

10 2025

gourmet beauty lifestyle job

マイドゥー三島版 三島市・清水町
長泉町・裾野市

MISHIMA

mydo

スクール特集

MAGAZINES WITH JIMOTO
AND NEW ATTITUDE.

発行部数/67,900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 メール: info@lic-mydo.com
www.lic-mydo.com

web版は
コチラ

※本誌は税込表記です。※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

Renewal
Open!

選べるパスタ1品に窯焼きピザも食べ放題
OMOCHAセット ¥1,480~ (税別)
さらに サラダ+ポテト+デザートも食べ放題の満足セット

ディナータイム限定 16時から
OMOCHAバル ¥1,980~ (税別)
90分食べ放題のバルメニュー 3つのコースをご用意しております

時間無制限の個室空間で
心ゆくまでお食事をお楽しみください

Information

OMOCHA SHIZUOKA 長泉店

055-939-5277
長泉町中土狩539
10:00 ~ 22:00 (L.O.21:00)
有

ご予約はコチラ

メニュー、店内の様子など
確認いただけます▶

※写真はイメージです

成長の秋! スクール特集

運動教室 清水町

子どもの運動能力を最大限に引き出す
THE UGOKI PARK
ザ ウゴキ パーク

他にはないトレーニング法! 伸び伸びとからだを動かして基礎向上!

check point!

- 運動×遊びの唯一無二のトレーニング法!
- 本格パーソナルトレーニングで学ぶ「体の本当の使い方」で成績がぐん!と変わる!

「姿勢」「体幹」「体の動かし方」
動きの基本を遊びとトレーニングを交えて
子供の基礎能力を最大限に引き出します!

近年、生活様式の変化や携帯ゲーム機の普及等により、子どもたちの運動能力が低下傾向にあるのをご存じですか?
これからどんなスポーツに出会ったとしても、大切なのは基礎能力です。子どもたちの運動基礎能力をアップさせ、授業や部活動、習い事にもより楽しく、より本格的に取り組むことができます!
すでにスポーツをされている方も、怪我の不安を払拭し、選手としての活躍の幅を広げましょう!
詳細は10月1日より順次LINEでお知らせいたします。
お友達登録をしてお待ちください!

050-3749-3907
清水町新宿175-3 さとうテナント1F
平日12:00~21:00、土10:00~20:00
金、日
有

LINE

追加募集開始! (税込)

入会金 0円 + 月謝2ヶ月 0円
==今なら体験もオトク!==

基礎能力アップ&体幹を鍛える!

◆集団レッスン
体験3回×50分 通常 7,700円 ▶ 0円

目標に向かってケガのないから作り&本格トレーニング!

◆パーソナルトレーニング
体験1回×90分 通常 7,700円 ▶ 0円

LINEお友達登録にて
詳細情報をお受け取りください!

mydo クーポン mydo限定! 入会金11,000円 - 無料! 6月謝2ヶ月無料!
※10月末迄

託児所 清水町

こども家庭庁所管 企業主導型保育施設
託児所ハピネスランド
タクジシハピネスランド

check point!

こども家庭庁所管で
認可保育園と同水準の安心安全の保育

入園受付、随時行ってます
イベント時や通常保育、体験参加も可能です!
生後4ヶ月からのお子様をお預かりする託児所です。英語・リズム遊びや食育活動、花育活動を通じて豊かな感受性を育みます。

月極保育 保育料 (税込)

※定額プラン※ (年齢別対象児)	※時間プラン※ (年齢別対象児)
0歳児 ¥37,000 (2024.4/2以降に 生まれた子)	100時間 ¥27,500
1歳児 ¥35,000 (2023.4/2~ 2024.4/1生)	超過料 10分毎 ¥100
2歳児 ¥35,000 (2022.4/2~ 2023.4/1生)	※超えた場合は1時間¥600 or定額プランへ移行可能

無償化対象児 (住民税非課税世帯のみ)

・食事(昼・夕)…無料
・おやつ…無料

055-943-5275
清水町長沢181-1
7:30~18:30
info@happiness-land.jp

託児所
ハピネスランド

お問合せはこちら

最新情報はInstagramをチェック
@happiness_land

music school 静岡東地区

カワイ音楽教室

check point!

4歳からピアノを始めたいお子さまへ
おためしレッスンに来てみませんか?

サウンドツリー教材を用いて、
一人ひとりの個性を伸ばすレッスンを!

〈秋得キャンペーン〉 (税込)
1ヶ月3回のおためしレッスン
『ピアノチャレンジ』
1曲弾ける喜びを体感いただけます。
通常8,250円
▶受講料 半額 4,125円
詳しくはホームページをご確認ください。

mygo mygo限定! 受講料半額4,125円
※10月末迄

是非お近くの教室へ▶

055-925-8504 (総合受付センター)
沼津市東熊堂457-13
HPはこちら
(お問合せ時間)9:00~17:30
休 土・日

リトミック 三島市・清水町

フレンドミュージック 音の教室

check point!

【両教室】ミニコンサート付体験会開催決定!
【三島教室】3ヶ月~のベビークラス開講!

ことば・音・リズム感でお客様の可能性が広がる!
五感から学び、育む豊かな感受性。

17日・20日はピアノ講師によるミニコンサート付!
リトミック体験会開催!!

○三島教室: 月曜クラス
日程: 10/20(月)・10/27(月)
時間: 体験10:00~10:40(1~3歳)
ベビー11:00~11:40(20日のみ)

○清水町教室: 金曜クラス
日程: 10/17(金)・10/24(金)
時間: 9:30~10:10(1~3歳)

【ココがおすすめ!】
・リズムでつながる親子の時間、心と体がぐんぐん育ちます!
・小さな音楽体験が、未来の学びの土台となります!
・はじめての習いごとにとびついたり心と体の発達をサポート!
・11月以降の体験会も開催予定! 左記QRから!

