

もっと地元が好きになる

沼津版

2024.03.23 発行

mydo NUMAZU

04

2024 vol.337

Special Feature

スクール特集

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 / 62,400部 無料各戸配布 / 58,100部 無料設置 / 4,300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)デンソーウェアの登録商標です。



新しい趣味が欲しい方必見! ゴルフスクール春の入会キャンペーン実施中!

ゴルフ



やってみてからやってみるへ!お得な入会キャンペーン実施中です!中・上級者はもちろん、これからゴルフを始める方も◎経験豊富なインストラクターが親身に上達をサポート致します。

キャンペーン実施期間(2024年3/15~5/31迄)
入会金2,200円・月会費1ヶ月分8,800円(4ヶ月以上継続で3ヶ月月会費)→0円
■月最大7回受講可
■固定予約4回+フリー予約3回 計7回
■手ぶらで受講可
■無料レンタルクラブ・シューズ有!
■スクール制
■同じ悩みの仲間と和気あいあい!
■在籍プロの充実
■在籍プロ5名、貴方にあったプロが選べます!
■毎日開校、5週目はコースレッスン(先着制)予定

沼津市寿町の郵便局近くにOPEN【小中高の5教科対応】 生徒一人一人に合わせたカリキュラムで学力アップ!

学習塾



実践的な個別指導学習で学力アップ!
個別のカリキュラムと最新の教材・映像授業を使いながら基礎の定着~応用問題まで個人に合わせて「できるまで」学習していきます。

一週間の無料体験と 入会金無料

- 各進路別、学年別のコースをご用意
小学生・中学生・高校生コース
 - 自習室 無料開放
- 市立沼津中等部受検の
適性試験・作文対策講座も開講!

mydo coupon 2024.05月28日(火)迄有効
体験レッスン料金 1回 1,100円
※予約制。75分ボール代込み。お一人様につき異なるプロで2回まで
※お支払いは現金のみ

アコーディア・ガーデン三島
☎055-972-1562
三島市谷田2223-1
◎TEL受付時間9:00~22:00
●無休 ●有

mydo coupon 2024.4月迄有効
入会金無料!
※中面のクーポンを切り取ってご利用ください ※他券併用不可

静岡個別進学館 沼津校
☎055-916-3791
沼津市寿町21-3
◎10:00~22:00
numadushingakkan@outlook.jp

200人が体感した!1回で腰がみるみる 楽になる!からだ楽々ストレッチ

ジム



腰痛改善のために腰ばかり気にしていませんか?
お腹やあなたの身体の癖で使われている筋肉をほぐすのが大事です!運動の専門家が考えたストレッチであなたの腰痛の原因を解決!!悩むのは辞めましょう!

限定5名様
からだ楽々ストレッチ
11,000円→3,300円

お身体でお悩みの方は右下QRコードから
30秒でかんたん予約!!

エステの資格なら業界No.1の AEA日本エステティック業協会認定校へ!

エステイション



週1回の通学で、1年後にはサロンオーナーになる夢が叶います☆
【技術習得→資格取得→サロン起業】当校がここまでお手伝いします!

開校20年
1,000人以上が資格取得!

◆エステティック科 平日クラス・土日クラス
1年間/300時間/定員10名
★詳しくはホームページをご覧ください★

mydo coupon 2024.04月迄有効
【限定5名様】mydo見たで
からだ楽々ストレッチ11,000円→3,300円
※中面のクーポンを切り取ってご利用ください ※他券併用不可

サnte
ストレッチ&パーソナルジム Sante
☎050-3199-1898
沼津市寿町26-24メルヴェール101
◎平日9時~23時、土曜日9時~22時、日曜日9時~19時
●なし ●有

mydo coupon 2024.04月迄有効
入学金半額
※中面のクーポンを切り取ってご利用ください

AEA日本エステティック業協会認定校
静岡ビューティカレッジ
☎055-964-2520
沼津市大手町5-9-12 マルトモビル4F
沼津駅徒歩2分

読者の皆様の
「食べたい」「知りたい」を
徹底調査するコーナー!!

my gourmet

まいぐる調査隊

今月のお題は This month's order is...
春彩る桜スイーツ

詳しい情報は
こちらから



voice この春食べたい桜スイーツ教えて! Y.Iさん(三島)

富士エリア パティスリーおひさまの

富士宮エリア 夢の菓子工房ボンヌ・ジュルネの

沼津エリア 生どら・大福専門店 つぐみの

三島エリア 和菓子のまめすけの

桜ブランマンジェ 453円

さくらモンブラン 610円

桜モンブランどらやケーキ 302円

さくらもち 200円



編集部 服部 おすすめ
見た目も味も春全開!ひとくち食べれば桜の香りが口いっぱい広がります♪ポイントは何と言ってもその食感。とろけるような柔らかさにするため、何度も試作を重ねたとか…。プルプルのジュレとも相性抜群です。毎年人気の「桜ブランマンジェ」。昨秋OPENの2号店でも購入できます◎



編集部 西尾 おすすめ
ふわっと春感じる「春季限定モンブラン」桜あん入りクリームは桜葉の塩気がほんのり効き、甘すぎずクリーミー!中には大きな苺、静岡茶を使用したスポンジとシロップ漬けた桜がトッピング♪食べた人にしかわからないステキな断面が…見た目も味も楽しめる春オススメの逸品!



