

UKIUKI PRESS ぶきねすき

企画・制作/有限会社ビーエス広告社 うきうきぶれす制作部
 〒869-0606 熊本県宇城市小川町河江1-1 (イオンモール宇城バリュー内)
 TEL) 0964-43-5047 FAX) 0964-43-5048
 (E-mail) info@uki-pre.net
 (URL) http://www.uki-pre.net/ うきうきぶれす 検索

2010.6.25 No.55
7
 FREE PAPER

配布エリア 宇土市、宇城市(三角・松橋・不知火・小川・豊野の一部)、八代市の一部(中心地区・鏡町)、八代郡氷川町、上天草市大矢野町の一部(中心地区)、上益城郡嘉島町の一部(中心地区)、熊本市城南町の一部(中心地区)、富合町の一部(中心地区)

毎月25日発行予定 46,000部発行



ひんやりスイーツ特集

夏目前!ジメジメ...ムシムシの季節がやってきますね。そんな時欲しくなるのが、ひんやり冷たいスイーツ♡
 昔から親しまれるかき氷や、地元特産品を使い趣向を凝らしたアイスなど種類も豊富!
 ひんやりスイーツで暑さを吹き飛ばし、夏を楽しみましょう!

道の駅うき 宇城彩館

ジェラート
 ・シングル...¥250
 ・ダブル...¥350
 左/ほうれん草、右/しょうが

その場で調理する四季おりおりの新鮮な宇城産の野菜、果物と、地元のミルクを使ったジェラートは、素材の旨味を存分に引き出したともフレッシュな味。写真の他にもいろいろな種類があり、季節によって登場する旬な素材の味を頂けるのも楽しみです。

☎0964-34-0377
 住 宇城市松橋町久具757-3
 営 9:00~18:00
 休 年内無休(1/1のみ)

村並商店

氷ソフト
 ミルクかけ 250円
 きめが細かく口溶けのいいかき氷の中にソフトクリームが入った、ボリューム満点の人気商品です。

フラッペ(カップ入り) 220円
 地元の子も達にも好評のフラッペ。青りんごあじが人気。

クーポンあり (17ページ)

☎0964-43-0127
 住 宇城市小川町小川119
 営 平日/13:00~18:30
 土日/9:00~18:30
 休 夏季無休

木公合食品本社直売所

丸大豆しょうゆ入りソフトクリーム
 お試し価格/100円

とっておきのヤマア丸大豆醤油のふくよかな風味とバニラ風味が絶妙なコクのあるソフトクリームに仕上がりました。

☎0964-42-2212
 住 宇城市不知火町松合188
 営 8:00~19:00
 休 年内無休

熊本の大自然に育まれた美味しい天然水

APUREA

アピュリア(水)+レンタルサーバー
 お試し期間 **1か月間無料**
 お申し込み・お問い合わせ
 ☎0120-62-8217

7月号 CONTENTS

巻頭特集 **ひんやりスイーツ特集**

- 4 太陽光発電とオール電化の株式会社エコスマイル
- 5 園児さんいらっしゃ〜!!...熊本市城南町 小木保育園
- 6 うきうきメディカルホットライン...「いびきと睡眠時無呼吸症候群」松橋耳鼻咽喉科・内科クリニック
- 8 うきうき潜入レポート...オートベル イオンモール宇城バリュー店
- 10 夏本番前に、バリューでスタミナアップ!
- 14 自腹は誰だっ!? うきぶれゴチバトル in プライベートダイニング 創庵

修理 販売 買取

みしん生活館

県内全地域出張修理可

宇土シティ2階 カメラBOOKさん左奥

お気軽にお電話ください
 ☎0120-317-340
 宇土シティホームページ http://www.utocity.co.jp/

第12回 **うきうきDEフリマ** 次回開催 **7月31日** 伊オンモール宇城バリューイオンホール (TOHO宇城バリュー1F) **出店者募集中!!** 応募方法は12ページをご覧ください!!

涼やかに、あでやかに。夏の味覚にメニュー一新

お昼のおもてなし ゆったりした時間の中で、旬のおいしさをこめると...

◆季節のくずし懐石/★ご予約不要
 お刺身盛り付いた「前菜御膳」、メイン料理の「二の御膳」、そして、デザートとお飲み物と、本格派のおいしさを月替わりでお召し上がりいただけるお昼のミニ懐石コースです。

- 祇園 [季節の海鮮料理]コース 2,100円
- 太秦 [季節の牛肉料理]コース 2,100円
- 清水 [季節の海鮮・牛肉料理]コース 3,150円
- 嵐山 ※予約制 [本格懐石料理]コース 4,200円

※写真は7月の祇園コース
 内容は季節によって変更になる場合があります。

◆12種類から選べる「ランチ御膳」1,260円〜も好評!
 メイン料理(和・洋・中・イタリアン)+サラダ+味噌汁+ご飯(パン)+デザート+選べるドリンク(※おかわり自由)

◆特別なおもてなし
 お祝いごとに、特別懐石(4,200円/5,250円/6,300円)も承っています。

夜のおすすめプラン ボリュームたっぷり&ドリンクメニュー豊富な飲み放題プラン

◆七夜月飲み放題プラン/2名様より ★ご予約不要
 趣向を凝らしたおもてなし料理に、2時間飲み放題が付いたお得なプランです。ドリンクメニューは50種類以上、ビールはエビスビールがお召し上がりいただけます。

- ENKAI 夜桜コース (7品) ... 3,500円
- ENKAI 夢見コース (9品) ... 4,000円
- ENKAI 七福コース (10品) ... 5,000円

※写真は夜桜コース(2名様分)
 とりあえずのおつまみ盛り合わせ、料理長の気まぐれサラダ、海老マヨ2種、七夜月のからボテセット、厚切りトマトのマルゲリータ、豚の甘辛醤油炒め、明太子うどんのカルボナーラ

◆単品メニューも100種類以上とバラエティ豊か!

今月のイチオシ!
 豚のこりこり軟骨(おろし柚子醤油焼き) 680円
 コリコリの食感にたっぷり大根おろしをのせ、さらに特製さっぱり柚子醤油で仕上げました。

新メニュー!
 厚切りトマトのマルゲリータ 780円
 栄養満点の夏野菜トマトをたっぷり使ったピッツァマルゲリータ。

ホームページ 最新ニュース、お得な情報が盛りだくさん! スタッフブログもぜひのぞいて下さい。
 七夜月 松橋 検索 http://www.nanayozuki.com

和dining 七夜月 不知火別荘
 宇城市松橋町松橋935-2
 ☎0964-34-0774
 営/11:00~15:00 (OS 14:00)
 17:00~24:00 (OS 23:00)
 休/なし P/あり 収/140名

携帯会員登録中!!
 登録するだけでクーポンゲットのチャンス! お得な特典情報配信/毎月1日に大抽選会! 入会金・年会費・登録料無料

七夜月 200円OFF (お昼のみ) 1名様につき
 1-5名様 1,000円OFF
 6-8名様 2,000円OFF
 9名様以上 3,000円OFF

有効期限/2010年7月末日まで

「クーポンあり」マークがあるお店については17ページにお得なクーポンを掲載しています！お見逃しなく!!

道の駅 不知火

デコボンソフトクリーム ¥250

ここ不知火発祥のデコボンを使い甘さはひかえめ、口当たりさっぱり甘酸っぱい味で、後味もさわやかな清涼感がひろがる人気のソフトクリームです。



☎0964-42-3307
住 宇城市不知火町永尾1910-1
営 夏季/9:00~18:00
休 夏季無休



白玉屋新三郎

クーポンあり (17ページ)



緑風(抹茶) ¥882

最高級の八女産の手摘み抹茶を使った、至極のかき氷。まろやかな茶のうまみを堪能できる一品です。

甘夏白玉 ¥735

石臼でひかれたなめらかな中にも腰のある白玉に厳選された甘夏が風味をそえるとても上品な一品です。



☎0964-43-0031
☎0120-478140
住 八代郡氷川町吉本72
営 9:00~19:00 (OS18:30)
休 元旦のみ 席5席(10名)

道の駅 竜北

クーポンあり (17ページ)

イ草入りソフト ¥300円

イ草のちょっとほろ苦い大人な味がクセになるソフトクリームです。



シャリ果つぶソフト (いちご) ¥350円

※ソフトクリームなし ¥300
氷川産のイチゴ(幸の香)をたっぷり使ったフローズン。濃厚なイチゴの味を楽しんで。



☎0965-53-5388
住 八代郡氷川町大野875-3
営 直売所/9:00~18:00
レストラン/10:00~17:30 (OS17:00)
おやつ工房/10:00~18:00
休 毎月第2水曜日



スペシャル メロンシェイク フロート 630円
宇城産のメロンを贅沢に使い上品ですっきりとした甘みがおいしい、夏におすすめのシェイクです。

アジアンカフェ AKARENGA

フルーツパフェ 750円

バニラアイスの上に盛りだくさんのフルーツでとても贅沢なパフェ。他にも地元食材を使った料理、デザートがもりだくさん!



しょうがソフトクリーム ¥250円

特産の生姜を使い、ほのかに香るさっぱりとした味わいのソフトです。
※土日のみ兼売館にて10時より販売

東陽堂センター せせらぎ

クーポンあり (17ページ)

生姜豆腐アイス ¥250円

舌触りはとてもしっとり、生姜がさわやかさを添え、豆腐の味が絶妙に後味を演出するヘルシーなアイスです。
※夢あかりでも販売中



藍のあまきさ村 島café

クーポンあり (17ページ)

フワフワ スノーアイス マンゴー (タピオカトッピング) ¥550

フワッと溶ける感覚は絶品! 一気にcoolish!



天草ジェラートダブル ¥500 (上/塩バニラ、下/デコボン)
天草の食材を使ったオリジナルジェラートが10種類!



☎0964-56-5151
住 上天草市大矢野町登立910
営 10:00~17:00
休 無休(12/31、1/1のみ)

Blue Sea do cafe KHU☆KAN 空間

クーポンあり (17ページ)

ベリーベリー スムージー ¥450 (テイクアウト ¥400)

3種類のベリーを贅沢に使った濃厚なスムージー。海を長めながらの冷たい一杯はいっしょに天国気分!他にも6種類のスムージーあり。

コーヒーゼリー パフェ ¥580

ふわり自家製シフォンケーキとアイスをコーヒーゼリーにトッピング。後味美味しい大人のパフェです。



ミルクの華アイスクリーム (いちじく) ¥250

朝採りの旬の完熟いちじくを、鮮度がおちないよう、その日のうちにワイン煮にして、たっぷり混ぜ込んであります。

みすみ フィッシャーマンズクラブ ラ・ガール



ミルクの華アイスクリーム (黒糖) ¥250

三角産のさとうきびを、直火でじっくりと煮詰めた純黒糖で作った素朴な甘さと、ココを楽しくください。



網田イカスマイアイス ¥250

イカスマイを混ぜ合わせることで、とてもまろやかな味に。臭みはまったくなく、素敵なハーモニの一品です。味は食べてみてのお楽しみ!

道の駅 宇土マリーナ

網田のリアイス ¥250

アイスに焼きのりを練り込み、上にもトッピング。食べてびっくり、夏のアイスの定番あの味にも似た美味しさ。一度ご賞味を。



☎0964-27-1788
住 宇土市下網田町3084-1
営 9:30~18:00
11月~1月/~17:00
休 隔週第2・4水曜日 (祝日の場合翌日)、年始

熊本南! 免許取るなら 熊本南

県公安委員会指定校ならではの 5つのポイント

- 1 本校で 学科・技能 教習
- 2 本校で 修了検定 (技能試験免除)
- 3 本校で 仮免学科 試験
- 4 本校で 卒業検定 (技能試験免除)
- 5 学科試験のみ 免許センター (即日免許証交付)

予約はお早めに!
★7月・8月・9月 夏期短期生募集 (普通車のみ定員予約制)
※短期入校のお申し込みには各種条件がございます
※詳細はお問い合わせください

ウレシイ特典がいっぱい!
本校入校が初めての方の特典
★ご両親のいずれかがゴールド免許所持特典(普通車のみ)
★ご両親、ご兄弟、ご姉妹のどなたかが本校の卒業生特典(普通車・二輪)
※教習料金のお支払い方法各種あります。
※詳細はお問い合わせください

入校のお申し込みなどは
携帯電話で 簡単アクセス!!
右記QRコードよりアクセス!!



イオンモール宇城バリューで発見!! みんな行こうよ!遊びのアイランド



kid's

CYBER LEISURE SPACE
US.LAND

15分 105円

カラオケ

ぜ〜んぶ

遊び放題!!

ミニ
トレイン

BOOK
コーナー

ゲーム

マッサージ
チェア

釣り堀

ジャングル
ジム

US.LANDの料金システム

US.LANDは会員制です。更新料・年会費ナシ!
初回のみカード作成費300円が別途必要です。

★お子さま(2歳~)

基本料金(15分)… **105円**

3時間パック… **980円**

平日限定 1日遊び放題
(ハッピーパック) **800円**

★保護者の方

※6歳までは保護者同伴で
お願いします

基本料金(15分)… **105円**

1日遊び放題… **480円**

今がチャンス!! 好評につき、7月末まで延長!! オープニングキャンペーン!!

★お子さま(2歳~) **1,260円 + 300円**
(15分105円) (初回カード作成費)
= **1,560円**が

3時間パック
1,000円で遊び放題!!

平日限定 1日遊び放題
ハッピーパック **800円 + 300円**
(1,800円) (初回カード作成費)
= **1,100円**が

カード
作成費必
ず **800円で遊び放題!!**

★保護者の方 **480円 + 300円**
(1日480円) (初回カード作成費)
= **780円**が

1日遊び放題
500円でゆっくりと!!

週末は大人気!!
ビンゴ大会開催!!

kid's US.LAND
イオンモール宇城バリュー店

ハット(帽子)
プレゼント引換券

※1時間以上ご利用の方のみ有効
※他特典との併用不可
※受付スタッフにお渡しください
有効期限/2010年7月末日まで

kid's US.LAND イオンモール宇城バリュー店

宇城市小川町河江1-1 イオンモール宇城バリュー(ウエストランドダイソー横)

☎0964-43-3400

年中無休 10:00~20:00 (※受付19:00まで)

ホームページ…<http://www.usmart-web.com/>

至
十
七

●なごみ温泉
TOHO
宇城バリュー

至
八
代

イオンモール
宇城バリュー
本館

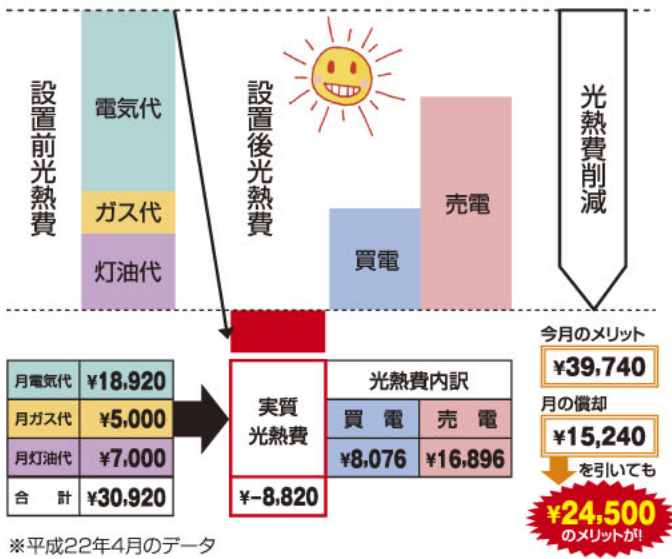
モーモー
ステーション

ダイソー

エアースカフェ

■経済メリット実例

[宇土市T様邸 太陽光発電システム+オール電化導入効果]



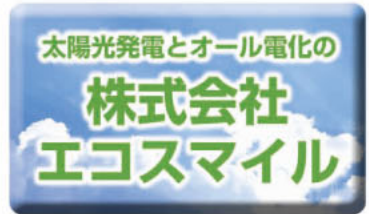
これからのエネルギーとして、なくてはならない「太陽光発電システム」。その良さは、みなさんもう十分に存じです。ね。「あとは、設置料さえクリアすれば…」なんて思ってた方、今がチャンスですよ！

太陽光発電システムは、自分の家で電気がつくれる上、余った電気を電力会社に売ることができ、その売電価格が、今年度中(2011年3月31日まで)に取り付けると、なんと従来の約2倍(1キロワット当たり25円→48円!!)に！夜間の電力

料(買電分)や月々の償却費(設置費用分)を差し引いても、まだ、おつりがくる家庭がほとんどです。しかも、その買電単価は10年間保証されるため、ほぼ確実に、家計にゆとりが生まれますよ。ね！ちなみに、来年4月以降は1キロワット当たり42円になり、保証期間も特には設けられていません。この差はかなり大きいですよ！

ここ1~2年以内に設置を検討していた方はもちろん、まだまだ後でとっていた方も、取り付けるなら、断然、今がお得ですよ。

約2倍になった売電価格を10年間保証。取り付けるなら、断然、今！



売電価格約2倍の今なら、設置費を差し引いても、まだおつりが！
「太陽光発電システム」は、安心・信頼の地元企業へ。

地球と家計にやさしいクリーンなエネルギー「太陽光発電システム」。国や県からの補助金に加え、売電価格が約2倍になった今なら、設置費用を差し引いても、まだ、おつりがくるケースがほとんどです。その際、施工業者選びも重要なポイント。太陽光発電のパイオニアとして多数の実績を誇る「エコスマイル」なら、任せて安心です。

太陽光発電システムのメリット

- 1) 昼間は自家発電の電力を使うため電気代不要
- 2) 余った電力は電力会社に売ることができる。
- 3) 災害時にも自前の電気が使える



十分に説明し、理解してもらった上で取り付けしているのでクレームがありません。



お客様宅の太陽光発電システム設置実例のパネルなど多数展示されています(写真は松橋・本社ショールーム)。



本社ショールームスタッフ



八代ショールームスタッフ

誠実な対応に定評ある「エコスマイル」スタッフ。「松橋、八代の展示場へ、ぜひお越し下さい！」

ユーザーの声

~エコスマイルにしてよかった!~

- ◇他社に比べて安く設置できたうえ、買電料が2倍近くになったため、よりメリットが増えました。
- ◇親身になってプランニングしてもらえたので、コスト面でも十分に納得して設置に踏み切れました。
- ◇電気の使用量がリアルに見えるため、家族みんな、節電意識が高まりました。
- ◇定期的に点検してもらえ、疑問に思うこともすぐに対応、解消してくれます。
- ◇台風後の点検はもちろん、発電効率の改善作業なども行ってってくれるので安心です。

