



私の街、私の暮らし タウン情報紙「Mia」

宇都宮の中心部に99,000部発行

次号発行は8月22日です

日本ABC協会加盟紙 (新聞雑誌部数公表機構)

Miaはイタリア語で「私の」という意味です

【発行】

栃木ダイレクトコミュニケーションズ株式会社 宇都宮市昭和1-8-11 下野新聞社内 Tel.028-688-7850 https://www.tochigi-dc.co.jp

2020 8・8 TAKE FREE

vol.29 タウン情報紙Mia(ミア)



京源 きつね福

じっくり炊き上げ しっかり寝かした 40種もの出汁いなり

京都から取り寄せた食材を使用するなど、本物の味にこだわる「京源」。こちらの店内の一角に新たにオープンしたのが、いなり寿司専門店「きつね福」です。完成まで2〜3日を要するという特製の「出汁いなり／きつね福1個86円(税込)」のお揚げは、上質な出汁のうまみがしっかりしみ込んだ香り豊かで優しい味わい。女性でも食べやすいよう、細長い俵型に仕上げています。黒ゴマや柚子、梅ちりめんなどの定番品に加え、うなぎやあさり生姜など旬の素材を使った約40種ものいなりを時期に応じて提供。また醤油ベースで甘く味付けされた昔ながらのいなりなども充実。全て手作業で作られているため、仕出しや贈答用など大量注文の場合は、事前予約がおすすめです。お気軽にご相談を。

京源 きつね福

住 宇都宮市今泉新町210-2

☎ 028-688-8189

営 きつね福 / 11:00~18:00

※商品が無くなり次第終了。ご予約の受け渡し時間外可(要相談)

京源 / 11:00~16:00

(食事LO.14:00)

(甘味LO.15:30)

休 不定休

P 有り

HP http://kyougen.co.jp



PASSO



パッソ MODA "G package" (ガソリン車) (1.0L・2WD・5人乗り) 車両本体価格 1,727,000円(税込)

Photo: MODA "G package" (2WD)、ボディカラーのブラックマイカメタリック(X07)×ブリリアントカッパークリスタルマイカ(T33) [XG2] (77,000円)はメーカーオプション。上記の価格には含まれておりません。

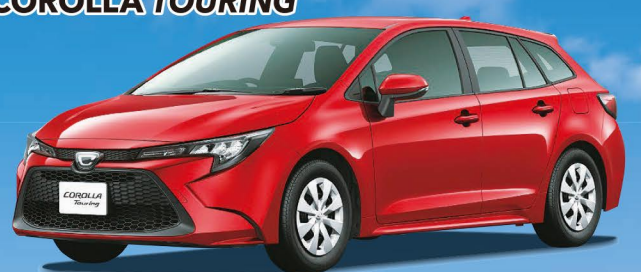
RAIZE



ライズ X"S" (ガソリン車) (1.0L・2WD・5人乗り) 車両本体価格 1,745,000円(税込)

Photo: X"S" (2WD)、ボディカラーはターコイズブルーマイカメタリック (B86)

COROLLA TOURING



カローラツーリング G-X (ガソリン車) (1.8L・2WD・5人乗り) 車両本体価格 2,013,000円(税込)

Photo: G-X (2WD)、ボディカラーのスカレットメタリック(3U4) (33,000円)はメーカーオプション。上記の価格には含まれておりません。

コンパクトサポカーに乗ろう!

安心して移動できるクルマをもっと気軽に。

カーライフ応援

キャンペーン

新車購入でTS CUBIC CARDポイント

80,000ポイントプレゼント

キャンペーン申し込み期間 2020年6月12日(金)~2020年9月30日(水)

※期間中にご成約いただき、且つ2020年12月までにご登録

対象車 トヨタの新車

(ハリアー、RAV4 PHV、ビクシスシリーズ、コペン GR SPORTを除く)

キャンペーン対象条件

上記期間内での対象車ご注文

※2020年12月までのご登録が対象です。

「残価設定型クレジット」 「残額据置き払い」 「販売店リース」 いずれかのご利用※1

使ってバック をご利用※2

※1.対象のクレジット契約はトヨタファイナンス(株)の「残価設定型クレジット」または「残額据置き払い」が対象です。 ※2.使ってバック契約のお申し込み・ご利用には一定の条件がございます。詳しくはトヨタファイナンスWebページ(https://www8.ts3card.com/point/use_back.html)を確認。もしくは店舗スタッフにお問い合わせください。

ウイルス感染予防対策について

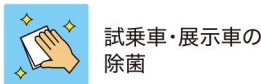
新型コロナウイルス感染拡大防止のため、次の対応をさせていただきます。皆様のご理解とご協力をお願いします。



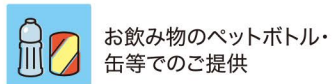
スタッフのマスクの着用



消毒液等の設置



試乗車・展示車の除菌



お飲み物のペットボトル・缶等のご提供



トヨタ車全モデル取扱い ※一部車種を除く

トヨタカローラ栃木

本社 / 宇都宮市上横田町798番地 ☎ 0077-78-1233

夏期休業のご案内

8月10日⑩~17日⑩を休業とさせていただきます。

故障でお困りの際はJAFロードサービスまで(全国共通ダイヤル) JAF #8139

出前試乗ははじめました!

最新情報を発信中!!

試乗のご予約はコチラから→

https://www.corolla-tochigi.co.jp





グループでの利用もしやすい広々とした店内。入り口横には座敷もあり、お子様も大歓迎。



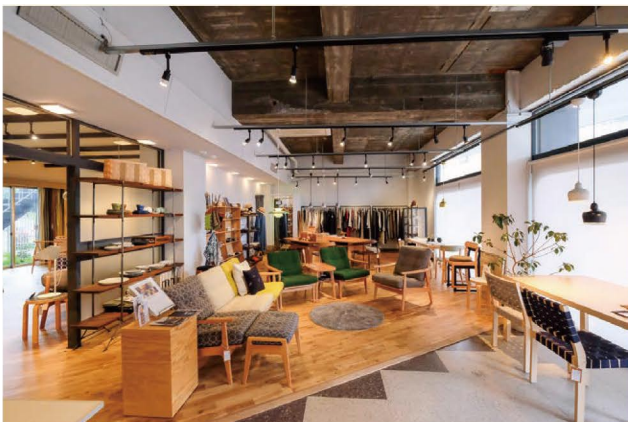
この日の本日のお肉は「北海道産ヒレステーキ130g」！一番人気のハンバーグはふわっと柔らかくてジューシー。絶品です。