編集部 高村 おすすめ
春期間限定の「桜モンブランどらやケーキ」つぐみさん・オリジナル製法のふんわり柔らかな生地がベースです。中身は十勝産純生クリームと桜葉あん(大島桜が原材料)を混ぜ合わせたモンブラン状クリームに仕上げています。ケーキ感覚のどら焼きでふくよかな季節の舌鼓を打ちます。



編集部 小杉 おすすめ
昨年9月にオープンしたまめすけさんは、ふらっと立ち寄れるカジュアルさが魅力の和菓子店です。「さくらもち」は、北海道産の小豆を100%使用したあんこをもちもちの皮生地で包んだ長命寺桜餅。南伊豆町の桜の葉を使っており、ほどよい塩気があんこの優しい甘みを引き立たせます。

☎0545-30-8077 富士市今泉5丁目9-8
🕒9:30~18:00 木

☎0544-26-1923 富士宮市黒田178-8
🕒10:00~19:00 火
インスタ、HPをご覧ください。

☎055-926-6622 沼津市大岡1928-3
🕒9:30~18:00 木

☎055-928-7212 清水町徳倉1881-1
🕒9:00~18:00(売り切れ次第終了)
木

音の花が開く 春からはじめる音楽生活

ピアノ



人生に豊かな彩りを
ピアノは一生楽しむことができる習い事です。一度身に付けた演奏技術や読譜力は年齢を重ねても忘れることはありません。お子さまにとってピアノは一生の友人であり続けます。

**【初心者限定】おためし3回レッスン
春得キャンペーンピアノチャレンジ**
はじめてのお子様は1ヶ月で簡単な曲を弾けるようになります!
受講料 通常7,780円▶半額 **3,850円**~
&
チャレンジ終了後、正規コース入会時
入会金 **通常5,500円▶11,000円50%OFF**
※有効期限:4月末迄

無料体験お試しレッスンの
お申し込みはWEBで!

カワイ音楽教室
沼津ピアノセンター
☎0120-349-817
沼津市東船場457-13
◎9:00~18:00(土日祝を除く)
◎日、祝 ◎有(10台)



読み書きはできて当たり前!読解力・ 応用力・表現力・思考力・記憶力UP!

幼児教室



左脳と右脳の両方を使って試行錯誤させることで、
高い知能と学力(学ぶ力)を育て、
心豊かな子供らしいお子様を育てるプログラムを
実施しています。

無料体験説明会&体験レッスン受付中
(最大5名様までの少人数制)

- ベテランの講師が丁寧に指導致します。
- ・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)

mydo coupon 2024.4月迄有効
無料説明会・体験レッスン両方参加された方
図書券500円分プレゼント
※中面のクーポンを切り取ってご利用ください ※他券併用不可

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
◎日・月 ◎有



1人1人の苦手/得意に合わせた個別カリ キュラムで「わかるまで」寄添う個別指導塾

学習塾



最新のITを利用した映像授業と、テキストなどを使用した実践的な
個別指導、2つのアプローチでお客様の学習をサポートします。教科
書の理解から応用問題までの個別対応はもちろん、中学・高校・大学
受験、市立沼津対応の適性試験・作文対策コースもご用意。

- 小・中・高5教科全科目に対応!
- ・小学生 6,600円~
- ・中学生 11,000円~
- ・高校生 16,500円~

〈無料体験・教室見学 受付中!〉
※その他の費用や割引はHPをご確認ください

自習室完備!! 集中できる学習環境を整えています。

学習塾



体験授業、面談からスタートして、しっかりと個別の計
画づくりをします。
個別指導ですので、苦手な科目があっても、安心して来
て下さい。

- ◆小学生コース 学校での勉強と並行して学習。
中学へ向けた下地作りをします。
- ◆中学生コース 教科書に準拠したテキストで
基礎学力の定着を図ります。
- ◆高校生コース 基本的にはマンツーマン指導で、
個人の目標に沿った指導を
行います。

mydo coupon 2024.4月迄有効
今なら入会金無料!
※中面のクーポンを切り取ってご利用ください ※他券併用不可

シーエーアイ
学研CAIスクール 沼津校
☎055-922-3005
沼津市北高島町21-42 くまたかビル3F
◎14:30~21:30
◎不定休 ◎有(5台)



mydo coupon 2024.04月迄有効
入会金無料
※中面のクーポンを切り取ってご利用ください ※他券併用不可

沼津進学塾 大岡教室
☎0120-321-591
沼津市大岡2449-1
ヒーローマンション1F
◎10:00~22:00



愛鷹 2024.3.31(日) 開催時間 10:00-14:00 さくらまつり

グルメ あれこれ食べられる
あそび 景品もれなくプレゼント

キッチンカー 出店

さくら茶も配布してます

kids歓迎レクリエーション

などなど...

