

すぐそばにある、魅力に気づく。地域密着のフリーペーパー。

2025. 8

TAKE FREE

きりしまフォーラム

vol. 401



Photo by:ヨウ

毎月大好評
読者
プレゼント
→P.15

PICK UP

【日帰りぶらり旅】夏休みに行きたい! 家族で楽しめる プール特集

【フォーラムスタッフ presents 建もの探訪】夏の住宅特集

習い事特集/Beauty特集/FORUM'S SELECT グルメ etc.



表紙の絵 Monthly Illustration

『夏はコレがなきゃ!』



いのうえ まゆ
井之上 茉優ちゃん
(9歳)

夏の必需品。近所の方にも
らってスイカ割りしたり、お
家の畑で育てて食べて小さ
いけど、1玉食べたり、夏休み
はワクワクする大好きな食
べ物です。

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届け!

■編集・発刊/霧島フォーラム 都城市一万城町99-9-1

■お問合せ/tel.0986-26-5836 fax.0986-26-5860

※無断転載禁止 ※誌面内の価格は税込表記です



きりしま
フォーラム
WEB



LINE



Instagram



お中元・ご贈答に こだわり抜かれたお菓子を

味わい深し 水羊羹

【5個入・6個入・10個入】

小豆 抹茶 栗かのこ 梅 マンゴー

ぶるぶるとした食感とみずみずしい
上品なこしあん……
夏の幸せな逸品

【5個入・10個入】

ゆずマジゴー 黒霧島焼酎
いちごパイオ茶日向夏

【6個入・12個入・18個入】

霧の大地ゼリー
霧滴る

島津莊園

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

8月のお休みは 20日(水)・27日(水)です。
6日(水)・13日(水)は営業いたします。

TEL.0986-22-4670

贈答用 全国発送も承ります お菓子の南香 検索

故人をしのぶ気持ちをこめて……
法事には『南香』のお菓子を



ご注文の方には
お供え用花菓子をサービス

初盆菓子として、大切な故人をしのぶ法事用菓子が揃っています。「これがしいこ餅(五切入2,052円)」や「ハスの花菓子(大三個入1,674円)」、「霧の大地ゼリー 霧滴る」や「味わい深し 水羊羹」など、予算やお好みに合わせて詰め合わせしてくれます。その他にも、どらやきや島津莊園など人気のお菓子もあります。ご予約受付中なので、気軽にご相談ください。

ふるさとのお土産も
たくさん
揃っています



チーズ饅頭

毎年、多くのお客様から、帰省やお呼ばれの手土産として選ばれている『南香』のお菓子。郷土菓子として人気を誇る「チーズ饅頭」や、本格焼酎霧島を贅沢に使った「本格焼酎けーき霧島」など、厳選された素材を使ったお菓子が多数揃っています♪

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

※8月のお休みは20日(水)、27日(水)です。6日(水)、13日(水)は営業します。

贈答用全国発送も承ります



※写真はイメージです

菓子職人・販売スタッフ募集♪

女性も菓子職人として大活躍中！将来独立したい方、お菓子が好きな方、大歓迎！見習いながらでもOKです♪ 元気なスタッフを募集しています。

募集職種 菓子職人・販売スタッフ
勤務先 お菓子の南香 都城市甲斐元町1-26
連絡先 0986-22-4670 まずはお気軽にご連絡ください！

給与 応相談
時間 応相談



お菓子の南香



介護老人保健施設
すこやか苑

〒885-0062 宮崎県都城市大岩田町5812
介護老人保健施設すこやか苑 西都城駅から車で5分
自然の中で家族のように寄り添うケアを…

2025年8月
リニューアルオープンにつき

看護職員募集中！

詳しくはお近くのハローワーク
または早水公園クリニック内すこやか苑準備室まで

【2025年8月リニューアルオープンにつき】

【看護職員募集中！】

【詳しくはお近くのハローワークまたは早水公園クリニック内すこやか苑準備室まで】

【大岩田多目的広場】

【都城リハビリテーション病院】

【都城リハビリテーション病院】



2025
8.1
Renewal
Open

新・医療の窓

早水公園クリニック便り

112

Q..甲状腺の病気が心配です。予防法はありますか?

A..甲状腺の病気には、大きく分けて「パセドウ病（甲状腺機能亢進症）」や「橋本病（慢性甲状腺炎）」などがあります。どちらもホルモンのバランスに関わる疾患で、体調にさまざまな変化を引き起こします。

たとえば、「疲れやすい」などの漠然とした不調を感じて、検査の結果、甲状腺の病気が見つかることも珍しくありません。甲状腺は車にたとえると「アクセル」と「ブレーキ」のような役割を担っており、ホルモンの働きを通して知らず知らずのうちに、体のバランスに影響を及ぼしています。

また、甲状腺疾患は遺伝的な要素も関係しているため、ご家族に甲状腺の病気をお持ちの方がいる場合は特に注意が必要です。予防というよりも、早期発見がとても大切です。

当院では血液検査などで甲状腺機能を確認できますので、「ちょっとと気になるな」という方は「どうぞ気軽に」ご相談ください。

活動が多い方には、ナトリウムなどの電解質も含まれているスポーツ飲料が適していますが、すべての方に必要というわけではありません。特に高血圧や心疾患をお持ちの方は、塩分や糖分の摂取量にも気をつけながら、こまめに「水」や「お茶」での水分補給を心がけてください。

Q..帯状疱疹のワクチンは2種類あると聞きました。

A..帯状疱疹の予防ワクチンには、現在2つの種類があります。ひとつは以前から使われている「生ワクチン」、もうひとつは最近登場した「遺伝子組換えワクチン」です。

「生ワクチン」は費用が比較的安く、副作用（副作用）も少なめですが、効果の持続はおよそ5~7年ほどとされます。それでも、万が一発症しても軽症で済むというメリットがあります。

一方で、遺伝子組換えワクチンは2回の接種が必要で、費用も高くなります。非常に高い予防効果が期待できます。どちらのワクチンも一長一短があり、年齢や健康状態、費用面などを総合的に判断して選ぶことが大切です。

特徴1 膜原病・リウマチ

2月から、膜原病・リウマチ外来診療が始まりました。各種膜原病、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。

院長 山内 明



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。

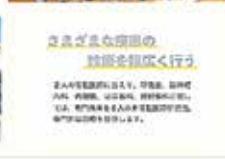
特徴4 内視鏡部門

消化器系癌の治療の一歩は、まず早期発見。そのため、内視鏡検査を気軽に受けられる施設を目指し、最新式の胃・大腸内視鏡を導入しています。

特徴5 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。

全国の頼れる
クリニック
56選に
されました！



早水公園クリニック

TEL 0986-36-6117
都城市早水町 4503-16

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

インスタグラム
はじめました！



BIG OPUS15

ココ 早水公園

ショッピングセンター
都城

↑至郡元
↑至三股

きれいなお部屋をあなたに!

入居される皆さんへの負担を
少なくする嬉しい特別企画です!

※但し、2年以内に退去の場合は違約金として、
家賃の2か月分を徴収いたします。

※自社物件のみといたします。

永山のアパートマンション

1

インターネット
Wi-Fi
使い放題

2

敷金・礼金
0円

3

家賃
入居日から1か月
無料!!

■問合せ先■ 有限会社 エイゼン永山 早鈴店 都城市早鈴町1742-1 TEL. 0986-36-7857

都城初! 見て触ってもっと好きになる
ふれあい体験型ペットショップ!

シロウガラゴ
ブクロモモンガ
ジャージー ラニー
ヒヨウモン トガケモドキ
ジャングルアン ハムスター
クレストッド ゲッコー
モルモット
コーシスネーク

他にも魅力的な動物がいっぱい!
遊びに来てね

ふれあいコーナー
※入場料は現金のみ 入場料
3歳以上 30分 500円
60分 500円
中学生以上 30分 500円
60分 750円

Cute animal みみんが
住 所 / 都城市山之口町花木2031-11
問合せ / 080-4208-9991

お店の様子は
こちらから!

QRコード

参加無料

くすりと健康フェスタ

〈岡本先生ってどんな人?〉 1981年生まれ。大阪府出身。2005年に愛媛大学医学部へ入学し、2011年から東京大学医学部付属病院 老年病科に勤務。2020年4月から埼玉みらいクリニックを開業し、現在は1日400人が受診する地域密着型の医療を展開している。2022年には東京大学医学系大学院を卒業。今まで以上に高齢者の充実した社会保障を期待するの難しい時代の中で、予防医学の周知をおこなっている。また、「クセの強い医者」タレント・ハイブランドに身を固めた三枚目ナルリストなどとして人気を博し、TVや雑誌、YouTubeなど各種メディアで活躍している。フジテレビ「ほんまでっか!?TV」や「ぽかぽか」に準レギュラーとして出演し、「明日から使える身近なメイクルナレッジ」や「本当のアンチエイジングとは!?」などを分かりやすく伝えている。

講師 岡本宗史先生
医師・医学 博士

日時 8月24日(日) 10:30~12:00
場所 ウエルネス交流プラザ ムジカホール 定員 293名

土持歯科医院
Tsuchimochi
Dental
Office

TEL.0986-25-8148
都城市上川東1-18-10

詳しくはこち
ら

QRコード

くすりと健康
フェスタ 2025

2025年8月24日(日)

駐車場は3時間無料

要申込
定員 293名

10:30~12:00
岡本先生による講演会

場所 ウエルネス交流プラザ
ムジカホール

演題 本当の
アンチエイジングとは!?

講師 岡本宗史先生
医師・医学博士

1981年生まれ。大阪府出身。2005年に愛媛大学医学部へ入学し、2011年から東京大学医学部付属病院 老年病科に勤務。2020年4月から埼玉みらいクリニックを開業し、現在は1日400人が受診する地域密着型の医療を展開している。2022年には東京大学医学系大学院を卒業。

△岡本先生ってどんな人?△

テレビで活躍中の
岡本先生がやつ
つくる!

9:30~14:00
展示イベントコーナー

場所 ウエルネス交流プラザ
茶霧茶霧ギャラリー

お薬相談(くすり手帳持参)
健康啓発(骨密度測定・血圧測定・血管年齢)
喫煙COチェック
災害展示(VR体験)
学校薬剤師体験(検査体験等)
栄養相談
昔の薬道具展示
薬物乱用防止啓発

参加自由
申込不要

薬膳料理を栄養士と一緒に作ってみませんか?
健康薬膳料理教室

申込先
まちなかキッチン
(まちなか交流センター内)
【1回目】9:30~11:30
【2回目】12:00~14:00
申込先:薬剤師会事務局 0986-25-2455

申込期間 2025年7月1日(火)~8月15日(金)

講演
申込先 ホームページまたは
薬剤師会事務局
薬剤師会ホームページ→
QRコード

お問い合わせ
(一社)都城市北諸県郡薬剤師会 0986-25-2455
宮崎県都城市祝吉1丁目2-17 【受付】平日9:00~17:00

主催 都城市北諸県郡薬業団体連絡協議会・(一社)都城市北諸県郡薬剤師会

共催 宮崎県都城保健所・(公社)宮崎県栄養士会

後援 都城市

Forum Snap × wan-wan-spa

ワンちゃんのかわいいバスタイムを、
きりしまフォーラムでスナップ紹介しちゃいます♪
【Wan-wan-spa】でキレイになった姿を記念にパシャリ!

名前:むぎくん
性別:男の子
年齢:8歳
犬種:コーギー

名前:もみじちゃん
性別:女の子
年齢:4歳
犬種:柴犬

志布志から
来てくれるむぎくん!
また来てね♪

「セルフでできる
シャンプーは魅力
しかありません♪」
ともみじちゃんママ!

質Shop 天満屋 見積無料!!

金・プラチナ・ブランド品の相場高騰中!!
質預り・買取価格は全国トップレベル!

質預かり お持ちの品物を担保にして現金融資
最低1,000円から融資!
即融資

買取!! ご不要のブランド品・貴金属・時計・家電などを現金買取
質預かり強化中!!

販売!! 人気のブランド品・貴金属・時計・家電などを激安販売
即現金 大特価

創業61周年!! 質預かりシステムの改定でより頼れる質屋に

天満屋 TEL.0986-22-4340
都城市東町13街区20号 営業/9:30~19:00
最新情報はHPをチェック!
今だけのお得な情報も発信!
QRコード or 検索

天満屋 都城 検索

ご自宅は地震対策 万全ですか??

都城ビクトリー応援建装 でまるごと解決◎

少しの補強で身を守れます!
★耐震補強工事★始めました! お気軽にご相談ください!

地域密着の建装プロにおまかせ! 身を守る安全の仕事に徹してます!!!

さまざまなお悩みにお応えしております

- ✓ 外壁や屋根の塗装
- ✓ 壁やコンクリートの高圧洗浄
- ✓ 床下の害虫対策
- ✓ 木の枝の伐採や倉庫の片付け
- ✓ 草取り除去
- ✓ 瓦の間の草や木の除去作業
- ✓ ウッドデッキの塗り替え
- ✓ シロアリ駆除
- ✓ 風樋の補修やテラス波板の交換
- ✓ コーキング止め
- ✓ ちょっとした大工仕事にも対応OK!

ペテランスタッフが丁寧に対応し、ご希望やご予算に寄り添ったご提案をいたします。
「予算が限られている……」という方もご安心を! まずはお気軽にご相談ください!

都城ビクトリー応援建装 营業に出てるためこちらにお電話ください
都城市大王町 TEL.0986-77-2615 (FAX兼用) 070-2342-0605 (白井まで)

口腔機能育成でからだ全体の生きる力をアップ!

**当てはまつたら
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、からだ全体によ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

2025年9月

完成予定!



in 上長飯町

(有)ワダハウジング

都城市東町7街区2号 TEL.0986-24-6162

いつでもご案内いたします。気軽にご連絡ください

ワダハウジング

Instagramで
情報配信中!



モデルハウス

・都城市梅北町 (自社中古住宅) 1,250万円
3LDK オール電化

・都城市志比田町 (自社中古住宅) 1,598万円
4LDK オール電化

・都城市安久町 (自社中古住宅) 1,198万円
4LDK オール電化

他のリフォーム自社中古物件は
・都城市志比田(2棟)、三股町蓼池(1棟)、
三股町樺山(2棟)に準備しています。

有限会社 一里山不動産 鹿屋市旭原町3592-38
鹿児島県知事(8)第4029号 TEL:0994-44-2824
お問い合わせはこちら 090-1928-5292 (盛川)

毎月11日は、わんわんDAY! 3,000円~1,100円
わんわんDAY 8月は拡大! 8/11~8/15の5日間!

