私の街、私の暮らし タウン情報紙
Mia ミア
◆ Miaはイタリア語で「私の」という意味です

宇都宮市内に110,000部発行

発行 栃木ダイレクトコミュニケーションズ
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に関するお問い合せ
0120-38-0035（平日9:00～17:00）
instagram @mia_shimotsuke

TAKE FREE
vol.114
2024 2.23
次号発行は3月9日です



お祝いやおもてなしにも 華やかに彩る仕出し弁当

豊富な知識と経験をもつ「五つ星お米マイスター」が、全国各地の米を厳選し精米する同店。注文を受けてから手握りされるおにぎりや、真心たっぷりのお弁当も人気です。数あるテイクアウトメニューのなかで、店一番のおすすめが、華やかさあふれる「彩り四季膳（1,260円）」。脂ののった銀だら西京焼きや煮物、フライなど季節のおいしさを楽しめる彩り豊かなおかずは、ミネラル栽培米「横綱米」の白飯や雑穀米との相性抜群！ 5,000円以上の注文で、市内全域に配達サービスも可能。（ネット注文、または3日前までにお電話ください）



お米ひろば さとう
宇大前店
住 宇都宮市峰3-31-46
☎ 028-637-3888
配達予約専用 ☎028-666-8690
営 9:00～18:00
休 無休 P 5台

御幸ヶ原店
住 宇都宮市御幸ケ原町68-27
☎ 028-663-1050
配達予約専用 ☎028-666-8690
営 9:00～18:00
休 無休 P 8台

Present
注文時に「Mia114号を見て」と伝え
「彩り四季膳」20個以上ご注文の方に限り、
250mlのお茶を人数分サービス
（有効期限 2024年4月30日ご注文分まで）

花 便利屋 地域密着、宇都宮の便利屋さん
ハナマル WORKERS
お引越お任せください!!
単身パックもやってます。
その他、剪定、伐採・草刈り・害獣駆除・遺品整理
お部屋の片付け・不用品の処分 などなど‥
※保険も入っているので安心♪
080-5430-0870
本店／宇都宮市平松本町785-2　清原支店／宇都宮市鐺山町699-35
営業時間 8:30～21:00　年中無休
ハナマルワーカーズ 検索
女性スタッフも在籍中♪
一般廃棄物収集運搬業許可第423号
貨物軽自動車運送事業許可

トヨタカローラ栃木から
おクルマの買い方のご提案！
残価設定型クレジット きぶなプラン※
金利 ふな 2.7%
例えば5年契約のお支払例
おすすめ！
RAV4
Photo:
RAV4 特別仕様車Adventure “OFFROAD package II”
［ベース車両はAdventure（ハイブリッド車）］
（2.5L+モーター・E-Four・5人乗り）
ボディカラーはアティチュードブラックマイカ（218）×アーバンカーキ〈6X3〉［2ZF］（消費税込み110,000円）はメーカーオプション。下記の価格には含まれておりません。
車両本体価格
450.3万円（消費税込み）

きぶなプランなら月々
21,300円
ご購入時お支払い額（頭金）……500,000円
初回お支払い額……23,817円
月々お支払い額（2回目以降）×48回 21,300円
ボーナス月お支払い額（×10回）……50,000円
最終月（60回目）お支払い額……2,926,950円
お支払い総額（割賦販売価格）……4,973,167円
■最終月（60回目）お支払い金額
①同じ販売店で新車にお乗り換えの場合 0円
②車両をご返却の場合 0円
③お買い取りいただく場合 2,926,950円
「きぶなプラン」は2024年3月登録、支払開始月2024年4月、ボーナス7月・1月。5年/60回払い、金利は2.7%で算出。メンテナンスパスポート（36ヶ月）［消費税込み85,000円］とグラスコーティングガードコスメ［消費税込み82,000円］はお支払い総額に含まれます。
※きぶなプランは、トヨタカローラ栃木で新車を残価設定型クレジットでご購入の上、メンテナンスパスポートの加入と当社取扱いのボディーコートの施工を条件とさせていただきます。（車種や加入期間、種類によって金額は異なります。）詳しくはトヨタカローラ栃木の店舗へお問い合わせください。

残価設定型クレジット
車両本体価格の一部をあらかじめ下取り価格（残価）として据え置き、車両総額から残価を除いた、残りの金額を分割でお支払いただくプランです。
頭金 ＋ 月々のお支払分（分割払分）
残価（最終回お支払分）
※上記イラストはイメージです。実際の契約内容によって異なることがあります。
残価のお支払いは3つの中からお選びいただけます。
1. 新しいクルマにお乗り換え※1
2. このクルマをお買い上げ※2
3. カローラ栃木へご返却※1
※1. 最終回のお支払いは原則不要ですが、残価は車両状態が事前に定められた状態の場合のみ保証致します。基準を超えた場合、別途清算金をいただきます。※2. 再クレジットは別途審査があります。ご希望に添えない場合がございますのでご了承ください。再クレジット時は、別途所定の再分割手数料が発生致します。●詳しくはスタッフにおたずねください。
*車両本体価格はタイヤパンク応急修理キット付です。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。
きぶなプランのお支払い総額には保険料、税金、登録料等の諸費用やリサイクル料金が含まれます。掲載内容は2024年2月現在のものです。詳しくはスタッフにおたずねください。
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
トヨタカローラ栃木 検索
RAV4について詳しくはこちらから

新たな発見＆出会いも楽しみ

清巌寺通りエリア

SEIGANJIDORI

Mia de まちあるき

オススメ

中心街の細い通りをお散歩

宇都宮城主ゆかりの古刹・清巌寺のある「清巌寺通り」。細い通り沿いには、わざわざ訪れたくなるスポットが点在。新たな発見やステキな出会いもあるはず！のんびりお散歩を楽しんで♪



テーブル以外の座席情報
個室…㊐ 座敷…㊎ カウンター…㊒ ソファ…㊍ テラス…㊟

※紙面上の価格はすべて税込価格です。







上：日替わりランチ「煮込みハンバーグ（サラダ・前菜盛合わせ・ご飯・味噌汁・ドリンク・プチデザート付・1,500円）」 左：「季節のパフェ いちご（1,100円）」※数量限定のため予約がお勧め

