



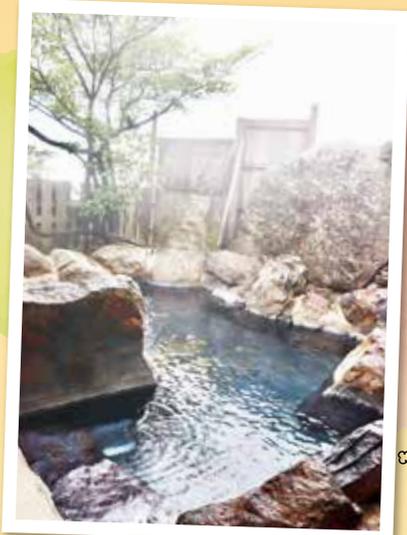
vol.387
JUNE 2024

6

きりしまフォーラム

編集・発行／霧島フォーラム 都城市一萬城町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

緑と温泉が豊富な神話の街

霧島市 特集



フォーラム シニア ライフ
Forum Senior Life 通信

●特集

要介護認定がなくても利用できる
「総合事業」の介護予防サービス

日本住宅取得応援協会 × きりしまフォーラム
大好評のコラボ企画

参加無料

ご応募はこちら



家づくり勉強会

7月14日(日) 参加者全員に
お土産付き!

13:00~16:30 ※詳細は裏表紙をご覧ください
※写真はイメージです



フォーラム オススメ! **FORUM'S SELECT グルメ** キレイを **Beauty特集**
お得意に!

その他、イベント情報など、盛りだくさん!!



表紙の絵 『ピクニック』

なかお いぶき
中尾 伊吹くん
(6歳)

桜がキレイだったので、虫たちも喜んでいる様子を描きました。自然を大切にしたいです!

●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店舗合同
6月もおトク! 初夏限定キャンペーン!
年中無休 土・日・祝日も営業! シティコンタクトは、在庫がとにかく豊富! 鷹尾店をご利用のお客様は都城駅前店・小林店でもご購入OK! 詳しくはお問合せください

New! 16:00から割で
さらにお得に!

⚠️ ご注意ください
 ●イオンモール都城駅前店は、カラコン・1DAY・2WEEKのみの取り扱いです。
 ●コンタクトレンズの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うえご来店ください。
 ※検査は鷹尾店のみ。練習などに1時間程かかるため夕方18:00までに受付をお願いします。
 ※初診の方は、午後からの時間帯の方が比較的スムーズです。
 ※土・日曜日の場合は1種類のみ。

イオン都城駅前店
 ディスポ・カラコンセンター
TEL.0986-23-3777
 都城市栄町4672-5
 イオンモール都城駅前1階
 営業時間/10:00~19:00
 年中無休
**西口側サイクルセンター跡に
 専用出入口あります!**
 ※イオンモール側からの入店はできません

目玉商品
 シンシア
 2ウィーク S クレシェ
 カラコン
 2WEEK
 1箱(片眼6枚入)
1箱 2,800円
4箱セット 10,450円
 終日装用レンズ 2週間交換型

1DAY&2WEEK いつも清潔! 使い捨てタイプのレンズ
1箱 2,800円 4箱セット 10,450円
 メニコン
 2WEEKプレミアム
 2WEEK 1箱(片眼6枚入)
 ※乱視用・遠近両用は対象外です 別料金で快適な遠近両用もラインナップ!
 メニコン
 1DAYプレミアム
 1DAY 1箱(片眼30枚入)
 ※遠近両用は対象外です 別料金で快適な遠近両用もラインナップ!
 ボシュロム
 バイオトゥルーワンデー
 1DAY 1箱(片眼30枚入)
 ※乱視用・遠近両用は対象外です

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。
 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! 視力が変わった! etc.
選べる保証システム

鷹尾店 鷹尾アイクリニック
TEL.0986-58-8540
 都城市鷹尾2丁目2-8
 営業時間/9:00~19:00
 店舗年中無休
 (検査:毎週水・木曜日休み)
 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
ハードコンタクトレンズ
1DAY 2WEEK
すべて県下一の品揃え!!



Belleme by Eye coffret
 シード Bellme ヘルミー
 by Eye coffret
 カラコン
 1DAY
 1箱(片眼30枚入)
1箱 2,800円
4箱セット 10,450円
 保湿成分配合 UVカット機能付

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 5,500円
 メガネ拭き 7,700円
 レンズ ケース 11,000円 など
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満載です! 専門スタッフまで、気軽にご相談ください!

3店舗合同!
16:00から割
 16:00以降のご来店
メガネ・コンタクト 5%OFF!!
 ※きりしまフォーラムご提示の方がサービス適応となりますので、必ずご持参ください。

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
 和食宇海せん 三松小学校
 今西青果 肥科店 JACばやし

ゆずマンゴー 黒霧島焼酎いちごパイオ茶目向夏 [5個入、10個入]
霧の大地ゼリー [5個入、6個入、12個入]
小豆 抹茶 栗かき 梅 マンゴー [5個入、6個入、12個入]
味わい深し 水羊羹
島津荘園 第25回全国菓子博覧会 最高賞 名誉総裁賞受賞
 創業明治三十四年 郷土銘菓処 **お菓子の南香**
 都城市甲斐元町1-26 TEL.0986-22-4670
 8:30~18:30 贈答用全国発送も承ります
6月のお休みは 5日・12日・19日・26日
お菓子の南香

国産レモンをまるごと使った 究極のレモンケーキ
 暑いジメジメとした季節に冷やして食べるとさらに美味しさがパワーアップする「霧島檸檬」。4代目の遠武大輔さんが改良を重ね完成したレモンケーキは、国産レモンを丸々1個、種までパウダーとして贅沢に使用。一口食べると、レモンの甘酸っぱさとシユワシユワと弾ける炭酸のような食感が、まるで「レモンスカッシュ」を、そのまま食べているような錯覚に……。レモン好きにはマストなスイーツですよ!
取材協力/お菓子の南香
 ☎0986-22-4670

6月16日(日)は「父の日」! 何を贈ろうかと迷っている方におすすめなのが、「南香」のスイーツ♡ 父の日限定のロールケーキ「大黒柱」は直径15cm×高さ13cm。ポリウムたっぷり存在感のある、まさにお父さんにピッタリのギフトです。他にもお酒好きのお父さんにおすすめの本格焼酎ケーキとして長年愛されている「霧島」などのお菓子が詰め合わされた「だれやみセット」や「いっぶくセット」もありますよ!
父の日限定
ロールケーキ「大黒柱」
 6月14日までに父の日ギフトをご予約の方
焼酎ケーキ 1個プレゼント!

新・医療の窓

早水公園クリニック便り 98

① 検診結果でのコレステロール値の見方が分かりません。

検診などで、コレステロールに赤印がついていて、「高いですよ」というのをよく見ますが、一番重要なのは通称「悪玉コレステロール」と言われる「LDLコレステロール」です。「LDLコレステロール」は、血管の動脈硬化を促進し、血管を固くします。また、血栓がつくられやすくなり、心筋梗塞や脳梗塞のリスクを高めます。

また、「LDLコレステロール」が少し高いだけでも、通称「善玉コレステロール」の「HDLコレステロール」が低いのはよくないです。だいたい正常値であっても「悪玉コレステロール」と「善玉コレステロール」の比率が1対2未満が理想で、1対3以上はよくないことが分かっています。

「悪玉コレステロール」を減らすには、植物性タンパク質(大豆や豆腐など)、食物繊維(海藻・きのこ・根菜など)、魚類をよく摂取することです。他に、バランスよく食事をするのと、適度な運動が大切です。検診で異常な時は、あまり放置せずにご相談ください。

② 足をたくさん使ったわけではないのに、夜、足がつります。

足がつるといえるのは、ふくらはぎに起きる筋肉の痙攣です。それに伴い、痛みも伴います。原因は、神経の伝導が上手くいかないことにより起きます。しかし、足を酷使していないのであれば、慢性的な運動不足、ミネラルバランスの乱れ、血液不足、体力低下、

水分不足などが考えられます。特に、寝ている時は、脱水傾向や足が冷えるので起こりやすいです。

日頃から、適度なストレッチ、ミネラルの補給、寝る前にコップ1杯の水分を取り、冷えないようにしましょう。それでもよくなる時は、他の病気がまれに隠れている時もありますので、ご相談ください。

③ 今年の秋、インフルエンザワクチンを接種したほうがいいですか？

当院での現在の状況ですが(この原稿を書いている5月中旬時点)、インフルエンザの患者数は2週間前から0人が続いています。しかし、また秋頃からは流行する予想が出ています。ちなみに新型コロナウイルスは今年に入り減ってきているとはいえ、まだ1日5〜6人程度あります。

新型コロナウイルスの発生より、人との接触を避けマスク生活を続けてきたことにより、我々の免疫がかなり低下しており、インフルエンザや他の感染症にかかると重症化する例が増えてきています。ですから、やはりインフルエンザもワクチン接種で重症化を予防するという観点から、おすすめますね。今年から、18歳未満は鼻から吸入する痛みのない新しいタイプのインフルエンザワクチンが登場します。以前、私も使用したことがあります。簡易なうえに生ワクチンなので効果が高いです。当院でも秋から、18歳未満の方で使用する予定です。



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、2023年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>

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!



専任アドバイザーが
お答え!

スーモカウンターで.....



相談 & 解決



注文住宅建築の
検討を始めるときに、

TOP3

困ったこと・
気になったこと

- 1位 最初に何から始めればいいのか分からない..... 46.7%
- 2位 建築費用の目安が分からない..... 40.6%
- 3位 自分たちに合った建築会社をどう探せばいいのか分からない..... 36.4%

※注文住宅動向調査2021 (有効回答数:1884) / (株)リクルート調べ (調査協力:マクロミル)

スーモカウンターを利用するメリット

1 収納が足りなくて片付かない...子どもの足音も大丈夫かな(汗)
そろそろ戸建てかな。週末スーモカウンターに行ってみようか

2 ドキドキするね 何も決めてないけど大丈夫かな
こんにちは。まずはイメージだけでも聞かせてください

3 メーカーが多すぎて違いが分からないです 価格の相場も分からなくて
比較しやすいように価格を記載した具体的な施工事例をピックアップします

4 週末のたび、打ち合わせ時間は取れないなあ 相談後に何度も連絡が来たり、断るのが大変そう
1日にまとめて複数社の打ち合わせを設定します。お断りの連絡も代行します

5 家を建てるのは大きな決断。いざとなると不安になるなあ
気になるお金の話も無料でまると相談できますよ

6 マンツーマンでしっかり相談できたのが良かったね。これからの進め方も分かったし
しかも無料。もっと早く行っておけば良かったね!

無料講座
個別相談会

すべて無料

5/27月 → 6/16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

注文住宅価格
まるわかり講座

ハウスメーカー・工務店
選び方講座

個別相談会

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にてご確認ください

★ 全国243店舗※ 利用組数42万組以上※ ★

※カウンター数/2024年4月末時点、利用組数/2023年3月末時点での集計結果
※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・個別相談会のご予約、お問い合わせは

0120-300-829

毎日受付/9:00~21:00
フリーコール

「きりしまフォーラムを見て」とお電話ください♪

ご自宅からも
相談できます

家から相談



通話
無料

SUUMO

スーモカウンター
新築マンション・注文住宅



全世代&初心者向け **参加費 無料**

女性のためのマナーセミナー

無理をしないで賢く資産を増やす方法を楽しく学ぼう！

会場/都城市総合文化ホールMJ 1階 ワークルーム
都城市北原町1106-100

定員 各回20名様
※お連れ様1名様まで可
※パートナーの場合、男性も可

7.6 ± 応募締切 **6.30** 日 10:00~12:00

7.27 ± 応募締切 **7.20** 土 13:00~15:00

若い世代からシニア世代までに必要な「お金」について学びます

- ①新NISAやiDeCoも詳しく解説
- ②物価高の今を女性目線で賢く乗り切る方法
- ③お金を守り・増やす、賢い資産運用術
- ④教育資金の準備方法
- ⑤安心な老後へ向けた資産運用術

参加者全員にお土産付!

講師
トータル・ライフ・コンサルタント
ファイナンシャルプランナー
前園 香世氏

子育て中のママならではの鋭い視点で得た節約術や資産の増やし方を、多くの方に伝えるマナーセミナーが大好評です。

「フェリーチェ」で大人気の「フルーツパンケーキ」と「オレオパンケーキ」のセットをプレゼント!

株式会社RKコンサルティング 都城支社
TEL.0986-22-6766
電話受付/月~金曜日 10:00~18:00

QRコードもしくはお電話にてお申込みください。

※金融関係の方、同業他社の方、営業や情報収集を目的とした方のご参加はご遠慮いただいています。
※応募者の個人情報は、弊社からの案内発送やメール連絡、当日の受付に使用します。

第8回 絵の街そお 3号展

令和6年 9月15日(日) > 9月29日(日) **入場無料**
9:00-17:00 (土・日曜日は9:00-20:00) ※毎週月曜日休館
曾於市末吉総合センターホワイエ
主催/曾於市教育委員会 主管/一般財団法人 まちづくり曾於

「一般公募」 「絵の街そお3号展」は広く一般公募しています!
ふるってご応募ください!

〈種目〉 3号の油彩、アクリル画、日本画、水彩画 他
〈出品数・出品料〉 お一人様3点以内
1点につき 一般1,000円 高校生以下500円
〈作品搬入日〉 8月31日(土)・9月1日(日) 9:00~17:00
※会場へ直接搬入または郵送・宅配便の場合は自費でお願いします
〈表彰式〉 9月15日(日) ◆絵の街そお大賞 ◆市長賞 他各賞多数

爆笑!! お笑いのライブ in ぞお

令和6年度 曾於市自主文化事業

曾於市で思ひっきり笑っちゃおう!

2024 **7月21日** 日
開場 12:30 開演 13:00
曾於市末吉総合センター
チケット料金 全席指定
一般 3,500円
高校生以下 2,000円

6月5日(土) チケット販売開始

出演者: 小島まゆみ, べこば, TKO, インスタントジョンソン

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

父の日 & Rain Goods 特集

6月も素敵な暮らしをご提案します

Thanks Father's Day 笑顔届ける贈り物

酒器&おつまみ

日本酒の味と香りを楽しむための特別なかたちの「究極の日本酒グラス」や、飲物の美味しさをそのまま感じることでできる「うすはり」のグラス。県外でも話題の「FISH FARM SAKURA」で丁寧に育てられた桜鱈のコンフィのおつまみをセットにした特別な贈り物はいかがですか?

