



vol.395
FEBRUARY 2025

2

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



読者が選ぶ、昨年注目した
お店とニュースを発表!

2024 年間盆地アワード

第102回 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
大好評のコラボ企画

参加無料

家づくり勉強会

3月16日(日) 13:00 ~ 16:30

参加者全員にお土産付き!

※写真はイメージです

都城圏域の
おすすめ
いちご
スイーツ
特集

フォーラム シニア ライフ
Forum Senior Life 通信

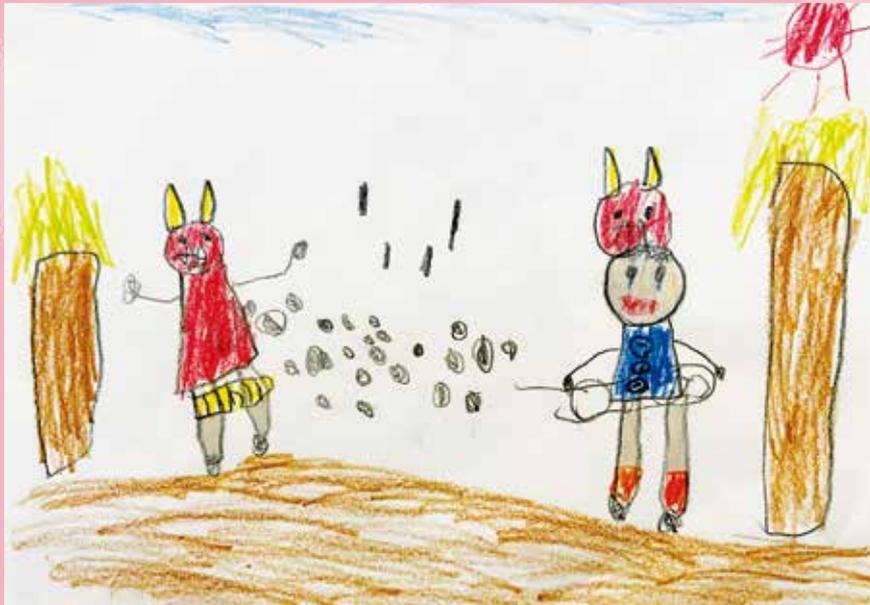
●特集 インタビュー
大隅地域訪問看護ステーション
「すべての世代に寄り添う
在宅ケアを支える
訪問看護の魅力」

春目の習い事特集

フォーラム オススメ! FORUM'S SELECT グルメ

キレイをお得に Beauty特集

その他、イベント情報など、盛りだくさん!!



表紙の絵
鬼は外～福は内☆

いけだ 池田 ひゅうま 悠模くん

怒りんぼ赤鬼を
やっつけるぞ!

●情報の提供・お問合わせは

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
ラティコフタクト

2回目以降のご購入は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周年記念セール開催中! 3店合同キャンペーン

初回購入時に500円引き!

年中無休で営業中! 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のみの取扱いとなります。 ※すべて税込価格です。

25周年記念 新規キャンペーン 2月まで

初回購入時 総額より500円引き!!

※メガネ・コンタクトレンズを5,000円以上ご購入時にご利用いただけます
※きりしまフォーラムを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。[1枚で4名様までご利用可]

シティコンタクト
ディスプレイ・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
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
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
無休 駐車場あり



目玉商品

AQUALOX
ボシュロム
アクアロックス® ワンデー UVシ
1DAY 1箱(片眼30枚入)

保湿成分配合 UVカット機能

1箱 3,400円(税込)
4箱セット 11,900円(税込)
※遠近両用は対象外です (2,975円/1箱)

目玉商品

ボシュロム
バイオトゥルーワンデー
1DAY 1箱(片眼30枚入)

1箱 3,000円 4箱セット 11,000円
※乱視用・遠近両用は対象外です (2,750円/1箱)

当店最安値!
エイコー
ソフトマンスリーモード
1ヶ月交換レンズ 1箱(片眼3枚入)

2箱+レニュー2Pセット
6,500円 (2,250円/1箱)

メニコン 1DAYフルティアー
全5色 1DAY 1箱(片目30枚入)

保湿成分配合でうるおいキープ UVカット
眼に優しい、色素が直接瞳に触れない構造

1箱 3,300円(税込)
4箱セット 12,000円(税込)
(3,000円/1箱)

目玉商品

メニコン
2WEEKプレミオ
2WEEK 1箱(片眼6枚入)

別料金で快適な
乱視用・遠近両用もラインナップ!

1箱 3,200円 4箱セット 11,000円
※乱視用・遠近両用は対象外です (2,750円/1箱)

ボシュロム
バイオトゥルーワンデー
1DAY 1箱(片眼30枚入)

1箱 3,000円 4箱セット 11,000円
※乱視用・遠近両用は対象外です (2,750円/1箱)

エイコー
ソフトマンスリーモード
1ヶ月交換レンズ 1箱(片眼3枚入)

2箱+レニュー2Pセット
6,500円 (2,250円/1箱)

ハード・ソフト 即日お渡しOK
ハードレンズ、ソフトコンベンショナルレンズ
すべて1枚 1,000円OFF!

安心の保証システム
壊れた! 汚れた! 視力が変わった! etc.

メガネ 新入荷! 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 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!

学割キャンペーン
学生証ご提示で
さらに5%OFF!!

※学生証の提示がない方は対象外になります

メガネ・コンタクトレンズの視力測定
9:30~18:30 受付中!

※メガネ・コンタクトレンズはじめての方は
18:00まで受付付けています。
※お使いのメガネのご持参をお願いします。

みんな大好き♡ **いちごフェア**

いちごのケーキはもちろん、タルトやマリトッツォなど、
いちごの美味しさが溢れるスイーツをたくさんご用意しています!

いちご大福

いちごロール

NANKOU ORIGINAL CHOCOLATE GIFT

Valentine's Day 2.14

大切な人へ贈るから、
こだわりのチョコレートを選びたい……。
パティシエが創る本格スイーツを
プレゼントしませんか?

極ショコラ
1個/箱入(6個)
大人気の「焼酎けーき」の
中にフランス産チョコを練り
込み焼き上げました

チョコどら(12cm) 2個入
チョコ生地とあずきの絶妙なコラボレーション

厳選したチョコレートを賞沢に使用したバレンタインギフトを多数ご用意しています

創業明治三十四年
郷土銘菓処 **お菓子の南香**

都城市甲斐元町1-26 8:30~18:30
TEL.0986-22-4670

2月のお休みは
5日・12日
19日・26日

贈答用全国発送も
承ります

お菓子の南香 検索

島津荘園

焼酎けーき

霧島檸檬

※詳しくは上段告をご覧ください

素材にこだわる「お菓子の南香」が贈る、
この季節の逸品

寒さが深まり、温かい飲み物と三緒に楽しむ
お菓子が恋しい季節になりましたね。この時期
におすすめなのが、「お菓子の南香」の逸品たち
です。地元の素材にこだわり、長年愛されてき
た「南香」のお菓子は、手土産としても、ご自宅
でのくつろぎ時間にも最適です。

「島津荘園」

地元産の栗やパイオ茶を使用した栗きんと
ん、そして小豆餡を高麗餅にし、天然山芋、都
城産の米粉でつくったかるかんで巻いて仕上げ
た贅沢な一品です。もちもちとした食感と優し
い甘さが特徴で、第25回全国菓子大博覧会
では名譽総裁賞を受賞した実績もあります。ど
こか懐かしい郷土の味わいが魅力です。

「焼酎けーき」

「霧島酒造」の特別蒸留焼酎と「南香」の濃
厚なバターケーキが織りなす、香り豊かで贅沢
な味わいが特徴です。一口食べると、焼酎の芳醇
な香りが広がり、しっとりとしたスポンジが幸せ
なひとときを届けてくれます。一日の疲れを癒
す、大人のための甘いご褒美です。

「霧島檸檬」

国産レモンを丸ごと使い、ホワイトチョコレ
ードで包み込んだ爽やかなレモンケーキです。甘
酸っぱさとシユワシユワとした食感が、まるでレ
モンスカッシュを食べているかのよう。甘いものが
苦手な方にも好評で、バレンタインギフトとして
もおすすです。

この冬、ぜひご自宅用や贈り物としてお試
しください。

新・医療の窓

早水公園クリニック便り

106

①夕方から夜にかけて微熱がでて、朝には下がります。どのような病気が考えられますか？

それは、「弛張熱」と呼ばれる症状かも知れません。何らかの弱い菌などが原因で感染し、夕方から夜にかけて体力が落ちるタイミングで熱が出る場合があります。他には、感染症状はないのに微熱が続く場合、膠原病や甲状腺ホルモンの異常といった病気が関係していることもありえます。特に微熱が長引く場合や他の症状が出てくる場合は、一度診てもらおうと安心ですよ。

②インフルエンザがすごく増えていて、心配です。

確かに、昨年末からインフルエンザが急激に増えていきますね。特に今年流行しているのは、何年か前に流行した新型のインフルエンザのタイプです。例年ではA香港型が主に流行していましたが、今回は久しぶりにB型が流行しています。この新型インフルエンザに対する免疫を持つ人が少ないことが流行の一因です。また、雨が少なく空気が乾燥しているこ

とや、今年はインフルエンザワクチンの接種率が低かったことも影響していると考えられています。今後比較的長く流行が続くと予想されていますので、十分注意してくださいね。手洗いやうがい、適切な湿度管理で予防を心がけましょう！

③ここ最近、生活は変わらないのに急に体重が落ちました。何か原因があるのでしょうか？

年齢を重ねると、食事の量が少なくなったり、筋肉量が減少したりして、徐々に体重が落ちることはありますが、急激な変化は注意が必要です。一般的に考えられる病気としては、糖尿病や甲状腺ホルモンの異常、胃や腸などの消化器科の病気や、癌などの悪性新生物が挙げられます。また、ダイエットをしていないのに体重が減るのは、現代の食生活では起こりにくいですが、一度、詳しい検査をおすすめします。



院長 山内明

早水公園クリニック 専門外来

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 방지、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!

BIG OPUS15 早水公園

ショッピングセンター 都城

↑至都元
→至三股

ビートの融合： 世代を超えたセッション

ステージ出演者一覧



トシ永井 | 海老原 謙 | 堀内 誠 | 高友 亮樹 | 小久保 温貴

Zipper Big Band | Toko Big Band | 都城市音楽学校

GLAYのドラマーとして活動しているトシ永井をはじめ、プロドラマー大集結！
あなたxプロドラマー達とのセッションコーナーもあります！

2025 3.20 **OPEN 16:00 開演 16:30**
都城市総合文化ホール(中ホール)

一般 **1,000円**
高校生以下 **500円**

お問合せ 090-5479-1640(小久保)/080-1757-8753(長友)

水栓の交換 トイレの水漏れ修理
水まわり、キッチン・バスのリフォーム 内窓改修工事 など

困った時はあかつきへ!!

第17回 住まいのリフォーム相談会開催!!

日程: 3月16日(日)10時~17時
場所: タカスタンダード 都城ショールーム

内窓や水廻りに使える補助金
ご説明します!

※詳細はP19をご覧ください

HPはこちら
HOME RENOVATION AKATSUKI ☎0986-24-9537
都城市早水町16-11 定休/土曜日・日曜日・祝日

年間500件以上の施工実績!

印鑑 ゴム印 ネーム印 名刺 封筒 伝票

名刺 20% OFF あなたの顔=名刺を新年度に向けてカラーでお作り致します

○対象期間: 2月1日~3月31日
○新規・カラーへ変更・カラーリピートの方対象 ○100枚以上の印刷物が対象

黒水牛印鑑 【粘りのある素材で欠けにくい素材】

12.0mm <通常 8,800円> **6,800円**
15.0mm <通常 14,080円> **11,800円**

春の おすすめ ケース付

はんこ屋21 都城店 上川東1-3-18 TEL:23-8583
蔵原店 蔵原町3-5 TEL:77-2114

金田町 新築平屋建売 4LDK

内覧可能! お気軽にお電話ください!

コロナアルジャッフルのオレンジ色の屋根がポイント / 外壁は全塗装で作られたナチュラルテイストのお家 /

california style | natural style

4LDK	販売価格(土地+建物)	4LDK	販売価格(土地+建物)
【敷地面積】252.08㎡(76坪)	2,200万円 (税込)	【敷地面積】251.95㎡(76坪)	2,130万円 (税込)
【延床面積】179.49㎡(24坪)		【延床面積】83.86㎡(25坪)	
【学区区】沖水小・中学校		【学区区】沖水小・中学校	
変動金利0.85%(50年返済)で 月々 45,021円 (ボーナス払いなし)		変動金利0.85%(50年返済)で 月々 43,588円 (ボーナス払いなし)	

(有)ワダハウジング Instagramで情報配信中!
都城市東町7街区2号 TEL.0986-24-6162

土持歯科医院

Tsuhimochi Dental Office



詳しくはこちら

TEL.0986-25-8148
都城市上川東1-18-10

平江町 3SLDK 建売住宅

好立地でファミリー層にオススメ!!
値下げしました!
随時見学会を開催中! 気軽にお問合せください!

学校近く!!
大王小まで360m
小松原中まで600m

全室 エアコン・照明 完備!!

広々収納
ウォークインクローゼット
2ヵ所付き!

駐車場 5台OK

2,100万円 → 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 **47,600円**

■土地面積 144.77㎡ (43.79坪)
■建物面積 88.60㎡ (26.80坪)

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

きりしまフォーラム

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。

お問合せはこちら
宮崎県都城市一万城町99-9-1
TEL/0986-26-5836 FAX/0986-26-5860
mail/info@kirri-fo.net

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



曾於市末吉町南之郷

790万円 (中古住宅)
オール電化



2LDK テラスデッキ付き
サンルーム

土地: 266.70㎡(80.67坪)
建物: 64.64㎡(19.40坪)

・都城市鷹尾3丁目

リフォーム中



3LDK

土地
99.82坪
建物
31.29坪

・曾於市末吉町二之方

リフォーム中



4LDK

土地
367.84坪
建物
35.49坪

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** (盛川)

大阪方面へのご旅行は

さんふらわあで!



志布志~都城
約**38分**

都城志布志道路開通で
ますます便利に!



大阪・関西
万博

大阪港

朝目覚めたら大阪に到着!
地下鉄で市内各地への
アクセスも良好!



<https://www.ferry-sunflower.co.jp/>

さんふらわあ



商船三井さんふらわあ ☎ 0120-56-3268

30年とこれからも モノづくり、一直線

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。



専務取締役
長友

地域基盤

医療・福祉

商業施設
・
オフィス

都市環境

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



2024 年間盆地アワード

2024年12月号で実施した「年間盆地アワード」のアンケートに、総勢1,525名の読者から回答が寄せられました。
 たくさんのご回答ありがとうございました! その集計結果に基づき、発表いたします!

最優秀新店舗賞

～ 2024年、都城圏域にできたお店で「イチオシのお店」～

1 Snow Peak
 都城キャンプフィールド 225票

2 むさしの森珈琲
 155票

3 パティスリー ルナミエンス 111票

4 手造りしゅうまい はらこう 58票

4 24 Sweets shop 58票

1 Snow Peak 都城キャンプフィールド



関之尾公園内に位置する『スノーピーク 都城キャンプフィールド』は、2024年4月にOPENしました。キャンプ場は豊かな自然に囲まれ、四季折々の美しい景色を楽しむことができます。また、施設内にはキャンプサイトのほか、スノーピークのキャンプ用品・アパレル販売も行っており、訪れる人々に最新のアウトドア体験を提案しています。さらに、キャンプ初心者にも安心して楽しんでもらえるよう、スノーピークならではの高品質なギアのレンタルサービスが充実していますよ!

