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。

きりしまフォーラム

vol.412

2026. 7
TAKE FREE



『おかげ祭り』写真提供：おかげ祭り振興会

毎月大好評
読者プレゼント
→P10-11、15

PICK UP

【日帰りぶらり旅】豊かな自然に囲まれたのどかな街 **小林市特集**

よりすぐりの夏デザートをプレゼント！ **冷た〜いスイーツ特集**

Beauty特集／みやこんじょ&みまたん圏域 グルメナビ　etc.



表紙の絵 Monthly Illustration

『虫取りと海』



大野（おおの） 咲良（さくら）ちゃん
（5歳）

好きなアザラシさんとチンアナゴさんを描きました。
海も虫取りも大好きなので、いっぱい遊んでいるところを絵にしました。

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！

■編集・発刊／霧島フォーラム　都城市一万城町99-9-1
※旧事務所建替えのため、現在は同グループ施設内に仮事務所を設けて運営しています。
新事務所完成予定：2026年11月
■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

新・医療の窓
早水公園クリニック便り 123

Q：脈が40台の徐脈です。生活する上で気をつけることはありますか？（40歳／男性）

A：まず大切なのは、症状があるかどうかです。徐脈とは、心拍数が通常よりも低い状態を差します。一般的には安静時の脈拍が1分間に60回未満を徐脈と呼びますが、日頃から運動をしている人や、体質によっては問題ない場合もあります。

しかし、めまいや息切れ、立ちくらみ、運動時に脈が上がらないといった症状がある場合は、注意が必要です。心臓から十分な血液が送り出せていない可能性があるためです。

気をつけることは、急に立ち上がらないこと、十分な睡眠をとること、疲れをためないことです。

安静時の脈拍が45回未満の場合、めまいなどの症状がある場合は、一度医療機関を受診することをおすすめします。

Q：消化器系の腫瘍マーカー検査の信頼度は？（64歳／男性）

A：健康診断や人間ドックで目にすることがある腫瘍マーカー。血液で調べることができ、「異常がなければ安心」と思う方も少なくありません。

腫瘍マーカーとは、癌細胞が直接作りだしたり、癌細胞の影響によって正常な細胞が作り出したりする物質です。

ただし、数値が高いからといって必ずしも癌とは限りません。一方で、正常値であっても癌が見つかる場合もあります。腫瘍マーカーはさまざまな要因の影響を受けるため、腫瘍マーカーだけで癌を診断することはできません。

そのため、腫瘍マーカー検査は癌の発見よりも、治療効果の判定や再発の確認の目安として利用されることが多いです。

現在のところ、癌の発見や診断には、内視鏡検査やCTなどの画像検査が重要であり、それらを組み合わせて評価することが大切です。

Q：ヒトメタニューモウイルスについて教えてください。（29歳／女性）

A：ヒトメタニューモウイルスは、主に乳幼児がかかる呼吸器感染症です。まれに、高齢者や大人が感染することもあります。

このウイルスによる感染症は、風邪症状の中でも、特に咳が長く続くことが特徴です。とくに乳幼児では気管支炎や肺炎を起こすこともあるため、注意が必要です。大人が感染することは多くありませんが、感染した場合は咳などの呼吸器症状が長引くことがあります。

主な感染経路は、飛沫感染です。乳幼児のいる家庭では十分注意しましょう。


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
昨年から、膠原病・リウマチ外来診療がはじまりました。各種膠原病、自己免疫疾患・リウマチなどの治療が可能になりました。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。

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

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

インスタグラムやっています！



\毎回大好評♪/

第10回 これからの暮らしに備える

安心のマネープラン講座

コーヒーを片手に、自分らしい未来を考えてみませんか？



TULLY'sバリスタがその場で淹れる！
本格抽出のアイスコーヒーと
実演で楽しむ特別体験付き

将来に備えて、今できることを学びませんか？
ご夫婦やご友人とのご参加も大歓迎です！

参加費 無料

こんな方におすすめ

- 将来の老後資金に不安を感じている
- 親の介護や自身の介護に備えたい
- 相続について考えはじめている
- コーヒーを楽しみながら、まずは気軽に将来を考えてみたい

講座内容の一部をご紹介！

老後や介護に必要な資金の目安
今からできる資産形成のポイント
家族に負担をかけないための準備
ライフプランと相続対策
円滑な資産承継のポイント など

ファイナンシャルプランナーが分かりやすく解説します！

開催日時

7月12日（日）

午前の部｜10:00〜11:45（定員15名）
午後の部｜13:30〜15:15（定員15名）

会場

未来創造ステーション　2階会議室
都城市中町16街区15号

応募方法

きりしまフォーラムのWEBまたは下記QRコードからお申込みください。
7月9日（木）までに結果をメールかお電話にて通知させていただきます。

対象：30代後半〜60代の方
応募締切：7月7日（火）

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

参加者全員にお土産付き

本誌でも大人気！
『Tully's イオン都城店』の
コーヒー＆焼き菓子セット プレゼント♡



その他、アンケートに答えて特別特典も!!

講師



アクサ生命保険株式会社　大分FA支社
平原 史朗 氏

宮崎県出身、大分県由布市在住。妻と娘、息子の4人家族で、子育てと仕事を両立しながらファイナンシャル・プランナー、トータル・ライフ・コンサルタントとして活動されています。ギターやピアノ、サウナが趣味という親しみやすい一面もあり、はじめての方でもリラックスして話を聞ける雰囲気が魅力です。「同じ子育て世代の目線」でお金の悩みに寄り添ってくれる、身近で相談しやすい今まさに大人気のマネーセミナー講師です！！

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

【個人情報のお取扱いに関して】本セミナーはアクサ生命保険株式会社からの依頼により、きりしまフォーラムが集客し、アクサ生命保険株式会社が開催いたします。ただし、参加者の受付登録・参加情報管理につきましては、きりしまフォーラムが責任を持って行います。

主催／アクサ生命保険株式会社　MCVP推進第1部　MCVP第2課　〒108-8020 東京都港区白金1-17-3　企画協力／きりしまフォーラム
登録番号：AXA-C-260521/847-166

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

2026 8/2(日)

BTS高城周年記念イベント

紺野ぶるま お笑いステージ

時間 11:00～ / 13:00～

場所 場内特設ステージ



縁日イベント

参加無料

時間 11:00 ～ 16:00

場所 場内特設会場



かき氷無料配布

先着100名

13:00 ～

キッチンカー

2台

10:00 ～ 16:00

ハーバリウムボールペン作り

11:30～ / 15:00～

BOAT RACE TICKET SHOP 高城

※舟券の購入は20歳になってから、無理のない資金で、余裕を持ってお楽しみください。

イベントの詳細はBTS高城HPをチェック

その不用品ちょっと待った!

遺品整理・生前整理・不用品

当店にお任せください!

お客様の大切なお品物、親身にご相談承ります。

4月NEW OPEN 地域密着 査定無料 予約不要 出張買取



●古銭・古紙幣
●カメラ・レンズ
●おもちゃ・フィギュア
●骨董品　その他

まちの買取店 買取リユース みやこんじょ

遺品査定士在籍のお店!

0986-66-9527 都城市広原町30-1 店舗前に駐車場有

宮崎県公安委員会第951040017756号



セルフホワイトニングはじめました

Self Whitening

マイナス5歳!?

1回1,000円

歯に優しい専用ジェルを使用。
照射するだけの簡単ケアで、自然な白さを目指します。

こんな方におすすめ!

- ☑ 歯の黄ばみや汚れが気になる方
- ☑ 人と話す機会が多い方
- ☑ 自然な白さを手に入れたい方

和楽笑の湯

都城市広原町34-8-2

0986-46-1126

営業／6:30～23:00(受付終了 22:30)

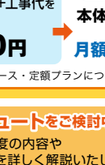
定休／第1火曜日

＼SNS総フォロワー50万人超え／

男飯料理研究家

なべのだいどころ。

◎SNSリンク◎　◎プロフィール◎



都城から「うまい」を全国へ

都城市でSNSを中心に活動する「男飯料理研究家」
初心者でも美味しく作れるを各種SNSで発信中 !!
動画制作・SNS運用のサポートや相談も受付け中です

古民家フォトスタジオ

凛と晴れ rin to hare

1日3組様限定

スタジオ撮影から出張撮影まで承ります

7月号の割引撮影プランはこちら

バースデーフォト

きりしまフォーラム見た! で

※その他クーポンとの併用は不可
※基本料金のみ適用

7月 早割 七五三&七草フォト

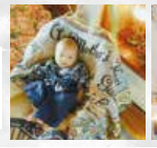
5%OFF

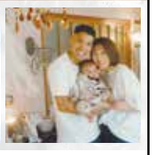


高城町有水『凛と晴れ2号店』近日New Open!

詳細はHP・下記SNS にてお知らせします。

お子様の着付けやヘアメイクまで
女性フォトグラファーが一貫して担当♪





Instagram　ご予約・お問合せはこちら　公式LINE

宮崎県都城市梅北町3096　Open 9:00-17:00　Tel. 0986-77-5071

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

トライプラス 個別指導塾 トライプラス イオンモール都城駅前校　夏期講習生募集中!　☎0986-46-1233



イオンモール都城駅前2階の『個別指導塾 トライプラス』は「通わせる不安」を減らす学習環境を完備。
大型駐車場併設で送迎がしやすく、館内はセキュリティ面も安心。さらに21時以降の授業終了時は、教室長・講師が2番出入口までお見送りを実施し、遅い時間でも安全に配慮します。個別指導で一人ひとりの理解度に合わせた学習を行い、成績アップもしっかりサポートします。学習の悩みはお気軽にご相談ください。

1対2の授業体制で先生がそばにつき、わからないところはその場で解決しながら、理解を深めることができます。
学校の授業の予習・復習から定期テスト対策。高校受験・大学受験の志望校に向けた受験指導まで幅広く対応。
定期的に生徒・保護者との面談も行い、生徒自身だけでなく保護者のフォローも。受験時期ならではの悩みの相談も受付けています。



7・8月限定! 夏の応援キャンペーン開催中!

■入会金 11,000円(税込) → 0円!

■申込コースに応じて

授業 最大8回 プレゼント!

※2026年8月2日(日)までにお問合せいただき、8月31日(月)までにお申込みの方が対象
※3カ月以上ご継続の方に限ります。

宮崎県都城市栄町4672-5
イオンモール都城駅前
2階ウエストコート

無料体験授業受付け中!
お問合せ・お申込みは
こちら→





洗濯のストレス減らしてみらんね?

早い　ふわふわ　匂わない

ガス衣類乾燥機 乾太くん

1日あたり233円でガス代気にせず使い放題! 定額だから費用も安心!

洗濯物が多いご家庭に!

ガス料金定額プラン 月額 4,620円

＋ 乾太くん(デラックス9kg)+工事代を10年リースでご購入 月額 2,070円

➡ 本体+ガス料金 月額 6,690円

※リース・定額プランにつきましては条件がございます。

misumi 株式会社 Misumi ミスミガス都城店

〒885-0021 宮崎県都城市平江町 22-24

0986-23-1850

エコキュートをご検討中の方必見!
補助金制度の内容や
活用方法を詳しく解説いたします。
P19・26もご覧ください。

3店合同! 夏休み直前! おでかけキャンペーン開催

7円/ℓ引き ガソリン・軽油

キャンペーン期間 6/25(水)>7/31(金)

給油前にQRリーダーにかざしてください。

Dr.Driveセルフ都城北店 都城市都北町6358-2
高原SS 西諸県郡高原町西麓425
セルフ小林SS 小林市水流迫字松原239-3

アルバイト募集(都城北店・高原SS・セルフ小林SS)

■ショートタイム(週20時間程度) 時給:1,030円 ※別途資格手当有
■フルタイム(週40時間程度・土日出勤可) 時給:1,100円 ※別途資格手当有
待遇 危険物手当あり・制服貸与・研修期間有
仕事内容 ガソリンスタンド一般業務・車検対応

ENEOS Dr.Driveセルフ 都城北店

〒885-0004 宮崎県都城市都北町 6358-2

0986-38-3553

7:00-22:00　年中無休



初盆菓子・お中元に

夏の贈り物



味わい深し 水羊羹

小豆 抹茶 栗かのこ 梅 マンゴー
【5個入・6個入・12個入】

ぷるぷるとした食感とみずみずしく上品なこしあん……夏の幸せな逸品



霧の大地ゼリー 霧滴る

ゆず マンゴー 黒霧島 焼酎 いちご バイオ茶 日向夏
【5個入・10個入】



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個入・12個入・18個入】

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

7月のお休みは 1日(水)・8日(水)・15日(水) 22日(水)・29日(水)です

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

大切な方を偲ぶ気持ちを、心を込めたお菓子とともにお届けしませんか?

『お菓子の南香』では、初盆や法事にふさわしい和菓子を種類豊富に取りそろえております。昔ながらの「これがし」や「いこ餅(五切入り)」をはじめ、凛とした美しさの「ハスの花菓子(三個入り)」、涼やかな彩りが心を和ませる「霧の大地ゼリー 霧滴る」や「味わい深し水羊羹」など、ご予算やご希望に合わせて、一つひとつ丁寧に詰め合わせいたします。

そのほかにも、どらやきやカステラなど、贈り物としても喜ばれる銘菓もご用意。包装や、のし掛けなどのご相談も承っておりますので、ご法要の引き出物にも安心してご利用いただけます。

なお、ご注文いただいた方には、感謝の気持ちを込めて「**お供え用花菓子**」をサービスしております。

ご予約やご相談は、お電話一本でお気軽にどうぞ。心を込めて対応いたします。



味わい深し 水羊羹
小豆 抹茶 栗かのこ 梅 マンゴー
【5個入・6個入・8個入・12個入】



■取材協力／お菓子の南香

☎0986―22―4670

KEIYU
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
敬友開発有限会社は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。



●Photo：蓮ヶ池歯科口腔外科・周術期口腔ケア 様 新築工事

確かな技術と 30 年の実績、建築土木工事は敬友開発にお任せください。

敬友開発有限会社は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

3 すべての人に健康と福祉を
健康経営を推進し、健康的な生活の確保。交通安全の指導教育し、交通死亡事故の減少。

5 ジェンダー平等を実現しよう
多様な働き方や多様な人材の採用。ダイバーシティ促進。

7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに
土地の空きスペース、倉庫屋根を有効利用し再生可能エネルギーである太陽光発電の実施。

