



私の街、私の暮らし タウン情報紙「Mia」
宇都宮の中心部に104,000部発行

次号発行は6月19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>

2021
6・5
TAKE FREE

vol.49

タウン情報紙 Mia (ミア)



口中に広がる極上のうまみ 最高級シャトーブリアンと 人気のバイキング食べ放題

メイン1品注文で、ランチタイムはバイキングメニュー 20種類以上が食べ放題(ディナーはオードブルも追加)というサービスが大人気の老舗ステーキ店。ちょっと贅沢な食事を…という時にぴったりなメニューが、オーストラリア産最高級ぶどう牛の希少部位を使用した『シャトーブリアン(写真はB(220g)ランチ価格4,980円)』です。ワインのぶどう粕を加えた穀物飼料を与え、時間をかけて育てられた特選牛は、深い赤身の色合いと噛みしめるほどに広がる上品なうまみが特徴。今年の父の日は、極上のステーキでお祝いしてはいかがでしょうか。



ステーキいづつや
長岡店

住 宇都宮市長岡町431-1 ☎ 028-678-8888
営 平日11:00~14:00(L.O.)、17:30~22:30(L.O.21:30)
土・日・祝日11:00~15:00(L.O.)、17:00~22:30(L.O.21:30)
休 水曜定休(祝日は営業、翌日休み)
P 有り

「Mia49号」持参の上
「シャトーブリアン(A・B・Cのいずれか)」を
注文した方に限り、300円引き
(1グループで1人持参の方がいればグループ全員割引可/有効期限 2021年7月末ご利用分まで)

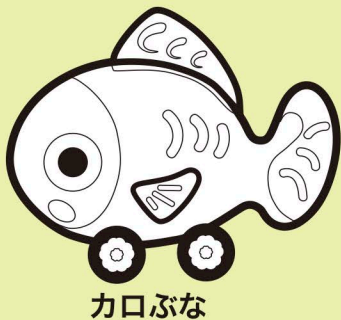
おそうじ本舗。 6/30(水)まで

第1弾 エアコンクリーニング
キャンペーン
2台以上がお得

1台12,100円 2台22,000円 2,200円
3台目以降も1台につき1,100円お得 お得!!

年中無休でお問合わせ受付中です!!
下記フリーダイヤルへお電話下さい。

おそうじ本舗 宇都宮鶴田店
☎ 0120-12-6032 土日祝 OK
営業時間 9:00~19:00 おそうじ本舗 検索

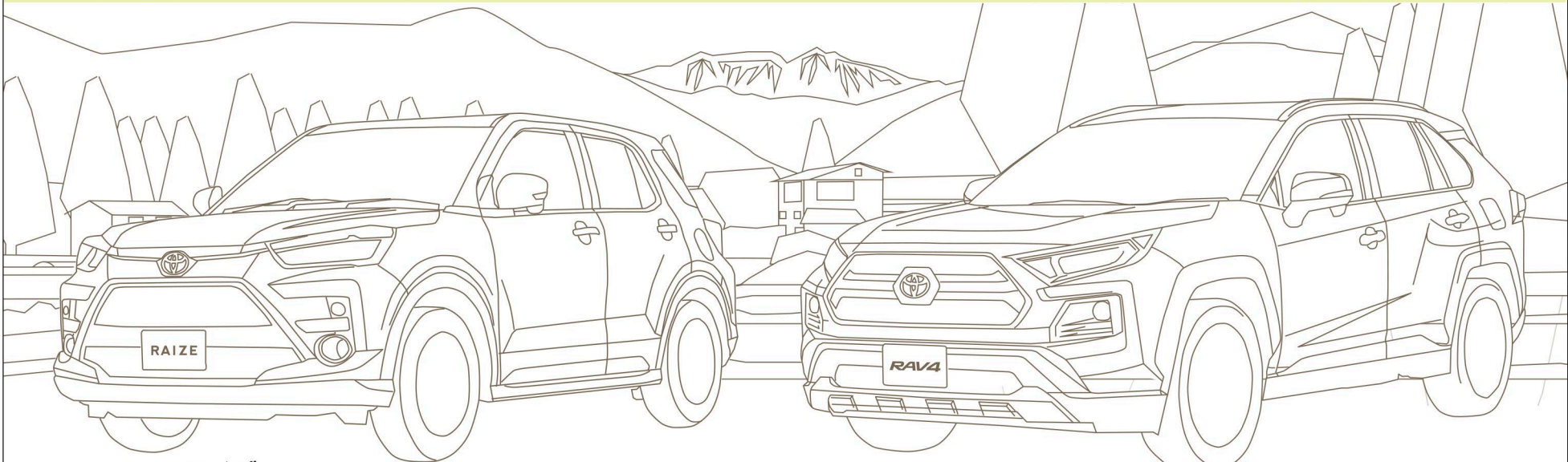
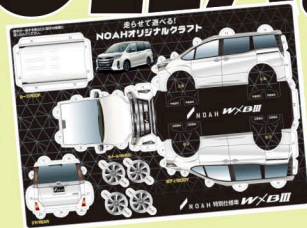


STAY HOME with COROLLA!



ぬり絵に色をぬってお持ちいただくと、
“走る!クラフトカー NOAH”をプレゼント!

※数に限りがございます。なくなり次第終了とさせていただきます。
※宇都宮上横田店・宇都宮陽東店・宇都宮錦店・宇都宮岩曽店・宇都宮細谷店、5店舗限定となります。



ライズの場合
X (1.0L・2WD・5人乗り) 車両本体価格 **167.9万円**(税込)

RAV4の場合
Adventure (2.0L・4WD・5人乗り) 車両本体価格 **331万円**(税込)

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・
缶等での提供

※価格はタイヤ・パンク応急・修理キット、タイヤ交換用工具付の価格です。保険料、税金(除く消費税)、登録料等の諸費用は別途申し受けます。価格にはオプション価格は含まれておりません。自動車リサイクル法の施行により、リサイクル料金が別途必要となります。詳しくはスタッフにおたずねください。掲載の内容は2021年5月現在のものです。

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

オススメの
クルマ診断は
コチラから→





右上：古いビルをリノベーションしたスタジオは、壁ごとに全く雰囲気の異なる写真が撮れる。右下：アラタさんとの自然な会話を身をゆだねていれば、きっと素敵な1枚に。

記念日も日常もここで撮りたくなる フォトグラファアタタケンジの新スタジオ

東京において雑誌などで人物撮影を中心に活動し、その後栃木市嘉右衛門町にスタジオを構えていたアラタケンジさんが、宇都宮に新スタジオをオープンしました。撮られる人のニュアンスを大切に、その人らしさを引き出すのが得意なアラタさんの写真は、自然な笑顔のものも力強い眼差しのもものも「大切な瞬間をこの人に捉えてもらいたい」と思うものばかり。一度体験するとリピーターになる人が多いというのも頷けます。