宮崎県初! セルフで洗えるワンちゃんのお風呂
wan-wan-spa

ペット用 ヤルフ式
マイクロバブル 事前予約
料金
3,000円/時間

LINEからかんたん予約
1. QRコードよりLINEともだち登録
2. プロフィールページを開いて「予約する」をタップ

都城市上長飯町5322
福島池緑地いこいの広場前
お問い合わせ 080-9103-4977

やイン
てス
タ

**大人も子どもも楽しめる
都城のトレンドスポットをご紹介!**

可愛さ全開の動物たちと思いっきり触れ合おう!

クロモモンガやモリフクロウなどをはじめ、普段なかなかふれあうことができない動物ともふれあうことができるお店「Cute animal みみんぐ」。多種多様な動物とふれあうことができる他、ふれあいで気に入った子は家族に迎えることも。1時間では足りないほど充実した時間をここで過ごせます。

いきなりふれあえるか不安という方もご安心を。スタッフさんが動物の扱い方を丁寧に教えてくれるため、動物に触れるのが初めてという方でも、無理なく楽しむことができます。動物たちは穏やかで人懐っこく、そっと近づいて来てくれる子も。

優しく触れてるだけで、柔らかさや温もりに癒されます♪また、ふれあい中、動物の生態や特徴などについても説明してくれるので、"学びの時間"にも繋がります。

違った角度から
動物たちの魅力を発見!
夏休みの自由研究などでも
利用できそうですね。

取材協力
Cute animal みみんぐ

住 所 / 都城市山之口町花木2031-11
問合せ / 080-4208-9991

フォーラムがプロデュース!

夏休みに行きたい♪
家族で楽しむ



プール特集

夏のレジャーと言えばやっぱり水あそび♪

都城・日南・宮崎エリアから厳選した5つのプールスポットをご紹介します。

自然派から遊具充実の施設まで、

家族みんなで楽しめるスポットが盛りだくさん！

この夏は水着を持って、涼しく楽しいお出かけをしてみませんか？

MAP



ASOBI PARK



屋内外で一日中たっぷり遊べる『ASOBI PARK(アソビパーク)』は、宮崎市昭栄町にある人気の大型レジャー施設です。夏限定でオープンする「ウォーターランド」では、清涼感たっぷりの水遊びが楽しめ、今年は全長17mのビッグプールが新登場！元気いっぱいの子どもたちの笑顔がはじける、夏の人気スポットですよ♪

所在地 / 宮崎市昭栄町8

電話番号 / TEL.0985-71-1162

期間 / 2025年7月5日(土)~9月28日(日)

営業時間 / 10:00~18:00(プール以外は18:30まで) 年中無休

設備 / 更衣室、授乳室、おむつ替えスペース、ベビールーム、休憩コーナー
無料駐車場(約110台) など

利用料金 / 【ウォーターランド】

・キッズ(3~17歳) …1,500円/日

・ベビー(1~2歳) ……500円/日

・0歳＆大人(18歳以上) ……無料

キッズ3人目以降は半額

※ASOBI PARKの入場料は別途必要です

0歳:無料、キッズ(1~12歳):平日900円/休日1,200円、13歳以上:平日500円/休日500円

※水着・タオルは必ずご持参ください。ウォーターランドのみの利用はできません。

※館内へのご飲食物のお持ち込みはお断りしています。(水筒・離乳食は可能/店内食堂あり)

※お見守りの保護者の方も濡れますので、着替えの準備をおすすめします。



実は、水遊び以外にも魅力がいっぱい！屋内にはポールプールやトランボリン、スパイダーネットなどの大型遊具がそろい、屋外では空中アスレチックやバギー体験もOK。家族みんなで汗をかいたあとは、漫画が読める休憩コーナーでほっとひと息。小さなお子さま連れでも安心して過ごせる設備が整っています♪

広渡ダムレイクサイド公園



夏といえば、やっぱり水遊び！日南市北郷町の山あいにある『広渡ダムレイクサイド公園』は、自然の川の水を使った清涼感たっぷりのプール。ここは、北郷町にある広渡ダムから上流へ約2.5kmの場所にあり、川の清らかな水を利用した自然派プールです。

所在地 / 日南市北郷町北河内2430-1

電話番号 / 開園中:TEL.0987-55-2010(レイクサイド公園管理事務所)

開園前:TEL.0987-55-2114(管理・一般財団法人北郷町温泉協会)

期間 / 2025年7月19日(土)~8月24日(日)

※期間中は無休ですが、天候により休園となる場合があります

営業時間 / 10:00~16:00(12:00~13:00は昼休みで遊泳不可) ※17時閉園

設備 / 更衣室・トイレ・ベンチ・日よけスペース など

持ち物 / 水着・タオル・帽子など

※水深がある場所もあるため、浮き輪やアームヘルパーの持参もおすすめです

利用料金 / ・高校生以上 …500円

※小さなお子さまは、必ず保護者同伴でご利用ください。

・小・中学生 ……400円

※スライダーは、身長120cm以上、

・未就学児 ……200円

体重80kg以下の方のみ利用可能。

・見学者 ………100円

※携帯電話は園外になります。



メインプールは広さ約800m²と開放感たっぷり！さらに目玉は、なんといっても全長70mのウォータースライダー。迫力ある滑り台でスリル満点の体験が楽しめ、お子さまにも大人気です。浅めのエリアもあるので、小さなお子さまでも安心して遊べますよ♪ 施設内には木陰やベンチもあり、休憩しながら一日ゆっくり過ごせます。少し離れて、大自然の中で過ごす“非日常”的な時間は、夏の思い出づくりにぴったりですよ！

SPAFIT 24/7 (ラスパたかざき内)



『ラスパたかざき』が新しくなりました! 今年『ラスパたかざき』のプールがフルリニューアルして『SPAFIT 24/7(スパフィット・トウエンティ・フォー・セブン)』というフィットネスジムに進化しました。屋内プールのため、日差しや天候を気にせず楽しめます。25Mプールが6コースもあり、ガツツリ泳ぎたい人にオススメです。メインプールとは別で、ゾウのすべり台が付いた子ども用プールは、お子様の泳ぐ練習にもピッタリ♪

オススメの楽しみ方はプール+ジムのセット。併設のフィットネスジムも利用でき、プールだけでなくトレーニングもできちゃいます! 豊富なトレーニング器具で気になる太もも、お腹周りも鍛えられます。元プロアスリートのトレーナーが在籍しており幅広い年齢層、目的に合わせたメニューを作ってくれるので続けやすいのが特長です♪ 運動してリフレッシュしたあとは、温泉やアロマトリートメントでほっと一息。ランチバイキングでおなかを満たして、ちょっと非日常なごほうび時間に♪



所在地 / 都城市高崎町大牟田1332-8
(ラスパたかざき内)

電話番号 / 080-4337-0247(10:00~)

営業時間 / 【プール】9:00~21:00 年中無休

※温浴施設は木曜日定休、トレーニングジムは24時間営業

※年に1~2ヶ月は消毒等のメンテナンスのため休業あり。

設備 / 25Mプール6コース、子ども用プール
シャワー室、ジム、温泉など

持ち物 / 水着、水泳帽子、ゴーグル、
コインロッカ一代(100円硬貨)など

※レンタルはありません ※100円は戻ってきます

利用料金 / 小学生以下 300円
中学生以上 500円
・プール+ジムセット...1200円

※温泉施設の券売機で利用券をご購入ください。

※ジムの利用は中学生以上からになります。

※幼児・小学生は保護者が必ず一緒に入ってください。

※SPAFIT 24/7の会員でなくとも利用できます。

※SPAFIT 24/7へ入館の際はインターホンを押してください。
(QRコードでのセキュリティ入退室のため)

SnowPeak MIYAKONOJO 関之尾公園プール



関之尾町の夏の風物詩といえば、『SnowPeak MIYAKONOJO 関之尾公園プール』! 冷た~い霧島由来の井戸水を使った屋外プールで暑さも吹き飛びます♪ 一般的な25Mプールに加えて、滑り台付きの浅い幼児用プールもあり、小さなお子様でも安心。家族皆で水遊びを満喫して、夏の涼を感じてみてくださいね。



『SnowPeak MIYAKONOJO』はプールはもちろん、他にも楽しめるスポットがたくさんあります♪ 目の前に広がる庄内川の甌穴群を眺めながら地元食材を楽しめるレストラン、関之尾の美しい風景を一望できる展望デッキで自家製スイーツが味わえるカフェ、電動マウンテンバイクのレンタサイクルや日帰りでも利用できるキャンプ場など充実した設備がそろっています。この夏の思い出作りに、ぜひ訪れてみてはいかがでしょうか。

所在地 / 都城市関之尾町6615番地2

電話番号 / 0986-57-8881

期間 / 2025年7月19日(土)~8月31日(日)

営業時間 / 10:00~16:00

※火曜日は清掃のため15:30までの営業

定休:水曜日(8/13を除く)

設備 / 更衣室、シャワー、トイレ、
休憩スペース(ベンチ)、
駐車場(プール前)

利用料金 / 未就学児 50円
小中学生 100円
高校生以上 200円

※場内では水分補給用のドリンクのみ持ち込み可能です。
食事はご遠慮ください。

※小学校3年生以下のご利用は、
保護者または随行者の同伴が必要です。

※営業中の突然の大雨や雷が発生した場合、
営業を中止する可能性がございます。

観音池公園 子ども村プール



都城市高城町にある『観音池公園 子ども村プール』。毎年、夏休み期間のみオープンする、大人気のレジャー施設です。深さ1.1m、外周155mの流れるプールは泳ぎが苦手な方でも、浮き輪でブカブカと浮くだけで楽しめます。また、深さ20cmの幼児プールと子ども用のすべり台など、小さなお子さまでも安心して水遊びができる環境が整っていますよ♪

所在地 / 都城市高城町石山4195番地

電話番号 / TEL.0986-58-6139

(観音池公園総合案内所 受付8:30~17:00)

期間 / 2025年7月26日(土)~8月24日(日)

営業時間 / 9:00~17:00(入場受付は16:00まで)

設備 / 駐車場450台 ※いきいきふれあいランド駐車場利用可

利用料金 / 一般(高校生以上) ... 310円

小中学生 210円

未就学児 100円

※入れ墨、タトゥーをされた方のご利用はお断りしております。

※プール、観音池公園内はすべて禁煙です。

※落雷の危険があると判断した場合、営業を中断する場合がございます。

※荒天時は休業する場合がございます(小雨、雨天時は営業いたします)。



また、観音池公園の敷地内ではプールだけでなく観覧車やゴーカート、スライダー、グラフスキーなどレジャースポットが盛りだくさん! 思いつき遊んだ後は、隣接する「観音さくらの里」で温泉を満喫するのもおススメです。夏の思い出づくりに、観音池公園に出かけてみませんか?

夏の住宅特集

都城・三股町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考える方に役立つ情報が満載です!!

案内してくださったのは、
スタッフの宮之原さん。

地域では、とても心強い特長です。
まず驚いたのは、実際の実験装置
を使って再現された【耐水害住宅の
模型実験】。【一条工務店】の家は、
床下からの浸水にも強く、泥水の侵
入をしつかりブロックできる構造と
のこと。九州のように豪雨が多い

家づくりを考えはじめると、「災害
に強い家にしたい」「ずっと快適に暮ら
したい」など、家族の未来を守るために
お邪魔し、気密性・耐震性・耐水
性など、住まいの基本性能について
の条件が自然と増えてしまいますよね。
そんな願いに応えてくれるのが【二
条工務店】。今回は、同社が開催
している「住まいの性能体験会」に
しつかり教えていただきました。



実際に「見て・さわって・体験」で
きるこのイベントは、家づくりの第
一步にぴったり。参加は無料で、お
みやげもあるので、ぜひご家族で訪
れてみてくださいね。

建もの探訪 一条工務店 編

高性能住宅を、実際に見て・学べる体験会

～『一条工務店』の
安心と快適を体感しました!～

また、建物全体を高い断熱性能と気密性で包み込み、さらには温度・湿度を自動で調整する【全館さらばか空調】のデモンストレーションも体験。夏はさらっと、冬はぽかぽか。部屋ごとの温度差が少ないので、赤ちゃんや高齢のご家族がいる家庭でも安心して過ごせる工夫がたくさん詰まっています。

このほかにも、地震への強さを実感できる【耐震実験】、住宅の劣化を防ぐ【防腐・防蟻処理】の仕組みなど、家を建てる前に知っておきたい知識を、楽しく・分かりやすく学ぶことができました。

モデルハウスだけの特別な仕様かと思いきや…その多くが、実際の家づくりで使える標準仕様! ご希望の方は実際に泊まって体験することもできます♪ ぜひ体験してください。

完全予約制
ただいま
ご予約受付中!

来場特典あり! QUOカードプレゼント♪

—暮らしの質は性能で変わる—

「業界ダントツの住宅性能」をぜひ一度ご体験ください!

性能の違いが分かる 住まいの体験館

都城市小松原町4-5

※自社調べ 2020年8月時点

来場予約は
こちらから

宿泊も◎ 性能を体験できる 下長飯モデルハウス

都城市下長飯740-2

モデルハウスだけの特別な仕様かと思いきや…その多くが、実際の家づくりで使える標準仕様! ご希望の方は実際に泊まって体験することもできます♪ ぜひ体験してください。

一条は全館空調システム!
超快適な空気を
モデルハウスでご体感ください!