8 働きがいも経済成長も
働きやすく、働きがいのある職場環境づくり。
ワークライフバランスの充実化。

11 住み続けられるまちづくりを
地域住民に対し安心した街づくり。

12 つくる責任つかう責任
建設工事においての持続可能な消費と生産のパターンを確保する。

当社ホームページで施工実績続々更新中！！ぜひご覧ください。▶

敬友開発 有限会社
〒880-0121 宮崎市大字島之内字北山 3895 番地
TEL.0985-39-2415（代）FAX.0985-39-2682

2026年度 自衛官募集案内

種　目	一般曹候補生（陸・海・空）		2等陸・海・空士（任期制自衛官）		
受験資格	18歳以上33歳未満の者 ※32歳の者は、採用予定月の末日現在33歳に達していないもの		18歳以上33歳未満の者 ※32歳の者は、採用予定月の末日現在33歳に達していないもの		
受付期間	第2回	第3回	第3回	第4回	第5回
	7/1～9/1	9/15～11/20	7/1～9/1	9/2～11/20	11/21～令和9年1/12
試験等	●1次試験（WEB試験）9/17～9/19 ●2次試験 10/18～10/20 10/25～10/27	●1次試験（WEB試験）12/3～12/5 ●2次試験 令和9年1/8、1/9	WEB試験 9/17～9/19	WEB試験 12/5～12/7	WEB試験 令和9年 1/16～1/18
	※上記試験のうち、いずれか1日を指定します。 ※第1回、第2回で採用予定数を満たした場合、第3回を実施しない可能性があります。		口述試験及び身体検査の日程については、各募集案内所等へお問い合わせください。		
待遇等	○初任給　高卒：239,500円（一般候補生、2等陸・海・空士の場合） ボーナス　4.65月分（年2回） ○週休二日制、年末年始・夏季休暇、年次休暇、育児・介護休暇など				

自衛官応募サイト　宮崎地本インスタ　自衛官募集サイト



募集内容に関する問合せ先

自衛隊宮崎地方協力本部 都城地域事務所
都城市久保原町1-12
TEL.0986-23-3944

都城市役所総務部危機管理課
都城市姫城町6-21
TEL.0986-23-2129



セルフで洗えるワンちゃんのお風呂 wan-wan-spa

宮崎県初！



マイクロバブルで
汚れやにおいもスッキリ！
お肌の弱い子も安心◎

料金
Aルーム… 3,000円／60分
Bルーム… 4,500円／90分

営業時間 9:00～22:00

使い方はこちらをチェック！
初回はレクチャー付きコースもあるので
はじめてでも安心して利用できますよ！

わんちゃんも飼い主さんもうれしいポイント

1 マイクロバブルで汚れすっきり！



2 舐めても安全なもこもこ泡！



3 業務用ドライヤーで早く乾く！



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

完全予約制
電話でのご予約も可能！



080-9103-4977
都城市上長飯町5322
福島池縁地いこいの広場前

Instagram やってます

痛みが少ない美容ケア？ フォーラムスタッフの ソフトダーマ体験レポート！

美容施術に興味はあっても「痛みが不安」「ダウンタイムが気になる」と感じる方も多い中、肌への負担を抑えたケアとして注目されているのが**「ソフトダーマ」**。実際にフォーラムスタッフが体験してきました。

＼そもそもソフトダーマって？／

0.11mmの極細針を使用した低刺激の美容ケアで、肌への負担を抑えながら美容成分を届ける施術です。チップにはシリコン素材を採用しているため、金属アレルギーの方でも施術が可能です。

主な効能
ほうれい線　シミ・シワたるみ　毛穴の黒ずみ開き



スタッフコメント
施術後は毛穴が引き締まったと見た目で実感！
肌の明るさも感じられました。ダウンタイムもほとんどなく、日常生活に支障もなく過ごせました。



■取材協力／ TOTALBRIDALSALON うさぎ　※P25もご覧ください。

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



名刺
【印刷料金】※デザイン費別途
カラー両面　100枚2,000円～

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

道の駅 ゆ〜ぱるのじり



『のじりこぴあ』から車で約5分の『道の駅ゆ〜ぱるのじり』。地元の特産品やお土産が並ぶ物産コーナーをはじめ、食事や温浴施設など、さまざまな楽しみ方ができるスポットです。ドライブや観光の途中に立ち寄って、買い物や休憩を満喫できるのも魅力♪
家族や友人と一緒に、ゆったりとした時間を過ごしてみませんか。

物産販売店のおすすめ商品！

ゆ〜ぱるのじり オリジナルせんべい 650円





せんべいをもって、入口にあるお馬さんベンチと記念撮影もおすすめですよ!



ごぼうちっぷ ソフトクリーム 500円

ごぼうは小林市の名産品!
トッピングのごぼうチップスも施設で手作り!
ごぼう味のソフトクリームに能登産の塩をかけて食べると絶品です♡



こばやし のじりの湯

広々とした休憩室をはじめ、2種類のサウナやジェットバスなど、ゆったりと長く過ごせる設備が充実。心も体もリフレッシュできる癒やしの空間です。

♨ 入浴料金
大人 500円
小人 300円
※小人は3才から小学生まで



✆0984-44-2210
小林市野尻町三ケ野山4347-1
営業／【物産販売店】 8:00〜18:00
【こばやしのじりの湯】 12:00〜20:30(最終受付け20:00)
【こばやし味彩】 昼11:00〜15:00(Lo.14:30) 夜 宴会予約のみ
定休／毎月第1水曜日(当日祝日の場合は翌日)

Patisserie Hara 本店



小林市で長年愛される洋菓子店。ショーケースには彩り豊かなケーキが並び、手土産や記念日のお菓子選びに訪れる人で賑わいます。
地元の新鮮な素材を取り入れながら、一つひとつ丁寧に作られたお菓子は、日常のご褒美や贈り物にもおすすめです♪

✆0984-22-8314
小林市大字細野133-20(Patisserie Hara 本店)／Patisserie Hara 宮崎空港店
営業／月曜日〜土曜日 10:30〜17:30 木曜日・日曜日・祝日17:00まで
不定休 詳細はInstagramをご覧ください。
Instagram／@patisserie_hara



ぼうちーずシリーズ

看板商品の一つである、スティックタイプの焼き菓子「ぼうちーず」。食べやすさと他にはない商品を追求し、現在のスティック状になったそう。
濃厚な味わいが好評で、県内外から多くのファンが訪れています。



バターサンド

新商品のバターサンドが登場!
サクッとした生地に、なめらかなバタークリームとキャラメリゼしたアーモンドをサンドした贅沢な一品。
香ばしいローストアーモンドのコクが広がる「プラリネ」は奥深い風味を楽しめます。



まるごと桃のタルト

桃をまるごと1個贅沢に使用したタルト。ジューシーな桃とサクサクのタルトがマッチして、暑い夏にもさっぱり♪
1日数量限定のため、電話での事前予約をおすすめします。

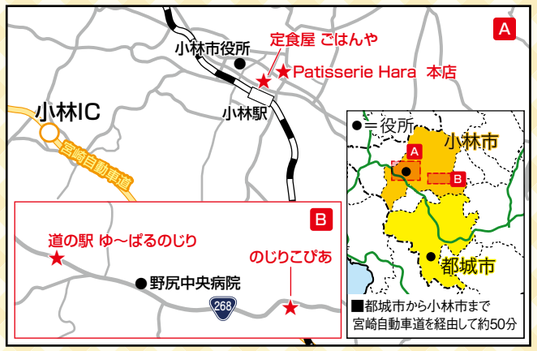


\ フォーラムがプロデュース！ 日帰りぶらり旅 /

豊かな自然に囲まれたのどかな街

小林市特集

新市誕生から20周年の小林市。
のどかな街並みを満喫しながら、遊びやグルメに
ピッタリなスポットを楽しんでみませんか♪



薬草・地域作物センター



無料で見学ができます。なじみのある植物や見たことのない植物まで、多くの種類が育てられています。



たくさんのバナナを発見！

こばやし味彩 イチオシメニュー



ふてもふてカツ丼

カツ丼は、3つの山から選べます♪



韓国岳 500g 3,380円
高千穂峰 300g 2,380円
夷守岳 120g 1,280円

霧島連山に見立てた雄大なカツ丼。「ふてもふて」とは、西諸弁で「とても太い」「とても大きい」という意味だそう。※高千穂峰と韓国岳は数量限定のため、2日前までのご予約がおすすめです。

季節限定 **小林産チョウザメの冷や汁定食 1,480円**

冷や汁と南蛮に、ふわっとした身のチョウザメをふんだんに使用した定食!
冷や汁のだしには落花生を使っています。





ケロケロ共和国

可愛らしいカエルの姿をモチーフにした大型アスレチック遊具。大きなドーム状のつくりのため、天候に左右されず楽しめます。



屋内卓球場

公園施設では珍しい、屋内卓球場も完備。ラリーを楽しんだり、勝負で盛り上がったりと、リフレッシュにもピッタリです♪

料金／1台30分 530円



湧水プール(夏季限定)

7／18(土)〜9／27(日)



ウォータースライダーや幼児用プール、110cmの深さのプールがあります♪

高校生以上 500円
小・中学生 300円
幼児(3歳〜) 200円
見学(プールサイド) 200円

のじりこぴあ



『のじりこぴあ』ではたくさんのカエルモニュメントがお出迎え♪
豊かな自然に囲まれた、開放感溢れるレジャースポットで、大型遊具やアトラクションなど、体を動かして遊べる施設が勢揃いです!

一匹だけ白いカエルがいるよ!
ぜひ行って見つけてみてね♪

スカイサイクル



1周200m、高さ3.3mの人気アトラクション。ペダルを漕ぎながら、奥に見える野尻湖の景色を見渡せるため、心地よい風を感じつつスリルを楽しむことも!



思ったより高さがあり、下を見たら怖くてペダルを踏む足が震えました。 byヨウ

料金／1回 310円 ※幼児(3歳未満)無料

スキッドレーシング



『のじりこぴあ』の中で、大人気な本格エンジンのゴーカート!
スピード感があり爽快に遊べるゴーカートで、家族や友達と競い合ってレースを楽しもう♪

1人乗り1回 410円 2人乗り1回 620円
※身長制限あり、140cm以上

✆0984-44-3000
小林市野尻町東麓5160番地
営業／平日 10:00〜17:00 土日祝 9:00〜17:00
定休／毎月第1水曜日(当日祝日の場合は翌日)



定食屋 ごはんや

人気のチキン南蛮や唐揚げをはじめ、ボリューム満点の定食や丼ものがそろう『定食屋 ごはんや』。遊ぶ前のエネルギーチャージにも、たっぷり遊んだあとのおなかを満たすのにもぴったりです。



店内にはカウンター席と座敷席があり、おひとり様はもちろん、家族でゆっくり食事を楽しめるのも魅力です。さらに、お弁当のテイクアウトメニューも豊富なので、ドライブのお供やご自宅での食事など、さまざまなシーンで利用できます。
手作りの温かい味わいと居心地のよい空間で、心も満たされる人気の定食屋さんです♪

＼ごはんや大人気メニュー／



鶏せせり南蛮定食 1,100円

やわらかく旨みたっぷりの鶏せせりを、南蛮仕立てで楽しめる人気メニュー。甘酢とタルタルソースが絡み、ご飯がどんどんすすむ美味しさです♪



牛タン丼 1,300円

ボリュームが魅力の牛タン丼。丼を覆うように盛りつけられた牛タンは食べ応え満点。※1日5食限定



スペシャル定食 1,500円

エビフライ、チキン南蛮、ハンバーグの人気メニューを一度に味わえるスペシャルな一品。

お持ち帰り！ お弁当メニュー

スペシャル弁当 1,200円
鶏せせり南蛮弁当 800円
唐揚げ弁当 750円
お子様弁当 650円

✆080-1778-5656
小林市本町13番地
営業／ 昼 11:00〜14:00(Lo.13:30)
夜 18:00〜20:00(Lo.20:00)
定休／日曜日の夜・月曜日
Instagram／@gohanya511



✳ 冷たいスイーツプレゼントの応募方法 ✳

P15のアンケートハガキか、HPのプレゼントフォームから希望商品の番号を記入して、
7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回限りを有効とさせていただきます。
※商品引換期間：2026年8月末まで



HPからプレゼントフォームにアクセス!

冷たぁ〜い Sweets（スイーツ）特集

暑い夏の日の楽しみと言えば、
ひんやり冷たいスイーツ♪
よりすぐりの夏デザートを、
どーんと48名様へプレゼント！
応募方法はページ左側をご覧ください。

9 あじさいデザート 400円 3名様



あじさいに見立てた可愛いスイーツをプレゼント！
ぷるんとしたゼリーやひんやりとした味わいが、涼やかさを届けてくれます。お花好きにはたまらない季節感を感じるデザートです。

道の駅山之口 CAFÉ269
☎0985-57-5222　都城市山之口町山之口2304-6

8 濃厚ソフトクリーム 400円 5名様



本格的な窯焼きピザや、なめらかな食感が人気のイタリアプリンなどが評判の『モンテブル』。今回は、ミルクのやさしい甘さが広がるソフトクリームをプレゼント！　ドライブの途中にも立ち寄りたくなる人気店の味をぜひお楽しみください。

ライダースカフェ
モンテブル
☎080-4931-8093
都城市山之口町山之口228

7 白くま 700円 5名様



練乳たっぷりのかき氷の中に、北海道ソフトと小豆が入った白くま。

ソフトクリームとクレープのお店
ミルクハウス
☎0986-24-4787
都城市上川東1-4-4

12 ミニ桃パフェ 700円 5名様



みずみずしい白桃と濃厚ソフトクリームがとろけ合う、ひんやり贅沢な夏のご褒美スイーツ。
ソフトクリームはバニラ・チョコ・ミックスとお好きな味にカスタムできるのも嬉しいポイントです。

市場果ふぇ and翠ーっ
☎090-1365-4750　都城市志比田町5571-1

11 白くま 1,800円 5名様



練乳風味の白くまはフルーツがたっぷり♪
マンゴーの黄くまもオススメですよ。フルーツをふんだんに使った逸品をご賞味ください。

たなかフルーツ
☎0986-22-3377　都城市上町8-1

10 元祖アイスマン（夏季限定）1,408円 3名様

※7月より販売開始
※2店どちらでも使用可能



夏の都城名物！　かき氷の中はコーヒーゼリーと小豆が贅沢に入っています!!
ソフトクリームと一緒にどうぞ。

パスタガーデン珈琲館 PASTA CAFE1973
乙房店 ☎0986-37-3800
都城市乙房町2900
花繰店 ☎0986-46-1444
都城市花繰町20-8 ケイディビル1F

3 ダブルジェラート 550円〜 5名様

※お好きなフレーバーを2つお選びいただけます。



毎日手づくり！　和の素材を活かした和ジェラートとコーヒーを楽しめるお店です。
自分へのご褒美にもぴったりな贅沢なジェラートをどうぞ♡

IRODORU. イロドル.
☎090-1797-3848
三股町樺山533-7（上米公園から車で2分）

2 糸ピンス 贅沢ティラミス 1,300円 3名様



まるで雲のようなふわふわ食感♡　話題の韓国スイーツ「糸ピンス」に、ティラミス風のクリームが相性ばっちり。
ひと口食べれば幸せ気分に♪

1st page. ファーストページ.
都北店 ☎0986-70-0359　都城市都北町5620-1

1 自家製 白くま大（夏季限定）600円 3名様



10種類のフルーツ、自家製あんこ、アイスクリームが入っている、毎年人気の冷たいスイーツです♪
贈物にもおすすめですよ。

お菓子の南香
☎0986-22-4670　都城市甲斐元町1-26

6 アイスコーヒーフロート 615円 5名様

※2店どちらでも使用可能



香り豊かなアイスコーヒーに、なめらかなアイスをトッピング。ほろ苦さとやさしい甘さが楽しめる、夏にぴったりの一杯です。

Tully's coffee
イオン都城店 ☎0986-24-2082
都城市早鈴町1990（イオン都城ショッピングセンター内）
ハンズマン吉尾店 ☎0986-38-0338
都城市吉尾町772

