

**健康不安!? 人生最後の本気のダイエット**

ダイエット 骨盤矯正 専門

50代 会社員A様 5ヶ月で

本気で痩せたい方限定  
目指せ!夏の間に-10kg!  
ダイエットカウンセリング  
通常¥6,600

**5月限定 ¥2980**  
※「まちくら」で3ヶ月施術半額プレゼント

岡山市北区大供表町15-5-1階

3ヶ月で-14kg  
※効果には個人差があります

5ツボ 交感・迷走 コントロール  
代謝・燃焼 サポート サプリメント  
あなたに必要な 食事指導

※運動は不要です。短期間でしっかりと効果を出し自己管理ができるように週2~3回、3ヶ月通って頂きます

086-206-7557  
10:00~19:00 不定休(GW営業中) 院長・赤穂

女性専用 整体院 **トータルボディケアステーション岡山院**

丁寧な施術を行うため、1日1名様限定の予約制です。

**お肌の弱い人、アトピーの人も髪のおしゃれができます**

お肌が弱くなった、アレルギー体質で悩まれてる方の頭皮、髪の健康と若返りのお手伝いを全力でいたします!

①初来店時にマイクロスコープで頭皮や髪の状態をお調べします。(↓)  
②頭皮や毛髪に入っていた老廃物をトリートメントでオフします。  
③ペーアッシュ(弱酸性美容液)安全なウェーブや毛染めの施術に入ります。

**ラ・フォーレ美容室**

岡山市北区上中野1-4-11  
9:00~16:00  
ご予約は電話にてお願いします  
毎週月曜、第3日曜あり

086-243-9689

北区上中野

**まちくらのSNS フォローしてネ!**

Instagram @konomachidekurasu  
X(旧Twitter) @Machikura\_Smile

よくしゅにゃ♪

色んな情報お届けしてます♪

ロコにゃんこも活躍中!

**シミ取りケア シミがポロポロ**

ジュジュのシミ取りケアは、肌負担なく目の周り・顔の上も安心施術

シミ取り 20ショット **15,400円 → 10,780円**  
(税込)

1ショット(2ミル角) (税込)

クレンジング→泡洗顔→リンパマッサージ→毛穴ケア→シメアキ20ショット→ハブパッカーピタミソパック→高濃度栄養導入のフルケア

長年お悩みの大きくて濃いシミにも!!施術した日からメイク可能。施術後2~5日でポロポロ!

**エステの森ジュジュ** Tel.080-6262-8880  
営業時間/12:00~22:00 休/なし P/3台 岡山市中区赤田13-3

都度払いで、お財布にやさしい価格設定です

**Private Salon Azu (アズ)**

北区今6-20-26-103  
10時~19時(受付)  
【完全予約制】  
休火曜・第2日曜と翌月曜  
有リ(No.103)  
086-250-5519

**①ハイドラシャイン+よもぎ蒸し 13,750円⇒初回8,800円!**  
※有効期限 2024年6月6日  
ハイドラシャイン(顔or頭皮)(60分)+プラスマ(殺菌ケア)+ハイドラピーリング+炭酸スプレー+よもぎ蒸し(40分)※税込※予約制

**②セルライト除去+よもぎ蒸し 12,100円⇒初回6,600円!**  
※有効期限 2024年6月6日  
セルライトケア(60分)+よもぎ蒸し(40分)※税込 ※予約制

**Azu9周年!感謝の2プラン! 春に嬉しい施術が特別価格!**

①リピート続出で大好評の「ハイドラシャイン」は、「蓄積された毛穴の汚れ」を特殊なトルネード水流+ピーリングでスツキリの若返り美肌に!肌剥けもなし

②薄着の季節直前に駆け込みケアにオススメ! 気になる脂肪と老廃物=セルライトを素早く流し、スツキリボディに。  
★どちらも「よもぎ蒸し」との組合せで、代謝を上げ施術効果もさらにUP!  
ママにうれしい「キッズコーナー」も完備

北区

**隠れ家的癒しのSkanサロン**

隠れ家的にあなたのパワースポットカフェのようにリラックスできて素敵になるケアサロンです。

**小顔ケア+V3施術 5,000円→2,000円**  
※有効期限 2024年6月6日(税込)

V3で身体のバランスを整え、すっきり小顔に。ルカを体験いただく特別クーポン。完全予約制。(↑上記写真は1回施術結果)※ドリンク付き。

**あなたの元気と自分に自信を応援する 隠れ家的癒しのケアサロン!**

「小顔になったら気分が上がる!」「ルカにくと元気になる!」「ルカ」は、あなたの元気ときれいを引き出し、あなたの未来を応援するサロン。「ルカ」オリジナルの施術メニューは「もっと早く知りたかった」そんなお声がいっぱい!今注目の身体をスキャンしてバランスを整える「V3」や、特殊な波動のオイルを使用した「小顔ケア」など、ぜひ体験いただきたいメニューばかり!「えっ!」と驚きにきてください!

**ヘルスカアラウンジRUCCA ルカ**

岡山市北区今5-13-36  
ラボレスクエア1F  
9:00~20:00(応相談)  
完全予約制  
休月曜定休・不定休  
No.15-16  
070-8555-7204

北区

その日から効果を実感!!



厚生労働省承認  
ミラドライ

# 皮膚を切らない! わきが・多汗症治療

厚労省が  
唯一認めた

傷跡が  
残らない

長期的な  
効果

照射時間  
約60分

※1 マイクロウェーブ照射 ※2 治療時間

…… モニタープラン 1回 ……

## 145,000円 (税込)

※初診料・定期検診代・麻酔料・お薬代として別途30,000円がかかります。  
●ミラドライモニターには条件があります。カウンセリング時にご確認ください。

…… W照射プラン 1回 ……

## 300,000円 (税込)

※初診料・定期検診代・麻酔料・お薬代として別途30,000円がかかります。

「マイクロ波を当てるだけ/  
ミラドライ」



詳しくはWebを  
CHECK!