- ・5mタイムトライアル
- ・投球測定
- ・ドリブルチャレンジ

愛鷹広域公園

新東名高速道路
東名高速道路
沼津IC
246号線
至富士 国道1号線バイパス
至三島

愛鷹広域公園
テニスコート
球技場
広場
球技場
公共トイレ

Information
☎055-924-8878
沼津市足高202
◎8:00~21:00
◎有

最新のイベントニュースをチェック!

EVENT NEWS

4/27~28 第98回みどりまつり
土 日

キラメッセめまづ
(プラザワエル多目的ホール2,3)
時(土)10:00~16:00
(日)10:00~15:00

5/18 森高千里 2024
「今度はモアベターよ!」

沼津市民文化センター
大ホール
開場15:45開演16:30
全席指定(税込)
9,900円
※発売は公演の2週間前
から前日まで
※4歳以上チケット必要。

6/9 声優朗読劇 フォアレーゼン
~太陽が、痛いほどいっぱい~

沼津市民文化センター
大ホール
開演15:00
6,000円
※当日500円増
※未就学児入場不可

6/16 林 英哲 コンサート
2024 in 沼津

沼津市民文化センター
小ホール
開演15:00
一般6,600円
高校生以下3,300円
※未就学児入場不可

6/22 ブロードウェイミュージカル
「クラスアクト」

沼津市民文化センター 大ホール
開演14:00
SS席9,000円
S席7,000円 A席5,000円
高校生以下(一律)3,000円
※未就学児入場不可
4/13(土)よりチケット一般発売開始。

今月のフリマ情報

4/13(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。

何歳からでも！ **すぐ始められる！** 未経験の方でも！

健康ボウリング教室

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




日程

火曜教室	水曜教室	木曜教室	金曜教室
5/7~6/11 (毎週火曜日:全6回) 5/7・14・21・28 6/4・11	5/8~6/12 (毎週水曜日:全6回) 5/8・15・22・29 6/5・12	5/9~6/13 (毎週木曜日:全6回) 5/9・16・23・30 6/6・13	5/10~6/14 (毎週金曜日:全6回) 5/10・17・24・31 6/7・14
午後コース 13:30~ 約3時間	午後コース 13:30~ 約3時間	午後コース 13:30~ 約3時間	午前コース 10:30~ 約3時間

参加料・定員

受講料 (全6週6回分の合計) **1人¥1,000** (税込)
定員 **各コース36名** (人数制限あり)
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。
※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。

ゲーム代・貸靴代・教材費・傷害保険料込み
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。

お申し込みお問い合わせは下記番号まで、お気軽にご連絡ください

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 ららぽーと沼津3F 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。

mydo 極楽湯 有効期限 2024年4月30日(火)迄

mydo 極楽湯 有効期限 2024年4月30日(火)迄

mydo 極楽湯 有効期限 2024年4月30日(火)迄

極楽湯 クーポン

通常入館料より**10%OFF**

※時季により、特別料金を頂戴する場合がございます
※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

SAUNA NO KIWAMI キワミ

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。体の芯まで熱波が届きます。

その2 水風呂 井戸水使用
ミネラル豊富な井戸水を使用！三島の澄んだ水をご堪能ください。

その3 外気浴
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へ。これぞ「どこのい」の極み。

どこのい TOTO NOI CYCLE 極楽 サイクル
6分~12分 3分~10分 1分~2分

お風呂上がりに 水分チャージ!
お食事処にて販売中!!
オロポ オロナミンC×ポカリスエット
アクリ アクエリアス×リアルゴールド

土・日・祝は朝6時から営業しております!

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1:20)

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**

オーディション参加者募集中

無料 エントリーはコチラ!



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

Esthetic 敏感肌もお任せ脱毛 AIA

【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OIA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」が特徴です。脱毛したいけど迷っている方、ぜひ私たちにお任せください

私にお任せください

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

Coupon 2024.04.30
4月中にご契約の方
鼻下or手の指甲脱毛2回プレゼント ※先着15名様

MENU AIAの厳選おすすめメニュー

- ◆痛くないVIO+ワキ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！】

Esthetic Beauty Salon Tiara

デトックス&リラックスしたいあなたへ
お顔も身体もTiaraにお任せください！

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！
カップリ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！

055-955-5141
長泉町納米里446-4
9:00~18:00 完全予約制
日 有 (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)

MENU 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
カウンセリングドームサウナorヨモギ蒸し(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
- カップリング(オプション)背中全体 ¥1,300 半分 ¥700

