

もっと地元が好きになる

三島市・清水町  
長泉町・裾野市版

2024.09.21 発行

# mydo

MISHIMA / SHIMIZUCHO  
NAGAIZUMICHO / SUSONO

# 10

## 2024 vol.295

Special Feature 美と健康特集

**HAPPY MEDIA** 地域みっちゃく生活情報誌。mydoアプリはコチラ  
総発行部数 / 69,300部 無料各戸配布 / 67,680部 無料設置 / 1,620部  
発行 / 株式会社リック 〒417-0826 静岡県富士市中里2561-22  
掲載・ポスティングに関するお問い合わせ TEL.0545-31-2239 E-mail info@lic-mydo.com  
※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。



### 完全マンツーマンサロン PRECIOUS プレシャス

Hear Color

#### なぜ、40代からの女性に カラーエステが支持されるのか?!

カラーエステを知っていますか?  
一般的なヘアカラーではどうしても髪・頭皮に負担が...  
カラーエステでは髪を染めると同時にエステのように髪や頭皮  
をケアしキレイをアップさせるヘアカラーです。  
あなたにも「5歳若見え」の見違えた美髪感動をお届けします♪



「カラーエステ」  
初めて施術される方  
1回13,200円のところを  
2回の施術26,400円→13,200円(税込)

※2回目の施術は1ヶ月後に予約をお願いします。  
※2024年10月31日まで

☎055-987-5571  
●長泉町納米里172-17チレリアビル102  
◎9:00~18:00  
☎火・月不定 「プレシャス長泉」で検索もOK



ヘアカラーをして感動した  
ことがありますか?  
カラーエステは感動できます!

### 歯のホワイトニング Whitening Cafe 三島店

ホワイトニングカフェ

Esthetic

#### 『安い・早い・痛くない』ホワイトニングで 顔の印象が明るくなり清潔感アップ!

歯にも身体にも優しい溶液とLEDライトでしみない、痛くないホワイトニング♪当店ではスタッフが毎回しっかり施術をサポートし、歯が白くなったあと白さを維持するために必要なメンテナンス方法などもお伝えしております!

初めの方も安心  
・トライアル(8分×2セット) 4,980円

照射時間倍で、より効果を実感!  
・スタンダード(16分×2セット)9,960円

1番人気のスタンダードコース!  
平均4~6トーン明るくなる方が多く  
早く効果を実感したい、忙しくてごまめに通えない方におすすめ♪



☎055-941-9077  
●三島市東本町1丁目2-6  
◎平日10:00~19:00、土日祝9:00~18:00  
☎不定休 有



COUPON 有効期限2024年10月末まで  
初回スタンダード50%OFF  
9,960円⇒4,980円  
※他クーポンとの併用不可

### PEACE RUNNER ピースランナー

Esthetic

#### 疲れやすさ、痩せづらさ、肩腰の痛みありませんか? 年齢に負けないカラダづくり、あなたのペースで寄り添います!

筋肉をつけるだけがトレーニングではありません。健康的なカラダをつくるサポートをします!運動未経験の方でも、マンツーマンだからご自身の目標・体力に合ったトレーニングプランで安心です♪65歳以上の方も多数在籍中!まずはお気軽にお問い合わせください。

プロが寄り添うから継続&効果UP!  
◆マンツーマンレッスン 8,800円

☑週1レッスン(月4~5回)  
☑体験レッスンもお受けします。  
☑ご希望の日程ご相談ください。

他プランや詳細は下記QRをチェック!



☎055-960-9481  
●裾野市平松462-9 鈴木ビル101  
◎9:30~22:00(最終受付21:00)  
☎不定休 有(2台)



COUPON 有効期限2024年10月末まで  
体験から当日入会で  
入会金5,500円→半額!

### リラクゼーションサロン ロータス Lotus

ロータス

Esthetic

#### アジア空間で心も身体も 癒やされるサロン、三島にオープン!

全室個室でゆったり極上の癒しを♪

男性も女性もOK!!  
◆全身もみほぐしコース  
初回60分 3,900円

女性限定/  
◆デトックスリンパコース  
初回90分 8,500円

施術後はアフターティーで最後までリラックス♪



☎055-973-5060  
●三島市本町11-2 1F  
◎10:00~19:30(最終受付19:00)  
☎水 無(タイムズ三島本町、本町タワー)  
※60分以上コースで本町パーキング割引チケット有



COUPON 有効期限2024年10月末まで  
「mydo見たよ」とご予約で  
「初回限定」  
ドライヘッドスパ10分サービス!

### メディカルホワイトニング HAKU 沼津店

Esthetic

#### 『無人×オンライン診療』 セルフだから安く気軽にホワイトニング♪

気軽にホワイトニングを体験して頂きたいのでぜひQRコードより初回体験をご予約ください♪カウンセラーが入室の仕方や施術についてオンラインで丁寧にサポート致しますので初めての方もご安心ください!