少人数制で小さな成長も見逃さず、じっくり褒めるレッスン

055-900-1842

清水町教室 三島市清水町久米田124-26
三島教室 三島市加茂川町22-8
9:00~20:00 有(4台)

Instagram お申込みはこちら

mydo クーポン 体験会当日のご入会で[入会金5,000円▶無料!!]
※10月末迄

Take a shot! たくさんの投稿、お待ちしております!

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!

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衣服着用 ④著作権に関わる様なキャラクターなど写真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(住所)は掲載される他、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!

我が家のニューウェーブ♡可愛い男坊!
市川 新波くん 2024.8.23

腕がちぎリパン
秋山 順忠くん 2024.12.23

提供/ふあんふあん柿田川店
田内 紅世ちゃん 2019.9.5



お肉グルメ特集



居酒屋

濃厚とろける食感！
自慢の低温調理“鶏のトロレバー”



MENU 税込価格

肉好き大人のご褒美に。
◆鶏のトロレバー 890円
低温調理でとろとろに仕上げたレバーはコクを
しっかり感じられるくちあたりなめらかな逸品。

季節メニューはInstagram更新中です！

二代目ほっかい
☎055-981-7771
清水町堂庭262 ホテル・エルムリーゼンシー内1F
📍水・第三火 📍有
🕒11:30～14:00 / 17:30～24:00



Instagram

mydo
クーポン 【夜限定】本日のおすすめから
1品サービス
※10月末迄※ご注文はスタッフまで※夜限定

洋食

手捏ねハンバーグがリニューアル！
メイン+セットでお得にゆったりランチ♪



MENU 税込価格

＼もっと美味しくなりました！／
◆鉄板手捏ねハンバーグ 1,080円
◆ハンバーガー 100g 890円
◆ハンバーガーポテトプレート 100g 1,180円
◆チキンナゲット・フライドポテトのセット 980円
◆ライトステーキライス 970円
+400円でドリンクセット可

★朝は7:00～モーニングセットございます！
★毎日16:00～18:00はハッピーアワー！
ハートランド生中ジョッキ・グラスワイン1杯390円

大乃珈琲
三島広小路店：三島市広小路町8-13S-Building1F
☎055-928-7779 📍無(周辺コインP)
清水町徳倉店：清水町徳倉1564-1
☎055-955-6281 📍有
〈共通〉🕒7:00～20:00 📍無休



Instagram

mydo
クーポン セットご注文で
お会計より10%OFF
※10月末迄

カレー

ランチDセットにはタンドリーチキン付き！
お得なクーポンもご利用ください♪



MENU 税込価格

＼ランチはタージマハールへ／
〈ナン・ライスおかわり自由！〉
・タージマハールランチセット 998円～
選べるカレーやドリンクの種類・アラカルトが変わる
4種類のセット(A～Dまで)あり！
チーズナン(+290円)の変更が人気です♪

・10月限定ランチメニュー 1,230円～
内容はご来店してからのお楽しみ♪普段のメニューにない
カレーをご賞味ください！

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



HP

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

焼肉

牛角自慢のお肉を豪快に食べ放題！
生ビール付飲み放題・ソフトドリンク飲み放題もおトク！



MENU 税込価格

＼mydo限定！／
※誌面をご提示下さい
◆生ビール付飲み放題
(90分制/L.O.70分) 1,738円→1,000円
◆ソフトドリンク飲み放題
(90分制/L.O.70分) 638円→0円

食べ放題 90分！(L.O.70分)
◆牛角コース 4,158円
◆牛タン・上焼肉コース 5,478円

牛角 三島南店
☎055-983-3929
☎三島市青木278-1 📍無休 📍有
🕒平日17:00～24:00
土日祝11:30～24:00



HP

mydo
クーポン 【平日】単品注文でガラガラ1回！
クーポンをご提示でさらに1回プレゼント！
※10月末迄 ※上記飲み放題と併用可※注文時にお見せ下さい

ステーキ

炭火の香ばしさ、溢れる美味しさ♪
本格ステーキ・ハンバーグをご堪能あれ！



MENU 税込価格

ブロンコおじさんの
こだわり炭焼きがんこハンバーグランチ
〈新鮮サラダバー・ごはんorパン・スープ付〉
(200g) 1,562円

炭焼きやわらかランチステーキ
〈ごはんorパン・スープ付〉 (160g) 1,628円
+572円で新鮮サラダバーセットに♪

ステーキハウス ブロンコブリー三島南田町店
☎055-991-5115
☎三島市南田町5-23 📍無休 📍有
🕒平日11:00～23:00、土日祝10:30～23:00
ブロンコブリーで働きますがWebサイトまたはお電話にてお問合せください。



HP

mydo
クーポン 三島南田町店限定
ジェラート・ドリンクバー無料券1グループ全員
※10月末迄 ※1グループ1回につき1枚限り有効
※一部の食事サービスメニュー等には本券が利用できない場合があります
※ご利用はお食事されたお客様に限りです(デザート・おつまみのみの場合は除く)

栄養豆知識

ビ タ ミ ン C

メラニンの過剰生成を抑制!コラーゲンを作るためにも必要な栄養。美肌効果が期待できます。
みかん、グレープフルーツ、緑黄色野菜、いちご

ビ タ ミ ン E

血行をよくし、肌の老化防止に。
緑黄色野菜、植物油、小麦胚芽、パン

たん ぱ く 質

肌や臓器・筋肉の構成成分でとても大事な栄養素。
大豆、大豆製品(豆腐、納豆など)、豆類一般ほうれん草、ブロッコリー、ゴマ、ささみ

ビ タ ミ ン B 2

脂質の代謝アップ!健康な皮膚や髪を作る。
うなぎ、レバー、干しいたけ、脱脂粉乳、牛乳、たまご

β - カ ロ テ ン

肌表面の角質の保湿機能を保ち、皮膚の粘膜を保護、強化する。
にんじん、かぼちゃ、春菊、ほうれん草、ニラ

ビ タ ミ ン B 6

たんぱく質や脂質の代謝に関わり、健康な皮膚や髪を作る。
魚類、牛・豚肉、穀類、豆類、レバー、牛乳、たまご

こちらを切り取って、クーポンマークのある店舗へお持ちください。

有効期限
10月1日～
10月31日
迄です！

詳しくは
mydoモバイル
サイトへGo!