もちろんのこと、まず、何より信頼がおけるのが、現在の光熱費の支払い状況を確認し、取り付けても経済メリットがないと判断した場合には設置をしない、という点です。しっかりとシミュレーション、説明を行い、十分に納得してもらった上で施工しているため、これまで「無駄だった」「損した」などというクレームはまったくありません。逆に、施工後にお客様と親しくなることが多く、メリットを実感した方々から「取り付けて良かった」と喜ばれることが多いです。

まずは自分の家に取り付けた場合、どれくらい経済メリットがあるのかを知ることが先決です。松橋と八代にあるショールームへ気軽に足を運んでみませんか。同社では、そうしたシミュレーション、見積もりだけでも大歓迎。親切なスタッフが丁寧に応じてくれますので、ぜひ、気軽に訪れましょう！

シミュレーションだけでも大歓迎！
松橋、八代の展示場へ、ぜひお気軽に。



地球にスマイル 美しい「地球」を残していくために

お客様の満足を第一優先に、経済性・快適性・安全性を考え取り組んでいます。

エコスマイルの4つのこだわり

Quality [品質]

製品の品質だけでなく、工事の質から施工後の見栄えまで、徹底して品質にこだわっています。

Cost [価格]

施工後のランニングコストはもちろん、販売価格も満足にしているように設定しています。

Merit [メリット]

お客様の経済的メリットと共に、環境問題や資源の有効活用など、未来へ続くメリットです。

Service [サービス]

毎月のデータ管理をはじめ、もしもの時はすぐに出動できる体制を整えています。



未来へ繋がるエコ活動

セミナーや講演活動を積極的に開いています。



地域No.1の施工実績

地元密着とおお客様の満足を第一におかげ様で宇城地区実績No.1



株式会社 エコスマイル ☎0120-34-8530

http://www.ecosuma.com エコスマイル 熊本 検索



■本社ショールーム
宇城市松橋町浦内235-1 (R218沿い、松橋IC近く)
☎0964-33-8530
営/9:00~17:30 休/なし



■八代ショールーム
八代市東片町257-2(八代インター降りてすぐ)
☎0965-35-8530
営/9:00~17:30 休/日曜



園長
榎田 正治先生



担任
福島 静香先生



担任
永田 沙也佳先生

当園は、昭和29年4月に、村当局、村議会、村内各種団体の要請を受け、緑に囲まれた自然環境の中で創立され、今年で56年を迎え、約2000名余りの卒園生が巣立っています。保育は神社神道の理念の基、神を敬い祖先を尊ぶ心を養成し、①心身共に丈夫な子ども、②友達と仲良く遊ぶ子ども、③意欲のある子ども、④よく考えて行動する子ども、⑤豊かな感性をもった子ども、を保育目標に掲げ、乳児保育・一時預かり保育・休日保育・学童保育・障害児保育・延長保育事業、また、熊本市より委託を受けた子育て支援事業を実施し、地域に開かれた名実共に児童福祉センターとしての役割を果たしています。未就園児の子育て相談事業を始め子育て全般に至る諸活動を専任2名の保育士を配置して日々努力をしております。

ウッキコン&ウキミンが行く!
**園児さん
いらっしゃ〜い!!**

社会福祉法人 小木会
城南町 小木保育園



「園児さんいらっしゃ〜い!!」に出でくれる幼稚園・保育園を募集しています! うきうきぶれず編集部「園児さん」係まで…Tel.0964-43-5047/Fax.0964-42-6020/Mail:info@uki-pre.net

家賃がもったいない 資産にならない 部屋がせまい 子ども部屋が足りない 駐車場が取れない 収納がない 庭が欲しい など賃貸住宅にお住まいの方は必見です!!

完成間近!! 大好評!「家賃そのまま住宅」、宇土市花園台レイクタウンに新登場!!

家賃そのまま住宅
家賃そのまま住宅 高稼働出願中

30万円相当のエコポイントがもらえます!
断熱材やLow-E複層ガラスなど、
エコポイントの基準をクリアした家
住宅版エコポイント対象!!
※詳しい内容はスタッフまでにお尋ねください。



- 暮らしのインフォメーション
- はなぞの幼稚園.....約1.2km
 - 花園小学校.....約1.2km
 - 鶴城中学校.....約3.5km
 - 宇土シティ.....約2.8km
 - ホームセンターHH.....約3.2km
 - 立岡自然公園.....約600m
 - 花園青少年体育センター前バス停.....約100m
 - JR宇土駅.....約3.6km
 - 肥後銀行宇土支店.....約3.3km
 - 花園郵便局.....約1.3km

家賃そのまま住宅とは...

【今のお家賃そのままの支払いで夢のマイホーム実現】をコンセプトに子育て層を中心とした若い人向けに、安心・安全・安価を軸にして千里殖産が開発したローンの「低支払い」住宅です。後々資産にならない「家賃を払うくらいなら、それとそのまま同額程度で新築一戸建を建ててしまおう」という思いでつくられました。とはいえ、一般にいう「ローコスト住宅」で、材料や品質を落とすのではなく、建材や設備は千里殖産の標準装備を使用、住まいの無駄を除き、コンパクトにまとめることで低価格を実現しました。また、「家賃そのまま住宅」は家族の成長と共に増築が出来る拡張性のある商品です。

今ならなんと! 土地65.57坪 建物29.79坪 外構3台分 全量照明 全室カーテン リビングエアコン までついて、

なんと月々 52,748円 総額 1,735万円(税込)

頭金15万円 ボーナス払い0円 当初10年間固定

■「家賃そのまま住宅」花園台レイクタウンC号棟
土地面積:216.77㎡(65.57坪) 建物面積:98.51㎡(29.79坪)
土地+建物+消費税+全量照明+全室カーテン+外構エクステリア+リビングエアコン

【お支払い例】●1,720万円借入 ●SBI住宅ローン フラット35S利用 ●金利/1~10年目1.51%、月々52,748円、11年目以降2.51%、月々59,165円となります。 ●35年返済 ●元利均等払い ●金利は平成22年5月18日現在 ●金利は金融情勢により変動します。 ※別途諸費用が必要となります。

リビング内を見渡せるキッチン。料理をしながら家族と楽しい時間が共有できます。
※写真は宇土市「サンヒルズ花園台」モデルハウスです。

【物件概要】●所在地/宇土市花園台花園台大字掲崎375番1 他 ●交通/勤労青少年体育センター前バス停約2分 ●総合区画数/449区画 ●今回販売棟数/1棟●土地面積/216.77㎡(65.57坪) ●建築面積/98.51㎡(29.79坪) ●建ぺい率/70% ●容積率/200% ●地目/宅地 ●用途地域/無指定 ●上水道/宇土市上水道 ●汚水/宇土市下水道 ●雨水/道路側溝 ●電気/九州電力 ●道路/開発道路 ●ガス/集中プロパン ●売主/千里殖産株式会社 ●広告有効期限/平成22年7月末日

■ESS問診表

以下の8つの状況において、それぞれの評価点数の合計が11点以上だと睡眠時無呼吸症候群の疑いが強いと考えられます。

- 1: 座って読書をしているとき
0 1 2 3
 - 2: テレビを見ているとき
0 1 2 3
 - 3: 人がたくさんいる場所で座って何もしていないとき(例: 会議中や映画館など)
0 1 2 3
 - 4: 車に乗せてもらっている時(1時間くらい)
0 1 2 3
 - 5: 午後、横になって休憩しているとき
0 1 2 3
 - 6: 座って誰かと話しているとき
0 1 2 3
 - 7: 昼食後、静かに座っているとき
0 1 2 3
 - 8: 運転中、渋滞や信号待ちで止まっているとき
0 1 2 3
- 0点…決して眠くならない
1点…まれに眠くなる時がある
2点…時々眠くなる
3点…眠くなることが多い

■睡眠呼吸障害と他の病気との関連

- 睡眠呼吸障害の30%に生活習慣病(睡眠時無呼吸症候群と高血圧との合併率は約70%)
- 生活習慣病の30%に睡眠呼吸障害
- 睡眠呼吸障害の30%に鼻腔、上咽頭の狭窄

A 松吉 ますは、ESS問診(表参照)という「睡眠の質」を自己評価する問診を行います。その評価点数により、睡眠時無呼吸症候群が疑われる場合には、睡眠時の無呼吸指数を測定する簡単なスクリーニング検査を行います。この検査は、患者さんが自宅で睡眠時に小型のセンサー(写真参照)を装着するだけで、入院の必要は全くありません。その結果、気道が狭く無呼吸を起こしているのであれば、呼吸を補助する機器を使用した治療、また、肥満が原因ならば食事療法や運動療法など、原因に応じた治療計画を立てます。中には、寝たが原因で無呼吸を起こすこともあり、そうした場合には体位指導をすることで症状が軽減することもあります。いずれにしても、無呼吸を疑わせる症状があったら、早期の診断と治療をお勧めします。

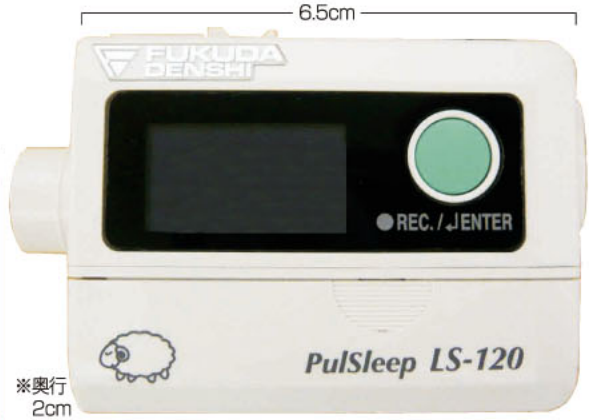
Q 診断と治療方法は？
A 松吉 ますは、ESS問診(表参照)という「睡眠の質」を自己評価する問診を行います。その評価点数により、睡眠時無呼吸症候群が疑われる場合には、睡眠時の無呼吸指数を測定する簡単なスクリーニング検査を行います。この検査は、患者さんが自宅で睡眠時に小型のセンサー(写真参照)を装着するだけで、入院の必要は全くありません。その結果、気道が狭く無呼吸を起こしているのであれば、呼吸を補助する機器を使用した治療、また、肥満が原因ならば食事療法や運動療法など、原因に応じた治療計画を立てます。中には、寝たが原因で無呼吸を起こすこともあり、そうした場合には体位指導をすることで症状が軽減することもあります。いずれにしても、無呼吸を疑わせる症状があったら、早期の診断と治療をお勧めします。

Q 放っておくと、どんな弊害が？
A 松吉 日中に眠気を来たすことから、居眠りによる交通事故を引き起こしやすくなります。以前に起きた山陽新幹線の居眠り事故も、運転手の睡眠時無呼吸症が原因でした。また、高血圧や不整脈、心筋梗塞など循環器系の疾患や糖尿病、脳血管障害といった生活習慣病の合併症を引き起こすことがあります。生命予後(10年後の生存率)を悪くします。夜間突然死との関連も指摘されています。



「いびき」と「睡眠時無呼吸症候群」
 ファイルⅦ
 重大な事故や生活習慣病の原因に
 深夜の寝室に鳴り響く大騒音…。「いびきがうるさくて眠れない」と、家族や周囲から指摘を受けたことはありませんか？ 大きいびきは、実は「睡眠時無呼吸症候群」の代表的な症状。放っておくと、重大な交通事故や生活習慣病につながります。詳しいお話を松橋耳鼻咽喉科・内科クリニックの松吉秀武院長にうかがいました。

松橋耳鼻咽喉科・内科クリニック
松吉 秀武 院長
 医学博士 日本耳鼻咽喉科学会専門医、
 日本気管食道学会専門医



■睡眠時無呼吸症の症状

大きないびき 日中の眠気 集中力の低下
 起床時の頭痛 睡眠時の呼吸停止

夜中に何度も目が覚め、熟睡感がない

▶ 同サイズの自宅用簡易検査機器。装着して休むだけで、睡眠時の無呼吸状態や体位がわかります。(※簡易検査の結果により、1泊2日入院による精密検査が必要なこともあります)

Matsubase Clinic
松橋耳鼻咽喉科・内科 クリニック
 熊本市宇城市松橋町きらら2-2-15
0964-33-4133
 FAX 0964-33-0111
<http://www.matsubase-cl.com/>
 松橋 耳鼻科 検索

●耳鼻咽喉科	
曜日	午前 午後
平日	9:00~13:00 14:00~18:00
土曜日	9:00~13:00 14:00~16:00

●内科	
曜日	午前 午後
平日	9:00~14:00 休 診※
土曜日	9:00~14:00 休 診※

※急患の方は院長が対応いたします。

■診療科目 [耳鼻咽喉科]…耳鼻咽喉科一般、めまい、小児耳鼻咽喉科、難聴、補聴器、腫瘍免疫 [内科]…内科一般、糖尿病内科、代謝内科、内分泌内科(甲状腺、下垂体、副腎疾患) [アレルギー科]…アレルギー一般、鼻アレルギーに対するレーザー治療 [生活習慣病科]…高血圧、脂質異常症、高尿酸血症 [健康診断]…一般定期健康診断、特定健診、低線量CT肺がん健診、内視鏡、頭頸部がん健診(喉頭、咽頭、鼻腔)、睡眠時無呼吸診断、全身用CT完備

■専門外来 アレルギー、補聴器、めまい、甲状腺、糖尿病、頸部血管工コー

レトロな古民家でランチ、夜は隠れ家風個室でゆったりと

松橋 金之助
 Kinnosuke

松橋 宇城市役所前

オープン!

昼 オシャレなランチ

▲魚ランチ 980円
 ランチメニュー(ドリンク付)
 本日のランチ…………… 780円
 (ごはん、汁物、メイン料理、季節のおそうざい4品、サラダ、茶碗蒸し)
 魚ランチ…………… 980円
 (ごはん、汁物、魚料理、季節のおそうざい4品、お刺身、茶碗蒸し)
 国産ステーキランチ…………… 1,480円
 (ごはん、汁物、150gたっぷりのステーキ、季節のおそうざい4品、お刺身、茶碗蒸し)
 煮込みハンバーグランチ… 880円
 (ごはん、汁物、煮込みハンバーグ、季節のおそうざい4品、サラダ、茶碗蒸し)
 と馬とカレーランチ…………… 880円
 (と馬とカレー、汁物、サラダ、小鉢2種、漬け物)

夜 元気な居酒屋

金之助コース 3,500円(11品)
 サーモンとアボカドの巻き寿司、肥後豚の豚バラ串、柳川風オムレツ、お刺身の盛り合わせ、茶碗蒸し、天草鍋とホタテのせいろ蒸し、国産牛サーロインステーキサラダ、一口ヨーザ、エビともろみの生春巻き、大根とつくねの煮物、ズワイガニのてんぷら

2~40名までの人数に合わせた **オール個室 合計70名 収容**

夜の宴会コース
2,000円 2,500円 3,000円 3,500円~
 +1,500円で豊富なドリンクメニューが飲み放題に!!
 ビール(アサヒスーパードライ)、焼酎、チューハイ、カクテル、ワイン、ウイスキー、日本酒、梅酒、ソフトドリンク

熊本名物特選馬刺し、新鮮なお刺身、完全熊本生産の手づくり餃子、その他いろいろなお料理をご用意しております

松橋厨房 金之助
 〒869-0531 宇城市松橋町大野137
0964-32-8577
 営業時間 昼 11:30~14:30(OS 14:00)
 夜 17:30~24:00(OS 23:00)

こんなとき司法書士が力になります!!

時間外労働

勤務している会社が残業代を支払ってくれません。どうしたらいいのでしょうか。また、子どもが病気をしたときに時間単位で年休を取りたいのですができるのでしょうか。

時間外労働をさせる場合には、会社は就業規則にその旨を定め、法定労働時間を超過した場合には、会社は割増賃金を支払わなければなりません。時間外労働の割り増しについて今年4月1日から労働基準法の改正がなされ、1ヶ月の時間外労働時間が60時間を超える場合には原則として50%の割り増しとなりました。これらの残業代について140万までの請求であれば、簡易裁判所訴訟代理権の認定をもつ司法書士の場合には、簡易裁判所に提訴したり、調停の申立をするにあたって代理人として活動することができます。また、140万円を超える場合、あるいは地方裁判所に労働審判を求める場合等には、訴状などの書類作成を支援できます。

なお、同じく今年4月1日から年休のうち5日分は時間単位での取得が可能となりました。詳しくは、専門家にご相談ください。

庶民のための法律実務家集団

司法書士法人 リーガルシップ
司法書士 松下 勝司 / 司法書士 村上 博昭 / 司法書士 寺本 公昭
ご相談予約受付電話(9:00~18:00) 0964-46-5020
【宇土事務所】宇土市松原町23-13 <http://www.legalship.com/> 【熊本市事務所】096-351-4488

Point!!
★新規ご入会応援キャンペーン実施中!
今なら、先着30名に4大特典!!
①入会金5,250円
②指定教材の水着
③指定教材の帽子
④指定教材のバッグがすべて無料!!
★ワクワク無料体験教室実施中!
お気軽にお問い合わせ下さい。
★夏休み短期水泳教室・スクール生募集!
午前中の短期集中コースと
午後の4日間・8日間コースがあります。

詳しい内容については、お気軽にお問い合わせください!
ベストスイミングクラブ 松橋校
0964-25-4010
住 宇城市松橋町久員327 営 10:00~19:00 休 日曜日
<http://www.best-sc.co.jp> ベストスイミングクラブ

視力低下を予防・回復させる超音波治療器
キクチめがね 視力回復相談室
話題の超音波治療器モニター募集中

視力はかけがえないもの。クリアな視界が取り戻せたら嬉しいですよね。「キクチめがね」が取り扱う「超音波治療器」は、最新の超音波治療器「超音波ファソニック」が、その効果も最大限に発揮できるように調整されています。自宅でも、1週間から3回以上、まぶたの上から視力回復に有効な超音波ファソニックを10分間当てただけで、目の血流が促進、視力低下の原因となる筋肉の緊張や凝りがほぐれて目のピント調整力がアップし、「効果が実感できる」と使用者が喜んでいます。

今も好評につき、先着20名に限り、治療器の1週間モニターを募集中。使用には事前テスト(要予約)申込みは7月未だで、必要なのは、まずは電話で気軽にお問い合わせ下さい。

超音波治療+視力UP体験+視生活改善
0120-13-1142 予約制
住 宇土市普道寺町95(宇土シティ1F) 営 10:00~20:00
<http://www.kikuchi1952megane.co.jp/> キクチめがね 宇土 検索

Take Free ムama 夏号発行
宇土市・宇城市界隈 子育て支援マガジン

★楽しもう!子どもとの時間 夜空を見上げてお星さまに会おう!
★笑顔がいっぱい 幼稚園訪問 ★チクチク 手づくり大好き
★子育て支援 information ★ほくのわたしのキャラ弁
★子どもたちに伝えたい!ほほんの風景 ★きょう何たべる?
などなど、子育てにがんばるお父さんお母さんに発信する地域の魅力や役立つ情報が盛りだくさん!読者プレゼントもあるよ!

