

きりしまフォーラム

4

vol.397
APRIL 2025



編集・発行／霧島フォーラム 都城市一万城町99-9-1 ※禁無断掲載

※誌面内の価格はすべて税込み表記です



フォーラムがプロデュース!!
日帰りぶらり旅

美味しい×映える!
かのやで楽しむ花と食の旅

鹿屋市特集



第104回 日本住宅取得応援協会 × きりしまフォーラム 参加無料
大好評のコラボ企画

後悔しない!
家づくり勉強会

5月18日(日) 13:00 ~ 16:30

※写真はイメージです
参加者全員にお土産付き!

フォーラム シニア ライフ
Forum Senior Life 通信

●特集

新しい視点で楽しむデイサービス
『ラスベガス』
カジノを活用した脳トレ・機能訓練

フォーラム
建もの探訪

春の住宅特集

キレイをお得に! **Beauty特集** フォーラム オススメ! **FORUM'S SELECT グルメ** 新年度にオススメ **春の習い事特集**

その他、イベント情報など、盛りだくさん!!



表紙の絵

『また遊びに行くね♡』

かわごえ けんたろう
川越 健太郎くん
(6歳)

4月から小学校
がんばるぞ!

●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!



3店舗合同

新社会人応援キャンペーン

25周年記念セール開催

※表示価格はすべて税込みです

**メガネ・コンタクトレンズの
視力測定**
9:30~18:30

ご注意

※イオンモール都城駅前店は、カラコン・1DAY・2WEEKのみの取り扱いとなります。
※コンタクトレンズのご利用がはじめてのお客様は必ず使用中のメガネをご持参の上、ご来店ください。
練習などに1時間程度かかりますので、夕方18:00までには受付をお願いします。

目玉商品

別料金で快適な遠近両用もラインナップ!



ポシュロム
アクアロックス® ワンデー UVシン

1DAY 1箱(片眼30枚入)
1箱 **3,400円** 4箱セット **11,900円**
(2,975円/1箱)
※遠近両用は対象外です

UVカット

保湿成分配合でうるおいキープ

色素が直接瞳に
触れない安心構造

目玉商品



メニコン
1DAYフルッティ

全5色 1DAY 1箱(片目30枚入)
1箱 **3,300円** 4箱セット **11,900円**
(2,975円/1箱)

目玉商品

別料金で快適な遠近両用もラインナップ!



メニコン
2WEEKプレミオ
2WEEK 1箱(片眼6枚入)

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

目玉商品



ポシュロム
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**
(2,750円/1箱)
※乱視用・遠近両用は対象外です

目玉商品



エイコー
ソフト
マンズリーモード
1カ月交換レンズ
1箱(片目3枚入)

3ヵ月分(2箱+レニュー 2本パック) **6,500円**
(2,250円/1箱)
当店最安値!

メガネ新作入荷中!! 鷹尾店・小林店のみ



人気のブランドからさまざまなフレームが登場しています。トレンド感のあるデザインも満載!



1.56中屈折レンズ付メガネ

メガネフレーム + メガネ拭き + レンズ + ケース

5,500円 7,700円 11,000円 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!

ハード・ソフト

長時間装着に最適なハードレンズとソフトレンズ
手元が少し見えにくい方へ
ハードレンズの遠近両用もあります



即日お渡しLOK! ※要相談

掲載以外のハードレンズ、ソフトコンベンショナルレンズ

通常価格より

すべて1枚 **1,000円OFF**

選べる保証システム

壊れた! 汚れた!
視力が変わった! etc.

25周年特別企画

休日割引

土日祝日に5,500円以上ご購入いただいた方

次回購入時に使える
10%OFFチケット
プレゼント!

※税抜100円未満切り捨て

春の
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

コンタクト&メガネ

年中無休で営業中!

次回以降の購入は
3店舗どちらのお店でも

ご購入可!

鷹尾店をご利用のお客様は都城駅前店・小林店でもご購入いただけます。※詳しくはお問合せください。

イオンモール都城駅前店 ディスプレイセンター
カラコンセンター

鷹尾店 TEL.0986-58-8540

小林店 TEL.0984-27-4877

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 駐車場/あり



都城市鷹尾2丁目2-8
営業/9:00~19:00
駐車場/あり



小林市堤2289-3
営業/9:00~19:00
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

●メガネの取り扱いはありません。

ハードコンタクトレンズ

1DAY 2WEEK

すべて最下の一品揃え!!

**25周年記念
新規キャンペーン**

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
●1枚で4名様使用可 ●来店時に提示
●R7.4/30迄有効

きりしまフォーラム読者限定

上記メニュー価格に!

来店時または会計時に必ず

「きりしまフォーラム」をご提示ください。

●1枚で4名様使用可 ●来店時に提示
●R7.4/30迄有効

新・医療の窓

早水公園クリニック 便り

108

Q：我が家では、一人が感染性胃腸炎になるとすぐに家族にうつってしまいます。感染性胃腸炎とはどのような病気なのでしょう？

(女性/40代)

A：感染性胃腸炎とは、ウイルスや細菌が原因となって発症する胃腸の感染症で、特にノロウイルスやロタウイルスがよく知られています。これらのウイルスは非常に強い感染力を持ち、嘔吐物や便に含まれるウイルスが飛沫し、空気中や周囲の物に付着することで広がります。家庭内では特に、感染した人が触れたドアノブやタオルなどを介して、家族に次々と感染することが多いです。

【消毒のポイント】

一般的なアルコール消毒は、ノロウイルスやロタウイルスには効果がありません。ウイルスを確実に除去するためには、塩素系消毒剤の使用が必要です。塩素系消毒剤には「ハイター」などの漂白剤がありますが、市販のものでは手軽に使えるものとしては「ミルトン」(哺乳瓶の消毒剤)が便利です。ミルトンを適切に薄めた消毒液を使用し、嘔吐物やそれが付着した床・衣類・手指などをしっかりと拭き取るようにしましょう。

また、感染拡大を防ぐために、嘔吐物の処理をする際は手袋とマスクを着用し、処理後はしっかりと手洗いをすることが重要です。タオルの共用を避けるなど、家族内での感染対策を徹底しましょう。感染性胃腸炎は、適切な予防と対策が大切です。正しい知識を持ち、家族みんなで気をつけましょう。

Q：まだ30代ですが、血圧が高いです。

(女性/30代)

A：いわゆる若年性の高血圧ですね。血圧が高くなる原因には、遺伝やストレス、特定のホルモンの影響、食生活、肥満など、さまざまなものがあります。若くても血圧が高い人は珍

しくなく、その背景にはいろいろな要因が関係していることが多いです。血圧が高いと、血管にかなりのダメージを与えます。その結果、脳梗塞や血栓のリスクが高まるため、「普段から血圧が高いけれど、特に問題はないから大丈夫」と思っている方こそ注意が必要です。高血圧を放置すると、知らないうちに血管がダメージを受け、取り返しのつかないことになる可能性もあります。

若年性の高血圧は原因をしっかりと突き止めて、治療していくことが大切です。そうしないと、若いうちに動脈硬化が進行し、40〜50代前半で脳卒中や心筋梗塞といった大きな病気を引き起こすことになりかねません。「まだ若いから大丈夫」と思わず、血圧やコレステロールが高い方は、若いうちからきちんと治療や予防を行うことをおすすめします。

Q：朝起きると手の指がこわばります。

(女性/?代)

A：手のこわばりには、病的なものや手指の使いすぎによるものがあります。病的なものとしては、リウマチや膠原病などがあり、特に女性に多い傾向があります。これらの病気は、血液検査などの詳しい検査をしないと診断がつかないことが多いです。

一方、病的でないものとしては、指の使いすぎや血行不良、加齢による影響などが考えられます。特に、家事で洗剤をよく使う方や、長年手作業をしてきた方は、病気でなくても朝起きたときに手のこわばりを感じることもあるようです。あまりにもこわばりが強く、日常生活に支障が出る場合は、一度医療機関を受診することをおすすめします。



院長 山内 明

早水公園クリニック 専門外来

特徴1 膠原病・リウマチ

2月から、膠原病・リウマチ外来診療が始まりました。各種膠原病、自己免疫疾患・リウマチなどの治療など可能になりました。ご相談ください。

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 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。

雑誌「GLOW」に掲載されました!

全国の頼れる
クリニック
56選に紹介
されました!



早水公園クリニック

1 最新の内視鏡検査設備を有し、1日最多10台の胃カメラ検査を行っている所です。検査できる患者様は多く、丁寧な説明と検査を行います。

「地域の頼れる総合クリニックとして」

2019年10月開業以来、地域を巻き込み、若い世代の心をつかむべく、早水公園クリニックを運営しています。3Fのクリニック、2Fの保育園と一体的に運営しているのが、本クリニックの大きな特徴です。特定保健医療圏の役割と捉えて活動し、シワタスし、地域の発展に貢献していきます。

子ども保育園の
診療を幅広く行う

早水公園クリニックは、保育園、幼稚園、小学校、中学校、高校、大学、社会福祉協議会、市民会館、老人ホーム等と連携し、様々な医療サービスを提供しています。

早水公園クリニック

TEL 0986-36-6117
都城市早水町 4503-16

BIG OPUS15



早水公園

↑至都元

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
はじまりました!



ショッピングセンター
都城

→至三股

「家が代々続くように」
とお願いの
込められたお菓子

端午の節句
こだわりの柏餅

鯉の引菓子(糸鯉)

霧の大地
より
南香のお菓子

お子様の健やかな成長を願う

弾ける生爽快感

霧島檸檬

霧島檸檬

第25回全国菓子博覧会
最高賞 名誉総裁賞受賞

島津荘園
6個人・12個人・18個人

創業明治三十四年 郷土銘菓処 **お菓子の南香**

贈答用全国発送も承ります！

4月のお休みは 9日・16日・23日・30日

都城市甲斐元町1-26 8:30~18:00

TEL.0986-22-4670 <http://okashinonanko.com> お菓子の南香 検索

大切な方への贈り物に——
霧の大地(風)

都城の四季を感じられる、「南香」のお菓子。霧島の豊かな大地に育まれ、職人がひとつひとつ心を込めて作り上げた、素朴であたたかみのあるお菓子を詰め合わせました。贈られた方の心を和ませ、自然と笑顔がこぼれる贈り物です。

- ・焼酎けーき(本格焼酎けーき霧島)
- ・マロンけーき(霧島なんこ遊び)
- ・島津の樹
- ・伊予柑けーき(都ん名物あい京おかた)
- ・ケークシヨラ(安久腕まくら)
- ・弘蔵作(都城ほてと)
- ・抹茶けーき(霧の茶所茶いっぺおあがいもんせ)
- ・フロランタン(高千穂神楽歌33番)
- ・都ん城盆地妹つじょ
- ・LEMON CAKE(霧島檸檬)
- ・フィナンシェ(母智丘の桜ひらひらり)
- ・霧島マドレーヌ(あつくら笑顔の田の神)
- ・ダックワーズ(関の尾の滝みこちせきの甲羅)
- ・チヨコラングドシヤ(高千穂ミルクの酪園から)

「霧の大地(風)」は、洋菓子の詰め合わせセット(20個入り)。霧島の大地を愛し、ひとつひとつが素朴で温かく、そして気取らない自然のままのお菓子たちです。

ご予算や贈る人数に合わせて、お選びいただけるセットをご用意しております。新しい季節の訪れを祝うこの時期、手土産や春のご挨拶にぜひどうぞ。

取材協力／お菓子の南香
☎0986-22-4670

新生活の視界もクリアに！
コンタクトデビューは専門店で安心サポート

春は新しい生活が始まる季節。進学や就職をきっかけに「コンタクトレンズを試してみたい」と思う方も多いのではないのでしょうか。でも、「どのレンズを選べばいいの?」「自分に合うものがわからない……」と不安に感じる方も少なくありません。そんな時に頼りになるのが、専門店の存在です。

都城市内に店舗を構える「シティコンタクト」では、はじめての方でも安心してコンタクトデビューができるよう、専門知識を持つスタッフが多くのお客様の「視る」に寄り添ってきた実績をもとに丁寧にサポートしてくれます！

タクトデビューできます。

✓ 新生活応援キャンペーンも実施中!

新しい生活を迎える方に向けた特別クーポンを配布中です。はじめてのコンタクト購入がお得になるこの機会に、ぜひ活用してみてください。

コンタクトレンズは正しく選ぶことが大切です

コンタクトレンズは、ただ「見える」ための道具ではなく、大切な目を守るためのアイテムでもあります。自己判断で選んでしまうと、目の健康を損なうリスクがあるため、専門家のアドバイスを受けることが重要です。最近は通販やネット購入が増えていますが、次のようなトラブルが起こることも。

- ⚠ 度数が合わず視力低下を招いてしまう
- ⚠ 目に合わないレンズで異常を引き起こす
- ⚠ 間違った使用方法で目の健康を損ねる

新生活を迎える今だからこそ、「視る」ことについて改めて向き合いませんか? 『シティコンタクト』では、お客様の目の健康を第一に考え、しっかりサポートしてくれます。コンタクトデビューを考えている方は、ぜひ一度相談してみてくださいはいかがでしょうか。

専門店ならではの安心ポイント

✓ 豊富な種類とプロのアドバイス

コンタクトレンズにはさまざまな種類があり、ライフスタイルや目の状態に合ったものを選ぶことが大切です。シティコンタクトでは、お客様一人ひとりの目の特徴や使用環境を考慮しながら、最適なレンズ選びをお手伝いしています。

✓ 対面での丁寧なサポート

近年はネット通販でコンタクトを購入する方も増えていますが、「度数が合わず視力が低下した」「目に合わないレンズで違和感を感じる」といったトラブルも少なくありません。スタッフと対面で相談しながら選ぶことができるので、はじめての方でも安心してコン

取材協力 **シティコンタクト**

都城市鷹尾2丁目2-8
シティコンタクト鷹尾店 TEL.0986-58-8540

土持歯科医院

Tsuchimochi
Dental
Office



詳しくはこちら

TEL.0986-25-8148
都城市上川東1-18-10



近日、販売予定

・都城市志比田 (自社中古住宅)
只今 リフォーム中



・都城市梅北 (自社中古住宅)
只今 リフォーム中



一里山の自社中古住宅はリフォーム後販売します

その他、準備中の自社中古住宅
・都城市志比田に2棟
あります。**只今 リフォーム中**

**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
都城・三股方面の 鹿児島県知事(8)第4029号 TEL:0994-44-2824
お問い合わせはこちら⇒ **090-1928-5292 (盛川)**

印鑑 Stamp	ゴム印 Rubber Stamp	ネーム印 Name Stamp	名刺 Business Card	封筒 Envelope	伝票 Invoice
-------------	---------------------	--------------------	---------------------	----------------	---------------

翌日お渡し **ネーム印 (brother)** 9mm (通常サイズ) <通常 1,650円> **1,500円** 6mm (訂正サイズ) <通常 1,320円> **1,200円**

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

【セール期間：4月1日～4月30日】
都城店 上川東1-3-18 TEL:23-8583
蔵原店 蔵原町3-5 TEL:77-2114

はんこ屋21

きりしまフォーラム Recruit 広告コーディネーター募集!