奈良のくつ下&手ぬぐいタオル

奈良のくつ下 x プーラビーダ

ゆったりとしていて、履き心地のよい靴下を贈りませんか? オシャレなデザインはもちろん、へこたれることなく丈夫なので、お父さんにも喜ばれること間違いなしです!

布ごよみ手ぬぐいタオル

「うすい・かるとい・ながい」の三拍子が揃った日本製の手ぬぐいタオルは、温泉やサウナなどで大活躍。ビールやマトなど、遊び心のあるデザインも◎。

梅雨を楽しむ! レイングッズ

雨傘

クリアアンブレラ パウダリーフローラ

花びらの形がかわいいう傘。優しいパステルカラーで雨の日も気分が上がりますよ。

RE:PET

3本のペットボトルから作られたサステイナブルな傘は、バイカラーで細かいディテールもオシャレ。

レインウェア

カジュアルなデザインに仕上げられたトレンチ風の「ロングモッズレインウェア」は、雨の日だけでなくアウトターとしても活躍してくれます。通勤通学に便利なポンチョ型やかわいい柄など、さまざまな種類を取り揃えています。

くもりや雨の日でもUV対策を! / 銀行員の日傘

昨年即完売の大ヒットアイテム。UVカット率99%以上の晴雨兼用傘。遮熱遮光率も高い優れものです。

プーラビーダ 都城店
TEL.0986-36-6188
都城市吉尾町2100 営業/11:00~20:00
https://www.pura-vida.jp/

HP Instagram

～料理をしたらモテると聞いて～

出逢える・おうちレストラン

料理を通して男女が仲良くなれると大人気のイベント♡
 「お料理男子・女子」は鉄板のモテ要素！「料理が苦手」という方でも楽しく素早く、3分で美味しく作れる、見映え◎な料理を作った後は、お酒とのペアリングを楽しみながらのゆったりトークタイム。男女の距離が一気に近くなると話題のイベントです。また、マッチング後のサポートも充実しているので安心して参加できますよ！夏前に、恋・婚活を实らせましょう♪

料理を通して男女が仲良くなれると大人気のイベント♡

「お料理男子・女子」は鉄板のモテ要素！「料理が苦手」という方でも楽しく素早く、3分で美味しく作れる、見映え◎な料理を作った後は、お酒とのペアリングを楽しみながらのゆったりトークタイム。男女の距離が一気に近くなると話題のイベントです。また、マッチング後のサポートも充実しているので安心して参加できますよ！夏前に、恋・婚活を实らせましょう♪

場所 Mallmallまちなかキッチン
 都城市中町17街区19号

参加条件 28～39歳くらいまでの独身男女

定員 各16名程度

料金 3,500円 ※材料費・食事・飲み物代込み
 ※ソフトドリンクもご用意しています

6.29(土)
 17:30～21:00

お問合せ 出逢えるアリーナ実行委員会 詳細・お申込はこちら
 TEL 080-4692-5708 deaeru.arena@gmail.com

新築建売 3LDK 省エネ基準適合住宅 1,920万円

(土地・建物・消費税込みの価格)

都城市上長飯町

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!

当社提携ローンで
手持ち金 0円!!

高品質 オール電化

土地 176.4㎡(53.36坪)
 延床面積 77.01㎡(23.29坪)

ホームページはこちら

小学校近く、買い物便利な好立地!

(有)ワダハウジング

都城市東町7街区2号 TEL.0986-24-6162

住宅ローンや教育資金、老後資金もファイナンシャルプランナーにおまかせ!!

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! →
 キッズスペースもあります!

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 ライフプランニング作成

新NISA・iDeCo 年金・老後資金

完全予約制

住宅ローンご返済中の方必見!

将来の繰り上げ返済計画の準備はできていますか? 今回は、掛け捨てではない保険を効率よく活用した、繰り上げ返済方法をお教えます。一般的な住宅ローンや保険見直しについてもご相談受付中です。気軽にお電話ください!!

相談無料

土持歯科医院

Tsuhimochi Dental Office

TEL.0986-25-8148
 都城市上川東1-18-10

詳しくはこちら

リニューアルオープンでパワーアップ

今年度の4月1日に曾於市財部町から都城市五十町へ本社を移転した『サニー株式会社』。住宅サッシやエクステリア商材を豊富に取り揃えており、安心して任せられる地域密着型の施工が人気を博しています。

新オフィスにおじゃましていただくと……開放的で、温かな光あふれる空間が広がっていました。都城では珍しく日によって好きなところで作業ができるフリーデスク仕様になっていて、新鮮でした。

サッシ・エクステリア施工を考えている方は、ぜひ立ち寄ってみてはいかがでしょうか? 平塚ICからも近く、アクセスしやすいですよ!

取材協力/サニー株式会社 本社
 都城市五十町2369番地1 TEL 0986-36-5132
 営業/9:00～17:30 定休/土・日・祝日

居抜き物件 神柱公園近く! 好立地の店舗兼住宅 飲食店経営を考えている方にオススメ!!

業務用冷蔵庫・食器などすべて込みの価格!
 今すぐにも飲食店をスタートできる機器を完備!

- ・厨房広々・客室広々
- ・神柱公園まで約300mの静かな住宅街
- ・駐車場6台完備
- ・ユニットバス、洗面台、トイレ2箇所

4K+ 厨房
 1,700万円 土地・建物・消費税込
 35年ローン金利0.95(変動金利)
 月々のお支払い **47,593円**

みの繁様跡 中原町15-15

■土地面積 280.79㎡(84.93坪)
 ■建物面積 120.03㎡(36.30坪)
 築年数 1992年11月

周辺施設が充実した、利便性のよい立地となっています。人気物件のため、お早めの見学をオススメします。気軽にご連絡ください!!

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

障がい者グループホーム 昭和クラブ

株式会社 ケアサポート都城



～霧島連山を望む自然豊かな環境で私らしい毎日を～

障がい者グループホームとは……

障がいのある方達が、生活上必要な支援を受けながら
少人数で共同生活を送るための住まいです。

安心安全な7つのサービスをご提供いたします！

- 1 プライベート重視の完全個室
- 2 広々とした共有スペース
- 3 利用者様一人ひとりに寄り添い、生活を全面的にサポート
- 4 栄養バランスの取れた食事のご提供
- 5 24時間スタッフ常在
- 6 医療機関との連携
- 7 リラックスしやすいアットホームな雰囲気

ご入居者様を募集しております！

体験入居もお気軽にご相談ください



☎ 0986-36-6155

Instagramはこちらから！



都城市金田町2534番地1
https://caresupport.club/grouphome
詳細はInstagramまたはHPをご覧ください！

グループホーム 昭和クラブ | Q

水まわり、水栓の交換 トイレの水漏れ修理 キッチン・バス・ベットのリフォーム など 困った時はあかつきへ!!

第15回 住まいの

リフォーム相談会開催!!

日程：7月7日(日) 10時～17時

場所：タカラスタダード

都城ショールーム

リフォームに使える補助金を
ご提案いたします！

※詳細はP18をご覧ください



創業70年

年間500件以上の施工実績!

HOME RENOVATION AKATSUKI

定休日でも電話対応いたします! HPはこちら

0986-24-9537

都城市早水町16-11

定休/土曜日・日曜日・祝日

あかつき燃料

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



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。



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



きりしまフォーラム

広告コーディネーター、プランナー 募集!

Recruit

未経験者
大歓迎!

#地元で働きたい!

#文章を書くのが好き!

#人と話すことが好き!

#自分のペースで働きたい!

そんなあなた、大歓迎です!



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



職種 広告コーディネーター、プランナー

雇用形態 正社員

業務内容 広告営業、取材、記事作成 等

条件 40歳以下、要普免(AT限定可)

月給 17万円以上
(年齢・経験により応相談)

待遇 昇1賞2、各種保険完備

勤務時間 8時～17時

勤務地 都城市一万城町99-9-1

休日 年間107日+有給休暇

お問合せはこちら

0986-26-5836

HP

Instagram





特集

要介護認定がなくても利用できる

「総合事業」の介護予防サービス

今のところ介護の必要はないけれど、体力の衰えに不安を感じているという方は多いのではないのでしょうか。そんな方のために、要介護認定を受けていなくても利用できる「総合事業」のサービスがあります。その内容や、利用方法をご紹介します。



介護予防の必要性と

総合事業が目指す地域づくり

介護予防とは、高齢者が要介護状態にならないように、生活機能の維持・向上をすることを目的とした取り組みです。一度要介護状態になってから、再び自立（介護を必要としない）状態まで機能を改善させるのは、非常に大変と言われています。そのため、介護が必要な状態になってから対処するのではなく、健康で元気なうちから対策することが大切なのです。

介護予防サービスは、主に「予防給付」と「総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）」に分けられます。予防給付のサービスは、要介護の認定審査を受

けて要支援1〜2と認定された方が対象です。一方、総合事業のサービスは、65歳以上であれば要介護認定を受けていなくても利用することができます。

総合事業は、2017年からはじめた制度。市区町村ごとに地域の実情に応じたサービスを提供し、高齢者が安心して自立した生活を送るための支援を行います。介護保険制度のサービス内容や利用料金が全国一律なのに対し、総合事業では各自自治体が独自の基準で設定しているのが特徴です。

総合事業における介護予防では、身体機能の維持・向上はもちろん、社会参加による生きがい・役割づくりも重要視されています。また、介護事業者だけ

でなく民間企業、協同組合、地域のボランティアなど多様な団体が主体となり、地域全体で支え合う体制を目指しています。

どんな人が利用できる？

どんなサービスがある？

総合事業の内容は「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」の2種類あり、それぞれ対象者とサービス内容が異なります。

◎介護予防・生活支援

サービス事業

要支援1〜2の人、もしくは基本チェックリストの結果により、日常生活における何らかのリスク（危険）があると判定さ

れた方が対象。基本チェックリストとは生活の様子、身体機能の状態、栄養状態、外出頻度などを問うもので、65歳以上の高齢者であれば誰でも受けることができます。

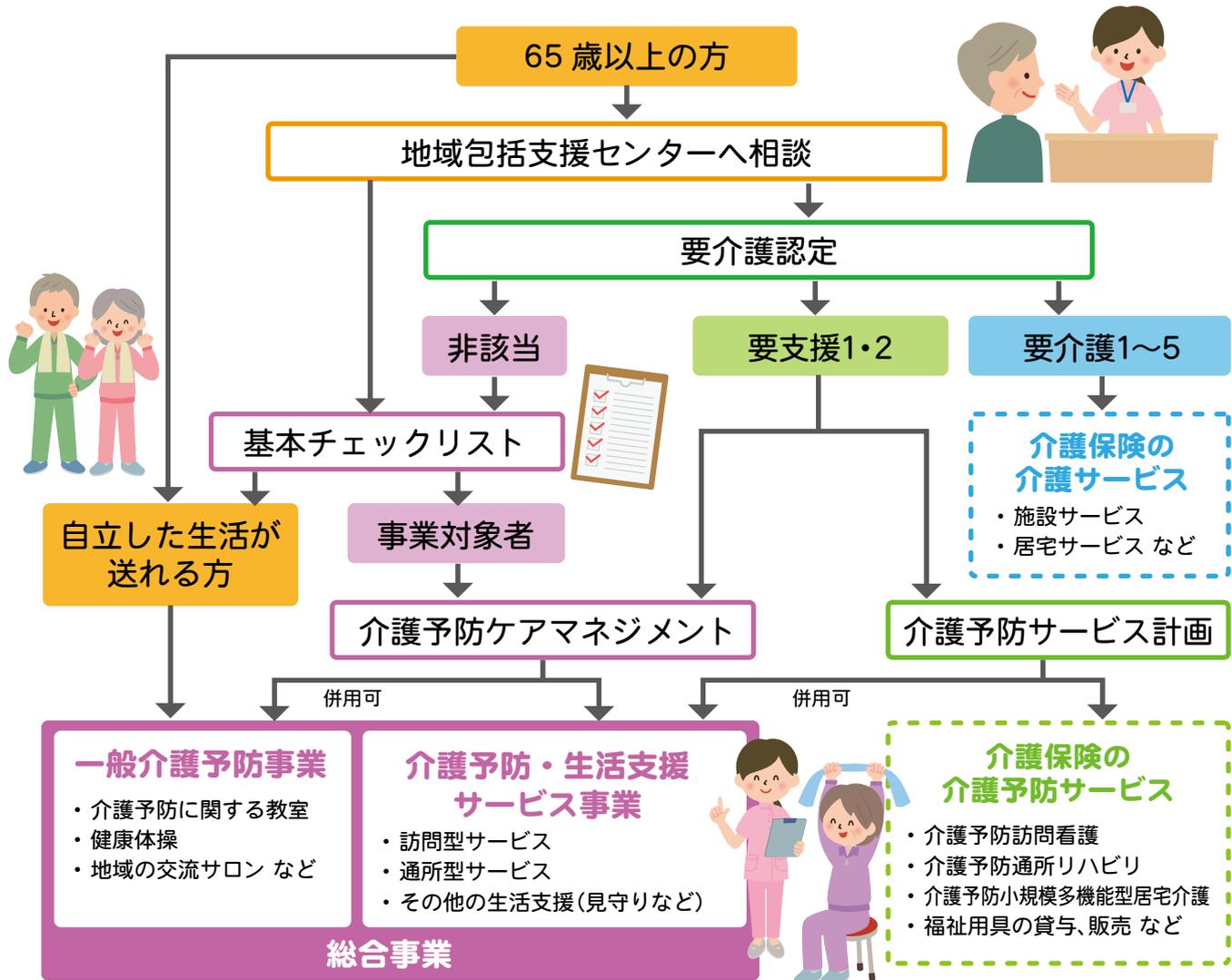
具体的なサービスの例は、以下のとおりです。（サービス内容は自治体によって異なります。詳しくはお住まいの自治体窓口か地域包括支援センターにお問合せください）