★イオンモール宇城バリューをはじめ、宇土・宇城地区の保育園・幼稚園、市役所や図書館を中心に無料設置中!

悪徳商法について

今日は悪徳商法についてお話しします。最近はお話したような先物取引被害を含め地方の一人暮らしの老人などを狙った悪質な業者が横行しています。典型的な例は家の点検に来たといつて、点検した床下の湿度が多くて柱が腐れそうだからと脅迫感を煽り、無意味な換気扇や木材を高い金額で売りつけるといった「点検商法」と呼ばれるものです。さらに、そのような悪質な業者には「カモリスト」と呼ばれる契約をしてしまう人のリストがあり、一日ある業者と契約すると他の業者も次から次へと訪問して契約をさせようとしています(これを「次々商法」といいます)。

また、実際には開業や値上げのの見込みのないほとんど無価値の山林・原野などをあたかも将来開発されて値上がり確認であるかのように

装って不当に高価格で売りつける「原野商法」、商品の説明があるところからチラシや宣伝カードでふれこみ、消費者を公明正大な態度にして巧みな話術で参加者を笑わせながら、ふれこみどりの商品を無料もしくは高価な商品の購入を勧誘させるという「催眠商法」、「あなたには先祖のたたりがある」と不安感を煽り、商品を購入すれば救われるといつて高価な商品を購入させる「霊感商法」、最初は求人広告で内職・アルバイトがあるといふふれこみで募集し、応募者に対して仕事につく前提として一定の入会金、資料購入などの負担金を支払わせ、結局は当初説明したような仕事を与えないで損害を与えるといつて「求人広告商法」など、ざっとあげただけでも

このように色々な方法でお金をだまし取ろうとする業者が存在しています。このような業者に引かされた場合は、概ねロンドンで参加している場合が多いですが、契約して間もなければ(8日以内)無条件にクーリングオフという制度により簡単に解約することができます。仮にクーリングオフの期間を過ぎた場合でも、消費者契約法による取り消しや、民法上の詐欺や錯誤にあたる場合が多いので、それを理由に契約を取り消すことができます。

ただ、このような被害もロンドンで支払ってしまったのを取り戻したり、金員を業者に渡した状況などについてはなかなか被害回復ができないことが多いので、早く専門家に相談することをお勧めします。

身近な法律問題についてわかりやすく話したいと思います。
法律問題のご相談は「弁護士法人田中ひろし法律事務所 ☎096-312-8868」まで

うきうき **法律相談所**
弁護士 松岡 智之 さん



リフォームおしえて

現場の心得
「現場の心得」は、半年か月のメンテナンス作業です。梅雨の盛りですが、気がおとろけしてしまいがち。車の運転等に気を配って下さい。前回はリフォーム会社の見分ける方をお話しましたが、今回は実際に現場に入る職人の心得をお話したいと思います。

● 職人の現場に入る職人の心得として以下の項目を印刷して、職人さんに渡すようにして下さい。
● 職人さんに対する現場の心得
● お客様はもとより、仲間同士「おはようございます」など、元気がよく挨拶をお願いします。
● 言葉づかいは丁寧にして、大げさに話さないで下さい。
● 奇抜な格好やめだれた服装をしない。清潔な服装を心がけて下さい。
● お客様の部屋に立ち入ることがある場合は、靴を脱いで下さい。
● お客様の部屋に立ち入る前に、断ってからお話し下さい。
● 現場では、現場をお客様に見せて下さい。
● 現場では、現場をお客様に見せて下さい。
● 現場では、現場をお客様に見せて下さい。

明日の仕事に来る時間の予定をお客様に話すこと。大きな音でラジオを聴いて仕事をすることは厳禁です。夕方以降は必ずしも、養生シートを敷いて養生すること。養生シートは養生材の目と目と直接接して養生すること。養生材の目と目と直接接して養生すること。養生材の目と目と直接接して養生すること。

● 養生材の目と目と直接接して養生すること。養生材の目と目と直接接して養生すること。

リフォームについて、みなさんの力になりたいと思います。リフォームのご相談はこちらまで。
E-mail: seikenplanning@isis.ocn.ne.jp <http://www.k-new-home.com/>
熊本建築職人会 熊本建設グループ 〒862-0908 熊本市新生2丁目25番1号
(株)セイ建プランニング ☎0120-456-784 FAX 096-365-8640 熊本住宅リフォームガイド 検索

いざという時に役立つ! **ショウナのイングリッシュコーナー**

● 人物の表現方法③
今回も人を表現する言い回しをいくつか紹介しましょう。人それぞれ、いろんな性格、キャラクターなどありますが、まずは、プラスのイメージの性格をどう言うか前回に引き続き紹介しましょう。

- 明るい He is outgoing. ● 陽気な He is cheerful.
- 外向性の He is extrovert. 反対の内向性の人は introvert
- 話しやすい人 He is easy to talk to.
- 前向きな人 He is a positive person. ポジティブは日本語になってますね。逆は、negative ネガティブ。
- 面白い人 He is funny. He is interesting.
- ユーモアのある人 He has a good sense of humor. He is humorous. He is a humorous person.
- しっかりしてる He has his act together. (仕事、勉強、生活などうまくやっている)とか、He is levelheaded. (分別がある)とかも時々使っているといいたい時、使えます。
- 頼りがいのある人 He is reliable. とか He is dependable. などの形容詞を使えます。
- 頭がいい He is smart. He is bright. (ここでは、明るいという意味ではなく、頭がいいという意味)上品に言いたいなら He is intelligent. 日本語のインテリです。He is wise. He is clever. どちらも頭がいい、という意味ですが、文脈によっては賢い、に取られますので使う時には注意が必要です。

アナタも英会話を身につけませんか? 英会話グッドタイム 松橋校 ☎0120-73-2182



「新車じゃないけどピッカピカ!」がスラ〜!!
屋内展示場のイオンモール宇城バリュー店は、
雨の日も、暑い日も、ゆっ〜り、ゆっ〜り見学できますよ!



うきうき潜入レポート

B!! オートベル

イオンモール宇城バリュー店



「新車じゃないけどピッカピカ!」女性にも大評判の中古車販売店の人気の秘密に迫る!

「新車じゃないけどピッカピカ!」でお馴染みの中古車販売店「オートベル」。最近、うきうきスタッフの周囲でも「オートベルで車を買った」という声をよく耳にします。女性のユーザーもとっても多いんですよ。そこで今回は、同店のイオンモール宇城バリュー店を訪ね、その人気の秘密を探ってきました。

「いいものを、安く提供。満足していく車がかならず見つかる!」



未使用から走行距離1万km未満の車が大集結

県下最大級の広大な屋内展示場に、スラリとならぶ多彩な車、くるま、クルマ。ここ宇城バリュー店だけでも250台、グループ全店を合わせると、常に600〜700台の在庫数を誇る「オートベル」。新車じゃないけどピッカピカ!のキャッチフレーズ通り、そのどれもが新車と見間違えるようなキレイさで、とても中古車とは思えない雰囲気です。それも、そのはず。ここにあるのは、ほとんどが未使用車(登録はされているが使われていない車)または走行距離1万km未満の特選中古車で、見た目だけでなく、内部ももちろんピッカピカ!

全車、保証修理可能な「メーカー保証」付き!

さっそく、営業部長の駒木さんに同店の人気の秘密を尋ねてみると、「やはり、いいものを、安く提供している点に尽きるでしょうね。無事故車なんていうのはもはや当たり前で、ここにあるのは全車、「メーカーの保証付き!」つまり、ディーラーで購入したのと同じようにメーカーの保証が付いており、万が一、何か保証の対象となるような不具合があった場合には、ディーラーでしっかりと保証修理してもらえます。ってことなんです!」

「特に、女性はお買い物上手ですから、いいものを安く買って、余ったお金でナビを付けたり、他の欲しいものを買ったり、旅行を楽しんだりという賢い買い方をする方が多いですね。経費も全て含めた価格を全車に表示していますし、参考までに新車の価格

も添えてありますので、比較しやすく、女性やご年配の方が一人で来店されても安心です」と駒木さん。なるほど!女性にも人気の秘密はそんなところにあったのですね。

グループ及び全国ネットでわがまま注文にも対応!

しかも、展示場に好みの車がない場合には、全国ネットを使ったオーダーシステムで見つかるまで探し続けるし、もし、グループの他の展示場に目当ての車があった場合には、近くの展示場で見ることができるようすぐに手配してくれるなど万全の対応。必ず満足していく車が見つかります。



▲全国ネットを駆使してご希望の車を見つけます!

トータルで任せて安心! 誠実さが伝わる万全のアフターサービス。

年中すぐに引き取り! 代車も十分に用意

同店の人気の秘密はそれだけではありません。アフターサービスが、本当に万全なんです!万が一、故障などのトラブルが起きた場合にはもちろんすぐに駆けつけてくれるし、九州内なら、だいたい3時間以内で引き取りに来てくれます。レッカー代ももちろん無料。「お盆や年末年始も休まず営業しています。代車も十分に用意していますので、お客様に、足で迷惑をおかけすることはまず、ありません」と、駒木さんから心強いひと言!

万が一の事故に伴うわずらわしさもナシ!

また、損害保険などもトータルで取り扱っているのが、万が一の場合にも、引き取りから修理、保険の処理までしっかりと親身になって対応してくれ、事故に伴う煩わしさが一切ありません。本当にいたれりつくせりです。



▲誠実な対応に定評ある「オートベル」イオンモール宇城バリュー店スタッフ。



お話をうかがった「オートベル」営業部 部長の駒木一彦さん
新車、中古車を問わず、さまざま要望に応えてくれます。

どうです、この「コンシェルジュ」なみの細やかな対応。決して無理に勧められることもなく、誠実さが伝わってきますよ。一度、お店を訪れてスタッフの人柄にふれてみると、それがさらによくわかります。バリューのお買い物帰りなどにぜひ気軽に足を運んでみてください!車購入の予定がある人はもちろん、そうでない人も、思わず買いたくなるかもしれませんよ!

B!! オートベル 県内4店舗で大好評営業中!!

イオンモール宇城バリュー店

宇城市小川町河江1-1(イオンモール宇城バリュー内)

☎0964-47-5400 営 9:00~21:00/年中無休

本社・くまなん店

熊本市馬渡1-2-30

☎096-370-3500 営 9:00~19:00/年中無休

オートベルプラス 浜線バイパス嘉島店

上益城郡嘉島町1772-1

☎096-237-3939 営 9:00~20:00/年中無休

サンロードシティ人吉店

球磨郡錦町西742-3(ホームセンターサンコー人吉サンロードシティ店内)

☎0966-25-2055 営 10:00~20:00/年中無休

オートベル 熊本 検索 <http://www.auto-bell.co.jp>

新車じゃないけどピッカピカ! お得な車がいっぱい!!

室内展示場なので、雨の日も、暑い日も快適にご覧になれます。

安心1
全車メーカー保証付き!
販売後、各ディーラーにて点検・整備の上、ご購入のお客様に新車時よりのメーカー保証書を新車購入と同じようにお付けします。(但し、新車登録時から期間適用)お近くのディーラーにて保証修理OK!

安心2
22年式の新しい車&21年式・20年式の走行1万km未満の特選中古車!
新車登録22年式の新しい車や、21年式・20年式の走行1万km未満の特選中古車を販売しています。オートベルではお客様にいいものを安くお届けします。

安心3
全車無事故車
オートベル独自の全国ネットで仕入れ、当社で厳しいチェックを受けた中古車を販売。お客様には安心してご購入頂けます。

安心4
わがままご注文も大歓迎!
展示場の中にお好みの車がない場合でもご安心下さい。全国ネットを使ったオーダーシステムで、必ず満足していく車をお探しいたします。

109.2万円
22年式 走行10km リ済別
アルトラバン660x
チェリーピンク/インパネAT/AC/PS/PW/CD/アルミ/Wエアバッグ/ABS/キースレスPSS [車検22.5]

102.9万円
22年式 走行10km リ済別
ミラコア660 プラスL
ミストブルー/インパネAT/AC/PS/PW/CD/Wエアバッグ/キースレス [車検22.3]

101.8万円
22年式 走行10km リ済別
ワゴンR660 FXリミテッドII
黒/インパネAT/AC/PS/PW/CD/アルミ/Wエアバッグ/キースレスPSS [車検25.4]

114.4万円
22年式 走行10km リ済別
タント660 XRリミテッドセレクション
白/インパネAT/AC/PS/PW/CD/Wエアバッグ/ABS/キーフリー/電動スライドドア [車検25.2]

89.2万円
22年式 走行20km リ済別
MRワゴン660g
ミルクティーベージュ/インパネAT/AC/PS/PW/CD/Wエアバッグ/キースレス [車検25.5]

◆掲載車は6月20日現在の在庫状況です。売り切れの際はご容赦下さい。
◆表示価格には消費税を含みます。保険料・税金(車両本体の消費税を除く)・登録・車検整備・リサイクル法等に伴う費用等は別途申し受けます。
(リ済別)
リサイクル料金は預託済ですが車両価格には含まれていない為、別途必要となります。

「うきうきびれすを見た」と言って契約された方には、ガソリン満タンサービスいたします!! ※イオンモール宇城バリュー店のみ

ハートグループ

家族みんなで利用頂けるサロンとして幅広い年代のお客様にご利用頂いております。
「いつでもキレイでいたい」をお客様と一緒に考えるサロン、髪にやさしいサロンです。

ハート美容室 松橋店



ハートグループ
23店舗目
松橋店オープン!!

宇城市松橋町松橋772-1
☎0964-33-1441
9:00~19:00
(パーマ・カラー受付18:00まで)
年中無休(元旦・2日休) Pあり
※送迎あり

- クーポン
- プラチナ縮毛矯正 7,350円
 - 白髪染め+カット 3,675円
 - ヘナカラー(草木染め) 3,150円
 - 縮毛矯正 7,350円

理美容のハート 小川店



これからの梅雨の季節に、
すっごくお得な
キャンペーン実施中!!

宇城市小川町河江95-2
☎0964-43-3959
8:30~19:00
年中無休(元旦・2日休) Pあり
※夕方17時までに来店の方、各種割引サービスあり
※送迎あり

- クーポン
- 梅雨の季節到来! くせ毛の悩み解消します!
ストカラーキャンペーン!!
12,285円 → 9,975円 ポッキリ!

NEW OPEN

低圧室 シャトル けあふ 宇土店
肩こり・便秘・頭痛・不眠の改善に!

体温を上げると健康に!

普段着で45分間低圧室(高度3500メートル)の低気圧に入るだけで、ヘモグロビンの働きにより血流が良くなり、体温が上がり新陳代謝が活発になり、夜熟睡でき朝の目覚めと化粧ノリが良くなります。

九州12店舗
けあふ宇土店
お一人様
通常500円(45分)
300円

低圧室 シャトル けあふ 宇土店
宇土市北段原町73
(ショッピングセンターピア玄関前)
☎090-8917-7455
営/10:00~18:45
休/不定休(7月未までは無休)

新発売!!

具だくさんの食べるラー油!!
「ガッツリ辛くてうまいラー油」

ごはんにかけるとオドロキのうまさ! たつぷりの唐からしとニンニクに、国産ユズとシヨウガ、ネギで風味付け。材料ひとつひとつをていねいに選んで、サクサクした食感に仕上げました。キョウサヤラーメン、カレー、野菜炒めなど幅広く合います。大好評につき、通常価格840円のところ、店頭価格500円で販売中です!(6月末まで) お見逃しなく!!

ミタカ内茶の心(さのしん)
宇城市豊野町山崎2188-5
☎0120-382-973
営/9:30~17:00
休/土・日曜日、祝日
http://www.cha-mitaka.co.jp/

オートバックス熊本宇土店

車検キャンペーン

梅雨の季節も晴れたらドライブへ行こう!!

下記クーポン持参で
代行手数料 **5,250円**

お早めに!!
0円!!

スペシャル特典 車検ご予約の方粗品プレゼント!

- 特典1 エンジンオイル交換無料!!
- 特典2 愛車いたわりクーポンプレゼント!!
- 特典3 代車無料!!
- 特典4 オイル会員(発行・継続)無料!!

軽自動車の場合
ワゴンR、ムーブ、ライフ、ミラなど

●法的費用
・重量税...7,600円
・自賠責保険...18,980円
・印紙代...1,100円

●店舗費用
・代行手数料...5,250円
・車検基本工費...16,800円

車検基本費用合計 49,730円

下記クーポン持参で
代行手数料5,250円が
無料!!
合計 **44,480円**

●車検時には必ず下記をご持参下さい
★車検証 ★旧自賠責保険証 ★ご印鑑
★納税証明書 ★ロクナットアダプター(ホイールロックナット使用の方)
★支払いはご予約に応じてお選び下さい
★現金一括払い ★各種ローン
★各種クレジット

九州運輸局 認定工場 第4-2118号
オートバックス熊本宇土店
☎0964-22-6780
宇土市松山町1400-1 営業時間/10:00~19:30

オートバックス熊本宇土店

うきうきカーコラム

第1回「ワイパー」

冬の早朝に、震えながら車の中でフロントガラスの氷を早く溶かす為ワイパーを動かした経験ありませんか? 実はとても良くないんです。固く冷たい氷を、何度も何度も削ったら、いくら新しいワイパーゴムでも痛んでしまい、交換時期が早くなってしまいます。

ワイパーが痛んでいると、① ガラス面ににじみや拭きムラがでる。② ワイパーが動いた後にスジが残る。③ びびり音が出たり、ワイパーがスムーズに動かずガラス面をはねる。こんな症状がでます。これはワイパー交換のサインになります。

そもそもワイパーとはガラス面の水を完全に拭きとるものではなく、薄い水の膜を作ることで視界を確保するように出来ています。痛んだワイパーだと水の膜が均一にならないため、光が屈折して視界不良になってしまいます。

ワイパーゴムを交換して、「雨期うき」ドライブを楽しみましょう!!

