

gourmet beauty lifestyle job

7 MISHIMA マイドカー三島版
三島市・清水町・長泉町・堀部

2025 mydo

夏の体験特集

発行部数/68,200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
※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。

Magazines with jimoto and new attitude.

小学4年生～
中学3年生まで
対象

集まれ!
プロを目指すキッズたち。
モニター大募集!

カラダを最大限に動かすための
完全オーダーメイドの新メニュー!!

理学療法士・足のプロ監修
NインソールPARK

カラダづくりのプロ
THE UGOKI PARK

オーダーメイドインソール作り パーソナルトレーニング

① ケガを防ぐ、
一歩先の
専門チェック

② 履くだけで、
姿勢と動きを
チェンジ!

③ 正しい体の
使い方が、
未来の力に。

姿勢や足の使い方を調整し、ケガ防止・フォーム改善に!!

7/1に情報解禁!
気になる方は公式LINEを
登録してお待ちください!

Information
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

050-3749-3907
清水町新宿175-3 さとうテナント1F
月～木12:00～21:00、土10:00～18:00
毎金、日 有

HP LINE

夏の体験特集

Illustration of a woman in a yoga pose, surrounded by colorful circles and stars.

10年先の健康をつくる運動教室
Joy (ジョイ)

7月特長
長伏

1対1の専属レッスン!生活習慣から食事までサポート!

055-943-6797
三島市長伏614-3
9:00～21:00 (土:～16:00)
休 日
有 (3台)

HPはこちら/
Joy!
ジョイ

mydo クーポン mydo限定! 体験会無料!
※7月末迄

元気に暮らすカラダづくりのための
運動教室!「続けられる!」の声多数。
まずは無料体験会へ!

体験コース
始めるなら“今”がチャンス!
【完全無料!】体験予約受付中!

慢性的な腰・肩の痛みに悩んでいたら!/
☑1対1のマンツーマンレッスン
☑接骨院プロデュースで
カラダの正しい動きから指導
☑ご友人・親子など、
ペア・グループセッションOK

▼体験会の様子や詳細は下記HPから!

英会話 子ども英会話教室
Hello Kids Club 長泉校 (ハローキッズクラブ)

お子様の個性・年齢に合わせたレッスンで“楽しく”学べます。

080-5131-4987
開催場所
①三島市民文化会館:三島市一番町20-5
②南部地区センター:長泉町竹原211-30
9:00～19:00
有

HPはこちら/
mydo クーポン mydo限定! 教材費1,000円OFF!
※7月末迄

大好評「ABCリトミック」2会場開講!
夏の短期集中教室も予約受付中!

体験コース 新!2校開講!/
◆ABCリトミック(1才～3才/月2回) 5,000円
【三島市】三島市民文化会館【長泉町】南部地区センター

7/22(火)～夏の短期集中!英語教室/
【幼児】身の回りのものを英語で言える? (全4回) 5,000円
【小学生】英語で日本を知ろう! (全4回) 7,000円
【中学生】英語で日本を自慢しよう! (全4回) 8,000円

英検特別講座 ※オンライン有
英検Jr./英検 (全4回) 5,000円～

Take a shot!
kiss kiss kids & Pets

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

たくさんの投稿、お待ちしております!

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

募集要項 〇応募は6年生まで 〇写真は氏名での掲載 〇衣服着用 〇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に掲載されない場合有 〇応募状況により、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 〇皆様から応募頂いた個人情報コーナーに掲載される他、本人の同意を得ず第三者に開示・譲渡致しません

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

小林 つむちゃん
高橋 吹翠くん
稲葉 心繫くん
あつもりくん ちいかわちゃん
鴫田 誠之介くん
山本 唯翔くん

三島市 長伏 炭火焼肉 びか三島長伏店



29周年祭!仙台和牛一頭買い食べ放題!
コスパ最強!初のダブルグレードアップ無料!

M E N U [7月限定!]
100分食べ放題+ドリンクバー付
グレードアップ無料!
★おすすめコース(70品) ▶ 一押しコース(90品)
《お値段そのままグレードアップ!》 ▼ 通常4,280円(4,708円)
3,780円 (4,158円)
\店長イチオシ!国産牛・和牛あり!
★一押しコース(90品) ▶ プレミアム凍コース(100品)
《お値段そのままグレードアップ!》 ▼ 通常4,980円(5,478円)
4,280円 (4,708円)



☎055-982-5600

三島市長伏57-17
営業日 日11:00~14:30/17:00~23:00
土日祝11:00~15:00/17:00~23:00
休月
②有



mydoクーポン
さらに! [8月限定]
食べ放題ご注文の方
大人様人数分
500円OFF
※8月末迄

三島市 徳倉・梅名 タージマハール 徳倉店・梅名店



カレーが食べたくなったら
タージマハールへ!お得な
ランチクーポンご利用ください!

M E N U (税込)
\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!
・7月限定ランチメニュー **1,230円**~
内容は各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!

