

私の街、私の暮らし タウン情報紙



ミア

宇都宮市内に107,000部発行

栃木ダイレクトコミュニケーションズ

発行

宇都宮市昭和1-8-11 下野新聞社内
info@tochigi-dc.co.jp
https://www.tochigi-dc.co.jp
Miaに関するお問い合わせ
☎0120-38-0035(平日9:00~17:00)

Instagram



@mia_shimotsuke

Miaはイタリア語で「私の」という意味です

TAKE FREE

vol.105

2023 10.7

次号発行は10月21日です

ふかひれ姿煮のうまみが凝縮
人気中華料理店の極上の一杯

四川青山椒「藤椒」を使用した担々麺や
よだれ鶏など本格中華料理をリーズナブル
に提供している「桃畑 Shinka」。1日3食限
定という、待望の新メニューは「ふかひれ
姿煮のあんかけ汁そば(2,750円)」。鶏出汁
ベースのラーメンの上には、丼をおおいつ
くほどのふかひれの姿煮が丸ごと1枚!コ
ラーゲンとうまみがたっぷり入った、味わ
い深く贅沢な一杯です。プラス350円で、ミ
ニサイズのよだれ鶏とライス(またはデザー
ト)のセットを付けることも可能。お好み
で卓上の香酢を加え、味変を楽しむのもお
すすめです。



Present

ももはたしんか
桃畑 Shinka.

住 河内郡上三川町上郷53-3 ☎0285-37-9135
営 ランチ11:00~17:30(L.O.) ※月曜のみ11:00~14:00(L.O.)
ディナー17:00~21:00(L.O.) ※コース料理のみの完全予約制
休 月曜ディナー・火曜 P有

「Mia105号」を持参した方に、
好きなデザート
1品サービス
(有効期限2023年11月30日)

不動産売買ワンストップ

相続・測量
解体・売却
高く売れるかな?
ご相談ください

有朝日商事
since1986 泉が丘 朝日商事 検索

加回アエス
お客様大感謝祭
10/14 SAT 10/15 SUN
全店同時開催
ご来店プレゼント
オリジナルパンのかんづめプレゼント!!
お子様プレゼント
ご来店いただいたお子様にはお菓子の詰合せをプレゼント!!
ご試乗プレゼント
期間中ご試乗されたお客様に店舗オリジナルの試乗プレゼント*をご用意しております!!
ご成約プレゼント
期間中ご成約されたお客様には特別なプレゼント*をご用意しております!!
各店舗でオリジナルイベントを開催!!

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
●宇都宮上横田店 宇都宮市上横田町798
●宇都宮陽東店 宇都宮市陽東5-8-14
●宇都宮錦店 宇都宮市錦3-12-5
●宇都宮岩曾店 宇都宮市岩曾町1257-12
●宇都宮細谷店 宇都宮市宝木町2-2573-1
●真岡店 真岡市西高間木307-1
●おもちゃのまち店 下都賀郡壬生町至宝3-7-31
●足利大久保店 足利市大久保町1101
●足利朝倉店 足利市朝倉町256-4
●佐野店 佐野市奈良刈町316-1
●小山神鳥谷店 小山市神鳥谷309
●小山犬塚店 小山市犬塚32-14
●栃木野中町店 栃木市野中町453-1
●鹿沼今市店 鹿沼市緑町3-9-21
●日光沼市店 日光市森友747-1
●矢板板野店 矢板市東町333-6
●西那須野店 那須塩原市西三島3-183
●黒磯磯山店 那須塩原市下厚崎264-66
●鳥山店 那須烏山市大桶1899-1

焼きたて、新鮮、香り高い！ 珈琲豆オーダー焙煎専門店

「豆工房コーヒーロースト宇都宮店」は世界中から厳選されたコーヒー生豆を常時30種類取り揃えている珈琲豆オーダー焙煎専門店。オリジナルの焙煎機でお客様の好みに合わせ、丁寧に焙煎しています。「豆の種類×焼きかた×挽きかた」で無限大に変化するコーヒーの味わい。アドバイスを参考に自分好みのコーヒーにめぐり合う楽しさを実感できるお店です。

10/20(金)~23(月)に開催される「13周年祭」では、数量限定の「手作りほろほろコーヒークッキー」の販売や、コーヒー器具のデッドストックセールなど楽しみな企画が盛りだくさん♪オリジナルブレンド「菊水ブレンド」「明保野ブレンド」の2種は、焙煎豆とドリップパックも揃いプレゼントにも最適ですよ。

豆工房コーヒーロースト 宇都宮店

住 宇都宮市菊水町8-21 ☎ 028-614-2885
営 10:00~18:00/日曜10:00~17:00
休 水曜(臨時休業有) P 2台
HP <https://www.coffee-roast.net>



上:10月下旬からファン待望のテイクアウトが始まる「ハンドドリップコーヒー(ホット・アイス)」



熱々のハンバーグにステーキソースをかける瞬間が一番の楽しみ!

手頃な価格で土日祝日もランチメニューが食べられると評判の同店。ステーキやエビフライ、メンチカツなどお馴染みの洋食メニューはどれもおいしく、なかでも「牛100%ハンバーグステーキ(ライス、サラダ、ドリンク付・1,100円)」は粗挽き肉をフワッと仕上げ肉汁をとじ込めた逸品。ステーキソースまたはデミグラスソースが選べるのも嬉しい、お店の看板メニューです!



