HAPPY MEDIA
富士市　地域みっちゃく生活情報誌®
総発行部数 76,200部 / 無料各戸配布 70,960部 / 無料設置 5,240部

リニューアル1周年記念号!

mydo（マイドゥー）富士版

4
2020
APRIL
vol.327

〈巻頭特集〉

一糸乱れぬ華麗な舞を全国で!

富士見高等学校 バトントワリング部



リニューアル周年記念特集!

春ヘア特集 / 雑貨特集 / ふじのいいとこスナップ

愛せるクルマを、愛せる価格で。
ネクステージ
東証一部上場
クルマ販売・買取・車検

全国130店舗突破!!
おかげさまで

国産自家用ガソリン車(普通車・軽自動車)

エンジンオイル交換

工賃・消費税全て込み 1台なんと!

100 ワンコイン

100円



※ご来店時に、クーポン券をご提示下さい
※車検証をご提示いただきます



平日のご来店がオススメ!
予約不要
大好評につきお待ちいただく場合がございます。
事前予約がおすすめです!
受付 10:00~17:00

そもそも、オイル交換って大事なの?

エンジンオイルとは車のエンジン内部で「潤滑」「冷却」「密封」「防塵」「洗浄」の役割を果たしている重要なものです。

Q.交換しないとどうなるの?

A.最悪の場合エンジン本体が壊れてしまい、修理に何十万円もかかる場合もあります。

Q.どれぐらいで交換するの?

A.一般的には5,000km毎か6ヶ月に1回が目安です。



一般的な価格よりも、こんなにおトク!

コンパクトカーの場合



通常 約3.5ℓ使用
1ℓあたりオイル費用770円×3.5ℓ=2,695円
オイル交換工賃(国産普通車1台)=880円

節約できる分ちょっと豪華なランチも…♪

合計 ~~3,575円~~ → 100円

愛せるクルマを、愛せる価格で。
ネクステージ 富士店

〒417-0031 静岡県富士市田島72-15
☎0545-55-4907
営業時間 10:00~19:00 定休日 なし
整備受付 10:00~17:00 ネクステージ 検索



国道139号沿い 富士警察署を東へすぐ

クルマ販売もお任せ!!
登録(届出)済み 最新モデル未使用車も続々入庫中!



展示車400台以上! クルマ販売もお任せ!


車販売もお任せ!
展示車400台以上!



国土交通省
運輸局 指定工場


広々とした
ショールーム♪



大型キッズスペースで
お子様も満足!

エンジン
オイル交換クーポン

オイル交換だけでも大歓迎!!

国産自家用ガソリン車(普通車・軽自動車) 1台 100円 工賃・消費税全て込み

※当店でのみ利用可 ※輸入車・ディーゼル車・事業用車両・違法改造車は対象外です
※上抜き作業の場合がございます ※混雑時はお待ちいただく場合がございます
※同業者様はお断りさせて頂きます ※作業受付:17時まで

mydo富士

有効期限:2020.4.30まで

37周年 キャッシングリーフ



37年の実績で安心。
暮らしのサポートならお任せ！
地域密着で信用と信頼で暮らしをサポート。
安心の日本賃金協会会員です！



☎0545-55-3188
住 富士市吉原2-13-5横瀬ビル301
営 9:00～18:00
P 無 休 土日祝
賃金業登録:静岡県知事(3)第02407号
日本賃金業協会会員:第005740号

2周年 佐野菓子店



4/1～2周年記念缶バッジ販売！
詳細はInstagramにて♪
街のみんなに愛される、お菓子屋さん。
イベント詳細や営業情報など、発信中！



☎0545-50-9209
住 富士市永田町1-15-1
営 10:00～19:00
P 有
休 月・火（詳細はInstagramにて）
@sanokashitenで検索!

1周年 大大や（だいだいや）



ジャズとご馳走を嗜むお店。
素材と味にこだわった逸品料理は、食べた人にしか分からない楽しみがあります。味と空間でお客様を満足させます。



☎0545-87-1490
住 富士市吉原2-11-6 マルイチビル1F
営 17:30～24:00
休 不定休

12/8移転オープン 花びぜん（本店）



富士市青葉町に、県下最大級のフラワーショップオープン！
静岡県中部・東部配達可能！
お電話一本でお届け、日本全国発送できます。



☎0545-60-8787
住 富士市青葉町305 WHALE青葉町内
営 9:00～18:30
P 有

掲載無料

新店舗様・周年祭の告知募集

「新しいお店をOPENした！」
「周年祭の告知をしたい！」
そんな店長様を募集致します！
詳しくは下記にお電話ください♪
☎0545-31-2239

3月オープン aide beauté（エイドボーテ）



シワ・たるみ専門店！
プライベート美顔サロンがOPEN！
シワ・たるみに筋肉・皮膚の両面からアプローチするボワールリフティング技法!Instagram・HPで情報発信中!



☎080-6926-4940
住 富士市三ツ沢580-19
営 9:00～19:00
P 有
休 日
完全予約制

3月オープン Atelier Techi.（アトリエチ）



舞台衣装・コスプレなど
オリジナル衣装制作ならおまかせ！
舞台衣装やコスプレ衣装をオーダーメイドで♪
最新技術のオリジナル刺繍もおすすめ！



☎090-4192-4212
住 富士市吉原2-9-21
営 11:00～18:00
P 無
休 水 ※詳細はInstagramをご覧ください

4/7オープン Wow! English



のびのび！楽しく！英語に触れあう
こども英会話教室がオープン！
無料体験レッスン開催！一生役立つ英語耳、使える英語を身につけませんか？



☎090-3423-8093
住 富士市日乃出町144
営 10:00～19:00
（変更の可能性があります）
P 有 休 月
HP https://wowfuji.com

富士市大淵

他 軽作業（①ゴム製品検査・②ゴム製品の後加工）

子供が学校へ通っている空き時間を有効活用！

仕 ①ゴム製品の検査 ②ゴム製品の後加工（軽作業）
時 ①8時～16時45分の間でできる方 ②曜日・時間は応相談
給 出来高制 ※自分が頑張った分だけ貰えます♪
資 工場まで自力で来られる方、
未経験者・主婦・フリーター大歓迎！
休 土・日 待 車通勤可
応 電話連絡後、面接。お気軽にご連絡ください！

見学からでもOK！ 子育てママ活躍中！



第二工場
静岡ゴム株式会社
住 417-0801 富士市大淵2499-1
☎0545-36-2891
担当■藤田・高橋

求人情報 JIMO JOB ジモジョブ

社 ・・・正社員 契 ・・・契約社員
ア ・・・アルバイト 派 ・・・派遣社員
パ ・・・パート 他 ・・・その他

「履歴書（りれきしょ）」の書き方

履歴書は、面接を受ける会社とあなたとの最初の接点となる重要なもの。働きたいという気持ちが伝わるようにわかりやすく書きましょう。

履歴書用紙

市販されている履歴書の形式はさまざま。自分を最もアピールできるものを選びましょう。必ず手書きで記入をし、黒の万年筆かボールペンを使って丁寧に書くこと！作成の際は、別の紙に下書きをしてから履歴書に記入するときれいに仕上がります。記入の時は、履歴書を汚さないように！もし間違えてしまった場合は、修正液を使わず、もう一枚新しい履歴書を使うこと。学校名や会社名、免許や資格は、省略せずに正式名称で記入しましょう。

志望動機

志望動機は、採用担当者が最も注目する点です。あいまいだと仕事に対する意欲が伝わりません。志望動機は、一つに絞って具体的に書きましょう。また「給料がいいから」「自宅から近いから」などといった私的な理由は書かないようにすること。

写真

3ヶ月以内に撮影した、フォーマルで清潔感のある服装や髪型で撮影したものを使用しましょう。スナップ写真は使用不可。

最後にチェック

☑ **空欄・誤字・脱字の確認**
書き忘れ・書き間違いがないか？

☑ **写真の確認**
証明写真は3ヶ月以内のものか？

☑ **日付の確認**
記入した日付は正しいか？



FUJIMI HIGH SCHOOL BATON TWIRLING CLUB

CONTENTS

2020.4 vol.327

02 《巻頭特集》
富士見高等学校
バトントワリング部

06 《リニューアル１周年企画》
とっておきの
雑貨屋さん特集

08 《特別企画》
春ヘア特集

11 ヘアサロンガイド

14 グルメガイド

16 ビューティー＆ヘルス

20 エリアインフォメーション

25 mydo×189 プロジェクト

28 読者プレゼント

29 ふじのいいとこスナップ

子ども虐待防止
オレンジリボン運動

先輩と勝ち取った「夏の全国!」

第44回 全国高等学校総合文化祭

2020こうち総文

2020年7月31日(金)～8月6日(木)



巻頭特集

「全国の舞台を全員で勝ち取る！富士見高等学校 バトントワリング部」



1 プロフィール

40年以上の歴史をもつ、富士見高等学校バトントワリング部。現在は2、3年生合わせ合計11名で活動中です。様々なバトントワリング大会において全国の舞台でパフォーマンス実績をもつ、有力校です。

2020年は、卒業した先輩たちと勝ち取った夏の全国大会「第44回全国高等学校総合文化祭（主催：公益社団法人全国高等学校文化連盟）」でのパフォーマンスを控えています。また、冬の全国大会「第48回　バトントワーリング全国大会（主催：一般社団法人日本バトン協会）」への切符を手にするため、新しいプログラムの練習に励んでいます。

2 バトントワリングとは？

バトントワリングとは、「バトン」と呼ばれる棒状の手具を回転させたり、高く投げたりしながら演技を行います。数百種類あるといわれる技の技術面の他に、音楽に合わせた表現・芸術面が評価されます。バレエや新体操、チアリーディングなどのあらゆる要素が加わりながら発展を続けているスポーツです。

3 富士見高校バトントワリング部の強み

市内の中学校にはバトントワリング部が存在しないため、ほとんどの部員が初心者からのスタートです。全国レベルの技術は代々先輩から後輩へと、受け継がれてきました。富士見高校バトン部の大きな強みは、ボディワークで見せる表現力。テーマ曲に合わせ、観客や審査員を引き込みます。

また、バトン界では世界的に有名な駒田圭佑氏をコーチに迎え、日々技術力にも磨きをかけています。駒田氏は2014年にイギリスで行われた世界選手権大会において技術点・芸術点ともに「オール10点」を獲得したバトンの名手です。世界大会でのオール10点は男女を通じて初の快挙でした。さらに2年後にも、予選から決勝までオール10点をたたき出し、世界選手権三連覇を果たしました。

駒田氏や心強いOG、顧問らと共に部員同士が自ら考えながら練習を行い、より高い完成度を求めて日々の練習に取り組みます。





部員に質問!

部　長：小出 倫子さん
副部長：鈴木 菜央さん



Q1 入部のきっかけは?

【小出さん】
中学生時代から新体操をやっていました。高校でも踊ることを続けたくてバトントワリング部に入部しました。市民ミュージカル団体に所属するなど、音楽に合わせて踊ることが大好きです!

【鈴木さん】
幼少期から踊るスポーツを色々と経験してきました。踊りを続けたい想いと、OGの方々の演技への憧れから、入部を決めました。

Q2 部活でのモチベーションは?

【小出さん】
2019年大会で卒業した3年生と一緒に全国大会を勝ち取りました。2020年夏の全国大会で先輩の分も思いっきり踊ることが今のモチベーションです。

【鈴木さん】
冬に行われる、日本バトン協会主催の大会での全国大会出場です。全国の舞台で踊る達成感をもう一度味わいたいです。



Q3 現在の課題は?

【小出さん】
自主的に、日々体型管理や練習の結果などを部員全員でノートにまとめています。全員で同じ気持ちになることが大切だと考えています。全国に行きたい、という強い想いをモチベーションに変えていきます。

【鈴木さん】
笑顔の練習やチアの声だしなど、演技の要素になることは細かく練習を重ねています。一つの演技をつくる、一つのチームになることです。学年問わず、メンバー同士支えあうことができるチームワークが必要です。





Q4 入部を検討する新1年生にひとこと!

【小出さん】
一本の鉄の棒だけでどう表現するか、それがバトンの素晴らしいところです。8月の全国大会がデビュー戦になります。ノーミスの良い演技をして、一緒に達成感を味わいましょう!

【鈴木さん】
富士見高校バトントワリング部に入れば、全国大会での金賞を目指し初心者からでもしっかり技術を身に着けることができます。全国という大舞台、そして大勢の観客の中で踊る楽しさを一緒に経験しましょう。



店内に並ぶ
30点以上の雑貨は
全てハンドメイドです♪



デニム財布ポシェット
4,000円(税込)



ドーナツスタイ
1,000円(税込)



ピアス　900円(税込)





mymade
マーメイド

親子で営むハンドメイド商品を取り扱う雑貨屋さん。豊富な品揃えで、リーズナブルな価格設定が魅力です♪

富士市大渕2562-11
営金、土12:00～17:00
※5月より木、金、土
Ⓟ有



信楽焼(となりのトトロ)
箸置き、湯飲み、
一輪挿し、ランプ

富士市 おきの 雑貨屋 さん

日本全国の
ホンモノを、身近に。





和の生活雑貨店　四季彩堂富士吉原店
シキサイドウ

話題の信楽焼きなどの陶器をはじめ、生活をちょっと豊かにする日本中の和雑貨が集結。店長自ら仕入れる全国の物産展や併設カフェもオススメです。

富士市今泉3-1-3
0545-30-8888
営10:00～20:00
休無休
Ⓟ有



琉球グラス
左:2,100円(税別)
右:2,400円(税別)



お香(なごみ・しずか・ほのか)
各750円(税別)



オーガニック石鹸6種
ギフトボックス3,685円(税込)



ハーブティ各種



マリッパオリジナルギフト
3,500円(税込)

Maripa&HanS
マリッパアンドハンス

オーガニック雑貨をメインに扱っています。カフェと併設なので、ゆったりとした空間の中で自分にピッタリのオーガニック石鹸やハーブティに出会えるはず。

富士市森島417-4
0545-32-7002
営10:00～18:00
休火
Ⓟ有

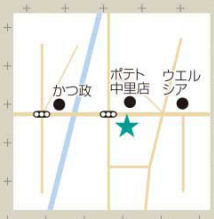




雑貨×コーヒーの優雅な
カフェタイムをお届けします。

左：PHOTO FRAME
STONE JALHAHAL 3,630円（税込）
右：PHOTO FRAME AFRICAN
HORN FRAME S 5,280円（税込）







SELECT SHOP Igura

セレクトショップ　イグラ

女性向け・男性向けはじめ、幅広いジャンルの雑貨を取り揃えています。自分へのご褒美、ちょっとした部屋のインテリア、大切な人へのプレゼントに、「選ぶ楽しさ」をお届けします。

富士市中里443-24
0545-30-8578
営10:00～20:00
休水
Ⓟ有

誰かのために
選ぶトキメキを♪



うたたねスマホスタンド
1,408円（税込）



RENEWING GRAPE
左：ボディクリーム2,300円（税別）
右：ボディ&ヘアオイル3,500円（税別）



ストロー横長カゴ
3,520円（税込）

北欧雑貨や
木工など
暮らしに寄り添うモノを
扱っています





sinilintu

シニリントゥ

国内作家さんの作品・書籍・食品など、普段の暮らしをより楽しめる雑貨を取り扱っています!いろいろな企画展も不定期で開催中!

