

もっと地元が好きになる

三島市・清水町
長泉町・裾野市版

2024.04.20 発行

mydo

MISHIMA / SHIMIZUCHO
NAGAIZUMICHO / SUSONO

05

2024
vol.290



Special Feature 01

おでかけグルメ特集

Special Feature 02

自分メンテナンス特集

HAPPY MEDIA 地域みっちゃく生活情報誌。 mydoアプリはコチラ

総発行部数 / 69,700部 無料各戸配布 / 68,150部 無料設置 / 1,550部
発行 / 株式会社リック 〒417-0826 静岡県富士市中里2561-22
掲載・ポスティングに関するお問い合わせ TEL.0545-31-2239 E-mail info@lic-mydo.com
※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

ぴったりが見つかる!! #おでかけグルメ特集

VANSAN 裾野店

進級祝い・歓迎会などハレの日は
VANSAN裾野店にお越しください!

menu (税込) \\季節限定メニュー//

- ・金揚げホタルイカとアスパラガスのアヒージョ 1,089円
- ・アスパラガスと半熟卵のピッツァ 1,859円
- ・いちごの生搾りモンブラン 1,089円



家族で
気軽に行ける
本格
イタリアン!

PICK UP



\\しらすのせ放題!/
数量限定 金揚げしらすの
ペペロンチーノ
1,859円

VANSAN裾野店
☎055-955-6757
裾野市水窪27-2
☎10:30~22:00
(L.O.21:00)
☎無休(年末年始休業有り)
☎有



mydo
クーポン
ピザorパスタ
100円OFF
※裾野店のみ有効
※お一人様1回につきパスタor
ピザどちらか一品
※他クーポンとの併用不可
※5月末迄

大乃珈琲

カフェなのに?ステーキが人気!!
昼間からビールなんて贅沢もGWならではの

menu (税込) \\リピーター続出の人気メニュー//

- ・ライトステーキライス... 970円
- ・ステーキライス... 1,480円
- ・鉄板ステーキ(300g) 2,870円
- ・鉄板デミハンバーグステーキ 1,080円



しっかり
お食事系
充実してます!

PICK UP



熱々ふわふわ
フレンチトースト780円

大乃珈琲
☎055-928-7779
三島市広小路8-13 Sビル1F
☎7:00~20:00(L.O.19:30)
☎無休
☎無(近隣コインパーキングP)
駐輪場有



mydo
クーポン
16時以降限定
3名以上の
電話予約で
30%OFF
※他クーポンとの併用不可
※5月末迄

タージマハール

徳倉店・梅名店

インド人シェフが本場の味をお届け!
本格インドカレー店

menu (税込) セットを頼むと、ナン・ライスがおかわり自由!

- ・Aランチ... 970円
(カレー、ナンorライス、サラダ、日替わりスープ)
- ・タンドリーチキン... 980円
(ノーマルサイズ)
- ・Aタージマハールディナーセット
(2種のカレーナンorライス、
日替わりスープ、サラダ、ドリンク、デザート) 1,580円



ランチ・
ディナー
テイクアウト
OK!

PICK UP



mydoクーポンご持参で、
ご来店4名様以上でチー
ズナンサービス!

タージマハール徳倉店
☎055-987-9004
三島市徳倉4-37-6
☎有(店前10台、向い第2Pに3台)
タージマハール梅名店
☎055-982-5950
三島市梅名312-1 ☎有(17台)
常月~金11:00~15:00、17:00~22:00
土日祝11:00~22:00 ☎無休



HPはコチラ/
mydo
クーポン
※ランチ1,000円以下は
50%引き
※5月末迄
ランチ:お一人様1,000円以上
ご注文で10%OFF
ディナー:15%OFF

林縁-Lien-りあん

街中にツリーハウス!?
三島市に新たなアウトドアスポットがOPEN!

エレベーターを昇りドアを開けた瞬間から、木の良い香りに包まれます...目指したのは、木に囲まれて自然を感じ、街中でアウトドア気分を体感出来るツリーハウス。地元の木こりたちのアイデアが、非日常のワクワクする空間を演出。これまでに無かった新しい空間が、人と人とを繋げ新しい縁を生み出します。

menu (税込) シティツリーハウス&カフェバー
(OPEN)4/30(火)19:00~

- 5/1(水)からの営業時間 17:30~23:00(L.O.22:00)
※準備ができ次第ランチ営業開始
- お食事メニュー(一律500円)
・ライスパワー(肉または鯉)
・団子の肉巻き
・季節フルーツのスムージー etc.

4/26(金)~宿泊も可能! 1泊1名様6,000円~(朝食付)
※4名様以上で利用可能
ご家族での旅行や学生さんの宿泊施設としてご利用いただけます。



席がプランコに
なってます!

PICK UP



ライスパワー
(500円)
手軽に食べられ
お子様にも人気!

林縁-Lien-りあん

☎090-9138-9235
三島市本町12-2 KAWATA BLD本町II 4階
☎17:30~23:00(L.O.22:00)
☎火
☎無(近隣コインP)



ワンオーダーで
ライスパワー1つ無料
※Instagramフォローに限り
※1枚につき1名様まで ※5月末迄

自分メンテナンス特集!

1 #脱毛 #エステ



敏感肌もお任せ脱毛

AIA (アイア)

- MENU 税込**
- ＼AIAの厳選おすすめメニュー／
 - ◆痛くないVIO+ワキ脱毛2回 ※女性のみ
シェービングは無料です。 **¥9,800**
 - ◆毛穴そうじ&エステ付き顔脱毛
肌トラブルを改善しながら脱毛できます。
おためし1回 **¥9,800**
- 【無料カウンセリングもお待ちしております!】

沼津市上香貫二瀬川町1599-1
☎055-935-5105
🕒12:00~19:00
📍木、金 📞有

mydo クーポン 5月中にご予約の方 ※先着15名様 ※5月末迄
鼻下or手の指甲脱毛2回プレゼント

【14年連続高評価】「痛くない」が自慢の脱毛 VIO脱毛はおまかせください

スタッフ全員40歳以上、ベテランのみです。全個室サロンなのでプライバシーも◎AIAでは最先端の脱毛機を使っているので「痛みがない」「従来の2倍速く脱毛が終わる」のが特徴です。



私にお任せください
予約はLINEから簡単にご予約いただけます

「身体が軽くなった」「引き締まった」などの声多数!理想の身体を手に入れましょう!

運動未経験の方でも、ご自身の目標に合ったトレーニングプランで見違える結果を出しています。65歳以上の方も多数在籍中!理想の身体を目指し、まずは運動を習慣化しましょう!



2 #パーソナルジム



PEACE RUNNER
ピースランナー

- MENU 税込**
- ・マンツーマン **8,800円/月**
 - ・ペア **6,600円/月(1人あたり)**
- 回数券プラン(利用制限無しいつでもOK)
・1回あたり **3,320円~**
- ※上記プラン以外にも、お客様のご都合やご予定に合わせたプランをご提案致します。

裾野市平松462-9 鈴木ビル101
☎055-960-9481
🕒9:30~22:00 📞不定休
(最終受付21:00) 📍有(2台)

mydo クーポン 「mydo見た」とご予約で
入会費半額 ※5月末迄 ※平日限定 ※クーポン併用不可

3 #脱毛



ONESELF 三島店
ワンセルフ

- MENU 税込**
- 都度払いだからご都合に合わせて
タイプ◎コースバ◎で自分磨き!!
- 【初回限定キャンペーン実施中】
- ・20分コース **1,000円**
 - ・40分コース **4,000円▶2,000円**
 - ・60分コース **6,000円▶3,000円**
- ヘアにオススメ!