Coupon 24.04.30迄
上記価格にて施術+初めて来店の方限定「mydo見たよ」で
カップリングお試し(5カップ)サービス ※1回のみ

毎月月末にご自宅へお届け！アプリダウンロードでも予約可能！

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。

城本クリニックは、多くの患者様に選ばれ続けて、「開院36年」を迎えました。

0120-107-929

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 ターモローラー・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 シャークリフトテイング 糸10本... ¥99,000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

0120-107-929

城本クリニック静岡院 0120-107-929

お得情報・症例写真・詳細はHPをご覧ください 城本 公式 ウェブ検索

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 除鼻術、立ち耳、でぶせ、口唇縮小、傷跡修正、乳輪縮小、乳頭縮小、陥没乳頭、婦人科形成、婦人科治療、婦人科治療、美容注射・点滅、ピアス、やせ薬、育毛薬など

カウンセリング無料 完全予約制 お子さま連れでも安心!

北橋 静岡市 新静岡駅 市役所 市立文化センター

矢田歯科医院

入れ歯について

みなさんの中には、やむなく歯を失ってしまい→補う物として義歯(入れ歯)があります。

歯を失うと
噛むことが困難になり、食事に支障がでます。
見た目が悪くなり、心理的に影響がでます。

ブリッジ(かぶせ物)ができない
自分の健康な歯を削りたくない
インプラントをする事ができない
インプラントは考えていない

義歯には、保険が効くものと保険が効かないものがあります(自費)

	利点(メリット)	欠点(デメリット)
保険 TypeA	<ul style="list-style-type: none"> ● 安価 ● 早くでき上がる ● 修理が容易 	<ul style="list-style-type: none"> ● 見た目に入れ歯とわかりやすい ● 壊れやすい・咬む力が弱い
自費 TypeB	<ul style="list-style-type: none"> ● 様々な種類があるため選択できます ● 咬みやすい ● 見た目が自然で人に気づかれない 	<ul style="list-style-type: none"> ● 高額 ● 修理が難しい ● 製作日数がかかる

患者さん方が入れ歯をいれたくない理由として、装着時の違和感や入れ歯を固定する金属(クラスプ)があるため、見た目が悪くつけない、という声を多く聞きます。保険の入れ歯もつけて悪くはありませんが、どうしても限界があります。装着時の違和感は自費のものでもありますが、自費の入れ歯は、金具が無いので、入れ歯を入れていることを他人に気づかれることはほとんどありません。

当院で使用しているノンクラスプデンチャーは、弾力性のある樹脂(アルティメット)を使用することで自然な見た目を再現しており、歯への負担を抑えることができ、もちろん金属アレルギーの心配もありません。

当院おすすめ!

ノンクラスプデンチャー

義歯についてもっと詳しく話を聞きたい方は、ぜひかかりつけ医に相談してみてください。

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るようにしております。
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) 駐車場増設しました。20台可

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

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

院内キッズルーム4月オープン!!
スタッフによる見守りだから安心
予定:午前中のみ家族様限定
詳しくは、お電話にてお問い合わせください。

お墓の困った おまかせください!

後継者不要
管理費不要
墓地
自宅から近い
宗旨宗派不問

お客様が思い描く
“ご供養のかたち”に
私たちは寄り添い
安心できるお墓を
ご提案します。

永久墓・地域共同墓地・霊園
幅広くご紹介いたします!

◆墓地の紹介……………無料
◆お墓の建立……………見積もり無料
◆お墓のリフォーム……………見積もり無料
◆永代供養……………10万円～
◆墓じまい……………見積り無料
◆追加彫り彫刻……………見積り無料

Coupon
施工代金
3%オフ

※クーポンご持参で
有効期限2024年4月末迄

Information
055-934-0475
沼津市西島町16-12
9:00～18:00
不定休 有
【安心本舗高嶋】検索

買取大吉 ピアゴ香貫店

使わなくなったモノ、眠っているモノ
どーんとおまかせください!

無料で査定
思い出込みで査定します

金 貴金属 宝石 ブランド品
時計 金券 楽器 など

まずは査定にご来店下さい!
店舗買取の流れはコチラ▶▶

査定された方に
日用品を
プレゼント!