富士市吉原2-13-5
0545-53-2724
営11:00～18:00
休日、月
Ⓟ無

植物の家・植物の塔
2,970円（税込）





ミックスリブソックス
1,980円（税込）





LaChouetteFuji

ラシュエットフジ

富士ホームズデザインに併設されたお店は3階建てで、ステンドグラス、照明、輸入ドアなど豊富な品揃え。オリジナル家具のオーダーも承っています！

富士市荒田島町11-61
080-5112-2231
営11:00～18:00
休水、木
Ⓟ有



バブミラー



ヴィンテージ
ステンドグラス
ペンダントランプ

ヴィンテージや
アンティーク雑貨、
オリジナル家具など
豊富な品揃え！

ヘリンボーン鉄脚
ダイニングテーブル
（オリジナル家具）

家族みんなでイメチェンしましょ！

カタログ

富士市 伝法



hair style

“ テレビでも話題の最新
カクテルトリートメント！ ”

〈セットメニュー限定〉髪質改善しながら最新の時短トリートメント♪



▲髪の悩みによって髪質改善するトリートメントです！

〈セットメニュー〉（シャンプー・ブロー別）（税込）

◆カット・カラー・トリートメント（全体）
10,670円▶9,500円

◆カット・カラー・トリートメント（リタッチ）
9,570円▶8,500円

◆一般カット	2,420円
◆学生（中学生、高校生、大学生等）	1,870円
◆お子様（小学生以下）	1,650円
◆前髪カット	550円
◆プラチナカラー リタッチ（根元3cm以下3ヶ月以内）	4,730円
◆プラチナカラー 全体（根元3cm以下3ヶ月以上）	5,830円
◆マニキュア	5,830円
◆ベーシックパーマ（水パーマ）	5,830円
◆トリートメント フェルエ	1,100円～
◆トリートメント ファイバークリニクス	2,420円

Hair Salon
Blue Ocean ブルーオーシャン





☎ 0545-30-7410
予約優先 当日予約OK
住 富士市伝法2028
マックスバリュ国久保店北側隣
営 9:00～18:00 休 水・第3木
P あり（マックスバリュと兼用）

ご新規様限定
「mydo見た」とご予約で
300円引き
※他キャンペーン併用不可
期限'20.05.31 mydo | Blue Ocean
お友達登録してね

富士市 中島



hair style

予約不要！短時間で本格カット！

「手軽にカットしたい・・・！」
老若男女に人気の本格カットサロン！



1100円（税込）で思い通りのカットができる手軽さが人気！支払い～仕上げまでのスムーズさも人気の秘訣。家事や買い物の合間にもおすすめです。カットから仕上げまで、短時間かつハイクオリティ。「前髪だけが気になる・・・」「最近髪の毛が伸びてきた・・・」そんなオーダーからでもお気軽にご注文ください♪

（税込）

◆カット＋シャンプー 1,100円

- ✓ 男性：シャンプー付
- ✓女性：ブロー仕上げ
- ✓スタイリスト指名無料
- ✓刈り上げは1mm～、丸刈りは0.8mm～
- ✓ドライヤーにて乾かします。
- ☆お子様連れキッズカットもOK!

OCスタジオ





☎ 0545-60-8230
住 富士市中島397-4
篠原ビル1F
営 (3月)10:00～18:50
(4月)9:00～18:50
休 火曜 P 有り

詳しくはHPへ▶
ホームページ
OCスタジオ

富士市 松岡



hair style

イメチェンにピッタリ!
春のエモいヘアカラー♪

コロナに負けずに全力営業中!
水曜、金曜は24時まで営業してます!



スタイリスト坂本司

hair salon BLUEBIRDでは仕事帰りの主婦様や働き盛りの20代の方～メンズ様、ご年配の方まで幅広く対応しております。市内初のナイト営業もやらさせて頂いておりますので仕事帰りにも気軽にいかれます♪

※全て税別価格です。

◆【春のエモいカラー】イルミナカラー+カット
（ロング料金なし） 10,000円▶8,000円
◆【季節に合わせて明るく】ファイバーブレックスグレーカラー（白髪染め）+カット（ロング料金なし） 8,000円▶6,000円
◆【大胆にイメチェン】デジタルパーマ+カット
14,500円▶11,000円
◆【髪のお手入れ】シャンプー+トリートメント
7,000円▶3,000円
◆【旦那さん変身】メンズカット+メンズパーマ
……8,800円

◆ヘナカラー	……4,000円
◆ヘアセット	……3,000円
◆シールエクステ（80枚までつけ放題）	……14,000円

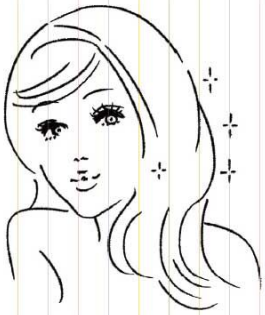
ヘアサロン
BLUE BIRD ブルーバード





☎ 0545-67-7033
住 富士市松岡1542-6
営 火木土
9:00～19:00（最終受付18:00）
水金9:00～24:00（最終受付22:00）
日8:00～19:00
休 月（祝日を除く） P 10台
クレジット可

掲載価格にて施術または
キッズカット2,500円→1,500円
※キッズカットは高校生まで※クーポン持参の方のみ
※他サービスとの併用不可
HPはこちら
期限'20.04.30 mydo | BLUE BIRD
「LINE」QRより予約受付可能



押さえておきたいこの春おすすめのヘアスタイルをご紹介！

春ヘアー

今のうちからケア!!
紫外線



*自社調べ

傷んでしまった髪を正しくケアしていますか?
髪は肌の 3〜5 倍以上の紫外線の影響を受けると言われています。髪は一生モノ。地震の髪をきちんと労ってあげましょう。

今からでも間に合う!
痛んだ髪に正しいケアを!!

富士市 今泉



hair style
春色カラーセミロング

おしゃれ染め、白髪染め
ヘアーメイクで気分転換！



ゆっくりと落ち着けるプライベートな空間。春のお出かけに向けてヘアメイクに遊び心をプラス♪おしゃれ染めは勿論、白髪染めでも楽しめるスタイリングに仕上げます♪優良店に推薦された安心・丁寧な技術にお任せください♪

全頭アッシュマット＋部分グリーンカラー

（全て税別）

◆3Dデジタルパーマ（S・C・B・T込） 11,000円
◆イオン水縮毛矯正（S・C・B・T込） 11,000円〜
◆イオン水縮毛矯正＋3Dデジタル（S・C・B・T込）
（根元〜中間） （中間〜毛先） 18,000円
◆クールライン＋エステ3Dデジタル（S・C・B・T込）
ヘアカラー・ダメージ毛の方にオススメ！ 21,000円

（テレビCM放映中）
◆ザクロペインター（白髪染め専用）（S・C・B・T込）
通常12,000円⇒ お試し価格 9,000円

・カラーによってパサつきが改善され、ハリ・コシ感のある髪に変化していきます。
・頭皮への刺激、かぶれ、ダメージの心配なし。
・ブラウン・ウォームブラウン・イエロー・黒の4色

サロン・ド・がんば





☎ 0545-21-1378
住 富士市今泉3077-4
営 9:00〜19:00
休 毎週月曜日、第3日曜日
P 完備

まつげトリートメントカール
通常2,000円⇒1,500円♪
期限'20.04.30 mydo｜サロン・ド・がんば

富士市 厚原



hair style
傷んで広がる髪も
朝のスタイリングが楽に♪

新生活に向けて気分を変えてみませんか?
お客様の『まとまらない』を『まとまる髪』へ。



Bless.Mはカット・カラーにおいて高い技術・リーズナブルな価格が特徴のサロンです。スタイリッシュで清潔感のある店内で、子供連れでも安心のキッズスペース完備!

◆酸熱トリートメント（髪質改善ケア）※カット別
（ロング＋1000円、セミロング＋500円）
キャンペーン価格 4,000円
◆カラー（ロング＋1000円、セミロング＋500円）
・白髪染め 8,000円→6,500円〜
・おしゃれ染め 9,300円→7,000円〜
◆縮毛矯正
（ロング＋¥2,000、セミロング¥1,000） 12,500円→9,000円〜
◆ストカラー〈縮毛矯正＋カット＋カラー〉
（ロング＋¥2,000、セミロング¥1,000） 17,500円→13,500円〜
◆カット
・高校生〜 （ロング＋¥300） 3,800円→2,500円
・中学生以下 2,800円→2,000円
〈メンズ〉高校生〜 3,800円→2,800円
〈メンズ〉中学生以下 2,800円→2,000円
【全メニュー シャンプー・カット・スタイリング込】（税別）

Bless.M （ブレス・ドット・エム）





☎ 0545-30-6191
住 富士市厚原69-1
営 9:00〜18:30
休 火
P 完備
★来店1週間前から予約可能★
スタッフ募集

クーポン持参で
掲載価格で提供
HPはこちら
期限'20.04.30 mydo｜Bless.M

押さえておきたいこの春おすすめのヘアスタイルをご紹介！　家族みんなでイメチェンしましょ！

春ヘアーカタログ

mydo クーポン活用法!

「mydo」は、毎月さまざまなクーポンが付いています。お店に提示することで、割引やプレゼント、うれしいオマケやオトクなサービスを受けられます。ぜひチェックして、気になるお店でどんどん使おう！



クーポンはここにあるよ！

ページの上下に付いています。切り取って使ってね！

こんな時にご活用ください!

●「このお店に行ってみたい！」と思ったら。
クーポンやキャンペーンをきっかけに、ちょっと足を延ばして、行動範囲を広げてみましょう！

●「安く、お得に利用したい！」という人に!
憧れのお店や、大好きなあのお店も、クーポン利用でワンコインや20%OFFなんてことも！

●宴会や女子会、大人数でのご利用に。
たくさんのお店の中から開場を選ぶのは一苦労。大人数用のクーポンで、お得に楽しめます♪

気になるお店のクーポンは、切り取ってお財布に入れておきましょう。すぐに使えて便利です！



有効期限切れに注意!

クーポンごとに有効期限はさまざま。気になるお店の期限はずチェックして、お得に利用しましょう！気になるお店のクーポンは、切り取ってお財布に入れておきましょう。すぐに使えて便利です！

富士市 富士町



hair style
H4G付縮毛矯正

全てにH4Gトリートメント付き！
10周年記念キャンペーン実施中!



店内

H4Gはミネラルたっぷりの純度の高いトリートメント水。ブローするだけで髪がツヤツヤに！おすすめの酸性デジタルパーマは傷みづらくてサラサラになると大好評！
店内の様子や店舗への行き方はGoogle mapで公開中！

<10周年キャンペーン>　(税込)
◆酸性デジタルパーマ 15,750円→9,800円
◆カット+カラー+トリートメント 13,000円→9,800円
※1日先着3人限定
〈新規・既存30%OFF/ロング料金0円〉
◆トリートメント(ホームケア付き) 4,830円→3,450円
◆カット 3,990円→2,850円
◆学生カット(小学生～高校生) 2,940円→2,100円
◆キッズカット(未就学児) 2,100円→1,500円
◆カラー 6,930円→4,950円
◆パーマ 6,930円→4,950円
◆カット+パーマ(カラー) 10,920円→7,800円
◆縮毛矯正 15,750円→11,250円
※部分パーマ・矯正も承り中！

HAIR&MAKE
Pastel Fish (パステルフィッシュ)





☎ 0545-65-3212
住 富士市富士町2-20
営 平日8:00～20:00(最終受付19:00)
土日祝9:00～20:00(最終受付19:00)
休 月
P 店舗前6台　予約優先

掲載価格にて施術(30%OFF) & 全メニューH4G付き
※1枚1グループまで※他サービスとの併用不可
期限'20.04.30 mydo | パステルフィッシュ

富士市 松岡



hair style
さらつやピンクグレージュ

経験豊富なスタッフが提案
幅広い年代に人気のサロン♪



大好評につき、サロンでしか購入できないグローバルミルボンの商品の購入を予約して頂いた方に定価の20%オフでお買い求め頂けます！
自分にピッタリのホームケアを探しましょう☆

全て税別です
〈春のイメチェンキャンペーン〉
◆カット+プラチナカラー 7,900円→6,400円～
◆カット+プラチナパーマ 7,400円→5,900円～
◆ブリーチカラー 11,800円→10,300円～
※ツートンカラーの場合+1,200円
◆グレーカラー(白髪染め) 3,400円～
◆プラチナパーマ 4,900円～
◆プラチナリペア(縮毛矯正) 7,200円～
ロング料金(S+500円　M+1,000円　L+1,500円)

エクステつけ放題(編み込み)
◆57cm(80g迄) 9,800円
◆67cm(100g迄) 14,000円
◆シールエクステ付け放題60枚(80g迄) 18,000円

ビューティーコレクション
Beauty Collection 富士店





☎ 0545-67-5550
スタッフ募集
住 富士市松岡1161-2
営 9:00～19:00 P あり
休 毎週月曜日・第3日・火曜日
びゅーこれ

クーポン持参で上記キャンペーン価格にて施術
※他サービスとの併用不可※ロング料金別
期限'20.04.30 mydo | Beauty Collection富士店

「ﾌﾟﾚｼｬｽ　長泉」で検索もOK

Googleマップやその他の情報
メールで友達にお店を教えよう ▶

mydo
ラック設置箇所のご案内

下記店舗様に設置しています。
ぜひお取り下さい★

富士市内

- マックスバリュ富士富士見台店
- ザ・ビッグ富士荒田島店
- しずてつストア富士吉原店
- マックスバリュ富士江尾店
- マックスバリュエクスプレス富士川成新町店
- しずてつストア富士駅南店
- マックスバリュ富士八幡町店
- マックスバリュ富士厚原店
- カインズホーム富士
- TSUTAYA 八幡町店
- エブリィビッグデー富士店
- ホワイトパレス

富士宮市内

- ヤマダ電機富士宮店
- マックスバリュ富士宮宮原店
- スーパーよどばし三園平店
- スーパーよどばし D'S 万野原店
- マックスバリュ富士宮万野原店
- スーパーよどばし D'S 田中町店
- マックスバリュ富士宮若宮店
- マックスバリュ富士宮朝日町店
- EDOYAcafe 城北店
- お宮横丁
- イオン富士宮
- レッドパール



《お問い合わせ》　富士市中里2561-22

LIC （株）リック ☎0545-31-2239

after　　before



体験者1,000人到達記念
美髪ストレート体験者募集!!

ドライヤーで乾かすだけの簡単スタイルを実現！髪が綺麗な女性って素敵ですよね。様々なお悩みもあると思いますが、どんな髪質でも美髪を目指します♪

【施術時間 目安150分～】
おとなの
美髪ストレート
【先着予約10名限定】
《特別体験価格》
46,000円 ⇨ 11,000円(税込)
【カットなし】
※ダメージの度合いにより施術できない場合がございます。
2020年4月30日迄!