七五三や成人式などの記念日は神社などでのロケ撮影とスタジオ撮影を組み合わせることも可能。長年連れ添った夫婦で、仲の良い友だちと、普段着で撮ってもきっと特別な1枚に。まずは1度、その撮影を体験してみてもいい。

スタジオソルフ studio solph

住所 宇都宮市二荒町2-1 カクイチBLD 1F
営業 9:00~18:00 休 不定休(完全予約制)
P なし(近隣のコインP使用)
HP Instagram @studio_solph
mail studio.solph@gmail.com
(ご予約・お問合せはInstagramのDMまたはメールにて)



左：樹形との出会いは一期一会。
右：インテリアのアクセントになる輸入壁紙のカット販売も。

家の中と外を緑でつなぐ シームレスなグリーンデザインを

「bo canta」のcantaはカンタービレのcanta。「歌うように美しく緑と共に暮らしてほしい」という願いを込めてオープンした、グリーンの専門店です。「niwaco design」としてガーデン設計を手掛けている相樂さんには、「庭」という家の外だけでなく、家の中でのグリーンとの暮らしを提案したい熱い思いが。観葉植物やサボテン、多肉植物などbo cantaに佇む植物たちは、個性的な樹形や葉の物が多く、インテリアのスパイスになりそうなものばかりです。

既に持っているグリーンの植え替えやメンテナンスの相談、マンションのベランダガーデンの設計や庭のデザインの依頼ももちろんOK。緑との暮らしを、ここから始めてみませんか？

ボカンタ bo canta

住所 宇都宮市二荒町2-1 カクイチBLD 1F
営業 11:00~16:00 休 月曜・火曜 P なし(近隣のコインP使用)
HP Instagram @bo_canta

新しさと歴史が共存する

二荒町エリア

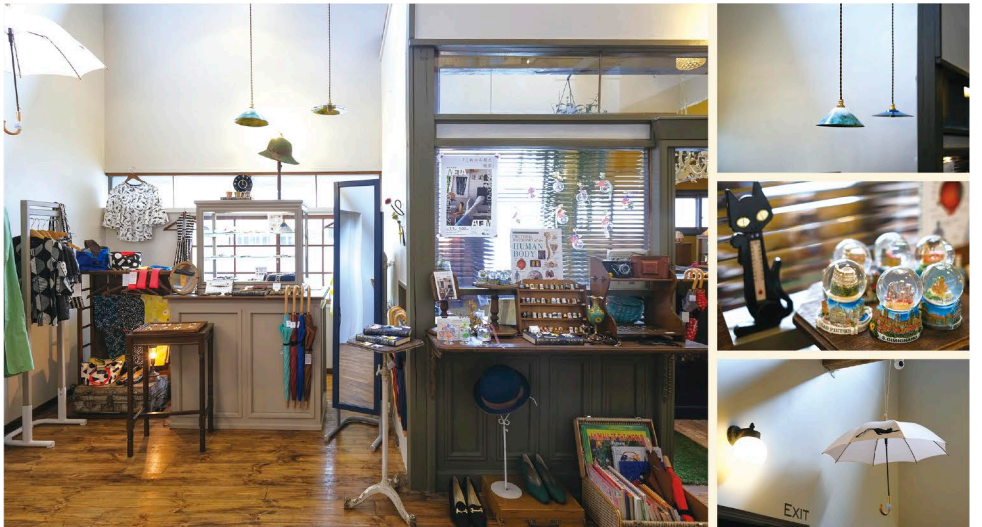
..... FUTAARAMACHI

オススメ

話題のビルや老舗を渡り歩こう

元パルコと釜川の間あたりに広がる「二荒町」。解体予定だった建物をフルリノベした「カクイチBLD」には個性が光るお店が揃いました。老舗と新店舗が入り交じるこのエリアはまた新たな発見がいっぱいです。

※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。
※紙面上の価格はすべて税込で統一しています。



左：店舗のデザイン・施工は家具修復士でもあるアンティークショップ「6th Ave.storehouse」の店主の手によるもの。緻密な造作やアートのようなタイルの床など、お店全部が作品のよう。5/29~6/27の期間はマイクロワークスの企画「しっぽめぐり」を開催。

お店そのものが放つ世界観に圧倒される 大人のためのギフトショップ

知る人ぞ知るアパレルブランド「ANT」を展開している倉林さんが作り上げた新店舗「bigott」。自身がデザインした服や小物もありますが、お店の多くを占めるのは彼女の審美眼で集められたモノたち。七宝焼作家の近藤健一さんのランプシェードやアクセサリー、アンティークのスノードーム、動物のしっぽが留め具になっているマイクロワークスのユニークな傘...など、ジャンルを問わない品々に共通しているのは、ちょっと他では見ない、ちょっと面白い、質の良いもの。

「宝探しをするような気持ちで楽しんでもらえたら」と語る倉林さん自身が、実は一番楽しそう。リノベーションという言葉を超えた、店そのもののデザインや造作も必見です。

ビゴット bigott

住所 宇都宮市二荒町2-1 カクイチBLD 1F
営業 12:00~18:00 休 水曜
P なし(近隣のコインP使用)
HP Instagram @bigott.g.3



住宅が今が買い時って知ってましたか？

夢のマイホーム取得 応援フェア

充実の住宅取得支援策で、今がマイホーム取得のチャンスです！
新しい生活スタイルにあった住まいづくりをはじめませんか？

6/20(日)まで 10:00~17:00

EVENT INFORMATION イベントインフォメーション

イベント開催日は、会場内が大変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がご遠慮下さい。
※各イベントは「3つの密」を避ける為、参加人数に制限をさせていただきます。ご了承ください。

5・6日 10:00~17:00
各日先着30名様 要抽選券
ほったらかし家電抽選会
※写真はイメージです。※なくなり次第終了となります。
※モデルハウスをご見学頂いた方が対象となります。

5・6日 10:00~17:00
各日先着30名様 要抽選券
**人気商品が最大5種類当たる
コストコ抽選会!**
※写真はイメージです。※なくなり次第終了となります。