グリルメニューがお得！ ジューシーなお肉を熱々で召し上げ

道路拡張のため現在の場所に移転して3年目。聖ヨハネ教会の向かいにあるさくら食堂は、ボリュームたっぷりのランチセットを手ごろな価格で食べられると、女性のグループ客はもちろん男性のお一人様にも人気のお店です。コンビグリル(サラダ・スープ・ライスorパン付き1,450円、税別)は「ハンバーグ130g・チキンソテー・本日のお肉」から2品メインを選ぶ人気のセット。ジューシーと鉄板で提供される美味しいお肉でお腹も心も大満足！メニューにあるものは全てテイクアウトも可能で、お得なお弁当もあり。お店で、おうちで、家族で、グループで。あらゆるシーンで頼れる、まちの洋食屋さんです。

さくら食堂

住 宇都宮市桜2-4-4
☎ 028-612-2302
営 11:30~14:30(LO.14:00)
17:00~23:00(LO.22:00)
休 月曜
P 店舗前4台
近隣P 10台



キナルLABO

住 宇都宮市松原2-5-21 木材会館1F
☎ 028-612-5618
営 13:00~17:00
休 日曜・月曜
P 4台
HP <https://www.kinaru.com>

永く愛せる家具に巡りあえる 北欧系ライフスタイルショップ

雰囲気の良いレトロなビル1階にある店舗には、北欧の老舗メーカーから日本の丁寧な技術で作られたものまで、確かな目でセレクトされた家具や照明・ラグ・カーテン・雑貨などが並んでいます。「オンラインショップもありますが、ここでは実際に肌でインテリアの世界観を感じて、選んで欲しい」と語るスタッフさんは、家具の知識もとても豊富！こだわりの一つの家具選びから新築時のトータルコーディネートまで、じっくりと相談ののってもらえます。おしゃれで使いやすい食器類やfog linen work・evam evaの服なども揃っているの、衣食住全てを通して上質なナチュラルスタイル好きの方は必見のお店です。



収納付き積円テーブル「SHUNO」はここでしか見られません。



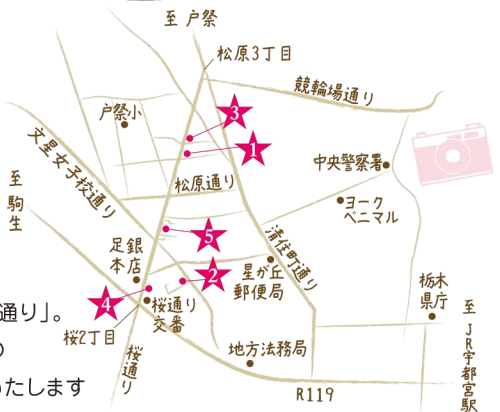
同ビル4階にはさらに上質なインテリアを揃えた姉妹店「LAST」も。事前予約で見学可能。

夏も地元を楽しもう！



SAKURADORI

歴史ある通りの
今を楽しむ
通いたくなるお店たち



足利銀行本店や栃木県立美術館もありかつては桜が5000本も植えられていた「桜通り」。今回は「桜2丁目交差点」より以北のエリアの新旧おりませた魅力あふれるお店をご紹介します

※新型コロナウイルス感染の状況により、内容が変更される場合があります。詳細は、各店舗にご確認ください



定期的にフラワーレッスンも開催しています。詳しくはHPをご覧ください。

花のある暮らしをしたくなる 街のすてきな花屋さん

「何気ない日常に1本でも花をそばに置く暮らしを届けられたらと思っています」そう微笑むのは今年5月2日にオープンしたばかりの「花屋メラレウカ」店主堤崎さん。自粛期間の真っ最中のスタートとなりましたが、堤崎さんのセンスで選び抜かれた花たちに、早速ファンも増えているようです。スモークカラーから鮮やかなタイプのものまで揃っていて、その時々贈りたい、飾りたいイメージでセレクトできるのもうれしいところ。ドライになりやすいワイルドフラワーや農薬を使用していない安心なオーガニックフラワーもあるので、あなたに暮らしに寄り添う花に出会えること間違いなしです。



メラレウカ Melaleuca

住 宇都宮市松原2-4-22 1F
☎ 028-612-5848
営 10:00~18:00
(水・金14:00~19:00)
休 火曜・第1第3月曜
P 3台
HP <https://www.melaleucaflleur.com>

宇都宮西 総合住宅展示場

夏の住宅祭 2020

8/23日まで 10:00~17:00

特別な夏。それぞれの『お家時間』
あなたに合った理想のお家で思い出づくり

宇都宮西 総合住宅展示場

モデルハウス全23棟

※モデルハウスは通常通り営業しておりますが「3つの密」を避ける為、ご見学組数の制限をさせていただきます。ご了承ください。

期間中開催
住まいのアンケートにご協力頂いた方に、「冷え冷えタオル2個組」をプレゼント！

※品切れの際は他の商品に変更となりますのでご了承ください。※アンケートのご回答は、キャンペーン期間中2名様以上でご来場のご家族1世帯1名様1回限りさせていただきます。20歳未満の方はご遠慮ください。※写真はイメージです。

感染症対策にご協力ください！

新型コロナウイルスを含む感染症対策のため
皆様のご協力をお願いします。

- マスクの着用をお願いします。
- 手洗いをお願いします。
- 体調不良の方はご遠慮ください。

ご来場の皆さまおよび展示場スタッフの健康と安全を守るため、以下の通り感染拡大の防止に努めております。

- マスクの着用
- 体調管理 手洗いの徹底
- 間隔確保 飛沫防止対策
- 定期的な換気
- 消毒の徹底

ご理解・ご協力の程、どうぞよろしくお願いいたします。

イベントインフォメーション Event Information

イベント開催日は、会場内が混雑する可能性があります。近隣の商業施設等へお車で駐車してのご来場はご遠慮下さい。

～ご自宅から始める家づくり～
モデルハウスカタログ請求プレゼント
期間中に家サイトからカタログ請求をされた方全員にカタログギフトをプレゼントする住宅メーカーのカタログを3社までまとめてご請求いただけます。便利な無料サービスをぜひご利用ください。