ご来場予約キャンペーン

WEB予約から来場&クイズに回答すると

QUOカード最大6000円分プレゼント

キャンペーンは期間限定のため、予告なく終了する場合がございます。
ホームページより来場予約を初めてご利用の方に限らせていただきます。
また、一家族様につき1枚とさせていただきます。
QUOカードはご来場から3週間以内に発送いたします。

家は、性能。

一条工務店

株式会社 一条工務店 都城事務所

0986-36-5851

都城市平江町1-1 都城市平江町ビル303

営業/10:00~18:00(年中無休)※年末年始を除く

Instagram

Instagram

8

家事に育児、そしてお仕事の準備と、毎日駆けまわる子育て世代のご家庭にとって、家事の時短アイテムは、心強い味方。今回は、「株式会社 misumi」の担当者さんと一緒に、同社が取



り付けを行ったガス衣類乾燥機「乾太くん」を実際に使っているご家庭にお話を伺いました。

ご協力いただいたのは、9歳・4歳・1歳のお子様を育てながら、自宅でのサロン開業を準備中の栗原様。3人のお子様の衣類に加え、今の季節はプール遊びで毎日のように出る着替えやタオルの洗濯・乾燥が欠かせないそうです。「子どもたちが遊んだあとに出る

お気軽にお越しください♪
「乾太くんフェア」開催!
実物を見て触れられるチャンス!
8月23・24日の2日間、「イオ

ン都城ショッピングセンター」で
「乾太くんフェア」開催!
実物を見て触れられるチャンス!
お気軽にお越しください♪
ガスの力でスピード洗衣一かつ
清潔に乾かせる「乾太くん」
は、忙しい毎日にゆとりを与えてくれる家の頼れる相棒。

雨の日も洗濯物の心配をせず
放せなくなるほどです。洗濯にお困りの方、快適な暮らしの一歩として、ぜひ取り入れてみませんか♪

4LDK。広々としたリビング
間取りは、ゆったりとした
白を基調とした明るいお部
屋に、すっきりとしたダークグ
レーのキッチン。まるでホテ
ルの一室のよう、上品で落ち
着いた雰囲気が漂う建売住宅
を見学してきました。



グと、活動動線がスムーズなキッチン・ダイニングがひとつなぎりになっていて、家族みんなが心地よく過ごせるつくりになっています。

中でも印象的だったのが、石目調のアセントクロス。濃いグレーの色味が空間を引き締めてくれて、お部屋全体がぐっとおしゃれな印象に。「これ、建売なの?」と驚くようなデザインでした。敷地内には、車がゆっ

たり5台ほど停められる駐車ス
ペースも完備。

さらに、裏庭も広々としていて、バーベキューを楽しんだり、お子さまの遊び場としてもぴったりな空間です。見た目のスタイル・シユさだけでなく、収納スペースも充実していて、暮らしやすさにもちゃんと配慮されています。ちょっと特別感のある、でも等身大で手が届く、そんな、ちょうどいい住まいです。そしてなにより驚きなのが、「手持ち金0円」からでも購入OKということ。「この仕様、この広さで…?」と思わず二度見してしまった価格で、マイホームが叶います!気になる方は、ぜひ現地でご覧になってみてください♪

建もの探訪

株式会社 misumi
ミスミガス都城店編

洗濯が味方になる!
子育てママが選んだ“乾太くん”のある家
～『misumi』の担当者とお話を伺ってきました～

使って実感!
misumiのスタッフ、
乾太くん推しです!
全員
ふわふわ
早い
におわ
ない
ガスのパワーで約50分、
仕上がりふくら
「乾かすだけ」で終わらない、
暮らししがちょっと楽になる家電です

misumi 株式会社 misumi
ミスミガス都城店

【都城支店】〒885-0021 宮崎県都城市平江町 22-24
TEL: 0986-23-1850 FAX: 0986-23-0437

地図

建もの探訪

ワダハウジング 編

ちょっと“ホテルライク”で毎日が心地いい!
ワダハウジングのモダンな
平屋の建売住宅を見学してきました。

見た日○／＼暮らしやすさ○／＼価格○／＼

都城南小学校
姫城中学校

新築建売4LDK
下長坂町554番地12

お庭も広々 5台駐車可能
省エネ基準適合・オール電化

1,980万円
(土地・建物・消費税込)

月々 変動金利1.10%
(50年返済)で
42,917円

当社提携ローンで
手持ち金
¥0

敷地面積/303.67m²(91坪) 販売予定/R7年7月(完成)
延床面積/79.49m²(24坪) 売主/㈲ワダハウジング
施工面積/82.94m²(25坪)

(有)ワダハウジング
都城市東町7街区2号 TEL.0986-24-6162
いつでもご案内いたします。気軽にご連絡ください。

Instagramで
情報配信中!

ワダハウジング

QRコード

もしもの停電時にも、「エネファーム」で電気を供給する家庭用燃料電池「エネファーム」を同様に提案する「宮崎ガス 都城支店」が開設されました。この「エネファーム」は、ガスから電気とお湯を同時につくり出すことができる家庭用燃料電池。これまでの「買つて使う」暮らしを電気から、「つくつて使う」暮らしを実現できます。



「エネファーム（停電対応型）」であれば自動で自立運転モードに切り替わり、専用コンセントに電気を供給。冷蔵庫や携帯の充電、シャワーなどが使えるので、防災対策としても注目されています。実は、スタッフの「なつちゃん」もこの取材で初めて詳しくお話を聞き、「そんな便利な機能があるなんて知らなかつた！」とびっくり。普段の生活はもちらん、いざという時の安心感があるつて大事ですね。



「エネファーム」について教えてくださった馬渡さん

エネファームはご家庭の電力使用状況に合わせて発電するため、購入電力を大幅に削減します。ガスの使用量は増えますが、お得な料金プランが適用されますので、トータルでみると光熱費を抑えることができます。



玄関横に設けられたスキップアプロードは、遊び心のある空間で、学習スペースや趣味の部屋として活躍します。しかも、その下には大容量の収納付きで、実用性も兼ね備えています。ど

こにいても家族の気配を感じられる、心地よい距離感が魅力です。

この見学会は、あくまで「暮らしを想像するため」の第一歩。実際にご見学いただいたあとには、現在販売中の分譲地への建築もご提案！

おすすめの分譲地は、南横市町3703-23に位置し、人気の西小中学校エリア。スレーパーも近くに多く充実高速道路へのアクセスも良く、鹿児島・宮崎方面どちらへも便利！

と、生活のしやすさがぎゅっと詰まつた好立地です。家づくりを検討中の方は、まずはモデルハウスで「理想の暮らし」を体感してみませんか？

「エネファーム（停電対応型）」であれば自動で自立運転モードに切り替わり、専用コンセントに電気を供給。冷蔵庫や携帯の充電、シャワーなどが使えるので、防災対策としても注目されています。実は、スタッフの「なつちゃん」もこの取材で初めて詳しくお話を聞き、「そんな便利な機能があるなんて知らなかつた！」とびっくり。普段の生活はもちらん、いざという時の安心感があるつて大事ですね。

「宮崎ガス 都城支店」が提案する「エネファーム」は、ガスから電気とお湯を同時につくり出すことができる家庭用燃料電池。これまでの「買つて使う」暮らしを電気から、「つくつて使う」暮らしを実現できます。もしもの停電時にも、「エネ

スの魅力は、何といっても実際の暮らしが想像しやすいこと。家族みんなが使いやすいⅡ型キッチンは、配膳や片付けもスムーズで、家事動線もばっちりです。



こにいても家族の気配を感じられる、心地よい距離感が魅力です。

この見学会は、あくまで「暮らしを想像するため」の第一歩。実際にご見学いただいたあとには、現在販売中の分譲地への建築もご提案！

おすすめの分譲地は、南横市町3703-23に位置し、人気の西小中学校エリア。スレーパーも近くに多く充実高速道路へのアクセスも良く、鹿児島・宮崎方面どちらへも便利！

と、生活のしやすさがぎゅっと詰まつた好立地です。家づくりを検討中の方は、まずはモデルハウスで「理想の暮らし」を体感してみませんか？

建もの探訪

宮崎ガスグループ 編

もしもの災害時にも安心！ “つくつて使う”新しい暮らし方

～家庭用燃料電池「エネファーム」を同様にしました～

ガス で発電して 電気 も お湯 もつくれる給湯器
エネファーム

おうちで発電
停電でも電気が
使えるってうれしい

エネファーム type S

エネファームに
ついてはこちら

**ガスで発電して電気もお湯もつくれる給湯器
エネファーム**

**もしもの停電時も自動運転で安心
最大700Wまで使用可能**

家計におトク
お得なガス料金プランにご加入いただけます

最大20万円の導入支援補助金があります
補助金のあるこの機会に！

発電機対応の給湯器をお持ちのお客様 後付もできます

宮崎ガスは 電気 と ガス と 電気

電気始めました！ まとめておトクに

お問い合わせ お申込み 【南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
ガスの情報館 都城 都城市吉尾町2145-1

常時展示中！
ハンズマン ガスの情報館 都城
R10
ヤマ電機
ユニクロ
沖水川

建もの探訪

永倉建設 編

理想の暮らしを体感して、人気エリアの分譲地へ

『永倉建設』モデルハウス見学会開催中！

太郎坊町 モデルハウス見学会開催中！

モデルハウス 限定仕様の充実装備！

お盆休暇 8/9-8/17

見学予約は こちらから

リビングとダイニング

おうち時間にゆとりができる家
リビングとダイニングを分けたゆとりのある大空間。
おうち時間が長くなる、家族みんながくつろげる
快適な住まいをぜひご体感ください！
■所在地／都城市太郎坊町7688-3

**建築条件付売地も残りわずか！
大人気！西小学校から徒歩2分！ 686万円**

■所在地／都城市南横市町3703-23 ■交通／宮崎交通加治屋バス停徒歩4分 ■土地面積／288m² ■地目／畠（現況宅地）
■蔽蔽率／70% ■容積率／200% ■用途地域／無指定
■取引様態／売主 永倉建設 宮崎県知事(2)第4842号

〒885-0112 都城市乙房町1673-3
TEL 0120-59-3339
FAX 0986-37-2709

『丸商建設』が手掛けた、一万城のモデルハウスを基に、家づくりのこだわりポイントをご紹介します！

子育て世代に向けて設計されたこの住まいは、日々の暮らしをしつかりと支える工夫が詰まっています。特に印象的だったりビングの勾配天井。天井が高くなることで空間にゆとりが生まれ、平屋でも窮屈さを感じさせません。南側からは光がしつかりに入るため、明るく開放的な雰囲気が魅力的です。加えてリビングと小上がりの和室は繋がって

きる家事らく動線。バスルームと印象的



いるため同じ空間で家族団らんを楽しめるのも嬉しいポイント。アイランドキッチンからはLDK全体が見渡せ、料理をしながら家族とのコミュニケーションも◎

「丸商建設」では住まいを購入された方に、建物初期保証20年・住宅設備保証が10年と、長く安心して暮らせるサポートを提供。また、毎週土曜・日曜で、スムーズに行くことができる家事らく動線。バスルームまで、スマート

ムと洗面台は独立した箇所にあるため、朝の忙しい時間にも身支度が楽に！

また、玄関には来客から見えない場所に広々としたシューズクローケを設置。靴やベビーカー、アウトドア用品まで置くことができる設計。雨が降った時に、お子様の自転車を収納するスペースにも使用できそうですね。

『ホームリノベーションあかつき』が主催している「住まいのリフォーム相談会」に伺いました。皆さんは「先進的窓リノベーション」も◎。2025事業」が今年で終了することを知っていますか？これ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



を向上させる改修工事に対し、最大200万円の補助をもらうことができるお得な制度になっています！窓やドアの開口部は、住宅全体の6～7割を占めると言われています。今ある窓に内窓をつけるだけで、室内外の騒音対策や、冷暖房効率向上させ光熱費の削減にもつながり、省エネ効果も◎。

窓以外にも幅広いリフォームに対応しており、相談会ではPalomaのWITHINを紹介しています！窓やドアの開口部は、住宅全体の6～7割を占めると言われています。今ある窓に内窓をつけるだけで、室内外の騒音対策や、冷暖房効率向上させ光熱費の削減にもつながり、省エネ効果も◎。

さらに『ホームリノベーションフォームコンテスト』にて、キッチン・リビング部門と浴室・サンタリー部門において宮崎・鹿児島地区最優秀賞を受賞しました。昨年開催された「家事らくリフォームコンテスト」にて、キッチン・リビング部門と浴室・サンタリー部門において宮崎・鹿児島地区最優秀賞を受賞しました。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。

相談も随時受け付けています。気になる方はぜひ一度相談してみてください。

建もの探訪
丸商建設 編

子育て家族にちょうどいい間取り。
丸商建設のモデルハウスに伺ってきました。

建物初期保証 20年付

鷹尾1丁目建築中
五十町モデルハウス建築予定

4LDK 平屋建 **2,655万円**

■所在地 / 都城市上水流町 1589-8
■敷地面積 / 330.60 m² (100.00坪)
■延床面積 / 110.50 m² (33.427坪)
■学校区 / 志和地小・志和地中
■建築年月日 / R7年6月

HP Instagram

●建設業許可番号 国土交通大臣許可(般-4)28651 ●(財)住宅性能保証登録 10005648 ●宅建免許番号国土交通大臣(1)第010216号 ●性能保証住宅登録機関加入社(一社) ●九州不動産公正取引協議会加盟事業者

丸商建設 ☎ 0120-14-8889

建もの探訪
ホームリノベーションあかつき 編

もうすぐ終了!
「先進的窓リノベ2025事業」

水まわり、困った時はあかつきへ!!

水栓の交換 トイレの水漏れ修理
キッチン・バス・ペットのリフォームなど

最大**200万円**の
補助金適用!!

おトクな内窓リフォーム
好評受付中です!

詳細はお問合せください。

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!

HPはこちら
あかつき燃料 検索

0986-24-9537

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周年を迎えた創業以来、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。



利用者様 募集中!

デイサービス ぽっぽフォーラム

半日型では
珍しい
入浴制度

半日
無料体験
もできます!

ご要望が
あれば
お食事も!
※500円~

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)

ぽっぽフォーラム

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



れんげメディカルグループ 大阪で楽しく働きませんか？

未経験者も大歓迎！ 無資格の方には 資格取得制度あり!!

厚待遇

- ★ 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
◆れんげハイツ東寝屋川
◆ピア茨木みなみ

◆れんげハイツ西淀川
◆れんげハイツ長居公園
◆ピア高田

◆れんげハイツ井高野
◆れんげハイツ長居公園みなみ
◆フォーラム三股

◆れんげハイツ黒原
◆ピア茨木
◆れんげフォーラム

■採用情報

入居相談員（営業職）

介護職員

職種	入居相談員（営業職）	介護職員
雇用形態	正社員	
給与	<p>月給: 230,000円～250,000円 + インセンティブ (成果によって収入UP!)</p> <p>【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</p>	<p>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</p>
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	

RMG
Renge Medical Group

フェリスケア
FELIS CARE

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



お問合せはコチラ

06-4391-3711

E-mail: renge@renge.org

休日急患診療機関

[8月予定]