創業27年の歴史を感じるレトロな佇まいはどこか懐かしい雰囲気

食欲をそそる こだわりのステーキソース

熱々の鉄板の上で肉やハンバーグにかけるステーキソース。風味豊かでガーリックが効いたソースは、肉の旨味を最大限に引き出す「牛久亭」がこだわり続けたオリジナルの味わい。野菜や果物のマイルドな甘みが程よく老若男女の食欲をそそります。

しゃぶしゃぶステーキハウス 牛久亭

住 宇都宮市菊水町11-1 亀和田第1ビル1F
☎ 028-632-5141
営 11:30~14:00/17:00~21:30(L.O.21:00)
休 不定休 席 42席 P 6台
HP <http://usikutei-steak.smafo.biz/>

散歩に最適！ 文化会館周辺

..... BUNKAKAIKAN

オススメ

いつもの暮らしをほんのり豊かに

徐々に色づき始める明保野公園の桜やケヤキ、文化会館前の銀杏並木…。辺りにはいつもの暮らしにほんのりと豊かな彩りを添えるお店が静かに点在しています。

テーブル以外の座席情報

個室…④ 座敷…⑤ カウンター…⑥ ソファ…⑦ テラス…⑧

※紙面上の価格はすべて税込価格です。



散歩の途中に ふらっと訪ねたいお店

パリッと香ばしく小麦の甘さを感じる「CRÊPERIE 753」のクレープ生地は、国産小麦と地元の新鮮な卵や牛乳、芳醇なカルピス発酵バターを使い、注文を受けてから200℃の鉄板で焼き上げる本格的な味わい。そば粉を使ったガレットとともに、新鮮な季節のフルーツや素材の特徴を最大限に惹きたてるバリエーション豊かなメニューが評判です。

この秋は、赤ワインのコンポートとマリネしてからキャラメリゼした2種類のイチジクを上質なチョコレートでまとめた「焼きイチジクと焼きチョコのクレープ」や、シードルと爽やかに味わいたい「フランス生ハムとシーザースのガレット」がおすすめ。じっくり煮込んだ「絶品自家製オニオングラタンスープ」とセットにするのも人気ですよ!



「オニオングラタンスープセット(お好きなクレープ、コーヒー又は紅茶付・1,620円〜)」



自家製ドレッシングのハーモニーが絶妙!「フランス生ハムとシーザースのガレット(972円)」



クレープリー ナゴミ CRÊPERIE 753

住 宇都宮市滝の原1-1-1 ☎ 028-633-4534
営 12:00~17:00
土日祝 10:00~13:00/14:00~17:00
休 月・火曜 席 12席(☎・☎) P 6台
HP [instagram @creperie753](https://www.instagram.com/creperie753)

人に、街に、自然にやさしい

県内最大規模の住宅イベント

とちぎ住宅フェア

ここからはじまる、未来の栃木
住む人々の笑顔あふれる街づくりと住まい

2023 10/21(土)・22(日)
10:00~16:00

会場 マロニエプラザ
宇都宮市元今泉6丁目1-37
(臨時駐車場:宇都宮市平山工業団地4-3 藤井産業(株)緑地内)

入場無料 雨天決行

詳しい内容はこちら

主催 (一社)栃木県住宅協会・住宅フェア栃木実行委員会[共催]
住宅フェア栃木実行委員会事務局(栃木県宇都宮市昭和2-2-5 栃木放送内)
TEL.028(622)1112

ぞれいけ! アンパンマン ショー

日時 10/21(土)
11:30~
14:00~

場所 大展示場 メインステージ

観覧無料 ©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

21 パルーン パフォーマンスショー

会場 大展示場 メインステージ
時間 10:30~ 15:00~

会場 大展示場

観覧無料

22 やす子&TOKYO COOL 爆笑ライブステージ

会場 大展示場 メインステージ
時間 14:30~

観覧無料

CRT 栃木放送 とちぎグルメステージ

会場 屋外展示場

焼きそば から揚げ パン各種

期間中開催 ママトおなかのコードモト

会場 小展示場内

観覧無料

期間中開催 LIVING 栃木リビング新聞社 リビング手作りマルシェ

会場 大展示場

観覧無料

Utsunomiya Irodori Landscape



ウォーキングにもぴったり！ 水に親しむ越戸せせらぎ通り

「うつのみや百景」にも選ばれている「越戸せせらぎ通り」。越戸通りから柳田街道のあたりまで続く、閑静な住宅街の中にある約1.7kmの遊歩道です。小川に沿って遊歩道が走っている、ちょっとめずらしい作りになっています。実はこの小川は「下水道水緑景観モデル事業」で整備された人工の水路。水路の周りは緑化されているので、サラサラと流れる水の音を聞きつつのんびり散歩が楽しめますよ。途中には小さな公園やベンチもあります。



越戸せせらぎ通り
Koedoseseragi-dori

「越戸せせらぎ通り」と「泉が丘通り」が交差する付近には「親水広場」があります。一年を通して季節の花が咲き、木々の緑が水辺に映える美しい風景が楽しめる広場です。ぜひここにも足を運んでみてください。



越戸せせらぎ通り

宇都宮市御幸町1-17付近



Henshuku Recommend Ippin



濃厚なのに後味さっぱり！ 注目のこんにやく入り生チョコ

全国的にもめずらしい、在来種のこんにやく芋「和玉」を使ったこんにやく料理専門店「おこんにやく茶屋」。代表の大島さんは日本特産物協会認定の「こんにやくマイスター」でもあり、「和玉」の保全と継承の推進にも取り組んでいます。



「こんにやくショコラ『四季実の種』(6個入り1,080円・ミニ四季実540円)」(オンラインショップは価格が異なります)

こんにやくショコラ『四季実の種』は、なんとこんにやく入りの生チョコ。最高級のクーベルチュールチョコレートを使った濃厚な味わい、豊かな香り、モチッとやわらかな食感。なのにカロリーオフという夢のようなスイーツです。甘めのミルク味と大人のビター味の2種類があり、どちらも冷凍販売。店頭またはオンラインショップで購入できます。