TEL/0986-57-8881
 都城市関之尾町6615番地2
 営業/10:00～18:00
 定休/水曜日※GW、お盆、お正月など大型連休を除く

田中店長
イチオシ!
タイアップ商品
黒霧島 雪峰



読者のコメント

- 景色が綺麗で、関之尾の滝に癒されます。ドーナツと抹茶ラテもすごく美味しかったです。(おどりこけいこ/77歳)
- 自然を感じながらオシャレな空間で時間を過ごせる点が最高! 人は多いですが、行ってみる価値はありますよ。(たにやん/36歳)
- おしゃれで景色も良いです。色々な食べ物があって、軽食にもちょうど良い♪(ゆー/38歳)
- 見るだけで癒されます!(まがはる/41歳)
- 自然溢れる中滝を見たり、美味しいものを食べたりと楽しめます。キャンプもできるので、友達や家族と過ごせますよ。(よかおこじよ/34歳)
- 市外県外に住んでいる人にも関之尾を紹介しやすくなりました。自分も数回足を運ぶようになりました。(コタロウ/56歳)
- キャンプ好きにはたまらないです!(ポチャッコ/28歳)
- 関之尾に行っても滝を見てすぐに帰る感じてましたが、これからはカフェでゆっくりとくつろいで景色を楽しめるのでよかったです。(ぼんぼこ/58歳)
- 話題性があるから!(ゆっきー/43歳)

2 むさしの森珈琲 都城店



このたび、『ガスト』から『むさしの森珈琲』へと生まれ変わって新OPEN! ささまざまなメニュー中でも人気No.1を誇るのが『むさしの森珈琲特製』ふわっとろパンケーキです。このパンケーキは、リコッタチーズとクリームチーズを使用し、軽やかでありながらコク深い味わいが特徴です。ご注文をいただいから丁寧にメレンゲを立て、生地を合わせ、一つ一つ心を込めて焼き上げています。ぜひ新しくなった店舗で、極上のひとときをお過ごしください!

TEL/0986-27-1057
 都城市平江町22-16
 営業/7:00～22:00
 定休/なし

中倉マネージャー
イチオシ!
ふわっとろ
パンケーキ



読者のコメント

- パンケーキが美味しかった。(BOSSパーバ/60歳)
- 1人で行けそうなお店だから。営業時間が長いのがありがたいです。(ラクス/52歳)
- ガストの跡にできたこのお店は、宮崎初出店で最初からお客さんが多くて12月の今でも人気店です。(おのちゃん/65歳)
- 珈琲が美味しいです!(ゆみママ/43歳)
- お休みの平日を利用して行ってみたいお店です。他店のコーヒーとはまた違う味なんだろうなと思っています。(ネクタリン/51歳)
- ゆったり落ち着いて珈琲が飲めるから。ファーストフードが多い中、昔ながらの喫茶店風で仕切りがあるのもいい感じ。ランチやデザートも美味!(リリー/65歳)
- ソファ一席で落ち着きます。おしゃれで美味しいメニューもたくさんでした。(ねーむ/38歳)
- まだ行けていないのですが、パンケーキが気になっています。(とくさん/41歳)
- 美味しいパンケーキのお店。都城にはないタイプでゆっくりできました。(ゆきゆき/際)
- ふわっとろパンケーキが美味しかったです。(ちーちゃん/56歳)

3 パティスリー ルナミエンス 都城店



原店長 **イチオシ!**

ボンボンショコラ
(10個入り) **2,800円**
5個入りもございます



鹿屋市に本店を置く『パティスリールナミエンス』が2024年9月、都城にオープン! イチオシメニューのボンボンショコラは純正生クリーム×厳選チョコレートをブレンド。口当たりの良い、新感覚のチョコレートが味わえます。また、人気のボンボンショコラ以外にもケーキや焼き菓子といったメニューが勢揃い♪バレンタインやホワイトデーはもちろん、自分へのご褒美としてもおすすめです。

都城市妻ヶ丘町15-14
営業/10:30~12:30・13:15~17:00(土曜日のみ15:45閉店)
定休/不定休 (Instagramで情報を発信しています)



読者のコメント

- 今まで都城になかったようなケーキで美味しそうだからです。(きとん/37歳)
- とにかく見た目がオシャレ! 食べるのがもったいないくらいです。(みかみん/35歳)
- 鹿屋の店舗で数回購入したことがあり、チョコレートが美味しかった記憶があります。都城店ができてびっくりしました。(クリのママ/61歳)
- 気になってたお菓子屋さん。ショコラもケーキも美味しかったです。(ココア/26歳)
- イオンに来ていたパンマルシェで知りましたが、マロンパイがとても美味しかったです!(たけのこ/33歳)
- 美味しそうなケーキがたくさんだからです。(おさよさん/40歳)
- まだ行ったことはないですが、気になっています!(りんりんさん/29歳)

4 手造りしゅうまい はらこう



オーナー **イチオシ!**

しゅうまい弁当
650円
当日店頭にて販売
取り置きや電話予約可



都城市広原町に2024年3月にオープンした『手造りしゅうまい はらこう』。オーナーイチオシメニューの「しゅうまい弁当」は、豚・鶏・牛の3種類のしゅうまいの他に唐揚げや春巻きといった、メニューも豊富に入っているため、自慢のメニューが1度に沢山味わえます。また、『はらこう』のしゅうまいは一般的なしゅうまいに寄せているため、親しみやすく食べやすい工夫がされています。8個以上のご注文から片道20分圏内であれば、配達も行っているため気軽に味わえるのも嬉しいポイントです♪

TEL/0986-70-0235
都城市広原町14-1
定休/土・日・祝日
営業/10:30~14:00・16:00~19:00



読者のコメント

- しゅうまいを家庭で作る機会がなかなかないので、手作りのものが美味しく食べられるところがおすすです。(りんごの木/48歳)
- ボリュームー!! 安くて美味しい! しゅうまい専門店というのも珍しい!(いおいるママ/30歳)
- ジューシーでとても美味しいです!(アーモンド/42歳)
- しゅうまいが美味しい! お弁当も近いうちに食べたい!(にに/42歳)
- 美味しい! ご夫婦で経営されていますが、人柄が良く、味と共に大好きです。(りんご/47歳)
- しゅうまいもだけど、とにかく唐揚げと春巻きが美味しい!(らあゆ/37歳)
- お弁当がお得で何度も買っています。お店の方も優しいです。(ゆん/35歳)
- しゅうまいがジューシーで美味しいのはもちろん、接客がとても丁寧で気持ち良く、また行きたいと思うお店でした。(ミワ/42歳)

4 24 Sweets shop



店長 **イチオシ!**

北海道の
ご当地スイーツ
951カップアイス



全国から選りすぐりのスイーツが24時間楽しめる専門店が、2024年7月にオープンしました。店内には169種類ものスイーツが並び、どれにしようか迷ってしまうほどの充実ぶり! お店の魅力は、無人販売などです♪

「一人でスイーツを買うのはちょっと恥ずかしい…」そんな方でも、好きな時間に気軽に立ち寄れます。家族やお友達と、もちろんおひとりでも、どなたでも楽しめるスイーツ店です。



都城市千町4351-2 ショッピングセンター都城敷地内
営業/24時間営業・年中無休
Instagram ID:@24sweetsshop_miyakonojo

読者のコメント

- 可愛いものから気持ち悪いものまで種類が豊富。入れ歯のチョコって売れるの? と思ってしまいました。各県からお取り寄せされたデザートがいっぱいあります。(くるぎちゃん/59歳)
- ホームワイドのところであって、駐車場も広くて便利です。(ピノキオ/48歳)
- SNSでよく見るスイーツがいつでも買えるから。(MM/68歳)
- 若者に人気のスイーツが24時間無人販売されていて、インスタ映えもできてかわいい。(さんた/21歳)
- いつでも目新しいスイーツが買に行ける。(いもま/75歳)
- いつでも購入できるから。(優里大好き/49歳)
- 24時間いつでも買えるところがいいです。(メソ/45歳)
- いろんな場所のスイーツを、いつでも買えるのは便利です!(ゆにひろ/31歳)

1 都城志布志道路 全線開通まで残りわずか 273票



読者のコメント

- ついに3月23日に全線開通。全線走るのを楽しみにしています。(A・K/31歳)
- 道路が渋滞するので、開通するのを待ちわびていました。(はやとママ/40歳)
- 2月15日に都城IC～乙房ICが開通するので、宮崎や鹿児島の人たちにとって、今以上に便利になることが楽しみです。(おのちゃん/65歳)

- 短時間で鹿児島へ行けることが楽しみ!! (くるきちゃん/59歳)
- 交通の利便性が上がり、高速道路にアクセスしやすくなります。旅行に行く回数が増えそうです。(いっちー/33歳)
- ワクワクが止まりません。志布志道路ができると、とても便利になると思います。(まりお/53歳)
- 志布志と都城インターが、3月までに全線開通するニュースを見ました。便利になるなーと思い、感慨深い思いがしました。(ちゃん/30歳)
- 都城IC～乙房IC間開通。実家が乙房ICに近いので行く時にとっても助かります。(解凍ゆー/38歳)
- 志布志道の沖水までの開通は、よく利用しますし、乙房の混雑の解消になるので嬉しいニュースです。(りんごの木/48歳)

2 都城市の移住支援 116票



読者のコメント

- 移住相談で宮崎県が全国トップ! その中の7割は都城だとか。移住者も3700人余りと人口が増えるのは、良いことだと思います。若い方達が増えると、市も活気づきます。都城がもっと他県の方にも魅力的な市だと思ってもらえるようになってほしいです。(ぼんぼこ/58歳)
- 引っ越しを考えていて不動産屋へ行ったら、移住者が多いので、貸家がなかなかないと言われました。本当に多いんだなと実感しました。(ににに/44歳)

- 私も移住して500万欲しい! 羨ましい!! (ライくんママ/38歳)
- 全国的に地方の若者が、都会へ移動する傾向がある中、都城市の人口数は増えている。でもまだまだ人材不足の解消には程遠いと感じます……。 (タエちゃん/?歳)
- 移住検索が全国1位に選ばれ、どの地域が特に人気なのか気になりました。(ゆあちゃんママ/28歳)
- 移住支援は今や全国区で話題となり、テレビ等のメディアで見かける機会が増えました。地元が目目され取り上げられるのは、この上なく嬉しいです。移住者が増えると雇用創出や税収アップなどのメリットが期待されますが、そのほかにもあらゆる面へ波及効果があると思います。躍進していく都城を、とても誇りに思います。(にこにこまる/48歳)

3 地震 60票



読者のコメント

- 8月の地震では、いよいよ南海トラフが来るのかと、とても緊張しました。地震への危機感が増し、備えについて改めて見直しました。(ジャッキー/42歳)
- 夏休み中に遊びに来ていた親族合わせ計10人で迎えた地震でした。災害備蓄が足りずに大慌て。余震が激しくなかったのが、本当に良かったです。(きんもくせい/32歳)

- 地震の後、水が買えなくなったりしたので、日頃からの防災を考えるきっかけになりました。(ピノキオ/48歳)
- イオンの駐車場の車内にいましたが、横揺れがすごくて、とても怖かったです。(ちーちゃん/56歳)
- 久しぶりに大きな地震を体験しました。南海トラフ地震への危機感が強まり、家族で震災時の集合場所を再確認しました。(アーモンド/42歳)
- あんなに揺れたの初めてで恐怖を感じた。(トッティ/51歳)
- 都城は震度5強でしたが、こんなに大きな地震を初めて体験して、その恐ろしさは想像以上でした。東北や石川県の地震はこれより大きかったかと思うと、胸が苦しくなりました。防災意識の低かった我が家でも今では、防災グッズを揃えています。(ラクス/52歳)

フォーラムおすすめ!

バレンタイン beautyメニュー

本命・義理・友チョコ……年々多様化するバレンタイン！
もちろん自分へのチョコもいいけれど、今年は自分に『美』のご褒美はいかがですか？

Hair space O-ga オーガ



髪の
ボリューム&
ツヤ感で
大人女性の
悩み解消!

イチオシ! 大人女性のための
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
……¥12,100

年齢を重ねた繊細な髪の毛をいたわりながら、健康的にフワサラの大人ストレートを実現する人気メニュー。また、加齢によるうねりやくせをつやつやカールにする「ミネラルデジカール」もおすすめです!

TEL.0986-22-8411 ※詳しい店舗情報はP25をご覧ください

~癒し処~ Ku`u Punahale クウプナヘレ



バレンタイン
だけに
チョコっと
お手入れ♪

チョコっとなら、時間取れそうだから
きれいにしてほしい~という方へ♡
プライマリーベーシックコース
バレンタイン特別価格 ¥5,500!!
お着替えを入れて、60分程で終わります。

高品質な最先端ドクターズコスメを賢くに使いながら、
摩擦レスの優しいタッチでお肌の休養を促します。高さ5
センチの泡パックをメインにオフ美容を!

TEL.070-1946-7772 ※詳しい店舗情報はP24をご覧ください

婦人科妊活サロン kikoeta



New
オープン!
子宝妊活整体
赤ちゃん整体

- マタニティ整体
……¥7,000
- 産後整体・赤ちゃん整体
(頭の形が気になる等)
子宮筋腫・更年期
……一律¥5,000

九州でも珍しい「子宝整体師」の資格を持つ
専門の先生が、あなたの妊活や婦人科の悩
みをしっかりサポート! 整体を通じて全身
のバランスを整えるだけでなく、不妊や子育て
の悩み、さらには日常生活のアドバイスまで、
トータルでケアします。

TEL.090-5747-1854 ※詳しい店舗情報はP25をご覧ください

爪を育てる専門 PEACH



ネイルケア
オイル
プレゼント♡

韓国発! 新しい巻き爪ケアの形
TOEMED(トゥーメッド)
巻き爪ケアジェル
¥18,000 → ¥12,000

巻き爪ケアジェル2本・
ワンカラーネイル・ネイルケア込み

この特殊ジェルは、硬化時に収縮する特性を活かし、巻き爪を優しく持ち
上げてケアします。難しい器具を使わず、施術後わずか3日ほどで爪の
カーブを整え、自然な形へと導きます。宮崎県内でも数少ない取り扱い
店です♪ カラージェルやアートと組み合わせ可能なのも魅力ですよ!

Instagram ID@peach.m.i ※詳しい店舗情報はP24をご覧ください

Hair&Nail Kiitos



春先の
手元ケアに
ぴったり♪

Valentine特別ネイル♡
ジェルネイル+オフ+アート込
¥6,000!

大切な季節にふさわしい指先を——冬から春へと
移り変わるこの時期に、手元から上品な美しさを引
き出します! シンプルなのに洗練されたオフィス
向けデザインから、思わずときめく大人かわいい
アートまで、どなたにも似合う多彩なスタイルをご用
意。さらに、冬の乾燥でダメージを受けがちな指先
に潤いと輝きをプラスするケアも充実! この価格、
このデザイン、このケアが揃うのは今だけです!

TEL.0986-24-6600 ※詳しい店舗情報はP25をご覧ください

バランスボールエクササイズ chico park



楽しい
から
続けられる!

完全パーソナルトレーニング
1レッスン(60分) ¥3,300
お得な回数券 4回¥11,000
(1カ月)

室内&省スペースでできる有酸素運動なので、
雨でも子連れ様でも大丈夫◎ 運動が
苦手な方もでも、音楽に合わせて楽しく運動
ができます! 膝に負担をかけずに運動でき
るから継続しやすいのもメリットです。

TEL.090-5943-2437 ※詳しい店舗情報はP25をご覧ください

Mente for men メンテ



2月末
までの
特別価格!

男性のための
フェイシャルエステサロン
【完全予約制】
メンズフェイシャル
スペシャルコース
¥16,500 → 特別価格¥13,200

「ひげそり負け、ニキビ、肌荒れ、毛穴の黒ずみ、しわ、シ
ミをとにかくよくしたい!」と、思われている方!
新生活へ向けて、特別なフェイシャルエステを体験しま
せんか?