三島市大宮町1丁目1-1 三嶋大社横店舗2F
☎HPからご予約ください
🕒8:00~23:00
📞無休 📍有

mydo クーポン 予約時の備考欄に「mydoを見た」で
初回割引+5分延長 ※5月末迄

ムダ毛処理、ヒゲを剃る時間...それは必要? 隙間時間に解決で自分の時間は大切に♪

全身脱毛モード・ひげ専用モードなど脱毛する部位に合わせて調整ができ、あらゆる毛をしっかりと脱毛。LINEで簡単に全て解決♪支払い方法も多数で当日予約も可能!今から夏を迎える前の下準備を



温活で身体も心もスッキリ! 毒素排出コースの虜になる方続出!

流行りの温活を取り入れた大満足の毒素排出コースは不動の人気! カッピングは皮膚を吸引することでドロドロした血液の滞りを吸引し、血液循環の改善を図ります。首・肩のこりやデトックスにおすすめです!



毒素排出マッサージ

カッピング

ドームサウナ

4 #デトックス

Beauty Salon Tiara
ビューティーサロンティアラ

- MENU 税込**
- ＼Tiaraのメニューは初回でもリピートでも
料金変わらずこの価格!／
- 毒素排出コース(120分) **5,000円**
- カウンセリング→ドームサウナorヨモモ半蒸し(20~30分)
→排出マッサージ(60分)→セルライト除去マシン(10分)
- 美白・エイジングスペシャルコース(75分) **6,000円**
 - カッピング(オプション)背中全体1,300円 半分700円

長泉町納米里446-4 📞日
☎055-955-5141 📞有
🕒(月~土)9:00~18:00
完全予約制(ホームページのご予約
フォームもしくはお電話にてご予約ください)

mydo クーポン 店舗にてご予約でご来店の方限定「mydo見た」で
カッピングお試し(5カッピング)サービス ※5月末迄

5 #美容院

Hair&Make felice
フェリーチェ

- MENU 税込**
- ＼結果が出なかったら全額返金保証致します!／
リピーター様はコース契約される方もいるほど効果に自信アリ!
まずはお試しください!
- 発毛ケア体験コース(所要時間90分)
(毎月5名限定)通常19,800円 70%OFF
→初回限定特別価格 **5,940円**

三島市大宮町18-9 アウラビル1F
☎055-976-1244
🕒9:00~19:00 📞月
📞タイムズ三島大宮町に併設してください

mydo クーポン GALSON by feliceでも使用可能
「mydo見ました」で掲載の価格にて施術

＼薄毛改善のプロが教える発毛法! 93.8%の人が3ヶ月以内に効果を実感!

「前髪が薄くなってきた」「ウィッグ購入を考えている」「枕や脱衣所の抜け毛が気になる」今まで色々な方法を試したけど効果がない!そんなお悩みを抱える方に朗報です!効果が無ければ全額保証!女性も男性も施術可能。薬を使わない=副作用がない安心の施術です。



薄毛改善のスペシャリストが担当します

before-after

まだ普通のヘアカラーで満足していますか? あなたが普段しているカラーとの違いを実感してください!

＼こんな人にオススメ!／

- ・周りの人が気づくほどの艶髪にしたい・色持ちを良くしたい
- ・手入れがしやすい髪にしたい・手触りの良い髪にしたい



6 #ヘアサロン

**完全マンツーマンサロン
PRECIOUS プレシャス**

- MENU 税込**
- 「カラーエステ」
初めて施術される方
1回13,200円のところを
2回の施術26,400円 → **13,200円**
- ※2回目の施術は1ヶ月後に予約をお願いします。
※2024年5月31日まで

長泉町納米里172-17
チェリーブロッサム 102
☎055-987-5571
🕒9:00~18:00 📞火・月不定
「プレシャス長泉」で検索もOK

白髪染めをして感動したことがありますか?
カラーエステは感動できます!

「開院36年」を迎え、多くの患者様に選ばれ続けて、城本クリニックは

美容外科 美容皮膚科

親切・丁寧な医療診療を心がけています。

全国25院

二重まぶた
埋没法(1年・永久保証)
両目... **55,000円~**

しわヒアルロン酸
正規品・高品質
0.1ml... **10,780円**

しわポトックス
目尻... **30,800円**
眉間... **30,800円**
額... **52,800円**

まぶたのたるみ取り
目の上... **330,000円**
目の下... **385,000円**
フェイスリフト・ミニリフト等

しみ・毛穴
フォトRFで美肌
両頬トライ... **10,780円**
シミレーザー... **11,000円~**

ニキビ・ニキビ跡
ケミカルピーリング
全顔(初回)... **7,700円**
ダーマペン4・コラーゲンピール

医療レーザー脱毛
ワキ(1回)... **4,980円**
VIO(1回)... **9,900円**

ホクロ・イボ
1個(5ミリ以内) **11,000円**
ホクロ10個までの取り放題有り

超音波脂肪吸引
経験豊富なドクターが施術
1部位... **217,800円~**

脂肪溶解注射
BNLS Ultimate
アルティメット
1本... **9,800円**

バストアップ
ヒアルロン酸注入法
100cc... **275,000円**

小顔・リフトアップ
シャークリフトニング
糸1本... **15,800円**

ワキガ・多汗症
汗止め注射... **32,780円~**
根治手術... **264,000円**

イレスミ除去
レーザー治療
1cm×1cm... **11,000円**

メンズ医療脱毛
全顔(1回)... **9,900円**

AGA男性型脱毛症
AGA処方薬 **5,478円~**
外用スプレー **9,218円~**

最新 ウルトラハイフS 医療用 HIFU

- 切らないフェイスリフトで引き締める
- 顔のたるみや目元・口元のしわを改善
- 一度でリフトアップ&肌質改善

城本クリニック静岡院 無料相談

0120-107-929

カウンセリング無料
完全予約制
お子さま連れでも安心!

城本クリニック静岡院
〒420-0801 静岡市葵区佐藤町9-4 福一伝馬町ビル7F

お得情報・症例写真・詳細はHPをご覧ください 城本 公式

城本クリニックは、経験豊富な医師が、安全を第一に考え施術を行っている美容専門クリニックです。その他の治療 隆鼻術、立ち耳、でべそ、口唇縮小、傷跡修正、乳輪縮小、乳頭縮小、陰没乳頭、婦人科形成、婦人科治療、美容注射・点滴、ピアス、やせ薬、育毛薬など

国道一号线
JR静岡駅
JR静岡駅南口
JR静岡駅西口

医学博士
日本形成外科学会専門医

吉竹 俊裕 院長

城本クリニック静岡院

医学博士、日本形成外科学会専門医、日本専門医機構形成外科専門医、日本形成外科学会会員、日本美容外科学会会員、日本乳癌オンコプラステックサージヤリー学会会員、日本創傷外科学会会員

北藤 静岡 静岡東 静岡南 静岡西 静岡東 静岡南 静岡西

新静岡駅 センバビル スルガ銀行

御幸町 静岡 静岡東 静岡南 静岡西

福一伝馬町ビル7F

松坂屋

アステール 日ルシェ ホテルアソシア

JR静岡駅

正社員 理・美容師募集 カット専門店トップシェア 全国 591 店舗 海外 126 店舗

これまで培ったスキルを活かして地元で働きませんか **QBHOUSE**

●職種 / ヘアカットスタイリスト(正社員)
※ブランクあってもかまいません

●勤務地 / 静岡県内各店舗

●応募資格 / 美容師または理容師免許取得者

●試用期間 / 有(3か月間) ※ただし、会社が適当と認めるときは期間を短縮、免除又は6か月を限度として延長あり

●勤務時間 / 9:00~20:00(店舗により異なる)

●給与 / 右記参照 ※キャリア・スキルによって異なる
※当社の標準的な労働時間により試算
※基本給は経験・能力を考慮の上決定
※月給には、交通費・諸手当は含まれません。別途支給

●諸手当 / 残業手当(1分単位)、業績手当(業績に応じて)、皆勤手当、理美手当、正月手当、交通費全額支給、他

●休日休暇 / 月7日~10日(土日祝のお休み希望可)
年次有給休暇、慶弔休暇、産前産後休暇、他

●福利厚生 / 社会保険完備、研修費無料、定年制度なし、他

●応募 / 電話または下記の二次元コードよりご応募ください。質問等ございましたら、お気軽にお電話で!