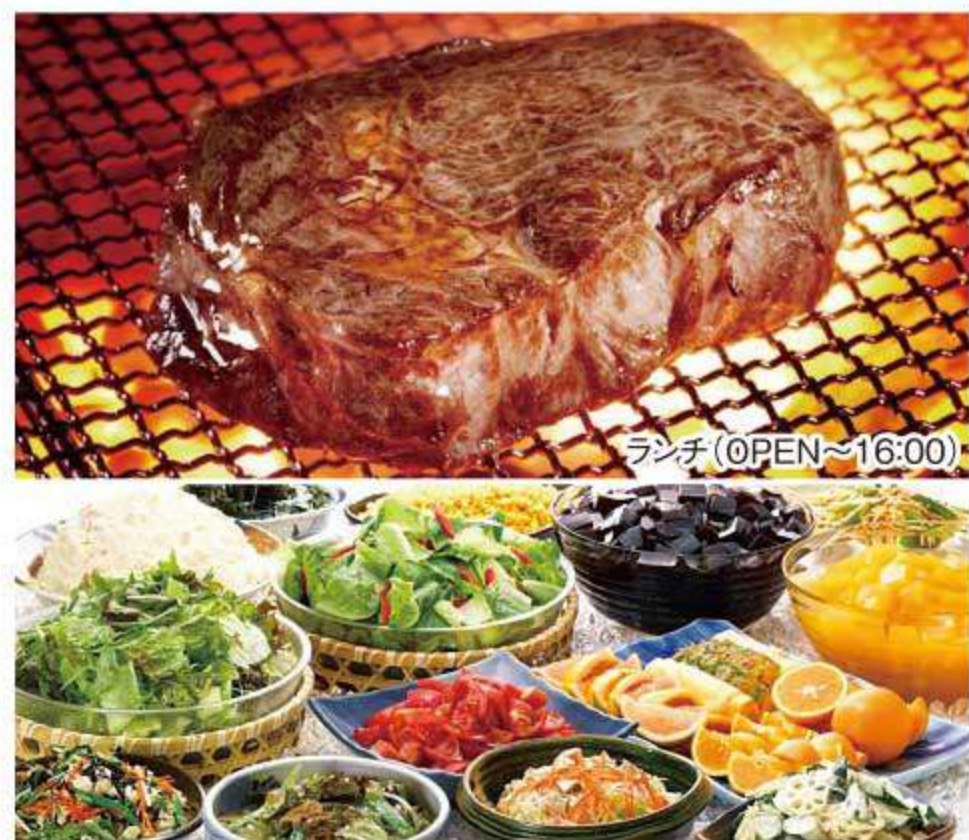
タージ
マハール

徳倉店: ☎055-987-9004
三島市徳倉4-37-6
休無休 ②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 休無休 ②有 (17台)
営業日 金11:00~15:00/17:00~22:00、
土日祝11:00~22:00



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%引き
※7月末迄

三島市 南田町 ステーキハウス ブロンコビリー三島南田町店



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!

M E N U (税込)
・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♪



☎055-991-5115

三島市南田町5-23
営業日 11:00~22:00、土日祝10:45~23:00
休無休
②有
ブロンコビリーで働きませんか?
webサイトまたはお電話にてお問い合わせください。



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
※7月末迄 ※1グループにつき1枚限り
※お一人様1枚限り ※お一人様1枚限り
※お一人様1枚限り ※お一人様1枚限り
(※デザート・飲み物のお楽しみは別途)

mydo 富士・沼津 三島版 限定! **グルメ情報掲載店募集!**

あなたのお店の「自慢のグルメ」を
mydoで地域の皆さまに紹介しませんか?
読者に絶大な人気の「グルメ情報」掲載枠が...

無料!
毎月抽選で当たる!



ご応募は
コチラ!
※一般のお客様
からのご応募は
ご遠慮ください。



爽やかなわさびの香りが際立つ
もっちりシャキシャキ食感

肉厚の昆布はもっちりとした食感で、噛むほど
に旨味がジュワ〜と広がる。さらに葉わさびのシャ
キシャキした心地よい歯ごたえ。わさびといっても
辛味はほぼなく、爽やかな香りが際立ちます。



お試し極旨わさび舞昆
通常1,080円のところ

1袋 132g **1,000円** (税込)

さらに 通常ではつかない 小袋おまけ付

初回送料無料 ※2回目以降は送料別途



噛むほどに
旨味がジュワ〜

先着
500袋
限定

一家族
お一人様
5袋まで

我が家の元気の秘訣は
発酵塩昆布「舞昆」

お申し込み
締め切り日
1本日より
週間

申込番号
22W係
とお伝え下さい

●ご注文はお電話で ●受付時間9:00~18:00(年中無休)

050-1880-3077

舞昆のこうはら
大阪府大阪市住之江区東加賀屋1-3-40

●ご注文から10日前後でお届け(製造状況により遅れることもあります)。●お支払いは、商品到着後14日以内に同封の振込用紙にてコンビニか郵便局にて【手数料無料】、または代金引換【手数料330円(税込)】。●返品・交換は未開封に限り、商品到着後8日以内(返送料お客様負担)。●2回目以降の送料は880円/税込(北海道・沖縄・離島は1,210円/税込)。詳しくはお尋ねください。 ※お預かりした個人情報は発送・案内などの業務に限り利用させていただきます。



美と健康

Beauty, Hair, Nail, Esthetic
Relaxation, Clinic, Fitness

竹原 Renata (レナータ) produced by claro



お顔の輪郭に合う似合わせカット
日頃のお手入れ・セットの楽さは
カットで決まります!!

