

# Mia

ミア

私の街、私の暮らし タウン情報紙「Mia」  
宇都宮の中心部に105,000部発行

次号発行は4月23日です

日本ABC協会加盟紙  
(新聞雑誌部数公費機構)

2022  
4・9  
TAKE FREE

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

vol.69

タウン情報紙Mia(ミア)



## 開放的な空間で楽しむ おしゃれ感たっぷりの 欲張りワンプレートランチ

中央郵便局向かいのカフェ&バー。広々とした店内には、カウンターやソファ席をゆったりと配置。窓を全開にすれば、より開放的な大空間となり、昼夜を問わず結婚式の二次会などにもぴったり！定番のカフェメニューから牛タンやハンバーグなどの肉料理まで、メニューも豊富に取り揃え、特に前菜3種とパンケーキ(またはマフィン)に、好みのメインをセレクトしたワンプレートランチは大人気。ハニーマスタードソースでいただく『ローストビーフプレート(1,200円)』は、おすすめ。(ドリンク・デザート別)



### アハビット キッチン A Habit Kitchen

住 宇都宮市中央3-2-4  
☎ 028-612-8178  
営 11:30~24:00 休 不定休  
P 近隣に提携コインP有(サービス券有)

「Miaを見て」と声掛けした方(グループ全員)に『本日のジェラート』をサービス(ランチメニューをご注文の方に限る)(有効期限 2022年5月8日)

異色の経歴を持つ若手実力派、華やかに競演。かつらみやじ

2022年4月26日(火) 18:30~

桂宮治 二人会 瀧川鯉斗

TICKET おひとり様(小学生以上) 特製 9,500円

※料金はおひとり様のお持ち帰り用お弁当 寄席・税金・サービス料込

ホテル東日本 宇都宮 チケット発売中 028-643-5500

オリジナルきんちゃくをプレゼント!

パッソを好きな色にぬって、オリジナルきんちゃくを作ろう!

※きんちゃくのプレゼントは小学生以下のお子さまに限らせて頂きます。  
※ぬりえは濃い色(マジックやクレヨンなど)でぬっていただいた方が、よりきれいにプリントでき、オススメです。  
完成したぬりえをお近くのカーローラ店までお持ちください。(4月末日まで)

パッソ 特別仕様車MODA"Charm" (1.0L・2WD・5人乗り) 車両本体価格 **161.7万円**(税込)

Photo: 特別仕様車MODA"Charm"(2WD) [ベース車両はMODA(2WD)]、ボディカラーの特別限定色水ワイト(W09)×ジョーリーピンクメタリック(R73) [XG7] (55,000円) トヨタミラー色はホワイト(W09)になります。165/65R14タイヤ×14.5Jアルミホイール、LEDフロントフォグランプ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。

完全予約制 毎月15日までの平日限定

軽自動車 オイル交換 実施中!

通常価格 4,076円のところ 特別価格 **2,700円**

トヨタカーローラ栃木

本社/宇都宮市上横田町798番地 0077-78-1233 https://www.corolla-tochigi.co.jp

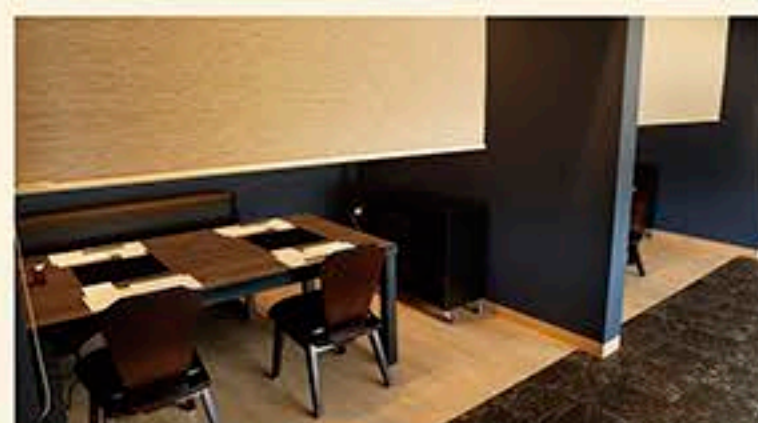


「とちぎ和牛レモンステーキ御膳 (3,300円)」旬野菜サラダ・小鉢・ご飯・汁物・香の物・有機豆コーヒー・デザート付

### とちぎ和牛ならではの繊細な味わいを上質な空間で

とちぎ和牛をはじめ全国から厳選した和牛の繊細な味わいを旬の食材とともに多彩な料理で味わえると評判の「肉割烹BENKEI」。中庭を囲むように配置された半個室のテーブル席や完全個室のお座敷席は、ゆっくりと落ち着いて食事が楽しめる上質な空間に。

「いつもより少し贅沢な昼食を楽しみたい」。そんな時には看板メニューのすき焼きやステーキを旬のサラダや小鉢とともに楽しめる「BENKEIランチ」がおすすめ。なかでも「とちぎ和牛レモンステーキ御膳」は上質なとちぎ和牛をレモンの効いた爽やかなソースでさっぱり頂けると女性客に人気です。



### 肉割烹BENKEI

☎ 宇都宮市西大寛2-5-23 ☎ 028-666-6001  
 営業 11:30~14:00 (L.O.13:30)  
 17:30~22:00 (L.O.20:30)  
 休 日曜 席 22席(全て半個室または個室)  
 2 6台(第二駐車場有)  
 URL https://wa-mitsuwa.com/news/benkei



「焼そばとスープ餃子セット (630円)」(画像は木曜日限定の目玉焼きサービス付)、「にらっこ焼餃子 (1人前) 330円」、「日光利餃子 (1人前 320円)」

### ボリューム満点! 熱々作りたてを味わえる

「麺々市場 (岡島製麺所)」は、大正9年創業の政木屋食品が本社敷地内で営業する直売店。ゆかりの深い岡島製麺所の製法を受け継いだ政木屋食品ならではの「こだわり」が光る焼そばや餃子を熱々作りたてで味わえます。テイクアウトももちろんOK!

なかでもせいろで蒸したコシの強い太麺が特徴の焼そばは、大塚ソースがよく絡みイカのだしが効いた昔懐かしい味わい。地産地消の具材がたっぷり入った「日光利餃子」と皮にニラを練りこんだ「にらっこ餃子」が2個ずつ入ったスープ餃子が楽しめるセットもおすすめですよ。木曜日には目玉焼きが付く嬉しいサービスも! (JAF会員さんにはいつでも)



### 焼そば&焼餃子 麺々市場(岡島製麺所)

☎ 宇都宮市住吉町13-10 ☎ 028-632-8090  
 営業 11:00~14:00 麺や冷凍餃子の販売は~17:00  
 休 日曜 席 11席(カウンター有) 2 10台  
 URL https://www.okajima-seimenjo.com

### 初心者対象 2ヶ月全8回 手結びのきもの着付教室

通常全8回 ¥12,000 → 受講料 ¥0!