12日 10:10~11:50/13:00~17:00
先着40名様 [対象]小学生以下
各回20分/1回2名対応 要参加券
梅雨を吹き飛ばせ!
世界にひとつだけの
てるてる坊主を作ろう
※写真はイメージです。

12日 10:00~17:00
先着25名様 要抽選券
**全国有名温泉宿泊
プランが当たる抽選会**
(特賞) (1等) (2等) (2等)
※写真はイメージです。※なくなり次第終了となります。

12・13日 10:00~17:00
各日先着25名様 要引換券
★**日替わり
フードカーサービス**
12日:ローストビーフ/13日:レモンスカッシュ
※写真はイメージです。※なくなり次第終了となります。
※モデルハウスをご見学頂いた方が対象となります。

13日 先着30名様 ※各回3セット(1セット10分)
1セット2名対応 [対象]3歳~6歳以下
①11:00~ ②13:00~ ③14:00~ ④15:00~ ⑤16:00~
簡単ピアノレッスン 事前予約受付中
ピアニストと一緒にミニピアノを弾こう!
ミニピアノプレゼント♪
ピアノ 堂地 美希
※写真はイメージです。※なくなり次第終了となります。

13日 10:00~17:00 要抽選券
先着45名様 [対象]小学生以下
★**家族で遊ぼう!!
ホームトイ抽選会**
※写真はイメージです。※なくなり次第終了となります。

5・6日・13日 要参加券
各回25分/1回2名対応 事前予約受付中
午前部 10:15~11:45 / 午後部 13:00~17:00
ハンドエステ体験会
FACIAL SALON
メナード フェイシャルサロン兵庫
手の乾燥・冷気が気になる方必見! マッサージクリームを使用したハンドマッサージです。手のコリもほぐれてすっきり! 透明感もアップしますよ! この機会に、ぜひ体験してみませんか?

宇都宮西 総合住宅展示場 — モデルハウス全22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、ご見学人数の制限をさせていただきます。ご了承ください。
HEBEL HAUS 株式会社 石井工務店
KAKUNISHI 株式会社 木下建設
住友林業 セキスイハイム
積水ハウス Daiwa House
トヨタホーム 北関東カバリー Panasonic Homes HINOKIYA HOKUSHU
ミサワホーム 株式会社 セミダ
期間中毎日開催 数 | 量 | 限 | 定
住まいのアンケートプレゼント
受付に住まいのアンケートにご協力いただいた方に、『クリネックスティッシュプレミアム 1箱』をプレゼントします!
※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致します。

宇都宮西 総合住宅展示場 センターハウス 028-650-5081
※各イベントは、住まいのアンケートにお答え頂いたお客様がご参加頂けます。



輝く街の きらリスト

カラまめ屋 小泉由紀子さん

ガラス棚に所狭しとディスプレイされているのは、なんとも愉快な“落花生アート”。ひとつとして同じものがない、愛嬌たっぷりの個性あふれるこの小さな作品を創作しているのが「カラまめ屋」こと、小泉由紀子さんです。自分の創作意欲に正直に、とことん我が道を貫く小泉さんに、お話をお伺いしました。



Yukiko Koizumi

close up!

「落花生を使った作品づくりを始めたきっかけは？」

「結婚前はディスプレイ製作の仕事をしていましたが、休憩室に落花生が置いてあって、何かできそうだなと、ふと手に取ってみたというのがそもそもの始まりでした。小さい頃からものづくりが好きで、製作の仕事もゼロスタートの世界。頭に思い描いたものをかたちにするという作業が好きなんです」

「これまでどれくらいの作品を作られましたか？」

「作品の種類だけでも年間300種。もう20年以上作り続けてきました。今では普通に生活をしていても、目に入るものすべてが落花生のパーツとして見てしまうように(笑)。大概のものは落花生で作ってしまうので、逆に作れないものは何なのか。自分の限界を探るように、製作欲がまだまだ尽きることがないんです」

「動植物やキャラクターなどさまざまな作品のなかで、特に人気の作品は？」



「オーダーを受けたり、売れ筋を作っているわけではなく、あくまで自分自身が楽しめるものを製作しているのですが、イベント出店の際は、なぜか天狗やダルマといった和ものが人気のようです。なんで天狗が？って、自分でも思ってしまいうんですけど(笑)」

「落花生を通じて感じる、創作することの魅力とは？」

「やはり、同じものができないということですね。このいびつな形をどう活かそうか。いろんな角度からものをみて、どう使うかとイメージすることが面白いんです。今の時代、大人も子どもも、上手く作ろうと理想が高すぎて、実際に出来上がったものを上手くできなかったと言ったり、作るのをやめて買ってしまったりがちですね。何もないところから、素材となるもののよさを見つけて、自分の想像をかたちにする機会がもっとあれば、考える力や個性をのぼすことができるし、ものづくりがもっと楽しくなるんじゃないかなと思います」

カラまめ屋

Instagram (@karamameya)

作品紹介、イベント出店情報についてはInstagramをご覧ください。

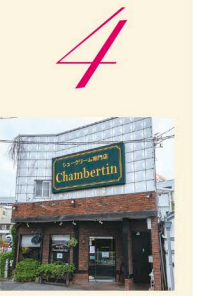


左：選ぶのに迷うシュークリームたち。スワンの形の「ソフィア」475円や定番の生クリームとカスタードのシュークリーム「シャンティ」324円(左奥)など、お気に入りを探して。 右：いろんなシュークリームがミニサイズで楽しめる「プティフール」15個入、2,592円もお土産に人気！

これまでもこれからもずっとここで 老若男女に愛され続けるシュークリーム専門店

マチナカを歩いていて年月を経たレンガの外観が見えるとなぜかほっとするお店が、「シャンベルタン」。週替りも含め常時20種類以上並んでガラスケースの中は、彩りも形も目を喜ばせてくれるものばかり。上質な材料を惜しげなく使って作られたシュークリームは軽やかなふんわり感としっとりさが絶妙なシュー生地で、クリームの後味もさっぱりしているところが男性のファンも多い秘訣のようです。

「母と来てたけど、娘を連れてきました」なんてエピソードも多い同店は、もはや宇都宮のスイーツの歴史の一部。しばらく行ってなかったという方も、未訪問！という方も、ぜひ訪れてみては？愛され続ける理由がきっとわかります。



シュークリーム専門店 Chambertin シャンベルタン

住 宇都宮市二荒町8-16

☎ 028-634-8390 営 10:30~19:00

休 月曜・火曜 P 4台(店舗北側)