おこんにやく茶屋

住所 鹿沼市銀座1-1870-1 屋上のまち中央公園内観光物産館
電話 0289-60-6070 営業 10:00~17:00 (L.O.16:00)
休 月曜(祝日の場合は翌火曜も休業) P 有
HP <https://okoncafe.thebase.in/>



左:季節のジャムと生クリーム添えた「スコーンセット(ドリンク付・950円〜)」はお店の看板メニュー
右:「クロックムッシュ(700円)」やドリアなどフードメニューも人気

手作りの英国菓子を味わう豊かなひととき

スコーンやブラウニー、ショートブレッドなど英国の伝統的なお菓子を種類豊富な紅茶や自家焙煎珈琲と味わえる「Pas de duex(パ・ド・ドゥ)」。添加物を一切使用せず材料にこだわりひとつひとつ手作りしているお菓子はどれも上質な優しい味わい。予約をすれば平日限定で好きな時間楽しめる「アフタヌーンティーセット(2時間限定・2,420円)」も女性に人気です。住宅街の静かなカフェでのんびり過ごす豊かな時間、おすすめですよ!



お隣のオーダーカーテンや雑貨を扱う「K-GRANDIS」と共にアーティストを招いて開催する、朗読劇や一人芝居、ミニコンサート、手芸作家さんによるワークショップなど多彩なイベントも話題に。詳しくはインスタで!

パド・ドゥ Tea room Pas de duex

住所 宇都宮市吉野2-3-15 ☎ 028-632-0201
営業 11:00~17:30 (L.O.17:00)
休 火・水曜 席 20席 P 6台
HP [instagram @pasdedeux30](https://www.instagram.com/pasdedeux30)



左:看板商品の「豆大福(120円)」と「ゆでまんじゅう(120円)」

餅菓子を作り続けて、まもなく創業100年!

大正時代から続く「宮田餅菓子店」は、まもなく創業100年。長く愛され続ける柔らかいお餅と程よい甘さの餡は創業当初から添加物を一切使わない同店のこだわりが詰まったおいしさです。

一番のおすすめは「豆大福(120円)」。こし餡の上品な甘さときめ細やかな柔らかいお餅にたっぷり入った豆の歯応えと塩味が良く合います。つぶあん好きな人には「ゆでまんじゅう(120円)」もおすすめ。小麦粉で作ったおまんじゅう生地の独特なコシとモチモチ感がつぶあんを惹きたて懐かしい味わいに。ほかにもお祝い事に欠かせないお赤飯や、10月から店頭と並ぶ手作りの栗ようかんなど、それぞれの季節ならではの和菓子も人気ですよ。



宮田餅菓子店

住所 宇都宮市弥生1-8-12 ☎ 028-634-9425
営業 8:00~16:00 ※なくなり次第終了
休 水曜 P 6台



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!
(1回 ¥1,500 × 8回)

- 開講日時 (週1回の2ヵ月8回・同じ曜日) ※1講習90分
- 10月生 - 月曜コース【開講日: 10月16日(月)】
- 11月生 - 水曜コース【開講日: 11月22日(水)】
- 時間帯 : A <10時半〜> B <14時〜> C <19時〜>

- 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

【主催】彩きもの学院 宇都宮校
宇都宮市馬場通り2-1-1 ヌトリ7宇都宮ビル3F
<東武宇都宮駅から徒歩4分 / 「県庁前」バス停徒歩0分>



日本一の技術を目指す

少人数 先着5名

Instagramで情報公開中!

入門体験ポト掲載中!



◎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! さいきもの 検索

FP&IFA講師による
“ガトーフェスタ ハラダ”
のガトラスク
プレゼント

FP&IFAの資格を持つ講師による
個別相談
無料

ハッピーメディア®主催

女性のための マネーセミナー

参加無料
要事前申込

上手にお金を「貯める・殖やす・備える」の基礎知識をプロのアドバイザーが分かりやすく解説します。

IFAとは、独立系
ファイナンシャルアドバイザー

I n d e p e n d e n t
F i n a n c i a l
A d v i s o r

銀行や証券会社、保険会社などの特定の金融機関に所属せず、中立的な立場からお客さまに合わせたアドバイスをする資産運用の専門家のこと

日程

10/27(金) 10:00~12:00 ※受付開始は30分前より

10/28(土) 10:00~12:00 ※受付開始は30分前より

会場

TKP宇都宮カンファレンスセンター「カンファレンスルームC」
(宇都宮市駅前通り1-3-1 KDX宇都宮ビル B1階)

講師 PROFILE

岡崎友枝 先生

民間企業、地方自治体で年間50回以上のセミナーを主催、年間150名以上の相談に乗っている。女性の働き方や価値観への理解に長け、圧倒的指名率を誇る。知識だけでなくお金のマインドもサポートしている。

千葉 登 先生

独自の書き方ライフプランニングを行い、分かり易い説明が信条。令和元年5月にMFAに移籍し投資信託の柱づくりに活動中。月に3回セミナーを行っており、資産運用、相続対策、法人債務保証をメインに新たなマーケットを開拓している。

応募方法

- 参加費 : 無料
- 申込人数 : 各回20名様 ※申し込み多数の場合は抽選となります ※お子様連れ不可
- 応募締切 : 各回セミナー 2日前まで

お申込み専用フォームに下記1~7の必要事項を記入の上、ご応募ください。

- ①参加者氏名
- ②年齢
- ③代表者ご連絡先
- ④メールアドレス
- ⑤参加人数
- ⑥お連れ様氏名
- ⑦参加希望日

【問い合わせ】
マネーセミナー事務局(株式会社中広 内)
Tel.058-213-0061
(平日10:00~18:00) 担当/マネーセミナー係

※受付完了後、セミナー事務局より1週間以内に「受付完了通知メール」を送信してご連絡させていただきます。当選発表と代えさせていただきます。※ご応募いただいた個人情報、本セミナーの当選通知や運営に関する関連会社との間で使用いたします。

