナップル・さくらんぼ・バナナと盛りだくさんです♪ 毎年大人気のパンケーキ!!

新メニュー 6月末迄
焼きたてスフレチーズパンケーキ
1,100円 数量限定

店舗情報

都城市中心町12-25PIER1
営業/11:00~18:00
年中無休
※P15もご覧ください



飲食処 喜喜 FUTATSUKI

☎ 0986-25-2900

LUNCH
メニュー
リニューアル



大人気のランチメニューが リニューアルしてパワーアップ♪

市場直送の旬の鮮魚を使ったお刺身や和風・洋風のさまざまなメニューを楽しめると、子どもから年配の方迄、大人気のお店! 日本酒や焼酎、ビールも珍しいものが揃っています♪

★★★ランチメニューリニューアル★★★
夏季限定の新メニューが登場しています。
新しい美味しさを、ぜひ堪能してください!!

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

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



Summer Recommend

FORUM'S *Best*
SELECT 5
グルメ

フォーラムが厳選した、
この夏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



ボリューム満点「肉肉肉コース」4,000円

なんとっ! 全品 290円(税別)

早くて美味くてリーズナブルで評判の居酒屋『なんとの風』。
単品メニュー・ドリンク合わせて約230種類!

人気のメニューは鉄板アコ肉・明太マヨ卵焼き・ベーコンもやしバター、ペンネグラタン等もオススメです。

各種コース也大満足のラインナップ! (2時間飲み放題付)
豚しゃぶコース……こだわりのダシとネギの風味が食欲をそそる豚しゃぶをメインに、鮮魚やフライ等主役級の料理が揃って3,000円♪ ボリューム満点! 贅沢なコースです!!!
※全部で5コースをご用意。4名様以上(前日迄に要予約)

ランチははじめました!!

◆カレー……500円 ◆カツカレー……800円
◆唐揚げカレー……800円 ◆チキン南蛮カレー……800円
◆唐揚げプレート……800円 ◆チキン南蛮プレート……800円

店舗情報

都城市牟田町7-7
セントレアビル1F
営業/11:30~14:00、18:00~
不定休 駐車場/30台
※P20もご覧ください



あか星

AKABOSHI

☎ 0986-46-1221



本場の有名店も認めた味!

『あか星』のらーめんがグンと味わい深くなりました!
より美味しい一杯を追求してきた店主が目をつけたのは、麺。麺作りの職人と何度も試行錯誤を重ねた末、ついに納得のいく麺が完成しました。店主がこだわり抜いてきた自慢のスープ——その味わい・風味を格段に引き立たせる。渾身の一杯になっています。常に進化し続けると言われる『あか星』のらーめん。食べたことがある方もない方も、ぜひ一度味わってみてください!

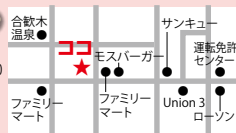
特典

「きりしまフォーラム見たよ」で
らーめん 1杯 500円

●らーめんのみ ●お1人様1回のみ ●H29.6/30迄

店舗情報

都城市広原町15-10-3
営業/11:00~14:30、18:00~21:00
定休/火曜日(月曜日は昼のみ営業)
座敷2卓・テーブル4卓・カウンター6席
駐車場/15台 ※P15もご覧ください



ぼっけもん

☎ 0986-51-5666



6月限定のぼっけもんコース!

生産者直営店だからこその、朝引きの霧島鶏を使った料理を、リーズナブルに満喫できる『ぼっけもん』。毎朝届く霧島鶏は、新鮮で安全。絶品の美味しさにリピーター続出です!!

お座敷での個室宴会は4名様から62名様迄ご利用OK!
さまざまなシーンでのご宴会にご利用ください!!

人気ランチMENU

■ぼっけもん御膳 1,050円
■お子様ランチ 550円

ぼっけもんコース 6月限定

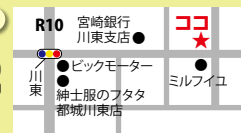
8品+飲み放題2時間

通常3,780円⇒3,500円(税込)

※お1人様生ビール2杯迄。詳しい内容は、お問合せください。

店舗情報

都城市上川東2丁目8-7
営業/ (昼) 11:30~14:00 (LO13:30)
(夜) 17:00~22:00(金・土・祝前日は23:00)
駐車場/23台
※P20もご覧ください



Sweet Bridal 2017

都城の最新結婚式情報

これから結婚式を考えているカップルはもちろん、結婚式を挙げようか迷っているカップルに
オススメしたい最新のブライダル情報!!

