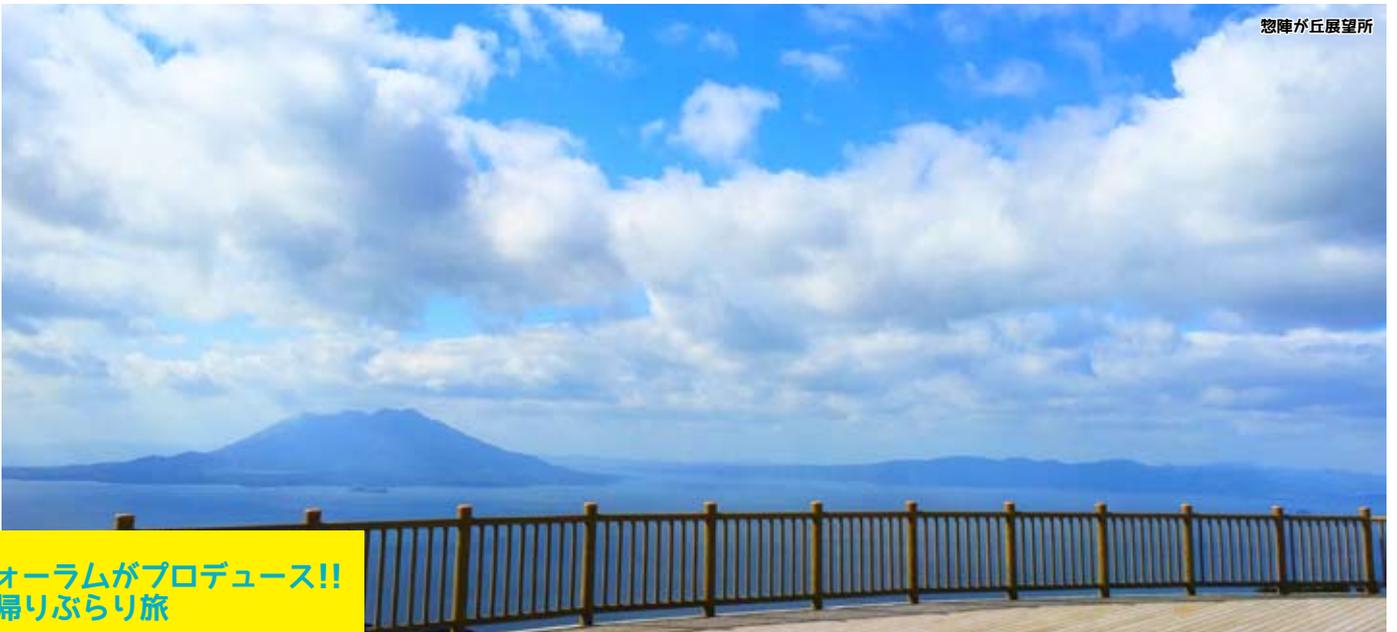


きりしまフォーラム

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



惣陣が丘展望所

フォーラムがプロデュース!!
日帰りぶらり旅
大自然に囲まれた
霧島市
特集!



🎁 読者
プレゼント付!

いよいよ
夏本番!

冷たいSweets特集

キレイを
お得に♪

Beauty*クーポン特集

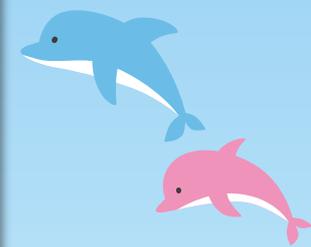
夏の
オススメ

FORUM'S SELECT グルメ



日当山西郷とん村

その他、イベント情報など、
盛りだくさん!!



表紙の絵

『カラフルなちょう』

ままだ そうすけ
前田 宗介くん
(7歳)

あおがきれいだったので
かきました。

●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!



経営者の
みなさん

入社・退職の手続き、給与計算は 社会保険労務士にお任せください!

こんなことでお困りではないですか?



- ⚠️ 新入社員が入ったけど
ハローワークや年金事務所に行くのが面倒
- ⚠️ 事務スタッフの求人をしても、
なかなか応募がない
- ⚠️ 給与計算担当が退職してしまった



三嶋社会保険労務士事務所にご相談ください 迅速・正確・丁寧に対応いたします!

月額1万5千円～。それぞれの企業様に最適なプランをご提案いたします



お越しの際は、電話でご予約ください。

三嶋社会保険労務士事務所
 都城市都原町3330-2
 電話受付/平日9:00~17:00
 ☎️ 相談専用 **0986-51-4141**
 ※匿名で構いません。非通知はご遠慮ください。
 メール/info@mishima-office.com

障害年金 もらい忘れて いませんか?

障害年金とは、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。障害年金を知らないために、受け取られていない方がたくさんおられます。気軽にご相談ください!



社会保険労務士 三嶋 賢司

- うつ病 心疾患
- 糖尿病 人工透析
- 脳梗塞 がん
- 人工関節 人工肛門
- 現在働いている方も受給資格があります

障害年金は、現在20歳以上64歳までの方で、さまざまな病気の対象となります

相談料 0円	着手金 0円	報酬は 成功報酬 およそ年金 2カ月分
------------------	------------------	------------------------------

年金が受給できなかった場合は、手数料はいただきません

都城障害年金相談センターに
依頼してよかった!!

- POINT1 相談実績 年間300件以上
- POINT2 受給決定率 90%以上
- POINT3 迅速丁寧

都城障害年金相談センター

電話無料相談 実施中!

(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

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。

- 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

美術品 高価買取致します! 骨董品 ◆中国美術◆中国書画◆絵画◆宝石◆時計

お宝 無料鑑定会開催!!

都城 7月6日(金) 10:00~16:00 都城文化ホール1F 会議場A・B 宮崎県都城市北原町1160-100	宮崎 7月7日(土) 11:00~16:00 宮崎KITENビル8F 中会議室・小会議室3 宮崎県宮崎市錦町1-10
---	--

掛け軸、絵画、茶道具、陶磁器、 中国書画、宝石、時計、刀剣類 買取強化中!!

ご自宅まで無料出張・査定・買取致します!

遺品整理 美術品相続 断捨離 相談無料

本郷美術骨董館 九州支店

☎️ 0120-518-100 土・日も営業中
お気軽にご相談下さい

福岡市博多区博多駅前2-10-19 本郷美術 検索
福岡ファッションビル1F 福岡県公安委員会 第901021410042号

時計・ジュエリー館 新設 時計・ダイヤ・宝石 高価買取!!



名譽館長 梅宮辰夫

新・医療の窓

早水公園クリニック便り

①沖縄で麻疹が流行がしたと聞きました。どの年代の人がワクチンの追加接種をするべきですか？

麻疹は空気感染する非常に伝染力の高い病気です。昔は小さいころに麻疹で命を落とすことも多く、「命定め」の病気と言われていました。それほど怖い病気で、発症すると高熱が何日も続きます。50歳以上の方は小さいころにかかり、抗体を持っていないことが多いです。しかし、現在18〜40歳くらいの年齢の方は予防接種をしているものの1回しか受けておらず、抗体価が低い人がいるため追加接種をお勧めしています。また、18歳未満の方は定期接種で2回しているため、99%以上の人が十分な抗体がついています(接種を忘れていない人は別です)。ちなみに麻疹も同様です。当院では麻疹の発生はありませんが、麻疹の発生はありました。麻疹に関しては、現在18〜40歳くらいの年齢の方には追加の予防接種をお勧めします。

②マダニに噛まれたら、どうしたらいいですか？

近年話題になっているマダニですが、布団の中などにいるダニとは違い肉眼でも見えます。草むらなどに生息し、動物の血を吸います。噛まれても

あまり痒くならないので、気付きづらいことも多いです。山での作業や草むらに入った後は体のチエックが必要です。もし噛まれたら、すぐ病院に行きましょう。無理やり払い落とすとマダニの口の部分が皮膚に残ってしまうので、皮膚ごと削ぎ落とすのが一般的です。テレビなどでよく報道されている重症熱性血小板減少症候群(SFTS)というのは、噛まれてから7〜14日で発症します。有効なワクチンや治療法はなく、対症療法になるので、噛まれた後2週間程度は熱や倦怠感が出ないか注意が必要です。これから暑くなり、山に出かけたりすることもあると思いますが、十分気を付けましょう。

③熱中症にかからないよう気を付けることは？

熱中症は高温多湿な環境に身体が対応できなくなることで起こります。例えば、炎天下でスポーツをする場合などは十分気を付ける必要があります。熱中症の主な初期症状は、めまいやほてり、筋肉の痙攣、吐き気や頭痛、異常な発汗などです。気付いた時には重症になっていることも多いので、早めの水分補給、塩分補給を心がけましょう。また意外に思われるかもしれませんが



院長 山内明

早水公園クリニック

内科・小児科・外科・消化器内科・アレルギー科

住所 都城市早水町 4503-16
 TEL 0986-36-6117
 HP <http://hayamizu-park-clinic.com>



せんが、屋内に居ながら熱中症にかかる方も少なくありません。実際、熱中症の疑いで来院される方の中で多いのが、屋内しかも閉め切られた環境で仕事をしている方です。仕事に集中するあまり、つい水分補給を忘れ、症状が出た時には重症化しているケースが多いです。屋内は風が通らず、発汗しても熱が逃げないため、熱中症にかかりやすくなります。他人事と思わず、小まめな水分補給、塩分補給と休息を心がけてください。

お中元・ご贈答に南香の涼菓がおすすめです

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



味わい深し 水羊羹
 自家製

- ◆5個入 ◆10個入 ◆16個入
- ◆5個入 ◆6個入 ◆8個入 ◆12個入
- ゆず ■マンゴー ■黒霧島 ■焼酎 ■いちご ■パイオ茶 ■日向夏 ■栗かこの羹 ■梅羹 ■マンゴー水羊羹

第27回全国菓子大博覧会 橘花榮光章受賞

本格焼酎け一き霧島

霧島「志比田工場原酒」と芋焼酎「吉助」を贅沢に使用した本格焼酎け一き。しっとりとしたスポンジと焼酎の香りが、絶妙な味わいを醸し出しています。時代に合わせた改良を重ね、20年間変わらず愛され続けているお菓子です。

お菓子の南香
 都城市甲斐元町 1-26 ※P24・25も
 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！リバーシブルバッグ

その日の気分や服装に合わせて使い分けができる便利なリバーシブルバッグです。持ち歩く楽しみも2倍に!!

日程	7/6(金)・11(水)・18(水)・27(金)
時間	AM10:00~(1時間程度)
参加費	1,400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
 ☎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)

空き家管理・遺品整理

にお困りではありませんか

- ・親が施設に入所し実家が空き家になったが、遠方に住んでいるので管理ができない。またこの機会に家財などの生前整理もしたいが、費用が心配だ
- ・室内に遺品などの荷物が置かれたままで自分では仕事もあり片付けもできない

など、いろいろなか事情で空き家の管理にお困りの方はご相談ください。

空き家管理 基本料金
 毎月1回 3,000円~(約1時間)
 簡単な清掃、通風作業、通水作業
 ※オプション：庭の草刈りなど、別途見積りします。
 【無料】※生前・遺品整理については別途見積りになります。

(社) 空き家管理士協会・(社) 遺品整理士認定協会
 合同会社 フォレストエート ☎0986-58-4709
 都城市高城町大井手 452-1 【営業時間】 9:00 ~ 17:00
 URL : <http://www.forestate.net/> ✉ forestate2017@gmail.com

どこよりもよいミシンを！ どこよりも安く！！ 全メーカー常時 60台以上展示中！
ミシンの購入はアフターサービスもばっちりの当店で！

カタカタカタ...
★マンツーマン指導の教室 (予約制)も好評実施中！

7月の手作り教室
フレンチスリーブブラウス 2,000円(材料費込み) 限定5名 随時受付中
※生地の色は写真と異なる場合がございます。

要予約 2時間程度
※日程は電話にて応相談 気軽にお電話ください!!

ミシンの事なら何でもわかる、販売・修理専門店
みしん市場 都城妻ヶ丘店
点検・調整 500円より

0986-46-3342
住所/都城市妻ヶ丘町15-12 各メーカーOK!!
営業/9時~18時半 定休/なし ※P24もご覧ください

修理見積り無料! 出張もOK!!

知ってますか？ 得する話

ご家庭お客さま向け電気料金プラン
従量電灯Bのお客さまは
2年契約割引(オプション)の適用で使用量に関係なくお安くなります

スマートファミリープラン

お問い合わせ先:九州電力都城営業所 (無料通話) 0120-986-705
九州電力 ずっと元気で、暮らしたい

※イベント情報についてはP20をご覧ください

で、美しく健康になりますか？

疲労回復 雨前偏頭痛 更年期の悩み解消 脂肪分解ダイエット 美肌効果

500円 500円 500円 2,000円

高圧酸素ルーム 1回(約50分) 500円
低圧酸素ルーム 1回(約50分) 500円
脊椎セラピーV7 1回(約50分) 500円
コラーゲン活性ルーム 1回 2,000円

和楽笑の湯の回数券も使用可。シルバー料金・学生割引あり。

和楽笑の湯 姉妹店 なごみの家
都城市一萬城町66-1
TEL.0986-57-0753
営業/11:00~19:00(最終受付 18:00)
定休/第一火曜日
※P24もご覧ください

「手の届く価格で、自然素材、の家づくり」

エヴァホームは **LINE@** はじめました!
お役立ち情報いっぱい!

アドバイザー 浅井輝男

家づくり相談会開催
7/8日 10:00~17:00
会場 エヴァホーム本社兼モデルハウス

ご来場特典
QUOカード 500円分 プレゼント

いま登録すると...
お得なギフトを もれなくプレゼント!!

EVAH エヴァホーム
大正15年創業 一級建築士事務所 本社兼モデルハウス 都城市平江町25-11
TEL 0986-22-3242 E-mail asai@evah-home.net

ウェディングフェア
7/29(日) 11:00~18:00 参加費無料 ※要予約

🌸 ドレス試着会 🌸 アイテム展示

夏のスペシャルご来店特典
カクテルコーナー(4万円相当)+生花ブーケ(1万円相当)

さらに 7/29(日)当日ご成約いただいた方 限定
エンドロール もしくは サンクスムービー プレゼント
(人数により変動ございます)

お申し込みフォーム
お電話または右のQRコードよりお申込みください。

Instagram
最新情報をお届け!!
ホテル中山荘*LUCEのInstagram

ホテル中山荘 ビアガーデン
酒夏 -しゅなつ-

絶賛開催中!!
17:00~22:00 (オーダーストップ 21:30)

セットメニュー + フリードリンク
お一人様 3,500円~

フードメニューも豊富に取り揃えております。

メニューはこちらをご覧くださいませ

ホテル **中山荘** * Wedding Guest House **LUCE**
0986-23-3666 都城市松元町3-20
詳しくはお電話にて承ります。 [ホテル中山荘] 検索

せりしま フアラム 関連施設

9月末
内覧会
開催予定

居室数 42 室

1 人部屋：40 室
2 人部屋：2 室

※施設画像はイメージです。

入居相談受付中!

都城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

通所介護（デイサービス）			
介護職員		看護師（正・准）	機能訓練指導員
正社員	パート	パート	パート
基本給：150,000円～ 処遇改善加算あり (30,000円～80,000円) 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	(正) 時給：1,100円～ (准) 時給：1,000円～	時給：1,100円～
初任者研修（ヘルパー2級）または介護福祉士		看護師免許（正・准）	理学療法士・作業療法士 ・言語聴覚士・柔道整復師 又はあん摩マッサージ指圧師
・賞与支給（年2回）			
年間：107回	※週1回～OK ※曜日・時間要相談		



※試用期間あり

住宅型有料老人ホーム

フォーラム 三股

10月オープン

北諸県郡三股町一万城交差点からすぐそこ!

お問合せは、きりしまフォーラム内「フォーラム三股 開設準備室」まで
 ※ご来訪希望の方は、事前にご連絡ください。

所在地：都城市一万城町 99-9-1

直通ダイヤル

フリーダイヤル

070-3244-6809 または、 **0800-222-3781**

採用情報

オープニングスタッフ大募集!