M E N U (税込)

新スタイリストデビューキャンペーン!
新規ご予約受付中!

◆カット 2,750円
◆スタンダードカラー 4,950円

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
休日、火、不定休
◎有

▼予約はこちら



mydoクーポン
「mydo見たよ」で
上記価格に!
※7月末迄

納米里 プレシャス PRECIOUS



なぜ40代からの女性に
カラーエステが支持されるのか?!

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回目の施術がなんと無料です!

※2回目の施術は1か月後に予約をお願いします。
※2025年7月31日迄

Precious

☎055-987-5571

長泉町納米里172-17
チェリー・ロザム102
営業 9:00~18:00 休月・火
◎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!

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

有効期限 7月1日~7月31日迄

- 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!!

詳しくは
mydoモバイル
サイトへGo!



三島
mydo
クーポン
有効期限 7月1日~7月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限 7月1日~7月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限 7月1日~7月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限 7月1日~7月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限 7月1日~7月31日迄

三島
mydo
クーポン
有効期限 7月1日~7月31日迄

矢田歯科医院



口腔乾燥症(ドライマウス)について

Vol.181

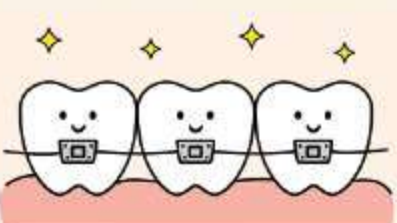
矯正中の患者様へ

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
ぐらには「圧迫感」を感じると思われ
ますが、何日間も「痛い」と訴える
場合は、床の部分が強くとたっている
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下
顎の骨の成長を前方へと促すための装置です



第2期

ワイヤー・ブラケット(場合によっては
ゴム使用)矯正においては、個人差があ
りますが歯に力を加えることで歯槽
骨の吸収と再生を繰り返して歯を動か
します。その際に起きる炎症が痛みの
原因です。矯正治療においては「痛
み」は避けられません。(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
が、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ないことです。

口腔乾燥症(ドライマウス)について

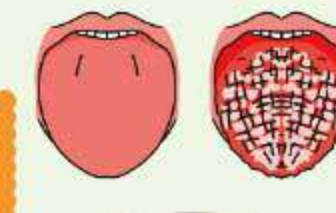
唾液の分泌が低下して、口が乾いた状態のことをさします。

軽度

口の中のネバネバ感
ヒリヒリ感
虫歯になりやすくなる
口臭

重度

強い口臭
舌表面のひび割れ、痛み
摂食障害 味覚障害
会話しづらい



唾液の作用

- 抗菌作用 様々な抗菌物質により細菌の発育を抑制します
- 緩衝作用 酸性に偏ったお口の環境を中性に戻します
- 免疫作用 唾液中の免疫グロブリン*1が口腔内細菌に対して防御作用を示します
- 希釈・洗浄作用 細菌や食べかすなどを希釈し洗い流します
- 歯の保護作用 唾液中のタンパクによりペリクル*2を形成し歯を保護します
- 歯の再石灰化作用 脱灰して失われたカルシウムやリンを補い再石灰化*3させます

※1体内に病原体が侵入した時、排除する役割を持つタンパク質
※2歯の表面を覆う無色透明な「有機質」の膜
※3むし歯の損傷を自然に修復する現象

唾液がでる場所

耳下腺・顎下腺・舌下腺の3つの唾液腺から1日1000~1500mlほど
分泌されます

口腔乾燥症の原因

- 薬の副作用(抗うつ剤・鎮痛剤・降圧剤など)
- 口呼吸 たばこ
- 糖尿病 アルコールやカフェインのとりすぎ
- シェーグレン症候群
- ※自己免疫疾患:免疫系が誤って自身の体を攻撃してしまう病気のこと

口腔乾燥症の対策・治療法

- 【対策】
 - ✓ かみごたえのある物をよく噛んで食べる
 - ✓ 喫煙・アルコール・カフェインを控える
 - ✓ 鼻呼吸を心がける
 - ✓ よくしゃべり、歌う
 - ✓ 唾液腺マッサージをする
 - ✓ ガムを噛む(キシリトールガムがおすすめです)
- 【お口の保湿ケア】
 - ☆ スプレータイプ
 - ☆ ジェルタイプ
 - ☆ マウスウォッシュタイプ
 などがあります

ドライマウス、それ以外のどんな小さな事でも、お気軽に声をかけてみてください。



yata
矢田歯科医院
矢田院長
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)
夏季休暇:8/5PM~8/11まで 8/12より診療致します。



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

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。

1.5才からのインターナショナル英語教室

PASSこども未来塾

Produced by pass-edu-het

2025 英語で過ごす夏

SUMMER SCHOOL

2・3歳児
Pre School

年少～年長
Kinder School

テーマごとのアクティビティを
英語で楽しみましょう♪

7/30(水)・31(木)・8/1(金)
(1日から参加可能)

Pre School 10:00～12:00
Kinder School 13:30～15:30

小学生
After School

今年のテーマはFamily

7/4・18・25・8/22・29(金)

レッスン時間 16:35～17:35
(2日から最大5日間の参加可能)

小学生
Grammar Class

英語文法を日本人講師と学びます。
レベルによってスケジュールが変わります。

塾プログラム夏期講習

小学4・5・6年生対象

AI先生 (atama+)×PASSの先生の
ハイブリッド自立学習『FIX』
トライアル講習

算数(1Day)or 算数+国語(2Days)

小学1～6年生対象

情報を正しく正確に把握するスキルUP
速読解力講座

図形脳を育てる
KIWAMI AAA+トライアル講習

PASS NEWS!