お申込みフォームはこちら

衣 保護活動つながるチャリティーTシャツ

「ブレーメンの音楽隊」が描かれた素敵なTシャツをご存じですか。実はこちらは、県内を拠点にイラスト制作などの活動をしている「nworks」さんが制作した、保護犬猫たちへのためのチャリティーTシャツなんです。今回は「nworks」さんに、このTシャツへの思いをお伺いしました。

ーTシャツを制作したきっかけを教えてください。

「保護犬活動の預かりボランティアをさせていただいた際、預かった犬の医療費や餌、トイレシートなどの物資を購入するにあたり、資金が必要だと感じたことがきっかけです。預かりボランティアさんを増やすことが最優先だと思いましたが、皆さんそれぞれに生活や事情がありますし、誰もが保護活動をすぐにできるわけではありません。それでも『何かしてあげたい』と思う方々が、負担なくボランティアに参加できるような仕組みを作りたくて、今回のチャリティーTシャツの制作にたどり着きました。Tシャツ購入代金の一部を、その保護活動費に寄付する流れです。いかにも『チャリティー!』といったデザインは、私自身が苦手だったので、普段使いできるデザインに。おかげさまで多くの方々にご購入いただき、寄付することができそうです」



ーデザインにはどのようなメッセージを込めましたか。

「グリム童話の物語である『ブレーメンの音楽隊』は、人間に捨てられあるいは食料にされようとした動物たちが、一致協力して自分たちの新生活を切り開く物語。捨てられたりして、野良として生きてきた保護犬たちへの気持ちを表現するべく皮肉を込めました。保護犬猫の活動への支援が最大の目的ですが、着衣することでそのメッセージを広め、動物社会問題への意識を高めることも目標としています」



ーどこで購入することができますか。

「上戸祭町にある『Bergamot』さん、また『nworks』のオンラインショップで購入できます。サイズはS・M・L、カラーはライトベージュ・サンドカーキ、価格は各3,800円となります。完売しているサイズもございますので、お気軽にお問い合わせください」

問い合わせ先：nworks <https://nworks2018.thebase.in/> / mail: ugayumi@gmail.com
Bergamot 宇都宮市上戸祭町3011-40

街 秋の人気マルシェが今年も開催

下野市の人気マルシェ「coconico at Tenpyopark」が、今年も第1回目の開催を終えたばかり。2回、3回目も栃木周辺の飲食店や雑貨店、作家など、魅力的な出店者が天平の丘公園に集結します。ピクニック気分で、マルシェを楽しんでみてはいかがでしょうか。

●「coconico at Tenpyopark vol.5」

開催日 / <DAY2>10月22日(日)
<DAY3>11月12日(日)
時間 / 10:00~15:00
会場 / 下野市国分寺821-1 Tenpyopark天平の丘公園



- ・出店者の詳細については、公式SNSでご確認ください
- ・整理券無しで入場可(10時開場までは並んでお待ちいただき、オープンの際には順番に入っていただきます)
- ・無料駐車場(約1,000台)あり

問い合わせ先：coconico実行委員会 (Rei*, Pond)
一般社団法人シモツケクリエイティブ ☎0285-38-8199

食 干し芋のアレンジメニュー

お芋のおいしい季節が到来!なかでも保存のきく干し芋は、芋好きならかせないおやつですよ。そこで芋好き主婦のミハルさんに、干し芋のアレンジレシピを教えてくださいました。



●バター風味のアツアツ焼き干し芋

「干し芋に薄くバターを塗って、トースターで軽く焦げ目がつくまで焼きます。バターの香りとカリッとした食感の焼き干し芋は、そのまま食べるより甘みが倍増!冷たいバニラアイスとの相性も抜群ですよ」

●大活躍の刻み干し芋

「干し芋を細かく刻んで保存しておけば、忙しい朝の朝食メニューに大活躍。わが家ではコーンフレークやグラノーラ、ヨーグルトに果物やナッツと一緒に刻み干し芋を入れています。栄養もアップしておすすめです」

●おやつにはチョコ干し芋

「チョコバナナならぬ、チョコ干し芋は子どもたちにも人気のおやつ。細長く切った干し芋を溶かしたチョコに半分ほどつけて、冷やし固めるだけ。意外にもお酒のおつまみにも合うので、ぜひお試しください」

読者のみなさんの暮らしのアイデア大募集!編集部までお寄せください! Mia編集部 info@tochigi-dc.co.jp

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?

求人広告募集中!!

詳しくは下記まで
お問い合わせください!

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 9:00~17:00)

急募! IT経験者大募集!!

宇都宮事業所 OPEN!

業務内容 システム・ソフトウェアの開発業務 言語などの知識が少しでもある方、エンジニアに挑戦したいという方を募集します!

雇用形態	正社員	雇用形態	パート・アルバイト
勤務時間	9:00~17:30 (昼休憩:1時間)	勤務時間	9:00~17:30 実稼働時間:5時間
月給	20万~50万円	時給	研修中 1,100円 研修後 1,350円

● 正社員、パート・アルバイトともに経験・スキルを考慮して優遇します。 ● 試用期間: 6ヶ月間あり

平均残業時間(月): 1.2時間! 服装自由! テレワークOK!(一部)

その他勤務形態の詳細・ご応募はこちらから▶▶

TEL: 043-216-4176 MAIL: saiyou@telema.jp

タウン情報紙 Mia 配布員を募集!

急募 上戸祭・江曾島 下栗エリア

仕事内容: 「Mia」にチラシを折り込み、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
「ご自宅近辺またはご希望の地区」
※ご希望する地区に空きがない場合がございます
配布: 月2回
火~金曜までの4日間の明るい時間帯

報酬: 当社規定による (配布枚数により変わります)
【例】Mia500部にチラシを3枚折り込んで配布の場合 → 約4,600円(一回あたり)

応募: 下記まで、お気軽にお問い合わせください。準備や配布の仕方など事前にご説明いたします

未経験者歓迎! (業務委託)

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) TEL 028-688-7850
宇都宮市昭和1-8-11下野新聞社内

石のふるさわ 正社員募集

勤務時間・日数・休日など相談OK 未経験歓迎 年齢問わず 退職後の方も活躍中!!