買取大吉 KAITORI DAIKICHI
ピアゴ香貫店
TEL:050-1808-0017
沼津市下香貫2216 (ピアゴ香貫店内)
営業時間10:00～18:00
休:水

買取大吉 KAITORI DAIKICHI
MEGAドン・キホーテ
UNY中里店
TEL:050-3551-0604
富士市中里2566-21 (MEGAドン・キホーテ UNY中里併設)
営業時間10:00～19:00
休:水

Information
ピアゴ香貫店 050-1808-0017
沼津市下香貫2216(ピアゴ香貫店内)
MEGAドン・キホーテ UNY中里店 050-3551-0604
富士市中里2566-21(MEGAドン・キホーテUNY中里併設) 10:00～19:00 休水

受講生募集! 心理カウンセラー養成講座

半日で終了! 修了証即発行

毎回好評の「心理カウンセラー養成講座・初級」がプラサヴェルデにて左記日程で開催されます。(都合の良い日を選択ください)日常生活の様々な場面で役立つ、履歴書に書く資格を効率的に半日で取得可能。修了証が即日発行されるので魅力です。子育てにも活かせる”と、子育て中のパパママにも人気の講座です。受講料は修了証代込みで3800円。問合せ・申込みはNPO法人総合福祉カウンスリングセンターまで。土日祝も受付可能、ホームページからも予約できます。

① 4/13(土)
② 4/24(水)
※上記いずれか一日を選択
9:30～11:30

受講料 3,800円
(資料、修了証代込み)

要予約 下記ホームページ
QRからも予約可
046-874-4745
(土日祝も受付可能)
NPO法人
総合福祉カウンスリングセンター

Information
046-874-4745
※土日祝も受付しております。
※右記QRコードからもご予約いただけます。

小島薬局 漢方堂 呉先生の やさしいコラム vol.282

家庭で役立つ 中国漢方健康法

4月は新生活応援「ダイエット」キャンペーン

ダイエットスタートセット(2週間分)
¥14,000(税込) ▶ ¥11,000(税込)
20%OFF の3,000円引き

「mydoを見た」で500円相当のプレゼントあり
詳しくは漢方堂までお問い合わせください

病院の漢方と薬局の漢方について

マイドゥー読者の皆さん、こんにちは。皆さんは漢方薬を服用する際に、病院で処方してもらう漢方薬局やドラッグストアで購入されていると思います。私は30年以上小島薬局で漢方薬を活用して様々な病気を快癒させてきましたが、医師が行う保険医療の漢方薬とは大きな違いを感じています。それぞれの強みと弱みは下記になります。

保険医療の漢方薬の特徴

【強み】
・自己負担が1割～3割と価格が安い。
・血液検査やレントゲン、CT、MRIなど検査で病名を確定して漢方薬を処方できる。

【弱み】
・病名が決まらなると漢方薬を使うことができない。(予防的に使うことができない)
・保険医療で扱える漢方薬は148種類と少なく、漢方薬の適応疾患以外の活用ができない。

漢方薬局の漢方薬の特徴

【強み】
・薬局で扱える漢方薬は297種類あり、健康食品も含めると400種類以上の漢方製剤を活用できる。
・薬草茶や健康食品など予防的な運用を行うことができる。

【弱み】
・一定のバイタルサインは取れるが、採血などの検査を行うことができない。
・全額自己負担のため病院の漢方薬よりは価格が高くなる。

さて、皆さんは漢方薬というと植物の根や葉を使った薬草を思い浮かべるとも思います。しかし、植物以外にも鉱物由来と動物由来の漢方薬があります。動物由来の漢方薬はアンチエイジングの効果が優れたものが多く、ホルモンを活性化して、脳の働きを高めることができます。代表的なものとしては、鹿茸(シカの角)、亀板(亀の甲羅)、紫荷車(プラセンタ)、牛黄(牛の胆石)、食用蟻、水蛭などがあります。このような動物性生薬を含む漢方薬や健康食品は保険適用がなく、漢方薬局でしか扱うことができません。

このように漢方薬局では取り扱える漢方薬の種類が病院の2倍あり、動物性生薬などを使った健康食品を合わせると3倍以上の漢方製剤を取り扱うことができます。体質に合わせて適切に漢方薬を配合する知識や経験があると、病院で治りにくい病気を改善させることもできます。私たち漢方薬局で調剤する漢方薬がよく効く理由は、知識と経験だけでなく、取扱品目の豊富さがあるからなのです!

さて、2000年より続けてきた漢方コラムは、今月号でいったん終了とさせていただきます。長い間ご愛読をいただき、ありがとうございました。今後も漢方相談は小島薬局本店で行いますので、お体の不調や治りにくい病気でお困りの方は、お気軽にご相談ください。

小島薬局本店・漢方堂
漢方相談予約フリーダイヤル 0120-29-8866
漢方相談 ●10:00～18:30 ●定休/日曜・祝日
〒410-0007 沼津市西沢田335-1

ご案内
ホームページ
LINE
妊活漢方サイト

人生100年時代のパートナー探し

成婚の達人としてTV、マスコミ取材多数 鈴木富貴子代表

昔ながらの手世話で地元婚で安心

子の良縁を願う親御様無料相談会

※少人数親同士の代理見合い 随時開催 参加費のみ

今の時代、結婚までが子育てです。お子様が結婚できない理由講座開催中

生進現役、生進青春、生進学習 自由な結婚を応援します

あなたの理想とする結婚スタイルをお聞かせ下さい。恋愛は美容と健康の源。案外少ないですよ、あなたの人生の持ち時間

いきいきシニア 結婚・茶友・事実婚 パーティ・バスツアー 参加費のみ

おかげさまで創業56年の実績 月会費・見合い無料

●この仕事に興味ある町のお世話やさん募集!!