土曜日クラス

Welcome
Saturday Class

秋から開講(予定)

- Pre School
- Kinder School
- After School

Information

055-939-6505

長泉町中土狩539フレスボ長泉2F
①幼児・小学部 月曜～金曜 10:00～19:00
②フレスボ長泉共有駐車場

HP Instagram

PASSこども未来塾
PASSフレスボ長泉校

This month's theme

読者の広場

読者のページ

今月のテーマは、

この夏楽しみたいこと

を教えてください!

読者の皆様の VOICE / の一部をご紹介します。

大好きな野球観戦。普段、学校に通いながらアルバイトをしています。貯めたお金で東京ドームにプロ野球を観に行きます。楽しみです! (TY・19)

海外旅行に行くこと!! (TS・28)

なんとかして暑さと暑い!を楽しみたい! (SR・54)

初島に行つて釣りを (KD・43)

冷やし中華の食べ歩き (SY・63)

美味しい氷が食べたいです (HJ・49)

たくさん推したちの聖地巡礼に行きたい! (SM・46)

久しぶりに来日する海外アーティストのLIVEに参戦! (OM・55)

経験者のお友達と初登山予定。日ごろと違う景色、山中での簡易調理など。しかし日ごろの運動不足のツケが怖くもあり...! (SA・38)

海水浴です。昨年は一回しか行けなかったから (TM・60)

子どもを連れて流れるプールに行つてみたい (SM・45)

花火大会を舟から鑑賞すること (KT・66)

家族で川でバーベキュー!! (ST・44)

昨年購入したにも関わらず、未開封のテントを組み立てる (MK・52)

第三子が七月一日に誕生します! 家族五人で八月のどこかの花火大会へ行けたらいいと思います (KY・38)

今年こそは花火大会に行つて迫力を楽しみたい! (TN・44)

大阪万博に行こうか考えている。せつからだから大阪観光も兼ねて (AO・47)

サッカー観戦 (SH・48)

高校野球観戦 (TY・46)

旅行に行つて温泉を満喫する! (SM・32)

孫と遊ぶ (SK・70)

ナイトプールへ行つてみたい (KA・33)

子どもと水遊び!! 小六の息子がまだ水遊びをしないと... いうまで一緒に遊べるか分からないから、全力で相手をするつもりです! (SY・33)

家族でキャンプがフェスに行きたいです! (TN・42)

出産後初めての夏なので、熱中症に気を付けながら美味しい冷たいスイーツを食べにお出かけしてみたい (SA・32)

富士登山 (KK・63)

大人な豪華海鮮BBQをテーマにでっかいホタテなどを焼こうと思います (WM・44)

地域のお祭り (OM・74)

暑い夏がやってきます。体調に気を付け楽しみたいですね!! 編集部より 他エリアのmydolはHPから

SPORTS CLUB & SAUNA SPA RENAISSANCE

ルネサンスのスケジュールで見つかる! 新しい習いごとを体験しよう!

体験レッスン 随時受付中!

ジュニア・親子ベビー スイミングスクール

Enjoy Swimming

①「楽しい」から「好き」をつくる

「好き」という感情は多ければ多いほど、将来の好奇心を刺激し、自己成長に繋がります。たくさんの「好き」「楽しい」と思える種を蒔きましょう。

②「好きを伸ばす」から「続けられる」

「好き」が進化して自分でやってみようという欲求が生まれてきます。この気持ちを伸ばすために、自主性を伸ばします。

③「好きが楽しく」から「うまくなる」

自信を積み重ねてあげたいから、30段階の無理のない進級制に、「好き」という気持ちを継続でき、集中して取り組む姿勢が身につきます。

幼児クラス

水慣れからバタ足までの基礎動作を
楽しみながら習得します。

週1回/月4回 7,040円/月 (税込)

- 幼児・小学生クラス クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの4泳法習得し、その後タイム向上を目指します。
- 小中学生クラス (平日)週1回/月4回 8,580円/月(税込)
- 中学生クラス (土日)週1回/月4回 9,240円/月(税込)

WEB予約はこちら

親子ベビー

プールで親子のスキンシップを
図ることで、お子様の心身の発達を促します。

月4回フリー 4,950円/月 (税込)

短期水泳教室スケジュール

この夏、ルネで「できた!」を味わおう!