・訪問型サービス……食事の支度や掃除、洗濯、買い物などの生活支援

・通所型サービス……デイサービスセンターなどの施設での運動機能訓練や体操、レクリエーションなど

・その他の生活支援サービス

サービス利用の手順



…栄養改善を目的とした配食サービス、安否確認など

- ・介護予防ケアマネジメント
- …該当者が適切なサービスを利用できるような支援

◎一般介護予防事業

地域の交流の場を充実させ、身近な場所で介護予防に取り組めるような支援する事業です。要介護認定の有無にかかわらず、65歳以上の方なら誰でも利用することができます。

(例)・地域の交流サロン

- ・サークル活動
- ・健康体操
- ・介護予防に関する教室
- ・介護予防サポーター養成

総合事業を利用するには

総合事業の利用を検討されている方は、まずはお近くの地域包括支援センターへご相談ください。そちらで基本チェックリストを受け、心身の状況を確認します。なお、既に要介護認定を受けている方は、基本チェックリスト無しで総合事業を利用できます。

基本チェックリストの結果、「事業対象者」と認定された

場合、ケアプランを作成してもらって介護予防・生活支援サービス事業の利用を開始します。もし事業対象者に該当しなくても、65歳以上の方なら一般介護予防事業を利用できます。

利用する際に注意したいこと

総合事業は要介護認定を受けていない人も利用でき、かつ基本チェックリストを受けてから短期間で利用を開始することができます。ただし、利用にあたっては注意点もあります。

例えば、入浴や排泄の介助といった身体介護を利用できるのは、要支援1・2の方に限られます。また、身体介護などを除き、サービスの提供者は介護の専門職でない人も含まれるということも理解しておきましょう。加えて、総合事業は自治体ごとに受けられるサービス内容に差があるため、隣の自治体のほうがサービスが豊富で料金も安いということも起こりえます。これらを踏まえた上で、自分に合ったサービスを利用しましょう。将来のために、楽しみながら介護予防に取り組めるとよいですね。

大人の特選グルメ VOL.37

年齢を重ねた大人に、味わっていただきたい匠の味……。大人の舌を満足させるお店を、ご紹介していきます。

中華はやし 大人が喜ぶ、胃も心も満たされるこだわり町中華。懐かしい気持ちに浸れる店内で、至福のひとつときをご堪能ください。

今年3月に開店した鹿児島発の中華調理店『中華はやし』。3代続く人気の町中華を味わえると、早くも話題のお店です。大人の舌を唸らせるこだわりの料理が揃っています。

メニュー	あんかけ焼きそば	1,320円
	麻婆豆腐セット(ご飯・スープ・お漬物付)	1,320円
	天津飯	990円
	ユーリンチー	990円
	(ご飯・スープ・お漬物セットは+330円)	



童心に帰って宝探しも楽しめる天津飯

酸味が効いて食べやすい餡と、ご飯の絶妙な組み合わせが楽しめる天津飯。中には大きな海老が隠されており、海老探索も楽しむことができます。食いしん坊でも満足なボリュームながらも、最後まで飽きのこない逸品です。



具材たっぷりでクセになる味

具材がたっぷり入ったしょうゆベースのあんかけ焼きそばは、麺と餡がよく絡み、噛めばかむほどうま味が溢れるこだわりの一皿です。食感の違いもお楽しみいただけます。



自家製香味ダレが美味しい夏にピッタリなガツンとメニュー

甘酸っぱい香味ダレが、カラッと揚がった唐揚げの美味しさをより引き立てる人気メニュー。スタミナが不足しがちな夏場にも最適です。

☎ 080-5214-8843

都城市平江町14-6 1階西
営業/10:00~19:30
定休/火曜日



施設の行事にて、菖蒲を見に行きました♪ 当日は生憎の雨模様でしたので、車からの観賞になりました。露に光る紫色の菖蒲の花がとてもキレイで、利用者様達も嬉しそうに笑顔を見せてくださいましたよ!! 施設に戻ってから



先月に引き続き、ここでは弊誌でおなじみの『フォーラム三股』から、介護施設の日常をお伝えします! 超高齢社会の今、介護は誰にとっても起こり得ること—少しでも介護を身近に感じ、役立てていただけるように、さまざまな情報を綴って参ります。

NEWS FROM FORUM

施設の日常をお届け

フォーラム介護便り

vol. 06



『フォーラム三股』では、現在ふたり部屋のご案内ができます。ご夫婦はもちろん、親子での入居、パートナー同士での入居も可能です♪ 体験入居(送迎無料)もできますので、気になる方は気軽に



は、お誕生月の方へ色紙のプレゼント☆ 月に1回の行事ですが、利用者様の素敵な笑顔が見られて、私達もうれしくなります♪



★ 求人情報 ★

◆ 厨房 調理補助 (パート)

簡単な給食盛り付け作業です!

▷▷時給…935円

▷▷時間…6:00~12:00or14:00~19:00

▷▷休日…シフト制

◆ ホームヘルパー (正社員)

施設利用者様の身体介助などの業務です!

▷▷月給…226,000円~251,000円

▷▷休日…シフト制(月9日休)

日棟上げが終了しました。開設予定は9月です。規模としては、現在の『フォーラム三股』と同じくらいの41床となっており、介護区分要介護1~5、障がい区分の方も入居可能となっております。敷金・時金0円です。『フォーラム三股』『れんげフォーラム』の入居に関するお問い合わせは、入居相談員の戸高までお気軽にご連絡ください。

☎ 0986-36-7891



にお問合せください。

新規施設『れんげフォーラム』の工事が着々と進み、先



コンテナトレーラー
ショッピングモール

TRAILERMALL TERUTERU ATTRACTION

テナント募集

飲食8店舗
雑貨その他6店舗

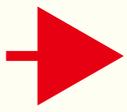


都城町おこし

敷金，礼金 **0円!!**

さらに！オープニング特典として「賃料1ヶ月無料!!」

通常ご契約 初期費用		
①	敷金	88,000円
②	礼金	88,000円
③	手数料	88,000円
④	保証料	88,000円
⑤	前賃料	88,000円
		440,000円



特典価格		
①	敷金	0円
②	礼金	0円
③	手数料	44,000円
④	保証料	最大 76,000円
⑤	前賃料	0円
		120,000円

1日たったの
3,000円

賃料：月額 88,000円 (20F コンテナ・駐車場 1台・共益費込み)

火災設備保険は別途加入必須となります。*メール、電話などでなんでもご相談ください



Instagram



テルテル ATTRACTION 都城市前田町4街区21号
マクドナルド様西側

株式会社ウィンカンパニー

0986-36-5760

madoguchi@teruteru-attraction.com

ホームページ:https://teruteru-attraction.com/

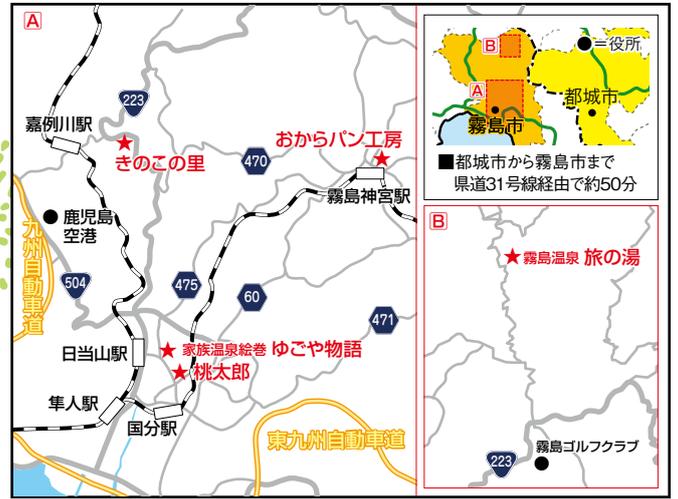
\\フォーラムがプロデュース! 日帰りぶらり旅/

緑と温泉が豊富な神話の街

霧島市特集

街の随所に温泉がみられる人気の街。

温泉と食を通して、身も心も癒される極上の旅をお楽しみください。



霧島温泉 旅の湯



2018年11月1日より「野々湯温泉」から「霧島温泉 旅の湯」へと改名した知る人ぞ知る温泉宿。広々とした敷地内には、ログハウスやオートキャンプ場もあり、県内外から多くの方が訪れています。大きな岩が迫力満点の大浴場には、美容効果も期待できる温泉成分がたっぷり♡ 飲み水としての販売も行っていますよ。温泉の蒸気を利用した、心地のよい天然蒸気サウナも人気です!



入浴後は庭園に面した休憩スペースでゆったりとした時間を過ごすことができます♪取材時は雨でしたが、天気の良い日はもっといい景色が見られること間違いなしです!

建物内にはお食事処や売店も完備。宿泊した際は、お酒を飲みつつご飯を楽しみ至福のひと時を満喫することができますよ! もちろん立ち寄りの方も利用可能です!



立ち寄り湯

大人(中学生以上) 500円
小人(4歳~小学生) 300円
3歳以下 無料

※9:00~11:00の間は清掃作業を行っているため、12:00以降のご入浴をおすすめします。



温泉たまご 1個50円
温泉の蒸気で調理された絶品温泉たまご♡ 100円で2個も買えちゃう手軽さも◎。

要チェックな限定商品!



旅の途中
一升 2,890円
5合 1,680円
「旅の湯」の温泉水で作られたレアナ芋焼酎。



☎ 0995-55-1313

霧島市牧園町三体堂1824-41

営業/9:00~21:00

温泉利用時間 ご宿泊の方 7:00~23:00
立ち寄り湯の方 11:00~21:00

おからパン工房

オーナーの木田良子さんが25年以上、趣味で作っていたパンとスイーツを、家族や友人以外の方にも食べて欲しいという思いで8年前にオープンした「おからパン工房」。おからの入ったヘルシーなパンが、県内外の方に人気を博しているお店です。ご近所にある「森満トウフ店」の「生のおから」と霧島の水で作られる、モチモチとしたパン生地は風味豊かで、いくらでも食べられる美味しさ! 地元産の旬の野菜やフルーツもたっぷりと使われていて、季節を感じるこのことのできるパンはどれも絶品です。



☎ 0995-57-2002

霧島市霧島大窪473-7
営業/11:00~売切れ次第終了
定休/月曜日



オーナーイチオシ&人気パン

人気 No.1 もっちり食パン

みみまで柔らかくフワフワしっとりとした食パンは、そのまま食べても、軽くトーストしてカリッとさせても◎。

季節のフォカッチャ

霧島でとれた大ぶりのタケノコや新玉ねぎ、パプリカなどがたくさん入ったフォカッチャ。季節によって野菜が変わるので、その時期の美味しさを味わえますよ!

おからたっぷりりんごのタルト

パイ生地やフィリングにもおからが入ったタルトは、しっとりしていて優しい甘さのりんごの美味しさを引き立ててくれます。



きのこの里



以前、近くできのこ狩りができたことが店名の由来となっている『きのこの里』。こちらの温泉の特徴はなんと言っても絶景！温泉に浸かりながら、穏やかに流れる天降川と緑の美しいコントラストを楽しめますよ。取材時に入浴中のお客様も「居心地のよさに思わず長風呂してしまいました」とお話してくれました。店主の朗らかな人柄も人気の理由です！



窓から臨める景色をゆっくり堪能する時間は、日常の喧騒から解き放たれる至福のひとつ♪



運がよければ、看板ネコのくろちゃんに遭えます！きゅるんとした目がかわいい黒猫です♡



大きな梁がインパクト大のカフェスペース。天井も高く開放感が◎。やわらかな光が差し込み、木のぬくもりも感じられる癒しの空間です。天降川のせせらぎも楽しめますよ。

立ち寄り湯

大人 300円
3歳~小学生 150円
3歳未満 無料

1日1組限定の素泊まり宿

2名様合計素泊まり料金 9,900円~

☎0995-77-2255

霧島市牧園町宿窪田3698
営業/10:00~20:00
定休/火曜日

桃太郎



2021年9月にオープンした、牛かつが味わえるお店『桃太郎』。人気の牛かつ店で修行を積んだオーナー和田さんだからこそ成せる、お肉やわらか、衣サクッ！な牛かつが人気を博しています。牛かつの他にも、牛肉と豚肉を独自ブレンドした、肉感抜群でジューシーなメンチカツもオススメです！温泉で心が満たされた後は、ガッツリお肉でお腹も満たしてみたいかがでしょうか？お弁当や夕食にピッタリなテイクアウトメニューもありますよ！



揚げたての牛かつに、醤油・わさび・岩塩・フライドガーリックを好みで合わせていただきます。りつのオススメはさっぱりながらもパンチのある、岩塩×フライドガーリック！一番人気の「桃太郎定食」は、メンチカツも一緒に味わえる、食いしん坊必見のよくばりな定食です♪

メニュー

人気 No.1 迷ったらまずはこれ！

桃太郎定食 ……1,550円

黒毛和牛派の方はこれ！

黒毛和牛かつ定食 ……80g 1,790円~

~ちょっと贅沢なテイクアウト~

人気メニューをご自宅や外出先でも！

牛かつ弁当 …(並)1,200円~

ボリューム満点！

メンチカツ ……500円/個

チーズメンチ ……600円/個



☎0995-70-6529

霧島市国分新町1丁目10-29-2
営業/ランチ 11:00~15:00(L.O.14:30)
テイクアウト 17:00~19:30(L.O.19:00)
定休/月曜日

家族温泉絵巻 ゆごや物語



日当山温泉郷にある昭和46年創業の『ゆごや物語』は、小さなお子様から高齢の方まで、多くの方に長年愛されている家族温泉施設です。源泉かけ流しの素晴らしい泉質はもちろん、「お伽草子」と「枕草子」に分かれて作られた趣向を凝らしたお風呂が大人気。それぞれの部屋にはテーマがあり、ユニークな温泉タイムを楽しむことができます。全室、テレビ付きの休憩室もあるのも嬉しいポイントです♪

☎0995-42-3406

霧島市隼人町姫城2486
営業/11:00~23:00(22:00受付終了)
定休/第4月曜日



おもちゃバイキング

入浴中に楽しく遊ぶおもちゃも充実！お風呂嫌いなお子様も大好きになると話題です。

家族滑稽風呂 お伽草子



金太郎の湯

「金太郎」の世界観をイメージした、すべり台風呂と寝湯をあわせもつお部屋。お子様たちに大人気のお風呂です！

かぐや姫の湯

「かぐや姫」の世界観をイメージした寝湯付の幻想的な露天風呂と内風呂をあわせもつお部屋。柔らかい光に包まれながらの入浴は最高です。



家族風情風呂 枕草子

炭の湯

備長炭を敷き詰めて囲炉裏に集い暖を取る冬をイメージした炭風呂は、落ち着いた雰囲気。サウナも付いています。



オープンニング スタッフ募集!