お野菜たっぷりランチをの〜んびり隠れ家カフェで♪

清巌寺通りから細〜い小道の奥、住宅街にひっそりとある「隠れ家ASA（あさ）」。少々分かりづらい場所にも関わらず、わざわざ訪れたくなる“隠れ家”カフェです（店舗＆駐車場の詳しい案内はお店のインスタ・ブログに掲載）。

床暖房の暖かさにも癒やされる空間で味わえるのは、化学調味料は使わず、手作りする日替わりランチ。3種から選べるメインに、主に無農薬野菜たっぷりの前菜プレートが付き、つやつや無農薬米のご飯がすすみます。苺から夏には桃、メロンなど旬の果物を贅沢に使う「季節のパフェ」、夜にはおまかせの料理とお酒もお勧め。「作り置きせず、店主一人で調理するため、のんびりお過ごしいただければ幸いです」。

隠れ家ASA（あさ）〜おうちごはん〜

住 宇都宮市千波町17-11 ☎ 028-643-0551
営 12:00〜22:00（L.O.21:00）
※全時間帯前日までの予約制。予約電話は14:30以降に
休 日曜、祝日 ほかインスタ参照 席 9席（㊒）
P 3台 HP instagram @kakurega_asa

2





左：丁寧な職人の仕事により、ふっくら艶やかに焼き上げる「うな重 松（肝吸い・香の物付・4,950円）」

職人の技と心意気。ふっくら、とろける江戸前の鰻料理♪

鰻といえば「川蝉」。そう名前を挙げるファンが多く、夏の土用の丑の日ともなれば行列のできる鰻料理の名店です。静岡産活き鰻を毎朝さばき、丁寧に骨とヒレを引き、蒸してから秘伝のタレにくぐらせ焼き上げます。

「職人の仕事はこれで良いということはない。日々勉強です」と話す、店主による艶やかで肉厚な江戸前の蒲焼きは、ふっくら、とろけるような食感が格別です。夜には、旬の魚介のお造りから、肝焼き、白焼きなどとこだわりの地酒、〆に鰻重まで。一品一品から職人の技と心意気、おもてなしの心が伝わります。2階には個室（4〜5人・10人収容の個室2部屋）もあり、予算に応じたおまかせのコースは早めに予約をしてお出かけを♪



かわせみ 川蝉

3

住 宇都宮市大通り5-1-19 ☎ 028-625-5483
営 11:30〜13:30／17:00〜21:00（L.O.20:30）
※土曜の昼はテイクアウトのみ。夜は通常営業
休 日曜、祝日 席 20席（㊐・㊎） P 近隣コインP有



「日本風グリーンカレー（エビまたはチキン、箸休め3点付・1,100円）」。サラダ・ドリンク・ジェラート付き（＋200円）にもできる

独自レシピが満載！昼はカレー＆夜は和風イタリアン酒房♪

昼は11種類から選べるカレー店、夜は「和風イタリアン酒房」という「和仁」。「和のエッセンスを加えた創作イタリア料理店のほかに、いつかカレー店も…」。そんな夢をランチタイムで実現させて今のスタイルに。和食とイタリアンで修行した店主ならではの楽しい創作メニューが満載です。

ランチで一番人気は「日本風グリーンカレー」。独自ブレンドの白味噌と出汁醤油によるまろやかなコクと、山椒がふわりと香る「和仁」らしい一品です。夜の名物といえば、とろ〜りチーズの「ラクレット」のほか、生食用として厳しい基準をクリアした鹿児島直送の鶏肉を使用した料理（写真右上）、「ごぼうのパン粉揚げ」もおしゃれな空間で、ぜひ♪



夜限定「鶏ささみのレア天ぷら」と「ホクホクジューシーなごぼうのパン粉揚げ」



和風イタリアン酒房 和仁（わじん）

1

住 宇都宮市千波町17-27 ☎ 028-612-4997
営 11:00〜15:00（L.O.14:00）
18:00〜23:00（L.O.22:00）
休 日曜 席 28席（㋐）※ロフト（㋥）は夜のみ
P 近隣コインP有 HP instagram @wajin_itarian



資産運用始めの1歩はここから！

知って得するマネーセミナー

お金に関する不安や悩みについて、10年後のあなたを変えるマネーレシピの数々をファイナンシャルプランナーがわかりやすく解説します。お気軽にご参加ください。

初心者向けの内容！　セミナー参加無料！　ファイナンシャルプランナー個別相談も無料

日程
2月25日（日） 13時30分〜15時30分（受付：13時15分〜）
3月 2日（土） 13時30分〜15時30分（受付：13時15分〜）

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D
JR宇都宮駅から徒歩4分
栃木県宇都宮市駅前通り1-3-1 KDX宇都宮ビル B1階
※提携駐車場はございません 近隣のコインパーキングをご利用くださいませ。

詳細
参加費 無料!!
申込人数 各回20名様限定
※申し込み多数の場合は先着順、お子様連れ不可、金融機関関係の方の参加はご遠慮ください。
応募締切り 各回セミナーの1日前まで
[ファイナンシャルプランナーによる個別相談：無料]

ひとつでも気になれば是非ご参加ください！

セミナー内容

- ☐お金の貯め方がわからない
- ☐2025年問題!?資産を守るために何が必要？
- ☐投資って必要なの？
- ☐「新NISA」や「iDeCo」ってそもそもなに？
- ☐資産づくりを始める前に押さえておきたい基礎知識とは？
- ☐カンタン節約術を知りたい
- ☐私にとって正しい保険のカタチは？



講師紹介



AFP
2級ファイナンシャル・プランニング技能士
坂場 祐太
女性向けマネーセミナーなど数多くの講師経験を持ち、年間200件以上のお金の個別相談を実施。



2級ファイナンシャル・プランニング技能士
矢田部優貴
これまで累計500件以上のお金の個別相談を実施し、実体験を踏まえた子育て費用や住宅ローンのご相談、ライフプランの作成など、お客さまにあったコンサルティング提案を実践しています。