キレイな髪になるサロン
PRECIOUS（ﾌﾟﾚｼｬｽ）



055-987-5571
住 長泉町納米里172-17ﾁｪﾘｰﾌﾟﾛｯｻﾑ102
営 9:00-18:00
休 火、月不定

ヘアサロン
HAIR SALON

ヘアサロンガイド

春から小学1年生になるお子様をお持ちのお母様、お父様。**入学式**がとっても楽しみですね!入学準備に何かと慌ただしいこの季節、ご家族みんなで気持ちを新たに美容室に行ってみるのはどうですか?大きなランドセルに新しい靴、満開の桜の下でちょっぴり緊張顔の我が子をしっかり目に焼き付けてくださいね。春は**出会いの季節**♪
イメチェンするなら今がチャンス!!

※表記の価格は注記のない場合税込み価格です。



SABRINA FAIR.
Special Price!!

cut 定価 ￥3,800 ▶ ￥2,000

中学生以下cut（男・女）
定価 ￥2,800 ▶ ￥1,500
シャンプー＋スタイリング込み　一般cut　ロング+¥300

men's cut
定価
￥3,800 ▶ ￥2,800

カラー・カット
定価
￥8,800 ▶ ￥6,500～
セミロング＋￥500　ロング+￥1,000

パーマ・カット
定価
￥8,500 ▶ ￥6,000～
セミロング＋￥500　ロング+￥1,000

縮毛矯正・カット
定価
￥12,000 ▶ ￥8,000
セミロング＋￥2,000　ロング+￥4,000

トリートメント ￥1,000～

表示価格はすべて税抜価格になります。

sabrina fair. 美容室サブリナフェア

■受付時間　カット/AM9:00～PM6:30　パーマ・カラー/AM9:00～PM5:30
■駐車場完備　■指名料無料
スタッフ募集中（スタイリスト・アシスタント）

蓼原店　■月曜定休　〒416-0931 静岡県富士市蓼原町1576番　tel.0545-65-5553
川成島店　■火曜定休　〒416-0955 静岡県富士市川成新町373　tel.0545-66-3790

～ご優待券～
こちらの券をお持ちいただければキャンペーンプライス価格でご利用いただけます。
●1枚で3名様まで有効。
●美容室サブリナフェア蓼原店・川成島店のみ有効。
●有効期限/2020年5月末まで

Family Salon
Quest
4店舗合同
Spring Campaign



感謝の気持ちを込めて、クエストからのプレゼント
天間店、鷹岡店、今泉店、黒田店の4店舗でご利用いただけるお得なクーポンをプレゼント
右記のクーポンをご持参ください。

指名料無料・ロング料金無料

カット	
大人	¥2,000
シニア(60歳以上)	¥1,700
中学生	¥1,300
子供	¥1,200
幼児(0歳～3歳)	¥1,300
メンズカット	+¥200

カラー(シャンプー・ブロー込)	
リタッチカラー 初回(根本2cmまで)	¥3,300～
リタッチカラー 30日以内	¥2,400～
リタッチカラー 40日以内	¥2,900
グレーカラー	¥3,600
オーガニックカラー	¥4,100
ファッションカラー	¥4,500
マニキュア	¥5,000
ブリーチ	¥4,500
ケアシステム	¥500

パーマ(シャンプー・ブロー込)	
パーマ(カット込)	¥5,400
縮毛矯正(カット別)	¥7,400
部分矯正(カット別)	¥3,100
ケアシステム	¥500

エステ	
お顔そり	¥1,000
ヘッドスパ(シャンプー・ブロー込)	¥2,200
極艶トリートメント(シャンプー・ブロー込)	¥2,000

※表示価格は税抜です。

スタイリスト・アシスタント募集中

天間店 予約受付番号
0545-72-0125
富士市天間 584-3
P完備 ※第2駐車場8台
美容 9:00～18:00
定休日:日・月



鷹岡店 予約受付番号
0545-71-8866
富士市久沢２丁目 9-95
P16台完備
美容 9:00～18:00
年中無休



今泉店 予約受付番号
0545-22-2288
富士市今泉 3213-7
P13台完備
美容 9:00～18:00
年中無休



黒田店 予約受付番号
0544-66-8623
富士宮市黒田 145-1
P16台完備
美容 9:00～18:00
年中無休



値引券 ¥300OFF
有効期限／令和2年4月30日
※¥2,000以上ご利用の方
※美容室でのみ使用可能

値引券 ¥500OFF
有効期限／令和2年4月30日
※¥4,000以上ご利用の方
※美容室でのみ使用可能

値引券 ¥1,000OFF
有効期限／令和2年4月30日
※¥7,000以上ご利用の方
※美容室でのみ使用可能

日本テレビ「ヒルナンデス!!」で紹介!!

魚屋素材！国産真いかのみ使用。

いかの塩辛。新鮮甘塩造り

静岡県で大正十五年創業の老舗から、直売店で人気の高いいかの塩辛をご紹介します。
新鮮な真いかだけを使用し、じっくりと仕上げました。程よい塩加減、いかの旨みが凝縮された深いコクとまろやかさはお客様にも人気です。
あったかご飯に、酒の肴に、ワングレード上の真いかの塩辛をぜひお楽しみください。

本日より お申込締切日 10日間



美味すぎる塩辛

ロングセラー・高リピート率！！

ご飯の食べ過ぎにご注意！



人気のお手頃サイズ

669円(税込)

特別送料クール代 本州950円(税込)
本州以外1,500円(税込)

1個 130g

なんと!! 5個以上お買い上げで **送料無料**

さらに!! 8個以上お買い上げで **もう1個プレゼント!!!!!**

新鮮な真いかを使用！
こだわりの甘塩造り
キモの旨みが違う！
美味しい理由

チラシNo.10 お申し込みはこちらから

☎050-2019-6664

【受付時間】
9時～17時
(日・祝は休み)

●お届け／７日前後。●お支払い方法／代引きのみ(別途代引手数料 330 円)。●送料／クール便・本州 950 円(税込)本州以外 1,500 円(税込)・5 個以上で送料無料。●返品／返品は生ものにつき不可とさせて頂きます。商品違い・商品損傷などの場合全額弊社負担にて交換又は返品に応じます。商品到着日を含め２日以内にご連絡願います。※お預かりした個人情報は、商品・DM の発送以外の目的では使用しません。

株式会社徳造丸
〒413-0490 静岡県賀茂郡東伊豆町稲取2185-1

ざぶ～ん 天然温泉

入浴料金

大人 130円引き　小人 90円引き

■クーポン券1枚につき5名様までご利用いただけます ■1回に複数枚の利用はできません ■他の割引きサービスとの併用は出来ません ■特別営業期間中はご利用いただけません

クーポン ざぶ～ん 天然温泉 ～有効期間～ 2020年4月30日(木)まで ■特別営業期間中はご利用いただけません



ご入浴料金

		会員	一般
大人	平日／	¥730	¥780
	土・日・祝／	¥780	¥830
小人（小学生以下）	平日／	¥390	¥440
	土・日・祝／	¥440	¥490

貸し座敷 …… 1部屋60分 ¥500

営業時間 朝9時～深夜2時（深夜1時受付終了）

沼津市原町中2丁目14-8（ジョイランド原2F）
大型駐車場完備・年中無休

電話 055-968-4126

WEB http://www.joyland.jp/



私たちと一緒にmydoで静岡を元気にしませんか？

合同企業説明会・個別説明会 開催

2020年4月3日(金)・4月17日(金)

[時 間] 10:00～12:00／13:00～15:00

[会 場] 静岡レンタルオフィスLINK

※詳細は採用ページをご覧ください。
※日程が変更になる場合はHPでお知らせ致します。

instagramで最新情報をチェック！

採用ページ・説明会のご予約はコチラから

LIC 株式会社リック

本　　社：静岡県富士市中里 2561-22　0545-31-2239
静岡オフィス：静岡県静岡市駿河区下川原 6-7-13　054-269-4439

富士警察署 生活安全情報！

泥棒は あなたの自転車を 狙っています！



新学期が始まります。
新たに多くの人が通学、
通勤で自転車を利用します。
自転車を駐輪するときは
ツーロックを心掛けましょう！
泥棒は無施錠の
自転車を狙っています。

mydoは配布を通して、地域の見守りをいたします！

婚活夜茶会　茶空間Ogino

Googleマップやその他の情報
メールで友達にお店を教えよう ▶

茶空間Ogino(オギノ)
婚活マスクde夜茶会

和空間から始まる素敵な出会い♪



新型ウイルス対策！マスクで参加する婚活夜茶会♪
お茶屋さん企画の婚活イベント！

入り口にて消毒の上、入場時からマスクにてご参加いただきます。包装されたケーキはお持ち帰りとなります。

【4月の開催日程】女性1,100円/男性5,500円（税込）
3/29(日)Bコース・Cコース　4/4(土)Dコース　4/11(土)Aコース
4/18(土)Bコース　4/25(土)Cコース　4/26(日)Dコース・Aコース

A:女性22～34歳/男性22～34歳　B:女性26～36歳/男性28～39歳
C:女性32～45歳/男性36～49歳　D:女性28～52歳/男性30～55歳

☎090-4790-6689

住 富士市大淵8616
営 土19：00～21：00
日14：00～16：00/18：00～20：00
※受付は30分前からとなります。
ご予約はTEL・LINE・WEBで承り中！
※マスクをお忘れの方は参加できません。



竹の子

一番人気のおばんざい定食！





自家製焼き豚



広々お座敷で、
お子様連れも歓迎です！

古民家ご飯処で
豪華な手作り料理を堪能！

民家を改装した和空間でゆったりとした時間を過ごせます。ランチ・ディナーのおすすめは「おまかせおばんざい定食」です。塩ちゃんこ鍋付きの豪華定食！

【限定20食】　※価格はすべて税別です
【塩ちゃんこ鍋付きおまかせおばんざい定食1,500円】
◆やわらかもつ煮定食……700円
◆絶品！炭火つるし焼き豚定食……1,200円
◆わさびこ飯セット……200円
◆おしるこ、アイス……各300円

☎0545-21-9720

住 富士市桑崎622-1
営 10：00～14：00
　16：00～20：00
休 土・日
P 有（店舗裏）



吉原商店街、生まれ変わった
澤田ビル
SAWADA BLDG 1F

こだわりの料理と酒でもてなす
新たな憩いの場ができました。



ーその名も…

ゲストハウスの下





只今せっせと開店準備中!!

4月1日(水)OPEN!!

ゲストハウスの下
富士市吉原3-3-23
SAWADA　BLDG
(旧澤田耳鼻科)1F
☎0545-87-1490



グルメ
GOURMET

グルメガイド

お引越し等でmydoを初めて
手に取ってくださった皆様
はじめまして!地域みっちゃく型情報誌
のmydo(マイドゥー)です!
地元ならではのお店選びは
mydoグルメから♪
店舗ごとのQRコードを読み取ると
お得な情報がゲットできちゃう
かも!お気に入りのお店を
見つけてくださいね!

※表記の価格は注記のない場合
税込み価格です。

おいしい ママレシピ
Have a wonderful dish

Today's Menu 「アスパラのビスマルク風」



材料

アスパラガス	1束
卵	1個
パルメザンチーズ	適量
オリーブオイル	適量
塩	適量
胡椒	適量
お酢(ポーチドエッグ用)	適量

作り方

①ポーチドエッグ作る
鍋にお湯を沸かし、塩、お酢を入れる。卵を小さいボウルに割り入れ軽く沸騰したお湯を一定方向にかき回して渦を作る。渦の真ん中にそっと卵を入れる。卵を2、3分茹でたらすくい、キッチンペーパーで水気を軽くとる。
②アスパラは根本を切り、硬い皮の部分はピーラーで向き、茹でる。
③お皿にアスパラ、ポーチドエッグ、オリーブオイル、塩、たっぷりのパルメザンチーズ、ブラックペッパーを散らしたら出来上がり♫

卵の中からトロトロ流れてくる
キミが濃厚ソースに✧
ポーチドエッグの代わりに
半熟目玉焼きでもOK
シンプルだけど、華やかな1品で
春を味わおう♫

SoBoKu
井野里美さん



日本ウーマンズシェフ&パティシエ協会

田子の浦漁港直送
3/21 しらす漁解禁

仲買人のお店 **まるごと駿河湾**

▼3/21解禁の生しらす



▼生しらす丼　1,078円



▼しらすづくし定食　1,518円



田子の浦漁港の仲買人が仕入れる鮮度抜群な魚介の数々！
生しらすや由比産生桜海老など豊富な品揃え！歓送迎会や法事などでもご利用ください！★バス送迎承ります★

新鮮な魚介を贅沢に使った刺身はもちろん、丼ぶりや定食、焼き魚やフライなど魚介を使った様々な料理が楽しめます♪美味しい海鮮が食べたければ、まるごと駿河湾へ！地元の魚介をまるごと味わい尽くせます♪
※仕入れ状況により提供できない場合があります。
※生しらすがない場合は釜揚げしらすとなります。

◆生しらす丼……1,078円
◆しらすづくし定食……1,518円
・しらす釜揚げ丼・しらすかき揚げ
・茶碗蒸し・味噌汁・お新香
◆3,500円コース◆4,500円コース◆5,500円コース
+1,500円で飲み放題お付けできます！
金額に応じてコース料理をご用意します！
★バス送迎承ります★

まるごと駿河湾　吉原店
☎0545-52-3136
住 富士市永田町1-27-1
営 ランチ：11:00～15:00
　ディナー：17:00～22:00
休 無休
P 有



まるごと駿河湾　新富士駅店
☎0545-60-8788
住 富士市川成島654-1アスティ新富士1F
営 11：00～22：00
休 無休
P 有



しらすづくし定食
1,518円→980円(税込)
※1枚1グループまで有効
※他サービスとの併用不可
期限'20.04.30　まるごと駿河湾

生しらす丼
1,078円→500円(税込)
※1枚1グループまで有効
※他サービスとの併用不可
期限'20.04.30　まるごと駿河湾

ディナー限定（17：00～）
お会計より10%OFF
※1枚1グループまで有効
※他サービスとの併用不可
期限'20.04.30　まるごと駿河湾

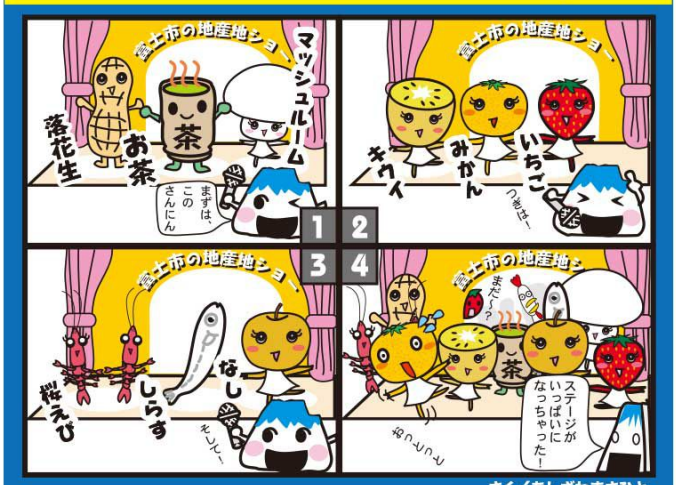
期限'20.4.30　福食ダイニング　えびす家　富士店

お会計より10%OFF

※1枚1グループまで有効
※他サービスとの併用不可

富士市役所食育推進室
「ふじ食プロジェクト」×mydo

「富士市はおいしいものでいっぱいです！」の巻



さく／あしざわまさひと



地元の食材を食べよう！

富士市は恵まれた気候風土！ 新鮮な食材は手に入りやすいよ！

問い合わせ先：富士市役所保健医療課食育推進室（市庁舎４階北側）
電話：0545-55-2884　ファクス：0545-53-5586
メールアドレス：ho-iryou@div.city.fuji.shizuoka.jp

