



vol.374  
MAY 2023

5

# 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

※誌面内の価格はすべて税込み表記です



フォーラムがプロデュース!!  
日帰りぶらり旅  
古墳と共に  
在り続ける町  
**西都市**  
**特集!**



フォーラム シニア ライフ  
**Forum Senior Life 通信**

●特集  
今から考える「空き家」対策  
『株式会社 都城店』インタビュー

新しいお店の  
情報満載 **新店舗特集**

フォーラム  
オススメ! **FORUM'S SELECT グルメ**

キレイを  
お徳に! **Beauty特集**

初夏の  
オススメ **習い事特集**

その他、イベント情報など、盛りだくさん!!



表紙の絵  
**『たのしい  
こいのぼり』**

すえなが りりあ  
**末永 莉々愛 ちゃん**  
(6歳)

こいのぼりがうまくかけて  
うれしいです。かぞくでまた  
みにいきたいです。

●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!



—安心・信頼のコンタクトレンズ専門店—

# シティコンタクト

3店合同キャンペーン  
コンタクトレンズ&メガネが驚きの価格に!

## 5月もずっとおトク! GWキャンペーン開催!

年中無休 土・日・祝日も営業!

コンタクトレンズをご利用がはじめてのお客様は必ずメガネと保険証をご持参の上、練習などに1時間程かかりますので、夕方18:00までにはご来店ください。

鷹尾店をご利用のお客様は都城店・小林店でもご購入OK! 詳しくはお問合せください。

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!

### メガコンプラン

大好評につき続行決定!  
5月末日まで

コンタクトレンズ + メガネ一式 (1.56標準レンズ付き)

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

コンタクトとメガネを同時購入で **メガネ10%OFF!!**

#### 1DAY いつも清潔! 1日使い捨てタイプのレンズ

<p>ポシュロム アクアロックス ワンデーUVシールド 1箱(片眼30枚入)</p> <p>近視用・遠視用</p> <p>ポシュロム史上、最も完成された1DAYレンズ。</p> <p>新発売記念! お試し用レンズ5日分(10枚)プレゼント!!</p> <p>4箱まとめて購入で1,000円OFF</p>	<p>ポシュロム バイオトゥルーワンデー 1箱(片眼30枚入)</p> <p>※乱視用・遠近両用は対象外です</p> <p>特別セール価格: 2,800円</p>	<p>日本アルコン PRECISION 1 1箱(片眼30枚入)</p> <p>4箱まとめて購入で1,000円OFF!</p>
<p>ポシュロム バイオトゥルー MF 1箱(片眼30枚入)</p> <p>遠近両用ワンデー</p> <p>お試し価格: 3,600円</p>	<p>クーパーバージョン プロクリアワンデー 1箱(片眼30枚入)</p> <p>※乱視用・遠近両用は対象外です</p> <p>特別セール価格: 2,730円</p>	

#### 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

<p>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)</p> <p>オープン特価: 2,500円</p> <p>※乱視用・遠近両用は対象外です</p>	<p>メニコン 2WEEK プレミオ 1箱(片眼6枚入)</p> <p>オープン特価: 2,700円</p> <p>※乱視用・遠近両用は対象外です 別料金で快適な遠近両用・乱視用もラインナップ!</p>	<p>クーパーバージョン バイオフィニティ 1箱(片眼6枚入)</p> <p>4箱まとめて購入で1,000円OFF!</p> <p>※乱視用・遠近両用は対象外です</p>
---	---	---

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!

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!

1.56中屈折レンズ付メガネ

5,500円 7,700円  
11,000円 14,300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相談ください。

#### 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。手元が見えにくい方には、ハードレンズの遠近両用もあります。

<p>ポシュロム EX-O2 ハードレンズ 1枚</p> <p>特別セール特価: 7,500円</p>	<p>メニコン Z ハードレンズ 1枚</p> <p>特別セール特価: 10,000円</p>	<p>メニコン メニフォーカルZ 遠近両用 1枚</p> <p>特別セール特価: 19,800円</p> <p>ユーザーに合わせてカスタマイズ可能な難に優しいコンタクトレンズ ※1年保証付(割れ・視力変化など)</p>	<p>掲載以外のハード・ソフト コンベンショナルレンズ</p> <p>すべて通常価格より1枚1,000円OFF!</p> <p>選べる保証システム 壊れた! 汚れた! 視力が変わった! etc.</p>
---	---	---	---

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!

1.56中屈折レンズ付メガネ

5,500円 7,700円  
11,000円 14,300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相談ください。

都城店 イオン都城SC内

TEL.0986-45-0517

都城早鈴町1990  
2階ティサービス遊戯横  
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

都城鷹尾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

すべて県下一の品揃え!!

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

和食亭海せん  
三松小学校  
JAこぼやし

## 端午の節句

鯉の引菓子(糸鯉)

職人が丹精込めて作るお菓子

霧の大地ゼリー 霧滴る

## 母の日

HAPPY Mother's Day

母の日は南香のお菓子で「ありがとう」を届けよう

プリンセスmama

母の日限定 和菓子

お菓子の南香

創業明治三十四年  
郷土銘菓処 都城市甲斐元町1-26 8:30~19:00  
TEL.0986-22-4670

※3月のお休みは10日(水)・24日(水)です  
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

## 新茶の季節 お菓子の南香の美味しい涼菓が今年もできました

霧の大地ゼリー 霧滴る

職人がこだわり選んだ宮崎県産の食材のみを使用し、一つひとつ丁寧に作られるゼリー。新茶の季節におすすめの「バイオ茶」は、三股町にある「宮崎上水園」のお茶と厳選された小豆、栗が入った贅沢な逸品。また、宮崎県産のマンゴーや日向夏をふんだんに使ったゼリーも輝く美味しさです。

ゆずマンゴー 黒霧島 焼酎いちごバイオ茶 日向夏  
【5個入・10個入・16個入】

## 味わい深し 水羊羹

北海道産の選り抜かれた小豆のみを使用した本物の小豆あんのみ美味しさを味わうことのできる水羊羹は、新茶と一緒に味わいたいお菓子です。

端午の節句におすすめの「よもぎの柏餅」や「スペシャルデコレーションケーキ」もご用意しています。気軽にご相談ください。

お菓子の南香 TEL.0986-22-4670

都城市甲斐元町1-26 8:30~19:00  
5月のお休みは10日(水)・24日(水)です

贈答用全国発送もOK!

# 新・医療の窓

早水公園クリニック便り 85

①胃が痛くて、胃カメラをしたいのですが、鼻から行う胃の内視鏡は痛くないのですか？

ここ最近、鼻からの細い内視鏡も画像がよくなり、胃カメラは基本的に鼻からの挿入がメインになっていきます。口から入れるより、いわゆる「オエーツ」となる咽頭反射が抑えられ、話すこともできます。痛みは鼻の中を十分に麻酔するので、一部、鼻炎や外傷などで鼻腔が狭い方など以外は、それほど痛みはない傾向にあります。

今まで、「オエーツ」となり、苦しいので胃カメラはちよつと……」と思っていた方は、鼻からの検査をしてみると、案外大丈夫ですよ。

## ②腸管免疫とは？

我々が外からの病原体と戦う免疫細胞の7割は、腸に生息していると言われています。腸内には、善玉菌・日和見菌と、悪玉菌があります。善玉菌が増えると腸内環境もよくなり、免疫力もアップすると言われています。この善玉菌の好物を摂取してあげて、増やすことが大切です。

具体的には、発酵食品のヨーグルトや納豆、食物繊維のこんにやく、野菜、ごぼうなどです。逆に悪玉菌の好物は、お肉



院長 山内明

③ストレスがかかったり、不安になると、お腹が痛くなります。

それは、過敏性腸症候群かもしれません。過敏性腸症候群とは、不安や緊張などの精神的ストレスや、自律神経の乱れが原因で、腹痛を起こす病気です。下痢症と便秘症に分けられます。下痢症は男性に多く、緊張したりすると、突然、便意がおそってきて、下痢や腹痛をおこします。便秘症は女性に多く、自律神経の乱れで、腸がはいれんしてコロコロとした便となり、なかなか便が出ず、腹痛をおこします。

改善のためには、リラックスすることを心がける、食生活や日常生活の改善を行うことが大切です。それでも、日常生活に支障が出る場合などは、病型により、今はさまざまな薬があるので、まずはご相談ください。

などの動物性脂肪や油物です。バランスのよい食事をとり、腸内環境を整えて、免疫力をアップしましょう。

### 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。

早くも大好評

機能を拡充して  
新しく完成した専門外来棟が  
2022年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、青髄小脳変性、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步は、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。



### 特徴4

## 最新式CT導入

見落としを防止、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

## 尿(一滴)による 癌検診

読者の  
質問最多

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



女性のためのマネー講座

女性に大人気  
セミナー企画!

# 賢く貯めて備える 初めてのマネーセミナー

参加費  
無料

ライフスタイルにあわせた賢い資産形成を学びませんか?

今回のセミナーでは「賢く貯める」をテーマに

今からでも間に合う賢いお金の貯蓄法や、

初めての資産運用を分かりやすく解説します。

セミナー後は、講師の無料相談も承ります!

日程

5.27<sup>土</sup>

午前の部

10:00-12:00

午後の部

14:00-16:00

定員

各回20名様 各回共にお申込多数の場合は抽選となります。

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 都城市図書館2階 ※駐車場無料

お申込  
方法

右記のお申込フォームから応募をお願いします。  
抽選結果はメールかお電話にてご連絡致します。

※金融関係者や営業目的の情報収集など、  
セミナー目的以外の参加はお断りしております。



応募フォームはコチラ

1つでも当てはまる方は  
参加をおすすめします!

- お金が計画通り貯まらない
- 家計改善を真剣に考えたい
- 子供の教育費を効率よく貯めたい
- 老後の資金について相談したい
- つみたてNISA・iDeCoのことが知りたい

参加者全員にお土産付き!

北海道銘菓『白い恋人』のおいしさを受け  
継いだISHIYA Gのサク ラング・ド・ジャ  
(ミルク) 12枚入をプレゼント!  
オリジナルブレンドのミルクチョコレート  
は、北海道産ミルクたっぷりのでコクのある  
味わい。女性に大人気の逸品♪



頼れる講師はこちら!



ファイナンシャル・プランナー ライフプラン PARTNERS株式会社  
とがわ たつひこ

都外川 達彦先生

保有資格: ファイナンシャルプランナー(AFP)  
証券外務員(1種) クレジットカードアドバイザー  
働き方改革アドバイザー(宮崎県)

現在、ファイナンシャルプランナー、アドバイザーとして、個人法人問わずセミナーなどで「人生100年時代のライフプラン、マネープラン」を伝える活動に奮闘中。誰にでも分かりやすくをモットーに日々活動中。2児の父で、家事、育児も頑張っています。

お問合せ

マネーセミナー事務局 TEL:0120-756-034(平日10:00~18:00)※土日祝日は除く 主催社: ライフプランPARTNERS株式会社



# Thank You Mother's Day

お母さんと一緒におでかけしましょ



## COPAN コパン

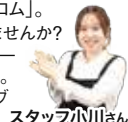
シンプルさとオシャレさを兼ね備えたデザインが目を引く「コパン」は、無水調理ができる鍋。食材の旨味を引き出す無水調理だけでなく、焼く、炊く、炒めるなどの調理もOK!



## 美髪が欲しいお母さんへ LOVE CHROME ラブクロム

いつまでもキレイが続く美髪をプレゼントしませんか? サラッと髪をとくことで、一瞬でキレイになれる魔法のようなく「ラブクロム」。サロン品質のヘアケアを体感しませんか?

ブラッシング中、静電気が立ちません。すぐ髪もサラサラになるので、朝のブラッシングが時短になっています!



スタッフ小川さん

## 母の日ギフト「ありがとう」の想いを込めた特別な贈り物

### プーラビーダオリジナルギフト

暮らしを彩る食器やお茶、雑貨、美容グッズなど、母の日にぴったりのアイテムで、お母さんをイメージしたギフトを作りませんか?

### お料理好きなお母さんへ

食器セットや蚊帳ふきなど台所や食卓を華やかにするアイテムや、ホッと一息のティータイムにピッタリな「極上はちみつ紅茶」をセットにしたギフト。



### 日焼けが気になるお母さんへ



**ストール** 今治で100年以上続く織機を使い、独自のもののつくりを続ける「工房織座」の薄地でサラッとした質感のストールや、ひんやり感触と優れた吸湿性のあるストールが、首回りを華やかにしながら、日焼け対策もしてくれます。

**日傘** 紫外線だけでなく、暑さをエレガントにカット。「遮熱・遮光100%」の日傘も大人気。

**アームカバー** レースや花柄が美しいアイテムが充実。サラサラとした「吸汗速乾」の機能性も抜群!

**帽子** 紫外線をガードしてくれる帽子は、さまざまな素材やカラーが充実。

### スタッフ久保さんコーディネイト

ファッション性の高いストール&日傘でオシャレに紫外線をカット

## 母の日イベント

## 元明生花店

毎年大人気のバルーン限定販売!!

5/14日 まで

見るだけで癒される「ドライフラワーバルーン」を大好きなお母さんへ贈りませんか? お部屋のインテリアとしても、長く愛されるバルーンです。



## お母さんへのプレゼントにも♡ FMK ワークショップ開催



5/13日 & 14日 10:00 ~17:00

1枚から好きな紙が選べるノートに、スケジュールやポケットを組合わせて自分好みにカスタマイズ! 世界にひとつだけの手帳やノートを作ろう。

## 5月の疲れに 身体をメンテ!!

### プーラビーダ×南阿蘇農園 25tea ニジユウゴティー

オリジナルの健康茶は、ビタミンやアミノ酸、食物繊維もたっぷりなノンカフェインのお茶です。水分補給を忘れずに!



不動の人気No.1 健康茶

## you-Ri POP UP SHOP



4/29日 ~5/14日

いつものコーデに華やかさをプラスしてくれる、一点一点手作りのハンドメイドアクセサリー。お楽しみに!

## 宮崎のご当地雑貨



New GYOZA

大人気のご当地雑貨に「GYOZA」シリーズ登場! 宮崎に由来のある食べ物や企業、場所などをレトロかわいく表現したオリジナル雑貨は完売必至です。

## GWキッチンカー情報

売れ切れ次第終了のため、お見逃しなく! 詳しくはHPをチェック!

4/29日 one one coffee



小さなスペシャルティコーヒー屋さん

4/29日・5/3日・5日 LSOURIRE



こだわりのアイスクリーム専門店

4/30日 CREPERIE SEVEN



フルーツたっぷりクレープや食事クレープも大人気

5/4日・6日 torinchu&cucco



ピザ&チーズケーキが絶品!

## 鹿児島が

より近くなりました!!

東九州道開通で

志布志市から約35分

「横市インター」から約10分

「乙房インター」から約10分

## プーラビーダ ポイントカード



入会無料!

全店舗共通で使用OK!!

ポイントがたまる総額から2,000円引きの特典

## プーラビーダ 都城店

☎ 0986-36-6188



営業時間 10:00 ~ 20:00

都城市吉尾町2100

https://www.pura-vida.jp/



おかげさまで23周年 **初夏のアウトレットセール開催!** 全メーカー 常時60台以上 展示中!

嬉しいお知らせ! **来店特價最大 80~10%OFF** 下取り&値引きキャンペーン開催!!

手作りワークショップ 5月 巾着バッグを作ります♡ **1,000円** ※日程は応相談。気軽にお電話ください! 完全予約制 個別教室

ミン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 **来店特價**

☎ **0986-46-3342** 各メーカーOK!! 住所/都城妻ヶ丘町15-12 営業/9時~18時 定休/火曜日 **修理見積り無料! 出張もOK!!**

**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

空き店舗情報 **スナック店舗 入居者募集**

敷金・礼金0円 改装済み!! **16坪 家賃60,000円**

新品のイスをはじめとして、すべての機器が完備 今すぐにもスタートできます♪

【機器】流し台2台・ガス台・冷蔵庫・製氷機・カウンターテーブル  
イス9脚・ボックス席・トイレ・洗面台  
【場所】居酒屋Ra~ビル2階 都城 市羊田町21-10 詳細はお問合せください!

お問合せ **TEL.0986-25-3651** (担当:永山) **(有)エイゼン永山 TEL.090-6637-6080**

**屋根・外壁塗装・リフォームのことなら お任せください!**

足場代・お見積り **無料!!**

まずはご相談下さい!!

「都城 リフォーム補助金」 **最大10万円!!** はじまりました。

取扱い: 外壁塗装 屋根塗装 鉄部塗装 防水塗装 内装塗装 リフォーム

**LIFIX 株式会社** 都城 市今町7338番地 **0120-926-767** Google LIFIX株式会社

WEBサイトもご覧ください!