石工職人	営業・販売
内容: 墓石の基礎・造成・外構工事と墓石据付などの施工 給与: 月給20万円~30万円以上 ※研修期間含む ※資格取得支援あり 時間: 8:00~17:00 休日: 日曜	内容: 墓石及び石関係、仏壇の販売(主に栃木県内) 給与: 月給20万円~30万円以上 ※研修期間含む ※歩合給あり 時間: 9:00~20:00の間で実働8H 休日: 月曜

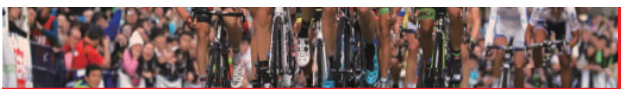
待遇: 社保完備、昇給年1回、賞与年2回、年末年始休暇、夏季休業、他
アルバイト・パートや、短期のお花販売の仕事もお問い合わせください!

株式会社 古澤石材 宇都宮市岩本町526 (北山霊園正門前)
TEL 028-643-4114 (採用担当)
● 本社営業所 (岩本) ● 工場展示場 (下田原) ● 仏壇ショールーム (下戸祭)



SUBARU LEVORG presents

2023 JAPAN CUP CYCLE ROAD RACE in UTSUNOMIYA



輪都 Utsunomiya

10.13 FRI 14 SAT 15 SUN



SUBARU

Kubota

THE SUPER SPORTS XEBIO



docomo 株式会社ドコモCS



JTB 感動のそばに、いつも。

入江産業グループ 入江電機商会



EKOI

NIPPO この道の先に

SPECIALIZED

TREK

Rakuten クレームス



関東自動車株式会社

MERIDA

HIBINO

ROCKET STAR

足利銀行

O-ENCE

Kids Corporation

MJFO 株式会社ムロコローション

栃木銀行

cannondale

RIDLEY

Kabuto

Panaracer

INTERMAX

J SPORTS

SHIMANO

IRC TIRE

KCO

IGSPORT

GUSTO

MAVIC

OAKLEY

CASTELLI

高林堂

THULE

JAPAN AIRLINES

ホテル ニュエイタヤ

宇都宮

トヨタカローラ栃木/JAうつのみや/株式会社ミットヨ/野村不動産株式会社/レオン自動機株式会社/株式会社宝仙堂/住友建機販売株式会社/株式会社社関/損保ジャパン/大成建設株式会社/医療法人 健明会 名取歯科医院/KMFG株式会社/株式会社TMC経営支援センター/栃木県信用保証協会 能開センター・能開の個別指導Axis/ホテルサンルート宇都宮/栃木パナソニックファミリー会/中央警備保障株式会社/株式会社ファーマーズ・フォレスト/清水建設株式会社/日本郵便株式会社宇都宮中央郵便局/フタバ食品株式会社/株式会社東武宇都宮百貨店/宇都宮土建工業株式会社/欧風菓子グリンデルベルグ/リコージャパン株式会社栃木支社/日本都市技術株式会社/YIL FRONTIER GK./株式会社中興/株式会社ジャスティス/有限会社ル・フェステ/株式会社渡清/宇都宮オリオン通り商店街振興組合/オリオン通り曲師町商業協同組合



UCI UNION CYCLISTE INTERNATIONALE



競輪の補助事業 このポスターは、競輪の補助により作成しました。 https://jka-cycle.jp

https://www.japancup.gr.jp/



Coupon+

Mia's Information

身近でお得な情報をご案内!!
嬉しいクーポン付!

なごいねこヘアクリップ
各1,650円

NEW

ハロウィンイベントテーマストラッププレゼント♪

きまにゃ

気まぐれ猫スタッフ 白田

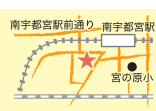
猫雑貨専門店 猫の手さき

10月はハロウィンイベント開催!

エプロンやメガネケース、靴下など新商品いっぱい! 10/22(日)はハロウィンにゃんこの日、28(土)はハロウィンにゃあの日! ハロウィンモチーフの猫ストラップをプレゼント予定! 詳細はSNSで随時お知らせ!

猫雑貨専門店 猫の手さき
☎028-666-7861

宇都宮市日の出2-8-11
火~金曜 13:00~18:00
土・日・祝 11:00~17:00
月曜、第1・3・5日曜



花 便利屋 地域密着、宇都宮の便利屋さん

ハナマルWORKERS

お引越し(単身パックもご対応します)
遺品整理・不用品の処分・剪定、伐採
お部屋の片付け・草刈り などなど

※保険も入っているので安心!

ハナマルワーカーズ 検索

一般廃棄物収集運搬業許可第423号
貨物自動車運送事業許可 狩猟免許取得済み

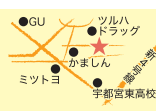
便利屋 ハナマルワーカーズ

地域密着、宇都宮の便利屋さんです。

宇都宮で10年以上の実績、ハナマルワーカーズにお任せ下さい。女性スタッフも在籍しておりますので、女性でも安心してご利用頂けると思います。気軽に何でもご相談下さい。あなたのお困り事まとめて解決します!

便利屋 ハナマルワーカーズ
☎080-5430-0870

(本店)宇都宮市平松本町785-2
(清原支店)宇都宮市鶴山町699-35
8:30~21:00
年中無休



Mia's coupon 募集中!