TEL.070-1946-1784 ※詳しい店舗情報はP25をご覧ください

FIT365



雨の日も
快適!
人気オプション
「スタジオ」

あなたのライフスタイルに合わせた
「理想のフィットネス空間」
お得な月会費 ¥2,980(税込¥3,278)
2月末までの入会で
最大¥13,158 → ¥0

都城店限定のスタジオオプションでは、ヨガやダンスなど
人気レッスンを楽しめますよ! さらに、トレーニング
後はパウダールームでリフレッシュできます。女性に大
人気の設備が揃ったこのジムで、理想のフィットネスラ
イフをスタート!

まずは無料見学&体験をお試ください。

TEL.0570-030-365 ※詳しい店舗情報はP24をご覧ください

ITALIAN TOMATO Café Jr. イオン都城店

いちごのショートケーキ 730円
※テイクアウト 717円

間違いのない美味しさの大人気商品。北海道産純生クリーム配合のシャンティクリームと口どけのよいスポンジ、大粒のいちごが乗った甘さ控えめなショートケーキ。



Moa for Smile

いちごのミニタルト 530円

甘酸っぱく新鮮ないちごを使用したミニタルト。いちごの自然な酸味、クリームのコク、タルト生地ของ香ばしさが一体となり、バランスの取れた味わいが特徴です。鮮やかな赤と生クリームの白が目を引き華やかなスイーツです♡



【取材協力】

■道の駅 松山 やっちくふるさと村 / TEL.099-487-3800 ■お菓子の南香 / TEL.0986-22-4670 ■石窯パン工房 グレンツェン 都城店 / TEL.0986-36-5888
■ITALIAN TOMATO Café Jr. イオン都城店 / TEL.0986-22-1190 ■Moa for smile / InstagramID@m.tarte.sweets

CATALOG

都城圏域のおすすめ

いちごスイーツ

いちごの美味しいシーズン到来です。
人気店のイチオシ「いちごスイーツ」をご紹介します。



お菓子の南香

いちごタルト5号 4,320円

毎朝届く都城産の新鮮ないちごとサクサクのタルト、カスタードクリーム、純生クリームに、しっとりとしたスポンジケーキが相まった、いちごたっぷりのタルト。

道の駅 松山 やっちくふるさと村

いちごクレープ

志布志市「農Lifeいちごの村」の甘みと酸味のバランスが最高のいちごをふんだんに使用した、こだわりのクレープ!



石窯パン工房 グレンツェン 都城店

クワトロデニッシュ
290円

デニッシュ生地の上に、いちごをふんだんに使ったスペシャルパンです♪
いちごの甘酸っぱい美味しさとデニッシュの香ばしい風味が重なり合い、一口食べるごとに心地よい満足感が広がります。



みなさんは「緊急物資輸送支援」という言葉をご存じでしょうか？
災害時に孤立した地域へ物資を届ける新たな方法として注目されているのが、この「緊急物資輸送支援」です。このたび、都城市と「㈱スカイウォーカー」が協力し、市民の安全を守るための協定を締結しました。この協定は、災害時にドローンを活用して迅速に支援物資を届けることを目的としたものです。市民の安全と安心を第一に考えた画期的な取り組みといえます。災害が発生すると、道路の寸断や

「(株)スカイウォーカー」が使用する計画も進行中です。このような取り組みにより、市民の



都城市と「(株)スカイウォーカー」が「災害時物資輸送支援協定」を締結!

アクセス困難な地域が生じる場合があります。従来はヘリコプターでの支援が主流でしたが、全ての地域をカバーするのは難しいのが現実です。こうした状況下で注目されるのがドローンの活用です。「㈱スカイウォーカー」が使用する資材運搬用ドローン「DJI ELYCAR T30」は、狭い空間での飛行が可能で、長距離では最大30kg、短距離では最大40kgの物資を運搬できます。例えば、AED、薬、生理用品、オムツ、食料品など緊急性の高い物資を迅速に届けることが可能です。また、災害現場での救助活動を支援するため、救助隊が軽装で現場に向かえるようドローンを活用する計画も進行中です。この



都城市と「㈱スカイウォーカー」の協力により、防災対策は新たな次元へと進化しました。南九州におけるドローン資材運搬のパイオニア企業である同社のさらなる活躍が期待されます。

安全がさらにきめ細やかに確保されることが期待されています。ただし、ドローンは非常に便利なツールである一方で、誤った操作をすると危険が伴います。特に、落下事故が発生した場合、大きな被害を引き起こすリスクがあります。そのため、車の運転免許と同様に、ドローンを安全に運用するための適切な教育を受けることが不可欠です。「㈱スカイウォーカー」は「空の安全、市民の安心を守る」ことを重視し、正しい知識と技術の普及に努めるために、都城市初となるドローンの国家資格スクールを2024年6月に開校しました。

非常災害時の緊急物資運搬活用イメージ

CASE1 災害で孤立した地区へ緊急支援物資を運搬

平常時(事前準備) 非常災害発生時

非常災害発生時 非常災害発生時

メリット

CASE2 救助活動や災害復旧現場へ必要資材を運搬

平常時(事前準備) 非常災害発生時

非常災害発生時 非常災害発生時

メリット

代表/大工龍也氏

株式会社スカイウォーカー SKYWALKER, LTD.

0986-51-8823

KYOZA

手軽に立ち寄れる無人餃子販売所♪

ノーマル餃子1パック 500円

餃子をどうしても食べたい! そんな時『KYOZA』の餃子はいかがですか? 1つ1つ丁寧に手包みされた餃子はオーナーの真心がじんわりと伝わる商品です。口に入れた瞬間に、ニンニクと生姜のガツンとした味わいが広がり、香味のニラとの相性も◎
具材にもやしが入っているため、風味がさらに食欲をそそります。お酒やごはんがスむこと間違いなし!



InstagramID: @kyoza.mujiingyoza

都城市広原町15-10 24時間営業・無休

きりしまフォーラム厳選

春目前!

絶品グルメ特集



まだまだ北風が冷たい季節! こんな時こそ、胃も心も満たされる絶品グルメでほっと一息つきませんか?

ナンバー食品 BOKUの店

都城唯一の10円パン販売所♪

都城市千町にお店を構える『BOKUの店』。キッチンカーで県内・県外各地に出店し、国内の物を使用した惣菜や軽食が好評です。メニューはバラエティー豊富で、お肉系のメニューから10円パンといった流行りのスイーツまで、取り揃えています。素材にこだわったオリジナルの10円パンをお楽しみください。



TEL.0986-23-0634

都城市千町4985-1 営業/10:00~17:00
定休/水・日曜日・祝日 ※イベント出店期間中は不定休



道の駅 松山 やっちくふるさと村

手作り派にオススメ! プロの味が完成する製菓チョコ!!

チョコ瓶

せっかく手作りするなら、素材にもこだわりたいもの! 『道の駅松山』で販売している製菓チョコレート「チョコ瓶」は、チョコレート専門店にしかできない、厳選したカカオのみを使用し、こだわりの製法で作られています。そのまま食べても絶品ですよ!



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 不定休

CROSSROAD

リーズナブルな
絶品ピザをどうぞ!

12月中旬に新しくオープンした『CROSSROAD』! 大人気のピザは、発酵から成形まで、すべて手作りされるモチモチのパン生地には、ハーブとスパイスがブレンドされた旨味の詰まったトマトソース、たっぷりの具材が「これでもか!」と入ったボリューム満点の美味しさが◎。



大人に大好評
マルゲリータ 700円
※ハーフ 350円



TEL.050-1012-0944

都城市上長飯町12-15
営業/10:00~深夜1:00(L.O.23:30)
不定休

お子様に大人気
てりやきチキン 650円
※ハーフ 330円



石窯パン工房
グレンツェン 都城店

受験生を応援するいちごフェア!!

いちごツイストドーナツ 150円
ふんわりドーナツに、甘酸っぱいいちごチョコが香る逸品です♪



いちごコロネ 194円

甘酸っぱいいちごホイップをコロネ生地につぶり絞り入れ、いちごチョコでコーティングしました!

TEL.0986-36-5888

都城市上東町17-18
営業/7:00~19:00 定休/月曜日

麺や星月

「焼き飯」が
昼メニューに仲間入り!

焼き飯 600円

密かに人気を集め、ファンが多かった夜限定メニューの「焼き飯」。お客様のご要望から、昼メニューに加わり早くも人気メニューの仲間入り! 自家製のチャーシューを使用し、シンプルな味付けと、熟練の技でバラバラに仕上げた定番の焼き飯です。ラーメンとの相性も抜群な店主こだわりの一皿を、ぜひご賞味ください。



TEL.0986-58-7115

都城市中町17-18森店舗4号 営業/11:00~15:00 定休/月曜日

二代目 銀平

でげうま!
絶品スペアリブを
ご賞味あれ!

スペアリブ 1,400円(大)

牟田町から菖蒲原町に移転オープンした「テイクアウトキッチン二代目銀平」。以前の居酒屋のメニューがテイクアウトで注文が可能に♪ 中でも、1番人気のスペアリブは地元の方からも愛されている商品です。カリッとしていて、脂がジューシーのためお酒のお供におススメの一品です。スペアリブ以外のおつまみ・お弁当が注文できるのも嬉しいポイント♪



TEL.0986-77-8771

都城市菖蒲原町23-1-4 定休/火曜日
営業/10:00-14:30 16:30-20:30



インタビュー

すべての世代に寄り添う 在宅ケアを支える訪問看護の魅力

先月号から引き続き、訪問看護ステーションのインタビュー記事をお届けします。超高齢化社会を迎え、国策として在宅ケアの推進が進む中、『訪問看護』というお仕事が改めて注目を集めています。特に、小児ケアや精神科訪問看護への需要も高まっており、幅広い年齢層やニーズに応えることが期待されています。普段ではなかなか知ることのない訪問看護について、『大隅地域訪問看護ステーション』の吉田所長と畦浦さんに、さまざまなお話を伺いました。



大隅地域
訪問看護ステーション
吉田 所長

『大隅地域訪問看護ステーション』さんは、鹿児島県曾於市大隅町を中心として、訪問看護を手掛けておられると伺っております。吉田所長は、訪問看護の分野で勤められて、どのくらいになるのでしょうか。

こちらに勤めて、21年になります。訪問看護については、この20年でニーズも随分変容してきたように感じています。一昔前は、寝たきりの患者様のご対応がほとんどでしたが、

そこから予防、リハビリといった需要が高まり、そちらの分野にも注力してきました。そして最近では、精神や小児といった分野のニーズが高まってきているように感じています。時代と共に、訪問看護の対応の幅も広がっているように感じますが、それでもまだまだ世間一般での訪問看護の認知は高くないように思います。

訪問看護は寝たきりの方に対応するものという認識が、未だに根強い印象がありますよね。

そうですね。先にも述べましたが、実際にはニーズも変わってきており、予防をはじめ、バイ

タルチェックや服薬管理などのケアをさせていただいている患者様も多くなっています。

たとえば、外来で来られる方で身なりもとても整っていて、受け答えもしっかりされている方が、在宅での服薬がきちんとできていないというケースがあります。訪問看護は患者様の生活の一部に入っていきますので、そこで適切なケアができたり、アドバイスができたりすることがあります。

外来だけでは気づかないことも、在宅ケアだからこそ見える部分もありますので、「こんなことで訪問看護を頼っていいのかな……」と思うことも、気兼ねなく、お気軽にご相談いただければ

ば嬉しいですね。

訪問看護だからこそケアできる
こともあるんですね。では、『大
隅地域訪問看護ステーション』
さんの特徴をお聞かせいただけ
ますか。

訪問看護事業所としては珍し
く、病院内に事業所があります
ので、医療との連携がとても密
接で、ケアの対応幅が広いこと
が特色かと思っています。そう
した背景から、緩和ケアにも十
全に対応しており、ターミナル
の対応でご利用いただく方も多
くいらっしやいます。

また、経験豊富なスタッフが
揃っているのも強みで、看護師
6名、理学療法士2名、作業療法



士1名のいずれも、高いスキル
と豊かな人間力を有している
と自負しております。利用者様に
寄り添うことをモットーに、患
者様お一人おひとりの生活に伴
走していくことを大事にしてい
ます。

病院と近い距離にあるというの
は、患者様にとっても安心感があ
りますよね。今は高齢者だけ
なく、障がいや小児分野の対応も
多いのでしょうか。

そうですね。そうしたニーズ
は増えてきています。当訪問
看護事業所でも、過去に小児ケ
アのご依頼があり、ご家族様と
しっかりと信頼関係を築いて対
応してきたこともあります。保
護者様からは、「子どもの症状を
医師にどのようにして説明した
らいいかもわからない時に、看
護師さんが自宅で寄り添ってく
れるのはとても心強い」「子ども
と触れ合ってくることが嬉しい
」といったあたたかいお言葉
も頂戴し、自分たちの仕事が役
に立っているのだと感じること
ができました。

利用者様のお言葉から、吉田所

長や睦浦さん、スタッフの皆様
の真摯な対応と、プロ意識の高
さが窺えます。訪問看護、リハ
ビリ、障がい、小児と、実に幅広
い症例に応じられることも『大
隅地域訪問看護ステーション』
さんの強みですね。

たくさんご依頼いただくこと
もありますが、基本的には30分
圏内となっていて、遠方
の方には対応しかなる場面もあ
ります。そんな時は、横のつな
がりを活かして、近くの同業の
方に対応いただくこともあります。
他の訪問看護事業所様を競
合という形では捉えず、共に
助け合う同士
として、一緒に
地域医療を支
えていければ
と思っています
。

共存共栄の精
神で、地域医療
に貢献されて
いるのですね。
では最後に、今
後の抱負をお
聞かせいただ

けますか。

訪問看護に関しては、先にも
述べましたが、使い方がわから
ないという方も多くいらっしや
り、その需要の高さに対して、認
知が低いように感じています。
在宅で困っていることがありま
したら、医療保険・介護保険の双
方の観点から、よりよい利用方
法をご提案させていただきませ
ぬので、些細なことでもご相談
いただけると嬉しいです。

本日は、お話を聞かせていただき
まして、ありがとうございます。

曾於の地域医療を守る!

医療従事者 大募集!!

看護師
薬剤師
臨床検査技士
臨床工学技士
管理栄養士

開院から78年——
昭南病院は外来・入院・在宅医療など、
曾於近隣の地域医療を支えてきました。
これからも「地域の医療機関」として
安定的に医療を提供し続けるために、
様々な医療専門職を募集しています。

- ✓ 都城・三股・志布志から通勤圏内
- ✓ 福利厚生で医療費補助制度あり

病院見学も大歓迎です。
興味のある方はお問合せください。

求人に関するお問合せ
医療法人愛誠会 昭南病院
求人・広報統括室
☎099-482-0622
曾於市大隅町下窪町1

詳しい情報や
応募は
こちらから



鉄道を守る
お仕事!



「小岩屋電設」で
働く魅力を
聞いてみました!

日本の鉄道は、世界に誇る正確さと安全性を維持しています。その裏には、作業員というプロフェッショナルたちの存在があります! 踏切工事や通信ケーブルの機器交換、保守点検など、多岐にわたる電気工事を通じて、毎日たくさんの方が利用する鉄道の安全を守る。それが鉄道を支える大切な役割です。

今回は、「小岩屋電設」で働いている川野友輔さん(25歳)に、会社の魅力や仕事のやりがいについて伺いました。入社10カ月目ながら成長を実感されているという川野さんに、さまざまなお話を聞いてきましたよ!