都城で結婚式を挙げるなら、絶対に押さえておきたい2つの結婚式場をご紹介!
それぞれが持つ素晴らしい特色や新しいサービスを、ぜひチェックしてくださいね♪
6月ならではのブライダルフェアも見逃せませんよ♪



ホテル中山荘 LUCE チャペル・披露宴会場紹介& ウェディングツアー開催案内

一歩足を踏み入れた瞬間、幻想的な澄んだ青が広がる式場——スペイン語で「空」を意味するチャペル「Cielo」です。こちらは、教会式や人前式はもちろん、「チャペルで和装がしたい!」という希望も叶えられます。和装で挙式ができるんですよ。

『LUCE』が特にこだわっているのが、バージンロードの光の演出。お二人に合った雰囲気を作り出してくれます。白を基調とした披露宴会場は、2階から入場するための階段がついており、まるで自分が王子様、お姫様になったような気分を味わえる人気です。さらにお二人のアレンジによって、その可能性は無限大。プロジェクションマッピングで、会場中を羽



花びらで満たすことができるんです。『白い空間』だからこそ可能なオリジナルでお二人らしいコーディネート演出することができます。

『LUCE』では6月11日(日)、『WEDDING TOUR』を開催します! 豪華なワンプレートを召し上がったあと、バスでフラワーショップへ。それからドレスサロンで素敵なドレスに着替え、前撮り風にとスタジオで撮影。一足早く花嫁気分を満喫できますよ。限定3組です。ご予約はお早め!

※P19・28もご覧ください

ウェディング ツアー
WEDDING TOUR
2017年6月11日(日)

11:00 スケジュール説明
12:00 ワンプレート試食会
13:00 ブーケ手作り体験
14:00 ドレス試着会
15:00 前撮り風撮影会
16:00 相談会

予約制
限定3組

都城グリーンホテル 「1st Birthday Wedding」& 新しくオープンした宿泊施設 「サプレミアムクラス」をリサーチ!!

結婚式をしたかったけれど、タイミングを逃してしまった……というお二人を応援し続ける『都城グリーンホテル』が、新しく提案する「1st パース デイウェディング」。

ママのお腹にいた頃から、今日この日まで、人生でいちばん笑ったり泣いたりしながら、家族みんなの未来を考えてきたのではないのでしょうか? お子様の「1歳」と、パパママとしての「1歳」、そして家族の「1歳」を、みんなでお祝いできる「はじめのオリジナルセレモニー」。

『都城グリーンホテル』なら、大切な思い出に残る結婚式を、ステキにプロデュースしてくれますよ! 気軽に相談してくださいね。

1st Birthday Wedding

50名様 850,000円(税別)

結婚式に必要なすべての内容が含まれています。
さらに! お子様のお宮参り衣装もサービス!!
その他にも、嬉しい特典満載です。



間」を過ごすことができる宿泊施設「サプレミアムクラス」がオープンしています。ゆつたりとくつろげる客室は、こだわりの内装とインテリアがとってオシャレ!! 宿泊者のみ入浴可能な大浴場や、地元の食材を美味しく調理した朝食バイキングもあります!! しかも新郎新婦なら、宿泊(1室)サービスが付いていますよ!



また、オシャレに快適に「ワンランク上のプレミアムな時

敵なお部屋に宿泊してくださいね。
※P20・24・29もご覧ください

今回はブライダルファッション特集！ 結婚式の会場に来ていたゲストをご紹介します。「今日のファッションポイント」を聞いてくださいました。みなさんぜひ参考してみてくださいね♪

きりしまフォーラムのHPから「Forum Snap」の写真を投稿しよう
ファッション自慢、子ども、ペット、風景、面白写真など、ジャンルは問いません。ご投稿いただいた写真は、「Forum Snap」に掲載していきます!!

※誌面の関係で、「Forum Snap」をお休みする場合もございます。なお掲載できる作品は数に限りありますのでご了承ください。

in ホテル中山荘 LUCE



Right 飯森 麻紀さん
Fashion Point : 黒のロングドレス
Left 飯森 楓さん
Fashion Point : 赤色にリボンベルトがポイントのワンピース



Right 永田 望美さん
Fashion Point : パールコーデ♪
Left 小林 祥子さん
Fashion Point : ボルドー色で華やかに!