《スタイリスト》
月給 **30万円**
~ **37万円**

●募集店舗・職種

(美容師) **イオンタウン富士南店**
富士市敷島118-10 イオンタウン富士南1F
沼津アトレ店
沼津市大手町1-1-1 沼津駅ビルアトレ1F
ららぽーと沼津店 / 日清プラザ店 / マックスバリュ熱海店 / アスティ静岡店 / イトヨーカドー静岡店

(理容師) **アスティ静岡店 / マックスバリュ熱海店**

Information **0120-314-915**
〒400-0001 東京都渋谷区神泉町8番16号 渋谷ファーストプレイス4階
電話受付 9:00~23:00(年中無休)
キュービーネットホールディングス(株) 100%子会社

三島市 佐野見晴台2丁目 佐野小学校区
スクールバスあり!!

景色◎閑静な住宅街です!

Point 駐車場2台可 徒歩3分

近隣施設 有名スイーツ店/ゴルフ場/温泉
県立がんセンターまで車で15~20分

[販売価格] 4LDK **2,000万円**

(返済例) 借入額:2,000万円(年利0.725%)、借入年数:35年 **53,930円/月**
※変動金利 ※手数料・登記費用等の諸経費は含まれません。

土地:235.25㎡(71.16坪) / 建物:1階61.49㎡、2階54.55㎡、計116.04㎡(35.10坪) / 木造から新築2階建(H18年7月築) / 土地権利:所有権 / 地目:宅地 / 都市計画:市街化調整区域 / 用途地種:建ぺい率50%、容積率80%集中浄化槽 / 現況:居住中 / 接道状況:北側(見晴台40号線約10m接面) 校区:佐野小学校・北上中学 / 生活環境:三島駅まで約7.9km(車で約19分) / 建物状況調査済

三島市・函南町・伊豆の国市の物件はこちらから

Information **055-972-1780**
静岡県三島市南二丁目26-12
9:00~18:00 毎日
宅建業:静岡県知事免許(6)第11449号
建設業:静岡県知事許可(般-03)第26598号

冷房の季節が来る前に!

エアコンクリーニング 早得キャンペーン

4/20(土)~4/30(火)のお申込み
1台お申込みで **1,100円OFF**

5/1(水)~6/30(日)のお申込み
2台お申込みで **2,200円OFF**

※上記はおそろじ本舗長泉納米里店の対象となります。

おそうじ本舗なら 3つの安心
防カビ仕上げ、認定ライセンス保有者、保険加入済み

エアコンクリーニング(家庭用壁掛けタイプ)
お掃除機能なし 通常価格29,600円(税込)
今だけ! **11,000円** (税込)

お掃除機能付き 通常価格29,900円(税込)
今だけ! **19,800円** (税込)

その他オプションもご相談ください!

Information **0120-76-0074** (担当:大久保)
※お電話の際に「mydo(マイドゥ) 見たと」お伝え下さい。
沼津市大岡985番地の1
リヴァティマンションB-302
随時不定休

庭木1本から承ります!

お客様へのお約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します

生垣の剪定 長さ1m 高さ2m
通常 **2,200円** (税込)
初回限定 **1,100円** (税込)
先着10名様

ガーデンエクスプレス
静岡東店 営業時間 9:00~17:00
お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから
0120-61-4128

Information **0120-61-4128**
静岡県東店 静岡県伊豆市本立野346
9:00~17:00(土日も可)

人生100年時代のパートナー探し
こんな時代に原始的かしら?大好評!!

昔ながらの手作りのお世話
地元婚で安心
成婚の達人としてTV・マスコミ取材多数
鈴木富貴子 代表

いきいきシニア 結婚
茶友・事実婚・週末婚

生涯現役 生涯青春 生涯学習

創業56年キャンペーン中★
月会費・見合い料無料!

Information **0120-55-4122**
経済産業大臣認定
結婚の相談は安心と信頼の公認店へ
結婚相談所エミナンス

県下最大宅配部数mydoが手の中に!

mydo アプリ クーポン使える!

point 1 クーポン mydo搭載の今月のクーポンがスマホで使える!

point 2 スマホでmydo 全エリアのmydoが外出先からすぐに見られる!

point 3 検索機能 行きたいエリアの行きたいお店を検索できる!

Information **0120-55-4122**
日本プライダル共同組合関東本部
官公庁ファミリークラブ関東本部
浜松・静岡・清水・富士・沼津・熱海・横浜・埼玉
静岡本社:葵区御幸町11-8 レイアップ御幸町ビル2F [静岡駅北口徒歩3分]

読者の皆様の「食いたい」「知りたい」を徹底調査するコーナー!!

my gourmet まいぐる調査隊

vol.276 今日のお題は This month's order is... **美味しいカレー屋**

voice 美味しいカレー屋に行きたい! K.Kさん(沼津)

富士エリア **スパイスカレー DARTERA** ダーテラの **スペシャル(3種盛り+スパイス味玉) 1,700円**

富士宮エリア **西洋食堂ミナトヤ** **国産牛の柔らかビーフカレー サラダ、ドリンク付き(Lunch限定) 1,500円**

沼津エリア **スワズインドアジアンレストラン&バー** **Bセット 1,080円**

三島エリア **スパイスセブンの** **グリーンカレーとドライキーマ 1,800円**

Information **0545-50-1906** 富士市依田原新田103-6 1F
11:00~14:30(L.O.14:00)、金土のみ17:30~20:00も営業(カレー・焼肉・惣菜)
月(祝の場合営業)、不定休あり<今日のカレー>はInstagramにて更新

Information **0544-57-8282** 富士宮市万野原新田3063-1
Lunch 11:00~14:30(L.O.14:00)、Dinner 17:30~22:00(L.O.21:30)
火・第1月(祝日等は変更有り)

Information **055-939-5607** 静岡県沼津市大塚1138-1
11:00~15:00 17:00~22:00 無
P有

Information **055-972-7010** 三島市広小路1-37 白井ビル2F
11:00~15:00 18:00~21:00(L.O.)
水曜(不定休)火曜ランチのみ

AREA INFORMATION

暮らしに寄り添うお店やさん

Take a shot!
kiss kiss kids & Pets
 (キス・キス・キス) 笑顔、変顔、すまし顔! ? のハッピーキッズが毎月登場します!

たくさんの投稿、お待ちしております!