地域の情報を届けるフリーペーパー きりしまフォーラムを一緒に作りませんか?

職 種：広告コーディネーター・プランナー
雇用形態：正社員 業務内容：広告営業・取材・記事作成 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)

お問合せはこちら HP Instagram

0986-26-5836
InstagramDMからのお問合せもOKです!



セルフで洗えるワンちゃんのお風呂

宮崎県初!

ペット用 サルフ式
マイクロバブル 事前予約

wan-wan-spa

料金 税込 **3,000円/時間**

営業時間 **9:00~22:00**

プロ仕様の設備
医療用に開発されたマイクロバブルバス
業務用のドライヤー完備

ペット用品専用ランドリー
も併設! 洗濯機・乾燥機 予約不要

LINEからかんたん予約 **完全予約制**

- QRコードよりLINEともだち登録
- プロフィールページを開いて「予約する」をタップ

ペットと一緒に動きませんか?

都城市上長飯町5322
福島池緑地いこいの広場前
お問合せ **080-9103-4977**




お金を貯める方法は3つだけ!!

もう時代遅れ?

“貯金だけ”は卒業宣言!

参加費 無料

金利の低迷、物価の上昇……。ただ貯めるだけでは、お金は増えない時代に。何もしなければ、この先は変わらない……。今こそ知っておきたい、資産形成の基本を分かりやすく解説!

第17回 **4.29 (火・祝)** 10:00-12:00 (40~60代向け)

第18回 **5.17 (土)** 10:00-12:00 (40~60代向け)

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

定員/各回15名様
※お連れ様1名様まで可
※パートナーの場合、男性も可

講師 前園 香世氏
トータル・ライフ・コンサルタント
ファイナンシャルプランナー
小学生と中学生の2人の子どもを持つシングルマザーです。「数年後こうなっていたいな。」と漠然と考えているその気持ちを大切にしてください。全てはタイミングです! 今、何をすべきか一緒に楽しく考えましょう!!

present
参加者全員にお土産付き!

5つの疑問をマルッと解決!

- NISAだけしていれば大丈夫?
- そのお金の貯め方である?
- 学資保険の考え方は?
- 将来、年金だけでは生活できないと知っている?
- みんなが間違っている投資とは?

大人気の「FRUIT SANDWICH &」のBLTサンドをプレゼント!

お申込み・お問合せ
株式会社RKコンサルティング 都城支社
TEL.0986-22-6766

電話受付/月~金曜日 10:00~18:00 都城市平江町1-1 都城平江町ビル2階
※金融関係の方、同業他社の方、営業や情報収集を目的とした方のご参加はご遠慮いただいています。
※応募者の個人情報、弊社からの案内発送やメール連絡、当日の受付に使用します。





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

超物価高時代の今だからこそ、
補助金&税制優遇で最大600万円差がでる!
安心安全の家づくりを学ぼう

御夫婦でのご参加を
おすすめします!

後悔しない! 家づくり勉強会

第104回

5月18日(日) 13:00~16:30
(開場12:40)



定員 10組限定 応募締切 5月8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 道の駅 都城NIQLL 多目的室 ルーム1・2
都城市都北町5225-1

3,000人以上の方にご来場いただき

全員が「参考になった」と
回答しています!



ふた度計算などお金の考え方が変わりました。
家づくりの視点から家造りに関して考えることの大切さが分かりました。

T様(30代)

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

K様(30代)

参加無料

参加特典あり

お子様連れOK

キッズルーム完備しております。

家が欲しいと考えている、すべての方におすすめです! /

家を建てるための情報が詰まった講演会

住宅ローン

住宅ローン選びで1,000万円も差がつく!
賢い住宅ローンの選び方とは?

耐震

耐震等級の落とし穴をご存じですか?
強い家と弱い家の見極め方

予算

一生のトータル支出を考慮していますか?
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?

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♥

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

お申込み方法

きりしまフォーラムのホームページ または
QRコードからお申込みください

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



https://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

好評につき宮崎市内でも開催決定!!

【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

高齢者向けの味と栄養バランスにこだわった 日替わりのお食事を毎日冷蔵でお届けします

管理栄養士が考え
和食調理人監修の出汁を
使った特別な調理方法で
高齢者にも薄味でおいしいと
好評いただいております。

- 健康は毎日の食事から
- 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い
- 毎日安否確認を兼ねて元気にお声かけ
ご家族の方からも喜ばれております。



新規で注文週(5日分)のうち1日分を無料でお届けします。

おかずコース 400カロリー基準 塩分相当量3g以下
(日替わり)
1人用 月～金曜の5日分 通常価格 3,250円を **2,600円** 税込でお届け

小町コース 290カロリー基準 塩分相当量2.2g以下
(日替わり)
1人用 月～金曜の5日分 通常価格 2,750円を **2,200円** 税込でお届け

※4月22日までに新規で申込みされたお客様。

まずは**5日間**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**

お申込みは
お電話1本で **OK!** **0120-222-135**
通話料無料

受付時間/午前9時～午後5時30分(月～金曜日)

スマホから

ラフラブ 注文で 外出いらず!

ポイント1
LINEやWEBからいつでもどこでも注文! 買い物に行く時間を節約!

ポイント2
ご自宅はもちろん、ご指定の場所へお届けします! 重たいものを持ち帰る必要なし!

ポイント3
安心安全のこだわり商品だから 面倒な食品表示を チェックしなくてもOK!

安心! 安全! おいしい! 添加物や農薬の心配が少ない! と評判のグリーンコープの商品の中から人気商品を無料でお届けします。

おいしい無料サンプルプレゼント!!

通話料無料 サンチョクハイーナ
0120-349-017

〈電話受付〉月～日/9:00～21:00
(祝日可 ※年末年始除く)

※このフリーダイヤルはサンプル請求のみに限らせていただきます。

二次元コードで
携帯電話から
アクセスはコチラ

<https://www.greencoop.or.jp/>



グリーンコープ生協みやざき 都城支部

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



従業員募集!

鉄道の未来と一緒に守りましょう!

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

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)

お仕事内容などをアップしています



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

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

\\ フォーラムがプロデュース! 日帰りぶらり旅 /

美味しい×映える! 鹿屋市で楽しむ花と食の旅

鹿屋市特集

バラ園で満開のバラを楽しみ、
地元農場レストランの絶品グルメやチーズ、
こだわりのパン、クレープを堪能♪
花と美食を巡る、心満たされる旅をご紹介します!



かのやばら園



映えスポットが充実!
各エリアにフォトジェニックな仕掛けが♪

園内には、エリアごとに異なるテーマが設定されており、それぞれにフォトスポットが充実! バラに囲まれたアーチや、おしゃれなベンチ、華やかな背景が揃うエリアなど、どこを切り取っても絵になる空間が広がっています。

園内は華やかなバラの景色とおしゃれなフォトスポットが満載なので、女子会やカップルのお出かけにぴったり! おそろいのコーデで写真を撮ったり、おしゃれなスイーツを楽しんだり、春のおでかけに最適です。特におすすめのエリアが「香りのガーデン」。さまざまな品種のバラが芳醇な香りを放ち、五感で楽しめる空間となっています♪

レストラン『ローズダイナー』おすすめ



薔薇カレー
バラ色カレーの絶妙なハーモニー♡



ばらソフト
甘さの中に上品な風味が楽しめます♪

『かのやばら園』は、日本最大級の規模を誇るバラ園で、約1,500種類・3万5千株ものバラが咲き誇る名所です。4月になると春咲きのバラが満開となり、一面に美しい彩りが広がります。また、つるバラは春にしか楽しむことができないので、おすすめです♡

☎ 0994-40-2170

鹿児島県鹿屋市浜田町1250番地

営業 / 9:00~17:00

定休 / 月曜日(祝日の場合は翌日) ※かのやばら祭り期間は休園日なし

かのやばら祭り 2025 春
4/26(土)~6/1(日)開催予定!

お出かけ前に『かのやばら園』のInstagramをチェック!

最新の開花情報やイベント情報は、Instagramで発信中! バラの開花状況やおすすめの撮影スポットも紹介されているので、ぜひチェックしてから訪れてみてください♪



バラの妖精
ばららちゃん

くろぶたの丘 DINING KÜTON



霧島ヶ丘公園の敷地内にお店を構える『くろぶたの丘 DINING KÜTON(クートン)』は鹿児島県のブランド豚である「黒豚」を味わえるレストランです。黒豚の生産・処理・加工・販売を一貫して手掛ける南州農場が運営しており、こだわりの食材を使用した多彩な料理を楽しむことができます。

☎ 0994-47-3929

鹿屋市浜田町1250番地

営業 / 11:30~夕日がしずんで見えなくなった頃

定休 / 水曜日 駐車場 / かのやばら園駐車場

Menu



炭火焼黒豚肩 ロースステーキ
(サラダ・スープ・ドリンク付き)
じっくりと低温調理した後、炭火で焼き上げることで、肉の旨味を最大限に引き出した一品。添えられたソースや塩につけることで、違った味を楽しめます♪



ソーセージ盛り合わせ
食肉マイスターおすすめのソーセージ盛り合わせ。外はパリッと中はジューシーな仕上がりに♪ ビールやワインとも相性が良く、シンプルながらも素材の味をしっかりと味わえます。



黒豚ベーコンのシーザーサラダ
香ばしい風味と適度な塩味が特徴のシーザーサラダ。ベーコンは添加物を極力使用しない「低添加製法」により、製造されています。お肉本来の旨味を感じるベーコンとサラダの組み合わせは格別ですよ!

『くろぶたの丘』は、レストラン以外にもバーガーショップ「KURO DELI(くろでり)」や、南州農場の商品を購入できる「KURO MARCHE(くろまるしえ)」、団体予約限定・1カ月前のご予約でソーセージ・ピザ作りを体験できる「KURO STUDIO(くろすたじお)」など、充実した施設になっています。レストランの下にはハム・ソーセージ製造工場があり、工場の様子を見学できます。様々な形で黒豚を楽しめる、『くろぶたの丘』に是非お立ち寄りください♪



TAKE BAKERY AND CAFE



かのやバラ園を訪れた後、美味しいパンと素敵な空間を求めて立ち寄ったのが、『TAKE BAKERY AND CAFE』。こちらは、飼料会社が運営するベーカリーカフェで、パンやチーズ商品、モーニング&ランチを楽しめるおしゃれなスポットです。



店内には、焼きたてのパンがずらり！特に、地元の新鮮な食材を活かした、チーズを使ったパンやスイーツが人気で、どれを選んでも間違いなし。モーニングやランチも充実しており、落ち着いた雰囲気の中でゆっくりと食事を楽しめます。



実は、ホテルも併設！美味しいワインとカフェタイム、そして心地よい滞在を楽しめる『TAKE BAKERY AND CAFE』。鹿屋を訪れた際には、ぜひ立ち寄ってみてください！

店内には、螺旋階段を登った先に2階席があり、白を基調としたモダンで洗練された空間が広がります。北欧テイストのインテリアが特徴で、シンプルながらも温かみのある雰囲気。大きな窓から自然光が差し込み、開放的で心地よい時間を過ごせます。



「kotobuki cheese」のチーズ商品や、カフェで提供しているフグレンのコーヒー豆も販売

パンの香ばしい香りに包まれながら、ゆったりとしたカフェタイムを楽しめるのが魅力です。



☎ 0994-45-7321

鹿児島県鹿屋市北田町5-5
営業 / breakfast 6:30~9:30
drink 7:00~
Lunch 11:00~16:00L.O
Cafe 14:00~16:00L.O
Close 17:00

Crepe MUCCA



☎ 080-6859-7379

鹿屋市寿5丁目26-24
営業 / 11:00~17:00
定休 / 日・祝 ※駐車場2台

地元の方をはじめ、県外から訪れる方にも人気のクレープ専門店『MUCCA』。米粉を90%使用したモチモチの生地が特徴で、甘すぎないクリームと相性◎。スイーツ系から惣菜系まで幅広く展開しており、甘党の方にピッタリなクレープもあれば、甘さ控えめなメニューもあるため、どなたでも好みのクレープを味わうことができます。また、札元町の『おすみ弁当』敷地内に専用の自動販売機を設置している他、農畜産物直売所『どっ菜市場』でも購入できるため、より気軽に美味しいクレープが味わえるのも嬉しいポイント♪

店内は木のぬくもりを感じる、落ち着いたウッド調の内装で、写真映えするお洒落なフォトスポットが束の間の待ち時間に癒しを提供してくれます。



人気メニュー



生チョコ&オレオチョコ

チョコ好きにはたまらない、チョコ尽くしのメニュー。濃厚なチョコとモチモチ生地のバランスが絶妙なクレープです♪

クリームブリュレ

売り切れ続出の人気メニュー。なめらかな口当たりと、ほのかに香るバニラの華やかな風味が癖になります♡



カップクレープ

人気クレープをカップにアレンジしたメニュー。「美味しい」がギュッと詰まった、見た目も可愛い一品です。

cocohouse shop



難しい工程にも果敢にチャレンジしながら、「もっとかわいく」「もっと完成度を上げたい」という想いを持って作品づくりに励んでいるとのこと。実際にお店を訪れたお客様からも「かわいい！」「すごく上手！」といった声が聞こえ、メンバーさんたちの自信や喜びにつながっているのが印象的でしたよ♡メンバーさんの作品集をご紹介します！



ハンドメイド作品だけでなく、洋服やスニーカー、雑貨などのセレクト商品も取り扱っています。スタッフが厳選したアイテムは、どれもトレンドを意識したものばかり。お客様からは、「ここでしか買えないものがたくさんあって、いつ来ても楽しい！」と好評だそうです。ハンドメイドの温かみと、セレクト商品のワクワク感が融合した『cocohouse shop』。訪れるだけで、楽しい気持ちになれる素敵な空間でした。鹿屋市に足を運んだ際は、ぜひ立ち寄ってみてください！