※1家族1回限りさせていただきます。

QRコードはコチラから！

8/8(土)～10(日) 家サマバロンプレゼント
お子様限定 要参加券 先着80名様
要参加券 各日先着30名様

2WAYファンデーションをプレゼント！
要参加券 各日先着30名様

親子でパークラフトづくり 事前予約受付中
①10:00～12:00
②13:00～17:00
※各回25分1回2組対応
要参加券 お子様限定 先着300組

出た目の数だけトレットペーパープレゼント
要参加券 先着300組

8/15(土) 8/16(日) モデルハウス見学キッチングッズ抽選会 要参加券
モデルハウスで抽選券をお渡しいたします。受付にてキッチングッズ抽選会にご参加いただけます。抽選券1枚につき抽選は1回。最大3回までとさせていただきます。

モデルハウスを見学しモデルハウス内のアンケートにお答え頂いた方が対象です。
※なくなり次第終了いたします。※写真はイメージです。

8/15(土) 8/16(日) 夏の緑日祭開催！ 要参加券
千本引き ボールすくい ヨーヨー
要参加券 各日先着30名様

8/15(土) 要参加券 先着50名様
「食べる炭酸」ジュロホップコップをサービス！
※写真はイメージです。

8/16(日) 要参加券 先着50名様
アイスパソコンケーキをサービス！
※写真はイメージです。

要参加券 要参加券マークのイベントは、住まいのアンケートにお答え頂いたお客様がご参加いただけます。 お子様限定 小学生以下のお子様のみご参加できるイベントです。

宇都宮環状線沿い・アクセス便利！

サテライトハウス スバル セビオスポーツ ヴィクトリアゴルフ
ソフトバンク トヨタカローラ マツダ
宇都宮環状線内回りの方は信号右折 トヨペット
Honda ジェームス 宇都宮環状線(宮環) CRTハウジング 宇都宮西会場

※近隣の商業施設等へお車を駐車してのご来場はご遠慮下さい。

宇都宮西 総合住宅展示場

会場/栃木県宇都宮市細谷町753-3
主催/CRT栃木放送
企画・運営/株式会社ライダース・パブリシティ
ホームページをチェック！
センターハウス ☎028-650-5081 <http://www.e-a-site.com/>

会場/栃木県宇都宮市細谷町753-3
主催/CRT栃木放送
企画・運営/株式会社ライダース・パブリシティ
ホームページをチェック！
センターハウス ☎028-650-5081 <http://www.e-a-site.com/>



次回作を制作中の加藤さん



©週刊少年ジャンプ2020年2月17日号/集英社
結果発表された紙面

輝く街の きらりリスト

人気少年漫画主催の持込みイベントで
最優秀作品賞を受賞!



Mao Kato

close up!

週刊少年ジャンプ主催の「Jスカウトキャラバンカップ」は、編集部が全国8箇所の会場に赴き、持込み作品をその場でみてくれる一大イベント。このイベントで、見事、昨年度の最優秀作品賞に選ばれたのが、市内在住の高校3年生・加藤茉緒さんです。

— 300人以上が参加したこのイベントで、受賞の知らせを受けた時はどんな気持ちでしたか?
「えっ?!って感じでした(笑)。まさか自分が、こんなに大きな賞をいただけるなんて驚きの一言でした」

— 漫画を描きはじめてきっかけは?
「小学5年生の頃、絵を描くのが好きだった友達に影響されたのがきっかけです。当時は少女漫画雑誌ばかりに投稿していましたが、練習を重ねるうちに少年漫画のタッチも描けるようになり、今に至ります」



— 影響を受けた作品は?

「持田あき先生の『おもいで金平糖』です。どこか切なくて、読んだ後も心に残るようなストーリーに惹かれました」

— 将来の夢はやはり漫画家?

「今のところは、そうなれるよう頑張りたいですね。流行りや人気も大切ですが、時代にとらわれず、いつまでも読者の方の心に残っていきけるような漫画を描けたらと思っています」

ストーリー構成や表現の勉強になればと演劇部に所属したり、カメラを片手に風景をロケハンしたりと、多方面から夢を叶えるための努力を欠かさない加藤さん。今後の活躍が楽しみです。

影響を受けた『おもいで金平糖』

タウン情報紙 Mia 配布スタッフ募集

一業務委託一

仕事内容:「Mia」にチラシを折込み、配布
応募資格:18歳以上(高校生不可)
配布区域:宇都宮市内(宇都宮環状道路内)
自宅の近所、またはご希望の地区(400~600部程度)
配布:月2回 水曜日~金曜日のご都合のいい明るい時間帯
報酬:当社規定による(配布枚数などにより変わります)
例:Mia500部にチラシ3枚折込み、配布→約4,600円
応募:下記まで、お気軽にお問い合わせください

運動不足
解消に!

下野新聞グループ
栃木タイルコミュニケーションズ(株)
宇都宮市昭和1-8-11 下野新聞社内
TEL 028-688-7850 [受付時間]月~金 9:00~17:00



アジアンリラクゼーションヴィラ asian relaxation villa 宇都宮桜店

住所 宇都宮市桜2-5-33 池田ビル1F
電話 028-688-7468
営業 11:00~21:00
休 なし(年末年始休業あり)
P 6台(建物裏にあり)



完全個室なので、隣を気にすることなくリラックスできます。

アジアンな空間で心身ともにリラックス

足利銀行本店の向かいにあるビルで極上のくつろぎを得られるサロン。扉を開ければそこはアジアンテイスト漂う癒し空間となっています。タイ古式マッサージなどもある豊富な施術メニューのなかで、女性にオススメなのが「バリ式リンパマッサージ(女性60分4,950円)」。オイルを使用しオールハンドでゆっくりしっかりと圧をかけながらリンパの流れを促す至福のコースです。「もみほぐし(60分3,960円)」は初回のみ3,270円で受けられるので、気軽に体験してみたいは? 「コリや疲れをとりながら、同時に心もリラックスしていただきたいです」と語る笑顔が素敵なスタッフさんたちが迎えてくれます。(価格はすべて税込)



