



vol.380  
NOVEMBER 2023

11

# 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  
潮騒が聞こえる港町  
**志布志市**  
**特集!**

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

●特集  
どうやって選べばいい?  
高齢者向け施設の種類の

キレイをお得に! **Beauty特集** フォーラム オススメ! **FORUM'S SELECT グルメ** スポーツの秋! 文化の秋!! **秋の習い事特集**  
その他、イベント情報など、盛りだくさん!!



表紙の絵  
『紅葉と夕焼けの  
早水神社』

もりもと ゆいと  
**森本 結翔 くん**  
(9歳)

よく行く神社の  
秋の様子を描きました。

●情報の提供・お問い合わせは  
**TEL:0986-26-5836** FAX:0986-26-5860  
**http://kiri-fo.net** MAIL:info@kiri-fo.net  
きりしまフォーラム 検索



HPから投稿や  
プレゼントのご応募も  
受付中です!



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!

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!

大好評につき 11月も続行決定!!

## お得なハッピーアワー開催!

年中無休 土・日・祝日も営業!

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。

### 1DAY

いつも清潔!  
1日使い捨てタイプのレンズ

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)

ポシュロム史上、最も完成された1DAYレンズ。

近視用・遠視用

4箱まとめて購入で**800円OFF!**

ポシュロム  
バイオトゥルーワンデー  
1箱(片眼30枚入)

特別セール価格 **2,900円**

※乱視用・遠近両用は対象外です

ポシュロム  
バイオトゥルー MF  
1箱(片眼30枚入)

お試し価格 **3,700円**

遠近両用ワンデー

日本アルコン  
PRECISION 1  
1箱(片眼30枚入)

4箱まとめて購入で**800円OFF!**

クーバービジョン  
プロクリアワンデー  
1箱(片眼30枚入)

特別セール価格 **2,830円**

※乱視用・遠近両用は対象外です

### 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)

※乱視用・遠近両用は対象外です

オープン特価 **2,600円**

メニコン  
2WEEK プレミオ 1箱(片眼6枚入)

※乱視用・遠近両用は対象外です

オープン特価 **2,800円**

別料金で快適な遠近両用・乱視用もラインナップ!

クーバービジョン  
バイオフィニティ 1箱(片眼6枚入)

※乱視用・遠近両用は対象外です

4箱まとめて購入で**800円OFF!**

### 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。

ポシュロム EX-O<sub>2</sub> ハードレンズ 1枚

特別セール特価 **7,700円**

メニコン Z ハードレンズ 1枚

特別セール特価 **10,000円**

メニコン メニフォーカルクZ 遠近両用 1枚

特別セール特価 **19,800円**

ユーザーに合わせてカスタマイズ可能な瞳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)

掲載以外のハード・ソフトコンベンショナルレンズ  
すべて通常価格より **1枚1,000円OFF!**

壊れた! 汚れた!  
選べる保証システム 視力が変わった! etc.

11月限定! 11月限定!

## ハッピーアワー開催!

Happy Hour

15:00~17:00にご来店された方  
検査を受けて、コンタクトレンズをご購入すると

2WEEKコンタクトレンズを6か月分両目ご購入の方  
1か月分(両目合わせて4枚分)の  
コンタクトレンズをプレゼント!

1DAYコンタクトレンズを3か月分両目ご購入の方  
6日分(両目合わせて6枚分)の  
コンタクトレンズをプレゼント!

### 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

メガネフレーム	メガネ拭き	5,500円
レンズ	ケース	7,700円
		<b>11,000円 など</b>

**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にご相談ください。

都城店 イオン都城SC内  
TEL.0986-45-0517  
都城早鈴町1990  
2階デイサービス遊園横  
営業時間/10:00~20:00  
年中無休 駐車場あり

鷹尾店  
鷹尾アイクリニック  
TEL.0986-58-8540  
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

小林店  
TEL.0984-27-4877  
小林市境2289-3  
営業時間/9:00~19:00  
年中無休 駐車場あり

弾ける 生爽快感

一口食べると神様の甘酸っぱさまで、シュワシュワと弾ける驚きの食感にピタッ! まるで食べるレモンスカッシュ!

霧島檸檬

霧島盆地の霧乃栗金

2013年 広島菓子博で 大臣賞受賞!

熟練の職人が一つひとつ手作業で作っています。

こだわりの美味しい栗を使用し、

1箱(2個入)

第25回全国菓子大博覧会 最高賞名誉総裁賞受賞

## 島津莊園

都城産の栗とパイオ茶で きんとんを作り、それを高麗菓子とかるかんで巻いた和菓子です。

創業明治三十四年 都城甲斐元町1-26 8:30~19:00  
郷土銘菓処 お菓子の南香 TEL.0986-22-4670

11月のお休みは 1日・8日・15日です

47CLUBでも購入OK! 贈答用 全国発送も承ります お菓子の南香

■取材協力/お菓子の南香

☎0986-22-4670

「霧島酒造の特別蒸留焼酎「霧島」を使った郷土銘菓として、お土産でも人気を博しています。ぜひ一度、ご賞味ください。

「お菓子の南香」で、25年以上愛され続けるベストセラーのお菓子 焼酎けしきをご紹介します!

長年、県内外の方から愛され続けている「焼酎けしき」は、「霧島酒造」で熟成された最高級の特別蒸留焼酎「霧島」と「南香」のバターケーキがコラボした逸品。

味わい豊かで華やかな香りの焼酎と濃厚なバターが芳しいケーキは、ずっしりと重く食べ応えも十分。一口ほおばると、焼酎の香りが鼻に抜けていきます。同時に、想像以上にしみ込んだ焼酎とバター、スポンジの絶妙な甘さが口いっぱいに広がります。なんとも言えない美味しさで幸せな気分になれます。夜のカフェタイムや晩酌のおともにピッタリなスイーツです。

# 新・医療の窓

早水公園クリニック便り⑨

## ① 新型コロナウイルスの後遺症についてありますか？

当院でも、新型コロナウイルス感染後に体調を崩して来院される方が多数おられます。新型コロナウイルスは、新しい感染症なので、まだ分からないことも多いのですが、一番多いのは咳の持続です。新型コロナウイルス後の咳は、熱がなくて肺炎を起している可能性があるのですが、注意が必要です。また、気管支がダメージを受けるため、喘息に移行している人もいますので、こちらも注意が必要です。特殊な吸入などでないと、よくなることも多いです。また他に、味覚や臭覚の低下もあります。以前の新型コロナウイルスと比べると減少傾向ですが、内服薬で1〜2週間で軽減することが多いです。また、倦怠感の持続もあります。さまざまな要因があり、詳しい検査が必要ですが、漢方薬が有効と言われています。最近では、マスクをはずす方も多いですが、要注意の感染症です。みなさん気をつけてください。

## ② 糖尿病です。HbA1Cの目標値は？

HbA1Cというのは、1〜2カ月の血糖の平均で、血液というのは食前・食後で変動するので、おおまかな糖尿病の指標になります。おおむねHbA1C 5.8〜6.0以下が正常ですが、糖尿病の方の目標は6.5以下と言われています。しかし、糖尿病の治療

の目標は、合併症の予防や進展の防止です。糖尿病で怖いのは目の網膜症や腎臓が悪くなる腎症、血管の障害です。あまり過度な血糖値変動は合併症が悪化すると言われています。ここ最近の治療薬は、さまざまよい薬が開発されています。HbA1Cも非常に重要ですが、自分にあつた薬の選択も非常に重要です。それが、合併症の予防にとって大切です。最後に、食事の改善と運動も、薬以上に重要です！

## ③ 健康診断で肝臓の数値が悪かったのですが、肝臓について教えてください。

こちらは、30代男性読者からのご質問です。数値を見ていないので、詳しい回答は難しいのですが、肝機能の血液検査の値を見てみると、私たちがドクターは、「肝臓そのものの障害なのか？胆のうや膵臓なのか？脂肪肝なのか？アルコールなのか？薬制性（これは結構多く、健康食品なども含まれます）なのか？」などの違いが分かります。肝臓は昔から、「肝心要の……」なんて言われるように、心臓と同じように重要な臓器のひとつです。検診の結果を持って、医師に相談するとよいですよ。「よくない状態なのか？様子をみてもよい状態なのか？」が分かるだけでも、安心できますよ。ぜひ受診して、相談することをおすすめします。



院長 山内 明

## 早水公園クリニック専門外来

医師増員となり、10月より

常勤医 2名・非常勤医 5名にて診察しております

### 特徴1 発熱外来

新型コロナウイルスやインフルエンザ診断、長引く発熱などについても随時、診察・検査を行います。  
※来院前にお電話ください。

### 特徴2 呼吸器内科

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3 脳神経内科(神経内科)

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4 内視鏡部門

消化器系癌の治療の第一歩は、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・大腸内視鏡を導入しています。



### 特徴5 最新式CT

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6 尿(一滴)による癌検診

九州初導入! 読者の質問最多

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](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

Instagram  
はじめました!



高く売りたい・早く売りたい、そんな方は……

# 買取専門店 見宮の蔵

MIYA NO KURA



におまかせください!

誰でも気軽に入れる、  
地域密着型で安心の  
買取専門店です!



査定は  
無料!!  
高価買取  
します!



## 金・プラチナ・貴金属

ジュエリーはもちろん色石付きも  
買取可能!  
ちぎれているものや、刻印のない  
ものも買取可能!



## ブランド品、バッグ

(アクセサリー)

ヴィトン、シャネル、エルメス、プラダ、  
コーチ、グッチ、Dior、サンローラン等  
ポロポロでも査定可能! 高価買取!

生前整理、遺品整理の  
ご相談も無料で受付中!  
出張買取も好評です!

こんなものお家に眠っていませんか? 幅広く買い取ります!

ダイヤモンド・色石/金券・商品券/切手/骨董品/掛け軸/金貨・銀貨/テレカ/古銭  
/カメラ・レンズ/おもちゃ/勲章/酒/ブランド食器/電動工具/スマホ・タブレット  
/楽器/刀剣類/ライター/金歯/建退共証紙等



公式Instagram  
でもご予約  
承っております



TEL / 0120-380-385

都城市上川東2-3-2

営業 / 10:00~19:00 不定休



きりしまフォーラムのHPは  
色々なコンテンツが充実しています♪

バック  
ナンバーが  
読める!



プレゼント  
に応募  
できる!



## 幸せ引き寄せ術 Vol.22

教えて!! さちよ先生! ~更年期シリーズ②~

金木犀の香りが漂う今日この頃。私はこの時期がとっても大好きです。みなさんも秋を感じる香りはありますか? さて、今回も引き続き「更年期」に関して。先月号で、更年期は「期間」のため、誰でもあることはお伝えしましたね! ですが、更年期症状の内容や程度は人それぞれで、日常生活に支障がある程の症状になると「更年期障害」と言います。実際に、更年期障害で困る女性は、全体の3割弱と言われています。

更年期だけでなく、女性の不調のNo.1は肩こりや頭痛などの「血流障害」です。更年期を迎えると、エストロゲンの低下で血管が細くなり柔軟性が失われるので、より、血流が悪くなります。血流改善には、運動や食事がやはり基本ですが、特に大豆に含まれる「イソフラボン」はエストロゲンと同じ様な働きをします。しかし、それを腸内で「エクオール」という成分に変換できないと、意味がない! のです。さらに、このエクオールは、2人に1人しか作れないという事実! 私自身も検査しましたが、作れないタイプだったので、サプリメントを活用しています。肩・首コリの血流改善、骨密度の低下減少、肌のシワや悪玉コレステロールなど、多くのお悩みに期待ができます。

体調に合わせたサプリメントなど、困ったことがありましたら、気軽にご相談ください

症状の対策も大事ですが、女性の土台であるホルモンの調整をしていくことがポイント! 心身の揺らぎは悩みでもあります、女性ならではのしなやかさで、これもまた楽しんでいきましょう。



山元 幸代 (ヤマモトサチヨ) 先生

株式会社ARCUS代表取締役  
(一社)ウィメンズトリニティーライフデザイン協会 代表理事

都城市生まれ。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」という衣(衛)食住のライフデザインショップをプ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。

(一社)ウィメンズトリニティーライフデザイン協会  
tel.0986-77-2176 株式会社ARCUS内  
宮崎県北諸県郡三股町樺山3605



お客様に日頃の感謝を込めて 開催期間 11/23~26

前回好評だったビッグイベント 第2弾

# 感謝祭開催!!

イベント期間中は、嬉しい特典が満載!!

### ① お得なクーポン配布

もろってうれしい  
COUPON  
お得なクーポンをプレゼント!

### ② 特売価格

給油が驚きの価格に! 特売価格は  
当日店頭とLINEにて発表!

### ③ ポイント2倍!!

お得に給油できて  
ポイントも2倍!

ポイントを貯めて お得にお買い物!  
選べるイオン商品券  
30ポイント.....500円分商品券  
50ポイント.....1,000円分商品券  
※通常は、ガソリン・軽油15ℓごとに1ポイント進呈

### ④ 高額洗車メニュー 半額!!

いつもはためらっている  
高額洗車を試すチャンス!

セルフ給油がはじめての方、苦手な方も安心!  
スタッフが  
給油します!  
お気軽にお声がけください!



DM Gas 都城店 株式会社ダイヤ昭石

0986-21-2411

都城市栄町4672-20 営業/9:00~21:00 年中無休

LINE お友だち募集中

新規登録で  
ガソリンまたは軽油  
5円引き!!



初めての家づくりは心配なことがいっぱい… 専任アドバイザーに無料で相談できる!



# ＼ お金の不安についても / スーモカウンターで相談しよう!



戸建てを検討しているけれど、今の年収でいくといくらの家が買える?住宅ローンをきちんと返済できるかな…  
など、初めての家づくりは心配なことばかり。そんなときにこそ「スーモカウンター」へ。



思い立ったらすぐに行ける!  
講座・個別相談会

すべて無料

10/28(土)~11/19(日)

①10:30~ ②13:30~ ③15:30~ (各回約90分)  
※当日予約もOK!予約優先。上記以外の日時での受付も可能

### はじめての注文住宅講座

- ▶家づくりのダンドリ
- ▶土地契約前の注意点など
- ▶総予算の出し方
- ▶初心者向け

### 注文住宅価格まるわかり講座

- ▶建物価格の相場
- ▶コストダウンのツボ
- ▶見落としがちな費用

### ハウスメーカー・工務店 選び方講座

- ▶家づくりのダンドリ
- ▶見落としがちな比較ポイント

### 個別相談会

- ▶要望の整理整頓
- ▶住宅メーカーの会社の雰囲気を知る
- ▶さまざまな会社情報を比較
- ▶こだわりを表現

### 特別講座(参加無料)

お金にまつわる悩みがあるなら…  
ファイナンシャルプランナー講師による  
マイホーム予算の決め方・考え方講座

住宅ローン知識がない、予算の決め方が分からない、そんなお金に関する疑問、悩みに対して、お金のプロであるファイナンシャルプランナーが解説。

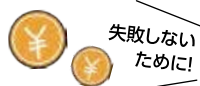
POINT 1 ▶ 今が買い時?金利の動向

POINT 2 ▶ わが家に合った予算の考え方

POINT 3 ▶ 知っておくべき国の住宅支援制度

受講時間:約90分 ※事前予約制

詳細・予約は「スーモカウンター」公式サイトで確認を▶



失敗しないために!