住宅型有料老人ホーム
れんげフォーラム

9月新規
オープン!

職員さん積極的に採用中!

資格取得
支援制度

キャリアUP
可能!

未経験
未資格可!

※職種によります

施設事務・介護事務

正社員
月給

165,000円~

勤務時間

9:00~18:00

パート
時給

945円~

パート
9:00~18:00のうち
4~8時間程度



介護職員

正社員
月給

226,000円~
251,000円

勤務時間

①7:00~16:00 ③13:00~22:00
②9:00~18:00 ④16:00~10:00

パート
時給

955円~

パート
7:00~22:00のうち4~8時間程度



サービス提供責任者(正社員)

月給

239,000円~
261,000円

勤務時間

①7:00~16:00 ③13:00~22:00
②9:00~18:00 ④16:00~10:00



厨房(パート)

時給

935円~

勤務時間

① 6:00~12:00 ②10:00~15:00
③14:00~19:00



看護師(パート)

時給

1,075円~1,175円

通院・
服薬管理対応



勤務地:宮崎県北諸県郡三股町宮村2774-28

※新規施設開設までは、既存施設「フォーラム三股」
「デイサービスばっばフォーラム」で研修していただけます。
勤務時間や詳しい条件等はお気軽にお問い合わせください!

住宅型 41床

入居者様募集開始!

- ★ 要介護 1~5
- ★ 障がい区分の方も入居OK!
- ★ 敷金・一時金 0円!!

お問い合わせは
こちらから

RMG
Renge Medical Group

運営会社/NPO法人れんげメディカルグループ

☎0986-36-7891





A 鶏ときのこの炭火焼きセット 3名様 店

晩酌のアテや、夕飯の一品として人気の「鶏ときのこの炭火焼」とイチオシ商品をセットにしてプレゼント！ 手軽に美味しく食べられる『大杉しいたけ園』オリジナルの逸品をご賞味ください。県内外へのギフト発送も承っているので、遠方の家族や友人に美味しいギフトを届けてみてはいかがでしょうか？

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

P21・23も
ご覧ください

B 1,000円商品券 3名様 店



鹿児島発の中華料理店からお食事に使える1,000円券をプレゼント！ お子様から大人の方まで、幅広い方に愛されている町中華をぜひご賞味ください♪

★提供/中華はやし ☎080-5214-8843
都城市平江町14-6 1階西

P10・20・22も
ご覧ください

C メイプルパンケーキ 3名様 店

フワフワのスフレパンケーキが大人気のお店。初夏の瑞々しいフルーツをふんだんに使った季節限定の「フルーツパンケーキ」も登場しています♪



P22も
ご覧ください

★提供/FELICE フェリーチェ
☎0986-80-6162 都城市中町12-25 PIER1

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、6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 さばとんこつ(みそ) 2名様 店



味噌とさばの相性抜群なラーメンは、コラーゲンとDHAたっぷり♡ こだわり抜いたカラダに優しく染み渡る一杯をご賞味ください！

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

P20・22も
ご覧ください

E くずアイスパバー 5本セット 3名様 店

お好みの味を5つ選べます。
※品切れしている味がある場合はご了承ください。



独特の新食感が人気の「くずアイスパバー(230円)」。味は、あずき・いちご・マンゴー・もも・みかん・珈琲。ぜひ一度、ご賞味ください♪

★提供/お菓子のながくら
☎0986-38-0119 都城市都北町5670

F マカロン(5個) 3名様 店



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

★提供/ミロワール
☎0986-25-1788
都城市上東町11-16

G ポロショコラ 3名様 店

しっとり濃厚な人気チョコレートケーキは、一度食べると病みつきになる美味さです♡ おやつ時間にコーヒーと合わせていかがでしょうか？



P20・23・24も
ご覧ください

★提供/COST STORE
InstagramID/ @cost_store2022
北諸県郡三股町宮村2858-3

おそれいりますか
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 6月号アンケート

- 希望するプレゼントのアルファベットをお書きください。
第1希望() 第2希望()
- 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。

家庭用エアコン1,500台以上の実績!!

エアコンクリーニング専門の『おそうじ本舗都城大王店』まで!!

お得な複数台割はじめました!

エアコンクリーニング

通常 12,100円/台

複数台のご依頼で.....

1台あたり 1,100円引き!!

※お掃除機能付は、別途追加料金が必要です



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



ロフト付の一軒家
ペット入居もOK!
ゆったり暮らしたい方に◎

三股町

ビレッジ・ウィズ A棟
2SLDK 駐車2台

5.6万円 敷金 2カ月

エアコン・3口ガスコンロ・照明器具・ロフト

コンビニまで
徒歩 約5分

1人暮らし初心者にも
おススメ!!

下川東

レクセル都城(仲介)
1SK 駐車1台

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

R6年3月
完成の新築

閑静な住宅地にあり
ペット入居もOK!

高木町

ネストプレイス高木

2LDK+サンルーム 駐車2台(追加1,000円/1台)

5.3~5.6万円 敷金・礼金 1カ月

エアコン・カウンターキッチン・インターネット無料・TVドアフォン

(株)宮脇燃料不動産部

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

TEL (0986) 24-2000 (代表)

宮崎県都城市都島町275番地1

広告有効期限/2024年6月30日 ※仲介物件に関しては仲介手数料をいただきます。他にも多数物件を揃えております。お気軽にお電話ください。

☆アンケート☆

●もしも今の家を引っ越すとしたらどんなことにこだわって家を選びたいですか?
こだわりたいポイントを教えてください。

●「今の時代に二度と戻ってくることはできない」という条件付きで、1回だけ好きな時代にタイムトラベルすることができるとしたら、タイムトラベルしたいですか? したい方・したくない方、それぞれ理由をお答えください。

・タイムトラベルを したい ・ したくない(どちらかに○をつけてください)

・その理由(したい方は何年頃にいきたいかもお答えください)

☆ご協力ありがとうございました。

「お金」について、気軽に学んでみませんか？ ①将来を見据えたお金の賢い増やし方②新しい教育資金の作り方③資産運用について④年金・老後資金が不安⑤DeCoや新NISAについて⑥日々の支出を抑えたいなど、ひとつでも気になったら参加をオススメします！

※詳しくはP24をご覧ください
日時／6月8日(土)
①10時～11時45分
②13時半～15時15分
会場／都城市総合文化ホール
M J 1階会議室1
都城市北原町1106-1100
料金／無料

※参加者全員に、本誌でも大人気の『石窯パン工房 グレンツェン』のここでしか手に入らない「ブルーベリーデニッシュ」「アップルデニッシュ」「キウイデニッシュ」のセットをプレゼント♡「マネー講座」限定の特別なフルーツデニッシュです！
定員／各回15名
■問合せ／きりしまフォーラム
☎0986-26-5836

★スーモカウンターで相談しよう
思い立ったらすぐに行ける！
無料講座、個別相談会
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方が買える？ 住宅ローンを引きと返済できるかな……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P4をご覧ください。
日時／5月27日(月)

～6月16日(日) 10時半～
②13時半～
③15時半～(各回約90分)
※当日予約もOK！ 予約優先 ※右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
☎0120-300-829
「きりしまフォーラムを見て」とお電話ください♪

すよ。楽しく一緒に運動しましょう♪
日時／6月21日(金) 10時～11時
場所／「道の駅」都城NICOLL
講師／岡元千秋
参加費／500円
※インフォメーションにてお支払い
準備物／タオル、飲み物
定員／先着10名
■問合せ／「道の駅」都城NICOLL
☎0986-38-5529

★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『pina』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／6月18日(火) 10時～11時45分
場所／ピオワークス
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

★宮崎県 出逢い・子育て環境づくり支援事業／料理をしたらモテると聞いて～出逢える・おうちレストラン 料理を通して男女が仲良くなれるイベントを開催♡
料理が苦手な方でも安心！ 簡単にできて見映え◎な料理を作った後は、お酒とのペアリングを楽しみながらのまったりトークタイム。男女の距離が一気に近くなると話題のイベントです。毎回大人気のため、早めのご予約をオススメします。 ※ソフトドリンクもご用意しています。
日時／6月29日(土) 17時半～21時
場所／Mailmail まちなかキッチン 対象／【独身】28～39歳位 までの方
定員／男女各16名
料金／3500円
※材料費・食事・飲み物代込み
※詳しくはお問合せください。
■問合せ／
出逢えるアリーナ実行委員会
☎080-4692-5708

★全世代&初心者向け
女性のためのマネーセミナー
無理をしないで賢く資産を増やす方法を楽しく学ぼう♪
若い世代からシニア世代まで、それぞれにとって必要な資産運用術を学ぶセミナーを開催。新NISAの解説はもちろん、女性講師が生活者目線による節約術や資産の増やし方を、分かりやすく教えてくれますよ。気軽に参加ください!!
日時／①7月6日(土) 10時～12時
②7月27日(土) 13時～15時
※応募締切7月20日(土)
定員／各回20名様
※お連れ様1名様まで可
※パートナーの場合、男性も可
場所／都城市総合文化ホール
M J ワークルーム
講師／前園香世
※参加者全員に、『フェリチエ』の「フルーツパンケーキ」と「オレオパンケーキ」のセットをプレゼント!
■問合せ／
(株)RKコンサルティング 都城支社
☎0986-22-6766

★ホームリノベーションあかつき
第15回住まいのリフォーム相談会
住まいのリフォームに関するお悩みや補助金について、プロが親身になって相談に乗ってくれる毎回好評のイベントを開催。窓の断熱性能を高めて、最大200万円の補助がもらえる「先進的窓リノベ事業」や、水廻りリフォームで最大20万円も

★「一社」日本住宅取得応援協会
日時／7月14日(日)

らえる「子育てエコホーム支援事業」など話題の補助金についても詳しくご紹介させていただきます。イベント限定価格での商品販売も行うので、お見逃しなく！ この機会にぜひご家族揃ってお越しください。詳細はHPまたは公式LINEをご覧ください。
日時／7月7日(日) 10時～17時
場所／タカラスターダッド都城シヨールーム
都城市吉尾町6123-1
参加費／無料
■問合せ／ホームリノベーションあかつき
☎0986-24-9537
LINE ID／@8635kzp

×きりしまフォーラム コラボで開催決定！
参加費無料 お土産付き!!
第94回後悔しない 家づくり勉強会
毎回大好評！ 2023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」と答えた人気を博している勉強会を、「きりしまフォーラム」コラボで開催いたします。「地震に強い耐震性の高い住宅の秘密」や「物価高の時代に住宅を購入する秘訣」、「1000万円差がつく住宅ローン選び」など、内容が盛りだくさんです。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。
日時／7月14日(日)

受講科目	受講期間、回数・時間	受講料	開講日
①洋裁科(5名募集)	木曜日(全20回) 9時半～15時半	40,000円	7月4日(木)
②洋裁科(5名募集)	隔週土曜日(全12回) 9時～12時半	20,000円	7月13日(土)
③手編科	火曜日(全20回) 10時～15時	25,000円	7月9日(火)
④着付科	木曜日(全10回) 13時～15時	18,000円	7月11日(木)
	木曜日(全10回) 19時～21時	18,000円	7月11日(木)
⑤フラワーアレンジメント科	隔週金曜日 9時～12時	21,000円	7月12日(金)
	隔週土曜日 9時～12時	21,000円	7月13日(土)
⑥エクセルの基本と応用講座	毎週木曜日(全8回) 19時～21時	18,000円	7月4日(木)
⑦はじめてのパソコン講座(ワード)	毎週土曜日(全8回) 10時～12時	15,000円	7月6日(土)

※⑥・⑦は受講希望者が5名に満たない場合、中止いたします。

7月開講生徒募集!

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



13時〜16時半
 (開場12時40分)
 会場/「道の駅」都城NIQLL
 多目的室1・2

料金/無料
 定員/限定10組
 完全予約制

※事前アンケートにご協力いた
 だいた方から、先着順の受付
 となります。

※お申込み多数の場合、抽選と
 なる場合がございます。

参加者全員に、本誌でも大人
 気『寿司虎亭・寿司虎』全店で使
 用できる3000円分のお食事
 券をプレゼント♡

■問合せ/きりしまフォーラム
 ☎0986-26-5836

★令和6年度

曾於市自主文化事業
 爆笑!!お笑いライブinそお
 曾於市で思いっきり笑っちゃ
 おく

小島よしお、へこば、TKO、イ
 ンスタントジョンソンが出演!!
 日時/7月21日(日)

開場12時半
 開演13時

場所/曾於市末吉総合センター
 料金/お一人様
 一般3500円

高校生以下2000円
 チケット販売/6月5日(水)〜

※全席指定
 ※3歳未満はご入場をご遠慮く
 ださい

★第8回 絵の街そお3号展

一般公募受付中
 「絵の街そお3号展」は、広く
 公募しています! ふるって

応募ください!
 種目/3号の油彩、アクリル画、
 日本画、水彩画他

出品数、出品料/お一人様3点以内
 ※1点につき一般1000円
 高校生以下500円

作品搬入日/8月31日(土)
 9月1日(日)

9時〜17時
 ※会場へ直接搬入または郵送・
 宅配便の場合は自費でお願いい
 たします

表彰式/9月15日(日)

■問合せ/
 一般財団法人まちづくり曾於
 ☎0986-76-7100

子育てイベント情報 三股町

★救急法 限定5組
 完全予約制

乳幼児に対する心肺蘇生法と
 AEDの使用法について実技を
 交えて実施します。
 日時/6月20日(木)
 10時〜11時

場所/総合福祉センター「元気の
 杜」三股町子育て支援センター

★親子ふれあいコンサート
 完全予約制

「小さな音楽会」による生の
 歌と演奏で楽しい時間を過し
 ましょう。
 日時/6月25日(火)
 10時半〜11時半

場所/総合福祉センター
 「元気の杜」内 大会議室

■問合せ/
 三股町子育て支援センター
 ☎0986-52-8101

その他の情報

★これだけはやってみたい投資
 今からはじめ、人生100
 年時代を生き抜く貯蓄法。これ
 からの時代を生き抜くために
 は、お金が必要です。将来の自
 分に今から投資しませんか?
 あなたに合ったプランをご提案
 いたします。

日時/随時受付中 ※予約制
 場所/有C&H
 料金/5000円

★住宅ローン返済中の方見
 のマネー講座

将来の繰り上げ返済計画の準
 備はできていますか? 今回
 は、掛け捨てではない保険を効
 率よく活用した、繰り上げ返済
 方法をお教えします。一般的な
 住宅ローンや保険見直しについ
 てもお相談受付中です。気軽に
 お電話ください!! キッズルー
 ムもありますので、お子様連れ
 の方も気軽に参加ください!