Bisicon Next 株式会社ビジコンネクスト

お申し込み方法 「知って得するマネーセミナー」参加希望の方は、QRコードもしくはURLからお申し込みください。

［お問い合わせ］
029-846-6123（平日9:00〜17:30 担当/坂場・矢田部）
茨城県つくば市研究学園5-2-4 サンライズビル8F

［URLからお申し込みの方はこちらから］
https://www.b-con.co.jp/form/2024seminar_TKB01
右記QRコードからでもお申し込みいただけます。申し込み完了後メールが届きます。

申込フォーム

Utsunomiya Irodori Landscape

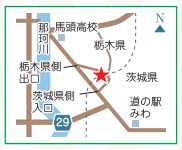
Mia彩風景

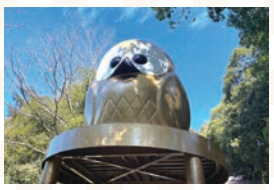
幸運を運ぶ神鳥・フクロウがいっぱいのパワースポット



栃木県と茨城県の県境にまたがる、全国でもめずらしい神社。大鳥居と本殿の中央を県境が通っています。境内は自然環境保全地域に指定されているほか、茨城県と栃木県、両県の指定文化財にもなっています。

近年は“フクロウ神社”としても注目が集まっています。御祭神は「天日鷲命（アメノヒワシノミコト）」という鳥の神様。“不苦労”“福来郎”"福老”とも記されるフクロウが、幸福を招く神様のお使いとして崇敬されています。境内にある日本一の大フクロウ像をはじめ、約100体のフクロウ像を拝観できる「福ふくろうロード」や「ふくろうのポスト」などがあり、パワースポットとして人気。山頂にあるので、見晴らしも抜群です。





とりのこさんじょうじんじゃ
鷲子山上神社
住 那須郡那珂川町矢又1948
問い合わせ先
鷲子山上神社社務所　0287-92-2571

Henshubu Recommend Ippin

Miaの逸品

自然の素材でつくるほっこりかわいい松ぼっくりアート！

“見て、触れて、想い描く”を大切に、大人から子どもまで楽しくアートに触れられる図画工作教室「HOP図工室」。松ぼっくりを使ったかわいいアート『まつぼっくりこ』は、松ぼっくりを羊毛などで自由に彩った作品です。松ぼっくりは一つひとつ大きさも形も違うので、どんな作品が生まれるかは完成するまで分からないのもワクワク！



「まつぼっくりこ」

図工室ではたくさんの『まつぼっくりこ』や陶芸作品が出迎えてくれます。イベントにも出店しているので、体験してみたい方はInstagram（@hop_artroom）でチェック。絵画や造形などが学べるクラスもあるので、HPも覗いてみて！



Arts＆Crafts ホップ図工室
住 宇都宮市南大通り3-6-14　☎ 070-3772-2127　HP https://saya-saya.jimdofree.com



上：オリジナルメニュー「ヤキソバゲッティ（サラダ・ドリンク付・850円、大盛り950円）」
右：「ストロベリーチーズBIGタワーパフェ（880円）」。11種類から好みのアイスを選んで注文を





メロディハウス 4
住 宇都宮市大通り5-1-13　☎ 028-621-8162
営 11:00～16:00※ランチは15:00まで。夜は予約制
休 日曜、祝日（貸切パーティーは可能）　席 60席（個）　P 8台

ヤキスパ、BIGパフェなど名物いっぱい！地域の憩いの喫茶店♪

大通りの1本北の路地、2階が店舗のカフェレストラン「メロディハウス」。創業から47年、音楽好きなマスター夫妻による温かな雰囲気と、ボリューム満点のランチが近隣で働く人や通院帰りの人たちの心とお腹を満たします。

「オムライス（毎週木曜限定）」「BIGタワーパフェ」など、数々の名物の一つが、焼きそばに見えて、実は“焼きそば味のパスタ”という「ヤキソバゲッティ（通称＝ヤキスパ）」。たっぷりの具材と、しっかりソースが染みこんだアルデンテのパスタが絶妙です。夜（予約制）には、手作りの料理とお酒、〆にマスターの気まぐれで作る夜限定「進化版ヤキソバゲッティ」もお勧め。ランチのテイクアウトも気軽に電話予約を♪





左：直売所からも垣間見ることのできる製麺の様子　上：餃子の皮の切れ端や、生パスタ、中華麺（100円）、各種スープなども並ぶ直売所

こだわり製法の麺を直売。生パスタ、餃子の皮の切れ端も人気♪

1946（昭和21）年創業の製麺所。市内有名ラーメン店を中心に、その品質と味に惚れ込む料理人からの注文に応え、こだわりの麺を作り続けています。

直売所では、“できたて”の麺を一般にも販売。プロも使う、ちぢれ麺、博多麺、つけ麺などの中華麺。生パスタや「餃子の皮の切れ端」も大人気です。「フードロスで頭を悩ませていた、餃子の皮の製造の際に残る切れ端を様々なレシピで楽しんでいただき、うれしいです」と3代目代表の蕪木陸さん。3月（予定）からは、伝統製法による「せいろ2度蒸し麺」を使用し、直売所で調理・販売する「焼きそば」もスタート。毎月第3土曜（原則）の特売日などの情報も、SNSを確認して気軽にお出かけを♪



松崎屋製麺所 5
住 宇都宮市大通り5-3-13　☎ 028-622-6260
営 9:00～18:00※土曜は16:00まで
休 水・日曜、祝日　P 2台
HP instagram @matsuzakiyaseimenjyo



TICKET INFORMATION
チケット情報 ●一般販売中

インターネット販売
「IB チケット」（アイビーチケット）
● 一般販売中（24 時間受付可能）
・URL:https://icebucks.tstar.jp/（PC、モバイル）

店舗販売
「TSUTAYA 今市店」（営業時間 9:00～22:00）
・住所：〒321-1261 日光市今市 1091-1
・TEL：0288-21-4800 ※当日券の販売はございません。（試合開催前々日 12:00 まで購入可能）