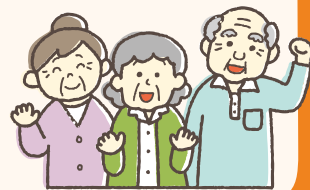
こだわりのセレクトショップとして2021年に開業した『cocohouse shop』。『就労継続支援B型事業所 ココハウス』に通う、さまざまな障がいを持つ方々が就労訓練の一環として制作したハンドメイド作品などを扱っています。

店内に入ると、まず目に飛び込んでくるのは、かわいらしく工夫を凝らしたハンドメイド作品の数々。メンバーさんたちがスタッフと一緒にアイデアを出し合い、今流行しているデザインを研究しながら、一つひとつ丁寧に制作しているそうです。実際に手に取ってみると、細部にまでこだわりが感じられ、ハンドメイドならではの温もりが伝わってきました。



☎ 0994-35-1075

鹿屋市笠之原町3580-2
営業 / 10:00~17:00
定休 / 日曜日



特集

新しい視点で楽しむデイサービス『ラスベガス』 〜カジノを活用した 脳トレ・機能訓練〜

宮崎市大塚町にあるデイサービス『ラスベガス』では、一般的なデイサービスとは一線を画したユニークな取り組みを行っています。固定観念にとらわれない柔軟な発想で、「幸齢者」を増やすことを使命に新しい価値を創出する『ラスベガス』の実態に迫りました！



カジノで遊べるデイサービス？

パチンコや麻雀、トランプゲームといったカジノの要素を取り入れ、それらを脳トレや機能訓練として活用しているデイサービス『ラスベガス』。同施設



では、ご利用者に、楽しみながら頭や体を動かしていただける環境を提供しています。

ご利用の対象となるのは、要支援1〜2（※宮崎大塚店のみ）、要介護1〜5と、一般的なデイサービスと同じで、ご利用者の平均介護度は1〜2となり、比較的自立度の高い方が多い印象です。通常のデイサービスにはあまり関心を持たれない方でも、「ここなら行ってみたい」と積極的に通



われているのが特徴で、施設の名前の通り、まるでラスベガスのカジノを訪れたかのような雰囲気があり、従来のデイサービスとは異なる楽しみ方を提供していま

す。誤解のないように申し添えておきますと、実際に金銭を賭けることは一切なく、施設内で使用できる施設内通貨で遊興できるシステムになっています。

また、カジノ部分が注目されがちですが、デイサービスの核となる機能訓練プログラムも充実しており、全体運動、部分運動など、ご利用者の身体状況に合わせて適切なサービスが受けられます。そうした機能訓練プログラムと並行して、脳トレーニングの一環でカジノが楽しめるようになっていきます。

音楽を活用した体操とゲームによる認知機能トレーニング



『ラスベガス』では、音楽を活用した集団体操を行っており、特に人気なのがレディー・ガガの楽曲「ポーン・デイス・ウェイ」に合わせた運動です。この体操に参加された方には、「ベガス」と呼ばれる施設内通貨が配布され、その施設内通貨を使用してブラックジャック、麻雀、パチンコ、スロットなどのゲームを楽しむことができます。いずれのゲームも自主選択となり、自分が遊びたいゲームを選択できるのもポイントです。

衰えがちな認知機能の維持・向上が期待されます。また、ゲームのルールを学ぶことで、新しい知識を得る機会にもなり、脳の活性化につながると考えられます。単なる娯楽ではなく、頭を使いつながる楽しみめるプログラムとして、多くのご利用者から好評を得ています。

快適な入浴環境と選べる食事

機能訓練プログラム、認知機能トレーニングと共に、入浴設備も充実しています。個室での入浴が可能で、同性介助によるサポート体制が整えられているため、プライバシーを守りながら、安心して入浴を楽しむことができます。入浴は身体の清潔さを保つだけでなく、リラクゼーション効果も期待できるため、ご利用者の皆様にとって体も心もリフレッシュできる時間となっています。



食事については、毎日複数のメニューが用意され、食べたいものを選択できるシステムになっています。ご利用者の状況に合わせて、減塩やペーストなどの対応も可能です。

デイサービスの新しいカタチ

運営にあたっては、固定観念にとらわれることなく、柔軟な発想でご利用者に満足していただくという姿勢が窺えます。従来のデイサービスとは異なるアプローチを取り入れるために、東京などで視察を重ね、ご利用者が「楽しい」と思えることを突き詰めて運営されています。加えて、テーマ性にもこだわり、送迎車は介護の車を連想させない、ハイヤーのようなイメージの車を使用。また、介護サービスを提供するスタッフも、リゾートホテルを彷彿させるようなユニフォームを着用しており、テーマ性を高めています。

そんな細部に至るまでこだわってデイサービスを運営する『ラスベガス』が目指すのは、「高齢者」ではなく「幸齢者」を増やすこと。日本を支えてくださった方々が、幸せに歳を重ねて穏やかに楽しく過ごせる場所を創出しています。

デイサービスという施設は、楽しむ場所であると共に、「自立」していくことが目的でもあります。その中でポイントになるのは継続性で、いかに優れた機能訓練プログラムがあっても、継続できなければ十分な効果は得られません。では、その継続性を生み出すためには何が必要か——それは自主性に他なりません。行きたいと思える場所を創ることが大切で、「仕方なく行く場所」ではなく、「ぜひとも行きたい場所」にするために、さまざまな工夫が凝らされているのです。

実際に、『ラスベガス』のご利用者からは、「頭を使うので夜はぐっすり眠れる」「外出のきっかけになる」「他のデイサービスにも見学に行つて子どもっぽいレクリエーションが多かったが、ここは違う」「家族に行けと言われて半ば無理やり連れてこられたが、こんなに自分が楽しめると思わなかった。今ではラスベガスに行く日が楽しみ」といった声がたくさん寄せられており、同業の施設と比べても顧客満足度が高いことが窺えます。



高齢者が利用するデイサービスにおいてカジノを提供することは、とすれば、賭け事を連想させることから否定的な意見もあるかもしれませんが、実際に『ラスベガス』を利用されている方々は、皆一様に笑顔で、楽しそうに過ごされています。倫理的な考えはさまざまあれど、ご利用者の楽しみや幸福を真に願ってそこを追求していく姿勢は、福祉の根源のようにも思います。全ての人が幸せに生きる権利を行使するのが福祉であるならば、こうしたデイサービスの形もあって然るべきだと思います。

超高齢社会に突入し、4人に1人が高齢者と言われる今の日本で、高齢者福祉は今後一層重要になってきます。デイサービスの在り方に一石を投じる『ラスベガス』の取り組みは、今後、益々の発展が期待されます。興味をお持ちの方は、ぜひ一度見学されてみてはいかがでしょうか。

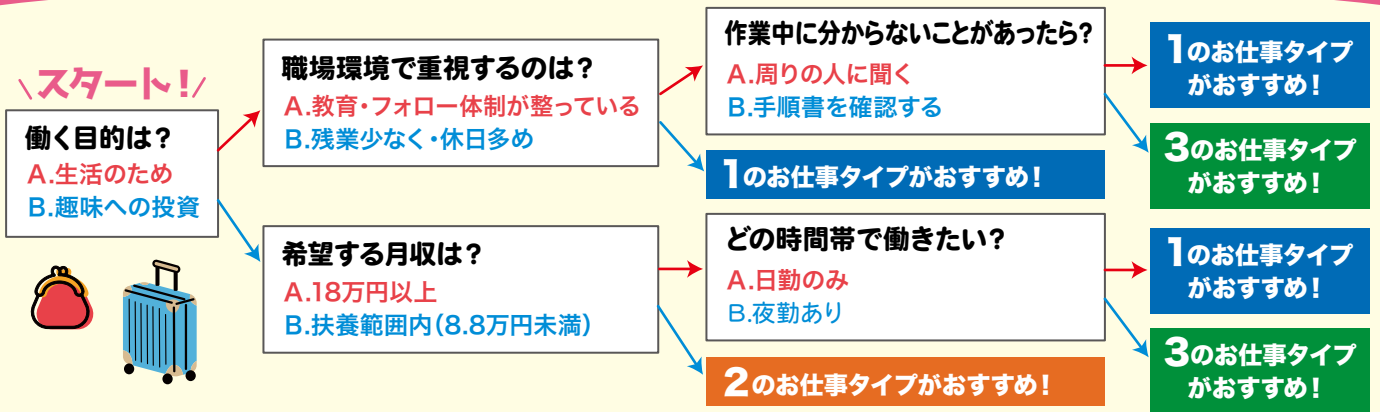
■取材協力

デイサービスラスベガス宮崎大塚

☎0985-41-5588

あなたにピッタリの働き方は？

ライフスタイル別・派遣勤務診断！



1 働きたいけど自分の時間も大切にしたいあなたは…

**プライベートを優先したい！
業界未経験でも働きやすい職場**

こんな方が働いています♪

- ・モクモク作業が好きな方
- ・人と関わることが苦手な方
- ・オシャレを我慢したくない方

お仕事例 詳細はQRコードからcheck!
【電子部品の組み立て】
時間/8:30~17:30(6~8Hで応相談)
休日/土・日・祝

★下段広告もご覧ください

2 短時間でサクッと！
扶養内・Wワーク希望のあなたは…

**空いた時間を有効活用
学業や家事とも両立可能な職場**

お仕事例 詳細はQRコードからcheck!
【飲食店のテーブル清掃】
時間/18:00~22:00
勤務/週3~5日

【商品の梱包・箱の組み立て】
時間/午前のみorお昼からの4H
勤務/週5日

3 ガッツリ働く！
交替勤務希望のあなたは…

**深夜手当でしっかり稼げる！
収入UPが狙える職場**

お仕事例 詳細はQRコードからcheck!
【部品にシールをクルッと巻付】
時間/2交替勤務
休日/土・日・祝

【商品のキズチェック】
時間/3交替勤務
休日/シフト制、長期休暇あり

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……

県外在住1年
山梨県在住
製造職

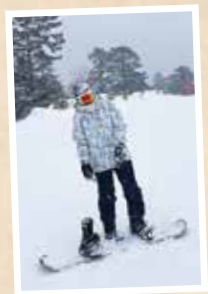
よした あいり
吉田 愛梨さん(21)

小学校:安久小学校
中学校:中郷中学校
高校:都城工業高等専門学校

高専卒業後、山梨県で製造関係の仕事に就きました。高専で学んだ専門的なことをフルに活用できるほか、新しい事を学べるので、日々やりがいを感じています。

知らない土地での一人暮らしは不安もありますが、職場の方達や友人達に支えられながら楽しく過ごしています。長期的な休みが取れた時に都城に帰省しますが、そのたびに実家の愛猫に忘れられていないか心配になります(笑)。また、帰ってきたら必ず行きつけのラーメン屋に寄って、山梨に戻るといのが帰省したときのルーティーンになっています。

山梨を含む中部地方は雪が多く降るため、休暇のたびスノボをしに出掛けています。スノボをはじめた頃は全身が筋肉痛になっていたの、それどころではありませんでした(笑) 今ではスイスイと余裕をもって滑れるようになったので、成長を直に感じて嬉しです。



遠く離れた町で、頑張っています！

未経験OK!

お祝い金 5万円!

電子部品の組み立てスタッフ募集!

入社祝い金 5万円

3か月ごとに最大3万円の更新手当

土日祝休み&年間休日120日以上

給与 時給1,050円(6~7時間勤務は960円)
勤務時間 8:30~17:30(6~8Hで相談OK!)

簡単&軽作業! 未経験OK!

電子部品を組み立てるお仕事
手のひらサイズ(約100g)の軽作業です。
「ねじ締め」「のり付け」「シール貼り」などあなたに合った作業をお任せします♪
単純作業だから、すぐ慣れる! 1人作業で人間関係の悩みゼロ!
服装自由! 髪色・ピアス・ネイルOK!

ご応募はこちら

株式会社 ミックコーポレーション西日本
都城市平江町1街区1 都城平江町ビル5F
0120-39-5741 労働者派遣事業/派40-301040

HPはこちら

NEWS FROM FORUM

施設の日常をお届け フォーラム介護便り

vol. 16

住宅型有料老人ホーム

フォーラム三股 お誕生日会と 紙芝居で笑顔いっぱい!

フォーラム三股では、毎月恒例のお誕生日会を開催しています。入居者様のお誕生日をみんなでお祝いし、笑顔あふれる時間を過ごします。スタッフ手作りのケーキや、心のこもったプレゼントで特別なひとときを演出。さらに、今回は紙芝居もお楽しみいただきました。昔懐かしい紙芝居の世界に引き込まれ、皆さん真剣な表情で聞き入っていました。懐かしい物語に触れながら、和やかな雰囲気の中で楽しい時間を過ごしました。



お誕生日会&
茶話会でほっと一息

れんげフォーラム

有料老人ホーム

れんげフォーラムでも、お誕生日会を開催しました。スタッフや入居者様同士でお祝いしながら、温かい時間を共有。さらに、茶話会もあわせて行い、お茶を飲みながら楽しいおしゃべりを楽しみました。美味しいお茶とお菓子を囲みながら、穏やかな時間が流れました。

フォーラム三股・れんげフォーラムでは、これからも皆さんが楽しく、心豊かに過ごせるイベントを企画してまいります。来月のお誕生日会もお楽しみに♪

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



敬友開発有限公司
KEIYU
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)」の達成に取り組めます。



WEB



休日急患診療機関 【4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 休日当番医

6日(日)	沖水こどもクリニック(小)	太郎坊町	27-5656
	有川呼吸器内科医院(呼・内)	上川東	24-6677
	いづみ内科医院(内)	鷹尾	22-7111
	福島外科胃腸科整形外科医院(外・胃・整)	都北町	38-1633
	さかいクリニック形成外科・皮ふ科(形・皮)	大王町	57-0155
	いそいち産婦人科医院(産・婦)	平塚町	22-4585
	東歯科医院(歯)	三股町	52-6004
13日(日)	MKクリニック(小)	早鈴町	51-6777
	鶴木循環器内科医院(循・内)	花繰町	26-0008
	佐々木医院(内)	高崎町	62-1103
	吉見クリニック(外・整・内)	高城町	58-5633
	いき形成外科ひふ科クリニック(形・皮)	年見町	45-0020
	やの耳鼻咽喉科(耳鼻)	吉尾町	27-5222
	広瀬歯科医院(歯)	妻ヶ丘町	25-6800
20日(日)	原田医院(内・小・外)	郡元町	26-3330
	ゆうクリニック(内)	広原町	46-6100
	長倉医院(内・循)	高崎町	52-2109
	吉松病院(外・整)	蔵原町	25-1500
	酒井皮膚科医院(皮)	北原町	25-5322
	すみ産婦人科医院(産・婦)	東町	23-1152
	ほりのうちデンタルクリニック(歯)	志比田町	26-7222

27日(日)	共立医院(小)	蔵原町	22-0213
	ふくしまクリニック(内・消・小)	大王町	46-5001
	坂田医院(内・消・胃)	三股町	51-2003
	都北ごとうクリニック(外・肛)	都北町	38-6060
	ながはま整形外科(整)	都北町	46-7188
	くぼた眼科(眼)	南鷹尾町	26-3100
	デンタルオフィス松田	鷹尾	23-8055
29日(火)	はしぐち小児科(小)	都原町	24-5500
	宮永病院(内・胃・外)	松元町	22-2015
	海老原内科(内)	山田町	64-1211
	都城フォレスト・クリニック脳神経外科(脳)	下川東	80-4313
	橘病院(整)	中町	0570-01-7236
	岩下耳鼻咽喉科(耳鼻)	三股町	51-1187
	もちなが歯科医院	早水町	51-5400



デイサービス ぽっぽフォーラム 利用者様募集中!