5 紅抹茶フラッティ 648円 3名様



『鎌田茶業』が独自に開発した"紅茶の抹茶"という新しいかたちのお茶を使用。
ここだけでしか味わえない特別な味わい♡

SATSUMAEN CAFE
☎0986-46-2221
都城市早鈴町1990（イオン都城ショッピングセンター内）

4 喫茶店のサイフォンティラミス 800円 3名様

※数量限定 かき氷提供時間13:30〜16:30まで



サイフォンで抽出したコーヒーを使った自家製コーヒーシロップと、マスカルポーネクリームが相性抜群のティラミスかき氷。まるで本物のティラミスを食べているかのような味わいで、満足感もたっぷりです♪
ほかにも、いちご・メロン・白くまをご用意。今回はティラミス味をプレゼント♡

喫茶 昭和ドーナツ
☎080-3972-1329　都城市一万城町35-7 麻林珠跡

夏のキレイを叶えるオススメショップをご紹介

Forum Selection Summer Beauty

Hair space O-ga

イチオシ！　大人女性のためのエイジング毛対応



■ストレート＋カット…¥14,300
■ミネラルデジカール＋カット
……¥12,100

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

TEL.0986-22-8411　※詳しい店舗情報はP25をご覧ください

ONLY CAN パーソナルジム



1人じゃ続かないを、終わらせましょう！

- 運動がなかなか続かない。
- 何からはじめればいいかわからない。

そんな方でも、自分のペースで取り組める環境を整えています。

都城市に新しくオープンしたパーソナルジム『ONLYCAN パーソナルジム』。完全予約制のマンツーマントレーニングで、一人ひとりの体力や目的に合わせた無理のないトレーニングを行います。ダイエットやボディメイクはもちろん、運動が苦手な方やジム初心者の方でも安心してはじめられるよう、丁寧なサポートを心がけています。
都城エリアで、これから運動習慣をつくりたい方に寄り添うパーソナルジムです。
詳しくは【Instagram】をチェック！

TEL.090-5191-4813　※詳しい店舗情報はP25をご覧ください

Mente for men（メンテ）



見た目の印象を変える、肌ケアの第一歩
疲れて見える原因は肌かもしれません。清潔感は肌から！

Dr.ピュールボーテ化粧品とあなたの肌の相性を確認できる
体験型カウンセリング　¥5,500

テカリ、毛穴、乾燥、シェービング後の肌荒れなど、気になる肌悩みはありませんか？　Dr.ピュールボーテの体験型カウンセリングでは、肌状態をチェックしながら、一人ひとりに合ったスキンケア方法をご提案。実際に製品を試しながら、自分に合うケアが見つかります。清潔感のある肌づくりをぜひこの機会に！

TEL.070-1946-1784　※詳しい店舗情報はP24をご覧ください

～癒し処～ Ku'u Punahele（クウプナヘレ）

大好評につきサブスク導入
「DENBA×水素吸入」
疲れ・睡眠・美容をサポート♪
本気の疲労回復を体験してみませんか？



■通常60分¥5,500→初回体験¥3,300
■月4回（週1回）利用でおトク♪　通常¥22,000→¥16,500

活性酸素にアプローチするといわれている水素と、DENBA空間による心地よい環境で、極上のリラックスタイムを♪　なかなか取れない疲れを癒しませんか？

TEL.070-1946-7772　※詳しい店舗情報はP24をご覧ください

美容室ハルル♡



忙しい方にも
無理なくヘナを続けてほしい
塗るだけヘナ　¥3,200

店内でヘナを塗布したあとは、そのままご帰宅OK！　人目が気になる方は、タオルや帽子、スカーフなどを持参していただき、頭を覆ってお帰りいただけます。
2〜3時間ほど置いたあとは、お風呂でいつも通りシャンプーするだけ。時間を置くことで、ヘナならではの深みのある色味へと変化します。植物100%の自然素材なので、長時間置いても髪へのダメージはありません♪　タイムパフォーマンスとコストパフォーマンスを叶えながら、気軽に続けられる新しいヘナ習慣です♡

TEL.090-4348-0866　※詳しい店舗情報はP25をご覧ください

marble Hair Lab. ストレートもマーブルにお任せ



〈Type1〉クセをしっかり伸ばしたい方
縮毛矯正 ¥13,200〜
〈Type2〉クセは抑えながらもペタっと感はいらない方
ナチュラルSLIMアルカリストレート ¥8,800〜
〈Type3〉とにかく傷んだ髪を伸ばして潤いがほしい方
ナチュラルSLIM酸性ストレート ¥8,800〜
〈Type4〉髪を傷めず広がりを抑えて艶を出したい方
酸熱トリートメント ¥6,600〜

スタイリストがお客様の髪質や頭皮の状態を見極め、最適な施術をご提案いたします。ぜひ、ご相談ください。

TEL.0986-77-3061 ※詳しい店舗情報はP24をご覧ください

TOTAL BRIDAL SALON うさぎ



低刺激で整える美肌ケア
¥20,000→¥7,900
※2回目以降もこの価格！

「ソフトダーマ」は従来の「ダーマペン」のような針による刺激を抑え、肌表面のケアに特化した施術で、痛みやダウンタイムがほとんどないのが特徴。肌への負担をできるだけ抑えながら、毛穴の汚れや古い角質にアプローチし、なめらかで明るい印象の肌へ導きます。「美容施術は気になるけど、ハードなものは不安」という方にも取り入れやすく、はじめての肌管理としてもおすすめです。日々のスキンケアでは物足りないと感じている方は、ぜひ一度体験してみてください。

TEL.070-5698-5311　※詳しい店舗情報はP25をご覧ください

Belle Ame（ベルアーム）

女性限定　頭皮美容



TEL.0986-66-8185
※詳しい店舗情報はP25をご覧ください

気になる頭皮のお手入れできます！
エイジングのお悩み・美容室で頭皮ケア

【頭皮のケアとリラックスしたい方】
・頭皮クレンジング
・髪質改善トリートメント　¥15,000
・頭皮美容

ヒーリングシャンプーでリラクゼーション効果を。ヘッドスパで毛穴の汚れを落とし、髪質改善トリートメントでツヤツヤの髪に仕上げます。さらに、幹細胞美容液で毛根の細胞を活性化。効果は約2カ月持続し、頭皮から若々しく♪　自律神経も整いますよ。

有料老人ホーム フォーラム植木

オープニングスタッフ募集！

11月 新規OPEN!

ケアマネージャー（正社員）

月給 **265,000円～400,000円**

勤務時間／9:00～18:00(休憩1h)
休　　日／月9日
資　　格／介護支援専門員
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）

介護職員(正社員)

月給 **246,600円～271,600円**　夜勤・宿直手当含む

勤務時間／① 7:00～16:00　③ 13:00～22:00
② 9:00～18:00　④ 16:00～10:00
休　　日／月9日　**資　　格**／介護支援専門員
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）

厨房(パート)

時給 **1,030円～**

勤務時間／① 10:00～19:00　③ 15:00～19:00
② 14:00～19:00
休　　日／シフトに準じて

給与例 6時間勤務/日
20日出勤した場合…123,600円～

介護職員(パート)

時給 **1,150円～1,230円**

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

給与例 8時間勤務/日
20日出勤した場合…184,000円～

住宅型有料老人ホーム フォーラム植木
三股町大字宮村2874-1

お問い合わせこちらから
☎0986-36-8770
RMG Renge Medical Group 運営会社／NPO法人れんげメディカルグループ

スタッフ募集！

資格取得支援制度 / キャリアUP可能！ / 未経験未資格可!
※職種によります

ケアマネージャー（正社員）

月給 **265,000円～400,000円**

勤務時間／9:00～18:00(休憩1h)　**休日**／月9日　**資格**／介護支援専門員
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）

有料老人ホーム内部施設でのケアマネ業務全般です。
担当は内部利用者様のみのため、情報収集・移動・職員連携がスムーズなのが特徴です。
●担当件数：40件以下　●残業：なし　●書類作成：ICT導入

■ 管理業務■
管理業務の兼任がありますが、業務内容・負担は事前に説明し、段階的にお任せします。
現場業務とのバランスを重視しています。※「いきなり丸投げ」はありません。

■ 給与・手当■
給与は 資格・経験・昇格（役職）に応じて増加します。
宿直希望者は対応可能 （1回 4,650円支給）
昇給・昇格制度あり

■ 資格支援■
資格取得・更新にかかる費用は支払額の半分を会社が負担します。



厨房(パート)

時給 **1,030円～**

勤務時間／①10:00～19:00
②14:00～19:00
③15:00～19:00

当施設ではクックチル方式を採用しているため、本格的な調理作業はほとんどありません。届いた料理をきれいに盛り付けたり、配膳後の片づけをしたりするシンプルな作業です。
・未経験でも安心！ 包丁を使った難しい調理はありません。
・盛り付けの時間には、2名で協力して行う場面もあり、ほどよい交流もあります。



介護職員(パート)

時給 **1,150円～1,230円**

勤務時間／7:00～22:00のうち4～8時間程度



住宅型有料老人ホーム フォーラム三股
三股町大字宮村2786-2

住宅型有料老人ホーム れんげフォーラム
三股町大字宮村2774-28

お問い合わせはこちらから
☎0986-36-8770
RMG Renge Medical Group 運営会社／NPO法人れんげメディカルグループ

猫を探しています

令和8年6月4日の夜
都城市都北町6257番地付近より行方不明





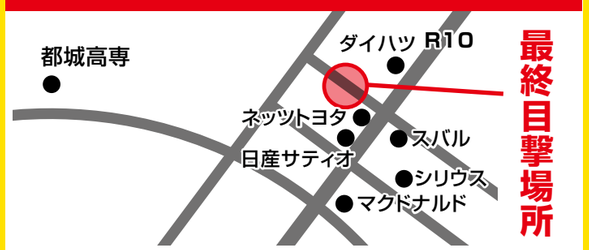




■ 名前：ジジ
■ 年齢：20歳　■ 性別：メス
■ 色：黒・白　■ 体重：約3kg
■ 特徴：
- ハチワレ
- 耳がきこえない
- 鳴き声がかなり大きい
- 避妊済み
- 首輪なし
- 前足が真っ白
- 左目辺りにイボのようなものがある

■ 性格：
- 人懐っこい
- 人見知りをしない
- おだやか

最終目撃情報 6/4夜



どんな些細な情報でも構いません。見かけた方はご連絡ください。
写真・動画での情報提供もお待ちしております。

連絡先　飼い主：090-9723-9284
きりしまフォーラム：0986-26-5836

きりしまフォーラムSNSからも連絡OK
Instagram　LINE

A 世界にひとつだけ! 心温まる命名書♪　1名様



※写真はイメージです

南九州で唯一の「ちんどん屋 花ふぶき一座」としても活躍する宮田わかなさん。その温かい人柄と感性で、美しい書に想いを込めた「命名書」を1名様にプレゼントいたします。命名の記念はもちろん、ご家族の思い出やインテリアとしてもぴったり。世界にひとつの特別な作品を、この機会にぜひ♡

※出生時の体重・身長・誕生日・名前（フリガナ）・名前の由来をフリースペースにご記載の上、ご応募ください
※デザイン・サイズはお任せになりますので、ご了承ください。

★提供／宮田わかな
☎090-8573-1430　都城市都島町316-5

B 1000円お食事券 3名様 ※おつりはでません

P22もご覧ください



麺ゃ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もよし！　好きなトッピングを追加するのもよし！　お好きなメニューにご利用ください。

★提供／麺ゃ星月　☎0986-58-7115
都城市中町17-18 SANOビル4号

C 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。

★提供／ミロワール
☎0986-25-1788
都城市上東町11-16

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、**7月20日（当日消印有効）**までにお送りください。

HP

※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。

D くずアイスバー 5本セット 2名様

お好みの味を5つ選べます。
※品切れしている味がある場合はご了承ください。

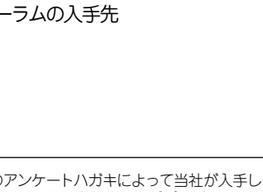


独特の新食感が人気の「くずアイスバー（270円）」。味は、あずき・いちご・マンゴー・もも・みかん・珈琲。ぜひ一度、ご賞味ください♪

★提供／お菓子のながくら
☎0986-38-0119　都城市都北町5670

E 1000円分お食事券 3名様 ※おつりはでません

P22もご覧ください

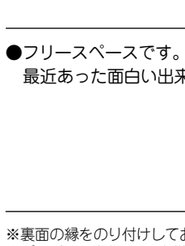


志比田町に移転した「中華はやしんち」から、うれしいプレゼント！　ボリュームたっぷりで大満足の町中華が楽しめて、セットメニューも単品も充実。何度でも通いたくなる美味しさですよ♪　この機会に是非、美味しい中華を味わってみてください。

★提供／中華はやしんち
☎080-5214-8843
都城市志比田町5016-1

F ふれあい時間延長券 5組様 ※1組2名様まで

※30分の入場料のお支払で1時間体験可能です。
※中学生以上対象



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よ♪

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

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　〒
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（　　）
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　7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（　　）

●P10･11の冷たいスイーツ特集で希望するプレゼントの数字をお書きください。
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）

●お金にまつわる「知りたいこと、気になること」などご相談、ご質問があればお聞かせください。

●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。しっかりのり付けすると裏面が読めない場合があります。
※プレゼント応募はお1人様1枚限りを有効とさせていただきます。

休日急患診療機関【7月予定】

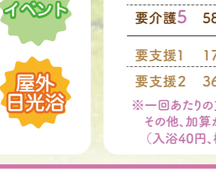
診療時間／9時～18時まで（歯科は17時まで）※医療機関は変更することがあります。
詳しくは医師会事務局まで　TEL／0986-23-5555（歯科はTEL／0986-25-4100）

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

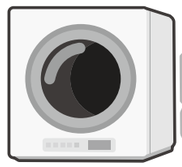
5日(日)	畠中小児科医院(小)	三股町	52-6000
	ゆうクリニック(内)	広原町	46-6100
	大岐医院(内・胃)	山之口町	57-2025
	福島外科胃腸科整形外科医院(外・胃・整)	都北町	38-1633
	ならはら皮膚科医院(皮)	志比田町	22-1455
	岩下耳鼻咽喉科(耳鼻)	三股町	51-1187
	五反田歯科医院	平江町	24-8833
12日(日)	早水公園クリニック(内・小・外・消・アレ)	早水町	36-6117
	藤元総合病院(内)	早鈴町	22-1717
	坂田医院(内・消・胃)	三股町	51-2003
	あさぎり頭痛・脳神経クリニック(脳・外科・内科)	三股町	52-7788
	きたむら皮膚科クリニック(皮・アレ)	吉尾町	38-7300
	武田産婦人科医院(産・婦)	蔵原町	22-0336
	ハートデンタルクリニック	天神町	58-7700
19日(日)	志々目医院(内・小)	山之口町	57-2004
	伊達クリニック(内・循)	牟田町	36-7088
	三州病院(内)	花繰町	22-0230
	たかお浜田医院(外・内)	鷹尾	22-8818
	江夏整形外科クリニック(整・リウ・リハ)	三股町	51-1122
	吹上耳鼻咽喉科医院(耳鼻)	鷹尾	21-4133
	片平歯科医院	祝吉	25-9300
20日(月)	はしぐち小児科(小)	都原町	24-5500
	田口循環器科内科クリニック(内)	下川東	24-0600
	田中隆内科(内)	三股町	52-0301
	都城フォレスト・クリニック脳神経外科(脳)	下川東	80-4313
	速見泌尿器科医院(泌)	妻ヶ丘町	24-8344
	よしだ眼科クリニック(眼)	三股町	77-8817
	土持歯科クリニック	南鷹尾町	25-1515
26日(日)	仮屋医院(内・小)	上水流町	36-0521
	藤元上町病院(内)	上町	23-4000
	宇宿医院(内・胃・消)	栄町	25-9031
	山路医院(外・内)	山田町	64-3133
	都城明生病院(泌)	金田町	38-1120
	西元眼科医院(眼)	中原町	25-8888
	土持歯科医院	上川東	25-8148



部屋干しのニオイと手間にうんざり……。
乾かす時間を、家族との時間に使いませんか？

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……』
- ✓『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……』



＼『乾太くん』なら……／

天気を気にせず、干す手間ゼロ!!