## 予算&返済計画のPOINT!

いざ、住宅購入となると、やはり心配なのは返済のことですね。予算・返済計画についてのポイントを紹介。もっと詳しく聞きたい方は「スーモカウンター」へ。

### ●30~60歳の返済例

借入の年齢	30歳	40歳	50歳	60歳
借入期間	35年	35年	30年	25年
総支払額	3675万4301円	3675万4301円	3573万7974円	3473万9401円
毎月返済	8万7510円	8万7510円	9万9292円	11万5798円
65歳残高	0円(完済)	約1050万円	約1700万円	約2780万円
完済時年齢	65歳	75歳	80歳	85歳

※借入金額3000万円、金利:1.2%、全期間固定型、返済方法:元利均等  
※参照元:リクルート公式サイト「スゴい住宅ローン探し」

### 40歳以降でも住宅ローンは利用できる?

高齢化が進む昨今、住宅ローンを借りる人の平均年齢は上昇傾向にあり、一般的な完済時年齢の上限は80歳未満です。ただ、40歳から住宅ローンを始めると、年金生活となる65歳以降も債務が残っている可能性があります。徹底した資金計画と返済計画を立てることが必要です。

### 定年退職後の返済が心配…

年金生活での住宅ローン返済は家計を大きくひっぱくする可能性があります。返済の負担を軽減するための方法として「繰り上げ返済」や「リバースモーゲージ」といった方法があります。また、親と一緒に住むのであれば、親子で協力して返済をしていくリレーローンやペアローンを利用する手があります。

### お近くのスーモカウンター

## イオンモール都城駅前店

都城市栄町4672-5

イオンモール都城駅前 2階

※臨時休業する場合あり。

営業時間や定休日は、電話またはHPにてご確認を

※スーモカウンター新築マンションの店舗についてはHPをご確認ください

### 無料講座、個別相談のお申込み、お問い合わせは

0800-817-4832

「きりしまフォーラムを見て」とお電話ください!

毎日受付/9:00~21:00 ※不通の際は0120-300-829へ(どちらもフリーコール)

全国228店舗※  
利用組数42万組以上※  
※カウンター数/2023年9月末時点、  
利用組数/2023年3月末時点での  
集計結果



**SUUMO**  
スーモカウンター

宝くじ文化公演

「全米No.1」を手に入れたダンスパフォーマンス!

# EBIKEN

THE ENTERTAINMENT

2024 **1.14** 日

13:30 開場  
14:00 開演

アメリカス・ゴット・タレントで優勝を飾った  
ダンスパフォーマンスEBIKEN (総名義一) がやってくる!!

チケット販売中

スペシャルゲスト **“UniCircle Flow”**  
世界大会で優勝経験のある一輪車演技グループ

料金 全席指定 一般 1,500円 高校生 1,000円

曾於市末吉総合センター

宝くじ助成による特別料金 ※3歳未満は入場をご遠慮ください 主催/曾於市・曾於市教育委員会・鹿児島県・(一)助自治総合センター

お問合せ / 一般財団法人 まちづくり曾於 曾於市末吉町諏訪方8127 (曾於市末吉総合センター内)  
TEL.0986-76-7100 電話受付 9:00~17:00 (月曜休館)

新築建売 3LDK 上長飯町 2409-19 **2,080万円** 土地・建物 消費税込みの価格

好立地!!

当社提携 ローンで **手持ち金 0円!!**

洋 5.5帖×2 洋 6帖  
LDK 17帖

上長飯 小学校近く

土 地:242.09㎡(73.23坪)  
延床面積: 76.18㎡(23.04坪)

イオン近く 買物便利!

40年ローン金利 0.95%(変動金利)で  
月々 **約52,103円**

Instagramから 内覧ができます! ※ボーナス加算なし!

(有)ワダハウジング HPはこちら

TEL.0986-24-6162  
担当/有山 080-6403-3987  
都城市東町7街区2号

きりしまフォーラムで企画してほしい

## 「〇〇特集」募集中!

「こんな特集してほしい!」  
「こんな記事読んでみたい!」 など

きりしまフォーラムに掲載してほしい特集企画をお寄せください。  
広告・記事問いません。アナタからの投稿をお待ちしています!

投稿は「チラシ」

ハガキから 本誌「アンケートハガキ」  
→フリースペースにご記入の上、お送りください。

HPから HP「投稿・お問合せフォーム」  
→件名「特集希望」内容欄にご記入の上、送信してください。

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1684-2



10月14日、弊誌でもおなじみ『都城看護専門学校』で、これから実習に臨む1年生が初心に戻り、決意を表明する「戴灯式」が開催されました。「戴灯式」の起源とされる「戴帽式」が日本ではじめて挙行されたのは大正五年と、百年以上もの歴史がある式です。会場には家族や学校関係者、来賓の方など多くの方が参列。開式前には、親族や友人と、笑顔で記念撮影をする生徒の姿が見受けられました。式がはじまると、先ほどとは打って変わって、こちらまで緊張感を覚える静寂に包まれました。メインの催しとなる「戴灯の義」には、看護衣を身に纏った第43期生31名の1年生が参加。会場内で大きな存在感を放つ「フロレンス・ナイチンゲール」像が手にしている蠟燭から、自分の持つ蠟燭へと灯を灯して



「戴灯式」取材してきました。

臨地実習に向けた伝統行事

いきます。全員が灯し終えると、やわらかな光が暗転した会場を優しく包み込み、なんとも幻想的な雰囲気。学生全員で一言一言を作り上げた「誓いの言葉」を胸に刻むように息を合わせて音読し、看護の道を進む者としての誓いの意を表しました。式典の中で、参加者の方々から祝辞や激励の言葉が贈られる場面もありました。榎原校長は、戴灯式のはじまりについて話された後、「ナイチンゲール」に続く一人として、准看護師になることを目指し、座学や実習に励んでほしい」と力強く語りました。また、昨年この式に臨み、現在も臨地実習に参加している2年生の先輩からは、「患者様の

人生の一部に関わっていると、1年生のみなさんは式が終わると、開式前に比べ引き締まった表情になっており、今後の臨地実習に向けた覚悟や決意を感じることができました。高齢化が進む都城で将来准看護師や看護師として、活躍する姿を見られる日がくるのが楽しみです。そんな『都城看護専門学校』では、11月から入学試験がはじまります。受験希望の方は願書の提出をお忘れなく!



取材協力 / 都城看護専門学校  
☎0986-22-0711

# 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



## 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

老後2,000万円は本当に必要?  
ごからの老後資金は.....

いくら必要か    いつまでに必要か    毎月どのようにくらする貯めればよいか

など、「疑問点だらけのお金の話」をプロのファイナンシャルプランナーに相談してみませんか?    予約制 料金 3,000円～ ※相談内容によります



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!



# 2023 世界糖尿病デーイベント in 都城

## ブルーライトアップ

期間: 11月13日(月)～19日(日)  
時間: 日没～22:00  
場所: 都城市北諸県郡医師会館(都城市姫城町)

**11/17(金) 18:30～20:30** (18:30～開場 19:00～開会式) **参加無料**

会場: ウエルネス交流プラザ(ムジカホール)

**講演 I**  
19:10～19:30  
**明日の私は今日までの私が創る**  
振り返りで肥満と糖尿病を予防しよう  
都城市医師会病院 管理栄養士 甲斐 純志氏

**講演 II**  
19:30～20:15  
**肥満と糖尿病**  
医療法人魁成会 宮永病院 糖尿病センター医長 田中 友梨先生

11月14日(土)の  
世界糖尿病デーに合わせて  
ブルーライトアップを  
実施します!

問合せ/一般社団法人 都城市北諸県郡医師会 都城健康サービスセンター ☎0986-36-8750



## 2024年度 募集案内


一般曹候補生(陸上自衛官・海上自衛官)	自衛官候補生
<b>応募資格</b> 18歳以上33歳未満の者 <b>受付期間</b> 11月30日(木)まで <b>試験日程</b> 1次試験(WEB試験) 12月9日(土)～12日(火)の内1日 <b>試験会場</b> 宮崎地方協力本部(宮崎市)	<b>応募資格</b> 18歳以上33歳未満の者 <b>受付期間</b> ①11月10日(金)まで ②11月11日(土)～1月9日(火) <b>試験日程</b> 筆記試験(WEB試験) ①11月17日(金)～20日(月)の内1日 ②1月20日(土)～23日(火)の内1日 口述試験・身体検査 ①11月23日(木・祝) ②1月28日(日) <b>試験会場</b> 陸上自衛隊都城駐屯地
<b>陸上自衛隊高等工科学校学生(推薦)</b> <b>応募資格</b> 男子で中卒(見込み含む)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者 <b>受付期間</b> 12月1日(金)まで <b>試験日程</b> 1次試験 1月6日(土)～8日(月・祝)の内1日 <b>試験会場</b> 健康駐屯地(熊本市内)	<b>陸上自衛隊高等工科学校学生(一般)</b> <b>応募資格</b> 男子で中卒(見込み含む)17歳未満の者 <b>受付期間</b> 1月5日(金)まで <b>試験日程</b> 1次試験 1月13日(土)～14日(日)の内1日 <b>試験会場</b> 宮崎地方協力本部(宮崎市内)

# 自衛官募集!!

自衛官になるといっても、その職域や進路は多種多様です。詳しくはお問合せください。

【募集内容に関する問合せ先】  
 自衛隊宮崎地方協力本部 都城地域事務所  
 都城市久保原町1-12 TEL.0986-23-3944

自衛隊の活動を支援! 会員を随時募集しています  
 宮崎県防衛協会 都城市支部(総務部危機管理課内)  
 TEL.0986-23-2129



## 移動販売車 みんなのお店 げんきカー

### 高城・山之口地区

みなさんのご来店を、お待ちしております!

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、8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!

**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。

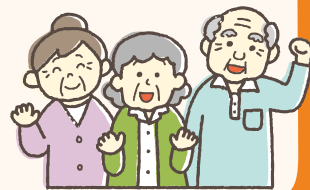
**人気のお刺身やお惣菜もあります!**  
冷蔵・冷凍品、青果、お菓子やパン、調味料、日用雑貨などをご用意! 当日、欲しいものがなくても、リクエストいただければ翌週お届けします。  
カタログからご希望の商品を取寄せ、翌週お届けすることもできます!

グリーンコープ生協みやざき 都城支部  
お問合せ ☎ 0986-57-8186  
都城市志比田町5640-1 営業/9:00～18:00 定休/土・日曜日





# シニアライフ 通信



## 特集

### どうやって選べばいい？

## 高齢者向け施設の種類の種類

一口に高齢者向け施設と言っても、さまざまな種類があることをご存じでしょうか。一見すると同じように見えても、施設形態によって費用やサービス内容は異なります。それぞれの施設の特徴を把握しておくことが、本人に適した住まいを選ぶ近道となります。



### 高齢者向け施設の種類の種類と特徴

高齢者向け施設には多くの種類があります。ここでは、主な高齢者向け施設と特徴を紹介し、す（左頁の表もご覧ください）。

#### ◎特別養護老人ホーム

手厚い介護が必要な方向けの施設。低料金で長期入所が可能。そのため人気が高く、入居待ちの期間が長くなる傾向がある。

#### ◎介護老人保健施設(老健)

病院を退院後、在宅復帰に向けて医療ケアやリハビリを行う施設。自宅に戻れるようになるまで一時的に入所する施設のため、入所期間は3カ月〜半年程度と短い。

#### ◎介護療養型医療施設

(2023年度末で廃止)

日常的な医療ケアが必要な、要介護者向けの施設。充実した医療ケアやリハビリが受けられる。厚生労働省の方針により廃止が決定しており、「介護医療院」などへ移行される。

#### ◎介護医療院

日常的な医療ケアが必要な、要介護者向けの施設。充実した医療ケアやリハビリに加え、生活の場としての機能を重視している。廃止される介護療養型医療施設の受け皿として、2018年に創設された。

#### ◎ケアハウス

自立生活に不安があり、家族

からの支援が困難な方に向けた低料金の施設。生活支援を受けられる「自立型」と、介護サービスを受けられる「介護型」がある。自立型は入居後に要介護になると退去しなければならない可能性があり、介護型は入居待機者が多い。

#### ◎有料老人ホーム

民間運営の施設で、施設ごとに特色があり選択肢が多い。「介護付」「住宅型」「健康型」の3つに分けられる。

介護付……毎月一定額の介護

保険料で、専門の介護スタッフによる24時間体制の介護サービスが受けられる。

住宅型……食事や買い物といった生活支援や、安否確認など

のサービスが受けられる。介護が必要になった場合、訪問介護やデイサービスなどの外部サービスを利用する。

健康型……本格的な介護の必要がない高齢者を対象とした施設で、食事などの日常生活に必要なサービスが受けられる。ジムや娯楽施設などが併設されている所もある。

#### ◎サービス付高齢者向け住宅

高齢者が暮らしやすい設備を備えた賃貸住宅。比較的自己立した高齢者が対象で、生活相談や安否確認サービスが受けられる。外出制限はない。

#### グループホーム

認知症をもつ高齢者が5〜9



種類		入居条件(原則)	特徴	こんな方におすすめ
特別養護老人ホーム		要介護3以上 65歳以上	・介護サービスが充実 ・入居一時金が不要で費用が安価 ・長期入所が可能 ・入居待ちの人数が多い	・要介護度が高い方 ・入居費用を抑えたい方
介護老人保健施設		要介護1以上 65歳以上	・医療ケア、リハビリが充実 ・入居一時金が不要 ・3カ月～半年程度の短期入所 ・相部屋が多い	・退院直後で、自宅での生活が難しい方
介護療養型医療施設 (廃止が決定)		要介護1以上 65歳以上	・医療ケア、リハビリが充実 ・入居一時金が不要 ・長期入所が可能	・日常的に介護や医療ケアが必要な方
介護医療院		要介護1以上 65歳以上	・医療ケア、リハビリ支援が充実 ・入居一時金が不要 ・長期入所が可能	・日常的に介護や医療ケアが必要な方
ケアハウス	自立型	自立～要支援 60歳以上	・入居一時金が必要 ・利用料金が比較的安価 (収入によって料金は変動) ・自立型は要介護度が上がると要退去 ・介護型は入居待ちの人数が多い	・身寄りがなく生活に不安がある方
	介護型	要介護1以上 65歳以上		
有料老人ホーム	介護付	自立～要介護5 60歳以上 または 65歳以上	・介護サービスが充実 (住宅型は外部の介護サービスを利用) ・施設によっては入居一時金が必要 ・利用料金やサービス内容は施設ごとの差が大きい	・日常的に介護が必要な方 ・幅広い価格帯、サービスから選びたい方
	住宅型	自立のみ 60歳以上	・趣味活動のための設備が充実 ・施設数が少ない	・自立しており、アクティブに過ごしたい方
	健康型	自立のみ 60歳以上		
サービス付高齢者向け住宅		自立～要介護3 60歳以上	・安否確認や生活相談を提供する住宅 ・施設によっては入居一時金が必要 ・介護サービスを提供する住宅もある	・要介護度が低い方 ・自宅に近い自由度の高い生活を送りたい方
グループホーム		要支援2以上 65歳以上 認知症と診断	・認知症ケアが充実 ・5～9人が役割分担をしながら共同生活を送る ・施設によっては入居一時金が必要	・認知症をもち、身体的に自立している方

※上記の入居条件や特徴はあくまで一般的な目安であり、施設や地域によって異なります。

※65歳未満でも、40歳以上で、特定疾病により介護が必要であると認定された場合は入居可能な場合があります。



### 「特別養護老人ホーム」と「養護老人ホーム」の違いは？

「特別養護老人ホーム」と混同されやすい施設に、「養護老人ホーム」があります。こちらは、経済的に困窮しており自宅での生活が困難な方を養護し、社会復帰を促す施設です。基本的に身の回りのことは自分でできる方が対象で、入居には市区町村による審査が必要です。

#### 施設選びの流れ

人で共同生活を送る施設。家庭的な雰囲気、介護スタッフによるサポートを受けられる。

まずは、予算や立地、サービス内容などの希望条件を挙げましょう。それをもとに気になる施設をピックアップしたら、電話やメールで各施設の資料を取り寄せ、比較しながら選びます。実際の雰囲気など、パンフレットを見ただけでは分からないこともありますので、必ず施設見学や体験入居をしましょう。

入居したい施設が決まったら入居申し込みを行い、書類の提出や入居審査を経て、契約・入居となります。空室がある場合、申し込みから入居までの期間はおおよそ1カ月程度です。

どの施設形態が適しているかは、身体の状態や収入などによって異なります。また、同じ施設形態でも、物件によって方針やサービスには差があります。必ず物件ごとに詳細を確認し、分からないことがあればケアマネジャーや地域包括支援センターに相談しましょう。

「フォーラムがプロデュース! 日帰りぶらり旅!」

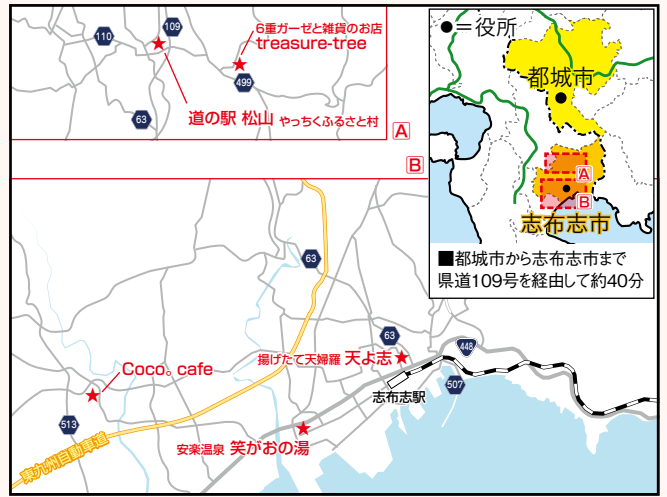
潮騒が聞こえる港町

# 志布志市特集!

高速道路の開通により、さらに行きやすくなった志布志市。

ソロ活にもオススメな癒しスポットが満載です。

海を眺めてドライブしつつ、ゆったり街を巡ってみませんか?