- 本誌面内のクーポンマークの付いているお店でご利用になれます。
- 有効期限や使用条件はお店によって異なる場合があります。
掲載広告をご確認ください。

- クレジットカード使用の際は、各店にてご確認ください。
- 現金とのお引き換えは出来ません。
- このクーポンに対するお問い合わせは各掲載店舗へ。

ケータイ・スマホでも
クーポン使えます！

三島
mydo
クーポン
有効期限10月1日～10月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限10月1日～10月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限10月1日～10月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限10月1日～10月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限10月1日～10月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限10月1日～10月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限10月1日～10月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限10月1日～10月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限10月1日～10月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限10月1日～10月31日迄

竹原 Renata (レナータ) produced by claro



M E N U (税込)
 ご新規様限定！
 新規ご予約受付中！
 ◆似合わせカット+艶カラー
7,700円

◆似合わせカット+髪質改善カラー
9,900円

【髪質まで、デザインする。】
 パサつき、広がり、まとまりにくさ、お悩みを抱えた
 髪には「髪質改善カラー」施術後の髪の扱いやすさ
 まで計算された今の時期におすすめのメニューです！

▼ご予約は下記QRからが便利です！

Renata
 produced by claro

☎055-928-7128

長泉町竹原357-4 荒木ビル101
 営業日 9:00~19:00
 土 8:00~18:00
 休月・火
 休有

▼予約はこちら



mydoクーポン

「mydo見たよ」で
 上記価格に！
 ※10月末迄

納米里 プレシャス PRECIOUS



髪の悩みを改善したい
 40歳以上の女性に
 支持されています！

M E N U (税込)
 染めると同時に髪と頭皮のケア
 ◆カラーエステ 1回 **13,200円**

＜初めて施術される方＞
 2回目の施術は**無料**です！

※2回目の施術は1か月後に予約をお願いします。
 ※2025年10月31日迄

Precious
 hair design

☎055-987-5571

長泉町納米里172-17
 フェリスビル102
 営業日 9:00~18:00 休月・火
 休有



mydoクーポン

ヘアカラーをして
 感動したことありますか？
 カラーエステは
 感動できます！

This month's theme

読者の広場

今月のテーマは、

読者でつくる

読者のページ

この秋食べたい秋の味覚は？

読者の皆様の「VOICE」の一部をご紹介します。

ふっくら美味しいサンマ！
 お安いことを願う
 (M・M・31)

さつまいもごはん

モンブランケーキ

かぼちゃ

さつまいものスイーツ

ブドウ狩りに行きたい

新米

梨

うなぎ

大根おろしたつぷりのサンマの塩焼き

かぼちゃの天ぷら

ヤキイモ

松茸の土瓶蒸し

甘いイチジク

秋の果物とサンマの塩焼き！

やっぱり焼き芋！石焼き芋や芋スイーツ！フルーツはラフランス！
 秋は食欲が止まりせん！
 (A・R・41)

(N・A・40)

(H・N・45)

(S・K・33)

(I・A・48)

(O・M・42)

(I・Y・45)

(H・M・46)

(H・K・35)

(N・S・40)

(S・H・19)

(S・T・61)

(I・H・53)

(S・T・46)

(S・R・54)

キノコのバスター！
 シャキシャキのリンゴ

さつまいも！去年はお芋フェスで美味しいスイーツをたくさん食べました。今年も食べたいです。

お月見だんご

とにかく大きい秋刀魚を焼いて食べたいです

ほくほくの栗ご飯！

(N・E・29)

(Y・I・37)

(W・M・44)

(M・T・43)

(M・M・30)

(U・R・31)

(I・M・64)

(M・Y・63)

(S・M・68)

(I・T・29)

(S・A・17)

栗！モンブラン！さつまいも！
 暑い夏を過ごし、秋はもろろん秋の味覚の柿をたらふく食す
 まったけごはん
 三島甘藷、栗、秋刀魚、秋鮭
 さのこ鍋
 シャインマスカットが食べたいです

食欲の秋ですね！誘惑がいっぱい！！食べすぎ注意です(笑)

他エリアのmydoはHPから▶



矢田歯科医院

お口の中の「スジ」について

Vol.184

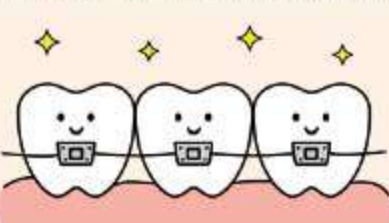
矯正中の患者様へ

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、歯列を傾斜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)矯正においては、個人差がありますが歯に力を与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。(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、違和感は常に感じてしまうのは仕方がないことです。

お口の中の「スジ」について

お口の中には「スジ」が存在します

→ 小帯とよびます

上唇小帯(ジョウシンショウタイ) 上唇の裏から上顎の前歯に伸びています
 下唇小帯(カシンショウタイ) 下唇の裏から下顎の前歯に伸びています
 舌小帯(ゼツショウタイ) 舌の裏側にあります

舌小帯

舌の運動に関わってきます。生まれつき短かったり、舌先に近い部分についていると舌の動きを制限してしまうことがあります。

ついてる位置に異常があると発音障害(滑舌が悪く舌足らずな話し方になります)や摂食障害などを起こしてしまう原因になります。

●異常の見極め方

舌を前に伸ばしたとき、下の前歯より前に出せない
 舌を前に伸ばしたとき、舌先がハート型にくぼむ(ハート舌)