# 休日急患診療機関

【5月度予定】



3日(水)	政所医院 (小・内)	高城町	58-2171	14日(日)	柳田病院 (小・内)	東町	22-4850
	宮永病院 (内・胃・外)	松元町	22-2015		松山医院 (内・呼・リウ)	上川東	24-1046
	長倉医院 (内)	三股町	52-2109		坂田医院 (内・消(胃))	三股町	51-2003
	都城フォレストクリニック 脳神経外科(脳)	下川東	80-4313		仮屋外科胃腸科医院(外・胃・内・肛)	志比田町	25-7712
	橘病院 (整)	中町	23-7236		ならはら皮膚科医院 (皮)	志比田町	22-1455
	かみながえクリニック (耳鼻)	上長飯町	25-0224		ふたみ眼科 (眼)	都北町	38-5532
	井上歯科 (歯)	姫城町	25-8573		よしお歯科医院 (歯)	吉尾町	36-7802
4日(木)	志々目医院 (内・小)	山之口町	57-2004	21日(日)	早水公園クリニック (内・小・外・消(胃)・アレ)	早水町	36-6117
	富田医院 (内)	栄町	23-4586		柏村内科 (内)	上町	22-2616
	ホームクリニックみまた (内・呼)	三股町	52-1348		いづみ内科医院 (内)	鷹尾	22-7111
	都北ごとうクリニック(外・消・呼・乳・肛)	都北町	38-6060		もりやま脳神経外科 (脳)	久保原町	21-6888
	倉内整形外科病院 (整)	上町	22-1252		なかむら整形外科クリニック (整)	平江町	36-5333
	すみ産婦人科医院 (産・婦)	東町	23-1152		北原医院 (産・婦)	北原町	22-4133
	きんじょう 歯科医院 (歯)	金田町	38-0120		五反田歯科医院 (歯)	平江町	24-8833
5日(金)	山内小児科医院 (小)	上町	22-0048	28日(日)	畠中小児科医院 (小)	三股町	52-6000
	城南病院 (内)	大王町	23-2844		ゆうクリニック (内)	広原町	46-6100
	みしま内科クリニック (内・循)	三股町	51-8100		いげひらくクリニック (内)	神之山町	27-5555
	吉松病院 (外・整)	蔵原町	25-1500		一心外科医院 (外・胃・肛・内)	三股町	52-7788
	きたむら皮膚科クリニック (皮・アレ)	吉尾町	38-7300		いき形成外科ひふ科クリニック (形・皮)	年見町	45-0020
	くぼた眼科 (眼)	南鷹尾町	26-3100		西元眼科医院 (眼)	中原町	25-8888
	園田歯科医院 (歯)	上川東	25-2090		いちご歯科 (歯)	乙房町	51-4182
7日(日)	沖水子どもクリニック (小)	太郎坊町	27-5656	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/0986-23-5555 (歯科はTEL/0986-25-4100)			
	ベテスダクリニック (内)	年見町	22-1700	最新情報は こちらを ご覧ください		都城 市北諸郡 医師会 休日当番情報	
	佐々木医院 (内)	高崎町	62-1103				
	福島外科胃腸科整形外科医院(外・胃・整)	都北町	38-1633				
	石井皮膚科医院 (皮)	蔵原町	23-4588				
	たき心療内科クリニック(心内・精・神内)	若葉町	46-9191				
	片平歯科医院 (歯)	祝吉	25-9300				
宮崎県歯科医師会 都城 市 休日当番医							

# 新築平家建売 3LDK 1,920万円

都城市養原町1789-12 (土地・建物・消費税込みの価格)

トリプル耐震構造 省エネ基準適合住宅 当社提携ローンで

オール電化住宅 高気密・高断熱 床下調湿・脱臭 **手持ち金0円!!**



キッチン&リビングも広々!

40年ローン金利 0.95% (変動金利) で  
月々 **約 48,095円**

※ボーナス加算なし!  
土地: 348.58㎡ (105.43坪)  
延床面積: 83.87㎡ (26.27坪)

**(有)ワダハウジング** TEL.0986-24-6162  
担当/有山 (☎080-6403-3987)  
都城市東町7街区2号 **ワダハウジング** 検索

## 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。



キッズスペース 授乳・オムツ交換スペースあり

- 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

マイホーム購入の方必聴!!  
**マイホーム購入講座開催!**  
ご自分の年収や家族構成、生活スタイルに合わせた、資金計画を立てませんか? ファイナンシャルプランナーが無理のない住宅購入方法をお教えます!

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 (宮銀交ヶ丘支店向かい側)  
https://c-h-fp.com

AFP2名在籍  
C&Hの紹介動画はコチラ!

## 質Shop 天満屋 見積無料!!

金・プラチナ買取額全国トップレベル!!

**質預り**  
お持ちの品物を担保にして現金融資  
**即融資**

**買取!!**  
不要のブランド品・貴金属・時計・家電などを現金買取  
**即現金**

**販売!!**  
人気のブランド品・貴金属・時計・家電などを激安販売  
**大特価**

**金相場高騰中!! 金の質預り(現金融資)・買取強化中!!**

**天満屋** TEL.0986-22-4340  
都城市東町13街区20号  
営業/9:30~19:00

最新情報はHPをチェック!  
今だけのお得な情報も発信!  
QRコード or 検索

## 口腔機能育成でからだ全体の生きる力をアップ!

当てはまったら **口腔育成のサインです!**

- 歯並びが気になる
- 口が開いている
- いびきをかく
- 落ち着きがない
- 風邪を引きやすい

これらのお悩みは、  
口腔機能育成装置で改善が期待できます!  
3歳~5歳のお子さんに特に有効です。

口腔機能育成(=お口の成長を促すこと)は、免疫力や睡眠の質の向上を促し、からだ全体に良い影響をあたえることが期待できます。お子さんがいらっしゃる方はお気軽にご相談ください。

※口腔機能育成装置イメージです。  
口腔機能育成装置についてはこちら!

**是枝歯科医院** 診療対応内容: 口腔機能育成治療  
口腔外科・小児歯科・静脈内鎮静など  
tel.0986-36-2260 都城市上水流町1113-15

# 入居相談員(正社員)大募集!

【採用人数】1名  
**20代・30代 積極採用!**

【月給】180,000円~ ※月給とは別にインセンティブ手当あり(平均20,000円/月 上限なし)  
【勤務時間】9:00~18:00(実働8時間) 【休日】年間休日107日  
【研修制度】県外(大阪)での研修が可能の方に限り、研修制度を設けています  
経験・スキルは問いません。意欲重視の採用です!

**業務拡大につき、営業職以外も人材を募集しています。**

◆訪問ヘルパー(正社員)【採用人数】2名  
【月給】188,000~241,000円 【休日】年間休日107日  
【必要資格】初任者研修修了者【勤務時間】変形労働時間制(実働8時間) ※夜勤手当あり

◆ケアマネジャー(正社員)【採用人数】1名  
【業務内容】施設にご入居されている方のケアプラン作成業務です。20名前後を受け持っていただきます。【月給】260,000円~  
【必要資格】介護支援専門員(ケアマネジャー) 【勤務時間】8時~17時 or 9時~18時(実働8時間) 【休日】シフト制 年間休日107日

◆機能訓練指導員(正社員)【採用人数】2名  
【月給】200,000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

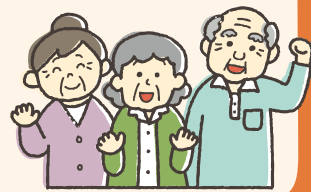
◆夜勤専従  
ショート夜勤 22:00~翌9:00 9,000円/日給 (20日勤務した場合▶月給228,000円)

◆厨房職員(パート)  
【時給】880円 6:00~15:00の間で勤務してくれる方 ※週2日~OK **★新規施設オープンに向けて人員増員中!★**



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

**5/24(水)10時~会社説明会を開催いたします!**  
※日程は変更になる可能性があります  
**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!**



## 特集

# 今から考える「空き家」対策

全国的に深刻な社会問題となっている「空き家」。最近では、一部の空き家の税優遇を見直す法改正も検討されており、空き家を取り巻く状況は今後ますます厳しくなっていくことが予想されます。今回は、「おうち買い取り全国ナンバーワン」の実績を持つ、『株式会社チタス』都城店の黒岩友樹さんに、空き家の現状や活用法について伺いました。

### 増え続ける空き家とその背景

——近年、「空き家問題」を耳にする機会が増えてきました。

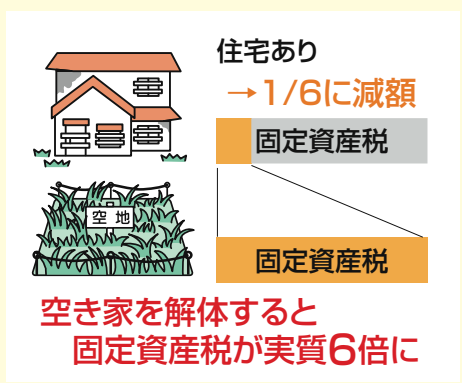
日本には約850万戸もの空き家が存在すると言われており、そのうち活用方法が決まっていない空き家は349万戸にのぼります（2018年時点）。この数は増加の一途をたどっており、ここ都城も例外ではありません。

——そもそも、なぜ空き家になるのでしょうか？

空き家が増える原因には、さまざまな背景があります。その一つが、相続問題です。かつては二世代住宅や三世代住宅が一般的でしたが、核家族化が進

み、複数の世代が同居することがめずらしくなりました。そのため、親と子がそれぞれに家を持つているケースが多く、親から家を相続したとしても住む人がいない。かと言って、思い入れのある家なのですぐに解体するのも忍びない……という状況です。もちろん、解体するにしてもまとまった費用が必要となります。

また、土地や建物は金融資産のように均等に分割することが難しいため、相続の際に親族間でトラブルになることも少なくありません。もし話し合いの結果、相続人全員で家を共同所有することになった場合、将来家を売却する際には相続人全員の同意が必要となります。



そしてもう一つ、空き家には固定資産税の問題もあります。今の制度では、住宅が建っている土地は固定資産税が6分の1まで減額されるなどの優遇措置があります。つまり、空き家を解体して更地にすると、固定資産税の負担額が6倍に増えてしまい、空き家の処分をためらう

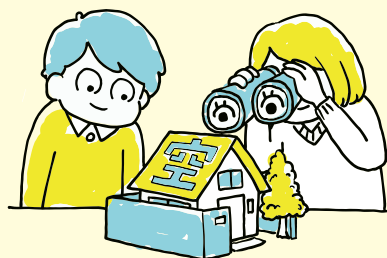
要因の一つとなっています。

### 空き家を放置するデメリット

——さまざまな事情があるので、空き家を放置すること、どのようなデメリットがあるのででしょうか。

空き家所有者には、管理責任があります。人が管理しない住宅は老朽化しやすく、万が一、台風などで屋根や塀が破損して隣に被害が生じれば、多額の損害賠償を求められる可能性があります。その他にも、不法投棄や放火、犯罪に利用される、野生動物が住み着くなどの恐れもあります。

また、管理が行き届いておらず保安や衛生面で問題のある







株式会社カチタス 都城店  
黒岩友樹さん

空き家を放置すると……



→「特定空き家」に指定されると  
固定資産税の減税がなくなる

「特定空き家」と判断された空き家は、優遇措置の対象から外れ、固定資産税の負担額が上がります。その後も修繕などの命令に従わなければ、50万円以下の過料を科されます。

さらに最近、新たに「管理不全空き家」を規定する法改正も検討されています。これは、特定

空き家よりも緊急度が低いものの管理状態が悪い空き家が対象で、特定空き家と同様に税優遇解除の対象となる予定です。実現されれば、より広い範囲の空き家で固定資産税の負担が増すこととなります。

空き家は放置すればするほど修繕などの費用がかさむので、早めの対策が重要です。空き家をどうするか決めかねている場合でも、活用方法が決まるまでこまめな換気や掃除を行う必要があります。自力での管理が難しい方は、空き家管理代行サービスを検討されてもよいかもしれません。

大切な家を  
特定空き家にならないために

—— 空き家の活用方法には、どのようなものがありますか？  
空き家の主な活用方法は、「解体」「貸し出す」「売却」です。  
解体は、老朽化が著しいなどの理由で住むこと

が難しい場合の手段です。住宅がなくなることで、固定資産税の負担は増えます。解体費用もかかりますが、解体後は土地を売却する、駐車場にして貸し出すなどで収入が得られる場合があります。

次に、住宅のまま貸し出すケース。入居者を確保することができれば、家賃収入を得られるのがメリットです。ただし、管理会社などに実務を委託するケースが多いと思いますが、それでも投資や税に関する知識は不可欠です。また、リフォーム費用や維持管理費がかかる上、空室のリスクもあるので、本格的な副業として不動産経営に興味がある方でないと厳しいかもしれません。

そして最後に「売却」。家を売却することになりますが、固定資産税などの費用負担、住宅の維持管理にかかる労力から解放されるのは大きなメリットでしょう。売却する場合、不動産会社によって結果に大きな差が出るので、信頼できる不動産会社を見極めることが重要です。

を教えてください。

当社はご依頼のあった中古物件を買取り、自社でリフォームして販売しています。買取の特長としましては、

- ① 日本全国120店舗網で対応するので、遠方にある住宅でも対応可能
- ② 自社でリフォームするため、他社で断られて、なかなか買手がつかないお家も買取りの可能性がある
- ③ 家の中の荷物が片付かない場合は、荷物をそのまま残した状態でもOK
- ④ 最短3週間で現金化が可能
- ⑤ 査定とご相談は無料にて対応という、5つのポイントがあります。

—— 家を手放したくても「本当に売れるだろうか？」と不安に思う人は多いと思うので、査定と相談が無料というのは心強いです。年季の入った家でも売れますか？  
基本的に築40年以内の家を目安として、買取らせていただいています。ただ例外的に、建物の状態によっては築45年くらいまでであれば買取らせていただくこともあります。

—— 都城圏域の空き家の状況はいかがですか？  
都城でも、やはり10年前と比較すると、かなり空き家が増えていると感じています。そのためか、買取りの依頼も増えてきています。

「空き家の一つでも減らすことができた」という想いが、当社の根底にはあります。空き家が増えると、その地域の景観が損なわれるだけでなく、治安悪化にもつながる可能性があります。また、昨今叫ばれている「SDGs」の観点からも、空き家の再生は重要だと言われています。中古住宅のリフォームであれば、新築と比べると木造の使用量が約6分の1になり、CO2排出量の削減にもつながったりするので、中古住宅は環境にも優しいことが実証されています。  
使わない「空き家」の売却を考えた際には、気軽にご相談いただけたらと思います。

■取材協力

株式会社カチタス 都城店

☎ 0120-587-255

フォーラムがプロデュース！日帰りぶらり旅

古墳と共に在り続ける町

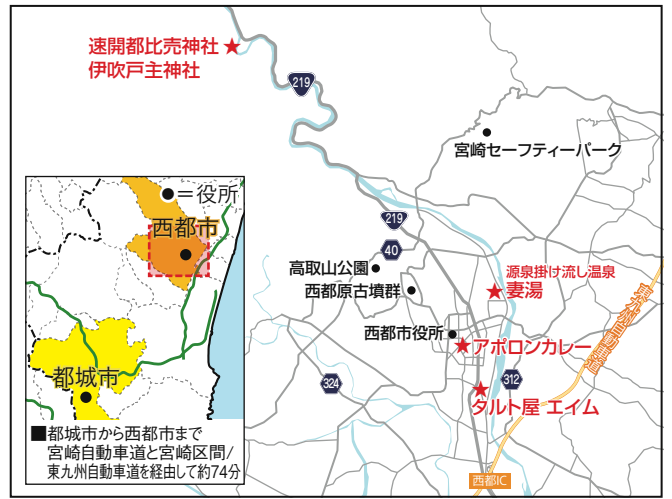
# 西都市特集！

滝の流れる神社など、女子がときめく隠れた名所が満載の西都市。

連休中のプチ旅行先として、

目で見て触れて楽しんでみてはいかがですか？

※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あります。お出かけになる前にあらかじめご確認くださいませよう、よろしくお願いたします。



## 速開都比売神社 はやあきつひめじんじや 伊吹戸主神社 いぶきどぬしじんじや



ひむか神話街道沿いにある『速開都比売神社』と『伊吹戸主神社』へ。神社へは、参道としての吊り橋を渡り、一ツ瀬川を越えていきます。取材当日は、吊り橋から見える桜とエメラルドグリーン川とのコントラストがとても美しく、それだけでも時間を忘れてしまうほどの絶景。一ツ瀬川沿いをしばらく歩くと御社殿へ。素晴らしい景色を見ながらのプチトレッキング気分も味わえますよ。

### 参拝鐘

神様へ自分がお参りしたお知らせとして、鐘を3回鳴らしてお参りすると、参拝開運を授かれます。りつも、思いっきり鐘を鳴らしてみました♪



### 速開都比売神社

御祭神 速開都比売命  
末社 伊勢大神 祓戸大神  
猿田彦命 天細目命  
御神徳 生命力 開運繁栄



珍しいマリンプルーの鳥居をくぐり、参拝しました。こちらは、開運・健康運の守神で、商売繁盛の神様とも言われており、りつも運氣アップを願いましたよ！！

御社殿前は広々としていて、清々しい空間にパワーをもらえました！



### 大滝

境内を散策している間中、響き渡る滝の轟音。ずっと気になっていたのも、「龍神・水神・山神」が祭られている『大滝』へ。マイナススイオンたっぷりのこの場所は、心地よい涼しさで、厳かな気持ちにしてくれます。滝つぼから流れる水の透明度があまりに高かったので、思わず触ってみました！

### 伊吹戸主神社へ

『大滝』で癒された後、更に上へと山道を歩いていくと、一番高いところに『伊吹戸主神社』の御社殿があります。運氣を呼び込む神様とされ、「風の神」とも称されていて、参拝すると勇氣を授かれるそうです。



御社殿の横からも『大滝』を見ることができました！上から眺める景色も最高でした♪

### 伊吹戸主神社

御祭神 伊吹戸主命  
御神徳 開運繁栄

西都市大字片内字湯之内11843番地3

# タルト屋 エイム



店舗敷地内には蔵が佇んでおり、お店で購入したタルトやドリンクを中であげることが出来ますよ♪心地よい風が吹き抜ける、落ち着いた雰囲気の中で、ゆったりとカフェタイムを楽しんでみてはいかがでしょうか？



大阪出身のオーナー石谷さんが、宮崎の食材の美味しさに惚れ込んだことをきっかけにオープンしたタルト専門店。『近藤自然農園』の有精卵や、原さんのジャージー牛乳など、すべて宮崎県産の安全で新鮮な食材のみを使用したタルトに、行列が絶えない人気店です。ベースのタルト生地は、軽い食感で何個でも食べられそうな美味しさ！そこに旬の果物やプリンが合わさり、絶妙なマリナーージュに♡西都の景色を堪能しながら、贅沢に丸かじりもオススメです！

☎0983-42-3202

西都市大字右松576-1 不定休 ※最新の店休日はHPをご覧ください。  
営業/11:00~18:00 HP/www.kuracafeame.com

5月がフレッシュいちごのラストチャンス!?