【受付開始】6月1日より

夏の水泳教室

ルネサンスのスクールは「エンジョイ」がモットー

クラス	期 間	時 間	対 象	定員	受講料
1期 4日間	7/29(火)～8/1(金)	9:00～10:00	3才～12才 水慣れ～バタフライ	100名	6,600円(税込)
2期 4日間		10:45～11:45		150名	
3期 4日間	8/5(火)～8/8(金)	9:00～10:00		100名	
4期 4日間		10:45～11:45		150名	
5期 4日間	8/19(火)～8/22(金)	9:00～10:00		100名	
6期 4日間		10:45～11:45		150名	

まずはスマートフォンからご予約!

レッスン内容、お時間など詳しい情報は ルネサンス・トーア沼津 短期教室 検索

カワイ体育教室

対象 年中～小学生

曜日 木・土(年間計約40回)

月会費 6,600円(税込)/月

ヒップホップダンススクール

対象 小学生～中学生

曜日 火・水(月4回)

月会費 7,150円(税込)/月

チアダンススクール

対象 4才～中学生

曜日 水(月4回)

月会費 7,150円(税込)/月

空手スクール

対象 5才～中学生

曜日 金(月4回)

月会費 7,150円(税込)/月

KIDSFIT (キッズフィット)

対象 4才～小学2年生

曜日 金(月4回)

月会費 8,030円(税込)/月

パパママペア会員

お子さまがジュニアスクール在籍のご父母限定!!

月々 5,005円/1人 (税込)

ジムやプール、スタジオプログラムを営業時間内全て使えます。

ご入会までの流れ

店舗のWEBページから、お客様情報、ルネサンスカードのお申し込みを登録します。
【ルネサンス・トーア沼津】で検索ください。
下記、記載のものをご用意の上、店舗へお越しください。

●入会金:3,300円(税込)
●会員登録発行手数料:6,050円(税込)
●初月分の月会費

※入会金・入会費は、お申し込みの際に、お振込みください。
※一部、WEBでの口座設定ができない金融機関。必要なものがある金融機関もご紹介しますので、予めご了承ください。
※ジュニアスクールには指定用品の購入が必要です。詳しくはお問い合わせください。※初回のお支払いは、クレジットカードでもご利用いただけます。※法人会員の特典、必要なものは異なります。別途お問い合わせください。
ご入会の方は、イオネットサンスカードへのお申し込みが必要です。
●月会費はイオネットサンスカードから引き落としいたします。●カード年会費は無料です。
●18歳未満の方は、保護者の方の名義でお申し込みいただきます。

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 10:00～20:00
受付時間 日・祝 10:00～17:30(休館日) 月曜日・年末年始

東海道線沼津駅より車で5分
大型駐車場200台完備

カーナビをご利用の際は、下記住所を入力してください。
沼津市大岡1431

※カーナビの機種により最寄りの入力がない場合があります。

ENJOY!

みんなで盛り上がるなら、
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** (税込)
◆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

プラサヴェルデ
JR沼津駅3分
有料P有 (1時間100円)

8/10(日)
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
総合福祉カウンセリングセンター

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。
日常生活の様々な場
面で役立つ、履歴書に
書ける資格を効率的に
半日で取得可能。修了
証が即日発行されるの
も魅力です。学生さん
や子育て中の方からご
できます。

年配の方まで幅広く人
気の講座です。
受講料は修了証代込
みで3,800円。
問合せ・申込みは
NPO法人総合福祉カ
ウンセリングセンター
046・874・4
745へ。
土日祝も受付可能、ホ
ームページからも予約
できます。

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。

NPO法人
総合福祉カウンセリングセンター

城本クリニックは
多くの患者様に選ばれ続けて、
「開院37年」を迎えました。

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。

0120-107-929
シロモトクリニック

二重まぶた 埋没法(1年・永く保証) 両目……55,000円～	しわヒアルロン酸 正規品・高品質 1本……85,000円	しわボトックス 額……18,700円 眉間……11,000円 目尻……11,000円	まぶたのたるみ取り 目の上……440,000円 目の下……440,000円 フェイスリフト・ミニリフト等
しみ・毛穴・そばかす ステラM22で美肌 両頬トライ……10,780円 シミレーザー……11,000円～	ニキビ・ニキビ跡 ケミカルピーリング 全顔(初回)……7,700円 ダーマペン4・カラーゲンピール	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	医療ハイフ 顔全体+あご下 1回……65,780円
ワキガ・多汗症 汗止め注射……18,700円～ 根治手術……264,000円	イレズミ除去 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～

大人気 糸リフト(フィオラ)
10本……150,000円

城本クリニック静岡院 無料相談 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 隆鼻術、立ち耳、でぶこ、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、美容注射・点滴、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!

北街道 新静岡駅 新静岡セパビル 静岡丸井 静岡丸井ビル7F 松坂屋 国道一号线 JR静岡駅 バルシェ ホテルアソシア

子どもが小さくても大丈夫!
幼稚園に行っている間に無理なくお仕事できます。

**配布スタッフ
大募集!**

担当地区を持っていたき、
週に1回会社様から
お預かりしたチラシ等を
配布していただきます。
月に1回、情報誌mydoと
一緒に配布が
あります。

配布が向いている人

- ✓ 動くことが好き!
- ✓ 自分のペースで
お仕事したい
- ✓ 運動不足の解消をしたい
- ✓ 自由に使える
お小遣いがほしい

【配布期間】毎週月～金曜日
【配布時間】6:00～20:00
【報酬】完全出来高制(業務委託)
月5,000円～30,000円程度
【説明会】6/30(月) 10:00～
7/14(月) 10:00～

配布期間内であれば好きな時間
にお仕事できるので、急な子どもの
体調不良や子どもの行事などが
ある日は自分で決めてお休みに
いただけます

説明会と初回同行配布あり

【応募】受付・お問合せ
はLINEまたはお電話
にてお願い致します

0120-045-139
担当:佐野

Information 0545-31-2239
富士市中里2561-22
9:00～18:00
日・祝日

株式会社リック

業務拡大につき
メール便 (宛名付)
配布スタッフ募集

隙間時間で自分らしく!
自転車で! バイクでもOK

ご自宅周辺で募集中!