応募内容 ①住所(アパート・マンション名、部屋番号まで)②保護者氏名③電話番号④お子様(ペット)のお名前(ふりがな)⑤生年月日⑥性別⑦20文字以内のコメント(記号は◎/★のみ可。絵文字・顔文字は使用不可)を必ずご記入の上、写真を添付してください。

募集要項 ①応募は6年生まで ②写真は氏名での掲載 ③衣装着用 ④著作権に関わる様なキャラクターなど写り込みがあった場合はトリミング対応が掲載されない場合有 ⑤応募状況により、掲載までにお時間を頂くもしくは掲載されない場合があります ⑥皆様から応募頂いた個人情報はコーナーに掲載される他、本人の同意を得ず第三者に開示・譲渡致しません

下記QRコードからLINE友達登録!公式アカウント「mydoキッズ&ペット写真投稿用」へアクセス!





お散歩とおやつが大好き♡
 もりた
森田 ぼちや ちゃん
 2023.5.30



生まれてきてくれてありがとう♡
 すぎやま
杉山 あおば ちゃん
 2023.7.13



たくさん笑顔くれてありがとう♡
 みす
見須 心和 ちゃん
 2023.6.24



大好きだよ♡
 おの
小野 花恋 ちゃん
 2023.5.28



みて!おすわりできたよ♡
 はら
原 里緒奈 ちゃん
 2022.12.14



提供/ふあんふあん柿田川店
 わたなべ
渡邊 千歳 ちゃん
 2023.2.5

暮らしに寄り添うお店やさん

おこるで、しかし



Information
 こどもメガネ専門店
Jack-O-O-X

メガネの三島 本町店
 ☎ 055-981-2638
 三島市本町14-27神戸ビル1階
 10:00~19:00
 毎水・毎月最終火

メガネのムラカミ 御殿場駅前店
 ☎ 0550-83-8348
 御殿場市新橋2033
 9:30~19:00
 毎木



加藤学園小、幼稚園 希望者全員合格

無料説明会 体験レッスン受付中

- 幼児コース (0~3歳)
- 園児コース (4~6歳)
- 小・中学生コース (中学生まで)

春のキャンペーン
 5/31まで 無料説明会・体験レッスンの両方参加された方
図書券500円分プレゼント

読み書きは当たり前! 読解力応用力表現力思考力
 記憶力をぐんぐん伸ばす!!

キッズフォードのうれしい特徴!

- 月齢に合わせた豊富な教材
- ベテラン講師が丁寧に指導
- 最大5名様までの少人数制
- 遊び感覚でしっかり学習

Information
幼児教室 キッズフォードアカデミー 沼津教室
 ☎ 055-946-5888
 沼津市共栄町6-2
 9:30~18:00
 毎日・月 有



1.5才からの国際的英語教室
PASSこども未来塾
 Produced by pass-edu-het

無料体験 受付中

インターナショナルプリスクール 2歳半~3歳

DAILY PLAN プリスクールの1日

保護者様と離れて外国人の先生と日本人バイリンガルの先生と4時間を英語で過ごすクラス

- 10:00 Greetinn Hello Work Time
Helloと元気よく教室に来て準備が出来たらワークタイム!自由遊びで英語のスイッチをON!
- 10:45 Morning Activity
サークルタイムでQ & A / English Song / アルファベット / Art Time 工作
- 12:00 Lunch & Break①
お家から持ってきたお弁当をみんなで食べます!
- 13:00 Lunch & Break②
English Song / Academic Time 英語で知育 / Monthly Activity / Story time
- 14:00 Good bye
レッスン内容を保護者様にご案内させていただきます。

楽しい体験型 英語保育

子どもの発達段階と興味分野に応じたカリキュラムで、英語の習得はもとより、自ら意思決定する力、クリエイティビティ(創造性)など、将来に向けての可能性も広げていきます!

英語のリズムをママと一緒に

- W & Mクラス 1歳半~3歳
ママと一緒に、英語の音楽や歌に合わせて自由に体を動かす遊びを中心としたプログラム。
- オールイングリッシュ放課後英語総合学習
好奇心や探究心を伸ばす工夫がいっぱいのグローバル教育コンテンツで学ぶ体験型学習「英語で色んなジャンルを学ぶ」プログラム
- インターナショナルキンダースクール 3歳~5歳
- インターナショナルアフタースクール 6歳~9歳

Information
 ☎ 055-939-6505
PASSこども未来塾 フレスポ長泉校
 長泉町中土狩539フレスポ長泉2F
 幼児・小学部 月曜~金曜 10:00~19:00
 フレスポ長泉共有駐車場



SAUNA NO KIWAMI

極楽湯 Presents **サウナの極**

その1 遠赤外線 / タワーサウナ
 遠赤外線の効果が皮膚の奥まで浸透。体の芯まで熱液が届きます。

その2 水風呂 井戸水使用
 ミネラル豊富な水

その3 極楽 サイクル
 6分~12分
 5分~10分
 1分~2分

外気浴 終着点
 ゆっくりと体を休めることにより、深いリラクゼーション状態へ。これぞ「とどの」の極み。

お風呂上がりには 水分チャージ!
 お食事処にて販売中!!

オロポ
 オロナミンC×オカリスウェット

アクリ
 アクアエリス×リアルゴールド

通常入館料より**10%OFF**

mydo X 極楽湯
 有効期限 2024年5月31日(金)迄

mydo X 極楽湯
 有効期限 2024年5月31日(金)迄

mydo X 極楽湯
 有効期限 2024年5月31日(金)迄

Information
 ☎ 055-991-4126
極楽湯 三島店
 三島市三好町4-23(せせらぎパーク三好内)
 平日9:00~翌2:00 土日祝6:00~翌2:00
 (最終入館受付翌1:20)



夢咲き保育園

無償化対象園です

安心その1 土日祝も開園
働くパパママを応援!
(平日・土日祝かかわらず)
7:00~20:00まで
お預かりします。

安心その2 学びの環境
保育の中に
乳幼児英語プログラムを
導入しております。
毎日英語に触れる環境です

安心その3 看護師常駐
常時、看護師がおります。
急な発熱、傷病にも
随時対応いたします。

幼児英語教育プログラム『アンジー&トニー』指導認定校

入園申し込み・空き状況はお電話にてお問合せください。

Information 055-939-9788
企業主導型保育園
夢咲き保育園 (清水町)

令和6年度 日本大学国際関係学部 生涯学習講座 (エクステンション講座)

どなたでも受講可
お気軽にご参加ください

1 映画で学ぶ英語表現 5/21(火)~7/9(火)【8回】 毎週火曜日 14:50~16:20 受講料:8,000円(税込)	2 旅するスペイン語 5/28(火)~7/2(火)【6回】 毎週火曜日 18:30~20:00 受講料:6,000円(税込)	3 すぐに話せる中国語 ~観光客に対応する中国語~ 5/21(火)~6/25(火)【6回】 毎週火曜日 18:30~20:00 受講料:6,000円(税込)
4 観光韓国語 6/5(水)~7/3(水)【5回】 毎週水曜日 14:50~16:20 受講料:5,000円(税込)	5 日商簿記「初級」対策講座 5/27(月)~7/8(月)【7回】 毎週月曜日 18:30~20:00 受講料:8,188円(税込)※テキスト代込み	6 楽しむゴルフのすすめ ~初級・中級向け講座~ 5/13(月)~6/3(月)【4回】 毎週月曜日 18:30~20:00 受講料:4,000円(税込)

※詳細は本学部ホームページにてご確認ください。※定員:No1~No5は20名・No6のみ10名。※申込者が10名未満の場合は講座を開講しない場合があります。
※申し込み期限:各講座の初回の7日前まで。※講座の実施場所は日本大学国際関係学部校舎となります。ゴルフは大学練習場(三島市若町田95-1)で実施します。

Information 055-980-0808 FAX.055-980-0879
日本大学国際関係学部 研究事務課
お申し込みは
こちらから▶

Discover English with Angie & Tony

認定を受けた
専任講師(保育資格有り)
が教えます。

歌って 踊って ゲーム
を楽しみながら
子どもたちが英語を楽しめる
乳幼児英語プログラム

2024年度より
小学生低学年向けプログラム
"プライマリー"開講!