## いちごランブル焼きタルト



イトイン 510円  
テイクアウト 500円  
『こだま農園』の「よつぼし」と坂元さんの「やよいひめ」、2種類のいちごを、黒糖使用のランブルで焼き上げた逸品。口に入れると、いちごの甘みとほどよい酸味がジュワッと広がり、黒糖と絶妙にマッチ!

## kawasaki マンゴータルト

イトイン 605円  
テイクアウト 594円

※価格に変更になる可能性があります。

『川崎農園』の完熟マンゴーを贅沢に使用したタルト。『エイム』特製カスタードとの相性抜群です!



5月のオススメ!

# 源泉掛け流し温泉 妻湯



2019年、神奈川県に本社のある『株式会社 日南』の堀江社長が地元貢献を目的とし、工場跡に建設した『妻湯』。外観にもこだわりを感じられる、洗練された空間で、純度100%の源泉掛け流しの湯を楽しむことができます。他ではあまり見かけることのない半露天風呂もあり、ゆったりと長湯を楽しむことができますよ。特に女性には嬉しい、馬油や豆乳を使ったシャンプーやスキンケア用品でさらに美しく♡お風呂から上がった後お待ちかねのご飯タイム! 地元産の食材を豊富に使用したお料理が充実の品揃えです。おつまみ3品+ビールの、のんびり見えな、お得感のあるセットもお見逃しなく!



入浴料  
大人 ..... 900円  
子ども(小学生以下) ... 500円  
※2歳までは無料  
※西都市在住の方は割引あり

西都産の「都萬牛(とまんぎゅう)」をふんだんに使用したハンバーグ。赤身本来の美味しさがギュッと凝縮された味にリピーター続出中です。



## 温泉&お食事 妻湯満喫プラン



数量限定!

温泉入浴+お食事  
お一人様 3,800円  
タオルとドリンク付き  
予約をした上でのご利用がオススメです。

☎0983-32-1108

西都市調殿687-5  
営業/温泉 10:00~22:00  
レストラン 11:00~21:00  
定休/火曜日(祝日の場合は営業)

# アポロンカレー

宮崎市まなび野にあった『イタリアンカフェパルチェ』の元オーナー河崎さんが、カフェメニューとして人気を集めていたカレーを主体としたお店『アポロンカレー』をオープン。欧風カレーやタイカレー、ルーベースの日本風カレーまで、幅広いカレーを提供しています。スパイスの配分や、そこに合わせる食材まで、一から試行錯誤して作りだされるこだわりの一皿で、これまで多くの人を虜にしてきました。月替わりの「2種盛りカレーランチプレート」は、一度に2つのカレーが味わえてオススメですよ。



迷ったらこれ! オーナーイチオシ単品カレーメニュー /



アポロススパイスチキンカレー 1,240円

ダントツの人気を誇る、彩り鮮やかなオリジナルスパイスチキンカレー。ボリュームもあり、ほどよい辛さのルーと丁寧に火を通した野菜のバランスが◎。

☎0983-42-3333

西都市小野崎1丁目82番地  
営業/Lunch 11:30~16:00(L.O.15:00)  
Dinner 18:00~21:00(L.O.20:30)  
※日曜日はランチタイムのみの営業です。  
定休/月曜日 ※記載価格は2023年4月時点



スパイスドライ  
キーマカレー 1,000円

スパイスで辛口な一皿。生卵を絡めることでまろやかな口当たりになり、一度食べたらくせになってしまうその味に、リピーターが続出中!



牛肉と素揚げ野菜の  
ピーツカレー 1,280円

スーパーフードであるピーツの持つ鮮やかなピンク色を出しつつ、素材の美味しさをいかせるよう、何度も試行錯誤を重ねた末に完成したカレー。甘口で優しい味わいです。



5月のオススメ

タイ発祥  
「世界一美味しい料理」  
とも称される

マッサマンカレー 1,200円



# 創 南の炭火炙り 創

☎ 080-9012-4129



## 居酒屋メニューをテイクアウト! 親戚の集まりや宅呑みにもピッタリです

「若鶏たたき」など本格的な居酒屋メニューが勢揃い! 「豚足塩焼き」など自宅で作ることが難しいお料理を手軽に味わえますよ。炭火による絶妙な火加減で店主が丁寧に炙ることにより、素材の持つ美味しさが際立ちます。一度食べたら病みつきになる味をぜひご賞味ください。電話による事前予約がオススメです!

**不動の人気No.1!! 若鶏たたき 600円**  
**若鶏もも焼き 800円 親鳥もも焼き 1,000円**  
**豚足塩焼き 350円/1本 ころも焼き 500円/1パック**  
**せせり焼き 500円/1パック**  
**手羽先塩焼き 500円/5~6本** ★PayPay使えます!  
その他メニューもご用意しています! お気軽にお問合せください!

### 店舗情報

都城市金田町2318-4-6

営業/14:00~  
売り切れ次第終了  
不定休 ※ご来店前  
にお問合せください。



# MAHALO

Instagram ID / golera2023



公式Instagram



## 驚きのボリューム! ハワイアンテイストのテイクアウト店

ハワイアンテイストな外観が目目をひく『MAHALO』。商品に使われるタルタルソースや甘酢まで、すべて手作りの美味しさのヒミツ! メニュー名に「ゴリ」がつくものはボリューム満点で、ファミリーや男性にもオススメです! 蓋が閉まらないほどの大ボリューム「ゴリスパシャル弁当」は、一度に人気商品3点が味わえてお腹も満たされるのでオススメですよ!

**大ボリュームで大満足!!**  
**ゴリスパシャル弁当 700円**(から揚げ3個+チキン南蛮2個+肉ダンゴ1個)  
**お夕飯にもピッタリ!! 肉食男子・女子必見!!**  
**ゴリから(8個入り) 500円** **ゴリ盛りひとくちヒステーク 1,000円**

### 店舗情報

都城市鷹尾2丁目2-3

営業/11:00~19:00  
定休/月・土・日・祝  
※土曜日は気まぐれで営業しています。  
※お問合せはインスタのDMをお願いします。



# NEW OPEN

## 新店舗特集

ここ一年間でオープン・  
移転・リニューアルした  
フォーラム厳選のオススメ店を  
ご紹介!



# Bakery Moi

☎ 0986-36-5255



## パンで味わう世界 ほっこりカフェタイムを♡

世界各国のパンが勢揃いしたベーカリーがオープン! ドリンクも販売しており、イートインスペースでパンと一緒にいただけます。オーナーイチオシの「メーブルピーカン」は、メーブルたっぷりのデニッシュ生地とトッピングされたナッツの相性が抜群です♡ その他にも保存料不使用の食パンや「バターインプレツェル」などバラエティ豊かなパンが揃っていますよ。店内では北欧雑貨も販売しているので、合わせてチェックしてみてください!

**人気No.1!! バターたっぷりでスूप、ビールにもマッチ♪**  
**バターインプレツェル 420円**  
**オーナーイチオシ!! メーブルの甘さとナッツの芳しさが◎**  
**メーブルピーカン 300円**

### 店舗情報

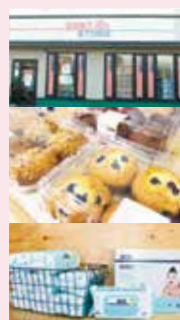
都城市都島町167-3

営業/  
7:00~19:00  
定休/水曜日



# COST STORE

Instagram ID / cost\_store2022



最新情報は  
公式Instagramを  
CHECK!



## おかげさまで1周年! COSTCO商品を手軽に購入できます

4月20日でオープン1周年を迎えた『COST STORE』。世界中で人気を集める「COSTCO」商品を会員登録無しで気軽に購入することができます。「ブルコギビーフ」などの人気デリカ商品やベーカリー商品は毎週金・土・日曜日入荷するので、チェックをお忘れなく! 食品以外にも、お掃除にも使える厚手の大判おしりふきやキッズ向けおもちゃも多数! 店内にない商品はお取り寄せも可能なのでお気軽にご相談ください!

**子育て世代にオススメ! 店主イチオシ**  
**厚手の万能おしりふき! Baby Wipes**  
**80枚入り×9パック 2,980円 / 小売り 80枚入り 350円**  
**夏にピッタリ! 最新版ウォーターテーブル**  
**ラッシングラビッツ ウォーターテーブル 5,500円**

### 店舗情報

北諸県郡三股町宮村2858-3

営業/10:00~19:00  
定休/木曜日  
LINE ID /  
@892bhduj



# TERRASTA DINING by KUWAHARA

☎ 0986-45-1213



## テラスで味わうビストロ料理

シェフこだわりの季節感あふれるお料理が人気を博している『TERRASTA DINING』。「より気軽に来ていただきたい」という思いのもと、ランチメニューが一新。特別なシーンはもちろん、日常シーンでも利用しやすくなりました。5月8日からは、「Beer Terrace & Beer Hall」もはじまりますよ。テラス席で夜風に吹かれながら美味しいお料理とお酒を楽しんでみてはいかがでしょうか?  
※モーニング営業もしております。詳細はお問合せください。  
※事前にご予約したうえでのご利用がオススメです。

◆平日限定 ワンプレートランチ(サラダ・パン・スープ付) 1,000円  
◆本日のオススメランチ(メイン料理+サラダ+パン+スープ付) 1,500円  
※メイン料理は、パスタ・魚・肉から1つお選びいただけます。

**期間限定** 5/8~ Beer Terrace & Beer Hall  
前菜 / サラダ / アヒージョ / ピッツァ / パスタ / 飲み放題付  
メインが選べる120分 4,500円~ デザートセット+350円

### 店舗情報

都城市中町17街区2号ホテルテラス3F

営業/  
LUNCH 11:30~15:00(LO.14:00)  
DINNER 17:30~21:30(LO.20:00)  
定休/なし



# 1st page. 都北店

☎0986-70-0359



## 人気テイクアウト店の2号店でランチがスタート!

クレープや揚げ団子といったこだわりテイクアウトフードが老若男女問わず大人気の「1st page.都北店」。3月から待望のランチがスタート! テイクアウトで大人気のこぶし大からあげが定食になりました! 王道の塩味はもちろん、店舗独自のネギ胡麻甘酢味やすっぱレモン味などもありますよ。そして、大人気クレープシリーズに「サクサク トロふわマシュマロ」が仲間入り。とろけるマシュマロと自家製生クリームのハーモニーをお楽しみください! 暑い季節にピッタリな冷たいスイーツも満載です!

月~土曜日限定! ランチメニュー

塩から定食 2個入700円/4個入800円

チーマヨ定食/すっぱレモン定食/ネギ胡麻甘酢定食 各2個入730円/4個入830円

あま〜い新メニュー サクサクトロふわマシュマロ 700円

### 店舗情報

都城市都北町5620-1  
営業/11:00~19:00  
ランチ11:30~14:00  
定休/木曜日  
(祝日の場合は翌日)



# WAM PRIOCHE

Instagram ID/wamprioche\_forkuro



## 素材にもこだわったフォークで食べる新感覚クロワッサン

弊誌でも話題のフォークで食べるクロワッサン、通称「FORKURO!」! 食べやすい一口サイズのクロワッサンをアレンジした新感覚フードで、子どもから大人まで早くも人気を博しています。『ミヤチク』の厚切りベーコンを使用した「FORKURO BLT」など、味はもちろん素材にもこだわったメニューが多数揃っていますよ。丁寧に下処理されたレモンを使用した「レモンスカッシュ」もこれからの季節にオススメです! 期間限定の商品も登場するのでお見逃しなく! 出店情報は公式Instagramまたは公式LINEをチェックしてみてください!

★宮崎県内を中心にキッチンカーにて出店★ 出店依頼お待ちしております!

季節限定メニュー

4月末まで!!  
FORKURO いちご

数量限定! 無くなり次第終了  
FORKURO ローストビーフ

その他メニューも多数あります。インスタをチェックしてみてください!

### 店舗情報

LINE ID/@610abnrv

※キッチンカーによる営業のため、営業時間及び出店場所は日により変わります。出店場所や時間は公式Instagramまたは公式LINEにてご確認ください。

公式 Instagram



公式 LINE



# 味噌ぎ屋

☎0986-80-3443



## 食べ応え抜群! 味噌ラーメン専門店

2種類の味噌を独自ブレンドした味噌ラーメンが人気を博している『味噌ぎ屋』。イチオシの「味噌二郎」は、1日に食べる野菜の推奨量を大きく上回る、約500gの野菜とチャーシュー4枚がトッピングされたボリューム満点ながら、女性ファンも多い一杯です! その他にも小さいお子様でも食べやすいサイドメニューも充実していますよ!

■野菜たっぷり500g!! 罪悪感のない人気メニュー 味噌二郎 1,000円

■お子様にもピッタリ! 新メニュー チキン南蛮 300円 (ごはんセット+50円)

### 店舗情報

都城市立野町3652-2  
営業/  
11:00~15:30 (L.O.15:00)  
17:30~20:30 (L.O.20:00)  
定休/無し



# CONNECT

☎0986-25-7070



## コワーキング&レンタルキッチン誕生

『都城サンプラザホテル』の2階に広々としたWi-Fi完備のコワーキングスペースが完成。使いたい時だけ1時間単位で利用できる「ドロップイン」や、会社としても利用できる「レンタルオフィス」など、用途に合わせて幅広くご利用いただけます。プロジェクトなどの貸し出しも行っているため、小規模な会議にもピッタリです。本格的なレンタルキッチンは、24時間好きな時間に加工食品の製造やデリバリー専用店用のフード調理もOK。プランの詳細は公式HPまたはお電話にてお気軽にお問合せください。

用途に合わせて使用可能! ドロップイン 330円/時間  
コワーキング会員になるとさらにお得に!

★見学・1時間無料利用体験実施中★  
雰囲気や使い心地を実際にお確かめください。  
お電話にてお申込みください。★見学可能時間:10時~16時

### 店舗情報

都城市上川東4-5975-1  
都城サンプラザホテル2F  
営業/8:00~22:00(プライベートルームのみ24時間) 定休/無し  
公式Instagram/connect\_miyakonjo



# 麺や星月

☎0986-58-7115



## 絶品とんこつで至福のひとときを

今年1月に「C-PLAZA」内にオープンした『星月』。香味油・科学調味料・塩を一切使わない豚骨本来の美味しさをいかした、とんこつラーメンに夢中になる人が続出中です! とんこつ好きにはたまらない濃厚スープと麺が絡み合う美味しさで、箸が止まりません。濃厚とあっさりとの2つから濃さを選んで、その日の気分に合わせてチョイスするのが嬉しいポイント◎ お好みで辛子高菜を入れるのもオススメです! ラーメン屋さんでは珍しい、お出汁にこだわったかけうどんもあるので、ぜひこちらもご賞味ください!

濃厚とんこつ	700円	あっさりとんこつ	700円
替え玉	150円	ネギ増し	100円
チャーシュー増し	200円	ご飯	150円
肉のせご飯	300円	おにぎり	100円
かけうどん	400円		

### 店舗情報

都城市中町17-18森店店舗4号  
営業/11:00~15:00  
17:00~20:00頃  
定休/月曜日  
公式Twitter→



# 手芸のまきの アウトレット都城店

☎0986-36-5438



## 全国初! 手芸のアウトレット店がOPEN!

『手芸のまきの都城店』がアウトレットのお店としてリニューアルオープン! ブランド生地や毛糸、刺しゅう関係の商品、クラフト資材など幅広い商品がいつでも最大70%OFFに! 作業スペースやミシンがレンタルできる「レンタル工房」や、講師の先生による「編み物教室」、「レベルアップソーイングレッスン」も実施していますよ。事前予約が必要な場合もあるので、気になる方は店舗へお問合せください! 素敵な商品をお得に手に入れてみてはいかがでしょうか?

圧倒的お得感! 店内商品いつでも 15%~最大70%OFF!!  
※一部対象外商品もあります。

### 店舗情報

都城市広原町28-21  
営業/  
12:00~19:00  
定休/火・水曜日  
公式HP→



超

物価高時代!

第80回

後悔しない

# 家づくり勉強会

参加無料

2023年5月14日(日) 13:00~16:30 (開場12:40)

都城市総合文化ホールMJ 1階 会議室 都城市北原町1106-100

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“ギュツ”と詰まった講演会



完全予約制  
10組限定



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左のQRコードからLINE登録のうえ、お名前を入力をお願いします。

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

2022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!

応力設計など非常に参考になりました。  
安易に目を重視していましたがこの講演を聞き、それだけで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わかりました。

T様 (30代)

今日のお話を聞いて本当に良かったです。  
知らなかった事が多過ぎて、今日のお話を聞いて家づくりをしていこう...と思うと嬉しいです

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いただきます。

主催



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





## A 1,000円お食事券 2名様

店

末吉町メセナ温泉内にある『レストランそお』は、料理長が厳選した旬の食材を使って作る会席料理や定食、お弁当が大人気です。お昼の定食メニューも充実しているので、ぜひ足を運んでください!!

P23も  
ご覧ください

★提供/レストランそお メセナ温泉内  
☎0986-76-1755  
首於市末吉町二之方2971-1

## B 青梅ドリンク350g 3名様

店



清涼感抜群の「青梅ドリンク」! 暑い季節の熱中症対策にもピッタリです。その他にも梅好きにはたまらない自家製商品を多数販売しているので、ぜひチェックしてみてください!

P20-23も  
ご覧ください

★提供/徳重紅梅園  
☎0986-22-6325 都城市平塚町9825

## C 濃厚とんこつ or あっさりとんこつ 5名様

店



こだわりとんこつラーメンをプレゼント! 『星月』こだわりの香味油・化学調味料・塩不使用の一杯を心ゆくまで堪能ください!