Mia De Life プラス　～あなたの暮らしを豊かに便利に！～

知　自転車に乗る人は全員加入必須！自転車保険

幼稚園児から年配の方まで、あらゆる世代が利用する自転車。2022年7月から、栃木県でも自転車保険加入が義務化されたのはご存知ですか？免許も必要とせず、誰でも気軽に乗れる自転車ですが、事故を起こし責任が自分側にある時には賠償が発生します。それは小さなお子さんだとしても変わりません。

自分や家族が自転車保険に入っているかを改めて把握して、「うっかり入ってなかった」ということがないようにしましょう！

●どんな時に自転車保険が必要？

○自転車走行中に人に衝突し、相手に怪我をさせてしまった
○自転車走行中に車や塀などにぶつかり、傷をつけてしまった
○自転車にはねられ、怪我をしてしまった
○自転車走行中に自分で転倒して、怪我をしてしまった　など

●自転車保険にはどんな種類がある？

○単体の自転車保険
○自動車保険に特約としてつける「個人賠償責任保険※」
○火災保険や傷害保険に特約としてつける「個人賠償責任保険※」
○TSマーク付帯保険（点検日から1年以内）
○クレジットカードに付帯した保険　など
※名称は保険会社により変わります

●今すぐチェック！

□まずは自分や家族が自転車事故をカバーする保険等に入っているかチェック！
□入っているつもりでいても、補償期間が切れていないかチェック！

もし保険に加入していない状態とわかったら、すぐに加入しましょう！
自転車保険や個人賠償責任特約は、それぞれ賠償内容、賠償金額、補償の対象などが変わります。示談交渉サービスや弁護士費用、ロードサービスなどの付帯サービスも異なります。どのくらいの補償をつけるかは、よく検討のうえ加入してください。

繰り返しになりますが、「免許も必要のない、小さな子どもでも乗れる自転車」でも、相手に重大な怪我などを負わせてしまったら（最悪のケースでは命を奪ってしまったら…）、高額な補償が必要になります。義務化されたこともありますが、年に数千円の保険や特約でその補償をカバーできるのですから、自転車に乗る家族がいるなら全員加入しましょう！



FPライター　いいのゆみこ

美　ホットヨーグルトでお手軽腸活

腸内環境が改善されると、免疫力の向上、花粉症などのアレルギー症状の緩和、デトックスや美肌効果、抗ストレス作用に効果があるといわれています。整腸作用のあるヨーグルトは、温めるとさらに乳酸菌の効果がアップ。ホットヨーグルトで手軽に腸活、はじめてみませんか。



●材料（1人分）

プレーンヨーグルト…100g
ハチミツ、シロップなどの甘味料やトッピング…適量

●作り方

①耐熱容器にヨーグルトを入れる。
②ラップなしで電子レンジ（500W）で約40秒、ひと肌（40℃）程度になるまであたためる。
③好みのトッピングを加え、よく混ぜる。

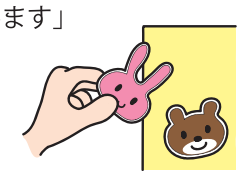
ヨーグルトは加熱しすぎると乳酸菌やビフィズス菌が死滅してしまうため、高温ではなくほんのり温かいぐらいでOK。また、腸の働きが最も活発になる22～翌2時のゴールデンタイムに合わせ、夕食後に食べるのがおすすめです。ぜひお試しを！

住　マグネットシートの活用術

キッチンや子ども部屋の一部に貼るだけで、暮らしがグンと快適になるマグネットシート。今回は、実際にマグネットシートを活用している主婦のマロンさんに、お話をお伺いしました。

「我が家では、子ども部屋の一角に大きめのマグネットシートを貼っています。壁に貼れ、きれいにはがすこともできるので、好きな場所に張り替えることも可能。子どもが小さい頃は、目線に合わせ低い位置に貼り、数字やキャラクターのマグネットで自由に遊べるようにしていました。少し大きくなってからは、手に取りやすい位置に貼り替え、小さな強力磁石を片面に貼り付けたハサミやセロハンテープなどの文具品を、直接シートに貼って、すぐに使える収納シートとして活用。キッチンに貼ったマグネットシートは、水性ペンでも書き込めるタイプなので、買い物メモやレシピなどを貼ったり、書いたりしています」

大きさや素材など、種類も豊富なマグネットシート。
空間に合わせた使い方で、暮らしの質をあげてみましょう。



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

Mia's cooking　delicious and fun!

今月のレシピ
●牛肉とトマトのコク旨和風ポトフ
●こんがり豆腐ステーキ

調理時間 約20分

〈 材料 〉2人分

牛肉とトマトのコク旨和風ポトフ

・牛切り落とし肉 …… 100g
・トマト …… 小1個
・キャベツ …… 200g
・たまねぎ …… 小2/3個
・麺つゆ …… 大2
・水 …… 500ml
A バター …… 大1と1/3
A 塩、粗びき黒こしょう …… 少々

こんがり豆腐ステーキ

・豆腐 …… 1パック
・油 …… 大1/2
B 酒 …… 大1
B しょうゆ …… 大1
B みりん …… 大1
・刻みのり …… 2/3袋
・葉野菜 …… 適量

〈 作り方 〉

牛肉とトマトのコク旨和風ポトフ

❶ キャベツは芯を残してトマト、玉葱と共にくし形切りにする。
❷ 鍋に水、麺つゆ、キャベツ、玉葱を入れて煮立て、牛肉を加えてアクを取り、蓋をして中火で煮る。
❸ 火が通ったら、トマト、Aを加えてさっと煮る。

こんがり豆腐ステーキ

〈下ごしらえ〉豆腐は1人3切当てに切り、充分に水気をきる。
❶ サニーレタスはちぎる。
❷ フライパンに油を熱して豆腐を両面こんがりと焼き、Bを加えてからめて❶と共に盛り、刻みのりを散らす。



レシピ提供：YOSHIKEI ヨシケイ栃木フーズ

Mia 読者プレゼント　応募締切 3月5日(火) 必着

5名様　栃木県産 季節のおまかせ花束

栃木県は、お花の栽培も盛んなんです！ＪＡ全農とちぎのホームページでは、栃木県産のお花を購入できる「とちぎの花販売協力店」を紹介しています。

とちぎの花公式Instagramも開設中！ Instagram内で「＃とちぎの花」と検索してみてください。また、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、栃木県産の花束を販売しています。

