since1992 KIRISHIMA FORUM 30th Anniversary
vol.366 September 2022
9

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

※誌面内の価格はすべて税込み表記です

串間神社

寿司虎 串間本店

串間温泉 いこいの里

フォーラムがプロデュース!!
日帰りぶらり旅
名所満載！
大人のプチドライブ旅
串間市特集！

フォーラム Forum　シニア Senior　ライフ Life 通信

●特集
可能な限り「自分でできる」を支える
福祉用具ってどんなもの？

女性のためのマネー講座
お金の貯め方＆増やし方
～はじめての資産運用術～
9月17日(土)　第1部　第2部　各15名様限定
参加者全員にお土産付き！ ※詳細はP5をご覧ください
▶このQRコードからご予約いただけます
参加費 無料

新型コロナウイルスの影響により、本誌掲載施設・店舗が営業休止、イベント開催が中止になる可能性がございます。お出かけになる前にあらかじめご確認くださいますようよろしくお願いいたします。

スポーツの秋！文化の秋!! **秋の習い事特集♪**　フォーラムオススメ！ **FORUM'S SELECT グルメ**　キレイをお得に♪ **秋のBeauty特集**

その他、イベント情報など、盛りだくさん!!

表紙の絵
『お月見』

有馬（ありま） 百香（ももか）ちゃん
（7歳）

うさぎさんが、月でおもちをついているところを描きました。お月見が楽しみです♪

●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！

㈱リブハウジング

福重伊織社長に安心・安全な住宅について伺いました！

住宅を建てた方々から高い評価と満足度を得ている『㈱リブハウジング』の福重伊織社長に、「住宅建築」のこだわりについて、お話を伺いました。

代表取締役社長　福重 伊織

一級建築士／一級建築施工管理技士／宅地建物取引主任者／インテリアコーディネーター／福祉住環境コーディネーター／ツーバイフォー施工士／ファイナンシャルプランナー／住宅リフォーム専門士

①高い耐震性の秘密は？

地震が起こったからといって、とにかく家は倒れたらダメなのです。しかし実際には、震度7の熊本地震で益城町の木造住宅は約6割近くが倒壊し、住めない状態となりました。私も地震後すぐに益城町に入り、さまざまな住宅の状況を確認。その後、考察を加えた結果、弊社の住宅は全て、国が定めた基準である「耐震等級3」を超える、震度7の地震が2回以上来ても、倒壊しない木造建築となっています。一軒の家を建てる際に、平屋であっても細かく構造計算書を作成するだけではなく、京都大学の准教授が開発した「ウォールスタット」というソフトを使用し、パソコン上のシミュレーションを何度も行い、倒れない家になるまで構造計算をします。大きな地震が来ても、その日から暮らせる家があることは、どんな幸せにも代えがたいと考えています。

②こだわりの「自然素材」について教えてください。

「自然素材」と言っても、さまざまなものがあります。最近の住宅は漆喰の塗り壁が人気ですが、漆喰だからと言って完全な自然素材とは限りません。化学物質を混ぜたものが多く出回っており、住宅による健康被害の原因となっています。それは、木材にも言えることです。弊社では、使用する素材をすべてチェック・分析し、化学物質が入っていないものだけを使用。特に現在は、諸塚村と屋久島の杉を採用し、長期間かけて乾燥させることで、倒壊しにくい素材となっています。ただ、上質な杉を育てる林業自体が衰退しているため、持続的に資材を手に入れることが難しくなっているのが現状です。そこで弊社では、諸塚村や屋久島町と連携を図り、植林作業にも力を入れ、地元で働く方の生活を守りながら、永続的に自然素材を確保する努力もしています。

③人気の設備について教えてください。

高断熱・高気密によるエコな暮らしを提案していますが、そちらに不可欠な「屋根裏エアコン・床下エアコン」は人気です。シンプルな空調システムで、家庭用エアコン1台で屋根裏を冷やし、床下を温めるだけでどの部屋にいても夏は涼しく、冬は暖かく過ごすことができます。重要なポイントは、シンプルな設備であるということ。エアコンが壊れた場合に、電気量販店で購入し付け替えるだけで、半永久的に空調システムを利用できるのです。長年住むからこそ、家のメンテナンス費用を抑えるというのも大切です。

「人生で一番高額な買物だからこそ、ご自身や家族の健康と安全を考えて、失敗しない家造りをしてほしい」という、福重社長。必見のモデルハウスは、見ているだけでワクワクするスタイリッシュなデザインと、心地よい空気が最高！　ぜひ出かけてくださいね。

■取材協力／㈱リブハウジング
☎0120―447―129

霧の大地より
秋の味覚が散りばめられた
南香のお菓子

2013年 広島菓子博で大臣賞受賞!!

霧島盆地の霧乃栗金（きりのくりきん）

9月1日より 販売スタート!!
1箱（2個入）486円

9月限定
ロールまつり開催

ロールケーキ人気BEST3
① いちごロールケーキ　大粒のいちごがたっぷり
② 栗きんとんロール　今年、採れた栗を使用 旬の味覚をどうぞ!!
③ 我が家のチョコロール　濃厚なチョコの美味しさ
百年ロール、抹茶ロールも大好評です！

創業明治三十四年
郷土銘菓処 お菓子の南香
都城市甲斐元町1-26 8:30～19:00 年中無休
TEL.0986-22-4670
贈答用全国発送も承ります
47CLUBでも購入OK！
お菓子の南香 検索

移動販売車 みんなのお店 げんきカー
高城・山之口地区 で、毎日元気に移動販売を行っています!!
みなさんのご来店を、お待ちしています！
買物が困難な地域のみなさんに喜ばれている買物支援カー「げんきカー」が、7年目を迎えました。
さまざまな商品をのせて、高城・山之口地区を回っています。
気軽に利用してくださいね！

会話も楽しいお買物♪

月～金曜日
公民館などを中心とした所定の場所に、楽しい音楽を鳴らしてお伺いします♪
詳しい場所と時間はお問合せください。

人気のお刺身やお惣菜もあります♪
冷蔵・冷凍品、青果、お菓子やパン、調味料、日用雑貨などをご用意!!　当日、欲しいものがなくても、リクエストいただければ翌週お届けします。
カタログからご希望の商品を取寄せ、翌週お届けすることもできます！

グリーンコープ生協みやざき 都城支部
お問合せ ☎0986-38-7070
都城市神之山町2035-1
営業／9:00～18:00　定休／土・日曜日

新・医療の窓

早水公園クリニック便り㊼

①身内や職場で新型コロナウイルス陽性者が出た場合

現在、この記事を書いている時は、第7波の真っ最中です。さまざまなところでクラスターが起こり、患者さんも多く、これまでの中で一番大変な状況です。だからこそ、家族や身近な所で感染者が出た時の対応をお伝えします。まず、陽性が分かった時点で、特に発症日3日以内は重点的に接触を極力避ける。特に、食事やトイレ、シャワーなども住宅で別にする。できれば、住居を別にするといいですね。後、身近で陽性者が出ると急いで検査をする方が多いのですが、現在、流行中のオミクロン株は潜伏期間が2～3日あるので、症状もないのに、すぐに検査に走ると、検査陰性の後に発症、感染判明ということも多いです。そのため、感染者との接触者は3日以内は避け、その後、発熱があれば検査をするというのがいいと思います。特に、唾液や飛沫から感染するので、食事を一緒にしていた方は要注意です。また、新型コロナウイルスに使える有効な薬がないので、私達医師も、予防や早期発見、隔離して対処しているのが現状です。高齢者の感染では、あっという間に悪くなるのを見ます。有効な薬ができるまで、今しばらくはみなさま予防に努めてください。

②尿による癌検査について教えてください

今回、この質問が非常に多かったですね。人の人生には、癌年齢というものがあります。癌を発症しやすい年齢のことで、40代後半から60代前半が、その年齢にあたります。それを過ぎると、心臓疾患や脳疾患が増えてきます。しかし、この癌年齢の方々は、まだまだ現役世代で仕事が多忙な方も多いのが実情です。そこで、簡便で苦痛がなく、全身網羅的な癌検診はないのかと思い、当院で採用したのが、現在行っている尿による癌検査です。全身15種類の癌に反応すると言われており、精度は86・3%というデータです。検査結果は約4週間後で、費用は保険適用外の14800円です。検査は怖いけれど癌検診には興味はあるという方や、婦人科系から胃、大腸まで全身の検査をする時間がなかなか取れないという方で不安な方は、100%ではなく86・3%の精度ですが、おすすめします。

その後、もう少し詳しい検査をご希望の方は、当院・呼吸器内科、CTの肺検査、内視鏡センターの上下部内視鏡検査を受けることができます。お気軽にご相談ください。

機能を拡充して新しく完成した専門外来棟が7月よりオープン

早水公園クリニック専門外来 5つの特徴

特徴1
呼吸器内科
週に1回、呼吸器内科外来を開設。宮崎大学より先生にお越しいただき、喘息や閉塞性肺疾患、肺炎、睡眠時無呼吸症候群など、各種呼吸器の病気を治療します。

特徴2
脳神経内科（神経内科）
毎週水曜日の午前に、宮崎大学より先生にお越しいただき、頭痛、てんかん、めまい、認知症、脳卒中などに加えて、パーキンソン病、筋萎縮性側索硬化症、脊髄小脳変性、多発性硬化症、重症筋無力症などの診療を専門としています。

特徴3
内視鏡部門
消化器系癌の治療の一歩は、まず早期発見。そのため、内視鏡検査を気軽に受けられる施設を目指し、最新式の胃・大腸内視鏡を導入。

消化器病学会専門医、消化器内視鏡学会指導医である検査や内視鏡のスペシャリストである岩田先生による検査を受けられます。

特徴4
最新式CT導入
見落としを防ぎ、正確性を増すために、専門ドクターによる撮影を導入。ダブルチェックを行います。

特徴5
読者の質問最多
尿（一滴）による癌検診
九州初導入!!
全身15種類の癌が尿で検査できます。早期癌から進行癌まで反応し、感度は86.3%です。リスクが高い場合は、精密検査を行います。

早水公園クリニック TEL 0986-36-6117

都城市早水町 4503-16 HP http://hayamizu-park-clinic.com

診療科目 内科・小児科・外科・消化器内科・アレルギー科

専門外来（要予約） 内視鏡センター・脳神経内科・呼吸器内科

第72回 家づくりで後悔しないための勉強会

どの住宅会社で建てたらいい？
家を建てるための
重要な情報が“ギュッ”と
詰まった講演会

完全予約制
10組限定

参　加　無　料

2022年9月11日(日) 13:00～16:30（開場12:40）
都城未来創造ステーション2F
都城市中町16街区15号

オンライン受講可

LINE登録QRコード

実演や素材の体感などもございますので
来場での受講をおすすめしておりますが
オンライン参加をご希望の方は
←こちらからLINE登録をお願いします。

契約前に押さえておきたい！“知らないことを知る”“見極め方を知る”“優先順位を知る”

お金のこと　**土地のこと**　**家のこと**

家づくり勉強会ではこのようなことを学べます

住宅ローン
住宅ローン選びで1000万円も差がつく!
賢い住宅ローン選びは?

気候
宮崎に合わない家
（宮崎で絶対に造ってはダメな家とは？）

土地
不動産取引で失敗してしまう人の
傾向とは

基準
その基準で大丈夫?
先進国で最低基準の日本の住宅

予算
トータル支出で考えていますか?
家の予算+光熱費+修繕費

素材
住んでからでは遅い!素材選びの重要性
（長持ちすること、身体に優しいこと）

耐震
耐震等級の落とし穴
（強い家と弱い家の見極め方）

重要
家づくりで後悔しないために
知っておきたい７つの基本

2021年までに約3000人の方が参加し、全員が「参考になった」と回答!

応力度計算など非常に参考になりました。
安さや見た目を重視していましたが この講演を聞き そうではなく
様々な観点から家造りについて考えることの大切さが分かりました
T様（30代）

今日のお話を聞けて本当に良かったです。
知らなかった事が多過ぎて、今回の話を聞かずに
家づくりをしていたら…と思うと恐ろしいです
K様（30代）

KidsRoom
キッズルームあります。
お子様をお預かりする託児サービスもありますので、ぜひご家族でお越しください。※コロナウイルスの感染拡大状況によっては、ご利用できない場合がございます。詳しくはお問い合わせください。

ご夫婦でのご参加を推奨いたします。

「これから家づくりを…」と考えているご家族のために開催しますので
建設業関係者様のご来場はお断りさせて頂いております。

主催　JHRYA
一般社団法人
日本住宅取得応援協会

電話又はQRコードよりお申し込みください
0120-610-250
受付時間10:00～18:00 火曜日休止

女性のためのマネー講座

お金の貯め方&増やし方

～はじめての資産運用術～

初開催決定！

参加費無料

開催日時　※第1部・第2部は同じ内容です。ご都合のよい方へご参加ください。

9月17日(土)

第1部　10:00～11:45

第2部　13:30～15:15

ウイルス対策を十分に講じて開催いたします

※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、オンライン開催となる可能性がございます。

定員

第1部　第2部　各15名様

各回ともお申込み多数の場合は抽選となります

応募締切　残りわずか!

9月5日(月)まで

9月12日(月)までに結果をメールかお電話にてお知らせいたします

講師

ファイナンシャルプランナー
ライフプランPARTNERS株式会社
東 弘樹 氏

金融教育を受けていない私達に寄り添った、お金の守り方・備え方・育て方に関するマネーセミナーが大好評。みなさんがイメージとして持つ、それぞれの「理想の幸せな人生」を送るために、「今」と「将来」、どちらにも役立つお金の知識と情報、基本的な考え方などを分かりやすく教えてくれる人気講師です。

＼参加者全員にお土産付き／

本誌でも大人気！『プーラビーダ都城店』の話題のシートマスクとオリジナルコーヒーのギフトをプレゼント♡

※オンライン開催の場合、お土産は後日郵送いたします。

会場　都城まちづくり株式会社 未来創造ステーション会議室1
都城市中町16–15　都城市立図書館2階　駐車場無料

お申込み お問合せ

きりしまフォーラムのホームページまたはQRコードからお申込みください。
抽選結果は、メールかお電話にて通知させていただきます。
※金融関係会社の方や営業的な情報収集など、セミナー目的以外のご参加はお断りしております
※お申込みいただきました個人情報は本イベントのみに使用し、第三者に開示することはありません

http://kiri-fo.net
【お問合せ】きりしまフォーラム
TEL.0986-26-5836　mail:info@kiri-fo.net

【個人情報のお取扱いに関して】本セミナーはアクサ生命保険株式会社からの依頼により、きりしまフォーラムが集客し、アクサ生命保険株式会社が開催いたします。ただし、参加者の受付登録・参加情報管理につきましては、きりしまフォーラムが責任を持って行います。

主催／アクサ生命保険株式会社　東京都港区白金1-17-3　NBFプラチナタワー　企画協力／株式会社国際通信社 霧島事業部 きりしまフォーラム　登録番号：AXA-C-220706/847-501

りつが『都城看護専門学校』のオープンキャンパスに密着!!

本誌でもおなじみ『都城看護専門学校』で、7月30日にオープンキャンパスが開催されました。看護の仕事に興味を持っている学生とその保護者、社会人まで幅広い世代の方が会場に足を運んでいました。

まずはじめに、学校の歴史や看護学科ならではの授業、気になる学費について先生からお話がありました。自分のペースに合わせて学べるところや、地域の医療機関と連携しているため、充実した実習を行うことができるところなど、メリットが満載。

学校に関する説明を聞いた後に、二手に分かれ「准看護師科」2年生の案内で校内見学へ。建設されて、およそ3年半が経った校内は、白が映えて解放的な印象でした。そして実習に使われる教室内には、実際の病院と変わらない道具やベッドがずらり！　中には、患者さんを模したリアルな人形もありました。

体験実習では、在校生指導のもと、人形を使った脈拍と呼吸の計測などを実施。ほぼすべての疾患を再現できるかなり高性能な人形に驚きました。りつも聴診器を使った、呼吸音の聞き比べを実際に体験。異常時はヒューヒューと風が抜けるような「笛性音」や、チリチリと音を立てる「捻髪音」といった音が鳴り、違いを実感。目で見ただけでは分からない身体の異常もあるのだと改めて考えさせられました。

そして最後に、「座談会」も。在校生が入学しようと思った理由や入試に向けたアドバイス、病院勤務のメリットといった学生さんならではの貴重な話を聞くことができ、終始和やかなムードで閉幕となりました。

最初はどこか緊張感のある雰囲気に硬い表情の参加者達でしたが、在校生との交流により、時折笑顔も見られ、緊張がほぐれていった様子がうかがえました。

先生は、「やる気がある時が学ぶタイミングであり、そこに年齢は関係ないです」と熱い思いを語ってくださいました。在校生の中には、60代の方もいらっしゃるそうです。年々、社会人の学生は増加傾向にあり、いい意味で周りにも影響を与えているのだとか。その点も学校のよさと言えるのかもしれません。

10月8日に、今年最後のオープンキャンパスが開催されます。充実の内容となっているので、少しでも興味のある方は、ぜひ行かれてみてはいかがでしょうか？

■取材協力／
都城看護専門学校
☎0986—22—0711

年に一度の決算大セール実施中!!
全メーカー常時60台以上展示中!

全商品80%～10%OFF
展示品他 在庫処分!
来店大特価

下取り&値引きキャンペーンも同時開催!

9月の手作り教室 完全予約制
タタミのへりバッグ 1,000円(材料費込)
詳しくはお問合せください!

修理・見積り無料!!
点検調整500円より
どのメーカーもOK!

みしん市場 都城妻ヶ丘店
☎0986-46-3342
住所／都城市妻ヶ丘町15-12
営業／9時～18時
定休／なし

プロのファイナンシャルプランナーが
あなたの夢を実現できるよう完全サポート!