P13-24も  
ご覧ください

★提供/麺や星月 ☎0986-58-7115  
都城市中町17-18森店舗4号 (C-PLAZA内)

## 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、HPのプレゼントフォームから、5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 …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 ゴリススペシャル弁当 3名様

店



『MAHALO』の人気商品が一度に3つも味わえる大人気お弁当。蓋がしまらないほどのボリュームで満足感も抜群ですよ!

P12-22も  
ご覧ください

★提供/MAHALO  
Instagram ID/golera2023 都城市鷹尾2丁目2-3

## 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。『お菓子のなぐら』のおいげんチーズ饅頭(160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/お菓子のなぐら  
☎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  
☎0986-25-1788  
都城市上東町11-16

## G 半チャーハン 10名様

店



味噌ラーメン専門店の半チャーハンをプレゼント! 味噌ラーメンとの相性も抜群な人気サイドメニューをぜひご賞味ください!

P13-22も  
ご覧ください

★提供/味噌ぎ屋  
☎0986-80-3443 都城市立野町3652-2

おそれいりますが  
63円切手  
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

小学生・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

### きりしまフォーラム 5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( )  
興味を持てなかった記事・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!

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

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

エアコン内部のカビ、ホコリ、臭いが気になったら  
**おそうじ本舗®**におまかせください!

◎こんなお悩みありませんか?

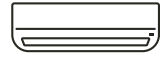


- ◇エアコンをつけたらイヤな臭いがする
- ◇エアコンの効が悪くなった気がする
- ◇小さい子どもがいるのでエアコンのカビをなんとかしたい。

→ エアコンクリーニングで  
節電効果、冷房能力や風速の改善が見込めます!

5月限定!

**エアコンクリーニング  
キャンペーン**



スタンダード洗浄  
通常12,100円/台 → **11,000円/台**

**1,100円OFF!!**

※お掃除機能付は別途8,800円の追加料金が発生します。



**おそうじ本舗®** 都城大王店

都城市大王町57-1

フリーダイヤル



**0120-885-902**

公式LINEは  
こちらです



子どもが大きくなった4人家族にピッタリ!!  
人気の新築物件です!!



新築

レントハウス

**恋都家 五十市**

人気物件のため、

早めのお問合せがオススメです!

B棟・C棟・D棟 戸建て(貸主) 3SLDK 駐車3台

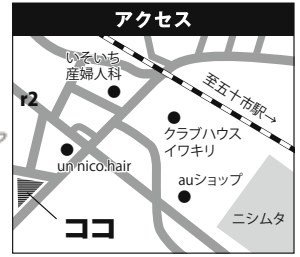
**8.5万円~ 敷金1カ月 礼金1カ月**

(B棟・D棟間取り)

※C棟の間取りは  
反転タイプになります。



エアコン3台&  
ガス乾燥機付き!



国土交通大臣認定

相続対策専門士のお店です。不動産のことで困った時、お電話ください。

**(株)宮脇燃料不動産部**

TEL (0986) **24-2000** (代表)

宮崎県知事免許(10)第2956号(社)宮崎県宅地建物取引業協会会員

宮崎県都城市都島町275番地

<http://www.e-miyawaki.jp>

広告有効期限/2023年5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☆

●人生で一番後悔した買い物は何ですか? 理由も合わせて教えてください。

買った物:

理由:

●お弁当に入ったら嬉しい具材は何ですか? 理由も合わせて教えてください。

具材:

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

★おもちゃ病院 ※修理代無料  
日時／5月6日(土)・20日(土)  
13時～16時  
(受付は15時まで)  
場所／2階休憩所  
(「デイサービス遊癒前」)

★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、お気軽にご相談ください。  
日時／5月14日(日)12時～15時  
場所／1階休憩所  
(「専門店ビジュソフィア横」)

★消費生活センター相談窓口  
PR キャンペーン  
宮崎県消費生活センター及び消費者ホットラインの相談窓口PRと啓発グッズの配布を行います。  
日時／5月16日(火)  
10時～無くなり次第終了  
場所／1階レストラン街入口

★おでかけエンゼル(出前子育て支援ひろば)参加無料  
季節の工作や子育て相談、手遊び、絵本の読み聞かせなど、未就学児とその保護者を対象とした活動を行います。

日時／5月23日(火)10時半～12時  
※日程は変更になる場合がございます  
場所／2階正面入口側  
エレベーター前

★大好きな家族の似顔絵展  
お子様が描いた、大好きな家族の似顔絵を展示いたします。  
日時／開催中～6月19日(月)  
場所／2階専門店CDショップ  
『We's』横特設会場

★パンドラハウスのワークショップ——牛乳パックで「イス」を作ろう!!  
使って捨てずに再利用!「サステナブル」教室です。小さなお子様のイスに大人の楽ちんイス、踏み台やオットマンとして、また少し早めの夏休みの作品にしてもOK!  
※完全予約制ですので、4月30日(日)までにお申込みください  
参加費／1100円(税込)  
(牛乳パックはこちらで準備します)  
※針と糸をご持参ください  
日時／5月6日(土)13時～15時  
場所／1階パンドラハウス前通路  
予約お申込み／  
☎070-6964-6101  
(イオン都城店パンドラハウス)

★リフォームフェア  
日時／開催中～5月10日(水)  
場所／1階サービスカウンター前

★ミニミニ(服飾雑貨販売)  
日時／5月13日(土)～20日(土)  
場所／1階サービスカウンター前

★新入学ランドセル  
早期ご予約販売会  
日時／5月12日(金)～14日(日)  
場所／2階キッズ催事場  
日時②／5月16日(火)～21日(日)  
場所／1階セントラルコート

■特典①  
ランドセル税込価格66000円以上お買上げの方に、イオン商品券50000円分プレゼント  
ランドセル税込価格30800円～64900円までの商品をお買上げの方にイオン商品券30000円分プレゼント  
※10月1日(日)まで  
※当社指定商品に限ります

■特典②  
当社指定のランドセルが店頭表示本体価格からレジにて10%OFF  
※10月31日(火)まで  
※当社指定商品に限ります

■特典③  
ランドセル配送料無料  
※2024年2月29日(木)まで  
※一部実施していない地域、配送できないエリアがございます  
※他、割引企画との併用不可


★HINAYA BAKERYのフレンチトースト販売  
米粉を使ったフレンチトーストです。種類も豊富に取り揃えております。  
日時／5月17日(水)～21日(日)  
10時～19時(予定)  
場所／1階正面入口通路前方

★刑務所作業製品展示即売会  
全国の刑務所で製作した刑務所作業製品を販売します。  
日時／5月30日(火)  
6月11日(日)  
10時～18時  
場所／1階セントラルコート

◆「イオン都城店開店20周年祭」  
★「変面師・手品師 深夜アキ」  
変面×マジック スペシャルパフォーマンスショー  
※観覧無料  
一瞬にしてお面を変える「変

## 幸せ引き寄せ術 Vol.17

今回も引き続き、私達の体と化学物質を考えてみましょう。体に異物が入るルートは、主に「3つ」あります。  
①経口吸収(食べ物などと一緒に口から吸収)、②経気道吸収(呼吸と一緒に吸収)、③経皮吸収(皮膚から吸収※先月号の内容)です。  
①は添加物や農薬の使用などで、気にされている方も多いでしょう。②は花粉やハウスダスト、また香料などもこれに該当します。  
口から入った化学物質は、肝臓の働きで、90%以上解毒分解されます。それに対して③の皮膚から入った場合の排出量は、10日かかってわずか10%以下で、代謝も遅く、皮下脂肪に蓄積され徐々にリンパ液や血液に乗って、全身に運ばれます。これらはさまざまな病気の引き金になっていると言われてはいますが、自分だけではなく今や「経世代毒性」と言って、子どもや孫の3世代にわたって、影響していることが論文でも発表されています。  
ですから、特に母親となる女性(女子)の食事や日々の使用品は、とても大切です。また、大人の選択ひとつで、子ども達の発育や生活環境に大きく影響することを知っておきましょう。  
とはいえ「化学物質」そのものが悪者ではありません。これがあることで私達が受けているたくさんの恩恵があるのも事実です。メリットもデメリットも正しく知り、正しく使うことは、未来の世代へ今私達ができる第一歩ではないでしょうか。



**山元 幸代 (ヤマモトサチヨ)先生**  
 株式会社ARCUS代表取締役/予防医学研究者/ヘルスコーチ  
 Bio works 経営/社団法人ウェリスト協会 宮崎校 校長  
 都城生まれ。20代に患った病気を機に、現代医学では解決法がないことを知り、食事療法やさまざまな代替療法を学び実践する。現在は、「Bio works」という(産)食住のライフデザインショップをアロデュースする傍ら、女性の自己実現や予防医学の普及に努め、個人から企業様のヘルスコーチとして心身のサポートをしている。

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:株式会社ARCUS tel.0986-77-2176 <https://bioworks.life>

過去の情報開示とカウンセリングのご予約はこちらから

★専門店「顔見世ファミリ」  
春のワンちゃんしつけ教室  
当日にワンちゃんと一緒に越し頂くだけで参加OKです!  
吠える・咬む・引っ張るなどの困ったクセを短時間で改善する方法をお教えます。  
※ワクチン接種が終わってしばらく仔犬から成犬まで参加無料  
日時／5月14日(日)  
10時半～(2時間程度)  
場所／1階北側駐車場(専門店顔見世ファミリ前駐車場)  
※雨天時は3階立体駐車場

★「High-Speed Balloon Performer JOU」バルーンパフォーマンス  
※観覧無料  
まるで早送りの様なスピードで作り上げる作品はクオリティも高く、JOUにしかできない、

★キッチンカー大集合!  
さまざまな美味しいものが大集合! この機会にぜひご堪能ください!  
日時／5月3日(水・祝)  
4日(木・祝)  
場所／1階正面入口外

★スペシャルステージ Presented by きりしまフォーラム  
※観覧無料  
日時／5月6日(土)・7日(日)  
①13時 ②14時 ③15時

出演／  
5月6日(土)  
※各日1000枚限定  
無くなり次第終了

① 都城商業高等学校 吹奏楽部

② DANCE STUDIO ELEMENT

③ Halau Ke Aloha O Ka Lani

5月7日(日)

① 末吉子ども太鼓

② BESTIE BASE

③ S-Class バレエスタジオ

場所／一階セントラルコート

★イオン都城店 直営・専門店

合同 ガラポン大抽選会

イオン都城店直営&専門店での

お買上げレシート合計税込

3000円ごとに1回、抽選に

ご参加いただけます。

レシート対象期間／

5月3日(水・祝)〜7日(日)

抽選日時／5月6日(土)・7日(日)

各日10時〜18時

場所／2階中央吹き抜け特設会場

※お一人様最高10回まで・1枚

のレシートで最高10回まで

※レシート合算OK

※一部対象外レシートがございます

★専門店お買物券10% Back Sale

5月3日(水・祝)〜7日(日)

の5日間、イオン都城ショッピング

センター専門店でのお買上げレ

シート、税込3000円ごとに、専

門店でご利用いただける3000円

分のお買物券をプレゼント!

レシート対象期間／

5月3日(水・祝)〜7日(日)

お買物券引換日時／

5月6日(土)・7日(日)

各日10時〜18時

お買物券ご利用期限／

5月31日(水)まで

場所／2階中央吹き抜け特設会場

※各日1000枚限定  
無くなり次第終了

※お買物券利用対象外店舗あり

■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、裏表紙もご覧ください

イベント情報

★茶摘み体験開催!

4年ぶりに茶摘み体験を開催

します。摘んだ新芽は、当日お

持ち帰りいただけます!

日時①／4月29日(土・祝)

②／4月30日(日)

8時に『日向時間』に集合

両日共に8時〜12時予定

※どちらか1日の参加でOK

参加費／大人2500円

小学生以下1500円

新茶のお土産&『日向時間』で

のランチ付き!

※工場内は大変危険ですので、

小学3年生以下のお子様は保

護者同伴となります

定員／各日20名様

※定員に達し次第、締切ります

★芽吹きマルシェ

〜新しい「時間」に出会う日〜

新しいライフワークを見つける

「芽吹き」のイベントを開催します。

日時／5月4日(木・祝)

10時〜16時

会場／まちなか広場他

(都城市立図書館前)

■問合せ／日本茶専門店

shop&cafe 日向時間

☎0986-77-6943

★Moimaruシエ開催!

世界各国のパンが食べられる

ベーカリーカフェ『Moimaru』に

て、『Moimaruシエ』を初開

催! 占い、鑑定、リーディング

や、珍しいアクセサリーの販売

いただけます。その他にも、美味

しいコーヒーやジュース、綿菓

子の販売やマイクロボタのフジ

くんとチョモちゃんにおやつを

食べさせる体験もご用意です。

ぜひお越しください。

日時／5月3日(水・祝)10時〜17時

場所／Bakery Mo!

都城市都島町167-3

☎0986-36-5255

★第126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、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／5月13日(土)10時〜

■問合せ／笑いヨガ(剣田)

☎090-9489-4450

★超物価高時代!! 第80回

後悔しない家づくり勉強会

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」など、

内容が盛りだくさんです。

日時／5月14日(日)13時〜16時半

(開場12時40分)

会場／都城市総合文化ホール

(MJホール)会議室1F

都城市北原町1106-1100

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

★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、ヨガ教室「prana」藤田

京子先生による、呼吸法・体位

法・瞑想法で構成された正統派

ヨガで心身を緩め整えます。季

節のドリンクもご提供します。

日時／5月16日(火)

10時〜11時45分

参加費／1500円(お茶付き)

準備物／ヨガマット、タオル、

飲み物

定員／6名

★テルミー養生会

温熱療法として古くから愛さ

れている「イトオテルミー」。

薬草でできたお線香と器具を用

いり、体調や季節に合わせた温

活方法を体験し学べます。季節

にも合わせて「食の養生」につい

てもご紹介しています。

日時／5月20日(土)

10時〜11時半

定員／5名

参加費／1650円

(道具の貸出しあり)

講師／イトオテルミー療術師

山元幸代

★女性の心身を癒す養生会

女性の年齢(ステージ)やライ

フスタイル、女性特有のお悩みに

合わせた養生法をご紹介します。

日時／5月20日(土)

13時半〜15時

話し手／予防医学研究家

山元幸代

定員／8名

参加費／3000円

(お茶・テキスト付き)

場所／(3件共通) Bioワークス

三股町樺山3605

■問合せ／Bioワークス

☎090-4482-0579

**桜島船釣り+宿泊格安キャンペーン!!**

船釣り最大8時間  
十ヨット・マリーナ素泊まり

男性 **5,000円!!**  
女性 **3,000円!!**

※キッズ料金はお問合せください。

「さらに」  
ファミリーで  
ご宿泊の方は**家族割が適用!!**

人気のプランのため早めのご予約がオススメです◎  
詳しくはお問合せください。

ヨット・マリーナ 浮津港  
予約先／船長:090-8667-0800  
鹿児島県垂水市二川1282番地

お気軽にご参加ください!

**くもんの先生 説明会**

webでも開催中!

新コンセプトをご紹介します!

「くもんの先生」の魅力を  
3つのフレーズで表現してみました。  
今回は、  
「かけがえない」が、ここにあります。

ぜひCM動画(20秒)で  
ご覧ください。

今すぐチェック!→

※55歳まで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。

**くもんの先生を、やってみませんか?**

まずはホームページをチェック! くもんの先生 検索 **KUMON**

公文教育研究会  
〒820-0812  
宮崎県宮崎南高千穂通1-6-35  
オーシャン高千穂通り7F

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

★第2回デイサービス遊癒講演会開催 参加無料!!

〜令和時代の認知症との付き合い方〜

神経学会専門医・指導医の大窪隆一先生に、今年度もご登壇いただくことができました! さまざまな相談に、いつも快く乗ってくださる大窪先生。認知症のスペシャリストである先生が、最新の情報を踏まえながら、どのように捉えて生活していけばよいかについて教えてくださいます。

日時/5月21日(日) 14時〜15時  
場所/デイサービス遊癒イオン 都城ショッピングセンター2階 講師/藤元総合病院 神経内科 診療科部長 大窪隆一先生 料金/無料

問合せ/デイサービス遊癒 ☎0986-36-7872

その他の情報

★みしん市場都城店 人気のワークショップ開催!!

完全予約制 大人気の手作り教室を開催します。手作りがはじめての方も、ミシンがはじめての方も安心して参加できるように、アドバイザーがマンツーマンで指導してくれますよ。毎回大好評なので、お早目のご予約をオススメします。

中着バッグ 毎日持ち歩きたくなる巾着タイプのバッグを作ります。入れ口をキュッと絞って使う、ワンマイルコーデにもピッタリなバッグです♪

参加料/1000円 ※材料費込み

日時/10時〜12時 または13時〜15時

※各2時間程度 ※日程はご予約ください

場所/みしん市場 都城妻ヶ丘店 都城妻ヶ丘町15-12

問合せ/ ☎0986-46-3342

★キャッシュレス決済 無料講座開催!!

まだキャッシュレス決済を利用されていない方へ、物価高騰の今こそ、クレジットカードや電子マネーを利用した「ポイント」で、お得にポイントを貯めてみませんか? 公共料金なども対象です! ぜひ、ご参加ください。

日時/随時受付中 完全予約制

場所/㈱C&H 参加費/無料

問合せ/㈱C&H ☎0986-23-1341

E-mail: info@ch-fp.co.jp

日時/随時受付中 ※事前にご予約ください 場所/有C&H 参加費/無料 ※予約制

★参加無料! マイホーム購入をご検討の方必聴!! オウチの買い方講座開催!

これからマイホームを購入しようと考えている方、ご自分の年収や家族構成、生活スタイルに合わせた資金計画を立てませんか? ファイナンシャルプランナーが、今後の人生設計が苦しくならない、無理のない住宅購入方法を教えてくれます。キッズルームもありますので、お子様連れの方も気軽に参加ください!

日時/随時受付中 ※事前にご予約ください

場所/有C&H 参加費/無料 ※予約制

★今話題! 三大疾病に備えながら、資産形成もできる保険が登場!!

