



vol.392
NOVEMBER 2024

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!!
日帰りぶり旅
宮崎市内で
秋を満喫
**宮崎市
特集!**



キレイを
お得意に! **Beauty特集**

スポーツの秋!
文化の秋!! **秋の習い事特集**

フォーラム
オススメ! **FORUM'S SELECT グルメ**

その他、イベント情報など、盛りだくさん!!



表紙の絵 『秋水母』

古道具「RERE」店主
てらはら せいじ
寺原 誠二さん

暑い夏が過ぎ、寒い冬が来る、その狭間を表現しました。過ごしやすい季節が待ち遠しいですね。

●情報の提供・お問い合わせは

TEL:0986-26-5836
https://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

年中無休で営業中！ 2回目以降のご利用は3店舗どちらのお店でも
ご購入OK！ ※詳しくはお問合せください。

25周年記念 新規キャンペーン

シティコンタクト
デイスポ・カラコンセンター
イオン都城駅前店
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 駐車場あり

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

シティコンタクト 鷹尾店
TEL.0986-58-8540
都城市鷹尾2-2-8
営業時間/9:00~19:00
年中無休 駐車場あり

ハードコンタクトレンズ
1DAY 2WEEK
すべて県下への品揃え!!



シティコンタクト 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



11月限定!! 25周年記念 3店合同キャンペーン開催!
初回購入時に使えるお得な500円OFF実施中!

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!

※イオンモール都城駅前店は、カラコン・1DAY・2weekの取り扱いになり、メガネの取扱いはありません。

目玉商品

長時間続く快適性 鮮明な見え方
取り扱いやすさ UVカット機能

アルコン
プレジジョン ワン®
1DAY 1箱(片眼30枚入)
1箱 3,300円(税込)

目玉商品

フレッシュ룩
フレッシュ룩 デイリーズ®
イルミネート®
全5色 1DAY 1箱(片眼30枚入)
1箱 3,300円(税込)
4箱セット 12,000円(税込)

みずみずしいうるおい素材使用
3Dナチュラルカラー
安全性が高く、ズレにくい

アルコン Freshlook
フレッシュ룩® デイリーズ®
イルミネート®
全5色 1DAY 1箱(片眼30枚入)
1箱 3,300円(税込)
4箱セット 12,000円(税込)

目玉商品! 使い捨てコンタクト

1箱 2,800円(税込)
4箱セット 10,450円(税込)

メニコン
2WEEKプレミオ
2WEEK 1箱(片眼6枚入)
※乱視用・遠近両用は対象外です
別料金で快適な乱視用・遠近両用もラインナップ!

メニコン
1DAYプレミオ
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!

ポッシュロム
バイオトゥールワンデー
1DAY 1箱(片眼30枚入)
※乱視用・遠近両用は対象外です

メガネ 鷹尾店、小林店のみ

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 プレミアム 5,500円(税込)
メガネ拭き 7,700円(税込)
レンズ ケース 11,000円(税込) など



薄型レンズ、カラー
レンズも取り揃え
ています。詳しくは
スタッフまで!

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!

鷹尾店 限定
メガネ・コンタクトレンズの視力測定が
9:30~18:30まで受けられるようになりました!!
1DAY用・2WEEK用など、テストレンズをそのまま装着してお帰りができます。

時間の目安 待ち時間 0~30分/測定時間 10~30分
※はじめての方は測定時間などにプラス30分程度かかるため、
18:00までの受付をお願いします。
定休日 水曜日※土・日・祝日も受付けております
視力測定 550円(税込)/1,100円(税込)

メガネ・コンタクトレンズの
見え方などに不満足や違和感が
ございましたら、
お気軽にご相談ください

弾ける 生爽快感

一口食べると檸檬の甘酸っぱさまで、シチュア
シューと弾ける驚きの食感にビックリ!
まるで食べるレモンスカッシュ!

霧島檸檬

2013年 広島菓子博で
大臣賞受賞!

霧島産地の霧乃栗金

こだわりの美味しい栗を使用し、
熟練の職人が一つひとつ手作業で作っています。

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

島津荘園

都産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 都城市甲斐元町1-26 8:30~18:30
郷土銘菓処 お菓子の南香 TEL.0986-22-4670

11月のお休みは 6日※・13日※・20日※・27日※です

贈答用 全国発送も承ります お菓子の南香 検索

グリーンコープ生協みやぎき 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

移動販売車 みんなのお店 げんきカー
高城・山之口地区 で、毎日元気に移動販売を行っています!!
みなさんのご来店を、お待ちしております!

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、9年目を迎えました。
さまざまな商品をもって、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!

新・医療の窓

早水公園クリニック便り

103

①「いびきがうるさいと言われて、
気になりはじめたのですが、治り
ますか？」

寝ている間に起こるいびき。寝息との違いは「ささやき声」程度の音量ですと寝息、それ以上はいびきと判断されます。いびきは、呼吸器官のどこかが狭くなっている時に起こります。一番多いのが鼻で、鼻水などで鼻閉などを起こしているパターンです。その他に、扁桃肥大や、肥満、飲酒も原因になります。

ただ、ひどい場合は睡眠時無呼吸などになり、寝ている間の血中の酸素が減少し、疲労感が強くなったり、朝起きれなくなったりします。家でできる対策としては、鼻の粘膜をケアするための加湿が重要です。あまりひどい場合は、ご相談ください。

また、睡眠時無呼吸は大ごとです。当院でも検査ができますので、こちらも心配な方は気軽ににご相談ください。

②今年の冬、新型コロナウイルス・
インフルエンザは流行しますか？

ご質問の答えは、「おそらく流行するでしょう」です。今までの新しいウイルス出現の歴史を見ると、だいたい5〜7年は、新型のウイルスが猛威をふるっています。

新型コロナウイルスは、春夏秋冬に関わらず流行していますが、ここ最近の傾

向としては、高齢者の状態が悪化してしまい、時に生命に影響を及ぼすことがあります。テレビなどでは、報道されなくなってきたですが、高齢の方にとっては、まだまだ怖い病気です。またインフルエンザは、乾燥した気温の低い冬に増殖しやすくなります。新型コロナウイルスの際のマスク生活で、免疫が低下している方が多いため、大流行する可能性もあります。今年の冬も要注意ですね。

③おならの量が増え、臭いもきつくなりました。体調が悪いのでしょうか？

おならの原因は、第1に6〜7割が飲み込む空気、第2に腸内で発酵してできたガスです。第1の原因は、あまりよく噛んで食べないこと、炭酸飲料などの飲み過ぎがあげられます。第2の原因、腸内の発酵でできたガスですが、これは腸内の悪玉菌が増えるとガスも多く、臭いもきつくなります。この悪玉菌が増える原因は、悪玉菌の好物である揚げ物や動物性脂肪(お肉など)の摂りすぎや、不規則な生活です。悪玉菌を減らし、善玉菌を増やすことが改善方法のひとつです。ちなみに、善玉菌を増やすには大豆や豆腐など、野菜などの食物繊維をバランスよく摂取することが大切です。



院長 山内 明

早水公園クリニック 専門外来

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一步は、まず早期発見。そのため、内視鏡検査を気軽に受けられる施設を目指し、最新式の胃・大腸内視鏡を導入しています。

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。

排尿・排便 外来スタート

要予約

腎泌尿器科医による尿のトラブル、
消化器科医による下痢・便秘外来と
なります。

AGA(男性頭髪薄毛) 男性更年期 外来スタート

毎週土曜日

お気軽に
ご相談ください



事務部

看護部



早水公園クリニック

TEL 0986-36-6117

都城市早水町 4503-16 HP <https://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、

**困ったこと・
気になったこと**

TOP3

- 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りません
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。もっと早く行ってあげれば良かったね!

**無料講座
個別相談会**

すべて無料

10/28日 → 11/17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にてご確認を

★ 全国254店舗※ 利用組数47万組以上※ ★

※カウンター数/2024年9月末時点、利用組数/2024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



高齢者向けお食事宅配

大好評につき
お試し第2弾

400キロカロリー
基準
(おかずのみ)

塩分ひかえめ
3g以下
(週平均)

☑ 献立の悩みをズバリ解消!
カロリー・塩分計算
栄養バランスを考えた

☑ 健康は毎日の食事から

☑ 簡単!レンジで温め2分

☑ 毎日安否確認を
兼ねてお届け!
離れてお住まいのご家族の方も安心

お試し割引期間延長!

\ 10日間の注文で **2,000円** 割引 /

通常価格10日分 ~~6,500円~~のところ **10日分で4,500円**税込

※通常は5日分のご注文となります。5日分の通常価格は3,250円(税込)です。

※11/1~11/29までに新規申込みされた方に限ります。

まずはこの機会だけでも試されてみませんか!

九州を元気に!!

ショクジコーポレーション

宮崎県都城市志比田町 5897-1

お気軽にお電話ください



通話料無料

0120-222-135

受付時間/午前9時~午後5時30分(月~金曜日)

土持歯科医院

Tsachimochi Dental Office



詳しくはこちら

TEL.0986-25-8148

都城市上川東1-18-10



遺品整理・生前整理もお任せください

高価買取

出張買取OK! 迅速対応します!

査定無料 **相談無料** 金・銀・プラチナ・ブランド品・切手・家電 etc.

遺品の中に高価査定の品物があるかも!? まずはご相談を!!

買取専門店 縁 ☎ **0986-58-7719**

受付時間: 11時~17時 定休日: 水曜日 住所: 栄町19番地14番地

宮崎県公安委員会許可 第951040017069号

美容と健康に 霧島裂罅水 シュワっと温まる炭酸泉

38℃のぬるま湯に長湯して 日ごろの疲れを取り 心の健康を癒して リラックスしてみませんか?

青いのぼりが目印→

わらわら **和楽笑の湯** 0986-46-1126

営業 / 6:30~22:00 定休 / 第1火曜日

都城市広原町34-8-2

ホームページ 地図



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



SOO JAM CAMP 2024

11.17 (日) 開場 14:30 開演 15:00

曾於市末吉総合センター [全席指定] 4,500円

出演 三浦 祐太郎 / 尾崎 裕哉 / ハジ→ / 河口 恭吾 / 矢井田 瞳

チケットは末吉総合センターで販売中!

鹿児島県立松陽高等学校 吹奏楽部 クリスマスコンサート

全日本吹奏楽コンクール全国大会10回出場 うち2019年~2024年 5大会連続出場

チケット料金 全席指定 1,000円 好評発売中

12月15日 開場 13:30 開演 14:00 曾於市末吉総合センター

2025年 2月9日 会場 曾於市末吉総合センター 開場 14:00 開演 14:30 一般3,500円 高校生以下2,000円 11/27 チケット発売開始

歌まねスペシャルライブ 松浦航大&よよよちん in せお

一般財団法人 まちづくり曾於 TEL.0986-76-7100

電話受付 9:00~17:00 [月曜日休館日]

曾於市末吉町諏訪方8127番地(末吉総合センター内)

よい席はお早目の購入をお勧めします

超絶可愛い!!

いつでも スイーツ

無人スイーツ販売所 OPEN 24 HOURS

都城店

2024.10.12 NEW OPEN!

人気のお取り寄せスイーツが 1つから買えちゃう!!

メディエテ注目の SNS映えスイーツも多数☆



全国のお取り寄せスイーツ 100種以上!

話題の無人スイーツ店が都城市に初出店!