カリカリさっぱりのおあげ 地元で長年愛される名店

42年前にこの地にお店を開いて以来、ずっと変わらずご夫婦ふたりで切り盛りされてきた「一品料理まるに」。カウンターに6席、小上がりの座敷に8席の小さなお店は、あたたかい笑顔のご夫婦とおいしい一品料理を目当てに集まる常連さんで満たされています。お客さんが必ず注文するのが「からあげ(550円、税込)」。おあげとも言われる大きな胸肉のからあげは、音を伝えられないのが残念なくらいカリッカリで、サッパリしているのに噛めば噛むほど味わい深い塩味。初めての方は、まずはからあげのテイクアウトから頼んでみては? 味と人柄にひかれて、きっとあなたも常連さんになっちゃいます。



定番メニューのトーフステーキ(550円)も人気。(写真右奥)



一品料理まるに

住所 宇都宮市松原1-8-39
電話 028-624-9306
営業 17:00~23:00 日曜・祝日
P 有り

MISAWA

新築資金

抽選で
全国限定1棟

1,000万円プレゼント

応募期間 2020/7/1(水)~8/23(日) 当選発表日 2020/8/27(木)

応募方法 スマートフォン・パソコン・電話・
FAX・郵送でご応募いただけます。

スマートフォンで
QRコード読み取り

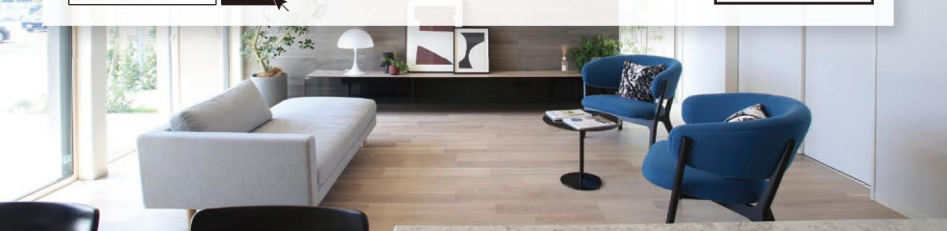
(FAX・郵送の場合)
お名前(フルネーム)・ご住所・お電話番号・
「ミサワホーム1,000万円キャンペーンに申し込みます」と
記載し送付ください。

キャンペーンの
詳細・応募は
ホームページから



https://www.misawa.co.jp/event/campaign/cam/

栃木ミサワホーム 検索



MISAWA 住まいを通じて生涯のおつきあい
栃木ミサワホーム

住宅事業部
0120-15-3302
FAX 028-633-9971

ごはんが美味しいお弁当をテイクアウト!

大正5年創業のお米とおにぎり、お弁当の店・お米ひろばは、お米マイスターの資格を持つスタッフが選び抜いたお米が特徴のお店です。

お弁当は、注文を受けてから店内で作るので、出来立ての美味しさが楽しめます。お弁当に使われているのは契約農家から仕入れたふっくらとした粒立ちの「横綱米」。冷めてもちもちの食感が楽しめ、お弁当にぴったりのお米は、おかずとの相性も抜群です。

そんなお米ひろばの8月の目玉は、市場応援企画「銀だら西京焼き」が入った「彩り四季膳」(税別1,000円)。高級食材の出番が少なくなり、市場関係者が困っていることから、人気の「彩り四季膳」に脂ののってプリッと柔らかな銀ダラをのせたお得な特別メニューが提供スタートとなりました。注文を受けてから店内で焼き

上げますので、待たずに受け取れる事前のお電話予約がおすすめです。

その他、店内では常時20種類以上のお米の量り売りに加え、お米によく合うお惣菜、グルテンフリーが話題の自家製粉の米粉で作ったシフォンケーキなども好評発売中です。

店舗は、峰3丁目宇都宮大学の北側に位置する「宇大前店」と、みはら歩道橋そばの「御幸ヶ原店」。2020年のお盆は全店休まず毎日営業しているので、家族が集まる食卓にお米ひろばのテイクアウトをぜひご利用ください。



彩り四季膳「銀だら入り」

お米ひろばさとう

宇大前店 〒321-0942 宇都宮市峰3-31-46 ☎028-637-3888
御幸ヶ原店 〒321-0982 宇都宮市御幸ヶ原町68-27 ☎028-663-1050
営業時間 9:00~18:00 定休日 年中無休 URL: https://www.okomehiroba.co.jp/

Life here Utsunomiya 暮らしに役立つワンポイントアドバイス!

衣 骨格タイプ別サンダル&スニーカーの選び方

足元お洒落が特に楽しいこの季節。お気に入りのサンダルやスニーカーを履いたのに、コーディネートが微妙…なんて経験はありませんか?そこにはやはり「骨格」が大きく関係していました。骨格スタイルアドバイザー・勝連さおりさんに、骨格タイプ別サンダル、スニーカーの選び方をアドバイスしていただきました。

- まずは基本!自分の骨格タイプを知ろう
 - ①ストレートタイプ (メリハリのあるグラマラスボディ、弾力のある肌質)
 - ②ウェーブタイプ (華奢なふわふわボディ、ソフトな肌質)
 - ③ナチュラルタイプ (骨格がしっかりとしたハンサムボディ、しっかりとした肌質)
- タイプ別おすすめサンダル&スニーカー
- ①ストレートタイプ…シンプルできれいなものをシンプルデザインで、本革やキャンバス地などハリのある素材のものがおすすめです。ストラップは細すぎないように。軽すぎる素材は避けましょう。



②ウェーブタイプ…華奢なデザインのものをお似合いです。ストラップは細め。スニーカーは布製の軽さのあるものがいいでしょう。



③ナチュラルタイプ…デザイン性のある個性的なものを存在感のあるデザインで、重心(目線)が下にさがるようボリュームを出すと、全体的にまとまりやすいです。ソールは厚め、ストラップやヒールも太めをチョイス。フリンジやスタッズなどの装飾や、自然素材やカジュアル感のあるものを選んでOK。



取材協力: SSS-Style+ ファッションスタイリスト 勝連 さおりさん / <https://ameblo.jp/saoriiro>

住 1本の傘をいつまでも大切に。長持ちさせる手入れの仕方

梅雨が明けても、突然の雨が多いこの季節。やはり傘は毎日の必需品です。お気に入りの傘をいつまでも長く使えるように、鹿沼市の老舗傘店「根本洋傘店」の店主・根本武矩さんに、傘のお手入れ法をお聞きました。



- 傘を閉じたら…
雨に濡れた傘はそのままだとせず、水道水や井戸水で雨水を落とし、タオルや布で水気を拭き取り陰干しします。水分がついたまま傘を閉じ立てておくと、水滴が落ち、先端の金属部分がサビてしまうので絶対にしないように!
- 傘を開くときは…
水分が残っていると生地や骨同士がくっついてしまい、開けにくくなります。そんな時は無理に開けようとせず、ゆっくりとほぐすような感じで開くこと。特にビニール生地は注意してください。