無料で1回体験利用もできます。
気になる方は、ぜひ試してみませんか?

サービス内容

- 送迎
- 健康管理
- レクリエーション
- 機能訓練
- ティータイム
- イベント
- 入浴
- お弁当
- 屋外日光浴

ご利用料金

介護度	単位/回	料金
要介護1	370単位	370円~
要介護2	423単位	423円~
要介護3	479単位	479円~
要介護4	533単位	533円~
要介護5	588単位	588円~
要支援1	1798単位	1,800円/月
要支援2	3621単位	3,600円/月

※一回あたりの支払い料金です。
その他、加算がプラスされます。
(入浴40円、機能訓練76円など)

住所/宮崎県北諸県郡三股町大字宮村2774-29
営業日/月~土曜日[午前の部]9:00~12:10 [午後の部]13:15~16:25

☎0986-58-8708

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

スタッフ募集中!!

住宅型有料老人ホーム **フォーラム三股** | 有料老人ホーム **れんげ** | デイサービス **ぽっぽフォーラム**

介護職員(正社員)

月給 **232,000円~257,000円**
(各種手当・夜勤手当・労務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

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 資格 初任者研修以上

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

☎0986-36-8770

A 綾城焼 マグカップ 1名様



3月号の綾町特集で制作した陶器をプレゼント！
コーヒーや紅茶を淹れるのに、丁度よいサイズ感になっております。

★提供/きりしまフォーラム
☎0986-26-5836



B 1,000円分お食事券 3名様



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♪

P23もご覧ください

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

C ランチセット 3名様

P23もご覧ください



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、大満足な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ください♪ ※メニューの詳細は、Instagramをご覧ください。

※写真は夜のコースです

★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

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、4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 チキン南蛮or幕の内弁当 3名様 ※いずれか1つお選びください。



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

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

E おいげんチーズ饅頭 10個セット 3名様



宮崎県民なら誰もが知るチーズ饅頭。『お菓子のなぐら』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/お菓子のなぐら
☎0986-38-0119 都城市都北町5670



F マカロン(5個) 3名様



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

P23もご覧ください

★提供/ミロワール
☎0986-25-1788 都城市上東町11-16



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 4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!!

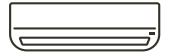
エアコンクリーニング専門の『おそうじ本舗都城大王店』まで!!

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月築
閑静な住宅地にあり
ペット入居もOK!
法人契約も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4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☆

- ゴールデンウィークで思い出に残ったエピソードはありますか?
(ある方は具体的に教えて欲しいです)

- 運動会でのおもしろエピソードはありますか?
(ある方は具体的に教えて欲しいです)

☆ご協力ありがとうございました。

都城に新しい「バレエの風」を届ける指導者
中西恵里奈先生とは？



ら指導も行い、多くの舞台作品を創作してきました。さらに、新体操ジュニアチームやボーイズクラスの指導にも携わるなど、幅広い分野で才能を発揮。指導した生徒の中には、世界的なバレエコンクール「YGP（ユースグランプリ）」のニューヨーク大会に出場した生徒もおり、その指導力は高く評価されています。

そんな経験豊富な恵里奈先生が、都城にバレエ教室を開くことは、地域にとっても大きなニュース。恵里奈先生は「技術の向上だけでなく、バレエを通じて「自分を信じる力」や「表現する喜び」を育てる

都城のバレエシーンに、新たな輝きが加わります。今年6月、全国で活躍してきた実力派講師・中西恵里奈先生によるバレエ教室がNEW OPEN予定！
長年にわたり指導を続け、幼児クラスは2歳のお子様から、大人クラスはなんと78歳の方まで総勢1000人以上の生徒さんのレッスンをした経験を持つ恵里奈先生が、地元都市に更なるバレエの魅力を広めるべく、新たな一歩を踏み出します。

恵里奈先生は3歳で新体操をはじめ、7歳でクラシックバレエの世界へ。高校卒業後に福岡県へ移住し、名門「田中千賀子バレエ団」に入団。ダンサーとして舞台上で活躍しながら



取材協力
Erina Ballet Studio
TEL / 070-5419-0213
都城市都島町 210-12
(八田歯科医院の跡地をリフォーム中)

ホームページ Instagram



ことを大切にしたいレッスンを目指しています」と言います。また、保護者様との連携を大切に、家庭と教室が一体となつて子どもたちを見守れる環境を作っていくことも恵里奈先生の夢となっています。

都城に、これまでにない新しいバレエの学びの場が誕生しようとしています。初心者の方も経験者の方も、バレエを通じた新たな世界を体験してみませんか？
現在、体験レッスンの受付も予定しているので、興味のある方はぜひお問合せを！



れんげメディカルグループ

大阪で楽しく働きますか？

未経験者も大歓迎！

無資格の方には、資格取得制度あり！！

- ★勤務地に合わせて住居を紹介
- ★宮崎から大阪までの旅費・準備金 支給 (詳しくはお問合せください) ※別途規定あり
- ★期間限定可 (6ヵ月以上)
- ★WEBでの面談・面接も実施中！

大阪・奈良・宮崎で12施設展開中！
運営している各施設で勤務できます！

- ◆れんげハイツ守口 ◆れんげハイツ西淀川 ◆れんげハイツ井高野
- ◆れんげハイツ黒原 ◆れんげハイツ東寝屋川 ◆れんげハイツ長居公園
- ◆れんげハイツ長居公園みなみ ◆ピア茨木 ◆ピア茨木みなみ
- ◆ピア高田 ◆フォーラム三股 ◆れんげフォーラム

採用情報

職種	入居相談員 (営業職)	介護職員
雇用形態	正社員	
給与	月給: 230,000円 ~ 250,000円 + インセンティブ (成果によって収入UP!) 【年収例】 1年目 350~400万円 2年目 400~450万円 5年目 550万円以上	月給: 263,000円 ~ 基本給: 180,000円 ~ 資格手当: 3,000 ~ 8,000円 処遇改善加算 夜勤手当 (6回)) 含む
勤務地	大阪、奈良に施設がありますので、ご希望に応じて相談させていただきます。	
資格条件	不問	①初任者研修 (ヘルパー2級) ②実務者研修 ③介護福祉士 ④無資格可 (資格取得制度あり)
待遇	各種社会保険完備・交通費規定支給・年末年始手当・昇給・昇格・賞与支給 (年2回)	
休日	シフト制 年間: 107日	

詳細は下記までお気軽にお問合せください

お問合せはコチラ

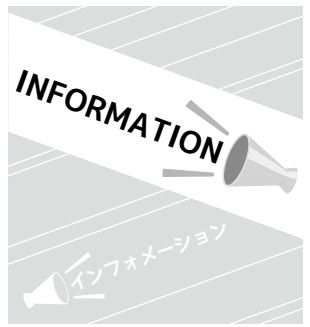
☎ 06-4391-3711

E-mail: renge@renge.org



大阪市西区立売堀1丁目7番地18号 国際通信ビル
WEBサイト: https://renge.org





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／4月5日(土)・19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様々な気がかりや問題など、どなたでもお気軽にご相談ください。

日時／4月13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)

参加無料

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／4月22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

★グリーンボックスのシューズバーゲン

日時／開催中～4月6日(日)10時～19時

場所／1階セントラルコート

★アウトレットコスメ

日時／4月5日(土)～27日(日)

場所／1階中央エスカレーター下り前 特設会場

問合せ／暮らしの品コーナーレジ

★駄菓子販売

日時／4月2日(水)～6日(日)10時～18時(予定)

場所／1階正面入口通路

★小鯛焼き愛之助

日時／4月3日(木)～8日(火)10時～18時(予定)

場所／1階正面入口レストラン街前

★小樽飯櫃のニラ饅頭・シウマイ販売

日時／4月10日(木)～15日(火)10時～18時(予定)

場所／1階正面入口レストラン街前

★大好きな家族の似顔絵展

お子さまの描いた、大好きな家族の似顔絵を展示いたします。

日時／4月25日(金)～6月22日(日)

場所／2階専門店CDショップ

※3歳以上12歳までのお子さまが対象です

※個人での参加をご希望のお客様は、1階サービスカウンターにて画用紙を受け取り、4月18日(金)までにご持参をお願いいたします。

★タリーズコーヒースクールに参加しませんか?

■コーヒースクールコース①

ハンドドリッップの基礎や家でできるアレンジを学べるコース

日時／4月4日(金)13時～25日(金)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

コーヒースクールの基礎知識や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／4月11日(金)13時

参加費／2035円

※豆1袋+ビーンズメジャースプーンのお土産付

■コーヒースクールコース③

カップリングでコーヒースクールの風味をダイレクトに楽しんだり、抽出器具ごとにコーヒースクールの味を比べてみたり、ワンランク上のコーヒースクールの体験ができるコース

日時／4月14日(月)13時

参加費／2035円

※豆1袋+ビーンズメジャースプーンのお土産付

場所／イオン都城1階タリーズコーヒースクール(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／タリーズコーヒースクール

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

地域防災ニュース

大岩田地区遊水地説明会が開催されました



公益社団法人都城法人会の主催により、「大岩田地区遊水地説明会」が開催されました。この説明会は、地域の防災対策の一環として実施されました。

大岩田地区に計画されている遊水地は、大雨時の洪水被害を軽減するための重要な施設です。説明会では、専門家による講演が行われ、遊水地の仕組みや役割について詳しく説明されました。遊水地は、豪雨時に一時的に雨水をためることで河川の氾濫を防ぎ、周辺地域の浸水リスクを低減する役割を果たします。



都城法人会は、地域のオピニオンリーダーとしての役割を担い、会員を含めた各種研修会の開催や、地域振興・ボランティア活動など、地域に密着した幅広い取り組みを行っています。今回の説明会もその一環として開催され、地域住民が防災について学ぶ貴重な機会となりました。

今回の説明会を通じて、遊水地の必要性とその効果について理解が深まりました。引き続き、都城法人会では地域の安全を守るための活動を続けていきます。



フォーラムおすすめ 子育て応援店 Vol.83

『きりしまフォーラム』がおすすめする、子育て世代に優しいお店をご紹介します。

空手道少林寺会館都城三股支部

礼儀と自信が身につく空手の道、自分磨きにも護身術にもおすすめの教室です。

日本発祥の武術の1つである「空手」。空手のトレーニングは、筋力・持久力・柔軟性をバランスよく鍛えられます。その他にも忍耐力や集中力の向上など、精神的な面でも成長ができるスポーツです。『空手道少林寺会館都城三股支部』では、初心者・上級者を問わず、しっかりと基本を鍛錬するため、お子様から大人までそれぞれの目的に合わせた練習に取り組めます。また、全身運動によりシェイプアップ効果などの健康や美容にもつながります。空手は単なる武術ではなく総合的なトレーニングです。健康維持・ストレス解消・自己成長のために、まずは体験からでも空手を始めてみませんか? 気になる方はぜひ、お問い合わせ下さい。



見学、体験入門、
気軽にお越しください

◎三股中央道場(常設道場)

三股町文化会館西側、みまた幼稚園近く
練習日時／(毎週土曜)18:00～19:30

◎稗田道場(稗田コミュニティーセンター)
練習日時／(毎週土曜)18:00～19:30

TEL.0986-51-0248
TEL.090-9580-6963

※土・日・祝日を除く平日のお問合せは
18:30以降でお願いします。



イベント情報

※詳しくはHPをご覧ください
※P31もご覧ください

★ブライビダ全店

チャリティマルシェ

— いぬねこのWA — 開催

わんにゃん殺上井会やチャリティ募金、ワークショップの楽しいイベントが満載！ いぬねこ好きにはうれしいアイテムもたくさん登場しています。1日わんくんちゃん店長がお出迎えもしてくれましょ！

日時／4月12日(土)・13日(日)

場所／ブライビダ全店

■問合せ／ブライビダ都城店

☎0986-36-6188

★ゆぼっぽ！ エステ体験会開催！

湯上りのほかほか柔らかな肌に、極上のエステを体験しませんか？

日時／5月11日(日)12時～19時

料金／毛穴エステ1500円(40分)

毛穴洗浄&毛穴吸引1000円(30分)

シオルダーマツサージ6000円(10分)

場所／かかしりの里ゆぼっぽ

都城市山田町中霧島3304-2

☎090-1167-7144

★宮崎ガス・宮崎液化ガス

クッキング講座

楽しいクッキング講座で、美味しいメニューを作ってみるに彩りを。親子で参加できる講座もあります！

●家庭でできる手打ちそば講座

日時／4月15日(火)

10時～13時

申込締切日／3月31日(月)

定員／8名

講師／がまごう庵 蒲生先生

受講料／2500円

●スコップケーキをつくる♪

日時／4月24日(木)

10時～13時

申込締切日／4月9日(水)

定員／8名

講師／日本Ms協会 お絵かき

ロール®認定講師 高橋先生

受講料／2500円

●アイシングクッキーをつくる♪

日時／5月10日(土)

10時～13時

申込締切日／4月25日(金)

定員／6組

講師／JSA認定アイシングクッキー講師 岩本先生

受講料／3000円

※親子での参加が可能です。

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／5月18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、美味しいお寿司が大人気の「寿司虎亭・寿司虎」全店で使える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

会場／ガスの情報館都城

5月以降も楽しい講座が満載です！ 詳細はHPをご覧ください！

■問合せ／宮崎ガス(都城支店)

☎0986-38-7500

★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104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。ぜひご家族でお越しください。

日時／5月18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

-5 205 15 335" data-label="Text">

都城市都北町5225-1

-25 205 45 335" data-label="Text">

料金／無料

-45 205 65 335" data-label="Text">

定員／限定10組 完全予約制

-65 205 85 335" data-label="Text">

※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。

-85 205 105 335" data-label="Text">

※お申込み多数の場合、抽選となる場合がございます。

-105 205 125 335" data-label="Text">

参加者全員に、美味しいお寿司が大人気の「寿司虎亭・寿司虎」全店で使える3000円分の商品券をプレゼント♡

-125 205 145 335" data-label="Text">

■問合せ／きりしまフォーラム

-145 215 165 335" data-label="Text">

☎0986-26-5836

★やる気のある小中学生募集!!