## 安楽温泉 笑がおの湯



2020年にリニューアルした「安楽温泉 笑がおの湯」は、ちょっと珍しい、さつま揚げと温泉がコラボした施設。店内に入ると、100年以上続く名店「岡留蒲鉾本舗」のさまざまなさつま揚げが販売されています。その左奥へと進むと、温泉施設が……。少しレトロ感のある湯船にゆったり浸かると、日頃の疲れも取れますよ!

入浴料金		大人気! 温泉セット 600円 入浴料+さつま揚げ+飲物
大人	400円	
小学生	150円	
幼児	80円	
温泉後にオススメ!!		
うどん&そば 10:30~20:00	かけうどん(そば) ……………	380円
	ちくわ天うどん(そば) ……………	480円
	黒豚カレーうどん(そば) ……………	550円



広々とした休憩室には、テーブル席とマッサージチェアを完備。ゆっくりお食事も!

☎ 099-473-3468

鹿児島県志布志市志布志町安楽245-2  
営業/9:00~20:30  
不定休



「笑がおの湯」の大きな文字が目印! 国道220号沿いにあるので、ふらっと立ち寄ってみるのもおすすめ。  
高速乗り場も近いですよ!

## 岡留蒲鉾本舗



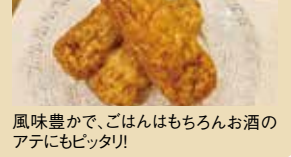
103年の歴史を持つ老舗店が、さつま揚げの美味しさをもっと知ってほしいという思いから、オリジナルの「温泉セット」が完成。お風呂あがりに、冷たい飲み物と一緒にさつま揚げをいただく最高に幸せ! ぜひ一度、体感してください!

人気No.1  
特上さつま揚げ(5枚入) 380円



ふわふわの食感と優しい甘さが絶品のさつま揚げ。

人気No.2  
上棒天(10本入) 420円



風味豊かで、ごはんはもちろんお酒のアテにもピッタリ!

## Coco.cafe ココマル カフェ



昨年2月2日、閑静な住宅街にオープンした「Coco.cafe(ココマル カフェ)」。店名は、店主の愛猫「ここ」ちゃんの名前にちなんで付けられています。驚くべきことに、料理に使用する米やベーコン、さらにはスパイスまで自家製。お料理とスイーツはすべて無添加のため、安心して食べることができます。「作れるものは極力自分達の手で作る」というこだわりが、他店にはない独自の美味しさを実現! これからの季節は、リンゴのキャラメル煮を使用したシフォンケーキなども登場予定です。

毎週木曜日  
15:00~  
お受け取り

手作り  
無添加食パン

1.5斤	700円
ミニ(0.75斤)	400円

数量限定のため ご予約はお早めに!

毎週木曜日限定で、店主のお母さまが以前営んでいた「美食工房咲彩」で人気を博していた食パンを販売。保存料不使用でバターと生クリームをたっぷり練り込んだパンは、優しい甘さが印象的です。トーストして食べると、外はカリッ中はもっちりとした食感を一度に味わえますよ♡



## 人気ランチメニュー

2週替わりランチメニュー 1,300円

スープ・デザート・ドリンク付き

2週間ごとに内容が変わる人気メニュー。取材時はハンバーグと生薑焼きがご飯との相性抜群なミックスグリルでした! 肉好きにはたまらないボリューム満点の一品に大満足♪



ヤンニョムチキンプレート  
スープ付き 900円

+300円でドリンク・プチデザートセット

自家製のスパイスがよく効いた甘辛たれは、刺激の欲しい大人も満足できる味わい。たっぷりとお肉に絡めてお召上がりください! 一度食べたら病みつきになってしまいます♡



## その他 人気menu

Lunch	● ハンバーグ焼きカレー ……………	1,000円
	※ +300円でドリンク・プチデザートセット	
	● 唐揚げプレート(スープ付き) ……………	800円
Cake	● バスクチーズ プレーン ……………	400円
	● シフォンケーキ プレーン ……………	250円

☎ 090-8834-9464

※当日のお席・テイクアウト  
ご予約の方はお電話ください

志布志市有明町蓬原465-10

営業/火・水・金・土曜日 11:00~17:00(ランチL.O. 13:30)

木曜日 15:00~17:00

※木曜日は予約済み食パンのお受取りおよびテイクアウトのみの営業  
Instagram/@cocomalucafe

## 揚げたて天婦羅 天よ志



東京で板前としての腕を磨き、今年9月10日に店主の奥様の地元・志布志市でオープンした「天よ志」。てんぷらに使用する食材は極力地元産を使用し、100%国産の米油で揚げることにより、軽い食感を実現！胃もたれしにくく、女性を中心に早くも人気を博しています。驚きの価格にも注目です！

🌻  
**目の前で揚げてもらおう**  
**てんぷらは、特別感満載♡**  
 音や香りを楽しみながら  
 できあがりをお待ちいただけるのも  
 カウンターならではのよさです。



細やかな火加減により、外はサクッと中はジューシーな仕上がりのてんぷら。そこに合わせる出汁からこだわった味噌汁や、小鉢のお料理、デザートまですべて店主の手作りです！ 上品な味付けがてんぷらとの相性抜群です。



### 人気の海老天定食！

プリッとした海老と季節のお野菜を一度に味わえます。

梅塩・抹茶塩・塩麴・大根おろし・天つゆ・カボスをお好みで付けていただけます♪  
 梅好きのりつは、もちろん梅塩推しです。

ランチ	
海老天定食	1,210円
とり天定食	1,100円
予約限定 天婦羅御膳A	1,650円
限定 天婦羅御膳B	2,750円
11月 オススメ単品	
はも	440円
さつま芋	132円

☎ 070-6594-3482

志布志市志布志町志布志2-2-23  
 営業 / 11:00~14:00 (L.O.13:30)  
 定休 / 月曜日 ※臨時休業となる場合もあります。



オシャレな雑貨であふれる  
 アンティーク調の店内に  
 心がときめきます♡

ハンドメイドのガーゼ商品の通信販売をきっかけに誕生した、知る人ぞ知るお店。「宝探し」をテーマとした店内には、ガーゼ商品はもちろん、雑貨から衣類、インテリアなど、掘り出し物が満載です♪ あなたにピッタリの宝物を探してみませんか？

## 6重ガーゼと雑貨のお店 treasure-tree



古民家の、木のぬくもりとレトロ感が落ち着いた雰囲気のお店。屋根や照明器具に当時の面影が残ります。ゆったりとした時間を過ごしたい大人女子にオススメです。

## こだわりのガーゼアイテム



愛知県蒲郡市にある小さな機屋の作る6重ガーゼを水通し、ふんわりやわらかな肌触りに仕上げ、ハンカチやスタイなどに加工。小さい子どもから大人まで、幅広い世代の方に喜ばれる商品です。志布志市のふるさと納税の返礼品にも選定されています。

### オススメ 6重ガーゼアイテム

ハーフサイズ (約140×100cm) 5,700円~  
 ひざ掛けサイズ (約70×100cm) 3,640円~  
 寒い季節は羽毛布団の下に入れると暖かさアップ！



☎ 090-6631-9587

11月はマルシェ出店もあり！  
 志布志市松山町黍野873-8  
 営業 / 11:00~16:00 不定休  
 ※営業時間が変更になる可能性があります  
 ※最新のオープン情報・マルシェ出店情報は、Instagramをご確認ください  
 Instagram / @gauze\_treasure\_tree

## 道の駅松山 やっちくふるさと村

本誌でもおなじみの「道の駅松山 やっちくふるさと村」に、イートインスペースがオープンしました。秋の行楽やドライブの途中で、ココのあるソフトクリームや、季節のフルーツや生チョコを使ったクレープを堪能しながら、ゆっくりと休憩しませんか？ドリンクメニューも充実しているので、大人はもちろん子どもも喜ぶこと間違いなしのスポットです！！



### 大人気スイーツ

ティラミス / 抹茶ティラミス / いちごティラミス

大人気のティラミスの中でも、特におすすめなのは「抹茶ティラミス」！抹茶の深い香りと、マスカルポーネクリームの組合せが絶品ですよ！！秋にこそ味わってほしい、濃厚な美味しさが◎

秋のイチオシ  
**栗モンブラン**  
 470円

季節限定のモンブランは、サクサクのタルト生地と、これでもかと重ねられた栗のクリームが絶妙なハーモニー♪ 栗の美味しさを追究した絶品スイーツです。

### Drink

各種ドリンクメニューをご用意しています



## イートインスペース OPEN!



ゆったりとした空間に、テーブル席やカウンター席が充実。お一人様はもちろん、大人数でも、ゆっくりと過ごすことができますよ！

☎ 099-487-3800

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  
<https://r.goope.jp/cocoro-matsuyama/>  
 Instagram / @cocoro.matsuyama



まとまりと艶が  
手に入る  
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♪

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

乾燥の季節も  
潤いとボリュームのある艶髪に

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くせを取りながら、つやつやのカールを実現します!!

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



hair-hair Jewel ジュエル

ヘナとハーブで  
白髪染めしませんか?

ナさみ(70歳)ヘナ歴8年 白髪量 約60%  
4週間に1回の施術

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。  
■パサつきが気になる  
そんなあなたへオススメです♡



color&cut stylist Akane Morizono



人気menu  
■シャキーンとならない縮毛矯正 ¥12,000(税込・長さ料金別)  
最高の手触り! 加齢によるくせやうねりを、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

100%天然のヘナメニュー(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



内から外からキレイになりたい♪

# Beauty 特集

Chico PARK バランスボールエクササイズ chico park



ダイエット成功者続出中!  
食欲の秋こそ! 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! 年齢を問わず、多くの方に効果を実感していただいています。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  
(お得な回数券)  
4回 ¥11,000(1ヵ月) / 10回 ¥30,000(4ヵ月)  
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

都城市都北町6319-2 (岡元)  
営業 / 9:30~20:30  
駐車場 / あり  
https://chico-park.com  
Instagram #chiaki7603



Mente for men (メンテ)

早くも話題! 男性のためのフェイシャルエステサロン



ひとつでも気になったらご連絡ください

- ニキビでずっと悩んでいる
- 顔のケア方法が分からない
- 毛穴の黒ずみが気になる
- 脂っぽさやテカリが気になる
- 剃り後の乾燥

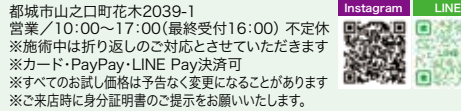
「洗顔方法が分からない。化粧水は何をつけたらいいの? その後は?」と、悩まれてる方! また、「ニキビ、肌荒れ、毛穴の黒ずみ、しわ、シミをとにかくよくしたい!」と思われてる方! まずは、気軽にご相談ください! とことん向き合います。

11月末迄 特別価格 [完全予約制]

<p>ニキビケアコース 思春期ニキビや ニキビ肌の方にオススメ ¥16500 → ¥13,200</p>	<p>シミケアコース シミでお悩みの方にオススメ ¥16500 → ¥13,200</p>
--	---

☎ 070-1946-1784 ★プレミアム商品券を使用できます★

都城市山之内町口花木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  
※ご来店時身分証明書のご提示をお願いいたします。



YOSA PARK 人生最後のダイエットならおまかせ!

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、短期間でリウンドしにくい全身痩せを可能に!!

こんな方にオススメです

- 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

<p>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 / @182kfjt</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
--	--	---

~癒し処~ Ku'u Punahale(クプナヘレ) 新! 肌再生美容プログラム

隠すメイクではなく魅せる素肌を……



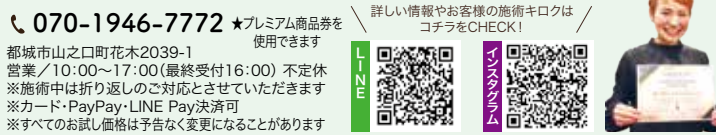
Dr.ピュールボーテ肌再生美容 通常 ¥19,800 → 初回お試し ¥15,000  
純粋レチノールピール

肌の再生・修復を叶える「純粋レチノールピール」。ハリ・小ジワ・毛穴だけでなく、乾燥・赤身・シミ・くすみ・ニキビなど、老若男女、全世代のお肌の悩みに答えてくれるトリートメント。

シメキアトリートメント(120分)  
通常 ¥22,000 → お試し価格 ¥16,500  
お得な回数コースもあります

ぐっすり眠れるほど痛くないピーリング  
通常 ¥28,600 → 先着3名様 初回限定 ¥16,500!!

☎ 070-1946-7772 ★プレミアム商品券を使用できます  
都城市山之内町口花木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



# 盆人倶楽部

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



## 今月の盆人大賞

●「ママのお腹から赤ちゃん出てくるの!？」と3歳の息子に言われました。本気でダイエットをしなればと冷や汗が出ました……。 (あっちゃん/37歳)

■す、鋭い……! 知らず知らずのうちに、赤ちゃんの存在を疑われていたなんて。私も最近食欲の秋でもぐもぐタイムによく入りがちなので、ドキッとしてしまいました。もう少し頑張って運動頻度を上げなくては……! 目指せ瘦身麗人!

### ●都城散策

先日当選しました。ありがとうございます。早速主人と2人で『彩』に私は冷やし担々麺。主人はランチコースをいただきました。何十年ぶりの都城で『ハンスマン』や『G.U.』、道の駅とハンコシ、すっかり都城にハマってしまいました。また当選したら、今度は違う店に行つて、都城を楽しみたいです。

(R、D、C/55歳)

### ●猫社長

家の猫が引き戸の開け方を覚えて出かけられるようになり、仕事帰りで帰宅する私に外で鳴いて、抱っこで帰宅するようになりました。(チルチル/47歳)

■もうしょうがないわね〜と。いったところでしょうか。自分で外に出たのに、最後は人に甘えてくるあたりが実に猫らしいですね。スンとしているかと思いきや、すり寄ってくる時もあり、本当に気まぐれな生き物です。そこがかわいいところでもあります。

### ●幼き詐欺師

・中秋の名月で娘(4歳)の要望で、一緒にお団子をたくさん作りました。娘は、嫌いと言っただけで、食べたくありませんでした。「作る作る詐欺」ですね(笑)。親が少しずつ消費中です。

(おとちゃんママ/42歳)

■見事に騙されましたね。立派な詐欺師です。私は作る頻度に比べ、食べる頻度の方が圧倒的に高いので、次「作る作る詐欺」が発生したらお呼びください! 食いしん坊がサイレンかき鳴らし事件現場へと駆けつけます!