事業所	有料老人ホーム				
職種	施設事務員	介護職員			ケアマネジャー
雇用形態	正社員	正社員	パート	夜勤専従パート	正社員
給与	基本給：150,000円～	基本給：150,000円～ 処遇改善加算あり (30,000円～80,000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	時給：950円～ 処遇改善加算あり ※勤務時間数に応じて支給	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!!					
勤務地	北諸県郡三股町宮村				
資格条件	基本的なPC操作	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
待遇	各種社会保険完備・交通費支給・年末年始手当・昇給・昇格				
休日	シフト制 年間：107回	※週1回～OK ※曜日・時間要相談			シフト制

新しい施設で一緒に働きませんか?



都城市の中心市街地に新しくオープンした『Mallmall(まるまる)』、たくさんの方が気軽に利用できる場所です。フォーラムスタッフが、どのような施設で・どのようなことができるのか……実際に体験してきました!!

今回ご紹介するのは『都城市立図書館』。これまでの図書館としての機能はもちろん、さまざまなサービスや施設が複合されているスポットです。

都城市立図書館 MIYAKONOJO CITY LIBRARY



新しくオープンした図書館は、広大な吹き抜けになっていて、開放感が抜群! 木がふんだんに使われた温もりを感じる館内は、自然光が優しく入り、気持ちよく過ごせる空間になっています。また、500席以上が設けられていて、ゆっくり座りながら本を読むことができますよ。時間を忘れて過ごしたくなる素敵な図書館です♪



優しい光が差込む心地よいスペース。本を読んだり、お手持ちのパソコンで作業したり、思い思いに過ごすことができます。

インデックス[さくいん]で見つける



図書館内の索引として利用できるインデックス[さくいん]。「知りたい言葉」や「気になる言葉」を検索すると、あなたが今まで出会うことのない本に出会うことができるかもしれません……。インデックスワードは、今後も増えていく予定です。

並べられたインデックスワードで気になるものがあったら、ぜひ手にとってください!! 2次元バーコードを、館内のタブレットや自分のスマホで読みとると、ワードにあった本を検索してくれます!!



おべんとうコーナー

図書館で長く過ごせるように、持参したお弁当やスイーツを食べられる場所も完備! 本を読んだり、勉強したりするのに疲れたら……美味しいごはんを食べて、リフレッシュしてくださいね。



Kids space

世界各国の絵本や児童文学、図鑑などが充実。やわらかいマットが敷いてあるので、オウチにいる感覚で、子どもに絵本を読んであげることもできます。また、オススメする本を手書きで紹介している「メッセージカード」は、とてもかわいく、見ているだけで気分がほっこりしますよ♪



こどものにわ

幼児から児童まで、子ども達が自由に使えるガラス張りの「にわ」。広いスペースには、アーティスト榎田拓哉氏が監修するこどもの「感性を育む道具箱」が置かれていて、いつでも遊ぶことができます。

子どもならではの
発想で、自由に楽しく
過ごしてください!



ティーンズスタジオ Fashion Lab.



10代中心に利用できる青少年専用スペースの中にある「Fashion Lab.」。シルクスクリーンができる設備が整っていて、ワークショップを行っています。普段は、絵の具などを持ってきて絵を描いたり、おしゃべりしたりするスペース。ティーンで、「何か作りたい!」という思いのある方は、ぜひ相談してみてください。

8月開催 ティーン限定

手ぬぐいワークショップ

※詳しくはお問合せください

静かな部屋

静かに本を読んだり、勉強したりする時に利用するスペース。防音になっているので、邪魔されることなく静かに過ごすことができます。



この部屋は「静か」がテーマのため、パソコンの利用もNGです。

☎0986-22-0239 都城市中町16-15

開館時間 / 9:00~21:00

定期休館なし ※ただし、施設の保守点検・図書整理などに伴い、

臨時休館する場合があります

駐車場 / あり ※3時間まで無料

<http://mallmall.info/library.html>



赤ちゃん連れの方・お身体の不自由な方も安心!

授乳室・おむつ替え台のあるベビールームやおやこトイレ、だれでもトイレを完備。車椅子やベビーカーも貸出してくれます。お手伝いが必要な方は、入口にあるインターフォンでスタッフを呼んでください。また、スタンדרーベも備わっています。

Mall Market カフェショップ

図書館に併設されたカフェで、ゆったり過ごしませんか? 借りた本を読みながら、こだわりのコーヒーやスイーツを堪能できますよ。





シンコー本店発・不動産物件情報

★そのほかたくさんあります★ ()内は坪数 ※新築は全オール電化 (R)リフォーム箇所有り (L)値下げ (O)オール電化

上長飯町 1900万円 ★4LDK

★カーポート、外構付き!

▲1階平面図 ▲2階平面図

- 土地257㎡(77) ●建物102㎡(31)
- H29/7築 ●上長飯小B徒歩8分

郡元町 1950万円 ★3LDK

★外構・カーポート・サンルーム付

- 土地209㎡(63) ●建物84㎡(25)
- H30/3築 ●早水公園B徒歩10分

太郎坊町 1950万円 ★3LDK

★3LDK

- 土地292㎡(88) ●建物83㎡(25)
- H30築 ●地場産業B徒歩3分

南横市町 1800万円 ★4LDK

★7月完成 ★西小近く

- 土地254㎡(77) ●建物91㎡(25)
- H30築 ●市営団地バス徒歩10分

上東町 400万円

- 土地89㎡(26) ●建物97㎡(29)
- S30築 ●東小バス徒歩1分

宮丸町 1290万円

- 土地148㎡(45) ●建物113㎡(34)
- H8/1築 ●西宮丸B徒歩4分

高城町 桜木 1380万円 ★6DK

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

甲斐元町 1280万円 ★南小

- 土地353㎡(106) ●建物90㎡(27)
- S61/5築 ●東甲斐元B徒歩27分

郡元町 880万円 ★4DK+

- 土地353㎡(106) ●建物90㎡(27)
- S61/5築 ●東甲斐元B徒歩27分

前田町 1380万円

★1Fの使い方に夢が膨らみますよ!★

- 土地271㎡(82) ●建物412㎡(124)
- S53/1築 ●前田3丁目徒歩3分

三股町 樺山 950万円

★小中・幼稚園・役場近いです!★

- 土地431㎡(130) ●建物87㎡(26)
- S53築 ●健康S徒歩1分

宮丸町 1680万円 ★築3年 ★4SLDK

★ホテルサザン前

- 土地141㎡(42) ●建物96㎡(29)
- H27/10築 ●大王B徒歩3分

売りたい! 買いたい! まず相談! シンコー妻ヶ丘へ!

吉尾町 2300万円 ★5DK

予約

- ★高専そば。上品な室内です。
- ★年数を増してますます良さが増えています。
- 土地674㎡(203) ●建物156㎡(47)
- S58/7築 ●松の元B徒歩5分

太郎坊町 1980万円 ★4LDK

- 土地330㎡(100) ●建物134㎡(40)
- H12/2築 ●沖水小B徒歩6分

上長飯町 2680万円

★敷地内2棟あり

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

売りたい物件は 29年勤務の レジエント部長が 甘・辛口で無料査定!

甲斐元町 2200万円 ★5LDK

★懐かしさと今時の快適さがミックスされた リフォーム住宅です!

- 土地602㎡(182) ●建物119㎡(36)
- 不明 ●甲斐元町B徒歩2分

養原町 2550万円 ★築6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

宮丸町 1680万円 ★築3年 ★4SLDK

★ホテルサザン前

- 土地141㎡(42) ●建物96㎡(29)
- H27/10築 ●大王B徒歩3分

養原町 2550万円 ★築6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

上長飯町 2680万円

★敷地内2棟あり

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

甲斐元町 2200万円 ★5LDK

★懐かしさと今時の快適さがミックスされた リフォーム住宅です!

- 土地602㎡(182) ●建物119㎡(36)
- 不明 ●甲斐元町B徒歩2分

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 妻によっていこうえんさがし!
 0986 **24-1518**
 ※広告有効期限は平成30年7月31日迄。掲載物件は全て仲介※

スピード・結果を重視するならロゼマドンナ
エステ初心者でも安心して通えるサロンです！

<p>セルライト除去 (脂肪吸引)</p> <p>頑固に固まったセルライトを揉みつぶし、瘦身効果をうながします。</p> 	<p>メスいらすの「光痩身」</p> <p>直接脂肪を分解し、肥大化した脂肪細胞を減少させます。</p> 	<p>RF波トリートメント</p> <p>脂肪の奥の皮下組織まで熱を伝え、血行促進、脂肪燃焼。</p> 
<p>遠赤スーパードーム</p> <p>疲労回復・冷え性・体脂肪も減少し、瘦身効果もあります。</p> 		

クーポン特典

★プレミアムコース	通常価格 ¥9,800 → お試し価格 ¥1,500
★スペシャルコース	通常価格 ¥7,500 → 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

0120-16-3314 (予約) 0986-21-1830

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

内から外から
キレイになりたい

Beauty
クーポン特集



慢性腰痛専門 整体院あやめ

座骨神経痛・脊柱管狭窄症でお悩みの方は「整体院あやめ」へ！
今の治療で満足していないアナタ！
あきらめる前に私の整体院に来てみませんか？
五十肩や変形性膝関節症などの症状もお任せください！



◆話題の筋膜治療
◆機器を使わず徒手治療
少しも改善が見られなければ、全額返金！

6月限定 「きりしまフォーラム見た」で
通常 ¥3,000 → 初回 ¥980!
●H30.7/31迄有効

070-4737-9537



宗 KAMI-YA SOU

夏こそスッカリ 頭美人！
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!! 癒し効果も抜群♪
浴衣着付&簡単ヘアセット承り中!

隠れ家サロンで作る、夏気分UPのヘアスタイル♪
オーナーがカウンセリングから仕上げ迄、すべて担当してくれるサロンはプライベートなリラックス空間……。現在も、某テレビ局でヘアメイクとして活躍している女性スタイリストが、トレンドを取り入れながらスタイリングのしやすい再現性の高いスタイルを提案してくれます!!

夏もオススメ! パーマスタイル
パーマ好きのオーナーのこだわりで、髪にトコトン優しいお薬を使用! 髪にボリュームが出る、思い通りに切るアップスタイルのアレンジもしやすいですよ♪
パーマ+カット ¥7,200~

0986-51-8460



タイ古式&チネイザン **nanaya ナナヤ**

デトックス&リラククス

タイ古式マッサージ
二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、全身をゆったりとしたリズムでほぐしていきます。

タイ式小顔マッサージ
頭蓋骨の歪みに優しい持続圧でアプローチ。顔の歪み・左右の違い・頬骨やエラの張り・しわ・たるみ・ほうれい線等に!

チネイザン	タイ古式マッサージ	タイ式小顔マッサージ
90分 ¥6,000	70分 ¥4,000	30分 ¥2,000
120分 ¥8,000	100分 ¥5,000	60分 ¥3,500
	120分 ¥6,000	オプション:20分 ¥1,000

チネイザン(気内臓療法)
元来、内臓と感情は密接な関係にあるとされ、ネガティブな感情や記憶は内臓に蓄積され凝り固まっています。オイルとハーブボールを使いマッサージすることで、腹部の緊張をほぐし、ネガティブな感情を解放するとともに、内臓が正常な動きを取り戻し、全身の気の巡りがよくなります。

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

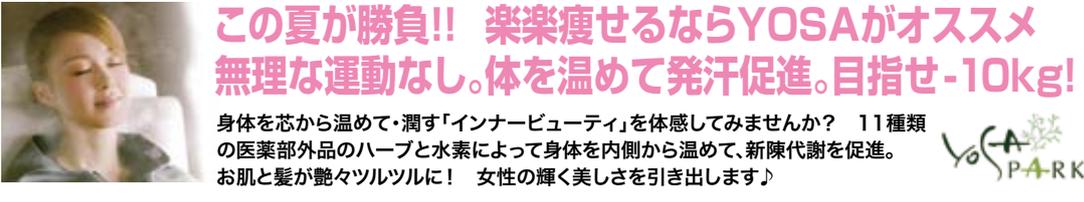
090-8400-2610



YOSA PARK BIEN ~美縁~ / YOSA PARK viage ヴィアージュ / YOSA PARK belt'a ベルタ

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。体を温めて発汗促進。目指せ-10kg!

身体を芯から温めて・潤す「インナービューティ」を体感してみませんか? 11種類の医薬部外品のハーブと水素によって身体を内側から温めて、新陳代謝を促進。
お肌と髪が艶々ツツルに! 女性の輝く美しさを引き出します♪



1 **温**
YOSAウェアを着用し、身体を芯から温める
Relax

2 **出**
発汗&代謝を促進し、老廃物を出す
Detox

3 **入**
11種類の医薬部外品のハーブの蒸気を身体の中に入れる
Beauty

初回限定 20%OFF

人気No.1 超お得 プレミアムコース (90分)
通常 ¥13,800相当の施術
¥8,800 → ¥7,040

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

デトックス代謝アップコース(75分) ¥5,500 → ¥4,400

YOSA体感癒しコース(60分) ¥4,500 → ¥3,600

美脚もくびれも納得 水素+超音波+炭酸
温活美人 最先端の加熱美容器を体験できます!!

BIEN ~美縁~ 高木店

090-7474-7937
LINE ID / aihiyu1104
都城市高木町5003
営業/9:00~22:00 (応相談) 不定休
駐車場/あり キッズルーム 完全予約制



viage ヴィアージュ 三股店

090-6400-1202
LINE ID / yai0822
三股町神田27-4
営業/9:00~18:00 不定休
駐車場/あり キッズルーム 完全予約制



belt'a ベルタ 都北店

080-5202-1544
E-mail / belt1028@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



こんな方にオススメ

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



オーガニック素材にこだわったサロンで新しい美しさを見つけてませんか？

まとまりと艶が手に入る話題の自然派サロン

大人のモデ愛されカール！夏スタイルをハッピーに♪

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

カラー+カット ¥7,000
HOIMIトリートメント (¥2,000相当) 付!
※ロング料金別・税込
●予約時と来店時にご提示ください
●他券併用不可 ●130.7/31迄有効

大人気 ミネラルデジタルカール+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



「ADORE」で夏にぴったりのスタイルを見つけよう♪

夏のヘアスタイルは『ADORE』におまかせください! これからの季節におすすめのカラー・パーマで、お手入れのしやすいスタイルをご提案します♡



プライベートも承っておりますので、式場から衣裳、ヘアメイク迄何でもご相談ください!!



カラーマツエク +¥500~
アップワードラッシュ +¥2,000
ご予約時にお伝えください♡

大人気 いま話題の「セフィース」取扱店♪
とにかく人気です!!
商品によっては入荷待ちのものもあります。まずはお問合せください!

☎0986-38-3011

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
※プライベート等不定期にお休みすることがあります
Instagram「@adore1120」
「@mimi.accessory」

新規の方限定 まつげエクステ付け放題
¥3,000(税別)



ヘア&アイラッシュ「SANHUGI」

model:kanae

「こんなヘアスタイルにしてみたかった!」——「アナタらしさ」がよりいっそう際立つスタイルを、『SANHUGI』で一緒に見つけてみませんか? 誰もが自然体でリラックスして過ごせる空間で、「こんなふうになりたい!」という理想を叶えましょう♪



stylist:tsukino colorist:ayumi

HPもチェック!
まつげエクステの新メニュー情報等もリリース予定



大好評 “ナチュラル、なエクステで目元をオシャレに♪”
『SANHUGI』のエクステは“ナチュラル、な仕上がりで評判♪” 自まつ毛が「短くなった」「薄くなった」という方のための、強く長くするためのケアも充実しています!