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、将来的な貯蓄もできる保険が登場しました。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

場所/㈱C&H 参加費/無料

問合せ/㈱C&H ☎0986-23-1341

E-mail: info@ch-fp.co.jp

ずっとこの町で ずっとこの家と みやこんじょの工務店

スタッフ募集! 未経験者大歓迎! アットホームな職場です!

月給/200,000円~250,000円  
職種/建築設計・施工(住宅の設計、現場監督、営業)  
勤務地/都城早水町  
時間/8:30~17:30(うち休憩60分)  
休日/自己希望日  
資格/学歴、資格不問  
待遇/試用期間3カ月 社用車、社用携帯、制服あり 家族社員旅行(年3回)、昇給・賞与、雇用保険、退職金あり

お電話またはメールにてご応募ください! [tukasa@lib.bbq.jp](mailto:tukasa@lib.bbq.jp)

0986-25-5034 都城早水町3384-21

女性特有の症状でお悩みの方

冷え性 PMS(月経前症候群) など、症状に合った漢方薬を試してみませんか?

生理痛 更年期障害 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。

おくすり処 かわぐち/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

思い出づくりのお手伝い

思い出づくりのお手伝い

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

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。

5月診療スケジュール

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

【平日】 9:00~11:30 15:00~17:30 【土曜日】 9:00~11:00 14:00~15:30

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階地

☎090-4482-0579

**新緑を味わう! 期間限定カフェメニュー登場!!**



抹茶小町

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。ハーブティー、アロマ、食材、サプリメント、ウエアなどの選び抜かれたビューティ&ヘルスアイテム、自然治癒を行うサロ、カフェスペースなどが詰まったトータルハウス♪  
新緑の季節……カフェスペースでゆったり過ごしてみませんか?

**店舗情報**

北諸県郡三股町榊山3605 定休/月・日・火曜日・祝日  
営業/10:30~17:30  
GoogleMapで検索

LINE@お友達登録で  
新着情報・得々案内を配信中!



ココロとカラダに優しい  
5月限定ドリンク

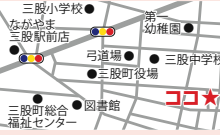
**抹茶小町 650円**

抹茶のつややかな緑をいかして新緑を演出したメニュー。底には有機あんを贅沢に使用し、自然な甘さと渋み、スッキリとしたコク、フワフワとした豆乳はアッサリしていて、絶妙な美味しさです。

**カフェタイム**

13:00~17:30

ゆっくりとお寛ぎください♡



**酒場定食堂 ふたつき**

☎0986-77-2619

**コース料理&居酒屋メニューが大充実!**



店主がセレクトしたこだわりのお酒と一緒にいただく、市場直送・鮮度抜群のお刺身やお肉を使ったコース料理が大好評! また、お一人様からの単品メニューもたくさんあります。お父さんはお刺身に焼き鳥で一杯、お母さんや子ども達は定食と、家族で行っても、みんなが満足できるお店です。居心地のよい空間で、美味しい料理をどうぞ!!

**店舗情報**

都城市花畑町17-3  
営業/昼11:30~14:00(L.O.13:30) 定休/月曜日 ※日曜日は不定休  
夜18:00~22:30(L.O.22:00) ※日曜日のランチはお休みです

**GWもオススメ**

**飲み放題120分**  
生ビールが2杯飲める!

■3,500円コース

お料理7品

■4,000円コース

お料理7品+デザート付

■5,000円コース

お料理7品+デザート付

コース料金によって、お料理の内容が変わります。

**大人気メニュー**

お刺身盛合わせ 880円~

焼き鳥盛合わせ 858円~

鶏のたたき 638円



**徳重紅梅園**

☎0986-22-6325

**ほのかな酸味と優しい甘さ♡**  
**果汁100%青梅ドリンク**



新鮮な青梅を漬込んだ梅果汁100%のドリンク原液。薄めて飲むと爽快感抜群で、疲れにくい身体を目指せます!  
青梅ドリンク 580g 1,863円/350g 1,242円  
フォーラム限定!! お試しサイズ 120g 500円

**1,000円(税込)以上お買い上げの方に**  
**無農薬栽培タマネギ(500g)プレゼント!!**  
※お会計の際に「フォーラム見ました」とお伝えください!

**店舗情報**

都城市平塚町9825  
営業/8:00~17:00  
定休/土・日・祝日

公式 Twitter



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!**



ボリューム満点オードブル

★人気商品が詰まったお得なセット★  
●ダレヤメセット 1,000円……ずり100g/かわ100g/かた100g/手羽先3本  
●ファミリーセット 1,980円……ミックス(もも・むね)400g/ずり200g/手羽6本  
●とくとくセット 2,500円……ミックス(もも・むね)400g/ナンゴリ200g/ずり200g/手羽5本  
※事前のご予約がオススメです!

【その他メニュー】

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

**店舗情報**

都城市広原町4340番地2  
(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) 定休/水曜日

日本茶専門店 **日向時間**

☎0986-77-6943

**ご自宅で極上の新茶を堪能しませんか?**



老舗茶問屋出身の店主が厳選した新茶は、香り・味・色ともに最高の逸品。毎年、多くのお客様が楽しみにしています! カフェスペースで数種類から選べる淹れたての新茶と「冷やしぜんざい」を一緒に味わうのもよし! お気に入りの新茶を購入して、自宅でいただくのもオススメです!!

**店舗情報**

都城市南鷹尾町3-4 地方発送も可能です  
営業/10:00~18:00 定休/火曜日(節日の場合は翌日)  
facebook「日向時間」で検索



**母の日ギフトにも**  
新茶と一緒に、おしゃれな急須や茶缶、てぐい等の和雑貨、お茶に合うお菓子もご用意しています。

**カフェメニューも充実**  
冷やしぜんざいと  
お茶セット 900円

あずきの美味しさを引き立てた、優しい甘さの「涼」を感じるぜんざい。



**スタッフ募集!**

土・日曜日、または  
どちらか勤務可能な方。  
詳細はお問合せください。



**大杉しいたけ園**

☎0986-57-2536

**人気商品のお試しセット**  
**数量限定にて販売中!!**



オリジナル商品「鶏ときのご 炭火焼」と「きのごとトロ口軟骨」をお得にお試しいただけるセットを数量限定で販売! おかずの一品としてはもちろん、晩酌のアテや、お世話になっている方へのプチギフトとしてもオススメです。他では味わうことのできない『大杉しいたけ園』オリジナル商品をぜひ一度で賞味ください! 『都城NIQL(ニクル)』でも好評販売中です!

**店舗情報**

都城市山之内町山ノ口1809  
営業/月~金曜日 9:00~17:00 土曜日 9:00~13:00  
定休/日曜日 ※土曜・祝日は要電話確認

★数量限定★

炭火風味がたまらない♡  
鶏ときのご 炭火焼 2袋

+  
トロトロの軟骨が  
きのごと相性抜群◎  
きのごとトロ口軟骨 1袋

セット価格 通常税込2,300円  
→送料込1,728円(税込)

◎日本全国どこでも一律  
このお値段です!



ネット注文は  
こちらから!

# 活魚!! 寿司虎亭

☎ 0986-46-5226

初夏の美味しさ届きました



初夏のあじわい御膳

潮の流れが速い長島で育った、身の引き締まった脂のりのよい「しまあじ」を心ゆくまで堪能できる御膳が完成。季節限定のため、お見逃しなく。また、こどもの日や母の日など、大切な瞬間に召し上がっていただきたい職人技が光るお料理は、心に残るひと時を演出します。個室も充実しているため、ご家族やご友人での集まりにもおすすめです。

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)



初夏限定御膳

初夏のあじわい御膳  
3,278円

鹿児島県長島産の旬のしまあじを

ふんだんに盛り込んだ御膳。確かな食感と深い味わいのしまあじをお楽しみください。

レディース  
鯛ちらし膳 2,398円

桜鯛を贅沢にのせた海鮮ちらしをどうぞ



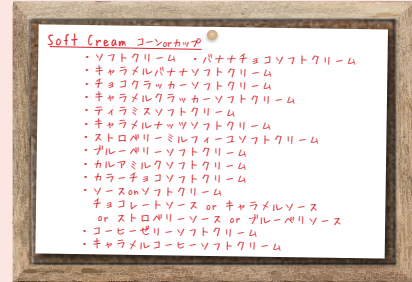
お持帰りメニューもご用意しています。お気軽にご相談ください。

● 都城市役所  
● 藤元病院 ● 洋服の青山 ● イオン都城ショッピングセンター  
● 雨香 ● 南小学校 ● GS ● スタジオアリス ● 都城店  
ココ★ ● GS ● 寿司虎 都城店

# 道の駅 松山 やっちくふるさと村

☎ 099-487-3800

ソフトクリームが美味しい季節♡



ソフトクリームやクレープはもちろん、生チョコレートやケーキも人気を博している「道の駅松山」。初夏にオススメなのが、こだわりの北海道産ソフトクリーム。厳選された素材を使い作られる自家製のソフトクリームは、濃厚なのに後味サッパリ! 季節のフルーツやさまざまなソースとのコラボレーションをお楽しみください!

店舗情報

鹿児島県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

クレープもオススメ!!

チョコレートが練りこまれた生地に生クリームや自家製の生チョコレート、フルーツなどをトッピングしたクレープも絶品♡いちごの季節も残りわずか!



子どもの日のお祝いにデコレーションケーキもご用意しています♪



# 石窯パン工房 グレンツェン 都城店

☎ 0986-36-5888

5月も新作パン&特典がいっぱいです♪



大人も子どもも笑顔になる美味しくてワクワクするパンを、たくさん作ってお待ちしています♪ GWは家族や大切な仲間と、『グレンツェン』のパンで、朝ごはんはランチ、ランチ、カフェタイム……と生活を楽しく彩りませんか?

店舗情報

都城市上東町17-18  
営業/7:00~19:00  
定休/火曜日 http://www.glanzen.jp/



GWフェア開催

4/29(土・祝)~5/7(日)

お子様に大人気のパンがたくさん登場! フェア期間中しか堪能することのできない限定パンも登場♪

ローズカツサンド 302円



ラッキー!サンド 292円



こいのぼりパン 160円



# FELICE フェリーチェ

☎ 0986-80-6162

『フェリーチェ』の隠れメニュー  
バースデイケーキのご予約承ります♡



隠れメニューとして、密かな人気を集めていたバースデイシフォンケーキ! シフォンケーキはベーキングパウダーを使わず、無添加にこだわっています。また絶妙な甘さの軽い生クリームは、厳選した北海道産のみを使用。パティシエが心を込めて、すべて手作りで完成させています♪

店舗情報

Instagram →  
都城市中町12-25P/E1 定休/火曜日(祝日の場合は翌日) 他、不定休  
営業/11:00~17:00 (L.O.16:00)  
金・土曜日のみ 18:00~21:00 (L.O.20:00)



自分好みにカスタマイズもOK  
1日数量限定  
お早めのご予約をオススメします!!

バースデイ  
シフォンケーキ

17cm 4,500円  
21cm 5,500円

フルーツたくさんのおせ  
+500~1,000円

色やフルーツの種類なども選べるので、ご相談ください。

金・土曜日限定  
ディナーコース  
完全予約制  
大人気のパンケーキもデザートで付く♪  
コース料理  
+飲み放題120分 4,000円



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

## WAM PRIOCHE

キッチンカー限定販売 新感覚フード好評販売中

フォークで食べるクロワッサン「FORKURO」の新作「FORKURO あんバター」が登場! あんことバターの王道コンビがデニッシュ生地によくなじみます♡一口サイズなので一人で食べるもよし、みんなでシェアするのもよしな新感覚スイーツです。



素材にこだわったメニューが多数揃っています! 移動形式の販売のため、出店情報は公式LINE・公式Instagramにて発信中です! タイミングが合った際は、ぜひお越しください♪

Instagram ID: wamprioche\_forkuro

LINE ID: 610abnr

※営業時間は出店場所ごとに異なります。出店情報は公式Instagramまたは公式LINEをご確認ください。

## Bakery Moi

世界のパンを堪能できるベーカリー

ギリシャ発祥の「メープルピーカン」。メープルがデニッシュ生地によくなじみ、コーヒーとの相性も抜群な逸品です。香ばしいナッツがおいしいアクセントになっています。



メープルピーカン 300円

ドイツ発祥の「プレッツェル」。生地の中にバターがたっぷりインしていて、程よい塩味がスープやビールのおともとしても◎。大判サイズで食べ応え抜群ですよ!



バターインプレッツェル 420円

TEL.0986-36-5255

都城市都島町167-3 営業/7:00~19:00 定休/水曜日

## MAHALO

すべて手作りが美味しさのヒミツ!

インパクト抜群なネーミングの「ゴリゴリ肉ダンゴ」は、大きめ肉ダンゴに自家製の甘酢ダレがとろ〜りとかかった人気商品。お弁当や夕飯のおかずにもピッタリです! 売り切れ必至のためご購入はお早めに!



ゴリゴリ肉ダンゴ(5個入り) 500円



フライドスイートポテト 300円

スティック状のサツマイモを油で揚げた新感覚スイーツ。中はしっとり、外はカリッとした食感で、仕上げに塩を一振りすることにより、さつまいも本来の甘さがより引き立ちます♡ ちょっと小腹がすいた時に食べやすいサイズ感も◎。

Instagram ID: golera2023

都城市鷹尾2丁目2-3 営業/11:00~19:00

定休/月・土・日・祝 ※土曜日は気まぐれで営業しています。※お問い合わせはインスタグラムのDMまたはお電話でお願いします。

Life designing

Bio works ビオワークス

木々の芽吹く新緑の季節  
Green Teaフェア開催

厳選素材、有機食材など安心安全な原料にこだわった自然派お菓子をセレクト。優しい甘さでココロもカラダも喜ぶものばかり。

新茶の季節のティータイムにおすすめします。また、健康を気遣う贈り物や、ちょっとした手土産に選ばれています。



TEL.090-4482-0579

北諸県郡三股町樺山3605  
営業/10:30~17:30 定休/日・月・火曜日・祝日

鮮やかな緑が眩しい季節...初夏の風を感じながら食べた「心おどるグルメ」が、たくさん揃いました。美味しいものを食して、元気にHAPPYになつてくださいね♪



きりしまフオーラム  
厳選

## 味噌ぎ屋

サイドメニューも充実!  
味噌ラーメン専門店

店舗イチオシサイドメニュー

ギョーザ(6個) 250円(+50円でご飯小セット)

半チャーハン 300円

New

チキン南蛮 300円(+50円でご飯小セット)



味噌ラーメンはもちろん、サイドメニューも充実のラインナップ! お得なセットメニューがオススメです。餃子や半チャーハンをはじめ、新登場の小さいお子様でも食べやすいチキン南蛮もオススメです。ラーメンと合わせてお召し上がりください♪

TEL.0986-80-3443

都城市立野町3652-2 定休/無し  
営業/11:00~15:30(L.O.15:00) 17:30~20:30(L.O.20:00)

## COST STORE

親族などの集まりにもピッタリな  
人気COSTCO商品が大集合!

『COSTCO』オリジナルのデリカ商品。大容量・美味しさ・コスパの3拍子が揃っていて、手間をかけずに本格的なお料理が食べられますよ。親戚の集まりや、友達とのパーティーにもオススメです! 毎週金・土・日曜日に入荷するので、入荷情報をお見逃しなく!



食料品以外にも人気日用品を多数お取り扱いしております! 店舗にない商品は、どんなものでもお取り寄せ可能なので、お気軽にご相談ください!



Instagram ID: cost\_store2022

LINE ID: @892bhduj

北諸県郡三股町宮村2858-3  
営業/10:00~19:00 定休/木曜日



楠見恵子さん家の  
からあげ屋さん

楠見さんのこだわりからあげ  
リピーター続出中!

楠見さんのこだわり満載の絶品からあげ。一度食べたら虜になる味をぜひご賞味ください! オードブルやたまご焼きなどその他メニューも取り揃えています。お電話にてご予約承っております!

からあげ単品メニュー

◆たれ・塩で選べます◆

もも(骨なし)480円(200g) / むね(骨なし)460円(200g) / ミックス(もも・むね)480円(200g) / 肩肉(骨なし)250円(100g) / 砂ずり 250円(100g)

◆塩のみ◆ナンコツ 300円(100g) / 手羽先 90円(1本) / 皮 250円(100g)

※1人前=約200g

TEL.080-3901-0141

都城市広原町4340番地2(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まで) 定休/水曜日

## 大杉しいたけ園

### 食べ応え抜群な餃子

発売当初から人気を誇る「きのこの餃子」。ジューシーな豚肉ときのこと、きくらげの相性が抜群な逸品です。味はもちろん、世界三大珍味の1つであるトリュフを彷彿とさせる芳醇な香りや食感もお楽しみいただけます。



冷凍の状態でも販売しているため、遠方の方へのギフトとしても最適です。昨年新たに登場した、肉厚しいたけと地元産豚肉が絶妙にマッチした「きのこメンチカツ」もオススメです!

TEL.0986-57-2536

都城市山之口町山之口1809  
営業/月~金曜日 9:00~17:00  
土曜日 9:00~13:00  
定休/日曜日 ※土曜・祝日は要電話確認

## 日本茶専門店 shop&cafe

### 日向時間

水・土曜日限定  
「やさしい朝昼ごはん」はじまりました♪

10:00~14:00 (L.O.13:30)  
やさしい朝昼ごはん 1,000円  
+300円 お茶・お菓子付き

こだわり素材をふんだんに使った、すべて手作りの心と体にやさしい料理を、美味しいお茶と一緒に楽しみください。メニューは一つで週替わり、インスタやLINEページでもご確認いただけます。数量限定ですので、ご予約がオススメです。

TEL.0986-77-6943

都城市南鷹尾町3-4 営業/10:00~18:00  
定休/火曜日(祝日の場合は翌日) ※HP「日向時間」で検索



※5/3・6はランチお休み、店舗は通常営業となります。

## レストランそお メセナ温泉内

テイクアウトにもおすすめ!!  
絶品うなぎ弁当!