日時/随時受付中
 場所/有C&H
 相談無料 完全予約制

■問合せ/有C&H
 ☎0986-23-1341
 Email: info@ch-fp.co.jp

★オープニングスタッフ募集!!

住宅型有料老人ホーム『れん
 げフォーラム』が、9月にオー
 プンします。オープンに先駆け
 て、一緒に働いてくださる方を
 を募集しています! 募集職種
 は、介護職・事務職・看護職・厨
 房職などさまざまです。気にな
 る方は、気軽にお問合せくださ
 い。

■問合せ/フォーラム三股
 ☎0986-36-7891

★デイサービス無料体験実地中!

『ぼっぽフォーラム』は、半日
 型のデイサービスです。「デイ
 サービスの様子に気になる」「半
 日型ってなににするの?」など、
 気になる方はぜひ、無料体験を
 ご利用ください!! 無料体験者
 には、粗品をプレゼントしてい
 ます!

※無料で送迎対応を行っており
 ます。
 ※7月から入浴支援開始です。
 ※お食事の提供もご用意です。
 場所/デイサービス
 ぼっぽフォーラム

定員/先着10名
 ■問合せ/ぼっぽフォーラム
 ☎0986-58-8708

頭痛 肩こり 更年期障害でお悩みの方
 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
 Tel.0986-38-0170

今しか残せない 宝物の記憶
 いつまでも残したい 大切な記録
 塩屋写真館
 HP https://shioya-ps.com
 公式LINEからの お問合せも受付中

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
 WEBのみの予約
 6月診療スケジュール
 いき形成外科ひふ科クリニック ☎0986-45-0020

日	月	火	水	木	金	土
						1 院長 小山田先生
2 休診	3 院長 小山田先生	4 院長	5 休診	6 院長	7 院長 小山田先生	8 院長 小山田先生
9 休診	10 院長 小山田先生	11 院長 午後のみ 小山田先生	12 院長 ★受付16:00まで	13 休診	14 院長 小山田先生	15 院長 南村先生
16 当番医	17 院長 小山田先生	18 院長 小山田先生	19 休診	20 院長	21 院長 ★受付16:00まで	22 院長
23 休診	24 院長 小山田先生	25 院長 小山田先生	26 休診	27 院長	28 院長	29 院長 南村先生
30 休診						

FORUM'S SELECT GOURMET

フォーラムセレクト
グルメ

活魚!! 寿司虎亭

☎ 0986-46-5226

炭火で焼いた肉厚うなぎでスタミナUP!



うなぎ

プライベートスペースを重視した個室が充実している『寿司虎亭』で、ゆっくりと最高の料理を堪能しませんか? 旬の魚介類を中心に厳選し、熟練した技術を持つ職人達が、素材の美味しさをいかした滋味深い料理を提供してくれます。6月のおすすめは、真夏へ向けてスタミナをアップさせるうなぎ料理。ぜひご賞味ください。

店舗情報

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)



初夏のイチオシ

肉厚なうなぎを炭火でじっくり焼いた!!

うなぎ重 2,178円
【吸い物・漬物付】



特上うなぎ重 4,268円
【吸い物・漬物付】

平日ランチタイム
数量限定 **大人気**
旬の彩りランチ 2,618円



道の駅 松山 やちくふるさと村

☎ 099-487-3800

父の日も冷たいスイーツもおまかせ♡



いちごミルクフィッシュクレープ

キャラメルコーヒージェリーソフトクリーム

これからの季節にピッタリなソフトクリームや、チョコレートを贅沢に練り込んだ生地を使って作られるクレープはトッピングの種類も豊富。毎回違う味を楽しめちゃいますよ! また、チョコレート専門店だからできる特別なトリュフやケーキも大好評です。

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
不定休

ソフトクリームが 美味しい季節♪

厳選された素材を使い作られる北海道産ソフトクリームは濃厚なのに後味サッパリ。

父の日オススメ

お酒トリュフ

芳醇なお酒の香りがチョコレートの美味しさを引き出すスイーツ



ホームページ



Instagram



中華はやし

☎ 080-5214-8843

ご飯との相性抜群な逸品



鹿児島発の町中華が味わえる『中華はやし』。独自ブレンドの旨酸っぱい香味ダレが唐揚げとの相性抜群な「ユージンチー」など、人気メニューを堪能できます。ぜひご賞味ください。

★オススメ★

ユージンチー 990円

(ご飯・スープ・お漬物セット+330円)

その他人気メニュー

あんかけ焼きそば …… 1,320円

麻婆豆腐セット …… 1,320円

(ご飯・スープ・お漬物付)

天津飯 …… 990円

店舗情報

都城市平江町14-6 1階西
営業/10:00~19:30
定休/火曜日

COST STORE

Instagram ID: @cost_store2022

会員費無料!
コストコ人気商品多数!!



会員費無料で『COSTCO』商品を気軽にショッピング♪ 毎週金・土・日曜日には、ピザやパンなどの大人気デリカ・ベーカリー商品も入荷するのでお見逃しなく!

毎週金・土・日曜日

デリカ・ベーカリー商品入荷!!

店内にない『COSTCO』商品の取り寄せもできます。お気軽にご相談ください!!

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
Instagram ID: @cost_store2022
LINE ID: @892bhduj



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!



お得なセット・各種お弁当あります!

★人気商品が詰まったお得なセット★
●おつまみセット 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 2,000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/ナンゴロ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 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

麺や星月

☎ 0986-58-7115

化学調味料不使用!
カラダに優しい自然派ラーメン



人気のさばメニューにみそが加わりました! 試行錯誤の末にたどり着いた、こだわりの味噌とさばの相性抜群です。コラーゲンたっぷりDHAも含まれており健康と美容に気を遣っている方にもオススメです。

NEW さばとんこつ(みそ) 900円

こだわり満載のカラダに優しい『星月』のラーメン、ぜひご賞味ください。
【その他ラインナップ】濃厚とんこつ/あっさり
とんこつ/さばとんこつ/さばしょうゆ

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



Instagram

酒場定食堂 ふたつき

☎ 0986-77-2619

コース料理&居酒屋メニューも大充実♪



※写真はイメージです

店主がセレクトしたこだわりのお酒と一緒にいただき、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や定食もたくさんありますよ。居心地のよい空間で、初夏のメニューをどうぞ!

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

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。
お料理のみのコースもご用意!!
■お料理コース2,750円~

★人気の定食 MENU★

- アジフライ付き!
お刺身と焼き魚の定食
- タコライスと
チキン南蛮コンボ



石窯パン工房 グレンツェン 都城店

☎ 0986-36-5888

フルーツたっぷりの新作パン登場♡



黄桃やレモンなど、初夏のフルーツをふんだんに使ったパンが完成しました。また、ポテトサラダとチーズ、ブラックペッパーの組合せがビールにも合う定番人気の「ポテサラチーズフランス」もおススメです!

店舗情報

都城市上東町17-18
営業/7:00~19:00
定休/月曜日(祝日の場合は翌日) http://www.glanzen.jp

LINE公式アカウント

友達募集



感謝祭

6月

6㊟・13㊟・20㊟

お買上げ金額の
30%分を
金券でプレゼント♪

※期間中、店内のイート
インスペース・金券は
使用できません。

初夏の新メニュー

- ・黄桃デニッシュ 240円
- ・レモンパン 150円

父の日フェア

6/15㊟・16㊟

父の日だけの限定商品も登場♪



雑貨屋チュンガ

Instagram ID / @chung_store

こだわり雑貨とドリンクで
海外気分をご堪能ください♪



オーストラリアでバーテンダーをしていた店主が作るドリンクが人気の「チュンガ」。地元産のフルーツを使って作られるスムージーは、素材の美味しさが味わえ、気軽に美容・健康も目指せます! オーナー厳選のアジアン雑貨もチェックしてみてください♪

★人気ドリンクメニュー★

- アンチエイジング&美肌効果♡
黒ごまスムージー 500円
- タイNo.1ブランド茶葉使用!! 香り高く飲みやすい
タイミルクティー(タヒオカ入) 500円
- ※タイミルクティーはアイスとホットからお選びいただけます。

店舗情報

営業/10:00~17:00
定休/火・水曜日
都城市中町13-11-2
オーパルバティオ チャレンジショップ2号店



霧島山が見えるcafe 縁~en~

☎ 080-6012-9001

夜cafe縁スタートします!



「お酒と食事を楽しみたい」というお客様からのご要望にお応えて、夜cafeがスタート! タコとカリフラワーのガーリック炒めなど、お酒と相性抜群なメニューが満載です。お昼とは一味違う「縁」をお楽しみください! 一部の夜メニューはランチタイムでも食べられます!

夜cafe縁

前日までの完全予約制 大人4~8名様まで
※お子様がいらっしゃる場合は事前にお知らせください。
★夜のオススメ逸品料理★
タコとカリフラワーのガーリック炒め 580円

店舗情報

都城市太郎坊町1529-5 定休/不定休
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
ディナー 18:00~21:00
※店休日はInstagramまでご確認ください。 Instagram



大杉しいたけ園

☎ 0986-57-2536

簡単調理で美味しさ満点!!



しいたけ、きくらげ、鶏肉すべて都城産を使用した「鶏ときのこの炭火焼」。電子レンジで温めてすぐに食べることができるため、夕飯のおかずや晩酌のアテにピッタリな逸品です。炭火焼ならではの風味と、地元産食材ならではの美味しさをお楽しみください。ギフト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

父の日ギフト 贈りませんか?

送料込みで手軽に
送れるギフトセット

- 鶏ときのこの炭火焼
6袋セット...3,240円
- 鶏ときのこの炭火焼
3袋+しいたけセット
.....4,320円

上記税込価格で全国各地*
へお届けできます!
お気軽にお問合せください!

※沖縄と北海道を除く



ネット注文は
こちらから!

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

初夏の

まるごと

グルメ特集

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になってくださいね♪

活魚!! 寿司虎亭

ウニフェア開催! 旬の美味しさをどうぞ!!

目利きの職人が選び抜いた「まさに極上!」の「バフウニ」と「ムラサキウニ」が期間限定で登場しています。入荷時・数量限定のため、お見逃しなく!



極上うにのせ海鮮丼

極上うにに丼(地うに)

極上うにいくら丼

TEL.0986-46-5226

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)

石窯パン工房 グレンツェン 都城店

初夏に食べたいパンが大集合♡

黄桃デニッシュ 240円

ダイスカットされたたっぷりの黄桃とサクサクのデニッシュ&カスタードが最高のマリアージュ!



ポテサラチーズフランス 248円

絶品のポテサラにチーズ、やわらかめのフランスパンとブラックペッパーが◎



TEL.0986-36-5888

都城市上東町17-18

営業/7:00~19:00 定休/月曜日(祝日の場合は翌日)

麺や星月

ラーメンとの相性抜群!

人気サイドメニュー

自家製刻みチャーシュー がゴロゴロとご飯の上にダイブした「肉のせご飯」。トッピングのネギがアクセントになって、ガッツリながらも後味さっぱりな人気メニューです。単品ではもちろん、ラーメンのスープと合わせたり、紅しょうがをトッピングしたり、自己流アレンジもおススメですよ!



肉のせご飯 300円

TEL.0986-58-7115

都城市中町17-18 森店舗4号 定休/月曜日

営業/11:00~15:00 17:00~20:00頃

霧島山が見えるcafe 縁~en~

魚介の美味しさを楽しむパスタ & ドリア

エビとアスパラのクリームパスタ 1,300円
(サラダ・スープ付)

大ぶりのエビがインパクト大! もっちり生パスタと濃厚ソースとの相性抜群な逸品です。



アオサと明太子のドリア 1,300円
(サラダ・スープ付)

磯の香りがぎゅっと凝縮した絶品ドリア。ピリッと辛い明太子がアクセントとなり、スプーンが進みます!

TEL.080-6012-9001 デイナー 18:00~21:00(L.O.20:30)

※ディナーは前日までの完全予約制です
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
定休/不定休 ※最新の定休日情報についてはインスタをご覧ください。

FELICE フェリーチェ

即完売! テイクアウトでも人気のパンケーキ

フルーツパンケーキ 450円

初夏の美味しさ溢れるフルーツとサッパリとした生クリームがベストマッチのパンケーキ



オレオパンケーキ 450円

濃厚なチョコレートと軽い生クリームにフワフワのパンケーキが定番人気!



TEL.0986-80-6162

都城市中町12-25 PIER1 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18:00~21:00(L.O.20:00)

中華はやし

ピリッと辛い
定番人気メニュー

麻婆豆腐セット
(ご飯・スープ・お漬物付)
1,320円

ひき肉がゴロッと入った麻婆ソースが決め手の麻婆豆腐。ほどよい辛さのため、大人はもちろん小さいお子さんも食べやすいですよ! ご飯と合わせてガッツリ食べたい方には麻婆丼もおススメです。



TEL.080-5214-8843

都城市平江町14-6 1階西

営業/10:00~19:30 定休/火曜日

道の駅 松山

やっちくふるさと村

夏季限定の飲むスイーツが登場♪

飲むティラミス

『道の駅松山』で昨年、大人気だった「飲むティラミス」♪ オリジナルのコーヒーゼリーとマスカルポーネクリームのベストなバランスが◎ぜひ、ご賞味くださいね!