☎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
Instagram「@sanhugi_ttoshi624」



natural SLIM スリム

『素髪のような、やわらかな質感。』

NEW 『髪質改善』メニュー登場

- ツヤがなくまとまらない
- くせが気になるがベタツキになりたくない
- 硬い髪質がいや
- 癖、アイロンやブローで手間がかかる
- 髪が広がりがやすい
- 以前になかった髪にくせが出てきた

※ 強いくせ毛が気になるかは、縮毛矯正です。

（カット別） S 5,000円 M 5,500円 L 6,000円 LL 6,500円
（通間ホームケア付） S 6,500円 M 7,000円 L 7,500円 LL 8,000円

梅雨のくせ対策! NEW 髪質改善メニュー登場!

Special Campaign
スペシャルヘアケア3点以上お買上げで 10%OFF
おすすめヘアケア 5アイテム

質感、仕上がりが感、香りで選ぶ
シャンプー&トリートメント
コタアイケアシリーズ
コタセラバスバシリーズ
+
美しさあふれだす浸透ケア
アウトバストリートメント
コタスタイリングベースB1
コタスタイリングベースB3orB5
コタスタイリングベースB7

COTA シリーズ
『marble』では、ヘアスタイル・髪の状態・悩みをカウンセリングし、髪と頭皮について追求した36パターン組み合わせの中から、お客様にピッタリのアイテムをご提案いたします!

☎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

蒸し暑い夏を快適に過ごす 豆知識

いよいよ夏本番!! じめじめと蒸し暑い日は、気分が滅入りますよね。そこで、今回は読者のみなさんから寄せられた「蒸し暑い夏を快適に過ごす豆知識」の中から、特に多くコメントがあった「グリーンカーテン」について紹介いたします。グリーンカーテンとは、ゴーヤやアサガオなどのツル性の植物を、ネットなどに絡ませて窓の外や建物の壁面にカーテンのように這わせたもののこと。直射日光を遮り、植物の蒸散作用によって周囲の温度を下げることで、室内温度の上昇を抑えられます。

読者のみなさんから寄せられたコメントはこちら!

- 実行しているのは緑のカーテンです。葉の大きいヘチマが花もきれいでいいです。(ちいちゃん/61歳)
- 緑のカーテン、ベランダでもできました!
- グリーンカーテンがいいと思います!! ニガウリを窓辺に植えたら涼しそうです!、直接日差しが部屋に入らな

い。昨年もしました!! (ケンちゃんママ/70歳)

見た目にも涼しいので、暑い夏でも快適に過ごせそうです。定番のゴーヤやアサガオ以外にも、グリーンカーテンにちよつういいツル性の植物があるようです。一部紹介します。

- ◆ パッションフルーツ
ツル性の多年草であるパッションフルーツはきれいな花が咲きます。甘酸っぱく芳醇な香りが楽しめます、果実も食べることができます!!
- ◆ マンデビラ
乾燥や高温に強く、緑の葉の中に真っ赤なきれいな花を咲かせます。開花時期が5月〜10月と長いので長期間楽しむことができます。
- ◆ ゴーヤとパッションフルーツ
グリーンカーテンの難点である害虫対策にオススメなのが、ゴーヤとパッションフルーツの混植! 虫を寄せつけにくいゴーヤですが、葉が小さい。それを補ってくれるのが葉が大きくてたくさん咲くパッションフルーツ。一緒に植えるのがオススメです!

気になった方は、ぜひ試してみてください♪

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、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

■夜、ウォーキングに出かけ、帰りにパンと牛乳を買って帰るため、ズボンのポケットに5千円札を入れていた。店に寄ると

ポケットに穴が空いてお金なし!!
(ちゅうりっぷ／54歳)



■千円ぐらいならまだ諦めもつきませんが、5千円となるとかなりショックですね……。実は、私も同じような経験があります。それにしても、ズボンのポケットって、知らない間に穴が空いていることが多いような気がします。お互いに、出かける時はポケットに穴が空いていないか確認するようにしましょう!

●あれ?

・中学生の次男は自転車通学なのですが、ある雨の日、「車で送ってほしい」と頼まれました。子どもを後部座席に乗せて中学校の近くまで行き、「着いたよ」と後ろを振り返ると、子どもが乗っていませんでした。車に乗る直前、忘れ物に気づき、家に取りに帰ったのに、私が気づかず発車した模様……。結局、子どもは自転車通学へ……。恥

ずかしいやら、子どもに申し訳ないやら、でした。
(あきたけママ／47歳)

■乗っているはずの子どもがいなくて気がついた時はかなりビックリされたことでしょうか。次男くんも、まさか気づかずに出発しているとは思わなかったでしょうし、笑うしかなかったのではないのでしょうか。これからは、しっかりと確認してから出発するようにしてくださいね!

●ぬか喜び

・上司から「アナウンサーみたいな顔してるよな」と言われたので、褒め言葉と思って喜んでいたら、「あ、またアナウンサーが美人じゃないころの一番前のアナウンサーな」と。一言多い……。 (3365／24歳)

●なんで?!

・4月に小学生になった息子。ようやく学校生活にも慣れて親子共に安心して始めたころのある金曜日、荷物いっぱい帰宅した息子が、ランドセルから出たもの全て濡れていて泥がついている……。なぜ? 全て出してみると中からは袋に入ったアジサイの苗!! 水は入っているしー!! なぜランドセルに入れるのか? さすが……。男の子!! (たの／36歳)

■小学生の男の子、悔りがたし(笑)。ただ、男の子はそうやって成長していくものなんです! 温かい目で見守ってあげてください。

●お陰様で

・4月から新しい職場に変わって約3カ月が過ぎました。慣れない中にも、温かく迎えてくれた同僚のお陰で、やっと調子も上向いてきた気がします。仕事を進める上で、「コミュニケーションの大切さをひしひしと感じながら、日々頑張っています。」 (Romio／44歳)

■仕事をしていく上で、職場の人間関係はとても大切です。いい同僚に恵まれたのは、本当に幸せなことだと思います。同僚の方と力を合わせながら、いい仕事をしてくださいね!

●嬉しい反面……

・子どもに「先に片付けて」と言うと、「後でする」「明日する」。まだ2歳なのに、色々話すようになって嬉しいのですが、そんな言葉も覚えると、おかしくなっちゃいます。
(あんぼまん／41歳)

■子どもって、なぜか覚えてほしくない言葉ほど早く覚えますよね。それにしても、わずか2歳にして「明日する」と言うようになるとは……。将来が楽しみです(笑)。

●勘違い

・なぜか父の日を6月10日(日)と思い込んでいた私。その日は夕方まで、主人に自由時間をあげたり、娘に主人の似顔絵を描かせてプレゼントしたり、夕食もこちそうにしたりしましたが……。もう、来週の本当の父の日は、何もありません!! ごめんなさい。(とんぷ／31歳)

■それだけの厚遇を受けていたのなら、「主人も」もしかして、父の日を間違えてる?」とうすうす感じておられたのではないのでしょうか。でも、たとえ日付を間違えていたとしても、大切なのは、気持ち。だと思えます。ご主人はきっと嬉しかったと思いますよ!



●安全運転

・TVであった話ですが、60歳くらいになると運転に自信がなくなる人が多くなるけれど、それ以降、年を取ると過去の栄光を語って慢心が強くなり、自分は運転が上手いんだと過信してぞんざいなドライヴになりがちだとか。心して初心にかえり、丁寧・慎重な運転をしたいと思っています。(シヨウ／70歳)

■確かに、運転に自信がある人ほど、油断して事故を起こしてしまうような気がします。シヨウさんの心がけは素晴らしいと思いますし、丁寧・慎重な運転で、これからもドライヴを楽しんでください!!

●病気知らずのはずが……
・体に自信があり、病気知らずの夫(64歳)が風邪をこじらせた、2回も病院に行くはめに。

すっかり病人になり、薬の飲み方から何でも質問。まるで子どもの世話をしているようで……(笑)。元気がなくなってホッとしているのは家族全員です!!

(エイトバーバ/59歳)

■普段病気にかからない人ほど、病気になる弱気になってしまうのでしょうか。兎にも角にも、元気がなくなってよかったですね!



●覚えられない……

・孫(5歳女の子)が幼稚園の友達の名前を覚えてくれるのですが、何分も経ってないのに忘れます。すると、「何でそんなに脳みそがうすいの?」と言われます(笑)。残念です。

(?/66歳)

■なかなかキツイことを言うお孫さんですね(笑)。そんなお孫さんを見返すために、次はしっかりとお友達のお名前を覚えてあげてください!

●健康のためだったのに

・健康診断の結果が悪かったので、一念発起して自転車通勤を始めました。早速こけて、ケガしました。(5/39歳)

■ケガをされたとのことですが



が、大丈夫でしょうか!? くれぐれも気をつけて、無理のない範囲での運動で健康体を取り戻してくださいね。

●踏んだり蹴ったり

・今年、年女なのですが、全くいいことがありません。1月は人生初のインフルエンザA型にかかり、7月からは人事異動で地獄行きのキップをもらってしまいました。下半期はどつむることやら……。

(みっちゃん/48歳)

■上半期に悪いことばかり続いたのなら、下半期はきつといいことが続きますよ! 前向きな気持ちを持って頑張ってください!!

●楽しすぎて

・かれぴかの子育て支援センターに行ってきました。3歳の息子は大喜びですとニコニコ遊んでいたのですが、帰る時は大泣き。2時間以上いたのにまだ遊びたい!!と引きはがすのが大変でした。また行くからね!(らんぬ/29歳)

■私の甥っ子と姪っ子もそんな感じですよ! 連れて行くのはいいのですが、帰りが大変(苦笑)。それでも、喜ぶ顔が見たいから

また連れていってしまうんですよね。

●頑張れ!!

・息子が保育園に……。人見知りが始まり6カ月……。泣かずに頑張るんだよ。ママも頑張る!! (宮崎のアトム/33歳)

■息子さんにとっては初めての共同生活。いろいろと緊張もあるでしょう。人見知りを克服して、明るく元氣な子に育ってほしいですね!



●いつもいつも!

・毎晩深酒し、夜更かしし、リビングにて電気を明々とつけて、ソファで眠る夫にいつも腹を立てています。いつか電気代を夫から徴収してやる!! と思ってます。

(まみむも/46歳)

■ご主人もきつと、仕事などで疲れておられるのでしょうか。電気の付けっぱなしは確かによくないことですが、どうかあまり怒らないであげてください。

●楽しみな都城

・週に2回くらい、都城に行きます。ランチを食べるのが楽しみです。いつもいろいろなお店に妹と行っていきます。

(やー姉ちゃん/66歳)

■週に2回も都城に足を運んでくださり、ありがとうございます! 「FORUMS SELECT グルメ」で紹介しているお店にもぜひ行ってみてください!

●先輩との楽しい時間

・会社の先輩方と最近、ダーツ・ビリヤードを始めました。いつもよくしてくださる先輩方とだから楽しいです。

(Cでいちろう/31歳)

■仲の良い先輩と遊ぶのは、とても楽しいですよ。公私にわたって素晴らしい先輩に恵まれているようで、とても羨ましいです!

●かわいい言い間違い

・うちの孫は3歳女の子です。壁に隠れて「びつくりはーん」と言います。「ひょっこりはーん」のことだと思えます(笑)。また、「早水公園」は「はなみず公園」と言っています。

(アリンコ/66歳)

■確かにかわいい! 拙いながらも一所懸命に伝えようとする子どもの姿は、とても微笑ましいものですね。

●シヨック!!

・父と旅行に行った時、夫婦と間違えられたことにシヨック!! 「年取ったなー自分」と悲しくなりました。

(ぎりちゃん/30歳)

■それはシヨックですね……。でも、もしかしたらお父さんの見た目が若すぎたからなのかも!? あまり気を落とさないでください!

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

**正社員・アルバイト
スタッフ募集中**

(休日あり・高給優遇・丁寧指導・各種保険完備)
お気軽にお電話ください

購読のご用命は最寄りの各店にご連絡ください。

■取り扱い品目■

読売新聞・スポーツ報知・九州スポーツ・KODOMO新聞・中高生新聞・英字新聞・その他

YC 読売新聞

YC五十市・庄内・山田

☎(0986)23-4196 都城市葦原町8655-5

YC中央・北部

☎(0986)36-5471 都城市祝吉町5055-5

YC沖水

☎(0986)38-2862 都城市都北町3580-2



笑顔でつながる子育ての輪

vol.61



『きりしまフォーラム』読者の子育て世代へ向けた応援企画！

「子どもはかわいい」とは言うものの、子育てには多大な時間と経済的・心理的な負担がかかるもの。

子育てをしていると家に閉じこもりがちになり、

気がつく「家族以外、誰とも会話していない」と悲しくなる瞬間が……。

そんなお母さん達が、気軽に行ける場所をご紹介しますシリーズです。



今回は、「いそごいちども園」で開催されている「産後ダンス」に伺いました。助産師の西迫さんが丁寧に教えてくれるので、楽しく参加することが出来ます。
取材当日は、6組の親子が参加。最初に、足と靴ひもについてのお話がありました。「子どもの足は発達段階で、また固まっていないため、靴だけでなく靴ひもも選ぶことが大切なんですよ」と、靴ひもの選び方について教えていただきました。
その後、「産後ダンス」にチャレンジ!! 子どもを抱っこひもで前に抱えながら、骨盤を整えるための下半身中心のダンスを行います。お母さんが必死にダンスしている中、赤ちゃんはユ

産後ダンス
TEL.090-6293-0334



対象/乳幼児とその保護者
場所/いそごいちども園
※活動日時はお問合せください。

●西迫さんコメント●
助産師として、産後のお母さんをサポートする活動を始めて6年目になります。「いそごいちども園」では、産後ダンスだけでなく、わらべうたやベビーマッサージ、Yoga、読み聞かせ教室など、さまざまなことを行っています。気分転換の場として気軽に遊びに来てくだ

さいね!!
ラユラと気持ちいいのが眠ってました。私も8カ月の息子と参加したのですが、9キロの体重を抱えながらの運動は、なかなか重労働! 久しぶりにいい汗をかくことができました。
ダンス後には、お母さん達と一緒にお茶タイム♪ 月齢が近いということもあって、さまざまな情報交換をしながら、ゆっくりと過ごすことができました。運動しながら癒されることのできる「産後ダンス」。また行きたいな……と感じました。



都城市・三股町・曾於市の子育て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。

7月17日(火) 西部保健センター(高崎福祉保健センター内) 13:30~14:00

23日(月) 都城市保健センター(中心市街地中核施設MallMall内) 13:30~14:00

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: 都城市保健センター 0986-36-5661

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。

7月5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。

7月10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

★パクパクキング

7月12日(木) 9:30~11:30 予約受付: 7月2日(月)~6日(金)

場所: 生きいき健康センター

講師: 田中友里恵さん(曾於市役所管理栄養士)

対象: 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

★0歳児デイ

みなさんと楽しくおしゃべりしながら過ごしましょう。

7月23日(月) 10:00~11:30

場所: 生きいき健康センター

対象: 1歳未満児の親子(曾於市在住)

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>



A 1,000円賞品券 3名様

子どもから大人まで大人気の『グレンツェン』。7月も「七夕フェア」や「スパイシーフェア」など、美味しいイベントが盛りだくさんです！
今だけの限定商品や新商品も登場しますので、お楽しみに!!

★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

P22もご覧ください

B (1)もものからあげ(200g) (2)砂ずりのからあげ(200g) (3)塩御殿 各1名様

※(1)~(3)のうち、ご希望のひとつをお選びください。
肉汁たっぷりジュシーなからあげで人気のお店♪ 独自にブレンドした調味料「塩御殿(500円)」も美味しさの秘密! ぜひ、一度ご賞味ください。



★提供/ 梶見さん家のからあげ屋さん
☎080-3901-0141 都城市広原町4340番地2

P22もご覧ください

C 2,000円食事券 3名様

※店内でのご飲食に限ります。



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、7月20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 600円券 5名様



噛めば噛むほどに美味しさが広がるフランスパンや、バターと塩の風味がほのかに漂う塩パン、フレッシュな具材がはさまった塩パンドッグなど、一度食べたらずきになるパンばかり♪
こだわりと愛情がたくさん詰まった夢夢のパンをぜひ!