アットホームな雰囲気の中で、完全1対1の個別授業で苦手教科を楽しく克服！ 進級・進学でつまづかないためには、今までの学習内容の復習が大切です。早めのスタートダッシュで、一緒に「できた！」を増やしませんか？ 他塾で断られたお子様も、お気軽にご相談ください。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 めまいでお悩みの方

あなたに合った漢方をお選びします。

イスクラ 冠元顆粒

事前にお電話いただくとスムーズに相談できます！

おくすり処 かわぐち / 川口鍼灸院

都城市都北町5985-1 定休 / 日曜日

TEL.0986-38-0170 ※鍼灸院のみ予約制

Instagram

おトクな先取り情報や、誌面には載っていないタイムリーな情報をお届け!

Facebook & Instagram きりしまフォーラム 検索

Facebookはこちら Instagramはこちら

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

思い出づくりのお手伝い

塩屋写真館

HP <https://shioya-ps.com>

公式LINEはコチラ→

都城市松元町7-10(西駅大通り)※水曜定休日

TEL 0986-22-4083(代) FAX 0986-22-4013

新規患者さんもパソコン・携帯・スマホからインターネット予約ができます

予約の方優先

左のQRコードまたは、当院のホームページからアクセスしてください。

WEBのみの予約

電話での予約は受付けておりません。

4月診療スケジュール

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

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

いき形成外科ひふ科クリニック ☎0986-45-0020

都城市年見町24号5階地

春の習い事特集

新年度! 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!!

ここのは 少人数制学習塾

中学生の部 開塾記念!!

☎090-9406-3838

自分で決めることさえ出来れば
そこに責任感が生まれ
やる気が上がり
知恵が出る

あなたを作ったのはあなた
あなたを変えうるのもあなた

だから私は子どもたちが
「自分の人生を自分自身で動かす」
ためのサポートがしたい

詳しくは HP・FB ▶ 検索「丸目淳子」

Instagram
随時更新中!
ぜひご確認
ください→



元小学校の先生による指導 期待の中学生 塾生大募集!

入塾1年以上待ちの人気塾「ここのは」に、塾生の保護者さまのご要望により中学生クラスが誕生!
対話×アウトプットで楽しく主体性を育み、「先生が一方的に教える塾」ではなく、「子どもと対話しながら自ら楽しく学ぶ塾」となっております。AI学習や、ガーデン作りなどの体験多数!

年6回のテスト前には、土曜・日曜日の
合計12回 無料補習行います◎
4月は無料体験も実施中!!


4月入塾生 限定! 月謝1ヵ月→無料!
【通常】月謝13,000円 入塾金6,000円

週1回・水曜日3時間
国語・数学・社会・理科・英語

中学1年生: 少人数限定で募集中
中学2年生: 現在募集停止中
(相談は可能)
中学3年生と小学生:
入塾1年以上待ち

お気軽にお問合せください

【会場】
都城市町
未来創造ステーション
もしくは、
ウエルネス交流プラザ
で行います




ここのは 少人数制学習塾

勉強はやらされるものではなく、自分で決めてやるものだと思います。そのため当塾では、勉強方法などさまざまなことを自分で決めることができます。自分で学んだことを私や友達に教える(アウトプットする)ことで、さらに理解と達成感が深まります。それにより、知らず知らずに力がつき、成績が上がります。あくまでも勉強は手段。将来、自分がやりたい仕事をするために、一緒に勉強しませんか!?

丸目先生より



かみむらスポーツ教室

かみむらスポーツ教室では
広々とした体育館で思いっきり
身体を動かせます! 運動が
苦手な子、初めての子でも
取り組みやすいプログラムと
スタッフが親切丁寧に面白く
教えます。まずは無料体験から
お待ちしております♪

内立輪先生より

かみむらスポーツ教室 ループ1都城教室

☎0986-36-7774



楽しく無理のないトレーニングで、運動能力を高めながら子ども達の健康な身体づくりを目指しています。さまざまなスポーツを体験することで、お子さまにとって好きな・得意なスポーツを見つけることができますよ! 学校での体育の授業対策強化にもオススメです!

プログラム内容

マット運動・鉄棒・なわとび
跳び箱・ボール運動・かけっこ
ダンス・柔軟 など……
バス送迎あります!

4月限定キャンペーン!
入会金 3,000円 → 無料!!

さらにかみスポユニフォームプレゼント♡

体験申込はこちら



月	火	水	木	金	土
月～金 10:00～14:00 (土日:要相談)					9:30～10:30 【幼児】スポーツ教室
体育館貸出受付中 1時間 4,500円					10:45～12:00 【小学生】スポーツ教室
※エアコン使用料は別途1時間500円いただきます お気軽にご連絡ください!					13:30～14:30 【幼児】スポーツ教室
14:30～15:30 【幼児】スポーツ教室					14:45～16:00 【小学生】スポーツ教室
15:30～16:30 【幼児・小学生】スポーツ教室					スポーツリズム トレーニングを 指導に取り入れています
16:45～18:00 【幼児・小学生】スポーツ教室					

月謝	入会金
入会金	3,000円
週1回コース(月4回)	6,380円
週2回コース(月8回)	9,570円
(年一回)年会費	1,500円/保険料800円
ユニフォーム代	2,500円

都城市南横市町4141-1
定休/日曜・祝日

「かみスポチャンネル」も見てね!

運動あそびの紹介など楽しい映像がたくさん!



Erina Ballet Studio

☎070-5419-0213



心を育てるバレエ教室 6月NEW OPEN!

クラシックバレエを通して、【芸術の素晴らしさや努力の大切さ、自己を信じる力を育む】バレエ教室が6月NEW OPEN!! 経験豊富な講師が、一人ひとりの心に寄り添いながら指導します。保護者の皆さまともにお子さまの成長を見守る環境を大切に、安心して通える教室です。まずは**体験レッスン**で、バレエの魅力を体感してみませんか?

6月OPEN! 体験レッスン受付中!
講師歴**18年**・指導生徒数**1000人以上!**
体験レッスンの詳細については、
お気軽にお問合せください♪

都城市都島町210-12
(八田歯科医院の跡地をリフォーム中)
詳細はHP・Instagramから➔



Erina Ballet Studio

恵里奈先生より

はじめまして! 福岡で18年の講師経験を経て、生まれ育った都城で、バレエスタジオを開きます。バレエ経験者はもちろん、「バレエってちょっと気になる」「体を動かすのが好き!」という方も大歓迎です。音楽に合わせて気持ちよく身体を動かして、笑顔あふれる時間を一緒に過ごしませんか? お子さまの習い事をお考えの保護者の皆さまも、ぜひお気軽にご相談ください♪



ZERO CLUB DE FUTBALL

竹脇 雄大 先生より

ゼロ CF では、選手が将来にわたって活躍できるよう、長期的な成長を大切にしている指導を行っています。基礎となる技術の向上を重点的に磨きながら、サッカーの理解を深め、適切なポジショニングや状況判断ができる選手の育成を目指しています。また、人としての成長も大切に指導しています。選手1人ひとりが魅力ある大きな花を咲かせるために、しっかりと根を育てています。

ZERO CLUB DE FUTBALL ☎080-2774-9600



4月から本格始動!
熱く、楽しく
サッカーに取り組める
クラブチームです!

- ★サッカーをするメリット★
- 1. 全身運動による体力向上
- 2. 集中力・忍耐力が鍛えられる
- 3. リーダーシップや協調性の向上
- ★随時、無料体験も行っていきます★
詳しくはお問合せください

年齢	曜日	時間	入会金	年会費	月会費
U7/U8	月・木	18:00~19:15	3,300円	8,000円→4,000円	6,600円
U9/U10	火・木	18:30~20:00	0円	10,000円	7,700円
U11/U12	火・木			5,000円	8,800円

4月~5月限定
入会金無料!!
年会費半額!!

練習場所/志和地市民広場 他
年中~年長を対象にしたキッズコースもございます。
詳しくはホームページをご覧ください▶▶



都城テーブルテニスクラブ 卓球 ☎0986-51-9494



楽しい運動で心を豊かに! 1コインで楽しめる新コース

「卓球をはじめてみたいけれど、経験者の中に混じるのは勇気がいる……」という声から誕生した新コース。基礎から丁寧に教えてもらえるため、楽しみながら卓球の腕も上達させることができます!
★ここがいい!新コースオススメポイント★
・初心者限定のため、卓球未経験の方も気軽に参加OK!!
・楽しく健康が叶えられます。
・1回あたり1コインのお手軽な価格設定。
・冷暖房完備で季節を問わず楽しめます。
・ラケットの無料貸し出しあり。

初心者限定コース 1回あたり500円!
入会金無料!!!

開催:毎週水曜日 14時~15時/15時~16時
※どちらでも参加できます。詳細はお問い合わせください。
都城市平江町7-22
営業/平日10:00~21:30 土日祝日10:00~17:00 不定休
その他のレッスン内容や、卓球用品等は気軽にお問合せください



都城テーブルテニスクラブ

健康のために何か運動がしたい。そんな方にピッタリな教室を立ち上げました!
卓球は生涯スポーツです。年齢関係なく楽しく続けることができます。初心者限定の教室だから安心!
この機会に是非卓球をはじめてみましょう!

温水先生より



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

安影先生より

コンピュータ・ロボット・機器を作り意図通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。

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



「タブレット学習×通塾」のハイブリッド学習で、
勉強習慣が身につく!

タブレットに慣れながら楽しく学習できる、新しいスタイルの算数教室! 家庭でタブレット学習を進め、週1回の通塾で先生がしっかりサポート。「塾はまだ早い……」「自宅学習だけでは不安……」そんなご家庭にぴったり! 小学校入学前の準備としても最適です。「すうじ」の理解ができていると、小学校にあがった際に、勉強がスムーズに進みますよ! まずは**無料体験**から! お気軽にお問い合わせください♪

新コース設立キャンペーン! ※2025.4/30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
体験の申込は電話またはQRコードから➔



春の習い事特集

新年度! 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!!

空手道少林寺会館 都城三股支部

☎0986-51-0248
 ☎090-9580-6963



**小さいお子さんから大人まで
 初心者も大歓迎!
 無料体験入門実施中!**

健康、心身の鍛錬、礼儀作法など、目的に合わせた学びと練習ができる空手道場。老若男女問わず参加できるため、兄弟(姉妹)・親子での参加も大歓迎です! 実力や希望に応じて、祭りなどでの演武披露や大会への参加もできますよ。まずは気軽に見学へお越しください。

月額4,000円でどちらの道場にも通えます
 見学、体験入門、気軽にお越しください!

- ◎三股中央道場(常設道場)
 三股町文化会館西側、みまた幼稚園近く※右地図参照
 練習日時/毎週月曜日・木曜日18:00~19:30
- ◎稗田道場(稗田コミュニティーセンター)
 練習日時/毎週土曜日18:00~19:30
 ※土・日・祝日を除く平日のお問合せは18:30以降をお願いします。

★4月末まで!! 先着5名様限定!!★
 期間中ご入会の方に空手着をプレゼント!!



空手道少林寺会館 都城三股支部

空手道は武道・護身術・スポーツであり、学ぶ人の心と努力により自分の精神・肉体の更なる向上を積み重ねることができます。「継続は力なり」という言葉がありますが、我々は『空手修行継続の中で力の武道より技の武道、技の武道より心の武道』と心やさしく、いざという時の力持ち、そんな人づくり・青少年育成を目指しています。

米村先生より



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



やる気のある
 小中学生を募集!

進級に向けて
 早いスタートを
 切りませんか?
 全力でサポートします!

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大好評! フレンドリーな先生と一緒に「学ぶ楽しさ」を身につけられます。

☆定期面談・LINEを使った無料の宿題サポート、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!

入塾前面談にてお悩みをご相談ください!

年会費及び入塾金ゼロ!!

※完全予約制

山田町で唯一の学習塾!

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)



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
 初心者コース受講料 61,290円~
 経験者コース受講料 32,650円~
 ●通常価格297,000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



スカイウォーカードローンスクール

ドローンは、今後も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



まとまりと艶が
手に入る
自然派サロン

新生活は美しい艶のある
ヘアスタイルで迎えよう♡

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！！

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



大人女性の悩みを解消してくれる「エイジング毛対応のストレート」。年齢を重ねた繊細な髪の毛をいたわりながら、健康的にフワッサラの大人ストレートを実現します♪

大人女性のための
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

内から外からキレイになりたい♪

Beauty 特集

きっちよかと Color

髪も心も麗らかになっていきませんか？

カラー専門店だからこそ実現できる、低価格・高品質クオリティをぜひ一度実感してください！ 満足度の高さが自慢のサロンです♪



お客様に喜ばれる理由/
■シャンプーが手洗い
カラー専門店では珍しい手洗いシャンプー。プロが毛穴の汚れまでしっかり洗浄します。
■最高級のドライヤーとヘアケア用品
高級サロンで使用されているヘアケア用品を使用することができます。セルフドライでもサロン仕上げのようなつやさら髪に♪
■話題の『marbb』を使用
髪の広がりを抑え、くせ抑制効果も期待できます♪

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ます
※ブリーチとデザインカラーは行っておりません。



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

☎ 0986-88-0329

ご予約はお電話または公式LINEからお願いします！
北諸県郡三股町見原8-8
営業 / カラー 9:00~17:00
定休 / 水・日・祝日・第3火曜日、その他不定休



～癒し処～Ku'u Punahale(クウプナヘレ) メンテ姉妹店

隠すメイクではなくて、魅せる素肌を……。結婚式や同窓会、会食などが増えてくる季節。美肌は1日にしてならずです！ どんな肌悩みもお任せください！
4/16で祝8年！9年目がスタートします♥

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

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

肌診断+カウンセリング
+シンプルスキンケア
¥5,500

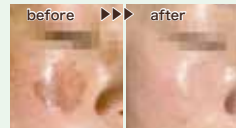


☎ 070-1946-7772

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



U様 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。



Y様 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!!