### ●生の迫力

・韓国の歌番組が東京で開催され「ZEROBASEONE」というアイドルを生で見れました。本当に歌もダンスもよくてイケメンなグループでした。「BHS」の曲もカバーしてくれて歓声がすごかったです。鳥肌でした。(チエリーちゃん/22歳)

■ライブ参戦いいですね! はじめて耳にしたグループ名だったので調べてみましたが、顔面偏差値の高さに驚きました。そしてなんなんだ、あの等身は……。生で見られてラッキーでしたね! イケメンって目の保養になるので最高ですよ。今後とも推し活楽しんでください!

### ●優しい子

・デカイカエルを見つけ、孫に写真を送ったら、孫がママに言ったそうです。「カエルさん、お家に帰ったかな〜」と。優しい子に育ったな〜と思いました。(3年2組/58歳)

■かわいいですね。そんな気遣いが既にできるなんて素晴らしい! 今の世の中「頭大丈夫?」と思わず聞きたくなるような人も多いですが、どうかその純真無垢なまま大きくなってほしいです。

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

宮崎ガスグループ \*感謝いっぱい!!笑顔満開!

# 第63回 ガス展 2023

11月25日(土) 10:00~19:00  
17:00~★ カタログを購入されたお客様に1,000円のQUOカードをプレゼント!!  
11月26日(日) 10:00~16:00

会場 Mallmall まちなか広場

## 年に1度の大感謝祭!

特別企画 わくわく Stamp rally スタンプラリー

ガス展会場 TERRASTAにあるスポットをめぐってスタンプを集めよう!

抽選で+素敵な商品+をプレゼント!

## ステージイベント

ミュージックステージやダンス、バンド、吹奏楽演奏などステージイベントも満載です!

DJ POCKYが司会にやってくる!

### Marche マルシェ

人気店が大集合!  
売切れ次第終了のため、お見逃しなく!!

- 鹿児島ラーメン ラーメン持ち帰り
- 狭八商店 焼き餃子からあげ・焼きそば
- ハートブレッドアンティーク パン販売
- 芽くむ和 つまみニンニク・きくらげなど
- 塩からあげ専門店 からあげちゃん からあげなど
- だっくす プリン専門店
- CREAM+ちよいかふえ 豆乳フォンケキとクレープ
- すがや たこ焼き
- south La:Bo 鉢地バーガーなど
- ツモローフォト山下 出張写真

【その他 8店舗出店】

A&M kitchen / ま〜る工房 / DABA's KITCHEN  
アラカルトキッチンtatsu / うつわ坂  
炒飯屋 華丸 / 中井上商店 / ハイビスカフェ

## クッキングコーナー

参加費: 500円 各回定員 10名様

11/25 チュロスをつくらう! (予約締切 11/11 17:00まで)

11/26 マフィンをつくらう!

※写真はイメージです

## ワークショップ

11/25 Clear balloon Work Shop 参加費: 500円

11/26 Attrait 参加費: 1,000円

Attrait: かわいらしい多肉植物の寄せ植え。

### 最新ガス機器を展示!

ビルトインコンロ テーブルコンロ  
衣類乾燥機 ガスファンヒーター 給湯器

### エネファームのある暮らし

マイホーム発電で安心・快適  
停電時も安心! 家計におトク!

### 保安コーナー

設置で安心! ガス-CO-火災警報器  
ポリエチレン管 災害に強い! 地震や腐食に強い管が埋設されます

すべてのイベントの詳細はP19をご覧ください

お問合せ 宮崎ガス(株) 都城支店 TEL 0986-38-7500

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はこちら  <https://www.facebook.com/kirishimaforum/>

Instagramはこちら  <https://www.instagram.com/kirishimaforum/>

Facebook & Instagram 検索

都城農業高等学校 × デイサービス遊癒

お部屋をオシャレに素敵な香りにつつま

## アロマワックスサシェづくり開催

都城農業高等学校で、大切に育てられた花々をドライフラワーにして提供していただきました。そのドライフラワーを使用した「アロマワックスサシェづくり」のイベントを開催します。ライフデザイン科の生徒さんと一緒に楽しく作成しましょう!

11月22日(水) 14:00~15:00

先着20名様 要予約

※定員に達し次第、締切りです 材料費:150円

場所 シニアのためのフィットネス デイサービス 遊癒 フロントフロア

デイサービス 遊癒 TEL.0986-36-7872  
都城市早鈴町1990 イオン都城ショッピングセンター2階

魅了する音楽を 響け都商 心ひとつに Rise as one

宮崎県立 都城商業高等学校 吹奏楽部

## 第47回定期演奏会 2023

ゲスト  Kohey Kanno 東京佼成ウインドオーケストラ コンサートマスター 林田 祐和

### プログラム

- ◆ レトロ 作曲 / 天野 正道
- ◆ 三つのジャポニスム 作曲 / 真島 俊夫
- ◆ 吹奏楽のための大阪俗謡による幻想曲 作曲 / 大塚 裕
- ◆ ステージマーチング ほか

2023 12/10(日)

開場 12:20 開演 13:00

会場 都城市総合文化ホール 大ホール (せりふ)

司会 佐々木 六華

入場料 小学生以上 (未就学児は無料)

チケットのお求めは……

都城商業高等学校	9:00~17:00	☎ 0986-22-1758
音楽工房トニカ ※水曜定休	10:30~19:00	☎ 0985-29-9178
都城市総合文化ホール	9:00~17:00	お問合せは都城商業高等学校まで

※前売り券が完売した場合、当日券の販売はございません



## A 鶏ときこの炭火焼き 3袋セット 3名様

人気商品の「鶏ときこの炭火焼き」。塩と唐辛子のみで味付けし、炭火焼きにすることで、炭の香ばしさと素材本来の美味しさが際立つ逸品に♡。ご飯のお供としてはもちろん、晩酌のあてとしてもオススメです。ぜひ一度ご賞味ください!

P23もご覧ください

★提供/大杉しいたけ園  
☎0986-57-2536 都城市山之口町山之口1809

## B お食事券 1,000円分 2名様



サバとチーズの相性抜群な「サバドリア」をはじめとするこだわりメニューが満載のカフェでご利用いただけるお食事券をプレゼント! お食事とともに霧島山もお楽しみください!

P22もご覧ください

★提供/霧島山が見えるcafe 縁~en~  
☎080-6012-9001 都城市太郎坊町1529-5

## C さばとんこつ 3名様



じっくり寝かせたさばを使用した新メニュー。さばのうま味がぎゅっと凝縮していて、クセになる味わいです。さば好きはぜひご賞味ください。  
※さば感が強いので、青物が苦手な方はお控えください。

P22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、11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 のり弁 or 幕の内弁当 5名様 ※いずれか1つお選びください。



『味のスカイライン』発のお弁当屋さんから、人気のお弁当をプレゼント! 手作りにこだわったおかずがたっぷり詰まったこだわりの味をご賞味ください。

※写真はのり弁

★提供/お弁当屋さん利休  
☎080-6403-3432 都城市吉尾町723-46

## E おいげんチーズ饅頭 10個セット 3名様



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(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/お菓子のながくら  
☎0986-38-0119 都城市都北町5670

## F マカロン(5個) 3名様



ショコラ、マンゴー、塩キャラメル、カシスなど、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 二種類の贅沢パニラともちもちコーヒゼリーパフェ 3名様



食材からこだわり抜いた絶品お料理がいただける『cafe 食堂とことこ』から、パフェをプレゼント。開放的な店内でゆったりとした時間をお過ごしください! 柴犬のむぎ店長もお待ちしております!

※小学生未満のお子様は来店いただけません

★提供/cafe食堂とことこ  
☎0986-77-5707  
北諸県郡三股町宮村2973-1

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

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 11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!

※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。あまりしつ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。

洗濯機内部と洗濯物のカビ、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?



- ◇洗濯物に糸くずやカビが付着する
- ◇洗濯物が生乾きの臭いがする
- ◇洗濯層クリーナーを何度も使用するけど改善しない

プロの洗濯機クリーニングでも



洗濯機の分解洗浄にこだわる当店だからこそ、解決できます!!

先着 50名様 限定!!

すみっコぐらし × おそうじ本舗

コラボグッズ プレゼント!!  
(クリアファイル&洗剤)

※11,000円以上のサービスをご依頼の方限定です  
※無くなり次第、終了させていただきます



おそうじ本舗® 都城大王店

宮崎県都城市都島町275番地1

フリーダイヤル



0120-885-902

公式LINEは  
こちらです



コンビニまで  
徒歩 約5分  
1人暮らし初心者にも  
オススメ!!

**下川東**  
レクセル都城(仲介)  
1SK 駐車1台  
2.8~3.0万円  
敷金 1カ月

フローリング・エアコン・給湯・シャワー・ロフト

スーパー・コンビニ  
徒歩圏内  
収納たっぷりな  
RC造♪

**三股町 蓼池**  
賃貸アパート(仲介) ウイズM1-302号  
2LDK 駐車1台  
5.6万円  
敷金 2カ月・礼金 1カ月

フローリング・エアコン・給湯・シャワー・オートロック

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(11)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1

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

広告有効期限/2023年11月30日 ※仲介物件に関しては仲介手数料をいただきます。他にも多数物件を揃えております。お気軽にお電話ください。

## ☆アンケート☆

●あなたは今の仕事に満足していますか? それとも満足していませんか?  
いずれか選んで、理由も合わせてお答えください。

満足 ・ 不満足 (どちらかに○をつけてください)

理由:

●あなたの一番好きなスイーツは何ですか? 理由も合わせて教えてください。

一番好きなスイーツ:

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

## ★都城農業高等学校

×デイスリーブス遊園  
お部屋をオシャレに素敵なお香りでつつむ  
アロマワックスサシェづくり  
都城農業高等学校で、大切に育てられた花々をドライフラワーにして、提供していただきました。そのドライフラワーを使用した「アロマワックスサシェづくり」のイベントを開催します。ライフデザイン科の生徒さんと一緒に、楽しく作成しましょう♪

日時／11月22日(水)  
14時～15時

場所／デイスリーブス遊園 イオン都城ショッピングセンター2階  
定員／先着20名 要予約  
※定員に達し次第、締切ります  
参加費／150円(材料費含む)  
■問合せ／デイスリーブス遊園  
☎0986-36-7872

## ★北海道フェア

おうちで旅気分！ 北海の幸や人気のスイーツなどが大集合！ 北海道の逸品を味わってください。

日時／11月2日(木)～5日(日)

場所／1階正面通路

## ★おもちゃ病院

修理代無料  
日時／11月4日(土)・18日(土)  
13時～16時  
(受付は15時まで)  
場所／2階休憩所  
(デイスリーブス遊園前)

場所／2階休憩所

## ★宮崎県いい歯の日キャンペーン

歯と口の健康づくりに関するパネル展示や歯と口の健康グッズの配布を行います。  
日時／11月3日(金・祝)  
10時～配布終了時まで  
場所／1階正面玄関側  
レストラン街入口

場所／1階正面玄関側

## ★北のうまいもの市

日時／11月9日(木)～13日(月)  
10時～18時  
場所／1階正面通路

## ★専門店顔見世ファミリア(ペットショップ)の秋のワンちゃんしつけ教室

ワクチン接種が終わっていれば子犬から成犬まで参加無料  
当日にワンちゃんと一緒に過ごしたただで参加OKです！ 吠える・咬む・引っ張る等の困ったクセを短時間で改善する方法をお教えします。  
日時／11月19日(日)  
10時半～(約2時間程度)  
場所／1階北側駐車場(専門店顔見世ファミリア前駐車場)  
※雨天時は3階立体駐車場

場所／1階北側駐車場(専門店顔見世ファミリア前駐車場)

## ★消費生活相談窓口PRキャンペーン

ペーン

くらしの中で生じる商品やサービスのトラブルに関する相談は、消費生活相談窓口にご相談ください。

日時／11月14日(火)10時～12時半  
場所／1階正面玄関側  
レストラン街入口

## ★宮崎県消費生活センター

令和5年度消費者教育絵画コンクール入賞作品展示  
消費者教育の絵画作品、および、消費生活に関連した啓発ポスターの入賞作品を展示いたします。  
日時／11月17日(金)～21日(火)  
場所／2階専門店CDショップ  
『We's』横特設会場

日時／11月17日(金)～21日(火)

## ★宮崎県シンボルキャラクター「みやぎぎ犬」発見12周年記念県内キャラワン

11月11日に発見12周年を迎えるみやぎぎ犬が、特別ステージを披露します。  
日時／11月19日(日)13時～14時  
場所／1階正面入口通路

日時／11月19日(日)13時～14時

## ★イオンのお歳暮・冬ギフト

定番のお酒やスイーツなど、人気の商品を豊富にご用意しております。  
日時／11月17日(金)  
12月25日(月)  
場所／1階セントラルコート

日時／11月17日(金)

## ★まちの保健室

心や身体についての様々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／11月12日(日)12時～15時  
場所／1階休憩所  
(専門店ビジュソフィア横)

場所／1階休憩所

# 休日急患診療機関 【11月度予定】

診療時間／9時～18時まで(歯科は17時まで) ※医療機関は変更することがあります。  
詳しくは医師会事務局まで TEL/23-5555(歯科はTEL/25-4100)

最新情報はこちらをご覧ください

都城城北諸県都医師会  
休日当番情報



宮崎県歯科医師会  
都城市 休日当番医



3日(金)	早水公園クリニック(内・小・外・消(胃)・アレ)	早水町	36-6117	19日(日)	はしぐち小児科(小)	都原町	24-5500
	伊達クリニック(内・循)	牟田町	36-7088		鶴木循環器内科医院(循・内)	花繰町	26-0008
	田中隆内科(内・泌)	三股町	52-0301		みしま内科クリニック(内・循)	三股町	51-8100
	都城フォレスト・クリニック 脳神経外科(脳)	下川東	80-4313		福島外科胃腸科整形外科医院(外・胃・整)	三股町	38-1633
	小牧病院(整)	立野町	24-1212		酒井皮膚科医院(皮)	北原町	25-5322
	たき心療内科クリニック(心・精・神)	若葉町	46-9191		もりぞの耳鼻咽喉科(耳鼻)	甲斐元町	36-6036
5日(日)	ウィーンデンタルオフィス(歯)	年見町	36-5567	こうだい歯科(歯)	菖蒲原町	36-6480	
	畠中小児科医院(小)	三股町	52-6000	MKクリニック(小)	早鈴町	51-6777	
	城南病院(内)	大王町	23-2844	森山内科・脳神経外科(内)	南鷹尾町	21-5000	
	大岐医院(内・胃)	山之口町	57-2025	海老原内科(内)	山田町	64-1211	
	吉松病院(外・整)	蔵原町	25-1500	柳田病院(脳・外)	東町	22-4862	
	きたむら皮膚科クリニック(皮・アレ)	吉尾町	38-7300	石井皮膚科医院(皮)	蔵原町	23-4588	
12日(日)	いそいち産婦人科医院(産・婦)	平塚町	22-4585	小山田眼科医院(眼)	松元町	22-0710	
	浜田歯科医院(歯)	牟田町	22-1355	三股歯科(歯)	三股町	52-5221	
	有馬医院(内・小)	上長飯町	23-2610	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	富田医院(内)	栄町	23-4586	
	ホームクリニックみまた(内・呼)	三股町	52-1348	都城明生病院(内・泌)	金田町	38-1120	
	もりやま脳神経外科(脳)	三股町	21-6888	都北ごとうクリニック(外・消・呼・乳・肛)	都北町	38-6060	
26日(日)	なかむら整形外科クリニック(整)	平江町	36-5333	都北ごとうクリニック(外・消・呼・乳・肛)	都北町	38-6060	
	中山産婦人科医院(産・婦)	前田町	23-8815	寺本整形外科医院(整)	北原町	22-1171	
	山崎歯科医院(歯)	松元町	24-3332	武田産婦人科医院(産・婦)	蔵原町	22-0336	
				ハートデンタルクリニック(歯)	天神町	58-7700	

