



私の街、私の暮らし タウン情報紙「Mia」
宇都宮の中心部に104,400部発行

次号発行は9月18日です



日本ABC協会加盟紙
(新聞雑誌部数公査機構)

◆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
9・4
TAKE FREE

vol.55

タウン情報紙 Mia(ミア)



ル・ミロン 食パン

宇都宮戸祭店・鹿沼あぜみち店

住 宇都宮市戸祭 3005-2
☎ 028-680-5857
営 10:00~19:00
休 不定休 P 有り

「Mia55号を見て」と声がけの上、合計500円以上
ご購入の方に限り10%割引サービス。

(有効期限 2021年9月末ご利用分まで)

毎日、当たり前においしい
私たちの暮らしに寄り添う
こだわりの食パン専門店

時間がたっても焼き立てのおいしさを楽しんでもらえるようにと、通常より小さなパン型を使用している食パン専門店「ル・ミロン 食パン」。毎日食べても飽きのこない、高級カナダ産小麦を100%使用した「プレーン食パン(1斤324円)」は、もっちり、しっとりの味わいが大人気。そのほか高級レーズンをたっぷり練り込んだ、写真の「レーズン」や、食べ応え抜群の「チェダーチーズ」などの定番商品だけでなく、月替りの商品も(9月はチョコバナナ)。「プレーン食パン」は10時から15時まで毎時間、ほかは種類により焼き上がり異なるので、事前チェックがおすすめ。



10/31(日)まで
おそうじ本舗
水まわりクリーニング
お得キャンペーン
対象メニュー 各1,100円 OFF
▼適用後の価格はコチラ▼
浴室 15,400円 キッチン 17,050円
トイレ 8,800円 洗面台 8,250円
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!

2021年9・10月限定
完全予約制!

軽自動車
オイル交換実施中!
平日(10日まで)なら
通常価格4,076円のところ ※ピクシスの場合
ふな
特別価格 **2,700円**
トヨタ純正オイル使用
※貨物車は除きます。
(工賃込み)

オリジナルキャラクター
カロぶな

コペン GR SPORT 5MT
(0.66L・2WD・2人乗り) 車両本体価格 **243.72万円**(税込)

カローラ栃木
からのお願い



【医療現場の負担増加防止のため、安全運転のお願い】

私たちカローラ栃木はお客様により安心して安全にお車にお乗りいただき、交通事故による死傷者の数を減らしたいと考えています。特に、新型コロナウイルスへの対応が大変な今だからこそ、交通事故の発生で医療従事者の皆様に負担をかけてしまうことはできるだけ避けたいところです。そこで皆様も、ご賛同いただけるようでしたら、お車で必要最低限の外出をされる際も「車間距離をあける」「スピードを出しすぎない」「見通しの悪い交差点で停止する」など、いつも以上の安全運転をしていただけますよう、心よりお願い申し上げます。

【営業時間変更とお客様へのお願い】

新型コロナウイルス「緊急事態宣言」に伴い、営業時間を9:00~18:00に変更しております。ご不便とご迷惑をお掛けしますが、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。 ※すでにご予約済みのお客様は18:00以降でも対応いたします。

※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8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→



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。





輝く街の きらリスト

誰かの小さな勇気になる音楽を目指して
バイオリン兼フィドル奏者 榎谷結実枝さん

心にそっと寄り添う、ぬくもりに満ちた弦の音色。小さなミュージックバーや野外イベントなど、さまざまな場所で耳にする、このバイオリンの旋律を奏でるのが、バイオリン兼フィドル奏者として活躍する榎谷結実枝さんです。「できなかったからこそ、今がある」そう、しなやかに強く生きる榎谷さんに、お話をお伺いしました。

—バイオリンを始められたきっかけは？

「幼稚園のお友達がクラシックバイオリンを習い始めたのをきっかけに、自分からやりたいと言ったそうです。クリスチャンだった両親の影響もあり、教会音楽にふれる機会も多く、それが自分の音楽のルーツにもなっています」

—バイオリンはずっと続けてきたのですか？

「いえ、じつは2度、離れた時期があって(笑)。1度目は高校生のとき、難曲をうまく表現できなくて挫折してしまいました。結局、音楽ではない大学に進学。オーケストラ部に入部し、再開したんですけれど、2度目は就職して忙しかったのが理由ですね」

—今は主にどのような活動を？

「以前の勤め先の楽器店で知り合った仲間に誘われ、北欧の伝統音楽を知り、再び演奏するようになりました。現在はソロで演奏活動や、レッスンも行っているのですが、挫折した経験があるからこそ、うまくいかない生徒さんの気持ちを分かちあえられるし、克服できる術を教えてあげ



ることもできる。あの時もし私がバイオリンを続けていたら、上達して、いいプレイヤーになっていたかもしれないけれど、逆にそれができなかったからこそ、今があるんじゃないかなとも思えます」