福食ダイニング
えびす家　富士店

4/1～新メニュースタート！



大好評！特選北海道スイーツ





個室もございます



【4/1～新メニュー登場！】全個室ご予約受付中！マイクロバス送迎は10名様～。

タッチパネル完備！和洋中120種類以上の料理と140種類以上のドリンクを常備。春の特選北海道スイーツフェアに続き、4月はメニューリニューアル！大人数・女子会・ファミリーなど、様々な利用シーンに合ったメニューを取り揃えてお待ちしております！

☎0545-57-2222
住 富士市伝法2619-1
営 17：00～26：00（L.O.25：00）
休 年中無休 P 有（50台）

【4/1～新メニュー！】
トマトチーズ鉄板焼き……420円
焼きカルボナーラ……480円
ビーフバター鉄板焼き……680円
明太玉子焼き……580円

【特選北海道スイーツ】テイクアウトOK！
北海道カタラーナ……380円
スイートポテトバニラアイス添え……580円







富士エリア大平オススメ　日本人の口に合う絶品手作り韓国料理。

富士市で25年の歴史ある韓国風居酒屋。日本生まれの韓国籍の店主が作る、日本人の好みに合わせた韓国料理は絶品♪キムチやコチュジャン、タレなどすべて手作りのものを提供。その他にもテールラーメンや餃子も人気。夜遅くまで営業しているので〆の一杯にもピッタリ♪



☎0545-62-9609
富士市富士町8-6
定休日／月曜日
営業時間／18:00～翌3:00
日曜日18:00～23:00

高麗の『チーズタッカルビ』　1,600円(税別)

富士宮エリア杉山オススメ　豊かな香りと野菜の甘み！

本格派スリランカ料理が楽しめるお店。カレーは、香辛料のスパイシーさとココナッツミルクの甘みが調和した優しい味わい。人参や豆など4種の日替わりの野菜カレーとライス、パパダンを全て混ぜて食べるのがスリランカ流!豊かな香りと野菜の甘みが口いっぱいに広がります♪



☎080-1380-3946
富士宮市穂波町6-4
営業時間／月～金曜日　11:00～15:00
土・日曜日　11:00～15:00
17:00～21:00
定休日／不定休

¥1,300（税込）
サラダ・ドリンク付き

スリランカカレーレストランCaravan（キャラバン）の『まぜるプレート チキンカレー』

沼津エリア木部オススメ　エビの旨味、トマトの酸味の一品パエリア。

お米の形のパスタを使った変わり種パエリア!エビの旨味を3時間以上じっくり凝縮させたアメリケーヌソースに、トマトの酸味をプラス。上から濃厚チーズをた～っぷりかけたら完成!パスタの弾力とパリパリおこげのw食感が楽しめます♪エビ好きにはたまらない、至極の逸品です!



☎055-963-8565
沼津市上土町58
定休日／火曜日
営業時間／18:00～23:00(LO)
P／なし

¥1,680（税別）

うさぎの木の『粒状パスタのパエリア仕立て～濃厚エビソース』

三島エリア高間オススメ　一度食べたらクセになるペルーの郷土料理。

設立13年目の情報通が通う多国籍料理屋『Pica Pau（ピカパウ）』。ここで紹介するのは『ローモサルタード』。日本では聴き慣れないこの料理は、牛肉とトマト、赤玉ねぎとアリビビが入ったペルーの郷土料理。彩り豊かな素材をあえて短時間で仕上げ野菜の食感を楽しめるように炒め上げた逸品。一度食べたらクセになる一皿をぜひご賞味あれ。



¥1,350（税込）

☎055-976-1156
三島市広小路町4-7
定休日／月曜日　営業時間／10:00～21:00

Pica Pau（ピカパウ）の『ローモサルタード』

期限'20.4.30　Dione静岡富士店

【おためし体験1,000円】
脱毛50ショット/コラーゲンマシン+高濃度酸素
/美顔リフトアップ/オゾンディープクレンジング
/脊椎セラピー

※全て1回ずつ利用可

mydoクーポン

期限'20.4.30

【フェイシャルメニューの方限定】
エネシーグローバック お試し1,000円

※1枚1グループまで有効
※他サービスとの併用不可

ディオーネ Dione　静岡富士店

脱毛　リラクゼーション



イチオンメニュー

気になるVIO脱毛、通常施術を特別お試し！
お試しVIO脱毛　通常10,000円→5,000円！

痛くない・熱くない、うるつや美肌脱毛！

敏感肌もOK!あてる度にキレイになれます。ご要望に合わせた毛量調整も可能。痛みがなく、お肌に優しい脱毛は全ての女性のお悩みをやさしく解決します！キッズ脱毛も大人気！

【2020年春キャンペーン！】
両わき……12回→15回24,000円
ひじ下……12回60,000円→50,000円
ひざ下……12回72,000円→60,000円
【平日限定キャンペーン】
全身脱毛……12回360,000円→10回298,000円
選べる8か所……12回198,000円→10回160,000円



0545-32-7385
富士市平垣109-5　アロマガーデン1階
月～金曜10：00～19：00
土・日・祝10：00～17：00
有

完全予約制

ラヴィベール La vibelle

フェイシャル　脱毛　ボディー
リラクゼーション　マツエク



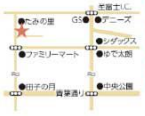
イチオンメニュー

【顔・VIO・全身】最新ルミクス脱毛¥4,980
初回お試し限定価格！痛くない！速い！効果実感！の最新脱毛を体験してみませんか♪

たるみ・しみ・しわ・肌改善・毛穴に！
従来の光トリートメントの5倍の効果で狙いうち！

最先端ＢＢＬは【ＢＢＬ+水素ピーリング+生コラーゲンパック】雑誌やメディアでも話題のハイスペック脱毛機【ルミクスＡ９】が月額9,800円！

【最先端フェイシャルメニュー】
◆最先端ＢＢＬフェイシャル……初回お試し3,980円
【痩身メニュー】
◆Totalボディフルセット90分（上半身OR下半身）……初回お試し4,980円
【まつげメニュー】※美容師免許保有・美容所認定サロン
◆アイリッドアップカール……初回3,980円



0545-52-8885
富士市日乃出町79-3
9：30～18：30（受付）
日・祝日
有（4台）
※価格は全て税別です

完全予約制

ビューティー　ヘルス
BEAUTY & HEALTH

ビューティー & ヘルスガイド

毎日健康で過ごせることの有難みを
ひしひしと感じる今日この頃…
お疲れ気味の方もいらっしゃることと思います。
早いことに昨年の4月から
もう1年が経とうとしています。
今年度も頑張ったアナタに、
自分を労る**ご褒美**を……！

※表記の価格は注記のない場合税込み価格です。



Piace ピアーチェ

mydo読者限定キャンペーン

4/20まで

ピアーチェが"口コミ·紹介"で人気の理由は?
物品、物販が一切無いから！
アットホームで来店しやすいから！

※当店はジェル代等の費用は一切かかりません。表示価格のみでご利用いただけます。
※会員様キャンペーンはサロンにてお問合せ下さい。

脱毛

先着10名様 40代以上限定

40代以上に大人気のパーツです！

V·I·O（1回）
通常13,500円～
6,500円～（税別）

「介護脱毛」という言葉をご存知でしょうか。今、40代以上に大変人気のあるパーツ「V·I·O脱毛」のことなんです！

先着10名様

お好きな2パーツ1回
通常12,000円～
4,800円～（税別）

※6回以上のご契約にて上記キャンペーン価格！

詳しくは ピアーチェ 富士 検索 をチェック!

▶お友達登録はこちらのQRから

（税別）	両ワキ	お好きな箇所 2ヶ所	お好きな箇所 3ヶ所	トータルケアを目指すあなたに 全身
スタンダードコース 1年6回	通常15,000円 3,980円	通常70,000円 29,800円	通常80,000円 39,800円	通常158,000円 98,000円
プレミアムコース 2年10回	通常20,000円 4,800円	通常80,000円 49,800円	通常100,000円 59,800円	通常298,000円 128,000円

その他キャンペーンもご用意があります。詳しくはお問い合せください。✆0545-60-6353
ご新規様のカウンセリングはLINEでも受け付けています！

先着10名様 ご新規様限定

フェイス脱毛キャンペーン 70%OFF!!

「mydo見て」とお電話下さい！

通常70,000円
19,800円～（税別）

詳しくは ピアーチェ 富士 検索 をチェック!



〈フェイス脱毛のメリット〉
- 自己処理の頻度が減る
- 毛穴が目立たない
- 美肌効果がある
- 化粧ノリがよくなる

フェイシャル

フォトフェイス＋水素生コラーゲンパック

先着10名様

通常15,800円 **3,500円**（税別）

（こんな方にオススメ）
- シワ
- シミ
- たるみ
- くすみ
- 毛穴の開き
- ニキビ跡
- 赤ら顔
- 血管拡張



✆0545-60-6353
無料カウンセリング体験実施中!!
※時間外のご予約も遠慮なくご相談下さい。

http://www.piace.info
ピアーチェ 富士 検索

富士市本市場町775／専用駐車場完備
水曜定休、臨時休業:3/26(木)·4/12(日)·4/21(火)
平 日／10:00～20:00、土 曜／10:00～18:00
日·祝／10:00～17:00　※未成年の方は親権者の承諾が必要です。
※ビューティクレジット可(月々¥1,000～)

[完全予約制]
[女 性 専 用]



ピアーチェ 7つのお約束

- 入会金無料·会費等は一切いただきません。
- カウンセリングはオープンスペースです。
- 妊娠·病気·ケガ等の場合お休みいただけます。
- 料金表以外の請求はいたしません。
- 化粧品等の物品販売は行いません。
- しつこい勧誘は一切いたしません。
- 日本エステティック振興協議会認定機器使用。

期限'20.04.30 HOKUSAI PREMIUM SALON

【結果重視】メンズ　ヒゲ脱毛1回 初回お試し6,000円

※お1人様1回限り有効

☆お一人でのご来店もOK

mydo

期限'20.04.30 KIRA

上記価格にて
驚愕の効果はInstagramで▶

mydo

「えっこんなに違うの!?」サロン選びに迷っている方必見!

脱毛機器製造メーカー直営だからできる納得価格!!安心安全な施術で、脱毛の常識が変わります。



HAIR REMOVAL

1回でも効果のある感動脱毛!!
最新NPL方式「RIOXY」がスゴイ!

業界トップの減毛力 / 月1回スピード脱毛 / 低刺激で高効果

全身脱毛(VIO or 顔込)
通常1回21,000円→ お試し1回 **6,000円**

VIO脱毛 お試し1回 **3,000円**

小・中学生限定脱毛

ひざ下+ワキ脱毛(60分※カウンセリング込)
通常1回12,000円→ お試し1回 **2,020円**



TREATMENT

ハリと透明感があふれる素肌へ。
光フェイシャル(ベーシック)
(60分※カウンセリング込)
通常13,000円→ お試し1回 **5,000円**

たるみ・シミ・くすみ / 赤み / ニキビ・毛穴



HOKUSAI PREMIUM SALON 店長 櫻井

当サロンは、結果をキチンと出すこと、安心安全をモットーとしているため、顧問医師を迎えドクターサポートも行っております。丁寧なカウンセリングでお客様が不安や緊張なくお気軽に施術を受けていただくことを最優先しています。

50代~60代女性に人気急増中!! 今から備えるVIO介護準備脱毛

いつかくる「介護」のために。今できる準備をしませんか?
痛くない脱毛でサポートいたします。



お友達・お孫様・ご家族・カップルで通われる方多数!

ご紹介&ペア割引 通常コースから20%OFF
※カップルの場合お2人そろってのご来店に限ります。

エステティシャンスタッフ募集! くわしくはお問い合せください。

HOKUSAI PREMIUM SALON
0545-67-0877 完全予約制

富士市平垣109-5 アロマガーデン2F
㊡10:00~19:00※土曜のみ~17:00　日曜・祝日定休
☆クレジット対応可 【上記メニューは全て税別価格です】



女性の為の健康堂・神技
KIRA(キラ)

フェイシャル / ボディー / リラクゼーション
マツエク / 脱毛 / ネイル



小顔になりたい!若返りたい!にはコレ! 整形級の切らないフェイスリフト「ウルセラ」

リフトUPと言えば「ウルセラQUEEN BEE」 ★顔のたるみを引き上げたい★上瞼のたるみ、二重あごが気になる★肌の張りがなくなった★切開が必要なフェイスリフトに抵抗がある★ほうれい線が気になる、という方!ぜひ一度お試しください!

イチオシメニュー1
New!ウルセラQUEEN BEE
筋膜からたるみを引き上げシャープな顔に!効果が長~い!のも特徴です。

イチオシメニュー2
最新!小顔ハイフ
お顔の肉付きが気になる方はこちら!脂肪そのものを特殊な超音波で老廃物として体外へ流します。



★NEW★
ウルセラQUEEN BEE
+マッサージ、パック付き
クリニックでは最低30万円以上する高額メニューを・・・・・
(2,000ショット) ￥19,800
(3,000ショット) ￥29,800

☆最新小顔ハイフ(3,000ショット)
+神技ハンドマッサージ
まずはお試し!
￥26,000→ ￥9,800
※全て税込表記

080-6908-7791
富士宮市中央町4-9文昇堂2F
完全予約制、時間応相談 P1台
【LINE@から予約可能!】ID［@avm5774q］
当店はコースはございません。
1回ずつお支払いで無理なく通えます。





「美と健康」 「美と痩身」



新 ついに静岡県東部上陸!let'sハイフ導入キャンペーン!

超音波を集めて1点だけに照射する方法です。体内の1点だけに集中して照射するため、表皮やそのほかの組織に影響はありません。

最新マシンでスッキリ小顔に。
・フェイシャルハイフ
4000ショット **2,980円**
8000ショット **5,480円**

最新マシンでスッキリボディに。
・ボディハイフ
8000ショット **5,480円**
12000ショット **7,280円**

プリペイド式のセルフハイフです

最先端マシン体験キャンペーン メディアで話題のマシンをお手頃価格でご体験。

Body 全身スッキリリラックス♪
ハイパーナイフ&全身リンパ
(カウンセリング+ヒートマット+ハイパーナイフ1ヵ所+痩身リンパ)
未体験者様限定
80分 **4,500円**



※価格は全て税別です。

杏珠 BODY & FACIAL SALON
0545-32-6140 スタッフ募集
住 富士市米之宮町11
営 月~木 10:00~20:00
金 10:00~22:00
土日祝 10:00~20:00
休 不定休
@shizuoka_ange
@shizuoka.ange
ange0913





担当:遠藤

~春は肌が生まれ変わる季節~
♪気持ちも肌もリフレッシュ♪

新メニュー
BBL(ブロードバンドライト)スーパーフォト美顔

当店従来のフォト美顔の5倍の効果!まだ経験されていない方、是非一度お試しを!