★小鯛焼き 愛之助  
日時／11月30日(木)  
12月3日(日)

10時〜売り切れ次第終了  
場所／1階正面通路前方

★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／11月21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

■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  
※P31もご覧ください

# イベント情報

★スーモカウンターで相談しよう！ 思い立ったらすぐに行動！ 講座・個別相談会 すべて無料

戸建てを検討しているけれど、今の年収でいくといくらくらいの家が買える？ 住宅ローンをきちんと返済できるかな？ など、はじめての家づくりは心配なことばかり。そんなときこそ「スーモカウンター」へ。詳細はP5をご覧ください。  
日時／10月28日(土)  
11月19日(日)

- ①10時半〜 ②13時半〜 ③15時半〜(各回約90分)

※当日予約もOK！ 予約優先 ※表記以外の日時での受付も可能 料金／すべて無料

場所／イオンモール都城駅前店 2階  
都城市栄町4672-5

■問合せ／スーモカウンター  
☎0800-817-4832

「ざりしまフォーラムを見て」とお電話ください♪

★第50回記念

景心書道会都城展開催  
観覧無料

みなさまのご協力により、この度、記念展を迎えることになりました。御多忙かと存じますが、御観覧のほど、よろしくお願ひいたします。私たちの教室に、これまでお通いいただいた方々にも、久しぶりにお会いさせていたただきたいです。ぜひ会場へお越しください。お待ちしております。

・景心書道会所属の教室  
細井徹(研心)書道教室  
吉川ルミ子(香舟)書道教室  
吉川書道教室

(吉川心道・吉川佳秀)  
日時／11月2日(木)〜5日(日)  
10時〜19時

※日曜日は15時半まで  
会場／ウエルネス交流プラザ  
※ご入場・駐車共に無料です。

■問合せ／吉川書道教室  
☎090-8400-8768

★第132回神社公園

笑いヨガ開催  
笑い門には福来たる♪ 笑い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くらい笑って、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／11月11日(土)10時  
■問合せ／笑いヨガ(剣田)  
☎090-9489-4450

★第14回都城民俗芸能祭  
フォトコンテスト開催

4年ぶりに開催！ 都城市に多数存在する貴重な文化遺産・民俗芸能を後世に伝えていくため、都城市内に存在する、または過去に存在した、民俗芸能をとりまく風景や人物を撮影した写真を募集します。過去に撮影されたものもOK！ スマートフォンからの応募もOKです!!

全応募作品は、「都城市総合文化ホール」に展示される予定です。詳細は、お問合せください。

応募期間／  
11月5日(日) ※17時まで  
選考及び結果発表／  
12月3日(日)

応募条件／  
応募条件など、詳細はお問合せください

■問合せ／都城市総合文化ホール  
☎0986-23-7140

★2023糖尿病デイイベント  
in 都城

11月14日は「世界糖尿病デー」。それに伴い、講演会を実施します。ご自分やご家族、大切な人とともに、糖尿病について考え、予防にむけた一歩を踏み出したい方、ご参加ください。

この機会にぜひご参加ください。

日時／11月17日(金)  
18時半〜20時半

場所／ウエルネス交流プラザ (ムジカホール)  
参加費／無料  
※詳細はP7をご覧ください。

「世界糖尿病」のテーマカラーであるブルーに建物をライトアップします。

日時／11月13日(月)〜19日(日)  
日没〜22時

場所／都城北諸県郡医師会館 (都城市姫城町)

問合せ／一般社団法人都城市北諸県郡医師会 都城健康サ―ビスセンター  
☎0986-36-8750

★超物価高時代!!  
第86回後悔しない

社会人からの転職希望者や主婦なども頑張っています♪

## 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―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／2023年11月11日(土)
- 願書受付／~2023年11月2日(木)
- 受験資格／中卒以上 (主婦大歓迎!)

公式HPはこちら



最新情報や学校生活の様子も随時アップしています。ぜひご覧ください。

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!

※都城圏域の介護施設または病院に勤務した場合です



一般社団法人 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

## 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)をご覧ください。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

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

公文教育研究会 〒830-0806 宮崎県宮崎市広島2-5-11 宮崎東海上日動ビル5F



**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/11月19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  
1階会議室

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『Yuna』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/11月21日(火)  
10時~11時45分

料金/1500円(お茶付き)  
準備物/ヨガマット、タオル、飲み物

定員/5名

■問合せ/ピオワークス  
☎090-4482-0579

**★第63回ガス展2023**

最新ガス機器の展示はもちろ

ん、ステージイベントやマルシェ、クッキングコーナー、ワークショップなど、内容盛りだくさんです♪ もしもの時に安心のエネファームの展示やガスの保安コーナー、特別企画としてわくわくスタンプリーパーもあり

ます! ぜひ、みなさまでお越しください♪ ご来場お待ちしております!

日時/11月25日(土)・26日(日)  
10時~19時

※日曜日は16時まで

会場/Mallma まちなか広場

●クッキングコーナー(予約制)  
11月25日(土)  
チュロスを作ろう♪

①10時半~ ②12時半~  
③14時半~ ④16時半~

講師/日高理香先生

11月26日(日)  
マフィンをつくろう!

①10時半~ ②12時半~  
③14時半~

講師/岩本絵美先生

参加費/500円  
定員/各回10名

※11月11日(土)17時までの要予約  
予約電話番号/  
☎0986-38-7500

●ワークショップ  
11月25日(土)  
Clear balloon Workshop

シャボン玉のようにかわいいバルーンに好きなものを入れて、お好きなステイックをつけます。

参加費/500円  
11月26日(日)  
Attrait

かわいらしい多肉植物の寄せ植えです。

**参加費/1000円**  
●特別企画

わくわくスタンプリーパー  
ガス展会場 TERRASTAにあるスポットをめぐってスタンプを集めよう♪ 集めた方には抽選で素敵な商品をプレゼント!

★宮崎ガス・宮崎液化ガススクッキング講座

楽しいクッキング講座でおいしいメニューを作って食べよう! 応募多数の場合は抽選となります。

①デコカッブケーキづくり  
日時/12月16日(土) 10時~13時  
定員/4組

(親子での参加もOKです)  
申込締切日/12月1日(金)

講師/日本Ms.協会  
お絵かきロール®認定講師  
高橋さおり先生

②楽しい手作りパン講座  
日時/12月21日(木) 10時~13時  
定員/12名

申込締切日/12月6日(水)  
講師/ジャパンホームベークィングスクール認定 日高理香先生

受講料/①②とも各2500円  
会場/ガスの情報館 都城  
都城市吉尾町2145-1

★プロジェクトンマッピングと音楽の夕べ

西都城駅にて、クリスマスイベントを開催。地域のアーティストによる音楽ライブパフォーマンスとマルシェ出店、そして去年に引き続き2回目となるプロジェクトンマッピングも実

■問合せ/宮崎ガス(榎都城支店)  
☎0986-38-7500

■問合せ/ピオワークス  
☎090-4482-0579

Attrait

かわいらしい多肉植物の寄せ植えです。

かわいらしい多肉植物の寄せ植えです。

かわいらしい多肉植物の寄せ植えです。

かわいらしい多肉植物の寄せ植えです。

かわいらしい多肉植物の寄せ植えです。

かわいらしい多肉植物の寄せ植えです。

**男女警備スタッフ募集**

募集職種 ①交通誘導警備 ②交通誘導警備2級資格者

給 与 ①日給 8,400円~(交通費・諸手当・その他) ②日給 10,000円~(交通費・諸手当・その他)

時 間 ①28:00~17:00(多少残業有)

応募資格 年齢・性別・学歴不問

休 日 ①土・日曜日・その他

待 遇 各種保険完備

未経験者の方でも  
**ヤル気があれば大丈夫!**  
あなたの新しいスタートを応援します!!  
※週2・3日のアルバイト日払い・週払いもOK!!

株式会社 ウエルネス ☎090-9659-0868 (担当:長谷川)

**女性特有の症状でお悩みの方**

冷え性 更年期障害 生理痛 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?

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 都城市都北町5985-1 定休/日曜日  
Tel.0986-38-0170 ※鍼灸院のみ予約制 Instagram

**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。

11月診療スケジュール [平日] 9:00~11:30 [土曜日] 9:00~11:00  
15:00~17:30 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 休診	4 院長 15時まで
5 休診	6 院長 南村先生	7 院長 南村先生	8 休診	9 院長 南村先生	10 院長 南村先生	11 院長
12 休診	13 院長 南村先生	14 院長 南村先生	15 休診	16 院長 南村先生	17 院長 南村先生	18 院長不在 午後休診
19 休診	20 院長 南村先生	21 院長 南村先生	22 院長 南村先生	23 休診	24 院長 南村先生	25 院長
26 休診	27 院長 南村先生	28 院長 南村先生	29 休診	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

**一生に二度の晴れ着姿**

確かなプロの手による記録を

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

施します！ ご来場お待ちしております。  
おります。

日時/12月2日(土)・3日(日)

・10日(日)・17日(日)

・23日(土)・24日(日)

15時〜21時

参加費/無料

※プロジェクトシモンマッピング

は18時〜の予定

場所/西都城駅前広場

および駅待合室

問合せ/イルミネーション

イベント実行委員長 曾原

☎080-9380-7532

★宝くじ文化公演

「全米No.1」を手に入れた

ダンスパフォーマー！

EBIKEN THE

ENTERTAINMENT

チケット発売中!!

アメリカズ・ゴット・タレント

で優勝を飾った、ダンスパ

フォーマーEBIKEN(蛭名健二)

がやってくる!! パントマイ

ム、映像、マジックなどを融合し

た総合エンターテインメント!

スペシャルゲストに、世界大会

で優勝経験のある一輪車演技グ

ループ・UniCircle Flow\*も

登場します。

日時/1月14日(日)

場所/曾於市末吉総合センター

料金/お一人様

一般1500円

高校生1000円

※3歳未満は入場をご遠慮ください。

※全席指定

■問合せ/

一般財団法人まちづくり曾於

☎0986-76-7100

## その他の情報

★老後2000万円は本当に必要?

これからの老後資金は、「いくら必要なのか?」「いつまでに必要か?」「毎月どのようにいくらずつ貯めればよいのか?」など、「疑問点だらけのお金の話」をプロのファイナンシャルプランナーに相談してみませんか? 老後の不安が解消されること間違いなしです! 気軽にご連絡ください。

日時/随時受付中 ※予約制

場所/(有)C&H

料金/3000円

※相談内容によりります

★参加無料! マイホーム購入

をご検討の方必聴!! 大人数

の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? ランニングコストを100万円以上抑えるマル秘テクニクをご紹介しますが、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ださい。キッズルームもありますので、お子様連れの方も気軽にご参加ください。

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

■問合せ/有C&H

☎0986-23-1341

Email: info@ch-fp.co.jp

★塾生大募集中!!

小学一年生〜中学三年生まで幅広い年齢のお子さんの苦手科目克服を、一対一の完全個別指導でサポート! 他塾で断られて入塾を諦めてしまった方も、まずはお気軽にご相談ください。2学期までの総復習を行うことができる冬期講習生も募集中です。

冬期講習/12月22日(金)

1月8日(月・祝)

問合せ/キラキラ塾 Rise

☎070-7566-5568

★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/月々金曜日

【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/月々金曜日

【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

れんげメディカルグループ

# 大阪でも! 宮崎でも! RMGで働きませんか?



宮崎勤務

## ケアマネジャー(正社員)

【月給】260,000円〜  
【休日】シフト制 年間休日107日  
【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)

宮崎勤務

## 訪問ヘルパー(夜勤専従パート)

【日給】15,000円〜  
【休日】シフト制 週2日〜OK  
【必要資格】初任者研修修了者  
【勤務時間】16:00〜翌10:00

宮崎勤務

## 介護事務(パート)

【時給】920円〜  
【休日】シフト制 応相談  
【必要資格】なし  
【勤務時間】9時〜18時の間で4時間以上

## 営業(入居相談員) 大阪勤務!!

月給23万円〜30万円+インセンティブ  
※経験・能力等を考慮の上、決定します  
※残業代は全額支給します  
※3ヶ月の試用期間あり

★成果はしっかり還元します!  
インセンティブは成約件数によって発生します。  
例えば月に5件成約につなげられたら、インセンティブは10〜20万円。1年目から月給23万円+インセンティブ20万円も可能です!  
年収例: 450万円(23歳/入社2年目)  
500万円(25歳/入社2年目)

★県外で生活するのがはじめての方でも安心してください!  
地方から就職を考えている方々へ、大阪で生活しやすい環境や働きやすい条件を整える制度があります。(移動費用貸付制度等)

れんげメディカルグループでは、  
たくさんの外国人人材が  
活躍しています。



住宅型有料老人ホーム  
**ファミラム三股**

宮崎県北諸県郡三股町大字宮村2786-2

☎0986-36-7891



実際に大阪で働いている  
営業部の先輩たちです

# FORUM'S SELECT GOURMET

フォーラムセレクト  
グルメ

## FELICE フェリーチェ

☎ 0986-80-6162

蜜芋クリーム×丹波黒豆きな粉の  
最強コラボ!



もちもちのパンケーキの上に、蜜芋の優しい甘さの濃厚なクリームと軽い口当たりの北海道産生クリーム、薄い求肥、黒丹波黒豆のきな粉がたっぷり。その上に、黒蜜をかけていただくと、きな粉の香りと上品な甘さが口いっぱいに広がり、これまで想像したことのない美味しさを体感できますよ!

店舗情報

Instagram



都城市中町12-25PIER1 定休/火曜日(祝日の場合は翌日)他、不定休  
営業/昼 11:00~17:00 (L.O.16:00)  
夜 金・土曜日のみ 18:00~21:00 (L.O.20:00)  
※金・土曜日以外もコース料理を事前予約の場合は夜も営業

### 期間限定

蜜芋と丹波黒豆きな粉の  
もちもちパンケーキ  
1,300円

蜜芋、そのままの美味しさをご堪能ください!

平日もご予約承り中  
ディナーコース

コース料理(8品)  
+ 飲み放題 120分  
4,000円

#### コース料理 MENU

カマンベールチーズのアヒージョ  
和牛ハンバーグおろし香味ソース  
オースメ2種類の Pasta  
フェリーチェ特製パンケーキ 他



## 活魚!! 寿司虎亭

☎ 0986-46-5226

鮮度抜群の美味しい魚介類を使ったおすすめランチ

数量限定 六画御膳「松花堂」



お寿司はもちろん、お刺身や天ぷらなど、すべてのお料理に、きめ細やかな職人技がちりばめられた絶品ランチを堪能しませんか?  
お魚だけでなくお肉も味わえる「松花堂」は、さまざまな種類のお料理を一度に食べられると、欲張りな女性に大人気のメニューです。個室も充実した落ち着いた空間で、ゆっくりとお召し上がりください。

店舗情報

Instagram



都城市早鈴町1480  
営業/昼の部 11:30~15:00 (最終入店/14:00)  
夜の部 17:00~21:00 (最終入店/20:00)

### おすすめランチ

六画御膳「松花堂」 2,398円  
刺身・サラダ・チキン南蛮・小鉢・天ぷら・茶碗蒸し・お寿司・汁物・デザート

数量限定

ランチおすすめ握り 1,682円



※その日の入荷により、内容は異なります

海鮮おせち二段重  
寿〜ことぶき〜

25,000円 限定 1,000台

虎の公式アプリからのご予約はQRコードからホームページ(左)からもご覧ください



※詳しくはP24をご覧ください



## Bio works

☎ 090-4482-0579

ココロとカラダにやさしい♡ハーブティー



本誌人気コラム「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&ヘルスアイテムを入荷しています。また、自然治療を行うサロン、カフェスペースでは、時間を忘れて心から癒やされますよ!