—今年、1stアルバムをリリースしました —いかがでしたか？

「コロナ禍でライブ活動が難しくなり、焦った時期もありましたが、この時間を創作の時間に使い、自分から発信していけばいいって気付けたんです。最低限の機材をそろえて、いろんな方に協力してもらいながら、自分の力で制作した1枚です。どこかの誰かの光になれるように、小さな勇気になれるように。そんな思いを込めました。バイオリンとアコースティック楽器が醸し出す、美しい旋律をお楽しみいただけたら幸いです」



榎谷結実枝さんの1stアルバム「光」のご購入は、HPまたは取り扱い店で。詳細はHPをご覧ください。動画配信サイト「YouTube」にて、発売記念ライブ動画も公開中です。
●公式HP
<https://yumie-kushitani.jimdosite.com>

4

何料理、と言いきれないのがtokoの魅力 居心地の良いお店で、おいしいものをどうぞ



「栃木県産ポークソテー＆特製ハンバーグのコンボ(サラダ、ごはん、スープ又は味噌汁付) 1,430円」。



トコ toko

住 宇都宮市東町316-5 ☎ 028-661-0788
営 11:30~14:00 (L.O.13:30)
18:00~22:00 (L.O.21:30)
休 月曜・第2日曜
席 カウンター13席、テーブル26席
P 5台 HP <https://toko.kitchen/>



左：山形の YellowMagicWinery が生産している自然派ワインは弾けるような旨味感を楽しめる(2,530円〜)。キャンプのお供にもおすすめ！
右：日光の酒米「夢さくら」と日光の伏流水で作った「鳳凰美田 NIKKO 1,980円」は地元の特色を出した逸品。



飲む、贈る、生産者のストーリーを知る お酒を楽しむ暮らしの入口がここに

この地で酒屋を営んで55年。「気軽にお酒を楽しむ暮らしを提案できたら」と語る店主夫妻のセンスは、酒屋のイメージをガラリと変えるもの。ワインや日本酒などをおしゃれなぬぐいで包むスタイルは贈り物としても喜ばれ、食器や酒器、ボトルがぴったりのバッグなども選べる店内のディスプレイはまるでセレクトショップのようです。

もちろん好みや希望を伝えれば、豊富な知識でぴったりのお酒を勧めてくれるのもありがたいところ。そのお酒の生産者さんや土地へのリスペクトも含め、お酒のストーリーやこだわりを聞くのもとても楽しい！お酒をもっとおいしく、ちょっと豊かに、楽しむ気持ちになれるお店です。

5

かしわじ酒店

住 宇都宮市御幸本町4558-12
☎ 028-661-0049
営 9:00~20:00 休 日曜 P 3台
HP Instagram @kashiwaji_store_official