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お答え致します。

RDT-93｜デラックスタイプ（9kg）

メーカー小売希望価格 ~~246,400円~~（税込）

→ 弊社特別価格 **209,000円（税込）**

こんな方は、さらにお得にご案内できます！！



- ・宮脇燃料のガスをご利用中の方（ご愛顧割）
- ・新築をご検討の方（設計段階からの最適提案・施工割）
- ・中古物件を購入されてご入居前の方（ガス新規契約割）
- ・オール電化住宅にお住まいの方（ガス新規契約割）

お申込み先

(0986) 24-2000（代表）

創業65年以上、ガス通じて快適な暮らしをサポート

㈱宮脇燃料

宮崎県都城市都島町275番地1

LINEからもお問合せOK!!

☆アンケート☆

●この夏、楽しみにしていることは何ですか？

●夏の暑さに負けない！ あなたのおすすめレシピを教えてください。
簡単メニューやスタミナ料理、ひんやりレシピなど、ぜひお聞かせください。

☆ご協力ありがとうございました。

INFORMATION おしらせ



イオン都城ショッピングセンターのイベント

おかげ祭り山車展示
おかげ祭り燈籠山車の展示を行います。
日時／開催中～7月3日（金）
場所／1階専門店 ヒューズリセット横特設会場

雄和堂陶器フェア
日時／開催中～7月5日（日）10時～18時※予定
場所／1階正面入口特設会場

星に願いを 七夕笹かざり
短冊に願い事を書こう！
日時／開催中～7月7日（火）
場所／1階専門店 ヒューズリセット横特設会場

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8日（土）19時まで※予定
場所／1階セントラルコート

盆提灯コーナー
日時／開催中～8月15日（土）※予定
※商品は数に限りがございます。
場所／1階暮らしの品レジ前 特設コーナー

V－V－マルシェ
日時／開催中～8月31日（月）10時～18時※予定
ハンドメイド雑貨のお店が集合！
場所／1階化粧品売場向かい 特設会場

服飾雑貨販売 シュガーロック
日時／開催中～8月31日（月）10時～18時※予定
場所／2階ABCマート横 特設会場

イオン都城店 直営・専門店合同ガラポン大抽選会
レシート対象期間／7月10日（金）～12日（日）の3日間
抽選日時／7月11日（土）・12日（日）各日10時～18時（景品無くなり次第終了）
イオン都城店直営&専門店でのお買上げレシート合計税込3000円ごとに1回、抽選にご参加頂けます。（お一人様最高10回まで・1枚のレシートで最高10回まで）
※AEONでイオン都城店をお気に入り登録された方には抽選に1回参加できるクーポンを配信いたします。
※レシート合算OK
※配送料金やWAONチャージレシートなど、一部対象外レシートがございます。
※ガソリンスタンドペトラスのレシートは対象外です。
場所／2階中央吹き抜け 特設会場

専門店お買物券10% Back Sale
レシート対象期間／7月10日（金）～7月12日（日）
お買物券引換日時／7月11日（土）・12日（日）各日10時～18時
イオン都城ショッピングセンター専門店のお買上げレシート合計税込3000円ごとに、専門店でご利用頂ける300円分のお買物券を進呈致します。（各日1000枚限定、無くなり次第終了）
※お一人様最高10枚まで・1枚のレシートで最高10枚まで
※レシート合算OK
※一部対象外の専門店・レシート（チケット購入等）がございます
お買物券ご利用期限／2026年8月31日（月）まで
お買物券利用対象外店舗／カーブス、ホットヨガロイブ、WAKABA、楽天モバイル、シニアの為のフィットネス遊癒、モーリーファンタジー、ダイソー、宝くじ、保険見直し本舗、西松屋、セイリュウマーラータン、ハクジュプラザ、はやしまこどもと家族の相談クリニック
場所／2階中央吹き抜け 特設会場
※当社指定商品に限ります
※他の割引企画との併用はできません
【特典③】
ランドセル配送料無料
※2027年2月28日（日）まで
※一部実施していない地域、配送できないエリアがございます
日時／7月17日（金）～26日（日）
場所／イオン都城店 2階キッズ催事場

宮崎ガス 2026サマーセールフェア
日時／7月11日（土）・12日（土）10時～16時
場所／1階正面入口特設会場

ゆるキャラ大集合！
館内パレード&ふれあい撮影会。
日時／7月12日（日）13時～16時
場所／館内および1階専門店 ヒューズリセット横特設会場

つづみ団子
日時／7月15日（水）～20日（月・祝）10時～18時※予定
場所／1階正面レストラン街前

リフォームフェア
日時／7月16日（木）～26日（日）
場所／1階直営食品催事場

新入学ランドセル早期ご予約販売会
【特典①】
・ランドセル税込66000円以上お買上げの方にイオン商品券5000円分プレゼント
・ランドセル税込46200円～64900円までの商品をお買上げの方にイオン商品券3000円分プレゼント
※9月27日（日）まで
※当社指定商品に限ります
※ネット購入の場合は同額相当のネットポイントプレゼント
【特典②】
当社指定のランドセルが本体価格からレジにて10%OFF
※11月3日（火・祝）まで

古着屋nancy 古着ポップアップ
日時／7月18日（土）～20日（月・祝）10時～18時※予定
場所／1階 専門店 ヒューズリセット横特設会場

おでかけエンゼル（出前子育て支援ひろば）
未就学児とその保護者を対象に、子育て相談・手遊び・遊びのひろば・絵本の読み聞かせを行います。
日時／7月21日（火）10時半～12時
※日程は変更になる場合がございます
場所／2階赤ちゃん休憩室

キッチンカーたこ焼き
日時／7月26日（日）
場所／1階正面玄関外

大人のぬりえ展
日時／7月28日（火）～8月1日（土）※予定
場所／1階専門店 ヒューズリセット横特設会場

■問合せ／（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、中止になることがございます
※詳しくはHPをご覧ください
※P30・31もご覧ください

イベント情報

ホームリノベーションあかつき 第21回住まいのリフォーム相談会
住まいのリフォームに関するお悩みや補助金について、リフォームコンテストでも実績のあるプロが親身になって相談に乗ってくれる、毎回好評のイベントを開催！
窓の断熱性能を高めて、最大100万円の補助がもらえる「先進的窓リノベ事業」や、水回りリフォームで最大100万円もらえる「みらいエコ住宅」など、話題の補助金についても詳しく紹介させていただきます。イベント限定価格での商品販売も行うので、お見逃しなく！ この機会にぜひご家族揃ってお越しください♪
詳細はHPまたは公式LINEをご覧ください。
日時／7月5日（日）10時～17時
場所／タカラスタンダード都城ショールーム（都城市吉尾町6123―1）
参加費／無料
■問合せ／ホームリノベーションあかつき
☎0986―24―9537
LINE ID／@863uskzp

タリーズで学ぶ♪ コーヒースクール開催！

タリーズコーヒーの人気プログラム「コーヒースクール」がイオン都城店で開催♪ 実際にテイスティングや抽出体験をしながら、コーヒーの奥深い魅力を楽しく学べます。おうち時間をもっと豊かにしたい方、コーヒー好きな方におすすめです♪

場所／タリーズコーヒー イオン都城店

※スイーツ付き&お土産付き♪

当日はタリーズ商品が割引購入できる特典もあります。

定員／少人数制（先着順）

●コース1「おいしいコーヒーの淹れ方」

ハンドドリップの基本を、実際に抽出しながら丁寧にレクチャー。ご家庭でもワンランク上の味わいが楽しめるようになります♪

日時／7月6日（月）13時半～

参加費／2300円

●コース2「コーヒーのテイスティングと豆知識」

世界の産地ごとの味わいを飲み比べながら学びます。自分好みの豆を見つけたい方にぴったり♪ スイーツとのペアリング体験も楽しめます。

日時／7月25日（土）10時半～

参加費／2300円

●アイスコーヒーコース「季節限定 アイスコーヒースクール」

ハンドドリップでアイスコーヒーを美味しく淹れるポイントをはじめ、複数のシーズナルビーンズを使用した飲み比べなど、アイスコーヒーの楽しみ方が広がる体験がぎゅっと詰まったコースです♪

日時／7月27日（月）10時半～

参加費／2300円

■問合せ／タリーズコーヒー イオン都城店
☎0986―24―2082

キレイ巡り Beauty Marche

〝キレイ〟を気軽に楽しめる自分に合う「キレイ」がきっと見つかる特別な1日！ 美容体験スタンプラリー「キレイ巡り Beauty Marche」を開催♪

自分に合う美容を知りたい方、リフレッシュしたい方にぴったりのイベントです。気になるブースを自由にめぐって、キレイを体験してみませんか？ メイク体験・アロマテラピー・ネイルケア・肌診断の4つのブースをまわって、スタンプを2つ以上集めるとお土産ゲット！ さらに、アンケートに答えると豪華プレゼントももらえちゃいますよ♪ ナリス化粧品の会社紹介もあります。

参加費は無料です。ご予約受付中！

参加費／無料

日時／7月11日（土）10時半～13時

場所／未来創造ステーション（都城市中町16―15）

■問合せ／Beauty Space Beni
☎090―2711―4405

コーヒーを片手に、これからの暮らしを考えてみませんか？ 第10回 これからの暮らしに備える安心のマネープラン講座

「将来の老後資金に不安を感じている」「親の介護や自身の介護に備えたい」。そんな声に応える、毎回大好評のマネーセミナーが開催されます。本講座では、老後や介護に必要な資金の目安から、ライフプランと相続対策など〝知っているかどうか〟で差がつきやすいポイントまで、ファイナンシャルプランナーが身近な例を交えながら分かりやすく解説します。

「特別な人の話」ではなく、「自分たちの暮らしに当てはめて考えられる」内容なので、はじめての方でも安心して参加できるのが魅力です。

講座内容（一部）／

・老後や介護に必要な資金の目安
・今からできる資産形成のポイント
・家族に負担をかけないための準備
・円滑な資産承継のポイント
・ライフプランと相続対策などコーヒー好きにも嬉しい特別体験！ 当日は『タリーズコーヒー イオン都城店』のバリスタがその場で淹れる本格抽出のアイスコーヒーを楽しみながら受講できます。実演とともに味わう、ちょっと特別なコーヒータイムも本講座の魅力のひとつ。さらに、参加者全員にコーヒー&焼き菓子セットのお土産付きです♪

日時／7月12日（日）
午前の部…10時～11時45分（定員15名）
午後の部…13時半～15時15分（定員15名）

会場／未来創造ステーション 2階会議室（都城市中町16―15）

対象／30代後半～60代の方

※ご夫婦やご友人とのご参加も大歓迎です。

参加費／無料

講師／アクサ生命保険株式会社 大分FA支社 ファイナンシャルプランナー 平原 史朗 氏

宮崎県出身。子育てと仕事を両立しながら活動されており、「同じ子育て世代の目線」でお金の悩みに寄り添う説明が好評です。ギターやピアノ、サウナが趣味という親しみやすい一面もあり、はじめての方でもリラックスして話を聞ける雰囲気が魅力です。

申込方法／きりしまフォーラムWEB、きりしまフォーラムまたはP2掲載のQRコードからお申込みください。

応募締切／7月7日（火）

※7月9日（木）までに、結果をメールまたはお電話でご連絡いたします。

※金融関係会社の方や営業目的での参加はご遠慮ください。

※お申込みいただいた個人情報は、本イベントの運営以外の目的には使用しません。

※P2もご覧ください。

■問合せ／きりしまフォーラム
☎0986―26―5836

第35回 コスミックバレエファンタジー

【第1部】バレエコンサート
【第2部】コッペリア 第3幕まで

日時／7月18日（土）15時開場 15時半開演

会場／都城市総合文化ホール 大ホール「きりしま」

料金／全席自由1000円

■問合せ／コスミックバレエスタジオ
☎0986―25―9601

家族のために 頑張ってきた女性へ 将来のお金の不安を解消する「女性のための勉強会」開催！

「何かはじめたいけれど、何からはじめればいいのか分からない。」そんな方も大歓迎です。

お金の知識がなくても大丈夫。将来のお金の不安を整理し、今できることを分かりやすくお伝えします。

参加費は無料です。お気軽にご参加ください♪

日時／7月26日（日）10時～11時半

定員／10名様

場所／未来創造ステーション（都城市中町16―15 都城市立図書館2F）

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2人のお子さんを持つシングルマザー。実体験を交えた分かりやすい講話で大好評です♪

申込み方法／P18下段広告のQRコードからお申込みください

■問合せ／RKコンサルティング都城支社

その他の情報

猫を探しています！

令和8年6月4日の夜から行方不明です。最終目撃場所は、都城市都北町6257番地付近です。

名前は「ジジ」で、20歳のメス

子どものことは考えてきた…
でも、自分の老後は後回し。
家族のために頑張ってきた女性へ
教育費、住宅ローン、毎日の生活。
気づけば、自分の将来は後回しになっていませんか？

女性のための
将来のお金の勉強会

参加無料 定員10名

【日時】7/26（日）10:00～11:30
【場所】都城市中町16-15 未来創造ステーション（都城市立図書館2F）

✓老後資金はいくら必要？
✓年金だけで足りる？
✓今からでも間に合う？

【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

お申込みは QRコードから ※お連れ様も可

株式会社 RKコンサルティング 都城支社
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。
※応募者の個人情報は、弊社からの案内発送やメール連絡、当日の受付に使用します。

自宅でキレイを整えませんか？ 出張カットそら

「忙しくて美容室に行けない……」という方におすすめの、ご自宅訪問カット&カラーサービスです。ご予約が埋まりやすいため、お早めの申込みがおすすめです。

料金／
◎ご自宅訪問 1名2000円
◎都城市外・三股町外 1名2500円

■問合せ／まっきーカレー
☎090―5336―3309

『まっきーカレー』移転します！

移転オープン日／7月14日（火）※予定

移転先住所／都城市妻ヶ丘町27―7

これからも変わらぬ美味しさをお届けできるよう準備しておりますので、ぜひ楽しみにお待ちくださいね！ 今後とも『まっきーカレー』をよろしくお願いいたします。公式Instagramにて随時お知らせいたします！

■問合せ／まっきーカレー
☎090―5336―3309

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い」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22000円（税込）ではじ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／10月よりスタート（現在申込み受付け中）