## 美容皮膚科 岡山マリアクリニック

クレジットカード可

医療ローンの分割払い可

完全予約制

岡山マリアクリニック

検索

診療時間 10:00~19:00 / 木曜日休診 プランなどの詳しい情報はHPよりご覧いただけます>>



## こんなお悩みを抱えている方に!

仕事(接客・営業など)に影響がないか心配

家族やパートナーにニオイを指摘された

何度も通院するのが難しい

汗ジミ・黄ばみで困っている

周囲が不快に思っていないか心配

メスを使った治療に抵抗がある



## ★ 施術の流れ ★

### カウンセリング

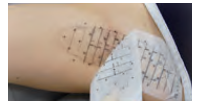
わからないこと・不安なことなど、ご納得いくまでカウンセリングいたします。ご遠慮なくお話しください。



### 治療前の準備

#### ① マーキングします

汗腺の位置を策定し、照射漏れを防ぎます。



#### ② 麻酔を打ちます

治療中の痛みを軽減し、治療効果を促進させます。



### マイクロ波照射

マーキングシートで定められた位置にあわせて照射。片側約20分、その後約15分患部を冷やして終了です。



わきの下にあてるだけ!

### 治療後について

汗とニオイの違いを実感できます。治療後からはほぼ普段の日常生活を送れます。治療後、なにか不安なことがあればいつでもご相談可能です。



#### ヨードテスト

「発汗箇所が黒く反応します」

## 他治療との比較

Check!!

	ボトックス	手術	マリア式ミラドライ
効果	約3～6ヶ月	長期間	長期間
傷跡	なし	残る	なし
ダウンタイム	短い	長め	短い
治療時間	注射のみ	1～2時間程度	1時間程度



症例数

★★★

13,000件以上

※2023年12月現在

## \\ マリアクリニックが選ばれる3つのポイント //



公式認定医による治療



最大出力の照射が可能



充実したアフターケア

交通費補助制度をご用意しております。(往復最大2万円分)詳しくはお問合せください。※モニタープランは対象外です。

※保険適用にはなりません。※効果には個人差があります。取材：株式会社 BLOOMING VISTA 045-640-5761

＝ まずはお気軽にご相談ください ＝

0120-334-800

岡山市北区駅元町15-1  
ANAクラウンプラザホテル岡山  
リットシティビル2F



**イベント情報**

**イベント情報欄です**  
掲載のイベントの日時・内容等は都合により変更になる場合があります。※ご掲載料等については、お問合せください。(問)TEL086-226-8100

**岡山メルバ 5月の上映作品**  
映画ドラえもん のび太の地球交響楽 (シンフォニー) (上映中)、コール・ジェーン 女性たちの秘密の電話 [字幕] (4/12~) ※PG-12、大室家 dear sisters (上映中) ※一律料金 1,600 円、DOGMAN ドッグマン (上映中) ※PG-12、君たちはどう生きるか (4/26~)、ゴジラ-1.0 (4/26~)、沖縄狂想曲 (5/3~)、カムイのうた (5/3~) ※PG-12、神さま待って! お花が咲くから (5/10~)、帰ってきた あぶない刑事 (5/24~)、晴れの国 (6/1~) ※岡山先行公開  
TEL086-221-0122

岡山メルバ

**シネマ・クレール 5月の上映作品**  
貴公子 (4/25) ※PG-12、異人たち (4/25) ※R-15+、ピニールハウス (4/25)、12 日の殺人 (4/25)、Here ヒア (4/25)、リトル・リチャード (5/2)、落下の解剖学 (5/2)、戦雲いくさふむ (4/26~5/9)、プリシラ (4/26~5/9) ※PG-12、ゴースト・トロピック (4/26~5/2) ※PG-12、ハンテッド (4/26~5/2) ※PG-12、悪は存在しない (5/3~23)、ミセス・クルナス vs. ジョージ

シネマクレール

・W・ブッシュ (5/3~16)、インフィニティ・プール (5/3~16) ※R-18+、パリ・プレスト (5/10~16) ※PG-12、ラインゴールド (5/10~23) ※PG-12、ポプ・マリー (5/10~16) ※PG-12、無名 (5/17~30)、メンゲレと私 (5/17~23)、ペナルティループ (5/17~30) ※PG-12、漫才協会 The Movie (5/17~23)、ヴェルクマイスター・ハーモニー (5/17~23)、流転の地球 (5/17~23)、悪魔のシスター (5/17~20)、パッドル・テナント (5/21~23) ※R-15+、マリア 怒りの娘 (5/24~30)、風よあらしよ (5/24~30)、マンティコア (5/24~) ※PG-12、リバウンド (5/24~30)、PS-1 黄金の河 (5/24~)、《アンドレ・タルコフスキー監督傑作 2 作品連続上映 ※各一般 1,500 円》5/24・25・27「惑星ソラリス」5/28~30「ストーリー」、《ドル 3 部作 4K》5/31~6/6「荒野の用心棒」5/31~6/6「夕陽のガンマン」6/7~13「続・夕陽のガンマン」、同感 (5/31~6/6) ※PG-12、マリウポリの 20 日間 (5/31~)、ノスタルジア 4K 修復版 (5/31~6/6)、iai (5/31~6/6)、モンタレー・ポップ 4K レストア (5/31~6/6) TEL086-231-0019

高梁市成羽美術館

**高梁市成羽美術館**  
「TORAJIRO 西洋画をもたらした、一人の画家の物語」開催期間: ~6/30 (日) 開館時間: 9:30~17:00 (入館は 16:30 まで) 休館日: 月曜休館 (た

TORAJIRO

し祝日は開館、翌火曜日休館) 入館料: 一般・シニア 800 円、高大学生 400 円 (証明をご提示ください)、小中学生無料 日本を代表する印象派の画家・児島虎次郎は美術品のコレクターでもありました。虎次郎の作品、遺品から人物像を紐解き、その収集品の数々をこれまでにない切り口でご紹介します。(問)TEL0866-42-4455