「傘が手軽に買えるようになった時代でも、使い捨てすることなく、1本1本をていねいに扱って、ものを大切にすることを育てていってほしいね」

取材協力: 根本洋傘店/鹿沼市石橋町 1602-1 ☎0289-62-4970

食 野菜のプロに聞く!旬野菜のおいしい茹で方

旬のトウモロコシに枝豆。どちらも茹でただけでいただける夏野菜ですが、茹ですぎなど時には失敗することもある。そこで、直売販売所「畑市場(はるいちば)」を営む農家の山崎章仁さんに、簡単でおいしい茹で方のコツを教えてくださいました。

- トウモロコシ編～栄養を逃さないレンジでチン
トウモロコシはレンジを使用。皮を全部剥かず薄皮を残し、そのまま4～5分加熱(600W)。皮がラップの代わりになり、うま味を閉じ込め甘さが増します。
- 枝豆編～茹でるといより、蒸すのがポイント
枝豆(300g)は水洗いし塩(適量)をなじませたあと、フライパンに入れ水(100cc)と加え、蓋をして中火で7分加熱。水気を切り、うちわなどで風を送り、冷まします(水にさらさない)。枝豆の両端を切ると塩味がよくしみます。



トウモロコシも枝豆も収穫した瞬間から味が落ちていくので、すぐに食べない場合は茹でてから冷蔵庫保存を。

取材協力: 畑市場/宇都宮市雀の宮 1-3-21 ☎028-348-0692

Mia's cooking delicious and fun!

今月のレシピ とちぎ和牛とトマトを使って牛肉とトマトの炒め物

- 調理時間 約15分
- ＜材料＞大人2人分
- ・とちぎ和牛切り落とし(カタ) ……200g
- A 塩・こしょう ……少々
- A 酒・片栗粉 ……各小さじ2
- ・卵(溶く) ……2個
- ・油 ……適量
- ・トマト ……1個
- ・チンゲン菜 ……1/2株
- ・ごま油 ……適量
- B オイスターソース・酒 ……各大さじ1
- B しょうゆ ……小さじ1
- ・糸唐辛子 ……適量



- ＜作り方＞
- ① 牛肉はビニール袋に入れ Aで下味を付ける。トマトはくし形切りの8等分に切る。チンゲン菜は食べやすい大きさに切る。
- ② フライパンに油を中火で熱し溶き卵を流し入れ、周りが固まってきたら大きく混ぜて一旦取り出す。
- ③ ②のフライパンをさっと綺麗にし、ごま油を熱して牛肉を入れて炒める。肉の色が変わったら、チンゲン菜を加えしんなりするまで炒め、更にトマトを加えて炒める。
- ④ トマトに油が回ったら、合わせた Bを加えて混ぜ合わせる。そこへ③を戻し入れて一混ぜして火を止め、器に盛り付け糸唐辛子を飾る。

レシピ提供: J Aふれあい食材 2020.07 クッキングアドバイス

pickup Books

落合書店 イトーヨーカドー店 宇都宮市陽東6-2-1 イトーヨーカ堂 1F ☎028-613-1313 <http://www.ochiai-bc.co.jp>

子規を「ギャク」る

「ギャク」とは、名句の一部を変えて、意味や場面面の転換を味わい笑う言葉遊びで、俳句の新しい楽しみ方です。本書で設定したお題は「正岡子規をギャク」る。一般募集して寄せられた2,243句から夏井いつき先生が選句し一挙星付け! 一味違った俳句の魅力を楽しめるとおもいます。

著者: 夏井 いつき
発行: 光文社 本体価格: ¥968(税込)

やせ筋トレ姿勢リセット

テレビやメディアでも大反響の「やせ筋トレ」の続編が登場しました。姿勢が良くなると、ストンとやせる! 悪い姿勢をリセットして、理想のボディラインを手に入れるトレーニングをイラスト付きでわかりやすく紹介しています。

著者・イラスト: とがわ 愛 監修: 坂井 建雄
発行: KADOKAWA 本体価格: ¥1,320(税込)

宇都宮環状線内の戸建て、アパート、マンションに配布!!

折込料金 3.8円(税別)より 1エリア(400枚~600枚)からの配布が可能です (例)B4サイズ1,000枚配布で3,800円(税別)

月2回発行 9.9万部 エリア内到達率 84.3%

お手持ちのチラシを折り込めます

お申し込み・お問い合わせ

下野新聞グループ 橋本ダイレクトコミュニケーションズ
TEL.028-688-7850(平日9:00~17:00)

FKD FUKUDAYA SHOPPING MALL INTER PARK

FKDインターパーク店から 夏休み応援号 おいしさと楽しさをお届けします

開催中

■期間:8月17日(月)まで開催 ■時間:午前10時~午後7時 ※最終日は午後4時に閉場させていただきます

インターパーク店 大催事会場 2F

ご当地アンテナ&グルメショップ

インターパーク店 大催事会場 2F

アイス&ソフトクリームフェス



〈利久〉 インターパーク店限定 ◎牛たん贅沢弁当 (1折) 税込1,620円



〈ふくしま館〉 ◎かんのや家伝ゆべし (6個袋入) 税込713円 ※なくなり次第終了させていただきます



〈撰利久〉 ◎さっぱりゆずレモンパフェ (1個) 税込756円
〈フロマージュの杜〉 ◎北海道ミルクソフトクリーム (1本) 税込400円
〈アイス工房〉 ◎こんにやくアイス (1本) 税込240円



〈とり将〉 ◎瀬戸田レモンカラ塩唐揚げ(モモ) 税込432円



〈いわて銀河プラザ〉 ◎三種海苔漬 税込4,000円



〈A-FACTORY〉 ◎アオモリシールド (3本) ◎スパークリング各種 税込924円

上野文具アウトレットセール



◎マスキングテープ福袋各種 税込550円より ※500円+税50円より
◎クロスカットシュレッダー 税込3,480円 ※3,164円+税316円
◎ランドセル展示品大奉仕 税込30,000円均一 ※27,273円+税2,727円