住宅ローンなどの返済、教育資金、保険見直し、老後設計etc.
どれか一つだけを対策していてもダメ!!
すべてをカバーできるようなプランニングが必要です。

- 保険見直し相談
- 住宅ローン相談 フラット35 正規代理店
- ライフプランニング作成
- 積立NISA・iDeCo
- 年金・老後資金

新型コロナウイルス感染対策!
生命保険の見直しはお済みでしょうか?
コロナに感染すると最大で30万円が受け取れる保険が登場!!
ぜひ、ご相談ください。

ひとと暮らしをサポートする
有限会社
C&H
☎0986-23-1341
都城市中原町1街区10号
(宮銀妻ヶ丘支店向かい側)
https://c-h-fp.com

AFP2名在籍
C&Hの紹介動画はコチラ!

土持歯科医院
Tsuchimochi Dental Office

TEL.0986-25-8148
都城市上川東1-18-10
詳しくはこちら

長期優良住宅 床下エアコン 小屋裏エアコン
セルロースファイバーが大好評!

安心の標準仕様
「耐震等級3」「断熱等級6」
「省令準耐火仕様」

家づくりセミナー 完全予約制
9/11(日) 10:00-15:00
会場:エヴァホーム常設展示場
セミナー参加者は、建築途中の現場を見学できます。
ご希望の日時をお知らせください。

自然素材をいかしたママが主役の家づくり
エヴァホーム 検索
充実のHPもご覧ください
予約受付中 ※事前予約をお願いします
いつでも見学できる 常設展示場

大正15年創業 一級建築士事務所 エヴァブレイン
EVAH エヴァホーム
TEL 0986-22-3242
【浅井建設兼展示場】都城市平江町25-11

ホテル中山荘 ビアガーデン 海の幸まつり開催!

9月19日(月・祝)まで

毎年、お客様満足度の高い『中山荘』の「海の幸まつり」! 大好評につき、今年もビアガーデン期間中に開催されます。

9月解禁となる伊勢海老はもちろん、新鮮な海の幸を、「これでもか!」と味わえる嬉しいコースが、驚きの価格で堪能できますよ♪ 期間限定で提供される「宮崎の海の幸」を、ぜひご賞味ください。

また、開放感溢れる屋上ビアガーデンも絶賛営業中! 都城の厳しい残暑を、冷たいビールと絶品の焼肉で、乗りきりませんか?

新型コロナウイルス感染予防対策を実施しているので、安心してお楽しみください!

お一人様 7,000円 ※飲み物代別

- ◆焼物 伊勢海老・サザエ・イカ・その他
- ◆伊勢海老と刺身の盛り合わせ
- ◆小鉢 ◆副菜
- ◆汁物 伊勢海老のお味噌汁
- ◆ご飯 ◆香の物

テイクアウトもしています!

■問合せ／ホテル中山荘
☎0986-23-3666
※P7もご覧ください

自然素材を使った「省エネ住宅」のヒミツを調査!

「手の届く価格で、自然素材の家づくり」が人気を博している『エヴァホーム』の浅井社長に、「省エネ性能」の高い家づくりについてお話を伺いました!

今、家づくりにおいて重要視されている「省エネ性能」。省エネには欠かせない断熱材にも、こだわりが! 性能が高く身体にも優しい「自然素材の断熱材・セルロースファイバー」を使用。結露しにくい住宅なら、アレルギーの元になるカビ・ダニの発生を防ぐことができます。

また、以前から力を入れている「床下エアコン・小屋裏エアコン」は、電気代を抑えながら各々のエアコン一台で、家中どこでも、夏は涼しく、冬は一番寒い早朝も暖かく過ごすことのできる設備です。今でも、多くのお客様に喜ばれているそう。

必須である「耐震性能」にも強いこだわりが! 「耐震等級3」はもちろん、耐震の基本となる地盤調査も、さまざまな面から行ってくれます。

こちらでは、「耐震等級3」「省令準耐火」「断熱等級6」が、標準装備された住まいが驚きの価格で建てられます。「家族の安全と健康を第一に考えながら、使い勝手とデザイン性を兼ね備えた住宅を提案させていただきます」と、笑顔の浅井社長。ぜひ、相談に行かれてくださいね。

■取材協力／エヴァホーム
☎0986-22-3242

令和4年度 曽於市自主文化事業

今、日本人として
唄わなきゃいけない歌が
ここにある。

昭和の時代を今に唄い継ぐ、昭和生まれの平成育ち

東京大衆歌謡楽団

コンサートinそお

10月30日(日)
開場 13:30　開演 14:00
曽於市末吉総合センター

チケット料金／
お一人様　2,500円(全席指定)

■主催／曽於市・曽於市教育委員会
■主管／一般財団法人まちづくり曽於
■制作／協愛株式会社

8月31日(水)販売開始

お問合せ
一般財団法人 まちづくり曽於
☎ 0986-76-7100
曽於市末吉町諏訪方8127
(曽於市末吉総合センター内)
電話受付 9:00〜17:00(毎週月曜日休館日)

注文住宅 完成見学会

山之口町

9/18(日)・19(月)
10:00〜18:00

カーナビでお越しの方は
都城市山之口町花木2577-8と入力してください。

新型コロナウイルス感染予防対策をしてお待ちしております

(有)ワダハウジング TEL.0986-24-6162
都城市東町7街区2号　ワダハウジング　検索
いつでもご案内いたします。気軽にご連絡ください！

マンチカン専門ブリーダーショップ OPEN

血統書付きマンチカンのみをお取扱い。
ビデオ通話越しで対面して、かわいさをご確認いただけます。
ワクチン・マイクロチップ込みでのお渡し。

短足でヨチヨチ
歩く姿はCute♡

一部マンチカンは
特別価格にてお譲りいたします♡

LINEからも
お問合せいただけます♪

キャットブリーダー Lily
TEL 080-5789-2020
北諸県郡三股町新馬場4-2

ドローンによる農薬・肥料散布ならお任せください!!

稲への防除作業の定番に
重いタンクや長いホースを使用することなく、足を踏み入れにくい場所でも上空から農薬散布が可能。
紋枯病・いもち病・カメムシ類などの防除効果も！

ドローン散布の利点
・複数のプロペラにより、根本や葉裏にまで確実に散布。
・従来のヘリに比べ、高い静音性・安定性・安全性。
・低空飛行により、農薬飛散を最小限に。

一部野菜にも空中散布可
【対応野菜例】
サツマイモ・タマネギ・ジャガイモ・大豆

ドローンによる屋根調査も
実施中!!　3,000円〜

株式会社 ウエルネス　都城市北原町32-23
090-9659-0868(担当:長谷川)
詳細はHPをご確認ください

大好評　Beer Garden

9/19 MON 祝 まで

屋上ビアガーデン営業中!!

17:30-21:30
[L.O.21:00]

1時間30分
飲み放題!

セットメニュー ＋ フリードリンク
お一人様 4,200円

プラス別料金 & 2日前までの要予約で
特上焼肉セット 海鮮セットもご用意OK!!
詳しくはお問合せください!

海の幸まつりも同時開催!

9月解禁!　伊勢海老満載コースをご用意しています!

フードメニューも豊富に取り揃えています！

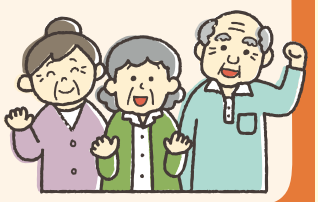
鶏ハラミ炭火焼き(100g)	600円
鶏モモ身炭火焼(100g)	600円
手羽餃子(3本)	600円
梅しそ巻き(3本)	400円

インスタグラム
最新情報をお届け!!
ホテル中山荘*LUCEのインスタグラムはこちら。

フロントにて
お得な前売り券を販売中!!

ホテル 中山荘 * Wedding Guest House LUCE
☎ 0986-23-3666　都城市松元町3-20
詳細はホームページをご覧ください。　ホテル中山荘　検索

フォーラム シニアライフ通信
Forum Senior Life News Letter



特集

可能な限り「自分でできる」を支える 福祉用具ってどんなもの？

病気やけが、加齢により、今までできていたことができなくなることがあります。そんな時に検討したいのが、福祉用具の利用です。本稿では『マキタ福祉用具レンタル事業所』の方へのインタビューを交え、福祉用具の役割や利用方法についてご紹介します。

介護保険の福祉用具とは

福祉用具とは、高齢者や障がいのある人たちの日常生活動作やリハビリをサポートする用具のことを指します。例えば、車いすや介護ベッド、歩行補助杖などがそれにあたります。要支援・要介護認定を受けている人であれば、介護保険で福祉用具を原則1割負担（所得によっては2割～3割負担）でレンタル・購入することができます。介護保険制度では、利用者の身体状況などの変化に応じて適切な用具に交換できるよう、レンタルが基本となっています。ただし、利用者の肌が直接触れるもの、例えば入浴補助用具やポータブルトイレなどについては「特定福祉用具」と呼ばれ、販売対象となっています。また、要介護度によって、利用できる用具は異なります。

福祉用具の役割

福祉用具は、介護が必要な人の安心・安全な生活を支え、自立した日常生活を送れるよう支援すること、そして介護者の負担を軽減することを目的としています。福祉用具により自分でできることが増えれば、利用者の自信や意欲を引き出し、生活の幅も広がります。ここで重要なのが、今ある能力を最大限に活かしつつ、能力の維持や向上に役立てるような利用を念頭に置くこと。「便利・楽」という理由で安易に利用すると、かえって自立を阻害しかねないので、注意しなければなりません。

福祉用具　利用までの流れ

介護保険で福祉用具を利用するためには、要介護認定を受け、ケアプランを作成してもらう必要があります。その後、ケアマネジャーに相談し、福祉用具を扱う事業者を選びます。そして事業所に所属している福祉用具専門相談員と面談し、福祉用具を選定。利用計画を立て、利用者が納得すれば、契約・利用開始となります。

介護保険には要介護度別に1カ月あたりの利用限度額が決まっており、その範囲を超えたものに関しては全額自己負担となります。そのため、他の介護サービスとの組合せの中で、限度額に応じた福祉用具をレンタルする必要があります。なお、特定福祉用具の購入については別枠で上限額（1年間で10万円）が設けられています。特定福祉用具は都道府県の指定事業者からの購入でなければ介護保険の対象とならず、全額自己負担となるので注意してください。

ここまで福祉用具の概要について説明してきました。ここからは、実際に福祉用具を取り扱っておられる『マキタ福祉用具レンタル事業所』さんにインタビューを行いましたので、こちらもぜひご覧ください。

★スペシャルインタビュー
『マキタ福祉用具レンタル事業所』の 兒玉さん、川﨑さんにお話を伺いました

――お二人は福祉用具専門相談員とのことですが、具体的なお仕事内容を教えてください。

（兒玉）私たちの役割は、他の介護専門職の方々と連携しながら、利用者さん一人ひとりにあった福祉用具を選ぶお手伝いをすることです。たとえば歩行器ひとつとってもさまざまな種類があるので、面談などを通じてご利用者さんのご要望や生活環境、リハビリ状況などを踏まえ、適した福祉用具をご提案します。そして、ケアプランをもとに福祉用具サービス計画を作成し、ご利用者さんにご説明します。ご利用開始後も定期的にご自宅を訪問し、福祉用具の点検や使用状況の確認などを行います。

福祉用具専門相談員
兒玉 拡諾

――介護が必要な人にとって、どの福祉用具を使えばいいのか判断するのは難しいですから、福祉用具のプロに相談に乗ってもらえるのは安心ですね。

（兒玉）そう思っていただけると幸いです。とくに、はじめてご利用される方にとっては、福祉用具の利用は少しハードルが高いと感じる方もいらっしゃいます。ですから、月並みな言葉になりますが、安心してご利用いただけるように、人一倍丁寧に対応させていただくように心がけています。丁寧な対応を通じて、利用者様の不安を取り除くことも私たちの大切な仕事です。福祉用具は、誤った使い方をすると事故やけがの恐れもありますから、正しく安全にご利用いただくために、最初だけでなく、定期的なモニタリングの際にも使用方法を確認しています。担当者会議なども含め、年に4回はご訪問するようにしていますし、もちろん、お困りのことやご不明点があれば、その都度伺っています。

福祉用具プランナー
川﨑 智博

――とても親身に対応されていることが伝わってきます。福祉用具のご説明やご提案の際に、どのようなことを心がけていらっしゃいますか。

（川﨑）傾聴することでしょうか。真摯にお話を伺い、さまざまなお言葉の中から大事なことを汲み取っていくように心がけています。そのために、利用者さんとのコミュニケーションも大事にしていますね。気軽に話してもらえるような関係性を築くことは重要だと感じますし、世間話を交わす中で「そういえばこんなことに困ってて……」と、改善のヒントを得られることもあります。そうして信頼関係を深めていければ、さらによりよい提案もできると思いますから。

――信念を感じるお言葉です。利用後のアフターフォローにも注力されているのは、利用者さんにとっても安心でしょうね。

（兒玉）福祉用具は機能改善につながることもありますが、一方で福祉用具に依存してしまうようなケースもあります。使っているうちに、現在の身体の状況と合わなくなってくることもままありますので、経過観察もとても重要と感じています。こまめにケアマネジャーやセラピスト（理学療法士や作業療法士など）の方々と相談し、福祉用具が現状に適しているかを適宜見直す必要があります。今は福祉用具もさまざまな機能・種類の製品があるので、その時々の身体状況や目的に応じた用具を活用することが、快適で自立した生活の実現につながるのではないかと思います。

――本日は貴重なお話をお聞かせいただき、ありがとうございました。

■取材協力／
マキタ福祉用具レンタル事業所
TEL 0986-24-6598

RMG
Renge Medical Group

あなたの「楽しい」を仕事にしてみませんか？

あなたの働きやすいスタイルがきっと見つかる！

いろいろ 介護のお仕事スタッフ募集中

住宅型有料老人ホーム フォーラム三股

営業（正社員）
【月給】180,000円～　※インセンティブ手当あり
【必要資格】なし　【勤務時間】9:00～18:00（実働8時間）
【休日】週休2日制 年間休日107日　【採用人数】1名

積極採用！

経験・スキルは問いません。意欲重視の採用です！
【異業種からの方も活躍中です】
◎飲食店や販売での接客経験が活かせます♪　◎介護関連の仕事に興味がある方大歓迎！
◎介護の経験を活かして、違った職種にチャレンジしたい方など……

ケアマネジャー（正社員）
【月給】250,000円～　【必要資格】介護支援専門員（ケアマネジャー）
【勤務時間】8:00～17:00 or 9:00～18:00（実働8時間）
【休日】週休2日シフト制 年間休日107日　【採用人数】1名

訪問ヘルパー（パート）
【時給】880円～　【勤務時間】8:00～18:00の間で4時間以上
【必要資格】初任者研修修了者
【休日】シフト制 応相談　【採用人数】2名

介護事務（パート）
【時給】830円～　【勤務時間】9:00～18:00の間で4時間以上
【必要資格】なし　【休日】シフト制 応相談　【採用人数】1名

住宅型有料老人ホーム フォーラム三股
宮崎県北諸県郡三股町大字宮村2786-2
☎0986-36-7891

デイサービス ぽっぽフォーラム

機能訓練指導員（正社員）
【月給】190,000円～　【勤務時間】8:30～17:30（実働8時間）
【必要資格】柔道整復師・理学療法士・作業療法士 ※左記のいずれか
【休日】週休2日シフト制 年間休日107日　【採用人数】2名

point ぽっぽフォーラムのいいところ
1. 土曜・日曜日固定休み！しっかり休んでプライベートも充実。残業も月平均1時間程度です♪
2. 介護の世界に飛び込みたい！　無資格未経験者大歓迎♡ 学びの環境が充実しています！
3. 福利厚生が充実!!　資格手当はもちろん、昇給あり♪　働きやすい会社です！

9/7(水)10時～ 会社説明会を開催いたします！
会場 ハローワーク都城2階
お申込み不要！お気軽にご参加ください！

ぽっぽフォーラム（デイサービス）
宮崎県北諸県郡三股町大字宮村2774-29
☎0986-58-8708

イオン都城ショッピングセンター内 デイサービス遊癒で健康寿命をのばそう！

本誌でもおなじみの『イオン都城ショッピングセンター』の2階に誕生した、新しいカタチの『デイサービス遊癒』に行ってきました！

これまでのデイサービスのイメージが覆されるような清潔感溢れるオシャレな作りにビックリ！

中へ一歩入ると、ゆったりとくつろぐことのできる広々としたサロンスペース。また、ジムさながらのマシンも充実していました。高い天井と、壁一面が窓になっており、とにかく心地よさと解放感が抜群です！

こちらでは、「楽しさと元気づくりを一つに」をコンセプトに、要介護や要支援認定がなくても利用できる「総合事業」の介護予防サービス「元気アップデイサービス」に力を入れています。今は介護の必要はないけれど、体力の衰えに不安を感じているという方が、要介護状態に陥らないように、生活機能の維持と向上を目的とした取り組みです。

「元気アップデイサービス」の利用方法

対象者は65歳以上の方。『地域包括支援センター』へ相談し、基本チェックリストを作成。その後、『デイサービス遊癒』にて、介護予防ケアマネジメントを作成した後に、サービス利用がスタートとなります。手続きが面倒と思うかもしれませんが、こちらに相談すると、丁寧に利用までの手続きを案内してくれるので、安心ですよ。

マシンの特徴

通常のジムのマシンとは異なり、「無理なく運動したい」という高齢者をサポートするマシンです。使う人の筋力に応じた負荷で、筋肉・関節の損傷リスクを低減して筋力アップが叶います。利用者様の体調について把握しているスタッフと一緒に運動できるので、とても心強いです。

実際に、要介護状態となり10年が経過すると約1000万円以上の費用が必要になると言われています。そうならないためにも、体の衰えの原因と言われる「筋力の衰え」を、日頃から鍛え、「健康寿命」を伸ばしていきたいですよね。

また、こちらでは、『イオン』内という立地条件もあり、個別機能訓練として「買い物ができるようになる」という目標を掲げることもできます。ぜひ一度、遊びに行かれてくださいね。

■取材協力／デイサービス遊癒
☎0986―36―7872

株式会社ソートフル
代表取締役
廣瀬美奈子
「その人らしく生きる」を支えるため、さまざまな介護施設を運営

利用料金

送迎もありますよ!!