■ 開講日時 (週1回の2ヶ月8回・同じ曜日)

- 4月生 — 水曜コース【開講日: 4月20日(水)】
- 5月生 — 月曜コース【開講日: 5月16日(月)】
- 6月生 — 金曜コース【開講日: 6月24日(金)】

A <10:30~12:00> B <14:00~15:30> C <19:00~20:30> ※1 講習90分

### カリキュラム

ゆかたの着方と半幅帯、普段着の着方、名古屋帯のお太鼓結び、フォーマルの着方、袋帯の二重太鼓結び(全て手結びで行います)

◎着物・帯・長襦袢の貸出有 (3,500円(税込)で全8回分ご利用になれます)

■ 受講料: 無料 ※但し教材費として6,900円(税込)必要

■ 定員: 各時間 先着5名 ◎開講日の一週間位前に受講券を送付 ☆「3密」を避け少人数・感染症対策の上で開催いたします。

【主催】彩きもの学院 宇都宮校 宇都宮市馬場通り2-1-1 メットライフ宇都宮スクエア3F (東武宇都宮駅から徒歩4分/「県庁前」バス停徒歩0分)



少人数 先着 5名



◎お申し込みは『Mia(ミア)』係へ!

☎ 0120-073005

・ホームページで24時間受付中! 彩きもの 検索

ホッと心が和む

### 陽西通り

.... YOSAIDORI ....



Mia de まちあるき

### オススメ

#### 新生活をそっと応援する一品と出会う

宇都宮駅に直結するバス通りとして栄える陽西通り。新生活を始める人も多い街です。期待と不安が膨らむ桜の季節、ホッと心が和む懐かしい老舗の味や手作りの温もりを感じるお店を紹介します。



※3月取材時の店舗情報を掲載しております。新型コロナウイルス感染症の状況により、内容が変更される場合があります。営業時間等の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。



「きまぐれスープ (880円〜)」、「きまぐれフォカッチャ (単品550円、スープセットの場合330円)」\*写真はニンジンのポタージュ

### 「きまぐれメニュー」でココロもカラダもほっこり

地元の新鮮素材や無添加にこだわる体に優しいスープやスイーツがメインの「喫茶〇〇とスープと……ネコ日和」。「誰かの安らぎの場所であれたら」と女性店主がその日、その時の想いを込めて作る「きまぐれメニュー」を楽しみに足を運ぶ常連さんも多いのだとか。気ままにのんびりと寛げる静かな居心地の良いカフェです。印象的な店名は、店主が好きな群ようこさんの著書にあやかってつけたそう。店内にネコはいないけれど周辺は静かな住宅地…。気まぐれな地域ネコちゃんに出会えるチャンスも多いとか。店内に並ぶたくさんのネコの本や雑貨のコレクションもかわいく、必見ですよ。



「本日のきまぐれパルフェ (935円〜)」\*写真はいちこのパルフェ

### 喫茶「〇〇(マル)とスープと……ネコ日和」

☎ 宇都宮市西大寛1-6-6 ☎ 12:00~21:00 休 木曜  
 席 12席(カウンター有) 2 2台  
 URL instagram @soup\_nekobiyori



◎お申し込みは『Mia(ミア)』係へ!

☎ 0120-073005

・ホームページで24時間受付中! 彩きもの 検索

暮らしの常識が大きく変わったいまこそ、ミサワホームの「蔵のある家」。

暮らしの常識が大きく変わったいまこそ、ミサワホームの「蔵のある家」。

暮らしの常識が大きく変わったいまこそ、ミサワホームの「蔵のある家」。

MISAWA

抽選で 全国限定1棟

新築資金 1,000万円プレゼント

応募期間 2022/4/1(金)~5/22(日)

対象商品 ミサワホームの新築一戸建商品

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。

当選発表日 2022/5/26(木)

スマートフォンでQRコード読み取り

キャンペーンの詳細・応募はホームページから!

www.misawa.co.jp/campaign/ 栃木ミサワホーム 検索

MISAWA 住宅事業部 0120-15-3302

FAX 028-633-9971

CHECK!

# Mia クチコミ情報局

読者さんが読者さんにお知らせしたい、いろいろなおすすめ情報をご紹介します!

おすすめ情報

## ~すまいポート21宇都宮本店~

大満足の住まいづくりをしたというTさんのクチコミを受けて、さっそく「すまいポート21宇都宮本店」へ!「設計コンペ」について、お話をお伺いしました。

Q.「設計コンペ」とは、どのようなサービスですか?

A. 住まいづくりを考えている方が建築会社を選ぶにあたり、お客様の予算やご要望に合わせて、最大5社の建築会社が、設計プランや見積りを作成し、提案してくれるサービスです。

① 希望条件・ご予算の相談

② 建築会社選定

82社の登録会社からコンペ希望の建築会社を最大5社選ぶことができます。予算や建築条件、間取りなどを踏まえて中立公平な立場の一級建築士がアドバイスします。

③ 建築会社との顔合わせ

建築会社がお客様の要望を詳しくヒアリングします。

④ プレゼンテーション

各社からプランやお見積りのご提案。

最大5社の提案を一気に比較することができます。

⑤ 建築会社決定

建築会社決定までおおよそ一か月から二か月。スムーズに進めることができるので、住まいづくりを何から始めれば良いか不安な方にも安心してご利用いただいております。

Q. 利用されたお客様からは、どのような感想をいただいていますか?

A. 建築会社のさまざまなプランを見比べることができるので、多くのお客様が「楽しい!」と、言ってくださいます。建築会社が1社に決まるまで、個人情報を開示しないのも、安心ポイントのようです。



最大5社から比較

一級建築士が付いてくれるので安心だし、我が家も設計コンペで建築会社を選びました!資金計画から外構まですべて相談できるので、マイホームを考えている方におすすめてです (宇都宮市・Tさん)



みなさんのクチコミ情報をお寄せ下さい!

- (1)クチコミ内容 (2)情報提供写真
  - (3)アイコン写真(なしでも可)
  - (4)ペンネーム
- 下記メールアドレスまで、皆様の情報をお待ちしております。

栃木ダイレクトコミュニケーションズ クチコミ情報局係  
☎028-688-7850 ✉info@tochigi-dc.jp

すまいポート21宇都宮本店

宇都宮市上戸祭2-1-30 ☎028-616-1511  
営業時間▶10:00~19:00  
定休日▶水曜日  
HP▶<https://www.sumai21.net>



設計コンペ提案



完成



世代を超えて愛され続けているお菓子「下野カスター(180円)」



## みんな大好き! 人気No.1は“下野カスター”

「日常にとけこむ“毎日食べても飽きないケーキ”を作っていきたい」と伝統の味を守りつつ進化を続けるコボリ洋菓子店。それを象徴する同店人気No.1のお菓子は、もちりふわふわのパフケーキに生クリームベースの特製クリームがたっぷり詰まった「下野カスター(180円)」。軽やかな優しい口当たりに思わず笑顔がほころぶ一品です。

ほかにも店内には、キュートなパッケージが印象的な焼き菓子やチョコレート菓子が豊富に揃い、ショーケースに並ぶケーキは旬の果実やチョコレートに彩られ、キラキラとどれも美味しそう。入園・入学のお祝いの席に、はじめましてのご挨拶にも喜ばれるお菓子が揃っています。

### コボリ洋菓子店

☎ 宇都宮市滝谷町2-9 ☎ 028-636-8204  
🕒 9:30~19:00 休 水曜・第1、3木曜  
\*4/4~8は臨時休業致します。  
📍 30台 📱 instagram @kobori1969



## 春を感じる手作り作品も続々入荷

昨年の夏、元今泉から京町に移転してきたハニーサックル。陶器やガラス細工をはじめ革や布製の小物、洋服など温もりあふれる手作り雑貨がギュッとつまった楽しいお店です。作り手は県内外に住む個性豊かな作家さん達。なかには店主と20年近いお付き合いの方もいるのだとか。作家さん達の素敵な掘り出し物に出会えるかも?!