リラクゼーションルーム スペース◆広和

おかげさまで 3周年

3つの特別メニューでお待ちしています。
期間/6月25日~8月末日まで

和みコース
¥3,300(45分)
肩から背中 + ヘッドマッサージ

癒しコース
¥6,600(90分)
フェイシャル + ボティ(好きな部位1ヶ所) + ヘッドマッサージ

満足コース
¥9,900(130分)
フェイシャル + ボティ(好きな部位2ヶ所) + ヘッドマッサージ

リラクゼーションルーム スペース◆広和
日本エステティック協会正会員
☎0964-32-6032 完全予約制
〒宇城市松橋町砂川1697-3
営/9:30~ 困日曜・祝日
※Pあり(カフツ・オブ・ザ・ヘア)

元気焼肉 OH!スマイル 10周年記念イベント 第1弾

2010年8月末日まで

おいしさに定評のあるOH!スマイルが10周年を記念してお客様に還元!!

7・8月の9のつく日

7/9(金)、19(祝)、29(木)、8/9(月)、19(木)、29(日)

好きなお肉が
4名様以上でご来店の方2皿サービス!!
3名様以下でご来店の方1皿サービス!!

熊本が全国に誇る肥後の3ブランド(和玉肥皇天草大王)をお客様にぜひ食べていただきたい。

第1弾 牛を丸ごと一頭仕入れました!!

かた ロース サイロ イン らん いち ぞと もも
かた かつら ともばら したば
すね

かた ロース ヒレ もも
ばら すね

ささみ 手羽 テール
すり もも
むね

くまもと黒毛和牛 プレミアム 「和玉」
ひごさかえ肥皇
天草大王

サーロイン	1,480円 (税込1,554円)	1,280円 (税込1,344円)
ミスジ	1,480円 (税込1,554円)	1,280円 (税込1,344円)
ヒレ	1,480円 (税込1,554円)	1,280円 (税込1,344円)
特上バラ	1,380円 (税込1,449円)	1,280円 (税込1,344円)
盛り合わせ	4,250円 (税込4,462円)	4,000円 (税込4,200円)
カマ7	840円 (税込882円)	カルビ 800円 (税込840円)
多数稀少部位もすべて 1,280円 (税込1,344円)		

営業 11:30~14:30(OS14:00) 18:00~23:30
休 水曜日 Pあり 収 60名
http://www.uucom.jp/oh-smile/
オースマイル 検索

至宇土 九州電力
ソフトバンク 至不知火
ドコモ

夏本番前に、バリュエーで

CHINESE time

陳民

7月限定特別メニュー「元気定食」1,050円!!

スタミナアップや滋養強壮に!

陳建民氏の元で長年修行したオーナーシェフの店「陳民」のおいしさは、既に多くの人が知るところ。そんな同店では、7月だけ特別にスタミナたっぷりの「元気定食」を用意! 滋養強壮にいい朝鮮人参を用いたおかゆや、旬のおいしさがたっぷり詰まったゴーヤと牛肉の炒め物に、塩卵、春巻き、香の物がついて、なんと1,050円! 今だけの特別なおいしさをぜひ!



陳民
ノースランド
☎ 0964-43-6544
🕒 11:30~22:00 (OS 21:30)



スワンラータンメン
酸辛湯麺
800円

コショウと多くの薬味を使用。夏にピッタリの、酸っぱ辛い、クセになるおいしさ!



名物担々麺 800円

唐辛子とたくさんの薬味を用いた四川伝統のおいしさ。発汗作用、新陳代謝を高め、美容と健康にもってこい!



7月だけの期間限定メニュー
元気定食 1,050円

滋養強壮、スタミナアップにつながる朝鮮人参を使ったおかゆ(クコの実入り)、ゴーヤと牛肉の炒めもの、塩卵、春巻き、香の物とボリュームもたっぷり。

7月だけの限定メニューをどうぞご賞味ください。お待ちしております!



オーナーシェフ 野尻 欣二さん



極み醤油くへた
【にんにくオイル入り】
専用のスープと専用の厚切りチャーシューを用いた新しい醤油ラーメン!



既存のラーメンとはまた違った新しいおいしさを、ぜひ味わってください!
店長 北畑 竜二さん

NEW
【極み】シリーズ
各780円(替え玉110円)



極みみそくへた
専用の具材と専用の厚切りチャーシューにこだわった新しいみそラーメン!



極みとんこつくへた
【にんにくオイル入り】
専用のスープと専用の厚切りチャーシューを用いた新しいとんこつラーメン!

素材のうまみたっぷりの特製スープと、自家製麺にこだわった「ラーメンくへた」から、3つのスタミナ系新メニューが登場しましたよ! その名も「極みみそくへた」「極みとんこつくへた」「極み醤油くへた」。それぞれに、専用のスープまたは専用の具材が用いられるなど新しいおいしさで、とんこつと醤油には食欲をそそるニンニクオイルも! ぜひ、味わってみて!

ラーメンくへた NOODLE time



夏だけの期間限定メニュー
くへたの冷やし中華
も大好評!

店内(780円)ではもちろん、お取り寄せ(3,000円~)も可!

ラーメンくへた
ウエストランド
☎ 0964-43-0993
🕒 11:00~23:00 (OS 22:30)



PASTA time

モッコス 珈琲館

スタミナ満点、おいしさいっぱいのバラエティ豊かな夏パスタメニュー!

スタミナ満点、いち押し夏パスタ!

自家焙煎のおいしいコーヒーと季節ごとの食材を使ったバラエティ豊かなパスタが大人気の「モッコス珈琲館」。夏のパスタはもちろんスタミナ十分! ニンニクや唐辛子、お肉や夏野菜をふんだんに用いたオリジナリテイあふれるおいしさは、食べた直後から元気になれそう! そんなパスタが日替わりで楽しめるお得なランチメニューもあるの、ぜひ、どうぞ!



モッコス珈琲館
ノースランド シネマワールド1F
☎ 0964-43-5176
🕒 10:00~21:30(OS 21:00)
ランチタイム11:00~15:00



チキンと小エビのチーズクリームパスタ 840円
しっかりと下味の付いたチキンと小エビ、とろろり溶けたモzzarellaチーズのコンビネーションが絶妙!

豚肉とグリーンアスパラの和風パペロニチー 840円



ショウガ焼きダレに漬け込んだ味わい深い豚肉がたっぷり! かつおぶし、大葉、ピリッと辛い唐辛子との相性もピッタリ!



ソーセージと夏野菜のトマトソーススパゲティ 840円
ボリューム満点のソーセージに、ナス、アスパラ、赤・青ピーマンなどたっぷりの夏野菜をプラス!

スタミナいっぱいの夏メニューをたくさんご用意してお待ちしています!



右:マネージャー 迫 亜紀さん
左:スタッフ 桑村 知子さん

Event Information

※内容は事前の予告なく、変更となる場合がございます。

★1 ツルヤフォーラム「アウトレットバーゲン」
夏物、サンダル、早くもバーゲンプライスで大放出!! リゾートサンダル、ミュールからメンズ、キッズサンダルまでお買い得商品多数取り揃えてお待ちしております。前回大好評だった、香水バーゲンも同時開催!
主催 ツルヤフォーラム 問 0964-43-4192
開催日 **6月25日(金)~7月4日(日)**
時間 10:00~21:00(最終日のみ19時まで)
場所 オアシスコート

★2 ウサビッチのプーチンがやってくる!
宇城に初上陸!ウサビッチのプーチンと一緒に写真を撮ろう!キレネンコもいるよ。ウサビッチ人気グッズ販売会も同時開催中!
主催 ヴィレッジヴァンガード
開催日 **7月10日(土)・11日(日)**
時間 ①13:00~ ②14:00~
③15:00~ ④16:00~
場所 オアシスコート

★3 サマー抽選会
バリューお買い物券や専門店からの素敵な景品などが当たる!!
7/10(土)~19(祝)の期間中の宇城バリュエーでのお買い上げレシート3,000円毎(合算可)に1回抽選に参加していただけます。
7月10日(土)・11日(日)
17日(日)・18日(日)・19日(祝)
時間 10:00~18:00(最終日も18時まで)
場所 同仁堂前特設会場

★4 海の日スペシャル3Days
10~17時 一部参加費無料
プレイイベント
●ふわふわクマ ノミランド/一般200円、カード会員100円
●セラビーフィッシュコーナー/一般300円、カード会員200円
●タッチングプール/無料
17日(土) バルーンアートショー&バルーンアート教室 ①13時~ ②15時~
18日(日) 大道芸人ちゃちゃまるショー ①13時~ ②15時~
19日(祝) キッズダンスショー~KAYO DANCE DIRECTION~ ①14時~
場所 オアシスコート

スタミナアップ!

本格的な夏を前に、
バリニューでもりもり食べて
暑い季節を元気に乗り切りましょう!
各店おすすめの
スタミナメニューをご紹介します。

大定番の「トマトとニンニクのスパゲティ」など、 おいしく、お洒落にスタミナアップ!



柔らかく煮込んだ牛肉の
ラグーソーススパゲティ
R 1,080円 L 1,940円
柔らかなお肉に、野菜がいっぱい。デミグラスソースをからめた濃厚な味わいをぜひ!



トマトとニンニクのスパゲティ
R 910円 L 1,600円
自慢のトマトソースに、ニンニクたっぷり!
不動の人気を誇るいち押しメニュー!!

おいしさはもちろん、お洒落にパワーアップできるのが、本格イタリアンの「カプリチョーザ」。大定番の「トマトとニンニクのスパゲティ」や「砂肝とニンニクの芽のスタミナパペロンチーニ」など、見るからに元気になれるそう! 好きなパスタやピッツアが選べるお得なセットメニューもあるほか、グラタンやリゾットの1人用サイズも新たに加わったので、併せて楽しんで!

カプリチョーザ PASTA time



石臼粉とニンニクの芽の
スタミナパペロンチーニ
R 910円 L 1,600円
スタミナを付けつつ、あっさりおいしくいただけるオイルベースのスパゲティ。



新メニューも加わったほか、お得なキャンペーンも実施中です。この機会にぜひご来店ください!

店長 桜間 肇さん

カプリチョーザ感謝祭第2弾開催中!!

期間限定メニュー1品注文につき、人気の「ライスコロッケ」券やドリンク券が当たる三角クジ進呈! ハズレなし!!

8/27 [金]

レギュラーサイズ(1人用) L ラージサイズ(取り分け用)

カプリチョーザ

ノースランド
シネマワールド1F
☎ 0964-43-5882
🕒 11:30~21:30 OS



STEAK time

アンクルトム

ボリュームたっぷりでリーズナブル! おいしいステーキで元気もりもり!!



ポークカツカレー 880円
サクサク感とジューシーな味わいが絶妙な、ビッグなカツがドーンと!

お肉好きなら、迷わず「アンクルトム」へ! ビーフ100%の手作りハンバーグなど多彩なスタミナメニューが目白押し! 中でもいち押しは、ボリューム満点でリーズナブルなリブロースステーキやサイコロステーキ。やわらかくて、おいしくて、スタミナが付くこと間違いなし! サクサク&ジューシーなポークカツカレーもおすすです!



リブロースステーキ
150g/980円
このボリューム、質で、この価格はぜひたいお得! 女性でもペロリと食べられるおいしさです。



選べるステーキソース
ガーリック、梅肉、洋わさびの3種類からお好みで。夏はやっぱりガーリック!
サイコロステーキ
180g/980円
食べやすいサイコロステーキは子どもたちにも大人気! 大満足のボリュームです。



アンクルトム
ノースランド1F
☎ 0964-43-5855
🕒 10:00~22:00



大好評!! ソフトドリンク飲み放題

- 食事の方 → プラス150円
- ドリンクチケット呈示の方 → プラス50円(1杯のみは無料)
- 単品注文(ドリンクだけ)の方 → 350円

リーズナブルで、スタミナ&おいしさ満点のメニューがいっぱいです。ぜひどうぞ!



スタッフ 木戸 裕子さん

夏の大定番でスパイシーにパワーアップ。 今夏だけの期間限定メニューも!

カレーハウス CoCo 香番屋 CURRY time



チキンと夏野菜カレー 780円
期間限定 ~8月末まで
アスパラ、ナス、トマトがいっぱい! 輪切り唐辛子も入った、ピリッとヘルシーなおいしさで女性に大好評。



期間限定 ~9月末まで
グリーンカレー 780円
まさに「夏」のおいしさ! 本格的な味わいを存分に楽しんで!

夏といえば、「ロイヤルCoCo香番屋」のカレー! バリエーション豊富なメニュー&トッピングに加え、「手仕込みキャベツメンチカツカレー」や「グリーンカレー」といった期間限定メニューも!! 辛さはもちろん、ごはんの量も調節できるので、女性も安心して食べられますね。この夏だけのおいしさをぜひ、お見逃しなく!



期間限定 ~8月末まで
手仕込みキャベツメンチカツカレー 780円
たっぷりのキャベツとサクサクの衣がたまらな〜い! ボリューム&おいしさ満点で男性に大人気。



おいしいカレーと笑顔でお待ちしています! ご家族みんなでぜひご来店下さい。

店長 湯治 幸真さん



期間限定 ~8月末まで
シーザーサラダ 280円
風味豊かなパルメザンチーズが入ったココイチ夏の定番サラダ。

カレーハウス CoCo香番屋
ノースランド1F
☎ 0964-48-6551
🕒 10:00~22:00



ひとも、まちも、きらきら。
AEON MALL
イオンモール宇城バリュー
〒869-0606 熊本県宇城市小川町河江1-1 TEL 0964-34-6600
<http://uki-value.aeonmall.com>

ê.à.B Cheerful Casual! 明るくアクティブ! そんな子供たちのためのデイリーウェアが揃ったワクワクドキドキ感あふれるショップです。
7/10 ± OPEN!!
5日間限定 7/10 ± 7/14 水
5000円(税込)以上お買い上げで eaBオリジナルマグカップをプレゼント! ※数に限りがございます
取り扱いブランド
eaB/男女児 70~130cm
ZIDDY/女児 120~160cm
nou/女児 70~130cm
RAD CUSTUM 男児/70~150cm
BdeR/雑貨
エアーベアー 子供服 TEL 0964-43-3667

BARGAIN
夏のバーゲン
開催中!
詳しくはホームページ、または下記へお電話ください。
☎ 0964-34-6600

華月園のおいしさ満点! Vol.6

「中華料理 華月園」のホットな情報やこだわりのメニューなどを紹介するコーナーです。プロに学ぶ、中華料理をおいしく仕上げるコツなどもご紹介いたします!

満点Topic.1

気軽に食事会から、厄入り・厄明け、接待などに!
3,000円・4,000円・5,000円・7,000円コース

手軽な3,000円コースから、お祝い事にぴったりのフカヒレや北京ダックなどの高級食材を用いたコースまで、さまざまなコースを用意! いずれも大満足のおいしさです。

- ★各コース11品
- 【前菜】(共通)
天使の海老のスープ煮、アスパラガスの金砂の香り、アオリイカとクリスタルクラゲの和えものネギ油風味
- 【各コースの主な料理】
- 3,000円コース…太平燕、酢豚、骨付唐揚げほか
- 4,000円コース…タラバ蟹、ミニフカヒレの姿煮、海老チリ、海老マヨネーズほか
- 5,000円コース…北京ダック、ミニフカヒレの姿煮、鮑(1人1個)、マンゴースープの手作り杏仁豆腐ほか
- 7,000円コース…最高級フカヒレスープ、北京ダック、タラバ蟹、鮑、ホタテ、天使の海老ほか



▲季節の前菜の中から3品

満点Topic.2

期間限定、今だけのおいしさ!

黒酢入りしょうゆダレが美味い! 海鮮冷麺

お刺身用のホタテやアオリイカ、天使のエビなどの豪華食材と、黒酢入りのあっさりしたオリジナルしょうゆダレが自慢の「海鮮冷麺」。この内容で900円は絶対お得! 今日ランチにさっそくいかが!

- ★その他ランチタイムメニュー
- 平日限定選替わりランチ 700円
- メイン、スープ、サラダ、香の物、ライス
- お昼のミニコース 1,500円(2名~要予約)
- デザート付き8品のミニコース



▲6~9月の平日限定「海鮮冷麺」900円

満点Topic.3

専門店のおいしさを自宅でも!

大好評の仕出しサービスは「お盆」にもぴったり!

同店の本格中華は自宅でも味わえるんですよ! お祝い事や大切なお客様へのおもてなしにはもちろん、これから迎える「お盆」にもぴったりです。

- ★「お盆」の仕出し予約承り中!! ※前日までに要予約
- 12,000円コース(6品・5~6名用)
- 16,000円コース(7品・7~8名用)
- 20,000円コース(8品・8~10名用)

【メニューは下記からチョイス!!】
前菜の盛り合わせ、揚げ物盛り合わせ、エビチリ、酢豚、八宝菜、太平燕、海老とコーンの塩炒め、鶏肉とカニツナツの炒め物、ニンニクの芽と豚肉の炒め物、豚肉と香味野菜の炒め物、牛肉の炒め物、イカと香味野菜の炒め物、イカのトウチ炒め、大学芋とゴマ団子の盛り合わせ



▲好きな料理が選べる大好評の仕出し料理。

「華月園」の中華Cooking アンポイントアドバイス!

★ネギ油

ラーメンに入れたり、野菜を和えたり、ゴマ油代わりに用いたり、ちょっと加えるだけでいるんな料理のコクと深みが増す万能な「ネギ油」。風味付けに煮魚に加えてもおいしくいただけます。

- 【材料】青ネギ(白い部分以外)2に対して、白絞油(サラダ油)1/八角少々/ショウガ少々
- 【作り方】油を熱し、ネギが茶色に変わるくらいまで加熱し、クッキングペーパーで濾(こ)す。

中華料理 華月園 宇城市松橋町松橋859-1
☎0964-32-1157 ☎0120-54-1157
営業/11:30~14:00、15:30~21:00(0520:30) 休/月曜(祝日の場合は翌日)
ランチ 平日 11:30~14:30/700円~
出前 20:00まで受付 仕出し料理 前日までに予約
価格 1泊2食5,500円/長期滞在歓迎!!