上うなぎ弁当 1,500円  
うなぎ弁当 1,000円

末吉町メセナ温泉内にある『レストランそお』では、すべて手作りのお弁当が大好評! 特に、人気を誇るのが「上うなぎ弁当」。香ばしくふっくらと焼き上げられたうなぎに、特製のタレがしっかりとかかっている、冷めても美味しいとリピーター続出です!!



TEL.0986-76-1755

曾於市末吉町二之方2971-1  
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

## 酒場定食堂 ふたつき

昼夜いただける定食メニューも豊富!

アジフライ付き!!  
お刺身と焼魚の定食 1,298円  
チキン南蛮定食もオススメ!

「旨い&ボリューム満点」の定食が大人気の「ふたつき」。市場直送の旬のお魚を贅沢に使った「お刺身と焼魚の定食」は、老若男女を問わずリピート率No.1の人気メニューです。初夏の美味しいお魚料理を、ぜひご賞味ください。

TEL.0986-77-2619

都城市花線町17-3  
営業/昼11:30~14:00(L.O.13:30)、夜18:00~22:30(L.O.22:00)  
定休/月曜日 ※日曜日は不定休 ※日曜日のランチはお休みです



## FELICE フェリーチェ

ソフトクリームの季節がやってきた!!

生乳ソフトクリーム 380円

大人気の自家製ソフトクリームは、『中村牧場』の新鮮な牛乳をふんだんに使った冷たいスイーツ。ミルク感たっぷり舌触りがなめらかなソフトクリームは、コクがあり優しい甘さが絶品。これからの季節は、フルーツのトッピングもオススメです!



TEL.0986-80-6162

都城市中町12-25 PIER1  
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

## 石窯パン工房 グレンツェン 都城店

GW&子どもの日♡オススメパン

こいのぼりパン 160円

子どもが笑顔になる、生クリームたっぷり  
のふわふわチョコレートが入ったコロネ♪



ポテサラチーズフランス 248円

子どもたちが大好きなポテサラと  
チーズがコラボした最強パン!



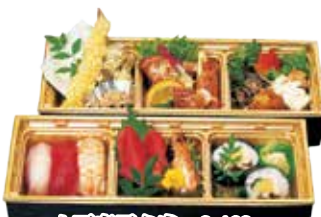
TEL.0986-36-5888

都城市上東町17-18  
営業/7:00~19:00 定休/火曜日

## 活魚!! 寿司虎亭

職人技が光る極上の  
海鮮料理がご自宅に!

新鮮な魚介類を使ったテイクアウトメニューも充実。お寿司・刺身だけでなく、オードブルやお弁当も提供しています。母の日・子どもの日のイベントやお祝い、上棟式、法要など、家族や友人との大切な時間にいかがですか?



六画寿司弁当 2,462円

※前日18時までの完全予約制  
※数量限定のため、受付を終了する場合があります。  
ご了承ください。  
※入荷状況により内容が異なる場合があります。

TEL.0986-46-5226

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)



海鮮オードブル 6,480円

## 徳重紅梅園

創業約40年  
老舗が誇る梅商品

青梅果汁を土鍋で1週間前後煮込んだ「梅エキス」は、身体にいい成分がギュッと凝縮! 全国各地で高い人気を誇ります。また、鶯宿梅(おうしゅくばい)を使用した梅干しは肉厚で、しその風味が果肉の内側までしっかりしみ込み、酸味とうま味のバランスが絶妙です。発送時には緩衝材として自家栽培の野菜を詰めるなど、細部まで心配りが満載です。



TEL.0986-22-6325

都城市平塚町9825  
営業/8:00~17:00 定休/土・日・祝日  
公式ツイッター:koubaien2020  
★紅梅園の日常風景をアップ中!!

## 道の駅 松山 やっちくふるさと村

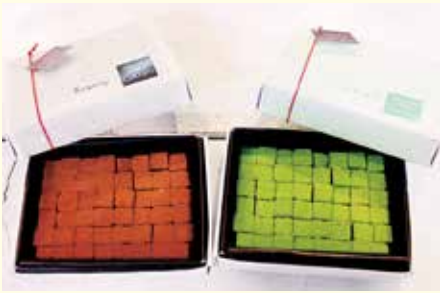
至極の生チョコレート!!

生チョコ 800円  
【スイート・抹茶・ブランデー】

チョコレート専門店だったノウハウをいかして作られる極上の生チョコレートは、「香り・甘さ・くちどけ」ともに最高の美味しさです。オリジナリティ溢れる食感と、それぞれのフレーバーが持つ特徴的な香りも、しっかりと楽しむことのできるチョコレートをどうぞ!

TEL.099-487-3800

鹿児島県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



鮮やかな緑が眩しい季節……初夏の風を感じながら食べたい「心おどるグルメ」が、たくさん揃いました。美味しいものを食して、元気にHAPPYになつてくださいね♪



きりしまフォーラム  
厳選

## 1st page.都北店/宮丸店

暑い季節はやっぱりこれ!  
ひんやりスイーツで気分爽快♡

人気の「糸ピンス」をアレンジした、まるでケーキのような逸品。糸のように織りなすミルク氷がくちどけなめらかです♡ 自家製の生クリームはほどよい甘さとコーヒーパーダウアーのほろ苦さが相性◎。



黒みつきな粉 700円

沖縄の黒糖を使用した黒蜜がたっぷりとしみ込んだ氷の上に、自家製生クリームときな粉を贅沢にトッピング! 子どもから大人まで人気の和テイストかき氷です。



贅沢ティラミス 1,000円

TEL.0986-70-0359

都城市都北町5620-1  
営業/11:00~19:00  
定休/木曜日(祝日の場合は翌日)

TEL.080-5257-0896

都城市宮丸町3077-2  
営業/11:00~18:00  
定休/火曜日(祝日の場合は翌日)

## 南の炭火炙り 創

炭火焼でさらに美味しく!  
大人気居酒屋メニュー

人気商品の1つである「手羽先塩焼き」は、炭火焼ならではの風味が肉にしみ込んだ逸品。中はやわらかジューシー、外はパリッと食感がやみつきになりますよ。一口食べてビールをグイッと流し込むと……笑顔が溢れること間違いなしです! 早く売り切れる可能性があるため、確実に手に入れたい方はご予約をオススメします。



TEL.080-9012-4129

都城市金田町2318-4-6  
営業/14:00~売り切れ次第終了  
不定休 ※ご来店前に電話にてお問合せください。★PayPay使えます!

## 麺や星月

ラーメン屋さんなのにうどん?  
絶品かけうどんもオススメです

かけうどん 400円

ラーメン屋さんでは珍しいかけうどんも販売。優しい甘さのある出汁が、もっちり食感の麺によく絡み、ラーメンに負けず劣らずの一杯に。その他にも、刻みチャーシューが白米の上にゴロゴロと転がった「肉のせご飯」など、要チェックなメニューが満載です!

肉のせごはん 300円



TEL.0986-58-7115

都城市中町17-18森店舗4号  
営業/11:00~15:00 17:00~20:00頃 定休/月曜日



## 都雅 MIYAKOMIYABI

贅沢な鉄板焼きで  
特別なワンシーンを

シェフが目の前で一品ずつ丁寧に調理する風景は臨場感があり、味だけでなく音や香りも楽しめる好評の「都雅」。気軽に味わえる、ランチタイム限定のおトクなメニューがスタートしています。県外の方は「ミートツーリズム」事業で、さらにお得になりますよ。この機会に、ぜひチェックしてみてください。

ランチ限定メニュー:日替わりカットステーキ 1,700円  
(カットステーキ100g/サラダ/白御飯/汁物/香の物)  
ディナー:鉄板焼コース 6,500円~

TEL.0986-45-1214

都城市中町17街区2号 HOTEL TERRASTA 3F 定休/水曜日  
営業/LUNCH 11:30~15:00(O.S.14:00)  
DINNER 1部18:00~・2部19:15~(O.S.20:00) (CLOSE21:30)

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



<https://www.facebook.com/kirishimaforum/>

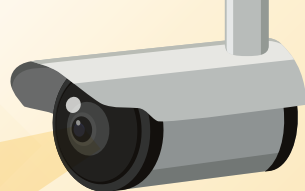


Instagramはこちら



<https://www.instagram.com/kirishimaforum/>





# 防犯だけじゃない!

## ネットワークカメラシステムで、 ビジネスの可能性を広げてみませんか。

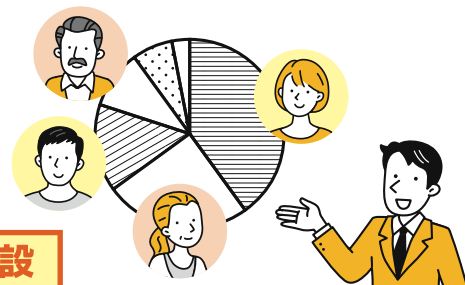
ネットワークカメラと言えば、防犯目的にしか使えないと思いませんか？  
実は今、ネットワークカメラは防犯以外にもさまざまな用途で利用されているんです！

### マーケティング



#### 商業施設

人数カウントによる時間帯別の来客数の把握



#### 商業施設

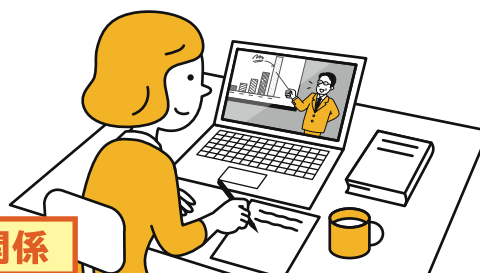
客層(年齢・性別)の比較・分析

### 映像配信



#### 観光業

集客アップの観光PR動画配信



#### 教育関係

講義のライブ配信・ダウンロード



ネットワークカメラは、アイデア次第でさまざまな用途で活用できます。  
ネットワークカメラシステムのプロが、あなたの会社やお店に合わせた  
最適なシステムをご提案いたします! お気軽にお問合せください!

ご相談・お見積 無料

お問合せはこちらまで! ▶

**ROD**  
Respect on Demand  
R.O.D 正規代理店

**Cami-Logi** TEL.090-1343-4853

— カミロジ —

E-mail:kamiyama@cami-logi.com

●コスメ・雑貨販売スタッフ募集●  
『プーラビダ』で一緒に働きませんか？

【雇用形態】①パート ②フルタイムパート  
【業務案内】接客、レジ、品出し、商品整理、ラッピング  
【勤務時間】①15:30-20:30 ②9:00-20:30のうち8時間  
【休日】シフトによる(※週5勤務)  
【給与】①時給950円 ②900円  
【待遇】制服貸与、社割あり②は社会保険あり  
■株式会社 勉強堂 TEL/0985-22-8890(担当ハマダ)

●初心者も大歓迎! 編み物レッスン参加者大募集!

手芸店で編み物教室を開催。講師による丁寧な指導で楽しく学べますよ!  
2種類のコースからお好きな方を選んでご参加ください。※詳細はお問合せください。  
◎楽しいドミノ編み ◎編み物自由レッスン  
基本の四角いモチーフをつなげて、編んでいくドミノ編みをやったことがなく、はじめてだけ挑戦したいノ編みをベースに作品づくりを行います。初心者でも簡単に作れます。講習はルームソックス・マフラー一わんごセーターの3つからお選びいただけます。たいことや作りたいたいのものを学びながら作れます。  
場所/手芸のまきのアウトレット都城店 講師/北部 恵子 先生  
開催日/第1・第3金曜日 時間/12:30~16:00 自由参加  
製作時間目安/1作品あたり2~3時間程度 講習料/1回あたり1,500円  
■手芸のまきのアウトレット都城店 TEL/0986-36-5438

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!!

修理見積もり無料! 出張も無料です!

下取り高価買取中! 店内60台以上展示販売中

■みしん市場 都城妻ヶ丘店 TEL/0986-46-3342

昼間は子育てママ、夜間は学生が活躍中  
シフト融通! 頑張りに応じて即昇給あり!!  
一緒に楽しく働いてくれるれば大丈夫です♪

【雇用形態】パート・アルバイト  
【業務案内】飲食店スタッフ  
【勤務時間】①昼10:30~14:30 ②夜18:00~22:00  
【休日】シフトによる 週2日勤務からOK! 最低勤務時間1日3時間~  
【給与】①時給880円~ ②時給900円~ ※昇給あり  
【待遇】賄いあり・エプロンあり  
■酒場定食堂ふたつき TEL/0986-77-2619

住宅型有料老人ホーム フォーラム三股

【勤務場所】宮崎県北諸県郡三股町大字宮村2786-2

★介護職員 大募集★

【正職員】月給188,000円~241,000円  
※残業平均1時間/月程度 ※月0~4回程度の夜勤あり

★厨房職員 大募集★

【パート】時給880円~ 資格・経験は問いません。  
朝の6:00~勤務してくれる方大歓迎!!

■フォーラム三股 TEL/0986-36-7891

ワクワク企画第一弾!  
100点とったらクレープ無料!

「1st page.」宮丸店と都北店の2店合同で、親子で嬉しい企画を実施。学校のテストで100点をとると、なんとクレープが1つ無料に! ぜひこの機会に100点を目指してみてください!  
期間/4月21日~5月31日まで(平日限定)  
条件/①小学生~中学生のお子さま  
②100点のテスト用紙を店舗までお持ちいただいた方  
③記念撮影OKの方(SNSに掲載可能な方)  
※小テストは参加対象外です。あらかじめご了承ください。  
上記3つの条件を満たせばだれでも参加OKです! たくさんのご参加お待ちしております♪  
■1st page.宮丸店&都北店 TEL/宮丸店 080-5257-0896/都北店 0986-70-0359

STAFF

- 企画 深草 文子 津曲 玲実  
石川 佳代子 河野 龍斗
- 編集・制作 大西 学 森下 由夏
- 発行所 霧島フォーラム

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せようよろしくお願いいたします。

- 5月6日・7日に、「イオン都城ショッピングセンター20周年感謝祭」のスペシャルステージイベントが開催されます! 弊誌も企画協力として、携わっていますので、ぜひご来場くださいね♪(フミ)
- 先日、某探偵映画を劇場で鑑賞しました。敵の組織のメンバーが蒸留酒にちなんだ名前なので「ネタ切れした時は、日本酒も登場するのか?」と小学生レベルの思考を巡らせてしまいました。(りつ)
- 息子の高校卒業後、部活の後輩たちの新年度初の記録会がありました。ライブ配信で観覧しましたが、冬のトレーニングの成果が出てたくさんご自己ベスト達成に思わず涙が……。一所懸命に頑張る姿に心が震えました!(いし)
- 今月よりスタッフの一員になりました。チャンです! カードゲームや特撮モノが好き人間です。きりしまフォーラムと一緒に賑やかにしていけるよう頑張ってます。(チャン)
- コロナ感染症が5類へと移行され、今年のGWはお出かけされる人も多いのではないのでしょうか。お出かけは計画を立てている時が一番楽しいという核心は置いて、皆さんどうぞ楽しいGWを!(お一)
- 信号待ちをしていると、初心者マークを車体の右側と後方だけで6枚も貼った軽トラックが走り去っていきました。よほど心配なのかもしれませんが、そんなに貼らなくても……。 (もり)



日本占術協会占術士認定  
原宿占い館「塔里木(タリム)」所属  
クリスティーナ デリコの  
九星占い 5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】 昭和2・11・20・29・38・47・56・平成2・11・20・29
- 【二黒土星】 昭和1・10・19・28・37・46・55・平成1・10・19・28
- 【三碧木星】 昭和9・18・27・36・45・54・63・平成9・18・27
- 【四緑木星】 昭和8・17・26・35・44・53・62・平成8・17・26・令和5
- 【五黄土星】 昭和7・16・25・34・43・52・61・平成7・16・25・令和4
- 【六白金星】 昭和6・15・24・33・42・51・60・平成6・15・24・令和3
- 【七赤金星】 昭和5・14・23・32・41・50・59・平成5・14・23・令和2
- 【八白土星】 昭和4・13・22・31・40・49・58・平成4・13・22・31・令和1
- 【九紫火星】 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。  
5/5は、五節句のひとつ「端午の節句」。欠かせないアイテムは、登竜門の語源ともなった、鯉が滝を登り龍になったという中国の故事に由来する、立身出世の象徴の鯉のぼり。剣刺の菖蒲の葉の芳香が邪気を払い、東へ東へ入ると病気を癒やしてくれる菖蒲。柏餅に使われる柏の葉は、新芽が出るまで落葉しないことから家系が途切れない縁起物です。男児が誕生すると、鯉兜(よろいかぶと)などの五月人形を飾り、男子の健やかな成長を祈ります。 \*5月の一粒万倍日は、5/9、10、21  
◆デリコブログ▶ <http://ameblo.jp/vt-derico/>  
◆Twitter [https://twitter.com/happy\\_derico](https://twitter.com/happy_derico)  
◆Facebook <https://www.facebook.com/derico.happy>  
◆Instagram <https://www.instagram.com/happyderico/?hl=ja>

ハッピーマスター 元気が出る占い師 クリスティーナ デリコ  
●幸運暦(無料あり) <https://www.cocoloni.plus/derico/>  
●占い推定術 Google Playまたは、App Storeで検索を!  
●著書「元気のてんこ盛り!絶対発売中!アマゾン <http://amzn.to/YCHTRV>

一白水星  
今月は、何かと行き詰まりを感じることが多くなりそうです。これまで親しかった関係にも変化が起きます。できるだけ欲を出さないように気を付けて、謙虚に過ごしましょう。

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

二黒土星  
今月は、新しい恋や秘密の交際がはじまりそう。はじめてのイベントやセミナーなどに参加すると、嬉しい時間が過ごせます。出費も多くなりますが必要経費と割り切れば価値あり。