元気アップデイサービス
・送迎なし 3時間　1回400円
・送迎あり 3時間　1回494円

65歳以上の通常利用もOK!
・1回 1時間 500円
・フリーパスチケット 1カ月5,000円

さまざまなプランがありますので気軽にご相談ください!!

つら～い農薬散布に別れの兆し!?
ドローンを使った農薬散布を激写！

ドローンによる農薬散布の現場に同行させていただきました。この日は絵に描いたような青空で、空と芋畑の緑がなんとも美しいコントラスト。

実際に見かけることは何度かあったものの、間近で見るのは今回がはじめての農薬散布用のドローン。そのサイズは、プロペラまで入れると迫力満点の2m以上!! こんなに大きな機体がコントローラー1つで動きます。

農薬散布で使われる薬剤にはさまざまな種類があり、依頼主の方と相談を重ねた上で、数種類をブレンドしたものを使用。そうすることで、より望む効果が得られやすくなるそうです。

薬剤を入れたタンクをドローンに付けたらすぐに発進……ではなく、その日の風速も大きなポイントとなります。風が強すぎるとドローンの安定した操縦が難しくなり、農薬が均等に散布できなくなるなどのデメリットが生じます。そうした点を防ぐために、操縦前は風速計で強さを確認した上、基準となる風速3m以下の場合のみ離陸を実行します。

自分の手で行う農薬散布は重いタンクを背負い、散布を終えるまでかなりの時間が……。それと比較してドローンで行う農薬散布だと1万平方メートルの広大な面積でもおよそ15分で散布が完了します！ ドローンの力恐るべしです。農薬の準備・ドローンの離着陸ともに終始丁寧な作業で、お客様と農作物へのまごころを感じられました。特に今年は暑い日が多く、まだまだ残暑も続きそう。長時間の外作業は熱中症の危険も伴うので、安心できるプロに任せてみてはいかがでしょうか？

『ウエルネス』では、ドローンを使用した屋根調査も行っています。目視で確認することが難しい屋根の状態を、自分の目で手軽に確かめることができますよ。悪徳業者による高額な住宅のリフォーム代金請求被害を防ぐ、一つの手立てとしても今後注目です！

お見積もりしていただけるので、気になった方はぜひ一度お問合せしてみてください。

■取材協力 ㈱ウエルネス
☎0090―9659―0868

Recruit

未経験者大歓迎！

きりしまフォーラム
広告コーディネイター、プランナー募集！

- 職種：広告コーディネイター、プランナー
- 雇用形態：正社員
- 業務内容：広告営業、取材、記事作成 等
- 条件：40歳以下、要普免（AT限定可）
- 月給：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：8時～17時
- 勤務地：都城市一万城町99-9-1
- 休日：日・祝日、月数回土曜日、夏期、年末年始、GW

地域の情報を届けるフリーペーパー
きりしまフォーラム を一緒につくりませんか？

お問合せはこちら
0986-26-5836
HP
Instagram

幸せ引き寄せ術 Vol.9

「一食置き換え」で、秋も健康にスリムに!!

今年の夏も暑かったですね。食欲も減って痩せた方もいらっしゃれば、逆に「食べてないのに痩せなーい！」と言う方も多いのでは!?

年齢を重ねてくると筋量も減り、どうしても代謝が落ちてしまいます。また、女性は更年期になると、女性ホルモンが減少することで、内臓脂肪がつきやすくなるのです。年齢を重ねるごとに「食べ方」や「食べるもの」を変えることは必須で、残念ながら昔と同じように食べていては、痩せる要因はないのです。

そこで大人のダイエットは「質」×「量」×「意識」がポイント！ 例えば「一食置き換え」で、栄養価の高い野菜スープやスムージーなどにしてみるのはどうでしょう？ どうしても飲み物では落ち着かない方は、玄米おにぎり＋梅干しなどでもOK!（この場合、白米やおかずはNG）

まずは、限りある量をゆっくりと味わって飲む（よく噛んで食べる）ということを意識しましょう。置き換えダイエットの目的は、そもそもの食事量を減らしたカロリーダウンもですが「まだ足りない」「まだ食べたい」と、口に運ぶその欲から「足るを知る」という、少量でも「食べられること」自体が幸せなのだと気づくことに意味があります。次の食事が嬉しく待ち遠しくなると同時に、感謝で心が満たされるようになると、お腹も満たされて自然にサイズダウンに繋がるはずですよ！

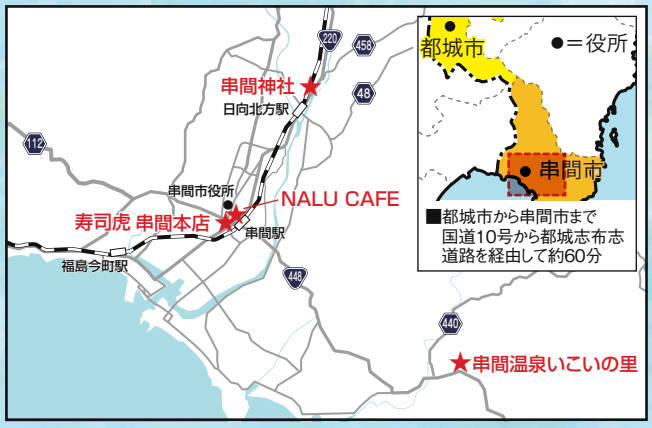
山元 幸代 先生

㈱ARCUS代表取締役／㈳日本ティーコンシェルジュ協会 宮崎校校長
ヘルス＆ライフマネジメントコーチ／自然療法士
癒住食のライフデザイントータルハウス Bio works 経営

小・中学校や自治体、企業など、さまざまな場所で食やライフスタイルについての講座を開催。暮らしを通して心と身体を整えながら毎日楽しく幸せに過ごす方法を、子どもから大人まで多くの人に伝えている。

ヘルスコーチング（健康相談カウンセリング）のご予約も受付中です。
完全予約制のため、詳しくはお問合せください。
お問合せ：㈱ARUCS tel.090-1922-4598 HP https://bioworks.life

過去の情報閲覧とカウンセリングのご予約はこちらから



串間神社

宮崎最南端の地、串間市に鎮座する『串間神社』へお参り。取材当日は、ひまわりが咲いている華やいだ境内を、権禰宜の岩下尊祐さんに案内していただきました。こちらでは、主祭神をはじめとする十三柱の大神様をお祀りしています。主祭神は彦火火出見尊（ひこほほでみのみこと）、別名「山幸彦」。「浦島太郎」のお話の元になったと言われている神様です。

秋の大祭 例大祭

2022年
11月13日(日)
14日(月)

春に五穀豊穣の祈りを捧げた後の、その年の収穫や氏子地域の無事をご報告するお祭りで、一年のお祭りの中で最もご祭神にゆかりのある神事です。
夜の美しく幻想的な雰囲気の中、感謝のしるしとして巫女舞や獅子舞、和太鼓を奉納し、神社氏子の息災、隆昌、弥栄を祈念するお祭りです。当日は、飲食などのさまざまな出店もあるそう♪

御祭神
彦火火出見尊（ひこほほでみのみこと）
外十二柱
主祭神のほか、12柱の神様をお祀りしています。
女躰大明神（豊玉姫神）・神花大明神・初熊大明神・泊柱大明神（猿田彦命、速秋都姫命）・勿躰大明神・聖大明神（点香兒山命）・歳大明神（倉稲魂命）・篠大明神・上津杖大明神・下津杖大明神・杖立大明神・児之御前

岩下さんが保つ、季節ごとの美しい景観に感動♪ ゆったりとした時間が流れるスポットで、心から癒されました。

御朱印

押印されている大根は、拝殿にも彫刻されている「五穀豊穣」のご神徳を象徴。五穀豊穣の信仰は日々の生活の安泰と繁栄を願う信仰にも結びついているそうです。根を太く深く張る大根のように、日々の生活にいっそう実りが生まれることを願って描かれた御朱印です。夏季限定のひまわりが美しい御朱印は、9月30日まで授与されていますよ。お見逃しなく!

御朱印をご希望の方は、お電話またはLINE公式アカウントから、事前連絡すると確実にいただけます!

（神社内での祭に関して）
✆0987-72-2442
（御朱印・SNSに関して）
✆0987-67-5199
串間市串間1410

NALU CAFE ナルカフェ

今年でオープン1周年を迎えた『NALU CAFE』。オーナー三島さんの芸術センスが光る店内とメニューは、乙女心をくすぐられるものばかり♡　かき氷のソースとしても使われるカスタードには、京都の寿恵卵を使用するなど、味にも一切の妥協を感じらないストイックさに脱帽です!　11月にはフワフワ食感がたまらないパンケーキも登場予定です♪

浜辺を連想させるテーブルも手作り! 映え写真が撮影できますよ♪

「霧島れっか水」を使用した氷を、絶妙な丸みを帯びたフォルムに丁寧に削って作られます。かき氷特有のキーンとなることもなく、想像以上のフワフワ食感を堪能できます♪　外側だけでなく内側にも、美味しくなる工夫が施されていますよ。

✆080-5366-4932
串間市西方5497-1
営業／11:00～17:00
定休／月・火・水曜日

店舗イチオシ!

とろけるピスタチオ氷

濃厚なピスタチオクリームとマスカルポーネに、自家製のラムレーズンのアクセントが光る大人に食べていただきたい逸品♡

あなたはどっち派?

シャインマスカットを使用した期間限定メニュー

シャインマスカットと梨のぜいたく氷

旬のシャインマスカットとぶどう、梨をふんだんに使用!　濃厚なヨーグルトソースと果実の爽やかな組み合わせがso good♪

たっぷりシャインマスカット氷

シャインマスカットがギュッと詰まった色鮮やかなかき氷。さっぱりシロップと濃厚なレアチーズクリームが果実の甘さを引き立てる、まるでケーキのような仕上がり!

フォーラムがプロデュース!!　日帰りぶらり旅

名所満載！　大人のプチドライブ旅

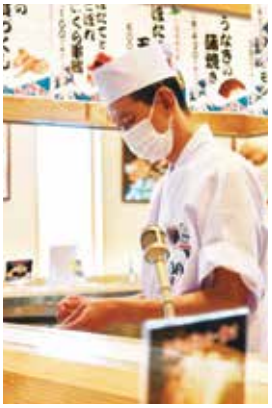
串間市特集！

『道の駅くしま』のオープンによって、さらなる発展の兆しを見せる串間市。
大人がゆったりとした休日を送るのにピッタリなスポットが満載です。
海風を感じながら、ココロ洗われるひとときをお楽しみください♪

※新型コロナウイルスの影響により、掲載施設・店舗が営業休止になったり、イベントが中止になったりする可能性がございます。お出かけになる前にあらかじめご確認くださいますよう、よろしくお願いいたします。

寿司虎 串間本店

昨年5月に、『道の駅くしま』内に移転オープンした『寿司虎 串間本店』。入口の壁には、昭和28年に立ち寿司屋として開店した『寿し虎』から、現在の『寿司虎』までへと続く変遷がつづられていて、70年続くお店の伝統を感じることができます。広々とした美しい店内は、家族連れに人気のボックス席が充実。今も昔も、老若男女を問わず、多くの方に愛されているお店です。



鮮度のよい魚介類を丁寧に下ごしらえして作られるネタを、受け継がれた技術によって握られるお寿司はどれも絶品。定番人気はもちろん、季節によって変わるメニューも豊富で目移りしてしまいます。取材時は、毎年大好評の「北海祭り」期間中で、北海道湧別産の旨味が凝縮されたプリプリの生ほたてや、北海道厚岸産のつぶ貝をいただきましたよ!

9月8日まで
北海祭りを
『寿司虎』全店で
開催中!!
残りわずかなので、ぜひ足を運んでくださいね!

✆0987-72-1427
串間市西方5503-1（道の駅くしま内）
営業／
[昼の部]11:30～14:30(最終入店14:00)
※土・日・祝日は15:30(最終入店15:00)まで
[夜の部]17:00～21:00(最終入店20:00)

寿司虎 串間本店　人気メニュー

1 炙り焼きサーモントロ
脂ののったサーモントロを岩塩で直火焼きにして仕上げられた逸品。生では感じられない、深いコクと旨味を最大限に楽しむことのできる一皿です。

2 九州獲れ！ 活〆真鯛塩レモン
活きたまま直送され、店内で調理される鮮度抜群の近海獲れの真鯛！　ほんのりとした甘みとほどよい脂を感じる美味しさを、虎の塩レモンが最大限に引き出してくれます。

3 本マグロづくし
本マグロの赤身、中トロ、大トロを一緒に楽しむことができる贅沢な一皿。マグロ好きの方には、ぜひ堪能して欲しいメニューです。

9月9日より開催予定
海老祭り!!

副店長の西迫さんが心を込めて握ってくれるお寿司は、どれも最高の美味しさ！幸せな瞬間でした♪

串間温泉 いこいの里

入浴はもちろん、宿泊やお食事もできる『いこいの里』は年齢に関係なく多くの方から人気を博しています。店内を流れる川には、大きな鯉の姿も!なんとも落ち着いた雰囲気にリラックスしてしまいます。
9月は旬の伊勢海老を使用したメニューも解禁されるので、伊勢海老が好きな方はぜひ行かれてみてください♪

通称「美人の湯」としても知られるこちらの温泉。美容効果のある「炭酸水素イオン」の含有量は、なんと全国平均の3倍以上もあります！　この数値は全国で2、3番目に大きい値なんだとか。これはかなりの美肌効果が期待できそう。つるすべ肌になりたい方は実際に入浴して、体感してみてください♪

串間活〆ぶりプリ丼ぶり 1,100円

串間市といえばこれ！　新鮮なぶりをふんだんに使用した、「串間活〆ぶりプリ丼ぶり」も味わえます。その名の通りプリプリのぶりがご飯にベストマッチし、箸が止まらなくなってしまう恐るべき逸品です。

9月のオススメ
伊勢海老のコース
※価格や提供時期についてはお問合せください。

人気宿泊プラン

まったり過ごすならこれ！

和風で落ち着いた雰囲気のお部屋で大切な方と至福のひとときを……。

内風呂付きのお部屋で、人目を気にすることなくくつろげますよ♪

1日3室限定
内風呂付き客室
1泊2食付き　13,500円～

✆0987-75-2000
串間市大字本城987
営業／7:00～22:00(入浴最終受付は21:30まで)
定休／第3水曜日

体表面温度監視カメラシステム

TEMP EYE-L

（モニターレコーダー付き体表面温度監視カメラ＋三脚）

主な機能

-体表面温度を自動認識、 設定温度を超えるとお知らせ、画面表示
（異常検出温度は37.3℃　誤差±0.3℃、周辺温度15～35℃）
-７インチスピーカー付き液晶モニター
-2メガ高解像度カメラ
-日本語音声ガイダンス
-OSDメニューで各詳細設定が可能
-認識速度約1秒、 検知距離約５～10㎝
-SDカード（別売）挿入により映像記録が可能（32GB ~256GBまで対応）
録画目安：約64時間（256GB使用の場合）
-画像キャプチャ機能（すべての画像又は高温持のみ選択可）
-SDカードはお手持ちのPCで記録再生可能
-連続記録、 上書き記録が可能
-AHD映像出力、音声出力、アラーム出力対応
-本体＋三脚＋ACアダプターのフルセット
-簡単組み立て、 簡単設置で即使用可能
-本体のみで壁面取付可能

画面表示・音声ガイダンス

正常検出

音声『正常です』

異常検出

音声『基準を超えています』

各部の名称

三脚なしで壁面への取付も可能(要配線)

SDカードはお手持ちのPCで記録再生可能

お問合せはこちらまで

R.O.D Respect on Demand
R.O.D 正規代理店

Cami-Logi
― カミロジ ―

TEL.090-1343-4853
E-mail:kamiyama@cami-logi.com

A 人気No.1 プレミアムダイエットコース（通常 13,800円相当） 3名様 店

全身リンパマッサージや水素YOSA、フェイシャル水素パックまで付いたトータルコースをプレゼント!! 「食事制限なしの驚きの全身痩せ」が話題のコースを、ぜひ体験してみませんか？

P28もご覧ください

★提供／YOSA PARK 甲斐元店･都北店
☎甲斐元店090-3419-2143　☎都北店080-5202-1544

B 全身マッサージ 60分 1名様 店

体内の血流を改善し、疲労回復・肩こりの緩和が期待できる人気メニュー。美肌が目指せる、垢すりエステコースもありますよ!

P27もご覧ください

★提供／霧島マッサージセンター
☎090-4348-5413
（0995-78-2419）
霧島市牧園町高千穂3878-215

C 日乃屋カレー生玉または温玉（※いずれか1つお選びください）3名様 店

「日本一カレーグランプリ」で優勝、殿堂入りした本格カレーをご堪能ください。9/2には姉妹店の横浜家系ラーメン店『龍麺家』もオープンします!

P25もご覧ください

★提供／日乃屋カレー
☎0986-77-2457　都城市東町11-23-1

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またはお手持ちの郵便ハガキ、もしくはHPのプレゼントフォームから、9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　フ…きりしまフォーラムまで取りに来る
店…お店に直接取りに行くorお店で利用

D ハッピーショコラ 400円 3名様 店

濃厚なソフトクリームに、甘さ控えめのチョコレートソースをたっぷりかけ、ナッツなどで食感にアクセントを加えた人気商品です。かわいらしい見た目にテンション上がること間違いなし♡

P25もご覧ください

★提供／夢みるくCocona
☎090-3078-1066　都城市山之口町花木2061-4

E おいげんチーズ饅頭 10個セット 3名様 店

宮崎県民なら誰もが知るチーズ饅頭。『お菓子のながくら』のおいげんチーズ饅頭（140円）は、しっとりチーズが濃厚でファンも多い逸品ですよ!

