

街の《元気》をお手伝いする生活情報誌

Ma chi ku ra

毎月1回発行・無料

このまちでくらす

2025年2月号

No. 047

次号は3月7日発行です。



ま ち く ら キ ャ ッ ツ ババ & ママ

「情報誌ばど岡山版」は「このまちでくらす」に名前が変わりました。

西日本トップクラス
20種以上のお風呂とサウナ

天然温泉 大家族の湯
岡山県最大級の温浴テーマパーク

7時から23時まで営業

より手軽にご利用いただけるようになりました!

小さなお子さまも安心! 家族でも1人でも!

いつでも楽しい! いつまでも遊べる!
完全屋内温水プール

フィットネスゾーン
シューズなどグッズも販売中!

お食事処 鶴亀

料理長おすすめ
手造りとんかつ定食

豚バラとキャベツのヘルシー鍋御膳

お子様プレート

豚の角煮丼

もつ鍋

大家族の湯
Tel.0570-012-026
岡山市北区久米197-1

■営業時間
7:00~23:00(受付終了 22:00)
■年中無休
(メンテナンスのため臨時休館の場合あり)

大家族の湯HP

無料駐車場 530台

天然温泉 大家族の湯 クーポン
本券1枚で1組2名様迄有効
お子さま入浴orプール 無料 (入浴料込み)
小学生まで ※保護者同伴に限る

●その他サービスと併用不可 ●公衆入浴・入館のみの方不可 ●保護者様の同時利用が必須

有効期限 2025年 3/31迄

天然温泉 大家族の湯 クーポン
本券1枚につき1名様まで有効
回数券1冊購入で 入浴券1枚をプレゼント

●その他サービスと併用不可 ●コピー不可 ●プロの日は利用不可

有効期限 2025年 3/31迄



まちくらキッズ



イベント 岡山市ふれあい児童館

ふれ愛フェスタ 2025
 缶バッジ&フォトフレームをつくろう!
 ●2/24(月・祝) 10:00~14:00
 ●対象:どなたでも(幼児は保護者同伴)
 ●フォトフレーム
 先着 20個 / 1個 100円
 ●缶バッジ
 先着 100個 / 1個 50円
 ※バッジにしたい写真をお持ちください
 ※どちらも材料がなくなり次第終了

岡山市ふれあい児童館 [検索](#)

倉敷市民学習センター

子どもシアター (映画)

- 2/8(土)・3/8(土)各日①10:30~ ②14:00~
- 会場:ライフパーク倉敷 市民学習センター ●申込不要

2/8(土)上映作品 ※1回目・2回目共、同一内容です
「スプーンおばさん」
 おもちゃの大スター/バイキングとの対決/忘れん坊バケット/赤ちゃんとデート/ルウリの誕生日/ミッケルのさいな

3/8(土)上映作品 ※1回目・2回目共、同一内容です
 かちかちやま/かもとりごんべえ/みにくいあひるの子/赤いつ/ぶた飼ひ王子

倉敷市民学習センター [検索](#)

本屋さんが選んだ
今月のえほん



おかしになりたいピーマン
 岩神 愛 作・絵
 (岩崎書店)

みんなに食べてもらいたいピーマンおかしに変身しようと思いますがなかなかうまくいきません



かいけつゾロリのチョコレートじょう
 かいけつゾロリシリーズ6
 原 ゆたか 作・絵 (ポプラ社)

チョコレートのおしろがゾロリたちのものに!? つめたい北の大地へたどりつけ!



ちいさなちいさな おかしのみち
 さかいさちえ 作・絵
 (教育画劇)

断面図絵本シリーズの一作。ほっぺがおちそうなあまーいおかしのみちへあそびにいこう!

協力 **TSUTAYA AZ岡南店**
 岡山市南区築港栄町5-12

WEBサイト Instagram

スクール

Kids Duo公式HP

英語学童保育 Kids Duo 大元

[スプリングスクール2025]開催!! 新しいお友達と一緒に英語力+社会性を身に着けよう! **Get Together!**



英語で楽しく新年度に向けての準備をしませんか?
 「英語をやらせたいけどまだ始められていないな...」「4月から小学生だけど習い事どうしようかな...」「環境の変化に子どもがついていけるかな...」等々お悩みの方は、ぜひこのタイミングにご参加ください!
 「参加してすぐに結果が!」そんな保護者様の声もいただいています! 楽しみながら英語力をUPできます! たくさんのご参加をお待ちします!