HP <https://www.tochinavi.net/spot/home/?id=890>



左：「パスタランチBセット」。ドリンクバーなので、のんびり滞在するにもおすすめ。

趣ある日野町通りで人気のイタリアンバル

オリオン通りの東方面への延長線上の日野町通りは、宇都宮でも最も古い商店街ともいわれている趣のある道。そこにオープンして約23年になる「グランシャリオ」は、昼はイタリアンレストラン、夜はバルのような雰囲気です。

季節感も取り入れた日替わりパスタは常時5~6種類から選べ、好みや気分でセレクトできるのも嬉しいポイント。「パスタランチBセット」はサラダ・ガーリックトーストorパン・デザート・ドリンクバーまでついて1,100円というお得感です。写真の「ソナとオニオンのトマトクリーム」は、

トマトの酸味とクリーミーさのバランスのよい一品。テラス席はわんこもOKですよ！



グランシャリオ Grand Chariot

住 宇都宮市二荒町1-9 ☎ 028-639-0778

営 11:30~15:00 (L.O.14:30)

17:30~23:00 (現在はパーティープラン限定で完全予約制)

休 水曜・日曜・祝日 席 40席 P なし(近隣のコインP使用)

1F モッズ・ヘア 宇都宮店



頭皮が若返り、ボリュームが出る 強髪トリートメント

mod's hair
PARIS

営業時間：【月~土】10:00~21:00
【日祝日】10:00~20:00
定休日：火曜日・第3月曜日
☎ 028-621-8019

2F ホリスティック・リラクゼーション・サロン ベイリーズ



極上の癒やし 足裏45分+整体75分 120分 9,200円(税込)

極上のアロマ フルボディオイルトリートメント 90分 7,800円(税込)

ホリスティック・リラクゼーション・サロン
Bailey's
ベイリーズ

営業時間：11:00~22:00
定休日：無休
☎ 028-623-4555

2F ホワイトエッセンス宇都宮 ゴリデンタルクリニック



お回数からみなさんの健康をお守りします。

定期メンテナンス 始めましょう！

white
essence

営業時間：【平日】10:00~19:00
【土曜】10:00~18:00
定休日：木曜日・日曜日
☎ 0120-918-461



うつのみや
表参道スクエア
テナント会

イベント開催

毎月第3日曜日は宮スクの日

うつのみや表参道スクエア

Q 検索



コロナ対策実施中



お買い物なしでも、
30分間で利用が無料です。
以後 駐車料金 200円 / 30分

■利用時間

8:00~23:00 / 年中無休



Life here Utsunomiya あなたの暮らしを豊かに便利に！

育 お子様の感性を育むフラワーレッスン

大人向けのフラワーアレンジメント教室はあっても、お子様だけ、もしくは親子で参加できる場所はなかなかないですね。「花屋 メラレウカ」では毎月、初心者から上級者まで、ご自身に合った内容を選べるフラワーレッスンを開催。好評を得ている同店の「エチューディアンレッスン」は、お子様の“花育”としても人気の教室です。



●エチューディアンレッスン／単発レッスン3,300円

こちらのレッスンは、お子様や学生さん（4～18歳）向けのレッスンとなっています。ハサミなどを使用するため、4～12歳までのお子様は保護者同伴での参加となります。もちろん初心者も大歓迎。男の子の参加も多く、誰でも気軽に花とふれあい、楽しめるフラワーレッスンです。



●店主からのメッセージ

「エチューディアンレッスンでは、お子様が季節のお花を自由にアレンジしたり、束ねたりして世界でたったひとつの作品を制作します。レッスンで覚えたことをいかし、実際にご自宅でお花を変えてアレンジしているお子様もいらっしゃるようで、私自身も楽しい時間を過ごさせていただいております。スワッグやボックスフラワーなど、さまざまな作品を作りますが、7月は涼しげな『花手水』を予定しています。お子様の感性を大切にしながら、配色やバランスなど基本的な技術を学んでいただけたらと思います」



※月ごとのレッスン内容など詳細は

HP (<https://melaleucafleur.com>) を。

申し込みはHP、メール、電話、直接のご来店にて受付けします。

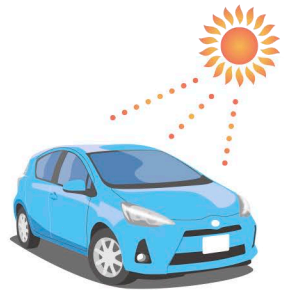
取材協力：花屋 メラレウカ／宇都宮市松原2-4-22 ☎028-612-5848



住 フィルムやガラスで夏のカーライフを快適に

日差しが厳しくなるほど、車に乗り込む時や運転時など、快適な車内環境を保つのも難しいもの。カーテンなど手軽なアイテムを利用するのも手段のひとつですが、ワンランク上の品選びで夏のカーライフを快適にしてみたいかがでしょう。自動車修理工場の「car works KIKUCHI」の代表・菊地祥晃さんに、お話を伺いました。

「車の紫外線や暑さ対策には、主にカーフィルムやUVカットガラスなどが効果的です。高い断熱性と飛散防止性能を併せ持つカーフィルムには、クリアタイプやスモークタイプなどいろいろな種類がありますが、貼り方や場所によっては、見た目が悪くなったり車検に通らないケースもあるので、プロに依頼したほうがよいでしょう。また、ご自身の車にUVカットガラスが使用されていない場合は、何かの機会に思い切ってガラス自体を交換してしまっても！車内のジリジリとした暑さを軽減するだけでなく、冷房効率もアップしますよ」



取材協力：car works KIKUCHI／宇都宮市宝木本町2059-2 ☎028-612-3955

梅シロップのアレンジメニュー

梅仕事を毎年の楽しみにされている方も多い、この季節。なかでも手軽に作れる梅シロップは人気の梅レシピですね。そこで今回は、この梅シロップを使ったアレンジメニューを、「デリカテッセン きまぐれキッチン」の中窪尚美さんに、ご紹介していただきました。

「お子様がいらっしゃるご家庭は梅酒ではなく、梅シロップを作っておくことで、定番の梅ジュースだけでなく、いろいろなアレンジメニューを楽しむことができます。例えばシロップに漬け込んだ梅の実を、ジャムのようにスコーンやパウンドケーキなどの焼き菓子に試してみるのもおすすめ。その場合、シロップにした梅の皮は固いので、果肉の部分のみを使用してください。また、ソーダ水にホワイトラムやウォッカなどのアルコールを加えれば、サワーテイストのさわやかなオリジナルカクテルに。梅シロップを自由にアレンジして、ほんのりと和の風味を感じられる料理や飲み物をお楽しみください」