★提供／お菓子のながくら
☎0986-38-0119　都城市都北町5670

F マカロン（5個） 3名様 店

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

★提供／ミロワール
☎0986-25-1788
都城市上東町11-16

G 日向夏まんじゅう3個セット 2名様 店

日向夏を生地と餡に余すところなく使用した『菊水』オリジナルの爽やかなまんじゅう。香料無使用で日向夏本来の香りもお楽しみいただけますよ♪

★提供／お菓子の菊水
☎0986-22-2524　都城市祝吉3-12-14

おそれいりますが
63円切手を
お貼りください

郵便はがき
885－0041
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・無回答）
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/主夫・その他（　　）
会社・学校名／
フォーラムの入手先

※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。

きりしまフォーラム　9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（　　）

●今月号でよかった、気になった記事･広告とそうでなかった記事･広告を1つずつあげてください。
よかった、気になった記事･広告（　　）
興味が持てなかった記事･広告（　　）
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！

※裏面の縁をのり付けしてお送りください。あまりしっかりのり付けすると裏面が読めない場合があります。
※プレゼント応募はお1人様1枚限りを有効とさせていただきます。

国土交通大臣認定 不動産コンサルティングマスター

不動産のことで困った時、相続対策専門士のお店です。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）宮崎県宅地建物取引業協会会員
都城市大王町57-1 TEL.（0986）24-2000（代表）
http://www.e-miyawaki.jp

新築戸建
賃貸住宅

ペット飼育可
ペット料
犬1匹/2,000円
猫1匹/3,000円

ファミリー層にオススメの気配りが満載!!
ぜひ一度ご覧ください

新築 平塚町 3棟限定!!
レントハウス平塚 A棟 B棟 C棟
戸建て（貸主） 3SLDK 駐車3台
8.5万円~ 敷金1カ月 礼金1カ月
エアコン3台付など、快適な装備が満載！

人気物件のため
お早めにご連絡
ください♪

賃貸物件

松元町
Cube B
1LDK 駐車1台
4.2万円 敷金2カ月
エアコン・給湯・TVモニターフォン・カウンターキッチン・衣類乾燥機・ウォシュレット・照明

祝吉町
大田住宅
3K 駐車2台
4万円 敷金3カ月
給湯・シャワー
2019年リフォーム済み!!

都元町
賃貸アパート（仲介）
ゴールドワン 201・202
3K 駐車1台 ペット可
3.5万円 敷金2カ月
給湯・シャワー・室内洗濯機置

下川東
レクセル都城（仲介）
1SK 駐車1台
2.8万円 敷金0円
フローリング・エアコン・給湯・シャワー・ミニキッチン

オレンジ色のコンテナ 俺コン orecon

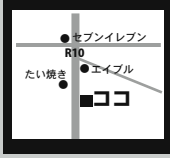
俺コン 初回お試し
1カ月無料キャンペーン!!
詳しくは『宮脇燃料』までお問合せください！

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!!

料金一覧

タイプ	面積	1カ月
1/6	約1.2帖	5,500円
1/5	約1.5帖	6,600円
1/4	約 2 帖	7,700円
1/2	約 4 帖	14,300円

アクセス

上川東ヤード


宮丸ヤード

金田ヤード

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

広告有効期限／ 2022年9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☆

●自分なりの気分転換の方法があれば教えてください。

●自分にとって「これがないと生きていけない！」という物があれば、その理由も合わせて教えてください。

物：

理由：

☆ご協力ありがとうございました。

イオン都城ショッピングセンターでの行事

★子育て相談室　相談無料
子育て中・妊娠中のお母さんの悩みや疑問に母子健康相談員がお答えします。お気軽にお声かけください。
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

★おもちゃ病院　修理代無料
日時／9月3日(土)・17日(土)　13時～16時（受付は15時まで）
場所／2階休憩所（デイサービス遊癒 横）

★おでかけエンゼル（出前子育て支援ひろば）
未就学児とその保護者を対象に、子育て相談・手遊び・遊びのひろば・絵本の読み聞かせを行います。
日時／9月20日(火)10時半～12時
※日程は変更になる場合があります
場所／2階正面入口側　エレベーター前

★アジアンマーケット
パキスタン製手織りラグ、アフガニスタンキリムなど手織りの絨毯はじめアジア各国の布物・小物雑貨・タイ衣料などを品揃えしています。
日時／9月3日(土)～8日(木)　9時～19時（最終日は17時まで）
場所／1階セントラルコート

★創作本革けいくらふと
色、柄、デザイン、サイズなど豊富に品揃え。本革の風あいをお楽しみください。
日時／9月10日(土)～20日(火)　9時～19時（最終日は17時まで）
場所／1階セントラルコート

★陶器フェア
有名陶器を品揃えしてお待ちしております。
日時／9月3日(土)～10月2日(日)　9時～19時（最終日は17時まで）
場所／1階セントラルコート

★アイデア雑貨市
家事を楽しく、お悩み解決グッズがいろいろ！
日時／9月2日(金)～11日(日)　9時～19時（最終日は17時まで）
場所／1階サービスカウンター前特設会場

★ブックバーゲン
日時／9月12日(月)～20日(火)　9時～19時（最終日は17時まで）
場所／1階サービスカウンター前 特設会場

★まちの保健室
心や身体についてのさまざまな気がかりや問題など、どなたでもお気軽にご相談ください。
日時／9月11日(日)12時～15時
場所／2階休憩所（デイサービス遊癒 横）

★令和4年度宮崎県立五ヶ瀬中等教育学校展示発表会
生徒たちの学校生活の様子やグローバルフォレストピア探求での課題研究の成果をパネル展示します。ぜひご覧ください。
日時／9月18日(日)～25日(日)（最終日は16時まで）
場所／1階休憩所（ビジュソフィア 横）

★アウトレットコスメフェア
フェイスケア・メイク用品・フレグランスなどを、お手頃価格にてご提供させていただきます。
日時／9月23日(金・祝)～10月12日(水)　9時～21時
場所／1階サービスカウンター横
■問合せ／化粧品コーナーレジ

★宮崎県赤十字献血運動（献血バス）
献血のご協力をお願いします。
※体重50kg以上の体調のよろしい方
※男性17歳から69歳、女性18歳～69歳までの健康な方など
※ただし、65歳以上の方は60歳～64歳までに献血経験のある方が対象です
日時／9月10日(土)10時～16時（12時～13時半はお昼休憩）
場所／1階レストラン街側駐車場

心体のケアと予防の両立

田中ケアラボ
TANAKA CARELABS
TANAKA PHYSIO & HEALTH CARE LABS

✓ 痛み・不調の根源的改善
✓ 痛みのない健康なカラダづくり
✓ どこに行っても治らない症状・難病にも対応

腰痛症/首・肩痛/股・ひざ関節痛/頭痛・神経痛/スポーツ障害/産後の不調など
必要な頻度で体へのケアや運動を行い、不調に悩まないより良い体の状態まで改善し、再発の予防までを目的とした治療院です。

【完全予約制】0986-77-7343
受付時間 9:00～18:00　休日 水曜午後・日曜・祝日
HP

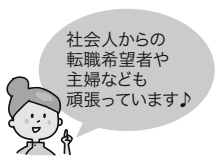
10・11月開講生徒募集！

受講科目	受講期間・時間	受講料	開講日
①洋裁科（3名募集）	6カ月（毎週木曜日）9時半～15時半	40,000円	10月6日（木）
②洋裁科（5名募集）	6カ月（隔週土曜日）9時～13時	20,000円	10月8日（土）
③手編科	6カ月（毎週火曜日）10時～15時	25,000円	10月4日（火）
④着付科	3カ月（毎週木曜日）10時～12時	11,000円	10月6日（木）
	3カ月（毎週木曜日）13時～15時	11,000円	10月6日（木）
	3カ月（毎週木曜日）19時～21時	11,000円	10月6日（木）
⑤フラワーアレンジメント科	6カ月（隔週金曜日）9時～12時	21,000円	10月7日（金）
	6カ月（隔週土曜日）9時～12時	21,000円	10月8日（土）
⑥CAD建築科	4カ月（毎週月・木曜日）19時～21時（全32回）	47,000円	10月3日（月）
⑦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（全16回）	30,000円	10月3日（月）
⑧はじめてのワード・エクセル	4カ月（毎週土曜日）10時～12時（全16回）	30,000円	11月5日（土）

※⑥⑦⑧は受講希望者が5名に満たない場合、中止いたします。

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

准看護師になりませんか！



－これまでも、これからも役に立つ一生涯の資格です－

■募集人員／45名（一次、二次、三次合計）
■修業年限／2年間
■入学試験／2022年11月12日（土）
■願書受付／2022年10月3日（月）～10月28日（金）
■受験資格／中卒以上（主婦大歓迎!）

准看護師になると……収入アップの可能性も！
准看護師になると、平均 約20万円/月
准看護師から正看護師になるとさらに給与アップ!
※都城市圏域の介護施設または病院に勤務した場合です

2019年3月 新校舎が完成!!
オープンキャンパス開催!!
新しい教室と設備を見学・体験しにみんな集まれ♪
10月8日(土)

一般社団法人 都城市北諸県郡医師会 **都城看護専門学校** 都城市姫城町8-23
TEL.0986-22-0711（医師会事務局）　都城看護専門学校　検索

★フランス総合医療（体験会）
家庭用ベッド型全身治療機の体験会です。
日時／開催中～11月30日（水）
10時～18時
場所／2階専門店CDショップ『We's』横 特設コーナー

■問合せ／（全件共通）
イオン都城ショッピングセンター
☎0986―46―2222
※詳しくはHPをご覧ください
※P30・31もご覧ください

イベント情報

★プチイベント
スキンケア体験会
ビューティアドバイザーによる秋のセルフスキンケア&濃密炭酸。
日時／9月2日（金）・3日（土）
8日（木）
13時半～14時半
場所／ビオワークス
料金／1000円（ドリンク付き）

★プチイベント　カラダのお悩み相談&試着体験会
下半身シェイプに徹底した試着会を開催します。
日時／9月9日（金）・10日（土）
場所／ビオワークス
料金／無料（美トックスハーブティー付き）

★ヨガとお茶とワタシ時間
ノスタルジックな古民家の空間で、呼吸法・体位法・瞑想法で構成された正統派ヨガにより、心身を緩め整えていきます。ヨガ終了後は、お茶の案内人ティーコンシェルジュによる美容×健康にアプローチした季節のお茶で、ココロもカラダも癒されてください♪
日時／9月20日（火）
10時～11時45分
料金／1570円（お茶付き）
準備物／ヨガマット、タオル、飲み物
定員／6名
■問合せ／ビオワークス
☎090―4482―0579

★NPO法人れんげメディカルグループ　フォーラム三股
介護のお仕事会社説明会開催
れんげメディカルグループは都城市・三股町圏域で、さらなる事業展開を計画中です。既存施設はもちろん、新施設や新規事業でも一緒に頑張ってくださる方を大募集しています！　私達と一緒に、超高齢社会の介護・医療を支えていきませんか？　ご参加お待ちしております！
日時／9月7日（水）
10時～12時
場所／ハローワーク都城 2階
※申込み不要
お気軽にご参加ください
■問合せ／フォーラム三股
☎0986―36―7891

★第118回神柱公園
笑いヨガ開催
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」をはじめて、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／9月10日（土）　10時～
■問合せ／笑いヨガ（剣田）
☎090―9489―4450

★エヴァホーム
家づくりセミナー開催！
「手の届く価格で自然素材の家づくり」をテーマに、「長期優良住宅」「耐震等級3」「省令準耐火仕様」「断熱等級6」を標準仕様とした家づくりをする『エヴァホーム』。「夏涼しく、冬暖かい家」が、驚きの価格で建てられますよ。また、毎月好評の家づくりセミナーでは、「住宅ローン」「土地探し」「プランづくり」など、あまりよく分からないことをスッキリ解決できる相談も受けられます。気軽にご参加ください。また、「家づくりセミナー」参加者で、ご希望の方には、現場見学会も行っています。詳しくはお問合せください。
日時／9月11日（日）
10時～15時
場所／エヴァホーム常設展示場
※コロナ感染予防のため、一組ずつ対応いたします。事前予約をお願いします。
料金／無料
■問合せ／エヴァホーム
☎0986―22―3242

★第72回 家づくりで後悔しないための勉強会
オンライン受講も大人気！
2022年までに約3000人の方が参加し、その参加者全員が「参考になった」と答えた毎回人気の勉強会。契約前に知っておきたい「失敗しないための5つの自己防衛策」等、内容が盛りだくさんです。
日時／9月11日（日）13時～16時半
（開場12時40分～）
会場／都城未来創造ステーション2F
都城市中町16―15
料金／無料
定員／限定10組　完全予約制
※ご夫婦で参加される方のために、お子様をお預かりする託児サービスもご用意しています。ぜひご家族でお越しください。
■問合せ／一般社団法人　日本住宅取得応援協会
☎0120―610―250

子育てイベント情報　三股町
★アロマテラピー教室
限定4組　完全予約制
大人向けの精油を使ったハンドトリートメントを行います。
日時／9月15日（木）
10時半～11時半
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
★おはなしかい
限定7組　完全予約制
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。
日時／10月6日（木）10時半～11時
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
■問合せ／
三股町子育て支援センター
☎0986―52―8101

～1日使い捨てだから何より清潔!～
「うるおい成分」がくれた
快適なつけ心地が
1日中つづく
みずみずしさがつづく
やわらかなクッション性
レンズ表面がなめらか
3つの快適さ
1箱30枚入

こんな悩みの方に!!
●夕方になると乾いた感じがする。
●目がかすんだり、視界がぼやける。
●目がごろごろ、しばしば。
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
※コンタクトは医療用具です。眼科医の診察が必要ですので、ご来店の際は、必ず健康保険証をご持参ください。

伸びていく。
子どもの未来も、
わたしの未来も。
＼お気軽にご参加ください！／
くもんの先生説明会
はじめの一歩。まずは説明会へ！
説明会は毎月各地で行っております（完全予約制です）。会場・日時は、下記QRコード、または「くもんの先生」で検索し、「説明会を探す」からご確認のうえ、お申込みください。WEB説明会（Zoomで実施）も行っております。
Amazonギフト券
プレゼントキャンペーン
実施中！
8～9月の「くもんの先生説明会」にご参加いただきました皆さまには、もれなく「Amazonギフト券1,000円分」を進呈！
※55歳までの女性の方を募集しています。
※フランチャイズ契約です。
教室開設時に「開設認可料」110,000円（税込）が必要です。
※新型コロナウイルス感染防止対策を行って実施いたします。
あなたに、くもんの先生という働き方。
まずはホームページをチェック！　くもんの先生　検索
お問合せはフリーダイヤル
0120-834-414
受付時間 9:30～17:30 土・日・祝日を除きます
KUMON
公文教育研究会
〒880-0812
宮崎県宮崎市高千穂通1-6-35
住友生命宮崎ビル7F

★令和4年度　曽於市自主文化事業　昭和の時代を今に唄い継ぐ、昭和生まれの平成育ち東京大衆歌謡楽団 コンサートinそお

古き良き昭和初期の流行歌にこだわり、全国でライブやコンサートを続けている兄弟4人組のバンド。新しい世代が届ける、昭和歌謡の音楽の素晴らしさをお楽しみください。

日時／10月30日(日)
開場 13時半　開演 14時
場所／曽於市末吉総合センター
料金／お一人様2500円
(全席指定)
チケット発売日／8月31日(水)
※詳細は、お問合せください
■**問合せ**／一般財団法人 まちづくり曽於
☎0986―76―7100

★都城看護専門学校 オープンキャンパス開催♪

准看護師科・看護師科合同でオープンキャンパスを開催！当日は、校内の見学や体験授業、先輩学生との座談会などを計画しています。新しい校舎と新しい機材で、より楽しく看護医療について学びましょう♪　社会人からの転職希望者や主婦なども一緒に頑張っています。あなたも准看護師の資格を取得して、地域医療に貢献しませんか？

日時／10月8日(土)10時～
申込み締切／10月1日(土)
※要予約。電話にてお申込みください
場所／都城看護専門学校 新校舎
都城市姫城町8―23
■**問合せ**／都城看護専門学校
☎0986―22―0711

その他の情報

★今話題！　三大疾病に備えながら、資産も形成する保険が登場!!

日本人の死因上位3位である「がん・心筋梗塞・脳卒中」などの病気を保障しながら、資産も形成できるプランが登場しました。保険の見直しを考えている方も、そうでない方も、気軽にお問合せください。

日時／随時受付中　完全予約制
※お電話にてご確認ください。
場所／㈲C&H
参加費／無料

★これだけはやっておきたい投資

今からはじめる、人生100年時代を生き抜く貯蓄法。これからの時代を生き抜くためには、お金が必要です。将来の自分に今から投資しませんか？　あなたに合ったプランをご提案します。

日時／随時受付中
場所／(有)C&H
参加費／5000円　※予約制
■**問合せ**／㈲C&H
☎0986―23―1341
E-mail：info@ch-fp.co.jp

★あなたも看護師を目指しませんか？

2年間の修業で准看護師の資格(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のはもちろんのこと、本校看護師科(夜間3年)への進学も可能です。当医師会管内ならびに周辺の医療施設などに就業しながら通学することもできますよ！卒業(国家試験合格)後は看護師になり多方面で活躍できます。学校案内および募集要項や過去入試問題を無料配布しています。気軽にお問合せください♪

●**准看護師科(2年)**
授業時間／月～金曜日
【講義】12時50分～17時15分
【臨地実習】8時半～17時
●**看護師科(夜間3年定時制)**
授業時間／月～金曜日
【講義】17時50分～21時10分
【臨地実習】8時半～17時
■**問合せ**／都城看護専門学校
☎0986―22―0711

★妊活相談室(つらい妊活はもうおしまい)

心と身体を整えて3カ月で妊娠した7年間の不妊治療経験者です。「心理学」と「体質改善」の両方から、あなたの妊活を3カ月サポートします。自分だけで悩まないで、気軽に相談してくださいね♪

単発or3カ月サポートのどちらかをお選びいただけます。

料金／60分　3000円
※守秘義務の遵守を徹底しています
■**問合せ**／Classy
(担当：花房)
☎080―4204―2735
LINE／@469qcond

★DX推進担当の方必見!!