高梁市成羽美術館

**犬養木堂記念館**  
「木堂を偲ぶ一日 木堂祭」開催日: 5/15 (水) ※参加無料 記念講演、生け花の展示、箏の演奏、五・一五事件直後に制作されたニュース映画の上映、など ©記念講演 演題「犬養毅の対中国観とその行動」講師: 時任英人先生 (倉敷芸術科学大学名誉教授) 時間: 14:00~15:00 場所: 企画展示室 定員: 60 名 ※定員を超えた場合はお断りする場合があります。(問)TEL086-292-1820

犬養木堂記念館

**天神山文化プラザ**  
◎アートの今・岡山 2023-2024「旅」期間: 5/8 (水)~19 (日) 開館時間: 9:30~17:30 (最終日は 16:00 まで) ※月曜休館 テーマは「旅」。岡山の現代美術の「今」の姿を紹介する県内文化施設連携企画。 ©SP レコードコン

天神山文化プラザ

サート「カンツオーネを聴くひととき」日時: 6/15 (土) 14:00~ 主な曲: ナポリ民謡「オーソレミオ」「サンタ・ルチア」「帰れソレントへ」ほか 定員: 40 人 (事前予約優先・先着順) 入場無料・要事前予約 ※予約状況に空きがある場合は当日参加可 問合せ・申込み/TEL086-226-5005 (9~18 時・月曜日)

天神山文化プラザ

**倉敷市立美術館**  
「大陳列! ~見つけよう 推し作品~」開催期間: ~5/12 (日) 開館時間: 9:00~17:15 (入館は 16:45 まで) 休館日: 月曜日 (ただし 4/29・5/6 は開館、4/30・5/7 は休館) 観覧料: 一般 210 円、高大学生 100 円、小中生 50 円 開館以来最大数の約 200 点を展示するコレクション展。絵画、工芸品、立体作品、明治期の教科書など貴重な資料類も含め大公開します。あなたのお気に入りの一点「推し作品」を見つけにきてください。TEL 086-425-6034

倉敷市立美術館

**高梁市歴史美術館**  
企画展「綱島梁川 一明治を生きた思想家の生涯」開催期間: ~5/13 (月) 開館時間: 9:00~17:00 (入館は 16:30 まで) 休館日: 火曜日 入館料: 一般 500 円、65 歳以上・高校・大学生 300

高梁市歴史美術館

**企業様、お店・お教室のオーナー様**

**御社のチラシを折込みしませんか?**

普通紙 A4・B4 折済 **3.0円** ※

岡山 163,000 部発行

地域の各ご家庭のポストにお届けします!!

※配送料なし ※厚紙・その他サイズについてはお問合せください

**当社の配布はココ がちがいます!**

- 1 配布地域を細かく指定できる
- 2 配布率が高い
- 3 新聞を購読していない層にも告知できる
- 4 チラシの注目度が高い

(株)ウェルスマイル Tel.086-226-8100  
月~金9:30~18:00/土日祝休み

ヘルシーレシピ こちらでも公開中!

薬局の管理栄養士が考えた **簡単 ヘルシーレシピ**

**ボンゴレロツ**

材料 (2人分)  
スパゲッティ (乾) .....160g  
あさり (殻付き) .....300g  
にんにく .....1片 (10g)  
赤とうがらし (乾) .....1本 (1g)  
パセリ .....4本 (20g)  
オリーブ油 .....大さじ1 (12g)  
白ワイン .....大さじ2 (30g)  
トマト缶 .....1/2缶 (200g)  
塩 .....少々 (0.6g)  
こしょう .....お好みで

作り方 (1人分) エネルギー 392kcal / 塩分 1.5g / 食物繊維 6.8g

- 1 スパゲッティは表示時間より 1 分短めにゆでる。
- 2 あしりはあらかじめ砂抜きをしておく。
- 3 にんにくは薄切りにする。
- 4 赤とうがらしは種を抜いて輪切りにする。
- 5 パセリはみじん切りにする。
- 6 フライパンにオリーブ油を熱し、弱火で 3、4 を入れ香りが立つまで炒める。
- 7 6 に 2・白ワインを入れて蓋をし、あさりの口が開くまでよく加熱する。
- 8 7 に 5、トマト缶を入れて煮詰め、塩・こしょうで味を整える。
- 9 8 に 1 を入れ、ソースが絡まったら器に盛りつける。

鉄分たっぷり♪の あさりを使ったスパゲッティ

レシピ提供 / 薬樹

円・中学生以下無料 高梁市有漢町出身の思想家・岡島梁川。晩年には宗教的な思索を深め、当時の若者たちに大きな影響を与えました。梁川の育った有漢地域や当時の社会の状況にも注目し、その生涯について紹介します。(問)Tel.0866-21-0180

高梁市歴史美術館



**木下雄介 × 鳥越由美**  
**ヴィオラとピアノの調べ** 日時:5/19(日)  
14:00 開演 於:久世エスパセンターエスパホール ※全席自由  
料金:一般 3,000 円、高校生以下 1,500 円  
出演:木下雄介(ヴィオラ)・鳥越由美(ピアノ) 曲目:この道(山田耕筰)ノ浜辺の歌(成田為三)他  
ヴィオラソロ:エレジー(ベンジャミン・ブリテン)他  
ピアノソロ:プレイアデス舞曲第V集 op.51 他 ※曲目は変更になる場合があります  
(公財)真庭エスパ文化振興財団  
Tel.0867-42-7000