注目!! スプリングスクールでは、アルファベット一つひとつの音や連続音など、日本人が苦手とする発音を中心に、さまざまな学年のお友達と日替わりのアクティビティを通じて、英語を学び楽しみながら練習します。

Day 1	アルファベット Aa ~ Zz の一つひとつの音
Day 9	
Day 10	短母音 at, ut, od, ud, em, um, ap, us, ig, ug の音
Day 14	

Prism Box Friendship Bracelet ▲アルファベット ▲短母音 ▲フォニックスでのアルファベットの読み方

Tel.0800-100-6935
 岡山市北区西古松1丁目27-25
 ハリハックビル1階
 営:月~金 11:00~19:30
 休:土日祝
 ★JR大元駅から徒歩8分

SpringSchool 2025
 日時/3/17(月)~4/4(金)
 (午前の部)9:30~13:30
 (午後の部)13:30~19:30
 ※お気軽にお問合せご相談ください。参加費用についてもお問合せください。

スクール

HP・体験申込みはこちら

遊プラザテニススクール

快適空間でテニスをするなら【遊プラザ】! **無料体験受付中!** 暖房完備のインドアコートで冬でも快適!



全コート冷暖房完備の【遊プラザ】では、テニスを通じて皆様の健康づくりをお手伝いします。
 【遊プラザ】は日本プロテニス協会認定のAAAオフィシャルスクール! 人数制のクラスで専任コーチがレッスンを担当いたします。初心者から経験者まで。また幼稚園年中からのキッズ向けクラスもご用意。岡山でテニスなら【遊プラザ】! 無料体験から初めてみませんか!
 ★入会金・年会費いつでも0円

無料体験受付中 (要予約)

毎週開催 (体験1時間コース)	
火曜日	15:10~ 一般初心者/一般経験者
金曜日	21:20~ 一般初心者/一般経験者
日曜日	12:20~ 一般初心者/一般経験者 親子クラス

※キッズ(年中~小1)、ジュニア(小2~中3)、ソフトテニス(小5~高3)一般(高校生以上)※親子レッスンは年少~年中、親1人子1人での参加。

◀追加日程(1時間)▶
 ◆2/23(日)
 14:20~ジュニア初心者/一般初心者
 16:20~ソフトテニス、一般経験者
 ◆2/24(月・祝)
 13:30~ソフトテニス
 14:40~一般初心者
 15:50~ジュニア初心者

Tel.086-255-5556
 岡山市北区島田本町2丁目6-35
 営:平日/9:00~22:00
 土曜/7:50~22:00
 日曜/7:50~21:00
 P:無料駐車場有

ラケット・シューズは無料レンタルあり!
 ※ジュニア・キッズクラスは、実際のレッスンを2回体験OK!
 日程はHPより。
 ※無料体験は事前予約制。

ライフ

公式 HP▶



三宅法律事務所

家族に関するお悩みごと、お気軽にご相談ください！
『相続』に関する【無料法律相談会】を開催します。



相続・離婚・親権など、ご家族に関するお悩みをお持ちの方は、実は少なくありません。
「誰にどう相談したらよいかかわからない…」そんな時はぜひ弁護士を頼ってください。当事務所は、相続・離婚等の男女問題についてのご相談を、通常初回30分無料で承っています。弁護士に相談してみることは、解決への最初の一步とお考え下さい。この度、初めての無料相談会を開催致します。お気軽にご相談ください。

個人の方だけでなく、法人様もお気軽に！

弁護士登録後、民間企業の法務部に組織内弁護士として勤務。企業内部において発生する様々な法律問題への対応を経験。その後、法律事務所にて勤務。個人・法人のクライアントの法的紛争への対応業務を経験しました。企業内弁護士として従事した経験と、法律事務所において従事した経験を活かし、個人・法人へ質の高いサービスを提供して参ります。

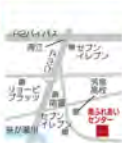


岡山弁護士会所属
三宅 遼太郎

Tel.086-230-2301

岡山市北区中山下1丁目11-15
新田第一ビル3階
営：平日 10:00～18:00

★HPのお問い合わせフォームから
も、お気軽にお問合せください。



＜相続の無料相談会＞

●日時/3月21日(金)10時～
●会場/南ふれあいセンター(〒)
岡山市南区福田690-1 無料駐車場有
※当事務所<086-230-2301>へ
「3/21の無料法律相談会の件」とお電話
ください。要予約。

ライフ

公式 HP▶



LAVITA(ラビータ) 東古松店

新しい家族を迎えるならLAVITA!大切なペットとの人生をしっかりとサポート!ドッグラン無料券プレゼント中



2025年も皆様の楽しいペットライフを全力で応援いたします♪
わんちゃん・ねこちゃん・うさぎさん・小動物さんが、皆様との新しい出逢いを待っています。
専門知識をもったスタッフが多数在籍。ペットのご相談はお気軽に!
●『ラビータドッグカフェ』が、店内に(不定期)OPEN!カフェのお客様はわんちゃん!ヒューマングレードのカフェメニューを提供します♪
☆新カフェのお名前も募集中!