24時間スイーツ専門無人販売所 いつでもスイーツ都城店 宮崎県都城市姫城町10-1

店舗情報はここから (MAP) 店舗情報はここから (LINE) 店舗情報や各種情報はここから (LINE)

Google map studiosweets.com Instagram



OPEN! **子どものためのマウスピース矯正**

都城はならび矯正歯科

世界最大のシェア誇る「インビザライン矯正」とは Invisalign

透明のマウスピースを用いて歯列を矯正する方法です。目立ちづらく、自由に着脱できるというメリットがあります。

HELLO! **理事長 越智 信行**

本国「アライン・テクノロジー社」の国内に25人しかいない公認ファカルティ(指導医)。累計症例1500件以上の実績を誇るマウスピース矯正専門医

透明で目立たない
痛みが少ない
虫歯のリスクを最小限に
通院回数が少ない

マウスピース矯正専門の歯科医院

ホームページより24時間予約受付中/
都城はならび矯正歯科

0986-70-9016 都城市上川東2-3-11

HP LINE Instagram

あなたの住宅・アパート・土地

買います 売ります

有限会社 一里山不動産 鹿屋市旭原町3592-38
鹿児島県知事(8)第4029号 TEL:0994-44-2824

都城・三股方面のお問い合わせはこちら **090-1928-5292**

2024 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11日①~17日②
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)

11/15 金 18:30~20:30 (18:30~開場 19:00~開催式) **参加無料 事前申込不要**

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
都城市の糖尿病の現状とその予防について
都城健康課 保健師 平松 采奈
管理栄養士 吉迫 可奈

講演 II 19:30~20:15
腎臓からみる糖尿病治療の最前線
公益社団法人 都城市北諸県郡医師会
都城市郡医師会病院 腎臓内科 副院長 皆川 明大先生

11月14日②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/公益社団法人 都城市北諸県郡医師会 都城健康サービスセンター ☎0986-36-8700(代表)

30年とこれからもモノづくり、一直線

専務取締役 長友

モノづくりへの情熱と、挨拶、礼儀、感謝を持ってお客様に接し、質の高い技術で心のこもった仕事をしてきました。おかげさまで、30周年を迎え創業以来、宮崎県内での土木工事に特化してまいりました。

地域基盤 **医療・福祉** **商業施設・オフィス** **都市環境**

K KEIYU 敬友開発有限会社

0985-39-2415
〒880-0121
宮崎市大字島之内字北山3895番地

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

敬友開発は、「SDGs(持続可能な開発目標)」の達成に取り組みます。

WEB

QRコード

\\ フォーラムがプロデュース! 日帰りぶらり旅 /

宮崎市内で秋を満喫

宮崎市特集



ようやく秋らしい気候になってきた今日この頃。

食欲の秋から芸術の秋まで、幅広く秋を味わえるスポットをお届けします。

涼しい秋風に吹かれながら街を探索してみませんか?



FAIRY TALE

今年4月に県庁側に移転オープンした「FAIRY TALE」。まるで物語から出てきたような彩り豊かなコースメニューは、視覚と味覚の両方で四季を感じる事ができます。提供されるお料理には宮崎県産の食材を多く使用しており、ドレッシングやソース、お料理に合うパンまですべて自家製という驚くべきこだわりです。座席と座席の間隔が広く、ゆったりとしたスペースで至福のひとつときを満喫してみたいはいかがでしょうか?



【土日祝日&ディナー限定コース】
二十四節気コース 3,500円
メイン料理付きの本格イタリアンをお手頃価格で味わえる人気のコース。お料理とワインのペアリングを楽しむのもオススメです◎。



時間帯によって異なる表情を見せる店内。お昼は自然光に照らされた明るい印象、夜は間接照明のあたたかな光が幻想的で、どちらも違ったよさがあり素敵です♡

11月の季節替わりコースメニュー

二十四節気コース

寒露〜うろこ雲浮かぶパンツァネッラ〜
霜降〜金木犀散る海老のトマトクリームパスタ〜
立冬〜木枯らし吹く頃のジェノバ風豚バラ煮込み〜
小雪〜紅葉のモンブラン〜

フェアリーテイルコース

パンツァネッラ・ピアンコ
大きな海老のトマトクリームパスタ
ポルチーニ香るきのこのリゾット
秋刀魚とリコッタチーズのインパデッラ
ジェノバ風豚バラ煮込み
紅葉のモンブラン

※フェアリーテイルコースはディナーのみの提供となります。

☎ 070-8337-7707

宮崎市宮田町1-13県庁イーストビル1F

営業/平日ランチ 11:00~14:00L.O.

土日祝ランチ 第一部 11:00~

第二部 12:00~ / 第三部 13:00~

ディナー 18:00~21:00L.O.

モーニング 8:30~10:00L.O.

(第1・第3日曜のみ)

定休/月・火曜日

※予約優先となります。また、ディナーは完全予約制です。

DOMANO



香り豊かな有産ののりを使用した絶品おにぎり

1位 明太クリームチーズ ④378円

2位 卵黄醤油 ④378円

3位 ちりめん山椒 ④216円/④324円

人気
おにぎり
Best 3

生花店「HANAVILLA」が「癒しと健康」をコンセプトにオープンした「DOMANO」。おにぎり屋さん・カフェ・生花店が一緒になった珍しいお店です。「体にいいものでお弁当やお惣菜をつくりたい」という社長の強い熱意のもと、ブランドポークや鮮度抜群なサーモン、無農薬野菜など食材からこだわり抜いた、お弁当やお惣菜と、注文してから握られるおにぎり的人气を博しています。体に優しいものを使用して作られるため、小さいお子様でも安心して食べられるのが嬉しいポイントです♪

CHECK!

秋の新作 自家製餡の白玉団子

甘さ控えめでお茶との相性もピッタリなコロんとかわいい白玉団子。おやつタイムにぜひご賞味ください♪



広々としたイートインスペースでおにぎりやカフェメニューを堪能できます。解放感のある空間で、美味しい食を楽しんでみてはいかがでしょうか?



生花がたくさん並ぶ フォトジェニックな空間も



色鮮やかな草花が美しい生花販売スペース。普段お世話になっている方への贈り物としても喜ばれそうです。お弁当やおにぎりを買いに来た際には、合わせてチェックしてみてください♪

☎ 0985-41-8757

宮崎市松橋1丁目6-9

営業/10:00~18:30

定休/火曜日

※記事内に記載の価格はテイクアウト時の価格です

MUKASA Coffee&Roaster



廃校となった「宮崎市立穆佐(むかさ)小学校」をリノベーションしてオープンした『ムカサコーヒー&ロースター』。熊本県産の小麦や地元高岡町産の野菜・フルーツなど、こだわりの素材をふんだんに使って作られるパンやスイーツ、自家焙煎で提供されるスペシャルティコーヒーがオープン当初から大人気のお店です。取材当日はオープン30分前に伺ったにもかかわらず、すでに3組のお客様が並んでいる盛況ぶり! パンやスイーツは、12時過ぎには完売してしまうことが多いそうなので、朝イチの来店をオススメしますよ!



店内は、広々としたおしゃれなイトインスペースも完備! 学校だったことを思わせる黒板もあり、少しノスタルジックな気分になりながら、美味しいコーヒーとパンをいただきました。



☎0985-83-0306

宮崎市高岡町小山田字籬973-2
MUKASA-HUB 1F
営業/10:00~15:00
※土・日曜日は16:00まで
※商品がなくなり次第終了
定休/月・火・水曜日

土・日曜日限定 12:00~

旅するスパイスカレー 1,200円

週末限定で販売されるカレーは、たくさんのスパイスを使ったココでしか堪能できない逸品。週ごとに提供されるカレーが変わるのも面白いポイントです。



Bread



で、きらめく美味しさに感動! そして次の日にリベイクしても、サクッワッなパン生地のクオリティをキープしていたことにも驚きました。

スイーツ系のパンも充実。もっちりフワフワとしたパン生地の「シナモンロール」や「洋なしカスタード」も絶品です。

店頭に並ぶと即完売してしまう「バスクチーズケーキ」や「バナナコッタ」は自宅用だけでなく、お土産としても喜ばれること間違いなし!



Sweets



Coffee

こちらのパンに合うようにブレンド・焙煎されたスペシャルティコーヒーを、オーナーの鬼束さんに淹れていただきました。フミは「エチオピア」、りつは「ムカサブレンド」を堪能。パン&コーヒーの最強の組合せに、至福のひと時をすごしました。ホットコーヒーが美味しくなるこれからの季節に、ぜひ飲んでいただきたい一杯です。

本部はにわ製作所

はにわ製作の先駆者と言われる本部マサさんが1955年に開業した『本部はにわ製作所』。現在は沼口さんが受け継ぎ、製作が続けられています。店内に入ると、さまざまな大きさや表情のはにわが出迎えてくれます。はにわの購入はもちろん、製作体験もできるため、大人から子どもまで楽しめる観光スポットとして人気を博していますよ。思い出作りに、行かれてみてはいかがでしょうか?

沼口さんがこれまで製作した
はにわがこんなにたくさん!



人気の

はにわ作りに挑戦!!

武人・踊る女・馬の3つのベースから好きなものを1つを選び、竹べらなどの道具を用いて思い思いの装飾を施していきます。製作する際のコツや注意点を沼口さん自らがレクチャーしてくださるので、初心者でも安心です。完成したはにわは、焼きあがったのちに自宅へ届きますよ!

はにわ製作体験

目安時間: 1~2時間

料金: はにわ1体につき1,500円 ※送料別途



フミ&りつが作ったはにわをお披露目!!



使用ベース: 馬

フミ作「プリンセスホース」

姪っ子ちゃんをイメージして、かわいさ全開に仕上げました。リボンやハートなど、キュートなモチーフを思いつく限りたくさんくっつけた自信作です!

使用ベース: 踊る女
りつ作「メイドな女」

どことなく和のイメージがあるはにわをシュールでポップなメイドテイストにしてみました。一番のこだわりポイントは1本ずつこねて作った髪の毛です。



いらっしやいませ! 主人様♡

集中してこねこね……

完成! 満足のできです!



☎0985-23-6034

宮崎市西池町6-2
営業/9:00~17:00
定休/日曜日、他不定休



内から外からキレイになりたい♪

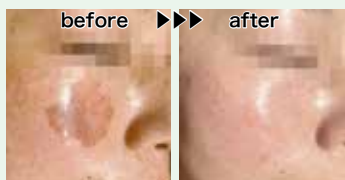
Beauty 特集

～癒し処～Ku'u Punahele(クプナヘレ) どんなお悩みもキレイにします!

肌再生美容「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。研究を重ね特許製法、特許成分、高価なエイジング美容成分などを惜しみなく使用して作り上げたフェイシャルトリートメントをさせていただきます。



U様
お喜びの声
こんなにシミが取れるなんて、感謝しかないです! ゆかりさんに任せてホントにホントによかった!! 肌も若返ったみたいですよ。



Y様
お喜びの声
自分で見ても周りの人から見ても、変化は一目瞭然!あのシミと共に生きていかなくて済むなんて幸せです。でも、まだまだホームケアを頑張ります!!

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。

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ズ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、特別な総合エイジングトリートメントです。

詳しい情報やお客様の施術キログル
コチラをCHECK!



店長くろぎ

☎ 070-1946-7772

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

Mente for men(メンテ) 年齢に関係なくお肌&頭皮の悩みに対応

リピーター続出中のメンズフェイシャルコースに 育毛効果も期待できる特別なヘッドケアがプラス!



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)

☎ 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ご提示をお願いいたします。

フェイシャルケアにとっても重要な頭。多くのお客様からニキビ・シミだけでなく、「頭の地肌・生え際のお悩み」も伺いました。そこで、お肌がキレイになると同時に、エステだからできる頭皮の悩みも一緒に解消するためのヘッドケアをプラスしたコースを、これまでと同じ金額でご提供します!! 地肌・生え際が気になる方も気軽にご相談ください。

新 エステ側から考える頭皮ケア +フェイシャルケア メンズスペシャルコース登場!!