Right 福西 友子さん
Fashion Point : 胸元にパールのビジュのついたワンピース
Center 福西 七々香さん
Fashion Point : ブルーのシフォンワンピース
Left 福西 乃々果さん
Fashion Point : 花柄の美しい振袖



押川 菜里さん
Fashion Point : 濃紺の縦長効果抜群のワンピース



辻 絵里さん
Fashion Point : ウエストに花のポイントがあるサーモンピンクのドレス



Right 下平 由紀子さん
Fashion Point : レース素材のワンピース
Left 稲富 雪美さん
Fashion Point : ボレロと靴を合わせたコーデ

ホテル中山荘 ビアガーデン

イの一番!

OPEN中! ~9/18(月・祝)

17:00~22:00 (オーダーストップ 21:30)



特別予約セット(1人盛り) ※2日前要予約

- ◆ 特上焼肉セット 3,500円 ● 特上焼肉 ● 野菜盛 ● 先付 ● おにぎり
- ◆ 海鮮セット 2,000円 ● 海鮮焼 ● 先付 ● おにぎり

セットメニュー(1人盛り) 2,000円

- ◆ バラエティ焼セット ● 牛肉 ● 豚肉 ● 地鶏 ● 野菜盛 ● 先付 ● おにぎり
- ◆ 牛焼肉セット ● 牛肉 ● 野菜盛 ● 先付 ● おにぎり
- ◆ 豚モツ鍋セット ● 豚モツ鍋 ● チャンボン麺 ● 先付 ● おにぎり

フードメニュー

- ◆ チキンチーズのしそ巻き 500円 ◆ ミニトルネードポテト(一串) 300円
- ◆ 鶏天~特製中華ネギソース和え~ 400円 ◆ 中華風冷やっこ 300円
- ◆ 冷やしトマトのネギソース掛け 300円

このほかにも、豊富なメニューをご用意しております。

フロントにて前売券の販売をしております。前売券は1枚1,000円で、まとめて10枚購入されまると、1,000円のサービス券がついて参ります。

☎ 0986-23-3666 都城市松元町3-20
※P19・27もご覧ください

—ご予約は電話にて承ります。— ホテル中山荘 検索

ウェディングフェア 手作り体験
Wedding FAIR

6.18 SUN
11:00~18:00

参加費不要
要予約

両親への贈り物として大人気。無垢の一枚板を3つに分ける三連時計。
メッセージを書いて世界で一つの特別なものに。
このフェアでは、お二人だけのオリジナルコースターを
手作り体験できますよ!

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

◆ 相談会
◆ コースター
手作り体験
◆ ワンプレート試食会

ホテル 中山荘 * Wedding Guest house LUCE

Forum Snap ~Bridal Fashion~



山脇 悠里さん

Fashion Point: グリーンがキレイなプリーツワンピース



蔵元 香那子さん

Fashion Point: 兄の結婚式なので、色鮮やかな振袖をセレクト!

Left あやこさん

Fashion Point: 足長効果の高い、シンプルなパンツスタイル

Right はるかさん

Fashion Point: ロイヤルブルーのワンピース



山中 真衣さん

Fashion Point: 胸元のビジュアークラキラしたワンピース



大谷 千尋さん

Fashion Point: 顔色が明るく見えるピンクのトップス

in 都城グリーンホテル



Left みづきさん

Fashion Point: 胸元の花がポイントのブラックワンピース

Center せりかさん

Fashion Point: リバティプリントのスカート

Right みさきさん

Fashion Point: プリーツがキュートなワンピース

G Style Wedding さらに進化する 都城グリーンホテル



少人数対応
レストラン
ウエディング

BANQUET
Chelsea
チャェルシー

リニューアルOPEN

「親族だけの飾らない式がしたい」「費用も準備期間も限られている」「入籍から時間が経っているけどパーティーはしたい」など、もっと自由にもっと柔軟に、お二人のご希望を叶えさせていただきます。



Wedding Fair

6/25 Sun 7/23 Sun

11:00~19:00 完全予約制

ご招待客の満足度が高い理由を、ぜひフェアでご体感ください



新館 オープン記念
特別キャンペーン

結婚式プレゼント

先着3組様

結婚式を挙げようか悩んでいらっしゃるお二人へ……。新館オープンを記念して、先着3組様に結婚式をプレゼント!! 詳細は、お問合せください。

6月末まで
受付中



都城グリーンホテル

〒885-0023 宮崎県都城市栄町27-2-1

Tel.0986-25-6111

※P20・27もご覧ください

詳しくは 都城グリーンホテル

検索





● 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
● 南香	● 南小学校
	● イオン都城ショッピングセンター
	GS

