【掲載見本】

（平成28年6月20日付）

みやにち ナビぷら+

Miyanichi navi+

お問い合わせは「宮日総合広告」☎(0985)29-1441

FAX(0985)25-5115
E-mail:navi-pla@mskad.jp

毎週 月曜日 木曜日 掲載（休刊日は変更）

3行から掲載可能です。1行は15文字となります。（下記全て税別）

個人メッセージ	◎3行まで	1,000円
	4行から1行につき	600円
インフォメーション	◎3行まで	5,000円
	4行から1行につき	2,000円

◉『個人メッセージ』『インフォメーション』ともに、写真は1枚につき……5,000円

個人メッセージ

短歌・俳句

笑われて
くやし涙のイチローは
日々の努力で
メジャーの記録上

銀座のかかし

メンバー募集

（無料三原式英会話）私が独自開発した画期的上達法で毎日無料指導 Net申込 090-5296-7509三原志郎

伝えたい

Dr.ジロー通信315

「おっぱいを食べる」

おっぱいをふくませる時、お母さん方が口々に言う。「この子中々吸ってくれなくてね。もっとうまく吸ってくれればいいのに…」。

おっぱいの吸い方にうまいへたがある訳ではない。だがおっぱいの食べ方には随分差がある。

「おっぱいの食べ方」なんて初めて聞く話かもしれない。しかし、沖縄では「おっぱいを食べさす」という表現がある。おっぱいを飲むのは正確にいうと乳首を噛んで母乳を飲んでいるのだ。その為に顎の筋肉が発達し、離乳食もスムーズに移行する事が出来る。

ところが母乳を食べさす事が少ない母親は、やっかいな問題が起こる。それは保育園、幼稚園などでお昼寝をしている時に、口に食物が溜まっていたり、食事中に無理やり口から食物を押し込んだりしている子が増えてきたのだ。

顎の発達には3段階ある。第1段階は乳児期、第2段階は乳歯の萌出が始まって、生え揃う2歳半位まで、そして第3段階は歯がそろって、今から何でも食べようという時期である。ところが第3段階になっても、噛んだり飲み込む事がない子が25％もいる。

いろいろ調べてみると、母乳だけを直接飲んでいた子は噛んだり飲めない子が1割しかないのに、哺乳瓶だけで育てられた子の何と6割は噛んだり飲んだりする事が出来ないという。

そういう子が大きくなるとどうなるか。母乳を食べない子は顎の発育が悪くなる。その為に顎が小さくなり、歯が入りきれなくなり歯並びが悪くなる。歯だけではなくそれが日にもおよんでくる。それが一層進んでくると、顔の表情筋にも表れ無表情になるという。

いくら心で感動していても、無表情では人生おもしろくあるまい。人生の楽しさを噛みしめられるように、積極的に赤ちゃんにおっぱいを食べさせてあげたい。

（第1、3月曜日に掲載）

ペット

可愛い雌の子猫（生後約20日）を大事に育てて下さる方に無料でお譲りします。[redacted]

インフォメーション

イベント

ひむか骨董 蚤の市
6月25日㈯・26日㈰

時間／9時～17時（雨天決行）
会場／㈱山崎　宮崎店
宮崎市島之内コスモス薬局奥
問合先[redacted]

宮崎県私学フェア

第10回 宮崎県私学フェア
今すぐ知りたい！私学だからできること！

－私立中学校＆高等学校－

県内の私立学校7校（中学校5校・高校2校）が一堂に会した合同説明会です。

私学の情報を一挙に獲得!!

日時：6月26日㈰ 9:00～18:00
会場：イオンモール宮崎2F
（イオンホール）

■スタンプラリー開催

3校以上回って、スタンプを集めると"ニンテンドー3DS、イオン商品券"等が当たる抽選会あり

－－－－－－－－－－－－－－－－－－

◇参加校の制服展示開催◇

★6月18日㈯～26日㈰まで
1F専門店街にて

主催：宮崎県私立中学校
高等学校フェア実行委員会
宮崎市高千穂通　☎0985(77)5555

パソコン

修理・復旧＆中古専門店

安くて早い！各種サービス
年中無休　駐車場完備

中古パソコン パソコン.com

当店の技術員が直接対応。なので修理・復旧も3日前後と早く料金もメーカーに比べ約半額！

- ●いまなら診断料が0円！
- ●パソコン廃棄も0円
- ●データ復旧（専用機所有）
- ●訪問 5,000円（宮崎市内）
- ●格安中古100台以上在庫
- ●どこよりも高価買取中!!