◆ベーシックコース 通常9,800円⇒ 初回お試し **5,000円**
〈STEP〉クレンジング⇒洗顔⇒BBL

◆スペシャルコース 通常12,000円⇒ 初回お試し **6,800円**
〈STEP〉クレンジング⇒洗顔⇒角質取り⇒BBL⇒パック



お悩みをマルチにケア!! ☑シミ ☑しわ ☑たるみ ★従来のフォト美顔も好評継続中!



BBLバストアップorヒップアップ
各メニュー 通常7,000円⇒ 初回お試し 各メニュー **4,000円**

大人の脱毛
選べるV・I・Oキャンペーン
V・I・O各6回コース
気になる箇所No.1



ご好評につき延長! 4/30まで!

どこでも! ◆1ヶ所×6回 通常21,000円⇒ **10,000円** 1ヶ所あたり9,500円
組み合せ自由! V・I・O全て ◆2ヶ所×6回 通常42,000円⇒ **19,000円** 1ヶ所あたり9,500円
◆3ヶ所×6回 通常63,000円⇒ **27,000円** 1ヶ所あたり9,000円

★V・I・O以外、全身をきれいにしたい方は
ルミクスSHR脱毛 全てのコース・パーツ **半額!!**

40年の実績、安心の技術と接客でおもてなし。
エステサロン直美
0800-900-7186 0545-63-7186
富士市水戸島元町2-14／9:00~18:00
P5台／月・第3火曜定休
完全予約制
クレジットOK

※表示金額は全て税別価格です



【姿勢・骨盤・首等のお悩みに】
全身骨格調整もみほぐし〈90分〉5,980円
※男性OK ※他券併用不可
期限'20.04.30 BODY & FACIAL SALON 杏珠

HPはこちら

mydo

【脱毛】
全てのコース・全てのパーツ50%OFF
脱毛メニューはコチラ▶
※他サービスとの併用不可
期限'20.04.30 エステサロン直美

おすすめ映画情報をピックアップしました！

MOVIE INFORMATION



4金17

名探偵コナン 緋色の弾丸

©2020 青山剛昌／名探偵コナン製作委員会

4/ 3(金)	映画きかんしゃトーマス チャオ！とんでうたってディスカバリー!!
4/10(金)	007 ノー・タイム・トゥ・ダイ
4/17(金)	ムーラン
4/24(金)	映画クレヨンしんちゃん 激突！ラクガキングダムとほぼ四人の勇者
4/24(金)	糸

※公開予定が変更になる場合がございます。

AC AEON CINEMA

〈提 供〉イオンシネマ富士宮
☎0544-28-2222
■ 9:00～23:00（時期・季節により異なる場合がございます）
www.aeoncinema.com

---

thanks! 40th

Cyami 40周年特別企画

Beauty Festa

4/24(Fri) 25(Sat) 10:00～18:00
会場：Cyami店内 入場無料

メイクアップアーティスト来店 大久保里香先生

メイクアップアーティストとして
タレント・アーティスト・アスリートなどのヘアメイクを担当



ご予約はお早めに♪

DECORTÉ の最新コスメが試せる!もらえる!
大人気 SPECIAL コスメ体験!!
春の幸せメイクをご紹介♡

完全予約制

うれしい選べるプレゼント
お1人様どちらか1点のみ

SNS、ネット、TVで話題!
ドクターフィルIC.U HAマイクロパッチ プレゼント!
ヒアルロン酸の微細な針で ハリ感、注入!
※数に限りがございます。



or

人気No.1美容液
DECORTÉモイスチャーリポソーム 6回分 プレゼント!
朝・晩使用で24時間潤う! 保湿効果大♡
※数に限りがございます。



コスメティック&ヘアーサロン Cyami(チャミ)
COSMETIC & HAIR SALON Cyami
☎0545-53-1329
住 富士市今泉1-9-10 営 10:00～19:00(祝日は16:00迄)
休 日(第4日は営業 ～16:00) P有
完全予約制 女性専用



新年度応援キャンペーン

今から始める脱毛で最後にしたい！結果を求めるならVOIRへ！

VOIRの脱毛で魅肌体験!

mydo読者限定 最大トータル¥20,000引き



あらゆる肌トラブルを同時にアプローチ!
シミ・シワ・くすみ・赤み
光フェイシャル フォトトリートメント体験
通常 ¥9,000▶ 初回限定 ¥4,000

月イチから通える!!
先着10名様限定 全身脱毛(全身54箇所!) 月額 ¥980

先着10名様限定 全身スピーディー ジャンプ脱毛(全身54箇所!)
今だけ 月額¥8,900▶月額¥7,500
さらにmydo読者限定 顔脱毛→光フェイシャル 切替可能(お顔、V・I・O込)

両ワキ脱毛やり放題(回数無制限) ¥500

先着10名様限定 大人気リピーター続出!!
PYR Sword Experience パラボラ痩身体験
60分通常¥10,800▶¥3,980

VOIR(ヴォアール)は1回ごとの結果に自信があります。だから入会金・追加料金なし・次回の予約強制・コースへの勧誘も一切いたしません。

VOIR

ESTHETIC SALON VOIR
✆0545-67-8640(ヴォアール)
富士市松岡1566-2
平和松岡 第二ビル
完全予約制
営10:00～20:00 P有





脱毛・フェイシャルサロン ヴォアール
スタッフ募集中!
その他のキャンペーン情報はホームページをご覧ください
voir-esthe.com

【新年度応援キャンペーン】
20,000円OFF
※メニューによって異なります
期限'20.4.30 mydo | ESTETIC SALON VOIR

詳しくはこちら

富士の皆さん！

富士市今泉の展示場がついに販売開始！
充実の生活スタイルを肌で感じてみてください。

お気軽に！

いつでも
見学可能！



※今泉モデルA



※今泉モデルB

富士市今泉展示場2棟“ついに販売開始!!”

OPEN HOUSE!

キッズスペース完備!!





お子さま連れでも
安心!ゆったり
ご見学・ご相談
いただけます。

WEB来場予約の方、ご来場・ご見学・ご予約はコチラから!



QUOカード
1,000円分
プレゼント!

スムーズなご案内
待ち時間なし！
優先対応！
予約特典あり！

※来店希望日の前日までにご予約ください。
※他のキャンペーンとの併用はできません。

スマイルボックス　来場予約　検索

24時間
いつでも簡単
WEB予約!

こちらのQRコードを読み取って下さい▲

お気軽にお問い合わせください!!

株式会社 Standard
新しいすまいのカタチ
静岡県宅地建物取引業協会会員　静岡県知事免許(2)第13280号

SBSマイホームセンター
(富士展示場内)
静岡県富士市今井348-4
tel.0545-67-7700
fax.0545-67-7701

スタンダード　富士　検索
info@by-standard.jp
http://www.by-standard.jp





Smile Boxのお問い合わせは
通話無料「おーサンキューよいホーム」まで!!
おーサンキューよいホーム
0120-039446
SBSマイホームセンター(三島展示場内)三島市松本27-1
tel.055-977-7700 fax.055-977-7710



エリアインフォメーション

AREA INFORMATION

エリア インフォメーション

※表記の価格は注記のない場合税込み価格です。







mydo
「mydo見たよ」で
お見合い写真代無料
(3,000円相当)
期限 20.04.30 BAP

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27院

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。

お得情報・症例写真 詳細はHPをご覧下さい

城本 公式 ウェブ検索



多くの患者様に選ばれ続けて、城本クリニックは「開院32年」を迎えました。

♪0120 107 929 シロモトクリニック♪

城本クリニックはスタッフ全員が、医師・看護師の免許を持った医療従事者となっておりますのでご安心下さい！

無資格のカウンセラー・コンシェルジュ エステティシャンはおりません。

二重まぶた
埋没法(1年・永久保証)
両目 50,000円～

しわヒアルロン酸
正規品・高品質
0.1ml… 9,800円

しわボトックス
目尻…… 28,000円
眉間…… 28,000円
額…… 48,000円

まぶたのたるみ取り
目の上 300,000円
目の下 350,000円
フェイスリフト・ミニリフト等

しみ・毛穴・そばかす
名古屋院 eプラス
岐阜院 フォトRF
両頬トライ… 9,800円

ニキビ・ニキビ跡
ケミカルピーリング
全顔(初回) 7,000円
ダーマローラー・コラーゲンピール

医療レーザー脱毛
ワキ(3回)15,000円
VIO(3回)29,800円

ホクロ・イボ
お顔・お体どこでもすぐ取れます
1個(5ミリ以内)10,000円

超音波脂肪吸引
モニター割引実施中!!
1部位 198,000円～

脂肪溶解注射
BNLS……9,500円
メソセラピー 25,000円

バストアップ
ヒアルロン酸豊胸
100cc 250,000円

バストのお悩み
乳輪縮小 婦人科形成
乳頭縮小
陥没乳頭
※詳しくはお問い合わせ下さい。

小顔・リフトアップ
小顔注射
本格的リフトアップ
糸でのリフトアップ

ワキガ・多汗症
根治手術 240,000円
汗止め注射 58,000円～

イレズミ除去
レーザー治療 切除法
アブレーション
皮膚移植
※詳しくはお問い合わせ下さい。

AGA男性型脱毛症
城本オリジナル治療
AGA処方薬 9,900円～

その他の治療 隆鼻術、立ち耳、でべそ、口唇縮小、傷跡修正、婦人科治療、美容注射・点滴、ピアス、やせ薬、育毛薬など



美容外科歴20年の大ベテラン

城本クリニック静岡院 院長 山中孝彦

医学博士、日本美容外科学会専門医、麻酔科標榜医、サーマクール認定医、ボトックスビスタ施注資格取得、ジュビダームビスタ施注資格取得

患者様によってキレイの理想や目標も違います。人にはなかなか言えない悩みを一緒に考えていけたらと思います。どうぞお気軽にご相談下さい。

※効果には個人差があります。
※自由診療となっております。
※公的保険は適用されません。
※表示価格は消費税抜きの価格です。

城本クリニック静岡院

無料相談／受付フリーダイヤル
0120-107-929（イイオンナ クリニック）

カウンセリング無料
完全予約制
お子さま連れでも安心!

ケータイからもサイトが見れます
しろもと クリニック Shiromoto clinic

静岡市葵区伝馬町9-4 一瀬センタービル7F

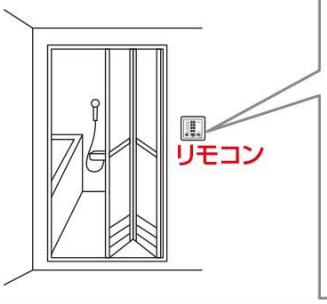


浴室換気乾燥機
バスルーム換気乾燥機
無償部品交換のお知らせ

探しています！

発火に至るおそれが在るため、至急ご確認ください

対象製品のご確認方法 ●浴室の入り口に設置されているリモコン右下の品番をご確認ください。





BS-58H　BS-58HCX　BS-101

お問い合わせ窓口 ●上記対象品番の場合は、マックス・LIXIL(リクシル)受付窓口に電話してください。

マックス・LIXIL(リクシル) 受付窓口
フリーダイヤル
0120-264-803
受付時間 9:00～17:00（土・日・祝日を除く）

●対象製品の販売期間は、2003年(平成15年)3月～2013年(平成25年)6月に販売したものです。
●本件は2015年6月4日からリコールを実施しています。すでに本件で無償部品交換を済ませた場合は、部品交換の必要はございません。
●詳細は、マックス株式会社ホームページ重要なお知らせをご覧ください。左記QRコードからご覧いただけます。
●お客様からご提供いただきました個人情報(お名前、ご住所、お電話番号)は、本件に関わる業務を遂行する目的以外には使用いたしません。

多大なご心配とご迷惑をお掛けします事を深くお詫び申し上げます。

MAX マックス株式会社　LIXIL 株式会社 LIXIL

take a shot !!

Kiss Kiss Kids

キスキスキッズ！
笑顔・変顔・すまし顔！？のハッピーキッズが毎月登場します！



宮崎 叶大くん
R1.7.31
桜がきれいに咲いてたよ



小松 里奈ちゃん
R1.10.9
可愛い笑顔♪優しい女の子になってね♥



鈴木 琥珀ちゃん
H29.2.27
もうすぐ3歳♪ディズニー大好き！
おてんば娘♡



齋藤 有利くん
R1.7.19
ハーフバースデー☆



佐藤 理子ちゃん
H29.10.24
愛犬と仲良し♡



井原 吟ちゃん
H31.4.23
曾祖母ちゃんの手作りおひな様で
初節句！



左:深澤 大和くん H29.11.26
右:深澤 大飛くん R1.9.1
やんちゃ兄弟。仲良く元気に育ってね♡



野澤 想楽くん
H30.9.28
お片付けして、ボクも一緒に
入っちゃった♪



田中 洸成くん
H30.11.30
ドライヤーの風を掴もうと必死。



細川 鈴ちゃん
H31.3.29
おもちゃじゃないものがすきー！



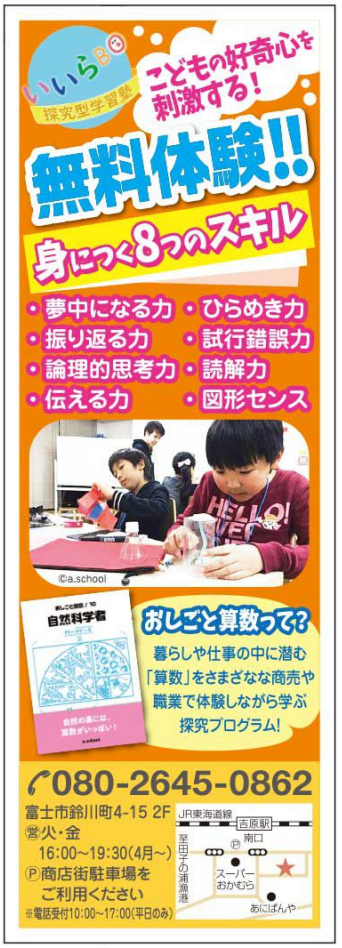
齋藤 藍ちゃん
H27.12.21
あげない♥

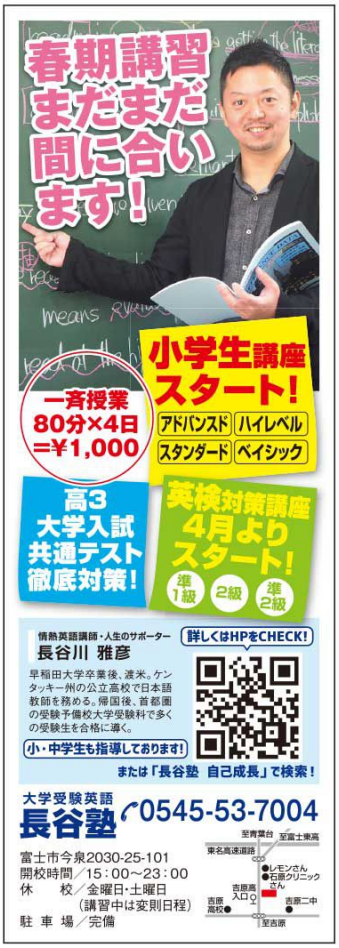


太田 詩ちゃん
H30.5.10
好きな野菜はブロッコリー♡









詳細はHPへ▶
いいらBO



菅原 吉花ちゃん
R1.9.30
最高の笑顔をありがとう!