頭皮のお悩みに大きく影響する血流不良を解消し、血行促進しながら、同時にニキビやひげそり負け、シミ、シワなどあらゆる肌トラブルもケア。「生え際の老け感」にも特化した生え際リフトコースです。

¥16,500 → 初回お試し ¥13,200

ニキビ



シミ



学生限定コースも
ご用意しています。
気軽にお問合せ
ください!

本誌でもおなじみ「旬エイゼン永山」の永山弘人氏が会長を務める「朝日会」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。

「都城地区交通安全協会」の協力のもと、「朝日会」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、丁寧に声をかけて行っていました。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に、交



取材協力/旬エイゼン永山
☎ 0986-25-3651

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いきましょう。





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♪

**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!!

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

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



レッスン日時

- 月・木曜日 10:00~
- 火・水・土・日曜日 19:30~
- 金曜日 20:00~

40周年限定フェア実施中!

軽快な音楽に合わせて、楽しく脂肪燃焼ができるジャザサイズ。海外のヒット曲で踊って、鍛えて、汗をかいて、笑顔になれる独自のプログラムをお試しください! 12月10日までのご入会なら、1カ月分の会費と入会金が0円に♪ 詳細はお問合せください。

月会費 ¥6,050 / 入会金 ¥5,060 / 体験料 ¥2,200

★期間限定!! 40th ANNIVERSARY FAIR★

開催期間 10/10~12/10 キャンペーン期間中のご入会で
入会金 0円 & 1カ月の会費 0円!

※利用開始月の翌々月迄の在籍が条件
※ジャザサイズがはじめての方は体験1回無料です。

☎ 090-2582-5444

開催場所/都城市早鈴町の集会所(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、お電話または右側のQRコードを読み取ってご確認ください。
駐車場/あり



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。

1年以内に妊娠された方多数
体験者からの喜びの声をインスタに掲載中です!



新 鍼灸+オイルマッサージ+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。



髪のボリュームアップ・毛穴レス肌で若見え印象アップ!



皮膚科医監修の新世代美肌・育毛プログラム。薄毛・抜け毛・毛穴で悩むの方はぜひ一度ご体感ください!

**新世代の最速
エイジングケア**
プロセル (SCALP/FACE)
初回限定 ¥40,000

☎ 090-6382-2970

北諸県郡三股町新馬場17番地1
営業/10:00~19:00 不定休
その他のメニューも多数あります!
★カウンセリング無料★



ご予約は
こちらから

きっちゃかんと Color



三股町にカラー専門店オープン

髪の広がりやくせ抑制、美髪効果が期待できる「marbb」使用のカラーメニューが早くも大人気! 高発色・長持続が期待できますよ! 高品質・低価格をぜひ実感してみてください。

初回限定!
フルカラー ¥4,000 → ¥3,500
リタッチ ¥3,500 → ¥3,000

ここが低価格&高品質のヒミツ
・お客様自身によるセルフドライをお願いしています。ドライヤーとアイロンは店内にあるサロン品質のものをお使いいただけます。
・カラーは12:00~15:00までの時間限定メニューとなっています。
※ブリーチとデザインカラーは行っておりません。



☎ 0986-88-0329

北諸県郡三股町花見原8-8
営業/カラー 12:00~15:00
定休/水・日・祝日・第3火曜日・その他不定休
ご予約はお電話または公式LINEからお願いいたします!



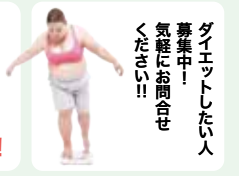
小牟田 パーソナルトレーニングスタジオ All Out Fitness

**一人じゃ限界……を感じたら絶対ココ!
悩めるあなたに、寄り添うジム!!**



数々のダイエットと筋力UPを成功させてきた本物のトレーナーのもと、楽しく、しっかりとダイエットできると人気のパーソナルジム。驚きの価格でトレーニングを受けられるので、コスト重視の方にもオススメです! 「トレーニング回数が少なくて痩せる方」や「病後でもしっかりと痩せる方」、「下半身太りから痩せる方」も続出中。目的に合わせたプログラム提案とトレーニングで、夢の自分を一緒に実現しましょう。シニアの筋力・体力アップも応援しています!

11月限定!
「フォーラム見たよ」で
体験トレーニング
¥2,500 → ¥500!!
その後の入会で
入会金 ¥15,000 → ¥0!!



☎ 080-6382-8691

※ご予約の際に場所をお伝えします
(曾於市大隈町岩川竹山交差点近く)
営業/月~金曜日 9:00~22:00
土曜日 9:00~17:00
定休/日・祝日

トレーナー 小牟田さおり
●全米スポーツ医学協会/フォーマンス
●NSCA認定パーソナルトレーナー
●健康運動指導士・健康運動実践指導者
●日本ストレッチング協会認定ストレッチトレーナー
●看護師

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



秋の

習い事特集

A B C

スポーツの秋、文化の秋。

過ごしやすい気候の秋は、自分磨きをはじめめるチャンス！
子どもから大人までおすすめできる習い事を集めました。

楽しく学べるパソコン教室内
さんすう数学教室 都城上東教室 ☎0986-58-8620



お子さまの“さんすうか”をガンガン伸ばせ！
幼～小中学生向けの学習コース新設！

★学習教材で人気のヒューマンアカデミー監修★
丁寧な指導で大人気の教室から、幼～小中学生
向けのコースが誕生！「**通塾型タブレット学習教材**」
という新しい学習スタイル！基本が自宅での
タブレット学習なので、無理なく自分のペースで
進められ、週に1回先生が学習習慣と実力アップ
をサポートしてくれるので安心です。タブレット学
習や塾は続かなかった…というお子さまはもちろ
ん、習い事デビューにもぴったりです。

新コース設立キャンペーン! ※2024.11/30迄有効

■入会金**50%OFF!!** 11,000円→5,500円

■タブレットレンタル料**3ヵ月無料!**(通常1,650円/月)

※初回のみ教材費6,820円がかかります

まずは体験してみませんか? お得なこの機会にぜひお試しください!

都城市上東町3街区11号 定休/日曜日
営業/9:00~20:00 ※土曜日は18:00迄

体験の申込はお電話またはQRコードから→



楽しく学べるパソコン教室内
さんすう数学教室 都城上東教室

コンピュータ・ロボット・機器を作り意
図とおりに動かすためには、論理的に
組立て、数字や数式で指示を出す必要
があります。子ども達にプログラミング
を教えながら、そもそも算数ができる
ことが大事だという思いから、効率的
なタブレット学習「さんすう数学教室」
を開講いたしました。AI時代に順応で
きる数学力が身につくよう、お子さま
をサポートしていきます。

安影先生より



BESTIE BASE(ベスティベース)

習い事ランキングで全国的に水泳や英
会話と並ぶくらい、近年たくさんの子
ども達がダンスをしています。最近スト
リートダンスをTV番組でよく見かける
ようになり、よりダンスが身近になっ
ています。自分達で映像を見ればできる
時代でもあります。BESTIEBASE(ベス
ティベース)では、音楽への感性をより
上げるダンスをしています。歌った時の
ような気持ちよさ、楽しさ、満足を感じ
るダンスを目指しています。ダンスには
夢や希望を実現できるチカラもありま
す。まずは、ぜひ体感しに来てください!

HIROMI 先生より

BESTIE BASE ベスティ ベース

☎0986-66-8102



話題の「ダンス」を
はじめるならBASEで!!

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

ーストリートダンスを学ぶメリットー

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

11月末迄!! 秋の入会キャンペーン

- ①入会金 3,000円→**無料**
- ②全クラス体験レッスン**無料**
- ③入会月の月謝**無料**

都城市前田町5-17(マクドナルド横)
※詳しいレッスンの内容はお問合せください

詳しくはコチラをCHECK!



http://bestiebase.com ID「bestiebase_da」

啓ゼミナール

☎0986-66-8001



小学5・6年生と中学1・2年生を
若干名ずつ募集します

お陰様をもちまして、今ほどのクラスも
定員をほぼ満たしております。今回募集
するのは小学生のクラス2名と、中学1・2
年生のクラス2名だけです。
左のQRコードから当塾のインスタグラ
ムにアクセスして、卒業生のコメントを
お読みください。外からは分からない当
塾の仕事ぶりや教師は私の思いがご理
解いただけるでしょうから。

お問合せ、ご連絡なく

(募集対象)
小学生クラス …… 2名
中学1・2年生クラス … 2名
卒業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



啓ゼミナール

当塾はチツボケな塾です。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。楽しむためにはお預かりした
生徒達の成績をガッツリと上げなく
ては、そうなるように魅力ある授業を準
備し、生徒達にそれを提供し、生徒達
が成長する姿を見ること以上に楽しい
ことはありません。

当塾にご興味あればお問合せを。

黒木先生より



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。趣味としてははじめたヨガ、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

キラキラ塾 Rise

☎070-7566-5568



理数特化!!「1対1の完全個別指導」

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! HP→

年会費及び入塾金ゼロ!! ※完全予約制

小学生～中学生まで指導します。
★冬期講習も行っています★

都城市山田町山田2687-1
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)



コアラ英会話スクール / 大人の英会話A.C.T. ☎0986-46-6588

秋の無料体験実施中!



忙しいお母様のために
送迎もしています!

留学対応・試験も完全サポート!

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! 大人の生徒さんもお通いしています! 超初心者から上級者の方まで在籍です!!

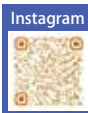
【クラス紹介】

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

秋の入会キャンペーン

11月 入会金 10,000円 → 50%OFF
入会者限定
フォーラム読者限定 ※必ずフォーラムを見たとお伝えください

都城市前田町1291-1 (ウエルビングII)
営業 / 10:00～21:30 英検・TOEIC・TOEFLクラスも大人気!
※授業時間は月～土曜日でご相談ください
※安心の月謝制! 高額な教材費は不要です!
HP / <http://koala-english.com>



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。また、海外留学へ向けたカリキュラムも大人気で、多くの生徒さんが現在留学されています。無料体験受付中なので、気軽にご参加ください! インスタグラムも見てくださいね!

Justyna先生より

大人の特選グルメ VOL.39

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。

居酒屋 木助

本当は教えたくない! 箕原の隠れ家的居酒屋で味わう絶品鶏料理。

2024年9月で1周年を迎えた居酒屋『木助』。人気料理店で修行をした店主が作る鶏料理や創作料理は、素材、調理法、見た目のすべてに店主のこだわりと情熱が詰まっています。



炭と焼き方にこだわり抜いた絶品炭火焼

お客さんのほぼ全員が注文するという看板メニューの炭火焼。厳選した福岡の炭を使用し、手作りの鶏油で火力を上げ焼きながら、炭の香りをまとわせた特別な逸品です。また、鶏本来の旨みを最大限に引き出す塩は、独自にブレンドしたもの。中でもオススメは、新鮮な鶏肉を絶妙な火加減でレア状態に調理した「木助レアもも焼き」。今までにない斬新な味わいの炭火焼を、ぜひ一度ご賞味ください。



『一期一会』を大切に

常に笑顔と感謝を忘れず、最高の接客でお客様をおもてなししているため、リピーターのお客様が多い。そのため、定期的に新メニューを考案し、飽きが来ないような工夫をしています。

大切な人と過ごす至福のひとつ

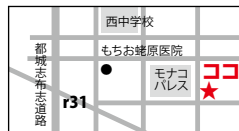
広々とした個室もあり、最大40名での宴会も可能。ご家族、ご友人、会社の同僚とゆったり特別な時間を過ごすことができます。注文はQR読み込み式なので、混雑時でもストレスフリーに注文できるのも魅力の一つ。



- ◆木助レアもも焼.....780円
- ◆せせり.....700円
- ◆レバ刺し.....650円
- ◆海老カツロール.....880円
- ◆せせり唐揚げねぎ塩だれ.....700円
- ★コース4,000円～(飲み放題150分付)★

☎0986-80-3435

都城市箕原町8135-5
営業 / 16:30～22:00 (L.O 21:30)
定休 / 月曜日
QRコード読み込み注文、キャッシュレス決済対応



宮崎ガスグループ

11月23日(土) 10:00~18:00

11月24日(日) 10:00~16:00

会場 Mallmall まちなか広場

ガス展 2024

笑顔あふれる みんながガスき!