取材協力：デリカテッセン きまぐれキッチン／宇都宮市今宮2-17-1 ☎028-348-2413

日本製 ペン型 携帯アルコール除菌スプレー

大阪大発ベンチャー企業「ファンペップ」と「SMV JAPAN」との共同開発で生まれた携帯アルコール除菌スプレー。ペン型のコンパクトサイズなので収納にも携帯にも便利。外出時の衛生管理にお勧めです。

外出時の「気になる」にシュッとひと噴き



気になるつり革やポールをシュッと除菌



ほのかなミントの香りでマスクも快適に



ドアノブもすばやくアルコール除菌



外食の時は食事の前に手とお箸を除菌

高濃度アルコール／アルコール濃度70v/v% 機能性ペプチド
約100回使用可能 ※使用回数は目安です。ご使用方法によって回数は異なります。

ペン型 携帯アルコール除菌スプレー
(アルコール除菌剤)

5本セット 価格：2,100円 (税込み・送料込み※) ※栃木県内に限ります

【容量】1本=約10ml 【成分】エタノール70v/v%、植物性グリセリン、香料、オリゴペプチド-125アミド、水【容器】プラスチック樹脂

本体全長約135mm

お求めは 下野新聞取り扱い販売店または専用サイト
<https://www.tochigi-dc.co.jp/disinfection-spray/>

お問い合わせ 栃木ダイレクトコミュニケーションズ(下野新聞グループ) TEL.028-688-7850 (平日9:30～16:00)



※お申し込みから商品
お渡しまで、少々お
日にちをいただく場
合がございます。

女性のための 連合全国一斉集中労働相談ホットライン

2021年6月8日(水)～9日(木)
10:00～19:00

仕事で悩むあなたをサポート
応援します!!



解雇・
雇止め

年次有給
休暇が
ない

パワハラ・
セクハラ

ケアハラ・
性差別

勤務時間
の削減

安全配慮

労働相談ダイヤル
上記期間外も受付中!

フリーダイヤル

いこうよ れんごうに

相談無料
秘密厳守
携帯・スマホOK

0120-154-052

弁護士による
法律相談は

相談無料

要電話予約

予約受付

平日9:30～17:00

毎月 5日・15日・25日 開催

(13:30～16:30) ※土日も開催します

連合栃木



宇都宮市中戸祭町821
栃木県労働者福祉センター3F
連合栃木

検索

WEB
サイト



Mia 読者プレゼント!!

5名様

栃木県産 ハウス巨峰
(種なし・約1kg箱(2〜3房))

今年も栃木のぶどうの季節がやってきました！
ぶどうの定番品種といえば、「巨峰」。『ぶどうの王様』とも評される「巨峰」は、紫黒色の果皮に、果肉はしっかりと甘くてジューシー、香りがよいのが特長です。インターネット通販サイト「JAタウンとちぎ新鮮倉庫」でも販売していますので、大切な方への贈り物にもおすすめです。
提供：JA全農とちぎ



栃木県産 巨峰



※写真はイメージです
JA JAグループ栃木・JA全農とちぎ

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『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



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コードよりご応募ください。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
☎028-688-7850 FAX.028-688-7851



応募締切

6月16日(水) 必着

Mia's cooking!

delicious and fun!

今月のレシピ

栃木県産のお米を使って
まいたけとベーコンのリゾット

調理時間 約30分

＜材料＞2人分

- ・ベーコンスライス(1cm角切り)・・・ 85g
- ・まいたけ(ほぐす) ・・・ 100g
- ・米(栃木県産) ・・・ 1合
- ・にんにく(みじん切) ・・・ 1片
- ・オリーブオイル ・・・ 大さじ1
- A 水 ・・・ 3カップ
- A コンソメ ・・・ 小さじ2
- ・バター ・・・ 10g
- ・粉チーズ ・・・ 大さじ2
- ・黒こしょう ・・・ 少々
- ・パセリ(みじん切り) ・・・ 適量

【栃木のお米おすすめ品種】

もちっとした弾力と粘りが好きな方には、栃木県産コシヒカリ「とちほのか」がおすすめ。
大粒で、しっかりとした粒立ちのお米が好きな方には、「とちぎの星」がぴったり。

＜作り方＞

- 鍋ににんにくとオリーブオイルを入れて熱し、ベーコン・まいたけ、米を入れて全体に油が回るようにやさしく炒める。
- 米が透き通ってきたら、煮たてたAをお玉2杯分加える。
- 汁気が無くなってきたら、さらにお玉1杯分のAを加える。※Aが無くなるまで繰り返す。
- Aをすべて加えて米に火が通ったら、火を止めて仕上げにバターと粉チーズを加えてひと混ぜする。
- 器に盛り付けて黒こしょうとパセリを散らす。

お米は洗わずに
オリーブオイルで炒めることで
サラッとした仕上がりに！



レシピ提供...JAふれあい食材

1人分あたり

カロリー 554カロリー
塩分 2.4g

pickup Books

落合書店 トナリエ宇都宮店
宇都宮市駅前通り1-4-6 トナリエ宇都宮5F
☎028-626-5755 <http://www.ochiai-bc.co.jp>

ぼくモグラキツネ馬



著者：チャーリー・マッケジー 翻訳：川村 元気 発行：飛鳥新社 本体価格：¥2,200(税込)

今話題の児童書、少年とモグラ、キツネ、馬の冒険と心の交流を美しいイラストとともに描いたアート絵本"THE BOY, THE MOLE, THE FOX AND THE HORSE"の日本語版。八歳の子どもから、八十歳の大人まで。だれの心にも入り込み、いつでも力をくれる、永遠の人生寓話です。

好きのパワーは無限大



著者：ハラミちゃん 発行：KADOKAWA 本体価格：¥1,540(税込)

今まで語られなかった真実のハラミちゃんの姿が知れる一冊です。音楽の楽しみかたがガラリと変わる、演奏の深い話や、ハラミちゃんが教える、初心者から楽しめる音符が読めなくても大丈夫！ゼロから学べるピアノ講座や、YouTubeチャンネルで問い合わせが殺到している「ハラミ体操」の楽譜も公開した本です。

中学生
サポート
クラブ

中サポエナジー受験塾

やっやるぜ!