ラビータは大切な命を通して Instagram かけがえのない人生をサポートします。東古松本店は21周年!



クーポン
100平米の室内ドッグラン
室内ドッグラン
利用無料券
プレゼント!!
完備!!
温かい室内で思い切り遊んでね♪
有効期限/2025年2月28日
この「まくら」持参で、1日中使い放題!
※1家族1回まで(お友達ご同伴の場合はお友達も1回まで無料) ※1回限り

Tel.086-803-3281

岡山市北区東古松495-1
営：10:00～20:00
休：土日祝 P：無料 P有

■(種別)販売業/第22022号保管業/第22023号(登録日)4/5/31
(有効期限)8/5/30
(取扱責任者)川岡佳緒理



クーポン
わんちゃんの
コミフのケーキ 10%OFF
有効期限/2025年2月28日
●何個でもお買上げOK! ●期間中有効
●お会計時にご提示ください
●一部 対象外の商品もございます

健康習慣に!『水素イオン整水器』

謝恩セール 9,900円(税込)

浄水器40年の株カンゲンで人気の水素イオン整水器は水道水を浄水し、さらに電気分解する事でミネラルを多く含む水素水と酸性水を作ります。水素水は美味しいだけでなく、キッチンまわりの拭き掃除にもおすすめ。水を買ったり、容器の処理もなく便利で経済的なのもうれしい。また、うがい・手洗いに酸性水を利用している方もいます。この機会にぜひ1台!!

人気の「水素イオン整水器」を商品入替限定30台、在庫処分価格の9,900円(税込)でご提供。ご都合の良い日時に当社スタッフが商品をお届けし、取り付け・説明も無料サービス。お気軽にお問合せ下さい!他にもPFAS対応の浄水器や医療機器メーカーの機種も特別価格でご用意。下取りサービスも実施中です。

安心の日本製
お台所の蛇口に簡単に取付けOK
びっくりするくらいおいしくなる水です!!
●ご飯 ●お茶
●お料理 ●コーヒー
今なら! さらに! 簡易トイレプレゼント!! (3枚セット)

お水の専門店(株)カンゲン 関西サービスセンター 大阪府大東市野崎3-12-5

☎0120-987-007 受付時間 平 日8:00～18:00 土・日・祝8:00～14:00

お支払いは代引または分割3回払い(郵便振替・手数料無料)OK。返品は8日以内(返送料は弊社負担)。※商品の取り付け作業が必要なため、販売地域に限る場合があります。次回以降の交換用カートリッジは税込6,600円(交換目安6～10カ月)。お客様の情報は、新しい商品・アフターサービスのご案内に使用させていただきます。また、販売代理店同時募集中。詳しくはお問合せ下さい。

ライフ

詳しくはコチラ! HP▶



ここから不動産株式会社

高性能モデルハウスをお譲りします!一宮エリア3LDK
2月の土曜・日曜に【モデルハウス販売会】開催

OPEN HOUSE モデルハウス販売会



限定1棟!おしゃれで、充実の暮らしが実現できる高性能モデルハウスをお譲りいたします!
外構、カーポートや庭、太陽光設備付き!なので、入居はスムーズ♪
春から新しいマイホームでの充実の暮らしがスタートできます。
立地も、利便性高く環境も◎。
★今ならご成約特典で、10万円分の家具のプレゼント付き!
まずは2月の(土)(日)10時～17時の販売会にぜひお越しください。

耐震等級3相当
太陽光設備
BELS 5つ星
樹脂サッシ
大容量収納
カーポート・庭
■解放感あふれるリビングダイニングには、Bluetooth付きのダウンライトで音楽も♪奥様に嬉しい食洗器も設置。
■暖房・乾燥機付きの浴室は冬も、雨の日も安心です。
■大容量収納ウォークインクローゼットは趣味の部屋にできるほどの広さです。

Tel.086-250-8533

岡山市南区妹尾2387-1
営：9:00～18:00
休：不定休 P：有
免許番号：岡山県知事(3)第5517号
設計施工：株式会社ユアハウス
販売会：北区椿津606付近 MAP▶



クーポン
ご成約プレゼントとして
10万円分の家具を
プレゼント!!
有効期限/2025年2月28日
★まずは【モデルハウス販売会】にお越しください。

BEAUTY

FAVON公式HP▶



Hair room amitie アミティエ



冬の乾燥に負けないケアで、
艶やかな春スタイルへ♪
当店オススメの髪に優しい「水カラー」「水パーマ」はリピーター様に大好評！なかなか相談しにくい大人の髪のお悩みもお気軽に♪
大きなサロンや男性スタッフが苦手な方にお気軽にご来店いただけます。