ジーナホーム 地熱の家 GEO POWER SYSTEM

エアコンがないのに！ 夏涼しく 冬暖かい家

地中熱を利用することで、
冷暖房費が約50%削減

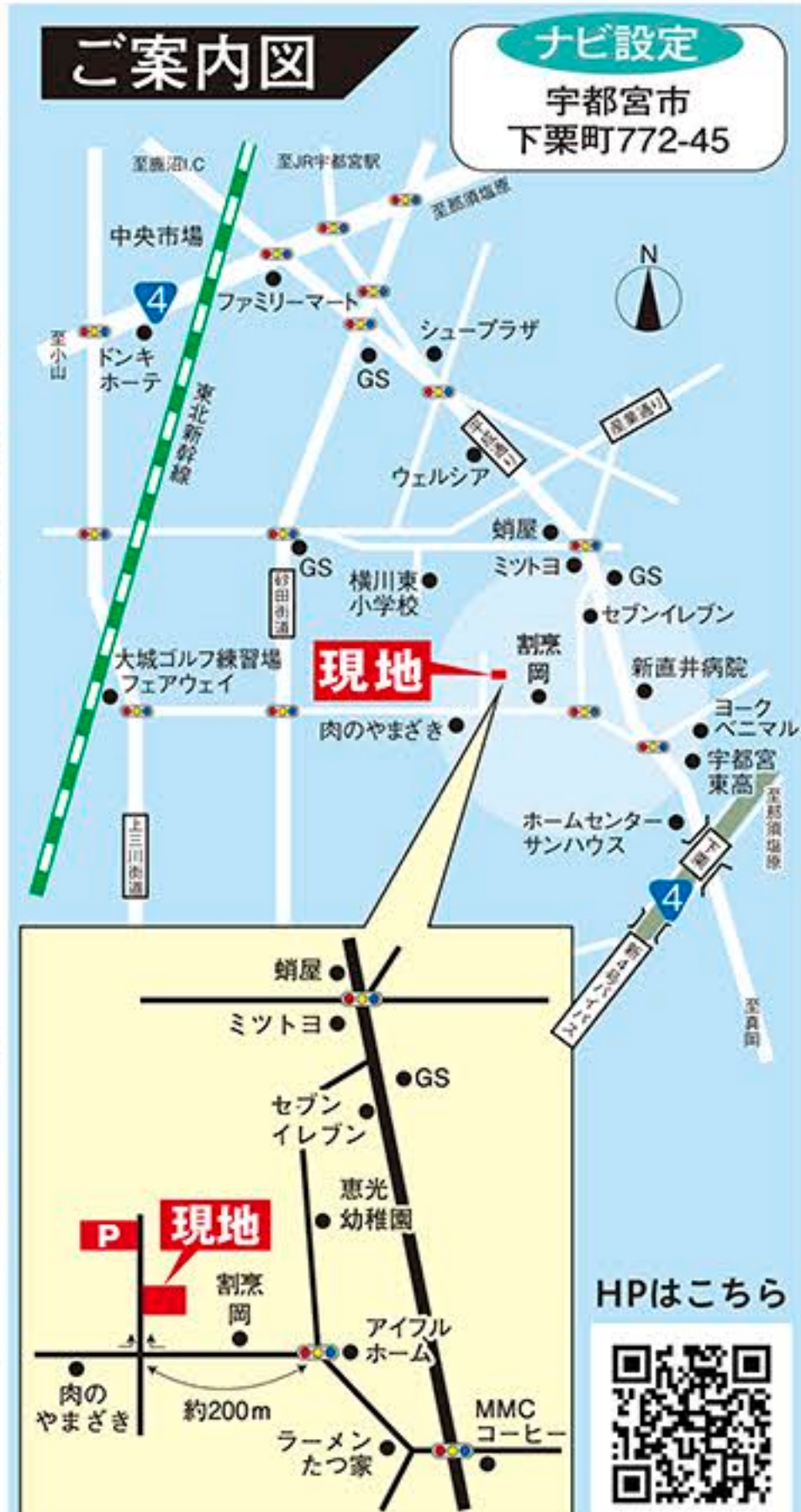
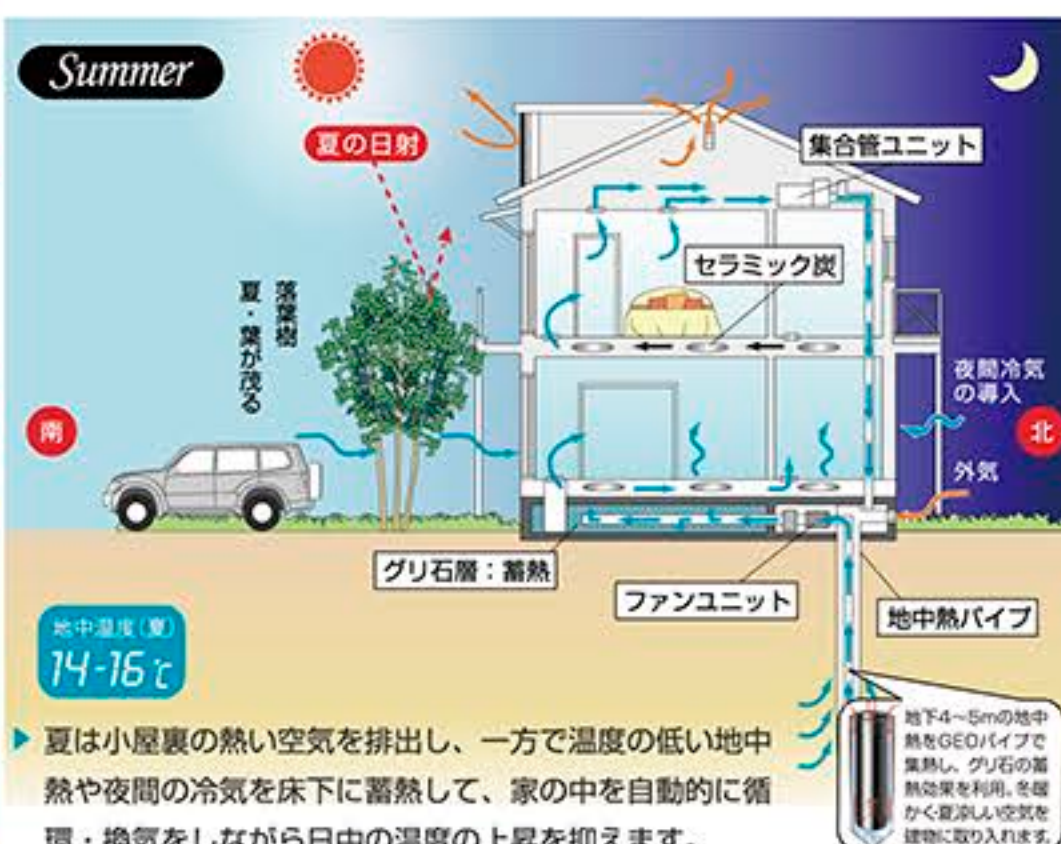
完成現場！ 9/4(土)・5(日)
夏の体感見学会 am10:00 ~ pm5:00