小岩屋電設
川野 友輔さん

「入社内容のきっかけは何ですか?」
「求人内容を見たときに、この仕事で人の命を守ることに直結しているの知り、興味を持ちました。自分の仕事が社会に貢献できることに魅力を感じたのがきっかけです!」

実際に働いてみて感じた「小岩屋電設」の魅力を教えてください。

「まず、指導体制がとても充実しています。分からないことがあっても気さくに聞ける環境が整っていて、新人の私でも安心して仕事に取り組んでいます。また、職場の方々が褒めてくれるので、それが自信とやりがいにつながっています!」

「どんな人に向いている仕事だと思いますか?」

「責任感があって体を動かすことが好きな人にピッタリだと思います。『小岩屋電設』では作業員を一人にさせない方針があるので、みんなで協力して作業を進める点も働きやすい理由の一つですね!」

「日々の業務の中で、成長を感じることはありますか?」

「はい。最初は何も分からなかった私ですが、少しずつ自分で判断して動けるようになったことで、成長を感じています。仕事にメリハリがあって毎日が新鮮なので、飽きることがありません!」

「小岩屋電設」ならではの魅力を教えてください。



いですし、社長が社員一人ひとりを大切にしている姿勢が伝わってきます!」

「働きやすさについてはいかがですか?」

「土日が休みなのでプライベートの時間もしっかりと取れます。さらに、子どもの行事などがある場合は事前に申請すれば休みが取れるので、家庭を大切にしたい方にも向いている職場だと思います!」

「インタビューを終えて」

川野さんのお話を伺い、小岩屋電設が社員一人ひとりを大切にしながら成長を後押ししてくれる会社だと感じました。働きやすい環境とやりがいを持っている仕事に揃ったこの会社で、あなたも新しい挑戦を始めてみませんか? 『小岩屋電設』の求人内容は、下段内容をご確認ください。

鉄道が好きな人も
そうでない人も
みんな待ってるよ~!



小岩屋電設
内村さん



ここでは弊社でおなじみの「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。

1月の初めには、入居者様と新年をお祝いするお正月イベントを開催しました。笑顔あふれる楽しいひとときになったその様子をご紹介します!

まず、挑戦していただいたのは、お正月遊びの定番「福笑い」です。目隠しをして、お顔のパーツを貼り付けていくと、ユーモラスで愛らしいお顔が次々と完成! 「あら! 目がこんなところに!」と笑い声が響き渡り、会場全体が和やかな雰囲気に包まれました。また、新年の決意を込めた書道体験も開催! 筆を握りしめ、「あけましておめでとう」や「謹賀新年」といった文字を一文字一文字丁寧に書き上げていただきました。最後は恒例の「1年の抱負」をお聞きしました。「健康で長生きするぞ」と元気いっぱい声を揃えられる皆様の笑顔に、スタッフ一同心が温まりました。

新しい1年が、入居者様にとって笑顔と健康にあふれるものになりますよう、これからも精一杯お手伝いしてまいります。今年もどうぞよろしく願いいたします!



Recruit 鉄道の安全を支える名脇役!

そんな仕事、始めませんか?

この仕事の魅力は?

- 社会に直接貢献できるやりがい
毎日運行される電車が、あなたの手で守られる。利用者の「ありがとう」が見えないところで聞こえる仕事です。
- 専門スキルが身につく!
線路や設備の整備、最新技術の活用など、鉄道の「プロフェッショナル」としてキャリアアップも目指せます。
- チームワークで築く安心感
現場では仲間との連携が不可欠。一緒に汗を流す仲間と信頼関係を築けるのも魅力です。
- 自然と触れ合うフィールドワーク
オフィスワークでは味わえない、大自然や四季を感じる仕事環境です。

こんな方を求めています!

- 責任感があり、社会に貢献したい方
- チームワークを大切にされる方
- 未経験でも新しいことに挑戦したい方

経験は問いません! 先輩スタッフが丁寧にサポートします。あなたも「鉄道の安心を支える」仲間になりませんか?

給与 月給200,000円~(+各種手当) ※経験者優遇!
時間 8:00~17:00(作業内容により、22:00~翌5:00も有)
休日 土・日 他 会社カレンダーによる
資格 35歳迄(省令3号のイ)
待遇 昇給・賞与、社会保険完備、交通費規定支給、制服貸与、資格取得支援、退職金制度、家族手当

応募はこちらから! 鉄道の未来と一緒に守りましょう!

小岩屋電設株式会社 都城市平江町38-10
☎090-1193-6022(担当:小岩屋)

仕事内容などをアップしています!



A スペアリブ(大) 2名様 店

二代目銀平で一番人気のスペアリブ(大)をプレゼント！一度食べたらやみつきになる商品を、この機会にご賞味ください！

P11-23もご覧ください

★提供/テイクアウトキッチン 2代目 銀平
☎0986-77-8771
都城市菖蒲原町23-1-4

B ボンボンショコラ5個入り 3名様 店



今月号の盆地アワードにピックアップされた『ルナミエンス』の商品をプレゼント！店主のこだわりと愛が詰まった商品をご堪能ください！

P7もご覧ください

★提供/ルナミエンス
@lunamience_miyakonojo
都城市妻ヶ丘町15-14

C 生チョコレート 2名様 店

P11-22もご覧ください

ソフトクリームやクレープ、ケーキが大人気の『道の駅松山』で、密かに人気を集めているチョコレート。チョコレート専門店だったノウハウをいかして作られる極上の生チョコレートはギフトとしてもおすすめです。濃厚で上質なショコラをぜひご堪能ください！



★提供/道の駅松山
☎099-487-3800
鹿児島県志布志市松山町新橋1526-1

今月の present

★応募方法★
希望商品のアルファベットを下のアンケートハガキもしくは、HPの応募フォームから、2月20日(当日消印有効)までにお送りください。



※プレゼントの応募はお1人様1枚限りを有効とさせていただきます。

★プレゼントの受取方法★

…発送 …きりしまフォーラムまで取りに来る
店 …お店に直接取りに行くorお店で利用

D 霧島みそ豚ステーキ2枚セット 3名様 店



肉厚の豚肉に濃厚な味噌をつけてこんだ『霧島みそ豚ステーキ』。味噌の深みと甘い風味が豚肉のジュシーさを引き立てます。都城の郷土の味をご賞味ください！

P11-23もご覧ください

★提供/ナンバー食品
☎0986-23-0634 都城市千町4958-1

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(170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 しおとんこつ 3名様 店



豚骨スープの濃厚さに塩味のキレが加わり、バランスの良い風味が楽しめる『しおとんこつ』。濃厚とあっさりとの両方を併せ持つため、豚骨ラーメンが好きな方にも、あっさりな好む方にも嬉しい一品です！

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

おそれいりますが
85円切手
お貼りください

郵便はがき
885-0041
都城市一万城町99-9-1
きりしま
フォーラム 行

★アンケート&プレゼント応募ハガキ★

(ふりがな)
お名前 年齢 歳/性別(男・女・無回答)
ペンネーム/
ご住所 〒
TEL ()
ご職業
小学生・中学生・高校生・大学生・社会人・主婦/主夫・その他()
会社・学校名/
フォーラムの入手先

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

きりしまフォーラム 2月号アンケート

- 希望するプレゼントのアルファベットをお書きください。
第1希望() 第2希望()
- 今月号でよかった、気になった記事・広告とそうでなかった記事・広告を1つずつあげてください。
よかった、気になった記事・広告()
興味が持てなかった記事・広告()
その理由()
- あなたの健康に関する疑問や意見をお聞かせください。
(病気、体調、予防のことなど)
- フリースペースです。
最近あった面白い出来事、腹が立ったことなど、何でもOK!

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

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!!

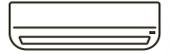
エアコンクリーニング専門の『おそうじ本舗都城大王店』まで!!

お得な複数台割はじめました!

エアコンクリーニング

完全分解洗浄 20,900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/2025年2月28日 ※仲介物件に関しては仲介手数料をいただきます。他にも多数物件を揃えております。お気軽にお電話ください。

☆アンケート☆

- あなたが密かにおすすめする、お花見スポットを教えてください。
(あまり知られていない隠れスポットなど大歓迎です)

- 今までで1番印象に残っている日帰りで行ける旅行先はどこですか? なぜ印象に残っているのか理由も合わせてお答えください。

☆ご協力ありがとうございました。

第19回 都城市少年剣道錬成大会



1月12日(日)、「第19回都城市少年剣道錬成大会」が都城市早水公園体育文化センターで盛大に開催されました。この大会は、都城圏域の剣道を盛り上げることを目的に、地域の少年剣士たちが日頃の鍛錬の成果を競い合う場として、多くの参加者と観客で賑わいました。

会場に足を踏み入れると、竹刀がぶつかる音と元気な掛け声が響き渡り、緊張感と熱気に包まれていました。大会には、各団体から約110名の少年剣士たちが参加。各選手は年齢や経験に応じたカテゴリーに分かれて試合を行い、それぞれが白熱した戦いを繰り広げるその姿に、私たちも引き込まれていきます。

★インタビュー



都城武道館 主将
川越 亮さん

剣道はすごく楽しいです！試合は緊張するけど、その分勝ったときはめっちゃうれしいです。好きな技は「返し胴」です。うまく決まったときの音がすごく気持ちいいんです。好きな選手とかはいないけど、自分で目標を決めて、それに向かって練習するのが好きです。いつか、自分の理想に

近づけるように頑張りたいです！



都城武道館
高志郎さん

剣道に興味がでてきたときに、学校でチラシをもらってそれから入門しました。剣道をしていると、すごく楽しくて面白いのであつという間に感じます。

また、昨年から実行委員長を務めている川越さんにもお話を伺いました。

「以前の実行委員である外村さん、遠矢さん、横山さん、松尾さんをはじめとする皆さんの熱い想いを引き継ぎながら、世代交代として私が務めさせていただいています。剣道部の先輩方が積み重ねてきた努力や情熱を大切にしつつ、子どもたちにたくさん試合経験を提供し、剣道の素晴らしさを広めていく活動を続けていくため、この大会を開催しています。これからも地域全体で剣道を支え合い、未来の剣士たちがさらに成長できる場を作り続けたいと考えています」

この大会は、剣士たちの成長の場であるだけでなく、観客に感動を与え、地域の絆を深める重要な

イベントでもあります。このような大会が続いていくことで、地域の剣道がますます盛り上がりつつあることでしょう。

◆小学生低学年団体の部

- ◎優勝……上長飯剣友クラブB 準優勝……勝岡陽塾 最優秀選手賞……堀田道記

◆小学生高学年団体の部

- ◎優勝……都城武道館A 準優勝……明和剣友クラブA 最優秀選手賞……藤村大駕

◆中学生女子個人戦の部

- ◎優勝……甲斐聖織 準優勝……工藤 瑠桜 最優秀選手賞……工藤 瑠桜

◆中学生男子個人戦の部

- ◎優勝……甲斐哲斗 準優勝……新山蒼士 最優秀選手賞……甲斐哲斗

■取材協力／都城武道館



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／2月1日(土)・15日(土) 13時～16時

(受付は15時まで)
場所／2階休憩所(シニアのためのフィットネス遊癒前)

★まちの保健室
心や身体についてのさまざま

な気がかりや問題など、お気軽にご相談ください。
日時／2月9日(日) 12時～15時
場所／2階休憩所(シニアのためのフィットネス遊癒前)

★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／2月18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階赤ちゃん休憩室

★宮崎県赤十字献血運動(献血バス)
献血のご協力をお願いいたします。
※体重50kg以上の体調のよい方
※男性17歳～69歳、女性18歳～69歳までの健康な方など
※ただし、65歳以上の方は60歳

★バレンタインフェア
今年もいろいろなチョコレートやギフト好適品を多数品揃えしております。
日時／開催中～2月14日(金)
場所／1階セントラルコート

★期間限定催事
バッグ・服飾雑貨販売 (K2マーケット)
日時／開催中～2月11日(火) 10時～18時(予定)
場所／2階中央吹き抜け横(専門店THE SHOP 向かい) 特設会場

盆地っこレター

県外で頑張っているあの人から、元気だよ～とお便りが届きました。今回はこちらの方……

遠く離れた町で、頑張っています！

県外在住6年
福岡県北九州市在住
金融機関勤務(現在育休中)

うちだ まい
内田 麻衣さん(36)

小学校:上長飯小学校
中学校:妻ヶ丘中学校
高校:都城西高等学校

短大を卒業後、金融機関に就職し、そこで知り合った主人の転勤をきっかけに北九州市へ引っ越ししました。
初めは慣れない土地で寂しくなる時もありましたが、今では家族が増え友達も出来たので毎日楽しく過ごしております！

お正月やGW、お盆など事あるごとに都城に帰省しますが、帰るたびに地元の良さを痛感します。食べ物や飲み水は美味しいし、何より出会う人々がとっても親切です♪
子育てをしているとより人情に触れる機会が多く、地元で子育てをしたいなと思います。北九州市に6年住んでおりますが、都城で根付いたイントネーションは全く抜けません(笑)

下の子どもも去年誕生し、こんなに大きくなりました♪

★ホワイトデーフェア

バレンタインのお返しに最適なギフトを多数品揃えしております。

日時／2月16日(日)

（3月14日(金)

場所／1階セントラルコート

★ベビーカーステラ販売

(スイツラボ)

日時／2月22日(土)～26日(水)

10時～19時(予定)

場所／1階正面玄関側レストラ

ン街入口

★タリーズコーヒースクールに
参加しませんか？

■ミニコーヒースクール

おすすめのコーヒーとスイーツ
を楽しめるミニコーヒースクール

日時／2月3日(月) 13時～

参加費／980円

※ジップスシングルサーブお土産付

■コーヒースクールコース①

ハンドドリップの基礎やお家
のできるアレンジを学べるコース

日時／2月10日(月) 13時～

2月20日(木) 13時～

参加費／2035円

※豆1袋+イベントバッグのお土産付

■コーヒースクールコース②

コーヒーの基礎知識や3つの
産地の味わいの違いを実際に飲んで
学べるコース。スイーツとのペ
アリングもお伝えいたします。

日時／2月17日(月) 13時～

参加費／2035円

※豆1袋+ビーンズメジャース
ブーンのお土産付

場所／イオン都城店1階

タリーズコーヒー

(3コース共通)

※受講後の当日限り、ビーンズ・
グッズを10%OFFでご購入
いただけます。

■問合せ／タリーズコーヒー
イオン都城店

☎0986-24-2082

■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

※イベントは諸事情により場
所・日時の変更、中止になる
場合がございます

※詳しくはHPをご覧ください

※P31もご覧ください

イベント情報

★スーモカウンスターで
家づくりの悩みを相談

『スーモカウンスター』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
は裏表紙をご覧ください。

日時／1月28日(火)

2月16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／スーモカウンスター

☎0120-3000-829

「さりしまフォーラムを見て」
とお電話ください

★宅建必勝通学講座(初心者向)
スタート！

長年の実績と信頼のある宅建
必勝講座です。初心者の方でも
安心して学ぶことができます。
料金など詳しくは、お問合せく
ださい。

日時／2月4日(火) 開講

場所／(有)拓明館

■問合せ／(有)拓明館

☎0986-22-8535

★東霧島神社

鬼磐階段かけ上がり競走

人気のイベント「鬼磐かけ上
がり競走」を今年も開催いたし
ます！ 子どもから大人まで、
年齢問わず体力に自信のある方
はご参加ください。

日時／2月11日(火・祝) 13時～

※受付時間12時半～13時

場所／東霧島神社

対象／小学生(男女不問)

参加費／大人500円

小中高生300円

※保険代を含んでいます

申込締切／1月31日(金)まで

■問合せ／つまん祭り実行委員会

☎0986-62-1713

FAX0986-62-2615

★都城高専吹奏楽部

第49回定期演奏会を開催しま
す！ ユニークで楽しい演奏会
です。皆様のご来場お待ちしております

日時／2月11日(火・祝)

場所／都城市総合文化ホール

時間／開場13時半 開演14時

入場料／500円(未就学児無料)

■問合せ／都城高専

☎0986-47-1107

★大岩田遊水地整備事業
出前講座開催！

都城市大岩田遊水地整備事業
の内容を、分かりやすく流域住
民に説明いたします。

日時／2月19日(水) 15時～

講師／国土交通省 九州地方整
備局 宮崎河川国土事務所

流域治水課 山崎様

場所／都城市ウエルネス交流プ
ラザ ムジカホール

■問合せ／公益社団法人

都城法人会

☎0986-45-0377

★令和7年度介護福祉士養成
科・情報処理技術者養成科
職業訓練生募集 説明会開催

入学金・授業料無料で、国家
資格を取得できる「介護福祉士
養成科」と「情報処理技術者養
成科」の職業訓練生を募集する
説明会が開催されます。これか
らの時代、資格は必須です。資
格を得てスキルアップし、働き
たいという大人におすすめの内
容になっています。また条件に
よっては、雇用保険受給期間が
2年間延長される場合もあり、
受講中の収入減が心配な方も安
心できる制度もあります。気軽
にご参加ください。

日時／2月15日(土) 10時～12時

場所／都城コアカレッジ

参加費／無料 要予約

申込方法／メールか電話にてお
問合せください

★入学金・授業料無料！

令和7年度介護福祉士養成
科職業訓練生募集

着物を洋服感覚で
着たい貴方に



自分で
簡単着付

二部式きもの

思い出の着物を手軽に
着物リメイク承ります。

おでかけや食事会などの
あつまりに。



染色補正一級技能士の店

着物専門のきぬた

都城市妻ヶ丘町12-11 定休／日曜・祝日
営業時間／10:00～18:00
TEL 0986-25-7272

着物クリーニング
着物レンタル



お気軽にご参加ください！
くもんの先生
説明会

webでも開催中！

新コンセプトをご紹介します！

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

ぜひCM動画(20秒)で
ご覧ください。

今すぐチェック！→

※55歳までの方を募集しています。
※フランチャイズ契約です。教室開設時に
「開認認可料」110,000円(税込)が必要です。

2・3月の「くもんの先生」説明会に
ご参加いただきましたみなさまには、もれなく
Amazonギフト券 1,000円分を進呈!