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、労働意欲が湧きますが、少々気分屋的なイメージになりそうです。斬新なアイデアはOKですが、勢いだけでは結果が残せません。有言実行できるような慎重に過ごそう。

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、行動よりも発言に注意しよう。うっかり失言に気を付けて、聞き役に徹するのが無難です。イベントやお祭りなどに参加すると楽しく過ごせますが心配が大必要です。

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

五黄土星  
今月は、新たな交際や新規の取引がはじまるかも。人脈拡大のチャンスなので積極的に行動しましょう。暖かい日でも薄着は禁物です。うがい、手洗いを忘れず心がけましょう。

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、連休中でも仕事に振り回される可能性があります。今までの遅れを取り戻すのに良い時です。周囲に多くを期待せずコツコツと努力しよう。暴飲暴食にも気をつけて。

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、五月病のような症状が出るかも知れません。何に対しても意欲が湧かず、ぼんやりと過ごそうです。ストレス発散を兼ねて体を動かしたり、質の良い睡眠を心がけて。

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、いつも以上の柔軟性と社交性が発揮できそうです。苦手意識や食わず嫌いは返上して、さまざまなジャンルの情報収集に励みましょう。出費が増えつつも楽しむことならOK。

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、これまでの積み重ねの結果が出ます。努力は報われますが、嘘を重ねてきた人には、つらい結果になります。連休があればリフレッシュを優先して気分転換しましょう。

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

# リフォーム済み物件販売中 平日も土日も見学可能!

**都城市郡元町** 水回りも新品交換!!  
収納もたっぷり♪




**祝吉小区域**  
**3LDK 駐車2台**

●所在地:都城市郡元町3374-3  
●土地面積:306.11㎡(92.59坪)  
●建物面積:111.01㎡(33.58坪)  
●建築年月:昭和54年1月  
●交通:JR[都城駅]車6分

価格 **1,799万円(税込)**  
月々のお支払 **50,783円**

**都城市南鷹尾町** スーパー・コンビニ近く!  
外壁塗装・水回りをすべて新品交換!!




**五十市小区域** ※間取りは  
リフォーム前です  
**2LDK 駐車4台**

●所在地:都城市南鷹尾町33-18  
●土地面積:230.48㎡(69.72坪)  
●建物面積:96.03㎡(29.04坪)  
●建築年月:平成元年4月  
●交通:JR[西都城駅]徒歩27分

価格 **1,599万円(税込)**  
月々のお支払 **45,137円**

**都城市庄内町** スーパーまで220m!! 水回りも新品交換!  
対面キッチンの広々リビング♪




**庄内小区域** ※間取りは  
リフォーム後です  
**3LDK 駐車5台**

●所在地:都城市庄内町12528-3  
●土地面積:583.29㎡(176.44坪)  
●建物面積:100.68㎡(30.45坪)  
●建築年月:昭和61年1月  
●交通:JR[日向庄内駅]車11分

価格 **1,399万円(税込)**  
月々のお支払 **39,492円**

**都城市安久町** 3LDKの対面式キッチン!  
水回りも新品交換します♪




**安久小区域**  
**3LDK 駐車3台**

●所在地:都城市安久町5178-4  
●土地面積:274.48㎡(83.03坪)  
●建物面積:91.65㎡(27.72坪)  
●建築年月:平成3年9月  
●交通:JR[都城駅]車11分

価格 **1,469万円(税込)**  
月々のお支払 **41,468円**

**都城市葦原町** 18帖の広々リビング♪  
外壁・屋根塗装&水回りも新品交換!!




**明和小区域**  
**3SLDK 駐車3台**

●所在地:都城市葦原町2356-17  
●土地面積:165.38㎡(50.02坪)  
●建物面積:109.15㎡(33.01坪)  
●建築年月:昭和57年12月  
●交通:JR[五十市駅]徒歩29分

価格 **1,469万円(税込)**  
月々のお支払 **41,468円**

**都城市吉尾町** 水回りは新品交換♪  
リビング23帖の対面キッチン!!




**沖水小区域**  
**4LDK 駐車4台**

●所在地:都城市吉尾町689-1  
●土地面積:396.23㎡(119.85坪)  
●建物面積:141.71㎡(42.86坪)  
●建築年月:昭和56年5月  
●交通:JR[日向庄内駅]徒歩27分

価格 **1,799万円(税込)**  
月々のお支払 **50,783円**

**都城市都島町** 水回りも新品交換!  
明るい外壁塗装で心まで明るく




**明道小区域**  
**5LDK 駐車7台**

●所在地:都城市都島町254  
●土地面積:906.06㎡(274.08坪)  
●建物面積:169.49㎡(51.27坪)  
●建築年月:昭和56年6月  
●交通:JR[西都城駅]徒歩14分

価格 **1,569万円(税込)**  
月々のお支払 **44,291円**

**都城市南鷹尾町** コンパクトな生活を求めるあなたに  
オススメ!! 水回りを新品交換予定!




**五十市小区域** ※間取りは  
リフォーム後です  
**3LDK 駐車2台**

●所在地:都城市南鷹尾町42-12  
●土地面積:228.45㎡(69.1坪)  
●建物面積:83.00㎡(25.1坪)  
●建築年月:平成12年12月  
●交通:JR[五十市駅]徒歩8分

価格 **1,299万円(税込)**  
月々のお支払 **36,669円**

**都城市山田町** 小学校近く!!  
屋根・外壁塗装&水回りも新品交換!




**中霧島小区域** ※間取りは  
リフォーム後です  
**3LDK 駐車5台**

●所在地:都城市山田町中霧島3547-12  
●土地面積:230.10㎡(69.6坪)  
●建物面積:102.14㎡(30.89坪)  
●建築年月:昭和56年1月  
●交通:JR[谷頭駅]徒歩17分

価格 **1,299万円(税込)**  
月々のお支払 **36,669円**

**都城市上長飯町** 南向きリビングは広々28帖!  
水回りも新品交換します♪




**上長飯小区域** ※間取りは  
リフォーム後です  
**4LDK 駐車4台**

●所在地:都城市上長飯町5245-8-10  
●土地面積:477.48㎡(144.43坪)  
●建物面積:135.79㎡(41.07坪)  
●建築年月:昭和55年2月  
●交通:JR[都城駅]車10分

価格 **1,699万円(税込)**  
月々のお支払 **47,960円**

**都城市一万城町** 三井ホーム施工住宅!  
ウッドデッキ&カーポート付♪




**上長飯小区域**  
**4SLDK 駐車2台**

●所在地:都城市一万城町109-2-1  
●土地面積:463.17㎡(140.1坪)  
●建物面積:149.97㎡(45.36坪)  
●建築年月:平成7年4月  
●交通:JR[都城駅]車7分

価格 **1,899万円(税込)**  
月々のお支払 **53,606円**

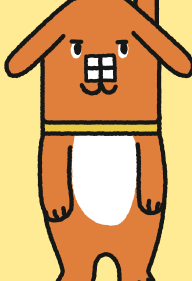
**北諸県郡三股町** 外壁・屋根塗装、  
水回りも新品に交換♪




**宮村小区域**  
**3SLDK 駐車5台**

●所在地:北諸県郡三股町大字宮村1876-10  
●土地面積:238.05㎡(72.01坪)  
●建物面積:130.47㎡(39.46坪)  
●建築年月:平成8年12月  
●交通:JR[三股駅]徒歩35分



価格 **1,699万円(税込)**  
月々のお支払 **47,960円**



使わない「空き家」の  
売却について  
**まずはご相談ください!**

※お預かりした個人情報は弊社プライバシーポリシーに基づき厳重に管理させていただきます。

北諸県郡三股町 小・中学校近くの好立地♪  
水回りも新品交換!!

**三股小区域**  
**3LDK 駐車2台**

●所在地:北諸県郡三股町大字神山3916-2  
●土地面積:200.26㎡(60.57坪)  
●建物面積:86.19㎡(26.07坪)  
●建築年月:昭和62年8月  
●交通:JR[三股駅]徒歩18分

価格 **1,499万円(税込)**  
月々のお支払 **42,315円**

遠方の空き家のため管理が大変

買い手がなかなかつかない

家の中の荷物が片付かない

早期に現金化したい

**査定・ご相談が**

**0円** 無料 + **4つの特長**

日本全国  
120店舗網で、  
遠方でも対応可能

自社でリフォームする  
ので、他社で断られた  
おうちもご相談を!

おうちに  
残された荷物も  
そのままOK

最短3週間で  
現金化可能



**ダイエット成功者続出中!**  
**夏までに健康的に楽しく痩せよう!!**

ボールで弾み、「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! 出産直後の女性も6カ月で、出産前のスタイルへと美しく変わりました。姿勢を正しい位置に改善し、有酸素運動を続けると、背中のお肉やポッコリお腹とサヨナラできますよ!

**完全パーソナルトレーニング**  
**1レッスン(60分) ¥3,300**  
一人ひとりに合った姿勢改善法とトレーニングのアドバイスで大人気!

090-5943-2437 (開元)  
Instagram 公式LINE  
都城市都北町6319-2  
営業/9:00~20:30  
駐車場/あり  
https://chico-park.com  
Instagram/chiki7603



まとまりと艶が手に入る話題の自然派サロン

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!

**高い技術力にリピーター続出**  
**大人女性のスタイルはおまかせ♡**

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驚きの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!!

大人女性のための  
サラツヤストレート!  
エイジング毛対応  
ストレート  
+カット  
**¥13,200**

**リピーター多数!!**  
**ミネラルデジカール+カット**  
新規限定 **¥13,200→¥12,100**  
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

内から外からキレイになりたい♪

# Beauty 特集

**HISHO 巻き爪補正 フットケア専門店 HISHO**

**1回の施術で痛みから解放!**  
**巻き爪のお悩み解決します**

こんなお悩みありませんか?  
・巻き爪が痛くて靴を履きたくない。  
・たこやうおのめができて気になる。  
・ガサガサかかとが靴下にひっかかる。  
そのお悩み、HISHOにお任せください!

**巻き爪補正MENU**  
・軽度 ¥5,500  
・中度 ¥6,600~7,700  
・重度 ¥8,800~(1趾の片側のみ)

※巻き爪角度で料金は決定されます  
※初回のみアクリレーション(下処理)代として別途¥2,200が必要です。

**その他MENU (すべて税込)**  
・爪切り(普通の爪) ¥2,750  
・爪切り(巻き爪) ¥3,850  
・タコ、ウオノメ(1ヶ所) ¥2,200  
・かかと角質除去 ¥5,500(片足)  
料金は程度に応じて多少の増減があります。

※排膿のある方は一度病院を受診してからご来店ください  
0986-38-5727  
070-7580-2000  
都城市都北町5513-2  
営業/9:00~19:00  
不定休  
公式HPはこちら→

**hair-hair Jewel ジュエル**

**ヘナとハーブで白髪染めませんか?**  
ヘナにかえると「髪・頭皮のお悩み改善」の近道になります。  
■ヘアカラーの刺激が気になる  
■頭皮に負担をかけたくない  
■最近、抜毛が気になる  
■髪が痩せてきた。  
バサつきが気になる  
そんなあなたへオススメです♡



**人気menu**  
■シャキーンとまらない縮毛矯正 ¥12,000(税込・長さ料金別)  
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  
■カット ¥3,200  
■塗るだけヘナ ¥3,800

**ヘナメニュー(税込・長さ料金別)**  
抜毛・薄毛に効果大! 頭皮をケアして若々しく!!  
◆ヘナ ¥5,500 ◆ヘナ+カット ¥7,500  
◆ヘナ&ハーブのWカラー ¥7,700  
◆Wカラー+カット ¥9,300

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

**癒しと巡りのサロン 恵里・111**

**健康と美容を同時に叶えられる テラセラピーサロン**

器械を介して、施術者の手から微弱電流を体内に流し込むことにより、心地よい刺激・素手のぬくもりを感じながら、体内中の生体電流を整える「テラセラピー」が体感できるサロンがオープン。その他に、その日の肌の状態や、お悩みに寄り添ったフェイシャルケア、よもぎ蒸しもありますよ。

こんな方にオススメ!  
・リラックスしたい方・パソコンや座り仕事の多い方  
・女性特有のお悩みをお持ちの方  
・スッキリしたボディを手に入れたい方  
・お肌に自信を持ちたい方 など

**フォーラム限定! 初回料金がさらにお得に♡**

**テラセラピーMENU**  
60分初回¥6,000→¥5,000 [足湯付]  
90分初回¥8,000→¥7,000 [お顔まで+足湯付]

**フェイシャルMENU**  
うるツツヤ! 生コラーゲン導入パック  
70分初回¥7,000→¥6,000  
[足湯+クレンジング+洗浄+生コラーゲン導入パック+お仕上げ]

※ご予約時に「フォーラム見た」とお伝えください。  
※初回はカウンセリングを行った上での施術のため、コース時間+30分が目安のお時間となります。

北諸県郡三股町夢池  
営業/9:00~18:00  
不定休 駐車場あり  
※男性はご紹介の方に限ります。  
※詳細な住所はご予約時にお伝えいたします。  
※ご予約・お問合わせは公式LINEのチャットおよび電話をご利用ください。

~癒し処~Ku'u Punahale(クウパナヘレ) **新! 再生美容プログラム**

**美腸コース**  
Before After  
オーナーも体験! 腸活で20kg減!!

**美肌コース**  
この度、「Dr.ビュールポータ」のライセンスサロンとなり、更にバージョンアップしたクオリティの高いメニューをご案内できることになりました。シミはもちろん、シワ、たるみ、思春期にきび、ふきでものなど、お肌のお悩みは気軽に相談ください。

**夏目キャンペーン!!**  
先着3名様 腸美人ビューティプログラム  
カウンセリング+無理のない食事指導  
+全身痩身施術orフェイシャル  
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!  
お肌が気になる方はフェイシャルに変更も可能です♪

**シミケアトリートメント(120分)**  
通常¥22,000  
→お試価格 **¥11,000**  
お得な回数コースもあります

**初回限定 肌診断+再生美容プログラム施術1回**  
お試価格 **¥16,500**

**血行促進全身アロマトリートメント+ハーブピーリング**  
ぐっすり眠れるほど 身体の血流をよくすることで 痛くないハーブピーリングの効果がUP!!  
通常¥28,600 → 先着5名様初回限定 **¥16,500!!**  
お試価格

東京での相場は1回が¥77,000程度

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  
※すべてのお試価格は予告なく変更になることがあります

詳しい情報やお客様の施術キロコはコチラをCHECK!  
LINE

**YOSA PARK 本気痩身専門店**

**次世代技術取得! 食事制限・無理な運動なしで痩せる!**  
**結果重視で自己肯定感UP!!**

**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、短時間でリバンドしにくい全身痩せを可能に!!

**こんな方にオススメ**  
■ 婚活・婚活中の方  
■ 確実に痩せたい方  
■ 美脚効果  
■ 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 完全予約制** 090-3419-2143  
都城市甲斐元町10-46  
営業/9:00~21:00  
不定休  
駐車場/あり  
LINE ID/@182kjit

**都原店 完全予約制** 090-4436-3964  
都城市都原町7952-4  
営業/9:00~22:00  
不定休  
駐車場/あり

**都北店 完全予約制** 080-5202-1544  
都城市都北町6257-3(日産サティオ裏)  
営業/9:00~22:00  
不定休 駐車場/あり  
LINE ID/yosavori  
E-mail/belta1028@gmail.com



# 習い事特集



## 啓ゼミナール

☎0986-66-8001



### 塾生募集中!!

対象:小学5年生~中学3年生  
※詳細はお問合せください。  
卒塾生の声はこちらからチェック→

Instagram



北諸県郡三股町宮村2883-7

### 中学2年生を大募集 体験学習を大歓迎!

「成績上げたいし、頑張りたいけど、どうやったら成績上げられるの?」って悩んでいる中学2年生を大募集。  
「来年は中3になるのに、このままじゃ心配」って悩んでいるお母さんたちからの相談を大歓迎。  
当塾の仕事ぶりをインスタグラムで今すぐチェックを!



## BESTIE BASE

☎0986-66-8102



### 話題の「ダンス」をはじめたらBASEで!!

ストリートダンスを学ぶと、子どもの成長に欠かせない重要な感覚が身につきます!  
-ストリートダンスを学ぶメリット-

- ①リズム感と音感が身につく
- ②踊ることで全身運動ができる
- ③体幹と体感が鍛えられる
- ④イメージしながら動くことで表現力が身につく

大好評につき 5月末迄!! 入会キャンペーン  
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

Instagram

http://bestiebase.com

ID 'bestiebase\_da\_1'

## do & be English School

ドゥ・アンド・ビー・イングリッシュスクール

☎0986-25-1050



### 楽しく学べる英語の学校♪ 新年度 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!!  
楽しいレッスン♪ 体験すれば通いたくなる!

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たりとお過ごしいただけます。



## グローアップ



### 志望校への上位合格を目指します!

地域密着型の学習塾で、通学する学校に合わせた授業・テスト対策ができます! 分からないところは、理解できるようにまで、先生がしっかり向き合ってくれるので苦手の克服ができますよ、今の自分のレベルで諦めず、成績アップや志望校上位合格など目標を高く持ってみませんか? 人生の選択肢が増え、よりよい将来が目指せます!  
コース案内(1回130分) お得な兄弟・姉妹割あります!  
小学生(1~6年生) 月4回/12,000円~  
中学生(1・2年生) 月8回/22,000円~  
中学生(3年生) 月12回/26,000円~  
高校生 月12回/28,000円~

無料入塾体験受付中!  
みっちり100分の入塾体験と30分の面談で、学習塾の雰囲気や指導方針、教育理念について理解を深めてもらいます。  
気軽に体験ください! 気軽にご体験ください!  
※『きりしまフォーラムを見た』と予約時にお伝えください

都城市南横町8284-3 駐車場あり  
定休/第二木曜・土曜・日曜・祝日(季節によって定休は変動いたします)  
★入塾体験や授業時間など詳細はお気軽にお問合せください



●兄への挑戦状  
11歳年下の弟に本気で戦いを挑まれているのだけどこ、どうしていいのかわからな

●新しい桜の楽しみ方  
「石山観音池公園」の桜を毎年楽しみにしています。今年、はじめてリフトに乗ってみました。桜の美しさを楽しめるのはもちろんのこと、頂上からしか眺めることのできない素晴らしい景色に出会えて感激しました。(マキリン/59歳)

●今年のはじめとキレイでしたよね! リフトからの桜、想像しただけで絶景が連想されました。私はまだリフトに一度も乗ったことがありませんが、頂上の景色に興味がありました。来年タイミングが合えば挑戦してみます!