ご来場の際のお願い

【検温のご協力】 中央入口付近での検温にご協力ください。会場入口は一ヶ所となります。

【マスク着用】 会場へはマスク着用にてお越しください。着用していないお客様の入場はお控えいただけます。

【手指の消毒】 ご来場時、備え付けの消毒液にて、手指の消毒をお願いいたします。

【小人数でのご来場】 小人数でのご来場と、ソーシャルディスタンスにご協力ください。

物産展もレジ袋が有料です マイバッグをご持参ください

8/8(土) NEW OPEN メイクアップコスメ×スキングーデン/インターパーク店 1F



大人気の韓国コスメショップ「SKINGARDEN」が「Makeupcosmiii×SKINGARDEN」としてバージョンアップしてオープンしました。最新トレンドアイテムをセレクトしたラインナップで、今までとは違うスキングーデンをお楽しみ下さい。

ツヤがあるのにマスクにつきにくい。唇に水膜を張ったような透明な光沢と密着度の高さが人気のリップです。 ◎rom&nd glasing water tint 税込1,540円 ※1,400円+税140円



乾燥しがちな洗顔後の肌に潤いを速効チャージ。次のスキンケア効果を高める大人気プースターセラムです。 ◎innisfree グリーンティーシードセラム (80ml) 税込3,960円 ※3,600円+税360円

4セル マクビー	エニスリス	イェッカ ヴェッカ
ラッシュド	New Open メイクアップコスメ×スキングーデン	アルデルクス (ミスティーマン ページボーイ)
オフオン	ビュアル セシン ラシク	ワンアフター アナザー ナイスクラブ

インターパーク店 MID SUMMER SALE 開催中



最大70~20%OFF ※一部除外品がございます。 ※ブランドにより割引率が異なります。

レストラン・フードコート 夏限定メニュー特集/インターパーク店 1F



夏のおすすぬ冷製茶わん蒸しと共になっぴりとお召し上がりください。 ◎築地食堂源ちゃん 税込1,408円 ※1,280円+税128円



穴子、大イカ、海老、ししとうを盛り込んだ夏限定天丼です。 ◎てんや 大江戸天丼 (半熟玉子付き) 税込880円 ※800円+税80円



果汁たっぷりの桃と濃厚な甘みのぶどうをあわせて美しく飾りました。相性抜群なマスカルポーネのベースと共にお楽しみください。 ◎カフェコムサ 桃とぶどうのケーキ (1カット) 税込900円 ※834円+税66円



ザクザク氷とソーダの刺激、爽快感がクールに炸裂。 ◎サーティワンアイスクリーム ザ・クラッシュソーダ (1個) 税込580円 ※538円+税42円



10種類以上のスパイスとヨーグルトに漬けたタンダーリーチキンを使用。スパイス派とマイルド派選べるソースをお好みで。 ◎サブウェイ タンダーリーサラダチキン(レギュラー) (1個) 本体450円+税

MOVIX 宇都宮



ドラえもん50周年記念作品 完全オリジナルストーリーで贈る、新しい恐竜と、新しいのび太の物語。 2020年8月7日(金) 絶賛公開中

福田屋全店で開催 ハイカード PPカード 会員様限定 特別企画

チャージ お得なこの機会にぜひチャージをご利用ください。 8月10日(月・祝)~16日(日)は1回20,000円以上のチャージでチャージ5倍 お買上げ5倍で10倍ポイントサービス チャージポイントの3%分はチャージ当日に、2%分は8月18日(火)にお付けいたします 1,000円~19,000円のチャージではチャージ3倍 お買上げ5倍で8倍ポイントサービス

ミシンの調整修理

ミシンは縫いたいときに使えないのは不便。修理見積りは無料。県内どこでも出張します。どんなミシンでもOK! お気軽にご相談ください。



このような症状でお困りではないですか?

- 糸調子が悪い
- 針が折れる
- 糸が切れる
- 縫い目が飛ぶ
- 布が送らない
- 下糸巻き
- 動きが悪い
- 音が高い
- 使用方法 など

ミシンの専門店
みしん情報館 宇都宮市宿郷5-3-12 (石井街道沿)

申込み問合せ ☎0120-50-3483
TEL.028-666-8622 ■受付時間/午前9時~午後7時
FAX.028-666-8623 ■定休日/年中無休

ミシンの調整修理
栃木県内 出張見積無料
メーカーや年式は問いません。お客様の目の前で説明します



宇都宮市 はり・きゅう・マッサージ 施術料助成券 利用可能です

九 坪 灸 接 骨 院

カラダの痛み 肩痛・腰痛・膝痛・急診
交通事故 各種保険・労災取扱い
スポーツ外傷 ねんざ・突き指・肉離れ
コンディション管理

診療受付時間
月~金/9:00~19:00
土・日/7:30~17:00
休日/祝日・火曜

TEL028-688-0120
〒320-0057 栃木県宇都宮市中戸祭 1-13-22
マツシマハイツ 101



青竹手打ち麺

中華そば 645円(税込)
お持ち帰り 生ラーメン二人前 スープ、タレ付き 600円(税込)

期間限定
うめ塩ラーメン 765円(税込)

クーポン券
トッピング105円分無料券
期間:2020年8月31日まで ※期間中何度でも使用可
※本券で1グループ利用 ※ラーメンご注文のお客様

宮の食ベトクチケット取扱店
青竹手打ちラーメン おおき屋
〒宇都宮市宮本町7-7
☎028-659-1888
営業 11:30~14:30(L.O)
17:30~20:00(L.O)
※スープがなくなり次第終了
休 水曜 第3火曜夜 9台



快適空間のある暮らし
人工芝
にしませんか?
雑草が生えません

当社指定人工芝なら **10年保証**

最近の人工芝は、自然の芝と見違えるほど美しく、優しい肌触りです。

四季を通して緑に包まれますから、地味なお庭の景観もアップします。弊社展示場もございます。

下地に防草シートを敷きつめますから雑草が生える心配もなくなります。

訪問見積り無料 お気軽にご連絡ください

株式会社 **マイスター**
宇都宮市白沢町1666-4 (宇都宮市河内総合運動公園近く)
TEL.028-666-4366 FAX.028-666-7306 日曜定休