ジオ・パワーシステム「地熱の家」とは

地下4m~5mの地中熱は、年間を通して15℃~18℃と約年間の平均気温で安定しています。あの・・・井戸水のように「夏冷たく・冬温かい」自然の爽やかな、涼風を家中の至るところに循環させる、「自然冷暖房空調システム」です。「ジオ・パワーシステムの地熱の家」は無尽蔵な自然エネルギー地中熱を利用することで、「光熱費を約50%削減」することが出来ます。次世代(子供たち)の為の環境(地球)を考えると、「電気を上手に使う家 ~ 電気を使わない家へ」と、さらなる取り組みが必要です。「ジオ・パワーシステムの地熱の家」は、「省エネで人と環境にやさしい地中熱エアコンの家」です。

6つの特徴

- ◆自然エネルギー「地中熱」を利用して徹底省エネ。
- ◆水の浄化作用で花粉・ハウスダスト・ホルムアルデヒドなどを除去。
- ◆セラミックの調湿・消臭・マイナスイオン効果で、疲労回復・アレルギー体質などの方に健康的な生活を提供。
- ◆冷房病の予防や体温調節など自然治癒力の向上を図りたい方に健康的な生活を提供。
- ◆年間を通して、各部屋ごとの温度差をなくしヒートショックを無くします。
- ◆CO2を削減して、家族が健康に暮らせる住環境と地球温暖化防止に貢献。



当日は、新型コロナウイルス感染防止対策のため検温・アルコール除菌を行っております。お客様にはマスク着用のご協力をお願いいたします。

特許工法GEOパワーシステム [ジーナホーム]
GEENA HOME

ジーナホーム株式会社
☎028-656-1233
〒321-0923 宇都宮市下栗町2301番地8
[ジーナホーム] 検査室



Life here Utsunomiya あなたの暮らしを豊かに便利に！

街 ロードバイクで街巡りを楽しもう

アジア最高位の自転車ロードレース「JAPAN CUP」の開催地、そしてプロチーム「宇都宮ブリッツェン」の拠点地でもある宇都宮は、「自転車のまち」としても有名です。宇都宮駅西口にある「宮サイクルステーション」は、自転車利用者のための施設。サイクルライフを充実させてくれる便利な街のスポットを、駅長の泉匠さんにご紹介していただきました。



●「宮サイクルステーション」は一体どんなところですか？

「通勤や通学で自転車を利用する方や、市外から訪れるサイクルスポーツファンの方が、より快適に自転車を楽しめるサービスやご案内をさせていただいています」

●どのようなサービスがありますか？

「ロードバイクをメインにレンタサイクルを行っています。ロードバイクを試してみたい方や、観光や仕事でいらっしゃった自転車好きな方に、サイクリングで街巡りを楽しんでいただいています。自転車修理やトイレ、休憩スペースも無料でご利用できます」



●レンタサイクルについて教えてください。

「料金は、4時間以内は510円、1日は1,030円です。シャワーとロッカーは、それぞれ100円で利用ができます（レンタサイクル利用の方は、各1回限り無料で利用可。障がい者の方はすべて無料）」

●初めてロードバイクに乗る方にアドバイスををお願いします。

「お時間がある方なら事前予約をしてくだされば、講習会を行いますので、お気軽にお問い合わせください。また、サイクリング中のパンクの際は『サイクルレスキュータクシー』もあるのでご安心を（別途料金・エリア条件あり）。駅内には、サイクリングマップもご用意しています。ロードバイクで、宇都宮の新たな魅力を再発見してみませんか」



取材協力：宮サイクルステーション／宇都宮市川向町1-48

☎028-627-3196 <http://miya-cyclestation.jp>

住 自分に合うイスの選び方

リモートワークや趣味など、以前に比べて自宅で過ごす時間も増えたことと思います。そこで気になるのが、長時間座り続ける「イス」の存在。長く快適に座り続けられるイス選びのポイントを、老舗家具店「自然と、家具とワインを。亀田屋」の亀田寛さんに教えていただきました。

「実際に長時間座ってみて、ご自身が疲れないイスを選ぶことが、理想的なイスの選び方ではあるのですが、なかなかそうはいきませんよね。したがって“疲れにくいイス”であるための、確かな根拠を示すデータや裏付けを目安にすることがポイントになると思います。例えば人気メーカーの「カリモク」は、人間工学に基づく座り心地を追求した製品づくりが魅力。背もたれも健康的な姿勢を保てるよう、人間の背中のカーブに合わせた構造なので、疲れにくいものとなっています。ひじ掛けがあると、より体もリラックスできるでしょう。長時間座るだけでなく、長い年月をかけて座り続けられる愛着ある一脚を選ぶことも大切ですね」