3月中旬から春らしい作品も続々入荷中。メインテーブルにはリパティのヘアアクセサリや布製のコサージュの他、小鳥や花をモチーフにした貝殻アクセサリなど可愛い小物がたくさん。優しい色合いのリネンのワンピースやエプロンも着心地良さそう!



### 雑貨の店 ハニーサックル

☎ 宇都宮市京町12-12  
🕒 11:00~18:00 休 不定休(詳細はHPで確認)  
\*4月の営業日4、7、9、11、13、15、19、21、25、27、29日  
📍 2台 📱 <https://honeysuckle.green>



おしえます! /

# 1,000万円台で注文住宅を建てる方法

4/24 SUN 会場 すまいポート21宇都宮本店

参加無料 予約制 定員10組

※定員になり次第、締切とさせていただきます

### 1 一級建築士が教える家づくりセミナー

10:15~10:45

- ▶ 住宅業界に及ぶ新型コロナウイルスの影響
- ▶ 無駄のない間取りの作り方
- ▶ 収納の考え方

### 2 実際のプランも大公開! 1,000万円台の注文住宅プランを見てみよう!

10:50~11:50

### 3 個別相談会

12:00~

ご希望の方は建築士、建築会社、スタッフと個別に相談できます

共働き夫婦の家事動線を考えた「らく家事house」一日の家族の動きをシミュレーションしながら間取りをご提案

お申し込みはこちらから!

住まいのサポートセンター

## すまいポート21 宇都宮本店

TEL.028-616-1511  
〒320-0058 宇都宮市上戸祭2丁目1-30

# Life here Utsunomiya あなたの暮らしを豊かに便利に!

## 学 経験ゼロからプロにも?!チョークアートスクール

チョークアートは、1990年にオーストラリアの女性アーティスト、モニック・キャノン氏が考案した近代アート。そんなお洒落なチョークアートを学べるのが「スタジオパフィン」です。立体的でカラフルなチョークアートは、看板やウェルカムボードにぴったり!まさに今、注目されている習い事のひとつです。気軽に楽しめる初心者コースから、本格的にプロを目指す方のための資格取得コースまで「スタジオパフィン」では、たくさんの生徒さんがチョークアートを楽しんでいます。今回は「体験レッスン」をご紹介します。



●「体験レッスン」  
コース受講検討中の方向けのレッスンです。



【サイズ】15cm×15cm

【受講料】3,900円

【描くデザイン】ドリンク

【所要時間】1.5時間

【持ち物】特になし。服装は汚れてもいいもので。

●レッスン内容

- ①転写シート(写す紙)を使って絵を黒板に写す。
- ②オイルパステルで色をいれていく。
- ③最後にスプレーでコーティングして完成。

※出来上がった作品は当日、持ち帰りできます。

●講師からのメッセージ

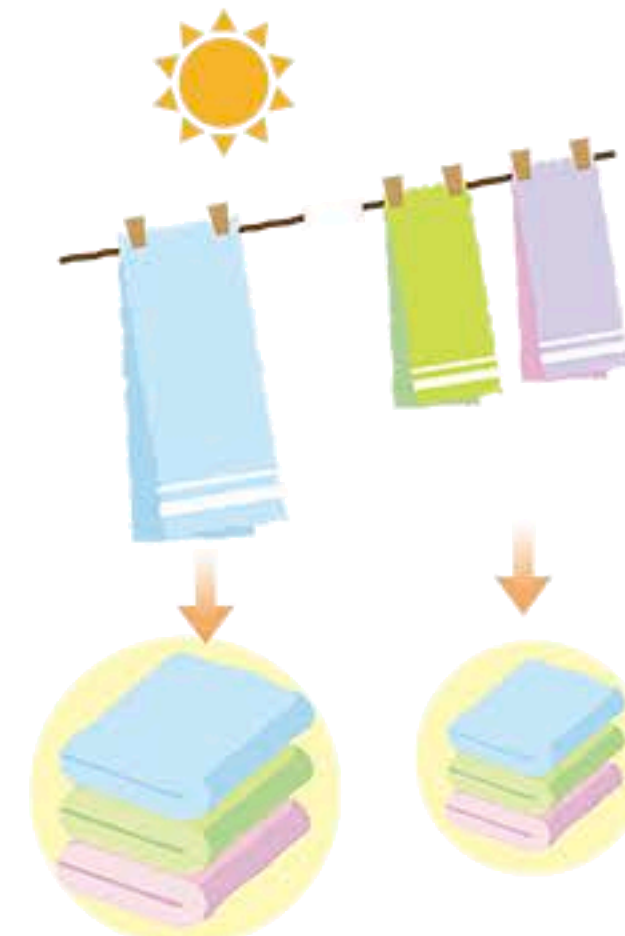
『体験レッスン』では、写しで色を塗っていくので、ぬりえのような感覚で、どなたでも気軽に楽しんでいただくことができます。さらに、興味を持った方向けの『プロアーティスト養成コース』では、絵が苦手な方でもできる『未経験からプロになれるカリキュラム』を導入。安心して学んでいただけます。ギフトやパーティーなどにも喜んでもらえる、チョークアートを一緒に楽しんでみませんか。『キッズレッスン』もあります!」

取材協力:スタジオパフィン/宇都宮市戸祭3-8-21 ☎090-1431-8811

<https://www.puffinchalkart.com>

## 衣 バスタオルなしの暮らしのススメ

お風呂上り、当然のように使うバスタオル。結婚を機に、バスタオルを使わない生活をスタートしたら、ストレスが減った!という市内在住のkirいさんに、お話を伺いました。



「大家族で生まれ育った主人は、1人1枚ずつバスタオルを使うと洗濯も大変という理由から、お風呂上りはずっとフェイスタオルを使っていました。そんな主人と結婚し、私もバスタオルからフェイスタオルに変えてみると、これがいいことだらけ!干すのも楽だし、洗濯スペースの場所もとらない。乾きやすいし、衛生的。髪の毛の短い主人や、まだ小さい子どもは1枚、髪の毛の長い私は2枚あれば十分なので、手軽に買い替えができるのもメリットです。使い古したら、そのまますぐに雑巾になるのもいいですね。いただきもので余っているフェイスタオルがあれば、ぜひみなさんもお試しください」