●舌小帯付着異常の治療法

当院ではレーザーメスを使用した治療を行っております。利点として出血がしにくく、止血のための縫合の必要がなく、また腫れにくく治癒が早いことです。(ただし、必ず麻酔をしますので麻酔の際の痛みは伴います。)

上唇小帯

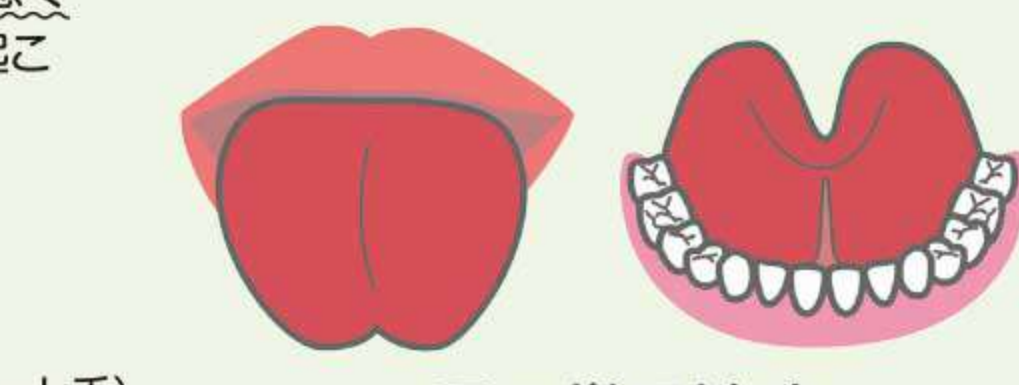
年齢とともに位置が上に移動していき幅も少しずつ狭くなっていきます。

●気をつけなければならない点

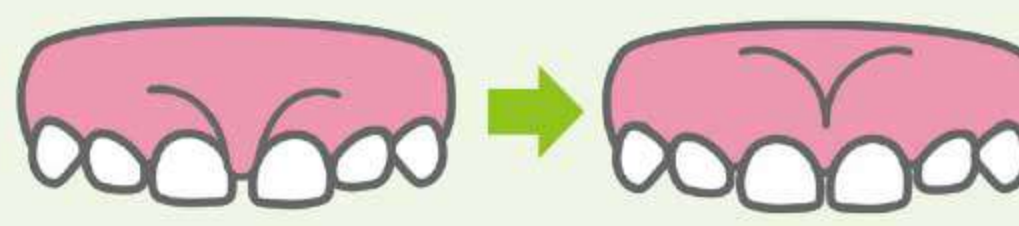
前歯の永久歯が生え変わる6~7歳程度になっても、前歯と前歯の間にスジが食い込んでいる場合は、「すきっ歯」になってしまいます。また、上唇の動きが制限され口元に影響が出る場合があります。

上唇小帯異常の治療法(保険適用)

舌小帯と同じく、当院ではレーザーメスを使用した治療を行っております。
 上唇小帯や舌小帯があっても、年齢や状態により、すぐに治療が必要とは限りません。気になる方はかかりつけ医に相談してみてください。



舌小帯短縮症



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
 急患の方☎090-3109-4816 緊急時にはお電話下さい。

■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)



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

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

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。

そろそろ、マッチングアプリ卒業しませんか？

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

鈴本富貴子代表

生涯現役、生涯青春、生涯学習 いきいきシニア♡結婚・茶友・事実婚 自由なあなたの結婚を応援します

パーティー・カラオケパーティー・バスツアー参加費のみ

おかげさまで創業57年の実績

月会費・見合い無料 お見合い4万組！

0120-55-4122

このチャンス！

ゴゴロー イーフ

HPはこちら

Information

経済産業大臣認定 結婚の相談は安心と信頼の公認店へ エミナンス・熟年倶楽部

0120-55-4122

日本ブ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・熱海・横浜・埼玉・栃木 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]

ブライダル貸衣装 お寺婚・家庭婚プロデュース フォトブライダルスタジオ

みんな盛り上がるなら、ららぽーとでボウリング！

Bowling 団体プランが お得！

10名様以上の団体プラン 2ゲーム+貸靴 お1人様 1,400円

◆ご利用日の3日前までにご予約ください ※ご予約時にmydoを見たお申し出ください。

Information

055-929-1330

沼津市東椎路字東荒301番地3 ららぽーと沼津3F

月～木8:00～25:00、金・祝前8:00～26:00 土8:00～26:00、日・祝8:00～25:00

HP 予約WEB

Korona Bowl ららぽーと沼津店 コロナボウル

おたからや 0120-448-055

おたからや マックスバリュ長泉中土狩店

高価買取

ブランド時計

ブランドバッグ

ダイヤモンド色石

ロレックス

スポーツモデルも レディースも買取強化！

ヴィンテージも需要拡大！ こんな古くても？ なんて迷わないでOK！

ダイヤモンドの指輪や ネックレスなど 眠っているもの ありませんか？

高騰中の金 今が売り時！！

査定 出張 無料

バッグ2点目から 1,000円ずつ査定額アップ！

※査定額UPは上限5万円になります ※2025年10月31日(金)まで有効※マックスバリュ長泉中土狩店限定

査定だけでも アルコールティッシュプレゼント

※マックスバリュ長泉中土狩店限定 ※クーポン対象外のこともあります※2025年10月31日(金)まで有効

Information

0120-448-055

おたからや マックスバリュ長泉中土狩店

長泉町中土狩567-1 10:00～18:30

静岡県公安委員会:第491050000831号 R7-1J 077

ご来店の際は必ず身分証(運転免許証・マイナンバーカード 各種健康保険証 在留カード 等)をお持ちください。

しずおか整形外科病院

専門医から学ぶ 市民講座

参加無料 要予約

定員 200名

股関節の痛み、放置していませんか？

股関節の痛みや治療の最新情報

西脇先生は、慶大整形外科講師を経て静岡赤十字病院、4月から山王病院股関節低侵襲治療センター・しずおか整形外科病院で診療。

負担の少ない股関節手術を日本へ導入し、その普及に努めています。

本講演では、股関節の痛みや治療の最新情報を分かりやすくお話しします。

お悩みの方はぜひご参加ください。

2025年10月26日(日) 14:00-16:00 (開場 13:30)