提供：ＪＡ全農とちぎ



3組6名様　MOVIX宇都宮 劇場招待券

提供：MOVIX宇都宮





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。

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。

参加受付中

宇都宮市が主催する
小学4～6年生向けの職業体験

体験期間 2023年11月～
実施日 土・日・祝、冬休みなどの長期休業期間
場　所 市内のお店、工場など

参加無料 要登録

おうちの人と進めてね♪

まずはHPで会員登録しよう！

登録や詳細はこちらからチェック!
https://miya-try.jp

宇都宮市職業体験
宮っこトライ
MIYAKKO TRY

問い合わせ対応窓口
宇都宮市 職業体験「宮っこトライ」運営事務局
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式会社
TEL▸050-1741-8055（平日17:00～20:00、土日祝・冬休み・春休み9:00～16:00）
E-mail▸miyakko.try@gmail.com
職場体験「宮っこトライ」運営業務受託事業者／株式会社下野新聞社

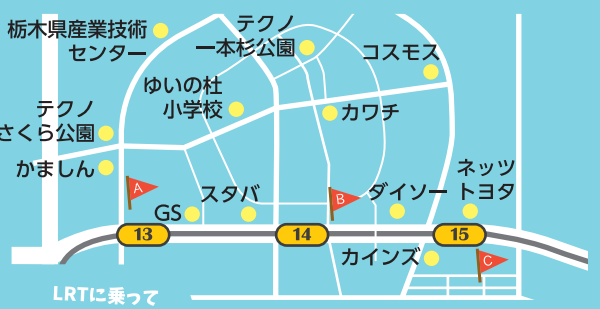
協力事業者も随時募集中！
HPで企業情報や体験内容を掲載いたします
2024年4月以降に体験実施予定の事業者はHP登録のみも可能です。
詳細はお気軽にお問い合わせください。

LRT特集 シリーズ第7回

ライトラインに乗ってみよう！

各駅周辺のおすすめのお店をご紹介！

13 ゆいの杜西　14 ゆいの杜中央　15 ゆいの杜東



LRTに乗っておでかけしてみましょう♪

3店舗の詳細を動画で見られます
もっと詳しく♪

協力：宇都宮ケーブルテレビ
宮チャンネルでも放送予定です！

Mia × U-CAT-V 宇都宮ケーブルテレビ
ケーブルTVインスタグラムに掲載中！

13 ゆいの杜西

とんかつ みくりや　A





住 宇都宮市ゆいの杜4-1-59
☎ 028-612-3925
営 11:30～15:00（L.O.14:00、ドリンクL.O.14:30）
17:00～21:00（L.O.20:00、ドリンクL.O.20:30）
休 月曜
P 25台

地産地消をテーマに、老若男女問わず楽しめる多彩なメニューがそろいます。やわらかくきめ細かな「手仕込ヒレかつ定食四切（120g・1,518円）」はぜひ味わってもらいたい一品。厳選した霧降高原豚を使い、うまみを最大限引き出すため、じっくり低温で揚げています。広々としたテーブル席、座敷席のほか、個室の座敷席もあります。

14 ゆいの杜中央

麺屋 虎龍（こたつ）　B

豚骨ラーメン発祥の地、九州・久留米の本場の味が楽しめます。久留米で修業し、海外での出店も経験した凄腕店主が作る豚骨ラーメンが味わえます。イチオシは「とんこつ味玉（900円）」。豚骨とゲンコツを長時間かけてじっくり抽出。濃厚でうまみたっぷりのスープにストレートの細麺が絡む、唯一無二の味わいです。



住 宇都宮市ゆいの杜6-17-1
☎ 028-611-1411
営 11:00～15:00（L.O.14:45）
17:30～22:00（L.O.21:45）
土・日曜 11:00～22:00（L.O.21:45）
休 無休
P 有



15 ゆいの杜東

杜のパティスリー ぐるまん　C



基本に忠実に、実直に作った、素材本来のおいしさを感じられるケーキが約20種類並びます。今のオススメは「とちおとめのタルト（530円）」「ショコラキャラメル（480円）」「アールグレイショコラ（480円）」。本来の味わいにこだわった焼菓子も充実。「ライトライン（LRT クッキー10枚入り・2,200円）」は、LRT 乗車記念のお土産にもぴったり！



住 宇都宮市ゆいの杜5-22-16
☎ 028-623-1808
営 10:00～19:30
休 月曜、第3火曜（祝日の場合変動 有）
P 有

おすすめスポット1 テクノさくら公園



宇都宮市ゆいの杜1-5-17
ゆいの杜西停留場より徒歩7分

おすすめスポット2 テクノ一本杉公園



宇都宮市ゆいの杜7-27
ゆいの杜中央停留場より徒歩10分



3月まで全8回に渡り特集していきます

NEXT 最終回 次回掲載は3/23号

芳賀台
芳賀工業団地管理センター前
かしの森公園前
芳賀・高根沢工業団地
周辺をご紹介します♪

2024 3/20（祝水） 1部 12:00～ 2部 17:00～
春分の日 Happy Spring Equinox Day
スペシャルイベント!
仮面ライダーガッチャード ショー
お食事と大迫力のステージ!
日時 2024年3月20日（祝水）
料金 おとな（13歳以上）¥9,000
こども（2～12歳） ¥4,000／幼児（0～1歳） 無料
お弁当・お飲み物・税金・サービス料込 ※幼児は席とお弁当の用意はありません。
仮面ライダーギーツ参戦!
あくしゅ&サイン会
詳しくはこちら
©2022 石森プロ・テレビ朝日・ADK EM・東映 ©2023 石森プロ・テレビ朝日・ADK EM・東映
チケット発売中 お申し込み Tel.028-643-5500
30th 1993.7.1開業 ANNIVERSARY
ホテル東日本 宇都宮
宇都宮市上大曽町492-1
お問い合わせ 0120-888-085