読者のみなさんの暮らしのアイデア・ご提案を大募集中!  
Mia編集部: info@tochigi-dc.co.jp

## 住 畑がなくても手軽にできるベランダ菜園

種まきに適した、あたたかい季節がやってきました。家庭菜園は庭や畑がなくても大丈夫!ベランダさえあれば、誰でも手軽に野菜作りを楽しめます。今回は「坂本種苗本店」さんに、ベランダ菜園におすすめの野菜やハーブをご紹介します。

「定番のミニトマトやシソのほか、多種類のサラダ野菜ができるミックスレタスや、はつか大根、かいわれ大根あたりがおすすめです。サラダ野菜は、朝採りして、そのまま朝食に出せるし、バジルやパクチーといったハーブも人気。どれも育てやすいので、初心者の方でも安心してベランダ菜園にチャレンジできます。最近では、鉢植えで育てる本格ネットメロンも登場。1個1キロ前後の小ぶりなメロンですが、糖度も高く、育てやすいので、ぜひチャレンジしてみてください。お子さんと一緒に育てるのも、食育にもなるし楽しいですよ」



取材協力:(株)坂本種苗本店/宇都宮市大通り4-2-15 ☎028-622-6351

### 1F レオパレスセンター 宇都宮西口店



ダブル W割 開催中

礼金0円&当日日割家賃+翌月家賃0円  
初期費用を安く抑えたい方におすすめの  
キャンペーンです

※物件限定(個人契約のみ有効)となります

レオパレス21

営業時間:10:00~18:00  
定休日:無休  
☎050-2016-2205

### 1F 銘茶 関口園

限定300本!5月4日より販売

予約×切間近 4月30日まで!

例年に比べ希少価値の高い  
僅かな数量の確保となります。お早めに!!  
予約優先となります。



100g紙缶入  
2,160円  
(税込)

味自慢 銘茶 関口園

営業時間:10:00~18:30  
定休日:水曜日  
☎028-622-3394

### 2F フォトスタジオシンガイ 表参道スクエア店



丁寧な撮影と、ナチュラルな修整で  
“納得のいく1枚”にしませんか?

まずは、お気軽にご相談下さい。

Shingai photo studio

営業時間:10:00~19:00  
定休日:木曜日・第1・3水曜日  
バスポートセンターに伴う臨時休業有り  
<http://www.shoumeiphoto.com>  
☎028-622-6107



うつのみや 表参道スクエア テナント会

イベント開催 宮スクの日 次回は4/17日予定

うつのみや表参道スクエア



コロナ対策実施中  
消毒液 サーマルカメラ マスク着用

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



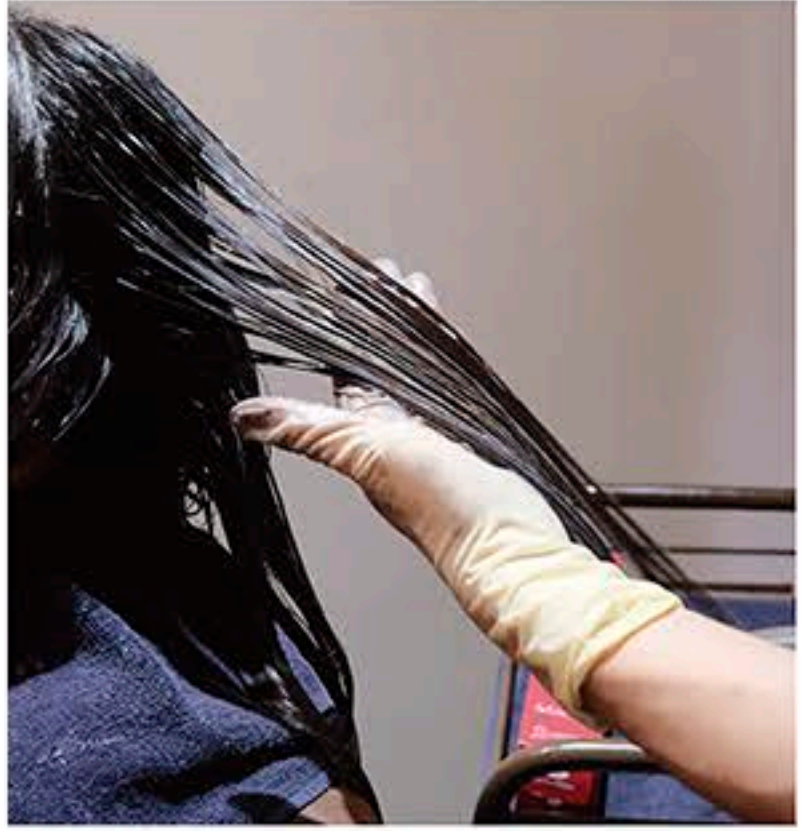
TRINITY+ 特集 春号

～うねり・パサつきが「髪質改善」でトゥルトゥルに!～

冬の空気の乾燥やカラー・パーマによる傷み、加齢によるうねりやゴワつきが気になっている方に、ぜひ試していただきたいのが、「髪質改善トリートメントFLOWDIA」。ぷるんと弾力がありつつ軽やかな、気分の上がる春髪を手に入れましょう!

「髪質改善トリートメントFLOWDIA」はどんな効果がありますか?

本間店長: この施術を終えたお客様が一番よく表現されるのが「髪がトゥルトゥルになった!」という言葉。うねりやパサつきの原因になる髪の傷みの部分にダイレクトに作用する成分が、確かな効果を引き出します。



す。ホームケア用のトリートメントもセットになっているので、2ヶ月くらいは効果が持続。施術後だけの満足感ではなく、髪の内側から改善されていく効果を実感していただけるため、リピート率ほぼ100%の施術です。

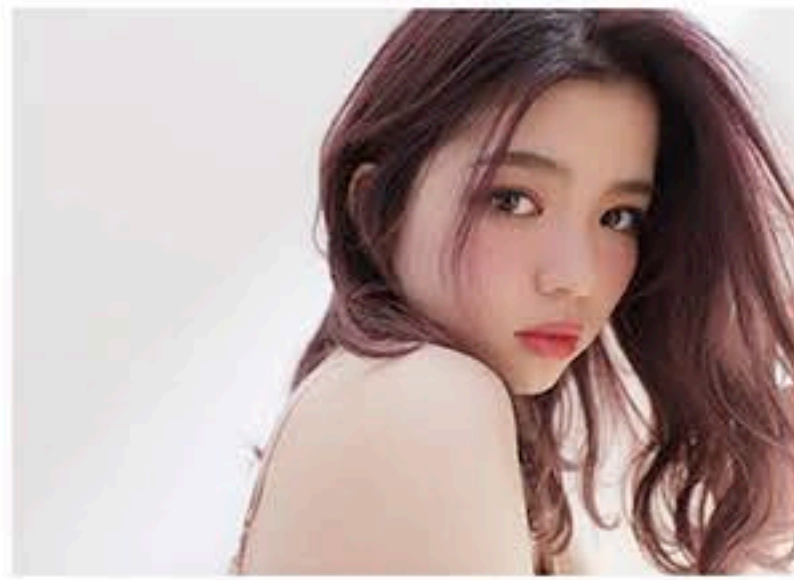
「FLOWDIA」のトリートメントをリピートしているKさん。どんなところに良さを感じますか?