しずおか整形外科病院 西脇 徹さん

医学博士。2018年から2025年3月まで静岡赤十字病院の関節センター センター長を務める。2025年4月から山王病院股関節低侵襲治療センター長就任、しずおか整形外科病院でも診療を行う。

会場

三島市民文化会館 ゆうゆうホール

静岡県三島市一番町 20-5

JR 東海道線・伊豆箱根鉄道駿豆線 三島駅南口より徒歩 3 分

駐車場 お近くの一泊有料駐車場、または公共交通機関をご利用下さい。

申込方法 (FAX・メール)・お問い合わせ

よみうりカルチャー OSAKA

FAX 06-6361-3327 メール houbu@oybc.co.jp

問い合わせ 06-6361-3325 (平日: 10:00-17:00)

※皆さまの個人情報は、厳重に管理し、適正に取り扱います。

共催 R&Oリハビリ病院グループ よみうりカルチャー OSAKA

極楽湯 RAKU SPA

ぽこぴの獄楽湯

★ 2025.9.11 ◆ ~ 10.7 ◆ ★

くわしくはコラボHPへ

©POKOPEA

土・日・祝は朝6時から営業しております!

極楽湯 クーポン

通常入館料より**10%OFF**

※クーポン1枚で5名様までご利用いただけます。※クーポンをフロントまでお持ちください。※コピー、他券や他特典との併用不可※三島店のみ有効※シーズン料金期間は土日祝料金+100円からの割引となります。▶回数券、招待券、株主優待券は、追加料金なしでご利用いただけます。／各種優待も追加料金の対象となります。

mydo X 極楽湯

有効期限 2025年10月31日(金)迄

mydo X 極楽湯

有効期限 2025年10月31日(金)迄

mydo X 極楽湯

有効期限 2025年10月31日(金)迄

Information

☎ 055-991-4126

〒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)

WEB

QRコード

AXA-C-250902-1/550

藤枝江崎新聞店 & アクサ生命保険株式会社 presents

女性のための 超!!初心者さん向け お金の勉強会

NISA・積立投資などを徹底解説

充実したセカンドライフのために学びましょう!!

※託児所・託児スペースの用意はございませんのでご了承ください ※ご参加する方のお連れ様に限り、男性もご参加いただけます

日時 11/8 土

開場 9:45~ 10:00~11:30

会場 三島市民文化会館 ゆうゆうホール 第2会議室(施設3F) 三島市一番町20-5

P 施設近隣の有料駐車場をご利用ください

ご参加の方にプレゼント

お茶&焼菓子

後日、お金のプロが丁寧に对应 無料個別相談

参加無料 定員15名 申込先着順

知りたいことが分かるかも!

- 資産を増やす節約術
- 投資への向き合い方・考え方
- 投資に必要な3つのルール
- 資産形成で活用したい制度

しらishi まさひろ 白石 正裕 先生

アフィリエイト ファイナンシャルプランナー

アクサ生命保険(株)静岡支社 三島営業所 所長

※同業他社や金融機関にお勧め中、またはお勧めだった方、及びそのご家族の方には、申し訳ありませんが参加をご遠慮いただいております

申込フォーム

054-641-2140

株式会社藤枝江崎新聞店 (平日9:00~17:00)

受付締切 11月3日(水)17:00

主催 アクサ生命保険株式会社

三島営業所 三島市一番町1-29 三島商工会議所会館3F

本セミナーは、アクサ生命の依頼により藤枝江崎新聞店が主催し、アクサ生命が開催します。ただし、参加者の受付登録・個人情報管理については藤枝江崎新聞店が責任をもって行います。

Information

☎ 申込受付054-641-2140 (株式会社藤枝江崎新聞店)

〒藤枝市藤枝1-4-12

☎電話申込受付 平日9:00~17:00 土・日・曜日・祝日

藤枝江崎新聞店

創業約80余年の佃煮屋 尾道 佃松で 人気No.1 の佃煮「特上しそ昆布」!!

本日より 1週間 お申込締切日

佃煮づくりが盛んなまち広島県尾道市から

特上しそ昆布

80g 油紙包装入

486円 (税込)

当店で初めての お買い物のお客様限定

4袋以上ご購入で 送料無料

※初めてで3袋以下、又は2回目以降のご注文は送料別途350円。

ぜっぴん昆布佃煮!! ごはんがすすみます!!

こだわりの佃煮

尾道佃松 川原食品株式会社

〒722-0051 広島県尾道市東尾道15-12 厚生労働大臣表彰・全国食品衛生優良施設

●初回申込専用番号 ●受付時間8:30~17:00(土・日・祝休み)

☎050-1881-4045

◆お届け/受注後約1週間後(メール便でポスト投函。数量によって2通になる場合があります。) ◆お支払い/郵便振替またはコンビニ振込(手数料無料、1週間以内)、クレジット(手数料無料) ◆賞味期限/常温120日 ◆返品/未開封に限り10日以内(送料お客様負担) ※個人情報は適切に管理し、商品のお届け、お知らせなどに利用いたします。

COYASH
処分にお困っている
お人形ございましたか?

どんな人形でも一度お見せください。市松人形、奈良人形、博多人形、五月人形、雛人形、こけし、リアドロ、ティベア、ビスドール等、ご査定可能!!
※ガラスケースや、人形本体以外にはお値段がつかない可能性がございます。

「mydo」を見た方
10/31(金)までのお申し込みで
1,000円キャッシュバック!!
※ご成約のお客様に限りです。

出張査定(手帳) お電話で申し込み 日時決定 査定員がお伺い その場で査定 その場で現金買取

出張料・査定料 **無料!**
・腕時計・お酒・カメラ
・切手・時代家具・骨董品
・楽器・オーディオ
なども高額査定中!