- 給与: 出来高制 3,000円から20,000円程度 (頑張りが次第で、さらに稼げます!)
- 時間: 8:00～20:00 ※ご自身の可能な時間で稼働
- 担当場所: ご自宅周辺など・配布物はお届け可能
- お仕事頻度: 月に数回 (配達件数によります)

20代から70代まで活躍しています!

未経験者歓迎・経験者優遇

急募

スマホから1分で応募!

Information 0120-045-139
富士市中里2561-22
月～金10:00～18:00
担当:土屋・佐野

株式会社リック

受講料最大 **50%OFF** キャンペーン

ニチイの医療事務講座

期間 2025年 7月21日(月)

※通学コースは5～7月開講クラス対象

通学コース 通常価格 64,000円 **32,000円** (税込) **50%OFF**

通信コース 通常価格 47,850円 **28,710円** (税込) **40%OFF**

さらに、ニチイに就職すると 受講料キャッシュバック! ※条件あり

医療事務の魅力とは? ライフスタイルに合わせた働き方ができ 家庭と仕事を両立しやすい! 医療機関は増加傾向にあり 社会の変化にも左右されにくく 長く安定して働ける!

詳しくは下記まで、お気軽にお問い合わせください!

Information

ニチイ 沼津校

0120-781-023

沼津市大手町 3-8-23 ニッセイスタービル1F

平日9:00～17:15

土日祝 無

YouTubeで動画公開中!

WEBで確認! 適性チェックリスト

ネイティブ講師と **楽しく英語に触れよう!**

土曜児童英語倶楽部

イームスの **「学習」** アクティビティ

歌 ゲーム **START!**

お話し お遊び

今年度の夏は英語で遊ぼう!

1回からお気軽に参加できます!

日時 毎週土曜 12:30～13:30

期間 7月～9月

対象 小学1～3年生・定員6名

料金 スクール生 700円 (1回)
一般 1,000円 (1回)

詳しくはこちらをチェック

Information

三島で英語を学ぶなら 英会話スクール イームス

055-972-2100

三島市日の出町6-35

13:00～22:00

毎日 有

無料体験レッスン開催中!

子供から大人まで 様々なレッスンをご用意! 詳しくはスクールHPで▶

mydo X 極楽湯 RAKU SPA

お風呂って、自由ですか? 6.19(Thu)～7.15(Fri)

詳しくはコラボHPへ

©創通・サンライズ

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※シーズン料金期間中は土日祝料金+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7月31日(木)迄

mydo X 極楽湯

有効期限 2025年7月31日(木)迄

mydo X 極楽湯

有効期限 2025年7月31日(木)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)

「心託」なら1つの窓口でまとめて解決できます!

保険 介護 入院 葬儀 お墓 相続

資料請求で エンディングノートを 無料プレゼント

頼れる人がいない! 人生後半はどうなる?

自宅で一人倒れたら、誰が見つけてくれるのか。一人暮らしで認知症になったら、誰が気づいてくれるのか。入院中に買いたい物が必要になったら、あるいは、介護施設から通院することになったら、その時は誰が買い物や付き添いを引き受けてくれるのか。

考えてみれば、頼れる人がいない! その時になってようやくそのことに気が付く人は少なくありません。中には「家族がいるから大丈夫」と考える人もいますが、夫婦も

いずれはどちらか一人になるし、子供だっていつまでも近くにいないとは限りません。

誰しもが直面し得るこの問題に対し「自分は大丈夫」とあなたは断言できますか?

ずっと頼れる人がいるから、もう怖くない 私たち一般社団法人終活協議会が提供する心託(しんたく)サービスは、入院中の買い物や通院への付き添い、安否の見守り、入院手続き、介護施設探し、身元保証といった生前サポートから、葬儀、納骨、相続のための公正証書作成といった亡くなった後の手続きまで、すべてを一つの窓口を通じて対応しますの

で、生涯を通じて頼りにして頂けます。

終活協議会は、シニアの聖地として知られる東京の巣鴨からスタート。北は北海道から南は沖縄まで、全国四十七都道府県すべてに支部を構え、身寄りのないおひとりさまや、家族がいても頼れない方々などから多くのご相談を承っています。

まずは、心託でお手伝い出来ることをまとめた資料をお送りします。

資料をご請求頂いた方には、終活に役立つエンディングノートも一緒にお届けしますので、ぜひ将来への準備にお役立てください。

資料請求はお電話で **無料**

「資料送付を希望」とお伝えください

050-1880-8340

受付時間 10:00～17:00(年中無休)