Kさん: カラーをするようになってからパサつきやゴワつきが気になっていました。美容室でのトリートメントもしていましたが、なんといっても「FLOWDIA」は効果が長持ちします。手触りもなめらかで、サラサラトゥルトゥル! ホームケアでキープして、またサロンで施術して、ずっ



といいコンディションでいられるのがうれしいですね。

「FLOWDIA」で軽やかにまとまる髪をぜひ一度体感してください。カットやカラーなどと合わせたプランもあるので、春のヘアスタイルを髪質から変えてみませんか?



カット+AVEDAカラー→9,500円～

【おすすめ☆】カット+AVEDAオーガニックカラー+髪質改善FLOWDIA tr  
20,300→15,500円  
※オーガニックシャンプーブロー込/ホームケア付き

カット+髪質改善FLOWDIA tr  
13,900→10,800円  
※オーガニックシャンプーブロー込/ホームケア付き

AVEDAオーガニックカラー+髪質改善FLOWDIA tr  
16,100→11,500円  
※オーガニックシャンプーブロー込/ホームケア付き

似合わせカット 6,200→5,200円  
【メンズ限定】トレンドカット+オーガニックシャンプー 4,800円  
※オーガニックシャンプーブロー込/AVEDAヘッドマッサージ6分付

有効期限/2022年6月末まで



TRINITY+ Aveda Botanical Hair

住所/宇都宮市元今泉5-1-11 B棟  
電話/028-663-5110  
営業時間/9:30~20:30 (カット最終受付19:30)  
定休日/火曜日



Professional Hair&Make Salon MAY QUARK

住所/宇都宮市元今泉5-1-12 営業時間/9:30~19:00  
電話/028-663-6969 定休日/火曜日

Mia インスタフォロワー 1,000人突破

日頃のご愛顧に感謝を込めて

フォロワー1,000人 記念キャンペーン を開催します!!

店舗応援企画

#Miaに載りたい #teamMia  
@mia\_shimotsukeをタグ付け頂き 普段のお店の投稿をアップしてください! タグ付けしてくれたお店を 全店フォロー &気になる10件をDMからお迎えに行きます!  
▶ Miaのアカウントから10件紹介させていただきます! 今回載せきれなくても、Miaの取材候補とさせていただきますので、奮ってご参加ください!

Miaアカウントのフォローも忘れずに!



instagramのフォロワーはまだ1,000人ですが、10.5万人のMia読者へPRのチャンス!!

@mia\_shimotsuke

Coupon+

Mia's Information

身近で お得な情報をご案内!!

桃畑 Shinka.

2周年限定メニュー

牛スジ煮込みあんかけそば 国産牛とレタスの湯引きそば  
皆様のご愛顧のおかげで4月8日に2周年を迎えます!

感謝の気持ちを込めて4月30日までの期間限定でリクエストが多く好評だった2つの人気メニューが復活します。

『牛スジ肉の煮込みあんかけ汁そば』『国産牛とレタスの湯引き汁そば』一日の食数にも限りがあります。ぜひお早めにご賞味ください。

4月より『薬膳アンチエイジングセット』がスタートします。野菜がたくさんとれて体の内側から元気になれるセットメニューです。女性にオススメです!



桃畑Shinka. ☎0285-37-9135

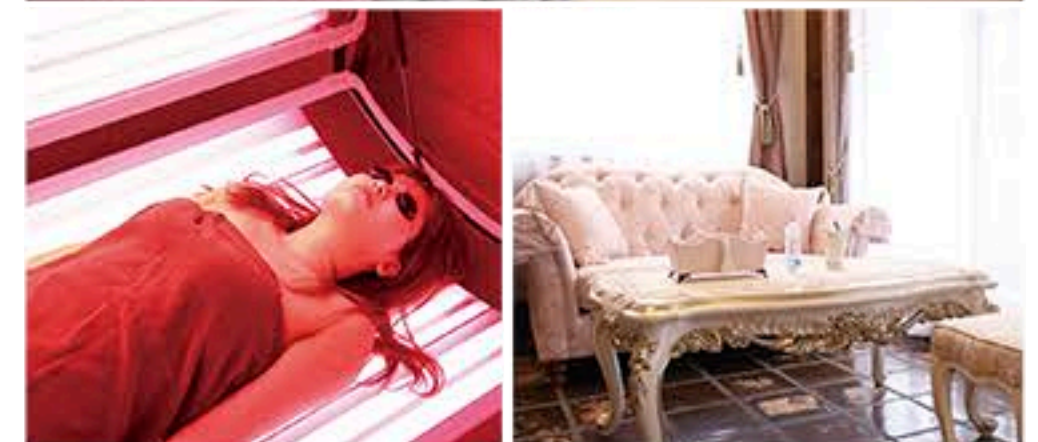
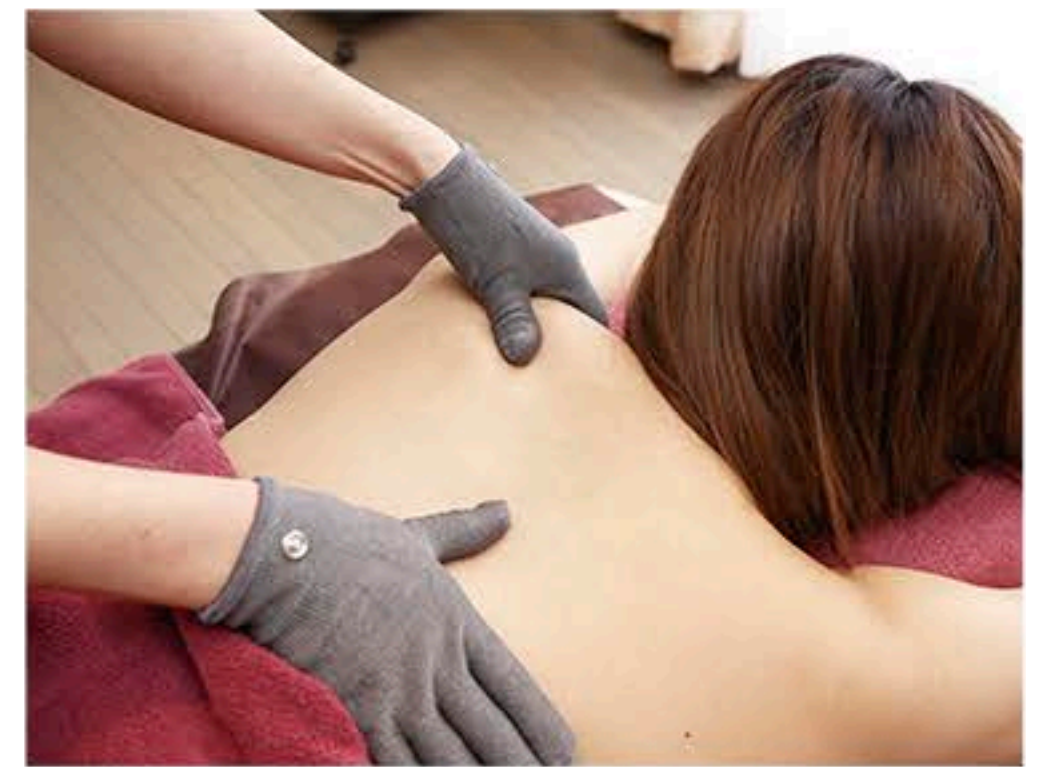
河内郡上三川町上郷5-3  
11:30~15:00(LO 14:00)  
17:00~21:00(LO 20:00)  
火曜 (月曜はランチのみ)