●パパ拒絶は突然に  
3歳の娘に「パパなんかいなくていい」と言われました。なんかショックを受けると同時に、もうこんなことを言うのかと思いました。(谷やん/34歳)

●複雑な成長を感じますね  
オノマトペをつけるならば「ガビーン」がピッタリといったところでしょうか。まだ幼いので、きっとその場の感情だと思いま

●日々成長する我が子  
もうすぐ生後6カ月になる息子が、目が合うと笑ったり、抱っこしてほしい時は、物ほしそうな顔をしてたりと喜怒哀楽な表情が垣間見れて、日々の成長に感動です。(モクレン/25歳)

●6カ月も経つとそんなに表情が豊かになるんですね! 私も友人の子どもと会う機会がたまにあります。が、屈託のない笑顔が眩しいです。これからも、ご子息の成長に関するエピソードお待ちしております

●自然溢れる都城  
2月下旬から都城に来たのですが、「沖水川」を散歩していると「アオサギ」を見かけました。はじめてサギを見かけたので、自然豊かなよところだと思いました。また、何より人が優しいなと感じました。(ひよん吉/23歳)

●ようこそ都城へ! 個人的には「食」もよさの一つだと感じています。『きりしまフォーラム』でも、美味しい食の情報満載なので、ぜひチェックしてみてください! 食べすぎは注意ですが……。

●信じましょう! 乙女心は複雑なんです……。まったくそんなこと言ったことのない私が言うものなんです。

# ON

# Happy Mother's Day

お母さんいつもありがとう

グセセンター 専門店街  
都城市早鈴町1990

● 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	

onesterrace  
心が華やかにプレゼント♪

お花のバスフレグランスソープ

まるで本物のフラワーアレンジメントのような、お花のカタチの入浴剤。キレイなお花を愛でて、お風呂で癒される……最高のギフトです。



オウチでボディメンテナンス!  
フェイスローラー

ローラー部分にはローズクオーツを使用。顔を徹底的にケアできます。

ヘッドコロコロ  
先端にステンレスボールが内蔵され、上下に動かすと頭だけでくま目スッキリ!

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

ABC-MART 初夏先取りのオシャレな靴をプレゼント!



ローカットスニーカー

ふわふわとしたクッションが特徴のウォーキングシューズは、通気性のよいメッシュタイプで夏場も蒸れにくく、長時間の歩行にも最適! ゆったりとした足入れの4E設計なので幅広の方にもオススメ。

Hawkins

エイチシーアデル

甲ベルトはマジックテープタイプで脱ぎ履きもラクちん。ソフトアッパーなので、足あたりも柔らかく、ゆったり3E設計。旅行などにも最適な1足です♪



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

Palais Picasso

どんな世代も母の日ギフトはおまかせ!!

PUMA  
SOFTRIDE  
フィネス  
スリッポン

スタイリングに馴染みやすいデザインで、デイリーユースとしても大活躍。スリッポンタイプで、フェミニンスタイルとの相性も最高!



レザーサンダル

初夏らしいカットワーク。柔らかいレザー素材でホールド感のあるサンダルは、サイドがゴムになっているので着脱も簡単です。



歩きやすさを重視した厚底もポイント♪

Palais Picasso 1F TEL.0986-46-2007

LA PAX さらって嬉しいバッグが満載♪

SALON de RUBAN  
2WAY ショルダーバッグ

大き目の編み込みが印象的なデザインで、2wayバッグは、パステルカラーで春夏にぴったりの色合いもgood。軽量タイプで、ショルダーでもハンドルススタイルでもOK♪



cream supply  
牛革付属花柄2wayバッグ

レザーや異素材を組み合わせた、オシャレな風合い。大き目の花柄がポイントのバッグは、心地よい肌触りと軽さも◎。

LAPAX 1F TEL.0986-46-2225

THE SHOP TK 母の日ギフトが勢ぞろい!

上品な「オナ」ファッションを贈りませんか? ささまざまなアイテムが揃っているの、お母さんと一緒にショッピングを楽しむのもオススメです!



Left

初夏にマストなシアージャツに、とりま素材のワイドパンツの爽やかコーデ!

Right

気になる部分をカバーするドルマリンシルエットのシャツに、ミモザ柄のワイドパンツで華やかコーデ!

Bag

ホワイトが美しいキチンと感のあるバッグ

しっかり素材のラタンかごバッグは、フリンジもgood

デザイン  
フラットサンダル

個性的な編み込みデザインのサンダルは、今年らしいアウトシームのスクエアトゥがポイント。

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

Manhattan Portage × TULLY'S COFFEE



1983年に創業したファッションブランド「マンハッタンポータージ」とのコラボレーション。

苺ヨーグルトスワークル  
Tallサイズ 650円

苺、ラズベリーなどの赤いフルーツをミックスしたフローズンとハニヨーグルトの2層で色合い鮮やかなスワークル。

コラボ  
ウォーターボトル  
TULLY'S ZIPS コールドブリュー  
オリジナルブレンド

アイスコーヒーが好きな方への  
ギフトにピッタリ♪



タリーズコーヒー 1F TEL.0986-24-2082

花摩園 鎌田茶業



今年も新茶の季節がやってきました



美味しい新茶を、ご堪能ください。ご来店をお待ちしております。

「母の日」や、ちょっとした手土産にピッタリのお茶ギフトも!!

薩摩園 鎌田茶業 1F TEL.0986-46-2221

5月もケンタッキーフライドチキン AGO♪



期間限定

ガーリック  
ホットチキン

辛口好きにおすすめ! ガーリックの旨味と、唐辛子のキレのある辛さの悪魔的な組み合わせがやみつきになること間違いなしのチキンです。



母の日やこどもの日は  
パーレルがオススメ♪

トクトクパックなら、オトクがいっぱいです!

ケンタッキーフライドチキン 1F TEL.0986-46-2275

インド料理 PATAN

クセになる!! 絶品カレー&チキンをどうぞ!



ランチMENU 11:00~15:00

本格カレー全11種類からセレクトOK!  
辛さも選べる! ピッグサイズのナンも最高!!

大人気 カッスルセット 3,000円

【カレー2種・ナン2種・タンドリーチキン2P  
スープ・サラダ・ソフトドリンク】  
ナンはチーズ・バジル・明太・チョコからセレクトOK



イチオシ  
タンドリーチキン  
本場ならではのスパイスでジュューシーな美味しさ!

人気No.1 韓子キン!

TAKE OUT

ヤンニョム 900円(手羽先3本+もも4個)  
サクサクやみつき甘辛、ビールにも◎

テイクアウトも充実! 事前にお電話でご予約いただくとスムーズにお渡しできます!!

インド料理PATAN 1F TEL.080-5950-5577

ITALIAN TOMATO Café Jr.

新緑の季節にオススメの新作メニュー!



イチオシ  
Drink

ミルクィなゼララートに、濃厚な宇治抹茶がエスプレッソをかけていただくスペインルな逸品。

バルメザンチーズと生ハムの大葉ジェノベーゼ

薄削りのバルメザンチーズとスペイン産生ハムを贅沢にトッピング。

子どもの日にオススメの新作ケーキも登場しています♪



イタリアントマトカフェ Jr. 1F TEL.0986-22-1190

# イオン都城店の 母の日 2023

5.14  
sun

## SHOO-LA-RUE

「トータルファッションスポット」で見つける贈り物

初夏におすすめの  
Blouse スワウス

全世代のお母さんに似合う、さまざまなタイプのブラウスをご用意! 気温差対策はもちろん、さらっと着こなせる必須アイテムを贈りませんか?



Bag バッグ

ブランドとのコラボバッグはもちろん、初夏を感じるオリジナルアイテムもあります♪



SHOO-LA-RUE 1F TEL.0986-46-2280

オシャレなお母さんには  
新作スニーカー&サンダルを♡

NIKE エアマックス 90

「エアマックス90」の新作が登場。キュートで爽やかなカラーリングとデザインが、デニムやロングスカートとも最高の相性!



NIKE アイコンクラシックサンダル

ボリューム感たっぷりの厚底に、ストラップ式で履きやすいデザインが◎。NIKEスニーカーのいいところだけを詰めこんだサンダルは、歩きやすさも抜群。

NIKE エアマックスココサンダル

エアマックスのサンダルバージョンは、スピーディーな着脱もOK!! スポーツスタイルをcoolに仕上げてくれます!



レイヤードフォームミッドソールとMax Airクッションで快適な履き心地♪

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

## イオン都城ショッピング

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



## CHIPPER CHIT

絶対に外さない!  
母の日ギフト

Apron エスロン

毎日使うものだから、こだわりの1枚をプレゼントしませんか? ささまざまな素材、カラー、デザインのエプロンが揃っています。



Bag バッグ

「馬蹄モチーフ付きデニム風合皮バッグ」はシンプルなデザインながら、細部のディテールがオシャレ。ワンマイルコーデにピッタリな「スマホショルダー」も充実しています♪

母の日ギフトにプラスワンアイテム / 3setで1,100円



CHIPPER CHIT 1F TEL.0986-21-7051

## THE CLOCK HOUSE

お母さんへ贈る素敵なりストウォッチ

SEIKO LUKIA ルキア

シンプルでミニマムなデザインは、毎日のどんなスタイルにも寄り添い、着けるだけで美しく洗練された印象に。電池交換・時刻修正が不要なソーラー電波時計です。



THE CLOCK HOUSE

透明感のあるホワイト文字盤にネイビーのインデックスが映える、ソーラータイプのトリー型。着脱時に大切なネイルも傷つけないと話題のウォッチ。



今! 話題!!

SEIKO  
ASTRON

大谷翔平選手の着用モデルやプレミアムな限定モデルもラインナップ。

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

## Mac-House

「LOVE BASIC」なファッションを贈ろう♡

田中美保  
meets NAVY

大人の女性から高い支持を得る田中美保さんが提案するキレイめカジュアルスタイル。



Left

サラッと着こなせるカーゴパンツと、体のラインが出ないTシャツで初夏先取り!

Right

大トレンドのデニムに、不朽のベーシックアイテムポータートップスをプラス。

リンクコーデもおまかせ!

トップスや素材をリンクさせた、今どき家族の「リンクコーデ」ファッション。

マックハウス 2F TEL.0986-21-0808

## 顔見せファミリー 春のつけ教室開催



5月14日◎ 参加費無料  
10:30~(2時間程度)

1階北側駐車場(ペットショップ横)  
吠える・噛む・引っ張る・飛びつくなどの困った癖を短時間で改善する方法をお教えます。当日、ワンちゃんと一緒に過ごしていただくだけで参加OKです!

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

増床してCatコーナー開設!

かわいいネコちゃんはもちろん、  
ネコちゃんの関連グッズがたくさん揃っています。



顔見せファミリー 1F TEL.0986-23-7117

## bijou SOPHIA ブライダルフェア開催♡ さまざまな特典をご用意しています



「WISH UPON A STAR」  
★ マリッジリングご成約の方へ  
「幸せを呼ぶ」と言われる「星座石」「誕生石」「曜日石」のいずれか1石をリング内にセッティング【1万円相当をプレゼント】  
※総額10万円以上でご成約いただいた方に限ります  
★ ホームページからの初来店予約でギフトカタログプレゼント

bijou SOPHIA 1F TEL.0986-46-2266

## OWNDAYS × 今田美桜

雑誌「sweet」で今田美桜が着用したためがねが入荷中。モードな黒ぶちをははじめ、優しいベージュフレームなど、気分がちょいよしませんか?



Men's



Ladies'

イチオシ カラーレンズ

日差しが強くなる季節に大好評のカラーレンズ。お好みのフレームと合わせてファッションとして楽しむだけでなく、サングラスとしても大活躍! カラーや透明度もセレクトOK!

オンデーズ 1F TEL.0986-21-3313

## Gelly Family GWも、500円で遊び放題の『モーリーファンタジー』へ!

大人気! 時間内限定で遊びまくれる **よくばりパス**  
※マークが付いた対象機器限定

30分 500円 すくってちょよ200円分 +体感型のりものなど遊び放題 +メダルプレゼント	60分 1,000円 すくってちょよ500円分 +体感型のりものなど遊び放題 +メダルプレゼント
---	---

リピーター続出中の「よくばりパス」。小さいお子様用の乗り物や、メダルゲーム、新しいゲーム機も増えています。  
**GW限定メダルイベントを開催予定!!**  
詳細は店頭で、お確かめください!

モーリーファンタジー 2F TEL.070-3100-3956

## 金海堂 マイクラフトコーナー登場!!

LEGO マイクラフト  
ゲームから飛び出したようなミニフィギュアが付いたLEGOセット。あの仮想世界を細部まで忠実に再現しています!

マイクラフト MINECRAFT  
クリーパーをつかまえろ! 監修 MOJANG 大人気ゲームから出た、初となる公式さがして本。  
ギフトにピッタリ!! 図書カード  
子どもの日は、本との出合いを贈ろう! 喜ばれること間違いなしです。

金海堂 2F TEL.0986-21-7133

## LOVE ホットヨガの「アツい」「ツライ」イメージを払拭! 「全身とどのう寝たままよガ」誕生!

安心してのんびりホットヨガを楽しみながら、左右のバランスがととのう感覚を味わえます。気持ちよく汗をかき、ココロもカラダもすっきりする至福のひとつときをぜひご体感ください。

手ぶらホットヨガ体験 0円

はじめての方限定 新規会員登録中!! ※5/8(水)からマスクの着用は任意となります

体験当日のご入会とご利用手続きで  
入会金(税込1,100円) 事務手数料(税込5,170円) 0円  
3カ月通い放題 フルタイム会員 2,970円/月  
※プラン適用には条件があります  
※スタート月から3カ月の特別価格(契約内容の詳細につきましては、お問合せください)

web予約はこちら

LOIVE 1F TEL.0570-666-969

# イオン都城ショッピングセンター 20周年感謝祭

GWスペシャル  
5/3(水)・7(日)

おかげさまで20周年を迎えることができました!  
都城圏域の方々へ、日頃の感謝の気持ちを込めたスペシャルイベントを開催します!!

観覧無料

in 1階セントラルコート

5/3 (水) 1回目 11:30~  
2回目 14:30~

「変面師・手品師 深夜アキ」  
変面×マジック  
スペシャルパフォーマンスショー



一瞬にしてお面を変える「変面」とマジックショーを組み合わせ、見事なまでの不思議空間を提供するスペシャルステージを、ぜひお楽しみください!

昨年11月のパフォーマンスでは多くの立ち見客も出た人気のイケメン変面師・手品師



5/4 (木) 1回目 11:30~  
2回目 15:00~ 観覧無料

それいけ!  
アンパンマン ショー



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV  
※諸般の事情により変更または中止する場合がございます。

5/5 (金) 1回目 11:30~  
2回目 14:30~

「High-Speed Balloon Performer JOU」  
バルーンパフォーマンス

まるで早送りの様なスピードで作り上げる作品はクオリティも高く、JOUにしかできない、そしてJOUでしか見れないオリジナルパフォーマンスを披露します!



5/6・7 (土) (日)

イオン都城店20周年スペシャルステージイベント  
~Presented by ぎりしまフォーラム~

吹奏楽の素晴らしい演奏や  
楽しいダンスパフォーマンスが盛りだくさん!

5/6(土) 出演リスト

13:00~  
都城商業高等学校 吹奏楽部  
14:00~  
DANCE STUDIO ELEMENT  
15:00~  
Halau Ke Aloha O Ka Lani

5/7(日) 出演リスト

13:00~  
末吉こども太鼓  
14:00~  
BESTIE BASE  
15:00~  
S-Class バレエスタジオ



キッチンカーグルメ  
大集合!

5/3(水)~4(木)  
1階正面入口外  
バラエティー豊かな美味しさがたくさん!

イオン都城店直営・専門店合同

ガラポン抽選会

5/6(土)・7(日) 10:00~18:00  
2階中央吹抜け横特設会場

5/3~7の期間中、イオン都城店直営+専門店での買い物上げレシート税込3000円ごとに1回抽選に参加いただけます。 ※レシート合算OK  
※お一人様最高10回まで・1枚のレシートで最高10回まで  
※景品がなくなり次第終了

- 1等 ワンタッチシェード
- 2等 ムーンチェア
- 3等 お出かけセット



うれしいオトクなイベントも満載

2023年5月6日(土)・7日(日)2日間限定  
専門店でお買物で3,000円お買上げ

専門店お買物券 10%BACK Sale  
300円分をお返し致します。

レシート対象期間:2023年5月3日(水・祝)~7日(日)

お買物券引換日・随時 2023年5月6日(土)・7日(日)  
10:00~18:00

各日1,000枚限定 ※お買物券がなくなり次第終了させていただきます。

お買物券ご利用期間 2023年5月31日(水)まで

お買物券引換場所  
2階中央吹抜け横特設会場  
(お一人様最高10枚まで・1枚のレシートで最高10枚まで)

お買物券は、イオン都城ショッピングセンター専門店でのみご利用いただけます。  
※お買物券は、お買物金額が3,000円以上で発行されます。10,000円以上の場合は、お買物券10枚が発行されます。

イオン都城ショッピングセンター



20th Anniversary

TEL.0986-46-2222  
都城市早鈴町1990

詳しくは  
QRコードにアクセス



● 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