★提供/焼きたてパン童夢
☎26-1327 都城市南鷹尾町15-12

P22もご覧ください

E くずアイスパバー 5本セット 3名様

お好みの味を5つ選べます。
※品切れしている味がある場合はご了承ください。



『お菓子のながくら』に夏季限定の「くずアイスパバー(160円)」が登場しました!
くずアイス独特の新食感。暑い夏にピッタリです。とげにくいので食べやすく、時間が経つとまた違った食感が楽しめます。味は、あずき・マンゴー・もも・みかん。

★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。

★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 7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()
- 25頁「冷たいSweets特集」で希望するプレゼントの番号をお書きください。
()
- 26-27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!

※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てお送りください。あまりしっかりと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 (10) 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>

《アップコーナー》

【コーポ・ルネサンス・A】上町 4.7万円(仲介)

和6、LDK15、鉄筋コンクリート2F/3F、角部屋、P1台付 他2LDKタイプもあり

【久保原AP・GFB-G】7.5万円・共益費600円(貸主)

3LDK(洋5・6・7.5・LDK18)、エアコン4台、全室床暖房、ミストサウナ、専用庭、照明器具、ウォシュレット、TVドアホン、レースカーテン、P2台付

【鷹尾4丁目・GFB鷹尾】6.6万円(貸主)

3LDK(洋6×2・洋8・LDK17)、メゾネット、P2台、床暖房、衣類乾燥機、エアコン4台、照明器具、システムバス、システムキッチン

【久保原AP・テソロ都】6.2万円・共益費600円(仲介)

3LDK(洋6×2・和6・LDK15)、エアコン4台、床暖房、浴室乾燥機、照明器具、ウォシュレット、TVドアホン

【売地】大王町 50坪 8万円(売主)

東6m公道に9.5m接す、準工 60/200、更地

【売地】志比田町 75坪 712万円(仲介)

1坪9.5万円、市内が一望できる絶景の高台

【売地】大王町 70坪 560万円(売主)

西6m公道に13m接す、古屋あり、解体整地渡し、準工 60/200

【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

【大王町・AP】Koアパート 3.8万円(仲介)

1LDK(洋4.5、LDK10)、給湯、ユニットバス、カウンターキッチン、照明、屋根裏部屋あり、P1台

【都原ラフェンテ】4.4万円(仲介) 必見

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

【若葉町・戸建貸家】4.5万円(仲介)

3DK(和6×2・洋6・DK4.5)、P3台、ウッドデッキ、給湯、H24年内装リフォーム

【レクセル都城】下川東 2F 3.0万円(仲介)

1K・8、ロフト6、給湯、P1台付

【三股・蓼池】With M2 5.5万円(仲介)

洋7、6、LDK10、1F/3F、角部屋、P2台付、収納多し

【都元・AP】4.2万円(仲介)

3K(洋6×2、和6・K3.5)、P1台、給湯

**2週間で
買取りOK!**
ご相談ください!!

秘密厳守

- 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



地元貢献し続ける株宮脇燃料が、「おそうじ本舗。」事業をスタート!!

おそうじ本舗®

プロに任せて解決!! **エアコンクリーニング専門店**

2018年7月31日(火)まで エアコンクリーニング全機種1台あたり 1,010円OFF

エアコンを細かく分解し、カビや雑菌、ホコリを丁寧に洗浄していきます。エアコン本来のパフォーマンスが上がり、省エネ・節電効果も大ですよ!

株式会社 宮脇燃料 都城大王店
気軽にお電話ください!!

0120-885-902

エアコンクリーニング新CM絶賛放映中!
エアコンの臭いや汚れが気になったら、すぐにご連絡ください。



詳しくは、QRコードからアクセス!

こんな場所もクリーニング 換気扇 浴室

暑い方はあなた次郎!!

俺コン活用術

エアコンクリーニング、ファン掃除、フィルター交換、ガス補充、タイマー

24時間出し入れ自由!!

お問合せ：宮脇燃料 ☎0986-24-2000

	タイプ	面積	1ヵ月(税込)
バイクもOKですよ 高さ2.2M	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

金田ヤマト 都城大王店

あやべ歯科クリニック

宮脇燃料

広告有効期限/平成30年7月31日 ※仲介物件に関しては仲介手数料をいただきます(他にも多数物件を揃えております。お気軽にお電話ください。)

☆アンケート☆

◆あなたのとおき簡単レシピを教えてください。
今回のテーマは「ひんやり冷たい料理」!

◆あなたの「8月と言えば○○!」をエピソードと一緒に教えてください。

◆きりしまフォーラムで特集してほしいことがありましたら教えてください。

☆ご協力ありがとうございました。

休日急患診療機関 【7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。

1日 (日)	城南病院 (小・内)	大王町	23-2844	16日 (月)	島中小児科医院 (小)	三股町	52-6000
	共立医院 (内)	蔵原町	22-0213		藤元総合病院 (内)	早鈴町	22-1717
	瀬ノ口内科放射線科医院 (内)	都原町	25-7780		黒松病院 (内)	金田町	38-1120
	たかお浜田医院 (外・内)	鷹尾	22-8818		都城フォレスト・クリニック脳神経外科(脳)	下川東	80-4313
	橘病院 (整)	中町	23-7236		速見泌尿器科医院 (泌)	妻ヶ丘町	24-8344
	北原医院 (産・婦)	北原町	22-4133		たき心療内科クリニック (心内・精・神内)	若葉町	46-9191
	シゲシロ歯科医院 (歯)	早鈴町	24-7833	柴田歯科医院 (歯)	平江町	26-5858	
8日 (日)	仮屋医院 (内・小)	上水流町	36-0521	22日 (日)	児玉小児科 (小)	花繰町	25-5570
	坂元医院 (内・胃)	牟田町	22-0360		松山医院 (内・呼・リウ)	上川東	24-1046
	戸嶋病院 (内)	郡元町	22-1437		坂田医院 (内・消・胃)	三股町	51-2003
	MKクリニック (脳外)	早鈴町	51-6777		都北鮫島クリニック (胃・内・外)	都北町	38-6060
	酒井皮膚科医院 (皮)	北原町	25-5322		いき形成外科ひふ科クリニック (形・皮)	年見町	45-0020
	いそいち産婦人科医院 (産・婦)	平塚町	22-4585		中山産婦人科医院 (産・婦)	前田町	23-8815
	園田歯科医院 (歯)	上川東	25-2090	曾我歯科医院 (歯)	姫城町	22-2622	
15日 (日)	早水公園クリニック (内・小・外・消・アレ)	早水町	36-6117	29日 (日)	沖水子どもクリニック (小)	太郎坊町	27-5656
	宮永病院 (内・胃・外)	松元町	22-2015		村上循環器内科クリニック (循・内)	宮丸町	25-2700
	あきづき医院 (内・心内)	上水流町	36-0534		佐々木医院 (内)	高崎町	62-1103
	メディカルシティ東部病院 (外)	立野町	22-2240		とまり内科外科胃腸科医院 (内・外・胃)	三股町	52-1135
	なかむら整形外科クリニック (整)	平江町	36-5333		もちお蛸原医院 (整・形)	蓑原町	21-5355
	かみながえクリニック (耳鼻)	上長飯町	25-0224		西元眼科医院 (眼)	中原町	25-8888
	末原歯科医院 (歯)	庄内町	37-0047	たぐち歯科医院 (歯)	太郎坊町	38-3330	

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♪



『イオン都城店』で、毎月第3土曜日に開催されている「まちなかボランティアセンター」へ行ってきました！ここでは、「ボランティア活動について知りたい・始めたい」「ボランティアを募集したい」「市民活動団体・NPOについて知りたい」といった、ボランティア活動に関するさまざまな相談をすることができます。

みなさんが気軽に足を止められるように、2階フードコート前のワークスペースでは、スタッフが親子連れの方に風船を配ったり、自由に折り紙で遊んだりできるコーナーも用意されていました。また、『都市社会福祉協議会』のイメージキャラクター「幸子」と、都市市の人気キャラクター「ぼんちくん」も来場し、会場を盛り上げていました。

まちなか
ボランティアセンター

in
イオン都城店



●ボランティアセンター
所長 内田さん コメント

ボランティアには、施設の夏祭りなどのイベント運営や、環境美化、子どものサポート、災害支援などさまざまなものがあります。現在では学生さんをはじめとして多くの方が登録し、参加して下さっています。ボランティアを安価な労働力として捉えるのではなく、みなさんが目的を持って興味のあることに参加し、楽しみながら続けてもらうことが一番大切です。ぜひ、遊びに来て下さいね！

■取材協力／☎25-7318
都市社会福祉協議会
都市市ボランティアセンター

次回

7月21日(土)
開催!!

一場所

イオン都城
ショッピングセンター
2階フードコート横



イオン都城ショッピングセンターでの行事

★都城役所建築課・建築士会 協同開催！ 建築無料相談会

建物の計画・設計・施工。建物の耐震診断や耐震改修。空家等。専門的視点からサポート致しますので、何でも気軽にご相談ください。

日時／6月30日(土)
11時～16時

場所／1階正面店頭

★子育て無料相談会

日時／毎週水曜日
12時～16時

場所／2階ベビーコーナー奥
赤ちゃん休憩室

★盆地祭りPRイベント

観覧無料！
日時／7月1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

参加無料！ ジャンケンしてプレゼントをもらおう♪
日時／7月1日(日)・22日(日)

29日(日)14時～

※5分前から整理券配布
※イオン都城のLINE@友だち限定で、ジャンケンに負け

でも再チャレンジが可能なクーポンを配信します！(当日友だち登録された方もクーポンご利用いただけます)
※クーポンのご利用はお一人様1アカウント1回限りとさせていただきます

場所／2階正面入口側
エレベーター前

★LINE@友だち限定

専門店お買物券
10% BACK SALE

7月5日(木)～8日(日)の4日間、イオン都城店専門店でお買上げレシート5000円(税込)ごとに、専門店をご利用いただける5000円分のお買物券をプレゼント！

※イオン都城のLINE@友だち限定

※各日800枚限定、無くなり次第終了

※お一人様最高10枚まで・1枚のレシートで最高10枚まで

※一部対象外専門店がございます

レシート対象期間／
7月5日(木)～8日(日)

お買物券引換日時／
7月7日(土)・8日(日)

各日10時～19時

場所／1階正面入口
レストラン側特設会場

★おかけ祭り山車展示

日時／7月7日(土)まで

場所／1階専門店ドゥミエール
ビジュソフィア前

★おもちゃ病院 修理代無料

日時／7月7日(土)13時～16時

※受付は15時迄
場所／2階専門店
下りエスカレーター横

★ちびっこビンゴゲーム大会

7月1日(日)～7日(土)の期間、イオン都城店直営売場・専門店でお買上げレシート合計5000円ごとにお一人様ご参加いただけます。対象レシートをご提示ください。

日時／7月7日(土)14時～

※15分前よりビンゴカード配布
※イオン都城のLINE@友だち限定で、ビンゴカードをさらに1枚もらえるクーポンを配信します！(当日友だち登録された方もクーポンご利用いただけます)

※クーポンのご利用は1家族につき1アカウント1回限りとさせていただきます

場所／2階正面入口側
エレベーター前

対象／小学6年生以下のお子様

★大道芸ストリート 観覧無料

日時／7月8日(日)・15日(日)

①12時～ ②13時半～
③15時～

場所／2階正面入口側
エレベーター前

出演者／
8日：ヨヨーパフォーマーちいー音楽に合わせて、ヨヨーを巧みに素早くあやつります♪
15日：バルーンツイスターリリーかわいらしいフォルムのバルーン作品をお楽しみください♪

★おでかけエンゼル (出前子育て支援ひろば)

参加無料！
※日程は変更になる場合がございます

日時／7月10日(火)
10時半～12時

場所／2階正面入口側
エレベーター前

★環境美化絵画コンクール 作品展

日時／7月11日(水)～
7月31日(火)

場所／2階フードコート

★円仏先生赤ちゃん似顔絵会

日時／7月13日(金)
10時～16時

料金／1名……………6000円
2名ペア……………9000円

場所／2階正面入口側
エレベーター前

定員／先着20名

※2週間前よりサービスカウンターにて予約受付開始

※定員に満たない場合は、当日飛び込み参加も可能です

★行政書士による暮らしのなんでも無料相談会

家庭生活による各種相談(交際事故・相続・遺言・農地転用・離婚・金銭トラブル・DV・盗聴等)を承ります。

※相談無料 ※秘密厳守
日時／7月14日(土)・28日(土)
10時～15時

※毎月第2・4土曜日開催
場所／1階レストラン街
入口横特設会場

★サイコロでドン!! 参加無料

サイコロを2回転がしてプレゼントをゲット!
日時／7月14日(土)・21日(土)
28日(土)13時半～

※5分前から整理券配布
※イオン都城のLINE@友だち限定で、★が出なかった場合も再チャレンジが可能です
※クーポンを配信します！(当日友だち登録された方もクーポンご利用いただけます)

※クーポンのご利用はお一人様1アカウント1回限りとさせていただきます

場所／2階正面入口側
エレベーター前

※大人の方にはお土産をご用意しております

日時／7月20日(金)・30日(月)
12時～

※5分前から整理券配布
対象／20歳以上

場所／1階正面入口前通路

★大人のジャンケン大会

参加無料！
ジャンケンしてプレゼントをもらおう♪

日時／7月20日(金)・30日(月)
12時～

※5分前から整理券配布
対象／20歳以上

場所／1階正面入口前通路

★まちなかボランティアセンター 参加無料

都城ボランティアセンターによる、ボランティア・市民活動に関する無料の出張相談。
日時／7月21日(土)
10時～17時

場所／2階フードコート横

■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
※P.17・24・30・31もご覧ください

★住まいのリフォームご相談 プース開設! 相談無料

マックスバリュでお話をしませんか? 外壁塗装のお悩みから知りたいこと迄、塗装専門の相談員がお話を聞いて、アドバ

提案します

②住宅ローンや教育資金などをちゃんと払っていきける心配な方↓家計が赤字にならないように資金計画を作成します

③保険をどう見直したらいいか分からない方↓分からなくて当たり前! ご納得いただける加入アドバイスを行います。

それぞれ別のライフプランニングをオーダーメイドで作成します。キッズルーム完備。見守りスタッフもいるので、ご家族でお越しください。

日時/随時 ※お電話またはメールでご予約ください
場所/㈱C&H
料金/初回無料
■問合せ/㈱C&H
☎23-1341
E-mail: info@ch-fp.co.jp
※P.20もご覧ください

イベント情報

★MYライフプランをファイナンシャルプランナーと一緒に作ってみよう!!
お金のエキスパートである独立系ファイナンシャルプランナーが日々のお金に関する疑問にお答えします。

こんな方にオススメです
①なかなか貯蓄ができない方↓貯蓄ができる仕組みづくりをご提案します

②住宅ローンや教育資金などをちゃんと払っていきける心配な方↓家計が赤字にならないように資金計画を作成します

③保険をどう見直したらいいか分からない方↓分からなくて当たり前! ご納得いただける加入アドバイスを行います。

それぞれ別のライフプランニングをオーダーメイドで作成します。キッズルーム完備。見守りスタッフもいるので、ご家族でお越しください。

日時/随時 ※お電話またはメールでご予約ください
場所/㈱C&H
料金/初回無料
■問合せ/㈱C&H
☎23-1341
E-mail: info@ch-fp.co.jp
※P.20もご覧ください

※詳しくはHPをご覧ください
※P.17・24・30・31もご覧ください

※5分前から整理券配布
※イオン都城のLINE@友だち限定で、★が出なかった場合も再チャレンジが可能です
※クーポンを配信します！(当日友だち登録された方もクーポンご利用いただけます)

場所／2階正面入口側
エレベーター前

対象／小学6年生以下のお子様

※クーポンのご利用は1家族につき1アカウント1回限りとさせていただきます

イヌします。住まいのことなら
どんな小さなことでも、気軽に
遠慮なくご相談ください！
日時／①毎月第3木曜日
②毎月第4木曜日
10時～18時

場所／①マックスバリュ都城北店
②マックスバリュ都城店

★塗り替えセミナー 要予約
日程／毎週水曜日
※開催時間はお電話にてお問合
せください

場所／プロタイムズ2F会議室

★ワンコインヨガ 要予約
日程／毎週月・金・土曜日
※開催時間はお電話にてお問合
せください

場所／プロタイムズ2F会議室

■問合せ／(全件共通)
プロタイムズ都城店
☎0120-441-416

※下段広告もご覧ください

★エヴァホーム家づくり相談会
「自然素材」をテーマに住ま
いづくりをする『エヴァホーム』
が家づくり相談会を開催しま
す。「住宅ローン」「土地探し」
「プランづくり」等、あまりよく
分からないことをスッキリでき
る相談も受けられますよ。「マ
イホームってどれぐらい費用が
かかるの?」「どんな家を建てた
いか、まともらない」「私達にど
んな家が建てられるんだろう」
「住宅ローンのことがよく分か
らない……!」という方は、ぜひ
ご来場ください。

場所／都城市平江町25-11
エヴァホームモデルハウス
料金／無料
■問合せ／エヴァホーム
☎22-3242
※P4もご覧ください

★第1回S-Classパレエ発表会
日時／7月8日(日)
13時開場 13時半開演
場所／末吉総合センター
大ホール

入場料／無料 ※全席自由
■問合せ／S-Class
☎51-9761

★社会保険・労働保険に関する
無料相談会
毎年、手続きが必要となる「社
会保険の算定基礎届と労働保険
の年度更新」をはじめ、「就業規
則診断及び作成」「労務管理」「労
働問題」「給与計算」「年金事務所
関係書類提出」「労働基準監督署
関係書類提出」「公共職業安定所
関係書類提出」「助成金関係」な
どについて、無料相談会を実施
します! 男女1名ずつ、特定
社会保険労務士が丁寧にご説明
しますので、安心してご相談い
ただけます。お困りの方はぜひ
ご相談ください!