Radiance (ラディアンズ)

お肌や身体のお悩み専門

貴方だけの隠れ家的プライベートサロン  
ブルツヤ肌のコラーゲンマシンや小顔リフトUPでシミしわ改善、若返り美肌。脱毛やセルフホワイトニングの他、肩こり腰痛やお悩みの方から絶大な支持を誇る筋膜リリース。  
カウンセリングからアフターフォローまでしっかり整っているから安心して通えるプライベートサロン。たくさんのメニューからお選び頂き、非日常が体感できる上質空間で納得の仕上がりをぜひ体感してみてください。



エステ&ヒーリングサロン Radiance(ラディアンズ) ☎028-666-4115

宇都宮市上戸祭4-6-13 「月山」奥の駐車場内  
11:00~20:00 日曜日



# 4月10日は女性の日

1946年(昭和21年)4月10日、初めて女性が参政権を得た総選挙が行われたことからこの日を「婦人の日」とし、後に1998年から「女性の日」とされました。  
「女性の日」に合わせ、宇都宮市内で活躍する輝ける女性をご紹介します。

## 健康と笑顔を地域にお届けするヤクルトレディ

宇都宮ヤクルト販売株式会社  
マロニエセンター  
三田 薫 (みた かおる) さん

「活躍する輝く女性」と聞いて、真っ先に頭に浮かんだのが、よく街中で見掛けるヤクルトレディさん。宇都宮ヤクルト販売(株)マロニエセンターを訪ね、笑顔と元気の秘訣や仕事への思いをうかがいました。

**Q ヤクルトレディを始めたきっかけは?**

A もともと体を動かしたり働くことが大好きで、日中、ずっと子どもと2人きりという毎日に、少ししんどさを感じていました。社会とつながりたいという気持ちがどんどん膨らんで来て、近隣で託児施設完備の仕事を探してヤクルトレディの面接を受けました。センター内の明るい雰囲気や、施設内に保育室があり



制服を着ているママも素敵でしょ

仕事をしながら子どもの様子が分かる環境、声を掛け合いながらハツラツと仕事をする女性たちを見て、ほぼ即決で「やりたい」と思いました。

**Q ヤクルトレディになって、良かったことは?**

A 私は他県から転居してきたので、近所にほとんど知り合いがいない状態でしたが、一気に顔なじみの方が増えました。誰もが気になる「健康」を接点に、幅広い世代の人と話せるのはとても楽しく、やり甲斐を感じます。家族も毎日ヤクルトを飲むようになり、健康を実感しています。それから、同僚や先輩のヤクルトレディから、家事や育児のアドバイス

をいただけるのも大きなメリットですね。育休中も助けられました。

**Q 今後の目標は?**

A 地域のお客様との信頼関係を深めながら、新しいお客様づくりにもチャレンジしたいと思っています。ライフステージや家族構成、収入などによって異なる、さまざまな希望に応じた働き方ができるのがヤクルトレディの魅力です。アットホームな雰囲気の少人数制託児施設に子どもを預けて、安心して働くことができる環境も、とても気に入っています。「委屈」なんて言っている時間はありません。この仕事で、女性としてもっと輝いていきたいと思っています。



社内の表彰制度も充実しています

人も地球も健康に  
**Yakult**  
託児所では楽しいイベント盛りだくさん!  
ヤクルト保育

## 保育施設があるから安心してお仕事ができます

職場に保育施設が併設されているから  
小さなお子さんがいるママも安心です。  
送迎と通勤が同時に出来るから  
ラクチンと大好評です!

**1日のスケジュール ヤクルトレディ**

出勤	朝礼	お届け				準備	退勤		
8:50	9:00	9:10	9:30	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00
おあすけ		朝の会	お朝のやつ	遊全体での	ごはん	お昼寝			おむかえ

託児所

### ヤクルトスタッフ募集中

時間・勤務地・収入などご相談ください!

内容/ヤクルト製品をお客様にお届けするお仕事(委託販売)

時間/①8:50~15:00 ②8:50~12:00

収入/①月収95,000円~ ②月収50,000円~

● どちらも3ヶ月間の保証制度あり(以降 出来高制)

● 扶養範囲内で働けます

休日/土曜・日曜、会社指定の祝日

応募/まずはお気軽にお問い合わせください

ノルマや買取は一切なし!

ご応募・お問い合わせ  
**宇都宮ヤクルト販売(株)** 宇都宮市瑞穂3丁目9-8  
0120-02-8960 宇都宮ヤクルト  
https://www.u-yakult.com

Mia's work  
しごと情報は Mia's Work

タウン情報満載のMiaでお仕事も一緒に見つけてみませんか?

### 個別指導 塾講師 大募集!

新大学1年生・未経験者も大歓迎!  
週1日・1科目・在宅オンライン指導可

収入 1授業(80分) 1,600円~2,000円  
時給換算 1,200円以上  
研修4カ月間1授業 1,400円

勤務地 宇都宮校(宇都宮市池上町5-1 4階・5階)

時間 17:00~22:00内で、1授業80分~週1回~可

資格 大学生または大卒以上

待遇 交通費規定支給

宇都宮校急募!・県内全校同時募集中!

能開の個別指導 **AXIS**  
宇都宮市池上町5-1 4F Web登録または、お電話ください  
0120-500-222

### 工場内清掃パート

初心者・未経験も大歓迎!

時給 890円 週3~4日程度

工場内の事務所及び、共用スペースの清掃業務全般のお仕事です

時間:月~金 8:00~13:30(シフト制)  
※途中休憩30分有

勤務先:宇都宮市針ヶ谷  
待遇:車通勤可(駐車場・通勤手当有)・制服貸与・労災保険加入・試用期間有(時給:890円)

**KOTAKE** 株式会社小竹ビル管理  
宇都宮市下栗町2323-13(担当/総務 竹内)

問合せ TEL.028-683-3223

### 営業職 募集

ウォーターサーバーの営業を募集します!!