年に1度の感謝祭!

ステージイベント

11月23日(土)

- 11:00~ フルト&ピアノユニット ぶれーめん
- 12:30~ バルーンパフォーマンス ぼんた
- 14:00~ マグロ解体ショー 最大200名様 ぶんまわり
- 15:30~ 上町祇園
- 17:10~ 都城少年少女合唱団

11月24日(日)

- 11:00~ アコースティックギター まちのけいいち
- 12:30~ 赤ちゃんハイハイ競争
- 14:00~ Dance Studio B Formation
- 15:00~ 中国変身ショー

赤ちゃんハイハイ競争

11/24 12:30~

参加賞あり!

応募資格: 11月24日時点で1歳未満のお子様

申込締切 11/17

お申込みはコチラ

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

クッキングコーナー

参加費: 500円 各回定員10名様

※写真はイメージです

11/23

メロンパン風マフィン

11/24

味噌玉とおにぎり

お申込みはコチラ

要予約

ご予約締切 11/11 12:00まで

お問合せ 宮崎ガス(株) 都城支店 TEL 0986-38-7500

おしゃれて 楽しい冬支度

あったか&保湿アイテム Selection

in プーラビーダ都城店

毎年即完売! 人気アイテム

Room Vest ルームベスト

入荷するとすぐに完売してしまう冬の必須アイテム。キルティング×ボアの切替えがオシャレなルームベストは、着ていることを忘れるほどの軽さがgood。腰回りがずっと温かいので、冷えが気になる方にもおすすめです。

ベージュ・ピンク・白と落ち着いたカラー展開で、年代を選ばず着られるのも嬉しいポイント!

贈り物にもピッタリ

Blanket ブランケット

これからの季節に欠かせないブランケットは、毎年人気の恐竜やねこちゃん、フラワーモチーフなど、たくさんのカラーとデザインをラインナップ。自宅やオフィス、車内だけでなく、ピクニックなどのアウトドアでも大活躍してくれます。

乾燥が気になるこれからの季節に.....

Cher-Clouleur シェルクルール

モイストミルク [ボディミルク]

保湿力だけでなく、トラブル肌・アンチエイジングにもおすすめのボディミルク! むくみに作用してくれる嬉しい効果もあります。精油のよい香りは、毎日のリラックスタイムに♪ 女性だけでなく、男性にも愛用者急増中!!

ほっとイヤリング スタッフオススメ

耳をあたためると自律神経が整いやすく、またリラックス効果も。これから寒くなる冬に、ぜひ使ってほしいアイテムです!

マシュマロブランケット

マシュマロのようなフワフワで弾力のある素材が心地よく、かわいすぎないデザインが◎。1年を通して使えるブランケットは自宅での洗濯も可能です。

ギフトにもおすすめのハンドクリーム

manuan マニュアン

乾燥の季節がやってきます。傷つきやすい手肌を守るハンドクリームは無香料で、つけ心地もサラサラ。べたつきが少なく、すぐに作業しやすいトリピーター続出中! 秋冬の必須アイテムです。

11月 POP UP SHOP

mocha.made モカメイド

11/15(金) -12/4(水)

秋冬の新作も登場! 大人かわいいアクセサリーをお楽しみください。

元明生花店 初 ワークショップ開催

ご予約受付中

11/3(日)・9(土) 11:00~14:00

ふわふわパンパス照明ライト

参加費: 4,000円 [材料費込み]

親子での参加歓迎 必要な物: ハサミ 参加人数制限なし

お部屋がちょっとだけおしゃれになるアイテムを作ってみませんか? 電池で光る電球ライト使用。プラスチックのため、割れる心配はありません。

プーラビーダ 都城店

0986-36-6188

都城市吉尾町2100 営業/11:00~20:00

https://www.pura-vida.jp

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/



A バウムクーヘン 1ホール 2名様 店

養鶏農家で作る、プリプリの若たまごをはじめ、宮崎・九州産の原材料のみを使用した、無添加バウムクーヘンをプレゼント！カラダに優しく、老若男女問わず人気の逸品です。内祝やお歳暮にもオススメです。11月～12月中旬頃までは、期間限定でバウムクーヘンに使われている卵が、驚きの店頭限定価格で販売されるのでお見逃しなく！

★提供/ユウヒテラス
☎0986-77-1222
都城市太郎坊町1858-1

P23もご覧ください

B ランチセット 3名様 店



本格中華が味わえる『彩』の人気ランチセットをプレゼント！メイン料理が2品選べて、大満足的美味しさとボリュームにリピーターが続出しています。食後に嬉しい杏仁豆腐もついてますよ♡実際に味わって自分好みの組み合わせを見つけてみてください！

★提供/CHINESE KITCHEN 彩 チャイニーズ キッチン サイ
☎0986-24-7877 都城市早水町17-4-1

P22-24もご覧ください

C 1,000円分お食事券 3名様 店

欲張りランチが大人気の『カラースM』から、ランチやカフェタイムで使えるお食事券をプレゼント！美味しい食事やドリンクで楽しいひとときをお過ごしください！



★提供/旬の彩 カラースM
☎070-1514-2930 都城市鷹尾3丁目4-10

P23もご覧ください

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の応募フォームから、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 1,000円分お食事券 3名様 店



鶏料理が自慢の人気居酒屋『木助』。他店とは一味違う絶品料理の数々と、美味しいお酒で日々の疲れを癒しませんか？

★提供/居酒屋木助
☎0986-80-3435 都城市猿原町8135-5

P22もご覧ください

E おいげんチーズ饅頭 10個セット 3名様 店



宮崎県民なら誰もが知るチーズ饅頭。『お菓子のながくら』のおいげんチーズ饅頭(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 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 さばとんこつ 3名様 店



発売から1周年を迎える人気の一杯をプレゼント！他では味わうことのできない、さばのうま味ととんこつの美味しさがマッチした新感覚ラーメンをぜひ味わってください！

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

P23もご覧ください

おそれいりますが
85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
- ◇エアコンの効き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!!

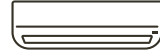
エアコンクリーニング専門の『おそうじ本舗都城大王店』まで!!

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



好立地で
ファミリー層
にもピッタリ!
和室もあり!

都北町

中西住宅

3K 駐車1台

4.3万円 敷金・礼金 2ヵ月

和室・広々3K

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

2.8~3.0万円 敷金 1ヵ月

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)

5.6万円 敷金・礼金 1ヵ月

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☆

●プレゼント交換会などで、1,000円以内のものをもらえるとしたら何が嬉しいですか?(金券除く)

●今年も残りあとわずか。年末年始に絶対食べたい食べ物を教えてください。

☆ご協力ありがとうございました。



イオン都城ショッピングセンターでの行事

★おもちゃ病院

修理代無料

日時／11月2日(土)

16日(土)

13時～16時

(受付は15時まで)

場所／2階休憩所

(デイサービス遊癒前)

★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7日(木)

～10日(日)

場所／1階正面通路

★イオンのお歳暮・冬ギフト

定番のお酒やスイーツなど、人気商品を豊富にご用意しております。

日時／11月8日(金)

～12月28日(土) ※予定

場所／1階セントラルコート

★天然石 MoonBow

日時／11月7日(木)

～11日(月)

10時～売り切れ次第終了

場所／1階正面玄関側
レストラン街入口

★専門店顔見世ファミリー (ハットショップ) 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乗り越えたいだけで参加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10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ー前駐車場) ※雨天時は3階立体駐車場

★まちの保健室

心や身体についてのさまざまな気がかりや問題など、お気軽にご相談ください。

日時／11月10日(日) 12時～15時

場所／2階休憩所 (デイサービス遊癒横)

★宮崎県消費生活センター

相談窓口PRキャンペーン 宮崎県消費生活センター及び消費者ホットラインの相談窓口の啓発グッズ等を配布します。

日時／11月12日(火)

10時半～12時(予定)

場所／1階正面玄関側 レストラン街入口

★令和6年度消費者教育絵画作品・啓発ポスターコンクール

巡回作品展 消費者教育絵画作品と消費生活に関連した啓発ポスターコンクール

ルの入賞作品を展示いたします。

日時／11月15日(金)～19日(火) 場所／2階専門店CDショップ 『We』横 特設会場

★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19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階正面玄関側 エレベーター前

★ナツティバリアンのキャラクターグッズ販売

香ばしいキャラメルナッツとさまざまなフレーバーのポップコーンを取り揃えております。

日時／11月26日(火)

～12月1日(日)

10時～19時(予定) 場所／1階正面玄関側 レストラン街入口

★サンリオのカフェワゴン「サンリオクレイブ号」がやってくる!

サンリオキャラモチーフのクレープや限定雑貨を販売します。

日時／11月30日(土)・12月1日(日)

10時～18時

場所／1階正面玄関外

■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

Recruit 未経験者大歓迎!

まりしまフォーラム 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 まりしまフォーラムを一緒に作りませんか?





お問合せはこちら

0986-26-5836

HP



Instagram



イベント情報

★スーモカウナーで

家づくりの悩みを相談&解決
専任アドバイザーがお答えし
ます！ すべて無料

『スーモカウナー』では憧れのマイホームを手に入れるために必要な、家づくりのノウハウを学べる、無料講座や個別相談会が開催されています。詳細はP4をご覧ください。

日時/10月28日(月) 11月17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
※上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/スーモカウナー

☎0120-3000-829

「きりしまフォーラムを見て」とお電話ください!

★アクサ生命×きりしまフォーラム

大好評につき6回目の開催が決定!
女性のためのマネー講座
参加費無料!! 参加者特典付き!
お金の貯め方&増やし方

♪はじめての資産運用術♪

2024年6月に開催した際に多くの方にお申込みをいただいたイベント!! 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、学校では知ることができなかった

「お金」について、気軽に学んでみませんか? 株価が乱高下する今こそチャンスです!
※詳しくはP20をご覧ください

日時/11月9日(土)

- ①10時~11時45分
- ②13時半~15時15分

会場/未来創造ステーション
2階多目的室・セミナー室3

※駐車場無料
※図書館入口とは異なります
※参加者全員に本誌でも大人気の『道の駅松山やつちくふるさと村』限定! チョコレート専門店が作る特別なショコラセットをプレゼント♪

料金/無料
定員/各回15名

■問合せ/きりしまフォーラム
☎0986-26-5836

★(一社)日本住宅取得応援協会
X 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98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/11月10日(日)
13時~16時半

(開場12時40分)

会場/未来創造ステーション
会議室1

料金/無料
定員/限定10組

※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』全店で利用できる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

★2024世界糖尿病デー
イベント in 都城

11月14日「世界糖尿病デー」にあわせ、下記のとおり講演会を開催します。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ていきたいと思

います。この機会にぜひご参加ください。

日時/11月15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。

「世界糖尿病デー」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11日(月)~17日(日)

日没~22時

場所/都城市北諸県医師会館
(都城市姫城町)

■問合せ/公益社団法人都城市北諸県医師会 都城健康サービスセンター

☎0986-36-8700(代表)

★毎回大人気
第3回好活セミナー開催

本誌でもおなじみ、女性の鍼灸師による丁寧なカウンセリングと施術が人気を博している『YELL』による、大好評の好活セミナーが開催されます。妊活における基礎知識や妊娠しやすい身体づくり、モチベーションを保つ方法など、さまざまなことを学ぶことができるセミナーです。はじめての方も、気軽に参加してくださいね。

日時/11月16日(土)

定員/5名様限定
場所/中山産婦人科医院

参加費/2000円
■問合せ/鍼灸治療院YELL
☎0986-77-6380

★令和6年度
曾於市自主文化事業
曾於市で音楽フェス
SOO JAM CAMP 2024

豪華5人のアーティストによる歌の共演。バンド編成によるダイナミックな演奏で、迫力あるライブをお届けします。お得なチケット料金もお見逃しなく!