幼稚園、保育園で学んだプログラムを基本に、
会話、フォニックスに重点をおいたプログラムです。

トドラー 対象年齢 2歳 レッスン料 4,000円/月 レッスン時間 週1回30分 (年間42回) 実施日時 土曜日 9:00~9:30	シリーズ1~3 対象年齢 3~5歳 レッスン料 5,000円/月 レッスン時間 週1回40分(年間42回) 実施日時 土曜日 ①10:00~10:40 ②11:00~11:40
--	--

近隣の保育園、幼稚園様
認定講師の派遣も行っております。
定期年間レッスン、及びイベント
(ハロウィン、クリスマス)だけの派遣等、
ぜひご相談ください。

Information 055-939-9790
アンジー&トニー 英語教室 for kids

健康ボウリング教室

何歳からでも! すぐ始められる! 未経験の方でも!

主催 公益社団法人日本プロボウリング協会 後援 静岡県 沼津市

受講料 (全6週6回分の合計) 定員 各コース36名 (人数制限あり)
1人¥1,000 (税込) 対象 お住まいの地域に関係なくどなたでも参加できます。
ゲーム代・貸靴代・教材費・傷害保険料込み ※状況に応じてマスクの着用をお願いする場合がございます。

ボウリング未経験の方でも大丈夫!
親切丁寧にお教え致します!
動きやすい服装でお越しください。
老若男女問わず、どなたでも気軽に
ご参加いただける内容です。

火曜教室 5/7~ (毎週火曜日:全6回) 午後コース 13:30~約3時間	水曜教室 5/8~ (毎週水曜日:全6回) 午後コース 13:30~約3時間	木曜教室 5/9~ (毎週木曜日:全6回) 午後コース 13:30~約3時間	金曜教室 5/10~ (毎週金曜日:全6回) 午前コース 10:30~約3時間
--	--	--	---

Information 080-2646-3273 (お申込み専用ダイヤル)
沼津市東椎路字東荒301番地3 ちらぼーと沼津3F 〇有
(お問合せ・お申込みは)沼津会場 健康ボウリング教室
受付担当:今村(いまむら)・日下部(くさかべ)
※平日・土日祝に関わらず、朝9:00~夜9:00まで受付を行っております。

KUMON

くもん書写教室の先生になりませんか

文字を書くことが好き、お仕事を長く続けたい、書道経験を生かしたい

教室開設説明会(要事前予約)
※25歳~60歳(女性)の方をお願いしています。

■沼津 5/23(木) 10:00~12:00
プラサヴェルデ(ふじのくに千本松フォーラム)
4階 405小会議室-1
(JR「沼津駅」北口より徒歩3分 ※駐車場有(有料))

※当日ご都合の悪い方はお気軽にお問い合わせください。
オンラインも対応しています。

オンライン説明会 予約制(2日前までに要予約)
●5/7(火) 10:00~13:30 ●5/21(火) 10:00~
●6/4(火) 10:00~13:30 ●6/8(土) 10:00~
●6/21(金) 14:00~(各30分)

指導者養成プログラムで
未経験でも安心!

ペン習字 かきかた 公文書写 先生 検索
筆ペン 毛筆

5月無料体験学習(5/11~5/31) 生徒募集中!

公文書写は全国10万人の方が学ぶ書写団体です

Information 0120-410-297
〇月曜日~金曜日の10時~17時
(祝日を除く)
※説明会の詳細・ご予約は右記QRコードから。

ミスノ運動会必勝塾

キッズイベント

5.12日

はやく走るコツを知りたい!

場所:清水町体育館

エアロディスク

走り方教室

走り方のコツを一緒に学ぼう!

教室内容
①ウォーミングアップ&準備体操
②走る練習 ③クールダウン
★正しい姿勢で走る、スタートのフォーム&スタートダッシュのコツ、腕振り、足の動きなどを学び、早く走るための練習をします!

対象 定員:各25名
① 年中~年長 10:30~11:30
② 小学1~2年生 9:20~10:20
③ 小学3~6年生 11:40~12:40

場所:清水町体育館 競技場
料金:600円(税込)/1名
※損害保険料含む

ヘキサスロン

遊び感覚で運動動作を身につけられる

ヘキサスロンとは?
「走る」「跳ぶ」「投げる」の基本動作からなる ①25m走 ②25mハードル走 ③立ち幅跳び ④エアロケット投げ ⑤エアロディスク投げ ⑥ソフトハンマー投げの6種目を計測し、「スポーツテスト」及びこれらの種目を混合し、作成した「スポーツ遊び」から構成されているプログラムです。楽しみながらからだを動かし基本動作を学びます。