紙の書類やハンコを使った事務処理などの手作業を効率化・自動化するITツールが数多くあります。「当社と一緒にDXを始めませんか？」お気軽にご連絡ください。

■**問合せ**／MIDX
エムアイディーエックス
E-mail／info@miyakonojo-dx.cloud

女性特有の症状でお悩みの方
更年期障害　生理痛
生理不順　冷え性
など、症状に合った漢方薬を試してみませんか？
事前にお電話いただくとスムーズにご相談できます！
女性の薬剤師・スタッフが対応します。
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

デジタルをもっと身近に
都城の会社運営をサポート！
こんなお悩みありませんか？
それらのお悩み、私にお任せください！
☑ホームページを作りたいけれど手順が分からない。
☑作業時間を削減したいけれどどうしたらよいか分からない。
☑勤怠管理、作業日報を簡素化したい。
DXディレクター　伊東 和信
大手メーカーのPCソフトを使用したITコンサル事業に長年従事したのち、都城の地にて起業。
MIDX エムアイディーエックス
お問合せはこちら
info@miyakonojo-dx.cloud
DXについての詳細はコチラ

金婚式をお迎えの皆様へ
記念撮影のご予約承り中!!

思い出づくりのお手伝い
塩屋写真館
塩屋写真館　検索
HP https://shioya-ps.com
携帯・スマホの方は、コチラ→
都城市松元町7-10(西駅大通り)※水曜定休日
TEL 0986-22-4083(代)　FAX 0986-22-4013

新規患者さんもパソコン・携帯・スマホからインターネット予約ができます
予約の方優先
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＊
電話での予約は受付けておりません。
9月診療スケジュール
【平日】9:00～11:30　15:00～17:30
【土曜日】9:00～11:00　14:00～15:30

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

読者コーナー

プチ！盆人倶楽部（ぼんじんくらぶ）

今月の盆人大賞

●夜中、ガサガサと音がする……泥棒!? 思い切って電気をつけると子どもが飼っているオオクワガタが脱走し、みんなで寝ている寝室に！ 白い壁にくっついているオオクワちゃんはすごい存在感でした。主人をたたき起こして無事に虫かごへ（笑）。大好きな子どもと一緒に居たくて脱走したのかなあ。

（Ｈｉｍａｗａｒｉ／41歳）

■よりによって寝室に現れるなんて、自分のことを人間だと思い込んでいたりして……。虫が苦手なので、想像してついゾッとしてしまったのは秘密です。これからも家族の一員として愛してあげてください！

●おおなめで！

・ミートスパゲティを食べた5歳児次男クンの一言。「今日はおおなめで！」ご飯を減らすことを「少なめで」というのに対して、多く欲しい時は「多なめで」と言っているらしい（笑）。

（あゆいとｍａｍａ／46歳）

■かわいいですね～。私の弟は小さいとき「とうもろこし」を「とうもころし」とよく言っていました。おそらく本人はちゃんと発音できているつもりなんでしょうね。これからの成長が楽しみです！

●まさかの間違い

・タクシーを弟と利用して降りるときにトランクに積んだ荷物を持ってくれたのですが、降りた後「それ誰の荷物……？」タクシーの工具セットを間違えて持って降りていました！ タクシー会社にすぐに電話して無事に荷物は受け取れました。

（はらちゃん／33歳）

■私だったらきっとプチパニックを起こします。忘れた荷物と工具セットがそっくりであったと信じたいです。荷物が無事で何より！ 弟さん、次からはお気をつけください！

●コロナ禍あるある

・マスクをしているからか、実際の年齢より若く見られることが多くなりました。嬉しい限りですが、マスクを外した時のギャップが大きくなりそうで、あまり人前で外したくありません。

（クラブ／39歳）

■ここ数年はマスクをして外出が当たり前なので、本当の顔って分からないですよね。私もマスクをしていると、自分の顔のコンプレックスを少しでも隠すことができて、なんだか安心感があります。マスクが外れる時代が再び訪れてほしいような、ほしくないような。

●美味しいご褒美

・先日精肉店のセールの日に思い切ってステーキ肉を買いました。毎日頑張っている自分へのご褒美。とっても柔らかくて美味しかったです。また食べたい!!

（のの／27歳）

■ステキなご褒美ですね！ ステーキだけに。ダジャレはさておき……ステーキは、心もお腹も満たされる最高な食べ物ですよね～。想像しただけでお腹が空いてきました。自分へのご褒美って大事だと思います。美味しいお便りありがとうございます！

休日急患診療機関【9月度予定】

最新情報はこちらをご覧ください

都城市北諸県郡医師会 休日当番情報

宮崎県歯科医師会 都城市 休日当番医

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。
詳しくは医師会事務局まで　ＴＥＬ／２３―５５５５（歯科はＴＥＬ／２５―４１００）

4日（日）	ふくしまクリニック（内・消・小）	下川東	４６－５００１
	藤元総合病院（内）	早鈴町	２２－１７１７
	隅病院（内・胃）	高崎町	６２－１１００
	福島外科胃腸科医院（外・胃・整）	都北町	３８－１６３３
	速見泌尿器科医院（泌）	妻ヶ丘町	２４－８３４４
	いそいち産婦人科医院（産・婦）	平塚町	２２－４５８５
	是枝歯科医院（歯）	上水流町	３６－２２６０
11日（日）	畠中小児科医院（小）	三股町	５２－６０００
	田口循環器科・内科クリニック（内）	下川東	２４－０６００
	都城明生病院（内・泌）	金田町	３８－１１２０
	吉松病院（外・整）	蔵原町	２５－１５００
	酒井皮膚科医院（皮）	北原町	２５－５３２２
	すみ産婦人科医院（産・婦）	東町	２３－１１５２
	さいとう歯科（歯）	志比田町	２６－８１４８
18日（日）	共立医院（内・小）	蔵原町	２２－０２１３
	瀬ノ口醫院（内・消）	姫城町	２５－５１５５
	しげひらクリニック（内）	神之山町	２７－５５５５
	もりやま脳神経外科（脳）	久保原町	２１－６８８８
	ながはま整形外科	都北町	４６－７１８８
	武田産婦人科医院（産・婦）	蔵原町	２２－０３３６
	シゲシロ歯科医院（歯）	早鈴町	２４－７８３３
19日（月）	原田医院（内・小・外）	郡元町	２６－３３３０
	森山内科・脳神経外科（内）	南鷹尾町	２１－５０００
	田中隆内科（内・泌）	三股町	５２－０３０１
	柳田病院（脳・外）	東町	２２－４８５０
	花房泌尿器科医院（泌）	北原町	２５－１１７７
	よしだ眼科クリニック（眼）	三股町	７７－８８１７
	柴田歯科医院（歯）	平江町	２６－５８５８
23日（金）	志々目医院（内・小）	山之口町	５７－２００４
	森山内科・脳神経外科（内）	南鷹尾町	２１－５０００
	海老原内科（内）	山田町	６４－１２１１
	三州病院（外・胃・内）	花繰町	２２－０２３０
	横山病院（泌）	都島町	２２－２８０６
	吹上耳鼻咽喉科医院（耳鼻）	鷹尾	２１－４１３３
	花森歯科医院（歯）	都原町	２５－８３４５
25日（日）	沖水こどもクリニック（小）	太郎坊町	２７－５６５６
	宮永病院（内・胃・外）	松元町	２２－２０１５
	坂田医院（内・消・胃）	三股町	５１－２００３
	もりやま脳神経外科（脳）	久保原町	２１－６８８８
	寺本整形外科医院（整）	北原町	２２－１１７１
	中山産婦人科医院（産・婦）	前田町	２３－８８１５
	財部歯科医院（歯）	都北町	３８－０４６７

Forum Snap（ふぉーらむ すなっぷ）

プーラビーダ都城店 10th 誕生祭イベント

プーラビーダ都城店 × きりしまフォーラム

be HAPPY フォト撮影会

7月24日（日）に開催された『プーラビーダ都城店』と『きりしまフォーラム』のコラボレーション企画「be HAPPY撮影会」。多くの方にご来場いただきました。ありがとうございます！　当日、撮影した「元気と笑顔」をテーマにした写真をご紹介します♪

まゆゆん ちゃん　みりりん ちゃん

Aoi くん

くー ちゃん　みー ちゃん

AYU くん

わかな ちゃん

さあや ちゃん

ココ ちゃん

チョコ くん　ゆかり さん

海（カイ）くん

カノン ちゃん

こうき くん

ひぃ ちゃん　ママ

あき ちゃん　かほ ちゃん

『プーラビーダ都城店』の本田店長をはじめとするスタッフのみなさんが、「元気と笑顔」をテーマに写真選考会を開催してくれました。笑顔の素敵さに、選考は難航しましたが、多数決でグランプリが決定！　グランプリを受賞した「まゆゆんちゃん&みりりんちゃん」姉妹には、『プーラビーダ』の商品券が贈呈されます！　おめでとうございます!!

一平 くん

めぐる くん　りえ さん　にじっち ちゃん

あこ ちゃん

秋の習い事特集

天高く馬肥ゆる秋、何か新しいことをスタートさせませんか?
子どもにピッタリの習い事はもちろん、大人にもオススメの習い事がたくさん登場しています。
ぜひ参考にして、チャレンジしてくださいね!!

クラブハウス イワキリ

(コロナ禍ではありますが)「楽しんで体を動かしたいな」という方にテニスは最適。ソーシャルディスタンスも保てるので、お友達も誘って、わぁわぁきゃーきゃー、はじめませんか???　テニスコートがあなたを待っています!!

本智美先生より

do&be English School

English is fun! Speaking, listening, reading and writing, together we can always improve.
Come and join us in a free trial lesson.

Andy先生より

高校受験指導専門塾KEI

「だれもがやれることをだれもがやらない位に繰り返しやる!」当塾の授業のやり方のこれがモットーです。スポーツだって音楽だって繰り返しの練習で身につけるでしょ?　当塾にはそうするための教材があり、生徒が自宅で繰り返し学習するためのサポートシステムが用意されています。体験学習をいつでも受付ていますから、お気軽にご相談ください。

黒木先生より

コアラ英会話スクール／大人の英会話A.C.T

コアラ英会話スクールで、一緒に楽しく英会話を学びましょう!
無料体験お待ちしています!!

アンナマリー先生より

都城テーブルテニスクラブ 卓球

「ラージボール」はだれでも気軽に楽しむことができるステキなスポーツです。健康づくりの一環としてはじめてみませんか?　気になる方はぜひ一度お問合せください!　お待ちしております。

数研ゼミナール

当校は『泉ヶ丘高校』から近い立地にあり、学校帰りにすぐに通うことができます。いつでも利用することのできる自習室もあり、集中して自主学習することも可能です。ぜひ、当校で志望大学合格を目指して一緒に頑張りましょう。

T・T先生より

BESTIE BASE(ビスティベース)

今、ダンスを習いたい子ども達が増えています。SNS上でもメディアでも、きつねダンスやさまざまなダンスが流行っています。リズムトレーニングや運動能力の向上も、ダンスをすれば成長します。そして、もちろん楽しめます。体験レッスンを受付ていますので、気軽に遊びに来てください!!

Gavin's アロハ英会話

私はこれまで15年間、保育園児から大人まで、幅広く教えてきました。日常生活で使える英語を教えています。カジュアルな環境で一緒に学びましょう!

ギャビン先生より

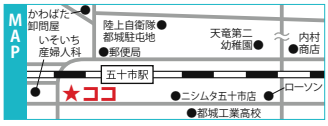
クラブハウス イワキリ ☎0986-26-3288

初心者歓迎!!　お試しキャンペーン
①無料体験レッスン実施!!
ラケット・シューズの無料レンタルもあります◎
②レッスン代2カ月分半額!!
2カ月分のレッスン代が実質1カ月分に♪

テニスをはじめるなら今がチャンス!
お得な秋のキャンペーン
実施中です♪

コロナ禍の今だからこそ、三密を避けてカラダを動かせるテニスがオススメ!
試合出場や健康づくりといった個人の目標に寄り添った指導で、キッズからシニアまで年齢を問わず楽しむことができますよ♪　お得なキャンペーン期間にぜひお越しください!
◆新型コロナウイルス感染対策強化中◆

都城市五十町2375
営業／10:00〜22:00　定休／月曜日
HPは『クラブハウスイワキリ』で検索!
※ラケット・シューズのレンタルを希望される方は事前にご連絡ください



do&be English School ☎0986-25-1050

ドゥ・アンド・ビィ・イングリッシュスクール

楽しいから続けられる英語♪
新学期 生徒募集中!!

【『do&be』が選ばれるポイント!】
◆楽しく学べる工夫が盛り沢山♪　楽しいから、長く続けられてしっかり身につく!
◆親御さんもレッスン内容がわかる「ホームワーク&アチーブメントチェックシート」が好評!
◆英検・受験対策の英語塾もあります!
◆幼稚園・こども園向けの出張レッスンも好評です!　気軽にご相談ください。
「レッスン」+「ホームワーク」で楽しく学んでしっかり身につく『do&be』!

ご自宅・学童への送迎いたします!
無料体験レッスン受付中!!
コロナ対策強化中

都城市鷹尾3丁目34-1
HP／http://doandbe.jp　HPはコチラ→
レッスン内容や授業時間等お気軽にお問合せください。
★広々とした待合スペースでお子様のレッスン中もゆっくりとお過ごしいただけます。

高校受験指導専門塾KEI ☎0986-66-8001

家では勉強しないという お子様を 強力にサポートします!

塾での授業は週3日ほど。
週の大半を自宅で過ごす
生徒らの自宅学習を、
当塾が強力に
バックアップします。

入塾生募集中!!

対象:小学5年生〜中学3年生迄
※詳細はお問合せください。
卒塾生の声を今すぐチェック!!→

Instagram

北諸県郡三股町宮村2883-7

コアラ英会話スクール/大人の英会話A.C.T. ☎0986-46-6588

秋の無料体験実施中!

準1級をはじめ、**英検合格者多数!　英語が自然に"読めて""発音できる"独自カリキュラム**が大好評です。英語教授資格・教職免許を持った**アメリカ・オーストラリアと国際色豊かな先生達**が揃っており、**「英会話力と同時にコミュニケーション能力もアップする」**と評判♪　**大人の生徒さん**もたくさん通っています!　**超初心者から上級者の方まで在籍中**です!!

【クラス紹介】
■乳幼児クラス(1〜3歳)■年中・年長クラス■小学生クラス■中高生クラス■社会人グループorプライベートクラス■英検・TOEIC・TOEFL・IELTS対策クラス

秋の入会キャンペーン 9月入会者限定
入会金 10,000円 ➡ **50%OFF**
フォーラム読者限定　※必ずフォーラムを見たとお伝えください

都城市前田町1291-1(ウエルビングⅡ)
※授業時間は月〜土曜日の間でご相談ください
※安心の月謝制!　高額な教材費は不要です!
HP/http://koala-english.com
英検・TOEIC・TOEFLクラスも大人気!!

facebook　Instagram　LINE 公式アカウント
イベント情報配信&お問合せもOK!

都城テーブルテニスクラブ 卓球 ☎0986-51-9494

シニア世代から絶大な人気を誇る「ラージボール」コース開設!!

通常の卓球ボールよりひと回り大きなボールを用いて行う「ラージボール」。ボールに回転がかかりにくく、初心者でも気軽にプレイできます。健康寿命を延ばしたいシニア世代にもオススメですよ♪ 楽しく交流しながら汗を流してみませんか?

■■入会金(保険込)　5,000円〜■■
■ラージボールコース(月)　5,500円
■子どもクラブ(月〜金)　3,000円〜
■中学生コース(月・火・木・金) 5,000円〜
■初心者コース(月・火・金)　4,000円〜

お得な入会特典!
入会するなら今がお得!!
★フォーラムを見た方限定
入会金 無料!! ※9月末迄

都城市平江町7-22
営業/平日10:00〜21:30 土日祝日10:00〜17:00 不定休
その他のレッスン内容や、卓球用品等は気軽にお問合せください

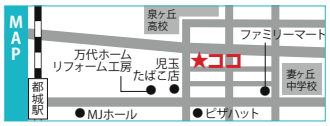
数研ゼミナール ☎0986-26-5988

基礎から応用、入試対策まで 今年開校30周年を迎える当ゼミで!!

『泉ヶ丘高校』正門より西へ徒歩1分。大学受験を目指す高校生のための数・英に特化した塾『数研ゼミナール』。ベテラン講師による個別指導の各講座は、基礎学力向上はもちろん、難関大学の合格も目指せます。自習室も完備しており、自由に利用可能です。詳細につきましては、電話でお問合せください。体験授業も随時行っております。

5年連続
医学部医学科現役合格!!
九大(2名)を含む計8名合格
その他、京大・大阪大等の
国公立大への合格者多数輩出!!

都城市妻ヶ丘町11-1



BESTIE BASE(ビスティ ベース) ☎0986-66-8102

秋から学ぶダンス大冒険!! 今がチャンス!

3周年を迎えるオレンジの屋根が目印のダンススタジオ。初心者から上級者クラスまで、レベルに合わせた丁寧な指導が大人気!!　運動神経の向上はもちろん、リズム感や英語のリスニング力もつくと保護者からも大好評です。踊ることができた時の喜びを、みんなで分かち合える楽しいダンススタジオです!

入会キャンペーン 9月末迄!!
①入会金 3,000 円→**無料**
②全クラス体験レッスン**無料**
③入会月の月謝**無料**

都城市前田町5-17(マクドナルド横)
※詳しいレッスンの内容はお問合せください
新型コロナウイルス感染予防対策店

詳しくはコチラをCHECK!
HP　http://bestiebase.com
Instagram　ID「bestiebase_da」

Gavin's アロハ英会話 ☎070-5278-2075

入会された方レッスン代1カ月分無料!!

昨年、大王小学校の前(南側)に移転しました!　ハワイの雰囲気たっぷりの教室で、ハワイ出身・日系アメリカ人の先生と楽しく英語を勉強しませんか?