Tel.086-245-0881

岡山市北区今6丁目3-5
営：10：00～19：00
休：月、第1火、第3日
P：あり



クーポン
洗うだけで理想の髪質！
FAVONを無料でご体験
有効期限／2025年4月3日
※FAVONのみご予約不可。新規の方お一人様1回限り

BEAUTY

公式HP▶



頭蓋骨矯正 & 本格痩身 BUPURA - プラ

【プラ】は、「結果重視」の美肌・小顔専門サロン！
何をしても効果が実感できなかった方、お待ちしております



いつまでも若くキレイであるために
『頭蓋骨小顔矯正』の効果を実感してください!! 「たるみやほうれい線が消えた!？」という驚きの声も!! 専任スタッフの凄技ハンドケアでの施術中、歪みの度合いで少し痛みを感じる方もいますが、終わった後のスッキリ感が特徴です。年齢とともに増えるお悩み(シワ、シミ、くすみ、むくみ...)をなんとかしたいあなたも、まずはプラの施術をお試しください!

頭蓋骨小顔矯正

クーポン 2月限定キャンペーン 美白orカラーゲンパック付き!

- BUPURA式頭蓋骨小顔矯正 3,980円 (90分) 顔成形土による凄技で、むくみが取れてスッキリとしたフェイスラインへ。→4回施術の前後写真
- ハーブピーリング 8,800円 (110分) くすみ・毛穴・ニキビ・乾燥などの肌トラブルを健康的な美肌に導きます。

※有効期限 2025年3月6日 ※岡山店・大元駅前店共通クーポンです。

Tel.070-1873-3255

BUPURA 岡山店
岡山市北区奉通町2丁目4-10
チャンプルビル3階
営：10：00～18：00
休：不定休
P：提携コインパーキング 駐車券チケット



Tel.080-4552-8896

BUPURA 大元駅前店
岡山市北区西古松2丁目2-8
ラポルト大元駅前201
営：10：00～18：00
休：不定休
P：無料駐車場有



BEAUTY

Instagram▶



Angel feet - エンジェルフィート -

お正月太りからの脱却! 2025年を自分らしくスタート!
むくみがちなお顔や、首肩コリもおまかせ!



★「正月明け、身体が重い!？」固いセル脂肪を吸い上げる様にもみほくし血液やリンパをしっかり流して、ボディラインを整えるエンダモロジー<ボディ>がオススメ。部分スリムにも◎
★「鏡を見てテンション上がらない」ハリ艶をアップ、くすみ・たるみの改善や、目尻や口元のシワ改善にも◎
若返り美肌には、エンダモロジー<フェイシャル>がオススメ!
☆今年も女性の駆け込みサロンです!

エンジェルフィートは22周年を迎えました! 新規の方限定! 予約制

- ドライヘッドスパ(30分) 2,980円 有効期限/2025年3月6日
ヘッド～首肩・デコルテなどのマッサージ&お顔のツボ押しまで。お顔のリフトUPも。頭痛・肩こりの方にも◎
- 顔筋美骨マッサージ(30分) 2,980円
クリームを使用してオールハンドで顔～首肩、デコルテもほぐし小顔矯正

Tel.086-274-0511

岡山市中区内山115-1
ハビーズ内山店敷地内
営：9：30～19：00
休：祝日・不定休
P：無料駐車場あり



クーポン
初めてのエンダモロジー体験
ボディ(40分) 6,600円
フェイシャル(40分) 6,600円
有効期限／2025年3月6日
※電話または一二次元コードより予約ください。

BEAUTY

公式HP▶



Refresthe Soleil ～リフレステソレイユ～

あなたの“なりたい”を叶える大人女性の駆け込みサロン。リピート率90%超え!の技術に驚いて♪



「痩せたい!」気持ちに寄り添い、結果に導くリフレステソレイユ。自信をもってお勤めするボディコースは、ハンド技術をはじめ、どんな脂肪にもアプローチする機器で身体が変わるのを実感できます!
ソレイユは、お一人おひとりのお悩みに1対1で向き合うプライベートサロン。エステ歴27年、約3万件の施術実績のオーナーのケアをぜひ体験して!(←写真 8か月 -13kg減)

卒業・入学など新たなスタートに向けて、エステデビューしませんか? あなたの「変わりたい」を一緒に叶えます! エステに迷いがある方、まずはご相談ください。(オーナー 武南)
★お子さま連れの来店も可
★春のプライダルエステ、ご予約受付中!

クーポン
フェイシャル体験 5,500円(→)
有効期限/2025年3月19日
※まちくらを見てとお電話でご予約ください

ソレイユのフェイシャルも人気!
ハリツヤ・潤い、リフトUP・小顔・毛穴レス・引き締め…ハンド&機器で“整形級”に印象が変わる素肌美人目指しませんか!