まずはお電話! フリーダイヤル **0120-429-188** 古物商許可番号 東京公安委員会許可 第305511104562号

Information **0120-429-188**
東京都江東区青海2-7-4 the SOHO 205号
10:00 ~ 18:00

美容と健康に!生活習慣病の予防に!
初心者向け 教室卒業生多数
健康ボウリング教室

ボウリング未経験の方でも大丈夫!親切丁寧にお教えます!老若男女問わず、どなたでもお気軽に!

■受講料(全5週 全日程含む)
ゲーム代・傷害保険・教材費込み
5週分 **1人2,000円**(税込)
10月14日・21日・28日
11月4日・11日

毎週火曜日19時から・水曜日10時30分から
火曜日 10月14日・21日・28日
水曜日 10月15日・22日・29日
11月5日・12日

■定員(各教室) **12名**
動きやすい服装でお越し下さい!

参加者全員に4週目にマイボールプレゼント(ドリル代別途)

お問合わせお申込み **TEL.055-943-7951** 健康ボウリング教室受付
毎日朝10時~夜7時まで 担当/藤村・江川

Information **055-943-7951**
駿東郡清水町玉川61-2 サントムーン柿田川 本館2F
10:00~24:00
年中無休 無料駐車場完備

「児童虐待防止しずおか」運動
虐待で悩む子どもに希望の明日を

虐待相談における主な虐待者の8割以上が実の親。
虐待を受けた子どもたちは孤独と悲しみを抱え、
しかしそれでも親を慕い、
自分が悪いから虐待を受けるのだと、自己評価が低くなるそうです。
自由にのびのびと育つべき子どもたち。
顔を上げて笑顔が戻るよう、地域ぐるみの「見守り」をお願いします。

子どもを守るネットワーク
あなたも一員です。
互いに見守り、連携を!

医療機関 保育所・幼稚園 児童相談所・福祉事務所 保健所・保健センター
学校 警察 地域の住民 児童福祉施設 民衆・児童委員 子育ての支援センター

＜協力＞
静岡県児童養護施設協議会/社会福祉法人 静岡県社会福祉協議会/静岡県児童連合会/静岡県民生委員児童委員協議会/静岡県知的障害者福祉協会/静岡県乳児院協議会/静岡県母子生活支援施設協議会/NPO法人 児童虐待防止全国ネットワーク/静岡県保育連合会/静岡県医師会

mydoは児童虐待防止に取り組みます

Re SPORTS CLUB & SAUNA SPA RENAISSANCE
ひとつの場所に、たくさんの楽しみ。

使い方は、毎回同じでなくていい。
この場所には、あなたの“やってみたい”がたくさんそろっているから。
選べるって、楽しい。だから続けたいルネサンスです。

Studio Free Weight Gym Pool Sauna Spa

月会費だけで使い放題! ●マシンジム ●スタジオ ●プール ●サウナスパ

ルネでいい秋時間 10/4(土)まで
楽しさ、つづく値。

月会費 2ヶ月分 0円
※別途、初期費用(入会金・事務手数料)が必要です。

さらに!おトクな特典がついてくる!
スタート応援バック 最大2ヶ月 **無料**
●タオル&シューズレンタル ●水素水オプション
●サプリメントサーバー12杯コース
●ぐっぴープラスエース

おためし会員も、今ならキャンペーン適用! **2ヶ月分の月会費が0円**でさらにおトク!

期間限定募集! 9月1日(月)~11月1日(土) ご家族・ご友人と同時入会でおトクに

ふたりでおためし会員 **4,400円/月** (税込) ※2人で8,800円(税込)/月 ※同時入会に限る

今なら5ヶ月間 月会費が実質 **2,420円/月** (税込) ※4,400円(税込)×5ヶ月分、キャンペーン特典(2ヶ月分0円)、同時入会を適用した合計金額を5ヶ月に均した金額です。 ※別途、初期費用(入会金・事務手数料)が必要です。

ジム・スタジオ・温浴施設が使える **ジム・サウナ** おためし会員
マシンジムもヨガもサウナもしっかり満喫できる標準プラン
月会費 5ヶ月間 **5,500円/月** (税込) ※ジム ※スタジオ ※温浴施設 ※プールはご利用できません。

30才以下の方対象の特別価格 **U-30** ジム・サウナ おためし会員
中学生以上30才以下の方限定のおトクなプラン
月会費 5ヶ月間 **4,400円/月** (税込) ※ジム ※スタジオ ※温浴施設 ※プールはご利用できません。

プール&サウナだけを満喫できる **プール・サウナ** おためし会員
プールとサウナスパだけおトクに楽しめる期間限定プラン
月会費 5ヶ月間 **4,950円/月** (税込) ※プール ※温浴施設 ※ジム・スタジオはご利用できません。

おためし会員の入会について
●クラブ会員の入会には、中学生以上の方に限ります。●最長5ヶ月、入会時に適用いただける会員プランで、8ヶ月以上ご継続の方に限り。●ご利用期間終了後は、入会時に選択された会費プランに引き上げとなります。(種別変更不可) ●入会時に、初回費用(入会金・事務手数料)が必要です。●ふたりでおためし会員の、2025年11月1日(土)までの期間限定募集です。●プール・サウナおためし会員の、2025年10月4日(土)までの期間限定募集です。●24時間入会可能のジムエリアは、24時間ご利用いただけます。(プール・サウナおためし会員、未成年を除く) ●温浴施設は店舗によって異なります。●その他、各店舗のおためし会員の詳細・条件は、WEBサイトにてご確認ください。

ここが魅力! ルネサンス・トーア沼津

初心者も安心して運動を始められるサポート体制! 家族みんなが通える豊富な会員種類

マシンジム・スタジオ・プール・温浴施設 総合型ジムならではの充実した施設環境! お子様にも大人の方にも習い事にピッタリのスクールが豊富!