授業時間 ①15:00〜17:00 ②18:00〜21:00
上記時間帯のうち、小学生45分、中学生以上50分。月〜金曜日の間でご相談ください。無料体験レッスン、グループ割引もあります。詳しくはお問合せくださいね。

■小学生フォニックスクラス　6,000円
■小学生コース　8,000円　■中学生コース　8,000円
■高校生コース　8,000円　■大人コース　10,000円
■大人に人気!　フリートーク　6,000円(全授業月4回)

★オープン9周年キャンペーン★
9月に入会された方に限り
10月分のレッスン代無料!

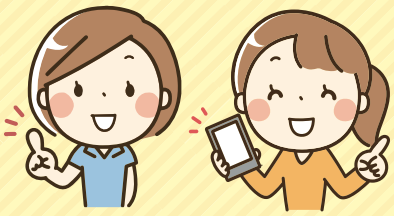
都城市大王町17-5
E-mail/
infoalohaeikaiwa@gmail.com

HP　Facebook

おトクな先取り情報や、誌面には載っていない タイムリーな情報をお届け!

Facebook & Instagram　きりしまフォーラム　検索

Facebookはこちら



Instagramはこちら

https://www.facebook.com/kirishimaforum/
https://www.instagram.com/kirishimaforum/

FELICE フェリーチェ

☎ 0986-80-6162

残暑に食べたい!
スパイシーな毛沢東スペアリブ!!

選び抜かれた国産豚を使い、10種類のスパイスをブレンドしたスペアリブ。姉妹店『万福』で大人気のメニューを、週末限定でテイクアウトできます。フライドガーリックオニオンが香ばしい、辛さに負けない旨味がクセになる逸品はビールとの相性も◎!

週末限定テイクアウト

豪快! 辛くて美味しい!!
毛沢東スペアリブ
4個 800円

大好評!! 生乳ソフトクリーム
380円

『中村牧場』の新鮮な牛乳をふんだんに使ったミルク感たっぷりのソフトクリーム♪

店舗情報

都城市中町12-25PIER1
営業／11:00〜17:00(L.O.16:00)
定休／火曜日(祝日の場合は翌日) 他、不定休

活魚!! 寿司虎亭

☎ 0986-46-5226

伊勢海老解禁! 期間限定の美味しさをどうぞ!!

お客様が毎年楽しみにされている伊勢海老料理。新鮮な伊勢海老を贅沢に使った、ぷりっぷりのお刺身や、伊勢海老本来の味を引き立てるお料理の数々、旨みと香りが凝縮された絶品メニューをご堪能ください!

9月限定 イチオシ

伊勢海老刺身 5,200円〜
※その日の入荷状況により価格が変わります。

伊勢海老コースもご用意!!
伊勢海老刺身・前菜3種、味噌汁伊勢海老の寿司虎亭焼き、がついた贅沢コースです。
※前日迄の要予約

9月9日より秋フェア開催!

カキフライちらし膳 2,068円
岡山県邑久産の肉厚カキフライと『寿司虎亭』自慢のちらし寿司を一緒にご堪能ください。

店舗情報

都城市早鈴町1480
営業／昼の部　11:30〜14:30(最終入店／14:00)
　　夜の部　17:00〜21:00(最終入店／20:00)

Life designing Bio works

📱 090-4482-0579

ビオ史上最高の高機能ドリンクが完成!!

ベリースムージー
〜グラスフェッドプロテイン〜

本誌コラム「幸せ引き寄せ術」でおなじみの山元幸代さんがオーナーを務めるお店。選び抜かれたフード、ビューティ&ヘルスアイテムも続々入荷中。また、自然治癒を行うサロン、カフェスペースも大好評です。夏の疲れを癒しに、足を運んでみませんか?

9月おすすめDRINK

ビオ史上最高の高機能ドリンク! 数量限定販売!!

ベリースムージー Ⓜ666円
〜グラスフェッドプロテイン〜

天然の甘みがキュンと美味しい♡自家製ブルーベリー、バナナの他に、ストレスなく育った牧草牛プロテインや甘酒、MTCオイルなど、素材にこだわったヘルス&ビューティースムージー。秋バテ・眼精疲労プチファスティング・ダイエット・スポーツ前・食事が乱れている方におすすめです。内側から美しく、燃費のよいカラダへ。

テイクアウトもOKです♪

店舗情報

北諸県郡三股町樺山3605
営業／10:30〜17:30
Google Mapで検索
定休／日・月・火曜日・祝日
LINE@お友達登録で新着情報・得々案内を配信中!

HANAFUSA SAKE SHOP

☎ 0986-23-0950

お弁当&お惣菜販売11:00スタート!

お客様のリクエストにより、店頭でのお弁当販売をスタートし、すでに大評判!! 大人気のチキン南蛮はもちろん、醤油麹を使ってグリルしたお肉や、1日おみそに漬けこんだ銀鮭など、「心と身体が喜ぶ」特別な美味しさが詰まったお弁当です♪

おすすめ お弁当 menu

人気No.1
銀鮭みそ漬け焼き弁当 780円

チキン南蛮弁当 ……680円
自家製タルタルが◎

豚ロースの柔らか山椒焼き ……780円
ピリリとした山椒と豚肉が絶品!

この他にも、さまざまなお弁当をご用意しています。気軽にご相談ください!

Instagram　ホームページ

店舗情報

都城市栄町1623-8
定休／日曜・第1月曜日
営業／11:00〜19:00

龍麺家

☎0986-70-9137

絶品の横浜家系ラーメン店
9/2（金）ついにOPEN!!

ラーメン愛好家待望の横浜家系ラーメン店が三股にオープン！　とんこつしょうゆベースのスープに、短めのもっちり中太麺がベストマッチする逸品は、スープまで飲み干してしまいたくなるほどの美味しさ♡　のり・チャーシュー・うずらの卵・ほうれん草など、バラエティーに富んだトッピングと合わせてご賞味ください♪

店舗情報

北諸県郡三股町樺山1982
営業／昼11:00～15:00（L.O.14:30）夜17:00～22:00（L.O.21:30）
定休／木曜日　※営業時間は変更になる可能性があります。

店舗イチオシ!! 定番メニュー

しょうゆとんこつ
塩とんこつ
MAXラーメン

定番トッピング

のり・チャーシュー・味玉
うずらの卵・ほうれん草

オープンに伴い
スタッフ募集中!!
詳細はP26をご覧ください。

レストランそお メセナ温泉内

☎0986-76-1755

9月限定 !!　伊勢海老祭り開催中

毎年大好評！　伊勢海老解禁に合わせた9月限定の「伊勢海老コース」が登場。活きたままの伊勢海老を、そのまま調理するので新鮮さは抜群です!!　伊勢海老のぷりっぷりの食感とギュッと詰まった贅沢な旨味を、ぜひご賞味ください。季節限定のお得なコースで、ご提供中です。

店舗情報

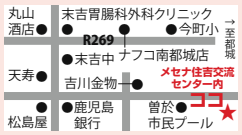
曾於市末吉町二之方2971-1　　Instagram→
営業／11:00～14:00（L.O.13:30）、17:00～21:00（L.O.20:30）
定休／月曜日 ※祝日の場合は翌火曜日

伊勢海老コース
6,600円 ※3日前までの要予約

伊勢海老お造りとお刺身3点盛・季節の小鉢・揚物・伊勢海老の味噌汁・ごはん・香の物

さまざまな用途で大好評
色彩弁当（9枡）　1,200円～
手作り弁当　550円～650円
から揚げ弁当／チキン南蛮弁当／生姜焼き弁当
えび天弁当／焼肉弁当

大人気 上うなぎ弁当
1,500円



道の駅 松山 やっちくふるさと村

☎099-487-3800

即完売!　どうぶつクッキーの新作登場!!

ソフトクリームにクレープ、ケーキ、生チョコレートなど、さまざまなスイーツを購入することができるスポットとして人気を博している『道の駅 松山』。北海道産生クリームをふんだんに使ったソフトクリームやチョコレートを練りこんだクレープ生地に、季節のフルーツや生チョコを贅沢にトッピングしたテイクアウトスイーツが大好評です！

店舗情報

志布志市松山町新橋1526-1
営業／9:00～18:00
定休／火曜日　※祝日の場合は営業

どうぶつクッキー 380円

全て手作りのオリジナルクッキーは、食べるのを躊躇するほどフォトジェニックなスイーツ。新作も登場！

生チョコ・フルーツを使った各種メニューあります!!

ソフトクリーム　350円～
クレープ　440円～

チョコ瓶
㊤1,800円 ㊦450円

『道の駅松山』の製菓用チョコレートを販売！　そのまま食べても絶品のチョコです!!

石窯パン工房 グレンツェン 都城店

☎0986-36-5888

秋の収穫祭開催中♪

今年も美味しい季節がやって来ました♪　「食欲の秋」にピッタリの新商品が続々と届いています。クランベリーをたっぷり使ったデニッシュや、栗あんパン、めんたい・大葉がベストバランスのパニーニなど盛りだくさん!!

店舗情報

都城市上東町17-18　　LINE公式アカウント友達募集
営業／7:00～19:00
定休／火曜日　http://www.glanzen.jp/

イチオシ★秋限定パン

アップルクランベリー 230円
リンゴジュースで煮込んだクランベリーの甘酸っぱさが◎

くりぼー 140円
栗のあんが贅沢に入ったパン

和風パニーニ 320円
明太子のつぶと大葉のさっぱり感が最高！

運動会や秋の行楽シーズンにぴったり!!
サンドイッチのご予約受付中
3,240円（3～4人前）
3,780円（5～6人前）
気軽にご相談ください！

「南香」に秋の味覚が届きました♪

『お菓子の南香』で大人気の「霧島盆地の霧乃栗金」が、9月1日より販売されます。毎年、楽しみにしている方も多いこのお菓子は、2013年に「広島菓子博」で大臣賞を受賞した逸品。須木産・高崎産の厳選された新栗のみを使用し、職人が一つひとつ皮をむき、丁寧にこし、形を整えて完成する栗きんとん。手間ひまを惜しまず作られる極上の和菓子です。
一口食べると、栗の香りと甘味が口いっぱいに広がる、しっとりとした美味しさが魅力。秋の訪れを感じさせてくれる上品な味わいは、手土産や贈答用にもおすすめですよ。この他にも、秋の食材をふんだんに使った新作の和・洋菓子が登場します。ぜひ、ご賞味ください。

■取材協力／お菓子の南香　☎0986-22-4670 ※P2もご覧ください

夢みるくCocona

090-3078-1066

濃厚ソフトクリームがたまらない♡

約100年続いている牛乳屋さん「白水舎乳業」の新鮮な牛乳を100%使った濃厚で後味すっきりなソフトクリームが大好評!!　イチオシは、生いちごを凍らせてまるごと削った「けずり生いちごパフェ」。甘い蜜で漬けたレモンをトッピングした「ハニーレモンソフト」もオススメです♪

キッチンカーでも販売します♪
イベント・出店依頼は
インスタのDMからお願いします

店舗情報

都城市山之口町花木2061-4
営業／11:00～19:00
定休／水曜日 他、不定休
※売り切れ次第、閉店の可能性があります。
▶インスタグラムもご覧ください

楠見恵子さん家の からあげ屋さん

080-3901-0141

リピーターの多いお店
とても美味しい揚げたてからあげ

たれ・塩で選べます。1人前＝約200g

・もも（骨なし）	460円（200g）
・むね（骨なし）	420円（200g）
・ミックス（もも・むね）	440円（200g）
・肩肉（骨なし）	230円（100g）
・砂ずり（たれ・塩）	220円（100g）
・ナンコツ（塩）	270円（100g）
・手羽先（塩）	90円（1本）
・皮（塩）	220円（100g）

からあげ・オードブル・各種お弁当
ポテト・たまご焼き（M・L）・ふくれ菓子
TEL一本でご予約OK!!

店舗情報

都城市広原町4340番地2　　定休／水曜日
（サンキュー広原店駐車場横 ログハウスのお店）
営業／月・火・木・金10:00～14:00・16:00～19:00
土・日・祝日10:00～19:00（予約 18:30迄）

FORUM TOPICS

★9月末まで決算感謝セール開催★
展示品他在庫処分!　来店特価でサービス中です!!
下取り&値引きキャンペーンも実施
また今月は、点検調整強化月間中です。
ミシンのことなら、何でもご相談ください♪
修理調整は、全メーカー・他店、通販購入ミシンもOK!!
修理見積りの出張も無料です!　気軽にお電話ください。
全商品80～10%OFF!　店内展示販売中
■みしん市場 都城妻ヶ丘店　TEL／0986-46-3342

未経験者・フリーター大歓迎!!
新店舗スタッフ募集中!!
9/2にオープンする横浜家系ラーメン店で働いていただける方を募集!
未経験の方でもしっかりサポートするので、安心して働いていただけます♪
【職種】パート・正社員　★土日祝日、夜働ける方大歓迎!
【勤務時間】お問合せください
【勤務場所】北諸県郡三股町樺山1982
【給与】パート／時給900円～　正社員／月給 200,000円～
詳細は下記連絡先にお問合せください。
■龍麺家　TEL／0986-70-9137

航空自衛隊 西部航空音楽隊
ふれあいコンサート in そお　入場無料
九州・中国・四国地方を主な範囲として演奏活動を行っている
『西部航空音楽隊』のコンサートを開催。力強く繊細な演奏をお楽しみください!
10月23日(日) 開場／13:30　開演／14:00　会場／曽於市末吉総合センター
全席自由　入場無料　※入場には整理券が必要です
整理券配布日／8月24日(水)　曽於市末吉総合センター・末吉中央公民館・大隅中央公民館・財部中央公民館にて配布します。
詳しくは、お問合せください!
■一般財団法人 まちづくり曽於　TEL／0986-76-7100

バイトデビューもOK!
土・日・祝日勤務できる方大歓迎!!
未経験の方も、お仕事になれるまでは先輩スタッフがしっかりフォローするので安心です♪
もちろん調理師や調理補助の経験のある方も活躍できます。
お料理が得意な主婦の方も大歓迎!　やる気次第では正社員登用もありますよ!!
【職種】アルバイト・パート　カフェ（飲食）スタッフ
【勤務日時】9時～21時　（4時間程度～）
【勤務場所】イオン都城ショッピングセンター専門店街 1階
【給与】時給 一般850円　高校生830円　【その他】制服貸与・食事補助
詳しくは、気軽にお問合せください!
■イタリアン・トマト CafeJr. イオン都城店　TEL／0986-22-1190

住宅ローンアドバイザー募集中
本誌でもおなじみの『C&H』が、スタッフを募集します!!
気軽にご応募ください。
【勤務日時】9:00～18:00　【休日】土・日曜日、祝日
【勤務場所】有限会社C&H　都城市中原町1街区10号
【給与】月給17万円～+歩合
【待遇】交通費支給、社会保険制度、社員登用制度
詳しくはお問合せください
■㈲C&H　TEL／0986-23-1341（担当:東）

短足がキュートなマンチカン専門
ブリーダーショップOPEN♡
血統書付きのマンチカンのみを取り扱う
ブリーダーショップがオープンしました!
LINEでのお問合せや、かわいさがより伝わる
ビデオ通話越しの対面もできますので、
ぜひ一度お問合せください♪
■キャットブリーダー Lily　TEL／080-5789-2020　P7もご覧ください

STAFF

●企画	深草　文子	津曲　玲実
	石川　佳代子	
●編集・制作	大西　学	森下　由夏
	本荘　吉昭	
●発行人	井上　隆治	
●発行所	霧島フォーラム	

●雑誌『STORY』に連載中の上野千鶴子氏による「ママとパパに贈るジェンダーレス学」。変わらない鋭い指摘に、ハッとさせられることが多々あり、毎回楽しみにしています！　（フミ）
●大好きな「ONE PIECE」の劇場版を観にいざ映画館へ！　タイトルにちなんで、赤が入った服をチョイスして行きました（笑）。過去作とは一風変わった構成で、これはこれでありかなと個人的には満足！　（りつ）
●我が家の3匹の猫ちゃん達。昼間はずっと寝ているようで、私たちが布団に入る時間になると3匹で運動会のスタート!!　可愛いけど少しは寝かせて～!!　（いし）
●ストレス発散のために筋トレを開始！　汗をかくことで発散につながるものの、サボった時はなんだか心がモヤモヤ……。ストレス発散のための筋トレが、巡り巡ってストレスになるというジレンマ。人の心は難しい。（おー）
●冷蔵庫を買い替えてから、はじめて冷やした金麦を一口飲んで衝撃!!　キンキンに冷えていつもの倍くらい美味しいじゃないか!!　古い冷蔵庫は知らないうちに冷却機能が衰えていたんだなぁと実感しました。（もり）
●最近、天気の急変が多く、洗濯物を干す前にいつも三方ヶ原で敗けた家康公みたい顔で熟考しております。天気よ。何とぞ静まりたまへ。　（べん）

日本占術協会占術修士認定
原宿占い館「塔里木（タリム）」所属

クリスティーン デリコの 九星占い

9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・令和4
【六白金星】大正2・11・昭和6・15・24・33・42・51・60・平成6・15・24・令和3
【七赤金星】大正1・10・昭和5・14・23・32・41・50・59・平成5・14・23・令和2
【八白土星】大正9・昭和4・13・22・31・40・49・58・平成4・13・22・31・令和1
【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。

一白水星
今月は、見込み違いでガッカリしたり、トラブルに発展する恐れがあります。家庭内の問題では慎重な判断が必要です。贅沢したい気分になりますが、散財しないように注意を。

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、今後に役立つ新たな出会いが期待できそうです。若者に人気の場所やお店、流行のファッション、流行語など、積極的に興味を持ちましょう。ライブや音楽などもOK。

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、周囲からの信用が増す出来事が起きそうです。コミュニケーション運もアップしていくので、基本の挨拶など元気よく発言しましょう。SNSを使うのも良さそうです。

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、こだわりが強すぎると孤独な状況になってしまうので、どんな時でも誠実に平等に考えることが大切です。十五夜など季節の行事を意識して過ごすと心豊かになれます。