「かけがえない」が、
ここに 있습니다。

くもんの先生を、やってみませんか？

まずはホームページをチェック！ くもんの先生 検索 KUMON
お問合せはフリーダイヤル 公文教育研究会
0120-834-414 千820-0206
受付時間 9:30～17:30 宮崎県宮崎市広島2-5-11
土・日・祝日を除きます 宮崎県宮崎市上日輪2-15F

宮崎県が厚生労働大臣指定の介護福祉士養成施設「都城コアカレッジ」などに委託して、不足する介護人材を育成するため、国家資格を取得できる訓練講座です。ご自身のキャリアアップのために、ぜひ参加してみませんか？ 気軽に問合せください！！

★入学金・授業料無料！

令和7年度 情報処理技術者養成科
プログラマ・システムエンジニア・Webエンジニアを目指す。最大3種類の国家資格「ITパスポート」「基本情報技術者試験」「応用情報技術者試験」or「情報セキュリティマネジメント試験」を取得し、IT時代に活躍する人材を育成します。ぜひ、お問合せください！

募集期間／2月27日(木)まで
訓練期間／4月8日(火)～(2年間)
場所／都城コアカレッジ

問合せ／都城コアカレッジ
☎0986-38-4811

★ホームリノベーションあかつき第17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、リフォームコンテストでも実績のある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20万円もらえる「子育てグリーン住宅支援事業」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／3月16日(日)13時～16時半
(開場12時40分)
会場／道の駅都城NOLLI
多目的室 ルーム1・2
都城市都北町5225-1
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、先着順の受けとなります。

※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、美味しいお肉が大人気の「焼肉みひろ」3000円分の商品券をプレゼント♡
問合せ／きりしまフォーラム
☎0986-26-5836

子育てイベント情報 三股町
★救急法 完全予約制 限定5組
乳幼児に対する心肺蘇生法とAEDの使用方法について、実技を交えて実施いたします。
日時／2月13日(木)10時～11時
場所／総合福祉センター「元気の杜」内 三股町子育て支援センター

★3000人以上の方にご来場いただきました！
(一社)日本住宅取得応援協会
×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102回後悔しない家づくり勉強会
毎回大好評！ これまでに約3000人以上の方が参加し、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。「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。

★ホームリノベーションあかつき第17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、リフォームコンテストでも実績のある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。窓の断熱性を高

冷え性 頭痛 肩こりでお悩みの方
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
Instagram

2月生2/4(火)開講！
宅建必勝通学講座
(初心者向)
お気軽にお問合せください！
受講料:200,000円
テキスト代込!!
～資格の時代～(有)拓明館
0986-22-8535
都城市下川東3-18-5
info@takumeikan.com
必勝宅建基礎
WEB講座も開催!
詳細はお問合せください

大切なことはなんですか？
今しか残せない今の顔
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
左のQRコードまたは、当院のホームページからアクセスしてください。
WEBのみの予約
電話での予約は受付ておりません。
2月診療スケジュール

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

いき形成外科ひふ科クリニック ☎0986-45-0020
都城市年見町24号5階地

春目前の習い事特集♪

新年度へ向けて、何か新しいことをスタートさせませんか？

子どもにピッタリの習い事はもちろん、
大人にもオススメの習い事がたくさん登場しています。
ぜひ参考にして、チャレンジしてくださいね!!



スカイウォーカードローンスクール ☎0986-51-8823



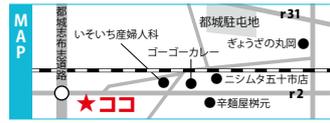
今がチャンス! 助成金活用で お得に目指せるドローン国家資格!

ニシムタ五十市店のすぐそば!! 都城初(※)のドローン唯一の国家資格が取得できるスクールです! 最短2日間で取得できるのも魅力! ドローン技術は、空撮、物流、農業、点検作業など、さまざまな分野で注目されています。そして今、二等無人航空機操縦者技能証明書は、その第一歩として最適な資格です! 「ドローン国家資格」が取得できる学校で、あなたの可能性を広げませんか? (※2024年6月時点)

今なら! 助成金活用で
初學者コース受講料 **61,290円~**
●通常価格297,000円~
経験者コース受講料 **32,650円~**
●通常価格165,000円~

都城市平塚町2980-2
ドローンのことなら何でも
お気軽にご連絡ください

HPIは
こちら



スカイウォーカードローンスクール

ドローンは、今後さまざまな分野で社会実装が進んでいくと期待されています。当校は、都城市初のドローン国家資格スクールで、実務経験豊富なベテランパイロットが親切丁寧に教えているので、合格率は国内トップクラス! 16歳から資格取得が可能なので、就職活動で差を付けたい高校生や、仕事でドローンを飛ばす社会人、趣味でドローンを飛ばしたい方など、幅広い方々が資格を取得されています。まずは気軽にお問合せください。

代表 大工先生より

MCC 学校法人 都城コア学園 都城コアカレッジ ☎0986-38-4811

2月27日締切

入学金・受講料 **無料!!**
※ただし一部、テキスト代等の自己負担あり

公共職業訓練 令和7年4月入校 職業訓練生 募集

介護福祉士養成科



宮崎県が厚生労働大臣指定の介護福祉士養成施設に委託して、不足する介護人材を育成するために職業訓練。基礎はもちろん、福祉機器を使った最新の介護技術を学び、国家資格取得を目指します。

情報処理技術者養成科



プログラマー・システムエンジニア・Webエンジニアを目指す。最大3種類の国家資格「ITパスポート」「基本情報技術者試験」「応用情報技術者試験」or「情報セキュリティマネジメント試験」を取得し、IT時代に活躍する人材を育成します。

募集要項

対象者	高等学校卒業以上の離職者等で、公共職業安定所で求職申込みを行い、公共職業安定所長の受講指示、受講推薦又は支援支持を受けられる方
募集定員	介護福祉士養成科6名 情報処理技術者養成科10名
訓練期間	令和7年4月8日~令和9年3月13日の2年間
応募方法	最寄りの公共職業安定所にご相談の上、お申込みください

都城コアカレッジの特色
これから資格を得てスキルアップし、働きたい人の方にピッタリ!
土・日曜日・祝日原則休み 春休み・夏休み・冬休みの長期休暇あり!

説明会開催 2月15日(土) 10:00~12:00 要予約
会場/都城コアカレッジ 申込み方法/電話又はメールにて受付

受講中に収入源が心配な方も安心!!
雇用保険受給期間が2年間延長!



都城市吉尾町77-8 HP/https://miyakonojo.core-gakuen.com
受付時間/9:00~17:00 休校日/土・日曜日・祝日



学校法人 都城コア学園
都城コアカレッジ

介護福祉士は「人々の暮らしを支えるために働く必要不可欠な人たち」であり、社会にとってとても重要な存在で、やりがいのある専門職です。本校では、高校を卒業したばかりの学生だけでなく、子どものいる女性や介護で起業を考えている方、介護のことをまったく知らないという方も多く学んでいます。介護福祉士は求人数が豊富! 社会を支える仕事! 不況にも強く、昇給や賞与、福利厚生も整っている! 魅力いっぱいの専門職ですので、一緒に学びましょう。

介護福祉科 野崎先生より



学校法人 都城コア学園
都城コアカレッジ

情報処理技術者養成科は、本校ICTエンジニア科の学生と一緒に2年間学びます。ICTエンジニア科では、在学中に最大3種類の国家資格取得が可能です。また、はじめての方でも学びやすいように、専門用語や基礎知識をできるだけ分かりやすく講義をしています。入学後、約半年で「ITパスポート試験(国家資格)」に合格される方もいらっしゃいます。私たちと一緒に、資格取得を目指しませんか。

ICTエンジニア科 堀脇先生より

楽しく学べるパソコン教室 ☎0986-58-8620

何度でも聞きたいやん!



1レッスン最大3人までの少人数制!

入会キャンペーン!! ※2025.2/28迄有効

入会金11,000円→半額の**5,500円!!**

無料体験・説明会実施中! 詳しくはお電話ください

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

PC歴30年のプロが購入・設定・修理まで対応!
HP制作も承っております!

ライフスタイルに合わせて気軽に通える!

初心者大歓迎! 優しい先生が丁寧に指導してくれます。Excelなどの基本操作から就職や転職のためのスキルアップまで、徹底サポート! 親子や友達同士で通えるのも人気のポイント★

- 安心の月謝制(テキスト他費用なし)
※月4レッスン(1レッスン50分)6,400円~
- 都合に合わせて日時選択可
(翌月繰越OK!)
- 一人ひとりに合わせた丁寧な指導!



楽しく学べるパソコン教室

最大3名までの少人数制で生徒様ごとの「やりたいこと・レベル・ペース」に合わせカリキュラムを組み、テキストだけに頼らず、「解りやすく楽しく」をモットーにレッスンを行っています。レッスン後の生徒様の笑顔が、何事にも代え難い励みになっています。

安影先生より



(株)西部電通

ますます発展していくIT時代に向けて、新時代を築いていくお子様にPCのゲームを使った、プログラミングの基礎を教える教室です。国語力や物理、数学、英語なども到達します。これからはデジタルの時代であり、特に子ども達にとっては必須科目となります。まずは無料体験からいかがでしょうか?

有村先生より

株西部電通 ☎0986-36-4196 ☎090-9583-7255



マイクラや、ロボックスを使った小学生・中学生向けのエンターテイメント型プログラミング教材ブランドです。

★ここが人気のポイント★

1. Youtube風に編集した動画教材!
2. エンタメ性の高さ!
3. 思考力を鍛える工夫!
4. 図解で分かりやすく!

プログラミング教育は、基礎学習となり次世代において非常に重要な“学び”となってきています。学年からでも楽しく学習できるので、まずは無料で体験してください。

「フォーラム見たよ」で
入会金 通常10,000円▶▶▶半額!!(2月末迄)
ネットで体験申し込み+口コミで
全員に**2,000円分**のアマギフプレゼント!!

北諸県郡三股町花見原7-10
『西部電通』で検索!!

受付期間:平日9時~17時 電話or公式ラインor来店

公式LINEはこちら



LEVEL UP 絵画+英語教室 ☎070-9133-3155



幼児~大人、初心者も上級者でも一緒にアートを楽しみましょう!

絵画を学ぶことで、表現力や発想力・立体感覚など芸術的感性をを養うことができます。また、完成までのプロセスを考える力も身につきます。

★レッスン情報★
【年間45回】

小学生 :1回60分/月7,000円
親子レッスン :1回60分/月8,000円
中学生~一般 :1回90分/月8,000円
個人レッスン :60分/4,000円

入会費&年会費無料

絵画を英語と日本語で教えます。
まずは体験からしてみませんか?

都城市花繰町1-5 定休/日・月曜日
営業/火~金 10:00~19:00
土曜日 9:00~17:00



Level up 絵画・英会話教室

私はアメリカの大学で16年間、美術を教えていましたが、今は都城で幅広い年齢層に美術を教えたいと思っています。英語で教える美術の授業も行っています。学習内容としては、絵画・デッサン・イラスト・漫画です。定期開催で、無料のコラボアートイベントも実施しています。美術に関心がある方はもちろん、英語の勉強を頑張りたいと意欲のある方を、サポートします。

クリス・トラウトマン先生より

商品・サービスの**魅力**が伝わる!

チラシ作りはおまかせください!

各種チラシ、フライヤー、ショップカード、ポスター、パンフレットなど……
目的に沿ったデザインで集客をサポートいたします。

まずはお気軽にお問合せください! /

まりしまファーム ☎0986-26-5836



FORUM'S SELECT GOURMET

フォーラムセレクト
グルメ

道の駅 松山 やっちくふるさと村

☎ 099-487-3800

バレンタインには絶品チョコレートを贈ろう♡



バレンタイン限定クッキー
※写真はイメージです

チョコレート専門店だったノウハウをいかして作られる極上の生チョコレートギフトが大好評♪ 芳醇な香りと優しいちどけの「生チョコ」は、「ブランデー」「抹茶」「スイート」の3種類。上質なショコラの美味しさを堪能することができます。見た目も◎なショコラを、自分はもちろん大切な人へプレゼント!!

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

バレンタインフェア

本格的な生チョコレート
ギフトがいっぱい



生チョコ
【ブランデー/抹茶/スイート】

いちごフェア

いちごソフトクリーム
いちごクレープ/いちごタルト
この他にも、
いちごを使ったケーキも充実!



CROSSROAD

☎ 050-1012-0944

NEW OPEN! ピザ&カフェとPOOL BAR!!



1階にピザ&カフェ、3階にPOOL BARの入った『CROSSROAD』が新しくオープン! すでに大人気のピザは、すべて手作りのモチモチのパン生地に、ハーブとスパイスがブレンドされた絶妙なピザソースの絶品メニューです! 朝引き鶏を丁寧に仕込んだから揚げもオススメ!

店舗情報

都城市上長飯町12-15
営業/10:00~深夜1:00 (L.O.23:30)
不定休

ピザMENU テイクアウトもOK!!

ミックス	600円
てりやきチキン	650円
ツナマヨコーン	650円
シーフード	700円
マルゲリータ	700円
カマンベール	700円

サイドMENU

から揚げ(5個)	300円
北海道男爵ころっけ(1個)	80円
ソフトクリーム	280円

POOL BAR

10:00~深夜1:00 (L.O.23:30)
ビリヤードを楽しみながら
お酒を嗜む大人が急増中♪
ビリヤード1時間
フンドリンク付き 1,000円
ビリヤードのみ1時間 600円
クラフトビールや
ウイスキーなども充実!!



寿司虎 回転寿司 寿司虎 都北店

☎ 0986-51-8608

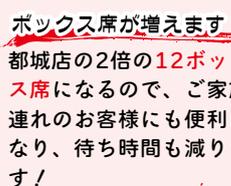
人に寄り添う温かさと、便利さをプラスして
移転オープン! これからもよろしくお願ひします。



回転寿司「寿司虎」都城店が、都北町へ移転リニューアル!
2月1日(土)新しくオープン♪ これまでの歴史と伝統を大切にしながら、時代に合わせた店舗づくりとお客様の声を反映し、さらに心を込めたおもてなしをご提供いたします。ぜひ新しい「寿司虎」で、より快適なひとときをお楽しみください!