真庭 エスパ



**岡山市立オリエント美術館**  
館蔵品展「シニ・ライフのはじまり、オリエント」～9/1(日)  
開館時間:9:00～17:00  
(入館は16:30まで) 休館日:月曜※月曜が祝日の場合翌平日休館  
入館料:一般 310 円他「都市生活」をテーマに「テキスタイル」「化

岡山市立オリエント美術館

粧「アクセサリー」「ヘアスタイル」といった親しみやすいものごとの始まりを館蔵品から紹介。◎小企画展「オリエントの植物表現(～6/23)」も併せて観覧できます。  
Tel.086-232-3636

岡山市立オリエント美術館



**吉備路文学館**  
特別展「吉備路の文学者 生誕・没後記念展 2024」  
開催期間:～6/2(日) 開館時間:9:30～17:00  
(入館は16:30まで) 休館日:月曜(祝日は開館)、祝日の翌日(4/30・5/7) 入館料:一般 400 円他  
2024年に生誕・没後の節目を迎える5人の作家を紹介します。展示文学者:江見水隆・近松秋江・片岡鐵兵・木村毅・吉行淳之介  
◎2階展示室にて、企画展「吉備路近代文学の7人展」を併催  
(問)Tel.086-223-7411

吉備路文学館



**岡山県立美術館**  
特別展「小林正和とその時代—ファイバー・アート、その向こうへ」  
開催期間:～5/26(日) 開館時間:9:00～17:00  
(入場は開館30分前まで、4/27・5/25は19:00まで開館) 休:月曜日(4/29・5/6は開館、5/7は休館) 観覧料:当日一般 1,200 円他  
1960年代欧米で誕生し、従来のテキスタイルの概念を

岡山県立美術館

超え様々な素材を取り込み平面から空間へと展開した作品群はファイバーアートと呼ばれ、世界へ波及しました。1970年代から2000年代にかけて、その第一人者として活躍した小林正和の生誕80年、没後20年を記念する回顧展です。  
(問)Tel.086-225-4800

岡山県立美術館

**フルートオーケストラ「セレーナ」コンサート vol.19**  
日時:6/23(日) 14:00 開演 於:岡山芸術創造劇場ハレノワアートサロン  
入場料:前売り 2,000 円・当日 2,500 円(全席自由)  
出演/指揮:柴田勲(ピアノ)・松下智子(フルート)・フルートオーケストラ  
「セレーナ」 曲目:ピアノ協奏曲第4番ト短調 Op.58 / L.v. ベートーヴェン 他  
主催:岡山フルートの会 (問)澤根Tel.090-3749-2307

**エスパ管弦楽団 第20回定期演奏会**  
6/16(日)14:00 開演 於:エスパホール(真庭)  
入場料:一般 1,200 円他 ※全席自由  
指揮:萩原勇一  
コンサートマスター:中野了  
出演:エスパ管弦楽団 曲目:シベリウス/交響詩「フィンランディア」  
他 ※曲は変更になる場合があります  
(公財)真庭エスパ文化振興財団  
Tel.0867-42-7000

真庭 エスパ

**ランチタイムコンサート～初夏を感じる二胡の音色～**  
倉敷二胡教室のみなさんによる演奏です。日時:6/9(日)12:00～12:45(開場11:30) 於:ライフパーク倉敷1階大ホール  
対象:一般(小学生以下は保護者同伴) 定員:200名(先着順) ※入場無料(自由席)・申込不要  
(問)Tel.086-454-0011

ライフパーク倉敷



**岡山県立図書館 5月のライブラリーシアター「マイ・ブック・ショップ」**  
(2017年/イギリス・スペイン・ドイツ/英語[日本語字幕あり])  
日時:5/12(日)14:00～16:00  
2階デジタル情報シアター 定員:82名(先着順) ※参加費無料 ※申込不要(満席になった場合は、入場をお断りすることがあります) Tel.086-224-1288

岡山県立図書館

**倉敷科学センター(倉敷市)**  
◎天体観望会 5/11(土)・6/15(土) 各日 19:00 集合 ※悪天候時はプラネタリウムで解説のみ 於:科学センター屋上、天体観測室  
対象:一般(小学生以下は保護者同伴) 受講料:無料 ※申込不要 ◎「天文台公開」夏の天体を観測します。日時:6/1(土)20:00 集合 於:科学センター屋上・天体観測室  
※悪天候時は中止 対象:一般(小学生以下は保護者同伴) 受講料:無料 ※申込不要 (問)Tel.086-454-0300

倉敷科学センター

毎月1回発行の

# 「このまちでくらす」

を配布して頂くお仕事です!!



## ●配布スタッフ募集要項

### 応募資格

- 徒歩や自転車などでの配布が可能なお方
- 6ヶ月以上継続してお仕事ができる方

**応募資格** 配布件数(戸数)による出来高制

## 応募方法

まずはお電話下さい。お問合せもお気軽に。

QRコードからもご応募いただけます!



## 募集地区

下伊福 1.2・下伊福上町・下伊福本町・清心町・伊福町 2.3・伊島町 3/伊島北町・三野 2.3・学南町 1.2・津島本町・谷万成 1.2・芳賀・佐山・津高・南中央町・清輝橋・大供 1.2.3・倉敷市茶屋町・奥田本町・奥田 1.2・東古松 1.4・大元駅前・西古松 2・中仙道 2・辰巳・田中・下中野・青江 1・西市・新福 1.2・新保・福富西 1・万倍・当新田・福浜町・南輝 3・白石・白石東新町/白石西新町・平野・庭瀬・西花尻・大福・妹尾・賀島・東畦・門田屋敷 2.3.4・新京橋・森下町/住吉町・湊・山崎・円山・平井 4・江並・藤崎・国富 1.2.3.4・藤原西町・藤原・さい東町・高屋・赤田・中井 1.2.3.4・関・乙多見・長岡・雄町・四御神・宍甘・可知 5・富士見町・西大寺崎崎・西大寺中野

お問合せ (株)ウェルスマイル 配布スタッフ係 担当/村山

Tel.086-226-4066 (平日の月～金 9:30～18:00)

〒700-0927 岡山市北区西古松605-5 プライオオフィスIIビル1F



多数の主婦の方、シニアの方にも活躍いただいています。

# 配布スタッフ(委託)募集!

家事の合間に!  
健康づくりに!