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、仕事面で思い切った決断が必要になるかもしれません。迷う時は年長者のアドバイスが参考になります。パワーが湧くので勝負事にも強気でチャレンジしてみましょう。

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、食欲の秋、行楽の秋、スポーツや読書の秋など満喫できそうです。果物狩りやバーベキューに出かけると、新たな恋が芽生えたり、金運アップの情報がゲットできます。

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、自分自身に主導権はないものの、流れに任せて動くことで、すべての運が新たにスタートします。財産の見直しに最適です。保険や資産運用などの見直しをしましょう。

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、思いもよらない素敵なアイデアが湧きそう。バランスの良い食事や良質な睡眠を心がけると、穏やかに過ごせます。契約や文書に関わることには落ち着いた対応が必要。

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、やる気とは裏腹に体が思うように動かないかもしれません。無理に頑張るより体調優先で、常に目薬を携帯しましょう。視野が狭くならないよう意識するのがポイント。

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

デリコラム
今年の十五夜（旧暦8/15）は、9/10（土）です。別名「中秋の名月」「芋名月」。お月さまに秋の収穫物を供えて五穀豊穣に感謝し、美しさを愛でる風習（花鳥風月）です。天気に恵まれず、雲に隠れて見えなくても「無月(むげつ)」、雨が降っても「雨月(うげつ)」と呼び、自然のありのままを受け入れます。十五夜を待つ前日は「待宵(まつよい)」、十五夜の後は「十六夜(いざよい)」と呼び、名月の前後の月も愛でます。今年は、満月が重なります。＊9月の一粒万倍日は、9/3、11、16、23、28
◆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
＊Twitter　https://twitter.com/happy_derico
＊Facebook　https://www.facebook.com/derico.happy
＊Instagram　https://www.instagram.com/happyderico/?hl=ja

ハッピーマイスター☆元気が出る占い師
クリスティーン デリコ

●幸運暦（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『元気のてんこ盛り』絶賛発売中! アマゾン http://amzn.to/YCHTRv

内から外からキレイになりたい♪

秋のBeauty特集

霧島マッサージセンター

男性にも大人気！　美肌も実感できる極楽リラクゼーション♡

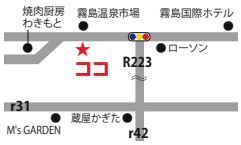
ゆっくりとした癒し時間を体感できると、県内外問わず人気を博している天然温泉付きのリラクゼーション施設。中でも人気の垢すりエステコースは、日本人の肌に合わせたソフトな垢すりと、毎朝調合している手作りの無添加パックでツルツル美肌に♡　ブライダル前の方にも、オススメですよ♪

源泉かけ流し温泉付！ 人気メニュー

垢すりエステコース 約60分	¥4,900
全身マッサージ 60分	¥3,500

★フォーラム限定特典★
「フォーラム見た」で施術を受けられた方に
ご来店プレゼント!!
※9月末迄有効

▼霧島温泉市場向かい



☎090-4348-5413
（☎0995-78-2419）
霧島市牧園町高千穂3878-215
営業／10：00～18：00（月曜日のみ14：00～18：00）　※予約された上でのご来店をオススメいたします。

ロゼマドンナ

新型コロナウイルス感染予防対策店

実績ある痩身技術が高評価！　安心安全なサロン!!

ベテランのエステティシャンが、大人女性ならではの体型の悩みに寄り添って解消してくれます。

セルライト除去（脂肪吸引）

頑固に固まったセルライトを揉みつぶし、痩身効果をうながします。

若返りプラセンタコラーゲン注入

顔に保湿・ハリをもたらし、シワ・たるみ・リフトアップ・くすみに効果的！

RFトリートメント

脂肪の奥の皮下組織まで熱を伝え、血行促進、脂肪燃焼。

バスト矯正

背中・脇に逃げた肉をバストに寄せてボリュームUP！

コースメニュー　お試し価格

★プレミアムコース	¥1,500	・遠赤ドーム ・光痩身スリム ・セルライト除去（脂肪吸引） ・RFトリートメント
★スペシャルコース	¥1,000	・遠赤ドーム ・セルライト除去（脂肪吸引） ・光痩身スリム

50代女性
プレミアムコース
施術後

大人気！　単品メニュー　お試し価格

若返りプラセンタコラーゲン注入	¥500
バスト矯正	¥500

☎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

好評につき3名様限定
モニター募集継続します!!

～癒し処～Ku'u Punahele（クウプナヘレ）

驚きのダイエットコースがスタート!!

リバウンドしにくい！　腸美人ビューティプログラムが完成!!

高周波を利用し肌内部の水分を振動させて摩擦熱を作り、体の深部から温めて脂肪を分解、余分なものを体外へ排出しやすいようにサポートする「ラジオ波」と、電気刺激で筋肉を動かし鍛える「EMS」を活用した「全身痩身施術」と、「腸美人」を目指す無理のない食事指導をバランスよく組合わせたパーフェクトなダイエットコースが完成しました。ぜひご体感ください！

期待できる効果
- 基礎代謝アップ
- シワ・たるみ改善
- ボディ引き締め
- 冷え・むくみ改善

腸美人ビューティプログラム
9月限定！モニター募集
3カ月　¥79,200→¥60,000
カウンセリング＋無理のない食事指導＋全身痩身施術
ラジオ波やEMS、手技を駆使した全身痩身施術は、気持ちよくリラックス効果も大!!

お客様の声
自己流のダイエットでは減量に対して、目標体重まで達成することはできなかったと思います。今の時点では、生活環境によって体重が戻ってしまう事もありますが、その際も食生活を戻す事によって、体重がすぐに減るようになりました。マッサージに関しても、凄くよかったです。むくみが酷い日に、2時間のマッサージをしてもらいました。むくみがなくなったと同時に、足が軽くなった事も衝撃的でした。モニターをして1番よかった点は、ゆかりさんに共感して貰いながら、アドバイスをいただけたこと。私が食事改善することによって、子ども達の食生活改善にも繋がりました。家族にとってもよかったと感じています。（H様・30代）

オーナーも体験！ 約20kgのダイエットに成功
2年前の同じ衣装で撮影。リバウンドも全くありません。食生活を改善する事で健康的に無理なくダイエットもでき、美肌作りにもGood です！　お気軽にご相談ください。

隠すメイクではなく魅せる素肌を目指しましょう!!

当サロンのお客様のキロク

血行促進全身アロマトリートメント＋ハーブピーリング
身体の血流をよくすることでハーブピーリングの効果がUP!!
ぐっすり眠れるほど痛くないハーブピーリング

通常¥28,600 → 先着5名様初回限定　お試し価格 ¥16,500!!

6回コース ¥158,400 → 先着3名様　「きりしまフォーラム見た」で ¥99,000!!

東京での相場は1回が¥77,000程度
立地も安く、人件費もかからないため、いいものを安く提供できると、ビジネスモデルとしても注目されています。

☎070-1946-7772
都城市山之口町花木2039-1
営業／10:00～17:00（最終受付16:00）不定休
※施術中は折り返しのご対応とさせていただきます
※カード・PayPay・LINE Pay決済可
※すべてのお試し価格は予告なく変更になることがあります

効果を実感されている方続出!!

紫外線によるシミ・肝斑にお悩みの方へ
シミケアトリートメント（120分）
通常¥22,000→ お試し価格 ¥11,000
肌に蓄積されたメラニンを少しずつ外に排出しながら、本来持っているターンオーバーを復活させます。

全国シミケアコンテストベストアレンジ賞第2位を受賞できました。

お客様の声
お肌の悩みはさまざまですが、乾燥とシミ、そばかすにかなり悩んでいました。ゆかりさんのゴッドハンドの噂を聞き、美肌を夢見てハーブピーリングをお願いしました。でも、初回は好転反応が出て、正直私には合わなかったのだとガッカリしました。しかし、その3日後には驚くほどツルツルのお肌になりました。勇気を出して、もう一度施術してもらいました。それから約1年通い続けています。初回以来トラブルもなく、今はシミケアをプラスして、毎日鏡を見るのが楽しみに……。（M様）

詳しい情報やお客様の施術キロクはコチラをCHECK！
HP　LINE　インスタグラム

内から外からキレイになりたい♪

秋のBeauty特集

YOSA PARK

本気痩身専門店

だるだる二の腕&お腹の脂肪とサヨナラ！　自分史上最高痩せ！

イチオシ!! 超お得！

プレミアムダイエットコース(90分)
通常¥13,800相当の施術
初回破格 ➡ ¥7,040

下半身痩せ！ 美脚コース(90分)
通常¥7,800相当の施術
初回 ➡ ¥6,800

デトックス代謝UPコース(75分)
初回 ¥5,500➡¥4,400

11種類のハーブ×水素で体を芯から温めて潤す「インナービューティ」が、短期間でリバウンドしにくい全身痩せを可能に!!

こんな方にオススメ

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

甲斐元店	都原店	都北店
完全予約制	完全予約制	完全予約制
090-3419-2143	090-4436-3964	080-5202-1544
都城市甲斐元町10-46	都城市都原町7952-4	都城市都北町6257-3(日産サティオ裏)
営業／9:00～21:00	営業／9：00～22：00	営業／9:00～22:00
不定休	不定休	不定休　駐車場／あり
駐車場／あり	駐車場／あり	LINE ID／yosavorl
LINE ID／@182kfjit		E-mail／belta1028@gmail.com

フィットネスジム FIT365 都城

ジムに通うなら今! 今期最大!! オータムキャンペーン!

『FIT365 都城』はここがいい!!

- ◆24時間営業なので好きな時間に通える
- ◆1人分の料金で家族4人まで利用可能
- ◆定期的な清掃によりいつでも清潔
- ◆鍛えたい部位ごとに特化したマシン
- ◆女性限定のレディースエリア完備
- ◆都城店限定の「スタジオ」オプション
- ◆女性に嬉しいパウダールーム完備

通常料金 ¥3,278 会員様＋家族3人まで利用可能

先着70名様限定！ ※9月限定です。
オータムキャンペーン第一弾

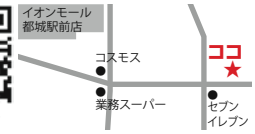
初月月会費	無料
スタジオ利用料	1カ月無料
水素水利用料	2カ月無料

レディースエリア2カ月無料
カード発行料無料キャンペーンも好評実施中！

スタジオイメージ

☎0570-030-365（コールセンター）
都城市年見町16-6
営業／24時間　定休／なし
スタッフ常駐時間／平日10:00～15:00　16:00～21:00
土日祝日10:00～15:00　16:00～19:00

HPはこちら



marble Hair Lab.【新型コロナウイルス感染予防対策店】

marble 11th anniversary 9月スペシャルキャンペーンを開催♪

おかげさまで10月1日で11周年を迎えます
これからも変わらぬご愛顧をよろしくお願い致します

都城 マーブル GO
www.marble-hair-lab.com
フェイスブック
www.facebook.com/marble.hair.lab
Instagram「@marble_hair_lab」→

☎0986-77-3061

都城市乙房町150-3
営業／9:00～19:00
※日曜日は18:00迄
定休／月曜日、第1・3日曜日

11周年イベントを10月に開催予定！！お楽しみに♪

おすすめヘアケア 5アイテム

質感、仕上がり感、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
コタセラスパシリーズ

シャンプー&トリートメント

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

アウトバストリートメント

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

Special Campaign

ご予約キャンペーン実施中

キレイなヘアスタイルは美しい髪質と頭皮から
期間中、ヘアケアアイテムをご予約のお客様!!
【予約期間】9月1日～11月末迄

予約特典
10%OFF＋金券プレゼント!!

ストレートヘアもマーブルにおまかせ！髪質タイプ別!! おすすめストレートMENU

Type1	クセをしっかり伸ばしたい	縮毛矯正 ¥11,000～ 強いクセ毛でお悩みの方や、ハードな直毛のサラサラヘアを希望する方に!!
Type2	クセは気になるけどペタっと感はいらない	ナチュラルSLIMアルカリストレート ¥6,600～ 根本のフンワリ感を残しながら髪の広がりを抑えたい方、柔らかな質感と艶・ナチュラルなまとまりがほしい方に！
Type3	とにかく傷んだ髪を伸ばして艶を出したい 加齢による髪のシワやうねりを伸ばしたい	ナチュラルSLIM酸性ストレート ¥6,600～ ダメージとエイジングによって、毛髪強度や艶・ハリ・コシが失われ気味の髪に、艶とまとまり、潤いが欲しい方に！
Type4	髪を傷めず広がりを抑え艶を出したい	酸熱トリートメント ¥4,400～ 毛先がダメージ毛の方、ハリ・コシが欲しい方、うねりを取りたい方、毎日のスタイリングを楽にしたい方に！

長さ代別 Ⓢ¥1,100 Ⓜ¥1,650 Ⓛ¥2,250 Ⓛ¥2,750

スタイリストがお客様の髪質を見極め、
最適な施術をご提案します。ぜひ、ご相談ください!!

Hair Space O-ga オーガ

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。今まで、体験したことのないフワフワな手触りを実感できます！気になる根元のうねりやクセを取りながら、つやつやのカールを実現します!!

リピーター多数！
加齢によるうねりやクセをつやつやカールに！
ミネラルデジカール＋カット
新規限定
¥13,200→¥11,000
HOIMIトリートメント付！
(¥2,200相当)
ロング料金込

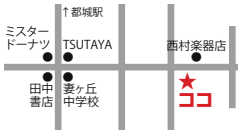
見た目年齢は髪でキマル！大人女性の艶やかスタイル!!

大人女性の悩みを解消してくれる「エイジング毛対応のストレート」。年齢を重ねた繊細な髪の毛をいたわりながら、健康的にフワッサラの大人ストレートを実現します♪

大好評！ **大人女性のためのエイジング毛対応 ストレート＋カット ¥12,100**

☎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



美容×体力メンテナンススタジオ ChicoPARK 体力メンテナンス協会認定 chico park

完全パーソナルレッスン
新型コロナウイルス予防対策店
一人ずつのレッスンで安心安全♪

こんな方にオススメ
■妊活〜産後ケア ■更年期対策 ■姿勢改善
■体力UP ■ダイエット

LINEリニューアル
予約が簡単にできます♪

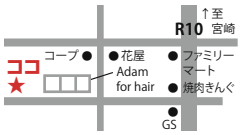
バランスボールで楽しく有酸素運動！

一緒に身体を動かし、「カラダとココロ」を整え、理想のスタイルを目指しましょう！　姿勢を正しい位置に改善しながら有酸素運動をすると、背中のお肉やポッコリお腹とサヨナラできますよ!!

大好評 **パーソナルトレーニング 1レッスン(60分)3,300円**
一人ひとりに合ったトレーニングとアドバイスを行います。

📱090-5943-2437 (岡元)

都城市都北町6319-2
営業／9：00〜20：30
駐車場／あり
https://chico-park.com
Instagram「chiaki7603」



hair-hair Jewel ジュエル

人気menu
■シャキーンとならない縮毛矯正 ¥12,000
最高の手触り！
加齢によるクセやうねりを、美しい艶のある自然なストレートヘアに
(税込・長さ料金別)
■カット ¥3,200
■塗るだけヘナ¥3,800

新！髪のエイジングカラー!!

抜毛・薄毛に効果大の安心・安全な「ヘナカラー」が大好評の『Jewel』に、髪のボリュームと白髪が気になる大人女性にオススメのエイジングカラーが登場しました。5年後・10年後も健康な頭皮と髪を守ってくれるカラーをぜひご体感ください！

owner & stylist
Akane Morizono

選べるカラー
新カラーも登場！頭皮と髪をケアして若さを保つ【税込・長さ料金別】

髪のエイジングカラー
オキシロン ¥330＋通常カラー
■グレーカラー ¥6400〜
■オシャレカラー ¥6800〜
有害な物質から頭皮と髪を守り、白髪を抑制しながらダメージを最小限に抑えるカラー

大人気！美しい艶を実現 100%天然ヘナカラー
■ヘナ ¥5,000
■ヘナ&ハーブのWカラー ¥7,500

☎0986-77-2548

都城市八幡町16-3
営業／9：00〜18：00
定休／月曜日、第1・3日曜日
駐車場／6台
完全予約制

TOTAL BRIDAL SALON うさぎ

新！ハイドラフェイシャルと脱毛で秋も美しく♡

まったく新しい毛穴洗浄！ハイドラフェイシャル登場!!

STEP1	クレンジング＋ピーリング
STEP2	毛穴吸引＋保湿
STEP3	美容液導入＋保護

の3ステップで、6つの機能を行うフェイシャルトリートメント。

話題の新メニュー登場
ハイドラフェイシャル
¥15,000 → ¥7,900
※2回目以降も¥7,900でOK!

その他メニューもオススメ
背中上・二の腕・ヒップ・太もも・膝周り 他
¥7,900〜¥9,900
背中・二の腕・ヒップなどのブツブツや黒ずみもキレイになります！

最新高速脱毛マシンなら最短6カ月で脱毛が完了!!