ゴゴゴ ヨイ フーフー

0120-55-4122

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

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・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]

ブライダル貸衣装 家庭婚プロデュース フォトブライダルスタジオ

HP

3/3 買取専門店 きんふじ

055-916-2109

グランドオープン GRAND OPEN

高価買取はきんふじにおまかせください!

高価買取 ダイヤモンド (色石もお任せください!) 高価買取 ブランド時計 高価買取 ブランドバッグ

即日現金 査定0円 出張買取 手数料無料

買取金額保証!

来場者 全ての方に 人気唐揚げ店の唐揚げサービス券引き換え券

Information 055-916-2109

清水町玉川1122-4 10:00~18:00 不定休 有(3台)

きんふじ清水町柿田川店

LINE査定はこちら

毎月月末にご自宅へお届け! アプリダウンロードでもmypooを持ち運べます!

mydo COUPON

有効期限 2024.04.30

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下さい

●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。●クレジットカードご使用の際は、各店にてご確認下さい。●有効期限は店によって異なる場合があります。掲載広告をご確認下さい。●現金とのお引き換えは出来ません。

クーポンに関するお問い合わせは、各店舗へ

スマホでもクーポン使えます!

詳しくはmydoモバイルサイトへ

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り込みがあった場合はトリミング対応か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

提供/不あんふあん柿田川店

松井 千隼くん 2018.3.7

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、

この春、チャレンジしたいことを教えて下さい!

読者の皆様のVOICEの一部をご紹介します。

春から子どもがお弁当です。スーパージャーのレシピを覚えて、沢山作ることにチャレンジしたいです。(O.U.49)

ママ友達とランチします! 体操教室に行つて、体を元気にしたいと思つています。(I.M.59)

手作り時短料理。SNSを見て作る。(M.K.74)

ヨガ。少し体を動かしたい。(S.N.36)

推しのミュージシャンのコンサートに行くこと。(T.S.53)

断捨離。(I.Y.52)

スバリ「ダイエット!!!」毎年同じ。(I.M.74)

楽器を習ってみたい。(M.M.59)

体力の衰えを感じるの、なるべくエレベーターを使わず階段の昇り降り頑張りたいと思つています。(S.J.50)

一人温泉を楽しむ。子供が成人し手が離れたので一人時間を有意義に過ごしたいです。(H.J.47)

資格取得。(U.K.39)

転職活動。(I.A.40)

運動習慣づくり。(S.H.27)

ずっと決つていた掃除!歳のせいか物の置いている場所を思い出せなくなつてきました!。(K.T.27)

筋トレして腹筋を割る。(N.H.42)

とにかく貯金!(T.D.30)

ジムでスタジオでzumbaを踊りまくる。(I.Y.52)

夏に向けての身体づくりを本格的に開始していきます!(M.K.59)

支援センターデビュー。(S.M.40)

テニスを夫婦で始めたいです!単身赴任から帰つて来ることになり、この春から始める予定です。(K.T.24)

ソロキャンプ。(O.Y.36)

ダンスを始めたい!(A.T.57)

毎日ウォーキング一万歩をめざす!(K.K.39)

一人時間の確保!自分磨き!!(A.T.40)

釣りにチャレンジしたいです。(O.A.26)

家族でキャンプ。(F.J.36)

ふるさと納税。(K.H.46)

スイミング。(S.H.55)

釣りにチャレンジしたいです。(O.A.26)

家族でキャンプ。(F.J.36)

ふるさと納税。(K.H.46)

毎日ウォーキング一万歩をめざす!(I.E.85)

何かを始めるには良い季節!無理のない範囲でチャレンジしていきましょう!(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 スポーツラブルネサンス・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 株式会社リック mydo編集部 カップ&コースター 1名様

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)

〒417-0826 富士市中里2561-22 株式会社リック mydo編集部 「4月号読者プレゼント係」

FAX 0545-31-2240 MAIL dokupure@lic-mydo.com

※Fの投稿はmydo 2024.6月号に掲載します。

SUZUKI

スぺーシア ハイブリッドG

JCO8モード
燃費消費率
(国土交通省基準)
30.4
km/L



車検込
自動車税込 車両本体価格
自賠責込 1,530,100円(税込)
オイル交換込 **1.3万円**(税込) ×84回
諸費用込 ボーナス3万円(税別)×14回

頭金なし!

家族に、
もう一つの
リビングルーム

SUZUKI

スぺーシア カスタム ハイブリッドGS

JCO8モード
燃費消費率
(国土交通省基準)
28.2
km/L



車検込
自動車税込 車両本体価格
自賠責込 1,801,800円(税込)
オイル交換込 **1.6万円**(税込) ×84回
諸費用込 ボーナス3万円(税別)×14回

頭金なし!