Mente for men(メンテ) クウプナヘレ姉妹店

男性の皆さん! プロのスキンケアを、ぜひお試しください♪

たくさんの男性のお肌の悩みを解消してきた『メンテ』。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。バック中は瞑想ができ、終わった後は頭の中もスッキリします! 気軽に相談くださいね!



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)

学生限定コースもご用意しています。気軽に問合わせください!

大好評! 完全予約制
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

肌診断
+カウンセリング
+シンプルスキンケア
¥5,500

カウンセリング後にパーソナルスキンケアを提案します

☎ 070-1946-1784

※施術中は折り返しのご対応とさせていただきます
※詳細は、クウプナヘレをご覧ください
※クウプナヘレ、メンテはご予約電話番号がそれぞれ違うので、ご注意ください
※ご来店時に身分証明書の提示をお願いいたします。



広告主様 大募集

「効果のある広告ってどんなの?」

「どんなイメージにしたらよいかわからない……」

そんな広告主様に、フォーラムスタッフが効果的なオリジナル広告プランをご提案いたします。
まずは、お気軽にご相談ください!



きりしまフォーラム

宮崎県都城市一万城町99-9-1

TEL/0986-26-5836 FAX/0986-26-5860

mail/ info@kiri-fo.net

Beauty Space Béni リーズナブル×高品質! 美肌専門プライベートサロン

「明日は今日より美しく」大人のためのプライベートサロンエステ♡ 性別問わず、肌の状態は日々変化するもの。『Béni』では、オーダーメイドのスキンケアで、一人ひとりに合った最適なケアを提供します。都度払いOK&夜22時まで営業、忙しい方や学生さんにも通いやすいサロンです。思春期のニキビ・脱毛ケアから大人のエイジングケアまで、幅広い世代の肌悩みに対応しています!



春の肌、もっとクリアに!
毛穴汚れを一掃して透明美肌へ
新しい季節、新しい肌へ。
毛穴の黒ずみや詰まりが気になる方へ
おすすめの毛穴特化エステが登場!

ソニックスクンクリーナーで毛穴汚れをしっかりとオフ、小鼻パックでつるんと仕上げ、最後にトリートメントパックでうるおいをチャージ。すっぴんに自信が持てる、ワンランク上の美肌を目指しませんか?

今週別 通常5,500円→20%OFF
この春、毛穴レスな透明美肌を手に入れましょう♪

★モニター様限定!★

モニターを引き受けてくださる方 メンズ脱毛ずっと半額!

清潔感アップ! 男性のヒゲ脱毛

ひげどこでも3ヶ所 ¥4,800
ひげどこでも5ヶ所 ¥5,600
ひげ7ヶ所全部脱毛 ¥7,000

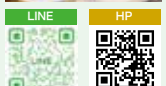
メンズVIO脱毛も行っています。

■脱毛メニュー

体どこでも1ヶ所(VIO・顔別).....¥2,000
VIOのみ ¥3,800
VIO+顔 ¥6,000
全身+VIO or 顔 ¥14,000

当サロンの脱毛機「ハイマッハ」は、産毛から太い毛まで対応可能な高性能マシン。冷却機能付きで痛みを軽減し、肌に優しい施術を実現♪ さらに、美肌効果も期待できるため、脱毛と同時に透明感のある素肌へ導きます!

定期的にスキンカメラを使用したカウンセリングを行い、お客様の肌におに最適なケアを約1~2時間かけて丁寧に施術いたします。
☎ 090-2714-4405
都城市野々美谷町1344
営業 / 9:00~22:00 不定休
※施術中は電話に出られないため、ご予約は公式LINEよりお願いいたします



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「kyozza」。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

旬の彩 カラーズM

☎070-1514-2930

春爛漫♪旬の味覚を感じられる
コースメニュー充実!



ランチやカフェで人気の「カラーズM」は、ディナーコースも大好評! 一番人気「プレミアムコース」は、海老のアヒージョをメインに、様々なイタリア料理とデザートを堪能することができます! 予約限定メニューのためご予約はお早め!

大人気! コースメニュー

- 洋食(イタリア)プレミアムコース...2,300円
(前菜3種、アヒージョ、カルパッチョ、パスタ、揚げ物、デザート)
★他にも様々なコースをご用意しております。
- 飲み放題コース1,200円〜(レインガル飲み放題)
★生ビール、ソフトドリンクなどの飲み放題コースもあります。

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
ディナー(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(プレートランチ提供可)

道の駅 松山 やつちくふるさと村

☎099-487-3800

手土産に大人気スイーツ♥



「キャラメルスイートポテト」

鹿児島県産の豊かな大地で育まれた「紅はるか」、その上品な甘さとしっとりとした口どけに、濃厚なキャラメルが優しく絡み合い、まるでデザートのような贅沢な味わいに仕上げました。ひとくち食べれば、芳醇な香りと深いコクが広がり、心までとろけますよ!

「キュートなどうぶつクッキー」

パリッと香ばしく、サクッと軽やか。愛らしい動物たちが、まるでおどろき話から飛び出してきたかのような、可愛らしいクッキーになりました。一つひとつ丁寧に焼き上げたクッキーは、食べるのがもったいないほどの愛らしさ。心温まる美味しさをお楽しみください。

店舗情報 Instagram →

鹿児島県志布志市松山町新橋1526-1
営業/9:00~18:00 不定休

FORUM'S SELECT GOURMET

フォーラムセレクト
グルメ

活魚!! 寿司虎亭

☎0986-46-5226

春のごちそう時間、「寿司虎亭」にあり!!



春の彩ランチ

春限定! 季節の美味しさを一膳に——春の訪れを感じる旬の食材を、一膳に詰め込んだ華やかな寿司と天ぶらの饗宴。個室でゆったり、大切な人と過ごす特別な時間をぜひ『寿司虎亭』でどうぞ!

店舗情報

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

平日ランチタイム

新登場! 数量限定!

春の彩ランチ 2,618円

【旬の味わい5品目・海鮮バター焼き・寿司・天ぷら・汁物・茶碗蒸し・デザート】

春のお祝い膳!

入学祝いや、新しい門出の大切なひと時に♡

春のお祝い膳 3,608円

【刺身2種盛・桜鯛の若狭揚げ・季節の天ぷら・寿司5貫・汁物・小鉢・茶碗蒸し】



●都城市役所 藤元病院 ●洋服の青山 ●南香 ●南小中学校 ●ココ★ ●GS ●スタジオアリス ●都城市

パティスリー ミロワール

☎0986-25-1788

ひと口で広がる甘美な味わい



猫とリス缶 8個入り

色彩豊かでラインナップも豊富な『静マカロン』。ひと口頬張れば外はさっくり、中はしっとりとした食感とともに、上品な味が広がります。厳選された素材と、職人の技が生み出すマカロンをこの機会にご賞味ください。

店舗情報 Instagram →

都城市上東町11-16
営業/9:00~19:30
定休/第1・第3火曜日

静マカロン BOX メニュー

- 7個入り 1,500円
- 8個入り 2,100円
- 12個入り 2,400円
- 14個入り 3,000円
- 28個入り 6,000円

※ばら売りも可
※全国発送承ります。(要冷蔵7日間)

キャラクターデコレーションケーキ承ります。
詳しくはお問合せ下さい。



R10 Mallmall ● ↑至都城駅 ● 都城東小 ● モールひろせ ● ↓至イオン ● 都城警察署 ●

CHINESE KITCHEN 彩

☎0986-24-7877

お花見のお供に絶品中華を♡



老若男女問わず、人気を博している本格中華のお店。お家や外出先でも、お店の味を堪能できるお弁当が完成しました。一つで、人気の中華料理を一度に味わえる満足の逸品! お花見に持って行くと、「花より中華」になってしまうかも!? ぜひご賞味ください。

店舗情報

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

お花見にピッタリ!! TAKE OUT MENU

絶品中華を独り占め♪
お弁当 1,200円~



みんなで美味しくシェア!

中華オードブル

- 2名様盛り 3,000円
- 3~4名様盛り 5,000円
- 5~6名様盛り 7,000円

※写真は3~4名様盛り
※すべて前日迄の要予約

●ワイモバイル都城 ●セブンイレブン ●ドラッグストアモリ ●サンキュー ●西浦病院 ●風菜軒 ●ファミリーマート ●ココ★ ●アリオ ●都城市

石窯パン工房 グレンツェン 都城店

☎0986-36-5888

定番も新作も! グレンツェンから香ばしい幸せ!



春の訪れとともに、グレンツェンから新作パンが登場! 旬の素材を活かした限定パンや、ファンに愛され続ける定番商品も勢揃い。朝食やおやつにぴったりのこだわりの味を楽しみませんか? お店でしか味わえない、焼き立ての香りとふんわり食感をぜひ堪能ください!

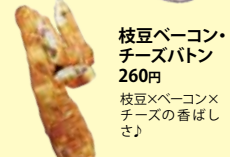
店舗情報

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

新登場! 期間限定

キウイデニッシュ 250円

爽やかなキウイと甘いクリームが絶品!



枝豆ベーコン・チーズパトン 260円

枝豆×ベーコン×チーズの香ばしさ!

クワトロチーズのオニオンブレッド 230円

チーズとオニオンの旨味が広がる贅沢な味わい♡

ピクニックにおすすめ
サンドイッチも充実!

R10 Mallmall ● ↑至都城駅 ● 都城東小 ● モールひろせ ● ↓至イオン ● 都城警察署 ●

Moa for Smile

☎ 090-8226-9031

オンリーワンの極上スイーツをお届け♡



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。



大杉しいたけ園

☎ 0986-57-2536

きのこ×お肉 旨味の共演!
ギフトにも喜ばれる大人気商品です



肉厚しいたけを丸ごと使用したヘルシーな「きのこメンチ」。あったかジューシーなメンチを食べて、気分アゲアゲでいきましょう! 遠方への発送も行っているため、ご自宅ではもちろん、遠方の家族や友人へのギフトとしてもオススメです。

店舗情報

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

感謝の気持ちを込めて
美味しいギフトを
送ってみませんか?

ギフトオススメ商品

- ・肉厚しいたけ
- ・きのこの餃子
- ・きのこメンチカツ

他にも多数商品
取り揃えています!
県内外への
ギフト発送についても
お気軽にご相談ください!



ネット注文は
こちらから!

大人の特選グルメ VOL.43

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。

Moa for Smile 顔がほころぶ、極上のスイーツを。



オリジナリティー溢れたスイーツに心を惹かれ、訪れる人を魅了し続ける名店『Moa for Smile』。見た目のインパクトは勿論、タルト生地サクサク感と、フルーツやクリームとの相性も◎。他にはないケーキを求めて、県内外とリピーターが少なくないといえます。

メニューはホールケーキだけでなく、8種類以上のカットケーキ、カヌレやプリンなどの焼き菓子も取り扱っています。オーナー自慢のスイーツを、この機会には是非ご賞味ください。



サプライズやお祝い事に
ご利用ください。

- ご予算やサイズ等で変動します。
- ご予約はお電話・ご来店・Instagramで受付けさせていただきます。
- 同じ物は作れません。予めご了承ください。

☎ 090-8226-9031

財部町南俣11188-1
営業 / 11:00~売り切れ次第終了
定休 / 日・月曜日 詳細はInstagramをご覧ください→



Bread&Sweets marché

AEON イオン都城店 × きりしまフォーラム

告知

パン&スイーツマルシェ

5/3 [sat]・4 [sun]

詳細は5月号にてお届けします

毎年大好評のイオン都城店ときりしまフォーラムがコラボレーションする美味しいパンとスイーツを集めたイベントを、今年も開催します。実際にきりしまフォーラムスタッフが足を運んでいただいた美味しいパンやスイーツの店舗のみが登場しますよ! 都城初出店の店もあるため、パンやスイーツ好きのみなさんは必見です!!

五十市中学校古希同窓会のご案内 昭和30年4月～昭和31年3月生の方対象

古希を迎えるにあたり、同窓会を開催いたします。
【日時】5月12日(月) 18:00～
【場所】都城グリーンホテル(栄町)
【会費】6,000円 【問合せ・出欠の連絡期限】4月30日(水)まで
■古希同窓会主催 TEL/090-3075-0150(福田)、090-5023-9118(横山)
090-5928-0267(丸山)、090-1970-1736(豊丸)、080-5208-0639(益田)
SMSでのお問合せも対応しています。

Tully'sのプチギフトで、心を込めた贈り物を!

- ☑ ご挨拶やお礼に
- ☑ 友人・同僚へのプチプレゼントに
- ☑ お世話になった方への感謝のしるしに

～Tully'sならではのこだわり～

【厳選コーヒー&スイーツのセット】【気軽に贈れるちょうどいいサイズ】
★事前予約でご予算に応じて オリジナルギフト作成OK!
★大量注文も可能! まとめてのご予約もお気軽に♪
「ありがとう」を、TULLY'Sのギフトで。ぜひ店頭でご相談ください!
■Tully'sイオン都城店 TEL/0986-24-2082

楽しく運動に取り組みます!

運動が得意でないお子さんでも、遊び感覚で楽しく取り組みます。

- 対象年齢 / 年中～年長※小学1年生OK
- 活動日時 / 火曜日 17:30～18:30
- 場所 / 志和地市民広場 他
- 年会費 / 8000円(保険・その他費用含む)
- 月会費 / 4500円 ※入会金はかかりません
- ZERO CLUB DE FUT BALL TEL/080-2774-9600

新社会人になるみなさん! 印鑑はお持ちですか?!

社会人になると、さまざまな場面で印鑑が必要となります。いざ必要となってから慌てないように、早めに用意しておきたいですね。

新社会人応援セール

4月1日(火)～4月30日(水)

就職祝いなどにもオススメです!



■はんこ屋さん21都城店 TEL/0986-23-8583 蔵原店 TEL/0986-77-2114

店舗スタッフ募集

ゴーゴーカレーで元気に働こう!

- ◇時給:1050円
- ◇チェーンならではの研修制度
- ◇スキマ時間を使用したWワーク・副業も歓迎!
- ◇日曜・祝日に出勤できる方大歓迎!

■ゴーゴーカレー都城スタジアム TEL/0986-77-8855

期間限定! 春のエアコンクリーニングキャンペーン

こんなお悩みはありませんか?

- ・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
- そのお悩み、家庭用エアコン1,500台以上の実績を誇る
エアコンクリーニングのプロにおまかせください!!