メンズ脱毛
男性からも高評価!! メンズ脱毛も大人気!
イチオシ 顔全体＋あご下
¥4,500→ 初回限定 ¥2,800
■全身脱毛(顔込み) ¥16,800
■顔全体＋あご下＋脚全体 ¥9,500
■顔全体＋あご下＋腕全体 ¥9,000

女性限定 全身脱毛 特別価格
■全身脱毛 ※VIO・顔除く
初回限定 ¥5,900
2回目以降 1回 ¥9,500
6回コース ¥49,000
■全身脱毛 ※VIO込み
初回限定 ¥7,900
2回目以降 1回¥12,000
6回コース ¥59,000

新規様限定！ ¥2,000以上施術の方 保湿クリーム(¥1,200相当)プレゼント

Bridal ～ブライダル～

結婚の形も挙式のスタイルも自由に選べる今
笑顔がひときわ煌めく、
お二人が願うブライダルを
お作りします。

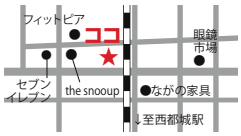
イチオシ
和婚 ¥79,000
新郎衣装(紋付袴)
新婦衣装(白無垢or色打掛)
ヘアメイク、着付け料込み

人気No.1
和装・洋装ロケプラン ¥158,000
新郎衣装(紋付袴1着、タキシード1着)
新婦衣装(白無垢or色打掛1着、白ドレスorカラードレス1着)
ヘアメイク、着付け料、写真代込み

80点余りの白無垢・色打掛などを取り揃えております。レンタルドレス店とも提携しておりますので、洋装のみを御希望されるお客様も気軽にご相談ください。

(Bridal部門)
📱090-5745-5684
(脱毛・エステ部門)
☎070-5698-5311
宮崎県都城市宮丸町2993−1
営業／10:00〜24:00　無休

HP　Instagram



右の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都城五十市
☎(0986)51-6530
都城市鷹尾3-14-20-1

YC中央・北部
☎(0986)36-5471
都城市祝吉町5055-5

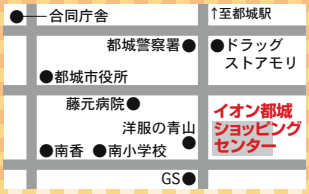
YC沖水・庄内・山田
☎(0986)38-2862
都城市都北町3580-2

YC高崎
☎(0986)62-0865
都城市高崎町大牟田1215

ON

グセンター専門店街

都城市早鈴町1990



運動会にキャンプ!! アウトドアを楽しくするアイテムがいっぱい!

TEZUKA WORLD SPORTS

運動会のアスレジャーコーデイチオシ!

運動会は、NIKEウェアでキメてみませんか? お父さんとお母さんをかっこよくするアイテムが満載です!

この他にも、ここでしか購入できないNIKE限定スニーカーもありますよ!!

Men's NIKEエア ポリニットジャケット

ナイキエアコレクションは、数十年にわたってスウッシュブランドを作り上げてきた伝説のスニーカーに敬意を表したデザイン。

Front Style

フルジップのニットジャケットに、Airのテイストをプラス

Back Style

大きめのスウッシュがポイント。お気に入りのスニーカーと合わせると運動会のオシャレコーデが完成!!

NIKEエア パーカー

上質な着心地と、Nike Airのラバーグラフィック、縫い目に施されたカバーステッチのパイピングが、ワンランク上のスタイルを演出。

NIKE フリース パーカー

チームジャージ風のデザインを、重ね着に適した大きめのパーカーに。オシャレに普段着使いもできるウェアです!

Ladies'

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

DAISO ダイソー

キャンプ&オウチバーベキュー&運動会もラクに快適に!

昨年から大人気!! ワンコインで買える! 折りたたみテーブル&チェア

コンパクトサイズで持ち運びも便利な上に、しっかりとした素材で作られた本気モードのテーブル&チェア。運動会でも大活躍してくれること間違いなし!!

フォトジェニックなアウトドアGoods

機能性はもちろん見た目もオシャレなランタンやBBQディッシュなど、キッチンアイテムから便利グッズまで豊富に揃っています!!
今年のイチオシは、キャンプで本格的なコーヒーを飲みたい方にオススメのコーヒーミル。

New

キャンピングトースター

キャンプの朝食に! アウトドア用ガスコンロや焼き網などの上に置くと、ベストな状態のトーストが完成!

釣り道具も充実

竿リールセットやバケツはもちろん、「ショアジギング」「サビキ釣り」「キス・カレイ釣り」など、狙う魚に合わせた仕掛けも多数!!

バーベキュー用鉄板

シングルバーナーや焚き火台、バーベキューの網などにのせて使用!!

ダイソー 2F TEL.0986-46-3915

LA PAX

新作のリュックで出かけよう♪

BEAMS DESIGN バックパック

ポリエステル素材をメインに採用した軽量でスマートなデザインのリュック。容量が大きいので、ちょっとした旅行にも大活躍してくれます!

BEAMS DESIGN ボディバッグ

シンプルオシャレなボディバッグ。両手を空けて身軽に外出したい日にぴったりのアイテムです。

LAPAX 1F TEL.0986-46-2225

ABC-MART

スポーティに! オシャレに!! 履きやすさ抜群!

NIKEスニーカー AIR MAX SYSTEM

80年代のテイストを詰め込んだ一足。定評のあるビジブルクッショニングに、スポーツをイメージしたスタイリッシュなアッパーが◎。運動会に大活躍のスニーカー!

キッズスニーカーもたくさん!

adidas new balance VANS

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

金海堂

ソロキャンプデビュー前に読みたい本!

キャンプ初心者も上級者も必読の関連本が揃っています。今年の秋も、キャンプへ行こう♪

店内には、秋の夜長に読んで欲しいスタッフオススメ本が、たくさん紹介されています!

キャプヘイの日本一身軽なソロキャンプ

ソロキャンごはん

natsucampの「ひとりキャンプで食って飲む」レシピ

原田店長オススメ!!

ひなたのひより 毎田ペパ子

宮崎在住の漫画家が描く、宮崎とキャンプごはんが詰まったマンガです♪

金海堂 2F TEL.0986-21-7133

ITALIAN TOMATO Café Jr.

期間限定のパスタ&スイーツをどうぞ!

メロンショートケーキ 1ピース690円 ※持帰り678円

どこを食べてもメロンが美味しい!!
ショートケーキが届きました♪

この他にも、季節限定のドリンクも登場!

残暑もオススメ! 冷製パスタ

駿河湾のしらすと高菜の相性が抜群の和風パスタ。食欲がない時も、サッパリと食べられるメニューです。

イタリアントマトカフェ Jr. 1F TEL.0986-22-1190

薩摩園 鎌田茶業

NEW OPEN! さつまえん cafe

お茶屋さんが厳選したお茶を使ったスイーツやドリンクを、テイクアウトやその場で堪能できるカフェ。

煎茶や和紅茶、ほうじ茶、抹茶ラテ、フルーツティーなどドリンクも満載♪

抹茶パッソ

自家製抹茶を贅沢に使用したパッソは、オープンから大人気!『イオン都城店』限定のスイーツです♡

イチオシ!

薩摩園 鎌田茶業 1F TEL.0986-46-2221

ギフトに最適なタリーズジップ
コールドブリューコーヒー
アニバーサリーブレンド

水出しでフルボディテイストのコーヒーを楽しむことができます♪

ブチギフト

ちょっとした手土産にいかがですか?

敬老の日にオススメ

コーヒーや焼菓子などをセットにした本格ギフト。熨斗やリボン、どちらもお選びいただけます。

タリーズコーヒー

美味しいドリンクもギフトもおまかせ!!

出雲生姜のブラッドオレンジジンジャーエール

ほどよい酸味と柑橘の爽やかさが心地よい炭酸ドリンク。

エスプレッソショコラシェイク

人気のエスプレッソシェイクにまろやかなホイップクリームとチョコ風味をプラス!

タリーズコーヒー 1F TEL.0986-24-2082

ケンタッキーフライドチキン

9月13日(火)まで! お得な30%パック販売中!!

厳選された国内産チキンだけを使って、中までふっくらジューシーに揚げているオリジナルチキンを、人気のサイドメニューと一緒に味わえるおトクなパックをご用意!!

期間限定

ガーリック×ハバネロ ダブルパンチサンド

ガーリックの旨味とハバネロの辛みがガツンとくる、大人にオススメのスタミナサンドです。

ケンタッキーフライドチキン 1F TEL.0986-46-2275

秋先取り Fashion＆Beauty イオン都城店

THE SHOP TK

秋の気配を感じるファッション

着回しやすいシンプルなデザインに、トレンド感のあるゆったりとしたシルエットのアイテムが届いています。

「まだまだ暑いけれど、秋先取りのファッションを楽しみたい！」という方に、オススメの小物も充実しています♪

Ladies'

秋のスタンダードはワンポイントカラーで作るパリジェンヌのワードローブ♡

こっくりカラーのボーダーが目を引くバスクシャツに、色落ちしたデニムをプラス。トレンドカラーのグリーンのベロアシューズで秋感もUP!

Men's

これからの季節に大活躍するセットアップ

肌触りのよいスポーティな素材。ストレッチ性、防シワ性、速乾性など、機能も最高なトラックテーラードジャケットとスラックス。オンオフどちらでも合わせやすく、シーズンレスで着用できるのも◎。

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

イオン都城ショッピン

TEL.0986-46-2222

最新情報満載！
各店のセールやイベントはココからチェック!!

詳しくはQRコードにアクセス

---

one'sterrace 今秋！大注目の「キンモクセイ」アイテム!!

多くのブランドから「キンモクセイ」の香りをテーマにした新商品が続々と登場しています。数量限定のヘアケアやボディケア用品、ルームフレグランス、バスグッズなどが揃っています♪

ギフトにも最適

イエローとグリーンがオシャレなパッケージのアイテムは贈物としてもイチオシです!

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

オンデーズ 秋ファッションはめがねから

Ladies'

Graph Belle

メタル素材のシックで上品なフレームは、かわいらしさと知的さを演出してくれると大人気!

John Dillinger

彫金デザインやメタルパーツのディテールが、レトロな存在感と現代的な装飾をあわせもつクラシックスタイル。

Men's

秋のサングラスフェア！

運動会や秋のアウトドアにイチオシ!! UV99%以上カットのサングラスで大切な目を守ろう

ベーシックなデザインからファッションを楽しむものまで、快適な使用感とオシャレを兼ね備えたサングラスが揃っています。

オンデーズ 1F TEL.0986-21-3313

---

*fuse_ ヒューズリセット

即完売の秋物！ 続々入荷中♪

トレンドをさりげなく取り入れた「ナチュラルな大人カジュアル」&「大人ガーリー」スタイルが大人気のセレクトショップ。デコルテラインが美しいデザイントップスやロングスカート、ワンピースも届いています!

東條店長 コーディネイト Advice!

大人女子こそオシャレに着こなしたいマドラスチェックのワンピース。この季節にピッタリな、秋らしいブラウンと爽やかなホワイト、上品なフリルが印象的なデザインの1着を、サラっと着こなしてくださいね。

取扱いbrand

COCO DEAL / gru.rond / Bou Jeloud / RÉAC
LILLIAN CARAT / AMERICAN HOLIC / POU DOU DOU

*fuse_ 1F TEL.0986-22-2131

CHIPPER CHIT
運動会やアウトドアに大活躍の帽子!

秋感溢れる素材やカラーの帽子がたくさん!! 秋のトレンドカラーを抑えたキャップやバケットハットは、レディース・メンズともにオススメです♪ アウトドアに必須の帽子を、ぜひご覧ください。

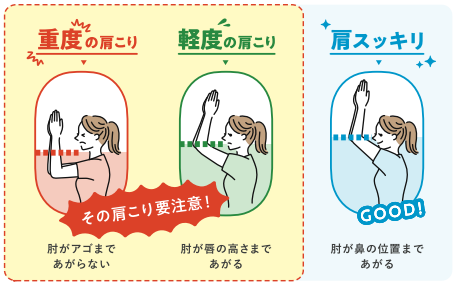
この他にも、秋先取りのバッグや洋服なども豊富にラインナップ

アニマル柄の帽子もGood! ファッションのワンポイントに!!

CHIPPER CHIT 1F TEL.0986-21-7051

LOIVE

このポーズできますか？ 肩こりチェック!



肩こり解消には・・・ ホットヨガがおすすめ!

はじめての方限定
手ぶらホットヨガ体験 0円

ヨガマット・上下ウェア・バスタオル・フェイスタオル・お水ぜ～んぶセットのコミコミ♪
0円で体験いただけます。
［清潔感のあるおしゃれな女性専用スタジオ］
［シャワー室完備］

web予約はこちら

LOIVE 1F TEL.0570-666-969

Raffine 癒やされながら美しく!

メールやLINEなどで気軽に送ることができる便利なデジタルチケット。全国のラフィネグループ店舗でご利用いただけます!

◆◇◆MENU◆◇◆

ボディケア	20分	2,200円～
リフレクソロジー	20分	2,200円～
フェイスセラピー	15分	1,650円～
ヘッドショルダー	15分	1,650円～

Relax Time…

ラフィネ 1F TEL.0986-22-6551

Palais Picasso 「敬老の日」に贈りたい1足

くつろぎエルダー

軽量で通気性に優れたストレッチ素材を使用。屈曲性も抜群! かかと部分は踏みつけても元に戻る「復元カウンター」に!! 贈物として喜ばれること間違いなしのシューズです。

DUNLOP リファインドスニーカー

つま先部分に伸びるストレッチ素材を使用。足にやさしくフィットしながらも、土踏まずをしっかりと支えるアーチサポートインソールが、足裏全体を包み込む最高の履き心地を実現。やわらかゆったりの快適4E設計!

この他にも、トレンド感のあるレディース&キッズシューズがたくさん入荷中! 国内外からセレクトしたブランドシューズや雑誌掲載商品なども多数揃っています。

Palais Picasso 1F TEL.0986-46-2007

—安心・信頼のコンタクトレンズ専門店—
シティコンタクト

年中無休

土・日・祝日も営業しています!!

シティコンタクト鷹尾店隣にアイクリニックがOPEN!

3店合同キャンペーン開催中!!

イオン都城SC店隣のアイクリニックが鷹尾店に移転OPEN

ご来店時、またはご精算時に必ずきりしまフォーラムをご提示ください

鷹尾店をご利用のお客様は都城店・小林店でもご購入いただけます。詳しくはお問合せください。
※表示価格はすべて**税込**です。
※保険証をご持参ください。

コンタクトレンズご利用がはじめてのお客様は必ずメガネご持参の上、夕方18:00までに受付を済ませてください。

オープンキャンペーン続行決定!

メガコンプラン 9月末日まで

コンタクトレンズ
※使い捨てコンタクトの場合は、1DAY1カ月または2WEEK3カ月以上ご購入の方

＋

メガネ一式
（1.56標準レンズ付き）

コンタクトとメガネを同時購入で **メガネ20%OFF!!**

シティコンタクトは 在庫がとにかく豊富!

トライアルレンズの種類も豊富。お客様の目に対応する、さまざまなメーカーのレンズをご用意しています!

1DAY いつも清潔! 1日使い捨てタイプのレンズ

ボシュロム
バイオトゥルー ワンデー マルチフォーカル 1箱(片眼30枚入)
オープン特価 **3,600円**

遠近両用ワンデー

近くも、遠くも、中間も快適に! 潤いが続き、1日中、ストレスフリーな視界へ。UVプロテクト機能付。

クーパービジョン
マイデー 1箱(片眼30枚入)
4箱まとめて購入で **1,000円OFF**

酸素を最大限、角膜に通すスマートシリコンという素材を使用。高い保水性も◎。

日本アルコン 新商品
PRECISION 1 1箱(片眼30枚入)
4箱まとめて購入で **1,000円OFF**

New

デジタルデバイスによる「目の大乾燥時代」に、長時間続くうるおいと快適性、鮮明な見え方と、取り扱いやすさを追求!

クーパービジョン
プロクリアワンデー 1箱(片眼30枚入)
オープン特価 **2,730円**
※乱視用・遠近両用は対象外です

瞳の角膜細胞をモデルに開発され、つけた瞬間のうるおいが一日中続く!

2WEEK 使い捨て2週間タイプのスタンダードコンタクトレンズ

日本アルコン
エア オプティクス プラス ハイドラグライド 1箱(片眼6枚入)
オープン特価 **2,500円**
※乱視用・遠近両用は対象外です

最後の日までずっと心地いい2週間レンズ

メニコン
2WEEKプレミオ 1箱(片眼6枚入)
オープン特価 **2,700円**
※乱視用・遠近両用は対象外です

高い酸素透過性で、瞳への負担を軽減

別料金で快適な遠近両用・乱視用もラインナップ!

ハード・ソフト

即日お渡しOK!

長時間装着に最適なハードレンズとソフトレンズ
手元が少し見えにくい方へハードレンズの遠近両用もあります

ボシュロム **EX-O₂**
1枚 ハードレンズ
オープン価格 **7,500円**
瞳への圧迫感や異物感を少なくするレンズデザイン

メニコン **Z**
1枚 ハードレンズ
オープン価格 **10,000円**
UVカット付。高酸素透過性レンズ。

SEED **プレリーナII**
1枚 遠近両用
オープン価格 **15,000円**
瞳を快適にサポートする遠近両用ハードコンタクトレンズ

掲載以外のハード・ソフトコンベンショナルレンズ
すべて1枚 **1,000円OFF**
選べる保証システム
壊れた! 汚れた! 視力が変わった! etc.

メガネ

メンズ・レディース・キッズと、さまざまなブランドとデザインを豊富に取り揃えています!

1.56中屈折レンズ付メガネ

5,500円 7,700円 11,000円 14,300円

薄型レンズ、カラーレンズも取り揃えています。詳しくはスタッフまで!

メガネフレーム ＋ メガネ拭き ＋ レンズ ＋ ケース

Mens

Ladies

レンズ交換もお得!!
レンズ代金のみ! 加工料無料!!
※フレームの状態によってはレンズ交換が難しい場合もございます。

1.56中屈折レンズ(2枚1組) **3,600円**

Kidsメガネも充実

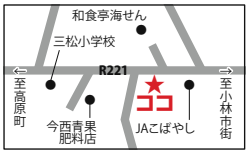
メガネがはじめてのお子様も安心していただけるサポートが満載です! 専門スタッフに気軽にご相談ください。

都城店 イオン都城SC内
TEL.0986-45-0517
都城市早鈴町1990
2階休憩所横
営業時間／10:00〜20:00
年中無休 駐車場／あり

鷹尾店 TEL.0986-58-8540 鷹尾アイクリニック

ハードコンタクトレンズ 1DAY 2WEEK
すべて県下一の品揃え!!

都城市鷹尾2丁目2-8
営業時間／9:00〜19:00
店舗年中無休(検査:毎週火・水曜日休み)
検査受付時間／
平日・祝日
13:00〜18:30
土・日曜日
10:00〜12:30
13:30〜18:30

小林店 TEL.0984-27-4877

小林市堤2289-3
営業時間／9:00〜19:00
年中無休 駐車場／あり