下野新聞は、中学生のための参加型セミナー・中サポエナジー「受験塾」を開催します。
高校入試の出題傾向や対策、作文対策、下野模試の効果的な活用法など
受験生に必須のお役立ち情報をご提供します。

中サポ会員(一般・特別)は無料

一般の参加料は一人500円(中サポの同時加入で無料になります)。
同伴者は一名まで無料です。
詳しい内容やお申し込み方法はホームページをご覧ください。

2021年度 イベントスケジュール

開催日	市町	会場	開演
6月26日(土)	宇都宮市	宇都宮市文化会館 第一会議室	10:30~
7月10日(土)	真岡市	真岡市民会館(いちごホール)小ホール	10:30~

中サポエナジー
受験塾で栃木の入試が
わかってきたぞ!



悩み
解決

自信
喪失

郷土とともに 明日をひらく
下野新聞

下野新聞社 販売部 中サポ係
〒320-8686 宇都宮市昭和1-8-11
TEL028-678-3131 FAX028-625-1193

イベントの内容や時間、受付スタート日など詳細はWEBにて随時更新いたします。

簡単検索!

中サポ

検索

<https://chusapo.chusapo.jp>



Coupon+

Mia's Information

身近で
お得な情報を
ご案内!!

栃木県 離職者等再就職支援プログラム事業

コロナ禍で就労困難な方を
緊急支援します!

2021年7月より、新型コロナウイルス感染症等の影響により離職を余儀なくされ、栃木県内で正社員就職を目指す方々を対象にした未経験分野への就職支援プログラム「離職者等再就職支援プログラム事業」をスタートします!

【プログラム参加のメリット】

- ① 正社員になれるチャンス
- ② 教育・研修の充実
- ③ 職場実習中に最大69,000円の給付金並びに交通費を支給(1日あたり6,900円×最大実習期間10日、交通費最大1日500円迄)

*職場実習中はインターンシップ保険にご加入いただきます。

未経験
分野へ
就職!

- ◆説明会応募締切 各回前日まで応募可能
- ◆所要時間 各日程ともそれぞれ1時間程度
- ◆詳細及び、WEBからのエントリー・お問合せはこちら▼
Mail: tochigishuro@pasona.co.jp
- 【参加時の注意】
- ・マスク着用のうえご参加ください。
- ・体調不良の場合は無理せずその旨ご連絡のうえお休みください。

株式会社パソナ パソナ・宇都宮
『栃木県離職者等再就職支援プログラム事業』事務局
☎028-666-0365

宇都宮市馬場通り4-1-1
つつのみや表参道スクエア
●9:00~17:30
■土曜・日曜・祝日



こばんはうす さくら

児童発達支援・放課後等デイサービス

児童発達支援 [0歳~小学校入学前まで]

児童発達支援とは?

発達に心配のある子どもや障がいを持った子ども達が、出来る限り身近な場所で支援を受けられるよう療育を行う専門性のある事業の名称。0~6歳児が対象です。土日も含めた毎日9時~18時までお預かり可能です。

放課後等デイサービス [小学校入学~18歳まで]

放課後等デイサービスとは?

学校の後だけでなく、土・日・祝日・夏休みも9時~18時までお預かり可能です。放課後等デイサービスは、障がいのある(療育が必要と認められる)子ども達の学齢期における支援の充実のため創設されました。障がい児の学童保育と表現するとわかりやすいかもしれません。

【対象年齢】0歳~入学前

- 言葉が遅い気がする。
- お友達と遊ぶことが難しい。
- 気持ちの切り替えが難しい。
- 落ち着きが足りない。
- 運動や、手先を使った作業が苦手。

【対象年齢】小学1年生~高校3年生

- コミュニケーションが苦手。
- 感情のコントロールが難しい。
- 読み書きなどの基礎学習が難しい。
- 文章読解が苦手。
- 自分から行動するのが難しい。

こばんはうす さくらに見学にきませんか?

北関東最大級100坪の支援療育施設

ボウリングルーム



下荒針教室の特徴

- ・知能改善訓練を重視しております。
- ・知育玩具や知育ソフトだけでなく、TEACCHメソッドなどで認知力を高めます。
- ・音楽や絵本や遊びを使ってより情緒表現力を高めます。
- ・SSTの訓練を行い、日常生活に支障のないよう支援いたします。
- ・土日も含めて営業しており、送迎も行います。
- ・他社との関わりを重点にスタッフやルールを吸収する力を充実させます。ABAメソッドに沿ひ、こうしたらこうなる、ということを教育して日常生活を円滑にします。

言語聴覚士在中

下荒針教室 宇都宮市下荒針町3585-43
グリーンフィールド宇都宮
☎028-678-3732

心理士在中

『4月オープンの新しいスクール』
宝木教室 宇都宮市宝木町1-46-6
☎028-678-9520

●平日9:00~18:00/土日祝長期休暇 9:00~17:00



タウン情報満載のMiaで
お仕事と一緒に
見つけてみませんか?

求人広告
募集!!

4月よりリニューアル

下野新聞グループ
栃木ダイレクトコミュニケーションズ(株)〒320-0032 宇都宮市昭和1-8-11 下野新聞社内
TEL 028-688-7850 月~金 9:00~17:002回掲載キャンペーン中!!
詳しくは下記まで
お問い合わせください。看護助手
募集5名
正社員

- ✓WEB面接実施中
- ✓履歴書不要
- ✓無資格・未経験OK

お気軽にご応募・お問い合わせください

医療事務関連業務代行サービス業、業務員兼・人材派遣業
株式会社ソラスト 栃木支社
宇都宮市東宿郷2-2-1 ビッグ・ピーススクエア2F

勤務地 済生会宇都宮病院

月給 月給 165,450円~

マイカー通勤
OK! 昇給制度あり!

★未経験でもOK ★やりがいのある仕事です

業務内容/患者さまの移動介助、リネン交換、
食事の配膳下膳、看護器具の用意など
勤務時間/9:30~18:30[月~日のうち週5日]
シフト相談可(お子さんの学校行事等での
お休み希望配慮可能です)

資格/未経験・無資格OK

休日/シフトによる完全週休二日制

福利厚生/各社保完備、交通費支給(車通勤可)、
各種休暇制度、制服貸与パート社員も
同時募集集中!
詳しくはこちら

☎03-4216-4482

受付▶採用担当 平日9:00~17:30

詳しくは
当社求人サイトへ
24時間応募受付中

タウン情報紙 Mia 配布員募集! 業務委託

仕事内容:「Mia」にチラシを折込み、各ご家庭のポストに配布
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)、
ご自宅の周辺400~600軒程度
配布:月2回 水曜日~金曜日のご都合
のいい明るい時間帯
配布物はご自宅までお届けいたします

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、
配布した場合~約4,600円
応募:下記まで、お気軽にお問い合わせください

未経験者歓迎!