Point 1
注文したお寿司だけ届きます!
回転寿司レーンにはお寿司は流さないフルオーダーシステムになるので、早く新鮮! 注文した商品だけが届きます!



Point 2
ボックス席が増えます!
都城店の2倍の12ボックス席になるので、ご家族連れのお客様にも便利になり、待ち時間も減ります!



Point 3
テイクアウト専用窓口の設置!
ネット注文のお客様には専用窓口を設置するので、店内に入らずスムーズに受け取ることができます!

店舗情報

都城市都北5517
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)



Instagramでも
さまざまな情報を
発信しています!

COMING SOON
一部改装して3月1日
リニューアルオープン!!

店舗改装中の『寿司虎亭』、
一部改装して3月1日に
リニューアルオープンいたします!

NEW1

回転寿司メニューも食べられます!

NEW2

回転寿司のテイクアウトが可能に!
オリジナル弁当もご用意しています。

NEW3

今まで通り御膳やコース料理、
逸品料理もお楽しみいただけます!

店舗改装休業期間:1/28~2/28まで



Flora トラットリア フィオーレ

☎ 0986-58-7930

カジュアルに楽しむ本格的イタリアン



ゆったりとした雰囲気の中で、見た目も味も大満足できる絶品イタリアンを楽しみませんか？ 厳選素材を使用した、シンプルながら深みのある味わいが大人気です♪ 店内はこじんまりとした温かみのある空間で、座敷もあるのでお客様連れでも安心ですよ！ テートはもちろん女子会や、家族でのランチタイムなど、あらゆるシーンでご利用いただけます。

店舗情報

都城市中町16-12 定休/火曜日
営業/ (星) 11:30~15:00 (LO14:00)
(夜) 18:00~23:00 (LO22:00) (月・水・金・土・日のみ)

ランチコース

パスタランチ 1,700円
サラダ・スープ・パン
食後のドリンク付
メインランチ 2,200円
サラダ・スープ・パン
食後のドリンク付
+300円でデザートがつけられます



Instagram→

※P29もご覧ください



石窯パン工房 グレンツェン 都城店

☎ 0986-36-5888

甘さと福を届ける季節！
バレンタインも恵方巻も揃っています♪



この季節だけの特別な味わいが続々登場！ 期間限定の「恵方巻ロール」は、ふわふわの20cm食パンで、カツと照り焼きチキンを海苔と一緒に巻いた自信作です。また、バレンタインや合格祈願にぴったりな新作パンも見逃しません。見た目も可愛らしく、ひと口食べれば元気になれる、美味しくてキュートなラインアップをぜひお試しください！

店舗情報

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

LINE公式アカウント

友達募集



今年の恵方巻はひと味違う！
パンで巻いた
恵方巻ロール♪



毎年大人気！数量限定です！

恵方巻ロール 600円
ハーフ 300円

【カツ or 照り焼きチキン】

話題性抜群のスペシャルな逸品が今年も登場！ パンと海苔で包み込んだのは、ジュシーなカツ、照り焼きチキン、そして新鮮な野菜。美味しさと驚きを一度に楽しめます♪



きりしまフォーラムで

企画してほしい

「〇〇特集」

募集中!

「こんな特集してほしい!」

「こんな記事読んでみたい!」 など

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

投稿はコチラ

ハガキから
本誌 P15「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。

二代目銀平

☎ 0986-77-8771

てげうま!
絶品スペアリブをご賞味あれ!



スペアリブ(大)

絶品スペアリブが堪能できる「二代目銀平」。人気のスペアリブは、大中小とサイズが選べるため、さまざまなシーンで利用できるのも嬉しいポイント♪ 他にもおつまみメニューや、お弁当も豊富に取り扱っています。

スペアリブ

(大) 1400円 (中) 1300円 (小) 1200円

【その他】各種お弁当・おつまみ、豊富にございます。
※事前の電話予約をおススメします。

店舗情報

都城市菖蒲原町23-1-4
営業/10:00~14:30
16:30~20:30
定休/火曜日



Instagram

麺や星月

☎ 0986-58-7115

まだまだ継続中! 人気沸騰しおとんこつ



11月に新登場した「しおとんこつ」が、細麺への変更が可能になりました。つるつると喉越しを楽しむことができる細麺×味わい深くヘルシーな「しおとんこつ」の組み合わせは、ハマること間違いなし! 塩不使用のため、健康や塩分に気を付けている方でも◎

しおとんこつ 800円

細麺カスタム可能です!

店舗情報

都城市中町17-18森店舗4号
営業/11:00~15:00
定休/月曜日



Instagram

KYOZA

京子おばあちゃん
秘伝の餃子ここに皆伝!



2024年11月に広原町にオープンした、無人餃子販売所「kyoza」。餃子はお肉・野菜がたっぷり入っているため、十分な食べ応え! ニンニクがガツンと効いているため、お酒のお供にもピッタリですよ!

品切れ続出! イチオシメニュー

■手羽餃子1パック.....1,000円

■ノーマル餃子1パック.....500円

※餃子のお肉は宮崎県産の豚肉を使用

※手羽餃子は数量限定です。

店舗情報

Instagram→
都城市広原町15-10
営業/24時間営業・無休
駐車場/中華鍋と共有駐車場
お支払い/現金・メルペイ・PayPay・d払い



ナンバー食品 BOKUの店

☎ 0986-23-0634

都城唯一の10円パン販売店♪



オレンジのキッチンカーが目印の『BOKUの店』。都城ではここでしか食べられない、オリジナルの10円パンを販売しています。その他にも、焼き芋やフライドポテトなどの豊富なメニューが揃っています♪

店舗情報

都城市千町4985-1
営業/10:00~17:00
定休/水・日曜日・祝日 ※イベント出店期間中は不定休



10円パンメニュー

■とろ〜りチーズ

■カスタード

■チョコレート

■ハムチーズ

■あんバター

■カレーチーズ

※10円パンは商品名です。

10円では買えません

【その他メニュー】

■フライドポテト

■焼き芋

■しおぶたはらみ

■チビフランク



Moa for Smile

☎ 090-8226-9031

見て笑顔、食べて感動スイーツ♡



財部町にお店を構える、『Moa for Smile』。タルトケーキをメインに販売し、旬のフルーツをふんだんに使用したケーキは、舌鼓を打つこと間違いなし♪ 見た目も、オリジナリティ溢れる仕上がりになっているため、唯一無二のケーキが味わえます♪

店舗情報

住所/財部町南俣11188-1
営業/11:00~売り切れ次第終了
定休/日曜・月曜日 詳細はInstagramにて→



ホールケーキ
★完全オーダー制★

お祝い事やサプライズに
オススメ!

- ご予算とサイズ等で変動します。詳しくはお問合せください。
- ご予約はInstagram・お電話・ご来店にて受付けております。
- 同じ物は作れません。予めご了承ください。



爪を育てる専門 PEACH

悩める爪の救世主!
コンプレックスな爪を好きになる



【こんな悩みありませんか?】

- 爪の形に悩んでいる
- 二枚爪、縦筋ができる
- 何もしても手がガサガサ
- 深爪、噛み癖が止められない
- 手元を隠してしまう

＼その悩み全て解決!／
隠していた指先から自信のある指先へ! フロのネイリストがあなたの爪をきれいで健康に♡ネイルができない方も大歓迎です! ケアに特化した大人のネイルサロンです。

初回体験

爪をキレイにしたい方限定! 先着5名様のみ
通常価格 ¥8,000 → 体験価格 ¥2,000



北諸県郡三股町宮村 3609-3
営業 / 9:30 ~ 17:00
定休 / 日曜日・祝日
ご予約は公式LINEから→

内から外からキレイになりたい♪

Beauty 特集

～癒し処～Ku'u Punahale(クプナヘレ)

肌再生美容「Dr.ピュールボーテ」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。

Dr.ピュールボーテ肌再生美容 純粋レチノールピール

通常 ¥19,800 → 初回お試し ¥16,500

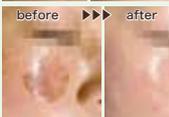
ハリツヤ・小ジワ・毛穴・たるみだけでなく、乾燥・赤み・シミ・くすみ・ニキビなど、若者男女、全世代のお肌の悩みに答えてくれるトリートメント。

シミケアトリートメント(120分)

通常 ¥22,000 → 初回お試し ¥16,500



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.ピュールボーテハイドロジェニックトリートメント

通常 ¥19,800 → 初回お試し ¥16,500

「プラズマ荷電波動GEL」と呼ばれる特殊なお水を使用した、お肌に優しいピーリングトリートメントです。デリケートな肌にも負担をかけず、毛穴ケアを行います。クレンジングからお仕上げまで、すべてにおいて高品質なドクターズコスメを贅沢に使用。肌を健やかに整えながら、ツヤ感のある仕上がりを実現いただけます。「毛穴が気になる!」「透明感を取り戻したい」という方にぴったりのおすすめメニューです。



☎ 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

詳しい情報やお客様の施術キログは / コチラをCHECK!



店長 くるき

フィットネスジム FIT365 都城



女性限定エリア完備!!
人目を気にせず美しく♪

『FIT365 都城』はここがいい!!

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

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

美ボディ 手に入れるなら今がチャンス!!

70名限定

- ・月会費 初月
- ・会員カード発行料 (あんしんサポート加入で)
- ・水素水 初月・翌月
- ・レディースエリア 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

最大¥13,158
お得!!

¥0!!

※キャンペーン期間2月未迄

気軽に始めるなら
1Dayパスがおすすめ!

1Day Pass **¥1,650/日**

ジムに通いたい、利用してみたいと思っているけど、ちょっと不安な方は、ぜひ1Dayパスを利用してみてください! 1Dayパスなら好きな時に気軽に利用できます! 入会不要のもうれしいPOINT♪

☎ 0570-030-365 (コールセンター)

都城市山見町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
パーソナル / 毎週土曜 10:30 ~ 18:30 毎週水曜 10:30 ~ 20:30



HPはこちら



Recruit

きりしまフォーラム

広告コーディネイター・プランナー
グラフィックデザイナー募集!

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つくりませんか? /

職 種 : 広告コーディネイター・プランナー
雇用形態 : 正社員
業務内容 : 広告営業・取材・記事作成 など
条 件 : 要普免(AT限定可)、高卒以上
月 給 : 17万円以上(年齢・経験により応相談)

職 種 : グラフィックデザイナー
雇用形態 : 正社員
業務内容 : きりしまフォーラム誌面・広告制作 など
条 件 : Adobe Illustratorなどでの実務経験
月 給 : 20万円以上(年齢・経験により応相談)

両職種共通

待 遇 : 昇1賞2 / 各種保険完備
時 間 : 8時~17時 or 9時~18時
休 日 : 年間107日+有給休暇
★Microsoft Officeなどの基本的なPC操作
※勤務時間や勤務地などは、ご相談に応じます(職種による)

そのほか、
詳細やご不明な点は
気軽にお問い合わせ
ください!

お問合せはこちら

☎ **0986-26-5836**

Instagram DMからのお問合せもOKです!





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♪

ボリューム&ツヤがよみがえる♡
エイジングレスなスタイル

ミネラルデジカールとは……髪に優しく、施術後も傷みにくいカール。今まで、体験したことのない驚きの手触りを実感できます！ 気になる根元のうねりやクセを取りながら、つやつやのカールを実現します!!

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

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



Mente for men(メンテ)

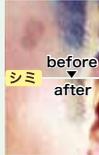
プロのスキンケアを、ぜひお試しください♪



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!

たくさんの男性のお肌の悩みを解消してきた『メンテ』。研究を重ねた特許製法・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で、ニキビやシミ、シワ、ひげそり負けなど、あらゆる肌トラブルをケアします。バック中は理想ができ、終わった後は頭の中もスッキリします! 気軽にご相談ください!

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)



大好評 完全予約制 2月も実施! バレンタイン特別価格
メンズフェイシャルスペシャルコース
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。
¥16,500 → 初回お試し ¥13,200

☎ 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。



婦人科妊活サロン Kikoeta



New オープン!
「子宝整体師」による
婦人科妊活サロン
妊活や赤ちゃんへの整体に特化した婦人科妊活サロン『Kikoeta』。九州でも数少ない一般社団法人日本妊活協会承認の「子宝整体師」の資格を持つ先生が、整体だけでなく不妊や子育ての悩み、日常生活のアドバイスもしてくれまます♪ 頭から足先まで全身のバランスを整える施術を受けて、妊娠しやすい体質を目指しましょう!

新規オープン
特別割引キャンペーン
5名様限定 [3回お試し]
子宝妊活整体
通常¥30,000
→ ¥9,980

不妊体質を作ってしまう
4つの要因
・身体の歪み
・ストレスや自律神経の乱れ
・ホルモンバランスの崩れ
・冷えや血流の悪さ
施術を受けることで、不妊要因の改善につながりますよ!

☎ 090-5747-1854

ご予約は公式LINEから
LINE Instagram
曾於市財部町下財部町1637-8(美容室愛さんの店舗内)
営業/10:00~16:00(最終受付15:00)
定休日/日・祝日 完全予約制
Instagram ID / @soo.fujinka.ninkatu.salon
カード・PayPay決済準備中



JAZZERCISE ジャザサイズ宮崎県都城
/三宅 寿恵クラス



レッスン日時
●月・木曜日・祝日
10:00~
●火・水・土曜日
19:30~
●金曜日・祝日
20:00~

2月14日(金)まで限定セール開催!
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、笑顔になれる独自プログラムをお試しください! 2月14日までのご入会なら、1ヵ月分の会費と入会金が0円に♪ 詳細はお問合せください。

月額費 ¥6,050 / 入会金 ¥5,060 / 体験料 ¥2,200

★期間限定!! January SALE★
開催期間 1/14~2/14 キャンペーン期間中のご入会で
入会金0円&1ヵ月の会費0円!
※利用開始月から4ヵ月間は在籍が必要です。
※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



バランスボールエクササイズ chico park



体力をつけて、免疫カアップ!
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



Hair&Nail Kiitos キートス



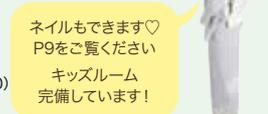
ヘアケアも、
色彩も、装いも
kiitosにすべてが
揃っています♡

ヘアケアに特化した技術と、大人女性に寄り添う『似合わせカット』で、あなたらしい美しさを引き出します。落ち着いた空間でゆったりと過ごしながら、髪のエイジングケアもしっかりサポート。さらに、訪問着の着付けやヘアセットも承っております。特別な日のお支度も安心してお任せください! これからの季節、華やかな装いで新しい自分を楽しみ絶好のチャンスです!

フォーラム読者特典 どちらも「フォーラム見たよ」で
カット+フルカラー
+FLODIAトリートメント
¥12,430 → ¥10,230
ヘアセット
+着付け(訪問着)
¥9,520
これからの卒業・入学式におすすめです♡

☎ 0986-24-6600

都城市上町1街区8号
営業/9:00~19:00
(金曜日11:00~21:00)
定休/月曜・第3日曜日
駐車場/店前に5台駐車可
ネイルもできます♡
P9をご覧ください
キッズルーム
完備しています!