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

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

最新情報はこちらをご覧ください



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

3 日 (日)	有馬医院(内・小) 田口循環器科内科クリニック(内) 隅病院(内・胃) MKクリニック(脳) いのまた整形外科クリニック(整) すみ産婦人科医院(産・婦) 内之浦歯科医院(歯)	上長飯町 下川東 高崎町 早鈴町 五十町 東町 中原町	23-2610 24-0600 62-1100 51-6777 36-6272 23-1152 24-8022
10 日 (日)	共立医院(小) 藤元総合病院(内) みしま内科クリニック(内・循) 宗正病院(外) 飯田整形外科クリニック(整) 武田産婦人科医院(産・婦) 片平歯科医院(歯)	蔵原町 早鈴町 三股町 八幡町 上町 蔵原町 祝吉	22-0213 22-1717 51-8100 22-4380 46-5115 22-0336 25-9300
11 日 (月)	ふくしまクリニック(内・消・小) すみクリニック(内) 海老原内科(内) 柳田病院(外) 横山病院(消) 宮田眼科病院(眼) きんじょう歯科医院(歯)	下川東 東町 山田町 東町 都島町 蔵原町 金田町	46-5001 36-7701 64-1211 22-4862 22-2806 22-1441 38-0120
13 日 (水)	畠中小児科医院(小) 藤元上町病院(内) メディカルシティ東部病院(内) もりやま脳神経外科(脳) 酒井皮膚科医院(皮) 西浦医院(耳鼻) たぐち歯科医院(歯)	三股町 上町 立野町 久保原町 北原町 松元町 太郎坊町	52-6000 23-4000 22-2240 21-6888 25-5322 22-0715 38-3330
14 日 (木)	久保原田中医院(内・小) 坂元循環器内科医院(内・循) 坂田医院(内・消・胃) 川畑医院(外・胃) もちお蛇原医院(整・形) ふたみ眼科(眼) ハートデンタルクリニック(歯)	久保原町 宮丸町 三股町 年見町 蓑原町 都北町 天神町	22-7700 57-9933 51-2003 46-3225 21-5355 38-5532 58-7700
15 日 (金)	たけしたこども医院(小) 野辺医院(内・胃) 宇宿医院(内・胃・消) 野口脳神経外科(脳) いき形成外科ひふ科クリニック(形・皮) 北原医院(産・婦) うえくぼ歯科医院(歯)	三股町 上町 栄町 太郎坊町 年見町 北原町 三股町	51-0005 22-0153 25-9031 47-1800 45-0020 22-4133 52-6601
17 日 (日)	原田医院(内・小・外) 宮永病院(内・胃・外) 大橋クリニック(内・消・リハ) とり内科外科胃腸科医院(内・外・胃) なかむら整形外科クリニック(整) 岩下耳鼻咽喉科(耳鼻) 五反田歯科医院(歯)	郡元町 松元町 庄内町 三股町 平江町 三股町 平江町	26-3330 22-2015 37-0539 52-1135 36-5333 51-1187 24-8833
24 日 (日)	政所医院(小・内) 松山医院(内・呼・リウ) 瀬ノ口医院(内・消) 一心外科医院(外・胃・肝・内) 江夏整形外科クリニック(整・リウ・リハ) くぼた眼科(眼) さいとう歯科(歯)	高城町 上川東 姫城町 三股町 三股町 南鷹尾町 志比田町	58-2171 24-1046 25-5155 52-7788 51-1122 26-3100 26-8148
31 日 (日)	山内小児科医院(小) やまさき医院(内) 都城在宅医療クリニック(内) 福島外科胃腸科整形外科医院(外・胃・整) 都城明生病院(泌) あきづき医院(精) シゲシロ歯科医院(歯)	上町 都原町 南横市町 都北町 金田町 上水流町 早鈴町	22-0048 25-7780 58-9808 38-1633 38-1120 36-0534 24-7833



お顔の“赤筋”を鍛える

次世代フェイシャルトレーニング



■取材協力／Private Salon Luck
都城市平塚町 TEL.080-6978-6939
P23もご覧ください

「テラボーラー」をご存知ですか？

顔には「白筋」と「赤筋」と呼ばれる2種類の筋肉があり、このうち表情の土台を支えるのが“赤筋”といわれています。しかしこの赤筋は、日常生活ではなかなか使われず、意識的に鍛えないと年齢とともに衰えてしまう筋肉でもあります。

そこで注目されているのが、

赤筋に直接アプローチできる専用マシン「テラボーラー」。

電気刺激で顔のインナーマッスルをダイレクトに動かし、肌表面ではなく、筋肉の奥から“グッ”と引き上げるような感覚が得られます。「顔の筋トレ」とも言われるこの施術は、たるみ・ほうれい線・フェイスラインのもたつきに悩む方にぴったり！



笑顔あふれるバレエのはじまり！ Erina Ballet StudioのPrimaryクラス

都城市に7月オープンしたばかりの『Erina Ballet Studio』。Primaryクラス（3～6歳）では、音楽に合わせて楽しく身体を動かしながら、自然と美しい姿勢や柔軟性、集中力を養っていきます。指導するのは、福岡県で講師歴18年の指導歴をもち、数々の舞台を経験した恵里奈先生。取材当日も、色とりどりのレオタードに身を包んだ子どもたちが、先生のやさしい声かけに笑顔で応え、真剣にレッスンに取り組む姿が印象的でした。床に座ってのストレッチや手を挙げるポーズにも、一人ひとりの成長を感じられます。表現力や感性を育む大切な時間。バレエに興味がある方は、ぜひ見学や体験に訪れてみてください♪

■取材協力／ErinaBalletStudio 070-5419-0213





A セルフお風呂無料体験チケット(1回分) 回

都城で人気のドッグスパ『wan-wan-spa (ワンワンスパ)』さんより、セルフで利用できるわんちゃん用お風呂の無料体験チケットをプレゼント♪ 清潔で広々とした空間に、専用ドライヤーやバスタブなど充実の設備が揃っており、飼い主さんも一緒に安心して利用できます。

「自宅では大変…」という方にも大好評！ リピーターも続出中の大人気サービスを、ぜひこの機会にお試しください。

★提供／wan-wan-spa
☎080-9103-4977 都城市上長飯町5322

P4・5も
ご覧ください

B オーダーメイドコース 50%割引券 回

心と体をほぐすご褒美タイムをあなたに。オールハンド施術が魅力の『relaxation salon SERENO』さんから癒しのひとときをプレゼント！ 日々の疲れを癒しにぜひご応募ください。

提供／relaxation salon SERENO
☎080-3733-5797 都城市都島町205-2

P23も
ご覧ください

C マカロン(5個) 回

P25も
ご覧ください



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

E ふれあい入場料(60分) 回

2組様 ※各組3名まで



小さくてふわふわで、動きの一つひとつが愛らしい。可愛すぎて語彙力がなくなる……！ そんな小動物たちふれあえる体験をプレゼント！ モモンガやモルモット、うさぎなど手のひらに乗せたくなる癒しが待っています♪

★Cute animal みみんが
☎080-4208-9991 都城市山之口町花木2031-11

P4・5も
ご覧ください

present

今月の

★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、8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★

回 …発送 回 …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 おいげんチーズ饅頭 10個セット 回

3名様



宮崎県民なら誰もが知るチーズ饅頭。『お菓子のながくら』のおいげんチーズ饅頭(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

P23も
ご覧ください

F 1000円お食事券 回

3名様 ※おつりはでません



麺や星月で利用できるお食事券をプレゼント！ 大盛りにカスタムする良し！ 好きなトッピングを追加するのも良し！ お好きなメニューをご利用ください。

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

P25も
ご覧ください

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

おそれいりますが
85円切手を
お貼りください

★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 回

TEL ()

ご職業

小学生・中学生・高校生・大学生・社会人・主婦/主夫・その他()

会社・学校名／

フォーラムの入手先

きりしまフォーラム 8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・広告とそうでなかつた記事・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()

興味が持てなかつた記事・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！

ガス衣類乾燥機『乾太くん』で時短・効率化 夕方に洗っても、夜にはふかふか。

◎こんなお悩みやトラブルはありませんか？



「子育てが忙しくて、朝の時間が確保できない……」
「雨の日は部屋干しで、部屋の中がムシムシして不快……」
「大家族だから洗濯物が多く、干すだけで20分もかかる……」
「コインランドリーに通うのが面倒で、小銭ばかり増えてしまう……」
「ドラム式洗濯機の乾燥機能を使っても、生乾き臭が気になる……」



LINEからも
お問合せOK!!



天気を
気にせず、
干す手間ゼロ！



ガス衣類乾燥機『乾太くん』がスッキリ解決!
『乾太くん』だと、こんなに快適になります!

・洗濯物を干す手間がゼロ!

- ▶家事の時短を実感し、朝の時間に余裕が生まれます。
- ・天候を気にせずいつでもカラッと乾燥!
 - ▶雨の日も気にせず、ふんわり仕上がる快適な洗濯ライフ。
- ・ズボラな旦那様でもOK!
 - ▶やる気スイッチは1つだけ。洗濯物を入れてスイッチを押すだけで完了。
 - ・1回の乾燥時間はわずか60分!
 - ▶洗濯物が多いほど、その時短効果を実感できます。
 - ・生乾き臭を防ぎ、イライラから解放!
 - ▶強力な乾燥力で、生乾きのイヤな臭いを抑えます。
 - ・もう、洗濯のストレスとはサヨナラ!
 - ▶ガス衣類乾燥機『乾太くん』で、毎日の家事をもっとラクにしませんか?



無料お見積り実施中

「オール電化で設置できるか不安」「月々のガス代が不安」
など、ガス工事の専門家があなたに答え致します。

お申込み先

TEL (0986) 24-2000 (代表)

創業65年以上、ガスを通じて快適な暮らしをサポート

株宮脇燃料

宮崎県都城市都島町275番地1

☆アンケート☆

●学生時代の夏休みで、今もふと思い出すエピソードはありますか？

●これってウチだけ？と思った家族の習慣やあるあるを教えてください。

☆ご協力ありがとうございました。

高齢者向けのお食事宅配サービス

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。

一番人気の
お手頃サイズ！

小町コース

カロリー
290 kcal
基準

※5日間平均

塩分相当量
2.2g 以下

※5日間平均

木 白身フライ 他



月 アジの煮つけ 他



火 肉団子のネギソース 他



水 唐揚げ 他



木 白身フライ 他



金 じゃがいもと牛肉の炒め煮 他

小町コース

月～金曜の5日分

通常価格

~~2,750~~ 税込 円 を **2,200** 税込 円

お試し価格

おかずコース

カロリー
400 kcal
基準

※5日間平均

塩分相当量
3g 以下

※5日間平均



おかずコース

月～金曜の5日分

通常価格

~~3,250~~ 税込 円 を **2,600** 税込 円

お試し価格

お申し込みは
お電話1本でOK！

ご利用方法について
ご説明いたします

保証金や配達料などは
一切ありません

前週までに一週間単位で
前金にて集金させて
いただきます

お留守の方には、保冷ボックス・鍵付ボックス・保冷剤などを無料でご準備
いたしております。月曜日～金曜日まで毎日一食ずつお届けいたします。

毎週火曜日締切
月曜日よりお届け開始

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。

※9月30日分の注文まで

九州を元気に!!

ショクジコーポレーション

宮崎県都城市志比田町 5897-1

お気軽にお電話ください



0120-222-135

受付時間／午前9時～午後5時(月～金曜日)



★この夏、イオン都城店に全長4mの恐竜がやって来る!
観覧無料
目の前で動く!歩く!吠える!リアル恐竜と出会えるチャンス!
日時/8月17日(日)
①11時~②13時~③15時~
各回20分~25分
場所/店内各所

イオン都城ショッピングセンターでの行事

★どん・ぺんた

おとぼけコメディー大道芸

観覧無料
サーカス学校出身のどん・ぺんたによる大道芸。ボール・クラブ・フラフープなどを使ったジャグリングや大きな玉に乗るバランス芸、海外発祥の銅像になりきるパフォーマンスを披露します。

日時/8月13日(水)

◎ジャグリングショウ
①12時~②14時~
16時~

場所/2階特設会場

★新幹線ロードトレイン 電車

のお医者さん「ドクターワイロー」がやってくる!
普段は乗れないドクターワイローで店内周遊の旅に出よう!

乗車料/1回200円(税込)
※IAEONアプリ会員でイオン都城店をお気に入り店舗に登録された方は100円引き
日時/8月14日(木)・15日(金)
10時~17時
場所/2階中央ブリッジ

★イオンのお中元・夏ギフト

定番のお酒やスイーツなど、

人気の商品を豊富にご用意しております。
日時/開催中~
8月15日(金)まで※予定
場所/1階セントラルコート
日時/8月21日(木)
~9月1日(月)
11時~19時
場所/1階正面入口外

★ロイズチョコレートショップの移動販売車がやってくる!

★第1回みみんが×めじえど
インストア

★クロワッサン鯛焼き販売
※体重50kg以上の体調のよろしい方
※男性17歳~69歳、女性18歳~69歳までの健康な方など
方が対象です

日時/8月22日(金)~26日(火)
10時~18時(予定)
場所/1階正面入口
レストラン街前

★乾太くんフェア開催!

ガス衣類乾燥機「乾太くん」の商品展示や、窓リリフォームのご相談会を開催します。洗濯物の乾燥でお悩みの方や、おうちの快適さを見直したい方は、ぜひお気軽にお立ち寄りください♪

日時/8月10日(日)
11時~18時(営業時間内)
場所/みみんが店内
(都城市山之口町花木

●スパイス料理をつくるう
あいがけカレー

●おでかけエンゼル
(出前子育て支援ひろば)

日時/8月23日(土)・24日(日)
10時~18時
会場/1階催事場

●問合せ/ミスミガス都城店

080-4208-9991

●楽しい中華レッスン

日時/8月26日(火)
10時~13時

会場/8名

申込締切日/8月11日(月・祝)

●宮崎ガス・宮崎液化ガス
クッキング講座

夏にピッタリなクッキング講

座が開催されます。夏の美味し

い思い出作りを!

●肌診断で本当の肌状態を知つてみませんか?

●問合せ/宮崎ガス都城支店

0986-38-7500

●くすりと健康フェスタ2025

テレビでも話題の岡本宗史先

生による特別講演!

●活躍中の医師・医学博士岡本宗

史先生を講師に迎え、「本当のア

ンチエイジングとは!」をテー

マに講演会を開催します。加齢

申込方法/応募フォームよりお

●おうちでできる簡単な
イオン都城ショッピングセンター
お肉の焼き方
定員/8名
申込締切日/8月19日(火)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月13日(土)
10時~13時
申込締切日/8月29日(金)
定員/8名
講師/ローカルフレードコーディ
ネーター井ノ上先生
受講料/2500円
●スパイス料理をつくるう
あいがけカレー

●おでかけエンゼル
(出前子育て支援ひろば)

●肌診断で本当の肌状態を知つてみませんか?

●問合せ/宮崎ガス都城支店

0986-38-7500

●くすりと健康フェスタ2025

テレビでも話題の岡本宗史先

生による特別講演!

●活躍中の医師・医学博士岡本宗

史先生を講師に迎え、「本当のア

ンチエイジングとは!」をテー

マに講演会を開催します。加齢

申込方法/応募フォームよりお

ります。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
料金/参加無料
※当日は展示・体験ブースも多
数あり! 気軽に健康チエックができる「お薬相談」「血管
年齢測定」なども行われます。
※講演会は事前の
お申込みが必要です。

●お肉の焼き方
日時/8月24日(日)
10時半~12時(受付開始10時)
会場/ウェルネス交流プラザ
ムジカホール
定員/293名(要申込・先着順)
日時/9月3日(水)
10時~13時
会場/ウェルネ

申込みください
※詳しくはP.26に掲載の申込み
フォームQRコードをご確認ください

特典／①お肌に合わせた
特別優待券

②『SACHIパン』の
米粉パンセット

対象／新規・リピーターディーラーもOK(完全予約制)

■問合せ／クウブナヘル
☎070-1946-7772

★美容のスキルをオンラインで
学べます♪

「人をきれいにする仕事に興味がある」美容の知識を深めた「そんなあなたへ」。『ナリスエステティックアカデミー』では、入学金0円・受講料22,000円(税込)で始められるオンラインスクールを開講中です。接客マナー、ハンドエステ、フェイシャルマッサージングトリートメント、メーキャップ技術など、約3~4カ月でしっかりと習得可能!自分磨きにも役立ち、同じ志を持つ仲間との出会いも魅力です。

日程／2025年10月より
開催日／平日コースと
受講料／220,000円(税込)
受講方法／オンライン(スマートフォン・パソコンで受講可能)
※定員になり次第締切となりますので、お早めにお申込みください。

■問合せ／Beauty Space Beni
☎090-2714-4405

★介護のお仕事に興味のある方へ!