取材協力：自然と、家具とワインを。亀田屋／宇都宮市川田432
☎028-656-3464 <https://www.kamedasangyo.co.jp>



健康づくりに一役！「柿酢」の魅力

日本には穀物や米、りんごなどさまざまな種類のお酢があります。なかでも近年、注目を浴びているのが、柿で作られる「柿酢」。今回は、こだわりの柿酢を生産・販売している「株式会社リバーケレス」の伊藤由紀さんに、柿酢の魅力についてお話を伺いました。

●柿×酢で健康に

柿には、ポリフェノール、ビタミンC、カリウムなどの栄養成分が豊富に含まれています。この柿と、酢を組み合わせることで、さらに栄養成分がアップ。血圧を下げる、脂肪の蓄積を防ぐ、心臓病予防や疲労回復、抗ストレス作用など、さまざまな効果が期待できます。



●柿酢は万能調味料

柿酢は、普段の料理にも取り入れやすいお酢です。酢の物や寿司飯はもちろん、ノンアルコールドリンクとして楽しんでいる方も。和洋中どんな料理にもなじみ、毎日の健康酢として愛飲できる柿酢は、大切な人へのギフトにもおすすめです。

取材協力：株式会社リバーケレス「ハリヨの柿酢」／<https://kakivinegar-haliyo.com>

中学生サポートクラブ 中サポ

「下野新聞の 中学生サポートクラブ」会員特典

会員になれば**無料**でもらえる！
会員登録も無料！ 会員特典も無料！ 年会費も無料！

■「中サポ」会員には特別会員と一般会員の2種類があり、受けられる特典は異なります。※下野新聞販売エリアは栃木県内と茨城県の一部地域です。

特別会員 全て無料

下野新聞販売エリア内に居住する中学生で、下野新聞を購読していただいている方(世帯)または、新規で購読していただける方

一般会員 申込月の1と2が1回もらえる

下野新聞販売エリア内に居住する中学生なら誰でも入会できます。メルマガ配信も受けられます

1 下野新聞オリジナル中1・中2・中3生[5教科]「中学生学力アップ問題集」+「解答・解説」

中学1年生から3年生までの問題が1冊に！
自主学習に便利な解答・解説は別冊



新1年生のみんなは解ける問題から解いて、自主学習にしよう！
コツコツ解いていくことで実力になるぞ。間違えた問題は別冊の解答・解説をみて復習しよう。それでもわからないときは中学校の教科の先生に聞いて教えてもらおう。学年が違うので解けなかった問題は来年解いてみよう！
※4月配本(5月号)から1月配本(最終号)までの年間10冊

2 中学生を応援する情報紙 中サポ通信

アンケートで人気の記事「教えて！先輩」や「読書の達人」など高校の先輩たちの声が聴けるぞ。先輩たちのいろんな声を聞いて、受験校選びの参考にしよう。3年間読むと受験の傾向と対策もばっちりだ！



3 栃木県内の中学生の約8割が受験！信頼できる合格判定!! 「下野新聞模擬テスト 解説動画」

下野新聞特別講師陣が動画で分かりやすく解説。何度でも見直して、自分のペースで学習できる！



※解説動画は無料で利用できますが、バケット代(通信料)がかかります。



※上記は令和2年度の特典です。変更になる場合もございます。

好評
受付中!

新規会員募集中!

簡単検索! 中サポ 検索
<https://chusapo.chusapo.jp>

下野新聞社 販売部 中サポ係
〒320-8686 宇都宮市昭和1-8-11 TEL 028-678-3131



Mia 読者プレゼント!!

応募締切 9月15日(水) 必着

5名様

とちぎゆめポーク
とんてき (100g×5枚)

とちぎゆめポーク



とちぎゆめポーク

「とちぎゆめポーク」は、指定農場・指定飼料にこだわり、美味しさを追求した栃木のブランド豚肉です。旨味成分のオレイン酸が一般豚より多く含まれており、舌触りや口どけがまろやかで、サンが入りやすいのが特長です。

インターネット通販サイト「JAタウンとちぎ新鮮倉庫」でも絶賛販売中です。

提供：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

とちぎゆめポーク

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。

提供：JA全農とちぎ

10名様

猫雑貨専門店猫の手さきオリジナル
「CAT MEETING」トートバッグ

かわいい猫たちの「秘密集会」の様子がプリントされた、キャンパス生地トートバッグ! A4ファイルもすっぽり入る大き目サイズ、持ち手長め、マチ付きです。これからの秋のお出かけ、お買い物など、いっしょにいるんところへ連れて行ってあげてください!

提供：猫雑貨専門店猫の手さきオリジナル

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
☎028-688-7850
FAX.028-688-7851



Mia's cooking

delicious and fun!

今月のレシピ

とちぎゆめポークを使って
マッシュポテトの豚肉巻き

調理時間 約20分

＜材料＞2人分

- ・とちぎゆめポークモモスライス… 250g
- ・塩・こしょう …… 少々
- ・じゃがいも …… 2個
- A バター (常温に戻す) …… 30g
- A 牛乳 …… 1/4 カップ
- A 塩・こしょう …… 少々
- ・小麦粉 …… 適量
- B しょうゆ・みりん・酒 …… 各大さじ1
- B 砂糖 …… 小さじ2
- ・油 …… 適量

じゃがいもと豚肉の
相性がバツグン!