対象 定員:各25名
① 年中~年長 9:20~10:20
② 小学1~6年生 10:30~11:30

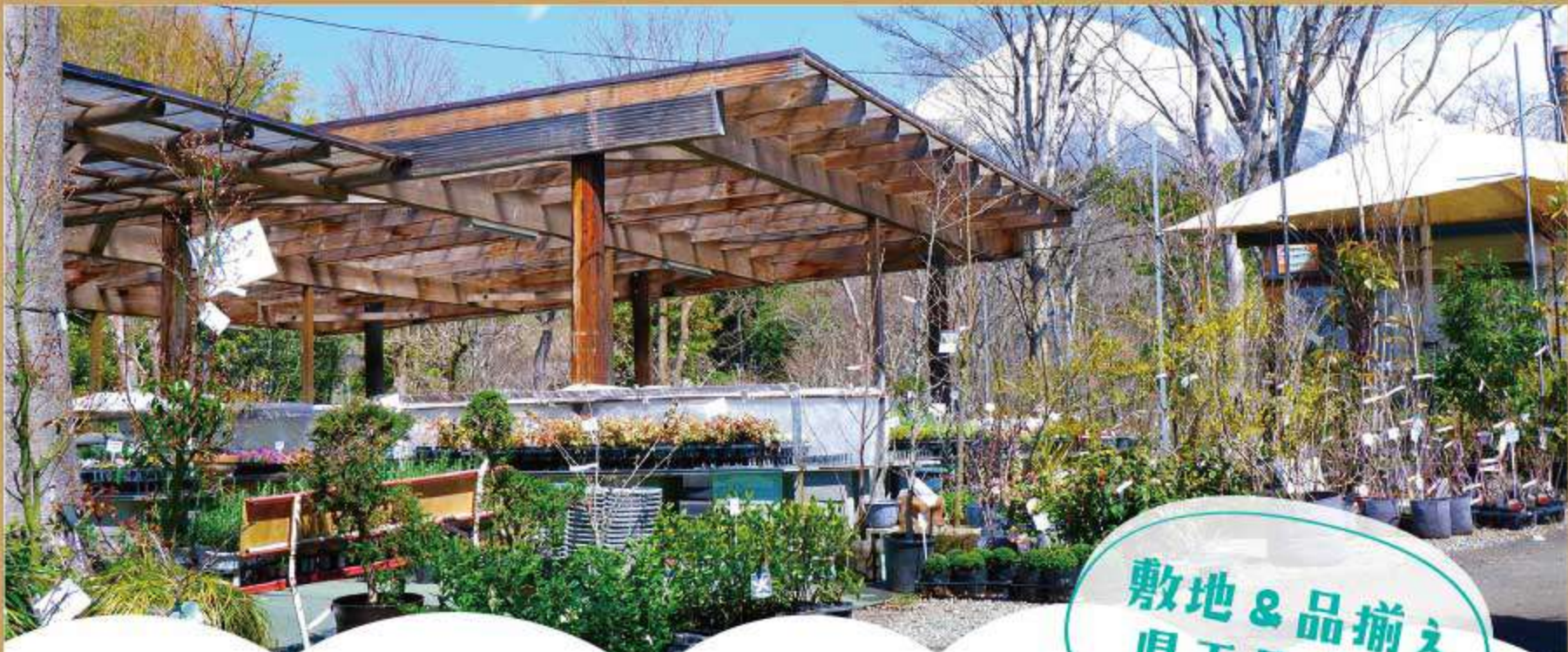
場所:清水町体育館 競技場
料金:600円(税込)/1名
※損害保険料含む

《事前予約制》
4月10日(水)より清水町体育館窓口にて申込開始 ※窓口のみ
4月11日(木)より電話での申込開始 (受付時間:9:00~19:00)

当日の持ち物
動きやすい服装、室内シューズ、飲み物、タオル

Information 055-971-0160
【指定管理者】清水町スポーツ協会・ミスノグループ
清水町体育館

毎月月末にご自宅へお届け! アプリダウンロードでもOK! を持ち運べます!



2024.5.3(金)~5.6(月) やまぼうしの花 植木まつり

シンボルツリー 果樹 落葉樹 オージープランツ グランドカバー

シマトネリコやレモンなどの人気商品はもちろん、
海外の品種や珍しい植物まで勢ぞろい!

参加費
無料

予約不要 / 社長直伝!
5/4, 5 ①10:00~ ②14:00~

剪定教室と木の植え方教室を開催!

5/19(日)にもやまぼうしの花 周年祭を開催!

イベント情報や入荷のおしらせは
Instagramをチェック

無料駐車場
20台完備

アクセス
・東名富士ICから車で約15分
・西富士道路小泉出口より大淵方面へ車で約10分

Information 0545-35-5815
グリーンガーデン やまぼうしの花
〒4250-5 富士市大淵4250-5
①10:00~17:30(冬季10:00~17:00) ②10:00~17:00
★クレジット・各種バーコード決済対応★

mydoを作る会社 2025年度 新卒社員募集

若手が活躍する会社 | 先輩紹介

小杉みち瑠 (27) mydo三島版プレリーダー
お客様目線でベストを提案 圧倒的mydo愛No.1

亀井幸多 (24) mydo三島版アドプランナー
圧倒的行動量とスピード感で 営業の開拓力No.1

山崎妃子 (29) 静岡オフィス拠点長
マルチタスクをサクッとこなす アグレッシブNo.1

佐藤伸哉 (36) WEBマーケティング事業部長
あらゆるWEBメディアからコーディネート 仕事への熱量No.1

オンライン会社説明会
4/25 4/30 5/16 5/21 5/23

予約&エントリー
+++++

募集要項

正営業職
時間: 9:00~18:00(残業20:00まで)
初任給: 225,000円

平均年齢 29.9歳
育休復帰率 100%
残業ave 17時間/月
男女比 5:5

WEB リックの裏側 インスタ

Information 0545-31-2239
株式会社 リック
本社: 静岡県富士市中里2561-22
静岡オフィス: 静岡県静岡市駿河区下川原6-7-13 054-269-4439
①9:00~18:00 ②土日祝 ③有

永代供養 樹木葬

清水町 永久の郷

あなたらしい供養のかたちを、ここ永久の郷にあります。

以下のような方におすすめしています。
・お墓を建てても後継者がいない
・子供に負担をかけたくない
・生前に自分のお墓を決めておきたい
・お墓を改葬したい
・費用をあまりかけずに

樹木葬 2霊で 総額 (税込) 14万円~

※7回忌まで2霊で14万円
※2霊の場合、2霊目の命日より6年後に永代塔へ合祀

管理費不要 後継者不要 入壇不要 永代供養

静岡県駿東郡清水町久米田109
カーナビをご利用の方は上記の住所をお入れください

見学・契約の方 葬儀の相談 承ります。

見学される前に電話頂けるとお待ちしております。ご案内できます。

お問い合わせはこちら [受付時間: 9:00~17:00]
055-973-8273

樹木葬 永久の郷 (とわのさと) をチェック

Information 055-973-8273
※繋がらない時は090-8137-0638(長島)迄おかけ下さい。
清水町久米田109
①9:00~17:00 ②年中無休 ③有

買取専門店 きんふじ 高価買取 GRAND OPEN

即日現金 査定0円 出張無料 手数料無料

ご相談ご訪問お見積り無料です。
売れるかな?と思ったらきんふじにお持ち込みください。

いつもニコニコ 現金買取!!

金相場 歴史的 最高値更新
10年前の約 2.5倍!!
1gあたり 13,000円 に迫る勢いです!!

高価買取 貴金属
高価買取 ロレックス大歓迎! ブランド時計
高価買取 買取金額保証! ブランドバッグ

金貨・銀貨 記念硬貨
買取金額高騰してます!

切手・テレカ
1枚からでも大歓迎!

ブランド時計・バッグ・貴金属 5点以上ご成約の方に
10,000円プレゼント
金相場更新記念 貴金属買取10%UP

Information 055-916-2109
きんふじ清水町柿田川店
清水町玉川1122-4
①10:00~18:00
②不定休 ③有(3台)

最新のイベントニュースをチェック！

EVENT NEWS

5/4~6 川の駅5周年祭



川の駅 伊豆ゲートウェイ因南

時 5月4日(土)「川の駅5周年記念大感謝祭」10時~15時(雨天中止)
5月5日(日)「Happies. ~ハビフェス~」10時~15時(雨天中止)
5月6日(月)「気球体験」8時~(雨天・強風中止)
※先着順です。天候や燃料の状況により開催時間に変更になります。
ご来場前に川の駅SNSをご確認ください。
4日(土)大人も子どもも嬉しい大抽選会やマルシェなど楽しさいっぱい！5日(日)子供たちが元気いっぱい踊るダンスイベント！6日(祝・月)大人気の気球体験！
川の駅 伊豆ゲートウェイ因南 ☎055-979-7048

5/5 春の大通り商店街まつり



三島大通り商店街

時 午前11時~午後4時(歩行者天国)
春の大通り商店街まつりを開催します。ワゴンセールや和太鼓、ストリートギャラリーなど楽しいイベントが盛りだくさんです。
三島市商工観光まちづくり課 ☎055-983-2655

5/15 歌声カルテットの 昭和歌謡コンサート



三島市民文化会館 小ホール
時 開場 13:00
開演 14:00
全席指定(税込) 2,500円
当日500円増し

「胸が高鳴る懐かしの名曲たち」あの時、あの場所で歌った曲...懐かしのあの歌を楽しみましょう！
三島市民文化会館 ☎055-976-4455

5/18 コーヒーとめがね+Milk



道の駅 伊豆ゲートウェイ因南

時 10時~15時
静岡県東部の各地で大人気のイベント「コーヒーとめがね」が、因南の特産品の丹那牛乳も巻き込んで、道の駅で開催します。当日はコーヒー屋や軽食など合わせて10店舗ほどが集まります。*天候等によって内容や時間が変更になる場合があります。詳しくはHPをご確認ください。
道の駅 伊豆ゲートウェイ因南 ☎055-979-1112