日時／7月10日(火)・24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
※P21もご覧ください

★第69回神社公園笑いヨガ開催
日時／7月8日(日)10時～17時

笑う門には福来たる♪ 笑い
とヨガを組み合わせた健康体操
「笑いヨガ」を始めて、イキイキ
過ごしてみませんか? 腹の底
からアゴが外れるぐらい笑っ
て、いつまでも若々しく、元気に
キレイに! 参加無料、どなた
でも大歓迎です。
日時／7月14日(土)10時
■問合せ／笑いヨガ(剣田)
☎090-9489-4450

★消化器系の漢方治療講座
現在、より効果的に治療する
ことを目的に、それぞれの先生
方が西洋薬・漢方薬のいいところ
を活用して治療を行っています
。今回は、少しでも皆さんの
体調改善の手助けにつながれば
と消化器系の漢方薬治療のお話
をさせていただきます。ぜひご
参加ください。

日時／7月14日(土)
開場13時半、
講演14時～15時半
場所／ウエルネス交流プラザ
茶霧茶霧ギャラリー
講師／大岐医院
院長 大岐照彦先生
申込／お電話・FAXにて要申込
定員／先着180名

■問合せ／都城市北諸眞都医師会
☎22-0711
FAX25-5730

★第28回 コスミックパレエ
ファンタジー
第1部 バレエコンサート
第2部 「海賊」より花園、パ
キータ
日時／7月15日(日)
15時半開場 16時開演

会場／都城市総合文化ホール
大ホール
料金／1000円
■問合せ／☎25-9601
コスミックパレエスタジオ

★ブルーバード都城店
6th誕生祭
たくさんの特典やイベントを
ご用意してお待ちしています♪
期間中、大好評の「ハーバリ
ウム教室」も開催します!
日程／7月20日(金)～22日(日)
場所／ブルーバード都城店
■問合せ／☎36-6188
ブルーバード都城店
※P29もご覧ください

★ままてらす「成幸塾」
「自分を成長させたい人」「人

「自分を成長させたい人」「人

「自分を成長させたい人」「人

「自分を成長させたい人」「人

「自分を成長させたい人」「人

日曜・祝日・時間外も予約にて対応中!

当店の漢方は中医学神派という独自の理論で対応しています。
まずは3ヶ月間、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?(初回のみ7月末までフォーラム見た方のみ50%OFF実施中)

日曜・祝日は前日までにご予約下さい。
時間外(早朝から11時及び18時から20時)は、当日ご予約OK!
(いずれも5,000円以上お買い上げ意思のある方限定です)
※P24もご覧ください

かんたん漢方健都漢方 FREE 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・18時以降は完全予約制・詳細は「健都漢方」で検索

マックスバリュでお話をしませんか

私がアドバイスさせていただきます!

住まいのことならどんな小さなことでも、お気軽に、ご連絡ください。

開催中 毎月第3木曜日
マックスバリュ 都城北店
〒885-0004 都城市都北町5980
時間10時～18時

開催中 毎月第4木曜日
マックスバリュ 都城店
〒885-0015 都城市千町4351-2
時間10時～18時

参加費 無料 ※お気軽にお立ち寄りください

外壁塗装のお悩みから知りたいことまで
塗装専門の相談員がアドバイスします。

プロタイムズの月間イベント! 要予約
塗り替えセミナー
ワンコインヨガ

プロタイムズ都城店
0120-441-416
株式会社富田美装 宮崎県都城市都北町1658番地1

ホームページもご覧ください
お客様の声など掲載中!

プロタイムズ 都城店 検索
※P24もご覧ください

早水町SC都城夏祭り開催!!

日頃よりお世話になっている地域のみなさまに感謝の気持ちを込めて!

夏祭り
7月28日(土) 18:00～開催!!

※雨天中止、小雨決行
場所/ショッピングセンター都城駐車場(早水町)

夜店の味を感謝価格でご提供!!
◆焼きそば 300円 ◆かき氷 100円
などなど……

ステージイベント、自転車やゲーム機などの
豪華景品が当たる抽選会、打ち上げ花火な
ど、内容盛りだくさん!

TOA CORPORATION
株式会社トア
地域のみなさまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解賜りますようお願いいたします。

都城市早水町4500番地
【お問合せ】☎23-1051 [安藤]

を育てるのが好きな人」、女性の自立と成幸をサポートするコミュニティ説明会があります。

※詳しくはコチラ迄
日程／7月21日(土)

※問合せ／川野
☎090-2078-8214

★早水町SC都城夏祭り開催！

夜店の味を感謝価格でご提供。ステージイベントや豪華景品が当たる抽選会、打ち上げ花火等、内容盛りだくさんです♪

日時／7月28日(土) 18時
場所／ショッピングセンター都城
駐車場(早水町)

※当日は駐車場がありませんので、ご注意ください

※問合せ／榎トリア
☎23-1051(安藤)

※P19もご覧ください

★いたつみるかい九電

～夏休み企画～ 参加無料！
①かがく工作教室

テレビでよく観る「ダンボール空気砲」を親子で作って遊ぼう！

【実験1】きれいな円ができるかな？
【実験2】ローソクの火を何本消せるかな？

日時／7月29日(日)
1回目…9時半～11時半
2回目…13時半～15時半

対象／小学1～3年生以下の親子
準備するもの／飲み物、はさみ、カッターナイフ

定員／各10組
※申込多数の場合抽選
申込締切／7月13日(金)

※当日はオールデンカーもくるよ!!
※申込・問合せ／

九州電力(株)都城営業所

※P4もご覧ください

★松陽高等学校第7期生による音楽会「虹の会コンサート」

日時／7月31日(火)
開場18時15分

場所／かこしま県民交流センター
タリ県民ホール

料金／一般…1500円
(当日1800円)
高校生以下…500円
(当日700円)

出演／黒田印南

※問合せ・予約販売／
☎46-3000

黒田印南ヴァイオリン教室

※下段広告もご覧ください

★グレンツェン都城店
8周年感謝祭イベント

『石窯パン工房グレンツェン都城店』は、おかげさまで8周年！

毎年人気のお買上げ金額の半額分を金券でプレゼントするイベントです!!

日時／メルマガ・HPをチェック
クしてくください

場所／グレンツェン都城店
※問合せ／☎36-5888

石窯パン工房グレンツェン都城店
※P15・22もご覧ください

互いにすばらしい人生を!! 立地・環境は良好。期間は短期・長期いずれも可。居心地がよければいつまでも! まずは気軽にご相談ください。

滞在費用／無料
定員／1～2名

※問合せ／大田博文(安久町)
☎39-1463

☎090-5025-9146

★猫の首輪を預かっています
飼い主の方、ご連絡ください

5月3日午前6時半ごろ、当店『Hair salon NORI』(マルシヨク一万城店向かい)前に猫が倒れていたため保護しました。

残念ながら間もなく息を引き取ってしまった、飼い主の方を探しましたが見つからなかった

ので、業者に引き取っていただきました。ただ、首輪は引き取れないとのことでしたので、当店で保管しています。

猫の特徴は茶色の毛で成猫、首輪は迷彩柄で鈴がついています。飼い主の方、心当たりのある方は、当店までご連絡ください。

※問合せ／☎36-4338
Hair salon NORI

★1H体験クッキング講座
参加無料!

初めてさんでもベテランさんでも参加OK! お子さま連れも大歓迎!!

気軽にご予約ください。メニューは、ちらし寿司や春巻き、茶碗蒸し、マドレーヌ♪

日時／火・金曜
10時～12時半

※祝祭日除く
場所／九州電力(株)都城営業所

その他の情報

★ホームステイしませんか?
お子様や若い人の自立を応援します!!

子どものない66歳夫婦の家で、家族的な生活をしませんか? すばらしい出会いで、お

本物のFPによるコンサルタントサービスが都城から、はじまる。

まず、FPに聞いてみるという選択

マネーセミナー 住宅ローン 保険見直し 年金・老後資金

2018年 FP会員募集中

人と暮らしをサポートする 有限会社 C&H
Financial Planner's Office

都城市中原町1街区10号(宮銀ヶ丘支店向かい側)

TEL.0986-23-1341

※P18もご覧ください

セミナー室・キッズコーナー(オムツ交換スペース・授乳室)完備



貸し会議室 OPEN!



C&Hの紹介動画はコチラ!

3歳から大人まで楽しめる

黒田印南ヴァイオリン教室

■ヴァイオリン個人レッスンコース ※レンタルヴァイオリン1,000円からあります♪

新規生徒募集中! ♪体験レッスン無料♪

E-mail / inamimusik@gmail.com

☎ 0986-46-3000 http://www.geocities.jp/kurodaviolin/school/

♪レッスン日♪月・水・土曜日 ♪場所♪歴史資料館⑨前

〈新講座〉グループレッスン(ヴァイオリン・ビオラ・チェロ)

レッスン日:土曜日 ●15:30 ●18:00

月謝:2,000円(月2回) 定員:10名 ※経験不問

※上記記事もご覧ください



2週間交換終日装用ソフトコンタクトレンズ

アキュビュー® オアシス™

うるおい感がさらに持続。

長時間のパソコン使用時や、エアコンなどで

乾きやすい環境でも
快適なつけ心地



サマーキャンペーン!! 7/1(土) START!!

永吉コンタクトレンズ

都城市姫城町5-4 TEL.0986(22)1530

受付時間(平日) 8:30~11:30, 14:00~17:00

土曜) 8:30~11:30

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



准看護師科 学生募集!

—これまで、これからも役に立つ—生涯の資格です—

★本科では、2年間で准看護師の資格(資格試験合格)が取得できます。その後、准看護師として働くことはもちろんのこと、本校看護師科(夜間3年)への進学も可能です。卒業(国家試験合格)後は看護師になり多岐な面で活躍できます。

■募集人員／40名(一次、二次、三次合計)

■修業年限／2年間

■入学試験／30年11月17日(土)

■試験科目／国語、基礎知識、作文、面接

■願書受付／30年10月9日(火)～11月2日(金)

■受験資格／中卒以上で高卒程度の学力を有する者

■合格発表／30年12月14日(金)

社会人からの転職
希望者や主婦など
も頑張っています。

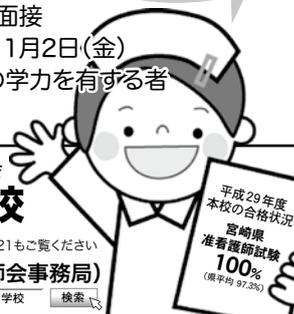
一般社団法人 都城市北諸県郡医師会

都城看護専門学校

〒885-0073 都城市姫城町9-3 ※P21もご覧ください

TEL.0986-22-0711 (医師会事務局)

http://www.m-kango.com/ 都城看護専門学校 検索



平成29年度
本校の合格状況
宮崎県
准看護師試験
100%
(合格率97.3%)

料金/無料
定員/3名(8名(先着順))

※要予約

■申込・問合せ

九州電力(株)都城営業所
☎0120-986-705
※P4もご覧ください

★都城コアカレッジ

第7回同窓会総会のお知らせ
都城コアカレッジ同窓会は、今年で設立から30周年を迎えました。会員相互の旧交を温めるとともに、情報交換の場として、この度3年ぶりに総会を開催します。ぜひご参加ください。
日時/8月13日(月)
受付18時 開会18時半

場所/都城ロイヤルホテル2階
参加/事前に郵送した案内文書に同封の確認票を、7月18日(水)までにご返信ください

※当日の参加受付はしておりません
※住所不明の方および、前回の同窓会総会時に案内文書への回答がなかった方については、今回、案内文書の送付を控えております。案内文書が届いていない場合やご不明な点がございましたら、お問合せください

※P5もご覧ください

■問合せ/☎38-4811

都城コアカレッジ内
同窓会事務局

※P5もご覧ください

★あなたも看護師を目指しませんか!!
2年間で准看護師免許(資格試験合格)が取得できます。卒業後は、本校の看護師科(夜間定時3年)へ進学し、看護師免許(国家試験)取得も目指せます。当医師会管内ならびに周辺の医療施設等に就業しながら通学することもできます。

学校案内および募集要項や過去入試問題を、無料配布いたします。お問合せはホームページをご覧ください。

☎23-3102

★都城発文学同人誌「見者」

Voyant会員募集

言葉による表現に関心のある方、大歓迎! 短歌、俳句、詩、戯曲、評論、何でもOK。投稿された原稿は原則としてすべて掲載します。制約や合評会等はなく、解放区。好きなことを好きなように書くのがモットーです。

■問合せ/池山

☎23-2671

☎090-4483-3031

婚活イベント情報

★恋活やきにくパーティー

みんなでワイワイ盛り上がりながら、開放的な屋外でやきにくを楽しみながら、素敵な出会いを見つめませんか? 出会いを求めている独身男女の方、気軽にご参加ください!!
日時/7月24日(火)
19時~21時半

場所/エンクエントロ

都城市中町13街区10-2
オーバルパティオ内

申込み/お電話にて要申込み

定員/男女各10名

※定員に達し次第、申込み受付終了。お早めに!

参加費/男性.....2000円

女性.....1500円

■問合せ/エンクエントロ

☎070-5530-7964

■申込み・問合せ/都城市福祉課
祝いを受けていない方
含む)の主催する金婚のし、今迄に市(合併前も

②結婚後50年以上経過
昭和44年3月31日迄に結婚された、市内在住の夫婦
※結婚50年目の夫婦が該当

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~ ※指先からわずかで済んで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

もしものために! 「一人親方」も労災保険に加入できます

労災保険に加入するメリット
①労災事故の際の医療費が無料で受けられます
②労災事故で休業した場合、休業補償が受けられます
③万が一の場合には、障害補償・遺族補償が受けられます など

保険料はご自身で選べます。
1カ月:約4,500円~
(手数料込み)
※工事を請け負う際、労災保険への加入が義務付けられている場合があります。

あまはる労務協会
あまはる労務協会 会長 榎元 千穂子
特定社会保険労務士 榎元 千穂子
☎0986-25-1107
都城市下川東1丁目1号3-1 アミュゼ1号室 受付/月~金曜日 9:00~17:00
※祝日は除く

記念撮影ご予約・承り中!!