Mia読者還元キャンペーン
Miaを持参で
年末の大掃除で出てきた ずっと家に眠っているものを 査定してみませんか？
キャンペーン 10,000円キャッシュバック
対象 Web・電話にて事前予約をされた方
※キャンペーンは一部対象外商品がございます。適用条件、詳細については店頭、またはお電話にてご確認ください。※10,000円キャッシュバックは、来店・出張買取を事前にご予約いただいた、成約金額5万円以上の方が対象です。
主な買取品目 ブランド品（時計・バッグ・ジュエリー）
金・プラチナ・貴金属・切手・古銭・テレカ
金券（商品券・旅行券・クオカード）
【2024年3月31日まで】
買取専門 いくらや 東武宇都宮駅前店
宇都宮市伝馬町2-10 宇都宮プライムビル1F
☎028-689-8323 10:00～19:00（木曜定休）
ご成約で駐車料金負担いたします。※一部対象外商品あり

ひかりインターネット + Wi-Fi で
お家のネットが使い放題!!
月額4,070円（税込）
使い放題定額制/回線利用料/プロバイダ料
モデムレンタル料/メールアドレス利用料
すべて込みの料金です。
※1G＝1,000M「ひかりインターネット」はベストエフォート型サービスになり、実際の使用における一定の通信速度を保証するものではありません。詳細についてはお問い合わせください。※金額は税込みとなります
土日祝も営業しております、お気軽にお電話ください。
TEL 028-638-8092
地元の皆様と共に歩む
U-CAT-V 宇都宮ケーブルテレビ（株）
〒320-0042 宇都宮市材木町2-10

ページをめくって楽しもう！

下野新聞の使い方

スマホで読みたい方はこちら



大きなニュースがあるときは、1面の「返し」として関連記事が載ることもある「地だね社会面」

めくればつながる世界と日本、栃木県

地だね社会面

1面を読み、1枚めくると目に入るのが3面にある「地だね社会面」です。日々報道される世界や日本国内で起きた大きな事件事故、事象。一見、遠い場所の話に思える社会的事案も、「栃木の目線」で取材すると必ずどこかでつながっているものです。

そうした事案に県内でかかわっている人や活動、影響を受けて始まった新たな動きなど、読者の皆さんに知ってほしい話題をあますことなく紹介しています。最近では能登半島地震に関する県内からの支援、大雪の日に起きた県内での事象など、特に反響が大きい記事もありました。

「『あんずちゃん』は必ず読んでます」という声もありがたくいただきますが…、地だね社会面は生活に直結する話題にあふれています。ここはじっくり、明るい話題もつらいニュースも目を通していただき、栃木で生きる皆さんが世の中について考える参考となればうれしいです。

〈次回は3月9日号に掲載します〉



下野新聞社キャラクター「どっとこちゃん」

お問い合わせ　下野新聞社販売部 ☎028-625-1120

1週間 おためし読み
〈月ぎめ購読料 3,900円(税込)〉
ご購読者は電子版が無料に(しもつけIDご登録後)！

無料

お申し込みはこちらから！

おためし読み　新規購読

■お申し込み受け付けから新聞のお届け開始まで数日かかる場合がございます。あらかじめご了承ください。■ご記入いただいたお客様の個人情報は、下野新聞社販売部から担当の新聞販売店に連絡させていただきますが、担当店において適切に管理させていただきます。下野新聞社は、お客様の個人情報をお申し込み受け付けならびに新聞販売店連絡の記録として一定期間保管させていただきます。なお、おためしの際に購読のご意向などを確認させていただく場合がありますのでご了承ください。■購読料の改定が行われた場合は新購読料とさせていただきます。

いつでもどこでも下野新聞が読めるデジタルサービス

下野新聞 電子版



キーワード・ジャンル検索で
読みたい記事をピックアップ

バックナンバーを
30日分閲覧・保存も可能

初月無料！

電子版だけの **夕刊配信サービス**
スマートフォンアプリ「下野新聞電子版」で、午後7時半以降に夕刊を配信します。

個人向けプラン
電子版 単独プラン
月額 3,564円(税込)



※料金支払いはクレジット決済のみ。
※初回の契約に限り、契約当月での解約が可能です。2回目以降は契約当月の解約はできません。

電子版のお申し込みお問い合わせ
下野新聞社 デジタル局企画開発部
TEL.028-625-1041 [平日10時～17時]
下野新聞電子版　検索　くわしくはこちらから！

Mia's エンタメ 映画情報 Movie Information

映画ドラえもん のび太の地球交響楽(ちきゅうシンフォニー)

3/1(金) 全国ロードショー



©藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK 2024

監督：今井一暁
声の出演：水田わさび、大原めぐみ、かかずゆみ、木村昴、関智一、平野莉亜菜、菊池こころ、チョー、田村睦心、賀屋壮也(かが屋)、加賀翔(かが屋)、芳根京子 他
配給：東宝

“音楽の未来”は…のび太に託された！？

学校の音楽会に向けて、苦手なリコーダーの練習をしているのび太の前にあらわれた不思議な少女・ミッカは、のび太の吹く音を気に入り、音楽がエネルギーになる惑星でつくられた“音楽【ファーレ】の殿堂”にドラえもんたちを招き入れる。この殿堂を救うため、ひみつ道具「音楽家ライセンス」を使って楽器を選び、ミッカと共に演奏するドラえもんたち。しかし、世界から音楽を消してしまう生命体が迫ってきて、地球にも危機が…！！

変な家

3/15(金) 全国ロードショー



©2024「変な家」製作委員会

監督：石川淳一
出演：間宮祥太朗、佐藤二朗、川栄李奈、長田成哉、DJ松永(Creepy Nuts)、瀧本美織、根岸季衣、高嶋政伸、斉藤由貴、石坂浩二 他
配給：東宝

この家、何かが、変、ですよね？

“雨男”の名前で活動する動画クリエイター・雨宮は、マネージャーから引越し予定の家の間取りが“変”だと相談を受ける。そこで雨宮は、オカルトネタの提供者であるミステリー愛好家の設計士・栗原にこの間取りの不可解な点について聞いてみることに。次々と浮かび上がる奇妙な違和感に、栗原はある恐ろしい仮説を導き出す。そんな矢先、ある死体遺棄事件が世間を騒がせる。その現場は、なんとあの【変な家】のすぐ側だった。