お世話になっている方へ、今年もダスキンのサマーギフトを!
毎日使うものだから、どなたに贈ってもきっと喜ばれますよ!

いちおし お子さんの生まれたご家庭や健康志向の方へ「ナチュキフト」はいかが!

【ナチュ】野菜、ほ乳瓶、食器用洗剤 全て、食品に使える原料と同じ成分から生まれているので、野菜、ほ乳瓶も安心して洗え、手荒れもしにくい洗剤です。



ナチュ1本、台所用スポンジ抗菌タイプ1個、S.O.S(10個入り)1袋 1,400円
ナチュ2本、台所用スポンジ抗菌タイプ2個、レンジまわりふきん(1枚入り)2袋 2,750円

★お届け先1軒につき2,625円以上で、先様送り送料無料!! (~7/16(金))
★箱は、植物柄とファミリー柄から選べます。

お洗濯の雑学

洗濯用洗剤に「蛍光剤」というものが入っている製品がありますが、これは、「蛍光増白剤」といって、衣類を白く見せるための物質です。ちなみに、衣類素材に対するメリットは特になく、むしろ有害です。



蛍光剤入りで洗濯すると、黄色い、パステル色は服が色あせて見えます。
干す時には直射日光に当たらないこと。

蛍光剤は、ほとんど無害だといわれていますが、日本では、医療用ガゼなどには蛍光剤は使用しないことになっています。

おすすめ!! ダスキンの洗濯用洗剤
・マルベリーのいい香り!
・植物由来(石油系ではありません)
・低泡性ですすぎ簡単(水量節約)
・W酵素・抗菌剤配合・蛍光剤無配合
600ml 609円

新しいこと始めてみませんか!
ダスキンのお客様係 **ハーティさん募集**
自分のペースでできる楽しいお仕事です。詳しくはお気軽にお問い合わせを!

商品のお申し込み、お問い合わせは
ダスキンフランチャイズチェーン加盟店
ダスキン 昭栄 〒869-0502 宇城市松橋町松橋660-1 店コード 1940023 購入商品はお届け致します。
☎0120-32-0719 FAX 0964-33-2443

特殊な注ぎ口で油ダレしにくい! 油が繰り返して使え、環境にもやさしいダスキンの天ぷら油ろ過器「油っこりんナイス」は、今までよりさらにコンパクトなシンプル設計になり、お手入れがしやすくなりました。ダスキンの独自の特殊な注ぎ口により、ポットの外側を汚すことなく、油をポットの中にきれいに戻すことができるんです。また、材質もさらによくなり、耐熱温度が180℃までアップしたことで、調理後、あまり時間をおかずに油の処理ができ、後片付けもスムーズに忙しい主婦にとっては大助かりです。



新しくなったダスキンの天ぷら油ろ過器「油っこりんナイス」は、今までよりさらにコンパクトなシンプル設計になり、お手入れがしやすくなりました。ダスキンの独自の特殊な注ぎ口により、ポットの外側を汚すことなく、油をポットの中にきれいに戻すことができるんです。また、材質もさらによくなり、耐熱温度が180℃までアップしたことで、調理後、あまり時間をおかずに油の処理ができ、後片付けもスムーズに忙しい主婦にとっては大助かりです。

価格がリニューアル前とほぼ変わらず、ろ過フィルターはそのままで置き置き! 同じ材質、タイプの他社製品と比較してみても、機能面、価格面ともすぐれていることがよくわかります。

天ぷら油ろ過器 **油っこりんナイス** (ろ過フィルター1個付) 3,045円
専用ろ過フィルター 630円(4個入り)
○材質: SUS 304(ステンレス)、フェノール樹脂、ポリスチレン樹脂
○重量: 約664g
○寸法: 高さ164×幅205mm(グリップ含む)
○容量: 内ポット約0.6L、外ポット約0.7L
○使用温度: 180℃以下

商品のお申し込み、お問い合わせは
ダスキンフランチャイズチェーン加盟店
ダスキン 昭栄 〒869-0502 宇城市松橋町松橋660-1 店コード 1940023 購入商品はお届け致します。
☎0120-32-0719 FAX 0964-33-2443



うきうきDEフリマ

出店者募集中!!

次回開催 **7月31日** 10:00~15:00

イオンモール宇城バリュー イオンホール (TOHO宇城バリュー1F)

1区画 2m×2m **41区画** 出店料 (1区画) **500円**

※こちらの出店料は一部、宇城市社会福祉協議会イオンモール宇城バリューを通して寄付させていただきます。

出店で希望の方は、FAX・ハガキ・メールいずれかに

- 1 名前
- 2 年齢
- 3 住所(※郵便番号のご記入を忘れず!)
- 4 電話番号
- 5 FAX(※お持ちの場合)
- 6 出店内容(例:衣類メイン、など)
- 7 備考・コメント(例:友人と共同で展開、などあれば)

を明記して、下記までお申し込みください。

〒869-0606 宇城市小川町河江1-1 『うきうきフリマ』係
FAX...0964-42-6020 / mail...frema@uki-pre.net

7月8日(木)応募締切(消印有効) ※出店者多数の場合は抽選とさせていただきます。

お問い合わせ **TEL.0964-43-5047**
BS広告社 うきうきぶれず編集室「うきうきフリマ」係まで

UKIUKI PRESS Presents hair make & relaxation PRETAPORTER x ViVian Beauty Project

今月のモデル 宇城市 宮嶋さん

1年前に美容室に行ったきり行こう行こうと思いつく縁が無かったのですが、うきブレを見て、これだ!と思ったので応募しました。

スタイリングのポイント 担当:宮嶋

今回のモデルの宮嶋さん。くせ毛が強く毎日の手入れが簡単でカワイイ感じにしたいということだったので、今回は最新の薬剤を使うプレタポルテオリジナルの「縮毛整形」技術、ストレートアイロンとカールアイロンを使って、ボリュームをおさえすぎない自然な形のストレートカールに。くせが強い前髪を、丸みを残したストレートにして毛先に柔らかいカールを残すことで、小顔効果と大人カワイイイメージに! カラーリングはパーソナルカラーが「春」だったのでイエローベースの、肌がかきれいに見えるチェスナットブラウンで柔らかさと明るさをプラス。

ファッションのポイント ViVian スタイリスト:HITOMI

かわいらしい現役学生の宮嶋様。19歳という若さですが、今回は大人の女性へのステップとして、セブな夏のリゾートを意識したコーディネートにしてみました。スレンダーで身長も高いので、ボリュームのあるティアードスカートと大きめの花柄でバランスをとりました。紙を打ったサンダルを合わせることで甘くなりすぎない装いが完成しました。

仕上がりを見た感想 宇城市 宮嶋さん

今回は髪の毛のスタイリングの仕方など、普段は聞けないことをかなり教えてもらいました。悩んでいた癖毛もこれで気になりません! 撮影では、皆と一緒にポーズを考えたりと、和気あいあいとしてとても楽しかったです。緊張しましたが、いい思い出になりました。本当にありがとうございました!

Before
After

ファッション
スカーフ ¥6,195
ピンクインナー ¥5,145
ベスト ¥19,950
ロングワンピース ¥30,450
バッグ ¥12,600
靴 ¥10,290

Hair
光触媒カラー.....6,300円
ION縮毛整形カール.....18,000円(カット込)
合計 24,300円
セット価格 22,500円

美容室 プレタポルテ ご予約優先
PRETAPORTER 〒869-0503 熊本県宇城市松橋町きらら2-2-13
TEL.0964-33-0011
受付時間/カット...9:30~19:00、パーマ・カラー...9:30~18:00、
エステ...9:30~18:00 定休日/毎週月曜日
ホームページ(PC)http://pretaporter.jp (携帯)http://pretaporter.jp/m

ViVian ヴィヴィアン
〒869-0503 宇城市松橋町きらら3-2-3
TEL.0964-32-5185
営業時間/10:30~19:00(金曜日は20:00まで)
定休日/不定休 http://msa.gyazo.jp/HP/vivian/

10分無料
酸素BAR & 骨盤ストレッチ
10分 ¥500
20分 ¥1,000
美容室プレタポルテ 有効期限:7月末日まで

メールクーポン プレゼント中!!
体模モデル募集 18歳以上の女性の方、あなたもプレタポルテで変身してみませんか?
「イメージしたい」服の事で悩んでいる18歳以上の女性の方、あなたも変身してみませんか? 対象はハガキ、メールに③お名前、④ご住所、⑤年齢、⑥電話番号、⑦メールアドレス、⑧髪の色、⑨髪質、⑩髪長、⑪髪色と洋服のサイズを明記の上、モデルさんの顔写真(ブックラ・スマホでも可)を添え、下記までお送りください。抽選の上、当選された方にはご連絡させていただきます。
〒869-0502 宇城市松橋町松橋112-3-102 うきうきぶれず編集室「ビューティープロジェクト」係
E-mail: info@uki-pre.net ※お問い合わせ TEL.0964-43-5047
※基本的に1日1名、2日1名、3日1名、4日1名、5日1名、6日1名、7日1名、8日1名、9日1名、10日1名、11日1名、12日1名、13日1名、14日1名、15日1名、16日1名、17日1名、18日1名、19日1名、20日1名、21日1名、22日1名、23日1名、24日1名、25日1名、26日1名、27日1名、28日1名、29日1名、30日1名、31日1名、合計31名までです。

汗ばむ季節は“プラチナケア エピエピ”で解決。

PLATINUM CARE

脱毛ケアサロン
女性専用

EPI*EPI

これからは
もう気にならない!

面倒なお手入れからの開放!!

***とってもお得なセット割!!**

どこでも好きなパーツ3箇所セットで!!
ひじ下、二の上、背中上部・下部、ひざ下(ひざ含む)、太もも、
鼻下、Vラインなど。詳しくはお問い合わせください。

通常価格(組み合わせによる) ~ 119,400円を

6^{各部位}回で 69,800円

他のキャンペーンとの併用はできません。

大好評!! まずはお試しください!!

両ワキ脱毛

6回で 4,000円!!



この夏は、ワンランク上のうなじ美人に!

エピエピ*夏のキャンペーン

先着**30名**様限定!!

うなじ・背中上部
通常価格 59,600円を

6^{各部位}回で 49,600円

※他のキャンペーンとの併用はできません。

施術料金

各パーツを組み合わせて施術
することでお安くなります。
それぞれのパーツの施術につ
きましてはご相談ください。

ワ	キ	ワ	キ	1回 1,500円	6回 4,000円
Sパーツ(5分)	手の甲・指、足の甲・指、乳輪周り、 へそ周り、鼻下、あご、ほほ、頬 ほか	1回 3,800円	6回 19,800円		
Mパーツ(10分)	ヒジ下、二の腕、背中上部(下部)、 バスト、ヒップ、襟下 ほか	1回 5,800円	6回 29,800円		

Lパーツ(15分)	ヒザ下(ヒザ含む)、太もも、腹部、 お顔全体 ほか	1回 7,800円	6回 39,800円
Dパーツ(8分)	Vライン、Iライン、Oライン ほか	1回 6,300円	6回 32,800円
全身(60分×2)	全身15箇所	1回 42,000円	6回 180,000円

※施術間隔は1.5ヶ月~2ヶ月での間隔をおいての施術になります。 ※表示価格以外は一切かかりません。ご安心下さい。表示価格は全て税込み価格になっています。 ※年会費・入会金・勧誘などは一切ございません。 ※返金保証もありますので、安心して施術できます。

お得なクーポンあり!! 来店の際切り取ってお持ち下さい

PLATINUM CARE EPI*EPI お試しクーポン*
ワキ脱毛(1回)980円
※施術から2ヶ月以内に6回コース(税込4,000円)をご契約いただくこと
差額の3,020円で残り5回の施術が可能に!
●お1人様1回限り有効 ●他のクーポンとの併用不可 有効期限/2010年7月末日まで



詳しくはホームページにて

エピエピ 熊本

検索

<http://www.epi-epi.jp/>

PLATINUM CARE
EPI*EPI
脱毛ケアサロン
女性専用

イオンモール宇城バリュー内(宇城市小川町河江1-1)
完全予約制 tel.0964-43-5581
営業時間/10:00~21:00(受付20:00まで) 年中無休
※各種クレジットカードにて分割可



読者プレゼント!! 両ワキ脱毛6回(¥4,000)無料券を
1名にプレゼント!!(詳しくは18ページ)

1位 お気楽&ご気楽なうきぶれ編集長(あみい)

オーダー 予想 実際

- ①きなご豚しゃぶしゃぶ
コチュジャン仕立て……………780円 ▶ 580円
- ②いずみ鶏グリル
梅マヨソース紫蘇の香り……………750円 ▶ 680円
- ③元気もりもり
ホウレン草とベーコンサラダ… 650円 ▶ 690円
- ④アイスクリーム(メロン)……………320円 ▶ 300円

合計……………2,500円 ▶ 2,250円
-250円

豪華な見た目、さすがの(あみい)も今回は控え目オーダー

2位 うきぶれデザインスタッフ(ゆみ)

オーダー 予想 実際

- ①甘海老と野菜の生ハム巻… 600円 ▶ 650円
- ②海老マヨSOUAN風(4尾)… 700円 ▶ 680円
- ③若鶏のおろし煮……………660円 ▶ 380円
- ④季節のパフェ……………540円 ▶ 450円

合計……………2,500円 ▶ 2,160円
-340円

う〜ん、もう一品ぐらい、いけたかもね!

3位 シンガーソングライター(際田まみ)ちゃん

オーダー 予想 実際

- ①生春巻ヘルシーサラダ 胡麻ソース… 550円 ▶ 550円
- ②あぶらあげ納豆のバリバリ焼… 500円 ▶ 380円
- ③フランスパンとシーチキンの
サンドウィッチ風……………750円 ▶ 450円
- ④焼きおにぎり……………350円 ▶ 180円
- ⑤エスプレッソアイスと
コーヒーゼリーのパフェ……………350円 ▶ 450円

合計……………2,500円 ▶ 2,010円
-490円

食べなさすぎで、自腹という悔しい結果に。次がんばってこー!

おいしいさと、美しいあいらいと、ポリウム感に大誤算!!

超食べなさすぎで、久々の自腹決定!

今回の対戦会場の「プライベートニング 創庵」は、全個室づくりの、まさにプライベートな空間でいたたく創作料理が評判のお店。器やあいらいにも配慮されたおいしい料理は女性たちに大人気で、バトル当日もたくさん女性グループで賑わっていた(女性客が多いお店って、おいしい証拠なんだよね)。女性好みの料理に、飲み放題

のついたお得な女性限定コース(※下の記事参照)もある。女子会やお母さん同士の集まりなどにもおすすめです。さて、そんな同店のバトルに挑んだのは、(あみい)に「際田まみちゃん」に、うきぶれデザインスタッフ(ゆみ)の3人。今回は久々にレギュラーメンバーだけのお気楽対決をやってみました。

設定金額は1人2,500円。同店はメニューが本当にバラエティ豊かで、しかも料理名がどれもおいしそうで、みな、どれにしようか迷っている様子。そして1品目、「あみい」は夏らしく、「きなご豚しゃぶしゃぶ」コチュジャン仕立てを選択。「まみちゃん」は、先月のベスト10メニュー

の中から「生春巻ヘルシーサラダ 胡麻ソース」を。葉もの(サラダ系)大好きの(ゆみ)は「甘海老と野菜の生ハム巻」をチョイス。いずれもテーブルに運ばれてくるたびに「わあ〜」と歓声を上げたくなるような美しい盛り付けとポリウム感で、おもしろさももちろん。続く2品目、3品目も、おいしさ、量、見た目の美しさがどれも絶妙で、みな、それぞれの印象通りに価格を設定。しかし、実はこれが、大誤算の元で、思わぬ結果に!! そうそう、確か、前回ここで対戦した時も、実際の値段を聞いて「えっ?!!」って驚いたんですよ。そこで、ここって本当に内容に比べてリーズナブルで、満足感あるんですよ

。評価の厳しい女性たちに人気があるのも納得です! 結果はご覧の通り。超食べなさすぎで、久しぶりに自腹決定! もっと食べてよかったのに!!

今回の対戦会場の「プライベートニング 創庵」は、趣向を凝らした創作料理に定評あるプライベートニング。果たして、勝負のゆくえはいかに?!

今回の対戦会場の「プライベートニング 創庵」は、趣向を凝らした創作料理に定評あるプライベートニング。果たして、勝負のゆくえはいかに?!

今回のお店
プライベートニング 創庵
宇城市松橋町大野139
☎0964-33-8777

お得なクーポンゲットつき!

鹿兒島黒毛和牛専門店 炭火焼肉 夢元

「究極の夢元コース」1人5,775円(2名〜)
夢元が誇る究極コース。その日おすすの匠メニュー(稀少部位)から厳選した4品を提供。全10品:前菜、匠 其の巻、匠 其の巻、匠 其の巻、匠 其の巻、ホルモン三種盛り、黒毛和牛大トロにぎり、サラダ、焼野菜、デザート

「夢元Bコース」2,500円+2時間飲み放題1,500円(6名〜要予約)
黒毛和牛のリーズナブルコースに、たっぷり2時間飲み放題!
全8品:キムチ盛り、上タン、黒毛和牛盛り合わせ、特選もも肉の焼しゃぶ、ホルモン盛り、ソーセージ盛り、サラダ、焼野菜

「イチボ」厚切り150g(1〜2人前)1,800円。ももステーキの王様。やわらかく、甘みがあり、濃厚な味が楽しめます。

「史上最高のコース」200g(1〜2人前)2,300円。夢元のロース肉の頂上に君臨するサーロインステーキ。ここが味わえない逸品!

上質な肉と気持ちのよい接客で、カップルや家族連れから団体まで幅広く人気の「夢元」

CHECK!!
イオン八代ショッピングセンター1Fにある姉妹店「夢元食堂」では、おいしい黒毛和牛が、より安く、定食メニュー(880円〜)として味わえます!