Tel.090-5262-1136

岡山市北区東島田1-2-21
グレースオークス岡山101
営：9：00～19：00
【完全予約制】
休：日曜・祝日
P：有り
★男女共利用可能



クーポン
ボディ 痩身体験 (フオースカッター)
60分/14,850円 → 7,150円
90分/21,600円 → 9,900円
有効期限/2025年3月19日
※まちくらを見てとお電話でご予約ください



もうひとつの大切な時間
私、先生

くもん書写教室の先生になりませんか

教室開設説明会 (時間は10:00~12:00)

岡山 ・ 3/3(月) 岡山国際交流センター 4階 交流サロン
・ 3/18(火) (JR「岡山駅」西口より徒歩4分)

倉敷 ・ 3/27(木) 倉敷商工会館 2階 第1会議室
(JR「倉敷駅」より車で5分 ※駐車場あり)

Zoomによるオンライン説明会 予約制(2日前までに要予約)

● 3/12(水) ● 3/25(火) ● 4/11(金) ● 4/28(月) (各10:00~10:30)
※ご予約いただいた方にミーティングIDとパスワードをお知らせします。

●ご参加が難しい方、Zoomなどの操作がご不安な方もお気軽にお問い合わせください。
※25歳~60歳代前半(女性)の方をお願いしています。

3月無料体験学習(3/11~3/31)
生徒募集中!



指導者養成プログラムで
未経験でも安心!

ペン習字

かきかた

筆ペン

毛筆

くもん書写の先生 検索

公文書写は全国10万人の方が学ぶ書写団体です
公文エルアイエル ☎0120-410-297

短期事務スタッフ《オフィスワーク未経験者歓迎》

交 日額2,500円(2.5時間勤務) + 交通費

自分のスケジュールに合わせて柔軟に働けます。
1日2.5時間のスキマ時間で、お仕事しませんか!

【内容】専用システムのデータ入力・シ
ュレッダー処理・書類整理
(電話対応はありません)

【資格】特になし オフィスワーク未
験者の方も歓迎

【時間】週1~2日程度・1日 2時間30分
(10:30~16:30の間で)
2月中限定のお仕事

【給与】日額 2,500円

【休日】土日祝

【待遇】交通費(規定内支給)

【応募】まずはお気軽にお電話ください



朝日生命 岡山支社 岡山中央営業所
TEL. 086-243-8686
受付時間(10:00~17:00) 担当/井川
岡山市北区大元 2-2-7 ※敷地内禁煙

お知らせ

■(株)ウェルスマイル(以下当社)における
個人情報の取扱いについて

①当社へ個人情報を提供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。

②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。

③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
委託する場合がございます。)

④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
人様のご要望にお応えできない場合があります。

⑤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、内容の訂正、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。

■個人情報に関する苦情・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、当社へ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/テリオ、ブックオフ東岡山店 ○岡山市北
区/池田動物園、天満屋/ステーション、柳川いち
ば、ハッピー京山店 ○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/ハッピー老松店、CHACHA、ニシナ
堰南店・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。

薬局の管理栄養士が考えた
簡単 ヘルシーレシピ

ヘルシーレシピ
こちらでも公開中!





鱈のみぞれ煮

大根おろしをたっぷり使ったさっぱりメニュー

■材料(2人分)

鱈 ……………2切れ(200g)
薄力粉 ……………大さじ2(18g)
大根 ……………7cm(210g)
サラダ油 ……大さじ1(12g)
A酒 ……………大さじ2(30g)
Aみりん ……大さじ1(18g)
Aしょうゆ ……大さじ1/2(9g)
A顆粒和風だし ……小さじ1/2(1.5g)
長ねぎ(小口切り) ……………5g

■作り方 (1人分) エネルギー-216kcal/塩分1.3g/食物繊維1.7g

- 鱈はキッチンペーパーの上に並べ、両面に薄力粉をまぶす。
- 大根はすりおろす。
- フライパンにサラダ油を熱し、①の両面に焼き目がつくまで焼く。
- ボウルにA、②を汁ごと入れて混ぜ合わせる。
- ④を③に加え、蓋をして弱火で7分ほど煮込む。
- 煮詰まったら皿に盛りつけ、長ねぎをちらす。

レシピ提供/  薬樹

配布スタッフ(委託)募集!

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方
●6ヶ月以上継続してお仕事ができる方

報酬 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。お問合せも気軽に。

二次元コードからも
ご応募いただけます!