MOVIX 宇都宮
☎ 050-6865-3235
(24時間テープ)
宇都宮市インターパーク6-1-1
FKDショッピングモール
宇都宮インターパーク内
https://www.smt-cinema.com/

Coupon+

Mia's Information

身近でお得な情報をご案内!!
嬉しいクーポン付♪

Mia's coupon



LRT開通!! ベ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／2024.3.31

宇都宮天然温泉 ベルさくらの湯
☎028-663-4126
宇都宮市陽東6-5-31
9:00～24:00(最終受付23:00)
休 第3火曜
P 平面・地下 有(さくらの湯利用は駐車料金無料)

Mia's coupon



遺言書、何から始めたら？という方におすすめの講座。作成前に知っておきたいポイントもお伝えします。

相談 1時間 5,500円▶無料
または、当日15分無料相談

●要事前予約・他券との併用不可。
●一人につき1回までご利用可能です。
有効期限／2024.6.30

Kanade(かなで)行政書士事務所
☎090-4051-5307
宇都宮市屋板町1117-11
10:00～17:00
休 土・日曜、祝日　P 有

Mia's coupon



新築・リフォームの記念に住宅模型を作ってみませんか？新築祝いにもピッタリ。1/50スケールのリアルな模型です！

住宅模型1/50スケール
25,000円▶10,000円

●電話で予約の方。初回のみ有効。
●作成には平面図・立面図などの図面が必須です。
有効期限／2024.4.30

工房 中山
☎090-3471-5219
宇都宮市鶴田2-30-7
9:00～18:00
休 不定休　P 有

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)



2024年3月スタート分まで キャンペーン適用!!

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)

季節のお花のある暮らし

Mia de カンタン！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.21

コロンとかわいい！和の手まり風アレンジ

雛祭りのお祝いにぴったり



雛祭りのアレンジで人気の小さめアレンジ。場所を選ばず飾りやすく、雛祭りのかわいらしいイメージにぴったり！100均でも手に入るミニチュアのぼんぼりや屏風を組み合わせると、雛祭りの雰囲気がアップするのでおすすめです。

用意するもの



和風のお盆、丸い吸水性スポンジ、フリンジタッセル（以上100均で購入）、菊（茎が硬いものがおすすめ）

Step.1



事前に吸水性スポンジに吸水しておきます。バランスよく挿せるよう、スポンジのてっぺんと4方向に大きな菊を挿して目印にすると、キレイな丸い形に仕上げやすいですよ。

Step.2



色の配置を見ながら全体にお花を挿していきます。大きめのお花から配置し、隙間に小さめのお花を挿すとバランスが取りやすくなります。仕上げにフリンジタッセルを飾ります。

今回のお花を買ったのはココ！

農産直売所あぜみち上戸祭店



㊟ 宇都宮市上戸祭町3031-3
☎ 028-678-9687
🕒 10:00～19:00
㊡ 1/1～4以外は無休
Ⓟ 200台

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
リーブエイト Leap8
宇都宮市戸祭町 2638-12
Leap8（リーブエイト） 検索
内覧のお申込みはこちら➡

Mia Kawaii Item（ミアカワ）

春は一年で最も文房具屋さんに足を運ぶ季節かも？子どもから大人まで、勉強でも仕事でも、お気に入りの文房具があるとちょっと気持ちがウキウキしますよね。今回は老舗文房具店の上野文具さんで、この春イチオシのニューアイテムを教えていただきました。

福田屋ショッピングプラザ 宇都宮店3F　上野文具

えんぴつチェック両面筆入れ



各1,683円～1,831円

えんぴつのペン先部分が透明になっていて、外から見えるスグレモノ。ママがついついチェックを忘れてしまいがちですが、これで削り忘れもなくなり安心！

リストレストになるペンケース リララ



各1,980円

動物モチーフがたまらなくかわいいふわふわ素材のペンケース。パカッと開けばリストレストに早変わり！キーボードを打つ手元の疲れ防止に役立ちます。

ボクたちねこぜなふんばるず



各2,970円～4,290円

デスクに向かうとき、デスクとお腹の間にこの「ふんばるず」を挟めば、自然と背筋がピンと伸びて姿勢をサポート！かわいいだけじゃない、働き者です。

Mia De Life プラス 読者投稿大募集！

「Mia de life＋」内でご紹介する読者投稿を募集いたします。下記メールアドレスに、ペンネーム、内容のPR（特技・性格・使いやすさなど）をご記入の上、写真1枚を添付してご応募ください♪

お題

◎4/13号
100均の便利グッズ紹介
◎4/27号
うちの猫紹介
お待ちしております！

✉ 読者投稿用アドレス
mia@tochigi-dc.co.jp

インスタのDM（@mia_shimotsuke）でもOK！

Mia's work

＼しごと情報はMia's Work／



家事代行スタッフ　パート

お客様のおうちを定期的に掃除・片付け♪

内容　家事代行(主に掃除片付けがメイン)
給与　時給1,100円
時間　9:00～17:00(要相談)※原則、直行直帰
休日　出勤日数相談
資格　健康であり、体を動かす仕事ができること。日常の家事ができること。
待遇　交通費実費相当額支給
応募　募集人数2名。直通ですのでお電話ください。

おそうじ本舗 宇都宮鶴田店
宇都宮市横山2-30-23
☎0120-12-6032

お客様訪問のお仕事　アルバイト パート

一緒に笑顔をお届けしませんか？

内容　清掃用品のご家庭への定期レンタル
給与　時給1,013円～
時間　8:30～16:45 週1日～OK
休日　シフト制／土日祝／年末年始
資格　要普免※AT限定可
待遇　交通費全額支給(車・バイク通勤OK)
社員割引あり、制服貸与
応募　下記QRよりお申し込みください

ダスキン つるた支店
宇都宮市鶴田町1975-5
☎028-648-0074

営業スタッフ　アルバイト パート

人とお話しすることが好きな方、一緒にお仕事しませんか？

内容　ダスキン商品やサービスの営業スタッフ(世帯)
給与　時給1,500円
時間　9:00～16:30 週4日～OK
休日　土日祝／年末年始／リフレッシュ休暇
資格　要普免、未経験者歓迎
待遇　交通費支給(車・バイク通勤OK)
社員割引あり、制服貸与
応募　下記QRよりお申し込みください