出演/三浦 祐太郎
尾崎 裕哉
ハジメ
河口 恭吾

◆矢井田瞳

日時/11月17日(日)
開場 14時半
開演 15時

場所/曾於市末吉総合センター
料金/お一人様4500円

※全席指定
※3歳未満はご入場をご遠慮ください

★令和6年度
曾於市自主文化事業
鹿兒島県立松陽高等学校吹奏楽部
クリスマスコンサートinそお

全日本吹奏楽コンクール全国大会10回出場の実績を持つ『松陽高等学校吹奏楽部』が奏でる素晴らしい音楽をお楽しみください!

日時/12月15日(日)
開場 13時半
開演 14時

場所/曾於市末吉総合センター

参加費/1000円

料金/お一人様1000円
※全席指定
※3歳未満はご入場をご遠慮ください

■問合せ/一般財団法人
まちづくり曾於

☎0986-76-7100

★都城コアカレッジ
同窓会2024
総会&懇親会開催

懐かしい仲間と美味しい軽食をいただきながら、楽しく語りませんか? ハズレなしのお楽しみ抽選会も実施します!

日時/11月23日(土)
11時~

※申込締切10月31日(木)

場所/都城コアカレッジ

お気軽にご参加ください!

くもんの先生 説明会

webでも開催中!

新コンセプトをご紹介します!

「くもんの先生」の魅力を3つのフレーズで表現してみました。今回は、君の「やった!」が私の「やった!」に。

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

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 千820-0806 宮崎県宮崎市広島2-5-11 宮崎東海上日動ビル5F

■問合せ／都城コアレッジ内
同窓会事務局
☎0986-38-4811

★都城出合い創出委託事業
恋活時間

ソムリエに学ぶ、オトナのエ
スコートとワインに合うおつ
まみ作り&バー体験
ワインバー『クラレット』の
ソムリエ・松宮州平氏を講師に
迎え、おつまみ作りやワイン、
バーの楽しみ方やエスコートを
学びながら、交流を深めましょ
う♪

日時／11月30日(土)
18時～21時

場所／まちなかキッチン
&ワインパーククラレット

対象／【独身】20～45歳
定員／男女各10名

料金／3000円

※詳しくは、お問合せください
■問合せ／日本茶専門店
shop&cafe日向時間
☎0986-77-6943

★第64回ガス展2024

最新ガス機器の展示はもちろ
ん、ステイジイベントやマル
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、(株)キングによるミニ
シヨベルカー乗車体験などもあ
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23日(土)
10時～18時

10時～18時

11月24日(日)
10時～16時

会場／Mallまちなか広場

●クッキングコーナー(予約制)

・11月23日(土)
メロンパン風マフィンをつく
ろう

①10時

②13時半

③15時半

講師／日高先生

・11月24日(日)

味噌玉とおにぎりをつくらう

①10時

②12時

③14時半

講師／井ノ上先生

参加費／各回500円

定員／各回10名

※11月11日(月)12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23日(土)
Lupinus
ホイップデコアクセサリー&
キーホルダー
参加費／1000円～1500円
・11月24日(日)
ツモローフォト山下
出張写真撮影
参加費／1家族500円

★クッキング講座 受講生募集！
●飾り巻き寿司とお節レッスンの
日時／12月4日(水)
10時～13時

定員／8名
申込締切日／11月19日(火)
講師／LOVERらばキッチン
江夏先生
受講料／2500円

●楽しい手作りパン講座
日時／12月12日(木)
10時～14時

定員／6組

申込締切日／11月27日(水)

講師／ジャパンホームベーキン
グスクール認定 日高先生

受講料／2500円

●クリスマスロールケーキ
を作ろう♪

日時／12月21日(土)
10時～13時

定員／6組

申込締切日／12月6日(金)

講師／A's sweet pattern roll jelly
日本Ms.協会お絵かきロール®
認定講師 ALA 3Dアニメ
ルメレンゲビスケット
高橋先生

受講料／2500円

会場／ガスの情報館 都城

■問合せ／宮崎ガス(株)都城支店
☎0986-38-7500

その他の情報

★一人ひとりに寄り添う指導！
小中学生大募集中！！

アットホームな雰囲気の中
で、完全一対一の個別授業で苦
手教科を楽しく克服！学校で
のテストや宿題サポートも行っ
ております。一人ひとりに合わ
せた充実のカリキュラムで、一
緒に「できた！」を増やしてい
きませんか？他塾で断られた
お子様もご相談ください。入塾
を検討されている方はお気軽に
お問合せください。

■問合せ／キラキラ塾 Rise
☎070-7566-5568

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 ※鍼灸院のみ予約制

ニーズに応じて
さまざまな種類
のお水をご利用
いただけます
お気軽にお問合せ・ご相談ください
株式会社 サニクリーン九州
0120-86-3290 月～金曜日(祝日を除く)10:00～17:00

思い出は永遠に残ります
大切なお写真は
プロにお任せください
塩屋写真館
HP https://shioya-ps.com
公式LINEはコチラ→

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
11月診療スケジュール
いぎ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 院長 小山田先生
3 休診	4 休診	5 院長 小山田先生	6 院長	7 院長	8 院長 小山田先生	9 院長 小山田先生
10 休診	11 院長 小山田先生	12 院長	13 休診	14 院長	15 院長	16 小山田先生 南村先生
17 休診	18 院長 小山田先生	19 院長 小山田先生 17時閉院	20 院長	21 院長	22 院長	23 休診
24 休診	25 院長 小山田先生	26 院長 小山田先生	27 休診	28 院長	29 院長	30 院長 南村先生

定員残りわずか! お申込みはお早めに

第6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～

毎回
大好評!

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



超物価高&株価が乱降下する今こそチャンス!

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つた「お金」について
気軽に学んでみませんか?

第1部

第2部

各15名様限定

お友達同士やご夫婦での参加も大歓迎!!

参加費
無料

開催日時

11月9日(土)

第1部

10:00~11:45

第2部

13:30~15:15

※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。

定員

第1部

第2部

各15名様

各回ともお申込み多数の場合は
抽選となります

応募締切

11月6日(水)まで

11月7日(木)までに結果をメールか
お電話にてお知らせいたします

会場

未来創造ステーション 2階 多目的室・セミナー室3
都城市中町16-15
※図書館入口とは異なります

駐車場無料

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。

<https://kiri-fo.net>

抽選結果は、メールかお電話にてお知らせさせていただきます。

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



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しながら、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『道の駅松山 やっつくふるさと村』
限定! チョコレート専門店だからできるこだわりの
カカオとドライフルーツを使ったオシャレで美味
しい特別なショコラセットをプレゼント♡



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-240904/847-314

FORUM'S SELECT GOURMET

フォーラムセレクト
グルメ

life store Hanafusa.

☎ 0986-23-0950

11月12日 移転オープン!



本誌でも大人気の『花房酒店』が、さらにパワーアップして移転リニューアルオープンします。季節の食材を使ったお惣菜や、ふっくらと炊き上げた玄米が人気のお弁当、もちろん厳選されたこだわりのワインや日本酒も豊富にラインナップしています。ぜひ、足を運んでくださいな♪

店舗情報

都城市上川東1丁目12-3
定休/日曜・第1月曜日
営業/11:00~19:00



花房酒店が
life store Hanafusa.へ!

移転の詳細は
Instagramを
CHECK!

新店舗でも心と身体に優しい
お惣菜&お弁当をたくさん販売します!



毎年即売!

2025 OSECHI
お節オードブル

ご予約は
こちらからもOK!!
※詳細はP24をご覧ください



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 (LO.13:30), 17:00~20:00 (LO.19:30)
定休/月曜日 ※祝日の場合は翌火曜日



会席料理コース 2,750円~

小鉢・お造り・魚料理・肉料理・揚げ物・茶碗蒸し・ご飯・汁物

きりしまフォーラム読者限定

会席料理コース
+飲み放題2時間
4,500円

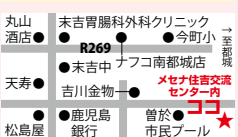
カラオケ歌い放題
& バス送迎サービス付

※バス送迎は10名様以上でのご利用に限ります

さまざまな用途で大好評
色彩弁当 (9柄) 1,300円~
手作り弁当 600円~



人気 上うなぎ弁当 1,620円



一品料理 藤乃華

☎ 090-4487-5543

心も体も温まる!
しみおでんが自慢のお店!



8月にオープンし、既にリピーター続出中の『藤乃華』。家庭料理と居酒屋メニューが堪能でき、中でも寒くなるこの季節に絶対に食べて欲しいのがしみおでん! かつおと昆布出汁で長時間煮込んで仕上げた自慢の逸品。「気づいたら数十品以上頼んでしまった」と、つい食べ過ぎてしまうお客さんが多いそう。肌寒くなるこの時期、熱々のおでんで温まりませんか?

店舗情報

都城市牟田町20-7 第六木野田ビル1階
営業/18:00~22:00 (予約優先)
定休/水・日曜日 (予約があれば営業します)

Instagramも見てください→



人気メニュー

■しみおでん.....150円~
ナンコツ・すじ・玉子・だいこん
キャベツ...etc.

夕食にもお酒のあてにも!

■手作一品料理

・鶏の唐揚げ.....600円
・しいたけのチーズ焼き...500円
・トーフのやまかけ.....500円
・オリジナルハンバーグ...980円



メニューにない料理もその日の食材によって提供可能です。全品テイクアウトもOK!

★オープン特別記念★
「きりしまフォーラム見たよ」で
おでん1品orソフトドリンクを
サービス!!



鉄板焼 都雅 MIYAKO MIYABI

☎ 0986-45-1214

ランチメニューリニューアル!