『れんげメディカルグループ』では、介護分野で働いてみたい

方を対象に企業説明会を開催します。仕事内容や職場の雰囲気、働き方にについて詳しく知ることができます。未経験の方やブランクのある方も大歓迎!まずはお気軽にご参加ください。

日時／9月14日(日)
13時~16時半
(開場12時40分)

会場／道の駅 都城N-i-Q LL

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。

※当日は履歴書不要、服装自由
です。

■問合せ／
れんげメディカルグループ
☎0986-36-8770
(担当:宇野)

★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
☎0986-26-5836

■問合せ／
きりしまフォーラム
☎0986-26-5836

★気功教室
体と運動の専門家から、実用的な気功を学べる教室です。調身・調息・調心など、心と身体をリラックスさせて、体のバランスを整えます。どなたでもできる基本的な呼吸法、瞑想法、緩やかな動きから、本格的な気の鍛錬を行います。「気功って何かな?」「運動をはじめてみたい」と思われた方、無理な動きはありませんので、一度見学にいらしてみてください。お気軽にお問い合わせください。

日時／毎週水・土曜日
13時30分~15時(不定休あり)

★他の情報
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「参考になつた」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」、「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下さい。

■問合せ／田中氣功教室
(担当:田中)
☎0986-77-7343

★やる気のある

小中学生大募集中!!
新学期で差をつけられる夏期講習も受付中です!アットホームな雰囲気の中で、完全一对一の個別授業で苦手教科を楽しく克服!今までの学習内容の復習が大切です。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、お気軽にお問い合わせくださいね。

■問合せ／キラキラ塾Rise
☎070-7566-5568

新学期で差をつけられる夏期講習も受付中です!アットホームな雰囲気の中で、完全一对一の個別授業で苦手教科を楽しく克服!今までの学習内容の復習が大切です。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、お気軽にお問い合わせくださいね。

■問合せ／キラキラ塾Rise
☎070-7566-5568

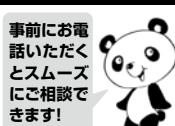
新学期で差をつけられる夏期講習も受付中です!アットホームな雰囲気の中で、完全一对一の個別授業で苦手教科を楽しく克服!今までの学習内容の復習が大切です。一緒に「できた!」を増やしませんか?

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、お気軽にお問い合わせくださいね。

■問合せ／キラキラ塾Rise
☎070-7566-5568

夏場の疲れ 熱中症対策 に!!

症状に合った漢方薬を試してみませんか?
「どうも食欲がわかない、身体がだるい、気力がない」などでお悩みの方、お気軽にご相談ください。
女性の薬剤師・スタッフが対応します。



事前にお電話いたくとスムーズにご相談で
きます!

夏場の疲れ

熱中症対策

に!!

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

Instagram

ご予約お待ちしております。



金婚記念撮影承り中

思い出づくりのお手伝い

塩屋写真館
HP <https://shioya-ps.com>
公式LINEからの
お問合せも受付中▶

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



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。

8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 休診	4 院長 小山田先生	5 院長【午後のみ】 小山田先生	6 休診	7 院長 小山田先生	8 院長 小山田先生	9 小山田先生 南村先生
10 休診	11 休診	12 院長 小山田先生	13 休診	14 休診	15 当番医	16 院長 午後休診
17 休診	18 院長 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	23 小山田先生 南村先生
24 休診	25 院長 小山田先生	26 院長 小山田先生	27 休診	28 院長 小山田先生	29 院長	30 院長
31 休診						

いき形成外科ひふ科クリニック ①0986-45-0020
都城市年見町24号5番地

新しいこと、始めよう

習い事特集

未就学児

小中学生

高校生

誠塾

予備校部門新設!

080-5381-1212

受験生を全力サポート／

国語・数学・理科・社会・英語の5教科を朝から夕方まで学校のようなスケジュールで行います。学校に通うという手段以外で大学進学のために頑張りたい、もう一度志望校に挑戦するために勉強したいという方に向けた予備校です。志望大学と学力に照準を合わせたフルオーダーメイドのサロン型学習塾!



生徒一人ひとりに合った勉強方法と一緒に考えてくれる学習塾です。『ペリタスアカデミー』と提携しており、5教科の勉強がいつでもできます。また、先生お手製の解き方が載っている教科書で分かりやすい!

授業は少人数で生徒との対話を大切にしており、日々の学習への意識を今まで以上に受験に向けた取り組みとなるようサポート体制もバッチリ! 自習室は365日、平日16時~24時、土日祝8時~22時で開放しています。

幅広い学年に対応! 通常の学習塾も開講中!

コース紹介

オプション講座も
あります

小学部: 月~金 17時~19時
中等部: 月~金 19時~22時
高等部: 19時~22時

無料体験授業 受付中!

お気軽にお問合せください

都城市一万城町29号6番地
(一万城郵便局向い)



公式
LINE

HPIは
こちら

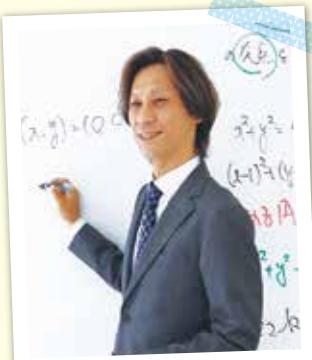


コンピュータ・ロボット・機器を作り意图通りに動かすためには、論理的に組立て、数字や式で指示を出す必要があります。子ども達にプログラミングを教えながら、そもそも算数ができることが大事だという思いから、効率的なタブレット学習「さんすう数学教室」を開講いたしました。AI時代に順応できる数学力が身につくよう、お子さまをサポートしていきます。

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(ヒューマス加盟店)

安影先生より



都城に新しく学習塾を開講いたしました。当塾は志望校+現在の学力に合わせ、個々の特徴を活かし独自の勉強法を見出すサロン型の学習塾です。宮崎市内大手学習塾・中高一貫校の高等部で数学を担当していた実績を活かしながら、『ペリタスアカデミー』といった動画教材も使用して、塾外でもしっかりとサポートしていきます。

吉田先生より

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(ヒューマス加盟店)

誠塾

学年ではなく個人の能力に合わせる“最適な”学習進行／ 0986-58-8620



IT×個別対応で「できた!」を育てる新時代のさんすう教室

「ヒューマス」は、タブレットやアプリ、WEBサイトを活用した最新の学習環境を導入し、お子さま一人ひとりに合わせた“最適な”学びを提供する数学専門教室です。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とサポートします!

今ならお得な2大キャンペーン実施中!

はじめるなら今がチャンス!／

☑ 入会金 50%OFF!! 11,000円→5,500円(税込)

☑ タブレット 3ヶ月無料! 通常1,650円/月→初回3ヶ月分0円

まずは無料体験からどうぞ♪

★☆さんすう数学教室 ヒューマスならではの4つの特長★☆

タブレット、アプリ、WEBサイトのITを導入した学習環境

学年ではなく個人の能力に合わせる“最適な”学習進行

難易度を細かく上げるスマールステップで達成感を

AI時代に必要とされる高度な数学力を無理ないステップで習得

体験会 随時開催中／

体験会は1回で完結!

ご都合の良い日程をご連絡ください。所要時間は約60分です♪

■夏休みだからこそ、はじめどき! ■

時間にゆとりのある今だからこそ、ぐんぐん伸びるチャンス♪ パソコン教室も開講中です。基礎からしっかり学べる内容で、

・初歩的な使い方・タイピング練習・操作の基本などを丁寧に指導いたします。

【対象】年少～中学校3年生まで

【授業について】

・1人あたり30分～1時間程度

(集中できる時間に応じて調整)

・通塾は週1回が基本

(曜日・時間は教室ごとに異なります)

都城市上東町3街区11号

営業／9:00～20:00 ※土曜日は18:00迄

定休／日曜日

体験の申込はお電話またはQRコードから→



MAP





やる気のある
小中学生を募集!

「できるようになった」
まで導くので
お任せください!

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／15:00～22:00(講習中は12:00～22:00)
定休日／土・日(講習期間中は日曜のみ)

理数特化!! 「1対1の完全個別指導」

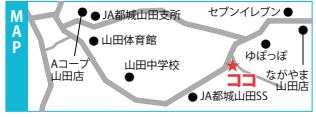
一人ひとりの理解度や苦手科目に寄り添つた、完全個別のカリキュラムが大好評! フレンドリーな先生と一緒に「学ぶ楽しさ」を身につけられます。

☆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!
夏期講習も受付中です!

HP

MAP



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。趣味として始めたヨガ、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



ほたるプログラミング教室

的場先生より

・『都城プログラミングコンテスト』
・『小林プログラミングコンテスト』
を2025年も実施します!
参加費も無料なので、気軽に応募して下さい。

『ほたるプログラミング教室』では、新コースの「3DCGコース(Blenderコース)」がはじめました。
パソコンで3Dのキャラクターやアイテムを作成してみませんか? 女の子にも人気のコースになっています。

都城プログラミングコンテスト 03-5459-0212



コンテスト応募
詳細はごちら

～対象者～
都城市・三股町・曾於市
在住・在学の小中学生

■参加費:無料

■エントリー期間

9月30日(火)23:59まで
※コンテストの参加には、エントリーおよび
作品提出が必要です。期限を過ぎてしま
った場合の応募は一切受付けておりま
せんので、ご注意ください。

ほたるプログラミング教室 お子さま向けのプログラミング教室開講中! /

都城教室／都城市都原町8102-3

小林教室／小林市真方92

開校日:都城教室／月・火・金・土曜日 小林教室／水・木・土曜日

公式LINEからもお問合せいただけます



フォーラム くっくんぐ

暑さ疲れ解消! 食欲がない日でも
さっぱり食べられる最適な
レシピをご紹介します♪

冷しやぶサラダうどん

by シロクロ

材料(1人前)

●うどん	1玉
●豚しゃぶ肉	100g
●ミニトマト	2個
●レタス	1枚
●塩昆布	適量
●刻み昆布	適量
●ごま	適量
●めんつゆ	適量
●マヨネーズ	適量
●かつおぶし	



作り方

- 小鍋でうどんと豚しゃぶ肉を茹でて、水でしめる。
- ①を水でしめている間に、めんつゆとマヨネーズを合わせておく。
- レタス・トマトをお好みの大きさにカットし、各々を盛り付け
- ②のつゆをお肉の上にたっぷりと回しかけたら完成。

食欲が落ちがちな夏にピッタリのレシピです。

たんぱく質・ビタミンB1が豊富な豚肉とつるっと食べやすいうどんで、
食欲がない日でも美味しい元気をチャージできます。

さんすう・パソコン教室ならココ!

ゆっくりと自分のペースでできる学びの場/
子どもからシニアまで、自分のペースで楽しく学べます♪



さんすう数学教室 都城上東教室(ヒューマス加盟店)

対象:年少～中3

- 数学力・思考力を育む個別対応学習
- 1回完結! 無料体験会あり
- タブレットレンタル3ヶ月無料
- 夏休み特典:入会金半額!

考える力が
ぐんぐん伸びる!

タブレット学習と個別対応で、
集中力・思考力・学習習慣が
しっかりと身につきます。

楽しく学べるパソコン教室

対象:小学生～シニア

- タイピング・Word・Excel・資格対策まで対応
- 趣味・仕事・生活に役立つ内容が学べます
- プログラミングやCADもOK!
- 少人数制で安心サポート♪

「やってみたい」を応援!
はじめてでも安心です

初心者の方にも分かりやすく、
趣味から資格取得まで幅広く対
応します。

テキストではなかなか取り組めないお子様や、
独学では進みにくいシニアの方まで、幅広く対応しています。
年齢や経験に関係なく、一人ひとりのペースに寄り添いながら、
目標に向かって丁寧にサポートいたします。
まずは小さな一歩から、一緒に楽しく学びをはじめてみませんか?

さんすう数学教室 都城上東教室(ヒューマス加盟店)

楽しく学べるパソコン教室

都城市上東町3街区11号

営業/9:00～20:00 ※土曜日は18:00迄

定休/日曜日



内から外からキレイになりたい♪ Beauty 特集

~癒し処~ Ku'u Punahele(クウパナヘレ) メンテ姉妹店

Mente for men(メンテ) クウパナヘレ姉妹店

Dr.ピュールボーテコンテスト

最優秀賞受賞サロン ♪

夏でもできる！シミケア！
隠すメイクではなく魅せる素肌を目指しましょう

肌診断 +
Dr.ピュールボーテ肌再生美容
水素マスクトリートメント
通常¥16,500→

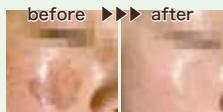
初回お試し **¥15,400**

肌再生美容Dr.ピュールボーテ化粧品を使い、余分な角質を取り除き、毛穴レスへ！ニキビア、シミ緩和にも◎ リッチな成分たっぷりの活性酸素除去マスク使用！

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

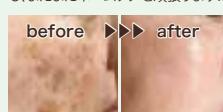
初回お試し **¥16,500**

肌に蓄積されたメラニンを少しずつ外に排出しながら、本来持っているターンオーバーを復活させます。



Y様 お喜びの声

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



参加特典！



お申込みは、P26のtopicsをご確認ください。

男性の皆さん！プロのスキンケアを、ぜひお試しください♪



シミ
before
after

たくさんの男性のお肌の悩みを解消してきました『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。パ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！気軽にご相談くださいね！



T様 お喜びの声

シミが薄くなっていくのを実感しております。

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！

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。

通常¥16,500→
初回お試し **¥13,200**

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

肌診断
+カウンセリング
+シンプルスキンケア
¥5,500

話題の新成分導入！

レモンボトル 通常¥19,800
→お試し¥18,000！

フェイスライン・首まわりが気になるあなたへ
“注入しない、切らない”新たな選択肢が登場。
海外の美容医療でも話題の『レモンボトル』。
パイナップル酵素由来の成分で、フェイスライン
のもたつき・たるみ感にアプローチします。

『クウパナヘレ』がレモンボトルを選んだ理由
お客様からよく聞くお悩み——年齢とともに変化する、顔の“重さ”や“もたつき”。それは脂肪細胞の“数”が関係していることもあります。
でも、「ただ導入する」だけでは意味がない。
効果をしっかり感じていただくために、「導入の順番」「使用する機器」「手技の流れ」すべてを組み合わせて構成しています。

“実感できる”ために、技術を惜しません。

導入した当日より、数日後が分かりやすいです！

2025年6/30 2025/7/2
before ►► after



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



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☆ Naris Cavi 3S PRO の EMS 技術特許取得!!