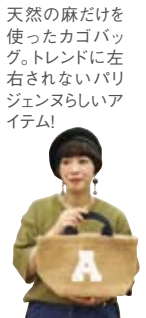
梅雨を快適&Happyに! スタッフおすすめアイテム

GATHER パリ直輸入のフレンチアイテム

フランスから届く洋服やファッション小物が、たくさん揃っています! 今年の夏は、大人がかわいいフレンチカジュアルコーデを提案します。



長野店長おすすめPOINT
使うほどに「こなれ感」の出るカゴバッグは、カジュアルにもきれいにビタリです!



Summer Fashion Point

初夏のフレンチシックなシャツファッション。爽やかカラーのシャツをホワイトパンツとシンプルにコーディネート。ポイントのベルト使いでオシャレ度UP!



GATHER 1F TEL.0986-46-2277

梅雨シーズンで困ったら……

子ども達とゆつくり遊べる「室内ゆうえんち」へGO!!



子どもの遊びと成長を促す「わいわいぱーく」には、小さな子ども達が時間を忘れてしまうさまざまな遊具やおもちゃが揃っています。また、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スリ

ご登録でステキな特典がいっぱい!

- わいわいパークが何回でも半額
- ぜんぶ込みで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 ★わいわいぱーくで使える2回無料券
※詳細はスタッフにおたずねください



モーリーファンタジー 2F TEL.070-3100-3956



絶景の北海道へ行こう!



現地添乗員 同行スラン
北海道 大自然号
89,800円~

新しい旅のスタイル
コースの一部をプライベートな
プランにアレンジOK

レンタカー付スラン・JRフリーパススラン・サンキューチョイス 北海道
49,800円~

早期申込みで、さまざまな割引特典があります!!

ベストシーズンを迎える北海道はオススメです。その他にも、夏休みやシルバーウィークにピッタリのプランをご用意しています。お気軽にご来店ください!

上永さん

※1名様よりお申込み受付。出発日の7日前までお申込み受付。
日本旅行 2F TEL.0986-46-2226



第919回100円BIGくじ2億円当選者がきた!!
次は、あなたが当たるかもしれません!



スポーツ振興くじ助成事業

コンピューターがランダムに14個の数字を選択するため、サッカーを知らなくても購入できるスポーツ振興くじ。ぜひ、チャレンジしてくださいね!

スポーツ振興くじ助成事業として、都城圏域のスポーツ施設に貢献しています



宮崎完熟ゼリーが届きました♪

ご贈答として喜ばれる
宮崎完熟ゼリー詰合せ 6個入
1,760円~



宮崎県産のフルーツを、まるごととじこめた完熟ゼリー。マンゴー・日向夏・白桃の濃厚な美味しさを堪能してください!

お菓子の専門店 ゴローズ 1F TEL.0986-46-2256



梅雨時期の湿気対策はお任せください!

クローゼットやタンスの中の衣類、大丈夫ですか? この時期、洋服がカビてしまった……という経験のある方は多いのでは! 防菌・防カビ加工仕上げのハイクラスクリーニングを、ぜひご利用ください。



湿度の高い梅雨にピッタリのハイクラスクリーニング

嬉しいイベントデー満載!

メンズデー
10・20・30日
20%OFF

レディースデー
5・15・25日
20%OFF

①防菌・防カビ加工
②静電気防止加工
③風合い加工

布団・毛布・絨毯など 大物2割引!!

ホワイト急便 1F TEL.0986-46-2237

横浜八景楼 ひんやり、夏の逸品! 冷し中華始めました



夏の定番メニューとして、毎年大好評の冷し中華! さっぱりと食べたい時は、「醤油だれ」。珍しい「ごまだれ」は、濃厚なごまの美味しさにハマるとリピーター続出です!!

横浜八景楼 2F TEL.0986-46-2251

※P18・24もご覧ください



1964 THE CLOCK HOUSE

ブランドだけでなくオリジナル時計の品揃えも豊富なお店です。



REGUNO レグノ 電波時計 20%OFF

THE CLOCK HOUSE 2F TEL.0986-46-5474

腕時計で「ありがとう」のキモチを伝えよう!!