6ヶ月掲載契約

通常 33,000円(1回)

◎3回掲載~

1回あたり **16,500円**
(税込・制作料込)

◎6回掲載~

1回あたり **11,000円**
(税込・制作料込)

キャンペーン適用期間

2024年3月発行号まで

写真・テキスト・店舗情報をご提供頂き、
規定フォーマットで制作します。

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)

Mia's coupon



大人 平日 650円/土日祝 680円
小人 平日・土日祝 350円

平日650円に入れる天然温泉! 深夜3時まで営業!
自慢の高濃度炭酸泉や、3種類のサウナなどを完備!

上記料金より大人20円引き・小人50円引き
入浴優待券

●本券1枚につき大人、お子様各5名様まで有効。●優待価格は時季により変動する場合がございます。●券売機にて該当の券を購入し、本券と一緒にフロントスタッフへお渡し下さい。●コピー、他券併用不可 ●極楽湯 宇都宮店のみの有効 有効期限/2023.11.30

天然温泉 極楽湯 宇都宮店

☎028-663-2641

宇都宮市御幸本町4880

8:00~27:00(最終受付26:20)

年中無休 146台



Mia's coupon

ジェイトレ
SOFT TRAINING

サーキット体験、
ゲルマニウム温浴体験
2,750円▶**無料キャンペーン中!**

油圧式マシンと有酸素運動を組み合わせたトレーニング。1日30分で全身の筋肉をバランスよく鍛えます。

【成功者続出!の食べて痩せるダイエット講座】
会員様限定のところ 講座のみの無料体験OK

●一人につき1回までご利用可能です。
●要事前予約。Mia's couponを見たとお伝えください。
●スケジュールはお問い合わせください。有効期限/2023.10.31

ジェイトレニングジム

☎028-678-5891

宇都宮市陽南3-12-30 2F

平日 10:00~20:00

土曜 12:30~17:30

日曜、祝日、年末年始 P 有



Mia's coupon

ヘルさくらの湯

源泉かけ流しの露天風呂、
3種類のサウナと
3種類の岩盤浴

平日 830円~ ※中学生以上料金

LRT開通!! ペルモール停留場から徒歩5分! お仕事・お買い物帰りに手ぶらで温泉でリフレッシュはいかがですか?

タオルセット240円▶**無料**
又はジムビームハイボール各種ご注文の方に
おつまみセット(390円)をプレゼント!!

●他のクーポン券との併用はできません。
●一人につき1回までご利用可能です。有効期限/2023.10.31

宇都宮天然温泉 ヘルさくらの湯

☎028-663-4126

宇都宮市陽東6-5-31

8:00~24:00(最終受付23:00)

第3火曜 ※10月は17-18日

平面・地下 有(さくらの湯利用は駐車料金無料)



Mia's coupon

本気で痩せたい女性が選ぶ
短期集中痩身エステNO.1!!
本気コース(150分)
16,800円(税込)

冷えは太敵、ルルオンの温熱効果と全身のリンパマッサージが体を芯から温め脂肪燃焼! 万年ダイエット卒業!

1番人気! 引き締めプレミアムコース(120分)
13,800円相当 通常8,800円▶ 初回7,040円

●ご予約の際にクーポン券をご提示ください。
●他のクーポン券との併用はできません。
●一人につき1回までご利用可能です。有効期限/2023.10.31

最先端温熱痩身専門店 YOSA PARK コアハート

☎090-2524-5685

宇都宮市築瀬4丁目

(詳細な住所は予約時にお伝えします)

9:30~21:00(最終受付19:00)

不定休 P 有



Mia's coupon

えんちょう先生がつくるピザの店
Pizza ハレノヒ

マルゲリータ
972円~

自家製熟成生地が美味しいピザのお店。家族や仲間と気軽に食事を楽しめます。(イトインスペースあり)

お会計より **10%引**

●他のクーポン券との併用はできません。
●一人につき1回までご利用可能です。有効期限/2023.10.31

Pizza ハレノヒ

☎028-688-7554

宇都宮市清原台3-28-7

11:00~15:00(L.O14:30)

16:00~20:00(L.O19:30)

火曜 P 有



新生活&習い事特集

秋は暮らしに大きな変化がある時期です。暮らしをより心地よくしたい、新たな事にチャレンジする人など、新しい暮らしが始まる季節です。秋からの新生活の参考にしてはいかがでしょうか?

公文式中今泉3丁目教室

「学問の秋! 学習習慣をつけませんか?」



東図書館入口目の前にある、公文式中今泉3丁目教室です。「できた!」を大切にしている教室。生徒さんそれぞれの個別教材で、無理なく学習習慣、一生ものの学力が身につきます。11月には無料体験あり! お気軽にお問合せください。



宇都宮市中今泉3-13-13
ベルコーナ101
☎090-9117-5423
教室日 月・木曜日
15:00~20:00
有



下野新聞Presso倶楽部

ゴルフコンペ

どなたでも参加できます
参加者募集中
定員になり次第終了

開催日 **2023年 10月27日(金)**
組数 **残りわずか!**

会場 **ア) セブンハンドレッドクラブ**
さくら市早乙女2370
TEL.028-686-0700

申込方法 **3名以上1組で、FAX または 応募フォームよりお申し込みください**

スタート時間 各組のスタート時間は事務局にて決定後、申込者(代表者)に郵送にて通知いたします。

プレー費 Presso倶楽部会員...7,500円
一般(非会員)...8,000円
[税込・ゴルフ振興基金込み・昼食・利用税込]
※参加費用は当日会場にて支払い
※Presso倶楽部2023商品券の使用も可
コンペ参加費は無料です

Presso倶楽部とは
栃木県内の流通を促進し、地域の活性化につなげることを目的とした会員組織です。2023年度に全面リニューアルをし、男女問わずご利用いただけるようになりました。改めて読者のために設立した会員組織で、商品券の利用を通じ、会員様と協賛各社様をつなげる倶楽部を目指していきます。
※募集口数に達しましたので、2023年度の会員募集は終了いたしました