ホテルテラス3階にある『鉄板焼 都雅』。宮崎牛をはじめとするステーキはもちろん、新鮮な旬の食材を目の前の鉄板で調理して、出来立ての一品を提供いたします。鉄板焼ならではの贅沢で、スペシャルなひと時をお過ごしください。

店舗情報

都城市中町17街区2号ホテルテラス3F
営業/ LUNCH 11:30~15:00 (LO.14:00)
DINNER 17:00~21:30 (LO.20:30) 不定休

公式Instagram→



ランチメニュー



NEWランチメニュー

■豚丼(くらみとん使用).....1,650円
■ハンバーグ
ステーキランチ.....1,800円
■国産牛ロース
ステーキランチ.....2,800円
■宮崎牛ロース
ステーキランチ.....3,800円



ディナーコース 5,500円~



道の駅 松山 やっちくふるさと村

☎ 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！スイーツ&チョコレート専門店だからできる極上の美味しさをご堪能ください。毎年、即完売してしまうので、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
不定休

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】12/20(金)

【受取日】12/23(日)~25(火)

- 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..... 3,300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



FELICE フェリーチェ

☎ 0986-80-6162

金・土曜日限定のコース料理も大好評
忘年会のご予約も承り中♡



フワフワのパンケーキと趣向を凝らしたコース料理が人気の「フェリーチェ」に、毎年、多くの方が楽しみにしている「和栗のモンブランパンケーキ」が登場しています！選り抜かれた和栗のみを濃厚なマロンクリームに仕上げ、たっぷりとのせました。栗本来の美味しさを引き立てる、甘さ控えめのパンケーキと一緒にどうぞ。

店舗情報

Instagram →
都城市中町12-25PIER1
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)
定休/火曜日(祝日の場合は翌日) 他、不定休



期間限定

和栗のモンブラン
パンケーキ
1,580円

金・土曜日限定
ディナーコース
完全予約制

コース料理(7品)
+ 飲み放題 90分
4,000円

コース料理 MENU

- ・前菜盛合わせ
- ・鮮魚のカリパッチョ
- ・ローストチキン
- ・パンケーキ 他(全7品)



木助 居酒屋 木助

☎ 0986-80-3435

最大40名様までの宴会OK!
美味しい鶏料理で乾杯★



9月に1周年を迎え、リピーター続出の人気店「木助」。本格的な鶏料理はもちろん、こだわりの創作料理や美味しいお酒を堪能することができます。落ち着いた雰囲気の内店は、少人数での食事はもちろん、広々とした個室もあるので、大人数での宴会にもオススメです。美味しい料理とお酒を味わいながら、ご家族で友人・同僚と楽しいひとときを過ごしませんか？

店舗情報

Instagram →
都城市築原町8135-5
営業/16:30~22:00 (L.O.21:30) 定休/月曜日
QRコード読み込み注文・キャッシュレス決済対応



コスバよし! 味よし!
宴会コース

■4,000円コース

料理7品+飲み放題150分付

4,500円コース・5,000円コースもご用意しております。品数やコース内容についてはお尋ねください。

鶏料理以外も豊富!

人気メニュー

- 和牛も炙りユッケ... 1,300円
- バジルバスチース炙り... 880円
- 焼きラーメン..... 880円

全品テイクアウトOK

※週末は早めのご予約をおすすめします!



酒場定食堂 ふたつき

☎ 0986-77-2619

夜のコースも絶品! 忘年会プラン



ファミリーはもちろん、友達や会社の仲間と楽しく食事できる『ふたつき』。市場直送の鮮魚を使ったお刺身やガッツリとしたお肉料理など、大人気メニューが入ったコース料理は忘年会にもオススメです。店主がセレクトしたこだわりのお酒も堪能ください!!

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

忘年会のご予約はお早目に!

飲み放題の
ドリンクメニューも充実!

飲み放題120分付

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

ノンアルコールのメニューも充実!
ノンアルコールソフトドリンク飲み放題

■3,500円コース
お料理7品+デザート付

その他、定食や
一品料理も大好評



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

Instagram →
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



1段(約2~3名様盛り) 6,000円
2段(約3~6名様盛り) 15,000円
おせちオードブル!



4名様盛り 5,500円
12/20~25 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)



M 旬の彩 カラーズM

☎ 070-1514-2930

みなさまに愛されて12周年!
カフェメニューも好評♪



今年で12周年を迎えた人気店が、移転して更にパワーアップ! 人気メニューの「欲張りランチ」をはじめ、カフェタイムにはおしゃれなスイーツ、ドリンクなどを堪能することができます♪ 夜は予約限定でコース料理もご提供。忘年会や歓送迎会、女子会にもオススメです!

店舗情報 Instagram →

都城市鷹尾3丁目4-10 定休/日曜日
営業/ランチ(火~金)11:30~13:30 ティナー(予約)18:00~23:00
カフェタイム(火~土)13:30~16:00 ※土曜日は11:30~カフェのみ営業

人気No.1!

こんなに欲張っていいんですか!?

欲張りランチ(大人様ランチ) ... 950円
ご飯・味噌汁付き



★カフェタイムメニュー★

(13:30~16:00)
ゆっくり時間をかけて焼き上げる至福の逸品!
タッチペイビーバンケーキ 700円~



ディナーコース
(予約のみ/4名様~) 2000円~
和風~洋風コースをご用意!
飲み放題コースもつけられます♪

宮崎銀行 ココ ●パシオ
●とこやさん
●鷹尾3丁目バス停
31
都城市鷹尾3丁目

ユウヒテラス

☎ 0986-77-1222

半年に一度! 若たまご販売開始!!



養鶏農家が営む『ユウヒテラス』。宮崎・九州産の原材料のみを使用した、こだわりの無添加バウムクーヘンが人気です。毎年春と秋は、若鶏が産んだ平飼い有精卵の店頭販売を実施! お店のバウムクーヘンでも使用される鮮度抜群、プリプリの若たまごを、ぜひご賞味ください。販売日程はインスタグラムにて告知されますので、お楽しみに♪

店舗情報 Instagram →

都城市太郎坊町1858-1
営業/木・金・土 12:00~17:00
※たまごの販売開始日は日曜営業もあり、営業日詳細はインスタグラムをチェックしてみてください。

たまご販売期間 11月~12月中旬頃迄

平飼い有精卵

若鶏の若たまご(トレー販売)
(小卵) 1枚 / 54個 ... 1,000円
(大卵) 1枚 / 40個 ... 1,000円
(税込)
若たまごは1個/50g程の小卵と1個/80gの大卵(ふたご)がございます。

とみたのたまご バウムクーヘン

九州素材の各種フレーバー
プレーン/抹茶/きんかん/
塩しモン/クラフトチョコレート
/黒糖ラム/ etc
添加物不使用で優しい味です!

贈り物に♡
御礼/御祝/
内祝/寿/
志/お歳暮
etc.



大杉しいたけ園

☎ 0986-57-2536

混ぜるだけで本格きのご料理がすぐ完成!



自家栽培のしいたけときくらげを、九州産の鶏肉と一緒にじっくり煮込み、旨味をぎゅっと凝縮させた調味料食材「まぜたけ」。ご飯に混ぜれば甘辛まぜご飯に、パスタに混ぜれば本格和風きのごパスタに変身! これ一つでいつもの料理が手軽に美味しくなり、まるでお店の味に! お得なこの機会に、ぜひご賞味ください!

店舗情報

都城市山之上町山之口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 お取り寄せ企画!!



混ぜるだけ
簡単調理!
まぜたけ
1袋400円(+送料430円)が
送料込みで
5袋1,600円!!

※賞味期限が2025年2月までの商品です
※お支払いはコンビニ後払いとなります

- その他オススメ商品**
- ・朝採れしいたけ
 - ・鶏ときのこの炭火焼
 - ・きのこ餃子
 - ・きのこメンチカツ

ネット注文は
こちらから!

石窯パン工房 グレンツェン 都城店

☎ 0986-36-5888

旬のフルーツが詰まった新作パン!



厳選した青森産のふじりんごを使った新作パンや、店頭と並ぶと即売する「モンブランデニッシュ」など、この季節限定のパンがたくさん届いています! 期間限定の美味しさをお見逃しなく!

店舗情報 LINE公式アカウント 友達募集

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

14周年祭

11/21☆・28☆・12/5☆

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

秋の新作パン



青森ふじりんごの
カスタードクリームパン 175円
モンブランデニッシュ 300円
ツナフランス 200円



麺や星月

☎ 0986-58-7115

祝★さばとんこつ1周年



人気の「さばとんこつ」が誕生して1年が経ちました! ここでしか味わえない、さばの香りとうま味がぎゅぎゅっと詰まった、珠玉の一杯をぜひ一度ご賞味ください。痛みつきになる美味しさですよ!

おかげさまで1周年!!
さばとんこつ 800円
通常のとんこつラーメン等もメニューにごさいます! 自分好みの一杯を探してみてください!

店舗情報 Instagram →

都城市中町17-18森店舗4号
営業/11:00~15:00
定休/月曜日

楠見恵子さんの からあげ屋さん

☎ 080-3901-0141

本当に美味しくてごめんなさい!!



おつまみセット 1,000円
たまご焼き弁当 450円
お弁当は数量限定です! お気軽にお電話ください!
【たれ・塩で選べます】・もも(骨なし)480円(200g)
・むね(骨なし)460円(200g)・ミックス(もも・むね)480円(200g)
・肩肉(骨なし)250円(100g)・砂ずり250円(100g)
【塩のみ】・ナンコツ300円(100g)
・手羽先 90円(1本) ・皮250円(100g)
※1人前=約200g

【その他メニュー】
からあげ・各種お弁当・ポテト
たまご焼き・ふくれ菓子・オードブル
TEL 一本でご予約OK!

店舗情報

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

寿司虎亭 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



「美味しいものを少しずつ、さまざまな種類を味わいたい」というお客様の要望から生まれた「彩りランチ」。秋の絶品食材との出会いにより作られる味わい豊かなお料理を、寿司、天ぷらと一緒に召し上がりがりください。

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)

数量限定

おすすめランチ
秋の彩りランチ 2,618円
旬の味わい6品(サラダ・グラタン・
カキフライ・小鉢等)・天ぷら・寿
司・茶碗蒸し・汁物・デザート
ランチおすすめ握り 1,628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(お知らせ)をご覧ください
※詳しくはP25をご覧ください

●都城市役所
藤元病院 ●洋服の青山
●南香 ●南小学校
ココ★ ●GS ●スタジオ
アリス
寿司虎 都城店 ●イオン都城
ジョイック
センター

きりしまフォーラム 厳選

2024
-2025

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。

チャイニーズ キッチン サイ
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 6,000円
2段 約4~6名様盛り 15,000円

life store Hanafusa.



数量
限定

毎年即完売!

11月12日 移転オープン

2025 OSECHI お節オードブル
5~6人前 18,000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。「ロブ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、「life store Hanafusa.」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。

ロブ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/鴨のパストラミ他、全17種類

※写真は2024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(火)~
1月2日(木) 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!

※ご予約方法はP21をご覧ください

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!

※写真はイメージです

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(火) 10:00
~12:00

受付締切日 予定数になり次第終了

クリスマスオードブル

受渡日 12月20日(金)~25日(水)

受付締切日 随時受付

TEL.0986-23-0950
都城市上川東1-12-3
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

TERRASTA

TERRASTA DINING 総料理長監修
和と洋の入ったボリュームのある贅沢なおせち

厳選された旬の食材を使用し、一品一品に総料理長の思いとこだわりが込められた贅沢な京風のおせちです。中でも総料理長オススメのハーブ三元豚のパストラミーは絶品。ウニを使用したイカの鹿の子焼きや、おせちには珍しいキッシュロレーヌなどホテルならではの豪華なラインナップ。新年を迎える特別なひとときを、華やかなおせちで彩りませんか?

受渡日 12月31日(火) 10:00~13:00

受付締切日 11月30日(土) 17:00締切

※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。
※瞬間冷凍商品です。解凍までに24時間要します。
31日受渡し分は解凍したものをお渡します。

数量限定のため早めのご予約をおすすめします

お電話にて承ります。全国発送可能(送料無料)



限定
50個

京風おせち(二段重)
祇園(3~4人前)
28,000円

和を中心としたおせち

海老チリソース/紅ズワイガニの紅白テリーヌ/スモークビーフスライス/ハーブ三元豚パストラミー/くると鰹節の甘煮他、37品目

TEL.0986-45-1213 TERRASTA DINING

住所/都城市中町17街区2号 受付時間/平日10:00~17:00 定休日/不定休

限定
50個

特選おせち(一段重)
彩華(3~4人前)
24,000円

和と洋が入ったおせち

ハーブ三元豚パストラミー/スモークビーフスライス/イカの鹿の子焼き・うに焼目付き/キッシュロレーヌ他、全28品目



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

限定
1,000個

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 / スワイ瓜 / アユの甘露煮 他、全29種類

毎年、大人気の「海鮮おせち料理」。職人技が光る「ロブスター姿焼き」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しました!