**第42回岡山県郷土文化財団会員作品展**  
期間:5/14(火)～19(日)9:00～17:00(最終日は16:00まで)

於:岡山県天神山文化プラザ第2展示室 今回で42回目を迎える会員作品展。絵画やタペストリーなどバラエティー豊かな作品が会場に並びます。また、令和5年度文化財団事業のパネル展示、文化財団出版物などの展示も併せて行います。

(問) (公財)岡山県郷土文化財団  
Tel.086-233-2505

岡山県郷土文化財団  検索

## フリーマーケット

### フリーマーケット

○西大寺観音院朝市 毎日開催 ラジオ体操終了後～AM7:30 終了 ○2024 春児島フェス #せんいさい 4/27(土)・28(日)9:00～児島駅前七番街商店街 ○稲荷山朔日の市 5/1(水)9:00～最上稲荷ジャンパーキング ○Sea Ray パークフリーマーケット(玉野市大藪) 4/28(日)・5/12(日)・19(日)・26(日) 各日9:00～ ナイトマーケット 4/28(日)・5/25(土)・26(日) ○イコニコウィークリーマルシェ 5/10(金)～16(木)・5/24(金)～30(木) 10:00～イコニココットン ○水島朝市 5/12(日)9:00～水島あいサロン芝生広場 ○西大寺朝市 5/12(日)8:00～西大寺

朝市緑化公園多目的広場 ○魚島フェスティバル 5/12(日)9:00～むかし下津井回船問屋前歩行者天国 ○RSK パラ園 "ROSE" 5/18(土)9:00～○漱石ロードプチマルシェ 5/25(土)10:00～日乃出醤油小泉醸造元「蔵ホール」 ○児島駅前三白市 5/26(日)9:00～児島駅前7番街商店街 ○ホテルのタペ in 北房 2024 6/8(土)・15(土)18:00～あざえ茶屋 北隣空地(問)MOMO 編集室 太田Tel.090-4658-8516

MOMO フリマ Facebook  検索

## フリーマーケット

### 子どもシアター(映画)

お子さまをスクリーンデビューさせてみませんか?

日時:6/8(土)(1)10:30～(2)14:00～  
※各回同一内容です 於:ライパーク倉敷 上映作品:ほくは王さま(おしゃべりなたまごやき/王さまタクシー)、かくやひめ、はちかつぎ姫、したきりすずめ ※申込不要  
Tel.086-454-0011

ライパーク倉敷  検索

## 求人情報



**配布スタッフ募集!!**  
生活情報誌「このまちでくらす」をご自宅周辺のポストへ配布して頂くお仕事で

す。健康増進や運動不足解消にもピッタリ!地域の皆様から「ありがとう」の声にやる気をもらえると、沢山のシニアの皆さんも活躍しています。  
○仕事内容:配布及び配布準備○資格:体力・気力のある方、年齢制限はありません○報酬:詳細面談時説明○応募:上記二次元コードから、またはお電話ください。※当社が指定した地域への出張配布スタッフも募集しています。お問合せください。  
(問) (株)ウェルスマイル メールセンター Tel.086-226-4066(平日月～金 10:00～18:00・土日祝休)

## お知らせ

**岡山大学病院「病院ボランティアをしてみませんか(※16才以上)」**  
活動内容:図書貸出手続き、庭の手入れ 活動日:図書室…月・水・金 13:00～15:00、園芸…第1・3金午前中 ※交通費、食費等は各自負担となります。(活動は無報酬です) ※ボランティア活動保険にご加入ください(保険料ご負担ください) ※健康診断を実施しています ※研修会の参加をお願いします 応募/平日の9:00～17:00の間に下記へ連絡下さい。(募集期間 5/31迄) 応募・問合せ/岡山大学病院総合患者支援センター Tel.086-235-7744

「がん体験者によるピアサポート」不安や戸惑い、お気持ちをがん経験者にお話ししてみませんか?(治療に関する相談はお受けできません) 日時:5/8・21・6/12・18 10:00～12:00・13:00～15:00 於:岡山大学病院総合患者支援センター内 対象:がん患者・家族、どなたでも ※予約不要 ※時間内は出入り自由です。  
(問) 岡山大学病院総合患者支援センター Tel.086-235-7744



《おかやま医療情報ネット》休日・夜間の当番医をはじめ、緊急時、災害時、困った時に役立つさまざまな医療機関の情報を提供しています。(問)岡山県保健福祉部医療推進課 Tel.086-226-7322

おかやま医療情報ネット  検索



クリックで応援する子供の未来『クリック募金』にご協力ください。  
[1クリック=1円]で「子供の未来応援基金」に寄付されます。お一人様1日1クリックまで。(基金へは皆様に代わって賛同企業が寄付します) ※WEB(上記二次元バーコード)から参加できます ※詳しくは下記HPをご覧ください 《子供の未来応援国民運動(内閣府等)》  
https://kodomohinkon.go.jp/

こどもの未来 応援  検索

## おしらせ

■(株)ウェルスマイル(以下当社)における個人情報の取扱について  
○当社へ個人情報を預け頂く場合はあらかじめ明記した利用目的のほかに、当社からの各種情報のお知らせメール送信、新商品・新サービス・各種キャンペーン・特集等に関するご案内、アンケート・調査のお願い、グッズ発送、メールマガジンの送信、を目的とした範囲内に限定して利用いたします。  
○提供を行うことが予定される場合には、あらかじめその旨を自社広告もしくは個人情報取得フォームなどに明記いたします。  
○利用目的の達成に必要な範囲内において、個人情報の取り扱いを外部に委託する場合があります。(例えば、発送業務を外部に委託する場合があります。)  
○個人情報をお預け頂くことはご本人様の任意ですが、ご提供いただけない場合、あらかじめ明示した利用目的に対応するご本人様のご希望にお応えできない場合があります。  
○当社が保有するご本人様の個人情報について、利用目的の明示、開示、修正、追加又は削除、利用の停止、消去及び第三者への提供の停止のお申し出には適切に対応いたします。