募集地区

奉還町 1.2・下伊福 1.2・下伊福上町・下伊福本町・清心町・絵図町・伊福町 2.3・
伊島町 3/伊島北町・学南町 1.2・津島新野・津島南・津島本町・谷万成・西辛川・
芳賀・佐山・津高・南中央町・清輝橋・大供・倉敷茶屋町・新屋敷町・奥田本町・
奥田 1.2・東古松 1.4・大元駅前・中仙道 2・辰巳・西長瀬・田中・下中野・青江
1.3.4.5・西市・新福 1.2/豊浜・新保・平福 2/福島 2・福富西 1・万倍・当新田・
南輝 3・松浜町・白石・白石東新町/白石西新町・今保・平野・庭瀬・西花尻・大福・
妹尾・箕島・東睦・内尾・門田屋敷 2.3.4・新京橋・森下町/住吉町・平井・倉田・湊・
山崎・円山・江並・藤崎・国富 3.4・藤原西町・藤原・さい・高屋・赤田・関・乙多見・
長岡・雄町・四御神・穴谷・可知 5・富士見町・西大寺崎崎・広谷・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

このまちでくらす Ma chi ku ra

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 プライオオフィスIIビル1F

広告掲載のお申込み・お問合せ

ウェルスマイル

検索 <https://pado.welsmile.co.jp/>

Tel.086-226-8100 (平日 9:30~18:00/土・日・祝休) Fax.086-235-8511

Instagram @konomachidekurasu

X (旧 Twitter) @Machikura_Smile






イベント情報

2月のイベント情報
こちらから一覧を
ご覧いただけます→



イベントの詳細内容は各記事の右下の二次元コード(QRコード)からご覧ください

岡山県立美術館
楠木沙弥郎 永遠のいま

期間 2/14(金)～3/23(日)
休館日 月曜日(ただし2/24は開館)、
2/25日(火)は休館
染色家・楠木沙弥郎の没後回
顧展。初公開となる最晩年の
仕事も紹介します。

吉備路文学館
特別展
新収蔵品展—吉備路文学館へようこそ—

期間 2/23(日)～6/8(日)
休館日 毎週月曜日(祝日は開館)、
祝日の翌日(2/25、3/21、4/30、5/7)
料金 一般 400円他
吉備路文学館で新たに収蔵
した資料(原稿・図書・雑
誌など)を展示します。

岡山県立岡山朝日高等学校音楽楽団
第22回定期演奏会
春うららの音楽会

日時 2/15(土) 10:00～19:32
(昼休憩 12:05～12:45)
料金 1日通し券 1,000円/
1作品 500円
変わりゆく社会と家族の姿
を静かに見つめた代表作4
本を上映。

第46回岡山フルートの会演奏会
日本フルートフェスティバル in 岡山

日時 3/23(日) 14:00 開演
会場 岡山シンフォニーホール
料金 1,000円(前売り 900円)
※全席自由席
ミサ曲口短調 BWV 232
よりトナ・ノビス・バーチェ
ム/J.S.バッハ 他

**ハンドメイドフェス
デザインマーケット 2025**
岡山最大級の体験型クラフトフェス

日時 3/8(土) 10:00～16:00
3/9(日) 10:00～17:00
場所 コンベックス岡山
料金 当日1日券 600円
出店数 500店!ここで
しか出会えないものも
見つけに行こう!

ウェルポートなださきマンスリーステージ
第18回 音のひろば

期間 2/22(日) 13:30～
場所 ウェルポートなださき
かしの木ホール
出演: TAKATOMO
(13:30～)、Miyuki
Music(14:20～)

岡山県立岡山朝日高等学校音楽楽団
第22回定期演奏会
春うららの音楽会

日時 3/27(木) 18:00 開演
会場 岡山シンフォニーホール
料金 一般 1,000円、高校生以上 500円
G.ヴェルディ歌劇「運命
の力」序曲 他 ●特別ゲ
スト: 瀬尾和紀 (Flute)

岡山県立図書館
●中学生による企画展示
ティーンズコーナーにて開催 ◎2/9(日)～3/13(木)
岡山商科大学附属高等学校 / 岡山県立岡山山後楽館高等
学校 / 岡山県立南高等学校
●令和6年度 岡山県統計グラフコンクール
入賞作品展
～2/16(日) 令和6年度岡山県統計グラ
フコンクールで入賞した32点の作品を展
示します。

**矢掛フルーツピア
ハンドメイドマルシェ**
可愛い雑貨とキッズも楽しめるワークショップも!
日時 2/9(日)・3/2(日)
各日 10:00～15:00
場所 矢掛町 水車の里
フルーツピア
2階イベントスペース
(屋内での開催)
かわいいハンドメイド雑貨がいっぱいのマル
シェ!キッズも楽しいワークショップも!