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/不定休

雑貨屋 チュンガ

甘すぎなくて飲みやすい!
地元産フルーツのスムージー

地元産フルーツの美味しさがぎゅっと詰まったスムージー。オーナーイチオシの「マンゴースムージー」は、美肌効果が期待できる嬉しい一杯です♡ スッキリした味わいで暑い季節にもピッタリな「ブルーベリーヨーグルト」もオススメです!



左:マンゴースムージー 500円
右:ブルーベリーヨーグルト 500円

Instagram ID: @chungastore

都城市中町13-11-2 オーバルパティオ チャレンジショップ2号店
営業/10:00~17:00 定休/火・水曜日
★現地調達したアジア雑貨もチェックしてみてください★

COST STORE

食べ応え抜群!
シェアにもオススメ

『COSTOCO』で人気のマフィンシリーズ。驚くべきビッグサイズでローコストなのが◎。定番のプレーンをはじめとする、数種類のフレーバーからチョイスできますよ! 人気商品のため、確実に入手したい方は、事前のご予約をおすすめします。



※販売されているフレーバーは時期などによって異なる可能性がございます。あらかじめご了承ください。

北諸県郡三股町宮村2858-3

営業/10:00~19:00 定休/木曜日

Instagram ID: @cost_store2022 LINE ID: @892bhduj

大杉しいたけ園

肉としいたけのうま味を凝縮
人気メンチ

自社栽培の肉厚しいたけと、都城産豚肉の相性抜群な人気商品。揚げることで、外はサクッと中は肉汁たっぷりジューシーな仕上がりに♡ 噛めばかむほどうま味があふれ出し、やみつきになりますよ! 実際に食べて美味しさを実感してみたいかがでしょうか?



ギフトにも最適! きのこメンチカツ

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

酒場定食堂 ふたつき

美味しいとこどりのハーフ&ハーフ定食!

- タコライスとチキン南蛮コンボ 1,210円
- もも唐揚げと生姜焼きコンボ 1,210円
- チキン南蛮とフライ盛り定食 1,210円

『ふたつき』の大人気メニューを組合わせたハーフ&ハーフ定食は、美味しいだけでなく、ガッツリとしたボリュームで、女性はもちろん男性にも大人気! よくばりな方にオススメです。



TEL.0986-77-2619

都城市花緑町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

楠見恵子さん家の からあげ屋さん

美味しさ・ボリューム満点!
大人気オードブル

からあげを一度に数種類味を変えるオードブル。人数に合わせてサイズを選べるのが◎。家族や友人と一緒にご賞味ください♪

からあげ単品メニュー

- ◆たれ・塩で選べます◆
- もも(骨なし)/むね(骨なし)/ミックス(もも・むね)/肩肉(骨なし)/砂ずり
- ◆塩のみ◆ナンコツ/手羽先/皮
- ※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

きりしまフォーラムで企画してほしい 「こんな特集してほしい!」

「こんな記事読んでみたい!」

など

あなたが
気になる&知りたいこと
ぜひお聞かせください!

「○○特集」募集中!



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
事は問いません。みなさまからの投稿
をお待ちしています!

投稿はハガキ・HPで受付中です!

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。

COSTSTORE

子育て世代のお買い物にオススメしたいお店

人気大型スーパー『COSTCO』の商品を、会員登録無しで気軽に購入できる人気店。店内には育ち盛りの子どもがいるご家庭にピッタリな、大容量サイズの商品が多く並びます。中でも、おしり拭きの「Baby Wipes」は、オーガニック素材でできており、安全性が高くリピーターの多い商品です。その他にも、夏バテ対策にオススメな、使い切りタイプのカナダ産はちみつ「Li'l Honeys ポーションパック」など、お子さんの健康をサポートする商品も満載です。ぜひチェックしてみてください！



— 人気商品 —

Baby Wipes

箱売り／ばら売り
どちらもOK

— 夏のオススメ —

スティックタイプで
使いやすい！

**Li'l Honeys
ポーションパック**



★店頭と並んでいない商品は、事前予約でお取り寄せもOK★

Instagram ID: @cost_store2022

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



Instagram

YELL

女性のしあわせはもちろん、子どもや家族のしあわせを増やしたい
妊娠・出産・子育てを応援する鍼灸治療院



臨月の妊婦さんもうつぶせになつて
施術を受けられますよ！



女性 個室
専門 完備

TEL.0986-77-6380

都城市前田町17-32 ※中山産婦人科医院玄関向かい
診療時間 / 9:00～12:00 (最終受付11:30)
14:00～19:00 (最終受付18:30)
休診日 / 日曜日・祝日 (完全予約制)

妊娠中、妊娠中、産後と、妊娠前後と女性のさまざまな不調をケアする鍼灸院です。完全個室、女性専用の空間で、女性鍼灸師が丁寧なカウンセリングと施術を行ってくれます。また、『中山産婦人科』とも連携しているので、妊婦さんも安心して受けられますよ。お子さまの同伴も可能です。『中山産婦人科』に受診されていない方も施術が受けれますので、お気軽に相談してくださいね。

— MENU —

NEW 鍼灸 & オイルマッサージコース

鍼灸による治療を行いながら、同時にオイルマッサージで心からリラックスしていただけるメニューをぜひ、ご体感ください。

マタニティトータルケア(90分)

妊娠初期から臨月の方まで受けられる施術

妊活トータルケア(90分)

お一人おひとりの体調と妊活状態に合わせたケア

12,000円→初回限定9,980円



HP



Instagram

第5回 女性のためのマネー講座
お金の貯め方&増やし方
～はじめての資産運用術～

20～40代の方必見!

参加費
無料

毎回大好評!
締切間近!!

超物価高の今だからこそ、将来に漠然とした不安を持っていませんか?
「普段聞けないお金の話」「賢いお金の増やし方」など、学校では
知ることのできなかった「お金」について気軽に学んでみませんか?

開催日時 ※第1部・第2部は同じ内容です。ご都合のよい方へご参加ください。

6月8日土 第1部 10:00～11:45 各回定員
第2部 13:30～15:15 15名様限定

お友達同士やご夫婦での参加も大歓迎!!

ひとつでも気になったら参加をオススメします!

- ◆ 将来を見据えたお金の賢い増やし方
- ◆ 新しい教育資金の作り方
- ◆ 資産運用について
- ◆ 年金・老後資金が不安
- ◆ 新NISAやiDeCoについて
- ◆ 日々の支出を抑えたい
- ◆ 物価高の今を賢くのりこえたい

会場

都城市総合文化ホールMJ 1階 会議室 1
都城市北原町1106-100

※ウイルス対策を十分に講じて開催いたします

応募締切 / 応募期間延長 /

6月6日(木)まで お申込み受付後、
結果をメールかお電話にて
お知らせさせていただきます

※各回ともお申込み多数の場合は抽選となります

お申込み方法

きりしまフォーラムのホームページまたはQRコードからお申込みください。

<http://kiri-fo.net>

※金融関係会社の方や営業的な情報収集など、セミナー目的以外のご参加はお断りしております
※お申込みいただきました個人情報は本イベントのみに使用し、第三者に開示することはありません



講師

ファイナンシャルプランナー
ライフプラン
PARTNERS株式会社

東 弘樹 氏

「理想の幸せな人生を送れる」お手伝いをしたいとの思いから、ライフプランPARTNERS株式会社を設立。法人・個人の資産形成、資産運用のアドバイスを行いながら、金融知識の向上のためのマネーセミナーの講師としても活躍中。

参加者特典

本誌でも大人気の『石窯パン工房 グレンツェン』に
「マネー講座」限定の特別なフルーツデニッシュを作っていました!
ここでしか手に入らない 特製 デニッシュ3種
「アップルデニッシュ」「ブルーベリーデニッシュ」
「キウイデニッシュ」をセットでプレゼント♥



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

【個人情報のお取扱いに関して】本セミナーはアクサ生命保険株式会社からの依頼により、きりしまフォーラムが集客し、アクサ生命保険株式会社が開催いたします。ただし、参加者の受付登録・参加情報管理につきましては、きりしまフォーラムが責任を持って行います。
主催/アクサ生命保険株式会社MCVP推進第1部 東京都港区白金1-17-3 NBFプラチナタワー 企画協力/きりしまフォーラム 登録番号:AXA-C-240418/847-106

ふぉーらむ すなっぷ
 **Forum Snap**

「Forum Snap」に、
 あなたのとおき写真を掲載しませんか？

ファッション自慢・子ども・ペット・風景・面白写真など、ジャンルは問いません!! お写真・名前・一言コメントを添えて、きりしまフォーラムのHP、または「info@kiri-fo.net」のメールアドレスにご投稿ください♪

QRコードから簡単アクセス!



弟愛



せらとくん



愛しのうーちゃん



いとちゃん



のあちゃん・ゆあちゃん



てんてんちゃん・ゆうひくん



くうちゃん・のあちゃん



ぼんずちゃん・おまめちゃん



すずちゃん



エアコンクリーニングの お得な複数台割はじめました!

エアコンクリーニングのことなら
エアコンクリーニング専門店にお任せください!
一度に複数台のご依頼で
1台あたり1,100円お得に!
まずはお気軽にお問合せください。

■おそうじ本舗 都城大王店 TEL/0120-885-902

RECRUIT スタッフ募集 一緒に楽しく働きましょう!

個人の能力に合わせた、さまざまなカリキュラムやアカデミーを活用し、スタイリストまで育てします。その後のフォローも、充実した環境が整っています。気軽にお問合せください!

【雇用形態】 正社員(アシスタント・スタイリスト)
【勤務時間】 10:00~19:00 ※日曜日は18:00まで
毎週月曜日+第1・3日曜日+公休2日(週休2日シフト制)
【休日】 年間休日110日 有給休暇、GW・年末年始・夏季休暇あり
【給与】 アシスタント180,000円~(美容師免許あり)
※美容師免許なしの場合は170,000円~
スタイリスト200,000円~ ※別途交通費あり
【賞与】 年2回 【福利厚生】 社会保険・厚生年金・雇用保険・労災保険

■marble Hair Lab. TEL/0986-77-3061

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

~料理をしたらモテると聞いて~ 出逢える・おうちレストラン

料理を通して男女が仲良くなれる大人気のイベントを開催♡

マッチング後のサポートも充実しているので安心して参加できますよ!
夏前に、恋・婚活を实らせましょう♪

6月29日(土) 17:30~21:00

Mallmallまちなかキッチン

詳細はコチラ



■出逢えるアリーナ実行委員会 TEL/080-4692-5708

きりしまフォーラム 広告コーディネーター・プランナー募集!

地域の情報を届けるフリーペーパー
きりしまフォーラムを一緒に作りませんか?

- ◆待遇:昇1賞2、各種保険完備 ◆勤務時間:8時~17時
- ◆休日:年間107日+有給休暇
- その他、詳しい条件などについてはP7をご覧ください

■きりしまフォーラム TEL/0986-26-5836

プーラビーダ スタッフ募集 和気あいあいとした職場で働きませんか?

【募集職種】 パート・アルバイト
【業務内容】 接客・レジ・品出し・商品整理・ラッピング・値付け
【時間】 9:00~20:30のうちの3~5時間程度
【休日】 シフトによる(週3~5日勤務)
【給与】 900~950円
【待遇】 制服貸与・社割あり

■株式会社勉強堂 TEL/0985-22-8890

STAFF

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

- 検定試験間近の長男と簡易のESS部を開設しながら格闘中! 自分の子どもを指導するのは、本当に疲れますね……(涙)。 なかなか手強いので、こちらの心が折れそうになります!! (フミ)
- 地元のローカルカラオケ店に行ったところ、ご飯系のメニューがたたくさん。しかも安い! カラオケ3時間+鍋焼きうどんで2,000円足らずで感動しました。熱唱とご飯を目的にまた行きます! (りつ)
- 先日お墓参りに行った際、お供えの生花の水替えをしようとひっくり返したらなんとムカデがくっついていました。予測していたもののいざ現れると声も出ず……。ご先祖様もさぞかし気持ちの悪い思いをされていたかも、です。あ〜、いよいよ虫の季節です。(いし)
- 小学2年生の娘とドーナツを食べて、「ドーナツって穴がなかったらもっといっぱい食べられるのになあ」と娘に言ったところ、「穴がなかったらピザになるでしょ。お父さんはバカだなあ」との返答。そーなん?? ピザになんの?? 穴のないドーナツはピザという発想が意味不明な日曜日の昼下がりであった。(おー)
- 昨年、第一子が誕生しました。親になると、我が子はもちろんですが、よそのお宅のお子様もいっそう可愛らしく感じるから不思議。「フォーラムスナップ」たまりません。ぜひご覧ください。(もり)
- アイスコーヒーが美味しい季節ですね! セブンのカフェラテ(L)にレジ横で販売している黒蜜を入れるのにハマっています。自然な甘さとコクが増してとても美味しいです。ぜひお試しください!(はま)



日本占術協会占術士認定
原宿占い館「塔里木(タリム)」所属

クリスティーン デリコの 九星占い

6月の
運勢

※運勢を★の数(1~5)で表しています。
(★の数が多いほど運勢がよい)

- 【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・令和6
- 【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部分までを本名星と言います。

6月30日は、半年に一度の「穡(け)れを誂う日」で、全国の神社で「夏越(なごし)の祓(はら)い」が行われます。半年の罪や穢れを祓い、残り半年の無病息災を祈願します。同様に年末の大晦日には「年越(とし)の大祓(はら)い」が行われ、これは二つで対となります。この行事に欠かせない厄払いの方法は「茅(ち)の輪(わ)くり」。神社の境内には茅屋(ちがや)という草で編んだ大きな茅の輪が設置されます。8の字を構にしたイメージで3度くり抜くと穢れを誂うことができるとされています。
*6月の一粒万倍日は、6/11、22、23
*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

ハッピーマスター元氣が出る占い師
クリスティーン デリコ

- 幸運星(無料あり) https://www.wcoloni.plus/derico/
- デリコ推命術 Google Playまたは、App Storeで検索を
- 著者「元氣のてんこ盛り」絶賛発売中! Amazon http://amzn.to/1CHTRV

一白水星

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

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

二黒土星

今月は、棚ぼた的なラッキー情報だと思っても、必ず自分で事実確認を行いましょう。誰ともコミュニケーションがうまくいきますが、噂話には参加しない方が良さそうです。

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

三碧木星

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

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

四緑木星

今月は、これまでの付き合いや取引に影響が出るかも。公私にわたり多忙で落ち着かず苦勞しそう。ブランド物や高級な物に惹かれてしまいがちですが、慎重に判断しましょう。

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、楽しいことや嬉しいことがたくさん起きそう。チャンスをつかむには、急な誘いにも対応できる柔軟性です。無理に予定を入れず流れに任せて。寝る前の歯磨きがポイントです。

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

六白金星

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

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

七赤金星

今月は、公私に渡り注目を浴びる機会が増えそう。いいことばかりではないので、くれぐれも有頂天にならないで。人目を引くファッションより小物などワンポイントで勝負を。

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、突発的な出来事で秘密にしていたことがバレそう。うわさは言わない間がないが難題。人の嫌がる仕事など率先して行おう。新人や後輩に親切にする運気が好転します。

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

九紫火星

今月は、仕事に役立つ情報が手に入りそうです。以前から計画していたことが実現するので積極的に取り組もう。夏祭りやイベントなどに家族と一緒に出かけると絆が深まります。

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

内から外からキレイになりたい♪

Beauty 特集

marble Hair Lab.