金婚式をお迎えの皆様へ

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)※水曜定休日
TEL&FAX 0986-22-4083(代)

来院されたことがある方はインターネットで予約ができます

診察券のIDが必要になります。左のQRコードまたは、当院のホームページからアクセスしてください。

WEBのみの予約

7月診療スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1 休診	2 院長 南村先生	3 院長 南村先生	4 休診	5 院長	6 院長 南村先生	7 院長
8 休診	9 院長 南村先生	10 院長 南村先生	11 休診	12 院長	13 院長 南村先生	14 院長
15 休診	16 休診	17 院長 南村先生	18 院長	19 院長	20 院長 南村先生	21 院長
22 当番医	23 院長 南村先生	24 院長 南村先生	25 休診	26 院長	27 院長 南村先生	28 院長
29 休診	30 院長 南村先生	31 院長 南村先生				

いき形成外科ひふ科クリニック ☎0986-45-0020
都城市年見町24号5階

楠見さん家の からあげ屋さん

☎ 080-3901-0141

ジューシー! 美味しい!
ヘルシー!



サンキュー広原店
駐車場横
ログハウスのお店

この美味しさを知らないのはもったいない!!

肉汁たっぷりジューシーでありながら、いくらでも食べられると大好評! その秘密は、たまご・牛乳・小麦粉を使わずオリジナルの製法でサクサクに揚げており、お肉本来の美味しさを引き出しているからなんです♡ ※タレの製造過程では少量の小麦を使用しています。

★ ☆ ミ ニ ー ★	「たれ」 ・もも 440円(200g) ・ミックス 420円(200g) ・むね 400円(200g)	「塩」 ・手羽先 80円(1本) ・ナンコツ 250円(100g)	・肩肉 220円(100g) ・皮 200円(100g) ・砂ずり 200円(100g)
----------------------------	--	---	--

7月から新メニュー登場
サラリーマンや学生にオススメ! からあげ弁当 (数量限定) BBQやホームパーティーに♪ オードブル (要予約) ふくれ菓子 カット200円 ホール1,200円(ホールは要予約) ※オードブルは麺の持込みをお願いします。内容は気軽にご相談ください。

特典 ☆★1周年記念☆☆ 7月18・19・20日 「きりしまフォーラム見たよ!」で 1,000円以上お買い上げの方 5%引き

店舗情報

都城市広原町4340番地2
(ログハウスのお店)
営業 / 11:00~19:00
不定休
※金額はすべて税込価格です
※P15もご覧ください



石窯パン工房 グレンツェン 都城店

☎ 0986-36-5888



7月も美味しいイベントがいっぱい♪

7月は、このシーズンならではのフェアを開催します♪ 今だけの限定商品がたくさん登場しますよ。“まるで塩パンな”食パン“焼きブレッド(320円)”や生ミルクを練り込んだ「こだわりG食パン(400円)」等の新商品もお楽しみに!

★七夕フェア 7月1日(日)~8日(日)
7月のイベントと言えば、七夕! 七夕気分が盛り上がるパンが勢揃い!
★スパイシーフェア 7月11日(水)~30日(月)
夏こそ食べたい、スパイシー好きにはたまらないパンがたくさん登場!

★8周年感謝祭 開催予定!!★
お買い上げ金額の半額分を金券でプレゼント♪
詳しい日程等はメルマガ・HPをチェックしてください!

店舗情報

都城市上東町17-18
営業 / 7:00~19:00
定休 / 火曜日
お得な情報はコチラから
<http://www.glanzen.jp/>
※P15・20もご覧ください



Summer Recommend



フォーラムが厳選した、
この夏おすすめのご紹介

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!

飲食処 喜喜 FUTATSUKI

☎ 0986-25-2900

ノンアルドリンク
飲み放題付コース
はじめました!



暑い夏は『喜喜』のコースで乾杯♪

誰もが存分に楽しいひとときを過ごせる人気の『喜喜』が、ノンアルドリンク飲み放題付コースをスタート! 友達やカップル、会社の仲間と集まるならココで決まり!

★ノンアルドリンク飲み放題付コース 3,000円(税込)★
ノンアルビール・ノンアルカクテル10種・ソフトドリンク15種
+ (飲み放題は 120分)

本日の料理8品+デザート

サラダ・冷菜・おつまみ・鉄板焼・魚料理
ピザ・肉料理・ごはんもの・デザート

※2名様より・前日迄の要予約 ※+500円で1時間延長(おつまみ付)可

アルコールの飲み放題(120分)付コースも
ご予約受付中♪

3,000円・3,500円・4,000円各種コースをご用意しています
美味しさ・ボリュームともに満足のコースが充実!

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休)
駐車場 / あり ※金額はすべて税込価格です



まーる茶房・菓子工房

☎ 0986-22-3837



これからの季節にピッタリ!! 素朴で優しい甘さの冷たいお菓子♡

自然と心がなごむ、どこか懐かしいお菓子が人気の『まーる茶房・菓子工房』。約10種類の冷菓をはじめ、ケーキやクッキー、軽食(テイクアウトOK)がリーズナブルに楽しめます♪ 一つひとつ心をこめて作る手芸品等も販売!! ベビーランチ(360円)やベビーチェアもご用意していますので、ぜひお子さま連れでお越しください。

冷菓メニュー 各150円
◆都城農業高校とのコラボ商品 ぼんちプリン
◆抹茶豆乳プリン ◆かぼちゃプリン
◆いちごプリン ◆チョコパバロア
◆カフェモカパバロア ◆コーヒゼリー 等約10種類

店舗情報

都城市志比田町4580-14
営業 / 9:00~17:00
(土・祝日は10:00~)
定休 / 日曜日(土・祝日は不定休)
※金額はすべて税込価格です
※P25もご覧ください



フォーラム厳選! おすすめ店リスト

- 石窯パン工房 グレンツェン 都城店
- まーる茶房・菓子工房
- 楠見さん家の からあげ屋さん
- 飲食処 喜喜 FUTATSUKI
- 焼きたてパン童夢
- パティスリー & カフェ ピエール



きりしまフォーラム

広告主様 大募集

「効果のある広告ってどんなの？」
「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。

宮崎県都城市一萬城町99-9-1

TEL/0986-26-5836

FAX/0986-26-5860

mail/ info@kiri-fo.net

patisserie&cafe p i e r r e

パティスリー&カフェ **ピエール**

☎0986-36-5712



▲人気の「ティラミスカップ (200円)」と「風のプリン (200円)」
▲新登場のバフェ 750円～

復活OPEN以来、大人気の『ピエール』! 冷たくて美味しいパフェが登場♪

今年5月の復活OPEN以来、たくさんのお客様から評判の『ピエール』。一番人気の「ティラミスカップ」や「風のプリン」のほかに、新作が続々登場しています! パフェやプレートデザート等、イートインスペースで楽しめるメニューも今後さらに充実。こだわりの美味しいコーヒーもご用意しているので、テイクアウトはもちろん、店内でもゆっくりと楽しいひとときをお過ごしください♪

夏にピッタリ! 冷たいパフェが登場♪ 750円～

いちごやチョコレートのほか、
いろんな味のバフェをお楽しみいただけます!

店舗情報

都城市五十町1637-5
(五十市小学校正門前)
営業/10:00～20:00
不定休 駐車場/あり
※P25もご覧ください



焼きたてパン童夢

☎0986-26-1327



▲クルミ食パン 300円
フランスパン(ドライフルーツ) 140円
フランスパン(クランベリーとクリームチーズ) 130円
フランスパン(ベーコン・エビ) 140円
塩パンドッグ 140円～
モチッコ金時豆パン130円
ペーグル明太子 130円 etc……

創業22周年!! 移転して5周年を迎えました

子どもから大人迄幅広く親しまれている『童夢』のパンは、**こだわりと愛情がたっぷり詰まった特製パン**です!! 小麦本来の味が楽しめて、**噛めば噛むほど美味しさ**が引き立ちますよ♥ 1番人気は、塩パンをホットドッグにした「塩パンドッグ」。バターと塩の風味がほのかに漂う塩パンに、フレッシュな具材がはさまったパン。一度食べたらやみつきになること間違いなしですよ!

◆童夢イチオシイタリア発祥の「バネトーネ」◆

オレンジピールやサルタナレーズン(白ブドウ)等のドライフルーツをふんだんに使用した、口当たりのよい風味豊かな菓子パンです。常温で約1か月ほど日持ちします。プレゼントにオススメです♥
●カップ(小) 150円 (大) 500円

店舗情報

都城市南鷹尾町15-12
営業/7:00～18:00
(なくなり次第終了)
定休/日曜日・祝日
※金額はすべて税込価格です
※P15もご覧ください



フォーラムくっせん

読者オススメ とっておき 簡単レシピ♪

4月号の読者アンケートで投稿いただいた「とっておきレシピ」を、フォーラムメンバーが実際に作って紹介します♪ とっても簡単なので、みなさんもぜひ作ってみてくださいね。

※投稿をもとに少し補足しています

料理名

えのきの梅ポン酢和え

by おはるりんさん



おはるりんさん
コメント

「大量に作って冷蔵庫で保存! 冷たいおつまみにも◎
先輩に教わったとっておきレシピです!」

【材料】2人分

- えのき …………… 2袋
- ポン酢 …………… 適量
- 梅干し …………… 5粒
- かつお節 …………… 適量

作り方

- ① えのきをさっと茹でる。
- ② 梅干しの種を取り除き、簡単につぶす。
- ③ えのき、梅干し、ポン酢、かつお節を和えて、完成!

フォーラムより コメント

さっそく作ってみました!
梅とポン酢のさっぱりとした酸味が、食欲が落ちる暑い日にも食べやすくていいですね♪
すごく美味しかったので、うどんにのせてランチを楽しみました。ありがとうございました!



これからも、みなさんの「とっておきレシピ」をお待ちしています!
読者アンケートに記入してお送りください。



きりしまフォーラムのHPは 色々なコンテンツが充実しています♪



掲載記事がカラーで読める!



バックナンバーも読める!



プレゼントに応募できる!



プロタイムズ都城店 各種セミナー開催中!!

☆ヨガに興味がある方にオススメ♪「ワンコインヨガ」インストラクターが丁寧に教えてくれるピギナスヨガなので、初心者でも気軽に参加できます♪ アロマやナイトキャンドルを使い、心も体もリフレッシュ! 自分へのご褒美にリラックスタイムを過ごしてみませんか?
 ☆家の塗り替えを考えている方、必見!「塗り替えセミナー」塗装工事をするなら、少しでも安く、より満足できる工事をしてもらいたいの。「安心できる業者の見分け方」「なぜ業者によって金額が違うのか、工事の金額はどう決まるのか」という疑問にお答えする、知って納得のセミナーです!
 各セミナーの開催日時などの詳細は、P18のイベント情報欄でご確認ください!
 ■プロタイムズ都城店 TEL/0120-441-416 ※P18・19もご覧ください

みしん市場の「手作り教室」好評開催中!!

7月の手作り教室 フレンチスリーブブラウス 2,000円(材料費込み)・限定5名
 ※日程など、詳しくはお電話にてお問合せください。
 マンツーマン指導の教室(予約制)も好評実施中です!!
 ◆◆◆点検・修理キャンペーン開催中◆◆◆
 ミシンの調子が気になる方は、気軽にご相談ください。修理見積り無料!
 【修理・調整・点検】全メーカーOK! 他社購入や通販などのミシンもOK!
 店内60台以上展示販売中! 下取り高価買取中!!
 ■みしん市場 都城妻ヶ丘店 TEL/46-3342 ※P4もご覧ください

「毎日を楽しく、いつまでも美しく健康でいたい!」その願い……『なごみの家』が叶えてくれます!!

《「なごみの家」の主なメニューと期待できる効果》
 ◆コラーゲン活性ルーム……高圧酸素ルームでコラーゲンマシンを受けることで、肌がプルプルつやつやの卵肌になります
 ◆低圧酸素ルーム……高地環境をつくり免疫力アップ。脳梗塞後遺症・息切れしにくい身体・メニエル・冷え性・不眠症・高血圧・低血圧ほか
 ◆脊椎セラピーV7……遠赤外線を放出する温熱ヒスイ球が背骨をマッサージ。椎間板ヘルニア・腰痛・肩こり・骨盤矯正・パーキンソン病ほか
 ■なごみの家 TEL/57-0753 ※P4もご覧ください

『かんたん漢方健都漢方』はおかげさまで4周年を迎えました!

「なんとなく身体がすぐれない……」という日はありませんか? 病院に行くほどではないけど、「どうにかしたい」という悩みを抱えている方。漢方で、こころとからだのバランスを整えることをおすすめします! まずは気軽にご相談ください。お一人おひとりの悩みに合わせてお話しさせていただきます。日曜・祝日・時間外も予約にて対応中!
4周年特別企画「フォーラム見たよ」で5%OFF(初回のみ)
 ■かんたん漢方健都漢方 TEL/0120-17-2126 ※P19もご覧ください

明治34年創業の郷土銘菓処『お菓子の南香』「菓子職人」及び「販売員」募集中!!

将来独立したい方、お菓子が好きな方 大歓迎! やり甲斐のある職場と一緒に働きませんか? 見習いからでもOKです!! 元気なスタッフを募集しています!
 【募集職種】菓子職人/販売員 【給与】応相談 【時間】応相談 【勤務先】お菓子の南香 宮崎県都城市甲斐元町1-26
 まずは気軽にご連絡ください!!
 ■お菓子の南香 TEL/22-4670 ※P3・25もご覧ください

わたし達と働きませんか? 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!! 気軽にご応募ください♪
 ■イオン都城ショッピングセンター専門店街 ※P17・18・30・31もご覧ください



STAFF

- 企画 山本 高士 深草 文子 前田 夏美
- 編集・制作 平井 佑一 桑原 由里子 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

- ジメツとした梅雨シーズン、剛毛で天然パーマの私は髪の毛がモサモサと鬱陶しくなりま(ヤマ)
- 双子と思われるほど似ている姉が先日、結婚式を挙げました。とても素敵な結婚式でした(なっちゃん)
- 1年ぶりに着た礼服で、ズボンのボタンが留まらず……。そろそろ腹筋でも始めようと思(平)
- 今月号でできりしまフォーラムを卒業します。フォーラムを通じて出会えたすべての方に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました!(くわゆり)
- 晩飯は作り置きのカレーにしよう! などと思っていたのにお昼にカレーを食べてしまうのですが、なんなんですかね? なんとすれば朝にカレーパンも食べてしまいます。(國)
- 気分転換に散歩をしていたら、しばらく休業していたパン屋さんが移転オープンしているのを発見! 久しぶりにお気に入りのパンを買うことができました♪(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
クリスティーナ デリコの 九星占い 7月の運勢

※運勢を★の数(1~5)で表しています。(★の数が多いほど運勢がよい)

- 【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・30

※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。
 テレコム 東京では、歳時記セミナー、開運セミナー、企業セミナーなど、たくさんの方の前で講演する機会が多くあります。多くの方にお会いできるのも嬉しいのですが、個人レッスン、少人数でのレッスンやセミナーも好評です。この夏は、都城に帰省した際に、タロットセミナーを開催したいと思っています。実際に、タロットカードに触れて、自分でリーディングするので、ドキドキしながら楽しめます。詳細は、ブログなどで発表しますので、ぜひ、遊びに来てください。
 ◆占いTV <https://uranaitv.jp/> ◆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>

◆オフィシャルブログ <http://ameblo.jp/vt-derico/>
 ◆幸運層(無料あり) <https://www.cocoloni.plus/derico/>
 ◆デリコ推命術 Google Playまたは、App Storeで検索を!
 ◆著書「元気のてんてん盛」絶賛発売中! アマゾン <http://amzn.to/YCHTRV>

一白水星 今月は、暑くても冷房に頼り過ぎたり、冷たい飲み物やアイスばかり摂取していると、健康不良となります。仕事面、新たな交流が始まる可能性があるので一期一会を大切に。