開催日時／
平日コース・土日コースあり
10時～15時半

受講料／22000円（税込）
※8回制 ※入学金は無料

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

◎病院・介護施設（要相談）
1名1300～1600円
◎カラー 2000円（ご準備いただく場合は1500円）

対応／ウィッグOK
産前産後のママも利用できます

■問合せ／出張カットそら
☎090―2711―0008
※LINE予約も可能です
※P26もご覧ください

補助金を活用して賢く交換！

エコキュートやハイブリッド給湯器などの高効率給湯器の設置・交換を支援する国の補助金制度「給湯省エネ2026事業」が実施されています。エコキュートの購入で最大10万円、ハイブリッド給湯器の購入で最大12万円の補助が受けられる場合があります。

ミスミガスでは、補助金を活用することで対象機種をお求めやすくご購入いただけます。給湯器の買い替えをご検討中の方は、この機会にぜひご相談ください。

■問合せ／ミスミガス都城店
☎0986―23―1850

自衛官候補生・航空学生募集！

自衛隊では、自衛官候補生および航空学生の募集を行っています。進路を検討中の方や就職をお考えの方は、この機会にぜひご検討ください。応募資格や試験日程など、詳しくはお問い合わせください。

試験資格／18歳以上24歳未満

受付期間／7月1日～8月28日

試験期日／
【1次】9月19日、9月26日
【2次】10月15日～22日の指定された日
【3次】
（海）11月20日～12月16日の指定された日
（空）11月14日～12月17日の指定された日

■問合せ／自衛隊宮崎地方協力本部 都城地域事務所
☎0986―23―3944

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。
事前にお電話いただくとスムーズにご相談できます!
おくすり処 かわぐち／川口鍼灸院
TEL.0986-38-0170 ※鍼灸院のみ予約制
都城市都北町5985-1 定休／日曜日
Instagram

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。
7月診療スケジュール
【平日】9:00～11:30 15:00～17:30 【土曜日】9:00～11:30 14:00～15:30

日	月	火	水	木	金	土
			1 休診	2 院長 緒方先生	3 院長 緒方先生	4 院長
5 休診	6 院長	7 院長	8 休診	9 院長	10 院長	11 院長 南村先生
12 休診	13 院長	14 院長	15 休診	16 院長	17 院長	18 院長
19 休診	20 休診	21 院長	22 院長	23 院長 緒方先生	24 院長 緒方先生	25 院長 南村先生
26 休診	27 院長	28 院長	29 院長	30 院長 緒方先生	31 院長 緒方先生	31日院長受付け 8:30～11:30 14:00～15:30

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番地

前園先生と一緒に学ぶ
お金の相談室

連載 未来のための ちょっとした工夫

vol.10 物価高の時代、今の暮らしを守るために

～20年後・30年後も今と同じ暮らしを続けるために～

最近、スーパーへ行くたびに「また値上がりしているな」と感じることはありませんか。

お米や野菜、電気代など、私たちの生活に欠かせないものの値段が上昇し、家計への負担を実感している方も多いのではないでしょうか。少し前まで当たり前の値段で買えていたものが、今では値上がりしていると感じる場面も増えました。そして、一度上がった値段は、以前の水準まで戻ることがほとんどありません。

こうした値上がりは、日用品だけではありません。例えば軽自動車は、20年ほど前は100万円前後で購入できる車種も多くありましたが、現在では200万円を超えるものも珍しくなくなりました。

もし、この先も物価の上昇が続いたらどうなるでしょうか。今100万円で買えるものが、20年後や30年後も同じ金額で買えるとは限りません。つまり、将来も今と同じ暮らしを続けるためには、これまで以上に多くのお金が必要になる可能性があるのです。

私たちはつい、「老後資金を増やさなければ」と考えがちですが、本当に大切なのはお金持ちになることではありません。将来も今と同じ暮らしを続けられるよう、計画的に準備しておくことが大切です。

もちろん貯金は大事ですが、物価が上がり続ける時代だからこそ、「いくら貯めるか」だけではなく、「将来も今と同じ暮らしを続けるために何が必要か」を考えることが重要です。

将来必要なお金は、ご家庭によって異なります。まずは、ご自身のこれからの暮らしにどれくらいのお金が必要なのかを、知ることからはじめてみませんか。

お問合せは QRコードから→



質問やご相談は、P15「アンケートハガキよりご相談ください。

まえぞの かよ
前園 香世先生
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
私自身のこれまでの経験から自立するための必要な備えを具体的にお伝えします。
㈱RKコンサルティング 都城支社
都城市平江町1-1都城平江町ビル2階



れんげメディカルグループで 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!!

- 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（別途規定あり・詳しくはお問合せください）
- 期間限定可（6ヵ月以上）
- WEBでの面談・面接も実施中！

宮崎・大阪・奈良で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

介護職員

職種	介護職員
雇用形態	正社員
給与	月給：263,000円～318,000円　基本給：230,000円～250,000円 資格手当：3,000～8,000円　夜勤手当：30,000／6回（ショート夜勤）
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	①初任者研修（ヘルパー2級）　③介護福祉士 ②実務者研修　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
(株) れんげリビングサービス
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

PURA VIDA

be HAPPY! Anniversary 都城店 14th

プーラビーダ都城店はおかげさまで14周年を迎えることができました。
日頃よりご愛顧いただき本当にありがとうございます♪

生誕祭イベント
7.18（土）19（日）20（月・祝）の3日間

～プーラビーダ14th 誕生祭イベント～

パン&焼き菓子マルシェ　売切れ次第終了

宮崎県内各地、人気のお店がやってきます♪　※変更になる場合がございます

7/18（土）
ミカエル堂・Door
森の中のパン工房 Verde
さざりん堂・cafe PePe
N&H CAFE・おやつ屋 RIRI



7/19（日）
Porters.Bagel・BOULANGERIE SAKIDA
Hinamuffin newyork・OyatsuYa
Sanseido Sweets・Hour of Bliss

7/20（月祝）
ウエノパン・国富製パン所
Sanseido Sweets
Hour of Bliss



ビューティーアドバイザー入店
マナラ
マッサージもできるホットクレンジングで人気のマナラ美容部員がイベント限定で来店！　正しいクレンジング方法など、気になることをご相談ください♡
7/18（土）11:00～18:00
7/19（日）11:00～18:00
7/20（月・祝）11:00～16:00



数量限定 HAPPY BAG
夏のコーディネート福袋
今年の夏コーデで大活躍間違いなし!
アクセサリー福袋（2種）
ピアス&ヘアアクセサリー
イヤリング&ヘアアクセサリー
※完売次第終了となります。

夏のひんやりアイテム



【ハンディファン】
ベルチェ 冷却機能日傘ファン
日傘に固定できるハンディファン。ネックストラップ付きでハンズフリーでも使えます。

【傘屋が作ったアームカバーと帽子】



Wpc.UVカット接触冷感 親指付きアームカバー
ひんやり冷感素材と使いやすいデザインで、毎日活躍するアームカバーです。

ミニターボファン ウエストクリップ付き
ベルトに挟むだけで服の中へ送風。汗を素早く乾かし、快適にサポートします♪



Wpc.UVカット接触冷感 コンパクトエアリーハット
被るだけで手軽にUV対策。軽やかな着用感と持ち運びやすさを兼ね備えたUVハット♪





水出しコーヒー プーラビーダ限定!
昨年全店舗で300個売れた人気のブレンドコーヒー水出しタイプが今年も登場！　小林市野尻町のコーヒー専門店「あんばさんど」プロデュースのオリジナルブレンドコーヒー！　手軽に抽出できる水出しコーヒーで、お家でも気軽に安心して楽しめます。



北極まくら
背中までヒンヤリのBIGサイズ登場!
凍らせない冷感ジェルパッドで冷たくなりすぎず、長時間冷却効果をキープ!

プーラビーダポイントシステム イベント期間中はポイント還元率 UP!!!!

①スマホのカメラでQRコードを読み込む
②メールの画面が開いたら空メールを送る
③URL付きのメールが届いたら必要事項を入力
④登録完了のメールが届く
⑤いつでも開けるようにホーム画面に追加する

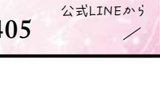
レジに並ぶ前にご登録をお願いいたします
どこか1店舗で1回登録すれば全店で使用できます!

※分からない方はお気軽にスタッフにお声かけください♪

プーラビーダ 都城店

☎ 0986-36-6188　都城市吉尾町2100
【営業時間】 11:00～20:00　https://www.pura-vida.jp

HP　Instagram







フォトロケ探偵団 Vol.7

―見慣れた街のはずなのに、答えはすぐにでてこない―
都城市内のどこかで撮影した1枚の写真。
標識や建物の形、背景のちょっとした手がかりから場所を推理してみてください。
正解の方には、読者プレゼント当選確率 up！

難易度★★★★★

県道12号線沿いの大きな広場の近くで見たような・・・。

①Googleマップのストリートビュー・もしくは実際に撮った写真を添えて「きりしまフォーラム公式LINE」にお送りください。
②正確な角度等は問いません。
③公式LINEでも問題・ヒントを公開中です。

解答は公式LINEからお送りください▶▶
答えは次月号に記載！ 先月の答え：陶芸工房 幸の陶

～肌とからだと心を整える～ 12カ月の美容習慣

7月の不快感をクリアに 夏の清潔感ケア

気温が35度を超える日が続く7月。
汗や皮脂が増え、毛穴やべたつきが気になりやすい季節です。
過酷な暑さの中でも清潔感をキープするためには、毎日の丁寧なケアに加え、季節に合わせたプラスのお手入れが大切。高温多湿な環境で肌はベタつきやすく、毛穴の開きや黒ずみも目立ちやすくなります。不要な皮脂をため込まない肌づくりを意識しながら、べたつきを抑えつつもうるおいを守る保湿アイテム選びを心がけましょう。スキンケアからベースメイクまで見直すことで、夏の化粧崩れを防ぎ、すっきりとした印象を保てます。

夏でもすっきり美肌！ 4つのポイント

01 汚れをすっきり落として、べたつきをオフ！
汗や皮脂、紫外線の影響を受けやすい夏の肌。洗顔後は化粧水と保湿ケアでうるおいを守り、快適な肌状態を保ちましょう。

02 毛穴のつまり・黒ずみ・開きをケア
皮脂分泌が増える夏は、毛穴の黒ずみや汚れが気になりがち。不要な角質をやさしくケアし、なめらかな肌へ。

03 “隠れ乾燥”を防ぐ乳液ケア
夏の肌は意外と乾燥しがち。乳液やクリームでしっかり保湿し、うるおいのある肌をキープしましょう。

04 ニオイ対策で清潔感アップ！
朝シャワーで汗や皮脂をすっきりオフ。食欲が落ちて栄養が偏りがちな夏は、“飲む美容”で内側からのケアも。

オーナー 遠藤さん

「明日は今日より美しく」をコンセプトに、一人ひとりの肌状態に合わせたケアをご提案しています。年齢や性別を問わず、みな様の肌の悩みに寄り添い、丁寧にお手入れを行います。
肌は、季節や生活の変化を正直に映し出します。だからこそ、その時に合わせてやさしく整えていくことが大切です。できることから少しずつ、来月からも季節に合わせたケアを一緒に考えていきましょう。

おすすめエステメニュー
毛穴すっきりコース……¥6,050　初回20%OFF

Beauty Space Béni
都城市野々美谷町1344
tel.090-2714-4405

ご予約は公式LINEから　HP

まっきーカレー

新メニュー登場予定！

移転OPEN！



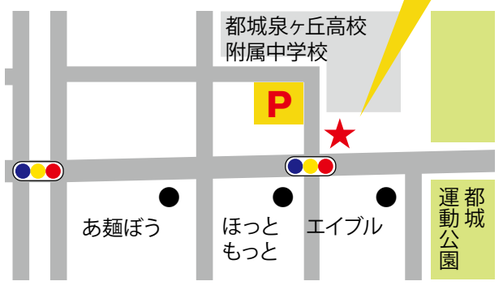
7/14（火）2026　11:00-15:00

まずは昼営業からスタート！

OPEN記念
お得なイベント開催します♪

まっきーカレー 新店舗

都城駅から車で4分



〒885-0033
都城市妻ヶ丘町27-7

スタッフ大募集！

未経験でも大丈夫です。笑顔で接客できる方歓迎♪

仕事内容	接客・簡単な調理(注文・配膳・お会計・洗い物など)
応募資格	年齢・学歴不問(学生可)
時　給	1,100円～
勤務時間	11:00～21:00
休　日	シフト制※週1から勤務OK ※土日祝勤務可能な方優遇

まかない付き！

問合せ:090-5336-3309
SMSからの応募も可能です◎

まっきーカレー
TEL 090-5336-3309
営業／11:00-15:00（しばらくの間）
不定休

Instagram　LINE

地域の美味いもの大発見！
みやこんじょ&みまたん圏域 グルメナビ
Gourmet Navi

中華はやしんち

080-5214-8843

ボリュームも美味しさも大満足
気軽に中華料理が味わえます！



古民家を活かした落ち着きのある空間で、ゆったりと町中華を楽しめます。野菜たっぷりのちゃんぽんや回鍋肉、旨辛の麻婆豆腐など人気メニューも充実。夜は予約制のため、事前に予約をして訪れるのがおすすめです。

店舗情報
都城市志比田町5016-1
営業／11:00～15:30　17:30～20:30 ※夜は予約制
年中無休

セットメニュー
（お好きな一品料理に追加料金）

Aセット（ごはん・スープ・漬物）…… ＋400円
Bセット（サラダ・ごはん・漬物）…… ＋400円
Cセット（スープ・サラダ・ごはん・漬物）…… ＋500円

一品料理

■天津飯…… 1,000円
■麻婆豆腐丼… 1,000円
■油淋鶏…… 1,000円

※その他多数のメニューございます。
※ご予約いただければお持ち帰りも承ります。



石窯パン工房 グレンツェン 都城店

☎0986-36-5888

気になる初夏の新作パン登場！



食欲が落ちやすい夏こそ、美味しいパンで元気を補給。季節限定の新作パンや人気の惣菜パン、スイーツパンなど、思わず手に取りたくなるラインアップをご用意しました。グレンツェンの美味しいパンと一緒に、暑い季節を乗り切りましょう！

店舗情報　LINE公式アカウント友達募集→
都城市上東町17-18
営業／7:00～19:00（7月1日から18:00まで）
定休／月曜日　http://www.glanzen.jp/

今月の新作パン！

フランキー十勝コーンクリーム
275円

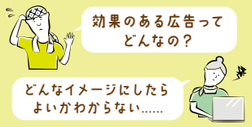


北海道ポテトとえだ豆サラダのチーズ焼き
250円

★お知らせ★
7/1より営業時間が変わります。
【変更後】7:00～18:00
※定休日に変更はありません



きりしまフォーラムに広告をのせてみませんか？



きりしまフォーラムの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。

TEL/0986-26-5836
FAX/0986-26-5860
mail/info@kiri-fo.net

麺や星月

☎0986-58-7115

鯖×豚骨×味噌
箸がとまらない旨味のコンボです！



「味噌を食べたい…でもとんこつも食べたい」とお悩みの方必見！　鯖の深い旨味と豚骨のコク、味噌のまろやかさが三位一体となった「さばとんこつみそ」は、ここでしか食べられないこだわりの一品です。ぜひご賞味ください。

さばとんこつみそ 1,000円

店舗情報
都城市中町17-18 SANOビル4号
営業／11:00～15:00
※スープがなくなり次第営業終了となります
定休／月曜日

Instagram

宮崎もんじゃ おこげ

OPENに向け、着々と準備中♪



7月25日グランドオープンに向け、準備を進めています！　もんじゃ焼き以外にも一品&鉄板メニューもご用意。大人ももちろんお子様までワクワクするような憩いの場を目指しています！　また、オープン特典を準備しているので、楽しみに待っていてください♪

店舗情報
三股町大字樺山2036-2
営業日／7月25日オープン予定
営業時間／未定

Instagram

メニューが続々決定！

オリジナルもんじゃ焼きベース……400円
ミルクもんじゃ焼きベース……500円
各種トッピング……150円～400円

＼オープン特典／
グランドオープンから2週間、Instagramフォローでお好きなドリンク1杯サービス



内から外からキレイになりたい♪

Beauty 特集

Hair Space O-ga オーガ



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!!