右のYC(読売センター)各店は「楽しい生活のご提案と地域振興」を目的に、きりしまフォーラムを宅配・後援しています。

正社員・アルバイト
スタッフ募集中

(休日あり・高給優遇・丁寧指導・各種保険完備)
お気軽にお電話ください

購読のご用命は最寄りの各店にご連絡ください。

■取り扱い品目■
読売新聞・スポーツ報知・九州スポーツ・
KODOMO新聞・中高生新聞・英字新聞・その他

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

Valentine's Day 大切な人へ贈るなら、お菓子の南香へ

こだわりのチョコレートを贈るなら、パティシエが創る本格スイーツをプレゼントしませんか？

霧栗ショコラ 6個入り

栗きんとんをチョコレートでくるんだ、南香ならではの逸品など、厳選したチョコレートを贅沢に使用したバレンタインギフトを多数ご用意しています♪ ※P2もご覧ください。

お菓子の南香 TEL/0986-22-4670

大岩田遊水地整備事業 ★出前講座開催★

都城大岩田遊水地設備の事業内容を、分かりやすく流域住民に説明いたします。

【日時】2月19日(水) 15:00~

【講師】国土交通省 九州地方整備局

宮崎河川国道事務所流域治水課 山崎氏

【場所】都城市ウエルネス交流プラザ ムジカホール

公益社団法人 都城法人会 TEL/0986-45-0377



英会話だけのレッスンも実施中!

【各クラス】幼児クラス・小学生クラス・中学生クラス・高校生クラス・一般クラス

【60分レッスン/月】幼児/7,000円

小学生~高校生/8,000円

一般/10,000円

体験も行っていきます! 気軽にお問合せください!

LEVEL UP 絵画+英会話教室 TEL/070-9133-3152

くもんの先生 募集中!!

子どもと一緒に、ご自身も成長していける仕事です。

毎月各地で説明会を行っております。

WEB「くもんの先生募集」より

お申込み・お問合せください。

2~3月の説明会で参加の方には、もれなくAmazonギフト券1,000円分を進呈します!

公文教育研究会 TEL/0120-834-414

令和7年度 介護福祉士養成科 情報処理技術者養成科 職業訓練生募集 説明会開催

入学金・授業料無料で、国家資格を取得できる「介護福祉士養成科」と「情報処理技術者養成科」の職業訓練生を募集する説明会が開催されます。これからの時代、資格は必須です。資格を得てスキルアップし、働きたいという大人におすすめの内容になっています。また条件によっては、雇用保険受給期間が2年間延長される場合もあり、受講中の収入減が心配な方も安心できる制度もあります。気軽にお問合せください。

日時/2月15日(土)10時~12時 場所/都城コアカレッジ 参加費/無料

都城コアカレッジ TEL/0986-38-4811

『二代目銀平』スタッフ募集中

【時給】960円~

【職種】レジ業務・調理補助

【時間】①11:00~14:00/②16:30~19:30

(上記の時間の間で2,3時間)

【年齢】18歳以上

料理が好きな方大歓迎! ご連絡は直接か、お電話で!

※お店の情報はP23をご覧ください

二代目銀平 TEL/0986-77-8771

STAFF

- 企画・制作 前田 夏美 高橋 音葉
米丸 拓馬 石川 佳代子
大西 学 森下 由夏
発行 霧島フォーラム

- 折り紙制作にはまっている息子7歳。最強伝説ポケモン「ミライドン」を二人でパーツ担当を決めながら折り合っています。(なっちゃん)
●古いでは12年に一度のモチ期到来。初詣のおみくじには、色事に気をつけよと書かれていました。今から先がすこし不安です(苦笑)。
●新しく入社しましたヨネです。右も左も分からない状態ですが、必死に食らいついていこうと思います。これからよろしくお願いたします。(ヨネ)
●誕生日を過ぎてつくづく当り前のことが幸せなんだな、と感じます。ありがとうございます言葉や気持ちを家族や友人たちにたくさん伝えて、人生残りの半世紀、頑張ります。(いし)
●遅ればせながら、2024年本屋大賞受賞作の「成瀬は天下を取りに行く」を読了。主人公の成瀬あかりが何とも魅力的な人物で、著者の柔らかい筆致と相まってすらすらと読めて爽快でした。本屋大賞にハズレなしです!(おー)
●2月といえば節分ですが、地域によって落花生をまく派と大豆をまく派に分かれるそうですね。片づけの手間を考えて、小袋のまま投げるパターンもあるとか。みなさんのご家庭はいかがですか?(もり)



日本占術協会占術師認定 原宿占い館「塔里木(タリム)」所属

クリスティーナ デリコの 九星占い 2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・令和 7
【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。

2月のイベントと言えば、節分とバレンタインですね。今年の節分は2/2です。2/3から暦の上では季節が春となります。気持ち新たに過ごしてくださいね。今年のバレンタインは、好きな人へ贈る以外にも、今年活躍が期待される母親、祖母、お世話になっている女性の先輩などへ感謝の気持ちとして贈るのをおすすめです。もちろん、自分チョコも! この時期にしか買えない珍しい物より、オーソドックスなチョコや和風のチョコ、ナッツ入りのチョコが開運チョコです。
*2月の一粒万倍日は、2/6(初午)、13、18(二の午)、25
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

ハッピーマイスター☆元気になる占い師 クリスティーナ デリコ
●幸運屋(無料あり) https://destiny.cocoloni.jp
●著書「元気のんご蔵」絶賛発売中! Amazon http://amzn.to/YCHTRv

一白水星 今月は、自分を取り巻く環境が変わりそう。気持ち新たに取組む覚悟があればスムーズに進みます。仕事面での開運ポイントは好奇心。体力に自信があっても飲み過ぎに注意。
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、楽しいことが自白押しとなりそう。プチ金運がさく裂したり、何かと嬉しいことが起きます。社交的になり、交流の場が増えそうです。節分やバレンタインも楽しんで。
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、人間関係が広がったり、深まるような趣味や習い事など新たな事を始めるのに適しています。冷えは万病のもと。体力に自信があっても体を冷やさない工夫が大切です。
金運★★★★★ 仕事運★★★★★ 恋愛運★★★★★
健康運★★★★★ レジャー運★★★★★ 総合運★★★★★

二黒土星 今月は、焦らず急がず現状維持を心がけて過ごすことがテーマです。噂話には耳を貸さず、自分磨きに専念した方が無難です。無理できないので冷えに注意し風邪予防も万全に。
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、何かと変化が多くなりそうです。臨機応変さがポイントになります。必ず確認したり一呼吸おこなう余裕を持ちましょう。家族や親戚との関係性にも変化が起きそう。
金運★★★★★ 仕事運★★★★★ 恋愛運★★★★★
健康運★★★★★ レジャー運★★★★★ 総合運★★★★★

八白土星 今月は、期待外れのことがあったり、見込み違いなども懸念されます。優柔不断は言語道断、相手に期待するのではなく、ぶれない自分の意思を貫いて。腰痛には気を付けよう。
金運★★★★★ 仕事運★★★★★ 恋愛運★★★★★
健康運★★★★★ レジャー運★★★★★ 総合運★★★★★

三碧木星 今月は、目上の人の意見をしっかりと聞いて、口先だけと言われないよう腰を据えて過ごしましょう。周囲に期待し過ぎず謙虚に振る舞って、うがいでどののケアを心がけよう。
金運★★★★★ 仕事運★★★★★ 恋愛運★★★★★
健康運★★★★★ レジャー運★★★★★ 総合運★★★★★

六白金星 今月は、立春を迎え活気が出てきます。注目を浴びるので積極的な行動がお薦めです。熱しやすく冷めやすくなりやすいので集中力が必要。ドライアイなど目のケアをしよう。
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、目立つつもりがなくても注目されます。味方する運気が強いので、強引になりそうな時こそ謙虚さを思い出して。内面を磨くことを意識すると尊敬される気が持てます。
金運★★★★★ 仕事運★★★★★ 恋愛運★★★★★
健康運★★★★★ レジャー運★★★★★ 総合運★★★★★

休日急患診療機関 【2月予定】

最新情報はこちらをご覧ください



診療時間/9時～18時まで（歯科は17時まで）※医療機関は変更することがあります。

詳しくは医師会事務局まで TEL/0986-23-5555（歯科はTEL/0986-25-4100）

都城市北諸県郡医師会
休日当番情報

宮崎県歯科医師会
都城市 休日当番

2日(日)	政所医院(小・内)	高城町	0986-58-2171
	松山医院(内・呼・リウ)	上川東	0986-24-1046
	大岐医院(内・胃)	山之口町	0986-57-2025
	たかお浜田医院(外・内)	鷹尾	0986-22-8818
	江夏整形外科クリニック(整・リウ・リハ)	三股町	0986-51-1122
	宮田眼科病院(眼)	蔵原町	0986-22-1441
	土持歯科医院(歯)	上川東	0986-25-8148
9日(日)	柳田病院(小・内)	東町	0986-22-4862
	ゆうクリニック(内)	広原町	0986-46-6100
	佐々木医院(内)	高崎町	0986-62-1103
	吉松病院(外・整)	蔵原町	0986-25-1500
	酒井皮膚科医院(皮)	北原町	0986-25-5322
	いわよし耳鼻咽喉科クリニック(耳鼻)	千町	0986-36-5555
	土持歯科クリニック(歯)	南鷹尾町	0986-25-1515
11日(火)	はしぐち小児科(小)	都原町	0986-24-5500
	田口循環器科・内科クリニック(内)	下川東	0986-24-0600
	ライフクリニック(内)	安久町	0986-39-2525
	山路医院(外・内)	山田町	0986-64-3133
	速見泌尿器科医院(泌)	妻ヶ丘町	0986-24-8344
	北原医院(産・婦)	北原町	0986-22-4133
	時任歯科医院(歯)	鷹尾	0986-24-7474

16日(日)	ふくしまクリニック(内・消・小)	下川東	0986-46-5001
	藤元総合病院(内)	早鈴町	0986-22-1717
	宇宿医院(内・胃・消)	栄町	0986-25-9031
	西浦医院(耳鼻)	松元町	0986-22-0715
	とまり内科外科胃腸科医院(内・外・胃)	三股町	0986-52-1135
	いき形外科ひふ科クリニック(形・皮)	年見町	0986-45-0020
	ときわ歯科医院(歯)	平塚町	0986-21-1588
23日(日)	共立医院(小)	蔵原町	0986-22-0213
	坂元医院(内・胃)	牟田町	0986-22-0360
	メディカルシティ東部病院(内)	立野町	0986-22-2240
	川畑医院(外・胃)	年見町	0986-46-3225
	いのまた整形外科クリニック(整)	五十町	0986-36-6272
	岩下耳鼻咽喉科(耳鼻)	三股町	0986-51-1187
	トキワ歯科医院(歯)	野々美谷町	0986-36-0551
24日(月)	志々目医院(内・小)	山之口町	0986-57-2004
	すみクリニック(内)	東町	0986-36-7701
	ホームクリニックみまた(内・呼)	三股町	0986-52-1348
	宗正病院(外)	八幡町	0986-22-4380
	横山病院(消)	都島町	0986-22-2806
	丸田病院(産・婦)	八幡町	0986-23-7060
	中崎歯科医院(歯)	高崎町	0986-62-5030



えませんでした。

このイベントは昨年1月に発生した能登半島地震の復興支援を目的として企画され、多くの人々の思いが詰まった催しです。会場には地元をはじめ遠方からも多くのお客様が来場し、華やかな舞台を前に温かい雰囲気にも包まれていました。

1月14日、宮崎県・都城市を中心に活動する『てんとむし企画』主催で「第2回チャリティーてんとむし新春初舞」が都城市総合文化ホールにて開催されました。

**能登半島復興支援
祈り届けるチャリティーイベント!**

また、二胡演奏者の劉福君さんと小倉菜々実さんによる美しい舞も見どころの一つ。「女人花」の曲に合わせて披露された舞では、花が咲く喜び散る悲しい様子を美しく煌びやかに表現し、観客を虜にしていました。この日が10代最後のショーになった小倉さんにとっても、特別なひとときになったようです。

このイベントでは、復興支援を目的とした特製グッズも販売されました。中でも注目されたのが、『はしづめ家具』に特注で制作されたくすの木ブロック。小倉菜々実さん自身がデザインを手がけています。レーザー加工で仕上げられたこのブロックは、一つひとつ色合いが異なり、自然を感じるさわやかな香りと防虫効果がある優れもの。タ



■取材協力/てんとむし企画

このイベントは、伝統文化を楽しみながら、参加したすべての人が復興支援に寄り添える特別な時間を提供してくれました。今後の『てんとむし企画』の活動にも注目していきたいです!

「はしづめ家具」
モリソン恵様からのコメント
今回は、『てんとむし企画』様のオリジナルグッズを作成させて頂いた頂きました。くすの木は防虫効果・癒し効果があり、実用性と美しさを兼ね備えた素材です。イベントで見かけた際は、ぜひ手に取って香りやデザインをお楽しみください。

ンスや玄関先に置くだけで、オシャレな空間を演出するだけでなく、購入することで被災地への支援につながります。グッズの収益は『新日本婦人の会』『日本赤十字社』などを通して被災地へ寄付され、復興支援活動に活用されています。



部

人 倶 楽 部

盆

ぼんじんくらぶ

読者コーナー

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

●道幅が狭くて車2台分くらいしか通れない道を、猛スピードで走ってくる対向車がいたので、危ないと思いつれ違いざまに睨んだら、なんと職場の上司でした。すれ違ってから愛想笑いに変わりましたが、後の祭りでした。
(ルート269 / 54歳)

●それは壮絶な体験をされましたね。上司とぶつかっていたら、さらに大変なことになっていたでしょうから、ぶつからなくてよかったです……。上司でなかったとしても、車を停めて降りてきて怒鳴る人もいますから、災難に巻き込まれないように、今後もお気を付けてください。

●将来有望選手
・中学生の孫が、テニスで九州大会に出たので、熊本まで応援に行きました。3月に全国大会が三重県であるので、応援に行きたいと思っております。
(かすみ / 70歳)

●全国大会出場おめでとうございます！ テニスは中学生のころに、体育の授業で経験がありますが、何度空振りしたことか……。お孫さんの抜群の運動神経を、分けてもらいたいですね。(笑)。

●太陽みたいな子
・ガソリンスタンドに勤務しており、年末に小学1年生の男の子が「2024年もお世話になりました。来年もよろしくお願

に潜り込んで来ます。暖まると私の枕に頭を乗せ、手足を伸ばし、イビキをかきながら寝る姿に癒されます。(ハリ / 53歳)

●イビキをかく猫は珍しいですね(笑)！ 動物が人間のような仕草をする、可愛さが倍増しますよね。私も猫を飼っており、帰宅したらすすり膝の上に乗ってくるのですが、その愛くるしさに、とても癒されます。

●日本の伝統
・初詣で訪れた神社で、和太鼓の生演奏を聴きました。演奏している人の真剣さと、体に直接響いてくる音の迫力に感動しました。また幅広い年代の人が、一緒に活動していることも素晴らしいと思えました。
(はなちゃん / 45歳)

●和太鼓を叩く姿は、本当に圧巻で、すごく見応えがありますよね！ 体全体を使って叩かないと、良い音が出ないようなので、叩く人は体力も必要ですね。このような日本の伝統文化を、これからもずっと紡いでいってほしいです。

●トップランナー
・もつすべの歳になる子どもが、夜寝ている時に急に足だけ動かして走っていました！ 止まるとウフツと笑い、また寝てました。きっと夢の中で一等賞をとったのでしょう。

●なんと可愛らしい……(笑)。
スポーツはイメトレが大事ですからね！ それを2歳で習得されているのは、陸上界の原石か

もしれません。これからも夢の中でイメトレに励んで、いつかテレビでお子様の走りが見れることを期待しております！

●うっかりさん
・友達に銭湯で「ロッカーの鍵を手首にはめていたのになくった」と大騒ぎ！ 探しても見つからない……。そしたらなんと二の腕にありましたとき。
ちゃんちゃん

●銭湯のロッカーの鍵って、手首に付けている感覚が薄いので、ついつい付けていること自体を忘れてしまいますよね(笑)。1人だと恥ずかしくてたまらないけど、友達と一緒にたそれ笑い話になるからいいですね！ 忘れないようにする方法を私なりにいろいろ考えてみたのですが、全神経を手首に集中させるしかないと思います！