6/7 JBBコンサート2024 in 静岡(三島)



三島市民文化会館 大ホール
時 開場 18:00
開演 18:30
全席指定(税込) 1階席10,000円
2階席9,000円
未就学児入場不可

ミュージカル舞台で出会った個性的な4人(中川晃教・藤岡正明・東啓介・大山真志)が奏でる、極上のハーモニーと心を驚かすにぎやかな歌声。
コーラスグループ「JBB」がコンサートツアーで再び帰ってくる！
三島市民文化会館 ☎055-976-4455

今月のプリマ情報

5/11(土) マックスバリュ 伊豆長岡店

9:00~12:00
*変更になる場合がございます。予め電話確認後、お出かけ下さい。
*雨天の場合は中止です。
NPO法人 静岡リサイクル協会 ☎054-363-1273

感染拡大を防ぐためには、「密閉・密集・密接」という「3密」を避けましょう！

※新型コロナウイルスの影響により、各イベントは中止、延期、縮小される場合があります。ご不明な点は各イベントにお問合せください。

This month's theme!

読者の広場

読者でつくる

読者のページ

今月のテーマは、

GWに行きたい お出かけスポットとその理由を教えてください！

読者の皆様の「VOICE」の一部をご紹介します。

- 福島が石川。震災のあと行ったことがなかったので、復興に少しでも協力できればと思います。(T.M.59)
- 日本平スタジアム。毎年エスバルス応援しに行きます。(T.M.59)
- 十石峠のモンブラン。パンフレットを見て食べたかった。(A.M.52)
- 浜松まつり。今年から通常開催のようなので。(S.Y.50)
- 三島にあるスカイウォーク。どのくらいすごいのか体験したい。(M.T.47)
- 浜名湖。温暖で雄大な景色が好き。(K.Y.46)
- USJ。行ったことがないので行きたい！(I.J.58)
- 野球観戦。巨人ファンだから。(O.E.70)
- 田貫湖。逆さ富士の写真を撮りたい。(E.T.46)
- 兼六園。行きたいのになかなか行けてないから。(W.A.36)
- 温泉。家族の時間をゆったりと過ごしたい。(U.M.30)
- 幼い子供が居るので、浜名湖へ潮干狩りに行きたいです。(S.M.43)
- 最近行けてなかったから、家族でキャンプ。(F.J.36)
- 軽井沢。避暑地だから。(N.H.24)
- 動物園。暖かくなってきて、ゆっくり周りながら楽しめる。(U.A.25)
- 長野県に行きたいです！バイクを購入したのでツーリングも兼ねて！(K.T.27)
- 横浜中華街。食べ歩きたい。(O.R.53)
- 軽井沢のアウトレットで買い物したい。(O.T.53)
- 大室山。前回風が強すぎてリフトに乗れなかったから。(T.S.53)
- 大棚の滝。マイナスイオンを浴びてリフレッシュ出来るから。(K.K.53)
- 実家に帰省。ねこ様に会いに帰りたいです。(T.R.24)
- 修善寺。伊豆箱根鉄道にのんびり乗って行けるから。(M.Y.61)
- 山！自然を感じたい！(H.T.31)
- アスレチックに行つて体を動かしたい！親子共々運動不足だから。(W.T.39)
- こどもの国。入園料も安いし、鯉のぼりが頭上で沢山上がるので子供たちに見せたい。(I.M.40)
- 京都。厄年なのでお参りしたい。(M.H.59)
- 花博。素晴らしい庭園を観たいから。(T.Y.54)
- 富士山世界遺産の構成資産。まだ行ってない所を見たい。(H.F.83)

m GW楽しみですね。混雑も予想されます。お出かけの際はお気をつけて！！(編集部より) 他エリアのmydoはHPから▶



読者プレゼント mydo MONTHLY PRESENT

01 権楽湯 三島店 入館ご招待券 5名様
02 スポーツクラブネサンス・トーア沼津 ご招待券 5名様
03 まさごグループ 共通お食事券500円分 5名様
04 季節の台所 芦川 お食事券1,000円分 5名様
05 可睡ゆりの園 ペア無料ご招待券 5名様

スマホから簡単応募！

応募マ 5.31

※皆様からお寄せ頂いた個人情報は、プレゼント発送に使用するほか、個人情報を含まない統計的な資料作成に利用します。一部、商品提供元から直送するプレゼントを除き、本人の同意を得ず第三者に開示いたしません。発着は発送をもってかえさせていただきます。

応募方法「ハガキ」「FAX」「携帯」いずれかで、

①住所 ②氏名 ③性別
④年齢 ⑤電話番号
⑥ご希望の商品番号と商品名(第1・第2希望)

左記記入の上、左記アンケートにお答えください。

宛先 〒417-0826 富士市中里2561-22 株式会社リック mydo編集部 「5月号読者プレゼント係」 FAX 0545-31-2240 MAIL dokupure@lic-mydo.com

▼アンケートに記入後、切り取ってハガキの裏面にお貼りください

A 定期的に通っているお店(飲食店は除く)はありますか?
1.ある 2.ない

B 「ある」と答えた方へ質問です。通っているお店に該当するものに全て丸をつけてください。
1.エステ 2.整体 3.ネイル 4.脱毛 5.まつ毛関連 6.その他()

C どのくらいの頻度で通われていますか?(複数通われている方は頻度の多いものをお選びください)
1.週1回程度 2.月2回程度 3.月1回程度 4.2ヶ月に1回程度 5.3ヶ月に1回程度 6.その他()

D 1来店あたりの予算はおいくらですか?
1.~2,000円 2.~3,000円 3.~5,000円 4.~8,000円 5.~10,000円 6.それ以上

E 今月のお題:夏の忘れられない思い出エピソードを教えてください!

※Fの投稿はmydo 2024.7月号に掲載します。

我が子がモデルに!?

BEST KIDS AUDITION

ベストキッズオーディション

オーディション参加者募集中

全国0歳~15歳のベビー&キッズを大募集!!

賞金総額 100万円

無料エントリーはコチラ!

ベストキッズオーディション事務局 お問合せ先 TEL 03-6627-3555

50社限定 無料オンラインセミナー

5.14 TUE
13:00-15:00

集客成功の為の秘訣を大公開！

【豪華二本立て】WEB集客セミナー
WEB広告 × MEO対策

こんな方におすすめ

- 効果的なWEB集客施策について知りたい
- WEB広告をこれから始めようと検討している
- WEB広告を活用しているが、中々効果が出ない
- MEO対策をこれから始めようと検討している



スリーカウント株式会社 代表取締役 **鈴木悠資**
静岡県No.1のインターネット広告取り扱い実績と、静岡県を中心に全国500社以上の企業のWEBマーケティングのサポートを展開中。15年以上お客様に携わった経験からリリースした「全84業種のWEBサイト改善スタートブック」は1500以上のダウンロードを記録。Web集客のプロとしてサイト分析からコンサルティングまで幅広く活躍。



株式会社リック Webマーケティング事業部 FS **大平 絢斗**
自社媒体mydoの編集長を経験した後にWebマーケティング事業部へ参画。顧客の抱える課題に向き合い、適切な広告手段を提案する。近年、企業認知にかかるコストが上昇していく中で、効果的かつコストを抑えながらできるMEO対策の秘訣をセミナーでは語る。