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、人間関係で思いがけない展開が起こり、ガッカリするかも知れません。つらい状況になっても冷静に対応できるように意識しよう。忘れものなど、うっかりミスにも注意。

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、恋が芽生えたり、楽しいイベントの誘いが増えそうです。丁寧な言葉遣いを意識して、笑顔で過ごすことがポイントです。交際費の増加は、価値のある出費となります。

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

二黒土星 今月は、家族行事を優先させると絆が深まります。母親や妻の発言に欲しかったヒントが隠れています。ボーナスは感謝の意味を込めて、大切な人に贈り物をすると運氣アップ。

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、思い切った決断が功を奏します。夏真っ盛りの季節に合わせて、ポジティブに過ごしましょう。暑気払いの飲み会や、お祭りなどに誘われたら、お酒と発言に注意して。

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

八白土星 今月は、仕事や勉強に対してのやる気に変化が起きます。夏休みは、家族や親せきと一緒に行動するのが無難です。日頃の運動不足を解消するには、近場を歩くのがお勧めです。

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、思いがけないトラブルや、びっくりするようなことが起きそうです。慌てず落ち着いて判断することがポイントです。周囲に対して思いやりと感謝の心を持って過ごそう。

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

六白金星 今月は、コツコツと仕事に取り組むことで、充実した時間が過ごせます。キャンセルや勝負事にツキがありますが、遊びと割り切るのが無難です。年長者の意見を素直に聞こう。

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、これまでの実績が認められたり、成績がよかったり注目されそう。有頂天になると足元をさくわれるので謙虚に過ごそう。サングラスで紫外線対策も忘れないうように。

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



冷たいSweets特集

スイーツ

暑い夏の目の楽しみと言えば、キーンと冷たいスイーツですね♪
そこで、いろいろなバリエーションの冷たいスイーツを集めました!!
ひんやり美味しくクールダウンしてくださいね。



1 夏季限定 自家製 白くま (大 550円) **5名様**



10種類のフルーツ、自家製あんこ、アイスクリームが入っている毎年人気の冷たいスイーツです♪ 贈物にもオススメです。

お菓子の南香
☎0986-22-4670

都城市甲斐元町1-26
営業 / 8:30~19:30 ※P3・24もご覧ください

2 ジェラートトリオ (300円) **5名様**



こだわりの素材を使った絶品ジェラート。3つのフレーバーをお選びください!! ※テイクアウトのみ

GELATERIA FELICE フェリーチェ
☎0986-80-6162

都城市中町12-25 PIER1
営業 / 11:00~18:00

プレゼントの応募方法
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希望商品の番号を記入して**7月20日(金)(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回限りを有効とさせていただきます。
※商品引換期間:H30.8月末まで

QRコードからかんたんアクセス!




3 まるごとピーチ (700円) **3名様**



桃をまるごと1個、贅沢に使った大人気のスイーツ! 桃の中には、冷たいカスタードクリームが入っています♪ 期間限定なので、ぜひご賞味ください!

お菓子の専門店 ゴローズ イオン都城店
☎0986-46-2256

都城市早鈴町1990 イオン都城ショッピングセンター1階 年中無休
営業 / 10:00~21:00 ※P31もご覧ください

4 天使のいちごパフェ (750円) **3名様**



今年5月、復活OPENした「ピエール」にパフェが登場! 彩り鮮やかないちごやアイスがのったパフェは見た目かわいくて、これからの季節のイチオシ♪ ※イトインのみ

パティスリー & カフェ ピエール
☎0986-36-5712

都城市五十町1637-5 不定休
営業 / 10:00~20:00 ※P23もご覧ください

5 宇治金時ミルクかき氷 (450円) (ソフトクリーム入り) **3名様**



フワフワとした宇治抹茶の氷と甘くて美味しい金時豆、そして中に入った濃厚なソフトクリームが絶妙のかき氷。他にもさまざまな種類のかき氷がありますよ♪

池田いちご園
☎090-9575-6757

都城市庄内町(庄内医院近く) 不定休
営業 / 11:00~

6 白雪豆ふぁ (600円) **5名様**



台湾発祥のスイーツ豆花(トウフア)をニワトコ風にアレンジ!! 白雪かき氷の上に豆ふぁをのせた、ヘルシーなかき氷になっています。

Niwatoko ニワトコ
☎090-4481-7524

都城市菓子野町10272-10 定休/月・火曜日
営業 / 11:30~16:00

7 白くま (390円) **5名様**



かき氷の上に練乳と5種類のフルーツ、バニラアイスがのった贅沢なかき氷。たくさんのフルーツとバニラアイスで飽きずに最後まで食べることができますよ♪

まーる茶房・菓子工房
☎0986-22-3837

都城市志比田町4580-14 定休/日曜日(土・祝日は不定休)
営業 / 9:00~17:00(土・祝日は10:00~) ※P22もご覧ください

8 白くま (1,058円) **5名様**



練乳風味の白くまはフルーツがたっぷり♪ 白くま以外に、ココア風味の黒くま(1,058円)、宇治金時(1,058円)、マンゴーの黄くま(1,404円)の3種類。

たなかフルーツ (パーラー)
☎0986-22-3377

都城市上町8-1 定休/日曜日
営業 / 11:30~17:00(L016:50)、19:30~23:00(L022:30)

9 元祖 アイスマン (980円 ※税別) 夏季限定 **6名様**



夏の都城名物! かき氷の中はコーヒーゼリーと小豆が贅沢に入っています!! ソフトクリームと一緒にどうぞ。

パスタガーデン 珈琲館 (乙房店) ☎0986-37-3800
PASTA CAFE1973 (花緑店) ☎0986-46-1444

【乙房店】都城市乙房町2900 【花緑店】都城市花緑町20-8 ケイティビル1F
営業 / 【乙房店】11:15~15:30、17:30~21:00
【花緑店】11:15~15:00、17:45~20:30

2店どちらでも使用可能

10 白くま (450円) **5名様**



練乳たっぷりのかき氷の中に、北海道ソフトと小豆が入った白くま。

ソフトクリームとクレープのお店 **ミルクハウス**
☎0986-24-4787

都城市上川東1-4-4 定休 / 7月は第2火曜日、8月は無休
営業 / 11:00~19:30

11 白熊 (600円) **3名様**



食べるのがもったいない、かわいい白熊。手作り練乳を使用し、中にはたっぷりフルーツとバニラアイスが入っています。

くるま〜れ洋菓子店
☎0986-22-3774

都城市姫城町17-28 定休/日曜日
営業 / 10:00~18:00(夜は予約制)

フォーラムがプロデュース!! 日帰りぶらり旅

大自然に囲まれた

霧島市特集!

都城圏域からもアクセスしやすい霧島市。
のんびりドライブしながら、新名所や
穴場スポットなどを巡ってきました!
いよいよ夏本番。
お出かけする時の参考にしてみてください♪

プレゼント 応募方法

P15のアンケートハガキ、もしくはHPのプレゼントフォームに、
希望商品の番号を書いて送ってください。
応募締切は7/20(当日消印有効)です。
※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。



日当山西郷どん村

ひなたやませごとんむら

平成29年12月にオープンしたばかりの「日当山西郷どん村」。明治維新150周年を迎え、NHK大河ドラマ『西郷どん』の放映もあって注目度が高まっている観光施設です。鹿児島や宮崎のみならず、はるばる遠方から来る観光客も少なくないのだとか。

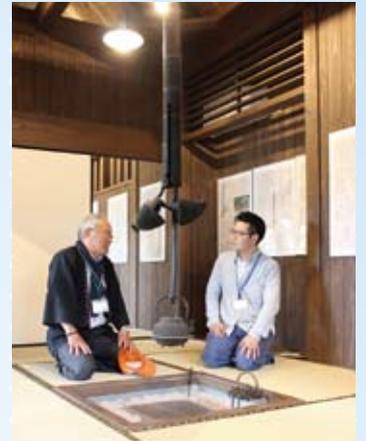
西郷さんはここ日当山をとても気に入り、十数回も訪れて温泉や狩り、釣りなどを楽しんだと言われています。
西郷さんが日当山で湯治のために宿泊した「龍宝家」を復元した「西郷どんの宿」をはじめ、西郷さんが馬をつないだといわれる「龍宝家のイヌマキ」などを見学できます。平成30年には物産館とレストランもオープン予定で、これからも楽しみな新名所なんですよ。



釣り竿を持った
愛くるしい
西郷さんが目印!



趣のある立派な造りの「西郷どんの宿」を見学させていただきました。建物内には、西郷さんところ日当山にまつわるパネルが多数展示されていて、観光ガイドの方も常駐しているので、西郷さんのことはもちろん、明治維新や幕末の志士達についてたくさん興味深いお話を聞くことができますよ。



この日ガイドをしてくれた原之園さんはとにかく知識が豊富! ついつい聞き入ってしまいました。ガイドの方からお話を聞きながら、西郷さんが奮闘した当時に思いを馳せてみてはいかがでしょうか?

着物体験も できる♪

大人・子ども、男女問わず、どなたでも体験できます。取材当日、観光に来ていた女の子。かわいいう着物が着られて嬉しそう。お似合だったので、写真を撮らせてもらいました♪



西郷さんに まつわる紙芝居!

希望すれば、西郷さんまつわる紙芝居も楽しめます。あまり知られていない、西郷さんまつわる逸話が聞けるかも。

☎0995-42-5880

鹿児島県霧島市隼人町内1487番地1
営業/9:00~18:00 年中無休



惣陣が丘展望所

そうじんがおかてんぼうしょ

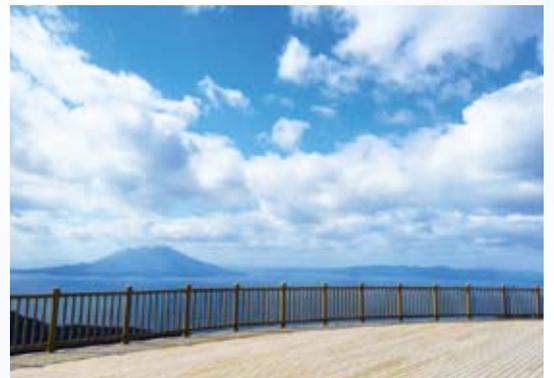
惣陣が丘は、島津氏と肝付氏が廻城争奪をかけて戦い、島津氏の三州統一の足がかりとなった古戦場であると語られている歴史的な場所です。そこに、雄大な桜島と美しく輝く錦江湾、凜とそびえ立つ霧島連山、そして志布志湾までも一望できる展望台があります。
標高483.5メートルからの景色は圧巻で、時間を忘れてしまうほどの美しさ!! ハイキングがてらのお出かけにおすすめのスポットです。

展望所までは、歩いて15分程度。遊歩道の途中には鹿児島弁でメッセージの書かれた案内板があり、歩く私達を応援してくれます! 頑張って歩いた後に見ることのできる景色は最高です♪



☎0995-45-5111

鹿児島県霧島市福山町福山牧之原交差点付近
【お問合せ】霧島市役所 観光課



Bali Ann

バリアン



8月で1周年を迎える『バリアン』は、「バリ島好き」の中村オーナーが、ジャワ様式のアンティークハウスを輸入・移築してオープンしたカフェレストラン。現地の建物を、そのまま再現した店内は天井の美しい細工とバリ音楽が相まって、日本にいることを忘れさせてくれる非日常の空間です。抜群のロケーションでいただくのは、シェフこだわりのナシゴレン! 夏季限定の冷たいスイーツも登場していますよ。キラキラした夏の海を眺めながら、美味しいエスニック料理を堪能してください。



天気のいい日ならテラス席で、錦江湾と桜島を眺めながらのランチもできますよ。運がよければ、イルカも見ることが出来る絶景スポットです。

おすすめは、インドネシア・マレーシアの焼き飯料理として人気の高いナシゴレン。シェフの井手元さんがこだわったのは、スパイスをきかせながらも辛さを抑えること。お子様やご年配の方も、美味しく食べられるように工夫されています。辛い料理が好きな方は、お好みで「サンバル(辛味調味料)」をプラスして、トコトコ辛くすることもできますよ! 地元産の野菜がたっぷり入っているので、濃厚ながらもサッパリと食べることでできる逸品です。



MENU

ナシゴレン 1,300円~ 【ドリンク・デザート付】
 ホットサンド 1,300円~ 【ドリンク・デザート付】
 ※セレクトするドリンクによって価格が変わります

Summer Sweets ハロハロ 800円



紫山芋のアイスクリームや氷に、ナタデココや季節のフルーツ、トロピカルフルーツが、たくさんトッピングされたスペシャルなカキ氷。ドライフルーツのココナッツやカラフルなナタデココなど、普段食べられないスイーツは絶品! インスタ映え間違いなしです♪



☎ 0995-55-8838
 ☎ 070-5273-8408

鹿児島県霧島市隼人町小浜1133-3
 営業/金・土・日曜日・祝日
 定休/第3日曜日
 ※婚礼パーティーやイベントで貸切の場合があるため、事前のご予約をおすすめします。

🎁
 プレゼント①
 ナシゴレン
 3名様



徳重製菓とらや 霧や櫻や

とくしげせいからや きりやさくらや



角まんじゅう

明治17年創業の「徳重製菓とらや」は、鹿児島県内に6店舗を構える製菓店。薩摩の代表的なお菓子である「かるかん」をはじめとするさまざまなお菓子が、100年以上の間、多くの方に愛されてきたお店です。今回は2年前、霧島市にオープンした「徳重製菓とらや 霧や櫻や」へ行ってきました! 吹き抜けが心地よい店内には、和洋菓子がたくさん並んでいます。2階には6月にリニューアルオープンしたばかりの広々としたカフェスペースもありますよ!



6月にリニューアルオープンした「Barihapi Cafe」は、障がい福祉とのコラボで実現。光が降りそそぐ、ゆったりとした空間で、霧島市の素材を使った、オリジナルのスイーツやドリンクをいただくことができますよ! ぜひ、行かれてくださいね!!

イチオシ! カフェMENU

- きりしまぱんけーき 600円
- BARIHAPIスムージー 600円
- 霧氷(いちご練乳/とらやの白熊) 700円
- 有機コーヒー 300円

NHK大河ドラマ「西郷どん」でわく鹿児島県で、話題となっているのが「角まんじゅう」です。明治8年頃、霧島市の日当山温泉を訪れた西郷隆盛。その帰りに初代・徳重八太郎宅を訪れ、妻が作る手作りの「モンコ饅頭」を食べ、その美味しさと見た目から「角まんじゅう」と名づけたという由来のあるお菓子です。あっさりとした甘さの羊羹を、四角いモンコ(落雁)でサンドした郷土菓子は、柔らかい口当たりが絶妙な逸品です。



🎁
 プレゼント②
 角まんじゅう
 5個セット
 4名様

☎ 0995-46-1117
 鹿児島県霧島市国分野口西456-1
 営業/9:00~20:00

日当山温泉 花の湯

ひなたやまおんせん はなのゆ



源泉掛け流しのナトリウム・炭酸水素塩泉の泉質は、弱アルカリ性でお肌がツルツル・スベスベになると、日当山温泉の中でも人気を誇っている「日当山温泉 花の湯」。適応症は神経痛・筋肉痛・関節痛・五十肩・冷え性などさまざま。ゆったり広々の大浴場をはじめ、開放的な気分になれる露天風呂、ジャグジー、足湯、檜風呂があり、心地よい温泉を楽しむことができます。



店内は、バリアフリー対応。休憩室やマッサージルーム、お食事処も揃っており、全身で癒されることが出来ます! また、地下駐車場も完備されているので、雨の日も濡れることなく温泉に入れちゃいますよ!

入浴料金
 1回入浴 500円
 1日入浴 850円
 人気MENU
 岩盤浴 花溶岩(60分)+入浴券
 1,100円

岩盤浴 花溶岩

冷房などで身体が冷える夏にこそおすすめの岩盤浴!! 温めた天然石に横になるだけで、身体を芯から温めて新陳代謝を促進してくれます。美肌効果はもちろん、肩こり・腰痛の解消にもなるとリピーター続出です。温泉と一緒に体感してみませんか?