修理・復旧・サポート専門店
パソコンドットコム
所在地：宮崎市柳丸4－2
☎0985(23)1784
営業時間　10:00～19:00
詳細はホームページで

引き受けます

ゴミ処分承ります

宮崎、都城、日南、延岡、児湯
★お気軽にお電話ください！
山崎紙源センター（見積無料）
☎0985(24)2551宮崎市橘通西

メンバー募集

正道会館会員募集
無料体験実施中

空手・ボクシング・キック

全国350ヵ所以上で展開の実績と安心の空手道場

●ジュニアクラス（4歳～）
元気な心と体を育てる武道教育。内気な子供を元気に活発な子は思いやりの持てる子へ

●一般クラス（中学生～）
それぞれの目標に合わせて楽しく稽古を行います！

※女子、シニア大歓迎♪
詳しくは「正道会館」で検索
宮崎県内6道場

■県本部道場
宮崎市新城町47番地
☎0985(25)9670
（国富、日向、都城、佐土原、
東宮花の森教室）

会員募集中!!

スポーツジムフェニックス
入会3,240円／月会費5,400円
無料体験・見学 実施中

◆スポーツジム◆

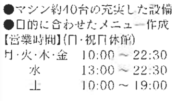
ダイエット！肉体改造！
健康維持・増進！

●マシン約40台の充実した設備
●目的に合わせたメニュー作成
【営業時間】（日・祝日休館）

月・火・木・金	10:00～22:30
水	13:00～22:30
土	10:00～19:00

－－－－－－－－－－－－－－－－－－

◆キックボクササイズ◆



ダイエット！シェイプアップ！
ストレス解消！

元プロボクサー指導の下、一緒に楽しく体を動かしましょう!!
【日時】火・金（祝日休み）
13:00～14:00
スポーツジムフェニックス
宮崎市新城町47番地（正道会館）
☎0985(41)4300　担当：堀尾

バイク・オートバイ

★不要バイク買取

オートパークSKY
HONDA
スクーターズフェア2016

★HONDAスクーターズフェア
対象機種ご成約の方に盗難補償1年間プレゼント
★スクーター24回払無金利
オートパークSKY
清武町加納　☎0985(85)6000

レンタル

冠婚葬祭貸衣裳

着物仕立て・メイク承ります。
http://www.suzuryu.com

・お宮参り着	¥3,000～
・七五三	¥6,000～
・成人式振袖	¥30,000～
・成人式男性用袴	¥30,000～
・留袖	¥10,000～
・モーニング	¥10,000～
・喪服	¥5,000～

鈴木竜之介貸衣裳
0120-41-4030宮崎市橘通東

グルメ

ベルエポックカフェ

高校総体やイベントの打ち上げに最適です♪

大　　人	3,780円
中・高生	2,700円

≪料理9品・飲み放題2時間付≫
ご予約は下記まで！
ベルエポックカフェ
宮崎市橘通東3-6-16
☎0985-31-3777 営10時～22時

記念日のお食事はベル・エポックで

記念日は、地元食材とフォワグラ・キャビアなどを楽しめるフレンチで思い出に残る時間を過ごしてはいかがでしょうか。
お一人さま3,780円（税込）からご用意しております。
お気軽にお問い合わせください。
シャトーレストラン
ベル・エポック
宮崎市霧島3－6
営11:30～14:00/18:00～22:00
☎(0985)31-1230 月曜定休