- 分野問わず営業経験のある方
- 意欲的に活動したい方
- 大きな成果を上げたい方

雇用形態 契約社員

給与 基本給14~15万円 +インセンティブ  
■1契約につき1万円  
<例>10件契約の場合24万円~

時間 9:00~18:00(休憩1時間)

休日 週2日(曜日は応相談)

待遇 有給休暇、社会保険完備(雇用・労災・健康・厚生年金)

お問い合わせ (有)岡本和彦商店 宇都宮市下岡本町4177  
080-2385-8884 求人担当/岡本 まずはお電話ください

### パート募集

業務内容 おくやみ面の計報記事の取材執筆業務やギャンプル原稿の入力・出稿業務  
契約会社へのおくやみ原稿のデータ配信、情報グループの各種業務

応募資格 パソコン(ワード・エクセル)の基本操作ができる方

採用人数 若干名 ■入社予定日 2022年5月1日(応相談)

雇用期間 2022年9月30日まで ※契約更新の可能性あり(最長3年)

勤務時間 通常勤務:13:00~20:45(休憩45分)・早番勤務:10:00~18:00(休憩60分)

休日休暇 原則5勤2休(シフト制で土日祝日の出勤あり) ■給与 時給:900円

待遇 通勤手当支給、社会保険(健康、厚生年金、雇用、労災など)加入

応募方法 ①履歴書(写真貼付) ②職務経歴書を4月21日(木)必着で総務人事部宛に郵送してください。書類選考後、面接試験を受けていただく方には後日、電話にてご連絡差し上げます。提出先 〒320-8686 栃木県宇都宮市昭和1-8-11 下野新聞社総務人事部 ※履歴書には「情報グループ希望」と明記してください

選考方法 応募受け付け後、書類選考を行い、通過者を対象に随時面接を行います。面接を受けていただく方には個別に連絡いたします。

応募先 〒320-8686 宇都宮市昭和1-8-11  
028(625)1112 下野新聞社総務人事部 **下野新聞社**

### とちぎ結婚支援センター

VERY MATCHING!  
とちぎ結婚支援センター

### VERY GOODな出会いをサポートする仲間を募集中!

結婚相談員(契約社員)募集

- 業務内容 とちぎ結婚支援センターでのマッチングシステムを利用した会員対応など
- 職種 結婚相談員(契約社員) \*若干名(未経験者でもOK!)
- 応募資格 パソコン・タブレット端末の基本操作ができる方
- 雇用期間 2022年9月30日まで \*契約更新の可能性あり(最長5年)
- 勤務地 明治安田生命宇都宮大通りビル(宇都宮市)
- 勤務時間 平日:(早番)10:30~19:00(遅番)11:45~20:15  
土日祝日:(早番)8:30~17:00(遅番)9:45~18:15  
週休3日(シフト制で土日祝日の出勤あり)
- 休日 月給:(固)123,000円
- 給与 通勤手当支給、社会保険(健康、厚生年金、雇用、労災)加入
- 待遇 1.履歴書(写真貼付) 2.職務経歴書を総務人事部までご送付ください。書類選考の上、面接を行います。
- 選考方法

応募先 〒320-8686 宇都宮市昭和1-8-11  
TEL.028(625)1112 下野新聞社総務人事部 **下野新聞社**

# Mia de kirei

第38回

## 【生活】花を飾ってスタートダッシュ

アドバイザー:JMFAナチュラル美生活協会認定  
フラワーライフセラピスト・花育士 まさよさん(フルリール)

社会人になったばかりの頃、「週末は自分のために花を買うのよ」というキャリアっぽい女性の発言を聞いて、いつか自分も…と思っていました。それから何十年も過ぎた今、とうとう私、自分のためにお花を買います！お花を買って、元気にスタートダッシュを決めちゃいます！

### 心惹かれる花=必要な花

花屋さんに行ってみたものの、みんなキレイでどの花を買えばいいのか分からない。戸惑う私に「アレコレ考えずに、パッと目に留まった花を買えばいいんです。心惹かれる花があなたに今必要な花。これ好き！と思った花を買ってみて」とアドバイスしてくれたまさよさん。気軽に生活の中に花を取り入れる方法も教



えてくれました(イラスト参照)。特に、新年度を迎えるなど、これまでの気持ちを切り替えて新しい気分になりたいのなら、グリーンと白を意識して花を選ぶのがベスト。元気をみなぎらせてスタートダッシュを決

めちゃいたいってときは、チューリップやバラなどの赤い花をプラスするといいたか。確かに、部屋の中にお気に入りの花を飾っただけで、いつもよりちょっと“できる私”の気分です。

新店オープン  
キャンペーン告知  
などに

Miaの

初回限定  
折込チラシ

B4サイズまで 1枚あたり  
定価 3.8円(税込4.18円) → 3.0円(税込3.3円)

B3サイズまで 1枚あたり  
定価 4.7円(税込5.17円) → 4.0円(税込4.4円)

1区域(400枚~600枚)からの配布が可能です

月2回発行 10.5万部  
エリア内到達率 82.6%  
お手持ちのチラシを折込めます

町名別・丁目別の折込にも対応可能です

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)

Utsunomiya, Irodori Landscape

## ▶ポケモンマンホール「ポケふた」めぐり第二弾！ @ 宇都宮駅東公園



全国に展開中の「ポケモンマンホール ポケふた」が宇都宮にも上陸！2回目に訪れたのは、ブレックスアリーナ宇都宮(宇都宮市体育館)の隣にある「宇都宮駅東公園」。こちらのポケふたには「エレブー」と「ホシガリス」が描かれています。「雷都」という愛称の宇都宮らしく雷を連想させたり、緑豊かな公園のリスを想像させたりするポケモン。宇都宮駅東公園は遊具や広場でのびのび遊べるため子育て中の方に人気なのはもちろん、銀杏並木が黄葉する時期は毎年多くの写真愛好家が訪れる場所です。ポケふたは、駅東公園プール入り口前、噴水の近くにありますよ！



宇都宮駅東公園 宇都宮市元今泉5-10-1  
ポケモンマンホールに関する情報は  
<https://local.pokemon.jp/manhole/tochigi.html>



### 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



栃木三鷹唐辛子を使用したオリジナル調味料「栃スコRED」。チリソースのような味わいで、いろんな料理に合います。きぶなコラボタイプは、売上の一部をこども食堂に寄付しているそう。GREEN、万能スパイスなどのラインナップもぜひお試しあれ。(RED710円)