【早割キャンペーン】1,650円OFF!!

※4月末までに申込みされたお客様に限り ※お掃除機能付きは別途8,800円の追加料金が発生します

人気キャンペーンにつき、早めのご予約がおすすめです!

■おそうじ本舗 都城大王店 TEL/0120-885-902

STAFF

- 企画・制作 前田 夏美 高橋 音葉
中野 恵美
大西 学 森下 由夏
- 発行 霧島フォーラム

- 家のテレビを買い替えました。息子がリビングで野球なんかやるから……。おかげで、前よりも大きなテレビが我が家にやってきました♡ (なっちゃん)
- 車に乗って信号待ちをしていると小中学生に手を振られました。別の日にも手を振られたのですが、学生の間で流行っている遊びなのでしょう? 知っている方はハガキやメールで教えてください。(ヨウ)
- 今月より入社しました。まだ不慣れな点も多いですが、毎日明るく元気に頑張ります。(なか)
- 気がつけば16まで進化していたiphone。自分はいまだに8を使い続けているのだが、ここまできたらバッテリーが音を上げるまで使おうかと考えている。iphone80あたりが出る時に、1桁台のiphoneを使っていたら逆にかっこいいのでは……そんな日を夢見てこれからも8を愛していこうと思う。(お一)
- 1歳息子がワセリンを自分だけでなく私の頬にもすりすりしてくれるようになり、喜んで塗られること数日。なんということでしょう、塗られた側の頬にでっかいニキビが2つもできました。(もり)



日本占術協会占術士認定
原宿占い館「塔里木(タリム)」所属
クリスティーン テリコの
九星占い

4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。

4月はだいたい新年度や新学期ですね。新たなステージの始まりです。新年(お正月)に今年の目標を立てた方も多くありますが、新年度に目標を見直してみるのはいかがでしょうか。古いには、生年月日で占う命術、道具を使って占うトランプ、変形を見て占う相術という3大占術があります。このすべてを使い、それぞれのエキスパートの3名で「オトナのせいなく占い鑑定書」を作成しています。次回の募集は4月末～5月末までを予定しています。ぜひ、お試しください。*4月の一粒万倍日は、4/3、4、13、16、25、28
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

●幸運暦(無料あり) https://destiny.cocoloni.jp
●著書「元気のてんこ盛り」絶賛発売中!
Amazon http://amzn.to/YCHTRv

一白水星
今月は、気持ち的には積極性が出てきますが、周囲とのベースが合わないかも。アイデアや企画は、時期を見極めて披露しましょう。噂話や愚痴は、聞かない、言わないのがベスト。

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、コミュニケーション運がアップします。遠方の人にも連絡をしてみると楽しい情報が湧くでしょう。ただし、有益な情報だと感じても事実確認を忘れずに行いましょう。

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

三碧木星
今月は、ライバル出現の可能性もありますが、戦うより様子を伺う余裕を持つ方が賢明です。自信過剰な発言や態度はイメージダウンになるだけ。新年度を新規一転で迎えよう。

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

四緑木星
今月は、欲を出さず堅実な考えで過ごしましょう。労働意欲が湧くと共に、昇進や昇格など嬉しい評価も期待できそう。仕事関係の人の花見で、目上の人との絆が深まります。

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

五黄土星
今月は、お祝い事その他、お花見や歓迎会などの楽しいことが増えそうです。出費は多少増えますが、必要経費と割り切ってケチケチしないことが、今後の金運につながります。

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

六白金星
今月は、精神面の変化に自分でも驚かそう。どんな時でも冷静な判断を持つのが、見た目のイメージチェンジは良い印象とならないので、春らしさを取り入れる程度が無難です。

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

七赤金星
今月は、新入社員や異動者の歓迎会に張り切って参加しよう。華やかで明るく、皆が楽しめる内容を企画すると好感度がアップします。裏方に好することで幸運を引き寄せよう。

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、仕事の取引先や人脈、恋愛など全ての分野で、新たな出会いが期待できます。秘密は必ずパレるので、隠し事はタブーです。暖かくも花冷えの恐れがあるので注意。

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、思い通りに物事が進展しそうです。特に、長年の家族との約束が果たせて満足できそう。人脈拡大のチャンスがあるので、紹介されたらすぐにアポを取っていきましょう。

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



春の住宅特集

都城圏域で家を建てるなら必見! これから住宅を購入しようとする方に、役立つ情報が満載です!!



「家に入った瞬間、まるで森の中にいるような癒しの空間が広がる」——そんな感動を味わえるのが、ヒノキをふんだんに使用した『上原林業』のモデルハウスです。今回は、実際にその魅力を体感してきました。

玄関を開けると、心地よい木の香りとぬくもりが広がり、思わず深呼吸したくなる空間。大きな窓の外には広々としたタイルデッキがあり、家の中にいながらも自然を感じられる開放的なつくりになっています。

建もの探訪
上原林業 編

木のぬくもりに包まれる理想の住まい
常設モデルハウスに行ってきました!



特に驚いたのは、約12mも続く長い動線。寝室、広々としたウォークインクローゼット、ランドリールーム、浴室までが一直線に配置されており、洗濯から収納までの家事動線がスムーズ! 乾燥後はハンガーのままクローゼットに収納できるので、時短にもつながります。来客時にもプライベート空間をしっかりと確保できる工夫がされているので安心です。

また、玄関に入っすぐ手洗い場が設置されているのも、家族の健康を守るうえで嬉しいポイント。デザインの美しさだけでなく、耐震・制震効果が期待される装置やメンテナンスコストを抑えられる外壁材など、機能面にもこだわりが詰まっています。さらに、モデルハウスには住まいの疑問を気軽に相談できるスペースも完備。実際に空間を体験しながら、理想の住まいづくりのヒントを見つけてみてはいかがでしょうか? ゆっくりとご案内していただけますので、お気軽にお問合せください!



Model House



家族の未来が見える場所
木と暮らす住まいの新しいカタチ。

木のぬくもりに包まれ、自然とともに暮らす。
上原林業の住まいは、宮崎の豊かな木を活かし、家族が安心して過ごせる空間を大切にしています。
木は呼吸し、湿度を整え、心地よい光と香りです。
毎日をやさしく包んでくれます。
強く、あたたかく、やすらぎのある住まいを考えてみませんか?



自然と共存する暮らしを実現する、新しいモデルハウスが誕生しました。
家事動線や快適性にもこだわり、地震に強く、自然の力を活かした安心の住まいをぜひ体感しに来てください。



～その一棟一棟に英知と情熱を吹き込む～ 上原林業株式会社

北諸県郡三股町大字樺山4523 ☎0986-52-2013 ●営業/8:00~17:00 ●定休/日曜・祝日、第2・第4土曜



インスタグラム

『ホームリノベーションあかつき』が開催している、「住まいのリフォーム相談会」に伺いました。今回、注目するポイントは、「先進的窓リノベ事業」です。

「先進的窓リノベ事業」とは住宅の省エネルギー化推進策の一環で、窓やドアの断熱性能を向上させるための補助金制度として、最大200万円の補助が受けられます。住宅の中で窓やドアの開閉部は、住宅の6〜7割を占めると言われています。適切なリノベーションを施すことで、冷暖房効率を向上させ光熱費の削減にもつながり、省エネ効果も期待できますよ。

他にも、水まわりのリフォームで最大40万円の補助が受けら

れる「子育てグリーン住宅支援事業」など、お得な補助金を商品と合わせてご提案させていただきます！

そして、都城で唯一「九州カラパートナー会」に所属している「ホームリノベーションあかつき」——昨年開催された「家事らくリフォームコンテスト」にて、最優秀賞を受賞。浴室&サニタリー部門においては、全国優秀賞も受賞しました。昨年も同コンテストで受賞しており、デザイン性と技術力の高さが窺えます。

相談会がない時はもちろん、補助金、緊急のトラブルについても随時相談のついでにだけ



『藤誠建設』が手掛けたモデルハウスの案内をしていただきました。高野原テクノタウンは、豊かな自然に囲まれながらも市街地へのアクセスも良好で働く世代からファミリー層まで幅広い街づくりが進められています。

今回、訪問させていただいたモデルハウスは、「暮らす人をやさしく包み込む家」をコンセプトとした住まい。その名の通り、外観からは中の様子を探ることができないように、中庭の外側に格子があるため外部の視線が気になりません。そのため、プライベートな空間で家族とゆったりとした時間を過ごすことができます。中庭は十分に日が当たるため、中庭を利用して洗濯物を干したり、親戚の集まりに利用したりなど、多種多様な選択肢があるのも嬉しいポイントです。

モデルハウス見学会では、毎

週土曜・日曜日に見学ができます。高野原テクノタウンで理想の住まいを見つけたいと思いませんか？



建もの探訪
ホームリノベーションあかつき編
『先進的窓リノベ2025事業』が今年で最後！

水まわり、困った時はあかつきへ!!

お取扱い
水栓・レンジフード(換気扇)の交換
トイレの水漏れ修理
キッチン・バスのリフォーム
内窓改修工事
リフォーム関連の補助金申請代行など

創業70周年!!
年間500件以上の施工実績!
安心安全の自社施工!

ホームリノベーションあかつき
HOME RENOVATION AKATSUKI
都城市早水町16-11 定休/土曜日・日曜日・祝日
定休日でも電話対応いたします!
0986-24-9537

Takara standard パートナーショップ
HPはこちら
あかつき燃料 検索

建もの探訪
藤誠建設編
高野原テクノタウンのモデルハウス完成見学会に行ってきました!

モデルハウス完成見学会 開催中!

暮らす人をやさしく包み込む家 モデルハウス営業時間/10時~18時

高野原テクノタウン残りわずか!
販売価格 ▶ 241万円~
・安久小学校から徒歩5分
・閑静な住宅地
・水道引き込み工事済み
※建築条件付き
※平屋条件付き

分譲図
株式会社 藤誠建設 0120-177-241
〒885-0044 宮崎県都城市安久町6942番地 TEL.0986-39-2596 定休/火曜日

『ガスの情報館都城』で、ガス衣類乾燥機「乾太くん」のデラックスタイプについて、担当の菱木（ひしき）さんにお話を伺いました。



近年登場したデラックスタイプは、デザインも機能もグレードアップ！ シンプルで使いやすい操作部や、取り出しやすいように手前に配置された糸くずフィルターで、さらに快適にな



りました♪ 6kgの洗濯物も約1時間でふんわり乾燥。さらに、外干ししないので、花粉や黄砂、PM2.5などの対策ができるのももちろん、衣類について花粉中のアレルギー物質やウイルスも除去してくれます！ タオルなどについたペットの毛もパワフルな温風でキレイに取れるので、ペットを飼っていらっしゃる方にもおすすめです。外干しができない日や、梅雨時の嫌な生乾き臭ともサヨウナラ♪ コインランドリーに行かなくても、自宅で手軽に乾燥できるのが嬉しいですね。洗濯物もふんわり仕上がるので、毎日の洗濯がもっと楽しくなりそうです。



natural style

最近はおしゃれな住宅でも導入が増加中！「電化住宅だか

ら……」と諦めていた方も、ぜひ一度チェックしてみませんか？ 設置場所は洗濯機の上やランドリールームなどにこだわらず、どんなお家にもフィットしますよ♪ また、『ガスの情報館都城』では、実際に製品を見て体験できる展示もありま



california style

す。どちらもポケットキーやタッチセンサー式洗面台、浴室暖房乾燥機など最新設備が充実。シンプルで落ち着いたデザインか、

建物の探訪
宮崎ガスグループ 編
家事の短時間に！
進化したガス衣類乾燥機「乾太くん」！

宮崎ガスグループ
ガス衣類乾燥機
乾太くん

コインランドリーにわざわざいかなくても大助かり！

天気も時間も気にならない！

洗濯物を干す手間も取り込む手間もなし！

【有宮崎ガスサービスショップ都城】
TEL 0986-38-4235

【宮崎ガス株都城支店】
TEL 0986-38-7500

【宮崎液化ガス株都城営業所】
TEL 0986-38-6200

ガス情報館 都城 都城市吉尾町2145-1

建物の探訪
ワダハウジング 編
『ワダハウジング』の住まいの
魅力を体感してきました！

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！

コロナアルシ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
4LDK 【敷地面積】252.08㎡(76坪) 【延床面積】79.49㎡(24坪) 【学区】沖水小・中学校

natural style
4LDK 【敷地面積】251.95㎡(76坪) 【延床面積】83.86㎡(25坪) 【学区】沖水小・中学校

販売価格(土地+建物) **2,200**万円(税込)
変動金利0.85%(50年返済)で 月々 **45,021**円(ボーナス払いなし)

販売価格(土地+建物) **2,130**万円(税込)
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
都城市東町7街区2号 TEL.0986-24-6162

Instagramで情報配信中！

社長の木幡さんにお話を伺ってききました。『キャッツコハタ』は創業から66年、家電の販売や修理だけでなく、リフォームの相談まで幅広く対応し、地域に根ざした「街の電気屋さん」と



今年秋には66周年を記念したキャンペーンを予定！ 地域の皆さんへの感謝を込めた特別

して親しまれています。社長が特に大切にしているのは、お客様一人ひとりの暮らしに寄り添うこと。「エアコンの効きが悪い」「電気代が気になる」といった相談にも、状況をしっかりと確認しながら、最適なアドバイスをしてくれます。これからの季節は、エアコンの掃除や点検の相談が増えるそう。冷房を快適に使うためにも、気になる方は早めのメンテナンスがおすすです。また高齢者のための「見守りサービス御用聞き」もおこなっています。



「ねこのように愛されるお店でありたい」という想いが込められた『キャッツコハタ』。その言葉の通り、あたたかい対応と確かな技術が印象的でした。住まいのことで困ったときは、ぜひ気軽に相談してみてください。

明してくるので、安心して相談できます。耐久性の高い塗料や、防汚性に優れた種類など、お客様の希望に合った塗料選びをサポート。「プロタイムズ

オープンから約2年——ますます賑わいを見せる『The Road』。開放的でおしゃれな雰囲気この施設の中にある創業23周年の「プロタイムズ都城店」株式会社「富田美装」の、富田店長にお話を伺いました。こちらのお店では、建築・塗装の有資格者が、塗料の選び方や塗装の基準を分かりやすく説明してくるので、安心して相談できます。耐久性の高い塗料や、防汚性に優れた種類など、お客様の希望に合った塗料選びをサポート。「プロタイムズ

実際に店内では、塗装のサンプルや施工例を見ながら相談できるので、外壁や屋根のメンテナンスを検討の方は、ぜひ

皆さんは、塗り替えのタイミングをご存じですか？ 新築なら約10年程度がオススメのこと。メンテナンスを怠ると雨漏りの原因になり、壁の中の断熱材が水浸しになる可能性も。さらに、湿気によるカビの発生や木材の腐食が進むと、リフォーム費用がかさむこともあるため、早めの対策が大切です。



軽に訪れてみてください。

建もの探訪

キャッツコハタ 編

地域の暮らしを支える電気屋さん
『キャッツコハタ』に行ってきました！

創業66年

長年の信頼と実績！

見守りサービス
御用聞き

各種サービス

- 家電製品 ▶ 販売 修理 サポート
- エアコン ▶ 設置 修理 掃除
- 住宅設備 ▶ エコキュート トイレ
- リフォーム ▶ 台所 風呂 外壁塗装
- トラブル ▶ 配管 水回り 水漏れ
- 防寒対策 ▶ 暖房 ストープ ポイラー
- 防犯設備 ▶ カメラ ドアホン 窓ドア

〳電気工事 住宅設備 外装工事〵

Cat's KOHATA
都城のでんきやさん
キャッツコハタ

有限会社コハタ商会 HP
都城市高城町穂満坊811-1
☎0986-58-2147
営業：9:30～18:00 定休：日曜・祝日

建もの探訪

富田美装 編

塗装のプロがいるお店
『プロタイムズ都城店』に行ってきました！

外壁塗装 屋根塗装

なら、プロタイムズへ！

全国232店舗 全国組織

安心 安全 高品質

必ずCHECK!!