梅雨のクセ対策! 髪質にあったストレートで快適に!!



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

Type1

クセをしっかり伸ばしたい

縮毛矯正

¥11,000~

強いクセ毛でお悩みの方や、ハードな直毛のサラサラヘアを希望する方に!!

Type2

クセは気になるけど
ぺたっと感はいらない

ナチュラルSLIMアルカリストレート

¥6,600~

根本のフワリ感を残しながら髪の広がりを抑えたい方、柔らかな質感と艶・ナチュラルなまとまりがほしい方に!

Type3

とにかく傷んだ髪を伸ばして艶を出したい
加齢による髪のシワやうねりを伸ばしたい

ナチュラルSLIM酸性ストレート

¥6,600~

ダメージとエイジングによって、毛髪強度や艶・ハリ・コシが失われ気味の髪に、艶とまとまり、潤いが欲しい方に!

Type4

髪を傷めず
広がりを抑え艶を出したい

酸熱トリートメント

¥4,400~

毛先がダメージ毛の方、ハリ・コシが欲しい方、うねりを取りたい方、毎日のスタイリングを楽にしたい方に!

長さ代別 ①¥1,100 ②¥1,650 ③¥2,200 ④¥2,750

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

夏のアツい夏がやってくぜ! ヘアケア キャンペーン
予約期間 6/30(日) まで
お渡し期間は 7/1~7/31

COTA AGiNG シリーズ



年齢を重ねた髪にオススメ! 髪を根元から立ち上げサポートする「ポリウムケア」と弾力を与える「バウンスケア」で、髪の見え目年齢を大きく変えるシリーズも人気。

予約特典
期間中、COTA人気のシャンプー&トリートメントを予約すると **10%割引**

Facebook: www.facebook.com/marble.hair.lab
Instagram: @marble_hair_lab

☎0986-77-3061

都城市乙房町150-3
営業/10:00~19:00 (日曜日は18:00迄)
定休/月曜日、第1・3日曜日

www.marble-hair-lab.com



新感覚!
髪質改善トリートメント登場!!
人生で一番きれいな髪になると話題沸騰中

Point1 抗酸化作用でハリツヤUP

髪内部に高濃度水素を浸透させることで、蓄積している悪玉活性酸素と反応させ抗酸化し、熱を加えることで髪の水分量がアップ。

Point2 加齢による髪の変化にも対応

高濃度水素の方で、加齢による抜毛や薄毛、白髪抑制効果も期待できます。

Point3 カラーと相性抜群

ハイブリーチ毛や縮毛矯正毛のバツつきや広がりを抑え、ツヤと潤いを実感できます。

こんな方にオススメ

- ハイトーンカラーで髪のダメージが気になる方
- 髪が広がり、うねり、まとまらない方
- 地肌も同時にケアしたい方
- 毎日ヘアアイロンを使う方

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/



Facebook & Instagram

きりしまフォーラム 検索

Instagramはこちら



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





**肌に優しい施術で
自分史上最高の「美」を**
施術直後からつるすべ肌を目指す
wax脱毛をはじめ、肌に優
しく美しいを実現できるメ
ニューを多数ご用意。5月に移
転した新サロンで癒しの時間
をお過ごしください♡

肌に優しいこだわりメニュー

- ☆人気のWax脱毛☆
VIO Wax × 光脱毛
.....初回¥7,500!!
- ☆お得な2大期間限定価格☆
全身脱毛¥10,000!!
メンズヒゲ脱毛4回セット
.....¥13,000!!
- ☆皮膚科医監修 プロセラピーズ☆
新世代の育毛促進プログラム
.....初回お試し¥40,000!!

☎ 090-6382-2970

三股町新馬場17番地1
営業 / 10:00 ~ 19:00
不定休
ご予約・その他のメニューはこちら→



内から外からキレイになりたい♪

Beauty 特集

~癒し処~ Ku'u Punahale (クブナヘレ) 夏でもできる!! シミケア!

「Dr.ピュールポーテ」のライセンスサロンとなり、さら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。



せび、みさなまにも体感してほしく手技を取得してきました!

**Dr.ピュールポーテ肌再生美容
純粋レチノールピール**

通常 ¥19,800 → 初回お試し ¥16,500
ハリツヤ・小ジワ・毛穴・たるみだけでなく、乾燥・赤み・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。

オールシーズン施術OK!
シミケアトリートメント(120分)
通常¥22,000 → 初回お試し ¥16,500

Dr.ピュールポーテ Sou顔

通常 ¥22,000 → 初回お試し ¥16,500
国内最高レベルの特許製法、特許成分で開発された最先端のドクターコスメを贅沢に使用し、卓越した独自の手法と各種療法手技を組合わせた、今までにない整形級のスーパーケア「Sou顔」は、解剖学をもとに、健康と美の相関関係を多角的に捉えて技術(手技)と、製品の相乗効果を活用した総合エイジングトリートメントです。

☎ 070-1946-7772

都城市山之口町花木2039-1
営業 / 10:00~17:00(最終受付16:00) 不定休
※施術中は折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

詳しい情報やお客様の施術キログは
コチラをCHECK!



格闘技スタジオ SRS

5月18日、都城初!! 複合型スタジオ OPEN!! 美ボディ目指すなら今!!



露出の増える夏にピッタリなダイエット効果大のコースが満載です。より効果的なダイエットが期待できる、プロによる完全オーダーメイドのダイエットプログラムの作成・サポートもおススメですよ!

★プログラム内容★

キックボクシング・パーソナルトレーニング・ブラジリアン柔術・MMA(総合格闘技)



講師: 朝倉 隼 (あさくら はやと)
早稲田大学教育学部卒
資格: 柔道整復師 / 元全米認定ストレンクス&コンディショニングスペシャリスト / 社会科教員免許 / 柔道初段 / ブラジリアン柔術紫帯

すべてのクラスに通い放題♪
お得でうれしい月額設定
レギュラーコース ¥11,000
ライトコース ¥8,800
(一部のクラス限定)

kidsプログラムもご用意!!

キッズクラス (柔術・キック・寺子屋SRS) に通い放題!!
小学生 ¥6,600 大人と同じクラスに お得な価格で通い放題!!
中学生・高校生 ¥7,700

フォーラム限定特典「フォーラムみた」でお好きなクラスの初回体験
通常¥1,000 → ¥0!!

★キックボクシングまたは柔術がおススメです★

☎ 070-6612-4025

都城市牟田町30-10
定休 / 木曜・祝日
※詳細な営業時間およびクラス内容はInstagramをご確認ください。

Instagram



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

フィットネスジム FIT365 都城



1日あたり約100円で通えるジム
無料見学受付中♪

「ジムに行ったことがないから、いきなり入会は不安……」という方は必見! 『FIT365』では、入会前に施設内をしっかりと見学できます♪

★見学のオススメポイント★

- ・事前予約なしで、見学OK!(日曜日を除く)
- ・スタッフが最初から最後までしっかり案内。
- ・施設の雰囲気や広さを体感!
- ・人気オプション「ボディプランナー」の無料体験付き♪
自分の体重や体脂肪率をチェック!

※見学ご希望の方は、スタッフ常在時間にお越しください。

お得な月会費 **¥2,980** (税込 ¥3,278)
会員様+家族3人迄 利用可能!

6月限定!! 入会キャンペーン

まずはここから♪
1Day Pass ¥1,100/日



お申込みはこちら

最大¥12,078 お得!!
先着50名様限定
期間: 2024年6月30日(日)まで

月会費 初月
会員カード発行料 (あんしんサポート加入で)
レディーズエリア 初月・翌月(女性限定)
ボディプランナー 初月・翌月(自動登録)
スタジオ 初月 **¥0!!**

☎ 0570-030-365 (コールセンター)

都城市年見町16-6
営業 / 24時間 定休/なし
スタッフ常駐時間 / 平日 10:00 ~ 15:00 16:00 ~ 21:00
土・祝 10:00 ~ 15:00 16:00 ~ 19:00
日 ノースタッフデー





まとまりと艶が
手に入る
自然派サロン

梅雨のまとまらない髪を
美しくよみがえらせるサロン

ミネラルストカールとは……大人気の「エイジング毛対応ストレート」と、髪に優しく、施術後も傷みにくいカールを合わせた施術。大人女性の悩みに多い、根元のうねりやクセを取りながら、髪のハリ艶をよみがえらせ、ボリュームアップも叶えてくれます。驚きの手触りも感動ください。

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

うねりを取り、髪のハリ・艶アップ！！
ミネラルストカール+カット
¥15,400 ※ロング料金別

☎ 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



室内で楽しく有酸素運動！
日焼けも雨も気にならない！！

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、背中のお肉やポッコリお腹とサヨナラできますよ！自律神経の調整や更年期対策にも◎。

完全
パーソナル
トレーニング
初回限定 40分 ¥2,200
1レッスン(60分) ¥3,300
お得な回数券 4回 ¥11,000 (1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 (関)

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



臨月の妊婦さんも
うつぶせになって
施術を受けられますよ！

おかげさまで5周年
感謝の気持ちを込めた
スペシャル企画

- ①来店者全員に
バックマスクプレゼント
- ②¥71,000相当の施術を
受けられる¥50,000
プリペイドカードを販売！
【限定10枚】

女性の健康と、妊娠・出産・子育てを応援！

女性鍼灸師による丁寧なカウンセリングと施術の鍼灸治療院。『中山産婦人科』の敷地内にあり、常に産婦人科医と連携を図っているため、妊婦さんも安心です。

新 鍼灸+オイルマッサージコース
鍼とお灸、オイルマッサージを合わせて行う施術。
治療を行うと同時に、オイルマッサージでリラックスできるメニュー
妊娠初期から臨月の方まで受けられます それぞれの妊活状態に合わせたケア
マタニティーータルケア(90分) 妊活トータルケア(90分)
¥12,000 ▶ 初回限定 ¥9,980
お得な回数券 3回 ¥33,000 5回 ¥50,000

☎ 0986-77-6380

都城市前田町17-32 ※中山産婦人科医院玄関向かい
診療時間 / 9:00~12:00(最終受付 11:30)
14:00~19:00(最終受付 18:30)
休診 / 日曜日・祝日 完全予約制
女性専門 個室完備 ※「中山産婦人科」を受診されていない方も施術を受けられます。



軽快な音楽に合わせて楽しく脂肪を燃焼！！
「ジャザサイズ」とは、「ブルーノ・マーズ」の曲など全米で人気の楽曲に合わせて、カラダを引き締めていくダンスフィットネス。インストラクターのマネをするだけで10~80代まで一緒に楽しめるプログラム内容です。自分のペースで通えるので、すきま時間や休日にぜひお越しください！ 無料体験も実施中です。

月会費 ¥6,050 / 入会金 ¥5,060 / Single Visit (1回のみ) ¥2,200

初めの方限定！体験1回無料！！
6/15~7/31迄、
短期会員様募集！！
【入金不要！】
¥6,050→25%OFF×2ヵ月！

☎ 090-2582-5444

開催場所 / 都城市早鈴町の集会施設(イオンSC付近)または早水町の体育施設
※詳細内容につきましては、お電話またはQRコードを読み取ってご確認ください。
駐車場 / あり



早くも人気！男性のための
フェイシャルエステサロン
理容室や美容室にヘアカットへ行く
感覚で気軽にお越しください。



お客様の声
ひげそり負けで、赤い発疹や腫れがあり悩んでいましたが、1回の施術で落ち着いたので、驚きました(H様/40代)

気軽に通える隠れ家的なサロンでツヤ肌になろう 完全予約制

こっそり気づかない内に
モチ肌になる話題のコース！
メンズフェイシャルスペシャルコース
初回お試し
¥16,500 → ¥13,200
ニキビやひげそり負け、乾燥などの肌トラブルでお悩みの学生さんへ！
学生限定コース ¥5,500
※未成年者の場合は保護者の同意が必要となります

☎ 070-1946-1784

都城市山之口町花木2039-1
営業 / 10:00~17:00(最終受付16:00) 不定休
※施術中は折り返しのご対応とさせていただきます
※カード・PayPay・LINE Pay決済可
※すべてのお試し価格は予告なく変更になることがあります。
※ご来店時に身分証明書の提示をお願いいたします。



梅雨シーズンもオススメ！
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よ

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)
■カット ¥3,200
■塗るだけヘナ ¥3,800
トリートメント ¥3,000→¥1,000
他メニューをされた方限定

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&ハープの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



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！

ぜひ
チェックしてみ
てくださいね！

きりしまフォーラム 検索

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

●5月で18歳になりました。でも、猫ちゃんも18歳になったので、誕生日のケーキが2つ並んだのですが、気持ち猫ちゃんの方が大きくて……。母に聞いたなら「同じじゃあんまりだから違うのにしたよ」とニコリ。猫♀娘でした。でもかわいいので納得です。
(りこちゃん／18歳)