店舗情報

※P4もご覧ください



北諸県郡三股町榊山3605  
営業/10:30~17:30  
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!

### 11月おすすめ DRINK

オーガニックハーブティー  
HOT各種 400円

ホットが美味しい季節  
体調やお好みに合わせた  
ブレンドティーをご用意しています。  
ハーブティーの持つ  
美しい水色(すいしょく)からも  
癒やしと安らぎを感じてくださいね♡

★リフレッシュハーブティー  
有機緑茶ベースの爽やかティー  
★リラククスハーブティー  
ローズの香りの優しい味わい  
★ビューティーハーブティー  
フルーティーな香りと酸味が◎

カフェスペースで  
心から癒やしてください



## HANAFUSA SAKE SHOP

☎ 0986-23-0950

新作! さんかくチーズ饅頭登場!!



「ワインにも合うチーズ饅頭を」という思いで完成した「ふろまじゅ」は、フランス語でチーズを意味する「フロマージュ」と、「饅頭」を掛け合わせて生まれた、見た目もキュートなチーズ饅頭。外側のクッキー生地はカリッサクッ、中はしっとりとしたチーズがふんだんに入っている逸品は、重量感もあり、食べ応えも満点です!

店舗情報

Instagram



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

### 早くも話題!!

はなふさふるまんじゅ  
300円~

■ブレーン ■米粉  
■抹茶 ■アールグレイ  
■レモン

お弁当&お惣菜も  
大好評♡



毎年即完売の  
お節オードブルも予約承り中  
詳しくはP24をご覧ください!



# 酒場定食堂 ふたつき

☎ 0986-77-2619

**忘年会にオススメ!**  
**選べるコース料理が登場!!**



※写真はイメージです

「お酒を飲む・飲まない」や、「お料理をしっかり食べたい」、「お酒メインで美味しい料理を、ちょっとつまみたい」など、お客様のリクエストを叶えるコース料理が完成しました。今年の忘年会は、美味しい料理とお酒で、めいっぱい楽しんでください! また、昼夜堪能できる定食も大好評です!

### 店舗情報

都城市花繰町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

タイプ別!!  
選べるコース料理  
**飲み放題 120分**  
生ビールが2杯飲める!

■おまかせカジュアルコース  
お料理7品+飲み放題 3,500円  
上記にデザート 4,000円  
お料理も楽しみながら飲みたい方に!

■みんなでワイワイ! 色々つまみコース  
おつまみ8品+飲み放題 3,500円  
美味しいおつまみで、しっかり飲みたい方に!

■酒の肴コース  
酒の肴8品+飲み放題 5,000円  
お酒に合うお料理で飲みたい方に!

■ふたつき八景御膳  
小鉢料理8品+ご飯も汁物 2,500円  
お酒なしの忘年会や集まりに!

各コースとも要予約



# 石窯パン工房 グレンツェン 都城店

☎ 0986-36-5888

**濃厚な美味しさの新作パン登場!**



コックリとした美味しさを堪能できる練乳を使ったパンがたくさん届いています♪ 秋の定番人気の栗のパンも豊富にラインナップ! この季節限定の美味しさをお見逃しなく!

### 店舗情報

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

LINE公式アカウント  
友達募集



**13周年祭**  
11月16日(木)・30日(木)  
お買上げ金額の30%分を  
金券でプレゼント♪  
※期間中、店内のイトインスペース・金券は使用できません

### 秋の新作

**栗コロネ**  
194円  
栗の甘さを堪能できるクリームとフワフワのパンが最高!

**練乳あんぱん**  
140円  
濃厚な練乳と、甘さ控えめなあんこが◎

その他秋のオススメ!  
ジャリジャリ練乳カスクート 160円  
栗あんぱん 140円



# 霧島山が見えるcafe 縁~en~

☎ 080-6012-9001

**うわさのすり鉢で食べる胡麻 pasta!**



ひそかに話題を集めている胡麻を使ったパスタ。自分好みの粗さに胡麻をすったすり鉢に、フライパンで調理されたパスタがダイブ! 胡麻の香ばしい風味がピリ辛のクリームソースと相性抜群です♡ お好みで柚子胡椒を加えると味変になって、最後まで飽きずに食べることができますよ。期間限定メニューも順次登場予定です。

### 店舗情報

都城市太郎坊町1529-5 定休/日曜日  
営業/モーニング 8:30~11:00 ランチ 11:00~14:00  
カフェタイム 14:00~17:00



### オススメMENU

数量限定!!  
鶏ササミとキノコのピリ辛胡麻  
クリームパスタ 1,080円  
※ピリ辛が苦手な方は、「唐辛子抜き」もできます!

冬季限定  
キノコとサバのレモンパスタ 1,080円  
アサリと明太子のスープパスタ 1,100円  
※上記メニューすべてサラダ・スープ付



黒胡麻とほうじ茶を使用した  
和テイストティラミス  
黒ゴマティラミス 480円  
大人気につき 販売期間延長!  
マロンラテ 480円



# グランドパーティオ都城

☎ 0986-25-1122

**Wine Festa ワインフェスタ**  
~CLUB POMPEI~ ご予約承り中



11月16日(木) ポジョレーヌーボー解禁! ポジョレーヌーボーはもちろん、厳選された数々のワイン・約30種類を堪能することのできるイベント。ワインに合わせた軽食も充実しています。ハウスウェディングならではの素敵な空間で、美味しいワインと料理をお楽しみください。

### 店舗情報

都城市栄町3-2  
受付時間/平日 10:00~18:00 土・日曜日・祝日 9:00~19:00  
定休/火・水曜日 ※祝日を除く

# ワインフェスタ

50名様限定  
約30種類のワインを  
お楽しみいただけます  
11月19日(日)

受付 13:30 開宴 14:00  
大人お1人様 7,000円

予約はコチラ HP



# 広告主様 大募集

「効果のある広告ってどんなの?」  
「どんなイメージにしたら  
よいかわからない……」  
そんな広告主様に  
フォーラムスタッフが  
効果的なオリジナル広告プランを  
ご提案いたします。  
まずは、お気軽にご相談ください。

# きりしまフォーラム

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

# 麺や星月

☎ 0986-58-7115

さば好き必見!! 新作ラーメンできました



さばをよく寝かせ、うま味を凝縮させた  
ラーメンが登場! 一口含む度にさばの  
香りと美味しさが広がります。さばと  
とんこつ、異色のコラボレーションをお  
楽しみください。

新メニュー さばとんこつ 750円  
※さばが強いので、青物が苦手な方はお控えください  
数量限定 チャージャーそばろっつぶり!  
肉肉おにぎり 100円/個

### 店舗情報

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



# 道の駅 松山 やちくふるさと村

☎ 099-487-3800

クリスマスケーキのご予約 11月スタート!



一つひとつ丁寧に作られるクリスマスケーキの  
ご予約がはじまりました! 定番人気の「バイク  
ドチーズケーキ」を、クリスマスバージョンにア  
レンジした逸品も大好評♪ 即売売してしまう  
ので、早めのご予約をおすすめしますよ。

### 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)

数量限定  
クリスマス  
ケーキ  
【サイズ】各種5号(15cm)

【受付締切日】12/18(日)  
【受取日】12/23(木)~25(日)

デコレーションケーキ 3,900円  
生チョコケーキ ..... 3,900円  
栗モンブラン ..... 3,900円  
ティラミス ..... 3,200円  
バイクドチーズケーキ 3,200円

完売必至  
ご予約はお早めがおすすめ!

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&クレープ



# 大杉しいたけ園

☎ 0986-57-2536

県内外で人気沸騰中!!



九州産の鶏肉と、無農薬自社栽培のしいたけ・きくらげを使った人気商品「鶏ときのご炭火焼」。塩と唐辛子のみで味付けし、炭火焼きにすることで、炭の香ばしさと素材本来の美味しさが際立つ逸品に♡ ご飯のお供としてはもちろん、晩酌のアテとしてもオススメです。

### 店舗情報

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

数量限定!

鶏ときのご炭火焼  
お試しセット

鶏ときのご炭火焼  
5袋セット 2,700円(税込)

送料無料!!

※お支払方法はコンビニ払いになります

日本全国どこでも一律この金額!  
遠方の家族や親戚への贈り物  
としてもオススメです。

ご予算に応じた、県内外への  
ギフト発送も承っております。  
お気軽にご相談ください!



ネット注文は  
こちらから!

# 創 南の炭火炙り 創

☎ 080-9012-4129

お土産や県外発送にピッタリ!  
人気の真空パックシリーズ!



お家で気軽に居酒屋メニューが堪能できる、テイクアウト専門店の人気商品が、美味しさそのまま真空パックになって登場! 日持ちするため、お土産や遠方への発送にも◎ 家族や友人が集まった際のおかずや、おつまみにもピッタリですよ。炭火焼ならではの美味しさがビールとの相性も抜群なので、ぜひお試しください! 数に限りがあるため、事前の電話予約がオススメです。

### 店舗情報

都城市金田町2318-4-6 定休/月・木曜日・不定休  
営業/15:00～売り切れ次第終了! ★PayPay使えます!  
★電話ご予約・お問合せお待ちしております!

Instagram →



## テイクアウトメニュー

人気No.1!!

★若鶏たたき …500円

☆若鶏もも焼き  
……………800円

☆豚足塩焼き  
……………350円/1本

★こころ焼き  
……………500円/1パック

☆せせり塩焼き  
……………500円/1パック

★手羽先塩焼き  
……………500円/5~6本

※ご前日迄の要予約です  
※ホリデー満点!



# CHINESE KITCHEN 彩

☎ 0986-24-7877

年末年始のご予約お待ちしております!



※写真はイメージです

一度にたくさんの中華料理を味わうことができる「彩コース」は、忘新年会にピッタリ! 嬉しい飲み放題プランもありますよ。そして、毎年好評の「クリスマスオードブル」と「おせちオードブル」の予約もスタートしています。どちらも数量限定のため、早めのご予約がオススメです!

### 店舗情報

都城市早水町17-4-1  
営業/11:00～14:30(L.O.14:00) 17:30～21:00(L.O.20:30)  
定休/木曜・第1、第3水曜日 駐車場/あり

Instagram →



1段(約2~3名様盛り) 5,500円  
2段(約4~6名様盛り) 11,000円  
おせちオードブル!



4名様盛り 5,500円  
12/24・25 限定  
クリスマスオードブル!

華コース 2,500円  
彩コース 3,500円  
【2時間飲み放題】  
1,500円(生ビール2杯迄)  
2,000円(生ビール・果実酒飲み放題)



# レストランそお メセナ温泉内

☎ 0986-76-1755

忘新年会やお弁当のご予約承り中!



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られる会席料理やお弁当が人気。今年は、大切な家族や仲間と一緒に、鮮度抜群のお刺身や丁寧に取られた出汁を使って作られる逸品を、ご賞味ください。法事やお祝いの席で、本格的な美味しさを堪能できる仕出し料理も大好評です。

### 店舗情報

曾於市末吉町二之方2971-1  
営業/11:00～14:00(L.O.13:30) 17:00～20:00(L.O.19:30)  
定休/月曜日 ※祝日の場合は翌火曜日

Instagram →



## 会席料理コース

2,750円～

お刺身・揚物・煮物・小鉢・茶碗蒸し・ご飯もの 他

さまざまな用途で大好評

色彩弁当(9種) 1,200円～

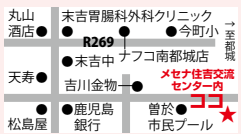
手作り弁当 550円～

から揚げ/チキン南蛮/  
生姜焼き/えび天/焼肉 他



大人気 上うなぎ弁当 1,500円

きばっど曾於市! 商品券取扱店  
商品券も、ぜひご利用ください!



晴天の中、「都城地区交通安全協会」の協力の元、「朔日会」のみなさんと「都城警察署」の警察官の方々が、1台1台ドライバーの方に、「安全運転をお願いします」と、丁寧に声をかけています。秋の全国交通安全運動は、日が暮れるのが早くなり事故が起きやすくなるこの時期



本誌でもおなじみ「(有)エイゼン永山」の永山弘人氏が会長を務める「朔日会」が実施した「秋の全国交通安全運動」のイベントへ行ってきました。



取材協力/ (有)エイゼン永山  
☎ 0986-25-3651

に、交通安全に対する意識を高めてもらうことを目的として、毎年開催されています。「脇見・ぼんやり運転の追放」「歩行者の安全確保」「夕暮れ時・夜間の歩行者事故などの防止」「飲酒運転などの悪質・危険運転の根絶」が、運動の重点目標とされています。都城圏域では高齢者のドライバーも多いため、譲り合いの心を持ちながら、余裕を持って運転することが重要です。日頃から、安全運転を心がけて行きましょう。

秋の全国交通安全運動イベント開催!

安全運転を心がけ、歩行者を守ろう!!

きりしまフォーラム 厳選

2023  
-2024

# おせち & オードブル 特集

今年も残すところあと僅か。フォーラムが厳選するおせち・オードブルをご紹介します。  
各店舗の特色が詰まったこだわりの逸品で、より華やかな年の瀬・新年をお楽しみください。

※数量限定の商品もございますので、早めのご予約を推奨いたします。

## HANAFUSA SAKE SHOP



数量  
限定

毎年即完売!

2024 OSECHI お節オードブル  
5~6人前 16,800円

お節とオードブルのいいとこどりの「お節オードブル」は、毎年楽しみにしている方が多い、即完売の人気 OSECHI。「ロプスターテルミドール」や「おめで鯛のグリル」、「青さ唐揚げ」など、『花房酒店』ならではの美味しさ溢れる、色彩豊かなお料理が丁寧に詰められています。

ロプスターテルミドール／おめで鯛のグリル／さざえのつば焼き／海老チリソース／蟹の甲羅グラタン／鴨のバストラミ他、全17種類  
※写真は2023年のイメージです  
※仕入れの状況により、内容が変更になる場合がございます

受渡日 12月31日(日)~  
1月2日(火) 3日間限定  
※年末年始営業時間 12月31日 11:00~17:00  
1月1-2日 11:00~15:00

受付締切日 限定数に達し次第、  
締切ります。

数量限定のため、  
早めのご予約をおすすめします!

TEL.0986-23-0950  
都城市栄町1623-8  
営業 / 11:00~19:00  
定休 / 日曜・第1月曜日  
※12月31日は11:00~17:00  
1月1・2日は11:00~15:00で営業

## CHINESE KITCHEN 彩



数量  
限定

昨年よりさらに  
パワーアップした  
ラインナップ!

おせちオードブル

1段 約2~3名様盛り 5,500円  
2段 約4~6名様盛り 11,000円

数量  
限定

お子様からも  
大人気!

クリスマスオードブル  
4名様盛り 5,500円

本格中華料理が所せましと  
並んだ、毎年大人気の年末  
年始向けオードブルシリーズ  
が今年も登場! 子どもから  
大人まで楽しめる、充実のラ  
インナップです。どちらも数量  
限定のためご予約はお早めに!

TEL.0986-24-7877  
都城市早水町17-4-1  
営業 / 11:00~14:30(L.O.14:00)  
17:30~21:00(L.O.20:30)  
定休 / 木曜・第1、第3水曜日  
駐車場 / あり



おせちオードブル

受渡日 12月31日(日) 10:00  
~12:00

受付締切日 12月10日(日)

クリスマスオードブル

受渡日 12月24日(日)・25日(月)

受付締切日 随時受付

## BOULANGERIE SAKIDA

ブーランジェリー サキダ

パン屋さんが作るパーティーに  
ぴったりの絶品オードブル

すべて手作りのサンドイッチとピザが毎年大好評! サンドイッチは、とんかつや海老かつなど、美味しさとボリュームを兼ねそなえた、子どもから大人まで大満足のオードブル。パン生地で作られるピザは、具材の素材にもこだわり、一つひとつ丁寧に作られています。

数量  
限定

ボリュームたっぷり!