■個人情報に関するお問合せ窓口/株式会社ウェルスマイル  
Tel.086-226-8100  
(受付時間/平日10:00～17:00 土日・祝を除く)

### 掲載における個人情報の取り扱い

○ご提供いただいた個人情報は、当社の掲載申込みを目的として利用いたします。また、後日、当社からのサービスのご案内やアンケートのお願いをさせていただくことがあります。

### ここで「このまちでくらす」が手に入ります。

○岡山東区/A-COOP 西大寺店、ニシナ西大寺店 ○岡山市中区/ティオ、ブックオフ岡山店 ○岡山市北区/池田動物園、天満屋バスステーション、柳川いちば、ハピーズ京山店・吉備津店 ○岡山市南区/生鮮館泉田店、ブックオフ妹尾店、ニシナ南輝店・東睦店、サウスビレッジ ○倉敷市/ハピーズ老松店、CHACHA、ニシナ堀南店・中島店・連島中央店・福島店 ○総社市/ニシナ総社東店 ○玉野市/生鮮館玉野店・宇野店、ニシナ長尾店  
\*この他についてはお問合せ下さい。

**まちくら 読者プレゼント** 抽選でペアで1組様!

**新見美術館**  
**サンリオデザイナー展**  
～サンリオキャラクター誕生のプロセスを大公開!～

**ご招待券をペアで1名の方にプレゼント!**

- 開催期間:4/27(土)～7/15(月祝)
- 時間:9:30～17:00(入館は16:30まで)
- 休館日:月曜(4/29・5/6・7/15は開館)
- 観覧料:一般1,000円、大学生500円、中学生300円、小学生200円

新見美術館HP  検索

サンリオのキャラクターがどのように生み出され、育成されていくのかを、デザイン面から掘り下げます。

**応募(5/8(水)応募締切)**

**ご応募はこちらから**



## 山田のおやじの干支占い

2024年 5月



開業アドバイザー  
山田浩三

日本運勢研究会(ニホン全印会)二代目鑑定士、岡山大学非常勤講師(元)、明治大学卒業後、12年間の企業勤務を経て、家業を継ぐため三木照山など多数の専門家に師事。占いは人を幸せにするものではなくてはならないという信念に基づき、鑑定に臨んでいる。

【相談項目】姓名判断、命名、四柱推命、家相、風水等。  
http://yamadanooyaji.com/  
kyamada@mx3.tiki.ne.jp Tel.086-296-7558

### 子 年生まれ

判断力が試される。損得や好き嫌いで判断するよきことにならない。三方良しの考え方が運氣を上げる。物事を前向きにとらえようとする姿勢が協力してくれる人を生む。

### 丑 年生まれ

体調管理が今月のテーマ。オーバーワークにならない予定の組み方が大切。プライベートの楽しみはホドホドにすること。健康管理や増進から素敵な出会いが期待できそう。

### 寅 年生まれ

出会い運が高まり、なぜか注目されるという不思議な運氣。団体や人からのアプローチがありそう。依頼は物事を引き受けないで相手を見極めること。おいしい話にご用心。

### 卯 年生まれ

イライラなど落ち着かない気持ちのコントロールが必要。冷静な対応が周りからの評価を高める。価値観の違いを優勢でなく、どうしてと分析して違いを楽しめると吉。

### 辰 年生まれ

簡潔明瞭な発信が評価と運氣を高める。自分の考えをまとめる工夫と努力を。出会いを求めるのは吉。情報のアンテナを張ることも大事。新しい出会いが未来を明るくする。

### 巳 年生まれ

人をサポートする役割に徹してみよう。支える姿勢が評価されて可能性を広げる。目立ちたいときでも、相手に花を持たせる度量が欲しい。成果はチームワークから生まれる。

### 午 年生まれ

何事にも挑戦する姿勢が幸運を呼び込む。経験と知識を活かせば結果が出るし、協力してくれる人も現れる。仲間と情報の流れがないかの確認を。先手必勝の気持ちが大切。

### 未 年生まれ

言葉の持つ力を活用しよう。周りの人たちに希望を与え、気持ちが明るくなる表現を心がけて欲しい。好きな言葉を探そう。言葉ひとつでチームの雰囲気は明確に分かれる。

### 申 年生まれ

頭でっかちにご用心。考えてばかりで行動しないと良い運氣も低迷する。前を向いて歩いていけば道はできる。最初の一步を踏み出す勇氣が幸運を呼び込む。有言実行が吉。

### 酉 年生まれ

交友運が上がる。支出の増大に注意したい。ムリな誘いは断る勇氣が必要。自分の知識や技術が向上するための投資は吉。明日の自分を高めるために必要な出会いを求めよう。

### 戌 年生まれ

全体を見渡す視野の広さと度量が運氣を支える。焦らない。物事に取組むためには準備が必要で、その手間が結果を左右する。用意は気持ちを落ち着け、流れはこちらのもの。

### 亥 年生まれ

新しい分野、興味があることにトライしよう。心がワクワクすれば、運氣は上昇。経済の堅実さが運氣とリンクするので、支出が難しいものは先送りでもよい。オシャレも吉。

## このまちでくらす Ma ch i k u r a

編集・発行/株式会社 ウェルスマイル 〒700-0927 岡山市北区西古松 605-5 プライオフォスIIビル 1F Tel.086-226-8100 (平日9:30～18:00/土日・祝休) Fax.086-235-8511



ウェルスマイル のホームページ  
イベント情報・お得情報・テイクアウト情報  
いろいろ発信中です♪ ウェルスマイル  検索



Instagram  
@konomachidekurasu



X (旧 Twitter)  
@Machikura\_Smile



好評放映中!!