鹿兒島黒毛和牛専門店 炭火焼肉 夢元

「ファミリーコース」から飲み放題付きまでコースも充実!!
「ファミリーコース」全6品 2〜4人前3,980円
「黒毛和牛盛り合わせ」3〜4人前3,980円

★お得なコースいろいろ!
《宴会コース》1人2,000円〜(4名〜)
例:「夢元Aコース」全10品 1人2,500円
キムチ盛り、上タン、カルビ、黒豚ロース、黒豚バラ、ホルモン盛り、とりもも、ソーセージ盛り、サラダ、焼野菜
※プラス1,500円で120分飲み放題

★ランチタイムも大好評!
土・日・祝日以外の11:30〜14:00(OS13:30)
全メニュー、ドリンク付き
一番人気!!
夢元定食 1,580円
(上カルビ、上ロース、ねぎタン塩、焼野菜、ライス、スープ)
その他
焼肉定食……………1,180円 石焼きビビンバ定食……………980円 ほか
ホルモン定食……………980円 ※定食はライスおかわり自由

八代郡水川町宮原689
☎0965-62-1129
営/11:30〜14:00(OS 13:30)
17:30〜23:00(OS22:00)
休/不定休
P/あり 取/60名

UKIUKI Gourmet Information うきうきグルメ情報

プライベートダイニング 創庵

好きな料理とご一緒に! 「平日90分飲み放題」
男性1,280円、女性880円!!
おいしさはもちろん、器やあいらいなど見た目の美しさにもこだわった創作料理に定評あるプライベートニング。創庵ではコース料理だけでなく、単品メニューでも飲み放題が楽しめる。平日90分ドリンク飲み放題(男性1,280円、女性880円)を用意! ビールはアサヒスーパードライが飲めるほか、焼酎やワイン、日本酒を多く種類を揃えてお得意感じます! 好きな料理と一緒に存在がたまりません! また、女性ファンが多い同店では、女性好みの料理に、3時間飲み放題、デザートが付いた、女性限定の超お得な短コース3,300円も用意! 女子会やママ友の集まりなどにぜひご利用!

★平日限定90分ドリンク飲み放題
◎男性1,280円、女性880円!!
◎好きな料理(1品からOK)と一緒に! ※ビールはアサヒスーパードライ(生)、その他ドリンクメニュー豊富
◎金・土曜、祝前日は除く

★女性限定「短」コース3,300円
◎3時間飲み放題付き
◎女性好みの季節の創作料理11品(デザート付)
◎4名〜要予約
◎金・土曜、祝前日は2時間半で200円増し
★2時間飲み放題付き料理コース3,500円〜
★お昼は10名様以上で、お一人様2,100円〜(要予約)

居酒屋 せんば橋

月曜にクーポン持参で焼酎1本サービス!
小学生以下はジュース無料など、お徳が満載!!
毎月、いろんなサービスで幅広い世代を楽しませてくれる「居酒屋 せんば橋」。7月は、月曜日に下記クーポン持参で来店! 嬉しいに焼酎1本(900ml)をプレゼント! 仕事帰りに焼酎のにおいさとお酒に癒やされてみませんか! また、5名以上で予約すると、女将のおすまいの一品をサービス。太っ腹な同店だけに何が味のあるか楽しみです! さらに、小学生以下のお子様はジュース無料、子ども連れでも気兼ねなく足を運べる店なので、ママ友の会合などにもぜひ。4,000円以上になるコースは3,500円も! 4,000円以上になるコースは3,500円も! 4,000円以上になるコースは3,500円も!

★7月限定サービス
◎月曜に下記クーポン持参で焼酎1本プレゼント!
◎店内お召し上がり用、持ち帰りはできません。
◎5名以上の予約で、女将おすまいの一品サービス!
◎小学生以下のお子様はジュース無料!

★お得な飲み放題コース(各3時間!!)
◎3,500円コース
焼酎飲み放題の飲み放題コース
◎4,000円以上のコース
新鮮な刺身付き、リクエストもOK
◎コースの終わりに、おにぎりと味噌汁
◎女性にはデザートサービス
※他のサービスとの併用はできません。

宇城市松橋町大野139
☎0964-33-8777
営/17:00〜24:00(OS 23:20)
金・土曜、祝前日は17:30(OS 24:45)
お昼は10名様以上で一人様2,100円〜(要予約)
休/なし P/あり
取/全100名
(最大宴会1階60名まで、2階30名まで)

宇士市本町5-49
☎0964-23-1948
営/17:00〜24:00(OS 23:00)
休/日曜(予約の場合は営業)
P/あり
取/40名

和-WARAKU- 楽 宇士本店・松橋店

1,000円OFF
宇士本店でも使用可能

●グループにつき1枚限り有効 ●3,000円以上のご注文で使用可能 ●イベント期間中は使用不可 ●他のサービス券との併用は出来ません ●注文時にスタッフにお渡しください

有効期限/2010年7月末日まで

鹿兒島黒毛和牛専門店 炭火焼肉 夢元

お昼の部 1人様につき 200円OFF (1枚で人数分)
夜の部 お会計より 1〜3名様 1,000円OFF (1グループにつき)
4〜9名様 2,000円OFF (1枚限り有効)
10名様以上 3,000円OFF

●他のサービス券との併用は出来ません ●注文時にスタッフにお渡しください

有効期限/2010年7月末日まで

居酒屋 せんば橋

月曜日限定 焼酎1本サービス(900ml)
オリジナル焼酎「せんば橋」(芋)・白濁(米)・二階堂(麦)・黒龍島(芋)・島美人(芋)から選べます。

●グループにつき1枚限り有効 ●店内キープ用、持ち帰りはできません。 ●他のサービス券との併用は出来ません ●注文時にスタッフにお渡しください

有効期限/2010年7月末日まで

プライベートダイニング 創庵

飲み放題(90分) 男性…1,280円 女性…880円

●グループにつき1枚限り有効 ●金・土曜日は使用不可 ●15名以内に限る ●他のサービス券との併用は出来ません ●注文時にスタッフにお渡しください

有効期限/2010年7月末日まで

UKIUKI SPORTS

うきうきスポーツ

宇城スマイリーバレーボールクラブ

- 種 目…バレーボール
- 活動場所…河江小学校
- 活動内容…練習、練習試合、試合、親子試合、合宿等(県内)
- 活動日時…月・水・金曜日(19:00~21:00)
- 活動人数…18名

宇城スマイリーは、平成21年10月に発足したばかりの新しいチームです。部員も少しずつ増え、とても嬉しく思っています。チーム名の通り、「笑顔を忘れず、子ども達にバレーボールを好きになってもらいたい」と、カントク、コーチ、保護者が共に一丸となって頑張っています。

バレーボールは、大人になってからもずっと楽しめるスポーツです。バレーを楽しみたいみんな集まれっ!!

カントク 上村 晃
問い合わせ先/090-5294-0517



カントク 上村 晃

コーチ 山崎 浩二



笑顔がっ
スマイリー

“うきうきがれず”はみなさんの活動を応援しています!

スポーツチーム大募集!!

キッズから大人まで、あなたが汗を流しているスポーツチーム・サークルを写真とともにうきうき紙面で紹介してみませんか? サークルのアピール、参加募集、対戦相手募集など、用途は様々! どしどしご応募下さい!! 郵便ハガキか FAX、もしくはメールにて、①サークル・チーム名、②代表者氏名、③代表者の郵便番号・住所、④電話番号、⑤紙面で何をアピールしたいかを明記の上、下記までお送りください。

〒869-0606 宇城市小川町河江1-1 うきうきがれず編集部「うきうきスポーツチーム」係まで Tel/0964-43-5047 Fax/0964-42-6020 Mail/info@uki-pre.net

熊本初!!

2周年感謝セール

これが最終最後のチャンス!! 毎日先着10組様限定

多数のお客様のご要望にお応えして
7月末日まで
延長決定!

プレミアム
飲み放題プラン

90分
飲み放題!!

タダ

- 生ビール (マグナムドライ)
- 各種カクテル
- 焼酎
- 梅酒
- ハイボール
- ソフトドリンク
- など

1組4名様~(お1人様お料理を3品以上)ご注文ください。
スペイン産イペリコ豚のステーキ、ハーブ鶏のペッパーロースト、刺身盛、串盛、
鶏電サラダ、ミックスピザ、鶏の唐揚げ、海老マヨなどメニューも豊富!
団体様でのご利用の場合もお気軽にご相談ください。
受け付けは18時~22時となります。
★2,000円から飲み放題コースもご用意できます。詳しくはお問い合わせください。

ご利用の方は必ずお電話ください!!

「西洋×和」創作 Dining Kitchen **鶴 to 亀**

宇城市松橋町松橋1126-1

☎0964-32-6450

営業時間/18:00~翌2:00(OS1:00) 定休日/不定休



UKIUKI Gourmet Information うきうきグルメ情報



7月5日(月)・6日(火)・7日(水)は、
生ビール1杯200円&刺身200円!!
5月21日のオープン以来、大盛況の「和樂」
松橋店。3つの個室を備えた店内は活気にあ
ふれ、そんな空間でいただくバラエティ豊か
なオリジナル料理やお得なコース料理がたく
のファンに喜ばれています。毎月、宇市店と
合同でお楽しみイベントも企画され、7月は
5日(月)・6日(火)・7日(水)に開催決定!
期間中は生ビールが1杯200円で味わえる
ほか、お造り3点盛り(1人前)も200円
で提供。ビール&魚好きにはたまりませんよ
ね! 混雑が予想されますので、早めの予約
がおすすめです。また、足を運んだことが
ない人も、この機会にぜひ!

和 WAKU 樂 松橋店
7月5日(月)・6日(火)・7日(水)は、
生ビール1杯200円&刺身200円!!



3つの個室のほか、奥のスペースは最大45名の宴会にも対応。

宇市店・松橋店合同
7月のイベント!
5日(月)・6日(火)・7日(水)の3日間限定
生ビール1杯200円
&
お造り3点盛り(1人前)200円
*クーポン券は使用できません。

宇市本店
宇城市旭町446-4
(運動公園前)
☎0964-23-1243
営/18:00~24:00(OS 23:30)
休/不定 P/あり 収/32名

松橋店
宇城市松橋町松橋29
(ダイレックスP敷地内)
☎0964-33-7887
営/17:00~ラスト
休/不定 P/あり 収/60名

脳幹療術院

天竺



「あっ! 体が軽~い」ぜひ、あなたも
ストレス・不眠・肩こり・冷え性・頭痛・腰痛などさまざまな症状でお悩みの方へ

最近では筋肉的な疲労よりストレスからの肩こり・不眠・腰痛等を起こしている方が多いようです。天竺では頸椎の“ゆがみ”を正しくする事で姿勢はもちろん“O脚”や血流・神経伝達なども改善されますので、自律神経系の不調でお悩みの方も喜んで頂いております。当療術は伝統医学に属し、無理な力を加えず子どもさんから妊婦さんまでも安心して受けて頂けます。まずはお気軽にお電話ください。 院長 村上康一

施術料 一般…¥4,000(税込)
要予約 小中高生…¥3,000(税込)

無料送迎 月・木 9:00~14:00まで

※日曜の診療はお気軽にご相談下さい。
都合により休診の場合はご了承下さい。

宇城市松橋町曲野2899-13

☎0964-32-3918 予約制

●受付時間…[平日]9:00~19:00、[土曜・祝日]9:00~14:00
●休診日…日曜日 ●http://noukan-tenjiku.com



ウキウキ人キラキ Vol.1



パティスリー ISSHINDO
パティシエール 水野 里香さん

地元でこだわりを持って仕事に取り組んでいる人や頑張っている人を応援する新コーナーです。1回目は、先に開かれた第20回熊本県菓子技術コンテスト(県菓子技術協会主催)のマジパン部門(22歳)で、見事に銀賞に輝いたパティシエールの水野里香さん(22歳)をご紹介します。

マジパン仕掛けデコレーションケーキ部門、マジパンとは「アーモンドを混ぜたペーストで人形や花などをかたづつケーキ飾るもの」

★同コンテストの出品が県菓子技術協会のホームページで見られます。



銀賞を受賞した、マジパン仕掛けのデコレーションケーキ。色づかいや人形の表情が高く評価されました。7月から店内にて作品を展示しています。ぜひご覧ください。

人形の表情や色づかいに高い評価。日頃の仕事が入賞へ
水野里香さんは、宇土シティ内の洋菓子店「パティスリー ISSHINDO」に勤めて3年のパティシエール。今回、水野さんがチャレンジした「熊本県菓子技術コンテスト」は、若手洋菓子職人の登竜門ともいえる大会で、県内のさまざまな菓子店に勤める若手パティシエールたちが各部門に分かれて腕を競い合います。今回、熊本、市外、から入賞者が出たのは、とても久しぶりのことだとか。

「この3年、自分なりに一杯努力してきたことが評価され、とても嬉しいですね。お店の人や家族をはじめ、周りの人たちも入賞を自分のことのように喜んでくれています。いつも支えてくれている人たちに少しでもパワータを与えることができたような、恩返しのできたような気がしています」と水野さん。小学生の頃から料理やケーキをつくるのが好きで、パティシエールになるのが夢だったそう。現在、お店ではキャラクターデコレーションケーキなども任されておられ、水野さんがつくるケーキは子どもたちに大人気。「コンテストでは人形の表情や色づかいを高く評価していただきました。普段やっている仕事も色や造形を学ぶのにとっても役立ち、それが入賞につながったと思っています」。

おいしい表情を見るのが幸せ。お客様と密な関係が保てる店を。

休日にはショッピングに出かけることが多く、「お酒も大好き」と笑顔で答える水野さん。もちろんケーキも大好物で、つくったものを自分でも食べるほか、家族や友人たちにもよくプレゼントしているそう。

「みんながおいしそうに食べてくれる表情を眺めている時間がとても幸せですね。」

将来は自分のお店を持つことが夢。「お客様に気軽に足を運んでもらい、密な関係を築けるような店にしたいですね」と抱負を語る水野さん。そうした夢の実現のためにも、「まずは、秋に開かれる

水野さんが勤めるお店
パティスリー ISSHINDO
☎0964-26-1423
宇土市普通寺町緩橋95
宇土シティ1F

映画情報 6/25 7/25
TOHO宇城バリュー ☎0964(48)6100
※上映作品・日程は変更になる場合がありますので事前にご確認ください。

● プリンス・オブ・ペルシャ 時空の砂 (字) 出演:ジェイク・ギレンホール、ジェマ・アータートン	● 座頭市 THE LAST ※PG12 出演:香取慎吾、石原さとみ、反町隆史、仲代達矢
● ザ・ウォーカー (字) ※PG12 出演:デンゼル・ワシントン、ケイリー・オーランドマン	● FLOWERS フラワーズ 出演:蒼井優、鈴木京香、竹内結子、田中麗子、仲間由起恵、広末涼子
● アイアンマン2 (字) (吹) 出演:ロバート・ダウニー・Jr.、グwyneth Paltrow	● 告白 ※R15+ 出演:松たか子、岡田将生、木村佳乃
● SEX AND THE CITY 2 (字) ※R15+ 出演:サラ・ジェシカ・パーカー、キム・キャトラル	● RAILWAYS 49歳で電車の運転士になった男の物語 出演:中井貴一、高島礼子、本仮屋ユイカ
● THIS IS IT (字) マイケル・ジャクソンドキュメント ※アンコール上映	● 孤高のメス 出演:堤真一、夏川静江、吉沢悠、中越典子
● 劇場版 銀魂 新銀魂篇 声の出演:杉田智和、坂口大助、釘宮理恵、石田彰	

上映予定

7/3 踊る大捜査線 THE MOVIE 3 ヤマを盗まされし 出演:藤原竜二、柳家敏彦、深津絵里	7/10 プレデターズ (字) 出演:エドリアン・プロディ、アファー・グレイス
7/3 アデル・ファラオと復活の秘薬 (字) ※PG12 出演:ルイス・ブルゴイン、マチュー・アマルリック	7/17 借りぐらしのアリエッティ 声の出演:志田未来、神木隆之介、大竹しのぶ
7/10 劇場版ポケットモンスター ダイヤモンド・パール 幻影の軌跡 声の出演:松本梨香、大谷育江、林原めぐみ	7/17 シュアリー・サムデイ 出演:小出恵介、勝地涼、鈴木亮平
7/10 トイ・ストーリー3 (吹) ※2D上映 声の出演:唐沢寿明、声ジョージ、日下由美	7/17 エアベンダー (吹) 出演:ノア・バウマン、ニコラ・ベルツ、アヴ・パテル
7/10 必死剣鳥刺し 出演:豊川悦司、池脇千鶴、吉川晃司、岸部一徳	7/23 インセプション (字) 出演:レオナルド・ディカプリオ、渡辺謙

うきウキ「ぐるめ日記」
際田まみさん

茶の心(さっしん)さんにおじゃましました! 2010.6.25

3号線から松橋インター方面、218号線を美里町の方へ真っすぐ行くと、うきウキではおなじみ緑茶石けんの「茶の心」さんのお店があります。「茶」という看板が見えるのでそれが目印です。様々なお茶や関連商品を取り扱っている「茶の心」さんですが、実はこのお店、お茶屋さんならではのスイーツもあるのですよ!

「雪どけ抹茶は丁寧に練り上げた緑茶のあんこと、上質な抹茶をたっぷり使った抹茶クリームが絶妙にマッチした、緑茶と抹茶の深い味わいの大人のスイーツ(´▽`)」その雪どけ抹茶には、大抵部分がひんやりモチモチのわらび餅になっている「夏限定」の「真夏の雪どけ抹茶」もあるのです(´▽`)!

「新商品も登場しています!抹茶入りワッフルも、ふんわり生地は抹茶の風味がしっかりとあって、上品な味わい。まさに和洋のコラボで(´▽`)」お土産オススメです!ぜひクーポン持って行ってみてください!尚、お店に行くとすると直売価格として通常価格より安く買えますよ(´▽`)」

★今月のまみ情報★ 臨時ライブ情報更新中。詳細はホームページをご覧ください。

TSUTAYA(イオンモール)宇城バリュー店を
はじめる!15店舗でCD販売中!