関谷マルシェ
特別史跡旧閑谷学校で
毎月第3日曜日に開催されるマルシェです
日時 2/16(日) 10:00～15:00
場所 特別史跡旧閑谷学校
※天候不具合の場合は中止となる可能性があります
フード、スイーツ、ハ
ンドメイドなどのお店
が出店します。

ONLY_ONE マルシェ in 倉敷
ここでしか出会えない
こだわりあふれるマルシェ
開催日 2/16(日)
10:00～16:00
場所 あちてらす倉敷
ハンドメイド雑
貨を中心に、美
味しいものいっぱい!キッチンカーも来
ます。みんなで楽しめるマルシェです。

ONLY_ONE マルシェまつり
くらしきロ-カルマルシェと ONLY_ONE マルシェが
コラボ開催!
開催日 2/22(土)
時間 10:00～16:00
場所 あちてらす倉敷、あちまち広場
素敵なハンドメ
イド雑貨、美味
しいグルメも

アンティークから現代作家まで
キモノ & あれこれマーケット
日時 3/7(金)～9(日) 各日 10:00～16:00
場所 倉敷アイビースクエア内アイビー学館
日本の伝統文化である着物を中心に
アンティークから現代
作家の業者 & 作家による
マーケット

西大寺ふれあいセンター
ベビーマッサージ&ふれあい遊び
～心とからだを癒すタッチケア～
日時 3/1(土) (1) 10:00～(2) 11:45～
場所 西大寺ふれあいセンター
定員 各回 12組程度 ※要事前申込み
申込 2/19(水) 必着
※参加無料
詳しくはこちら→

第8回女性の健康週間 県民公開講座
便秘について知ろう!
～しっかり理解してスッキリしたおなかへ～
日時 3/9(日) 13:00～15:00
場所 岡山県医師会館 三木記念ホール
※オンラインとのハイブリッド開催
※参加費無料・定員会場参加 250名様
※事前予約制
※男性のご参加も可能です
詳しくはこちら→

岡山大学病院 総合患者支援センター
がん体験者によるピアサポート
～患者さんやご家族のお話をお聞きます～
コロナ開催!
開催日 2/12(水)・18(火) 10:00～12:00・13:00～15:00
場所 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・時間内立ち入り自由
※不安や戸惑い、お気持ちをご経験者にお
話してみませんか? (医療従事者ではな
いたため治療に関する相談はできません)

2月のフリーマーケット WEBでチェック!
MOMO 編集室 岡山 検索 ここからチェック

MOVIE
シネマ・クレール
不思議の国のシンドニ(～2/6)、小
学校(～2/20)、人体の構造につ
いて(～2/6)※PG-12、山達いの
ホテルで(～2/13)※R-15+、
アーサーズ・ウィスキー(～2/6)、
敵(～2/13)、勇敢な市民(～
2/13)※PG-12、バーン・クルア
(～2/6)※R-15+、TOUCH /
タッチ(2/7～20)、RETURN TO
REASON(2/7～20)、ディック
ス!! サ・ミュージカル(2/7～
20)※R-15+、レッド・サン
(2/14～20)、ファイアブラン
ド ヘンリー 8 世最後の妻(2/14
～27)、お引越し(2/14～27)、
ブラザー(2/14～27)※PG-12、
夏の庭(2/14～27)、地獄の SE
(2/14～20)、あの歌を憶えてい
る(2/21～)、ブルータリスト
(2/21～)※R-15+、TATAMI
(2/28～)、ANORA アノーラ
(2/28～)※R-18+

シネマ・クレール
Tel.086-231-0019

岡山メルパ
新居浜ひかり物語 青いライオン(上
映中)、室町無頼(上映中)※
PG-12、トワイライト・ウォリアーズ
決戦!九龍城砦【字幕】(上映中)
※PG-12、カオルの葬式(上映中)、
ミッシング・チャイルド・ビデオ
テープ(2/14～)、ミスター・パー
フェクト(2/14～)、仕置人 DJ
(2/21～)※PG-12、君への挽歌
(2/21～)、Ryuichi Sakamoto!
Playing the Orchestra 2014
(2/28～)、リシの旅路(2/28～)、
映画ドラえもん のび太の絵世界物
語(3/7～)

岡山メルパ
Tel.086-221-0122

山田のおやじの 干支占い
2025年 2月

開運アドバイザー 山田浩三
西日本運勢研究会(二ホン全印会)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、家を継ぐた
め三木黒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
なくてはならないという信念に基づき、鑑定に臨んでいます。

【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
絶対好調。目標を決めて邁進しよう。その
頑張る姿に協力してくれる人が出
てくる。視野が狭くならないように
注意すれば安泰。流れが良いだけ
に、私欲だけを追求しないこと。

丑 年生まれ
自分の意志を持ちながらも、他者か
らのアドバイスを参考にすると素直
さが運氣を大きく上げる。チーム全
体のために有効なことを考え、実践
していこう。正直さが一番。

寅 年生まれ
新しい出会いを求めたり、初めての
チームに参加するなど、ネットワ
ークを広げることが運氣を上げる。面
白い情報を持つ人々から刺激を
もらおう。可能性が広がらそう。