ダスキン 岡本店
宇都宮市中岡本町4125
☎028-673-8644



女性のためのマネーセミナー

頑張る女性のみなさまへ
マネー美人になりませんか？

物価上昇に負けない資産の作り方って？iDeCoやNISAって？気になっているけど、まず何から始めればいいのかわからない…そんな方に聴いていただきたいセミナーです！

◆開催日時：4月13日（土）
10:00～11:45（受付9:40～）
◆会場：宇都宮市文化会館 3階第一会議室
宇都宮市明保野町7-66〈駐車場 有〉
◆申込：右記QRコードより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。
〈FAXの場合〉028-688-7851
女性のためのマネーセミナー係まで
◆締切：3月31日（日）必着
参加料無料／完全予約制／定員35名様
※女性限定（お連れ様に限り男性可、お子様連れ不可）

patisserie FLAGSのみやねーじゅをプレゼント♪

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
※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。

AXA-C-240213/847-036





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
☎028-688-7850
詳しい情報はコチラ▼
📍 宇都宮市昭和1-8-11 下野新聞社内
🕒 9:00～18:00
㊡ 土・日曜



那須とりっくあーとぴあ



不思議で楽しい体験型アートが楽しめる「那須とりっくあーとぴあ」。トリックアートとは写真を撮りながら遊べるアート。テーマが異なる3つの美術館で構成され、大人から子供までみんなが楽しめる日本最大級のトリックアートのテーマパークです。1年以上かけて昨年大規模リニューアルしたトリックアートの館には、色彩あふれた新作が満載。ＳＮＳ映えする写真を撮ろう！

住 那須郡那須町大字高久甲5760　☎0287-62-8388
営 9:00～17:00(8月のみ9:00～17:30)　休 無休　P 200台

那須塩原市図書館「みるる」

JR黒磯駅西口から徒歩1分の立地にある、那須塩原市図書館（愛称「みるる」）。書棚に施された立体的なレタリングや森をテーマにした建築デザインなどが話題を呼び、2020年オープン以来市外からも多くの人が訪れています。1階はテーマ別にコーナーが作られており、興味のある本を見つけやすいのも人気のポイント。館内に点在する椅子と書棚を行ったり来たりしながら本を楽しんでいたら、あっという間に1日が終わりそう。たまにはちょっと足を伸ばして、ことばの森にどっぷり浸ってみては？



住 那須塩原市本町1-1　☎0287-63-9031
営 火～金曜10:00～21:00／土・日曜、祝日10:00～18:00　休 月曜　P 48台(第2・3駐車場有)



栃木県内をちょこっとトリップ

TochiTri 県北編



“ 冬の那須もおもしろいスポットがたくさん！室内で暖かく過ごせる施設や冬ならではの景色などをご紹介します。オシャレな飲食店を見つけながら、冬の那須を巡ってみてはいかがでしょうか。 ”



道の駅　那須高原友愛の森

標高470mに位置する那須高原の入口であり中心地。買い物・食事・体験と自然を満喫しながら楽しめるスポットです。

住 那須郡那須町大字高久乙593-8　☎0287-78-0233
営 10～3月 9:00～17:30／4～9月 8:00～18:00　休 無休 ※その他施設の営業日はHP要確認　P 有

経験者の方も未経験者の方も
大歓迎です！
年代も様々な方が
幅広くご活躍しています。

空いた時間の有効活用
副業でもOK
健康づくりに

Mia ミア
配布員さん
急募！
業務委託





仕事　タウン情報紙“Miaミア”にチラシの折込みをして各おうちのポストに配布していただくお仕事です。(マンション・アパートや戸建て、会社等)
※配布していただく印刷物は、毎回ご自宅にお届けいたします。

時間　★月に2回　★明るい時間帯いつでも
★一週間程度の中でご都合の良い日
ご自身の都合に合わせてお仕事していただけます。

主婦の方　シニアの方　学生の方　が多く活躍されています

場所　宇都宮市内※ご希望する地区に空きがない場合がございます。

報酬　(例)Mia500部にチラシ3枚を折込んで配布の場合
→約4,600円(一回あたり)

応募資格　18歳以上(高校生不可)

お気軽にご連絡ください。
準備や配布の仕方などご案内いたします！

ご応募お待ちしております！

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)　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

初心者向け　女性向け　各回定員25名

女性のためのはじめてのマネーセミナー

女性限定　夫婦での参加OK

2024 3/23(土)
10:30~12:30(開場 10:15)
14:00~16:00(開場 13:45)



こんな方におすすめ！
- 自分に合った資産運用が分からない
- iDeco・新NISAに興味がある
- 老後資金・教育資金・住宅資金を準備したい
- 普段聞けないお金の話をFPから無料で学んでみたい



会場　宇都宮市文化会館 /第2会議室
栃木県宇都宮市明保野町7-66

概要
今や、人生100年時代-これからの充実した人生を送るためには、お金についての正しい知識が必要です。「国が勧める資産運用はどうすれば良いの？」「“iDeco”や新NISA“ってよく聞くけど安全なの？」など不安を感じたり、なかなかお金が貯まらないのは、貯まる法則を知らないのが原因かもしれません。何もしないままだと10年後、20年後に大きな差がつきます。セミナーでは、ファイナンシャルプランナーが、プロだから知っている上手なお金の貯め方・増やし方、賢い家計の管理、無駄のない保険の選び方などを解説。自分と家族のこれからに役立つ、上手なお金との付き合い方を学べます。この機会にぜひご参加ください。

もっと詳しく相談したい人向けに
個別相談を承ります
無料／後日開催
セミナー後受付

お申し込みはこちらから

https://okanenokouza.com/utsunomiya3/?cid=c01hpk3k2n47r005avgsvr09z9m

セミナーに関する問い合わせは、右記2次元コードよりお願いいたします。
電話でのお申込み、お問い合わせは行っておりません。
ご了承ください。

主催：お金の講座事務局　　協力：マニュライフ生命保険株式会社