レミューズ
バイキングランチ

【平日限定】
"選べる熱々パスタ"始まります♪

Les Muses バイキングランチ

大人¥1,400　小学生¥1,000
幼　児　¥500

♥6種類のパスタの中から
お選び頂けます♥
※パスタのご注文は小学生以上のお客様に限ります。
※イベント行事により、ご提供できない場合はバイキングテーブルにご準備致します。ご了承ください。
レストランレミューズ
宮崎市船塚3-310メディキット
県民文化センター内
☎0985－31－2408

同窓会

平成28年度　宮崎工業高等学校大淀同窓会総会並びに懇親会案内
日時：7月2日（土）　総会 17:30～
懇親会18:30～（会費4,000円）
場所：エアラインホテル
☎0985-29-7070
宮崎市橘通西3丁目10番19号
≪参加申し込み≫6月25日（土）迄
連絡先[redacted]

メンバー募集

会員募集中!!

※もうすぐ夏!!肉体改造するなら日高スポーツジムへ!!

■学生会員
（高校生以下1人～）
シニア会員（65歳以上）
団体会員（5人以上）
…月会費2160円
■一般会員　…月会費3240円
■家族会員（2人分）
…月会費5400円

※3人目より1人増えるごとに+540円です。
※登録手数料等入会金5400円が別途かかります。
★時間制限ナシの使い放題！
※多種多様のマシンを使って自分のペースでトレーニングしませんか？
★小学生から80歳代まで楽しくトレーニングしてます♪
詳しくはお電話を！

日高スポーツジム

営業時間　平日9:30～22:00
土日・祝日9:30～18:00
☎0985－20－5205
宮崎市祇園2丁目101

健康

子宝相談

子宝カウンセラーの薬剤師が真心込めて子宝相談をお受けします。
ホームページは「麗明堂」で検索!!
ブログは「子宝ひとすじ」で検索!!
宮崎市佐土原町（県民生協内）
くすりの麗明堂☎0985(72)2368

ひざ

"ひざ"が痛くて7年間あらゆる所に行ったけど、痛みがやわらがないと椎葉村70代のご夫婦が来店、お帰りには"ひざ"の痛みが嘘みたいに楽になったと大喜びでお帰りになられました。
お尻まで痛い腰痛症も大歓迎！
ひざ痛専門のひだまり本店
年中無休・完全予約制
国富町木脇　☎0985(36)6055

くるま

★車クリーニング★
チャイルドシートも!

after
before

■年に1度アレルギーの原因にもなる車内のダニ・カビの除去をしませんか？お子様の為にも愛車をキレイに！
★チャイルドシート3000円（税別）
（除菌・抗菌・クリーニング込）
◎車内のイヤなニオイ・ペットの臭いなど車内の汚れをまる洗いします！
◆見積にお伺いします。（無料）

－－－－－－－－－－－－－－－－－－

※いずれ独立したい方への車クリーニング教室を行っています。
生徒募集しています。お気軽にお問い合わせ下さい。

カーベスト宮崎
☎0985(48)1611
宮崎市浮田600－6
http://www.car-best.jp/

プレゼント

本「がん治療の新しい常識／余命宣告を覆した医師たちの証言と実例」を先着30名様にプレゼント。
がん統合医療に挑む医師による相談実録や症例報告が紹介されています。ご希望の方は電話またはFAX・ハガキで住所・氏名・電話番号をお書きの上お申し込み下さい
〒890-0052　鹿児島市上之園町21-4-1F　NPO法人統合医療と健康を考える会
☎099－251－3005
FAX099－251－3080

住まい情報

空家管理

空家を放置していると空家等対策の特別措置法で固定資産が6倍になる事が有ります。
清掃管理、資産運用、売却までお気軽にご相談下さい。
中古住宅買取りします。査定無料
㈲住喜ハウジング
宮崎市島之内　☎0985(39)8074

エアコン分解洗浄

★2台以上で1台目	¥3,900
★2台目以降1台あたり	¥3,500
★1台のみ	Y4,800

※室外機洗浄＋¥1,000
※お掃除ロボット＋¥2,000
㈱アイ・コーポレーション
都城店☎0986-21-7011
延岡店☎0982-27-4227
宮崎店☎0985-27-0573
宮崎市清武町・受付9時～18時