山口 紗祐ちゃん
H30.3.29
もうすぐ2歳♡みんなに癒しをありがとう☆



石坂 陽詩ちゃん
R1.6.15
笑顔に家族みんなメロメロだよ~♡



仲川 晴琉くん
H30.10.15
はる怪獣★1歳になったよ!!!



左:早川 乃愛ちゃん H30.12.17
右:早川 爽巴ちゃん H28.9.26
仲良し姉妹♥今後も2人の成長が楽しみ♪



石川 翔湊くん
R1.7.10
くまちゃんになったよ☆



左:金子 楓ちゃん H30.3.31
右:金子 颯くん R1.10.29
生まれてから百日、お姉ちゃんになって百日



中野 友梨奈ちゃん
R1.11.23
提供/ふぁんふぁん富士南店



原 蒼太くん
R1.11.20
提供/ふぁんふぁん柿田川店



田中 礼恩くん
H30.2.9
提供/ふぁんふぁん柿田川店

Kiss Kiss〝Kids & Pets〟写真大募集！

5月号よりペットの写真も募集します！

応募方法

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♥♪★のみ使用可。絵文字・顔文字は使用不可。)を必ずご記入の上、写真を同封して下さい。

宛先

〒417-0826 富士市中里2561-22
株式会社リック mydo
『Kiss Kiss〝Kids & Pets〟係』宛
mydo@lic-mydo.com
メールでもご応募できます。

※応募は小学6年生までとさせていただきます。
※写真は返却いたしません。ご了承ください。
※読者の皆様からお寄せ頂いた個人情報はコーナーに掲載する他、本人の同意を得ず第三者に開示・譲渡いたしません。

(例)
①富士市中里2561-22
アパートリック101号
②富士市 花子
③0545-31-2239
④富士市 太郎(ふじし たろう)
⑤H30.1.1生 ※ペットの場合は無しでOK。
⑥男の子
⑦2才のお誕生日おめでとう★

二次元コードを携帯で読み込み、件名に「Kiss Kiss〝Kids & Pets〟」、①~⑦をご入力の上送信ください。

本能を震わせる新感覚エクササイズ！

暗闇フィットネス

mydo編集部が体験してきました!!

暗闇フィットネスって??

その名のとおり暗闇で運動するもので、これまでのフィットネスクラブのイメージを 180 度覆す新感覚のエクササイズ。視覚情報のない暗闇では人目も気にならず、自分の体や音楽、エクササイズにより集中でき高い効果期待できるとのこと。そんな非日常な感覚に浸れる大人気の暗闇フィットネスを mydo 編集部すぎやまが体験してきました！

体験レポート

1 パンチ&キックのレクチャー



いきなりレッスン!・・ではなく初めてでも安心のレクチャーからスタート! キック&パンチの種類の説明から動きのポイントまで丁寧に教えてもらえるから、ダイエット効率の良いフォームをマスターできます。

2 ウォーミングアップ



レクチャーが終わったらいよいよスタート! 照明と音楽を流しますはウォーミングアップをして、心拍数を上げてこの後行う運動の効果を高めます!

3 筋トレ+有酸素運動





筋トレと有酸素運動をセットで行うことで、通常より1.5~2倍脂肪をキャッチする効果を高められます!

4 サンドバッグ打込(パンチ・キック)



大音量の音楽が流れる中、人目を気にせず思いっきりサンドバッグに打ち込む! ストレス発散しながら気持ちよくテンションもMAXに! 肩周りとお腹周りを中心に全身のシェイプアップに効果があります!

5 ストレッチ(クールダウン&リラックス)



45分のレッスンの最後はクールダウン。ストレッチをしながら筋肉疲労から回復させていきます。

Finish



mydo見た!で
今回体験させてもらったレッスン(45分)を
無料体験できます!

予約はコチラから



メニュー(全て税別価格)

入会金	5,000円
・1回(ビジター)	3,000円
・プレミアム会員	20,000円/月
※すべてのレッスンいつでも何回でも受け放題	
・フリー会員	12,000円/月
※各レッスン1日1回まで	
・マンスリー6会員	9,000円/月
※すべてのレッスン合わせて月6回まで	
・マンスリー4会員	7,000円/月
※すべてのレッスン合わせて月4回まで	
・チケット会員※4回分(有効期限:4ヶ月)	8,000円

FITNESS STUDIO F F-FACTORY

F-FACTORY エフ-ファクトリー

0545-32-0099
富士市依田橋 770-5
営10:00 ~ (最終レッスンが終了次第 Close)
P 完備
http://f-factorycorp.jp/



お知らせ

微小循環のチェックは、「血管スコープ」で観ることができます。
当店では「血管スコープ」による「毛細血管」の測定を行っております。
ご希望の方はご来店の際に漢方スタッフにお申し付けください。

小島薬局

LINEスタンプを作りました。 お馴染みの小島薬局漢方堂のキャラクター「元気パンダ」がラインスタンプになりました! **コチラから購入できます▶**

健康サポート薬局
詳細はこちらまで!
QRコードで一発アクセス!
ダイレクト入力はhttp://kanpodou.com/



晃先生の やさしいコラム



相談ご希望の方は、お電話にてご予約頂きご来店下さい。

ストレスと微小循環 VOL.235

ー家庭で役立つー 中国漢方健康法

ストレスと微小循環

マイドゥー読者の皆さん、こんにちは。コロナウイルスの蔓延で各種行事が中止・延期になっておりますが、春は出会いと別れの季節、4月からは新年度・新学期になりますね。

環境の変化が起きやすい春は、ストレスによる不調も発症しやすい季節と言えます。

漢方医学でも春は肝気が乱れて、自律神経の失調が起きやすい季節と考えています。また、気が上に昇りやすいため頭痛、めまい、耳鳴り、肩こりなどの上半身の失調が起きやすくなります。

さて、自律神経は様々な働きがありますが、全身の血管も支配してコントロールしています。そのためストレスで自律神経が緊張すると、末梢血管が収縮して微小循環の巡りが悪くなります。この状態が慢性化すると気の停滞から血液の停滞に発展して「瘀血」になります。瘀血の状態になると、体全体が酸欠および栄養不足になり新陳代謝が低下。内臓や脳の働きが悪くなり、さまざまな不調を引き起こします。

●顔、唇、歯茎の色が暗い●皮膚に艶がなく、シミ、アザができる●肩こり、関節痛、筋肉痛、頭痛●思考力低下、物忘れ、イライラ●子宮内膜症、子宮筋腫、不妊●高血圧、高脂血、糖尿病 など

このような微小循環の問題は、西洋医学ではよい治療法がないと言われています。西洋医学は太い血管の病気は得意としていますが、血管の99%を占める毛細血管の治療は苦手としているのです。

漢方薬はこの微小循環の改善を得意としております。「瘀血」を改善する漢方薬は微小循環の改善に効果的ですが、特に**「冠元顆粒(かんげんかりゅう)」が効果的**です。冠元顆粒は糖尿病の合併症の改善、高コレステロールの改善、脳卒中の予防、認知症の改善、虚血性心疾患の改善、慢性腎臓病の改善などの薬理研究や臨床研究が様々な学会で発表されています。冠元顆粒はすでに起こっている血液・血管トラブルの改善だけでなく、予防効果が優れていることもわかっています。

ストレスが多い方は将来的に血管のトラブルが起きやすいので、微小循環を改善して血管のトラブルを予防する**「冠元顆粒」**の服用をお勧めします!

お知らせ:微小循環のチェックは、「血管スコープ」で観ることができます。当店では「血管スコープ」による「毛細血管」の測定を行っております。ご希望の方はご来店の際に漢方スタッフにお申し付けください。



春はストレスによる不調も発症しやすい季節です。

日本語堪能な中国人漢方医による特別漢方相談日

予約優先になります。難しい病気でお困りの方、ご相談ください
林 建豫(りん けんよ)先生(女性)…毎週水曜日
午前/10:00~12:00 午後/14:00~18:30
寇 華勝(こう かしょう)先生(男性)…第1木曜日
お待たせしました。9月より復帰致しました!

晃先生の相談は予約優先制です。TELにてご予約下さい。
晃先生の漢方相談(月、火、金、土)
午前 10:00~12:00
午後 14:00~18:00



スタッフ一同お待ちしております。

沼津の漢方!小島薬局漢方堂(子宝、ダイエット、皮膚病)のブログ
http://ameblo.jp/kanpodou
小島薬局漢方堂 検索

小島薬局本店・漢方堂

〒410-0007 沼津市西沢田335-1
漢方相談 10:00~18:30 定休日:日曜・祝日
ホームページ http://kanpodou.com
漢方相談予約フリーダイヤル 055-926-8866 0120-29-8866

ご案内



正しい対策で予防に努めましょう

新型コロナウイルスから身を守る

3月25日現在、日本国内では新型コロナウイルスの大規模な感染拡大が認められている地域があるわけではありません。早期に終息させるには新型コロナウイルスをめぐる現在の状況を的確に把握し、国や地方自治体、医療関係者、事業者、そして国民一人ひとりが対策をさらに進めていく必要があります。

新型コロナウイルスに関するQ&A

令和2年2月22日時点版 出典:厚生労働省ホームページ

風邪のような症状があり心配です。どうしたらいいですか?

発熱などの風邪の症状があるときは、学校や会社を休むなど、外出を控えてください。毎日体温を測定して記録しましょう。

最寄りの保健所等(帰国者・接触者相談センター)に相談するとどうなりますか?

電話での相談を踏まえて、感染の疑いがある場合には、必要に応じて、新型コロナウイルス感染症患者の診察ができる「帰国者・接触者外来」を確実に受診できるよう調整します。

感染したかも?と思ったらどうしたらいいですか?

次の場合には、最寄りの保健所等にある「帰国者・接触者相談センター」に電話で相談しましょう。

❶風邪の症状や37・5度以上の熱が4日以上続く
❷強いだるさや息苦しさがある
・重症化しやすい高齢者や基礎疾患がある方に加えて、念のため妊婦さんは、こうした状態が2日程度続いたら相談しましょう
・症状がこの基準に満たない場合には、かかりつけ医や近隣の医療機関にご相談ください



新型コロナウイルス感染症にかかったと思ったら、
「帰国者・接触者相談センター」へ

・「帰国者・接触者相談センター」では、新型コロナウイルス感染症が疑われる方の相談を受け付けています
・同センターでは、相談内容から同感染症の疑いがあると判断した場合、その方へ適切な診察を行う「帰国者・接触者外来」への受診調整を行っております

帰国者・接触者相談センターの二次元コードはこちら ▶▶▶▶▶

新型コロナウイルス感染症に関する一般的な相談を行いたい場合は都道府県等が開設している「新型コロナウイルス一般電話相談窓口」へお問い合わせ下さい。

新型コロナウイルス感染症にかかったかもと思った際に、緊急の場合を除いて、医療機関への受診を、連絡無く、直接行うことは控えるようにしてください。

厚生労働省は新型コロナウイルス感染症情報のLINE公式アカウントを開設しました
新型コロナウイルスの発生状況や予防法などの情報を確認することができます

友だち追加はこちらから
https://lin.ee/qZZIxWA

二次元コードはこちら ▶▶▶▶



「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

mydo × 児童相談所虐待対応ダイヤル 189 プロジェクト始動！

vol.6

<読者の皆様へ>
地域情報誌 mydo は、児童虐待という社会的課題の解消に貢献すべく、「児童相談所虐待対応ダイヤル 189」の認知度向上に努めます。毎号、読者の皆様に静岡県の現状をお届けし、周囲に目配りやサポートができる地域づくりを目指します。

「虐待!?」と思ったら…
児童相談所 虐待対応 ダイヤル 1(いち) 8(はや) 9(く) 番へ

現役ママに聞いた！ 頑張るママのホンネ、「育児のここが大変なんです。」

Q 「虐待」は意外と隣り合わせ?



A: ニュースや新聞をみて、ハッとする瞬間があります。

B: 思わず大きな声を上げてしまった時、なんとも言えない罪悪感を感じたことがあります。

C: 周囲の助けを得られなかったとき、言うことを聞かない子どもにあたってしまうことがあります。

D: 子どもの言っていることを無視して、「無視しないで!」と子どもに言われて気づくことも。

Q 子どもに手を上げそうになったこと、ありますか?

A: 言葉が分からないと、注意しても伝わらず、つい怒ってしまうことがあります。

B: 忙しいときに、なかなか思い通りにならないと、モノにあたってしまうことも…。

C: 自分と子どもの性格が違うこともあり、言葉で伝えきれないことがあります。

D: 子どもが大きくなるにつれて、「仕方ない」と納得できなくなり、怒ってしまうことが増えました。



Q 育児のストレス発散、どうしてる?



A: 一人になる時間を大切にしています!

B: 自分を含め、全部を許してあげるようにしています。

C: 一旦自分を整えるために、家事をストップし、「なにもしない」時間を作るようにしています。

D: 全部を完璧にすることをやめるようにします。

Q 「189」という番号を知っていた?

A: mydoをみるまで知りませんでした!

B: テレビで、なんとなく耳にしたことはありました。

C: 知らなかったです。知った今でも、この番号にかけるにはまだちょっと勇気が必要です…。

D: 子どもができて、産婦人科のポスターをみて初めて知りました。



「周りの人の何気ないひとことに、救われます。」
「かわいいね」「大変だよね。」「そんなときもあるよね。」

周りの人のそういうひとこと、笑顔で心がふっと軽くなるのです。
ママたちはいつも、自分や子ども・家事に対する葛藤を抱えながら頑張っています。
みんなで子どもを見守り、子育てを応援できる地域になりましょう！

協賛 ※順不同
金華堂
Suruga Home Clinic Sho-you Kai するがホームクリニック
たすけあいの輪をむすぶ こくみん共済 coop
杉森建設株式会社
個別指導塾 CRAM NUTS

HAPPY MEDIA のリックは児童虐待防止に取り組みます

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／静岡県里親連合会／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

EVENT NEWS 今月のお出掛け情報

お花見❀出張ジャズコンサートin三明寺
4/4(土)

桜がきれいな門池公園のそばの三明寺で素敵なジャズナンバーをお届け。花見をしながらジャズのリズムを感じにいらしてください。当日甘茶のおもてなしもご用意しております。



時 開場13:00　開演13:30
場 三明寺 本堂(門池公園北側)
¥ 無料
問 沼津市民文化センター
☎055-932-6111

第97回 緑と花の百科展
4/12(日)

庭木・花木・園芸用品などの即売会、市民の花の苗木無料配布(先着順)、バラの育て方講習会、緑の相談、花木オークション、寄せ植え教室、自然ものづくり教室、おしばな教室、富士ブランド販売、出展者コンテスト、ダンス など



時 8:00～15:00
場 中央公園イベント広場　※中央公園駐車場、市役所駐車場、ユニプレス駐車場をご利用ください。
問 みどりいっぱい富士市民の会(事務局:富士市みどりの課)
☎0545-55-2793

大ホールひとりじめ スタインウェイを弾こう
4/18(土) 5/16(土)

反響板とコンサート照明のある大ホールで、ピアノの名器スタインウェイ(D-274)をひとりじめ!空き状況の確認・予約・お支払いが、インターネットからできます。



時 9:00～21:00
場 裾野市民文化センター大ホール
¥ 1区分25分(税込)1,000円　※最大4区分まで
問 裾野市民文化センター
☎055-993-9300

コンドルズの遊育計画2020 in ながいずみ
4/19(日)

参加型あそびエンターテイメントショー!