CITIZEN シチズン REGUNO レグノ 電波時計



REGUNO Watch Collection

お父さん世代に人気のシチズンが展開するREGUNOシリーズ。自動的に時刻やカレンダーを修正してくれる電波時計は、飽きのこないデザインです。

徳永店長

上記以外にもたくさんの時計をご用意しています。贈物としてのラッピングも承りますよ。父の日ギフトに迷ったら、ぜひご相談ください!



CURRENT by OCELO



ボディバッグ 2,800円〜 人気のボディバッグは、素材・デザイン・カラーともに豊富に揃っています。お父さんにピッタリのバッグを見つけてみては?

いつまでも素敵な お父さんでいて欲しいから……

トレンド商品からアウトレット商品まで、メンズ・レディース・キッズファッションが揃うお店で、お父さんをトータルコーディネートしよう!

父の日ギフト オススメ BEST3 1 ポロシャツ 2 ボディバッグ 3 パンツ

堤さんオススメ 白いポロシャツに黒のデニムパンツを合わせたモノトーンコーデ。どんな世代のお父さんにも似合うコーディネートです!



ポロシャツ 2,300円〜 何枚あっても嬉しいのがポロシャツ! パンツ 2,800円〜 ハーフパンツやクロップドパンツなど、夏のアイテムが満載!

CURRENT 2F TEL.0986-46-2232

my makura

汗っかきで暑がりなお父さんにピッタリのギフト



hin'yari プレサーマ 12,800円 (税込13,824円) 20,800円 (税込22,848円)

寝苦しい日々が続く季節に、オススメのプレサーマ敷きパッド。綿100%なので、湿度調整に優れており、べたつかず快適に使用していただけます。その他、オリジナル枕の無料測定も実施中です。気軽にご相談ください!



my makura 2F TEL.0986-46-1868

LuGard ラガード

創業110余年を誇る「青木鞆」の定番ブランド。幅広い世代のレザーアイテム愛好家に選ばれている革製品です。



セカンドバッグ 9,500円 ショルダーバッグ 19,000円
長財布 10,000円 バスケース&名刺入れ 6,800円
二つ折り財布 9,000円 キーケース 5,000円

父の日ギフトも LAPAXにおまかせ! LA PAX

父の日に贈りたいこだわりのバッグや財布、小物類が充実しているお店。長く愛用していただける革製品も揃っています!



ボディバッグ 6,800円 ショルダー 大 6,800円 ショルダー 小 5,800円

LAPAX 1F TEL.0986-46-2225

ABC-MART

シューズショップスタッフが選んだ 父の日おすすめシューズ

西村さん 大好きなお父さんへ靴の贈物はいかがですか? お父さんに合う1足を選ぶお手伝いをさせていただきますよ。



HAWKINS ホーキンス 防水ウォーキングシューズ トラベラー

アッパーは防水素材WATER-TECHを使用。ミッドソールは軽量で屈曲性のよいもの、アウトソールは雨や雪でも滑りにくいICE-TECHソールを使用しています。どんなスタイルでも合わせやすい、飽きのこないデザインが大人気!!



ABC-MART 2F TEL.0986-46-3950

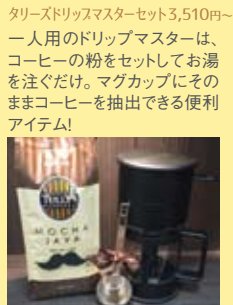
コーヒーマスター

本格派のコーヒーを楽しんでもらうためにコーヒーの抽出器具と厳選された豆のギフトを贈りませんか? きっと喜ばれること間違いなしです!



60ガラスドリッパー & サーバーセット 4,430円〜 耐熱ガラス製のドリッパーなので、目でも抽出を楽しむことができます。人気の高い商品。こだわり派のお父さんにオススメ!

コーヒーに関することなら、私達スタッフになんでも聞いてくださいな!



タリーズコーヒー 1F TEL.0986-24-2082

TEZUKA WORLD SPORTS

洗練されたカッコイイお父さんへ! 即完売のNIKE SB&ジョーダンシリーズをプレゼント



NIKE Tシャツ&ポロシャツ NIKE SB&ジョーダンシリーズはカラー・デザインともにオシャレ!! ショートパンツとのトータルコーディネートもおススメ。



NIKE サンダル NIKE SB&ジョーダンシリーズのサンダルは履き心地抜群で、デザイン性も高いアイテム。ファッションポイントとして大活躍してくれますよ!