●お母様、ご息女に大きなケーキ買ったげて〜！そのケーキのサイズ差に納得しちゃうとは、なんて優しいのでしょうか。私が同じ立場だったら駄々をこねていたと思います(笑)。何はともあれ、りこちゃん、猫ちゃん、お誕生日おめでどうございませう！

●移住してきてよかった！

・5歳の息子と散歩することが多いのですが、神奈川県に比べて、横断歩道などで車がすく停まってくれるのに感動しています。みんなが優しい感じの町、県なのかな？ 移住してきてよかった。

(べぺ／37歳)

●嬉しいご意見ありがとうございます！宮崎の方はわりとどのんびりした方が多い気がするのですが、それも関係あるかもしれませんね。人に優しくすると自分もなんだか優しい気持ちになれるので、私も率先して人に優しく、時には自分にも優しく(？)していきたいです！

●愛です！

・きりしまフォーラムに最近出会って大好きになりました。地元紙でありながら長年愛されているのがよくわかります。きりしまフォーラムのゆるキャラグッズを企画してほしいです!! (きりしまフォーラム大好きだよ!!／38歳)

●とても愛を感じる投稿ありがとうございます！その愛、しっかりと受け止めました。実は数年前に、弊社のイメージキャラクターが爆誕しています。その名も「キリタ」。おそろしく調べたら出てくるかもしれないので、ぜひ探してみてください。いつか再登場を目指します！

●ちゃらいーん鼻から牛乳

・通販で1袋1000円のチータラを購入して少し食べてから、常温で保存していました。また食べようと袋を開けた瞬間変な匂いがして、さらにチーズには黒い点々がついて腐っていました。もったいないことをしました。

(かか／29歳)

●常習犯だったので、共感してしまいました。1回外に出すと、うっかり冷蔵庫にしまい忘れちゃうんですね(苦笑)。あれってなんなんでしょうね。"ネクストコソンスヒント！" ただのうっかり！

●慌てないことが大事！

・安いと思って買ったお肉が、g単位の値段表示になっていて、いつもなら絶対手を出さない値段の肉を購入しました。美味しかったから結果はよかったのですが、慌てて買い物するのはよくない、と改めて感じました。

(ちむ／46歳)

●ひ、ひえ、考えるだけで恐ろしいですね。でも、なんだかんだ言って、高いお肉は美味しいですよ。g単位だと金額の割に少なく感じちゃいます。が、さしが入ったお肉はすくにお腹いっぱいになっちゃうので、コスパがいいといえはいいのかもしれない(何の話?)。次はお気をつけください！

●出いこー！

・4歳の息子が、食後に食べすぎたらしく、トイレでお腹をた

たきながら「でこい、でこい」と言っていた(笑)。

(えりい／38歳)

●ちゃんとカラダの仕組みを理解しているんですね。素晴らしい！叩いたら確かに出てきそうながします(笑)。今度密かに実践してみます。

●私の連休いずこ……

・こどもの日に遊びに出かける計画を立てていましたが、1週間前に主人がコロナに。小さい子どもと主人の看病を必死に頑張り、感染することなく当日を迎えようとしていましたが、前日の夜から私が発熱し、結局主人と子ども2人で出かけることに……。仕方がないとはいえ、私の連休は何だったんだ……。

(まな／30歳)

●看病お疲れ様でした。そして、その後の発熱大変でしたよね……。計画を立てていたからこそ、余計にショックも大きかったことでしょう。次こそ、ご家族揃って遊びにいけますように！余談ですが、私の連休は驚くべき白さで、漂白剤をこぼしてしまっただけで、疑うレベルでした(苦笑)。

●ひっそりパワーアップ！

・最近甥っ子にいつも「しりとりしよう」と言われます。以前は余裕で勝っていたのに、だんだん手強くなってきたので、「あ、や」や「う」ではじまる言葉も調べたりして、今めちゃくちゃ強い自信があります！

(ゆゆ／31歳)

●しりとり「あ」の攻めは一番

嫌なやつじゃないですか……。調べて挑むなんて甥っ子さんはかなりの強敵とみました。私もしりとりなら、なんだかわけのわからず自信で勝つような気がするので、ぜひ勝負してみたいです！

●実は人気ナンバー!?

・車のナンバーが1122をよく見かけます。最高1日5台見かけたことがあります。

(やすくん／58歳)

●8888はよく見かけられるのですが、1122は何にかけたナンバーなんだろう……。わんわんにゃんにゃんか思いつきませんでした。前方を走っている車のナンバーを見るのは、信号待ちのちょっとした暇つぶしになって楽しいですよ。

●ママ！

・親友の子ども(2歳半)、以前会ったのは赤ちゃんの時でしたが、久々に会ったらおしゃべりが上手になっていました。とても懐いてくれたのですが、なぜ私のことを「ママ」と呼びださびつくり。親友のこととは「あちゃん」と呼んでいるので、「ママなんて言ってるのはじめて聞いたよ」と親友も笑っていました。

(コルシ／31歳)

●なんだか不思議ですね！親友故の似たようなオラ的なものがあるのでしょうか。何はともあれ、子どもに「ママ」と呼ばれて嫌な気はしないですよ。なんとまあ和やかな関係性に憧れました。

ありがとう お父さん

父の日特集



AEON

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



● 合同庁舎	↑ 都城駅
● 都城警察署	●
● 都城市役所	●
● 藤元病院	●
● 洋服の青山	●
● 南香	●
● 南小学校	●
● GS	●

イオン都城ショッピングセンター

THE SHOP TK

外さないアイテム♡ ポロシャツを贈ろう

「吸水速乾」や「超冷感」など、定番なのに細かいディテールがオシャレな高機能のポロシャツ。

サンダル

足元に存在感を放つ編み込みデザインが特徴のサンダルはクッション性も◎。足をしっかり保護しつつ、ほどよい抜け感をプラスしてくれるので、オシャレなお父さんにイチオシです!

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

特別な日に嬉しいNIKEギフト♪

NIKE カーム サンダル
NIKE エアマックス90
NIKE スポーツウェア

鮮やかなオレンジが、これからの季節に映えるセットアップ。

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

LA PAX 父の日に贈りたい! こだわりアイテム!!

MADDEN EQUIPMENT 2WAYショルダーバッグ

容量を拡張できる多機能2WAYバッグは、3種類の合皮を使った高級感のあるデザイン。

Bag

Umbrella 傘

梅雨の季節に大活躍する晴雨兼用傘を、プラスワンアイテムとして贈りませんか?

Key case

レザーや、大人気ブランド「PATRICK COX」のユリ柄ロゴを全面にあしらったキーケースもラインナップ。

LAPAX 1F TEL.0986-46-2225

1964 THE CLOCK HOUSE

父の日にちょうどいい時計

SEIKO SELECTION S Series

セイコーユーザーの声から生まれた、ちょうどいい時計!! どの世代のお父さんにも喜んでもらえる1本です。

「SEIKO」や「CITIZEN」などブランドはもちろん、オリジナル時計の品揃えも充実しています。贈物としてのラッピングも承ります。父の日ギフトに迷ったら、ぜひご相談ください。

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

ABC-MART お父さんを快適にするシューズ&サンダル

ABC SELECT コートサンダル

トレンドの甲周りを覆うようにカバーしたスニーカーライクなサンダル。履き心地もよく、シンプルな夏のコーデアクセントとしてオススメ。

HAWKINS

梅雨シーズンに最適!! アッパーレザーはイタリア製の撥水加工、内部には日本製の防水膜を使用し、水の侵入を防ぎます。軽量でクッション性に優れたミッドソールに、防滑に優れたアウトソールを使用。

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

暑がりなお父さんへ Mac-House 涼しく快適なクールファッションを!

Edwin COOL FLEX

毎年大人気のEdwinの涼しいベージュパンツは、綿麻ストレッチで「吸汗速乾&接触冷感」。夏に嫌煙したくなるデニムを快適に履きこなせちゃいます!

MacHouse 2F TEL.080-5909-3382

お父さんがかつこよくなるサングラス

SNAPシリーズ

めがね&サングラス両方の機能を備えたSNAP。ベースフレームにSNAPレンズをワンタッチで交換できる大人気のサングラスは、デザイン&カラーもたくさん! お父さんに喜ばれること間違いなしです。

この他にも、さまざまなシリーズをご用意しています。お父さんの視力に合わせた遠近両用めがねや老眼鏡もあるので、ぜひ一緒に、ご来店ください!!

オンデーズ 1F TEL.0986-21-3313

one's terrace 家飲みが楽しくなるセット♪

ハイボールグラスシリーズ& AQUARIUMグラス

ハイボールの黄金比が印字されたオシャレなグラス。水族館の動物がかわいい! 涼し気なグラス。

TOFFY

ビアカクテルサーバー

毎秒約4万回の超音波振動で作られる泡はととてクリーミー! ハーフ&ハーフのビールやビールベースのカクテルが簡単に作れる卓上ビアサーバー。

one's terrace 1F TEL.0986-46-2215

コーヒー好きなお父さんへ

コーヒー豆やマグカップ、タンブラー、お菓子などをセットにしたギフトもご用意しています♪

コールドスリュウコーヒー 水出しアイスコーヒー

水に漬け、冷蔵庫に8時間置くだけで本格的な美味しいアイスコーヒーができる定番商品!

フルンジ フジラ スルポン100%

キャラメル、バニラ、カシスを思わせる複雑で豊かな香り、ワイニーな風味が特徴のコーヒー。

タリーズコーヒー 1F TEL.0986-24-2082

my makura 父の日には良質な睡眠を

首肩快適枕 スレミアム

首肩快適枕 DX

肩こりや首こりがつらいお父さんには「オーダーメイドマイ枕」もオススメです!! ギフト券も販売していますので、気軽に相談ください!

my makura 1F TEL.0986-46-1868

one's terrace 家飲みが楽しくなるセット♪

TOFFY

ビアカクテルサーバー

毎秒約4万回の超音波振動で作られる泡はととてクリーミー! ハーフ&ハーフのビールやビールベースのカクテルが簡単に作れる卓上ビアサーバー。

one's terrace 1F TEL.0986-46-2215

ケンタッキーフライドチキン サイドも選べる! トクトクパック

ケンタの Teppan!

トクトクパック♡

オリジナルチキン 4個 選べるサイド2品 ¥280

大人気の「トクトクパック」!! 最大700円オトクになるパックを、家族や仲間と一緒に楽しみたい。

一緒に買うとおトク 各390円 「バック・パーレル」購入者限定

ポテト(S) 2個 / ビスケッ 2個 / クリスビー 2個
チョコパイ 2個 / コールスロー(S) 2個

ケンタッキーフライドチキン 1F TEL.0986-46-2275

ITALIAN TOMATO Cafe Jr. 毎年大好評 初夏限定メニュー!

7種野菜のサラダパスタ

温かなベベロンチーノとたっぷりのサラダを特製のドレッシングで味わう! 期間限定パスタをどうぞ!!

ダフルあまおう苺グラニータ あまおう苺エード

苺の王様と呼ばれる「あまおう」を使用した、香り高く濃厚な味わいを楽しめる真っ赤なドリンク♪

イタリアントマトカフェ Jr. 1F TEL.0986-22-1190

新作メニュー登場

フレッシュトマトとベーコンのパスタ

トマトソースとフレッシュトマトの旨みたっぷり! 大きめにカットした野菜の味わいもgood!!

ひんやり冷たい トロピカルなドリンク♪

&TEA グレージュフルーツセバレートティー ごろっとマンゴーヨーグルトスワークル®

タリーズコーヒー 1F TEL.0986-24-2082

★ 家族みんなで! ★ 美味しいグルメ ★



一般社団法人

日本住宅取得応援協会 × きりしまフォーラム

大好評につきコラボで開催決定!

家づくり勉強会

後悔しない!

第94回

超 物価高時代の今だからこそ、
安心安全な家を賢くお得に建てる方法を学ぼう!!

参加
無料

1人でもご参加をおすすめします!

家が欲しいと考えている、すべての方におすすめです! /

家を建てるための情報が詰まった講演会

住宅ローン

住宅ローン選びで1,000万円も差がつく!
賢い住宅ローンの選び方とは?

耐震

耐震等級の落とし穴をご存じですか?
強い家と弱い家の見極め方

予算

一生涯のトータル支出を考えていますか?
家の予算+光熱費+修繕費

土地

不動産取引で失敗してしまう人の傾向を
徹底説明!

気候

南国宮崎に合わない家
宮崎で絶対に造ってはダメな家とは?

基準

その基準で大丈夫?
先進国で最低基準の日本住宅とは?

素材

住んでからでは遅い! 素材選びの重要性
長持ちする家とは? 身体に優しい家とは?

重要

家づくりで後悔しないために
知っておくべき7つの基本とは?

これまでに約3,000人の方が参加し

全員が「参考になった」と
回答しています!



おかげで計画がかなり進んでいます。
家も見え目と重視していましたがこの講演を聞き、そのほか
様々な観点から家造りについて考える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)

7月14日(日) 13:00~16:30
(開場 12:40)

定員 10組限定

応募
締切 7月2日(火)

※事前アンケートにご協力いただいた方から、先着順の受付となります
※お申込み多数の場合、抽選となる場合がございます

会場 道の駅 都城NiQLL 多目的室ルーム1・2
都城市都北町5225-1

お申込み方法

きりしまフォーラムのホームページ または
QRコードからお申込みください

当選結果は、お電話にて通知させていただきます



http://kiri-fo.net

「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ておりますので
建設関係者様のご来場はお断りさせていただきます

ご家族応援企画 /

きりしまフォーラムから
参加者へのお土産付き!



※写真はイメージです

本誌でも若者男女に大人気!
『寿司虎亭』の『虎コーポレーション(株)』
『寿司虎・寿司虎亭』
全店で使用できる

3,000円分の
お食事券をプレゼント!



※アンケートにご協力いただいて、勉強会にご参加くださった方全員にプレゼントします

Kids Room
キッズルーム完備



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。小さいお子様がいらっしゃる
方も、ぜひ、ご家族でお越しください。

お問合せ

きりしまフォーラム TEL:0986-26-5836 mail:info@kiri-fo.net

【個人情報のお取扱いに関して】お申込みいただきました個人情報は本イベントにのみ使用し、第三者に開示することはありません。

主催/一般社団法人 日本住宅取得応援協会 企画協力/きりしまフォーラム