7/25(日) 福岡ライブ/Juke Joint
福岡市中央区舞鶴 1-9-23 エステートモア舞鶴2F (Tel:092-762-5596)
前予約 2000円(1ドリンク別)、当日2500円(1ドリンク別)
open 14:30 start 15:00 際田まみ/加藤樹樹/石田聖也

●7/31(土) 熊本ライブ/健軍
●8/7(土) 熊本ライブ/イオンモール熊本クレア 18:30~
●8/13(火) or 8/14(水) 熊本ライブ
●8/21(土) 熊本ライブ

際田まみ [キワダマミ]
宇城市出身のシンガーソングライター。ライブイベント出演ほか、CMソング(熊本ではグルメたん等)、ラジオDJ等色々な分野にて全国展開中! <http://kiwamami.com>

雪どけ抹茶 直売価格 ¥180(1コ)
真夏の雪どけ抹茶 直売価格 ¥200(1コ)
抹茶入りワッフル ¥120

オススメ! 今、食べるラー油がブームですわね! 茶の心さんでもオリジナルの食べるラー油が大好評です! 具だくさんガッツリ辛くてうまいラー油 大好評につき通常価格840円 → 500円 ※6月末日まで

宇城バリュー ミタカ内 茶の心(さっしん)
宇城市豊野町山崎2188-5 ☎0120-382-973
営/9:30~17:00 休/土・日曜日、祝日

1,000円以上お買い上げの方
抹茶入りワッフル1個プレゼント

※1人様1枚限り有効 ※他のサービス券との併用は出来ません ※クーポンは必ずお持ちください 有効期限/2010年7月末日まで

おかげ様で 発売以来 17,000個突破!!
宇城地区

まずはこの 泡の弾力に 驚いてください
洗顔しても肌に手が触れない このクリーミー泡

毛穴の汚れに ピタッ!! 毛穴の黒ずみに 吸い付く!! 肌を清潔にして キュッと引き締める!!

毛穴の黒ずみを洗い流し、化粧ノリが抜群!!
毛穴を引き締める!だから

潤う! ツヤツヤ! 愛用者から実感の声が続々!

● ツルツルで色白に!
(埼玉県/N.Y.様/26歳)
肌がツルツルになりました! 色も白くなった気がします。ありがとうございます! 肌が弱い方なので、化粧品をまったく使えないのですが、これは本当に良かったです。安心して使えます。

● 家族みんなのお気に入りです。
(熊本県/M.T.様/35歳)
[長女9歳]いつもより、つるつるしてて、すく気持ちよかったです。お母さんみたいに緑茶石けんをいっぱい使ってくださいきれいになりました。[長男11歳]ほっぺたがカサカサしていたのが、だんだんおどてきました。[母]体にも使ってしつとりしています。[父]全身に使っています。体臭が気にならなくなりました。

べっぴん 緑茶石けん ※泡立てネット付 1個(75g) 定価1,260円(税込)
パラベン(保存料)無添加 店頭価格で発売中!

5月29・30日に開催しました「新茶まつり」には、たくさんの皆様にご来店いただきありがとうございました。心より感謝申し上げます。次回は10月30・31日に「秋のお茶まつり」を予定しております。またのお越しをお待ちしております。

お求め・お問い合わせは
ミタカ内 茶の心(さっしん)まで ☎0120-382-973
宇城市豊野町山崎2188-5 ☎月~金曜 9:30~17:00 ☎土・日曜日、祝日

きれいになりたい、変わりたいと思っても、どうしてよいかわからないという方、MOSA PARK華蓮を訪れてみませんか! 1人ひとりのことを親身に考えてくれる女性スタッフが、一緒に考えてきれいをめざしてくれますよ。もし、何をしても痩せにくいと感じている人がいたらそれは代謝の悪さが原因かも。ぜひ、一度相談してみよう!

今なら、クーポン持参で「プーパールコース(45分)通常3,500円」を「2,500円」に引き締めボディコース(60分)通常5,500円を「4,500円」に!

メールでも予約受付中!!
yosapark-karen@i.softbank.jp

完全予約制 ☎0964-53-9210
宇城市松橋町久員599-1-202号
営/10:00~20:00(受付19:00まで)
休/日曜日 P/専用駐車場有り(6・7番)

YOSA PARK 華~karen~蓮
一緒にきれいをめざしましょう!

YOSA PARK 華~karen~蓮 クーポン
ノーマルコース(45分) 通常3,500円 ▶ 2,500円
引き締めボディコース(60分) 通常5,500円 ▶ 4,500円
※お一人様一回限り 毎月お申し込み回数限りがあります。お申し込みは必ずお申し込みください。有効期限/2010年7月末日まで

新発売!!
Mrミニたいやき 1個 70円
モチモチミニたいやき 1個 70円
ミスターたいやき 1個 70円

限定商品 シリーズ
カキ氷 150円
ソフトクリーム 180円
フラッペ 250円

100たこ ミスターたいやき ☎0964-43-5266
宇城市小川町南小川 260-4
AM10:00~PM7:00 年中無休 P 20台
100たこ http://www.100tako.com

美容室 Sincere28
美容室SitalはSincere(シンシア)28として生まれ変わりました。

今話題の! 水へのこだわり、安心・安全、癒しの空間にこだわりの、深呼吸できる美容室へと生まれ変わりました。これからもどうぞ宜しくお願い致します。スタッフ一同

移転オープンキャンペーン 2010年10月末日まで
美容室シンシア28の無害化処理・毛髪再生メニューです

● ドクター縮毛矯正 (S-T-B) 前髪 13,650円 ▶ 6,300円	● カラー (S-B) 4,725円 ▶ 2,625円
● クリニックパーマ (S-B) 8,400円 ▶ 5,250円	● オシャレ染め (S-B) 4,725円 ▶ 3,150円
● デジタルパーマ (S-B) 13,650円 ▶ 7,350円	● ヘナ染め (S-B) 5,250円 ▶ 3,150円
● デトックスカット (C-S-B) 5,250円 ▶ 3,150円	● カット(大人) (S-B) 2,100円 ▶ 1,575円

※C-カット、S-シャンプー、T-トリートメント、B-ブロー 差別塗料の長さや使用する薬剤量などにより、プラス料金がかかる場合がございます。

毎週火曜日(午前中のみ)… カットデー 525円引き!
毎週水曜日(オールタイム)… カラーデー 525円引き!

美容室 Sincere28 シンシア28
熊本市城南町阿高309-1(不二家跡)
☎0964-46-6007
営業時間/平日9:00~19:00、日・祭9:00~18:00
店休日/毎月曜日、第1日曜日、第3火曜日
※但し、月曜日は予約の場合は可

道の駅 電北 ビストログリーン
 クーポン持参で
イ草入りソフトクリームを 50円引き
 ●ご注文時にスタッフにお渡しください ●他サービス券との併用不可
 ●お一人様1枚限り有効 ●クーポン持参に限る
 ●他のサービス券との併用不可 有効期限/2010年8月末日まで

村並商店
 かき氷商品
20円引き
 通常価格より
 ●ご注文時にスタッフにお渡しください ●他サービス券との併用不可
 ●クーポン持参に限る ●お一人様1枚限り有効
 ●他のサービス券との併用不可 有効期限/2010年7月末日まで

藍のあまくさ村 島 cafe
 メニュー全商品
10%OFF
 通常価格より
 ●ご注文時にスタッフにお渡しください ●他サービス券との併用不可
 ●クーポン持参に限る ●お一人様1枚限り有効
 ●他のサービス券との併用不可 有効期限/2010年7月15日まで

東陽交流センター せせらぎ
 しょうがソフトクリームまたは、
 生薑豆腐アイスをご購入の方 **温泉 100円引き**
 入浴料
 ●ご注文時にスタッフにお渡しください ●割引券と引き換えになります ●風呂の日(26日)は使用不可
 ●他サービス券との併用不可 ●クーポン持参に限る
 ●お一人様1枚限り有効 有効期限/2010年7月末日まで

給スイーツ特集
クーポン
 ●クーポンの使用時期はそれぞれの状況に合わせてお渡し
 ください(下段要確認) ●有効期限にご注意ください

Blue Sea do cafe KHU★KAN 空間
 ベリーベリースムージーまたは、
 コーヒーゼリーパフェをご注文の方 **50円引き**
 ●ご注文時にスタッフにお渡しください ●クーポン持参に限る
 ●お一人様1枚限り有効 ●他のサービス券との併用不可 有効期限/2010年7月末日まで

白玉屋新三郎
 イートインコーナーご利用の方
 メニュー商品 (通常価格より) **100円引き**
 ●ご注文時にスタッフにお渡しください ●クーポン持参に限る
 ●1グループにつき1枚有効 ●お一人様1枚限り有効
 ●他サービス券との併用不可 有効期限/2010年9月末日まで

アジアンカフェ AKARENGA
 お食事の方に限り **ドリンクサービス**
 ●ご注文時にスタッフにお渡しください ●クーポン持参に限る
 ●お一人様1枚限り有効 ●他のサービス券との併用不可 有効期限/2010年7月末日まで

イベントインフォメーション 6/25～

※イベントの日程・内容は変更になる場合もあり
 ますので事前にご確認の上お出かけください。

7/15(木) 小川町夏祭り造り物大会
 宇城市小川町/小川町商店街一帯
 ※造り物、出し物、ビアガーデン、パサーほか、阿蘇神社
 大橋ライトアップ。開/0964-43-0452(宇城市商工
 会小川支所)。0964-32-1111(宇城市商工観光課)

7/17(土) 12:00～ ロビーコンサート
 宇城市/ウイングまつばせ1階ロビー
 ※カルデラ舞天山さん、葉井真奈美さん親子による共
 演。民謡日本一の方々です。沖繩三疊・胡弓・馬蹄琴・
 尺八を使った、守歌や民謡中心の演奏です。入場
 無料。開/0964-32-5555(ウイングまつばせ)

7/19(月・祝) 9:30～(小雨決行) 「海王」乗船・漕行体験2010
 宇土市/道の駅宇土マリーナ
 ※乗船体験/定員名25名、参加費300円。漕行体験/
 定員名18名(中学生以上)、参加費300円。申込締切
 /7月9日(金)。その他、魚のつかみ取り大会、勾玉作
 りを開催。申込・問合/0964-23-0156(宇土市教育
 委員会文化課)

7/21(水) 会場/ウイングまつばせ
 宇城市/ウイングまつばせ1階ロビー
 ※秋野さん、インドネ、パルなど世界中で暮らし、そ
 の人々の心を結んでいます。今回は原曲92点を演奏。
 休演日/7月26、8月2、9、16。開/0964-32-6222
 (不知火美術館)

7/21(水)～8/22(日) 夏休み企画 秋夜夜半絵本原画展
 宇城市不知火町/不知火美術館
 ※秋野さんは、インドネ、パルなど世界中で暮らし、そ
 の人々の心を結んでいます。今回は原曲92点を演奏。
 休演日/7月26、8月2、9、16。開/0964-32-6222
 (不知火美術館)

7/24(土) 25(日) 海の日協賛 みすみ港まつり
 宇城市三角町/三角港新岸壁
 ※ベロン船競漕大会やステージイベント、海上自衛隊の
 体験航海ほか、24日は花火大会。体験航海参加費。申
 込/0964-52-2530(宇城市商工会三角支所)7/5～15
 まで先着順。開/0964-32-1111(宇城市商工観光課)

7/31(土)・8/1(日) 開演12:30 開演13:00 文化庁推薦「納涼 優秀映画鑑賞会」
 宇城市/小川ラポート
 ※昔懐かしい時代劇映画を家族でご覧になりませ
 んか。1(日)「赤穂浪士」旗本退屈男「旗本」
 1(日)「赤穂浪士」旗本退屈男「旗本」を上映。入場料2日通し券/一般500円、高校生以下
 100円。開/0964-32-5555(ウイングまつばせ)

7/31(土)～8/4(水) とよの夏キャンプ
 宇城市豊野町/豊野少年自然の家ほか
 ※テント泊、野外炊飯、野外活動など。対象 小5～中3、
 定員 20名、参加費10,000円。要電話申込。開/
 0964-45-3855(豊野少年自然の家)

8/3(火) 9:30～13:00 おやこで料理教室
 宇城市三角町/三角保健センター
 ※準備物 エプロン、米一合、定員 20組、先着順。申込締
 切/7月30日。開/0964-32-7100(宇城市健康福祉
 センター)

スピリチュアル&タロット占い
 あなたの悩みに
 助言いたします

★恋愛★結婚★浮気★
 ★仕事★金運★健康★
 ★自分の未来★
 ★家族の悩み★
 ★対人関係★
 etc...

タロットカードとは
 生年月日や姓名判断で占うやりかたは 学でも
 もちろんよく当りますが、誰が占ってもだいたい同じ
 答えが出ると思われがちです。タロットカードでの占いは
 あなただけの、あなたのための答えがズバリ出ます。
 誰にも言えない、誰かに聞いて欲しい…あなたの悩
 みにサヨウナラ。

「うきぶれを見た!」で**1,000円引き**
 ※ご予約の際にお伝えください。
 <40分>通常4,000円 → **3,000円**
 <60分>通常6,000円 → **5,000円**

占い館 静香 ☎0964-42-7557 完全予約
 shizukauranai@docomo.ne.jp
 宇土市本町 5-49 (居酒屋せんば橋内)
 営/9:00～ご相談に応じます 年中無休

華千晶の占い 7月1日～31日

一白水星
 ステップアップするなら今月! もしか
 したら、新しい世界が広がるかも知れま
 せんよ。全てにおいて順調に事が運びま
 す。ラッキーナンバーは先輩の女性。ア
 ドバイスの中にお宝が潜んでいるかも。

二黒土星
 悲しいかなその予感、的中の予感、気乗り
 しないなあ、迷うよな、自信がないと
 いう時は、手を出さない方がベター。見
 送って時期が来るのを待ちましょう。焦れ
 ば焦るほど消化不良の結果に。

三碧木星
 右、左、右。確認をしっかりと渡りましょ
 う。今月は動く前にしっかりと準備
 リサーチを行うこと。ボンと飛び出す
 と事故に遭いますよ。親切心からあれや
 これや抱え込みそう。ほどほどに。

四緑木星
 動けば動くほどツキが上昇。仕事もブ
 ライブでも刺激を受けて充実した1ヶ月
 に。胸に秘めていた計画に光が当たる
 チャンスがやって来るかも。いざとい
 う時のために整理しておきましょう。

五黄土星
 キーワードは優しさ。あなたの優しい心
 遣いとウィットに飛んだ発想が信頼関係
 をより強固なものにします。信頼度が
 アップする時期なので、クレーム処理な
 どは率先して引き受けましょう。

六白金星
 常にニュートラルな立場&気持ちで過
 しましょ。先月までの勢いで突き進む
 と大事故に遭うかも。今月は一時止休
 息の時。静かにのんびり過ごしましょ
 う。見ず知らずがザルがザルです。

七赤金星
 一見、良好のようですが、実は、冷静沈
 着な判断が求められる今月です。良かれ
 と思つて行動したことが裏目に出たり、
 厄介事に巻き込まれたり、イヤな気分
 の一ヶ月ですが来月はアップします。

八白土星
 機転をきかせてテキパキと処理がで
 きて気分スッキリ! 考え込みと運気を
 ダウンさせるので、今月は直感で突き進
 みましょ。計画や目標へ向けたレ
 ベルアップもOK。学び取る姿勢が大事。

九紫火星
 情報社会の波に流されてしましょ。上
 手に情報をキャッチして、的確な取捨選
 択をしていましょ。得意な分野を掘
 り下げたり、新しい分野へのチャレンジ
 はGood! 但し、無理強い厳禁。

【一白水星】昭和2、11、20、29、38、47、56、平成2、11、20年生まれ
 【二黒土星】昭和元、10、19、28、37、46、55、平成元、10、19年生まれ
 【三碧木星】昭和9、18、27、36、45、54、63、平成9、18年生まれ
 【四緑木星】昭和8、17、26、35、44、53、62、平成8、17年生まれ
 【五黄土星】昭和7、16、25、34、43、52、61、平成7、16年生まれ
 【六白金星】昭和6、15、24、33、42、51、60、平成6、15年生まれ
 【七赤金星】昭和5、14、23、32、41、50、59、平成5、14年生まれ
 【八白土星】昭和4、13、22、31、40、49、58、平成4、13、22年生まれ
 【九紫火星】昭和3、12、21、30、39、48、57、平成3、12、21年生まれ

クーポン持参で初めてご来店の方
 カット・カラー・パーマ・ストレート
半額
 ※カット以外はロング料金別途です。
 メンバーズカードをお持ちのお客様
クーポン持参で 30%OFF
 美容室 **ほのぼのSpot 翔**
 予約不要 年中無休
松橋パルシェ店
 TEL.0964-32-0601
 営業時間/AM9:30～PM7:30 (日・祝・祭日 AM9:30～PM7:00)

初めてご来店のお客様 **50%OFF**
 H22年7月末日まで有効
 他の割引券との併用は出来ません。

2回目以降のお客様 **30%OFF**
 H22年7月末日まで有効
 他の割引券との併用は出来ません。

子どもカット 1,000円
 小学6年生まで
 曜日関係なく、毎日!

得々Day
 メンバーズカードを
 お持ちのお客様に
 お得な得々Day

毎週月曜日は **ストレートDay**
 ●縮毛矯正(カットなし).....7,000円
 ●縮毛矯正(カット込).....8,000円

毎週火曜・木曜日は **カラーDay**
 ●白髪・おしゅれ染め.....3,000円
 (ショート料金)

毎週金曜日は **50歳からのおしゅれDay**
 (50歳以上の方)
 ●カット.....2,000円
 ●ヘアカラー(白髪染め).....3,000円
 ●パーマ.....4,500円

毎週日曜日は
 ●学生カットDay(中高大専まで).....1,500円

夏休み親子で省エネ&IHクッキング体験

開催日 7月 27日(火)・28日(水)
 8月 3日(火)・4日(水)・17日(火)
 18日(水)・24日(火)・25日(水)

時間 10:30～13:00
会場 九州電力(株) 宇城営業所
 オール電化コーナー ※下記地図参照
参加料 無料 ※エプロンをご用意ください
定員 各回 先着 親子2組(1組3名様まで可)
 小学4・5・6年生、中学生の親子

実施内容 小学4・5・6年生と中学生
 ①親子で省エネ教室
 九電ホームアドバイザーによる、地球環境の
 お話と楽しい省エネクイズ
 ②IHクッキング体験
 メニュー
 ・簡単パエリア
 ・チキンのうまが焼き
 ・カリカリチーズ揚げ
 ・さっぱりトマトスープ
 ・フルーツゼリー

お申し込み・お問い合わせは
 九州電力 宇城営業所
 電話料 無料 **0120-986-605**
 担当:宇城営業所 統括グループ 本田・岩田
 宇城市松橋町松橋1325
 営/10:00～17:00 休/土・日曜、祝日

ドイツの医療現場から生まれた
 ハーブ複合パワーで、お肌を深部から再生!
GREEN PEEL®
 グリーンピール

5days(5日間)ケア
 1日め **ハーブ導入**
 (ハノハノにてケア)
 2~4日め **肌再生**
 (ご自宅にてケア)
 5日め **アフター**
トリートメント
 (ハノハノにてケア)

グリーンピールケア後、4
 ~5日すると古い角質が
 剥がれ落ちますが、ピー
 リングとは全く違います。5
 日めにアフターケアのト
 リートメントを受けると、
 見違えるようなお肌に!