話題の“特許取得”美顔技術！ナリス キャビ3S PRO 使用

3S美点ドレナージュ・エレクトロポレーション モニター様 大募集！ ♪



顔の約70か所のツボを導電性グローブでダイレクト刺激！／
高周波・中周波・低周波を独自にブレンドした 3DABE wave
system(特許取得)が表情筋・深層筋膜・リンパへ同時アプローチ！
むくみ・たるみ・二重あごに即実感♪
さらに——3Sエレクトロポレーションでヒアルロン酸やプラセンタなどの美容成分を肌の奥へ導入。透明感・うるおいも同時に叶います。



1回でも変化にびっくり！

「顔まわりがスッキリして
小顔に♪」「肌がワントーン
明るくなって色白に見える
！」というお声が多数届いています！



【3名限定】今だけ！
話題の“特許取得技術”で、顔＆ハリ感を実感／
ナリス『キャビ3S PRO』導入
週1回¥11,000×4回 = ¥44,000
モニター様 特別価格／
週1回×4回 **¥22,000！**
同時募集！ お試し1回¥11,000→¥7,700

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



脱毛都度払いコース
初回50%OFF!!

R7.8/31迄有効



ご予約・お問合せはお早めに！
※施術時間:約70分 / カウンセリング込み
※モニター条件:施術写真のご提供にご協力いただける方



まとまりと艶が
手に入る
自然派サロン

悩める大人女性の髪を
理想のスタイルへ導きます!

大人女性のための
サラツヤストレート!

イエシング毛対応
ストレート+カット

¥13,200

relaxation salon SERENO

オールハンドならではの癒しを提供します!



お子さま連れOK!

女性専用のサロン『SERENO』。ここでは理学療法士の資格を持つセラピストが、オールハンドで施術。手の動きや手のぬくもりは、心身をほぐし、緊張やストレスを解放する効果が◎。施術中に感じる心地よさやゆったりとした時間を過ごすことで、日常の疲れや緊張から解放できますよ♪

SERENO イチオシメニュー!

◆深層リンパトリートメント ¥4,500

深層リンパに働きかけ、老廃物の排出を促進。むくみや疲れの改善に深く効く全身ケア。心地よいアロマの香りに包まれながら、心も身体もリラックスできる贅沢なひとときをお届け♪ (施術自安) 60分~90分

◆オーダーメイド ¥5,000

丁寧なカウンセリングをもとに、体調やお悩みに合わせた全身ケアも実施。一人ひとりに合わせた最適な施術で、凝りやむくみに根本からアプローチを行います。(施術自安) 60分~90分

リピーター多数!!

ミネラルデジカール+カット

¥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



Private Salon Luck

肌本来の明るさへ導く、新しいケア体験を/
黒ずみや色素沈着が気になる部位に。

自然なトーンを目指す「ローマピンク」が、ついに都城で受けられるようになりました! 新規導入に伴い、お得なモニター様募集中です! 詳しくはInstagramから♪

「ローマピンク」ってなに?

植物由来の専用美容液とLEDライトを使って、肌のくすみや黒ずみにアプローチする、話題のくすみケアメニューです。唇・乳首・VIOなど、デリケートゾーンにも対応できるやさしい施術で、肌本来の自然な色味へ導きます。麻酔も不要、痛みもありません。安心して受けられます♪



「これまで見えなかった部分に自信が持てた」
「仕上がりが自然で、友人にも気づかれないレベル!」など嬉しい声も多数!!

完全予約制のプライベート空間で、安心と癒やしを。1対1の施術で、他のお客様と顔を合わせることなくラックスできますので、乳首やVIOなどのデリケートゾーン、他の人には聞きづらいお悩みもお気軽にどうぞ。



Before



After

△こんな方におすすめです

- ・黒ずみやくすみが気になる
 - ・セルフケアでは限界を感じる
 - ・痛みや刺激が不安…という方にも◎
- 施術は現役薬剤師&看護師が対応。肌の状態や体調に配慮しながら、丁寧にご相談・施術を行います。

SNSで話題! 「顔がギューッてなるやつ」体験してみませんか?

話題沸騰中 【#テラボーラー】

マシンを当てるだけで、顔の筋肉が勝手にギューッ!!!

普段使わない深層の表情筋(赤筋)にピンポイントでアプローチし、ピクピク動く感覚に「クセになる!」という方も続出中。SNSで話題のあの体感、都城でついに体験できます!

★☆初回限定価格★☆

●テラボーラー ¥5,000

●美顔筋SOSEI ¥10,000
(テラボーラー + 高濃度美容液 + テラ鉱石パック)

●美顔筋SOSEI + 美肌顔脱毛 ... ¥13,000

テラボーラーで、お肌のトーンもアップ! ▶ あご周りもシャープに▼ お試しください!



Before



After

080-6978-6939

都城市平塚町
営業/9:00~17:30
定休/日・祝日
各種クレジットカード、電子決済OK

Google マップQ.
『Private Salon Luck』
で検索

ご予約・お問合せは
インスタDMまたはLINEから♪



Before



After

都城に1台限りの
超最新脱毛機
導入しています!

7歳から可能◎
脱毛にも自信あります!



Instagram LINE

きりしまフォーラムに
デザイン・印刷
お任せください!

デザイン費

5,000円~



リーフレット
名刺

【印刷料金】三つ折り(仕上がり100mm×210mm)
カラー両面 100枚3,800円~
※デザイン費別途

【印刷料金】
カラー両面 100枚2,000円~
※デザイン費別途

お問合せ:
きりしまフォーラム

0986-26-5836

info@kiri-fo.net



仕事終わりの
レッスン受講も
人気です♡

室内で楽しく有酸素運動! 日焼けも雨も気にならない!

適度な有酸素運動がカラダとココロを整えます。『chico park』のレッスンでは、バランスボールで弾むだけで、自然と正しい姿勢が身に付き、自律神経の調整やポッコリお腹とサヨナラできます! 年齢問わず、多くの方に嬉しい効果を実感していただいている。

大好評

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カ月)

一人ひとりに合った姿勢改善法とトレーニングのアドバイスで大人気!

090-5943-2437

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

Instagram LINE



婦人科妊活サロン Kikoeta オンライン講座開始!

温活ダイエットはじめませんか?

△3つの特徴△



1. 骨格矯正
歪み改善で代謝UP!
正しい姿勢で美しいボディライン

2. 内臓調整
内臓機能を整えて、自然に燃焼しやすい身体へ

3. 機器による体温UP
体温を上げて基礎代謝と血流向上! 冷え知らずの瘦せ体质

△妊活中の方にも安心の体質改善メソッド/
温活ダイエットサポートコース
初回限定 7名様!
通常¥7,000→ 初回限定 ¥5,000

※定員に達し次第、予告なく終了します

体質に合わせた施術と、丁寧なカウンセリングで、
あなたの「これから」をもっと心地よく。

090-5747-1854

曾於市財部町下財部1637-8
(美容室宝さんの店舗内)
営業/10:00~16:00(最終受付15:00)
定休日/日・祝日 完全予約制
カード・PayPay決済準備中

ご予約は公式LINEから

LINE HP



FORUM'S

SELECT GOURMET

～フォーラムセレクトグルメ～

石窯パン工房 グレンツエン 都城店

☎ 0986-36-5888

＼夏だ!パンだ!／ グレンツエンのパン祭り♪



今年の夏も、パンの香りと笑顔があふれる「グレンツエンのパン祭り」がやってきます! 毎年ご好評いただいている限定パンや、季節のフルーツを使った爽やかパンなど、暑い夏にぴったりのラインナップを多数ご用意♪ 夏休みはとくに! ご家族みんなでパンの香りに包まれる幸せなひとときを過ごしませんか?

店舗情報

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

LINE公式アカウント
友達募集



☆夏のパン祭り☆

瀬戸内
レモンパン
180円

甘酸っぱい
レモンの香りが
広がる爽やかティスト♪

キャベツと
サルサソース
248円

ピリッと爽やかなサル
サソースがクセになる! ちょっと
リスパイシーな大人の味わい♪

ブルーベリーデニッシュ 270円

サクサクのデ
ニッシュ生地
に、甘酸っぱい
ブルーベリー
がとろける夏
スイーツ!



パティスリー ミロワール

☎ 0986-25-1788

銘菓で味わう無病息災の祈り——
大切な方へのギフトにおススメです

的サブレ



「大弓」の生産日本一の都城ならではのお菓子『的サブレ』をご存じですか? 万病に効くと言われる生姜を生地に練り込み、焼き上げ後も生姜を塗っているため、ピリッとした辛味のアクセントを楽しみつつ、ほとと心温まるようなお菓子となっています。大切な方への贈り物などにいかがでしょうか?

店舗情報

都城市上東町11-16
営業/9:00～19:00
定休/第1・第3火曜日

Instagram→



美味しい縁起物的サブレ

■10個入り 1,750円
■15個入り 2,500円
■20個入り 3,400円



※ばら売りも可
※全国発送承ります。
※防腐剤・保存料不使用
キャラクターデコレーション
ケーキ承ります。
詳しくはお問合せください。



寿司虎亭 活魚!! 寿司虎亭

☎ 0986-46-5226

この時期だけ! 北海フェア!



北海御膳3,608円! 鮮度抜群の生ズワイガニに、ホタテの貝柱。ホタテのバター焼きは卓上コンロでお楽しみいただけます♪ 新鮮なうちにやホタテの美味しさを最大限に引き出す料理長の職人技が光る逸品です! 今だけしか味わうことができませんので、お見逃しなく!

店舗情報

都城市笠置町1480
営業/昼の部 11:30～15:00(最終入店/14:00)
夜の部 17:00～21:00(最終入店/20:00)

テイクアウトも大好評
お盆のご予約も承り中

家族や親族との大切な集まりには「寿司虎亭」のお弁当がおすすめです



今すぐスマホでカンタン注文♪

『寿司虎亭』のネット注文がとっても便利! 事前に注文しておけば、待ち時間ゼロでスムーズに受け取りOK! もちろん、鮮度と職人の技はそのまま! おいしい時間を、もっと手軽に楽しみませんか?

ネット注文は
こちらから! →



大杉しいたけ園

☎ 0986-57-2536

栄養たっぷりきのこの餃子で
夏の疲れも吹き飛ばしましょう!



夏バテしやすいこの季節。無添加食材を豊富に使った「きのこの餃子」がオススメです。宮崎県産ブランドポークと、自社栽培のしいたけ&きくらげで、気軽に美味しく栄養補給! 口に入れたとたんに広がるジューシーなうま味と、トリュフのような芳しい香りは病みつきになること間違いなしです。贈り物にもピッタリですよ。

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

ギフト発送承ります!

ご予算に応じた、しいたけ・きくらげ・加工品等の詰め合わせ承ります。お気軽にご相談ください。

オススメ商品はこちら!!

- ・朝採れ生しいたけ
- ・鶏ときのこの炭火焼
- ・きのこの餃子
- ・きのこのメンチカツ



ネット注文は
こちらから!



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。



●昔お墓の前で写真を撮り、現像した写真を見たら、半分真っ黒になっていた時はゾクつきました。
(かすてら/69歳)

(リンリン/23歳)

●子どもの頃、毎日の夜に夜更かしをしていたらドアがガタガタ鳴つたりお経が聞こえてくるようになり、恐ろしくて早く寝るようになりました。後にそれは夜更かしする私を見かねた母の仕業だったということが分かりました。(笑)

●子どもたちが亡くなつたお坊さんがお経を読んでいると、また黒い蝶がクルクルと入つてみんな黒い蝶を見るといつたが、年後じいちゃんが帰つて来たと話してます。

(みーくん/47歳)

●寝ている時に、亡くなつた方が覆い被さつてきたことがあります。怖かったです。

(まあちゃん/53歳)

●私のじいちゃんが亡くなつてお坊さんがお経を読んでいる時、どこから入つたのか分かりませんが大きな黒い蝶が、じいちゃんの周りをクルクル回つてふうつといなくなりました。数

●赤ちゃんが誰もいないところを見て笑つていました。
(ひーさ/33歳)

●いとこの子どもが、誰もいないところを指さして「子どもがいるね」と言つてました(汗)
(たけのこ/33歳)

本当にあった怖い話



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

1st page ファーストページ

宮丸店 080-5257-0896 / 都北店 0986-70-0359

この夏食べたい、進化系かき氷



★贅沢ティラミス★

韓国発祥の糸ピンスは見た目も味も新感覚。甘くひんやりとしたスイーツはこれから夏の季節のおやつにぴったりですよ♪

宮丸店・都北店2店で販売

贅沢ティラミス 1,320円

イチゴ/ショコ/抹茶/
ショコミント/特濃ミルク



店舗情報 最新情報はインスタをCheck! 🔍

【宮丸店】都城市宮丸町3077-2 営業/11:00~16:30
定休/土・日・火・木(祝日の場合 翌日)
【都北店】都城市都北町5620-1 営業/11:00~22:00
(月曜日は19:00まで) 定休/火・木(祝日の場合 翌日)

麺や星月

0986-58-7115

この貼り紙、見つけた人はラッキーです。



『麺や星月』から、暑い夏でもツルつと味わえる1杯が登場しました。夏バテ予防にも効果的な5種類の薬味と和風だし×細麺で喉越しよく美味しい頂けます♪ 壁に貼つてあるときだけの限定メニューです!

※物価高騰につき8月から、各種メニュー値上げいたします。

NEW ラーソーメン 800円 ※杯数に限りあり

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

楠見恵子さん家の からあげ屋さん

080-3901-0141

夏はガツンとからあげ!!
リピーターの多いお店!!



【たれ・塩で選べます】もも(骨なし)500円(200g)
・むね(骨なし)480円(200g)・ミックス(も・むね)500円(200g)
・肩肉(骨なし)250円(100g)・砂肝250円(100g)

【塩のみ】・ナンコツ300円(100g)・皮250円(100g)
・手羽先 120円(1本) ※1人前=約200g

【その他メニュー】

からあげ・各種お弁当・ポテト
たまご焼き・ぶくれ菓子・オードブル
TEL一本でご予約OK!