必要事項
●「プレッソゴルフコンペ申し込み」の件名
●会員番号(Presso倶楽部会員のみ)
●氏名 ●住所
●日中連絡可能な電話番号 ●参加人数
●同伴者(氏名・住所・電話番号・年齢・会員番号)

参加資格 県内に在住、在勤および県内ゴルフ場の会員で、ラウンド経験がある小学生以上の方

賞品 上位10名に賞品を進呈。(その他飛び賞として商品多数)参加者全員に参加賞あり。

競技方法 18Hストロークプレー、ペリア方式、ハーフ集計

お問い合わせ 下野新聞Presso倶楽部事務局 TEL. 028-625-1147(平日9:30~12:00、13:00~17:00)

季節のお花のある暮らし

Mia de 花あそび

アドバイザー
フラワーアレンジメント講師
Atelier Emuse 浅井恵美子

Vol. 12

ガラスドームでフラワーケーキアレンジ

お手頃価格でかわいく！



パール調シールやレースだけでなく、ガラスドームも100均で購入(300円商品です)！ドライフラワーや造花を使うので、生花よりも長く楽しめます。色の組み合わせを変えれば雰囲気もガラッと変わりますよ。



ハサミ、カッター、パール調シール、レース、ガラスドーム、ボンド、カラー スポンジ、好みのドライフラワーや造花



Step.1 スポンジを丸くカットし3段に重ね少量のボンドで固定。スポンジの周りにレースを、スポンジの縁にパール調シールを貼ります。ガラスドームを被せてみてぶつからないか確認。



Step.2 ドライフラワーや造花を短くカットし、少量のボンドをスポンジに付け、バランスを見ながら固定。時々ガラスドームを被せ、お花にぶつからないか確認して進めましょう。

今回のお花を買ったのはココ！

ジョイフル本田 宇都宮店



① 上三川町磯岡421-1
② 0285-57-2111
③ 2,452台
④ https://www.joyfulhonda.com/
※定休日、営業時間等詳細はHPを参照
※入荷状況により花材の種類に変動有り

レンタルオフィス シェアオフィス

- *起業したい方
- *創業間もない方
- *自分のオフィスを持ちたい方
- *オフィスの経費節減をされたい方



完全個室
Wi-Fi完備
エアコン完備
月額8,800円から

レンタルオフィス・シェアオフィス

Leap8

宇都宮市戸祭町 2638-12

Leap8(リープエイト) 検索

内覧のお申込みはこちら



輝く街の きらりリスト

熱いプレーで日光に恩返しを
H.C.栃木日光アイスバックス 寺尾有利選手



Teruo Yuri
@ICEBUCKS close up!

アジアリーグアイスホッケーのH.C.栃木日光アイスバックスのフォワードとして活躍する寺尾有利選手。日光東中学校から駒澤大学附属苫小牧高校を経てバックスへと入団、USHL(ユナイテッド・ステイツ・ホッケー・リーグ)やECHL(イーストコースト・ホッケー・リーグ)への挑戦を果たした、闘争心あふれるプレーが持ち味の地元選手である寺尾選手にお話を伺いました。

一新シーズンが開幕しました。現在の調子はいかがですか？

「これまでで一番良いんじゃないかと思うぐらい調子はいいです。チームの中でも一番走っていますし、体力測定の数値も良いです」

一地元選手としてバックスでプレーすることをどう捉えていますか？

「若い頃は結構やんちゃだったので、いろいろな人に迷惑をかけてしまいました。その分、自分が熱いプレーをすることで少しでも地元に戻元できればと考えていま

す。自分が活躍して、少しでも地元を盛り上げたいと思っています」

一子どもたちに無料でアイスホッケースクールを開講しているのもそんな気持ちから？

「どうしてもメジャースポーツに子どもたちが流れてしまう中で、少しでもアイスホッケーに触れて欲しい、選んでくれればという思いで始めました。未経験者も参加できるので、アイスホッケーを通していろいろな経験をして欲しいと思っています」

一今シーズン、どんなプレーを見て欲しいですか？

「コロナ禍を経て、技術の部分ではなく、ハードワークや気持ちを前面に出す部分もより見られていると感じています。結果も当然大切ですが、お客さんの心を少しでも動かし、勇気を与えられるプレーを見せていきたいです」



H.C.栃木日光アイスバックス
https://www.icebucks.jp

ペットトーク 子供たちの自己肯定感を高めよう

第1回 自己肯定感チェックシート

「〇」の数は何個かな？コロナ禍前と今を比べてみましょう。

- 笑っている時間が増えた。
- 自分から遊びを見つけれられる。
- 部屋の片づけが出来る。
- 嫌なことを人のせいにならない。
- いろいろな事(物)に興味を持っている。
- ゲームや遊びに夢中になっている。
- みんなとお話しが大好きです。
- お友達に優しい。
- みんなの応援が出来る。
- 自分の応援が出来る。

「〇」の数8個以上・・・自己肯定感が高い。
4個以上・・・自己肯定感が普通。
3個以下・・・自己肯定感が低い。

evolve 合同会社Team evolve
ペットトーク認定講師 石田栄美子



GO SURVIVE 25th W LEAGUE

協会チケットサイト | Wリーグ チケットサイト

チケットの購入はこちらから▲
当日券もあり

女子バスケを応援しよう！ Wリーグ宇都宮大会開催！

2023 10.14(土) 15(日)
前売りチケット好評発売中

会場 宇都宮市体育館
宇都宮市元倉5-6-18 (ブルックスアリーナ宇都宮)