レシピ提供: JAふれあい食材

1人分あたり

カロリー 360kcal
塩分 2.9g

＜作り方＞

- 1 じゃがいもは皮をむいて茹で、水気を切って熱いうちにマッシャー等を使って潰す。
Aを入れて混ぜ合わせ、肉の枚数分の数に分けて俵型に握る。
- 2 豚肉を縦に広げて塩・こしょうをし、①のをせて巻き、薄く小麦粉をまぶす。
(残りも同様に巻いていく)
- 3 フライパンに油をひいて熱し、②の巻き終わりを下にして転がしながら焼く。肉の色が変わり火が通ったら器に盛り付ける。
- 4 ③のフライパンをさっと綺麗にし、
合わせておいたBを入れて少しとろみがつくまで煮詰め、③に回しかける。

pickup
Books

落合書店 宝木店
宇都宮市宝木町1-3-135
☎028-650-2211 <http://www.ochiai-bc.co.jp>

残像に口紅を



著者: 筒井 康隆 発行: 中央公論新社 本体価格: ¥817(税込)

「あ」が使えなくなると、「愛」も「あなた」も消えてしまった。世界からひとつ、またひとつと、ことばが消えてゆく。愛するものを失うことは、とても哀しい…。言語が消滅するなかで、執筆し、飲食し、講演し、交情する小説家を描き、その後の著者自身の断筆状況を予感させる、究極の実験的長篇小説。

花束は毒



著者: 織守 きょうや 発行: 文藝春秋 本体価格: ¥1,870(税込)

「結婚をやめろ」との手紙に怯える元医学生の実壁。彼には、脅迫者を追及できない理由があった。そんな実壁を助けた木瀬は、探偵に調査を依頼する。

罠、また罠。新鋭による戦慄ミステリーの傑作。

Mia Instagram をフォローして
新米とちほのか が当たる!

Mia公式アカウント@mia_shimotsukeをフォローして、「新米とちほのか」が当たる!」の投稿にコメントしていただいた方の中から抽選で5名様に栃木県産コシヒカリ新米「とちほのか」5kgをプレゼントいたします。

◆ 応募方法

1. InstagramでMia公式アカウント (@mia_shimotsuke) をフォローしてください。
2. Mia公式アカウントの「新米とちほのか」の投稿にMiaを読んだ感想などコメントしてください。*事務局が不適切なコメントと判断した場合は、応募対象外としコメントを削除します。

◆ 当選発表

Mia公式アカウントにて9月21日(火)に「当選者発表」を投稿します。当選者のアカウントをタグ付けしますので、9月26日(日)までにDMでプレゼント送付先(住所、氏名、電話番号、性別、年齢)をご連絡ください。*ご記入いただきました個人情報は賞品の発送のみに利用いたします。

follow me!



フォローを
お願いします!
@mia_shimotsuke



栃木県産コシヒカリ

とちほのか

プレゼント提供 JA全農とちぎ

応募締切 2021年9月15日(水) まで



問い合わせ: 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

Coupon⁺

Mia's Information

身近でお得な情報をご案内!!
嬉しいクーポン付♪

日本仲人協会 宇都宮中央支部

結婚が決まる婚活を支援!

プロのカウンセラーが貴方に合った最短での成婚術をお教えます。料金は安心の定額制。WEB、対面お見合いも何度でも可能です。先ずはお問い合わせください。

日本仲人協会 宇都宮中央支部
☎028-611-3223

宇都宮市江曾島町1056-14
Idealサロン内
⑨ 9:00~20:30
⑩ 不定休



Re:0 (リゼロ)

雑貨一つでうち時間に楽しさを

雑貨・委託販売のお店です。雑貨は注文も承ります。ハンドメイドコーナーが好評のため、ハンドメイド作家様追加募集中です。今後、ワークショップの開催も予定しております。駄菓子販売もあるのでお子様のご来店もお待ちしております。

Re:0(リゼロ) ☎028-348-2353

宇都宮市中今泉2-7-19
⑩ 10:00~19:00
⑩ 不定休



店内商品 10%OFF
(駄菓子・一部商品除く)

●本券1枚につき1回限りの有効
●他のクーポンとの併用不可
●お会計の際に本クーポンをご提示ください。有効期限/2021.10.31

Apple専門店がFKDインターパーク店にオープン!

iPhoneやMac、iPad、Apple Watchなど最新のApple製品と周辺アクセサリを取り扱う専門店「C smart」が北関東で初めて、FKDインターパーク店内にオープン。

Appleのことを熟知した専任スタッフが常駐し、ユーザーのニーズに的確で細やかなアドバイスでお応えします。全てのApple製品を取り揃え、新商品がいち早く店頭で並ぶことも魅力です。

Apple製品を便利に、さらに快適にご利用いただくために、初期設定やiPhoneデータ移行、レッスンなどの有料サービスをご用意しています。

購入時の設定から、製品に関するトラブルやお悩みまで。Apple製品の初心者でも安心して、コアユーザーも納得できるサービス、サポートが受けられるApple専門店です。



C smart FKDインターパーク店

宇都宮市インターパーク6-1-1
⑩ 10:00~20:00
⑩ 不定休 ☎028-612-4390



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) ☎028-688-7850
宇都宮市昭和1-8-11下野新聞社内 【受付時間】月~金 9:00~17:00

お肌の悩みなど個別相談お任せください!