受渡日 12月31日(火) 15:00~18:00

受付締切日 12月27日(金) ※限定数に達し次第、締切ります。

詳細は、P23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 25,000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、素材の滋味を最大限に引き出した、極上の美味しさ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。

限定
20個

おせちオードブル
12,000円



少人数(2~3人用)でいただく「おせち料理」を作ってほしいという、お客様のリクエストで登場したオードブルです。

受渡日 12月31日(火) 10:00~13:00

受付締切日 12月20日(金) ※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 定休 / 月曜日 ※祝日の場合は翌火曜日

営業 / 11:00~14:00(L.O.13:30) 17:00~20:00(L.O.19:30)

子どもも大人も大好きな
サンドイッチオードブル
3~4人前 3,500円
5~6人前 4,000円

※写真は昨年イメージです



クリスマスは予約殺到
オリジナル! ホールピザ
具たくさんミックス 2,328円
マルゲリータ 2,328円



石窯パン工房
グレンツェン 都城店
パン屋さんだからできる
特別なピザ&サンドイッチ!

クリスマスやホームパーティーはもちろん、さまざまな集まりにも喜ばれるサンドイッチオードブル&ピザ! お客様のご要望に応じて、好きなサンドイッチを入れてくれます。また、ふわふわとしたパン生地が絶品のピザは、パン屋さんならではの美味しさが◎です!

サンドイッチオードブルと
ホールピザは3日前までの要予約

クリスマス前後は
混み合いますので、
早めのご予約をおすすめします。

TEL.0986-36-5888

都城市上東町17-18

営業 / 7:00~19:00 定休 / 月曜日

第3回 妊活セミナー開催 大好評

本誌でもおなじみ、女性の鍼灸師による丁寧なカウンセリングと施術が人気を博している「YELL」による、妊活セミナーを開催します。妊活における基礎知識や身体づくり、前向きにモチベーションを保つ方法など、さまざまなことを学ぶことができます。はじめての方も、気軽に参加してくださいね。お待ちしております。

日時 / 11月16日(土) 14:00~ 定員 / 5名様限定
参加費 / 2,000円 場所 / 中山産婦人科医院
※「中山産婦人科」を受診されていない方もご参加ください
先着順のため早めのご予約をおすすめします。

■鍼灸治療院 YELL TEL / 0986-77-6380

『グレンツェン都城店』パン製造スタッフ募集!

パンが大好きな方、ご応募ください!

未経験者歓迎です! 高校生もOK
一緒に楽しく働きましょう!

【職種】パート・アルバイト

【場所】グレンツェン都城店 都城市上東町17-8
詳しくはお問い合わせください

■石窯パン工房 グレンツェン都城店 TEL / 0986-36-5888

(一社)日本住宅取得応援協会 x 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98回 後悔しない家づくり勉強会 残りわずか!

「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 / 11月10日(日) 13時~16時半(開場12時40分~) 料金 / 無料
会場 / 未来創造ステーション会議室1 定員 / 限定10組【完全予約制】
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!

■きりしまフォーラム TEL / 0986-26-5836

~都城出会い創出委託事業~ 恋活時間

ソムリエに学ぶ、オトナのエスコートと
ワインに合うおつまみ作り&パー体験

ワインバー「クラレット」のソムリエ・松宮州平氏を講師に迎え、おつまみ作りやワイン、パーの楽しみ方やエスコートを学びながら、交流を深めましょう!

日時 / 11月30日(土) 18時~21時
場所 / まちなかキッチン&ワインバークラレット
対象 / 【独身】20~45歳 定員 / 男女各10名
料金 / 3000円

■日本茶専門店 shop&cafe 日向時間 TEL.0986-77-6943



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



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

都城コアカレッジ同窓会 2024

総会&懇親会開催 締切間近!!

◆11月23日(土) 11:00~ ◆申込締切 / 10月31日(木)

◆場所 / 都城コアカレッジ ◆参加費 / 1,000円

懐かしい仲間と美味しい軽食をいただきながら、
楽しく語らいませんか? ハズしなしのお楽しみ
抽選会も実施します! お気軽にご参加ください!

こちらのQRコードよりお申込みください!

■都城コアカレッジ内 同窓会事務局 TEL / 0986-38-4811



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

- この夏、ついに再結成したオアシス! 長男と一緒に大喜びしました! 日本ツアーが待ち遠しいですね。(Fミ)
●最近、食べた激まずフードが豆乳ヨーグルト。ヨーグルトの酸味と豆乳の濃厚さが最悪なマッチでした……(苦笑)。話は変わりますが、3年ちょっとの間ありがとうございました!(りつ)
●新米を早速いただきました。噛みしめるとお米の甘さが口の中に広がり、収穫のありがたさを感じました。田植えから夏の暑い日も田んぼの管理をしてくれた旦那様。ありがとうございます!(いし)
●時間の有効活用を兼ねて、お風呂場での筋トレをはじめた。連日、湯船につかり何度も身体を持ち上げて腕力を鍛えていたところ、見事に負傷。右肘の筋肉が炎症を起こし、激痛を抑えるべく病院で注射を打つ羽目に。横着するので、非科学的な我流の筋トレはダメだと反省する日々です。(お一)
●芸術の秋! 創作意欲がむくむく湧きますが、材料を買って満足するタイプです。りつさん、お疲れ様でした。楽しいお話の数々と、りつさんが作ったメイドはにわ(P9参照)、忘れません!(もり)
●りつさんお疲れさまでした。短い間でしたが色々とお教えていただき感謝です。新しい職場でのりつさんのご活躍を心からお祈りしております!!(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

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・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節分までを本名星と言います。

11月23日は「新嘗祭」。勤労感謝の日に、天皇がその年の新米を始めて召し上げる日です、お米をはじめとする農作物に感謝する日です。毎年2月17日に行われる五穀豊穡を祈願する「新嘗祭」と対になります。日本神話では、アマテラスオオミカミが、孫のニギハヤヒの命を天孫降臨の際、「鏡・剣・勾玉」の三種の神器と共に稲穂を与えました。稲を植えて人々がご飯を食べて生きて行けるようにという願いが込められています。
*11月の一粒万倍日は、11/2, 5, 17, 18, 29, 30
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

●幸運星(無料あり) https://www.cocoloni.plus/derico/
●占い推定術 Google Playまたは、App Storeで検索を!
●著書「元気のてんこ盛り! 絶賛発売中! アマゾン http://amzn.to/YCHTRV

一白水星
今日は、何かと気持ちが揺らぎそうですが我慢が必要です。内容によっては財産に関わることもあるので、冷静かつ慎重に吟味して決断しましょう。即決しない事がポイントです。
金運★★★★☆ 仕事運★★★★☆ 恋愛運★★★★☆
健康運★★★★☆ レジャー運★★★★☆ 総合運★★★★☆

二黒土星
今日は、普段通りにしていても注目を浴びそうです。仕事面で大抜擢されるようなラッキーも期待できます。契約書など書面に関することは慎重に考えてサインするのが懸命です。
金運★★★★☆ 仕事運★★★★☆ 恋愛運★★★★☆
健康運★★★★☆ レジャー運★★★★☆ 総合運★★★★☆

三碧木星
今日は、新たなことに取り組みたくになります。部下や後輩と新たな一歩を踏み出すキッカケもできそうですが、秘密のデートや隠しごとなどは必ずバレると覚悟しておきましょう。
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、労働意欲が湧き充実した時間となりますが家族サービスも大切に。母親や配偶者への心遣いは今後大きく影響します。肥満の恐れがあるので食べ過ぎには注意して。
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、小さなことにもこだわりを持って過ごしましょう。最新情報や流行のものを意識することで開運します。特に、ライブやコンサートなど音楽のある場所がおすすです。
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、あらゆる情報が舞い込んできそうです。単なる噂話なのか事実なのかを、必ず自分で確認しましょう。風邪をひきやすい時と意識して、手洗いうがいや心がけましょう。
金運★★★★☆ 仕事運★★★★☆ 恋愛運★★★★☆
健康運★★★★☆ レジャー運★★★★☆ 総合運★★★★☆

七赤金星
今日は、急いで事はし損じると肝に銘じておきましょう。自分のミスなら仕方ありませんが、他人のミスまで被る結果になります。失言に注意して身だしなみにも気を使おう。
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、仕事で今後役に立つ成果が上げられそうです。勝負運が味方するので強気の決断をしましょう。年長者や先輩の意見を素直に聞き入れることが人生の財産になります。
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、コミュニケーションが充実します。公私にわたり、様々な目的の誘いがありそうです。交際費は増えますが積極的に参加する価値あり。素敵な出会いが期待できるかも。
金運★★★★☆ 仕事運★★★★☆ 恋愛運★★★★☆
健康運★★★★☆ レジャー運★★★★☆ 総合運★★★★☆

『お菓子の南香』で、
30年近く愛され続ける
ベストセラーのお菓子
焼酎けーきをご紹介！

長年、県内外の方から愛され続けている「焼酎けーき」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」のバターケーキと一緒に堪能できる逸品。

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、ずつ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は……。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。

『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。

■取材協力／お菓子の南香

☎0986-22-4670



都城の民俗芸能を継承する
今町小学校の子ども達！

今町小学校の子ども達！

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、53団体があることから、「五穀豊穡」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53へと減少している。多くの団体が高齢化が進み活動継続が難しくなり、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なのだ。そんな中、今町校区では、地域の小学校と八反俵踊保存会が連携を図り、民俗芸能である「八反俵踊」を子ども達へ伝えていく。

八反俵踊保存会は「八反俵踊」の伝承を目的として、戦前の1929年（昭和4年）に活動を開始。途中何度も存続危機に陥りながら、1994年（平成6年）から今町小学校の児童への伝承をスタートさせ



運動会にて一生懸命躍る児童



運動会本番で演奏する八反俵踊保存会のみなさん

と思っていました。5年生から練習をはじめ、今ではだいぶ上手に踊れるようになってきました。手や足をみんまで揃えるところは難しいですが、保存会の方が丁寧に教えてくれるので、いつも練習は楽しかったです。民俗芸能祭では、うちの揃った動きや俵を投げるところなど、みんなの息の合った踊りを見てください！



ふくまる 咲希さん・かまた りょうたろう 謙田 凌太朗さん

●八反俵踊保存会 徳丸祐七会長
一度途絶えてしまった「八反俵踊」を1984年に復活させ、今に至ります。「八反俵踊」が好きで、この踊りを中心に地域を盛り上げたい、地域の憩いの場を作りたいという思いで活動を続けてきましたが、なかなか時代の流れには勝てず、継続が難しくなってきました。そんな中でも、子ども達はいつも頑張っていて練習してくれています。子ども達活躍の雄姿を、ぜひ見に来てください。

彼らの踊りは、12月1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、笑顔で「八反俵踊」の格好いいところや踊っていて楽しいところなどを、たくさん紹介してくれた。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、彼らのステージに注目してほしい。

●今町小学校6年生
福丸咲希さん・鎌田凌太朗さん
姉が運動会で踊っているのを3年生の時に見てから、ずっとやってみたく



総合学習では「八反俵踊」でも演奏される三味線を学んでいます！

第15回 都城民俗芸能祭

日時 12月1日①
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
※1階座席指定券は11月1日(金)より配布開始。
2階は自由席となります。

お問合せ 都城市総合文化ホール
TEL.0986-23-7140

■取材協力
八反俵踊保存会／今町小学校／都城
市総合文化ホール

高齢化により、今年で最後となるそうだ。これまで培ってきたものが途絶えるのは、とても残念で仕方がない。民俗芸能を継承していくためには、高齢者や子どもだけでなく、若い世代も一緒に盛り上げていくことの重要性を感じる取材となった。