加齢による髪質の変化や紫外線ダメージを受けた髪も、艶のある美しいストレートへ ✨

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♪

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

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 ¥14,300

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



Belle Ame（ベルアーム）　大人女性専用・美容室

白髪染め
エイジングケアに特化
頭皮美容　髪質改善
100種類以上から選べる白髪染め





40代からの髪や頭皮の悩み、解決します ✨

経験豊富な女性美容師が担当
「頭皮を守っておしゃれに白髪染め」

ヘアケアマイスター在籍!!　キャリアある女性美容師が1対1で、年齢とともに変化する髪の衰えや白髪染めについて、丁寧にアドバイスします。全メニュー「ヒーリングシャンプー」付き♪　自律神経を整えゆっくりとした時間を過ごせる、上質な大人の美容室です。

白髪染め限定
- ◉メンテナンスカラー　カット・トリートメント　¥14,000 →¥10,500
- ◉ヘアエステカラー　カット・髪質改善トリートメント　¥16,000 →¥12,000
- ◉エイジングカラー　カット・髪質改善トリートメント・頭皮美容（クレンジング・幹細胞美容液）　¥22,000 →¥16,500

※根本５cm以内の料金。ロング料金有

0986-66-8185
都城市中町14-5 M-cross 1F南
営業時間／9：00～18：00　　不定休
※ご予約はお電話またはホットペッパービューティーから→
※近隣駐車場（徒歩１分）を利用し、お店で駐車券を提示で無料
※ブリーチ不可。男性・お子様入店不可

ホットペッパービューティー

駐車場無料





ONLY CAN パーソナルジム　＼6月21日OPEN／

千里の道も一歩から！　理想のカラダ作りをサポートします。



トレーナープロフィール

喜屋武　星哉です！

沖縄県出身。南九州大学を卒業後、都城市へ引っ越し、スポーツジムのトレーナーとして活動してきました。だからこそ、「健康のために運動したい」「1人では続かない…。」そんな方の力になりたいと思い、パーソナルジムを開業しました。運動初心者の方でも安心して続けられるサポートをしていきます！

パーソナルメニュー

◆ライトコース
基礎的な運動習慣をつけたい方向け
◆スタンダードコース
ダイエット・体づくりをしっかりしたい方向け
◆ライフプランニングコース
食事・運動・生活習慣まで徹底サポート！

こんな方におすすめ！

✓40代～70代の健康づくりをしたい方
✓運動初心者・ジムがはじめての方
✓ダイエットをしたい方
✓肩こりや体力低下が気になる。
✓一人では続かなかった。

090-5191-4813
都城市下川東2丁目21-6
営業時間／予約状況により変動
体験トレーニングお気軽にDM
お電話でお問合せください！

LINE　インスタグラム



marble Hair Lab.　体験できるのは全国で1%の限られたサロンのみ！　幻のBYKARTEトリートメント！



髪内部まで“満ちる輝き”へ　BYKARTEデビュー！
髪の“本質ケア”で潤いと艶に満ちた素髪へ導きます

BYKARTEトリートメント　¥7,000
★髪のダメージを選択的に補修する植物エキス配合
★★シスチンそのものをダイレクトに髪内部へ補充
★★★髪本来の素髪のような扱いやすい状態に

CiP SHOT技術	シスチン補修	サロン&ホームケア
▽▽▽	▽▽▽	▽▽▽
毛髪内部までシスチンをダイレクト補充	日々のダメージで失われた結合を内部から修復	プロによる補修とご自宅でのケアで輝きを継続



BYKARTEは、髪の内側にある“シスチン”という成分に着目した新しい補修ケア。
ホーユー独自の技術により、アルカリで溶かしたシスチンを髪の中にしっかり届けて定着させることで、ダメージを根本から補修します。プロによるサロン施術に加え、ご自宅でも続けられるホームケアも充実。なめらかで芯から潤う髪へと導きますよ♪

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

Type1	クセをしっかり伸ばしたい	縮毛矯正　¥13,200～　強いクセ毛でお悩みの方や、ハードな直毛のサラサラヘアを希望する方に!!
Type2	クセは気になるけどペタっと感はいらない	ナチュラルSLIMアルカリストレート　¥8,800～　根本のフンワリ感を残しながら髪の広がりを抑えたい方、柔らかな質感と艶・ナチュラルなまとまりがほしい方に！
Type3	とにかく傷んだ髪を伸ばして艶を出したい 加齢による髪のシワやうねりを伸ばしたい	ナチュラルSLIM酸性ストレート　¥8,800～　ダメージとエイジングによって、毛髪強度や艶・ハリ・コシが失われ気味の髪に、艶とまとまり、潤いが欲しい方に！
Type4	髪を傷めず 広がりを抑え艶を出したい	酸熱トリートメント　¥6,600～　毛先がダメージ毛の方、ハリ・コシが欲しい方、うねりを取りたい方、毎日のスタイリングを楽にしたい方に！

長さ代別　Ⓢ¥1,100　Ⓜ¥1,650　Ⓛ¥2,200　Ⓛ¥2,750

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

0986-77-3061
都城市乙房町150-3
営業／10:00～19:00（日曜日は18:00迄）
定休／月曜日、第1・3日曜日

都城 マーブル

HP　Instagram



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



Point1　抗酸化作用でハリツヤUP
髪内部に高濃度水素を浸透させることで、蓄積している悪玉活性酸素と反応させ抗酸化し、熱を加えることで髪の水分量がアップ。

Point2　加齢による髪の変化にも対応
高濃度水素の力で、加齢による抜毛や薄毛、白髪抑制効果も期待できます。

Point3　カラーと相性抜群
ハイブリーチ毛や縮毛矯正毛のパサつきや広がりを抑え、ツヤと潤いを実感できます。

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

PRICE（税込）
■UPTOGLOSSトリートメント　¥7,700～
■カラー&UPTOGLOSSトリートメント　+¥5,500～
■ストレート&UPTOGLOSSトリートメント　+¥5,500～
長さ代別　M(ミディアム)+¥550　L(ロング)+¥1,100　LL(超ロング)+¥1,650

TOTAL BRIDAL SALON うさぎ　男性のリピーターも続々増えています！





痛みやダウンタイムが気になる方に推したい！
やさしくはじめるソフトダーマ
やさしい刺激でハリツヤup⤴
ほうれい線 たるみ　ニキビ　シミ シワ　毛穴の黒ずみ 開き

次世代の肌質改善メニュー
1回の施術で驚きの声多数　**ソフトダーマ**
¥20,000→**¥7,900**　※2回目以降もこの価格！
※効果には個人差があります
ソフトダーマで育毛治療も♪　薄毛・抜け毛・ボリューム不足でお悩みの方はお気軽にお問合せください。

(Bridal部門)　090-5745-5684
(脱毛・エステ部門)　070-5698-5311
宮崎県都城市宮丸町2993-1
営業／10：00～24：00　無休

つるんと輝く、なめらか肌に！
ハイドラフェイシャル
¥15,000→**¥7,900**
※2回目以降もこの価格！

加齢によるシミ・シワ・たるみに効果大！
IPL光とラジオ波で真皮層を刺激し肌を再生させる
光フェイシャル
1回¥4,000→初回限定 **¥2,000**

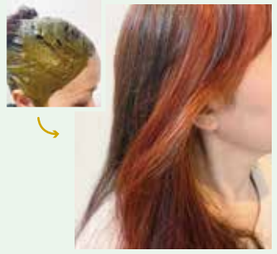
女性限定　全身脱毛 特別価格
■全身脱毛 ※VIO・顔除く　初回限定 ¥5,900
■全身脱毛 ※VIO込み　初回限定 ¥7,900

メンズ脱毛
■全身脱毛※顔込み……¥16,800
■VIO セルフ脱毛……¥5,000
※その他脱毛メニューございます。

Instagram



ー癒しの空間ー 美容室ハルル♡



天然100%ヘナ ×
タロットリーディングで癒しの空間♡
白髪がきれいなオレンジ色に染まる、「ハナヘナ」を使用。化学物質が全く入っておらず、髪と地肌に優しいヘアカラーです。インディゴというハーブで2度染めをすることで、ブラウン系のカラーに抑えることも可能♪

メニュー
◎天然100%ヘナ染め…¥5,400
+¥1,600でカットも♪
◎塗るだけヘナ……¥3,200
帰宅後自分でシャンプー。お店より長く時間を置けるから、ヘナ本来の美しい発色！
※初回パッチテスト必要

ヘナ染めの待ち時間にも！
タロットリーディング ✨どんぐりの占い部屋✨
店内にある、心がほっとゆるむ占いの空間です。
本当に必要な方へ、見えない世界からのメッセージを。
迷ったときや背中を押してほしいときにどうぞ！
◎本格深読みリーディング（60分）¥3,000
※占いのみのご利用は事前予約が必要です



090-4348-0866
都城市鷹尾3丁目14-20
営業／9:00～18:00
定休／火曜日・第3水曜日
※美容施術中はお電話に出られない場合がございます。SNSからのご予約がおすすめです。

Instagram　LINE

「きりしまフォーラム見た」で
サクッとかんたんリーディング（20分）¥1,000
気になることをサクッとタロットで！

～癒し処～Ku'u Punahele（クウプナヘレ）　Mente for men（メンテ）　隠すメイクではなく魅せる素肌を目指しましょう！

Dr.ピュールボーテ美人コンテスト 2年連続最優秀賞受賞サロン ✨
肌再生美容「Dr.ピュールボーテ」は、正しい皮膚科学に基づく先進技術で、高品質な美容成分を数多く配合しています。使うほどに健やかで美しい肌へ導きます。





Dr.ピュールボーテ化粧品と、あなたの肌の相性を確認できる
「体験型カウンセリング」
受付中！ ¥5,500

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 **¥18,700**
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。

肌診断 + Dr.ピュールボーテ ゼオライト活性水素マスク トリートメント メンズOK！
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！　ニキビケア、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！

【DENBA×水素吸入】
疲れ・睡眠・美容をサポート！
活性酸素にアプローチするといわれる水素と、DENBA空間による心地よい環境でワンランク上のリラックスタイムを。
✓なかなか疲れが取れない
✓睡眠の質が気になる
✓ストレスを感じやすい
✓美容も意識したい などの方にオススメ♪

Ku'u Punahele（クウプナヘレ）
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

Mente for men（メンテ）
070-1946-1784

※カード・PayPay・LINE Pay決済可
※施術中は折り返しのご対応とさせていただきます
※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
※メンテご来店時に身分証明書のご提示をお願いします。

大好評につき、サブスク導入!!
DENBA×水素吸入ではじめる新習慣♪
本気の疲労回復を体験してみませんか？
まずはお気軽に体験からどうぞ！
通常60分¥5,500→初回体験 **¥3,300**
月4回（週1回）利用でお得！ 通常¥22,000→**¥16,500**
眠りの質が気になる方へ。DENBA技術が自律神経にアプローチし、快適な睡眠環境をサポート！



DENBAの鮮度保持技術
冷蔵庫で4カ月保存したリンゴ



◎金メダリストをはじめ国内外のトップアスリートも使用
◎全国放送の情報番組でも紹介
▷DENBAは販売も可能！
▷メーカー直送1ヶ月レンタル（ランク別）好評につき遅れが出ています！

←動画でも“違い”をご覧ください



店主 くろき

LINE　クウプナヘレ　インスタグラム　LINE　メンテ

フォーラムスタッフの 半世紀物 フィルムカメラを査定にだしてみました！





カビが びっしり…

私の自宅で見つけた、約50年前のフィルムカメラを査定してもらいました。長年ケースの中で保管されていたものの、いざ取り出してみると、内部にはカビがびっしりと発生しており、とてもそのまま使える状態ではありませんでした。

「これはさすがに値段はつかないかもしれない」と思いながらも、念のため持ち込んだ先は『買取リユースみやこんじょ』。



査定では、外観だけでなく、レンズや内部の状態まで丁寧に確認。カビの影響はあるものの、カメラ自体は近年レトロ需要やコレクター人気が高まっていることもあり、「状態次第では価値がある可能性がある」と教えていただきました。結果として高額とはいかないまでも、「古い・壊れている＝価値ゼロ」ではないということを実感できる査定内容に。

『買取リユースみやこんじょ』では、他店で断られた品物でも相談を受付け。ブランド品から車のパーツなど多種多様な買取実績もあります。押し入れに眠っている古い物も、一度専門店に見てもらうことで思わぬ価値がつくかもしれません。この機会にぜひ訪ねてみてください！

※査定額は品物の状態によって変動いたします。

■取材協力／買取リユースみやこんじょ
tel.0986-66-9527　※P4もご覧ください。

てしごとびより vol.7

都城・三股で活動しているハンドメイド作家さんを紹介するコーナー。
さまざまな作家さんとの出会いをお届けしていきます♪



Jo-miy じょーみぃ

今回は、都城市でマルシェやネットショップを中心に活動するハンドメイド作家さんをご紹介します。小さい頃からキラキラしたものが大好きで、「憧れをそのまま形にしたい」という想いからアクセサリー作りをはじめたそうです。







作品は、ガラスならではの透明感や輝きをを大切にしながらも、幅広い世代の方に楽しんでもらえるデザインが魅力。手元を華やかに彩るブレスレットも、これからの季節におすすめです。パーツやカラーにとらわれない自由な発想から生まれるアクセサリーは、一つひとつ異なる表情を持ち、選ぶ時間まで楽しませてくれます。

comment

「憧れ」を形にしたアクセサリーを一つひとつ心を込めて制作しています。キラキラした世界観を楽しんでいただけたらうれしいです♡　ネットショップやマルシェでぜひご覧ください。

Instagram　ショップ

都城の『六月灯&夏まつり』カレンダー 2026年7月

※本情報は2026年6月5日時点で行政等から提供された内容をもとに一部抜粋して掲載しています。天候や地域の都合により、日程・内容等が変更となる場合がございます。
詳細につきましては、各主催団体までお問合せください。きりしまフォーラムでは個別のご案内はできかねますので、あらかじめご了承ください。