築瀬町で愛され33年のPOLA esty・アイトワショップ。オーナーを始めとする30代~70代の女性スタッフ6名が在籍。大型店舗では、人目が気になって相談がしにくいと感じている方など、同店では個別でお話しをお聞きしますので、

お肌のお悩みをじっくり相談することができます。エステメニューもありますので、お肌のトータルコーディネートをお願いしてみたいかがでしょうか。まずはお肌のお悩みのご相談と無料サンプルをお試ください。



POLA esty・アイトワショップ

宇都宮市築瀬町1773-1
⑩ 9:30~18:00
⑩ 日曜・祝日 ☎028-632-8379

日本製 ペン型 携帯アルコール除菌スプレー

外出時の「気になる」にシュッとひと吹き



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

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薦めです。

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)

【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

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。

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)

Mia de kirei

第26回

【ヘアケア】コロナ禍だから、セルフにしちゃう!?

アドバイザー:ヘアスタイリスト えいこさん

読者の方から寄せられた「コロナ禍で思うように美容室に行けない」とのお悩み…だよねー、カラーもストパも、できればセルフでキレイな髪にしたいよねっ。さっそく美容院に行かなくてもキレイなヘアを保つコツを、ヘアスタイリストえいこさんに聞いてみました。

ツヤと清潔感重視のセルフケア

「そういう人、多いよ〜」と苦々しい表情を見せたえいこさん。コロナ禍で美容院に行く回数を減らしている人は多く、セルフでカラーリングやストパを繰り返し、結果、パッサパサのダメージヘアをもてあまして「何とかして〜」と美容室に駆け込む人も増加中とか。「カラーリングが初めてなら泡タイプなど使いやすいカ



ラー剤で染めるのがお勧めだけど、気になる生え際や後頭部のカラーリングは技術が必要。カラートリートメントで気になる部分の白髪を少しずつ目立たなくして、全体の艶感やスタイリングで清潔感を出すのがベ

スト」とのこと。同じカラー剤を使っても、毛質やダメージの状態によって色の入り方や仕上がりがまったく違うので、色選びは慎重に。まずは部分的に染めて、色合いを確かめてみる方法がいいそうです。

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 **84.5%**
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

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)

▶男体山と中禅寺湖を臨む絶景! 約30分の登山の先にある「半月山展望台」



宇都宮市内からもいつでも見ることができる男体山の、全く別の表情を楽しむことができるのが「半月山展望台」。立木観音で名高い「中禅寺」を過ぎその先へくねくねと山道を進むと、一番奥の「第2半月山駐車場」にたどり着きます。そこから20分~30分山道を登ると、「半月山展望台」に到着! 青々と水をたたえる中禅寺湖と雄々しい姿の男体山、手前から男体山へ向かって伸びる「八丁出島」もくっきりと映える、まさに絶景を望めるスポットです。展望台への距離0.6kmと表示されており小さなお子



さんでもチャレンジできる山ではありますが、登り始めからなかなかの勾配で足元が悪い場所もあるので、最低でもスニーカーで登ることをおすすめします!

半月山展望台
問い合わせ:日光市観光協会 ☎0288-22-1525

編集部オススメの逸品!!



器の中に苔や溶岩、動物のフィギュアなどで小さな緑の世界を作り出す「花工房ひまわり畑」の「苔ボトル」。1ヶ月に1~2回霧吹きでスプレーすれば、あとは容器の中の水分で生長していくのだとか。そばに置ける小さなグリーンを見て、ほっと癒やしのひとときを。

花工房ひまわり畑 instagram@yuri_himawaribatake
ワークショップなどの開催はInstagramでチェック!

Miaコラム 「人付き合いのコツ」講座

第11回「相手の価値基準を知ろう」

良好な人間関係を築くには、相手との信頼関係をつくる必要があります。そのためには価値基準の理解が重要です。こんな質問してみるといいでしょう。「~さんにとって〇〇で大切なことは何ですか?」。〇〇は「人生」「仕事」「結婚生活」など相手に聞きたい内容がいいでしょう。5問以上聞いた後、順番を付けてください。

後から出た答えが、意外とその人の一番大切な価値基準であったりします。そしてその価値基準を尊重しながら関わると、相手は「理解されている」と感じ、自然に関係性が深まっていきます。

NLPプロフェッショナルコーチ 坂田 晃一

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。



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
販売価格 145,200円(税込)

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



- 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

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]

庭木1本から承ります!