ご予約・お問合せ 9:00~18:00 0288-54-0001

日光金谷ホテル

お引渡し時間 11:30~16:00

ビーフハンバーグ弁当
温野菜&フライドポテト添え
和風ソース ¥1,800

霧降高原豚カツサンドウィッチ
フライドポテト添え ¥1,800

著名人の愛した
コーンクリームスープ ¥500

クセになる美味しさ
百年カレーパイ (3個入り) ¥972



おうちで金谷ごはん

日光金谷ホテル・中禅寺金谷ホテル 共通メニュー

KANAYA HOTEL
金谷ホテル
百年ライスカレー
ビーフ or チキン
¥1,200



まだまだあります
テイクアウトメニューは
QRコードから
ご覧いただけます。



ご予約・お問合せ 9:00~18:00 0288-51-0001

中禅寺金谷ホテル

コーヒーハウス ユーコン
お引渡し時間 11:30~15:00

牛ほほ肉のラグー
栃木県産赤ワイン煮 ¥2,000

とちぎ霧降高原牛
ローストビーフ
ロイヤルサンド ¥2,000

金谷ゆずサーモンのフライ
ロイヤルサンド ¥1,600

日光 HIMITSU 豚の
肩ロースカツ
ロイヤルサンド ¥1,500



※料金はすべて消費税込みのお値段です

Mia de kirei

第5回 自宅で手軽に!白髪のセルフケア

アドバイザー:ヘアスタイリスト えいこさん

新型コロナウイルス感染症の自粛期間中、ヘアサロンに行くのを控えていた...という人から聞いたお悩み No.1 は、「白髪ケア」。お金をかけずに自宅でできる白髪のセルフケアについて、ヘアスタイリストに聞きました。

艶感+しっかりスタイリング

白髪になる原因は、加齢やストレス、食生活、遺伝など諸説ありますが、「白髪にならない絶対的な方法は不明」というのが美容師さんの本音。えいこさんのサロンでも20代後半~30代前半で白髪に悩む人はめずらしくなく、「自粛中に自分で染めたらムラになった、生え際が染まらないとセルフケアの難しさを実感して慌ててサロンに来た人もいました」。50代以降なら染めずに少しずつグレイヘアに移行していくという選択もありますが、それまでは毎日のトリートメントとヘアオイル、ていねいなブローで髪全体に艶感を出し、

カラートリートメントや部分的なヘアマニキュアで白髪をカバー。「気にしすぎない」ことも大切です。



Mia 読者プレゼント!!

応募締切 8月19日(水) 必着

5名様 とちぎ和牛 肩ロース 焼き肉用(400g)



Mia 29号の読者プレゼントは... 29=「にく」にちなんで、なんと!!! 栃木県が誇るブランド牛肉「とちぎ和牛」です。

「とちぎ和牛」は、「とちぎ和牛取扱指定店」で購入できる他、インターネット通販サイト「JAタウンとちぎ新鮮倉庫」でも絶賛販売中です。また、「とちぎ和牛提供店」で食べることができます。

合計30名様 JAふれあい食材 おすすめ食材セット



主に夕食の食材や生活に欠かせない食品等を中心に、県内津々浦々へ30年間お届けしているJAふれあい食材から「おすすめ食材セット」

を10名様にプレゼント致します。JAならではのこだわり食材を是非ご賞味ください。*セットの内容はおまかせとなります。さらに、JA ふれあい食材「おすすめ食材セット」に外れてしまった方20名様に、ダブルチャンスとしてこれからの時期便利に使える『JA ふれあい食材ミニタオル』をプレゼントします。

プレゼント提供: JA全農とちぎ

次回発行 8月22日(土)

応募方法
Miaを読んだ感想と今後Miaで取りあげてほしい記事、希望賞品、住所、氏名、電話番号、性別、年齢をご記入の上、はがき、FAX、QRコードより応募ください。厳正な抽選の上、当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
*ご記入いただきました個人情報は賞品の発送にのみ利用いたします。

応募先
栃木ダイレクトコミュニケーションズ株式会社
〒320-0032 宇都宮市昭和1-8-11
下野新聞社内
TEL. 028-688-7850 FAX. 028-688-7851



宇都宮の夏の風物詩 「ふるさと宮まつり」

例年8月の第1土曜・日曜に開催されているふるさと宮まつり。宇都宮の街中が人で埋め尽くされるこのお祭りは、今年はオリンピック開催予定であったため9月19日・20日に第45回を開催予定でした。しかしそれも、新型コロナウイルスの感染拡大防止、市民の安全を守るため、中止に。そもそもこの「ふるさと宮まつり」は1976年に宇都宮青年会議所の10周年記念事業として始まったもの。市民の手による市民のお祭りがここまで愛され育っているのは、様々な

形で参加できる工夫を重ねているからにほかなりません。今年は8/1~15の間オンラインで宮まつりを体感できる企画も開催中なのでそれも味わいつつ、来年のリアルな熱気を楽しみにしましょう!



編集部おすすめの逸品!!

毎回編集部のスタッフが独断と偏見でIppinを紹介します



パッと見たとき、「お花のブローチかな?」と思うRan(ラン)さんの作品。近づいてよく見ると、それは小さな穀物や種子などを緻密に配置されたものだとわかり、驚かされます。「穀物や種子を見ていたら、その生命力に惹かれてしまって」と語るRanさんは、あらかじめデザインはせず、作りながらひらめきで図案を構築していくのだとか。手に取ると宇宙のエネルギーのようなものを感じる、唯一無二のアクセサリーです。
Ran instagram@ran.accessory

地域一番の激安価格でご奉仕!!

夏のポプアスセール

お電話での注文承ります。お気軽にお問い合わせください。

コロナ感染対策も充分にしております。安心してご来店ください。

新築・増改築の方 大歓迎!!

長期お預かり致します。係員にご相談ください。

宇都宮市内3万円以上お買上げの方 配送費無料!!

配達同一場所・日時での古家具引き取り 処分無料!!