時 開場10:30　開演11:00
場 長泉町文化センター「ホール」
¥ こども券(4歳～小学6年生)1,000円(当日1,500円)、おとな券(中学生以上)2,000円(当日2,500円)※0～3歳まで無料、但し大人1名に対し膝上鑑賞1名可。座席が必要な場合はこども券をお買い求めください。)※未就学児の入場には保護者の同伴が必要です。
問 長泉町文化センター
☎055-989-0001



木嶋 真優 ヴァイオリン・リサイタル
4/24(金)

愛の挨拶／エルガー、幻想小曲集Op. 73／シューマン他
※内容は変更になる場合がありますのであらかじめご了承ください。



時 開場18:30　開演19:00
場 ロゼシアター中ホール
¥ 一般:4,500円、学生:1,000円　※学生券は25歳以下の学生が対象。未就学児入場不可
問 ロゼシアター
☎0545-60-2500

第95回 春のみどりまつり
4/25(土)26(日)

彩り豊かな花や苗木、盆栽を展示即売します。植物の専門家に育て方のコツやアドバイスを直接教えてもらえるのも魅力。子どもから大人まで体験できるワークショップ(事前予約が必要な場合有)や日曜日には緑のオークションが開催されます。



時 土9:30～16:00、日9:30～15:00
場 プラサヴェルデ多目的ホール3
問 沼津市緑地公園課
☎055-934-4795

第36回 沼津こいのぼりフェスティバル
4/26(日)～5/5(火・祝)

市民から寄付されたさまざまなこいのぼりと、市内の保育園児、幼稚園児の手作りこいのぼりが大空に舞います。ゴールデンウィークには、親子がふれあう体験イベントが行われ、多くの家族連れで賑わいます。



時 (イベント)4日10:00～16:00、5日10:00～15:00
場 狩野川緑地(狩野川左岸御成橋付近)
問 沼津市生涯学習課
☎055-934-4871

フードフェスタIZU 2020
4/26(日)

「IZUのグルメと音楽の融合」をテーマに、地元飲食店や伊豆の有名ラーメン店が集まるグルメブースと、道の駅の看板娘「ミミ」や函南猫おどりチーム「ブルーキャッツ」をはじめ、パフォーマーやミュージシャンのステージを楽しめるイベントです。



時 10:00～16:00
場 道の駅 伊豆ゲートウェイ函南　コミュニティ広場
問 フードフェスタIZU実行委員会
☎055-971-3937

2020度裾野市生涯学習センター 教養講座　受講生募集中!
3/26(木)～4/26(日)

エアロビ、お菓子作り、筆ペン、歴史など、5月より全13講座を開講予定です。新しい趣味を見つけてみませんか?詳細は生涯学習センターHPをご覧ください。
※申込期間など変更になる場合がございます。



問 裾野市生涯学習センター
☎055-992-3800
裾野市ゆうあい　検索

はじめての親子キャンプ
5/4(月)～5(火)

家族ごとにテントをたて、焚き火でカレーを作り、夜は皆でキャンプファイアーを楽しみます。子どもの日には柏餅を食べお茶畑を散歩し、家族でのんびり過ごしましょう。先着8家族



時 4日14:00～5日14:00
場 富士市立丸火青少年の家(少年自然の家から250m北側)
¥ 中学生以上6,500円、年少以上小学生以下3,500円(食事代3食、保険代、薪代、プログラム資材代)
問 富士市立少年自然の家 https://www.fuji-marubi.jp/
☎0545-35-1697

アコースティック・デュオコンサート NAOTO&清塚信也
7/22(水)

知識とユーモアを交えた話術と繊細かつダイナミックな演奏で聴衆を魅了する二人の共演をぜひお楽しみください。



時 開場18:00　開演18:30
場 ロゼシアター大ホール
¥ S席6,000円、A席5,500円　学生1,000円　※未就学児入場不可　※学生券は25歳以下の学生
問 ロゼシアター
☎0545-60-2500

今月のフリマ情報

※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。

●4／4(土)	9:00～12:30	富士マリンプール
●4／5(日)	9:00～12:30	富士マリンプール
●4／13(月)	9:00～13:30	富士中央公園
●4／25(土)	9:00～12:30	富士マリンプール
●4／26(日)	9:00～12:30	富士マリンプール

NPO法人 静岡リサイクル協会　☎054-363-1273

●4／4(土)	10:00～15:00	富士川楽座ふれあい広場
●4／5(日)	10:00～15:00	岩本山公園「春の市」
●4／19(日)	10:00～15:00	あっぱれ富士

NPO法人 フジスタイル　☎090-1777-1346(島田)

●4／26(日)	10:00～15:00	夢大陸　富士本店
		くるくるりぼん　☎090-4193-8881(山口)

※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い合わせください。

4月号 エイプリルフールに誰にどんな嘘をついてみたいですか？

うまくかわいい嘘をつける気がしないので、ナシです。（IJ・40歳）

ブログをやっているので、毎年ブログを通して楽しんでます。（UY・42歳）

最近会ってない友達に「10kgのダイエット成功したよ！」と。（SS・65歳）

家族にスカウトされちゃったと嘘をつく（笑）（MR・29歳）

夫に、一緒の会社で働くことになった。（MM・28歳）

実家帰省時、「明日帰る」と伝え1日早く帰りビックリさせたい。（IF・40歳）

冗談は言うけど嘘をつこうとは思わない。（UM・54歳）

サーロインステーキ4kg当選したよ～！（NM・26歳）

友達に、世界旅行が当選したと嘘をついてみたい。（UM・68歳）

子供に笑える嘘。（SC・48歳）

動画で視聴者にドッキリ！（AT・28歳）

通行人に、温泉を掘り当てた！（KR・26歳）

楽しくなるような嘘。（AM・47歳）

旦那の休みの日に遅刻だよと言ってみたい。（OS・33歳）

主人に可愛い嘘。（EH・55歳）

旦那と娘に、テレビに出るよ！と嘘をつきたいです。（SA・29歳）

夫に、明日の天気ぐらいの小さな嘘。（TN・34歳）

子供と一緒に。エイプリルフールを楽しめるような嘘！（KA・32歳）

夫にビックリするような嘘。（NT・46歳）

奥さんに「オリンピック開幕式のチケットが手に入った」と言ってみたい。（ST・61歳）

日本の皆さんに「徳川の埋蔵金を見つけた！」と言ってみたい。（KY・47歳）

友達に彼氏が出来たと驚かせたい。（MY・19歳）

主人に「mydoで応募したプレゼントが当たった！」と言ってみたい！（SK・36歳）

ハワイ旅行が当たったの！（MS・30歳）

彼氏にYouTubeを始めた！と言う。（SS・25歳）

100万円拾った！（TT・33歳）

旦那に、娘が寝返りしたよ！と驚かせてみたい。（YS・34歳）

友達に結婚したよと。（SA・43歳）

愛犬に、君は本当は人間なんだよ。という嘘。（AE・27歳）

友達に整形してみたって言ってみる。（MS・23歳）

旦那に、3人目ができたと嘘をついてみたい。（MM・34歳）

母に結婚しますと言ってみたい。（AY・24歳）

昇進した。（FM・49歳）

騙されたほうも嬉しい嘘をつきたい！（SM・33歳）

主人に「今日ナンパされちゃった」と言ってみたい！（SR・37歳）

嘘をつきたくない。（IM・60歳）

家族に宝くじが当たった！（TR・43歳）

「実はお母さん30歳なんだ」と嘘をついたら、リアクション王の息子はいい反応をくれる気がする。でも、おしゃべりで何でも学校で喋ってしまうので、恥ずかしくて学校に行きにくくなるので言いませんが…。（ES・40歳）

友達に、仕事が決まったよ！と。（IY・48歳）

旦那さんに、ネイルを自分でやった！という嘘をついてみたい。（UN・27歳）

m 嘘を言われた方も嬉しい気持ちになるような日になればいいですね。他エリアのmydoはHPよりご覧頂けます。（編集部）

携帯からはコチラ▼

読者PRESENT　50名様に当たる!

応募〆切　4/30㈭到着分

■応募方法／「ハガキ」「FAX」「携帯」いずれかで、住所・氏名・性別・年齢・電話番号・既婚or未婚・ご職業・ご希望の商品番号と商品名(第1・第2希望)をご記入の上、アンケートにお答えください。Ⓐ今月(4月)はランチ(イートイン・テイクアウト)に行きましたか?または、行く予定はありますか?1.はい 2.いいえ Ⓑいつも通っているランチ(イートイン・テイクアウト)のお店に行く頻度は、　何ヶ月に1回ですか?(一番近い頻度を一つ選んでください)(1ヶ月・1.5ヶ月・2ヶ月・3ヶ月・6ヶ月・12ヶ月・24ヶ月・その他) Ⓒいつも通っているランチ(イートイン・テイクアウト)のお店には、すでに3回以上行ってますか?1.はい 2.いいえ Ⓓ1回あたりの平均予算は?　Ⓔ児童相談所全国共通ダイヤル189について質問です。あなたの周りに虐待を疑う行為や言動を感じたことがあり、実際にかけた経験はございますか?　Ⓕ　児童相談所等の子育て機関に聞いてみたいことや、不明点がありましたらお書きください Ⓖ 6月は父の日!「父親との楽しい思い出・エピソード」を教えてください!■宛先／〒417-0826 富士市中里2561-22　株式会社リック mydo編集室『4月号読者プレゼント係』／ FAX 0545-31-2240

携帯からの応募はコチラ!!

右の二次元コードを携帯で読み込んで、プレゼントページよりご応募ください。

01 ガッツポテト富士宮 フライドポテト引換券



富士宮のポテト専門店から、揚げたてフライドポテトをプレゼント。お好きな味が選べます♪
イートイン、テイクアウトどちらでも可能です。
※店舗にて引き換え

●ガッツポテト 富士宮
富士宮市城北町112
☎0544-66-9229

10名様

02 極楽湯　三島店 入館ご招待券



天然湯から露天檜風呂まで多種多様なお風呂をご用意しております。自慢の十割そばなど豊富なメニューのお食事もお楽しみ下さい。
※三島店でのみ使用可能

●極楽湯　三島店
三島市三好町4-23
(せせらぎパーク三好内)
☎055-991-4126

5名様

03 みしまプラザホテル お食事ご招待券



創業明治22年、三島市街中のおもてなしのホテル。伝統の日本料理、本格フレンチを堪能できる。地産地消にこだわった、ワンランク上の贅沢なお食事を。
※ランチ・ディナーどちらでも使用可

●みしまプラザホテル
三島市本町14-31
☎055-972-2121

ペア2組 4名様

04 まさごグループ 共通お食事券500円分



富士の人気店、和食処まさご・かつ政・BEPPIN食堂でご利用頂ける¥500分の共通お食事券を5名様にプレゼント。
※他クーポンとの併用不可
※まさごグループ全店で利用可

●まさごグループ
富士市入山瀬599-1
https://masago.net/

5名様

05 POLA富士市役所通り店 リンクルショットお試し+フェイシャルマッサージ券



最先端の研究と技術が生み出す美白へのこだわり。リンクルショットお試し+フェイシャルマッサージ券をプレゼント。
※必ず事前にお電話下さい。
※富士市役所通り店限定となります。

●POLA富士市役所通り店
富士市青島町202番地
☎0545-53-2142
※担当:中村

10名様

06 Pasta&Pizza　PATAPATA お食事券500円分



一言では言い表せない想いとこだわりの詰まったイタリアンがここに。イタリアの本格窯でできたてのピッツァをどうぞ。※他クーポンとの併用不可
※富士市、富士宮市、長泉町各店で利用可

●Pasta&Pizza　PATAPATA
pasta-pizza-patapata.com

10名様

07 Cyami(チャミ) IC.U HA マイクロパッチ&フェイシャルマッサージ券



気になる目元・口元に貼って寝るだけ!針状ヒアルロン酸を肌の角層に注入し翌朝ふっくら目元に。フェイシャルマッサージとセットでプレゼント!
※店舗にて引き換え

●コスメティック&ヘアサロン Cyami(チャミ)
富士市今泉1-9-10
☎0545-53-1329

5名様

08 mydo編集部 バス3点セット+アロエ軽石



※表紙の撮影で開封しましたが未使用です

●㈱リック　mydo編集部
富士市中里2561-22
☎0545-31-2239

1名様

※皆さま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。発表は発送をもってかえさせて頂きます。

読者PRESENT アンケート

「ランチ(イートイン・テイクアウト)」について

Ⓐ 今月(4月)はランチ(イートイン・テイクアウト)に行きましたか?または、行く予定はありますか?
1.はい　2.いいえ

Ⓑ いつも通っているランチ(イートイン・テイクアウト)のお店に行く頻度は、何ヶ月に1回ですか?(一番近い頻度を一つ選んでください)
(　1ヶ月　・　1.5ヶ月　・　2ヶ月　・　3ヶ月　・　6ヶ月　・　12ヶ月　・　24ヶ月　・　その他)

Ⓒ いつも通っているランチ(イートイン・テイクアウト)のお店には、すでに3回以上行ってますか?
1.はい　2.いいえ

Ⓓ 1回あたりの平均予算は?
[　　]

Ⓔ 児童相談所全国共通ダイヤル189について質問です。あなたの周りに虐待を疑う行為や言動を感じたことがあり、実際にかけた経験はございますか?
1.はい　2.いいえ

Ⓕ 児童相談所等の子育て機関に聞いてみたいことや、不明点がありましたらお書きください
[　　]

Ⓖ 6月は父の日!「父親との楽しい思い出・エピソード」を教えてください!
[　　]

★まいぐる調査隊で「知りたい」「食べたい」ものはなんですか?
(　　)ペンネーム ※希望者のみ記入(　　)

※今回のアンケート、投稿はmydo6月号に掲載します。
※いつもお答えいただきありがとうございます。アンケートの答えは、読者プレゼントの抽選には全く関係ありませんので、安心してご回答ください。

⚠ ご希望の商品番号と商品名両方ご記入ください! ⚠

第一希望	番	商品名
第二希望	番	商品名

ハガキ	下記を切り取り貼って投函
FAX	0545-31-2240
Email	dokupure@lic-mydo.com
Web	m-mydo.jp

4 1 7 - 0 8 2 6

富士市中里2561-22

株式会社リック

「mydo 4月号読者プレゼント」係

〔ご住所〕〒　　－　　市町

〔お名前〕　　〔性別〕男・女

〔年齢〕　　歳　〔お電話〕

既婚 or 未婚　〔ご職業〕

QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

＼#ふじぐらむ　#mydo　#富士市　をつけて投稿しよう！／

ふじのいいとこスナップ

mydo編集部が毎月“富士市のいいところ”をスナップ！

#mydo　#ふじぐらむ　#富士市　の3つのタグをつけて投稿すると、mydo誌面で紹介されるかも!?