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

お客様とのお約束

- 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** (※税別)



【宇都宮店】宇都宮市西川田町1067 【鹿沼店】鹿沼市上石川1643 【小山店】小山市羽川315
【栃木宇都宮店】宇都宮市幕田町277 【栃木さくら店】さくら市フィオーレ喜連川5-2-1

見積
無料

営業時間 9:00~17:00

1本からの
お庭サービス

ガーデンエクスプレス

0120-61-4128

Miaは2019年4月に創刊し、今回で55号になります。表紙のグルメでは55店、「Mia de まちあるき」では250店以上のお出かけスポットをご紹介します。

最近、宇都宮に引っ越してきた方など、今まで発行したMiaを見たいと思ったらMiaのホームページにアクセス! 掲載する、カラーアーカイブを掲載しています。こちらよりご覧になれます! ▶



Mia 宇都宮

家サイトからモデルハウス見学予約でAmazonギフト券最大6,000円プレゼント!

CRTハウジング宇都宮西総合住宅展示場では、ご来場・ご見学される方に便利なサービス・プレゼントとして『モデルハウス見学予約でAmazonギフト券プレゼント』を開催中です。

プレゼントは初回見学予約のみとし、1社でご見学につき「Amazonギフトカード2,000円分」、最大3社までといたします。4社以降のご予約はプレゼント対象外となります。同一社で2回目以降のご予約はプレゼント対象外となります。見学予約はお申し込み日より最短5日後からご予約可能となります。プレゼントお

渡し時にはご本人確認の為、身分証のご呈示が必要です。ご家族一世帯一名様限りとさせていただきます。詳しくはHPをご確認ください。ゆっくり見学・しっかり相談なら見学予約がおすすめです! ぜひご利用ください。

9月18日(土)からは「秋の大住宅祭2021」を開催。「ちびっこかけっこ教室(19日)」や「宇都宮ブリッセン協力 補助輪卒業自転車教室(23日)」、「赤ちゃんハイハイレース(26日)」など、事前予約受付中です。詳しくはHPをご確認ください。ご来場お待ちしております。

待ち時間なし!
希望の時間に見学
モデルハウス
見学予約♪

今なら特典プレゼント

Amazonギフト券
最大6,000円分



ご予約は
こちらから



※本キャンペーンは㈱ライダース・パブリシティ宇都宮支店による提供です。本キャンペーンについてのお問い合わせはAmazonではお受けしておりません。㈱ライダース・パブリシティ宇都宮支店(028-634-7100)までお願いいたします。
※Amazon.co.jpおよびそれらのロゴはAmazon.com, inc.またはその関連会社の商標です。

宇都宮西
総合住宅展示場

住所: 栃木県宇都宮市細谷町753-3
開催時間: AM10:00~PM6:00
☎ 028-650-5081

公式サイト



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

創業86年・売上実績NO.1

秋リフォーム&増改築大総力祭

9月 3日間限定開催
イベント開催時間 10:00~17:00

4.5.6月

特典1 限定特典 ご来場全員プレゼント

いもくり佐太郎
第26回全国菓子大博覧会にて最高賞名譽総裁賞を受賞した絶品和風スイーツポテトです。
※無くなり次第終了とさせていただきます。

特典2 限定特典 電話・スマホ事前来店予約でプレゼント 前日まで

商品券 最大1000円分
事前予約がおすすめ!!
お電話の方はこちらから
0120-56-3215

特典3 限定特典 見積依頼プレゼント

茅乃舎だし
「御料理 茅乃舎」の料理長が国産の焼きあご、かつお節、うるめいわし、真昆布の素材を厳選し配合した本格だしです。2~3分煮出すだけで、手軽に本格的な味が楽しめます。

ONOA リフォーム & 増改築



リフォーム 相談無料・見積無料
何でも大相談会

特典4 限定特典 見積依頼大抽選会

日本全国のご馳走グルメで食卓を満喫しましょう!
美味い味覚を全国から
オノヤでも人気の高かった味覚を全国各地からご用意!!
リフォーム見積依頼で抽選会に参加し、是非ご賞味ください。

特典5 限定特典 ご成約プレゼント

選べるオプションプレゼント
フローリンググレードアップ・食器洗い乾燥機・浴室暖房機・カーテンなど、暮らしをもっと便利で快適にする商品などが選べます。ご成約金額で選べるオプション金額が変わります。
300万円以上 → 10万円分
500万円以上 → 20万円分
1,000万円以上 → 30万円分
※2021年10月31日(日)までに成約いただいた方で、2021年12月28日(火)までに工事完了できる方に限らせていただきます。ご了承ください。

事前予約がおすすめです!
お気軽にお電話・WEBサイトよりご予約下さい!



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://onoya.com/tochigi/>

前日までの事前予約で
ご来店予約
プレゼント!

商品券
最大1,000円分