※8万円以上お買上げで、お1人様1点となります。

※損傷・処分・お買い得商品・現品割引商品は対象外。※損傷商品の配送の場合は5,000円になります。※組み立ては別途2,000円がかかります。※掲載商品の仕様に誤りがあった際はご了承下さい。

《クレジットカードご利用いただけます。*チラシ商品・お買得品・アウトレット商品は除く。》

セール期間 8/7(金) 8/18(火)

《8月12日(水)は定休日です。》

NKK 宇都宮店 日本家具卸業組合 定休日/毎週水曜日 ☎028-656-8832 FAX028-656-3426
宇都宮市問屋町3172-45 営業時間/AM9:30~PM7:00 http://www.t-fujiset.co.jp



邸宅の真髄を識る 『元今泉』アドレス JR「宇都宮」駅 徒歩10分 68㎡超～87㎡超の多彩なプラン 全109邸〈南向き〉 洗練と風格を纏う デザイナーズレジデンス

平置駐車場100%

月額使用料 無料

- 出入庫の待ち時間がないのでスムーズ。小さなお子様がいても安心です。
- 平置きだから将来的なコストも抑えられます。

快適なカーライフをサポートする **カーシェア**

お客様が車で来られても安心 **来客用駐車場(3台)**

先進の設備・仕様 GOOD DESIGN

家庭内のすべての水を浄ろろ化して健康・快適に。

LUIC PROJECT

Takara no Mizu

水が変わると暮らしが変わる

Takara no Microbubble Tornado O2

わが家で楽しめる 賢沢エスタイム。

Takara no Mirable Ultra Fine Mist

汚れをきれいに落とす洗浄作用

現地案内図

〒321-0954 栃木県宇都宮市 元今泉3-20-43

カーナビに、下記の住所を入力してください。

新型コロナウイルス感染防止対策ポリシー

- 来場人数の制限
- 手指の消毒液を設置
- アルコール除菌
- 定期的な換気
- スタッフの体調管理
- 予約優先制による密集防止
- マスク・手袋のご用意
- 使用備品の除菌
- スタッフのマスク着用
- 個別受付の実施
- ご案内車庫の清掃・除菌
- 空間除菌カード着用
- デジタルトーク
- 対応席数の制限
- お飲み物はペットボトルのご提供
- 飛沫感染防止対策
- 手洗いうがいの徹底

お問い合わせは / 「LEBEN宇都宮元今泉GRANXE」マンションギャラリー

FREE DIAL **0120-390-320**

物件ホームページからも詳しい情報がご覧いただけます。

SEARCH **レーベン宇都宮**

（売主：販売代理）

Takara Leben

株式会社タカラレーベン

〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-8-2 数銀ビルディング16階

（売主）

日鉄興和不動産

日鉄興和不動産株式会社

〒107-0052 東京都港区赤坂一丁目6番1号

（販売代理）

長谷工 アーベスト

株式会社長谷工アーベスト

〒105-8545 東京都港区赤坂一丁目6番1号

■「レーベン宇都宮元今泉GRANXE」物件共通概要 ●所在地/栃木県宇都宮市元今泉二丁目28番(地番) ●交通/JR東北新幹線、東北本線、日光線「宇都宮」駅 徒歩10分 ●用途地域/第一種住居地域 ●地目/雑種地(引き渡し時点で宅地へ変更) ●敷地面積/4,256.92㎡ ●建築面積/1,017.50㎡ ●建築延床面積/9,511.62㎡ ●構造・規模/鉄筋コンクリート造、地上14階建 ●総戸数/109戸(他、管理事務室1戸) ●駐車場/113台(平置式/内、車椅子利用者優先駐車場1台、来客用3台) 月額使用料:無料 ●駐輪場/207台(2段ラック式202台、平置5台) 月額使用料:200円～500円 ●バイク置き場/7台・月額使用料:2,000円 ●ミニバイク置き場/5台・月額使用料:1,000円 ●建物竣工予定/2021年2月下旬 ●入居予定/2021年3月下旬 ●設計・監理/株式会社長谷工コーポレーション ●施工/株式会社長谷工コーポレーション、石川建設株式会社 ●分譲後の権利形態/敷地:専有面積割合による所有権の共有、建物:専有部分は区分所有権、共用部分は専有面積割合による所有権の共有 ●管理形態/区分所有者全員により管理組合を結成し、株式会社長谷工コミュニティ(業務委託) ●建築確認済証番号/第UHEC建確310363号(2019年9月12日付) ●売主・販売代理/株式会社タカラレーベン ●売主/日鉄興和不動産株式会社 ●販売代理/株式会社長谷工アーベスト ●管理会社/株式会社長谷工コミュニティ ●第3期予約物件概要 ●予定販売戸数/未定 ●予定販売価格/3,200万円台～5,100万円台 ●予定最多価格帯/4,100万円台 ●間取り/2LDK+S(納戸)～4LDK ●住居専有面積/68.04㎡～87.35㎡ ●バルコニー面積/11.70㎡～12.70㎡ ●専用テラス面積/8.10㎡～8.11㎡ ●テラス面積/12.30㎡～12.34㎡ ●管理費(月額)/13,200円～17,000円 ●修繕積立金(月額)/5,450円～6,990円 ●修繕積立金(引渡時一括)/341,000円～437,000円 ●管理組合設立準備金(引渡時一括)/20,500円～26,300円 ●販売開始予定時期/2020年8月下旬 ●第3期の販売戸数が未確定のため、本概要は第3期以降の予定販売戸全体を対象として記載しております。販売戸数・販売価格等の数値は本広告時にお知らせいたします。 ●返済例<Eタイプ(205号室)>/予定販売価格3,298万円の場合 ●借入金/3,290万円 ※元利均等返済35年返済 ●頭金/8万円 ●月々返済額/78,748円(元金2,970万円) ●ボーナス時返済額(年2回)/50,967円(元金320万円) ●提携ローンのご案内 ●金融機関/栃木銀行 ●融資限度額/100万円～5,000万円以内(10万円単位) ●金利/0.625% ※提携銀行借入金(提携ローン)へ変動金利のため、年2回返済額の見直しがございます。 ●返済期間/35年返済 ●融資期間/1年～35年以内 ●借入の際は別途、事務手数料・火災保険料等の諸費用が必要となります。 ●融資資格/お借入時満20歳以上の方。完済時満80歳未満の方。銀行指定の保証会社の保証を受けられる方。銀行指定の団体生命信用保険に加入できる方。 ●金利・融資条件は金融情勢により変更される場合があります。 ●融資を受ける際は提携金融機関及び指定の保証会社の審査がございます。 ●審査の結果によっては融資を受けられない場合がありますので予めご了承ください。 ●前記融資条件は2020年7月28日(火)現在のものです。 ●実際の金利は融資実行時のものが適用となります。 ●詳しくは係員までお問い合わせください。

予告広告 本広告を行い取引を開始するまでは契約または予約の受付及び申込の順位は確保等できません。あらかじめご了承ください。販売開始予定時期/2020年8月下旬