選べる **無料見学会**
A さくっとセルフ見学 Bじっくりスタッフ付き添い見学

フィットネス **1Day 施設体験**
ジム・スタジオ・プール・サウナスパまるごと1日で体験! 要事前予約
●体験料:1,100円(税込)

健康70 フィットネス おためし会員 **4,400円/月** (税込)
65歳からご利用いただけます! 入会金・事務手数料不要! ※他の会員割引特典との併用はできません。

スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス・トーア沼津
tel.055-952-2233
お電話 火~金 10:00~21:00 土・日 10:00~20:00
受付時間 日・祝 10:00~17:30 (休館日)月曜日・年末年始
AED 設置施設 自動体外式除動器

東海道線沼津駅より車で5分 大型駐車場200台完備

LINE 友だち追加で簡単! ルネサンス相性診断
LINE公式アカウントの友だち追加はこちらから! 最新情報 特設サイト 公開中!

INTERVIEW

静岡で活躍するプロフェッショナル、ココにいます！

Content

■「自分のペースで働く」が叶う！
メール便のお仕事をされる方は、「少しずつでも稼ぎたい」「隙間時間で働きたい」「働きながら健康になれるのがメリット」など様々。未経験からでも配る順番や地図の読み方など丁寧に説明しますので、徐々にお仕事に慣れていただけます！
■もちろん経験者も大歓迎！
ご自身の稼働可能時間から好きな配布地域をお選びいただけます！

株式会社 リック

0120-045-139
富士市中里2561-22
9:00~18:00
休：土日祝

Work



詳しい求人情報は
こちらから！▶



Schedule

【配布期間】3日間で配布完了
【担当エリア】ご自宅周辺エリア
【目安】1時間に20世帯
【出勤有無】なし（業務委託）

- 1 配布物の受け取り
- 2 配布箇所をマップにチェック
- 3 配布開始（3日間）
- 4 終了報告（LINE・TEL）



メール便配布スタッフ Bさん

メール便配布 Works

生活スタイルを崩さない働き方。
自転車やバイクでの配布で活躍中！

メール便の配布スタッフ業務は、自分のペースで働きながら身近な地元企業からのお知らせを地域に届け、「地域の役に立っている実感がある！」との声が多いお仕事です。

チラシ配布 Works



ポスティングスタッフ Aさん

Schedule

【目安】1時間に100部程度
【担当エリア】ご自宅周辺エリア
【時間】6:00~20:00までの間
【出勤有無】なし（業務委託）

- 1 配布物の受け取り（チラシの積み込み）配布準備
- 2 翌日配布開始
- 3 一週間以内で配布完了
- 4 終了報告（LINE・TEL）

Point

- 「主婦」の方、活躍できます！
・空き時間に働ける！
・お子様の急な用事も調整OK
- シニア・フリーターの方
・退職後の健康管理におすすめ！
・「フリーター」「Wワーク」歓迎
・未経験でも大丈夫！
・稼ぎたい額に応じて配布量を増やせます！（出来高制）

詳しい求人情報は
こちらから！▶



Other

【未経験歓迎！
説明会&初回同行配布で安心です！】
現在の配布スタッフは、ほとんどが未経験。
定年退職後も地域や社会とのつながりを持ちたいと、週に1度、2時間程度のペースで働かれるシニアの方や、副業として働かれる方、ダイエットも兼ねて始められる方など、それぞれの目的や目標に合わせてポスティングという仕事を活用していただいています！

株式会社 リック

0120-045-139
富士市中里2561-22
9:00~18:00
休：土日祝

健康維持とお仕事を両立。
自分のペースでお仕事完了！

フリーペーパーmydoでお馴染みのチラシ配布業務です。歩くことで健康的に働けると、早期&定年退職した方々が多数活躍中！地元情報を地域の方に届け、地域企業の集客と読者の喜びにつながるお仕事です！

BEST KIDS AUDITION

ベストキッズオーディション

我が子が
モデルに!?

賞金総額
100万円



無料
エントリーは
コチラ！



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!!

ベストキッズオーディション事務局 お問い合わせ先 TEL 03-6627-3555

く・ら・す class

三島市で家を建てる、リフォームする、
暮らしのサポート企業情報コーナー。

NEW CONSTRUCTION NUMAZU OKAISSHIKI

沼津市岡一色★新築建売住宅

省令準耐火構造 火災時の延焼を抑える安心設計。保険料の優遇も受けられます。

BELS取得 優れた省エネ性能を証明するBELS取得。環境に優しく、光熱費の節約にも貢献。

長期優良住宅 長く快適に住み続けられる高耐久な構造で、将来の資産価値を守ります。

建物 DATA

3SLDK+WIC

1F: 49.27㎡ 14.90坪
2F: 49.27㎡ 14.90坪
延床: 98.54㎡ 29.80坪

●土地 ●地盤改良
●建物 ●エアコン4台
●外構 ●カッボード
●照明 ●屋外給排水
●デッキ ●駐車場3台可能
●外収納 ●カーテンレール

3SLDK+WIC

販売価格 **3,880万円**

Information

☎ 0120-36-1082

三島市中250-5
☎ 8:30~17:30

ウェブ
サイトは
こちら

カーナビ検索
静岡県沼津市
岡一色588-4

NEW KAWASHO 企画型住宅

清水町長沢展示モデルハウス完成

セカンドリビングが多彩なライフスタイルに広がる!

暮らしにプラスアルファの快適を

リビング+Plus

リビングとつながる【セカンドリビング】は、家族のライフスタイルやニーズによって多様な使い方ができるスペースです。室内窓を全開にするとリビングと程よい一体感が生まれ、開放的な空間が広がります。

リビング+Plus

セカンドリビング

吹き抜け

リビング

Information

KAWASHO 川祥建設(株) 三島支店

☎ 055-960-7400

三島市富田町2-34
☎ 8:30~17:30

一級建築士事務所
建設業許可番号 静岡県知事(特-30)第16759号
静岡県宅地建物取引業協会
静岡県知事(12)第4668号

HP

Instagram

地震に強く、一年中快適。

セキスイハイムの高品質な住まいをぜひ展示場でご体験ください。

限定5名様

ご予約後、mydoを持参してご来場のお客様に

最大10,000円のギフト券プレゼント!