*同業他社・営業目的としてのご参加はご遠慮いただいております。

Information

情報誌mydoを発行している

株式会社 リック

0120-69-5365

ご応募のお申し込みは右記QRコードから24時間受付しております！
*同業他社・営業目的としての参加はご遠慮いただいております。

お申し込みはコチラ



店舗経営者様へ

続々とアクセス増加しています！

意外と知らない

WEB集客
“MEO”

「キーワード」+「地名」 検索
で、WEBからの集客を強化！

LICのMEO対策は
こんなことができます

- 「インスタ連携」で 拡散力アップ
- 検索に響く「代理投稿」
- 店舗紹介文・メニュー など追加 などなど

まずはお気軽にご相談ください



MEOとは？

Googleマップ上位表示サービスは、通称「MEO」や「ローカルSEO」と呼ばれており、Google検索で「地域名×業種」や「地域名×食べ物」などのキーワードで検索した場合、検索結果の上部に表示されるよう対策することです。

Information

LIC myMEO 株式会社リック

0545-31-2239
富士市中里2561-22

WEBから▶
24h承り中



矢田歯科医院

低位舌(ていげつ)について

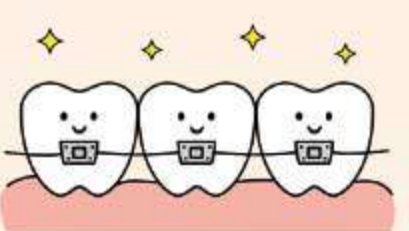
Vol.167

矯正中の患者様へ

第1期

当院にて使用しております「拡大床」「バイオネーター」においては、拡大時に「圧迫感」を生じます。主に小学生に装置してもらうため「圧迫感」を「痛い」と表現するお子さんがいらっしゃいます。拡大した当日や次の日ぐらいいは「圧迫感」を感じると思われれますが、何日間も「痛い」と訴える場合は、床の部分が強くと当たっている場合がありますので、調整が必要になります。⇒予約を待たずに来院してください。

○拡大床とは、歯がきれいに並ぶためのスペースが足りないときに、歯列を類例に拡大してスペースを作る装置です
○バイオネーターとは、筋肉の動きを利用して下顎の骨の成長を前方へと促すための装置です



第2期

ワイヤー・ブラケット(場合によってはゴム使用)矯正において、個人差がありますが歯に力を加えることで歯槽骨の吸収と再生を繰り返して歯を動かします。その際に起きる炎症が痛みの原因です。矯正治療においては「痛み」は避けられませんが、(当院では痛み止めをお渡しします)食事中に食べ物を噛んだときにも痛みを感じることがあります。炎症中に噛むことでさらに歯に圧力がかかり、より強い痛みを感じるためです。痛みがあるときにはなるべく柔らかいものを食べるようにしましょう。また、矯正用の装置や器具が口の中の粘膜に当たることで痛みが発生することがあります。調整で改善することもあります。歯の表面にボコボコしたものがついておられますので、違和感を感じてしまうのは仕方ないことです。

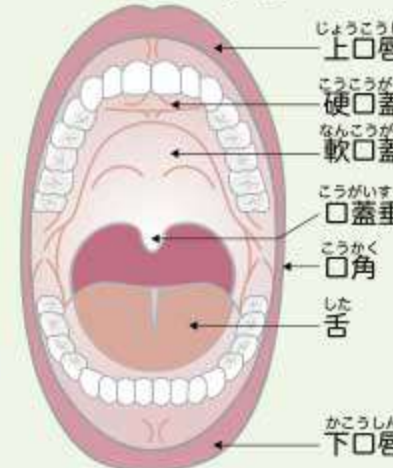
低位舌について

「低位舌」は舌が正常な位置よりも低い位置にある状態のことです。

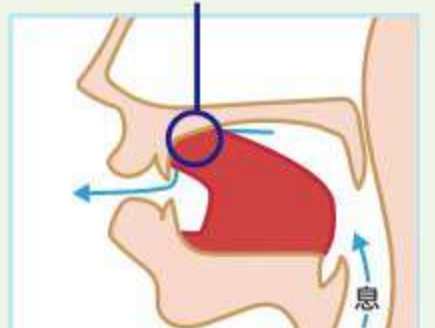
低位舌が原因と考えられる状態

- 口がポカンと開いている 低位舌は下の前歯の後ろに舌を押し付けているので舌が下にあると、気道の上に舌が乗り、気道が狭くなるため、口を開けて気道を確保して呼吸しがちになります。
- 発音や滑舌が悪い 舌の筋力が弱いので上の顎の口蓋の部分に舌をつける事が難しくなります。タ行ナ行など口蓋に舌をつける発音ができないため、聞き取りにくく、又、舌の動きが悪いため、滑舌が良くありません。
- 舌のふちが歯の形に波打っている 舌を下の前歯の後ろに押し付けて下の顎を押し付けているので、舌のフチが変形している。
- 病気にかかりやすい 口呼吸になりやすいので、口を開いているとお口の中が乾燥してしまい、ドライマウスになりやすく、口臭・虫歯・歯周病になりやすいとともに、細菌やウイルスを常に取り込んでいる状態になります。

口と舌の呼称



低位舌は、このように上顎の口蓋に舌をつけられない



[t]音

本来お口を閉じると、舌先は上あごにつきますが低位舌は下の前歯の裏側についています。

しかしながら、「舌小帯短縮症」の場合、舌を正しい位置にしたいとくてもできません。舌小帯(舌の裏側についているスジ)が生まれつき短かったりスジが舌の先端に近いところについていることがあり、舌を前に突き出すと舌の先端にくびれができハート型の舌になります。舌小帯の短縮の程度は、舌の先をどの程度あげられるかによって、軽度・中等度・重度に分けられます。軽度の場合は、舌を上手に動かす訓練で改善されますが、訓練だけでは動きに制限がかかり改善が難しい場合は舌小帯のスジを切る手術を行い、そこから機能訓練を行います。(当院ではレーザーによる切除を行っております。)

低位舌の改善法

口腔筋機能療法を行い、舌を正しい位置に導きます。また、マウスピース型の矯正器具もあります(自由診療)。低位舌かどうか判断が難しい、改善法がわからないという方はかかりつけ医に相談してみましょう。



yaTa
矢田歯科医院
沼津 矢田歯科 検索

歯科・小児歯科・矯正歯科・インプラント
ホワイトニング ※カード分割払い可 ※paypay可

【矢田歯科医院】静岡県沼津市御幸町10-27

055-931-0157 当院は休診日又時間外にも電話は常につながっております。緊急時にお電話下さい。
急患の方 090-3109-4816

診療時間
月曜～金曜日 AM9:30～12:30 PM2:30～7:00
土曜日 AM9:30～12:30 PM2:30～5:00
休診日 木曜・日曜・祭日
(初診・急患随時受付) 駐車場増設しました。20台可

GWのお知らせ 5/2※は休診ですが、緊急対応OK 5/9※は診療致します。

矯正治療のご案内 ○印が診療日
月曜～金曜日 PM2:30～8:00
土曜日 AM9:00～12:30 / PM2:30～7:00

5	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	6	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
								1							
5	6	7	8	9	10	11	12	2	3	4	5	6	7	8	9
12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31					30							

院内キッズルーム開設
「見守ります！」
お子様とスタッフが歯磨き練習しながら「ママ・パパ」を待ってます～♪
午前中のみ1家族様限定
詳しくは、お電話にてお問い合わせください。