一般社団法人 終活協議会 想いコーポレーショングループ

〒170-0002 東京都豊島区巣鴨2-11-4 第3高橋ビル11F

サービス詳細・料金をこちらの資料でご案内します

入会金:1万円(税込)/身元保証・死後事務などの各種サービスは、入会金とは別料金となります。※月額・年会費無料/資産開示不要。代金のお支払いは銀行へのお振り込みとなります。お振り込み手数料はお客様のご負担となります。お客様の氏名・住所などの個人情報は、弊社サービスのご案内・資料のご送付以外には使用いたしません。

Studio & Costume
ESTACION
-Heian-

Hatachi no
Owai

二十歳の振袖
ご予約展示会

ご予約制

2027年 令和 9年(対象年月日)
▶平成 18年 4月2日生～平成 19年 4月1日生

開催日 2025 8/8 金 9 土 10 日
各日 AM9:00～PM4:30

2028年 令和 10年(対象年月日)
▶平成 19年 4月2日生～平成 20年 4月1日生(現高校3年生)

開催日 2025 8/25 月～9/7 日 各日 AM9:00～PM4:30
ご予約受付 8月16日(土) AM9:00より

衣裳のご紹介はこちら

衣裳レンタル
(互助会会員様)
39,600円
～211,200円

※美容着付け・写真撮影代は別途となります。

ご成約特典

- 純白のショールをお付けして貸出
- 成人式にご利用いただいた振袖は1年間、1回税込16,500円で何回でもご利用いただけます。
- ご卒業袴をご希望のお客様に無料で貸出
- 選べる記念品プレゼント

お問合せ・ご案内・ご予約は下記より /

Information

Studio & Costume ESTACION -Heian-

055-923-5550
沼津市大岡1929-1
9:00～18:00
※衣裳受付時間は16:30までとなります。

otakara
おたからや

マックスバリュ長泉中土狩店

0120-448-055

高価買取

ブランド時計

ロレックス
スポーツモデルも
レディースも買取強化!

ブランドバッグ

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!

ダイヤモンド色石

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7月31日(木)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7月31日(木)まで有効

Information

otakara
おたからや
マックスバリュ長泉中土狩店

0120-448-055
長泉町中土狩567-1
10:00～18:30
静岡県公安委員会:第49105000831号 R7-1J 077
※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。

最新のイベントニュースをチェック!

EVENT NEWS

7/7 水辺で乾杯2025

毎年恒例の「水辺で乾杯イベント」を開催いたします。午後7時7分に全国の水辺で一斉に乾杯を行います。みんなの願いを飾った笹の葉トンネルもあります!ドリンク、おつまみの販売、LED提灯の販売など、皆様ぜひ川の駅へお越しください。
https://www.kawanoeikiizugateway.com/
川の駅 伊豆ゲートウェイ函南
055-979-7048

7/21 ボンジュール! みしまコロケ2025

7月は「みしまコロケ」の誕生月。公式ソング「みしまコロケンロール!」と「みしまコロケ音頭!」と一緒に踊ってお祝いしよう!先着200人にみしまコロケを1個プレゼント! (午前10時から引き換え券を配布します。)
みしまコロケの会事務局(三島市商工観光まちづくり課)
055-983-2766

7/26 夏休みも牛乳飲も一ゼ (丹那牛乳試飲販売)

学校給食のない夏休み期間中、子供たちやご家族の健康をサポートすべく、丹那牛乳は「夏休みも牛乳飲も一ゼ」と題して試飲販売を実施します。牛乳にはカルシウムをはじめとした栄養素はもちろん、熱中症予防の効果も! 函南の駅 伊豆ゲートウェイ函南
055-979-1112

7/26 かんなん知恵の和館「夏休みわくわくまつり」

①手形スタンプと己書で自分だけのうちわを作ろう!
②SPACおはなし劇場「どうぞのいす」事前申込制です(7/1～申込開始)。詳細はお問い合わせください。
函①函南町子育て交流センター055-979-8800
函②函南町立図書館055-979-8700

7/26-27 第78回沼津夏まつり・狩野川花火大会

情熱と感動が舞う2日間、家族や友達を誘って出かけよう!盛り上がる伝統と文化を彩る見ごたえある催しが勢揃い。東海地方最大級の規模を誇る花火大会では、2日間で約1200発が沼津の夜空を鮮やかに染め上げます。
沼津夏まつり実行委員会(沼津市観光戦略課)
055-934-4747

今月のフリマ情報

7/19 三島マックスバリュ伊豆長岡店 9:00～12:00
7/21 三島南二丁目広場 9:00～12:30

※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。

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 5名様

02 まさごグループ 共通お食事券500円分 5名様

03 季節の台所 青川 お食事券1,000円分 5名様

04 HOTEL&SAUNA FUJINOS プライベートサウナ無料招待 3名様

05 Cyami (チャミ) DECORTEリボソムサンプル6回分 6名様

06 つま恋リゾート彩の郷 ウォーターパークデイチケットご招待券 5名様

「病院選びについて」のアンケートにご協力ください

A 病院を選ぶときに参考にしたいものは? (複数回答可)
1.紹介・口コミ 2.ネット検索 3.チラシ 4.フリーペーパー 5.Googleマップ 6.看板など 7.SNS 8.自治体からの案内・地域情報 9.特に参考にしない