存在感を
強めた際立つ
スタイル

頭金無しで助かる〜♪

mydo見て「いいなー」と
思っていたけど、実は
行ったら違うかも…と不安でした。
でも説明も丁寧でひと安心。
ママ友の中にもキムラさんで
買った人もいて、
より安堵しました♡



フラット7とは?

車両代 購入時にかかる
登録費用込み
メンテナンス代 + 7年間の車検代・
オイル交換込み
税金 + 7年間分の自動車
にかかる税金込み

1ヶ月々 コミコミ! 1万円

しかも
頭金
なし!

新車の 軽自動車

7年間保証

車検込
自賠責込
オイル交換込
諸費用込
自動車税込

こんな方に オススメです!

- ✓これから子供の教育費にお金がかかる
- ✓今までクルマに高い修理費をかけていた!
- ✓これから車検代を気にしたくない!!
- ✓毎年の自動車税も気にせずに乗りたい!
- ✓メンテナンスをして、大事に長く乗りたい!

HONDA

N-BOX

JCO8モード
燃費消費率
(国土交通省基準)
26.1
km/L



車検込
自動車税込 車両本体価格
自賠責込 1,648,900円(税込)
オイル交換込 **1.4万円**(税込) ×84回
諸費用込 ボーナス3万円(税別)×14回

頭金なし!

生活を変える、
広さと使い
やすさ

HONDA

N-BOX CUSTOM

JCO8モード
燃費消費率
(国土交通省基準)
26.1
km/L



車検込
自動車税込 車両本体価格
自賠責込 1,849,100円(税込)
オイル交換込 **1.6万円**(税込) ×84回
諸費用込 ボーナス3万円(税別)×14回

頭金なし!

快適で、
スタイリッシュ
な毎日。

JCO8モード

燃費消費率
(国土交通省基準)

25.2
km/L

SUZUKI

アルトA



車検込
自動車税込 車両本体価格
自賠責込 943,800円(税込)
オイル交換込 **0.9万円**(税込) ×84回
諸費用込 ボーナス3万円(税別)×14回

頭金なし!

JCO8モード

燃費消費率
(国土交通省基準)

25.9
km/L

SUZUKI

ワゴンRスマイルG



車検込
自動車税込 車両本体価格
自賠責込 1,296,900円(税込)
オイル交換込 **1.2万円**(税込) ×84回
諸費用込 ボーナス3万円(税別)×14回

頭金なし!

JCO8モード

燃費消費率
(国土交通省基準)

25.0
km/L

SUZUKI

ハイフラットハスラーG



車検込
自動車税込 車両本体価格
自賠責込 1,387,100円(税込)
オイル交換込 **1.2万円**(税込) ×84回
諸費用込 ボーナス3万円(税別)×14回

頭金なし!

JCO8モード

燃費消費率
(国土交通省基準)

35.2
km/L

DAIHATSU

ミライースL



車検込
自動車税込 車両本体価格
自賠責込 874,800円(税込)
オイル交換込 **0.8万円**(税込) ×84回
諸費用込 ボーナス3万円(税別)×14回

頭金なし!

その他、オールメーカー・全グレード・全カラーから選べます!

月々1万円から乗れる

フラット

(有)キムラモータース沼津

●ショールーム営業時間/10:00-18:00

TEL.055-923-1107

ご来店の前にお電話頂けますとありがとうございます

ららぽーと沼津近く!



お車のことなら何でも
店頭スタッフへお気軽
にご相談下さい!

HPでもお調べできます!

フラット7 沼津

検索

お金の小学校講師が教える

緊急開催!

知識ゼロでも安心!

ついにスタート新NISA
徹底活用!

参加無料

- 制度が改正される新NISAについて知りたい方
- iDeCoのメリット、デメリットについて知りたい方
- 新NISAとiDeCoの活用方法を知りたい方
- 老後破産したくない方
- 資産運用の基本を知りたい方
- 教育資金や老後資金などを効率よく準備したい方
- 退職金などのまとまった資金を活用したい方
- 効率よく家計の見直しをしたい方

人生を快適に歩いていくうえで『健康』は大切です。もしもあなたにお医者さんの知合いや友人がいたら、安心して今後の人生を歩いていけるでしょう。

なぜなら『健康』の専門家について相談できるからです。

しかし大切な事は『健康』だけではありません。

『家族や友達との旅行や食事』『一生続けたい趣味』『ずっと欲しかった』...など、楽しさや豊かさと同じくらい人生には大切です。そしてそれらには必ず『お金』がかかります。

『お金』の専門家が知合いや友人にいたら、お医者さん同様、いつでも相談でき楽しく豊かな人生の計画が立てられると思いませんか?