開催日	名称	場所	開始時間	花火
2 (木)	秋葉神社六月灯	平江自治公民館	15:00	有(21:00頃)
5 (日)	豊満御年神社六月灯	豊満御年神社	17:00	無
11 (土)	甲斐元六月灯	甲斐元自治公民館	18:00	無
11 (土)	八坂神社六月灯	清涼幼稚園(どんぐりホール)	18:00	無
11 (土)	黒尾神社六月灯	黒尾神社	18:00	有(21:00頃)
12 (日)	瀬之神神社六月灯	谷頭自治公民館	18:00	無
13 (月)	早水神社・六月灯夏祭り	早水神社	18:00	有(20:00頃)
15 (水)	都城狭野神社夏祭	都城狭野神社	18:30	有(20:00頃)
15 (水)	平長谷六月灯	平長谷自治公民館	19:00	無
15 (水)	払川自治公民館六月灯	払川自治公民館	19:00	有(21:00頃)
16 (木)	火乃神夏祭り	北鷹尾自治公民館(鷹尾第一児童公園)	16:00	無
16 (木)	後久六月灯	後久久遠堂前広場	18:00	有(21:00頃)
17 (金)	高野原六月灯	長谷谷納骨堂前広場	18:00	有(21:00頃)
18 (土)	千町恵比須神社夏まつり	千町自治公民館	16:00	無
18 (土)	乙戸神社六月灯	乙戸神社	18:00	有(20:30頃)
18 (土)	夏まつり(六月灯)	久保原西自治公民館	17:00	無
18 (土)	乙房神社夏祭り	乙房児童公園	16:30	有(21:00頃)
18 (土)	上安久六月灯祭	上安久自治公民館	19:00	無
18 (土)	藤田六月灯	藤田自治公民館	18:00	無
19 (日)	大根田夏祭り	久保不動産敷地内	18:00	無
19 (日)	島津稲荷神社六月灯	島津稲荷神社	19:00	無
19 (日)	祝吉六月灯夏祭り	祝吉自治公民館	17:30	無
19 (日)	夏祭(馬頭観音)	都島自治公民館	17:00	無
19 (日)	六月灯夏祭り	原村自治公民館	17:00	無
19 (日)	六月灯	中尾自治公民館	18:00	無
19 (日)	中簑原公民館夏まつり	中簑原自治公民館	17:15	無
19 (日)	吉尾六月灯	吉尾自治公民館	18:00	無
19 (日)	夏祭り	羽山神社	18:00	有(20:30頃)
19 (日)	松之元自治公民館六月燈	松之元自治公民館	18:30	無
19 (日)	ふもと六月灯	ふもと自治公民館	18:00	有(21:30頃)
19 (日)	下安久地区六月灯まつり	下安久地区自治公民館	18:30	有(21:05)

開催日	名称	場所	開始時間	花火
20 (月)	正応寺夏祭り	興玉神社	19:00	有(20:30頃)
21 (火)	千足神社六月灯	千足神社	19:00	有(21:00頃)
22 (水)	薄谷六月灯祭り	薄谷児童公園	19:00	有(21:00頃)
24 (金)	愛宕神社夏祭り	今町愛宕神社	18:00	有(21:00頃)
24 (金)	林田神社六月灯	林田神社	19:00	無
24 (金)	南洲神社六月灯	南洲神社祭り広場	18:00	有(21:00頃)
25 (土)	上町自治公民館六月灯	上町自治公民館	17:00	無
25 (土)	下長飯六月灯まつり	都城市下長飯市民広場	19:00	有(21:30頃)
25 (土)	東部公民館夏祭り	一万城第2児童公園	16:00	無
25 (土)	ひがしまち夏まつり	東町自治公民館	16:30	無
25 (土)	中妻ふれあい夏祭り	中妻自治公民館	17:00	無
25 (土)	志比田六月灯	志比田自治公民館	16:00	無
25 (土)	並木祭り	並木公園(川東第5児童公園)	17:30	無
25 (土)	ふれあい原口夏祭り	川東第3原口児童公園	17:00	無
25 (土)	鷹尾自治公民館夏祭り	西墓地南側駐車場	18:00	無
25 (土)	東加治屋六月灯	東加治屋自治公民館	18:00	無
25 (土)	荒武神社奉納祭	荒武神社	10:00	無
25 (土)	三世代ふれあい夏祭り	ＪＡ中郷家畜センター	18:30	無
26 (日)	上東田の神ふれあいまつり	上東街区公園	16:00	無
26 (日)	延命地蔵尊六月灯・夏祭	南鷹尾自治公民館	18:30	有(21:00頃)
26 (日)	六月灯	狐塚自治公民館	17:00	無
26 (日)	下簑原自治公民館夏祭り	下簑原自治公民館	18:00	無
26 (日)	霧島神社夏祭り	今房自治公民館	16:00	無
26 (日)	六月灯	岩満営農研修館	19:00	無
27 (月)	小国神社六月灯	小国神社	17:00	無
27 (月)	南方神社六月灯祭	南方神社	17:00	有(21:00頃)
27 (月)	水流神社六月灯祭	水流神社境内	19:00	無
28 (火)	旭丘神社夏祭り	旭丘神社　駐車場	18:00	有(20:15頃)
29 (水)	科長神社六月灯	科長神社	18:00	有(21:00頃)
31 (金)	兼喜神社六月灯	兼喜神社	9:00	無

FORUM TOPICS

猫を探しています!!

令和8年6月4日の夜から行方不明です。
最終目撃場所は都城市都北町です。
些細な情報でも構いませんので、
情報提供をお待ちしております!
詳細はP12をご覧ください。

■飼い主　TEL／090-9723-9284

★蒸し暑い梅雨もスッキリ快適★ 出張カットで“さっぱり”気分♪

蒸し暑く過ごしにくいこの季節も、ご自宅や病院・介護施設へ訪問し、快適に過ごせるよう身だしなみのお手伝いをいたします♪　ご予約はお早めに!

ご自宅訪問 1名:2,000円　都城市外、三股町外 1名:2,500円
病院・介護施設 1名:1,300～1,600円(要相談)
カラー:2,000円(ご準備いただくと1,500円)

ウィッグもOK!　産前産後のママもご利用いただいてます!

■出張カットそら　TEL／090-2711-0008(LINEでも予約可)

ガソリンスタンド社員・アルバイトスタッフ募集中

【アルバイト】(都城北店・高原SS店)
ショートタイム(週20時間程度)
時給:1,030円　※別途資格手当あり
フルタイム(週40時間程度・土日出勤可)
時給:1,100円※別途資格手当あり
【整備スタッフ】(都城北店のみ)※車検整備ができる方
時給:1,600円　※別途資格手当あり
資格:整備士2級以上

都城北店応募QR

■Dr.Driveセルフ都城北店　TEL／0986-38-3553

未来の航空自衛官・海上自衛官を募集します!

【航空学生】
試験資格:18歳以上24歳未満
受付期間:7/1～8/28
試験期日:1次… 9/19、9/26
2次…10/15～22の指定された日
3次…(海)11/20～12/16の指定された日
(空)11/14～12/17の指定された日

■自衛隊宮崎地方協力本部　都城地域事務所　TEL／0986-23-3944

スキンケア相談会開催!

自分に合ったスキンケアを見つけるチャンス♡
お気軽にご参加ください♪

日時:8月29日(土)午前・午後の2部制
(各回定員50名)
場所:道の駅都城NIQLL 申込み受付け中!

■Beauty Space Beni　TEL／090-2714-4405

リニューアルオープンにともない、『まっきーカレー』スタッフ募集!!

未経験でも大丈夫です。笑顔で接客できる方歓迎♪
◇仕事内容／接客・簡単な調理(注文・配膳・お会計・洗い物など)
◇応募資格／年齢・学歴不問(学生可)
◇時　　給／1,100円～
◇勤務時間／11:00～21:00
◇休　　日／シフト制　※週1から勤務OK
※土日祝勤務可能な方優遇
◇備　　考／☆まかない付き☆

Instagram

SMSでの応募も可能です◎

■株式会社まっきーカレー　TEL／090-5336-3309

STAFF

●企画・制作　戸高 竜一　高橋 音葉　吉田 蘭　中野 恵美　小林 優紀　森下 由夏

●発行　霧島フォーラム

●今年に入り、体が悲鳴を上げています。肩を痛め、脚を痛め、腰を痛め……。そろそろ全パーツのサポーターが揃いそうです(笑)！　気持ちは20代!!　(ダイリ)
●生後3カ月の子猫に洗濯機の排水ホースを破られ、玄関・台所が洗剤と柔軟剤混じりの水で一面を覆われていました。おかげさまで一日中掃除三昧。床はスベスベで良い匂いがする空間になりました(苦笑)　(ヨウ)
●「頭に虫がついているよ」とダイリさんに言われて取ってもらうと、BIGな虫がついていました。一体いつから私の頭に！？という気持ちと、なんで素手で触れるんだ！？という恐怖で感情がごっちゃになりその日は夜しか眠れませんでした。　(ヨシ)
●先日娘がサンリオキャラクターを擬人化した絵を描いていました。キャラクターに沿って特徴を捉えていて、頭の柔軟さに驚きでした。いつもお笑い担当の娘ですが、画伯の才能もあったかと親バカ発揮しています(笑)　(なか)
●雨ばかりですね。外に出るのも億劫になりますね。畳んだら立つ傘が気になっています。使っている方いますか？　使用感教えてください！　(ちき)
●先日、夫が昼食にそうめんを茹でてくれました！　茹でるお湯が少なかったせいで、くっついてべっちゃりしてしょっぱい、見事なまでの失敗作。全て作者本人に食べさせました。　(もり)



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

7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・令和8
【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。

一白水星
思いがけない変化が起きますが、恐れることなく受け入れましょう。努力が認められ、物事が発展します。リスクを伴っても、臨機応援に対応することが開運ポイントです。
金運 ★★★☆☆　仕事運 ★★☆☆☆　恋愛運 ★★☆☆☆
健康運 ★★★★☆　レジャー運 ★★★★☆　総合運 ★★★☆☆

二黒土星
人か物か場所か相手か、何にしろ出会いと別れの場面が多くなります。離れていくモノは縁が無かったと割り切るのが正解です。素敵なアイデアが浮かぶので活用できます。
金運 ★★★★☆　仕事運 ★★★★☆　恋愛運 ★★★★★
健康運 ★★★★☆　レジャー運 ★★★★★　総合運 ★★★★★

三碧木星
これまでの不安や迷いが消え、本来の持つべき魅力が注目されます。新たな人間関係ができたり、新しい話が進みそうです。冷たいものやクーラーにばかり頼るのはキケン。
金運 ★★★★☆　仕事運 ★★★★☆　恋愛運 ★★★★★
健康運 ★★★☆☆　レジャー運 ★★★★★　総合運 ★★★★★

四緑木星
運気がゆっくりと好転していきます。特に仕事面の基盤を固めるのに最適です。人が嫌がる仕事や作業ほど進んでやりましょう。売り言葉に買い言葉にだけは注意して。
金運 ★★★☆☆　仕事運 ★★★★☆　恋愛運 ★★★☆☆
健康運 ★★★★☆　レジャー運 ★★★☆☆　総合運 ★★★☆☆

五黄土星
勢いがあるので何に対しても積極的に取り組めそうです。ただし、調子のよい話は聞くだけが無難。イベントやお祀り、ライブなど楽しめるのへ誘われたら参加しましょう。
金運 ★★★☆☆　仕事運 ★★★☆☆　恋愛運 ★★★☆☆
健康運 ★★★☆☆　レジャー運 ★★★☆☆　総合運 ★★★☆☆

六白金星
社会的な立場がよくなり、少しずつ物事が整っていきます。人脈拡大の時なので忙しくなりますが、心に余裕を持って過ごしましょう。季節外れの風邪には注意が必要です。
金運 ★★★☆☆　仕事運 ★★★★☆　恋愛運 ★★★☆☆
健康運 ★★☆☆☆　レジャー運 ★★★☆☆　総合運 ★★★☆☆

七赤金星
リーダーシップを発揮しましょう。悪い評判が立ち、信用を落としたかと思えば、今後につながるよい仕事や人脈が築ける可能性もある、吉凶半々の運気といえます。
金運 ★★☆☆☆　仕事運 ★★★☆☆　恋愛運 ★★☆☆☆
健康運 ★★★☆☆　レジャー運 ★★★☆☆　総合運 ★★★☆☆

八白土星
今月の注意点はひとつだけ、「自信過剰」にならないことです。自信を持つのはよいのですが、鼻につくような発言や態度は対立を生むだけ。できるだけ謙虚に過ごすのがベストです。
金運 ★★☆☆☆　仕事運 ★★☆☆☆　恋愛運 ★★★☆☆
健康運 ★★☆☆☆　レジャー運 ★★★☆☆　総合運 ★★☆☆☆

九紫火星
様々な場面で実りや豊かさを感じることができそうです。飲み会などで交際費も増えますが、ボーナスや臨時収入があれば、できるだけ貯蓄や投資で資産運用をしましょう。
金運 ★★★☆☆　仕事運 ★★★☆☆　恋愛運 ★★★☆☆
健康運 ★★★☆☆　レジャー運 ★★★★☆　総合運 ★★★☆☆

デリコラム

七月のイベントは「七タ」。織姫と彦星が一年に一度だけ会うことを許されたというロマンチックな恋物語のイメージが強いけれど、実際は五節句のひとつ「七タ(しちせき)の節句」です。古代中国の七夕伝説、裁縫や書道の上達を願う「乞巧奠(きこうでん)」という行事に、日本古来の信仰や収穫を祈る行事が結びつきました。願い事を書く五色の短冊は、五行に当てはめた五色(緑・紅・黄・白・黒)のことです。行事食の七夕素麺を食べましょう。
＊7月の一粒万倍日は、7/6、7、10、22、31　天赦日7/19
デリコブログ♪　http://ameblo.jp/vt-derico/
＊X　https://x.com/happy_derico
＊Facebook　https://www.facebook.com/derico.happy
＊Instagram　https://www.instagram.com/happyderico/?hl=ja

ハッピーマイスター☆元気が出る占い師
クリスティーン デリコ

●幸運暦(無料あり) https://destiny.cocoloni.jp
●著書『元気のでんこ盛り』絶賛発売中!
【Amazon】http://amzn.to/YCHTRv

音と笑顔でまちを元気に！
地域のみな様応援プロジェクト

南九州唯一のちんどん屋・花ふぶき一座と、きりしまフォーラムが地域を元気に応援します！



朝から降り続く雨に包まれたこの日。外では傘が手放せない空模様でしたが、『社会福祉法人なのはな村』の会場には、雨にも負けない明るい笑顔が集まっていました。

今回は、ちんどん屋の宮田わかなさん・浅井ちなみさんと一緒に『なのはな村』を訪問。色鮮やかな衣装に身を包み、太鼓や鳴り物を鳴らしながら、いつものちんどんスタイルで登場すると、会場は一気にお祭りのような賑やかな雰囲気に。

まずは歌の披露からスタート。手拍子をしながら一緒に口ずさむ利用者様も多く、会場は穏やかな空間でした。

続いて行われたのは、『きりしまフォーラム』に関するクイズ大会です。「きりしまフォーラムの発行部数は？」『創刊から何年？』などの問題が出されると、利用者様同士で相談しながら答えを考える姿も。正解が発表されるたびに歓声が上がり、大いに盛り上がりました。