リフォーム

住宅リフォーム

≪整理収納で
あなたらしい暮らしをご提案≫

ストレスのない、使い勝手のいい生活空間をリフォーム・整理収納サービスでお手伝いいたします。
※社長もスタッフも全て女性のリフォーム会社です。
お気軽にお声かけ下さい。
ナチュラル・イング
宮崎市谷川2丁目12－24
TEL0985－73－9841
FAX0985－73－9842
http://www.natural-ing.com

記念日

アイザックスターン
ホールチャペル式

宮崎県立芸術劇場内「アイザックスターンホール」の壮大なスケールでパイプオルガンの奏でる音と共に思い出に残る結婚式にしませんか。
★料金20万円（税別）人数制限なし
＊11:00挙式の場合
問レストランレミューズ
☎0985-31-2408　金丸まで
宮崎市船塚3丁目210

ペット

中型の柴犬、2歳くらい、1匹をかわいがって下さる方に譲ります。[redacted]

ピアノ

◉ピアノお譲り下さい◉
高価買取見積無料 宮崎ピアノ
宮崎市糸原　0120-481-140

【県内全域ピアノ買取】見積無料！
アカギコーポレーション
0120-27-1214宮崎市島之内

西　村　楽　器

ピアノ買取・県内無料見積！
ピアノ工房：宮崎市中村東3-4
0985-54-6012 0120-967-755

ゆずってください

軽自動車～トラック、農業機
どんな車も高く即金で無料相談は
☎26-9284　LA.宮崎市瀬頭

おしらせ

神宮写真館

七五三撮影衣装無料雨の日も安心の参道スタジオ★宮参り撮影も大歓迎　予約特典有り　宮崎市神宮
☎0985(26)1003

県内の不動産情報のことなら
土曜 みやにち
不動産ネット

不　動　産　ネ　ッ　ト

毎月第1・2・4土曜日掲載の「みやにち不動産ネット」の紙面がインターネットでもご覧になれます。
県内の不動産情報が満載！
【みやにち不動産ネット】で
検索してください!
広告のお申込みは↓
宮日総合広告㈱
宮崎市高千穂通　☎(77)5555

あごふりだし

料理上手になる魔法のだし
お中元にいかがでしょうか

飛魚をだし素材の主原料に使用したこだわりの万能和風だしです。
日本各地から集めた6種類のだし素材を独自の配合でティーバックに仕上げました！ティーバックを煮出すだけで、どんなお料理も美味しく仕上がる万能だしです。
＊鍋にだしパック1袋とお水700ml入れ沸騰したら簡単あごだしの出来上がり＊
★10包入り¥432
★30包入り¥1080【お得価格】
送料／九州内通常500円
（沖縄・離島除く）
3,000円以上で送料無料！
お支払い方法は代引きのみ
（代引き手数料324円必要）
乾燥屋さんの直売店
高鍋元気館
高鍋町大字上江6649-15
10:00～17:00（日曜・祝日休）
☎0983－23－1696

ナビぷら+情報局！

宮崎県からのおしらせ

熱中症は予防が大切！

熱中症は7月から8月がピークです。予防のポイントをいくつか紹介しますので、皆さんも実践しましょう。
●日陰を利用する ●屋外では帽子や日傘を利用する ●水分をこまめに補給する ●扇風機やエアコンで室内の温度を調節する ●栄養を取り体調を整える ●周囲の方の予防のため、子どもや高齢者をはじめとした周囲の人に目配りをする
問健康増進課 ☎0985(26)7079

支払方法／前金・銀行振込でお願い致します。（入金確認後の掲載となります。）　掲載料金振込先口座…宮日総合広告㈱　宮崎銀行橘通支店普通預金…1046281　宮崎太陽銀行本店普通預金…8110
●宮崎日日新聞グループ 宮日総合広告株式会社 TEL(0985)29-1441　FAX(0985)25-5115　●㈱都城宮日サービスセンター ☎(0986)24-5629　FAX(0986)25-6289　●㈱延岡宮日サービスセンター ☎(0982)31-2851　FAX(0982)31-2270