Information

SEKISUI HEIM

セキスイハイム東海 長泉展示場

☎ 0120-865-816

長泉町桜堤1丁目1-10
☎ 10:00~17:30
国水、木 有

展示場見学のご予約は
こちらから

地元の
お店からの

読者プレゼント

mydo MONTHLY PRESENT

01

極楽湯 三島店

入館ご招待券

055-991-4126

※三島店でのみ使用可能

02

まさごグループ

共通お食事券500円分

https://masago.net/

※他クーポンとの併用不可 ※テイクアウトでの使用不可
※まさごグループ全店で利用可

03

季節の台所 芦川

お食事券1,000円分

055-939-9824

※他クーポンとの併用不可 ※テイクアウトでの使用不可
※ランチ・ディナーどちらでも使用可
※ランチは予約のみ使用可

04

Cyami (チャミ)

DECORTÉリゾームサンプル6回分

0545-53-1329

DECORTÉ人気No.1美容液プレゼント!

05

HOTEL&SAUNA FUJINOS

プライベートサウナ無料招待

0545-67-2203

※1組120分~2名様まで
※ご当選の際はお電話によるご予約をお願いいたします。
※当選8が到着後1ヶ月以内にお電話をお願いいたします。

スマホから
簡単応募!

「子育てサービスに関して」のアンケートにご協力ください

A お子さまの年齢を教えてください(複数回答可)

1.0歳 2.1~3歳 3.4~6歳 4.7~12歳 5.13歳以上
6.18歳以上 7.現在お子様はいない

B 子育てサービスや情報(行政など)をどの媒体で知ることが多いですか?(複数回答可)

1.保育園・幼稚園・学校からの案内 2.行政機関の広報誌・HP
3.フリーペーパー 4.チラシ 5.SNS 6.口コミ・友人・地域のネットワーク
7.イベント・講座 8.ネット検索

C 今後知りたい子育て関連情報やサービスは?(複数回答可)

1.保育園・学童の最新情報 2.習い事・学習の情報
3.療育施設・発達支援の情報 4.行政の補助・助成金情報
5.家事・育児の短時・便利サービス 6.健康・医療・予防接種情報
7.子育てイベント・講座

D 行政や地域サービスの情報がフリーペーパー・チラシで届いたら、活用したいと思いますか?

1.ぜひ活用したい 2.興味はあるが内容による 3.あまり活用しない

E 今月のお題:冬にほっとあたたまるエピソードを教えてください

応募〆切 **10.31**

※皆様からお寄せ頂いた個人情報は、主に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。一部プレゼントにより、当選された方の氏名・連絡先は、貴店の発送予約対応のため、提供先企業に共有される場合がございます。応募をもって、当該情報提供にご同意いただいたものとみなします。

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)

をご記入の上、
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
「10月号読者プレゼント係」
FAX 0545-31-2240
MAIL dokupure@lic-mydo.com

最新のイベントニュースをチェック!

EVENT NEWS

10/4 土 ねことエプロンの集い6

場 道の駅 伊豆ゲートウェイ函南

時 10時~15時

「かんなん猫おどり」の開催に合わせて「ネコ」と「エプロン」がテーマのマルシェを開催します。お菓子やパン、雑貨、エプロンなどの販売の他、ワークショップもあります。*天候等によって内容が変更になる場合がございます。詳しくはHPでご確認ください。
函南の駅 伊豆ゲートウェイ函南 ☎055-979-1112

10/5~11 日 三島バル

場 中心市街地とその周辺

時 各日午前10時~

各店閉店まで

¥【チケット販売(5枚綴り)】
前売り4,500円
当日5,000円
※前売りチケットは各参加店舗、三島商工会議所などで販売中

バルチケットと引き換えて、1ドリンクと自慢の一皿、テイクアウトメニュー(お土産)や体験などをお楽しみいただけます。
三島バル実行委員会 ☎055-955-7750
三島市商工観光まちづくり課 ☎055-983-2695

10/18 土 ハッピーハロウィン! おもしろ自転車レースin川の駅

場 川の駅 伊豆ゲートウェイ函南

時 10:00~11:00(雨天中止)

川の駅で大人気のおもしろ自転車に乗ってレースを楽しもう!ぜひ仮装してご参加ください!もらって嬉しい参加賞も!ご予約・詳細は川の駅 伊豆ゲートウェイ函南HPをご確認ください。
川の駅HPhttps://www.kawanoeikizugateway.com/
函南の駅 伊豆ゲートウェイ函南 ☎055-979-7048

10/26 日 日本一のこどもハロウィンパレード inみしま2025

場 三島大通り商店街

時 11時~16時

ワゴンセールやフードコーナー、大通りでの仮装パレードなど
三島市商工観光まちづくり課 ☎055-983-2695

10/25,26 土 本の交換会

場 函南町立図書館2階 研修室

時 ①10月25日(土) 9時30分~16時
対象/本の提供者のみ
②10月26日(日) 9時30分~16時(なくなり次第終了)
対象/本の提供者、当日図書館で資料を借りた人
※本の回収期間:9月17日(水)~10月19日(日)

本の交換会とは、自身にとってもう必要はないけれど思い出のある本を、メッセージを添えて手渡し、他の方の手に放たせる。というものです。本を通して、誰かの思いや物語に触れてみませんか?
函南町立図書館 ☎055-979-8700

10/11 土 マックスバリュ伊豆長岡店

9:00~12:00

10/12 日 沼津あしたか公園

10:00~13:00

※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

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。