TEZUKA WORLD SPORTS 1F TEL.0986-46-2008

2018年 新入学ランドセル 早期ご予約販売会

詳しい特典内容はHPをご覧ください

6月2日金〜11日金 10時〜20時

場所 1階セントラルコート

和の大道芸ショー

観覧無料

「福娘若菜」による、昭和の雰囲気あふれるひとりチンドンショー!

6月4日 12時〜13時半〜15時

場所 2階フードコート前



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!

第1弾 6月11日 第2弾 6月18日

出演:バルーンアーティストリー 出演:ジャグラーひがちゅう

12時〜13時半〜15時

場所 2階フードコート前

ちびっこビンゴゲーム大会

参加無料・先着100名様

6月25日 14時〜

※15分前よりビンゴカード配布 対象 小学6年生以下のお子様 場所 2階フードコート前



父の日似顔絵展

6月18日 まで 場所 2階フードコート



北諸県郡三股町
一万城交差点から
すぐそこやっど!!
**2018年
4月オープン
予定**

放課後等デイサービス・通所介護・住宅型有料老人ホーム・
訪問介護事業所・ケアプランセンター

オープニングスタッフ募集!!

何かを創り出したい、何かを変えたい、
自分の可能性を活かしたい、情熱あふれる方、大歓迎

**せりしま
フーズ** 同グループが
運営する

放課後等デイサービス・通所介護
経験者・保育士大、大、大歓迎!!

宮崎で面接会
随時開催予定!
※日時はお電話にて
お問合せください

26時間あると言われている宮崎は、
ゆっくりしている分、人への愛情は
「半端ない!!」そう思っています!
その愛情、フルに私達と伝えませんか?



採用情報

事業所	有料老人ホーム			通所介護(デイサービス)			放課後等デイサービス	
職種	介護職員			ケアマネジャー	デイサービス生活相談員	看護師(正・准)	児童発達支援管理責任者	保育士
雇用形態	正社員	パート	夜勤専従パート	正社員	正社員	パート	正社員	パート
給与	基本給:150,000円～ 処遇改善加算あり (20,000円～45,000円) 夜勤手当・資格手当あり	時給:800円～ 処遇改善加算あり ※勤務時間数に応じて支給 ※資格に応じて時給UP	日給:8,000円～ 処遇改善加算あり ※勤務時間数に応じて支給	基本給:180,000円～	基本給:160,000円～	(正)時給:1,100円～ (准)時給:1,000円～	基本給:160,000円～ 資格手当・業務手当あり	時給:800円～
経験者優遇!! 経験に応じて、手当支給!! ※試用期間あり								
勤務地	北諸県郡三股町宮村							
資格条件	初任者研修(ヘルパー2級)または介護福祉士			介護支援専門員	介護福祉士	看護師免許(正・准)	児童発達要件を 満たしていること	保育士
待遇	各種社会保険完備・交通費全額支給・年末年始手当・昇給・昇格・賞与支給(年2回)							
休日	シフト制 年間:107回	※週1日～OK ※曜日・時間要相談			シフト制 年間:107回			

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

★大阪で研修を受けた方は、宮崎へ帰った
後も、大阪の給料をそのまま支給!!

★無料の寮完備(別途、光熱費のみ請求)

★宮崎から大阪までの旅費全額支給

★宮崎県・九州出身者多数活躍中!!

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 (大阪で研修を受けた場合)

職種	介護職員	児童発達支援管理責任者	ケアマネジャー	看護師(正・准)
雇用形態	正社員			
給与	基本給:180,000円～ 処遇改善加算あり (20,000円～45,000円) 夜勤手当 資格手当あり	基本給:200,000円～ 資格手当 業務手当あり	基本給:240,000円～ 資格手当あり	(正)基本給:260,000円～ (准)基本給:240,000円～ 資格手当あり
経験者優遇!! 経験に応じて、手当支給!! ※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	相談支援従事者初任者 研修と児童発達支援管 理責任者研修修了者も しくは実務経験5年以上 ※上記研修は大阪で受講可能。	介護支援専門員	看護師免許(正・准)
待遇	各種社会保険完備・交通費全額支給・年末年始手当・昇給・昇格・賞与支給(年2回)			
休日	シフト制 年間:107回			