下野新聞グループ

問い合わせ 栃木ダイレクト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

☎028-688-7850

【受付時間】月~金 9:00~17:00

表面温度を瞬時に計測
AI顔認証による人の管理も可能!
サーマルAIカメラ

入口に設置して、体表面測定や顔認証で入退管理にも活用できます。
従業員や会員様の管理ツールにもオススメ。従業員や会員制のお客様など登録して、
利用者に安心して施設を利用してもらう手段として最適です。

- AI 顔認証
- マスクをした状態でも認識
- 誤差±0.5℃の高精度
- 専用スタンドで設置も簡単
※専用スタンドは別売です

顔画像数22,400枚も
登録が可能

検知人数 1人
顔認証時間 0.5秒
登録顔画像数 22,400枚
タッチパネル x
参考価格 278,000円
[税込 305,800円]

卓上スタンド(別売)

ポールスタンド(別売)

タッチパネルでの
操作対応可能

検知人数 1人
顔認証時間 0.2秒
登録顔画像数 6,000枚
タッチパネル ○
参考価格 228,000円
[税込 250,800円]

卓上スタンド(別売)

ポールスタンド(別売)



<体表面温度測定> 不特定多数の測定が可能



お問い合わせ

下野新聞
グループ

栃木ダイレクトコミュニケーションズ(株)

〒320-0032 宇都宮市昭和1-8-11 下野新聞社内
☎028-688-7850 [平日9:00~17:00]

Mia de kirei

第20回

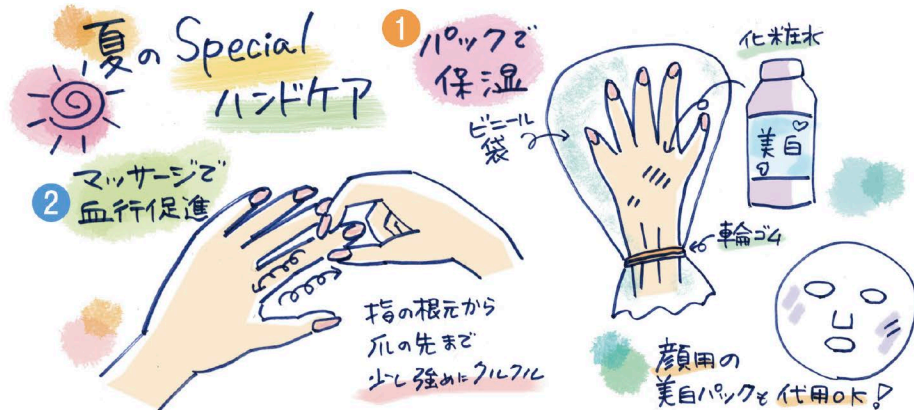
【ハンドケア】夏こそ大切! 手指のお手入れ

アドバイザー: ネイリスト Mikaさん

マスクで顔の半分以上が隠れてる今、「手元を見られてる」と感じる瞬間、増えていませんか? せっかくのキレイなネイルやリングも、コロナ対策の手洗いやアルコール消毒、紫外線の影響でカッサカサの手では台無しです。ついサボってしまいがちな夏のハンドケアについて、ネイリストのMikaさんに聞きました。

手の甲は「とにかく焼いちゃダメ」

まずはMikaさんに、お悩みの多い「手の甲の日焼け」について質問…手のシミって消えますか? 「顔と同じで、一度できたシミを消すには時間がかかります。手も腕も、とにかく焼いちゃダメ。外出時は日焼け止めが必要です」。ハンドモデルは夏でも手袋、外出しない時でも日焼け



止めはしっかり塗っているとのこと。

夏のスペシャルなハンドケアのお勧めは、美白化粧水を使ったハンドパック。お風呂上がりの清潔な手の甲に化粧水をたっぷり付けたら、

ビニール袋で全体を覆って5分間。化粧水を馴染ませてからハンドクリームを塗って血行促進のマッサージをしましょう。週に1回の酵素パックで角質ケアをするのも、肌のターンオーバーに効果的です。

宇都宮市中心部の
戸建て、アパート、
マンションに配布!!

Miaの
折込チラシ

折込
料金 3.8円より

(税込 4.18円)

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
(税込 4,180円)

月2回発行 10.4万部
エリア内到達率 84.7%

お手持ちのチラシを折り込めます

町名別・丁目別の
折り込みにも対応
可能です

お申し込み・お問い合わせ

下野新聞グループ
栃木ダイレクトコミュニケーションズ

☎028-688-7850 (平日9:00~17:00)

編集部オススメの逸品!!



毎回編集部のスタッフが独断と
偏見でIppinを紹介します

栃木県在住のイラストレーターアライマリヤさんのイラストは、その透明感のある色使いとちょっとユニークな図案で大人気。なかでもブルーやグリーンのグラデーションは美しく、レターセットやポストカードは、夏のお便りやインテリアにもぴったりです!

アライマリヤ <https://araimariya.com/>
取扱店 BEE BALM 宇都宮市中央5-2-9

Mia
コラム 「人付き合いのコツ」
講座

第5回 リアクションの大切さ

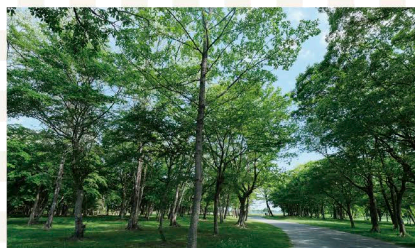
話をする相手が目を合わせてくれなかったり、リアクションがなかったりすると、不安に思うことはありませんか? 自分の話を聴いてくれているなど感じてもらうと、人は安心して話をすることができます。そのためには相手に視線を向け、うなずきながら聴くことが大切です。

昨今ではオンラインのコミュニケーションも増えていますが、近くにいないからこそ少し大げさにうなずいたりすることがより良い人間関係の構築につながります。

NLPプロフェッショナルコーチ 坂田 晃一

Utsumomiya Irodori Landscape
Mia
風景
▶ 豊かな森とアクティブな遊具が魅力の
「鬼怒グリーンパーク白沢」

コスモス畑や水上アスレチックで人気の「鬼怒グリーンパーク宝積寺」と鬼怒川を挟んで宇都宮側にあるのが、「鬼怒グリーンパーク白沢」。広大な敷地にはテニスコートやサッカー・野球などができる多目的広場があり、それらに関わる人には馴染みが深い場所ですが、子どもが遊べる公園としては意外と穴場。緑が美しい森を抜けた奥にはダイナミックな遊具もあって、本当にのびのびゆったり過ごせる公園です。6月上旬はちょうどポピー畑が咲き揃う時期。晴れた休日、広い広い空の下で、思い切り深呼吸してみてください?