第1試合▶13:30
チャンソン化粧品 V-MAGIC Vs アイシウンウイングス

第2試合▶16:00
トヨタ紡織 サンシャインラビッツ Vs 東京羽田ウィツキーズ

10月15日(日)は前座試合開催
宇河地区ミニバスケットボール大会男女決勝戦！〈女子9:20～/男子10:30～〉
※観戦無料・試合終了後に入れ替え有り

問い合わせ 宇都宮市バスケットボール協会 Wリーグ宇都宮大会運営委員会
Info-uba@utsunomiyabba.com

初心者歓迎 ～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

働く女性に 子育てママに 参加無料 完全予約制

参加者全員にプレゼント！

開催日時 11月3日 金・祝 10:00～11:45(受付 9:40～) 35名様限定

会場 宇都宮市文化会館 宇都宮市明保野町7-66 第1会議室(駐車場有)
※女性限定(※お連れ様に限り男性可 ※お子連れ不可)

講師 菅原 洋介 アクサ生命保険株
2級ファイナンシャル・プランニング技能士
トータルライフ・コンサルタント(生命保険協会認定FP)

プロフィール
年間100件以上、個別相談とライフプランの作成をお手伝いさせていただき、「夢を叶えるためには何が必要か？」をお客様と共に考えております。

お申し込み方法
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 10月22日(日)必着

※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10/27(金)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。

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-230905/847-944

Mia 読者プレゼント

応募締切
10月17日(火)
必着

5名様

栃木県産梨「にっこり」(5kg)

生育状況が早まっていることにより、にっこり梨がご用意できない可能性がございます。その場合は、違う商品の発送となります。

「にっこり」は、栃木県生まれのブランド品種です。大玉で、果肉は糖度が高く、シャリっとした食感とジューシーな味わいが特長です。インターネット通販サイト「JAタウンとちぎ新鮮倉庫」でお買い求めいただけます。

提供：JA全農とちぎ

栃木県産梨にっこり



だもつぞとちぎ

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ふれあい食材/JA全農とちぎ



だもつぞとちぎ

5組
10名様

さくら市ミュージアム 企画展招待券(10/14~11/19) 「第78回 春の院展」

提供：下野新聞社



応募方法

Miaを読んだ感想と今後Miaで取り上げてほしい記事、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。

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



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。

Mia's cooking!

delicious and fun!

今月のレシピ とちぎのお米を使って 鮭とコーンの炊き込みご飯

調理時間 約10分
※炊飯の時間は除く



＜材料＞2合用

- ・米……………2合
- ・鮭切身……………2切
- ・スイートコーン……………100g
- A 酒・みりん・しょうゆ……………各大さじ2
- A 白だし……………大さじ1
- ・バター……………お好み
- ・万能ねぎ(小口切り)……………適量

2合分あたり

カロリー 1,468kcal / 塩分 9.1g

＜作り方＞

- ① 米は研いで30分以上浸水させ、ザルにあげて水気を切る。
- ② 炊飯釜に①、Aを入れて2合の目盛りまで水を加える。
- ③ 鮭・コーンをのせて炊飯する。
- ④ 炊き上がったら鮭の骨と皮を取り除き、ほぐしながら全体を混ぜる。
- ⑤ 器に盛り、お好みでバター・万能ねぎを散らす。



レシピ提供…JAふれあい食材/JA全農とちぎ



pickup Books

BOOK FOREST 森百貨店
芳賀郡芳賀町祖母井南1-10-8
☎ 028-677-0017
book-forest.jugem.jp

最初の質問



詩：長田弘 絵：いせひでこ 発行：講談社 本体価格：¥1,650 (税込)

忙しい日常にふとあらわれたオアシスのような質問。「今日、あなたは空を見上げましたか。」絵本を開くと、五感に優しく吹くそよ風のような絵に包まれる。問いかけてくる詩にいつのまにか心の扉を開き、はからずも自分自身と向き合い大切な人を想う。絵本の余白を埋めて行くかのように感情があふれる。どんな時でも、誰が読んでも、誰に贈ってもその人の人生の葉となり、心に一時の休息と潤いを与えてくれる絵本。

アライバル



作・絵：シヨーン・タン 訳：小林美幸 発行：河出書房新社 本体価格：¥2,750 (税込)

衝撃的な文字のない絵本。主人公の男は妻と娘に別れを告げ、海を渡って見知らぬ土地で新しい生活を始める。そこは奇妙な生き物や食べ物など非現実的かつ幻想的な街。未知の世界に初めて上陸した人間が漂わせる冒険心と驚きや、過去の自分を捨てる辛さと新しい人生を歩むチャンスを手にした幸が、精密なタッチでセピア色に描かれている。その圧倒的な絵は、言葉が聞こえてくるような説得力です。“読み応え”のある絵本。

HOTEL NEW ITAYA

丘みどり

クリスマスディナーショー

2023 12.4月

第1部	第2部
受付 16:00~	受付 19:40~
ディナー 16:30~	ディナー 20:00~
ショー 17:30~	ショー 21:00~

TICKET
お一人様(全席指定) **¥30,000**

好評発売中

※チケットは前売りのみです。ご予約後のキャンセルについての払い戻しは致しかねます。尚お席は全席指定席で当日のご案内となりますのでお電話でのお問い合わせはご遠慮下さい。※中学生未満のお子様のご同伴はご遠慮ください。※アーティスト本人へのプレゼント等は全て受付にてお預かり致します。※会場へのビデオ・カメラの持ち込み及び、携帯電話のご使用は固くお断り致します。※会場内は全て禁煙となります。※本公演をご利用の方に限り宿泊料を半額でご提供致します。※当日お車を運転される方の飲酒は固くお断り致します。

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!

庭木1本より明瞭料金!
トイレはお借りしません
お茶はご遠慮します
土日でもOKです

「中小企業からニッポンを元気にプロジェクト」
公式アンバサダー 郷ひろみ

Miaをご覧の方に
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
栃木さくら店 さくら市草川 54-3
営業時間 9:00~17:00