サンドイッチオードブル  
3~4人前 3,100円  
5~6人前 4,100円



ふわふわのパン生地と  
厳選具材&ソースがベストマッチ!

ホールピザ&  
チキン 2本セット 3,800円

クリスマス  
限定

ピザは2種類から  
セレクトOK!  
■マルゲリータピザ  
■ミックスピザ



たまごサンド / ハムチーズサンド / 海老かつサンド  
とんかつサンド 4種類入り

TEL.0986-57-7080  
都城市上水町1678-1(志和池交差点近く)  
営業 / 7:00~18:00  
定休 / 月・火曜日 不定休

受渡日 12月22日(金)~24日(日)  
※サンドイッチオードブルは上記以外の日程も予約OK

受付締切日 受渡希望日の3日前

※サンドイッチオードブル・ホールピザセットともに  
各日数量限定のため 限定数に達し次第、締切ります。

クリスマスシーズンは早めのご予約がおすすめ!  
ご予約はお電話のみにて承ります。



## 寿司虎亭



毎年好評! 「虎の海鮮おせち」  
ひとつひとつ、真心込めてご用意

海鮮おせち 二段重  
寿〜ことぶき〜 25,000円

ロブスター姿焼き / 牡蠣オイル漬け / アワビ磯煮 / 鮭の西京焼き / 昆布巻き / 祝い鯛 / スワイ爪 / アユの甘露煮 他、全29種類

毎年、大人気の「海鮮おせち料理」。「ロブスターの姿焼き」や、岡山県産幻の巨久牡蠣を使用した「牡蠣オイル漬け」、「アワビ磯煮」、「鮭の西京焼き」など、お正月に食べていただきたい海鮮を贅沢に使ったおせち料理が完成!

受渡日 12月31日(日)

受付締切日 12月27日(水) ※限定数に達し次第、締切ります。

【虎の公式アプリが便利でお得!】

公式アプリからのご予約で1,000P プレゼント!! (予約1件につき)

詳細は、P22のQRコードからホームページ(お知らせ)へ!

TEL.0986-46-7285

都城市早鈴町1480

営業 / 昼の部 11:30~15:00(最終入店 14:00)

夜の部 17:00~21:00(最終入店 20:00)

ネット予約 <https://toratakeout.com>

## レストランそお メセナ温泉内



料理長が厳選した  
食材で丹精込めて仕上げた

おせち三段重 23,000円

限定  
80個

日本料理の基本を大切にしている料理長が作る、毎年完売必至の「おせち三段重」は、素材の滋味を引き出し、極上の味覚を詰め合わせています。伊勢海老や数の子、伊達巻、栗きんとんなど、手間ひまをかけて丁寧に作られる料理は、おめでたい席に華を添えてくれます。

受渡日 12月31日(日) 10:00~13:00

受付締切日 12月20日(水) ※限定数に達し次第、締切ります。

数量限定のため、早めのご予約をおすすめします!

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) 17:00~20:00(L.O.19:30)

定休 / 月曜日 ※祝日の場合は翌火曜日



限定  
70個

風雅 —ふうが—  
4人前 25,000円

ロブスターのムースパイ包み焼き / 帆立XO風味 / 鮑のオイスター煮込み / 慈姑入り合鴨団子の黒酢 / スワイ蟹爪美人粉揚げ / ローストビーフ 他、全32種類

## グランドパティオ都城

新年に厳選素材と  
匠技が織りなす祝膳。

ゲストハウスウエディングだからできる至極の美味しさをおせち料理でもご堪能ください。選び抜かれた最上級の食材を合わせ、最大限の美味しさを引き出すように、丹精込めて一品一品作られています。

受渡日 12月31日(日) 10:00~13:00

受付締切日 12月8日(金)

※限定数に達し次第、締切ります。  
※料理の内容は仕入れ状況や地域により、異なる場合がございます。

数量限定のため、  
早めのご予約をおすすめします!

TEL.0986-25-1122

都城市栄町3-2

受付時間 / 平日 10:00~18:00 土・日曜日・祝日 9:00~19:00

定休 / 火・水曜日 ※祝日を除く

限定  
30個

翔雲 —しょううん—  
2人前 15,000円

ロブスターフリット / 鮑のオイスター煮込み / 真鯛の南蛮漬け / 有頭海老艶煮 / ローストビーフ / 門川金鯉と宮崎産乾椎茸のテリーヌ 他、全29種類



**お客様に日頃の感謝を込めて  
大感謝祭 第2弾 開催します!**

期間限定で、特典満載のイベントを開催! イベント限定の特別価格や、お得なクーポンの配布など、嬉しい特典を揃えてお待ちしております!

期間: 11月23日(木)~26日(日)

セルフ給油が初めての方・苦手な方は、スタッフが代わりに給油するサービスもあるので、ご安心ください! ポイント数に応じてイオン商品券と交換できるポイントカード会員様も募集中です!

■DM Gas 都城店 株式会社ダイヤ昭石 TEL/0986-21-2411 ※P4もご覧ください

**査定無料! 高価買取いたします!  
出張査定も承っています。**

使わなくなったアクセサリーやブランドバッグ、骨董品など  
おうちに眠る不用品、そのまま捨てていませんか?

捨てる前にぜひ一度、査定のご検討を!  
その不用品、高値がつくかもしれません!

**お気軽にご相談ください!**

※買取可能な品目は、店舗にお問合せください。

■買取専門店 宮の蔵 TEL/0120-380-385

**女性特有の症状でお悩みの方**

**PMS(月経前症候群) 生理痛  
更年期障害 冷え性**



Instagram

など、症状に合った漢方薬を試してみませんか?

女性の薬剤師・スタッフが対応します。気軽にご相談ください!

■おくすり処 かわぐち TEL/0986-38-0170

**『お菓子の南香』**

**菓子職人・パティシエ、販売スタッフ募集♪  
女性も菓子職人・パティシエとして大活躍中!**

将来独立したい方、お菓子が好きな方 大歓迎!

見習いからでもOKです!! 元気なスタッフを募集しています!

【募集職種】パティシエ・菓子職人・販売スタッフ 【給与】応相談  
【勤務先】お菓子の南香 都城市甲斐元町1-26 【時間】応相談  
まずは気軽にご連絡ください!!

■お菓子の南香 TEL/0986-22-4670

**魅了する音楽を響け都商 心ひとつに Rise as one  
宮崎県立 都城商業高等学校 吹奏楽部  
第47回定期演奏会**

毎年大好評の定期演奏会が開催されます。

生徒さんが奏でる美しい音楽をお楽しみください!

【日 時】12月10日(日) 開場 12:20 開演 13:00  
【入場料】前売券 500円 当日券 700円(小学生以上) ※未就学児は無料  
※前売り券が完売した場合、当日券の販売はございません。  
【ゲスト】東京佼成ウインドオーケストラ コンサートマスター 林田 祐和 氏  
【同 会】UMKテレビアナウンサー 佐々木 六華 氏

■都城商業高等学校 TEL/0986-22-1758 ※P14もご覧ください

**超物価高時代!! 第86回 後悔しない 家づくり勉強会  
参加無料! 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。定員になり次第、締切りとなりますので、早めのご予約をオススメします。

【日 時】11月19日(日) 13:00~16:30(開場 12:40~)  
【会 場】都城総合文化ホール MJ(都城市北原町1106-100)1階 会議室  
【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、お子様をお預りする託児サービスをご用意しています。  
ぜひご家族でお越しください。  
■一般社団法人 日本住宅取得応援協会 TEL/0120-610-250

**STAFF**

●企画 深草 文子 津曲 玲実

石川 佳代子

●編集・制作 大西 学

●発行所 霧島フォーラム

●幼稚園のベルマーク集計を担当しているのですが、提出を忘れていたところ、息子に「連帯責任になるんだからね!」と、怒られました(汗)。「連帯責任」の言葉、どこで覚えてきたのだろう……と思いつつ、夜な夜な夫と二人で頑張って集計しました。申し訳ない!(フミ)

●この前いしから新米をいただいたので、コードレス炊飯器(コードを無くした)の代替となる新炊飯器を購入しました。さっそくお米を炊いてみると、甘くてもちりとした食感が最高! 何杯でもいけそうな危険な美味しさでした(笑)(りつ)

●朝夕がすっかり寒さを感じるようになってきました。この季節になると我が家の猫たちが一斉に人間が寝ている布団に集合してきます。夜中にやってきて布団の中に入れると起こされ、中にもぐっていきます。寝返りは打ちづらんですが、温かくてほんわかとした気持ちでまた深い眠りにつく私と猫です。(いし)

●寒くなるにつれて頻繁に小腹が減るようになるのは、生物として寒さから身を守ろうとする本能だろうか……なんて哲学しながらご飯をモリモリ食べてしまう。秋のご飯はなぜこうも美味しいのだろうか。運動せねば……。(お一)



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**

11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

お気づきの方もいらっしゃると思いますが、現在、デリコラム(ブログ)とX(旧Twitter)で「今日は何の日」を毎日8時30分に公開しています。一粒万倍日や天敵日などの開運日もあれば、新月や満月など星の動き、二十四節気や七十二候などの季節のお話、語呂合わせの記念日などもあります。開運アクションや食風水なども併せて公開している日もありますが、朝礼などでもお使いいただけます。ぜひご覧ください。

- ◆11月の一粒万倍日は、11/11、12、23、24
- ◆デリコブログ http://ameblo.jp/vt-derico/
- ◆X(旧Twitter) https://twitter.com/happy\_derico
- ◆Facebook https://www.facebook.com/derico.happy
- ◆Instagram https://www.instagram.com/happyderico/?hl=ja

●幸運屋(無料あり) https://www.cccloni.plus/derico/  
●子占術 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!アマンツ http://amzn.to/YCHTRV

**一白水星**

今日は、正式な発表があるまでどう転ぶか分かりません。間際で延期になったりキャンセルになることも視野に入れておきましょう。新規事業のキッカケは年長者との会話です。

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

**二黒土星**

今日は、お祝い事や楽しい機会に恵まれそうです。プチ金運も期待できます。交際費をケチケチしないのがポイントです。悩み事を相談された時は、親身になって聞きましょう。

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

**三碧木星**

今日は、大きな目標や希望を持ちたいかもしれませんが、思いつきで行動すると物事が停滞するので、常に冷静さが必要です。平らな場所ですつづくようなケガや事故には気を付けましょう。

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

**四緑木星**

今日は、何かと新たなアイデアがひらめき生活に活気が出ます。情熱的でステキな恋愛は仕事関係の中で期待できそう。身だしなみやオシャレに気を使うと運氣がアップします。

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

**五黄土星**

今日は、周囲のミスやトラブルに巻き込まれる恐れがあります。うわさ話などはすぐに信用せず、必ず自分の目と耳で確認すること。体が冷えない工夫と散財に注意が必要です。

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

**六白金星**

今日は、仕事への意欲が湧き、速いスピードで結果が出そうです。勢いや流れは大切ですが、堅実な考え方で進めることがベストです。母親や妻に感謝をすることで開運します。

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

**七赤金星**

今日は、さまざまな情報を耳にしますが、すべてが真実とは限りません。後輩や部下とコミュニケーションを深め信頼関係を築きましょう。予定外の誘いは断った方がよさそう。

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

**八白土星**

今日は、社交運が上昇します。交友関係が広がると、仕事や恋愛のチャンスも広がります。疎遠になっていた人と仲直りしたり、人脈が金脈になる可能性もあるので楽しみます。

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

**九紫火星**

今日は、有頂天になっていると気分が落ち込むことが起きそうです。特に仕事面では、こだわりや頑固さを封印して、慎重な判断が必要になります。基本的に単独行動がベスト。

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

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!!



啓ゼミナール

黒木先生より

当塾は吹けば飛ぶようなチッポケな塾です。ですが、それだからこそそのメリットを活かして生徒達の能力を引き上げています。私はこの仕事を楽しみたいと思っています。そのためにはお預かりした生徒達の成績が上がってくれなくては。そうなるようにあの手この手を駆使しています。当塾にご興味あればお問合せを。

## 啓ゼミナール

☎0986-66-8001



### 来春以降に塾探しをご検討中のみなさまへ

お陰様を持ちまして、今はどのクラスも定員を満たしております。ですから、新規の生徒募集は今は行いません。来春以降に塾探しをご検討中のみなさま、ぜひ当塾も検討してみてください。県立高校の入試が終わる来年3月8日以降に、体験学習ならびに入塾の受け付けを開始します。

### 新規募集は来春3月以降

募集対象：小学5年生～中学3年生迄

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



## 英語アカデミー・イングラム ☎090-4994-0294



英語初心者のお子さんでも、英検に合格します

### 英語が苦手なお子さんを「分かる」までサポートします

英語の習得は決して難しくありません。海外の企業で働いていた英語教師が、全く新しいレッスン法で、確実にお子さんの英語力を伸ばします。英検は正しい方法と順番で学べば、誰もが合格できるテストです。

写真のお子さん達も1年前はまったくの英語初心者ばかりでした。ぜひ気軽に無料体験にお越しください。

#### ◆小学生コース◆

①17:30～18:30 ②18:30～19:30

◆中学生コース◆ 19:30～21:00

◆高校生コース◆ 19:30～21:00

都城市立野町3618-2 ホームページ➡  
(メディカルシティ東部病院前)  
E-mail/englam112@gmail.com



英語アカデミー・イングラム

ナガトモ先生より

私が海外で働いていた時、どうして日本人は英語が苦手なのか、その理由が分かりました。帰国後、それをみんなに伝えたくて、英語教室を開きました。英語はとてもカンタンです。難しく考えているだけです。一緒に楽しくレッスンしましょう。無料体験を行なっているので、気軽に参加してください。



パソコン教室 アビバ 都城教室  
(株式会社スコラ内)

松永先生より

都城で「アビバ」と「資格スクール大栄」の講座を受講できますよ。リスニング&キャリアアップへのチャレンジをサポートいたします! AVIVA都城教室HPより無料体験セミナーをご予約ください!

## パソコン教室 アビバ 都城教室 ☎0120-333-336



### 仕事で使えるパソコンスキルが取得可能! 仕事の幅を広げてみませんか?

『アビバ』では、目的・現在のスキル・ライフスタイルなどに合わせて「あなたに最適なカリキュラム・受講プラン」をご案内。マイクロソフト認定の世界水準資格「MOS」をはじめとする、パソコンに特化した講座を受講できます。あなたの「～したい」を実現するために、私達が手厚くサポートいたします。同校舎内では、パソコン以外の資格も取得できる教室も開校中です。

#### 無料体験実施中!!

授業内容やスタッフ、校舎について知りたい方は気軽に参加ください!  
HPまたはお電話にて承ります。

◆アビバで受講できる講座  
Microsoft Word/Excel/PowerPoint/Access  
MOS (Microsoft Office Specialist)  
◆同校舎内で受講できる他の資格 (資格の学校大栄ブランド)  
公務員・簿記・FP・社労士・行政書士  
税理士・ITパスポート

都城市鷹尾2丁目6-8『スコラ』内  
受付時間/月～土曜日 10:00～21:00  
受講時間/月～金曜日 10:40～21:00 土曜日 10:40～15:00  
定休/日曜日・祝日 ★お気軽にお問合せください★

# 習い事特集

秋の

A  
B  
C



## キラキラ塾 Rise ☎070-7566-5568



### 理数特化!!「1対1の完全個別指導」 冬期講習生募集!!

一人ひとりの理解度や苦手科目に寄り添った、**完全個別**のカリキュラムが大好評! フレンドリーな先生と一緒に「学ぶ楽しさ」・「やる気」を身につけられます。他塾で断られたお子様も受け入れております。  
☆定期面談・LINEを使った宿題サポート、入試に向けた面接指導など、手厚いサポートで強力にバックアップ! 詳細は入塾前の面談にてご説明いたしますので、お気軽にお問合せください!