●買い物上級者
・普段は買うものをリストアップしてから買い物に行き、できるだけお金と時間の無駄遣いをしないようにしていますが、今年の年末年始はなんと9連休だったので、行きたいお店を巡りに巡って、時間とお金をたくさん使いました。大満足でした。
(さしや / 33歳)

●減多にない大型連休で、贅沢な時間を過ごされてとても素敵です！ 普段から節約されているからその満足感とも言えますね。私も年末年始に旅行に行けるように、いまから頑張ってお節約してみます！

●歴戦の smoker
・私は喫煙者。若いころから数えると、喫煙歴はもう40年以上になります。小学1年生の孫からは、何度か「辞めないと肺が爆発だよ」と、それとなく禁煙を促されています。
(あおじ / 64歳)

●今の時代、喫煙者は随分肩身が狭くなりましたよね。長年吸ってこられたとはいえ、お孫さんから言われると、禁煙しようかなと心が揺らいでしまいますよね(笑)。どうかお孫さんのためにも、お身体に気をつけて元気に過ごしてください。

●ペーパーマン
・あるショッピングセンターで椅子に座っている時、トイレから50代くらいのイケオジが出て来られました。何気なくその後ろ姿を見ると、シーンスの後ろから長引くトイレペーパーが、イケオジは途中でハツと気付かれて恥ずかしそうにペーパーを切り捨て、外に走って行かれました！ とてもビックリしました。
(トクちゃん / 65歳)

●実はこれ、私も経験したことあります(笑)。コンビニで働いていた時に、トイレペーパーをつけたまま接客していたら、店舗のオーナーから「トイレペーパーを飼っているの？」と言われて、慌てて取った記憶があります。付いている感覚が全くないんですね(笑)。イケオジな方でも、そうしたミスをされる時があるということが知れて、すごく安心しました……。

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

採用枠 残りわずか！

スタッフ 募集中！！

住宅型有料老人ホーム **れんげファミラム 三股** **ぱっぱファミラム** デイサービス

介護職員(正社員)

月給 **232,000円～257,000円**
(各種手当・夜勤5回・宿直2回含む)

勤務時間 ① 7:00～16:00 ② 9:00～18:00
 ③ 13:00～22:00 ④ 16:00～10:00
①～③休憩60分 ④休憩120分

休日 月9日(2月のみ8日) 資格 初任者研修以上

介護職員(パート)

時給 **1,162円～1,187円** (各種手当含む)

勤務時間 7:00～22:00のうち 4～8時間程度

休日 シフトに準じて 資格 初任者研修以上

厨房(パート)

時給 **975円** (各種手当含む)

勤務時間 ① 6:00～12:00 ② 10:00～15:00
 ③ 14:00～19:00

休日 シフトに準じて

介護職員(パート) (デイサービス)

時給 **1,162円～1,187円** (各種手当含む)

勤務時間 9:00～17:00 8:30～16:30 8:30～17:30

休日 シフトに準じて

機能訓練指導員(パート) (デイサービス)

時給 **1,175円**

勤務時間 8:00～16:30 8:30～17:30 9:00～17:00

休日 シフトに準じて 資格 柔道整復師・看護師・理学療法士など

ケアマネージャー(正社員)

月給 **260,000円**

勤務時間 9:00～18:00

休日 月9日(2月のみ8日) 資格 介護支援専門員

お問合せ
 NPO法人れんげメディカルグループ
 勤務地：宮崎県北諸県郡三股町大字宮村 2774-28 **☎ 0986-36-8770**

大人の特選グルメ VOL.41

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。

トラットリア フィオーレ 大人のための上質なディナータイムを演出。

図書館の隣に位置する『トラットリア フィオーレ』。気取らない雰囲気と、居心地の良さが特徴なお店です。敷居の高さを感じさせないリラックスした雰囲気の中で、大人から家族連れまで幅広い層の方がくつろぎながら美味しい料理に舌鼓を打つことができます。

地元の新鮮な食材を一つ一つ丁寧に選び抜き、積み上げられた知識と技術を駆使して美しく仕上げられたコース料理がおすすめです。文化と食材の味わいが見事に調和された一品一品には、シェフの情熱が溢れ、その地では味わえない特別な体験を導いてくれます。

料理の味わいをさらに引き立てるのは、豊富に揃うワインやカクテルの数々。フィオーレでは、気軽に楽しめるものからちょっと贅沢なものまで国内外のワインを取り揃えており、料理にぴったりの一本をご提案いたします。赤、白、ロゼ、スパークリング……。その日の気分や料理とのマリアージュを楽しみながら、特別な夜を過ごすことができますよ！ワインの取扱いについては、ご予約の際に確認していただくのがおすすめです。

気軽に足を運べる雰囲気と本格的なイタリアンの味わいが融合した『フィオーレ』。大切な人との記念日、特別なディナータイム、あるいは自分のご褒美に。肩肘張らず楽しめるこの場所で、心もお腹も満たされる夜をお楽しみください。

☎ 0986-58-7930
 都城市中町16-12 定休/火曜日
 営業(昼) 11:30～15:00 (LO14:00) ※P23もご覧ください
 (夜) 18:00～23:00 (LO22:00) (月・水・金・土・日のみ)



2025 Valentine's Day

プーラビーダ
バレンタインデー

誰かのためのチョコレート

本気チョコ MY HONEY
ハニーショコラサンド リープ



プーラビーダで3,000個以上販売! グルテンフリーでカラダ嬉しいハニーショコラサンドリープ。最高級カカオと非加熱の生アカシアはちみつがたっぷり使用されていて、心もカラダも喜ぶ、唯一無二の美味しさです!

ほんの気持ちチョコ



ピープルツリー
原材料のすべてがオーガニックの板チョコシリーズ♡ シンプルで飽きない美味しさをご体験ください!
カラフルなパッケージで選んでも◎

ひなのやPON菓子

愛媛県特産のハダカ麦とうち米を膨らませ、国産クーベルチュールチョコレートでコーティング! 大人も子どもも喜ぶ、素材で美味しいPON菓子です。

わたしだけのチョコ



チョコレートが苦手な方に



マグカップ&プーラビーダオリジナルコーヒー
甘いお菓子が苦手な方には、特別感のあるマグカップと香り豊かなコーヒーのセットがおすすめ!

キーボーチ&ドロップキーホルダー

日常使いに便利なキーボーチと、ちょっとした小物をまとめられるドロップキーホルダーは、機能的でありながらスタイリッシュなギフトとして喜ばれること間違いなしです♡



誰かのためのプレゼント



FIANCEE フィアンセ
心も体もリラックスできるひととき、贈りませんか? 深呼吸したくなるような良い香りが広がるフィアンセシリーズは、大切な人への香りのプレゼントにぴったりですよ!

メンズコスメも取り扱い中♪



乾燥が気になるこの季節、大切な男性へのギフトはこれで決まり! 特に肌の乾燥対策が簡単にできる保湿アイテムは、忙しい男性にもぴったりです。各種肌ケアアイテムを取り揃えています!

POP UP SHOP



FMK ご予約受付中!
2/15(土)、16(日) 11:00~17:00
自分で選んだ紙や加工で、その場でノート、スケジュール帳を仕立てるワークショップ♪ モードなのにならジュアリー、そんな素敵なノートを作れますよ! ※ご予約優先となります



kodeinari コデマリ
2/7(金)~3/16(日)
「身に着けると心が弾む」をコンセプトに一点一点丁寧に制作された、ハンドメイドのアクセサリ。結婚式や入学・卒業式で使えるアクセサリもありますよ。ぜひ、店頭でご覧ください!

プーラビーダ 都城店
0986-36-6188
都城市吉尾町2100
営業時間 11:00~20:00
2/18(水) 店休日
<https://www.pura-vida.jp>



3,000人以上の方にご来場いただきました!

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

家づくり勉強会

参加無料

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

家が欲しいと考えている、すべての方におすすめです!
住宅ローン、土地、予算など……
家を建てるための情報が詰まった講演会

これまでに約3,000の方が参加し
全員が「参考になった」と回答しています!

3月16日(日) 13:00~16:30 (開場 12:40)

定員 10組限定 応募締切 3月10日(日)

※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

「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



<http://kiri-fo.net>

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

【個人情報の取扱いに関して】
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

はじめてご参加の方限定

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!

みんな大好き! 宮崎牛を堪能できる
『宮崎牛指定店 本格黒毛和牛 焼肉みひろ』
全店で使用できる

3,000円分のお食事券をプレゼント♡



※写真はイメージです
※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



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。

御夫婦での参加を
おすすめします!



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

春 ファッション&アイテム特集♪

卒入学式…初めてのセレモニーも大丈夫。ワンランク上のスタイルを!

THE SHOP TK

特別な日も、
何気ない日常にも。

ベプラムジレ×パンツで、
小洒落た感をプラス♡

ベプラムツィートジレで、
きちんと&品の良さを演出。

セレモニーの特別感と、日常の快適さを兼ね備えたアイテムが勢ぞろい。入園式や卒業式などの晴れ舞台だけでなく、カジュアルに着こなせるデザインで普段使いにもぴったりです。上質な素材と洗練されたシルエットで、どんなシーンでも自信を持てますよ♪

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

*fuse_ ヒューズリセット

「私らしさ」が見つかる、
ナチュラル&ガジュアルスタイル♪

大人上品なフォーマルスタイル♡
かっこかわいい輝くコーデです。

フォーマルシーンにぴったりのアイテムも豊富に取り揃えています!

毎日に寄り添うナチュラルで大人のカジュアルファッションを中心に、特別な日のためのセレモニースタイルも揃うセレクトショップ。シンプルだけど女性らしさを引き立てるデザインや、自由に着こなせるアイテムが充実しています♡

*fuse_ 1F TEL.0986-22-2131

あなたにぴったりの保険がきっとみつかる 保険見直し本舗

最短30分

保険とおかねの
ちょこっと
相談会

参加者様に
プレゼント
LION 洗剤
清潔ケアセット

高崎イオン都城店 1階 TEL:0986-46-1911

お買い物中、
気軽に保険を見直しませんか?

最短30分のちょこっと相談会を実施中!
参加者様にLION清潔ケアセットをプレゼント♪
保険見直し本舗 1F TEL.0986-46-1911

Happy Valentine's Day!

bijou SOPHIA お手頃プライスで叶える、大人のバレンタインジュエリー

耳元を華やかに彩る大人のピアスコレクションが登場。軽くて肌に優しいチタン素材を使用し、敏感肌の方にも安心してお使いいただけます。かわいらしいデザインにラグジュアリー感をプラスしたアイテムは、日常のカジュアルスタイルからセレモニーシーンまで幅広く活躍。今年のバレンタインは、大切な人や自分へのご褒美に、特別感と実用性を兼ね備えたピアスを選びませんか?



¥660~

bijou SOPHIA 1F TEL.0986-46-2266

バレンタインギフトセレクション♡

LA PAX 大人の魅力を贈る、パトリックコックスの洗練ギフト!



折り財布

パープルのアクセントや立体感あるモノグラムが特徴で、光の当たり方によって異なる表情を楽しめます。使いやすいデザインと耐久性で、毎日使えるおしゃれな一品!

ボディバッグ

長財布やペットボトルが収納可能で、調節可能なストラップ付き。シンプルで洗練されたデザインはカジュアルからシックなコーディネートまで対応し、普段使いや旅先にも最適です♪



LAPAX 1F TEL.0986-46-2225

one's terrace 「これあげる!」がきっと見つかる♪



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

TEZUKA WORLD SPORTS かわいく決める、足元バレンタインはナイキから♡

バレンタイン限定のナイキコルテツが登場! テキスタイル、スエード、レザーを組み合わせた洗練デザインに、スイートな隠しディテールが遊び心をプラス♪



アイコニックなデザインで人気のナイキ エアマックス90が、特別な贈り物にぴったりです。ビジネスカジュアルにも週末スタイルにも合わせやすいデザインで、どんなシーンでも活躍!

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

1964 THE CLOCK HOUSE

THE CLOCK HOUSE オリジナル時計

ザ・クロックハウス ソーラー
クロノグラフ マジックアワー 青藤 ¥19,800

腕元を飾る、BEST WATCH 2024。「ベストウォッチ2024アワード」で、「高見えコスバベストウォッチ」を受賞したこの時計は、どの世代の男性にもふさわしいスタイリッシュな一本です。バレンタインの贈り物として、大切な人の腕元を格上げしませんか?

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

DAISO ダイソー 愛情たっぷり、コスパ抜群の手作りバレンタイン♡



バレンタインは手作り一択! 100均だからこそ叶う、豊富な品揃えとお手頃価格で、トレンド感あふれるバレンタインスイーツが簡単に作れます♪ 型やラッピング素材もトレンドを押さえたかわいいデザインが豊富!

大人気のくすみカラーチョコペン♪

ダイソー 2F TEL.0986-46-3915

Mac-House

大人の余裕をまとう
きれいめカジュアル4選!

20~50代の男性におすすめ、こなたな印象を与えるきれいめカジュアルスタイル4選をご紹介。ファストファッションの先駆者的な存在である「Mac-House」の服は、世代を問わず自由に楽しめるデザインが魅力です。落ち着いた色味やシルエットで、上品さとリラックス感を両立♪



マックハウス 2F TEL.080-5909-3382

タリーズ コーヒー 今年のバレンタインもタリーズで♪ 新メニュー登場!



甘いひとときと香りの贈り物

タリーズの本格コーヒードリップに、プチお菓子を添えた特別なギフトセット。コーヒーの香りとお菓子の甘さが絶妙に調和し、幸せなティータイムを演出します。コーヒー好きな方はもちろん、ちょっとした贈り物にも最適。バレンタインの温かい気持ちを、特別なセットで伝えてみませんか?

贅沢なひとときを贈る特別なギフト

厳選されたタリーズのコーヒードリップが詰まったセットです。お湯を注ぐだけで、香り豊かな本格的なコーヒーを楽しめる手軽さが魅力。おうち時間をちょっと贅沢に過ごしたい方へのプレゼントにぴったりです。豊かな風味が広がる一杯で、大切な人に笑顔をお届けしますよ♪



タリーズコーヒー 1F TEL.0986-24-2082

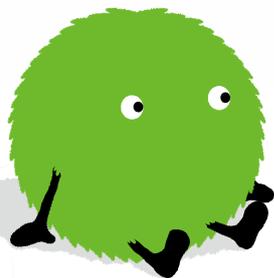
家作りの 無料相談会開催

人気の無料講座

はじめての
注文住宅講座

注文住宅
価格まるわかり講座

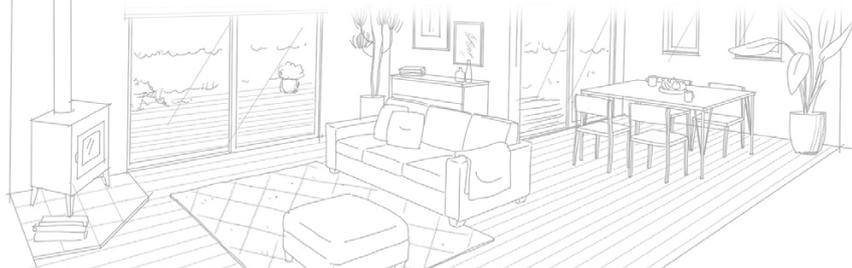
ハウスメーカー・工務店
選び方講座



全国**258**店舗、**47**万組以上※の夢をカタチに。

あなたの街の家づくりパートナー、
スーモカウンター

※カウンター数/2024年12月末時点、利用組数/2024年3月末時点での集計結果



開催日時

1/28(火) - 2/16(日)

①10:30 ②13:30
③15:30 (各回約90分)
※当日予約も可能。予約優先

開催場所：スーモカウンター注文住宅

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

ご予約方法

tel.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



※臨時休業の場合あり。営業時間や
定休日は、電話またはHPIにてご確認を