民俗芸能は一度鑑賞すると、世代に関係なく、その奥深さや面白さを知ることができる。せつかく都城圏域に住んでいるのだから、この面白さに触れないのはもったいない。この機会に、実際に見て体験してみたいかがだろうか？

フォーラム職場探訪記



10月にオープンしたばかりの弊社グループ会社、有料老人ホーム『れんげフォーラム』。スタッフはまが職場環境の調査におじゃましてきました！

食堂



入居者様が集まる場となる食堂は明るくあたたかな印象で、白い壁により実際の面積より広く感じられました。ガラス張りになった事務所と調理室も隣接しているため、いざという時も連携が取りやすそうです！

健康管理室

看護師さんが薬の仕分けなどを行ったりするこちらの部屋は、集中して作業しやすい落ち着いた雰囲気でした。



元看護師のはまも薬の仕分け作業を体験。一人で黙々と作業できたため、あっという間に完了しました！



宿直室

どこの部屋に行ってもピカピカで、気持ちのいい空間が嬉しい♪ 体の不自由な方でも安心して入浴できる機械浴や最新の調理器具など、設備が充実していて、働く方の負担が軽減されるよう配慮されていました。

見渡す限り、真新しい部屋や設備ばかりなのは新施設ならではのポイント！



機械浴



厨房

まとめ

介護のネガティブなイメージを払拭するような、明るく清潔な施設が◎ スタッフのみなさんともとても親切で、ブランクがある方や、老人ホームでのお仕事はじめての方でも安心して働ける環境が整っていました！ 気になる方はぜひ一度お問合せしてみてくださいいかがでしょうか？

■問合せ/れんげフォーラム TEL.0986-36-8770

れんげフォーラム 有料老人ホーム

現在募集中のお仕事はこちら

施設事務・介護事務

正社員

月給 165,000円～
時間 9:00～18:00(休憩60分)

パートも募集中! 時給975円～

介護職員

正社員

月給 232,000円～257,000円
時間 ① 7:00～16:00 ② 9:00～18:00
③ 13:00～22:00 ④ 16:00～10:00

介護職員

パート

時給 1,162円～1,187円
時間 7:00～22:00のうち
4～8時間程度

介護職員

夜勤専従パート

日給 19,200円～
16:00～翌10:00(休憩120分)

看護師

フルタイムパート

時給 1,075円～1,175円
時間 9:00～18:00(休憩60分)

厨房

パート

時給 975円～
時間 ① 6:00～12:00 ② 10:00～15:00
③ 14:00～19:00

充実の福利厚生♪働きやすい職場環境を整えています！

交通費支給

ボーナス年2回

昇給年1回

資格取得支援



まずはお気軽にお問合せください！ 見学だけでもOK!

☎ 0986-36-8770

LINE からでも応募OK!
名前、応募職種、年齢を
メッセージしてください



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。



9月22日(日)、フォーラム三股とれんげフォーラム2つの関連施設による、合同敬老会を開催しました。今回は初の合同開催となり、昨年よりにぎわいをみせていました。

毎年恒例の特別ゲスト枠には、宮崎を拠点に活躍されている歌手の「亜留辺」さんと、作家の「KANIMO 又こ」さんが登場し、心温まる歌声を披露。



みなさん少し
照れながらも
楽しそうに歌われて
いました♪



普段味わうことのできない、プロによる庄巻のステージに、入居者様は終始釘付けになっていました。セットリストの中には、全員参加型のものも用意されており、古くから愛される日本の名曲「ふるさと」・「北国の春」・「柔」の3曲を合唱しました。



なつかしい歌を完唱し、会場はとても盛り上がりました。参加した入居者様のみなさまは、とても感動した様子でした。涙を流しながら歌の響きに酔いしれている姿を見て、職員一同も大変嬉しく思いました。



敬老会の最後には、豪華プレゼントが当たるお楽しみ抽選会も開催しました。特賞には家具や洋服などを用意し、「なにが当たるかな?」「やったー!」などの声も聞こえてきました。プレゼントを手にしたみなさんは、驚きや喜びの表情をみせてくださり、本当に開催してよかったと思えました。



各施設の施設長からは、いつもお世話になっている入居者様のみなさんに向け、「本日は敬老会にご参加いただきありがとうございます。これからも元気に過ごされてください」と、感謝の言葉が贈られました。

今年の敬老会も、入居者様達の笑顔をたくさん見られることができました。敬老会は私達職員にとっても、年間を通して大切なイベントの一つなので、また来年の敬老会も喜んでいただけるよう準備を進めてまいります!

Thank you!!



あるべ
歌手 亜留辺

亜留辺 in 都城LIVE

11月18日(日)
 OPEN 17:30 / START 18:00

スナックあすか
 〒880-0079
 2500円/席10-6 2階ビル1F
 スナックあすか
 010-9803-2800
 TEL 0909102111(予約)

MC 亜留辺
 Key: 日比谷子

◆紹介文：神奈川県横浜須賀野市出身。子供のころから歌うことが好きで、高校生の時に出場したカラオケ大会で優勝し、歌手を目指すようになる。1994年、演歌歌手「鶴岡真紀」としてCDデビュー（曲名：みちのくの風に吹かれて）。その後も活動を続け、2000年にアジアの歌姫になる思いを込めて「亜留辺」へ改名をおこなう。現在は拠点を宮崎県に移し、全国にて活動している。人気曲は「祭りだわっしょい」「ついでホロリ」がある。

◆ラジオ番組：FM かほく毎週金曜日 16時、20時30分～亜留辺の虹色SONG
 10月13日FMカロス札幌放送ゲスト出演19時～ネット配信してます。



しょうくん



AEON イオン都城店 × きりしまフナラム



Halloween 撮影会

10月19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！



パパ・かのんちゃん・ママ



ゆいなちゃん



れんすけくん・あつひろくん・けんしんくん



ともごさん



ななみちゃん



ゆいとくん・ひろとくん・ひなちゃん



こえみちゃん



たかゆきくん



ひなたくん



ゆりちゃん



ふうちゃん



みさちゃん・みおちゃん



なぎぼん



ようちゃん・ごとくん



クロミちゃん



ママ・かなはちゃん・とらまるくん



しゅうくん



ママ・ゆめこちゃん



あいちゃん・あやちゃん



ゆうとくん・こうせいくん・はるたくん



ゆえさん・あびさん・すずちゃん・ひなたちゃん



ゆうくん



あおくん



ふうくん・かえちゃん



ゆきのちゃん・ゆうしんくん・ゆいとくん



最旬秋冬ファッション 満載&

BLACK FRIDAY SALE も

開催中のイオン都城店♪

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

詳しくは QRコードにアクセス



● 合同庁舎	1至都城駅
● 都城警察署	
● 都城市役所	
● 藤元病院	● イオン都城ショッピングセンター
● 洋服の青山	
● 南香	● 南小学校
	GS

新作のNIKEアイテムが登場!

WEAR



NIKE ウーブン フーディ ジャケット

毎年即完売のジャケットは、リサイクル素材でできた軽素材を使用。今年はベージュをベースに、ブルーやブラウンを合わせたバイカラーが印象的!!

TEZUKA WORLD SPORTS TEL.0986-46-2008

SHOES



NIKE エアマックス 90

スエードのアップパーとラバーのアクセント、外から見るとAIRクッションがポイント。新作の限定カラーで、カジュアルにもキレイめにも合わせやすい1足。



冬のザックリとしたセーターやスカートとの相性も◎なホワイトカラーは女子にオススメ!

CHIPPER CHIT あったかグッズ♡入荷中



秋冬の必須アイテム! ブランケット

ずっと触っていたい心地よいブランケット。オシャレ&キュートから、子ども達に大人気のキャラクターアイテムまで揃っています。ご自分用はもちろん、贈り物としても毎年大好評です。

ルームシューズ

この季節に欠かせないフワフワモコモコのルームシューズが届きました! かわいいアニマルモチーフやスタイリッシュなストライプ柄など、さまざまなデザインを選ぶのも嬉しいポイント!



CHIPPER CHIT TEL.0986-21-7051

Palais Picasso 冬のオシャレを快適に♪

スタッフイチオシ! レザーショートブーツ



柔らかい上質なレザーを使用したショートブーツは軽く、履き心地はもちろん、歩きやすさも抜群! コロンとしたラウンドトゥと鮮やかなバイカラーは大人女子のファッションポイントに。



スケッチャーズ スリッパインズ

立ったままでも座ったままでも手を使わずにスッと履ける、画期的なシューズ。歩きやすさ◎

Palais Picasso TEL.0986-46-2007



顔見世ファミリー 秋のわんちゃんしつけ教室開催

11月10日

10:30~(2時間程度)

場所: 1階北側駐車場 (ペットショップ横)

参加費 無料

吠える・噛む・引っ張る・飛びつくなどの困った癖を短時間で改善する方法をお教えます。当日ワンちゃんと一緒に乗り越えていただくだけで参加OKです!

※予約不要・雨天の場合も開催します(雨天時は3階駐車場で開催) ※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 TEL.0986-23-7117

ABC-MART この冬の足元はブーツでマリ!!

ロングブーツ

レースアップのロングブーツは、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。ミニボトムスやスキニーパンツと合わせる◎good!



ショートブーツ

ゴツめのボリュームソール&丸みのあるスクエアトゥがトレンドのショートブーツ。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 TEL.0986-46-3950

クリスマス&新年 早期準備特集!

イタリアトマトのクリスマス2024



早期ご予約受付中! *ご予約特典* 10%OFF 12月15日◎まで すべてのケーキが数量限定となりますので、お早めにご予約ください。

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 890円



ドリンクセット、サラダ&ドリンクセットも大人気!

イタリアトマトカフェ Jr. TEL.0986-22-1190



タリーズコーヒーマジック ハリーポッターコラボ シリーズ 10月30日(水) 発売スタート!!

炎のゴブレット ロイヤルミルクティー 「炎のゴブレット」の燃え盛る青い炎をモチーフにしたベルガモット香るホイップクリーム。混ぜるとアールグレイミルクティーの味わいに。

ホグワーツ特急 パンプキンパステイラテ ハリーがホグワーツ特急で注文した「パンプキンパステイ」をモチーフに、パンプキンのココのある甘さとシナモンが香るカフェラテ。

ドリンクと一緒に ポールパークドッグ マッケンチーズメルト

パリッとジュシーなウインナーの上に、マカロニとチーズソースをのせたアメリカンテイストのホットドッグ! 塩味の効いたチェダー入りチーズソースと相性のよいブラックペッパーがアクセントに!!

グアテマラ カッピングコンテスト金賞受賞のコーヒー豆も販売中 各農協の個性あふれる魅力をお届けします!

タリーズコーヒーマジック TEL.0986-24-2082

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 パーティパーレル



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!! 詳しくは、店頭までお問合せください。

*写真は昨年イメージです

ケンタッキーフライドチキン TEL.0986-46-2275

金海堂 2025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を豊富にラインナップ。



能率手帳 イチオシ NOLTY

便利なインデックス付き! 機能性と高級感を兼ね備えた大人気シリーズ。老若男女に愛されている手帳です。



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。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 TEL.0986-21-7133

定員残りわずか!
締め切り
迫る!

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!

ご夫婦でのご参加を
おすすめします!

第98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

家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
徹底解明!

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変わりました。
家を見たい目を重視していましたがこの講演を聞きそのほかの
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)

11月10日(日) 13:00~16:30 (開場 12:40)

定員 10組限定 応募 締切 11月7日(木)

※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 未来創造ステーション 会議室1
都城市中町16-15

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



https://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!

初めてご参加の方限定



※写真はイメージです

本誌でも老若男女に大人気!
『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!



活魚! 寿司虎亭

※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

..... 好評につき宮崎市内でも開催決定!!