36年の信頼と実績で全国25院

# 5月の人気治療

城本クリニック岡山院

門屋 一貴 院長

日本外科学会外科専門医、  
日本麻酔科学会麻酔科権務医、  
ホトックスピスタ施注資格取得、  
ジュビダームピスタ施注資格取得



Instagram: @shimomoto\_kadoya

美肌

肝斑、くすみ、ニキビ跡色素沈着撃退!!

## くすみ 肝斑治療 レーザートーニング

肝斑・くすみにお悩みの方にお勧めです。  
トラネキサム酸と併用することで、お悩みを改善致します。

両頬(1回)..... **5,500円~**



たるみ

切らないフェイスリフトでお顔のたるみや目元・口元のしわを改善

## ダブロゴールド

お顔のたるみにお悩みではないですか?  
年齢を感じさせないエイジレスなフェイスラインを手に入れませんか。

初回トライアル **68,600円**



ハリ・美肌

専用のマシンによる痛みが少なく短時間の治療で、美しくハリのある美肌を実現

## 水光注射

水光注射は、極細の針で皮膚の浅い層へ均一にヒアルロン酸などの薬剤を注射する事で、みずみずしくハリのある「水光肌」を実現できる人気の治療です。美肌成分をたっぷり皮下に注入する事で、コラーゲンの増生や潤いの強化を行い乾燥が気になる肌にもハリ感をもたらせます。

導入記念価格(1回)..... **27,860円~**

※お悩みに応じ薬剤は変更可能です。



しわ

お悩みを注射だけで解消!

## ボツリヌストキシン注射

額・眉間・目尻など顔の表情しわを注射で解消

お顔3カ所  
50単位まで(1回) **55,000円**



たるみ

たるみ撃退!! リフトアップ・小顔効果

## シャークリフティング

ビタミンCが練り込まれたジグザグな特殊形状の糸で効果的にハリ感アップ!  
強力な引張強度と固定強度を備え、高いリフトアップ効果が期待できます。

新価格 1本... **15,800円**



二重

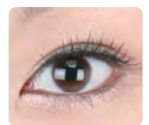
保証も充実! 口コミで話題の当院の埋没法

## 腫れの少ない 埋没法

2点止め(1年保証)

両目... **55,000円~**

※永久保証や4点止めなどもございます。  
※二重切開法や目頭切開、目尻切開などもございます。  
詳しくはお問い合わせください。



痩身

脂肪分解&燃焼成分でダイエットをサポート

## ダイエットピル

ミトコンドリアで脂肪を燃やすオリーブ葉抽出物(オレアピータ)と脂肪細胞を分解するブラックジンジャーエキスが、体脂肪を分解&燃焼し減少させます。

1箱60粒..... **6,264円**



たるみ

切らないたるみ取りレーザー治療

## イントラジェン

価格改訂

高周波の熱で周りにバネに、たるみ・小じわ・毛穴を改善! 切らずに難しい肌質改善効果があります。

フェイスライン **39,800円**

※顔全体やコース料金もございます。



しわ

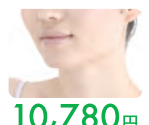
厚生労働省認可の長持ちヒアルロン酸

## ジュビダームXC

厚生労働省認可のヒアルロン酸注射です。約1年持続し、仕上がりも自然です。法令線や口角のしわなど、様々な部位の治療が可能です。

1本..... **65,780円**

その他ヒアルロン酸..... 0.1cc **10,780円**



脱毛

予約が取りやすい! 痛みが少ない!!

## 医療レーザー脱毛

最適な照射設定で早く効果を実感! プライバシーの配慮は万全です。医療者による丁寧な照射。

両ワキ(1回)..... **4,980円**

VIOライン(1回)..... **9,900円**

※お得な全身脱毛プランもございます。



しみ・美肌

複数の肌トラブルを同時に改善!

## フォトRF

シミ シソバカス 小じわ  
たるみ予防 赤ら顔 ニキビ跡

シミ・ソバカス等を除去し、高周波により真皮層に働きかけてコラーゲンを増加。毛穴の開きや小じわを改善させます。

両頬(1回)..... **10,780円**

※その他、顔全体のメニューもございます。



薄毛治療

薄毛・抜け毛でお悩みなら

## AGA(男性型脱毛症) 城本 オリジナル 治療

最近、枕の抜け毛が気になる。髪の毛のセットが決まらないと感じていませんか。城本クリニックではオリジナルの内服薬・あるいは外用薬を使用することで、継続的に最大限の効果が出るよう対応しています。

AGA内服..... **5,478円~**

※初診料・再診料・処方料は一切かかりません。



刺青除去

Qスイッチヤグレーザーを使用

## イレズミレーザー

Qスイッチヤグレーザーを用いて、刺青を徐々に薄くしていきます。

1cm<sup>2</sup>..... **11,000円**

※範囲や回数で価格は変動しますので、お気軽にお問い合わせください。  
※その他、切開、削皮なども可能です。



くま取り

下顔の脂肪をとって若々しい印象の目元へ

## 経結膜脱脂

下顔のくま、ふくらみは年齢とともに目立ってきます。経結膜脱脂は目の下の脂肪を取り除くことで、目の下のふくらみや下まぶたのくま、たるみなどを改善します。

両目..... **330,000円**

薄毛治療

分け目の薄毛や全体のボリュームの減少でお悩みなら

## 女性のための薄毛治療薬 ルグゼバイス

女性で一番多いタイプに、びまん性脱毛症があります。ルグゼバイスは健康な毛髪成長を刺激し髪質改善に働きかけます。また、プラセンタ配合により美肌や疲労回復にも効果が期待できます。