店舗情報

都城市広原町4340番地2
(サンキュ・広原店駐車場横 ログハウスのお店)
営業/月・火・木・金 10:00~14:00・16:00~19:00
土・日・祝日10:00~20:00(予約18:30迄) 定休/水曜日

フォーラム読者に聞いた
本当にあった怖い話

●赤ちゃんが誰もいないところを見て笑つていました。
(ひーさ/33歳)

●いとこの子どもが、誰もいないところを指さして「子どもがいるね」と言つてました(汗)
(たけのこ/33歳)

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

チラシや名刺の印刷、どこに頼む？／ デザインから印刷まできりしまフォーラムにおまかせ♪

「お店のパンフレットを作りたい」「名刺を新しくしたい」……
デザインから印刷まで、まるごとお手伝いします。

色味や紙の種類など、細かなご要望にも丁寧に対応。お気軽にご相談くださいね♪

【印刷メニュー 一例】※いずれもデザイン費別途(5,000円～)

●リーフレット(三つ折り・仕上がり100×210mm)

カラー両面/100枚 3,800円～

●名刺(カラー両面):100枚 2,000円～

■きりしまフォーラム TEL/0986-26-5836

第1回みみんが×めじえど インストアコラボイベント開催

■日付: 8月10日(日)

■時間: 11時～18時(営業時間内)

■場所: みみんが店内(都城市山之口町花木2031-11)

■Cute animal みみんが TEL/080-4208-9991

☆コーヒーの奥深さを楽しもう☆ タリーズコーヒースクールに参加しませんか？

人気の「コーヒースクール」が今月も開催されます。自宅でのコーヒータイムがもっと楽しくなる知識や技術が学べる、と毎回好評のイベントです♪

◎コーヒースクール(1)

ハンドドリップの基礎や、自宅でできるアレンジレシピを丁寧にレクチャー！

【日時】8月23日(土)11時～ 【参加費】2,035円

※コーヒー豆1袋+イベントサブバッグのお土産付き

◎アイスコーヒースクール(季節限定)

暑い季節にぴったりのアイスコーヒーの美味しい淹れ方を楽しく学べます♪

【日時】8月29日(金)13時～ 【参加費】2,035円

■Tully'sコーヒーイオン都城店 TEL/0986-24-2082

STAFF

●企画・制作	前田 夏美	高橋 音葉
	吉田 蘭	中野 恵美
	小林 優紀	
	森下 由夏	大西 学

●発行	霧島フォーラム
-----	---------

- 打ち合わせや撮影に出かけるたび、「暑いですね～」がすっかり夏のあいさつに。夏バテに気をつけながら、8月も元気に走り回ります！
- 友人にお迎えしたクレストッドゲッコーの名前をつけてもらったら、無印ドラゴンボールの天下一武道会で悟空と戦った「ギラン」になりました。サイバイマンとか言い出さなくて良かったです。
- 行きつけのスーパーが、税込み価格から税抜き価格に変わってショックをうけました。物価高の世の中で少しでも安くみせるようにしたのでしょうか？早く価格高騰が落ち着いてほしいです。
- 末っ子が8月で4歳になります。あっという間で、子どもの成長スピードに驚くとともに、私の体力がどんどん衰えているを感じる毎日です。
- お店に入ったら買うものを忘れ、別なものを買っててしまう魔法にずっとかかりっています。これからよろしくお願ひいたします！
- まだおしゃべりが発達途上なわが子。先日は食事中に「ぱーぱーちゅ、ちゅゅ(する)」と言われ、「？？」となって手当たり次第に確認したら、「マヨネーズ」でした。可愛いぜ！
- 半年以上トレーニングを続けて、満を持して臨んだ年次健康診断で、前年と同じコレステロール値(高め)を叩き出しました。あの汗を流した時間は一体……。また来年、リベンジします！

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

8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
※生まれ年の立春から翌年の節分までを本名星と言います。

先月は、宮崎でMRTさんのイベント、都城でトーキョーと連日、個人鑑定もさせていただき、楽しい時間を過ごすことができました。宮崎では、おぐらのチキン南蛮、都城では、地鶏の炭火焼き、せとやま弁当のかしわめし、丸新ラーメンとソウルフードを満喫できました。他にも、東京で買えないチキンラーメンの素とか、色々と買い出しました。ちょうどおかけ祭りの前だったので、都城にもお参りに行ることができました。都城を離れて40年、宮崎を離れて32年経ちますが、大好きな町です。*一粒万倍日は、8/5、11、18、23、30 天赦日8/7

*X(旧Twitter) https://twitter.com/happy_deric
*Facebook https://www.facebook.com/derico.happy
*Instagram https://www.instagram.com/happyderico/?hl=ja

ハッピーマイスター☆元気が出る占い師
クリスティーンデリコ

●幸運(無料あり) https://destiny.cocoloni.jp
●著書『元気のんご盛り』絶賛発売中!
Amazon http://amzn.to/YCHTRv

購入前・売却前に！

プロによる住宅診断で安心取引を！

「見えない不安」が多い中古住宅こそ、住宅診断がおすすめです/

HP

○外壁 ○屋根 ○室内(床、壁、天井、建具)

○サッシ ○床の傾斜 ○壁の傾斜

など幅広く診断



※オプションで天井裏や床下(シロアリ)診断も可能です。

専門家の第三者的な立場から、住宅の劣化状態や改修にかかるおおよその費用などアドバイスを行います。まずはお気軽にご相談ください♪

■和光住宅診断士事務所 TEL/090-6630-9052

ピュールボーテカーニバル開催!

肌のお悩み、一緒に向き合いませんか？

専門機器による肌診断と、メーカー担当による丁寧なアドバイスで、

今の肌に本当に必要なケア方法が分かる特別な1日です♪

【対象】新規・リピーターどちらもOK(各回10名様)

ご予約はこちから

【日時】8月27日(水)12:00～／18:00～



【会場】道の駅 都城NiQLL キッチンスタジオ

【特典】①お肌に合わせた特別優待券プレゼント

②米粉パンで大人気！『SACHI/パン』のパンセット付き



■癒し処クウナヘレ TEL/070-1946-7772

頭痛・肩こり・めまいでお悩みの方へ／

あなたの体質にぴったりの“漢方”と一緒に見つけませんか？

☆★☆血圧・血流チェックもOK!☆★☆

「血圧を測るだけ」で、血流の状態が“数値”で見られます！

今のおあなたの体の中の、のぞいてみましょう♪

毎月大好評♪ ためになる講習会も開催中！

漢方や健康について、毎月テーマを変えて専門講師が分かりやすくお話しします！

気になる方は、ぜひお気軽に問合せください。

■おくすり処かわぐち TEL/0986-38-0170

- 打ち合わせや撮影に出かけるたび、「暑いですね～」がすっかり夏のあいさつに。夏バテに気をつけながら、8月も元気に走り回ります！
- 友人にお迎えしたクレストッドゲッコーの名前をつけてもらったら、無印ドラゴンボールの天下一武道会で悟空と戦った「ギラン」になりました。サイバイマンとか言い出さなくて良かったです。
- 行きつけのスーパーが、税込み価格から税抜き価格に変わってショックをうけました。物価高の世の中で少しでも安くみせるようにしたのでしょうか？早く価格高騰が落ち着いてほしいです。
- 末っ子が8月で4歳になります。あっという間で、子どもの成長スピードに驚くとともに、私の体力がどんどん衰えているを感じる毎日です。
- お店に入ったら買うものを忘れ、別なものを買っててしまう魔法にずっとかかりています。これからよろしくお願ひいたします！
- まだおしゃべりが発達途上なわが子。先日は食事中に「ぱーぱーちゅ、ちゅゅ(する)」と言われ、「？？」となって手当たり次第に確認したら、「マヨネーズ」でした。可愛いぜ！
- 半年以上トレーニングを続けて、満を持して臨んだ年次健康診断で、前年と同じコレステロール値(高め)を叩き出しました。あの汗を流した時間は一体……。また来年、リベンジします！

日本占術協会占術修士認定
原宿占い館「塔里木(タリム)」所属

クリスティーン デリコの 九星占い

8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】 今月は、公私にわたり嬉しいことや楽しい会に誘われることが多くなりそう。恋の予感を感じる出会いも期待できるかも。出費が多くなりますが交際費は先行投資と割り切って。

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、親戚や仲間が集まる場面で思いがけない話を聞くかも。久しぶりに会う人がいたら、積極的に情報交換をしよう。一緒に飲食をしたりお祭りに行くと交友が深まります。

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

【三碧木星】 今月は、斬新なアイデアが浮かんだけ、嬉しい話が舞い込みそうですが、冷静に判断しましょう。特に契約書などサイン(印鑑)が必要な時は落ちていた対応を心がけましょう。

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

【四緑木星】 今月は、心機一転、新たな出会いや行動がテーマです。今後の仕事に大きく影響すると心得ておこう。縁の下の力持ちのようにサポートしてくれる人に感謝の気持ちを伝えよう。

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

【五黄土星】 今月は、仕事も遊びも堅実的に取り組むことで信頼関係が深まります。労働意欲が湧き、人材育成でパワーが発揮できます。母親や妻に感謝の言葉や贈り物をすると運気アップ。

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、これまで温めてきた企画やアイデアが認められますが、積極的に行動するのは控えましょう。きちんと計画を立てることが大事。勢いで失言をしないように気を付けて。

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、大きな欲望に負けそうですね。大風呂敷を広げて信用を落とさないよう、軽はずみな発言に注意。くれぐれも慎重に、リフレッシュの時間を作つてストレスを解消しよう。

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、お盆休みを境に仕事に取り組む気持ちは変化が起きます。これまでの作業が一時的にストップしたら軌道修正のチャンスです。無理はできないでのアクションに注意。

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、友人と夏祭りやイベントに出かけば、嬉しいことが目白押しの予感。情報がポイントなのでアンテナを広げておきましょう。仕事に結びつく新たな人脈が生まれそう。

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

読者コーナー

ぼんじんくらぶ

盆人俱樂部

盆人俱樂部は、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。
当俱樂部では、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。

● 我が家には産まれて間もない新生児がいるのですが、新生児は表情がコロコロと変わります。その中でも白目をむくことが多いです。その顔を見るたびに面白くて笑ってしまいます。 (シロクロ／31歳)

● 遊べる場所
最近元気に過ごせているからこそ、暇すぎて困っています。どこに遊びに行くにも、ゲームやガチャガチャでお金を使う使う！ お金を使わず、涼しくて遊べる施設が都城にも出来たらなあと、つづく思ふ今日このじろです。

(きいぼう／10歳)
仕事で大変な時、心ない言葉をグサグサと言われると本ん使ってしまうその気持ち、とてもよく分かります。私もこの前3種類しか出ない、1回500円もするガチャガチャを9回も回してしまいました。お金を使わずに遊べる施設があったら、どんなにいいことでしょ。でも、結局ゲームセンターに通い詰めてしまいそうです。

● おならの音
夫と寝ていて、自分のおならで目が覚めました (笑)。
(新婚さん／27歳)
■ よっぽど大きな音だったのでどうか？ 旦那さんの反応も気になります…… (笑)。

● 思いやりの心
仕事で大変な時、心ない言葉をグサグサと言われると本ん使ってしまうその気持ち、とてもよく分かります。私もこの前3種類しか出ない、1回500円もするガチャガチャを9回も回してしまいました。お金を使わずに遊べる施設があったら、どんなにいいことでしょ。でも、結局ゲームセンターに通い詰めてしまいそうです。

● 言葉で表現できない分、意思表示しているのかもしれませんね！ うちの子もよくしていたのですが、あの白目タイム、インパクトありますよね！ わが家みんなで笑いをこらえるの必死でした。お子さんは将来バラエティ向きかも…？ (笑)

● 遠慮しないで
私は主人と7歳の娘と曾祖母の4人で、お寿司屋さんに食事をして行った時の出来事です。3回しか食べない曾祖母に、娘が「遠慮しないでいいんだよ」と言つていて、皆で笑いました (笑)。

● キヨロイトリ
7月に発刊されたきりしまフォーラム400号表紙で見かけましたが、たまたま出てくる

● まんじゅうこわい
父親の話ですが、あまり食欲ないと言いながら、お土産で買ってきた高岡の長饅頭を1本まるまる知らぬ間に食べていたのに母親と大笑いでました。

● スズメの戸締り
我が家家の電線の引き込み穴をスズメに気に入られて、困っています。 (さつちん／71歳)

● 毛の芝生
犬を飼っており、この時期は換毛期。ブラッシングして床の毛を取ったのに、次の日また毛が毛まみれ！ まるで芝生のようです。

をして聞き流しておきましたよ。

当たりが良好な場所に移動されるといいみたいです。元気になりますように。

● 宮崎の夏
大阪から引越しってきて宮崎の夏はとても暑いなあと思いました！

(ユーミン／32歳)

● 大阪の暑さとはまた違ったベクトルの暑さですね。特に都城は盆地なので、他の地域よりもムシムシとした暑さがあります。冬は身体の芯から冷えるような寒さですよ。

● どうぞどうぞ
小学一年生が下校しているとつい、お家まで頑張れ～と応援しちゃいます。先日一年生の何人が道路を渡ろうとしていたので、「どうぞ～」と譲るところとお礼をしてくました。そのあと、また一年生達が来たので譲ると、その子達もわたしに「どうぞー！」と全力な子ども達にほっこりしました。車が来ていたので私も進むことができず、一年生達は叫び、面白い空間になっていました (笑)。
(ももんが／25歳)

● まんじゅうこわい
父親の話ですが、あまり食欲ないと言いながら、お土産で買ってきた高岡の長饅頭を1本まるまる知らぬ間に食べていたのに母親と大笑いでました。

● 豊穣
トマトがブドウのよくな房になつていて。

● まんじゅうこわい
(まーくん／60歳)
● まんじゅうこわい
(まーくん／60歳)
● まんじゅうこわい
(まーくん／60歳)

す！ どんな感じだろう？

今月の盆人大賞





【肌にふれて、こころほぐれるひととき♪ ビューティータッチセラピービューを開催しました】

7月20日(日)、れんげフォーラムでは、毎月1回開催しているレクリエーションイベントの一環として、「ビューティータッチセラピー」を実施しました。講師にお迎えしたのは、ビューティータッチセラピストの遠藤さん。スキンケアやメイクアップなど“肌にふれる”ことで心と身体の元気を引き出す、美容を通じた新しいケアの形に、利用者様も職員も興味津々の様子でした。

イベントでは、アロマの香りに包まれながら、アロマポットやアロマサシェ作りにも挑戦！香りや色を自分で選びながら、世界に一つだけの作品づくりを楽しみました。使用したアロマオイルは、ローズマリー・レモン・ラベンダー・オレンジの4種類。それぞれの香りの特徴や心身への効果についても丁寧に教えていただき、香り選びの時間も利用者様の笑顔であふれています。

おやつタイムには、ひんやりアイスクリームやしつとりフィナンシェも登場し、会話もいっそう弾みました。

「肌にふれる」「香りを楽しむ」「手を動かす」——五感を使った癒やしの時間は、日常に彩りと元気をもたらしてくれたようです。

ビューティータッチセラピーは、スキンケアやメイクアップを通して肌にふれ、「ふれあい」を通じて心と身体の元気を引き出す美容療法です。ハンドセラピー・フェイシャルセラピー・フットケアセラピー・メイクキュアセラピーなど、さまざまな手法があり、施術時間はお一人約30分～。どなたでもご参加いただけるプログラムで、高齢者施設や障がい者施設などを中心に各地で実施されています。

気になる方は、ぜひお気軽に「ビューティータッチセラピー遠藤さん」へお問い合わせください。♪ ♪ ♪



■取材協力/ビューティータッチセラピー遠藤 090-2714-4405



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 翌給年1回 資格取得支援

スタッフ募集中!!