**完全予約制 年会費及び入塾金ゼロ!!**  
小学生 1,700円/時間 ☆レッスン料に  
中学1・2年生 2,000円/時間 お茶代を含む  
中学3年生 2,100円/時間  
小学生は1時間以上から、中学生は1時間半以上からの指導となります



都城市山田町山田2687-1 公式LINEはこちら  
時間/13:30~22:00(講習中は12:00~22:00)  
定休日/土・日(講習期間中は日曜のみ)



キラキラ塾 Rise

国立高専卒で理・数を伸ばすことが得意です。某有名企業に就職し人材育成を行っておりました。開塾前は、長年、中学3年生の高校受験向けの家庭教師と仕事を両立していた経験があります。趣味としてはじめてヨガ、ピラティスのインストラクター資格取得後は、ボランティアとして講師をしておりました。また、好奇心旺盛がゆえ、占いにも興味があり、姓名判断鑑定士、数理占術士の資格取得をするなど、楽しんで学びを続けています。学ぶことで、より豊かな人生を送れると思っています。  
里香先生より



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

## do & be English School

☎0986-25-1050



### 楽しいから続けられる英語♪ 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。

**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!!**  
入会特別キャンペーン実施中!!

都城市鷹尾3丁目34-1 HP/ http://doandbe.jp HPI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。  
※入会特別キャンペーンについては、お電話でお問合せください。



## チェロピアノ教室 andante ☎090-9607-2104



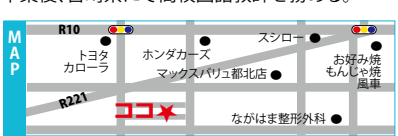
### 初心者大歓迎 大人向けのピアノ教室

初心者向けです。ピアノはショパンやバッハの名曲、映画音楽や歌謡曲などが弾けるようにご指導します。バイエルのような子ども向けのメソッドは使いません。

◆学べる楽曲一例  
平均律クヴィア/雨だれ/ひまわり  
エデンの東/青い珊瑚礁

主宰:犬塚治憲 「大分芸術短大」「桐朋学園大学」にてピアノ・チェロを習得。同志社大学文学部卒業後、宮崎県にて高校国語教師を務める。

**1レッスン 2,000円**  
レッスンは週に1回 楽器無料レンタルあり  
曜日・時間はご相談ください



チェロピアノ教室 andante

大人のためのピアノ教室を開校しています。  
ショパンやバッハの名曲はもちろん、映画音楽や歌謡曲まで、幅広いジャンルの曲を初心者でも弾けるように指導いたします。お気軽にどうぞ。

犬塚先生より

主宰:犬塚 治憲  
「大分芸術短大」「桐朋学園大学」にてピアノ・チェロを習得。  
同志社大学文学部卒業後、宮崎県にて高校国語教師を務める。



忙しいお母様のために  
送迎もしています!

大好評につき続行決定! 秋の入会キャンペーン  
11月 入会金 10,000円 → **50%OFF**  
入会者限定 ※必ずフォーラムを見たお伝えください  
フォーラム読者限定

都城市前田町1291-1 (ウエルピング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!!

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ブライ  
ベートクラス ■英検・TOEIC・TOEFL対策クラス



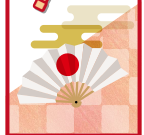
コアラ英会話スクール  
大人の英会話A.C.T.

一緒に楽しく英会話を学びましょう!  
英検・TOEIC・TOEFL・IELTSはもちろん、  
受験対策クラスも充実しています。  
海外の先生が3人在籍中で、3歳の  
小さなお子様から大人の生徒さんま  
で、たくさんの方が通われています  
よ。無料体験受付中なので、気軽に参  
加してくださいね♪

イアン先生より

都城の民俗芸能を継承する

山之口小学校の子ども達!



都城市山之口総合センター落成式にて

都城市内の各地域に古くから伝  
えられ、公民館などを中心に活動  
している民俗芸能団体。現在は、  
56団体が活動している。農業が盛  
んな地域であることから、「五穀  
豊穰」を願う踊りが多いのが特徴  
で、10年前は80以上あった団体も、  
現在では56へと減少している。多  
くの団体で高齢化が進み、活動継  
続が難しくなっているところが増  
え、減少しているのが現状だ。特  
に、3年以上続いた新型コロナウ  
イルスの影響は大きい。都城の民  
俗芸能は、口伝で伝承されるため、  
人との接触を避けることを余儀な  
くされたことにより、途絶えた団  
体もある。一度途絶えてしまうと、  
復活が難しいと言われているのが

民俗芸能だ。そんな中、山之口地  
区では、地元の山之口小学校(民  
俗芸能伝承活動校)と地域保存会  
が連携を図り、民俗芸能である「向  
原奴踊り」を子ども達へ伝えてい  
る。

山之口小学校では、6年生が毎  
年3月に地元の『南方神社』で行  
われるお祭りにて、「向原奴踊り」  
を奉納。また新型コロナウィルス  
の沈静化を受けて、昨年度から2  
年に一度、秋の運動会にて踊りを  
披露する活動を再開した。毎年、  
6年生が中心となり、5年生へと

「向原奴踊り」を教えることが伝  
統となつている。5年生は今後、  
下の学年へと指導しなければなら  
ないという意識を持って、懸命に  
6年生から踊りを教えてもらう。  
多い時では週4回程度、1時間の  
練習を重ねて踊りの技術を習得し  
ていく。そして、小学校内で学ん  
だ踊りを、地域保存会の会長をは  
じめとする方々に見てもらい、細  
かい足や手の動きなどの修正を加  
えていった後に、みなさんへ披露  
する。

音楽と歌に合わせて跳ね続ける  
「向原奴踊り」は、活力みなぎる、  
元気の出る踊りだ。はじめと終わ  
りは、異なるステップを踏み続け  
るのだが、子どもでも大きく体力  
を消耗する。しかも、はつきりと  
した終わりが無いいため、舞台を降

りる最後まで跳ね続けなければな  
らず、演者にとっては大変な場面  
もある。しかし、見ている観客に  
とっては、心躍る楽しい踊りだ。

また、山之口地区は、県の指定  
無形民俗文化財「花木あげ馬」や  
「山之口弥五郎どん祭り」、国の指  
定無形民俗文化財「山之口籠文弥  
節人形浄瑠璃」もあり、民俗芸能  
が盛んな地域となつている。特に、  
今回紹介した「向原奴踊り」は、  
地域の方にとって身近な存在とし  
て、小学生から高齢者まで広く親  
しまれている。



わかまつ こうが うちやまの あ  
若松 洸我さん・内山 心愛さん

●山之口小学校6年生  
若松洸我さん・内山心愛さん

5年生から練習をはじめたので  
すが、今では大好きな踊りになっ  
ています。中腰で、腕を後ろに回  
しながら動くところや、2回連続  
でステップを踏むところなど、複  
雑で難しい動きもあります。一  
生懸命練習しています。みんなの  
息の合った「向原奴踊り」を見  
てもらえたら嬉しいですね。大き  
な動きで、笑顔いっぱい踊ります  
ので、ぜひ見に来てください!

彼らの踊りは、12月3日(日)  
に開催される「都城民俗芸能祭」  
で見ることが出来る。取材時は、  
実際に踊りながら、丁寧な説明を  
加えて「向原奴踊り」の素晴らし  
さを紹介してくれた。本当にこの  
踊りが大好きなのだということ  
が、伝わる楽しい取材だった。ぜ  
ひ、彼らの踊りに注目してほしい。

今回の取材を通して、民俗芸能  
を継承するには、そこに住む方々  
だけでなく、市民全体で守ってい  
くという意識を持つことが重要な  
のだということを知った。一度鑑  
賞すると、民俗芸能の奥深さ、面  
白さを知ることが出来る。せつか  
く都城圏域に住んでいるのなら、  
もったいない。この機会に、実際  
に見て体験してみたいかがだろ  
うか?

■取材協力  
向原奴踊り保存会

山之口小学校  
都城市総合文化ホール

4年ぶりに復活!

第14回 都城民俗芸能祭

日時 12月3日◎  
開演13:00 開場12:30  
場所 都城市総合文化ホール 中ホール  
料金 入場無料  
要座席指定券 11月6日◎より配布開始

お問合せ 都城市総合文化ホール  
TEL.0986-23-7140

AEON イオン都城店 × きりしまフナラム

# Halloween 撮影会

10月21日(土)に開催された「イオン都城店」と「きりしまフォーラム」のコラボ企画「Halloween撮影会 in イオン都城店」に多くのご来場いただきありがとうございました！当日撮影させていただいたお写真をご紹介します！



にじっち・めぐるん



ゆいなちゃん



アミちゃん・じいじ



はるひちゃん



しょうくん



めぐみさん・ひーちゃん・とうまくん  
かつひこさん・みつちゃん



ゆいくん&  
あゆいとmama



さやかさん・たくまさん  
みちるちゃん



チームびば



あーちゃん



ゆうまくん



なーたん・すーたん



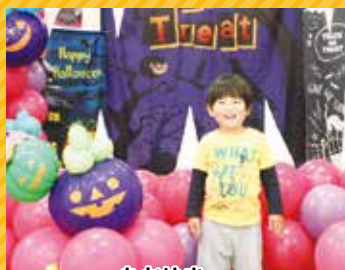
つむくん



ママ・けんしんくん  
あつひろくん・れんすけくん



きらりちゃん・こころちゃん



たかゆきくん



ママ・パパ  
せいちゃん・なつきちゃん



こうきくん



かずはちゃん



あすとくん・いちかちゃん



おとちゃん・おうすけくん  
すすちゃん・にかちゃん



りょうくん・あきちゃん



最旬秋冬ファッション満載&  
BLACK FRIDAYセールも

開催のイオン都城店♪ **イオン都城ショッピングセンター専門店街**

TEL.0986-46-2222 都城市早鈴町1990

**AEON**

詳しくは  
QRコードにアクセス



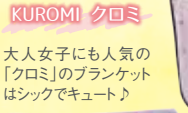
● 合同庁舎	↑至都城駅
● 都城警察署	● ドラッグストアモリ
● 都城市役所	● 藤元病院
● 洋服の青山	● イオン都城ショッピングセンター
● 南香	● 南小学校
● GS	

**冬のあったか♡ブランケット**



**パウ・パトロール**

男の子が大好きな「パウ・パトロール」アイテムも!



**KUROMI クロミ**

大人女子にも人気の「クロミ」のブランケットはシックでキュート♪



**シナモロール**

不動の人気を誇る「シナモロール」のかわいくてフワフワなブランケット。

CHIPPER CHIT 1F TEL.0986-21-7051

**CHIPPER CHIT**

marimekko アイテム  
入荷中♪



**marimekko**  
10~20%OFF

北欧3大ファブリックメーカーのひとつとして、日本でも高い人気を誇る「マリメッコ」のバッグやマグカップなどの小物アイテムをラインナップ。

**TEZUKA WORLD SPORTS**

新作のNIKEアイテムが続々入荷中!



**WEAR**  
NIKE ウーdsn フーディ ジャケット

リサイクル素材でできた軽量素材を使用。クラシックなランニングウェアをアップデートした新作は、ブラックをベースに、カーキやベージュを合わせたバイカラーでスタイリッシュな印象に!

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

**SHOES**

**NIKE エアマックス 90 プレミアム**



スエードのアップパーとラバーのアクセントがシックな秋カラーで、カジュアルにもキレイ目にも合わせやすい1足。

**NIKE フレーザー LOW '77 ジャンボ**

大きなスウッシュとジャンボサイズのシューレースで、遊び心溢れる大胆なデザインがcool!

冬のザックリとしたセーターとの相性も◎



**ABC-MART**

この冬の足元はブーツでキマリ!!

**ロングブーツ**

今年イチオシのロングブーツ!! 圧倒的なボリュームに反した驚きの軽さで、スニーカー感覚の履き心地を実現。トレンドのミニボトムスやスキニーパンツと合わせる◎



**ショートブーツ**

ボリュームソール&丸みのあるスクエアアウで、今っぽさを取り入れたミドルレースアップブーツ。履きやすさや歩きやすさはもちろん、どんなファッションにも合わせやすい1足。

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



**顔見世ファミリー**

秋のわんちゃん  
しつけ教室開催

11月19日  
参加費無料

10:30~(2時間程度) 場所:1階北側駐車場(ペットショップ横)  
吠える・嘔む・引っ張る・飛びつくなどの困った癖を短時間で改善する方法をお教えます。当日ワンちゃんと一緒にお越しいただきだけで参加OKです!

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

かわいい子犬&子猫も待っています!

顔見世ファミリー 1F TEL.0986-23-7117

**Palais Picasso**

New Balance 373シリーズの秋冬カラー登場♪



オーソドックスなランニングスタイルが人気の「373」シリーズ。新色を豊富にラインナップ!

**レザー ショートブーツ**

柔らかい上質なレザーを使用。コロんとしたラウンドトゥのデザインが、大人女子にオススメ。軽く履き心地も◎



Palais Picasso 1F TEL.0986-46-2007

**クリスマス & 新年早期準備 特集♪**

**金海堂** 2024年版 最新の手帳を豊富にラインナップ!!

**高橋手帳**

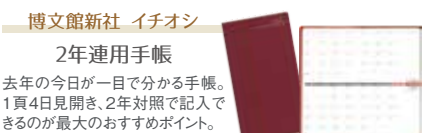


実用的なものからクラシカルチェックがオシャレなものまで、サイズやカラーバリエーションが豊富!



**能率手帳**  
イチオシ  
NOLTY.

便利なインデックス付き! 日経WOMAN誌と共同開発した、機能性と高級感を兼ね備えた大人気シリーズ。



**博文館新社** イチオシ  
2年連用手帳

去年の今日が一目で分かる手帳。1頁4日見開き、2年対照で記入できるのが最大のおすすめポイント。

金海堂 2F TEL.0986-21-7133

**NEW** 旬の美味しさいっぱい



**生マッシュルームのクリームパスタ**  
860円

ドリンクセット、サラダ&ドリンクセットも大人気!

イタリアマトのクリスマス 2023

すべてのケーキが数量限定となります。お早めにご予約ください。



**早期ご予約受付中!**

ご予約特典 **10%OFF** 12月15日◎まで

イタリアントマトカフェ Jr. 1F TEL.0986-22-1190

**ケンタッキーフライドチキン** クリスマスはやっぱりケンタッキー♪

毎年大好評!!

**クリスマス限定  
パーティバーレル**

11月より予約スタートします!

早期予約者には、特典もありますよ!!  
詳しくは、店頭までお問合せください。



※写真は昨年のイメージです

ケンタッキーフライドチキン 1F TEL.0986-46-2275

**ハリポッターコラボ** シリーズ  
10月25日(水) 発売スタート!!



**ウィズリー ナッツスリトルラテ**

ヘーゼルナッツの香ばしい風味と、トッピングされたキャラメルナッツの食感が楽しめます。

**爆発ボンボンミルクティー**

ふんわりとしたホイップクリームの上にはちみつとパチパチはじけるキャンディーをトッピング。キャンディーが口の中でパチパチとはじける食感や音と一緒に楽しめるドリンクです。



**オススメ Food**

**芳醇パンチエツタのカルボナーラ 900円**  
豊かな旨みとスモーク感のあるパンチエツタを使用したカルボナーラです。

タリーズコーヒー 1F TEL.0986-24-2082

超

物価高時代!

第86回

後悔しない

# 家づくり勉強会

参加無料

2023年11月19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

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



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。

都城市北原町1106-100

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分かりました。

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コードより申し込みください

0120-610-250

受付時間10:00~18:00 火曜日休止