卯 年生まれ
新しい習慣をスタートさせるチャン
ス月。健康を支える習慣が理想。朝の
散歩やジム通いを検討してみよう。
食生活も見直して、腹八分にするな
どで運氣は向上していく。

辰 年生まれ
ムダを省く方針が運氣を上げる。や
らなくていい行動をリストアップし
よう。行動予定も効率を考えた計画
は信用を生む。自分の知識や技術の
習得に対する投資はケチるな。

巳 年生まれ
良いインプットをすることが大切。す
ぐに役立つ魔法はない。人生を支え
る、基本の学びをしていきたい。何を
読み、何を讀まないかの別が大
事。一流に触れる機会が必要。

午 年生まれ
自分に投資を。周りを支えることは
大事だが、自分をないがしろにする
と心身のバランスを崩すことがある。
自分を大切に時間を持とう。
充電できたら、また邁進しよう。

未 年生まれ
姿勢と運氣がリンクする。胸を張り、
空を見上げ、堂々とした姿勢が運氣を
上げる。素直な立ち居振る舞いは評価
を上げる。足元のオシャレも大事。男
性は短い靴下は避けた。

申 年生まれ
感性のアンテナを上げ、これまでと
は異なる分野に関心を持つ。視野
が広がると思われぬ出会いが期待でき
る。音楽、芸術など文化に触れる活動
も良い。センスを磨いて関連。

酉 年生まれ
いわゆる大人の時間、空間を楽しみ
たい。心が落ち着くことで、新たに見
えてくる世界がある。文化に関心を
向けよう。料理に挑戦するのは吉。ス
マホでなくホンモノに触れよう。

戌 年生まれ
対外的に発信するものについては確
認をすること。内容を精査する姿勢が
責任感のある人として評価される。特
に言葉使いは大切。簡潔明瞭な発信
が出会いを引き寄せるコツ。

亥 年生まれ
癒えたら休もう。身体に無理をさせる
とよいことにならない。元気を取り戻
せば、何でもできる。行動予定を上
手に組むことで負担も減らしたい。リフ
レッシュする場が必要。

好評放映中!!



37年の信頼と実績

2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、
ボツ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: @shiro_moto_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。



リジュランスキンプースター **49,800円**
初回トライアル(1回).....

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**

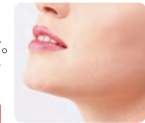
たるみ

たるみ撃退!! リフトアップ・小顔効果

糸リフト

大人気治療

患者様のご状態に合わせてデザインを行います。
当院では、**技術力の高い効果的な糸リフト**を提供致します。



4本..... **206,800円**

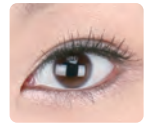
二重

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点止めなどございます。
※二重切開法や目頭切開、目尻切開などございます。
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

ダイエット処方

ゼニカル(1錠)..... **308円**
サノレックス(1錠)..... **550円**
BBXplus(30錠)..... **13,200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ずに、たるみ・小じわ・毛穴を改善! 切る糸リフトでは難しい肌質改善効果があります。



フェイスライン **39,800円**

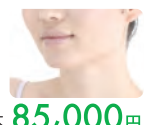
※顔全体やコース料金もございます。

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..... 1本 **85,000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 ソバカス 小じわ
たるみ予防 赤ら顔 ニキビ跡

全顔照射 **2月末まで**

ダブル照射..... **11,000円**

トリプル照射..... **16,500円**



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。



1cm²..... **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..... **440,000円**

目の下..... **440,000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、ボツクスピスタ施注資格取得、
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: @shiro_moto_yoshitake



城本クリニック岡山院 桑水流 健二

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

Instagram: @shiro_moto_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、ドクダズコスメ、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



LINE@ はじめました!
@sc-okayama



岡山市北区駅元町30-3 カサ・セグーラ2F

不動産のご売却は 買主様の集まる 三井のリハウス にお任せください。

今いくらで売れるのか？



スマホで簡単！



無料査定

下記フリーコールでご相談受付中

- 自宅がいくらで売れるのか知りたい
 - 売却活動がうまくいかない
 - 住み替えを考えている
 - 相続した不動産をどうしようか悩んでいる
- あらゆる不動産のお悩みを解決へと導きます。

三井のリハウス

三井不動産リアルティ中国株式会社
岡山駅前センター

〒700-0902 岡山市北区錦町6-1 両備ビル 1F
フリーコール
0120-321-098 okayamaekimae@mf-realty.jp



三井不動産リアルティ中国株式会社
北長瀬駅前センター

〒700-0962 岡山市北区北長瀬表町2-17-80 ブランチ岡山北長瀬 A130
フリーコール
0120-375-321 kitanagaseekimae@mf-realty.jp



国土交通大臣(7)第5169号
(一社)不動産流通経営協会会員
(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