さらに童謡『シャボン玉』に合わせて、実際にシャボン玉を飛ばす演出も。会場いっぱいにふわふわと舞うシャボン玉に、利用者様の視線は釘付け。歌声とシャボン玉が重なり合い、どこか懐かしく優しい時間が流れていました。



その後は宮田さんによるアコーディオンパフォーマンスを披露。会場に響く生演奏の迫力に、みなさん真剣な表情で聴き入っていました。

そして会場を驚かせたのが、一本下駄を履きながらのアコーディオン演奏です。バランスを取りながら演奏する姿に、「すごい！」と驚きの声が続出。見事なパフォーマンスに大きな拍手が送られました。



さらに今回は、『なのはな村』のためだけに作られた特別な替え歌も披露。童謡『ドレミの歌』のメロディーに合わせて、『なのはな村』のみなさんの日常や魅力が盛り込まれた歌詞が紹介されると、利用者様もスタッフのみなさんも笑顔に。自分達のことが歌になった喜びからか、会場には温かな一体感が生まれていました。

イベントの終盤には、宮田さんから利用者様へ、バルーンアートで作ったお花をプレゼント。そして最後には、『なのはな村』の利用者様から感謝の言葉とプレゼントが贈られました。

「今日は本当にありがとうございました」という言葉に、宮田さんも思わず笑顔に。訪問する側と迎える側、それぞれの感謝の気持ちが交わり心和むひとときとなりました。

大きな拍手に包まれながら退場する宮田さんと浅井さん。会場には最後まで笑顔があふれ、利用者様の名残惜しそうな表情も見られました。

雨音が聞こえる一日でしたが、その雨を忘れてしまうほどたくさんの笑顔が咲いた今回の訪問。人と人とのつながりの温かさを改めて感じる、素敵な時間となりました。

■取材協力／
宮崎花ふぶき一座
☎090―8573―1430
社会福祉法人なのはな村
☎0986―46―3737
都城市一万城町82号4番

地域のみな様の応援を力に！
全国大会でケーブルテレビ賞を受賞



5月24日、愛知県一宮市萩原町で開催された「第60回全国選抜チンドン祭り」に、宮田わかなさん率いる「宮崎花ふぶき一座」が出場されました。

毎年開催される全国大会には、全国から16チームが参加。華やかな衣装や音楽、ユーモアあふれるパフォーマンスで会場を盛り上げる中、宮田さん達は見事「ケーブルテレビ賞（6位）」を受賞されました。

地域のみな様応援プロジェクトでもたくさんの笑顔を届けてくださっている宮田さん達。これからも全国、そして地域でのさらなる活躍を応援しています！



※出演者および開催内容、スケジュールは都合により変更となる場合がございます。
最新情報は、きりしまフォーラムInstagramにて随時更新！
お問合せ／きりしまフォーラム ☎0986-26-5836

きりしまフォーラム Instagramはこちら

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

正社員・アルバイト スタッフ募集中
（休日あり・高給優遇・丁寧指導・各種保険完備）
お気軽にお電話ください

購読のご用命は最寄りの各店にご連絡ください。
■取り扱い品目■
読売新聞・スポーツ報知・九州スポーツ・
KODOMO新聞・中高生新聞・英字新聞・その他

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

イオン・ザ・バーゲン開催！ AEON おトクに、楽しく、お買い物を満喫

イオン都城ショッピングセンター 専門店街

TEL.0986-46-2222

最新情報満載!
各店のセールやイベントは
ココからチェック!!

詳しくは
QRコードに
アクセス

都城市早鈴町1990



6月4日(木) 開院

子どもの生きづらさと親の悩みに寄り添うクリニック

はやしま こどもと家族の相談クリニック

場　所　1階宝くじ横
受付時間　9:00～18:00
※受診予約はwebから

発達障害と診断されていなくても、困りごとを考えている子ども達とその子育てに悩む家族のために。受診を待っている親子に少しでも早く「お子さんの理解の地図」をお渡しすることを目指します。
親子と周囲の大人が、次の一歩を踏み出せる土台をできるだけ早く届けることを大切にしています。

はやしまこどもと家族の相談クリニック 1F

NEW OPEN!

囍龍麻辣烫 セイリュウマーラータン



ケンタッキー・フライド・チキン斜め前に新しく『囍龍麻辣烫（セイリュウマーラータン）』が5月13日にオープンしました!
話題の新店に、ぜひ足を運んでみてください♪



営業時間　10:00～20:00

囍龍麻辣烫 1F TEL.090-2969-6778

NEW OPEN!

6月18日(木) 新規オープン!

健康ステーション ハクジュプラザ

場　所　1階 宝くじチャンスセンター横
時　間　10:00～13:30(受付け終了13:00)
　　15:00～18:30(受付け終了18:00)
※店休日がございます。詳しくは店頭またはお電話にてご確認ください。

無料で1日1回20分、医療機器として承認された電位治療器ヘルストロン体験ができるお店がオープン!



ハクジュプラザ 1F TEL.070-6556-6694

LAPAX

セール対象
夏物一部商品
最大
50～20%OFF
※一部対象外商品あり

LAPAX 1F TEL.0986-46-2225

---

my makura 快適な寝心地で朝までぐっすり 暑くて寝苦しい夜におすすめ!



マイクール25シリーズ
暑い夜でも、ひんやり心地よく眠れる快適寝具。
余分な熱を吸収し、表面温度を約25℃にキープ!
綿100%素材だから、さらっとムレにくく、肌ざわりが良好です。

＼おすすめ商品ラインナップ／
●枕パッド(レギュラーサイズ、ワイドサイズ)
●敷パッド(シングル、セミダブル、ダブルサイズ)

my makura 1F TEL.0986-46-1868

We's 新作CD・DVDをチェック!



Snow Man
Snow Man
Dome Tour 2025-2026 ON
全国5都市17公演で約78万人を動員した自身最大級のツアーを収録。

Mrs. GREEN APPLE
MGA MAGICAL 10 YEARS COMPLETE FILM BOX"FJORD"&"THE ORIGIN"
デビュー10周年を記念して開催された伝説のライブを完全収録。



SOUND COMMUNICATION We's 2F TEL.0986-46-2255

Molly fantasy 500円で遊びまくれる「よくばりパス」!!



費用を気にせず、ゲームセンターで思いっきり遊ぶことのできる「よくばりパス」は、子育て世代の強い味方!!

大人気 時間内限定で遊びまくれる! よくばりパス
※マークが付いた対象機器限定。VR機は金額制限があります。

30分 500円	60分 1,000円
スイーツ機200円分 +体感型のものなど遊び放題 +メダルプレゼント	スイーツ機500円分 +体感型のものなど遊び放題 +メダルプレゼント

モーリーファンタジー 2F TEL.070-3100-3956

Mac-House 夏のカジュアルコーデを揃えるなら今がチャンス!



サマーセール開催中!



キッズから大人まで、サイズ・デザインも豊富にラインナップ♪　着回しやすいTシャツや、パンツなど幅広く手に入れることができますよ!

マックハウス 2F TEL.080-5909-3382

---

one's terrace おうち時間をもっと楽しく♪

サマーセール開催中　※一部対象外商品あり

店内アイテム 50～20%OFF

さらに! 3日間限定
7/18(土)～20(月・祝)は
セール価格からさらに
10%OFF





おうち時間もおでかけも、快適にしてくれるアイテムが今だけおトクに♪

one'sterrace 1F TEL.0986-46-2215

OWNDAYS サングラスにもメガネにも

取り外し可能なサングラスパーツ付きで、シーンに合わせてメガネとサングラスを簡単チェンジ。1本あると便利なアイウェアです♪





目元のおしゃれを楽しむ一本
うねりのあるテンプル(つる)デザインがかわいい!　横顔までおしゃれに見せてくれるトレンド感たっぷりのメガネです♡

オンデーズ 1F TEL.0986-21-3313

---

bijou SOPHIA 心ときめく、名作「星の王子さま」シリーズ

『星の王子さま』の世界を閉じ込めたジュエリー。
物語を彩るモチーフを繊細に表現し、身に着けるたびに優しい気持ちにさせてくれます。
大人の遊び心と上品さを兼ね備えたデザインで、日常にさりげない輝きと特別感を添えてくれるアイテムです♪





bijou SOPHIA 1F TEL.0986-46-2266

TEZUKA WORLD SPORTS 人気ブランドがお得にゲットできるチャンス♪

この夏、活躍するアイテムがたくさん揃っています!
人気ブランドのTシャツやショートパンツ、スニーカーなど、夏に活躍するアイテムが勢ぞろい。スポーツシーンはもちろん、普段使いにもおすすめのアイテムをぜひチェックしてみてください♪



大謝恩祭
ワゴンセール 7/10～7/20

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

---

*fuse_ 夏のおしゃれとかわいいを見つけよう

トレンド感と着やすさを兼ね備えたアイテムが充実。いつものスタイルからお出かけまで活躍する、大人の女性にぴったりなコーデが『fuse』で見つかります♡

店内夏物一部
バーゲンセール中!
※一部対象外商品あり



*fuse_ 1F TEL.0986-22-2131

金海堂 シールがいっぱい♪



シールだけじゃない!　人気のヘアピンやアクセサリーキット、工作キットなど、見ているだけでもワクワクするアイテムが勢ぞろい。お気に入りを探しに、ぜひ売り場をのぞいてみてください♪

夏休みはドリルで楽しく学ぼう!
夏休みの学習習慣づくりにぴったり!　学年やレベルに合わせて選べるので、苦手克服や予習・復習にもおすすめです。



金海堂 2F TEL.0986-21-7133

タリーズコーヒー お中元&初盆のお返しギフト



お中元や初盆のお返しにおすすめのタリーズギフトをご用意しました。人気のコーヒーやスイーツを詰め合わせたギフトセットから、ご予算に合わせて選べるプチギフトまで豊富なラインナップ!



国産白桃のとろっとピーチシェイク
国産白桃のやさしい甘さと、とろける果実感が楽しめる夏限定シェイク♪



国産メロンの食べごろメロンシェイク
完熟メロンを味わうような、みずみずしく贅沢な味わいの一杯♡

タリーズコーヒー 1F TEL.0986-24-2082

SHOO・LA・RUE レディース&キッズ セール商品 MAX50%OFF



この夏をもっと快適に、もっとおしゃれに♡
デイリーに活躍するトップスやワンピース、涼しげなシャツや小物など、夏の装いにぴったりのアイテムがお買い得価格で勢ぞろい!

SHOO-LA-RUE 1F TEL.0986-46-2280

Palais Picasso 夏物レディースサンダル 値下げスタート!





夏のおしゃれに欠かせないレディースサンダルがお買い得!
一部ブランド商品も対象なので、気になっていた一足を手に入れるチャンスです♪

Palais Picasso 1F TEL.0986-46-2007

SATSUMAEN CAFE ひんやり味わう、『いとかき氷』

口どけふわふわの大人気いとシリーズ♡
お茶の専門店だからこそ味わえる美味しさをご賞味ください。



いと抹茶
ふわふわの氷と上品な甘さが調和し、抹茶好きにはたまらない美味しさ!



いと紅抹茶
抹茶の豊かな風味に、紅茶の華やかな香りをプラス。ここでしか食べられない、和と洋が織りなす奥深い味わい♪



いとほうじ茶
香ばしいほうじ茶の風味が広がるかき氷。すっきりとした後味で暑い日にもぴったり♡

薩摩園 鎌田茶業 1F TEL.0986-46-2221

ケンタッキーフライドチキン 夏休み! 友人や親せきが集まったら!! トクトクパックがイチオシ!





みんなでシェアして、大満足♪ ケンタのトクトクパック!
「オリジナルチキン」に、お好きなサイドメニューを組合わせる「ケンタのテッパン」メニュー。
4・6・8ピースと選べるのもGood♡

ケンタッキーフライドチキン 1F TEL.0986-46-2275

ABC-MART 今がねらい目! 夏物プライスダウン

men's、kidsアイテムも揃っています!
夏物バーゲンも開催中!



足元から夏を楽しもう♪
カジュアルからきれいめまで、この季節に活躍するアイテムがプライスダウン。
夏のアウトドア準備は今がおすすめです。



人気の「NIKE エアマックスココ」も値下げ!　要チェック!

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

Belle femin 髪と心に、極上の癒しを。



ラ・カスタ プロフェッショナル 20%OFF

自然の力で美しさを引き出す、ラ・カスタのプロフェッショナルシリーズ。
サロン専用として展開されている高品質シャンプーが、今だけ20%OFFでお求めいただけます。
アロマの香りに包まれながら、髪と頭皮をやさしく整える本格ケア。毎日のバスタイムが、サロンのような癒しのひとときに。この機会に、ぜひお試しください。

Belle femin 1F TEL.0986-46-2244

— 安心・信頼のコンタクトレンズ専門店 —
シティコンタクト

夏得ッ! 3店舗合同サマーセール!

※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方は、お使いのメガネをお持ちの上、18:00までに鷹尾店へご来店ください。





コンピュータ視力測定機器
レフケラ・トポグラファー

目の表面の形やカーブ、見え方のクセを細かくチェックできる機械

普段の視力測定だけでは分からない部分まで確認できるため、より自分に合ったコンタクト選びができます。

専門的な測定を実施し、お客様一人ひとりの見え方をサポート！
レフケラ・トポグラファーで目の状態をしっかりチェックし、見え方のクセまで把握できるから、あなたに合ったコンタクトをご提案できます。

目玉商品



メニコン 1DAYプレミオ
1DAY 1箱片目30枚入

1箱 3,190円
6箱セット 17,600円
(2,933円／1箱)

目玉商品



メニコン 2WEEKプレミオ
2WEEK 1箱片目6枚入

1箱 3,190円
4箱セット 12,100円
(3,025円／1箱)

人気のナチュラルカラコン



メニコン
1DAYフルッティー
全5色 1DAY 1箱(片目30枚入)

- 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

1箱 3,190円 4箱セット 11,900円 (2,975円／1箱)

当店最安値

1dayからのステップアップ



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)
両目レンズ3ヵ月分(2箱)
+レニュー 2P(ケア商品+ケース)セット 6,500円 (2,250円／1箱)

シティコンタクト都城駅前店 ディスポ・カラコンセンター 県内随一の品揃え！その場での購入もOK！

夏得ッ メガネ新作入荷!!

メンズ・レディース・キッズのさまざまなブランドとデザインを豊富に取揃え中！

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(税込)
7,700円(税込)
11,000円(税込)
など





薄型レンズ、カラーレンズも取り揃えています。
詳しくはスタッフまで！

夏得ッ メガネ2本目半額セール実施中！

※ご家族・ご友人との組み合わせOK！
※値段が異なる場合は値段の低いメガネが半額になります。

ハードレンズ



即日お渡しOK! ※要相談

長時間装着に最適なハードレンズ。
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。

壊れた！汚れた！視力が変わった！etc.
安心の保証システム
通常価格よりすべて1枚 1,000円引き

コンタクト&メガネ 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



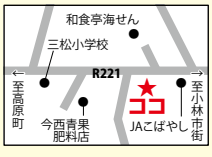
都城市鷹尾2丁目2-8
営業／9:00~19:00
駐車場／あり



小林店 TEL.0984-27-4877



小林市堤2289-3
営業／9:00~19:00
駐車場／あり



★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
●R8.7/31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
●R8.7/31迄有効