販売元 トチギブランドスパイス  
取扱店 セブンイレブン宇都宮馬場通り店他

## Mia Column 「自分自身を高めるコツ」講座

### 第13回「うまくいかないときの過ごし方」

皆さんは新しく始めたことや学びの実践で成長を感じ、その後も学びを続けているにも関わらず、「成長が止まっている」「うまくいかない」と感じる時期が続いた経験はありませんか？  
その時期を「プラトー現象」といい、誰にでも起こる現象だといわれています。停滞している時期の過ごし方で、その後の成長に大きく差が出ます。  
「最初は順調だったけどどうもうまくいかなかったな」と長く感じるときは、プラトー現象に陥ったと思いませんか。そして続けてきたことをやめるのではなく、何か工夫をするなど過ごし方を変えると、よりよい未来につながっていきます。  
NLP上級プロフェッショナルコーチ 坂田 晃一

## Mia 読者プレゼント!! 応募締切 4月19日(火)必着

5名様 栃木県産トマト Premium7(約1.2kg×2箱)

毎月10日は「栃木のトマトの日」！太陽を浴びて真っ赤に実った、栃木県産トマトが旬を迎えています。その中でも、「Premium7」は、JAうつのみやの糖度7度以上のトマトで、その名のとおり、プレミアムな美味しさです。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。

提供:JA全農とちぎ

5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5名様にプレゼント致します。  
\*セットの内容はおまかせとなります。

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

## Mia's cooking delicious and fun!

### 今月のレシピ 栃木県産トマトを使って 豚肉とトマトのカレー煮

- 調理時間 約20分
- 〈材料〉2人分
- ・豚肉切り落とし ..... 200g
  - ・塩・こしょう ..... 少々
  - A 小麦粉 ..... 大さじ1
  - A カレー粉 ..... 大さじ1/2
  - ・にんにく(つぶす) ..... 1片
  - ・油 ..... 適量
  - ・トマト ..... 2個
  - ・酒 ..... 大さじ1
  - ・しょうゆ ..... 大さじ1
  - ・万能ねぎ(小口切り) ..... 適量

1人分あたり カロリー 337kcal/塩分 1.9g

- 〈作り方〉
- 1 豚肉は塩・こしょうで下味をつけ、混ぜ合わせたAをまぶす。トマトは6等分のくし形に切る。
  - 2 フライパンに油とにんにくを入れ加熱し、香りが立ったら豚肉を入れてほぐしながら炒める。
  - 3 豚肉の色が変わってきたらトマトを加えて更に炒める。トマトの皮がはがれてきたら、酒を振りしょうゆを加えて調味する。
  - 4 器に盛り付け万能ねぎをのせる。



レシピ提供...JAふれあい食材



## なつかしの「もなか」が期間限定で手に入る？

昔からのお客様によくお問い合わせをいただく「もなか」。10年ほど前に販売を終了した幻の商品です。残念ながら今後も再発売の予定はありませんが、かぎりなく当時のもなかに近いものを期間限定、数量限定でご用意しました。再現度をぜひお客様の舌でお確かめ下さい。

### 栗やお米お買い上げで「もなか」プレゼント

4月9日(土)～17日(日)の期間限定で、お買い上げ2,000円(税込)ごとに1個もなかをプレゼントいたします。4,000円で2個、6,000円で3個とお買い上げ金額によって個数が増えるので、たくさん欲しい方はお米がおすすめ！白米25kgと玄米30kg(各12,000円)で、6個プレゼントです。お米をご購入の方は重いのでお車をお店の前にお止め下さい。準備数が少ないため、もなか単品での販売はございません。



**プレゼント** お買い上げ2,000円(税込)ごとに「もなか」1個プレゼント

**配布期間** 4月9日(土)～4月17日(日) 〈1日100個限定〉  
期間内でも準備数がなくなり次第終了



## いち りゅう あん 一粒庵いらい

宇都宮市中央 2-8-10 (宇都宮市役所前)

☎ 028-634-4190 営業時間 10:00～18:00 定休日 年中無休 P有



## pickup Books

うさぎや 宇都宮駅東口店



### 余命 10年



著者:小坂 流加 発行:文芸社 本体価格: ¥682(税込)

不治の病にかかり、余命が10年であることを知った20歳の主人公 茉莉。未来を諦め、淡々と日々を送っていた茉莉があるとき運命的な出会いを果たす。

余命を知らされた後の心の動き、ついに迫るその時を前にした主人公の想い。実際に本書を書き上げた直後に病に倒れた著者の心が込められているようです。

この春映画化され注目を集めている感動の物語をぜひ小説でも。

### おやくそくえほん



しつけに悩むお父さんお母さんおじいちゃんおばあちゃんの強い味方になってくれる本です。

著者:高濱 正伸(監修)、林 コミ(イラスト) 発行:日本図書センター 本体価格: ¥1,430(税込)

ベストセラーとなっている『よのなかルールブック』の入門編です。

「ありがとう」「ごめんなさい」を言う、「いや」な事はちゃんと伝える…といった事から、「ものをわたすときははいねいに」といったことまで小学校入学前後に身につけたい42の「おやくそく」が載っています。

～頑張る女性のみなさまへ～『マネー美人になりませんか?』

## 女性のためのマネーセミナー

初心者 歓迎

参加料無料 完全予約制 働く女性に子育てママに

開催日時 **4月16日(土)** 10:00～11:45(受付 9:40～) **30名様 限定**

会場 パルティとちぎ男女共同参画センター 宇都宮市野沢町4-1 研修室302 (駐車場有) ※女性限定(お連れ様に限り男性可。お子様連れ不可。)

コツコツと「今」始めて賢く備えましょう♪

- 教育資金 っていくら貯めれば いいの?
- iDecoや NISAって したほうがいいの?
- 老後 2,000万円って ほんとうに 必要?



講師 FP 河合 浩子

プロフィール

茨城県出身。日本航空に客室乗務員として入社。FPの仕事に興味を持ち、2013年アクサ生命保険へ入社。FPとしてお客様のニーズに合わせたオーダーメイドの保障を提供。

主催 アクサ生命保険 協力 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 AXA-C-220218/847-376

参加者全員に プレゼント! **ライフ&マネープラン BOOK** 宇都宮で人気のパン詰め合わせ

お申込み方法

はがき・FAXまたは応募フォームにアクセスし必要事項を入力してください。

【はがき・FAXの場合】住所・氏名・電話番号・年齢・参加人数を明記の上ご応募ください。

【応募先・お問い合わせ】

栃木ダイレクトコミュニケーションズ 女性のためのマネーセミナー係 〒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

応募締切 **4月10日(日)必着** [応募フォーム]

※申し込み多数の場合は抽選とさせていただきます。ご案内を4/13(水)までにお送り致します。※本セミナーは、アクサ生命の依頼により栃木DCが集客し、アクサ生命が開催いたします。ただし、参加者の受付登録・参加者情報管理については、栃木DCが責任を持って行います。

## 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

長さ1m高さ2m 通常2,200円を

**先着10名様 1,100円** (※税込)

栃木宇都宮店 宇都宮市幕田町 277

小山店 小山市羽川 315

栃木さくら店 さくら市草川 54-3

※お近くの店舗の者がお伺いします!

1本からのお庭サービス! **ガーデンエクスプレス**

☎ **0120-61-4128**

営業時間 9:00～17:00

ガーデンエクスプレス 検索