昔の様に、貯金してれば利息が増えていく時代ではありません。何から始めたら良いか?何を知っておくべきか?

そういった方々が最初の一步を踏み出す為に必要な『お金の基本』『資産運用の正しいはじめ方』を、『お金の町医者®』としてわかりやすくお伝えするセミナーを開催します。



原野千鶴

静岡県浜松市出身大手生命保険会社にて育成所長を経て独立。保険だけではなく、ご相談をお守りできないと確信し、個人・法人のご相談者に向けてIFAとして最適な運用方法をご案内しております。学校教育や金融機関では教えない、資産運用の基本的なルールや失敗しにくい考えを中心に、プロが実践している資産運用について、お金の働いてもらう事をわかりやすく解説しています。ご相談者を自分の家族と思ひ、「100年先もあなたとあなたの家族のそばに」の企業理念を念頭に、日々相談を受けている。年間の相談件数は500件超、セミナー開催は年間50件を超えている。
資格:AFP・証券外務員二種・年金総合診断士・相続診断士



小長谷晶充

静岡県富士市出身、県内の高校・大学を卒業後、リフォーム会社等を経て株式会社CRANEのファイナンシャルプランナーとして、個人向けのマネーセミナー開催や個別相談を実施。法人には、企業型確定拠出年金の導入を推進中。相談内容は、全般的なマネープランから、資産運用、家計の見直しなど多岐に渡り、誰にでもできる資産形成方法や、家計管理の基本的な考え方を日々広めている。大学卒業後から積極的に資産運用をしており、自身の経験も踏まえたアドバイスが好評。
資格:CFP・証券外務員二種・年金総合診断士



高橋亜理沙

1987年山梨県富士吉田市出身。高校卒業後、営業事務やアパレル販売、保険会社等を経て、現在株式会社CRANEにてIFAとして、正しい資産運用の方法をお伝えしております。これからの時代は、まじめに貯蓄をしていくだけでは資産の価値が目減りしてしまいくらいに必要資金が足りないなんてことになりかねませんので、正しい投資の知識を学び、自助努力による資産運用が必要不可欠です。しかし、私たち日本人は投資を学ぶ機会がなかったため、投資は怖いと思っておられる方が大半です。その様な方々に正しい投資の方法を知っていただきたいと思い活動しております。
資格:2級ファイナンシャル技能士、証券外務員二種



中野英徳

1973年北海道札幌市出身。北海道大学工学部卒業、ゼネコン、不動産会社、住宅瑕疵保険法人を経て現在、株式会社CRANEにて「住宅・不動産分野にも強い」独立系ファイナンシャルプランナーかつIFA(独立系ファイナンシャルアドバイザー)として活動中。住宅購入資金相談や家計の見直し、保険の見直し、資産形成など年間100件を超えるコンサルで培われた高い問題解決力で一人一人に合った改善策を数値に基づき客観的に分かりやすくサポート。また、問題解決だけでなく、相談者の問題を解決する能力、金融リテラシー向上にも重きを置いている。
資格:2級ファイナンシャル技能士、証券外務員二種、宅地建物取引士、エネルギー管理士、住宅ローンアドバイザー

IFAとは? "Independent Financial Advisor"の略で、独立系ファイナンシャルアドバイザーのこと。銀行や証券会社、保険会社などの金融機関に所属せず、中立的な立場からお客様にあわせたアドバイスをする資産運用の専門家です。日本ではまだ認知度が低いですが、米国ではリーマンショック以降、存在感を増しています。

4/12 金
10:00~12:00 (受付9:45~)
13:30~15:30 (受付13:15~)

13 土
10:00~12:00 (受付9:45~)
13:30~15:30 (受付13:15~)

会場
プラサ ヴェルデ
405会議室
(沼津市大手町1丁目1-4)

各回定員
20名様
限定
要予約

参加特典



IFAによる個別相談が
3回「無料」で受けられます。

お申込方法/

- 参加費：無料
- 申込人数：1組3名様までの申込可
- 応募締切：各回セミナー2日前まで

お申込み専用フォーム内に下記1~7の必要事項を記入の上、ご応募ください。

- ①参加者氏名 ②年齢 ③代表者ご連絡先 ④メールアドレス
- ⑤参加人数 ⑥お連れ様氏名 ⑦参加希望日時

※受付完了後、セミナー事務局より1週間以内に「受付完了通知メール」を送信してご連絡させていただき、当選発表と代えさせていただきます。
※応募多数の場合は抽選となります。※ご応募いただいた個人情報は、本セミナーの当選通知や運営に関わる関連会社との間で使用いたします。
※本セミナー後に、ご希望のお客様には金融商品等の勧誘を行う事があります。

お問い合わせ/ マネーセミナー事務局 Tel.058-201-0295 (平日10:00~18:00)

株式会社CRANE 緊急連絡先0120-55-9012 登録番号：東海財務局長(金仲)第170号

申込フォーム