- チョーキング ……外装の表面をこすると指に白い粉がつく
- ひび割れ ……外壁にひびが入っている
- コーキングの劣化 ……目地のコーキングが割れたり、ひび割れている
- コケの付着 ……外壁にコケやカビが付着している
- 軒上・天井の雨染み ……天井にシミがある

1つでも当てはまれば塗り替えのサイン！

プロタイムズ都城店
0120-441-416

株式会社 富田美装 宮崎県都城市平塚町2632-1
営業：9:00～18:00 定休：日曜・祝祭日



●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

春のワクワクアミューズメント!

クレーンゲームで春限定の景品をゲットしよう! 乗り物ゲームも充実で、家族みんなで楽しめる遊び場です!



大人も子どもも白熱! 春休みはモリーで遊ぼう!

「たくさん遊べてオトク」/ 500円から遊び放題の **よくばりパス** も大好評!

モリーファンタジー TEL.070-3100-3956

金海堂 楽しく学べる! 春の学習応援

ちいかわ漢字ドリル
ちいかわと一緒に漢字を楽しく学ぼう!



新レインボー小学国語/漢字辞典 最強王図鑑エディション 最強王図鑑辞典で知識をパワーアップ!

新学期の準備にぴったりですよ!

ギフトに最適

「図書カードNEXT」

大切な人に、本との出会いをスレセントしませんか? ラッピングも承ります!

金海堂 TEL.0986-21-7133

DAISO 新学期の準備はこれバッチリ!

お気に入りの筆箱で、新学期を楽しくスタートしよう!



立てる筆箱
スリムで使いやすい、省スペース収納に最適!

ふわふわレインボクマ
触り心地抜群で可愛さ満点!

ぶどう&青唐辛子
おもかわデザインで個性をプラス!

毎日使うものだから、便利アイテムで快適に!



うち履き用洗濯ネット
洗濯機でそのまま洗えて時短&清潔!

コップ入れ巾着

かわいいデザインが豊富! 手作りの手間、まるっとカット!



シューズ入れ

おしゃれで持ち運びやすい! 学校や習い事に◎



ダイソー TEL.0986-46-3915

LA PAX しぞぎ! ビジネスバッグ

ace. GENE デュアルポーズ



- 15.6インチノートPC対応! 収納力抜群で仕事道具をしっかりと整理。
- 抗ウイルス加工のメインハンドルで清潔&快適に持ち運び!
- 3気室構造で仕事・プライベートを分けてスッキリ収納。
- リュックのズレ防止チェストベルト付き! 高さ調整可。
- スーツケース固定ベルト搭載! 出張・旅行にも最適。
- 小物収納に便利なオーガナイザーポケット&容量拡張機能付き!

2WAY仕様!

リュックとしても、横持ちハンドルでブリーフェース風にも使える万能デザイン。シーンに合わせて持ち方を変えられます!



LAPAX TEL.0986-46-2225

顔見世ファミリー 大切な家族にぴったりのアイテムを♪



ワンちゃん・ネコちゃんの毎日をもっと楽しく! おもちゃ・フード・ケア用品まで幅広くご用意しています! こだわりのペットフード「一善」も揃っています! 大切な家族のために、ぴったりのアイテムを見つけてください!



5月開催予定! しつけ教室

参加無料

当日、ワンちゃんと一緒にのお越しただけで参加OKです。詳しくはさくらしまフォアM5月号をチェック!

顔見世ファミリー TEL.0986-23-7117

one's terrace 春のおでかけランチ特集!

お弁当もマグもカバンも、春のおでかけにぴったりのアイテムが勢揃い! お気に入りを見つけて、ランチタイムをもっと楽しく!



ふっくら盛れるお弁当箱

- 立体フタでおかずが潰れにくい!
- 4点ロックで汁もれ防止!
- 抗菌加工&電子レンジ・食洗機OK!

簡単&時短! おにぎりケース

- 握らず作れて手が汚れない!
- おかずも一緒に入る便利な設計!
- 時短で忙しい朝の味方!



持つだけでハッピー気分なバッグ♪

- にごちゃんマークがポイントのシンプル&おしゃれデザイン!
- たっぷり収納で、おでかけやお買い物にもぴったり◎
- 軽くて持ちやすくデイリー使いにおすすめ!

one's terrace TEL.0986-46-2215

春の味わいを楽しもう♪



Pasta
グリルチキン 瀬戸内レモンパスタ ~青唐辛子風味~
まろやかな酸味の瀬戸内レモンとグリルチキンでさっぱりとした春夏向けの味わいに。キレのある青唐辛子の程よい辛みがアクセント!

タリーズコーヒー TEL.0986-24-2082



Coffee

タリーズ ブラジルファゼンダパウ

ナッツのような香ばしい余韻と甘み特徴で、豊かな香りしっとりとしたボディと酸味がバランスよく調和した味わい!

Honey

いくつもの種類の花から詰められた百花蜜で、甘味の強い蜜をブレンドしました。コーヒーやエスプレッソとの相性抜群!

SATSUMAEN KAMADA Tea Industry



今年も新茶の季節がやってきました

美味しい新茶をぜひご堪能ください。みなさまのご来店をお待ちしております。

ちょっとした手土産にもぴったりなお茶ギフトもございます!

薩摩園 鎌田茶業 TEL.0986-46-2221

SATSUMAEN CAFE

イオン都城店 限定パッ

「抹茶パッ」に「紅抹茶パッ」のひんやり冷たいスイーツが大好評♪ ショッピングの休憩タイムにどうぞ! ※抹茶パッと紅抹茶パッは、期間ごとに交代で提供します。



イタリアン トマトカフェ Jr. 春限定ドリンク登場!

桜といちごのグラニータ 590円
桜といちごのホットラテ 530円

華やかな味わいが広がる春限定のドリンク。心までほっと温まるホットラテと、イタリアの水菓・グラニータ仕立てのひんやりアイスドリンクをご用意しました。ふんわりとろけるホイップが、花びらが舞うような優雅なひとときを演出します。春だけの特別な味わいを、ぜひお楽しみください。



イタリアン トマトカフェ Jr. TEL.0986-22-1190

ケンタッキー フライドチキン

今だけ! おトクク♪ ぜひ、このチャンスを お見逃しなく!

お店で手作りしたオリジナルチキンと、人気サイドメニューのカーネルクリスピーとビスケットを組み合わせた期間限定のおトクなパックです。

30%OFFパック
(オリジナルチキン×3、ビスケット×1、カーネルクリスピー×1) **990円**

ケンタッキーフライドチキン TEL.0986-46-2275



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 TEL.0986-46-1911



新生活を、未来までずっと快適に ——— 心地よさと彩りをあなたへ。

毎日づかいに「ちょうどいい」

～ サイズ感が「ちょうどいい」～



今治ワンサイズタオル

バスタオルより小さく、フェイスタオルより少し大きい絶妙サイズ(40×100cm)のワンサイズタオル。今治のタオル職人が仕上げたふんわり優しい肌触りで吸水性能も抜群! 毎日の使い勝手が良く、ギフトにもおすすめです!

美髪を叶える 専髪タオル

100年の伝統技術×特許申請技術で誕生した「専髪タオル」。ふわふわパイルが髪への負担を最小限に抑え、軽く巻いて押さえるだけで素早く吸水。ドライヤー時間を短縮してくれます♪



～ 肌ざわりが「ちょうどいい」～



やすらぎを届ける おふとんタオル

毎日使うお布団のような安心感と心地よさをくれる「off(休み) tone(調子)」のガーゼタオル。もっちりとした弾力が特徴で、優しい肌触りが魅力。

ふんわり&サラサラ新触感! Soilガーゼタオル

無燃糸パイルをガーゼで包み込んだ、柔らかさと吸水性を兼ね備えた新触感タオル。旧式のシャトル織機で1日20枚しか織れない丁寧な職人技が生む、ふんわり軽やかな仕上がりが。



売れてます! /

使いやすさとデザインが魅力! 2025年版 ロルバーンダイアリー



人気のロルバーンダイアリーに、動物デザインのスリムサイズなどが登場♪ お気に入りの一冊を見つけてみませんか?



月間カレンダー&縦軸チャートの見開きフォーマットで、予定や記録が一目で分かる便利な手帳。4つの予定を分けて管理でき、健康管理や家計簿にも最適◎。インクがにじみにくいクリーム色の上質紙を使用し、165ページの方眼メモ&クリアポケット5枚付き。細かい予定までしっかり書き込めます♪



第21回チャリティマルシェ -いぬねこのWA- 4/12(土)・13(日) 10:00~20:00

「できることから始めよう!」そんな想いで、プーラビダは2014年よりチャリティープロジェクトをスタート。多くの犬猫が救われるよう、保護団体への寄付や支援活動を行っています。地域の皆さまと共に楽しみながら 支援できるチャリティーマルシェで、小さな命を守る一歩を一緒に踏み出しましょうか?



1日わんちゃん店長

SNSでご応募いただいたわんちゃんの中から、1日店長が決定。2日間それぞれの1日わんちゃん店長がお出迎え♪

チャリティ募金 3/1(土)~4/30(水)

わんちゃんと来店でおやつプレゼント!

わんちゃんが喜ぶおやつをご用意しています! ※なくなり次第終了

わんにゃん撮影スポット

フォトスペースにて、ペットと一緒に素敵な写真を撮影!! 撮影した写真はイベント後、Instagramのストーリーで紹介させていただきます♪



4/12(土) 11:00~16:00 パラコードワークショップ

体験代:600円~

パラシュートのコードとして使用されている「パラコード」を使って、ストラップやアクセサリ作りに挑戦! 意外と簡単に大人から子どもまで楽しめます。愛犬・愛猫ちゃんに愛情いっぱいの手作り首輪をプレゼントしても◎



4/12(土)・13(日) 10:00~17:00

愛犬・愛猫に安心を。

無添加ペットフード専門店 LeLien 鹿児島・宮崎で希少な無添加ペットフード&おやつを取扱うLeLien。珍しい完全無添加商品も豊富に揃え、わんちゃん・ねこちゃんの健康をサポート♪ 試食もご用意しているので、ぜひ一緒にお越しください! 安心・安全なおやつを見つけませんか?



対面販売

❄️❄️ おうちで北極 ❄️❄️



ひんやり快適! 冷却クールスカーフで夏を乗り切る

暑い季節の強い味方! 冷却ジェル入りカーフで首元をひんやり快適に。凍らせても硬くならない三連結ジェルで柔らかい使い心地。肌面はパイル地でべたつかず、カバーは洗濯可能で衛生的。アウトドアやスポーツ観戦、暑い職場でも活躍します!



夏のお出かけを涼しく快適に! ハットピロー

テキスタイルのような花柄が夏のファッションに馴染む、毎年人気のクールアイテム。冷やして帽子の中にセットするだけ。子供から大人まで使えるワンサイズ展開♪



天然の爽快感! ハッカ油で夏を快適に♪

100%天然由来のハッカ油は、空気をスッキリさせるだけでなく、防虫やお掃除にも◎。合成メントール不使用で、小さなお子様がいるご家庭でも安心。アロマや食品の香料としても使い、心地よいミントの香りでリフレッシュ。

ひんやり快眠! 冷やさず使える北極まくら

暑い夜も快適に! 冷やさなくてもやさしいひんやり感が続くジェルパッドで、寝苦しい夏の夜を快眠サポート。冷たくなりすぎず、お子様も安心。水滴がつかず寝具も快適♪ 手軽に使えて、可愛いパッケージでプレゼントにも最適!



ひんやり&ホットで目元をリフレッシュ! ジェルアイピロー

冷やしてひんやり、温めてホットアイピローとしても◎。固くならず、柔らかな着け心地。面ファスナー付きで簡単装着! キラキラのラメ入りジェルで見た目も涼しく、おうちのリラクセスに♪



シュッとひと吹き&サッと拭くだけ! ひんやりシャツシャワー

衣類にスプレーするだけで、冷涼感アップ! 通常品比ひんやり成分130%、消臭成分120%配合。茶エキスを柿タンニンのW消臭で汗や加齢臭も95%以上カット! さっと拭くだけで涼感を得られる「超」でかタオルシートもおすすめ。



かわいく&便利にクールダウン

熱中症対策や発熱時に大活躍! 水を入れるだけですぐに使えるスケーター製アイスバッグ。スポーツや屋外イベント、急な発熱時にも頼れるアイテムです。家族みんなの健康管理にぜひ!

PURAVIDA
営業時間のお知らせ
3/14(金)~31(月) : 10時~20時
4/1(火)~11(金) : 11時~20時
4/12(土)・13(日) : 10時~20時
4/14(月)~ : 11時~20時
※宮崎県4店舗対象

大切なお知らせ
ポイントシステムが変わります!
4/1(火)スタート
詳しくはInstagram、ホームページをご覧ください。
PURAVIDA

プーラビダ 都城店 ☎0986-36-6188
営業時間 11:00~20:00
都城市吉尾町2100
<https://www.pura-vida.jp>
QRコード
地図