カウンセリング無料 カウンセリングは常時行っており、お肌のトラブルや悩みなど、お気軽にご相談ください。

HANO-HANO
 エステ&リラクゼーション ハノハノ
 八代市松江城町3-23
 ☎0965-32-0485
 10:00～20:00
 第2・4日曜 第1・3月曜
 携帯サイト http://www.hanohano.jp/

化学成分を全く含まない天然ハーブのみを使ってお肌をリフレッシュさせる「グリーンピール」。皮膚に浸透したハーブがリンパを通して全身にめぐり、皮膚深部の繊維芽細胞の増殖を活性化! コラーゲン・ファイバーの生産を促すことで、皮膚が再生され、健康で若々しいお肌が甦ります。

こんなトラブルに! ●ニキビ ●ニキビ痕 ●たるみ ●しわ ●敏感肌 ●ソバカス
 ●毛細血管拡張症 ●白子(白斑) ●事故のケロイド(事故後早期)

グリーンピールケア... ¥49,800
 用材..... ¥32,000
 [プレミッシュパルム..... ¥7,000
 スペシャルケアクリームⅡ..... ¥8,000
 ハノハノケアローション..... ¥7,000
 グリーンピールハーブ..... ¥10,000]

合計 ¥81,800を
先着20名様限り! 要予約
49,800円

まつ毛専門店だから 安心・安全・スピーディー!

オススメのまつ毛カール「3Dカール」。専門店ならではの高度技術で、お客様の目の形やまぶたに応じて18種類のロットを使い分け、魅力的な目元に変わります。1~2ヶ月しっかりキープで、嬉しい育毛トリートメントつき。何度繰り返しても健康なまつ毛を保ちます。

ワンランク上のまつ毛カール **3Dカール**
 お試し価格 **¥2,100**

アイラッシュ **アイラッシュ**
 60本(左右30本×30本)
 お試し価格 **¥4,649**

アイドールハウスの
 お約束
 ●皮膚に接触する器具は全て滅菌・抗菌処理
 ●お客様に接触する素材・材料は使い捨て
 ●施術の際には毎日消毒
 ●材料類は一定の温度下で保存

アイドールハウス
 八代市松橋町19-6
 (松江通りブルドック橋)
 ☎0965-33-5904
 10:00～19:00
 (最終受付19:00)
 日曜日 休 あり

七夕

松橋高校マンガ研究会



編集後記

- (あみい)最近疲れが取れません。年齢のせいかな〜、と思いつつ今回の取材で、睡眠時無呼吸症候群を伺い、今度機会があれば診察していただこうと思いましたが、人生の約1/4は睡眠の時間。やはり眠りは大切です。
- (カルロス)ワールドカップ、応援のプブセラすごいですね。周りが田んぼの我が家では、夜になると蛙の大合唱。一体何匹くらいの声なのか、何万?不思議と聞いている間にすやすや、夏ですね。
- (ケイタン)夜中に寝返りをうった先にムカデがいました。顔との距離10cm未満。かれこれ格闘を1時間程。人生初の室内ムカデでした。撃退後も体にちょっとしたモゾモゾ感があると気が気でなりません。お手軽進入防止対策を教えてください。ちなみに僕は鉄筋コンクリ造の3階に住んでいます。
- (ゆみ)先日健康診断を受けました。ダイエットをしていた昨年と比べ、身長は縮み、体重増加でした。徐々にリバウンドしつつあります。食生活には気を付けたいといけませんね(ˉˉˉ)

フォト&イラスト記念館



「うきうきひろば」では皆さんからのおたより(300文字以内)を、「フォト&イラスト記念館」では写真・イラストをお待ちしております。それぞれ①お名前、②郵便番号・ご住所、③電話番号、④ペンネーム、⑤コメントを必ず明記の上、郵便はがき・封書またはメールにてお送りください。尚、写真・イラストの返却は出来ませんので、ご了承ください。※携帯での投稿も可能ですが、文章中に絵文字を使用した場合、反映されません。※ご応募いただいた氏名等の個人情報は掲載内容の確認、またはプレゼントの発送の際に使用するもので他の目的では使用いたしません。編集部で責任をもって管理いたします。

パン特集をしていただいてありがとうございました。松橋に引越してまだ間もないので新しいパン屋を発見することができました。パン好きな友人(天草市在住)にもうきうきぶれずを渡したらとっても喜んでくれました。

(宇城市 しんママ)

先月のパン特集を楽しんで頂けたようで、他にも多数ご感想をいただきました。それぞれのお店で材料や製法にこだわって作ってらっしゃるので、ぜひみなさんのお気に入りのお店を見つけてみてください。

(富合町 みりママ)

先月号でお知らせした、うきうきぶれずの移動ですが、只今準備中です。イオンモール宇城パルティエントランスのエスカレーター下にありますので、移動しましたら、またご連絡しますね!

ジャンガリアンハムスター 差し上げます!

今年も産まれました!

ジャンガリアンハムスターの赤ちゃんが産まれました(オス5匹、メス1匹)。里親希望の方は下記電話番号までお問い合わせください。お迎え時は容器(入れ物)をご準備ください。

お問い合わせ くぼた(ダスキン 昭栄まで) ☎0964-32-0719



7月のフリマは楽しみにしています。(5月は行けなかったのですね) (宇城市 たいママ)

現在出店希望の方を募集しています。会場は、前回と同じイオンモール宇城パルティエントランス(TOHYO宇城パルティエントランス)です。夏休みにも入りますので、ぜひご家族でお越し下さい!

城南町が熊本市になり、城南のスーパーにうきうきぶれずが無くなるのでは心配していましたが、ちゃんと配布してあり安心しました。

(城南町 ゆなたんママ)

熊本市になっても、今まで配布していた箇所は引き続き配布するのでご安心ください。一人でも多くの方に手に取って頂ける様に努力して参ります。これからもうきうきぶれずをよろしくお祈りします。

次回8月号(Vol.56)は 7月26日(月) の発行予定です。 うきうきぶれずは、毎月25日発行ですが、印刷の都合上、25日が土曜日の場合、翌週月曜日(27日)の発行になります。25日が日曜日の場合、翌日月曜日(26日)の発行になります。

UKIUKI PRESS 限定 特別ご招待券 vol.51

メダル 無料体験

●本券を持参頂くとゲーム用メダル(指定枚数)と交換します
●他の券との併用はできません
●但し、ご使用はお1人様1日1回限りとさせていただきます。
この券1枚で3名様まで有効!但し、同時申込みに限ります。

サービスチケット

有効期限 平成22年8月10日(火)

UKIUKI PRESS 限定 vol.51

1G無料券

時間 限定 1G無料券
利用可能時間 平日/18:00~22:00 土日祝/12:00~22:00

1ゲーム 無料ご招待

●本券1枚で1ゲーム無料でご利用頂けます。
●ゲームお申し込みの際、本券をフロントにご提示ください。
●精算時でのご提出は無効となりますのでご注意ください。
●コンペ・バック・特別料金時にご利用できません。
●他の券との併用はできません。
●但し、ご使用はお1人様1日1回限りとさせていただきます。
この券1枚で3名様まで有効!但し、同時申込みに限ります。

バスカワールド宇店 TEL.0964-22-5311

OPEN 月~金・祝日 月~木曜日
あさ 10:00 深夜 1:00
土、日曜日 金、土、祝日
あさ 9:00 深夜 2:00
日、祝日 による 12:00

有効期限 平成22年8月10日(火)

ボウリング料金値下げしました!

大好評 ゆったり 30レーン プレイ中!!

なんと、2,120円もお得!

今までの土・日・祝日午前中の場合	現在の午前中の場合
おとな2人 2,080 子ども2人 1,640 合計 3,720	おとな2人 800 子ども2人 800 合計 1,600
貸し靴料 600 貸しボール 2,400	貸し靴料 600 貸しボール 1,400
合計 4,920	合計 2,800

平日 18:00まで (お一人1ゲーム) 200円
平日 22:00から (お一人1ゲーム) 200円
土日祝 12:00まで (お一人1ゲーム) 200円
土日祝 22:00から (お一人1ゲーム) 250円

passca world

もっともって 本気で遊ぶのじゃ。

ボウリング・ゲーム

バスカワールド宇店

バスカワールド宇店 TEL.0964-22-5311

宇土市善道寺町95(宇土シティ2F)

OPEN 月~金・祝日 月~木曜日
あさ 10:00 深夜 1:00
土、日曜日 金、土、祝日
あさ 9:00 深夜 2:00
日、祝日 による 12:00

ボウリング場 ちよつり リニューアル!!

この度、レイン上のモニターを新しくしました! ブラウン管モニターから液晶モニターへ変更!プレイ中の文字もはっきり、くっきり...雰囲気変わればスコアも変わるかも...?

友の会 月例競技会 6月大会

今月は74名の参加を頂きました。ありがとうございます。優勝は 村上一広 様 おめでとうございます。

優勝 村上一広 様 1239P
準優勝 藤川ひかり 様 1148P
3位 吉川光典 様 1138P
4位 亀井優也 様 1136P
HG賞 藤川ひかり 様 279P

次回の友の会月例競技会は、7月13日(火)を予定しております。大会予定は、ホームページにてご覧いただけます。http://www.cw-offices.co.jp/

ボウリング大会予約 承ります

参加者10名以上お申込みできます。ご希望の日が決まりましたら、お電話にてボウリングフロントまでお申込み下さい! (尚、ご予約制は、おひとり様2G以上からです。)

Summer DEBUT / 2010 夏モデル登場!

docomo PRIME series



N-04B ハイビジョン対応 1220万画素カメラ搭載
P-04B 高速起動&高速オートフォーカス対応 1320万画素カメラ
SH-07B フルハイビジョン対応 CCD 1210万画素カメラ
F-06B フルハイビジョン対応 1320万画素カメラ

docomo STYLE series



F-07B 機能もよくぱり!ワンタッチ&スリムになったヨコモーション
N-05B アートフォトライブにセンスがキラリ。スタイリッシュなFrancfrancケータイ
N-06B フレッシュでカラフルな選べる5色!デザインも機能も私にフィット
SH-08B EMILIO PUCCIのコラボレーションで実現した大胆かつ洗練されたデザイン。

※「ヨコモーション」は、富士通株式会社の登録商標です。
 ※「Emilio Pucci」は、エミリオ・プッチ・インターナショナル・ピーヴィの登録商標です。

docomo SMART series

スマートフォン

N-07B

N-07B 長持ちバッテリー搭載の薄型アークスライドの成熟したamadanaケータイ

※「アークスライド」は、日本電気株式会社の商標または登録商標です。「amadana」は、株式会社リアル・フリースの登録商標です。

dynapocket T-01B

dynapocket T-01B 遊びも仕事もこれ一台。約4.1インチ大画面有機ELディスプレイスライド型QWERTYキー搭載

※「dynapocket」は、株式会社東芝の商標です。



クーポン券 有効期限:7月末まで
3,150円 税込 割引

一部対象外の機種があります。
 このチラシをご持参ください。
 その他クーポン券との併用はできません。
 ※詳しくはスタッフまでお尋ねください。

ドコモのケータイフォト大募集



ケータイで撮った写真をうきうきプレスで紹介してみませんか?

毎月1点大賞を決定します。大賞者の方は、うきうきプレス紙面、ドコモショップ宇城バリュー店内にて紹介させていただきます。さらにお楽しみグッズをプレゼントいたします。どしどし応募下さい。応募写真は店頭までお持ち下さい。
 ※ドコモのケータイでの撮影に限らせて頂きます。

〒869-0606 宇城市小川町河江 1-1 イオンモール宇城バリュー 2F ドコモショップ宇城バリュー店「ケータイフォトコンテスト」係まで フリーダイヤル 0120-677-608 ※詳しくは店頭スタッフまでお尋ね下さい。

ドコモショップ ドコモマイショップ会員様には情報をmailにてお知らせいたします。

うきうきプレスの紙面にて紹介!

ドコモショップイオンモール宇城/バリュー店にて紹介!

お楽しみグッズをプレゼント!

今月のテーマは!! 「ベストショット」



※商品写真および画面はイメージです。実物と若干異なる場合があります。

キャンペーン
事件はドコモのお店で起きています!!
踊る大ドコモチャンパー
 2010.6.1-7.31
 ©2010 フジテレビジョン アイ・エヌ・ピー

さあ、いましてすぐ当店で応募しよう! au、SoftBankをご利用の方もOK!

10,000名様	10,000名様	10,000名様	10,000名様
スタンドライト		交渉拡声器	

踊る大捜査線グッズ、抽選で合計40,000名様にプレゼント!

※写真はイメージです。実際にお渡しする賞品とは異なる場合があります。

詳しくは当店スタッフまたはキャンペーンサイトへ

iモードから Menu お知らせ キャンペーン・イベント 踊る大ドコモキャンペーン
 パソコンなどから <http://dai-docomo.jp/>

アクセス!



(パケット通信料有料)

クイズに答えて スタンプを集めたらステキなグッズがもらえるよ!!

docomo

ドコモショップ 嘉島店

☎0120-154-886

上益城郡嘉島町鏡2776-2
営業時間/AM10:00~PM7:00



問題 3

大人気あの映画と連動して開催されているキャンペーンは、おどる大ドコ○キャンペーン。



スタンプはここに押して下さい



ドコモショップ イオンモール宇城バリュー店

☎0120-677-608

宇城市小川町河江1-1イオンモール宇城バリュー2F
営業時間/イオンモール宇城バリューに準じます



問題 1

SH-08Bは、防水対応で人気ブランドエミリオフックとコラボレーションしています。



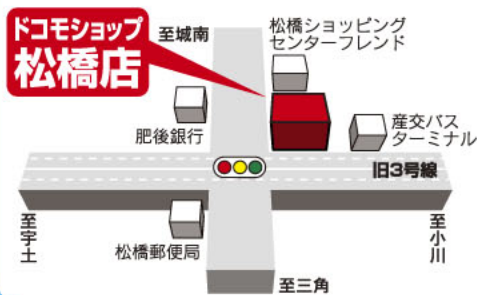
スタンプはここに押して下さい



ドコモショップ 松橋店

☎0120-077-608

宇城市松橋町松橋861
営業時間/AM10:00~PM7:00



問題 4

普段持ち歩いているケータイが、健康を楽しくサポートするサービスはiBod○mo



スタンプはここに押して下さい



ドコモショップ 宇城店

☎0120-337-803

熊本市富合町南田尻208-1
営業時間/AM10:00~PM7:00



問題 2

世界初の防水スライドケータイはF-06○。



スタンプはここに押して下さい



ケータイのことなら上記ドコモショップへご相談ください。

シメシメの夏目前! 髪の湿気対策に

学割 縮毛矯正で悩み解消!!

学生(高校生以下) 土・日曜、祝日 ※9時~16時までに来店された方に限ります。

縮毛矯正 5,775円~

(カット・ブロー込)

朝割 [平日] 50歳以上の方
パーマ・カラー **20%OFF**
※9時~12時までに来店された方に限ります(プラチナメニューは除く)。
♥ベージュパーマ(S-C-B辺) ♥グレイカラー(S-B辺)
4,725円→3,780円~ 3,675円→2,940円~

昼割 [平日] 19~49歳までの方
パーマ・カラー **10%OFF**
※13時~16時までに来店された方に限ります(プラチナメニューは除く)。
♥ナチュラルパーマ(S-C-B辺) ♥オシャレカラー(S-B辺)
5,250円→4,725円~ 4,725円→4,252円~

髪んポニー
営業時間/9:00~19:00
受付終了時間
ストリート.....17:00まで
パーマorカラー.....18:00まで
カット.....18:30まで

宇土市城之浦町153-2
TEL.0964-22-3891

熊本鶏だんご 茂平

様々な用途に合わせたコース料理をご用意!!

+飲み放題(2時間) 3,000円~
+500円で3時間に!!

飲み放題単品1,500円もございませう
お祝い会席コース(4,000円~)

暑い夏は冷たいビールで乾杯!

ご来店人数×値引き
500円 (前4名様まで) 500円×4=2,000円引き
要予約 日~金曜日限定

☎0964-32-8488
宇城市松橋町きらら3-1-12 (新鮮市場松橋店敷地内)
営業時間/17:00~翌1:00 ※週末は翌3:00まで

お客様の声をうきぶれが追う! あこがれのマイホームが現実に!

光ホームで夢のマイホーム建築をされるご家族を紹介! 土地探し・住宅ローン手続き・設計・施工・完成までお客様の声をお届けします。

FILE.10 宇城市松橋町 K様邸 -200-

FILE.11 熊本市戸島 K様邸 -200-

日曜日の早朝、K様邸の地鎮祭にお邪魔しました。吉原社長とは高校の同級生との事で、数年ぶりにご主人の仕事場でバッタリ再会されたそうです。いくら同級生とはいえ、一生に一度の大きな買い物なので、早決はせず他社メーカーを回られたり、住宅の本などを見て勉強された結果、光ホームが一番だと思い決められたそうです。奥様の希望で、北欧風の2階建ての家をただいま計画中の事でした。

6/19・20 宇城市タカラフェア

6/19・20に開催しましたタカラフェアへたくさんの方にご来場いただきありがとうございました。今後もお得なイベント・フェアを開催いたしますので、ご期待下さい。

開催決定 宇城市松橋町K様邸
お客様の家完成見学会
7/24日 25日 31日 8/1日

詳細は次号でお知らせいたします。お客様こだわりの家をぜひご覧ください。

ひかる 光ホーム株式会社

建築士事務所 熊本県知事登録 第4921号
熊本県知事建設許可(般-20)第16495号

宇城市松橋町久具463-2 第2亀屋ビル 1階
TEL 0964-32-3762
FAX 0964-27-7625
E-mail y-sakura@cameo.plala.or.jp

新築・リフォーム・土地探しもお手伝いできます。お気軽にご連絡ください。

光ホーム 熊本 検索
http://www.hikaru-home.com