1箱30日分..... **8,800円**



たるみ

目元スッキリ・若々しい目元へ

## 目のたるみ取り

老け顔の原因や目元のたるみを改善します。目の上下のたるんでしまった皮膚を取り除くことで、若返り効果があります。

目の上..... **385,000円**

目の下..... **385,000円**



城本クリニック岡山院 吉武 奈見

日本麻酔科学会専門医、ホトックス施注資格取得、  
ジュビダームピスタ ハイラクロス・バイクロス施注資格取得

Instagram: @shimomoto\_yoshitake



城本クリニック岡山院 桑水流 健二

日本形成外科科学会専門医・領域指導医、日本美容外科科学会(JSAPS)専門医、再建・マイクロスージャリー分野指導医

Instagram: @shimomoto\_kuwazuru



その他の治療

医療用HIFU、輪郭形成、口唇縮小、立ち耳、でべそ、傷跡修正、やせ薬、ピアス、美容注射・点滴、ドクダミコスメ、肝斑徹底プログラム、女性用育毛薬 など

※効果には個人差があります ※全て自由診療

# シロモト 城本クリニック岡山院

無料相談 / 受付フリーダイヤル イオンナ クリニック

## 0120-107-929



無料駐車場あり

お子さま連れでも安心!

クレジット・ローン対応可能

詳しくはHPをご覧ください!

城本 公式 検索



岡山市北区元町30-3 カサ・セグーラ2F

青江の中心ではじまる、蒼快な暮らし  
**CENTER OF BLUE**



**特別優先案内会開催中!**

**完全予約制**

来場予約は  
**コチラ**から  
 お願いします。



「イオンスタイル岡山青江店」徒歩2分 [約120m]

お問い合わせは  
 (アルファステイツ青江II) マンションギャラリー  
**0120-007-503**

インターネット使い放題 | 防災倉庫完備 | 駐車場2台確保可能

住所 / 〒700-0926 岡山市北区西古松西町1-37  
 【営業時間】11:00～18:00  
 【定休日】火・水曜日(祝日除く)

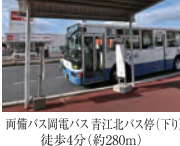
国道2号線至近のアクティブに毎日を満喫できる住環境

AOE LOCATION



岡山赤十字病院 徒歩7分(約540m)

イオンスタイル岡山青江店 徒歩2分(約120m)



両備バス岡電バス青江北バス停(下り) 徒歩4分(約280m)

JR宇野線 瀬戸大橋線 備前西市駅 徒歩29分(約2,280m)

中国銀行岡山南支店 徒歩6分(約420m)

岡山青江郵便局 徒歩8分(約600m)



駐車場  
**2台**  
 確保可能



SPA&Wellnessほがまか 徒歩4分(約290m)

ニトリ岡山奥田店 徒歩15分(約1,170m)



ユニクロ岡山十日市店 徒歩10分(約730m)

スターバックスコーヒー岡山青江店 徒歩13分(約1,030m)

ご予約の上、マンションギャラリーにお越しください。  
**アルファステイツ青江II マンションギャラリー**  
 お客様駐車場をご用意しております  
 カーナビをご利用のお客様は下記住所をご入力ください。  
**岡山市北区西古松西町1-37**

※掲載の地図は概略図に基づき、省略されている施設・道路があります。【掲載内容】2023年12月現在時点のもの。【物件概要】●物件名称/アルファステイツ青江II●所在地/岡山市北区青江2丁目194-1、225-14●交通/両備バス・岡電バス(南北バス停)徒歩4分(約280m)●総戸数/45戸(管理専居室1戸除く)●住居取得/2LDK~3LDK●住居専有面積/63.73㎡~76.41㎡●バルコニー面積/11.52㎡~23.75㎡●専有面積/1.74㎡~2.87㎡●敷地面積/1636.24㎡(確認申請時)●建築面積/511.69㎡(確認申請時)●建築延床面積/3745.82㎡(確認申請時)●建築確認番号/第ERI-23024244号(2023年12月18日付)●構造/鉄筋コンクリート造10階建て●地目/宅地●用途地域/第一種住居地域●建ぺい率/60%●容積率/200%●完成予定年月/2025年6月上旬●引き渡し可能年月/2025年7月上旬●建築工場の都合上、入居開始予定日に変更が生じる場合がございます。●売主/穴吹興産株式会社 国土交通大臣(10)3300号(公社)青川県宅地建物取引協会・四国地区不動産公正取引協議会 7700-0903 岡山市北区南町8-29 穴吹興産株式会社岡山支店 TEL 086-232-2588 ●販売代理/株式会社あなぶきリアルエステート宅地建物取引業免許 香川県知事(5) 3884号〒760-0028高松市助産町6-1 TEL 087-811-2877 ●設計監理/株式会社フジサの建築設計事務所 ●施工/中国建設工業株式会社 ●敷地所有者/穴吹興産株式会社 ●分譲後の権利形態/土地・建物専有面積割合による敷地権(所有者)の共有; 建物(専有部分)区分所有権(共用部分) 建物専有面積割合による共有 ●管理形態/管理組合方式により管理組合と株式会社穴吹ハウジングサービスとの間で管理委託契約を締結していただきます ●管理人の勤務形態/月曜日~金曜日 9時~17時(土日祝は不在) ●設計図面開覧場所/穴吹興産株式会社岡山支店 ●手付金等保証機関/日本住宅産業信用保証株式会社 ●販売戸数/未定 ●販売価格(税込)/未定 ●販売価格(税込)/未定 ●管理費(月額)/未定 ●修繕積立金(月額)/未定 ●修繕積立金(一括)/未定 ●駐車場使用料(月額) 未定 ●販売開始予定時期/2024年5月下旬