B 病院を選ぶときに重視するポイントは? (複数回答可)
1.自宅や職場からの近さ 2.予約が取りやすいか 3.先生やスタッフの対応 4.待ち時間が少ないか 5.清潔感や設備の新しさ 6.症状に合った診療科があるか 7.駐車場の有無 8.クレジットカードや電子マネーが使えるか 9.オンライン予約ができるか 10.オンライン診療に対応しているか

C 病院の広告や情報は、どんな時にみると助かりますか? (複数回答可)
1.風邪・インフルエンザが流行っている時期 2.花粉症やアレルギーがひどくなる季節 3.健康診断・予防接種シーズン 4.引越し・転職など生活が変わったタイミング 5.子どもの体調変化が増える時期 6.常時とると助かる

D 病院の広告や紹介記事を見たときの印象は? (複数回答可)
1.参考になる 2.医師や方針が分かって安心できる 3.雰囲気や設備が分かって行きやすい 4.信頼感が高まる 5.あまり気にしない 6.ネガティブな印象がある

E 今月のお願い:5年後の自分へメッセージをお願いします

応募要切 7.31

※皆様からお寄せ頂いた個人情報、主にプレゼント発送に使用するほか、個人情報を含み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、賞品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)

左記アンケートにお答えください。

スマホから簡単応募!

宛先
〒417-0826 富士市中里2561-22
株式会社リック mydo編集部
「7月号読者プレゼント係」
FAX 0545-31-2240
MAIL dokupure@lic-mydo.com

OPEN HOUSE

清水町長沢 | 現場見学会



洗練された空間で絶景を楽しむ2階リビングの住まい3LDK
エアコン1台で年中快適! 会場でぜひご体感ください!

予約不要 7.26 SAT 7.27 SUN
[OPEN] 10:00-16:00

おすすめPOINT



憧れと住みやすさと追及しました!
ブラックのストリップ階段が大人スタイリッシュなデザインと2階リビングで楽しむ陽ざしと景色が日々の暮らしを上質に演出します。高効率ハイブリッド給湯器や、天候に左右されない衣類乾燥機「乾太くん」、年中快適な全館換気システムなど、スマートな設備にも注目です。

Information

〈予約不要 見学会〉
7/26.27
場所: 清水町長沢265付近

7/26・27は予約不要開催!
ゆっくり、じっくり見たい方は事前のご予約をおすすめします。
★シン・静鉄ホームズ(HEAT20-G2グレード) UA値0.45m²/(m²・K)、C値0.5cm/m²、耐震等級3



ご来場は
こちら!



静鉄ホームズ 静鉄ホームズ三島店

055-955-8124

三島市松本27-1 (SBSマイホームセンター三島展示場内)
10:00 ~ 18:00 休/毎週火・水 P/有

材木屋から始まり創業65年! **三島** 中心の地域に **みっちゃく** 不動産
不動産を **売りたい! 買いたい!** なら
タイキ に行こう!

あなたに合う物件をご紹介! お気軽に お問い合わせください!

どんな住まい物件をお求めですか?

✓何から始めて良いかわからない方も大歓迎!
✓ご予算やご家庭の状況に応じた物件をご紹介します♪

空き地・空き家はありますか?

✓税金・住み替え・手元の資金など売却に関するお悩みご相談受付中!

◆三島市立南小・南中出身
◆PTA、おやじの会参加
三島出身で、地域行事や学校関連でも積極的に活動中です。不動産の知識はもちろん、地域性やライフスタイルの変化など、お悩みやご希望に合わせてご提案いたします! 「売る」も「買う」も納得いくまでとことんご相談ください!

あなたの住まいパートナー: 大川 (おおかわ)

タイキはココ!
055-972-1780
静岡県三島市南二日町26-12
9:00 ~ 18:00 日
宅建業: 静岡県知事免許 (6) 第11449号
建設業: 静岡県知事許可 (般-03) 第26598号

人生100年時代のパートナー探し
こんな時代に原始的かしら? 大好評!!

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

親御様代理見合参加費のみ・相談無料!
大好評!! 参加費のみ
親の代理見合、毎月開催!!
今の時代結婚までが子育てです。
恋愛は心身共にさびない
美容と健康の源。
腹をくくらないと、生涯独身なんてできません。
意外少ないですよあなたの人生の持ち時間!
生涯現役、生涯青春、生涯学習
あきらめないで!! 一度限りの貴方の人生
後悔なく、自分らしく、楽しく
ホッとする安心、
幸せをみつけれませんか?
2人になんと幸せは12倍
悲しい事・辛い事は12倍になります。

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》
※未入籍を希望される方もOKです!!!
パーティー・カラオケパーティー参加費のみ
おかげさまで創業57年の実績
月会費・見合い無料
0120-55-4122
このチャンスを!!
●この仕事に興味ある町のお世話やさん募集!!

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 070-2012-2252 (こちらでも可)
日本プライダル共同組合関東本部
官公庁ファミリークラブ関東本部
浜松・静岡・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]

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

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