☎ 0995-44-7234
 鹿児島県霧島市隼人町姫城2-38
 営業/9:00~23:00
 年中無休

🎁
 プレゼント③
 ペア入浴券
 5組 10名様



あなたの会社 その防犯対策で 大丈夫ですか？

ネットワーク・ビデオ・レコーダー
VioStor2200Pro+



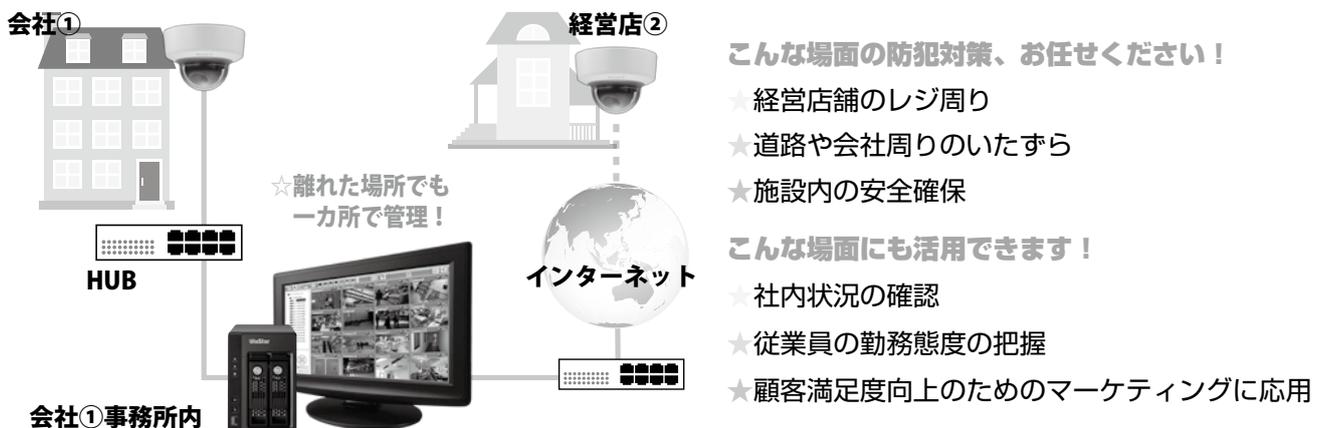
ネットワーク・カメラ



会社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。

ご存知
ですか？

最近の防犯カメラは、インターネットを通して
映像の確認や管理が簡単にできるんです！



★ 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…

詳細な説明や御見積、
デモンストレーション
のご依頼も
お気軽にどうぞ!!

●お問い合わせはこちらまで●

ROD 株式会社 R.O.D
Respect on Demand <http://www.rodweb.co.jp/>
大阪本社 / 東京 / 名古屋 / 福岡 / 宮崎 / 北海道

【宮崎営業所】
宮崎県都城市一万城町99-9-1
TEL 0986-22-8400
FAX 0986-26-5860

ふぉーらむ すなっぷ
Forum Snap



慎太郎くん

元気
いっぱい。

「Forum Snap」に、
 あなたのとおき写真を掲載しませんか？
 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!! お写真・名前・一言コメントを
 添えて、きりしまフォーラムのHP、または
 「info@kiri-fo.net」のメールアドレスに
 ご投稿ください♪

QRコードから
 簡単アクセス!



**穂夫くん
 toshio**

外遊びと
 乗り物大好き!
 元気いっぱい
 4歳になりました♪

**煌人・爽人
 くん くん
 kirato・sawato**

2人でてるてる坊主
 かわいいね♪
 大きくなーれ!!



**真奈ちゃん
 mana**

寝返りできるように、
 練習中♪
 笑顔たっぶりの
 真奈でいてね♡



**稀子ちゃん
 kiko**

しーっ
 おまるに座れるよう
 になりました(^ ^)



プーラビーダ都城店 セミナー Vol.3
**オウチでできる
 ジェルネイル体験**

本誌で人気の『プーラビー
 ダ都城店』で開催している教
 室を、フミが体験するシリ
 ズ。今回は、オウチでもでき
 るジェルネイルを体験!
 ジェル状の合成樹脂を塗り、
 自宅用のコンパクトなLED
 ライトで固めることでカンタ
 ンに仕上がります。ま
 た爪に優しく、オフし
 たいときは「ペリット」
 はがすだけでOKなの
 で、気分に合わせてカ
 ラーを選ぶことができます。
 まず始めに、ネイル
 の色を決めるのです



■取材協力/ ☎36-6188
 プーラビーダ都城店

が、カラーの種類が豊富で
 迷ってしまいました! する
 とスタッフの村北さんが、ト
 レンドや人気色をアドバイス
 してくれました。私は、スモ
 キーピンクとグレーの2色を
 セレクト! 村北さんに塗布
 のコツを習いながら、選んだ
 色を交互に塗ってもらいまし
 た。塗ってLEDライトに45
 秒あてると、アツという間に
 乾き、透明感のあるキレイな
 ネイルが完成♪ 予約なしで
 参加できるので、ぜひ体験し
 てみませんか?



プーラビーダ都城店 セミナー

土・日・祝 開催日: 7/7(土)・8(日) 14(土)・15(日)・16(月)・19(木)・28(土)・29(日)
 限定 14時~18時 予約不要

大好評!! ハーバリウムワークショップ 開催決定!!

第1弾 プーラビーダ都城店 6th誕生祭 期間中!

第2弾 プーラビーダのキレイ市 期間中!

7/20(土) 7/22(日) 11時~17時

誕生祭期間中は、
 ハーバリウム教室以外にも
 その他イベントもたくさん!

7/28(土) 7/29(日) 11時~16時

オリジナル
 ハーバリウムを
 作ってみませんか?



● 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	● イオン都城ショッピングセンター
● 洋服の青山	
● 南香	● 南小学校
	● GS

イオン ザ・バーゲン スタッフおすすめ 夏のセールアイテム

※写真はイメージです。商品はなくなり次第終了となります。

2018 SUMMER BARGAIN

MAX 50% OFF

LA PAX 店内商品
50~20% OFF

※一部対象外商品あり

MURUA MERCURYDUO
RESEXXY SPIRALGIRL VIVAYOU
LIZ LISA etc.

LAPAX 1F TEL.0986-46-2225

THE SHOP TK
メンズ・レディース
セール商品
MAX50%OFF

THE SHOP TK 2F TEL.0986-46-1856

Palais Picasso
赤札セール **50~10%OFF**

※一部対象外商品あり

これからの季節にピッタリのサンダルやスニーカー、パンプスなど、セール価格でご提供しています!!



Palais Picasso 1F TEL.0986-46-2007

HUSHUSH
レディース&キッズ&雑貨
セール商品
MAX50%OFF

HUSHUSH 1F TEL.0986-46-2280

any FAM
店内夏物
50~20% OFF

※一部対象外商品あり

着やせ効果大のフレアスリーブをはじめとしたデザイントップスや、ワイド・デニムパンツなどのトレンドアイテムが驚きの価格に!

佐沢さんイチオシ

any FAM 1F TEL.0986-46-2288

furiko & CHOUQUETTES
閉店セール
店内商品
MAX50%OFF

※一部対象外商品あり

furiko & CHOUQUETTES 2F TEL.0986-21-7051

数量限定! メガネ一式
3,980円セット
セール(税別)

※オプションレンズは別途料金が発生いたします。
※他の割引サービスとの併用はできません。

オンデーズ

サングラスフレーム 3,980円 ※ 度付きレンズ +6,800円
AIRシリーズ 9,980円

この夏おすすめ!! サングラス(度付き)&AIRシリーズ
フレーム&レンズカラーが豊富に揃っているので、あなたの顔にフィットするサングラス&眼鏡が見つかります!

目からの日焼けが、一番危険ということをご存知ですか? 99%紫外線をカットしながら、オシャレ度もUPするサングラスで大切な目を守ってください!! サングラス初心者の方も、気軽にご相談ください。

嶋岡店長

オンデーズ 1F TEL.0986-21-3313

サンイトミヤ
おかげさまでサンイトミヤは
創業44周年
サマーバーゲン開催!
50~30%OFF

※一部対象外商品あり

日頃のご愛顧に感謝の気持ちを込めて、夏季限定の特別目玉商品をご用意しています。ぜひ、この機会にご来店ください!!

横谷さん

大人気の夏物が、特別価格になっています! 夏ファッションのコーディネートも気軽に相談ください。

サンイトミヤ 2F TEL.0986-21-7055

ABC-MART
夏物バーゲン **50~20%OFF**

※一部対象外商品あり

スニーカーやサンダル、革靴などさまざまな商品がラインナップ!

夏物が買い得になってますよ!!

スタッフ 西村さん

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

MIX-O any SiS
夏物 **30%OFF**

※一部対象外商品あり

雑誌などで掲載中のトレンド感満載のブラウス・ワンピース・パンツが揃っています。着心地も抜群で、夏のお出かけにピッタリです!

スタッフ野崎さんおすすめ!

model: staff 野崎さん

MIX-O 1F TEL.0986-46-2299

one'sterrace
30~50% OFF

※一部対象外商品あり

オシャレで便利なキッチングッズやグラス、お弁当グッズ、バッグなど、さまざまなアイテムがあります!

鳥獣戯画模様が踊るモダンで涼しげな鳥獣戯画グラス

one'sterrace 1F TEL.0986-46-2215

GATHER
ギャザー
夏物商品
50~20% OFF

※一部対象外商品あり

福田さんイチオシ!

バイナップルのイラストがかわいい、「Ninamew」のTシャツは、この夏、活躍すること間違いなしです!

model: staff 福田さん

GATHER 1F TEL.0986-46-2277

3can4on
レディース&キッズ
セール商品
MAX 50%OFF

レディース&キッズの洋服はもちろん、靴やバッグ、帽子などのファッショングッズも揃っています! まだまだ活躍する夏のファッションが満載です!

Girl
ポップなリボン柄Tシャツと、キュートな麦わら帽子をコーデ!

Boy
パステルカラーの元気いっばいコーデ!

Ladies
ストライプのシャツにウエストマークのスカートでスタイルUP!

3can4on 1F TEL.0986-46-2281

my makura
夏物季節寝具
20~30%OFF

my makura 2F TEL.0986-46-1868

***fuse_**
店内夏物
50~20% OFF

※一部対象外商品あり

トレンド感いっばいのマドラスチェックのワンピースやデザイントップスなど、まだまだ着たいアイテムを、たくさんご用意しています!

*fuse_ 1F TEL.0986-22-2131

顔見せファミリー
店内のワンちゃん&ネコちゃん
30~10% OFF

※写真はイメージです

顔見せファミリー 1F TEL.0986-23-7117

※P17・18もご覧ください



都城市上長飯町

車を撤去し、カーポートを拡張。
間取りを変更して住みやすい住宅に!



※写真はリフォーム前です



※間取りはリフォーム後です

価格 **1,398万円** (税込)
 月々のお支払 **40,118円**

3LDK 駐車3台 上長飯小区域

- 所在地:都城市上長飯町88号9
- 土地面積:278.47㎡ (84坪)
- 建物面積:106.09㎡ (32坪)
- 建築年月:昭和58年2月
- 交通:宮崎交通[上長飯]バス停徒歩4分

えびの市大字栗下

ハウスメーカー施工の6SLDK。
屋根・外壁塗装、水回り新品交換済。



価格 **1,998万円** (税込)
 月々のお支払 **57,336円**



6SLDK 駐車5台以上可 加久藤小区域

- 所在地:えびの市大字栗下92-2
- 土地面積:728.00㎡ (220坪)
- 建物面積:202.35㎡ (61坪)
- 建築年月:平成元年10月
- 交通:JR[えびの駅]徒歩5分

都城市広原町

外壁・屋根塗装を行い、水回りを新品交換!
閑静な住宅街にある2階建て住宅



※写真はリフォーム前です



※間取りはリフォーム後です

価格 **1,298万円** (税込)
 月々のお支払 **37,248円**

5LDK 駐車3台 上長飯小区域

- 所在地:都城市広原町13号9番2
- 土地面積:225.32㎡ (68坪)
- 建物面積:127.68㎡ (38坪)
- 建築年月:昭和54年10月
- 交通:宮崎交通[広原]バス停徒歩8分

北諸県郡三股町

水回り新品交換、駐車場拡張。
間取りを変更し、住みやすい住宅にします!



※写真はリフォーム前です



※間取りはリフォーム後です

価格 **1,298万円** (税込)
 月々のお支払 **37,248円**

3LDK 駐車3台 三股西小区域

- 所在地:北諸県郡三股町大字山木1887-7
- 土地面積:252.25㎡ (76坪)
- 建物面積:94.51㎡ (28坪)
- 建築年月:昭和63年1月
- 交通:JR[三股駅]徒歩26分

都城市下川東

外壁・屋根塗装、水回り新品交換。
駐車スペース拡張しました!



※写真はリフォーム後です



※間取りはリフォーム後です

価格 **1,298万円** (税込)
 月々のお支払 **37,248円**

3LDK 駐車2台 川東小区域

- 所在地:都城市下川東4丁目3200-12
- 土地面積:211.98㎡ (64坪)
- 建物面積:98.49㎡ (29坪)
- 建築年月:昭和61年11月
- 交通:宮崎交通[上の原]バス停徒歩19分

えびの市大字水尻

外壁・屋根塗装、水回り新品交換。
駐車場を拡張し、住みやすい住宅に仕上げました!



※写真はリフォーム後です



※間取りはリフォーム後です

価格 **1,198万円** (税込)
 月々のお支払 **34,379円**

3LDK 駐車4台 真幸小区域

- 所在地:えびの市大字水尻字本町45-2-46-2
- 土地面積:441㎡ (135坪)
- 建物面積:114㎡ (34坪)
- 建築年月:昭和58年1月
- 交通:JR[京町温泉]徒歩13分

曾於市末吉町

外壁・屋根塗装、水回り新品交換。
店舗付き4LDK、間取り変更を行い、店舗部分はフリースペース!



※写真はリフォーム後です



※間取りはリフォーム後です

価格 **1,498万円** (税込)
 月々のお支払 **42,988円**

4LDK 駐車4台 末吉小区域

- 所在地:曾於市末吉町上町1丁目9-17
- 土地面積:315.50㎡ (95坪)
- 建物面積:149.64㎡ (45坪)
- 建築年月:平成4年3月
- 交通:JR[五十市駅]徒歩105分/車17分

都城市金田町

外壁・屋根塗装、水回りの新品交換を行います。
2階建て3LDKの洋風なお家です!



※写真はリフォーム前です



※間取りはリフォーム後です

価格 **1,498万円** (税込)
 月々のお支払 **42,988円**

3LDK 駐車2台 沖水小区域

- 所在地:都城市金田町2317-3
- 土地面積:177.46㎡ (53坪)
- 建物面積:120.06㎡ (36坪)
- 建築年月:平成4年4月
- 交通:JR[日向庄内駅]車5分

小林市細野

水回り新品交換、駐車スペースを拡張。
4LDK対面キッチン仕様!間取り変更予定!



※写真はリフォーム中です



※間取りはリフォーム後です

価格 **1,298万円** (税込)
 月々のお支払 **37,248円**

5LDK 駐車3台 細野小区域

- 所在地:小林市細野字千谷4719-5
- 土地面積:355㎡ (107坪)
- 建物面積:188.94㎡ (57坪)
- 建築年月:昭和54年10月
- 交通:宮崎交通[千谷公園]バス停徒歩6分

曾於市末吉町

外壁・屋根塗装、水回りも新品交換します。
間取り変更を行い、住みやすい住宅に仕上げます!



※写真はリフォーム前です



※間取りはリフォーム後です

価格 **1,298万円** (税込)
 月々のお支払 **37,248円**

6SDK 駐車2台 末吉小区域

- 所在地:曾於市末吉町二丁目2926-5
- 土地面積:315.98㎡ (95坪)
- 建物面積:156.56㎡ (47坪)
- 建築年月:昭和56年11月
- 交通:JR[五十市駅]車24分



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30年7月31日まで



※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
 ※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。