ご参加お待ちしています!

Instagram

富士市でたった1枚だけ!?超レアご当地マンホール!



富士山と駿河湾が描かれたマンホール、
その名も「夕焼け富士」。吉原商店街付近で発見!
#ふじぐらむ #富士市 #mydo
#ご当地マンホール #レア度★★★★★ #探してみてね♪

Instagram

バスケットはお好きですか？



バスケットゴールのある公園はそれだけでテンション上がります！富士にはなかなか設置されてない…。
#ふじぐらむ #富士市 #mydo
#バスケットマン #バスケのある生活

Instagram

写真映えの桜撮影スポット♪



河津桜をパシャリ。4月初旬にかけては、ソメイヨシノが見頃です。夜桜 × 提灯も撮影にはもってこいです！
#米之宮浅間神社 #河津桜 #ソメイヨシノ
#ふじぐらむ　#mydo　#富士市

Instagram

センスいいなーとおもった小物



富士の某お店さんのインテリアに使われているのをみつけてパチリ
アメリカンな感じとブリキの雰囲気がなんともいえない感じ
#アメ雑 #センスいいお店 #ワーゲンバス
#隣の鳥が気になる #ふじぐらむ　#mydo　#富士市

mydo × ふじぐらむ（富士市公式 Instagram）コラボ企画始動！

ふじぐらむとは

富士の魅力がつまった写真を「#ふじぐらむ」「#富士市」をつけて投稿してください。富士市公式インスタグラム専属キャラクター「さもにゃん」がリポスト（投稿をシェアすること）して写真に対してコメントします！

アクセスはこちら！

＼ふじぐらむ／　＼mydo／

富士 地域みっちゃく生活情報誌® mydo 4月号
vol.327 2020年3月25日発行 企画・編集／㈱リック 発行・宅配／㈱リック 〒417-0826 静岡県富士市中里2561-22 www.lic-mydo.com
●広告掲載・配布に関するお問い合わせ…㈱リック「マイドゥー」編集室 ☎0545-31-2239 FAX.0545-31-2240

本誌内容を無断で転載することを禁じます。掲載広告の内容は広告主が責任を負うものとします。
無料

全国 650店舗 展開中!! 2020年1月現在
戸建 土地 マンション 事業用不動産 1棟アパート
10億円まで即現金で
買取・仲介
ご売却相談承ります。
高価買取、より迅速に販売致します!
相談、査定無料!
富士市&富士宮市全域 全国エリアの物件も買取できます。
HOUSEDO 家・不動産買取専門店
0120-25-1010
まずはお気軽にお問い合わせください!

富士市・富士宮市 ホームページにて公開中!
全ての物件をご紹介!▶
ホームページQR
他社との違いはココ! 当店では富士・富士宮市の全不動産会社から日々物件の情報を収集しているため、全ての物件をご紹介できます。
ハウスドゥ!富士中央店 検索

新築戸建 中古戸建 マンション 注文住宅 土 地 収益物件
不動産・家
相談無料
売るのも買うのもご相談ください!
月々3万円代から新築が買えちゃう♪
ハウスドゥイメージキャラクター 古田 敦也氏(元プロ野球選手)
HOUSEDO ハウスドゥ! 富士中央店
見るだけ聞くだけOK! 弊社ではしつこい営業は致しません。

1 原田 新築 価格 1,500万円(税込)
全3棟 4LDK P2台 月々返済 24,781円
あと2棟
前面道路広々で陽当り良好!
●土地面積/165.78㎡(50.14坪)
●建物面積/延べ103.91㎡
●木造2階建/H31.3月築
●原田小・吉原第二中学校区
●建築確認番号/第KS118-3910-50336号
価格変更!! 860万円値下げ!

2 厚原 新築 価格 1,600万円(税込)
全3棟 4LDK P2台 月々返済 27,534円
最終1棟
近隣に商業施設多数あり、住環境良好!
●土地面積/130.58㎡(39.50坪)
●建物面積/延べ101.02㎡
●木造2階建/R1.6月築
●丘小・岳陽中学校区
●建築確認番号/第KS119-3910-50041号
価格変更!! 740万円値下げ!

3 江尾 新築 価格 1,880万円(税込)
全4棟 4LDK+S(納戸) P3台 月々返済 35,244円
あと3棟 ※画像はイメージです
敷地面積77.04坪!駐車場3台可!
●土地面積/254.70㎡(77.04坪)
●建物面積/延べ102.06㎡
●木造2階建/R2.3月築予定
●須津小・須津中学校区
●建築確認番号/第H31SHC128118号

4 今泉 新築 価格 1,980万円(税込)
全3棟 4LDK P3台 月々返済 37,998円
あと2棟
オール電化4LDK住宅・敷地面積50坪!駐車場2台可!
●土地面積/165.49㎡(50.06坪)
●建物面積/延べ102.06㎡
●木造2階建/R2.2月築
●青葉台小・吉原第二中学校区
●建築確認番号/第H31SHC126568号

5 富士岡 新築 価格 1,980万円(税込)
全5棟 4LDK P3台 月々返済 37,998円
あと2棟
敷地面積46坪、駐車場3台可!
●土地面積/152.08㎡(46坪)
●建物面積/延べ105.30㎡
●木造2階建/R1.11月築
●吉永第一小・吉原東中学校区
●建築確認番号/第H31SHC119523号

6 入山瀬 新築 価格 1,990万円(税込)
全2棟 4LDK P2台 月々返済 38,273円
最終1棟
敷地面積53.2坪、駐車場2台可!
●土地面積/175.95㎡(53.22坪)
●建物面積/延べ103.93㎡
●木造2階建/R1.5月築
●鷹岡小・鷹岡中学校区
●建築確認番号/第KS118-3910-50364号

7 比奈 新築 価格 2,080万円(税込)
全1棟 4LDK+S(納戸) P2台 月々返済 40,751円
最終1棟 ※画像はイメージです
敷地面積51.8坪、中学校まで徒歩2分!
●土地面積/171.41㎡(51.85坪)
●建物面積/延べ100.43㎡
●木造2階建/R2.5月築予定
●吉永第一小・吉原東中学校区
●建築確認番号/H31SHC130407号

8 天間 新築 価格 2,080万円(税込)
全6棟 4LDK+S(納戸) P2台 月々返済 40,751円
あと6棟 ※画像はイメージです
整形分譲地内敷地面積53.55坪!前面道路広々で陽当り良好です!
●土地面積/177.04㎡(53.55坪)
●建物面積/延べ104.49㎡
●木造2階建/R2.5月築予定
●天間小・鷹岡中学校区
●建築確認番号/第H31SHC131609号

9 今泉 新築 価格 2,080万円(税込)
全4棟 4LDK P2台 月々返済 40,751円
あと4棟 ※画像はイメージです
敷地面積45坪、駐車場2台可!
●土地面積/149.10㎡(45.10坪)
●建物面積/延べ104.49㎡
●木造2階建/R2.1月築
●今泉小・吉原第二中学校区
●建築確認番号/第H31SHC131517号

10 宮島 新築 価格 2,180万円(税込)
全4棟 4LDK P3台 月々返済 43,505円
あと3棟
近隣に商業施設多数あり、住環境良好!
●土地面積/207.41㎡(62.74坪)
●建物面積/延べ105.30㎡
●木造2階建/R2.3月築予定
●田子浦小・田子浦中学校区
●建築確認番号/第H31SHC127852号

11 中島 新築 価格 2,280万円(税込)
全5棟 4LDK P3台 月々返済 38,273円
あと2棟
敷地面積53.6坪、駐車場3台可!
●土地面積/177.36㎡(53.65坪)
●建物面積/延べ101.24㎡
●木造2階建/R2.1月築
●富士中央小・富士中学校区
●建築確認番号/H31SHC124449号

12 岩本 新築 価格 2,280万円(税込)
全3棟 4LDK+S(納戸) P3台 月々返済 46,258円
あと3棟 ※画像はイメージです
敷地面積48.4坪!駐車場3台可!
●土地面積/160.12㎡(48.43坪)
●建物面積/延べ104.49㎡
●木造2階建/R2.5月築予定
●岩松小・岩松中学校区
●建築確認番号/第H31SHC132863号

13 松岡 新築 価格 2,280万円(税込)
全2棟 5LDK P4台 月々返済 46,258円
最終1棟
近隣に商業施設多数あり、住環境良好!
●土地面積/181.49㎡(54.90坪)
●建物面積/延べ98.82㎡
●木造2階建/R1.12月築
●岩松小・岩松中学校区
●建築確認番号/第H31SHC123143号

14 石坂 新築 価格 2,380万円(税込)
全4棟 4LDK P3台 月々返済 49,012円
あと4棟 ※画像はイメージです
近隣に商業施設多数あり、住環境良好!
●土地面積/147.33㎡(44.56坪)
●建物面積/延べ96.26㎡
●木造2階建/R2.4月築
●広見一小・岳陽中学校区
●建築確認番号/第KS119-3810-50242号

15 中島 新築 価格 2,580万円(税込)
全2棟 4LDK P3台 月々返済 54,519円
あと2棟 ※画像はイメージです
志林堂まで徒歩2分!住環境良好の人気エリア!
●土地面積/163.20㎡(49.36坪)
●建物面積/延べ104.33㎡
●木造2階建/R2.5月築予定
●富士中央小・富士中学校区
●建築確認番号/第H31確認建築静建住ま10891号

16 本市場新田 新築 価格 3,980万円(税込)
全1棟 3LDK+S(納戸) P4台 月々返済 93,067円
最終1棟
富士駅まで徒歩1分!毎週末モデルハウス完成見学会
●土地面積/200.15㎡(60.54坪)
●建物面積/延べ106.75㎡
●木造2階建/R1.6月築
●富士中央小・富士中学校区
●建築確認番号/第H30確認建築静建住ま11667号

17 依田橋 中古 価格 598万円(税込)
5LDK 駐車場1台 月々返済 15,923円
売り主の為、仲介手数料無料
吉原第二中徒歩5分!
●土地面積/113.27㎡(34.26坪)
●建物面積/延べ114.27㎡
●木造2階建/S61.7月築
●今泉小・吉原第二中学校区
●現況/空、明渡/即
5LDK・美郎住宅!

18 久沢 中古 価格 1,049万円(税込)
4DK 駐車場3台 月々返済 12,363円
鷹岡中学校まで徒歩5分!
●土地面積/97.59㎡(29.52坪)
●建物面積/延べ73.70㎡
●木造2階建/H8.3月築
●鷹岡小・鷹岡中学校区
●即入居可能
フルリフォーム済!

19 大淵 中古 価格 1,280万円(税込)
5LDK+S(納戸) 駐車場4台 月々返済 17,723円
敷地面積67.2坪、駐車場4台!オール電化住宅!
●土地面積/222.30㎡(67.24坪)
●建物面積/延べ143㎡
●木造2階建/H18.9月築
●大淵第一小・大淵中学校区
●現況/居住中、明渡/要相談
築14年・アイフルホーム施工

20 厚原 中古 価格 1,599万円(税込)
4LDK 駐車場2台 月々返済 27,507円
新着
敷地面積50坪、駐車場2台可能。マックスバリュまで徒歩6分。
●土地面積/165.33㎡(50.01坪)
●建物面積/延べ108.47㎡
●木造2階建/S60.5月築
●鷹岡小・鷹岡中学校区
●現況/空、明渡/相談
フルリフォーム済!

21 下横割 中古 価格 1,899万円(税込)
5LDK 駐車場3台 月々返済 35,767円
新着
敷地面積60.1坪!駐車場3台可!
●土地面積/198.96㎡(60.18坪)
●建物面積/延べ110.11㎡
●木造2階建/S63.11月築
●田子浦小・田子浦中学校区
●現況/空、明渡/相談
積水ハイム施工 フルリフォーム済!!

22 蓼原 マンション 価格 999万円(税込)
トゥエルコート新富士 3LDK 月々返済 10,986円
角部屋・6階建4階部分!
●RC造 6階建 4階部分
●専有面積/74.01㎡
●現状/空
●総戸数/29戸
●富士第一小・富士中学校区
●管・10,000/月 修・13,490/月
●P/空無
フルリフォーム済!

23 蓼原 マンション 価格 1,349万円(税込)
アイディーコート富士 3LDK 月々返済 20,623
売り主の為、仲介手数料無料
近隣に商業施設多数有りの住環境。南東向きで陽当たり良好!
●RC造 6階建 5階部分
●専有面積/69.36㎡
●現状/空
●総戸数/79戸
●富士第一小・富士中学校区
●管・11,900/月 修・7,600/月
価格変更!

24 平垣町 マンション 価格 2,190万円(税込)
グランサラ富士平垣町 3LDK 月々返済 43,780円
新着
JR富士駅まで徒歩11分!
●RC造 11階建 9階部分
●専有面積/79.15㎡
●現状/居住中
●総戸数/41戸
●富士第一小・富士中学校区
●管・11,830/月 修・6,950/月
●P/空有/自走式駐車場
角部屋・オール電化!南向きバルコニー

25 三ツ沢 土地 価格 1,050万円(税込)
坪単価 15.48万円 月々返済 20,623円
新着 売り主の為、仲介手数料無料
整形地敷地面積67.8坪!小学校まで徒歩9分!
●土地面積/224.28㎡(67.84坪)
●地目/宅地
●富士見台小・吉原北中学校区
●土地現況/更地、明渡/相談
造成工事後の引き渡しになります。

富士・富士宮市の全ての物件をご用意し、お客様のご来店をお待ちしております。
いつも多数のご来店ありがとうございます!
明るい店内 キッズスペース有り!
テレビCM放映中!
ハウスドゥ!は2016年に東証一部上場しました。
P 8台完備
東名高速道路 富士IC 139 HOUSEDO 富士中央店 【原昌園別館さん横】
セブンイレブン エネオス しずてつストア ダイハツ 出光 富士見大通り デニーズ ビッグボーイ 弥生通り 京龍園別館 ジャンボエンゾー 吉原第一中 エディオン スーパーホテル富士インター 富士市役所 静岡銀行 ラーメン天地人 マイルック アパホテル オーケー 青葉通り ソフトバンク
カーナビ検索 富士市瓜島町54

全国650店舗展開中!
静岡県知事(1)第13907号 (公社)静岡県宅地建物取引業協会会員 (公社)全国宅地建物取引業保証協会会員 東海不動産公正取引協議会加盟
HOUSEDO ハウスドゥ 富士中央店 0120-25-1010
株式会社ザ・ゴールデン 〒417-0057 静岡県富士市瓜島町54番地 ■営業時間／9:00~19:00 ■ 年中無休
上記の返済例は変動金利0.85%、頭金0円、ボーナス払い1回99,276円(年2回)、420回払いとして計算。※諸費用別途