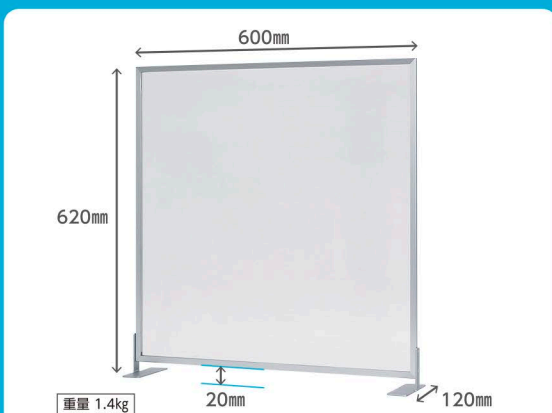
鬼怒グリーンパーク白沢
宇都宮市白沢町 1006-6 ☎028-671-4440

飛沫防止対策の決定版!

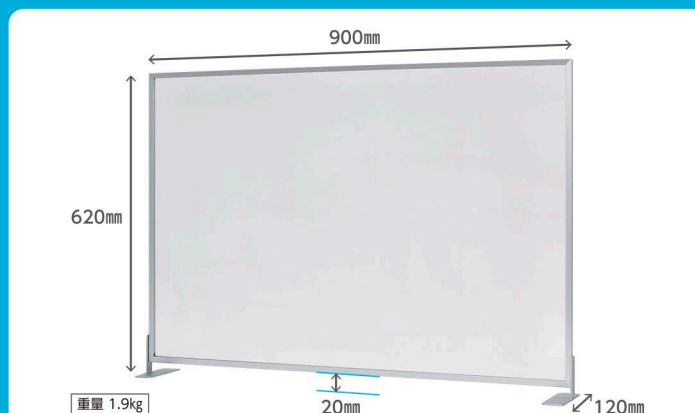
アクリル仕様 卓上パーテーション

飛沫防止策の簡易タイプ 卓上間仕切り

正面や隣接に1枚での設置や、組み合わせてパーソナルエリア作りもできます。オフィスや商談スペース、飲食テーブルなどで手軽に設置できます。



サイズ 600×620mm 本体価格 9,200円(税込10,120円)



サイズ 900×620mm 本体価格 9,800円(税込10,780円)

組立不要
掃除も簡単

オフィスにも



飲食店にも

※写真は使用イメージです。実物とは異なります。

お問い合わせ

下野新聞
グループ



栃木ダイレクトコミュニケーションズ(株)

〒320-0032 宇都宮市昭和1-8-11 下野新聞社内
☎028-688-7850 [平日9:00~17:00]

一日一組限定、一棟貸切。

日光松原の宿

而今
jicon

nikko-jicon.jp

project by Sustainable DESIGN office Co.,Ltd.

高断熱と
無垢材でつくる
無添加住宅。

maru-chon DESIGN office

maru-chon.com

庭木1本から承ります!

お客様との約束

- 庭木1本より明瞭料金
- 土日でもお受けいたします
- トイレはお借りしません
- お茶などはご遠慮します

「Mia」を見てと伝えると

生垣剪定
幅1m高さ2m
通常 2,200円を
先着10名様 **1,100円** (※税込)

【宇都宮店】宇都宮市西川田町 1067
【栃木さくら店】さくら市フィオーレ喜連川 5-2-1
【鹿沼店】鹿沼市上石川 1643
【小山店】小山市羽川 315

気軽に頼め、対応はスピーディ!
納得料金のお庭サービス会社

ガーデンエクスプレス
営業時間/9:00~17:00
0120-61-4128
ガーデンエクスプレス 検索

follow me!

Mia

Instagram 始動!!

#mia #ミア #栃木 #宇都宮 #おでかけ

現在フォロワー 300人
まだバズったことはありません。。

11月から徐々にスタートしました

Miaの紙面に掲載できなかった写真もアップしています。
Miaを持っていないくても、出先でお店を
ちょっと決めるときなどに役に立ちます
こちらからチェックしてみてください!

気に入って頂いたらフォローをお願いします!

@mia_shimotsuke

住まいにもっと、あなたらしさを

ONOA 宇都宮宝木リフォームショールーム リフォーム&増改築

OPEN1周年 大感謝祭

限定特典 ご来場全員プレゼント

STYLE JAPAN 土佐龍さん
ひのき入浴剤 1家族様1個
四万十川のひのきの香りが楽しめます。

事前来店予約プレゼント
商品券 最大1,000円分
プレゼント!!

スマートフォンの方 読み込んで下さい
お電話の方 0120-56-3215

ONOA リフォーム & 増改築

ご来場お待ちしております。お気軽にお越しください。

リフォーム 相談無料・見積無料
何でも大相談会

6月 3日間限定開催
イベント開催時間 10:00~17:00
5・6・7 土・日・月

限定特典 見積依頼プレゼント

宮本家 さん
茅乃舎だし 1家族様1個
国産の焼きあご、かつお節、うるめいわし、真昆布の素材を粉末にした家庭用本格だしをご用意しました。おうちで本格的な味を楽しめます。ぜひご賞味くださいませ。

限定特典 ご成約プレゼント

北の大地を代表する逸品をご家庭で美味しくご賞味ください!
北海道グルメギフトカタログが貰える!
ご成約金額に応じて、選べる北海道グルメギフトカタログをプレゼントいたします!

100万円以上 → 1万円分
300万円以上 → 2万円分
500万円以上 → 3万円分

【水廻り特価品】
キッチン・お風呂
限定特別価格!! 最大70%OFF

イベント限定大特価LDKリフォームパック
16帖LDK リフォームパック イベント特別価格
商品+基本工事 コミコミ 190万円 (税込209万円)

駐車場有り

ソフトバンクさん
トヨタカローラさん
ケンタッキーさん
アクロスプラザ宝木
とりせんさん
オノヤショールーム
栃木トヨペットさん

住まいにもっと、あなたらしさを

ONOA 宇都宮宝木リフォームショールーム
栃木県宇都宮市細谷町2602

お問合せご相談は 受付/10:00~18:00
0120-56-3215

WEBサイト
オノヤ 宇都宮
https://onoa.com/tochigi/

前日までの事前予約で
商品券 最大1,000円分
ご来店予約プレゼント!

読み込んで下さい
QRコード