採用枠
残りわずか！

住宅型有料老人ホーム フォーラム三股 ぱっほんフォーラム

れんげフォーラム 有料老人ホーム

ケアマネージャー(正社員)	介護職員(正社員)	介護職員(パート)
月給 240,000円～ 400,000円	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 休日 月9日(2月のみ8日) 資格 介護支援専門員	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 時間 4～8時間程度 休日 シフトに準じて 資格 初任者研修以上

お問い合わせ
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

おうちでできる。浴衣のお手入れガイド

お祭りや花火大会などの夏の特別なシーンに身に付けてたいアイテムの「浴衣」。着たあとのお手入れやしまい方によって、着物はいつまでも美しく保つことができます。汗や雨、汚れは放つておくと変色してしまうため、早めのお手入れが肝心です。今回は、そんな浴衣のお手入れ方法についてご紹介します。

1 陰干し

まずは風通しの良い場所で陰干しを。ハンガーにかけて1~2時間、湿気や汗を飛ばすだけで、臭いやカビを対策できます。

2 洗濯表示をチェック

自宅で洗える綿・麻素材の浴衣も多いですが、まずはタグを確認しましょう。「手洗い可」であればネットに入れて優しく洗いましょう。色落ちが心配なら、単独で洗うのがおススメです。また、色が濃い浴衣は色落ちの可能性が他の物より高いため、注意してお手入れをしましょう。型崩れが心配な場合や大切な浴衣であれば、より丁寧な「手洗い」がオススメです。

3 干すときは形を整えて

シワを防ぐには、形を整えてから干すのがコツ。直射日光は色あせの原因になるので陰干しが◎

- 4 アイロンかけ
- 完全に乾いたら、アイロンかけでシワをりセット。「あて布」をすると生地を傷めず安心です。この際、アイロンの温度設定に気を付けましょう。

5 保管方法

綺麗に畳んだ浴衣は、「たとう紙」に包んで保管を。湿気が心配な場合は乾燥剤を添えると◎



■取材協力／呉服の丸中
☎ 0120-490-529

呉服の 丸中 選べる浴衣400枚以上！私だけの浴衣コーデを♥

組合せ自由！選べる！
レンタルセット(男女)

浴衣・帯・下駄・着付け小物 着付け無料*

3,300円 税込

組合せ自由！選べる！
お買上げセット(女)

浴衣・帯・下駄・着付け小物 着付け無料*

9,900円 税込

学割 ゆかに500円引

グレードアップ！選べる！
お買上げセット(女)

浴衣・帯・下駄・着付け小物 着付け無料*

19,800円 税込

男が上がる！選べる！
お買上げセット(男)

浴衣・帯・下駄・着付け小物 着付け無料*

14,300円 税込

期間限定 ゆかた

振袖販売・レンタル
お下見&ご相談会 開催中

振袖に関するご相談、なんでもお気軽にどうぞ

まる ちゅう 吳服の 丸中 新柄ゆかたや
オススメコーデを
ご紹介♡

都城市栄町14-3 (イオン都城駅前交差点角)
☎ 0120-490-529

営業時間／9:00~19:00 定休日／毎月第2・第4木曜日

*着付けは予約制・申し込み順となります※ご希望の日時に添えない場合もございます



南九州で唯一のプロチンドン屋として知られる『宮崎花ふぶき一座』は、都城市を拠点に全国各地で活動しています。座長を務めるのは、軽快なトーキと華やかな衣装で観客を魅了する宮田わかなさん。1997年に大坂で週末チンドン屋として活動をスターし、2001年に宮崎へ移住。2003年に一座を結成して以来、「笑顔の花の種をまく」をモットーに、街頭宣伝やイベント出演、ステージショーなど多彩なパフォーマンスで地域を盛り上げてきました。

全国選抜チンドンコンクールでは、理事長賞や県知事賞など数々の賞を受賞し、実力も折り紙付き。2025年5月には準優勝という快挙も達成しました。ステージでは、チ

ンドン音楽や楽器紹介、歌謡曲メドレーを交えたエンターテイメントを展開。主催者の紹介を組み込んだ「オリジナルコマーシャル」や、子ども向けの体験コーナーなど、オーダーメイドの演出も好評です。

また、司会や講演、芸人紹介など幅広いニーズにも対応しており、地域のイベントや施設のお祭りでも大活躍。にぎやかで楽しい雰囲気のなかにも、あたたかな人柄とプロならではの配慮が感じられるステージは、多くのファンに愛されています。

7月13日には『イオン都城店』と『ぎりしまファーラム』が共催した周年祭記念イベントに出演し、ミニステージと司会を担当。たくさんの笑顔

南九州唯一のチンドン屋！

宮田わかなさんが繰り広げる
『笑いの舞』

南九州唯一のチンドン屋！

宮田わかなさんが繰り広げる
『笑いの舞』

南九州唯一のチンドン屋！

宮田わかなさんが繰り広げる
『笑いの舞』



■取材協力／OFFICEわかな
☎ 090-8573-1430
(宮田)





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600万円差ができる!
安心安全の家づくりを学ぼう

家づくり勉強会

9月14日(日) 13:00~16:30
(開場12:40)

定員 10組限定

応募
締切

9月4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

第108回



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。

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!

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

初めてご参加の方限定



※写真はイメージです



寿司虎亭

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

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する】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



<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

御夫婦でのご参加を
おすすめします!



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!



応募料金が非常に参考になりました。

安や見えに目を重視していましたが、この講演を聞き、うううううく
様々な視点から家づくりについて考えるの大変参考になりました。

T様(30代)

今日お話を聞けて本当に良かったです。

知らなかった事が多くて、今回お話を聞けば
家づくりをしてから…と実感と想うのです

K様(30代)

我が家が欲しいと考えている、すべての方におすすめです! /

家を建てるための情報が詰まった講演会

住宅ローン

住宅ローン選びで1,000万円も差がつく!
賢い住宅ローンの選び方とは?

耐震

耐震等級の落とし穴をご存じですか?
強い家と弱い家の見極め方

予算

一生涯のトータル支出を考えていますか?
家の予算+光熱費+修繕費

土地

不動産取引で失敗してしまう人の傾向を
徹底解明!

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?

グルメも遊びも発見も!
夏の楽しさ、
イオン都城店に集合♪

AEON

イオン都城ショッピングセンター専門店街
TEL:0986-46-2222 都城市早鈴町1990

詳しくは
QRコードにアクセス



夏休みもTully'sにおまかせ♪
ランチ&kidsメニューも豊富



ゴロっと茄子と
ベーコンの完熟トマトパスタ
完熟トマトの旨みがぎゅっと
詰まっています。



ボールパークドッグ
淡路玉ねぎの
スイートチリ
自然な甘みとまろや
かな香味のスイートチ
リソースに、フライドオ
ニオンがアクセント。

キッズメニューも充実!!
おもちゃ付き
人気 No.1 ベアフルのメープル
米粉パンケーキ 420円
ドリンクセットや、キッズホットドッグ、アイスクリームもありますよ♪

タリーズコーヒー 1F TEL:0986-24-2082

コーヒーフロート

香り高いアイスコーヒー
に、なめらかなバニラア
イスをトッピング。



ひんやり、とろける夏のごほうび

話題の「いとかき氷」で、涼やかなひとときを♪
お茶の専門店ならではの、
豊かな香りとやさしい甘さが
広がります。



いと紅抹茶

紅茶と抹茶が出会った、
“抹茶の常識を覆す”驚き
の一杯。



いとほうじ茶

香ばしさ引き立つ、自家製
ほうじ茶をたっぷり使用。

薩摩園 鎌田茶業 1F TEL:0986-46-2221

いと抹茶

自家製抹茶の深みある
味わいに、あんこと白玉を
トッピング。



このほか「いちごミルク」「メロンミルク」も
ご用意しております♪

DISO 夏休みにぴったりのアイテム、揃ってます!

ダイソー



おうちで涼しく♪

みんなで楽しめる「ボード
ゲーム」をさまざまご用意!

ダイソー 2F TEL:082-420-0100

水あそびグッズ

・カニ型がかわいい
「おさかな観察ケース」
・ポンポン投げて盛り上がる
「ウォーターバーン」
・大人もハマる「ウォータ
ーガン(水鉄砲)」も多数!



eスポーツスクール開講!!

eスポーツを通じて、
コミュニケーション・
パソコン操作を
楽しく学べる!!

無料体験受付中!!

お問い合わせ・ご予約
LINE・お電話から
GG SPACE 2F TEL:0986-80-5000

パソコン・eスポーツのことならお任せ下さい!!



パソコン修理・作成

「きりしまフォーラムを見た!」で
修理工賃を5%OFF!!

画面割れ・起動不良・レクチャー
なんでもご相談下さい!!

コスパ抜群!!

中古パソコン販売

「きりしまフォーラムを見た!」で
中古ノートパソコン5%OFF!!

windows11対応パソコンを
格安で取り揃えています!!

貰い答えは、今

シニア

シニアのためのフィットネス遊戯はおかげさまで3周年



日頃のご愛顧に感謝して、特別ゲストをお招きした記念イベントを開催!

8月3日(日)開催!! 特別ゲスト:大野 勝彦(おおの かつひこ)さん

詩人・画家・講演家として全国で活躍中。熊本阿蘇で野菜農家を営んでいたご
出身。トランクター事故で両腕を失った後、筆を腕に括り付けて創作を再開し、詩画

集「両手への讃歌」で熊本現代詩新人賞を受賞。

イベント当日は、大野さんによる詩や画を通じた講演
に加え、人生を前向きに歩むヒントと、心と体の元気
をチャージするお話を伺えます。

シニアのためのフィットネス遊戯 2F TEL:0986-36-7872

宝くじ 市町村振興 第1064回 全国自治宝くじ

サマージャンボ宝くじ 7億円

1等・前後賞合わせて

【販売期間】8/11月・祝まで 【抽選日】8/21木 1枚300円

市町村振興第1065回全国自治宝くじ
サマージャンボミニも同時販売中!!



夏限定メニュー登場!

ITALIAN TOMATO
Café Jr.

年々暑さが増すこの季節に、
ひんやり楽しめるサマードリンクが今年も新登場!



冷製 天然赤海老のオマールソース
大葉を合わせて暑い夏でもさっぱり♪



チョコミントグラニー

爽快なミントの香りが広がる、ひんやり冷たいフローズンドリンク。

チョコミントクリームソーダ

ミント好きにはたまらない「夏仕様のクリームソーダ」。

イタリアントマトカフェ Jr. 1F TEL:0986-22-1190

今年は、レッドホットチキンにレッドホットツイスターも!

キレのある辛さが癖になるレッドホットチキンとツイスターで、今年もホットな夏にしましょう!

夏休み! 友人や親せきが集まつたら!
トクトクパックがイチオシ!



「オリジナルチキン」に、
お好きなサイドメニュー
を組合せせる「ケンタの
ツバッパン」メニュー。4・
6・8ピースと選べる
のもGood♡



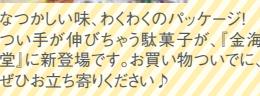
※提供パッケージは、写真と異なる場合がございます
※商品の特性上、チキンの部位についてはご容赦いただいている
ケンタッキーフライドチキン 1F TEL:0986-46-2275

金海堂 夏休みの自由研究にもぴったり!

自由研究向けの本を40種類以上
ご用意!



駄菓子
コーナー
はじめました!



なつかしい味、わくわくのパッケージ!
つい手が伸びちゃう駄菓子が、「金海堂」に新登場です。お買い物ついでに、
ぜひお立ち寄りください♪

自分で組み立てて、星空や風景をしっかり観察できます♪

金海堂 2F TEL:0986-21-7133

500円で遊びまくれる「よくばりバス」!!



時間内限定で遊びまくれる!

大人気 よくばりバス

30分 500円

すぐってちょうど200円分
+体感型のりものなど遊び放題
+メダルプレゼント

60分 1,000円

すぐってちょうど500円分
+体感型のりものなど遊び放題
+メダルプレゼント

モーリーファンタジー 2F TEL:070-3100-3956

We's 話題の新作CD&LIVE DVD続々入荷中♪ 予約受付中!



7/30
発売

Hey! Say! JUMP
「LIVE TOUR 2024-2025 H+」

最新ツアーの感動をそのままパッケージ!
世界中が注目! TWICEの進化
を感じる最新アルバム。



8/27
発売

TWICE「ENEMY」



9/5
発売

藤井風「Premja」

待望のニューアルバム。やさ
さと強が響く、心震える1枚。

1964
THE CLOCK HOUSE

夏の新作ウォッチ登場!

CASIO G-SHOCK
HIDDEN GLOW SERIES ホワイト&ブルー

夏の海をイメージしたホワイト&ブルーの爽やかなカラー
リング。ブルー蓄光フェイスが映える、夏の手元を彩る
NEW ITEMです。防水性能(20気圧)も備え、アウトド
アやレジャーにもぴったり♪ この夏の相棒にいかが
ですか?

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



25周年キャンペーン実施中！

3店舗共同
サマーセール
開催

在庫が
とにかく豊富！

SUMMER SALE

※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までは受付をお願いします。

目玉
商品



クーパービジョン
マイディ

近視・遠視用 乱視用 遠近両用

全ラインナップ
2箱以上の購入で 10%OFF!!

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

メニコン

1DAYフルッティー

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



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



ボシュロム
バイオトゥルーワンデー¹
1DAY 1箱(片眼30枚入)

1箱 2,900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
マンスリーモード
1カ月交換レンズ
1箱(片目3枚入)

3カ月分(2箱+レビュー2本パック) 6,500円
(2,250円/1箱)



当店最安値！

メガネ売り尽くしセール



全商品
10%OFF!!

1.56中屈折レンズ付メガネ
5,000円~

サングラス一式
8,000円~

他オプションもございます。ぜひご相談ください。

ハード・ソフト

即日お渡しOK! ※要相談

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



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

安心の保証システム

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

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。

都城駅前店 ディスポ・カラコンセンター

TEL.0986-23-3777

都城市栄町4672-5

イオン都城駅前店1階

営業時間: 10:00~19:00 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ございません。

鷹尾店 TEL.0986-58-8540

都城市鷹尾2丁目2-8
営業/9:00~19:00
駐車場/あり



小林店 TEL.0984-27-4877

小林市堤2289-3
営業/9:00~19:00
駐車場/あり



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
●R7.8/31迄有効

きりしまフォーラム読者限定
上記メニュー適応!

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
●R7.8/31迄有効