半年通い放題プラン  
月々 11,000円×6ヶ月  
15分照射×2回 上下16本の施術となります

先着20名様限定!!  
月々 8,000円×6ヶ月に!  
※別途医療用ジェル代9,800円掛かります  
安全面を考慮し、施術の間隔を3日間空けていただいております

7ヶ月目以降 メンテナンスプラン月々3,300円 月2回まで



お問い合わせ・ご予約は  
HP/公式LINEからお気軽に!  
沼津市杉崎町12-10岡部ビル201  
◎8:00~22:00(初回体験9:00~21:00)  
☎年末年始 有



COUPON 有効期限2024年10月末まで  
「mydo見たよ」とカウンセラーに伝えると  
初回体験 通常2,500円が無料に  
※初回は体験用の美容ジェルで行います

### 無人セルフ脱毛サロン Self-Bright

セルフブライツ

Esthetic

#### いつでも誰でも、全身自由に脱毛

8月4日清水町にオープンした「無人セルフ脱毛」既に脱毛体験をしてくださった方からは、1回でかなり効果があったとお声をいただいております。安心の都度払いでお気軽にお試いただけます♪

気になる方は今がチャンス!  
初回お試し脱毛キャンペーン

35分2,000円▶1,000円

☑同料金で2名様まで施術ができます  
☑小学生から保護者の方による施術OK  
☑ご予約はLINEより受付中!

詳しくはHPをチェック!



お問い合わせはHPから  
●清水町伏見803-4  
◎8:00~23:00  
☎無休 店舗入口前に2台  
三島広小路から1km



思っているより脱毛は簡単♪  
ぜひご体感ください!

### Hair & Make felice フェリーチェ

Head Spa

#### 薄毛改善のプロが教える育毛法! 93.8%の人が3ヶ月以内に効果を実感!

「前髪が薄くなってきた」「ウィッグ購入を考えている」とお悩みの方へ。男女問わず施術可能。薬を使わない=副作用のない安心の施術でその効果を体感ください。リピーターやコース契約者も増加中。薄毛の不安を解消し、自然な髪を取り戻す第一歩を、今すぐ体験してみませんか?

結果が出なかったら全額返金保証 / 育毛ケア体験コース(所要時間90分)

「毎月5名様限定」

通常19,800円↓ 70%OFF / 初回限定 5,940円



☎055-976-1244  
●三島市大社町18-9 アウラビル1F  
◎9:00~19:00  
☎月 無(タイムズ三島大社町に停めてください)



COUPON 有効期限2024年10月末まで  
mydo見たよご予約で、  
70%OFFの特別価格で施術!  
※初回の方限定

# Take a shot! kiss kiss kids & Pets

《キス・キス・キス》笑顔、変顔、すまし顔!?!のハッピーキッズが毎月登場します!

たくさんの投稿、お待ちしております!

募集要項 ○応募は6年生まで ○写真は氏名での掲載 ○衣服着用 ○著作権に関わる様なキャラクターなど写り込みがあった場合はトリミング対応に掲載されない場合有 ○応募状況により掲載までに時間を頂くもしくは掲載されない場合があります ○皆様から応募頂いた個人情報はコーナーに掲載される他、本人の同意を得ず第三者に開示・譲渡致しません

応募内容 ①住所(アパート・マンション名、部屋番号まで) ②保護者氏名 ③電話番号 ④お子様(ペット)のお名前(ふりがな) ⑤生年月日 ⑥性別 ⑦20文字以内のコメント(記号は♡★のみ可。絵文字・顔文字は使用不可。)を必ずご記入の上、写真を添付してください。

QRコードからLINE友達登録!公式アカウント「mydoキッズ&ペット写真投稿用」へアクセス!





ファーストシューズ、始めました☆

せき みのり 明希くん  
2023.6.29



3いちゃんだいすき〜♡

ばば めいば 馬場 月葉ちゃん  
2022.11.9



モデル級超美人♡

わたなべ 渡邊 ココちゃん  
2024.1.8



1歳のお誕生日おめでとう大好きだよ♡

ほりえ りお 堀江 梨央ちゃん  
2023.6.18



4ヶ月おめでとう★

おおむら なぎ 大村 奈義くん  
2024.3.17



提供/ふあんふあん柿田川店

まつき こと 松木 琴ちゃん  
2023.8.16

## スタートの秋 秋のスクール

-Let's start something new.-

学習塾 定員制進学塾 **みしま時習館** 本町

集団での対面授業  
個別のeラーニング

高藤塾長:効率よく学習できるように工夫した指導を行っています。

HPはこちら

055-919-5204  
住 三島市本町14-27 神戸ビル2F  
受付時間/月~土 14:30~18:00  
休 日

check point! 過去11年間で 国公立へ進学した生徒166名のうち94名が 菫山、沼津東、三島北、沼津高専へ進学!

新中1生、10/1(火)より受付開始!  
来春に向けて入塾説明会を実施します!

新中1(現小6)生募集!  
[新中1 入塾説明会]  
10/22(火)・10/30(水)

お申し込み・お問い合わせはお電話で  
(電話受付/月~土午後 14:30~18:00)

- ✓指導歴29年の塾長が生徒全員を直接指導!
- ✓「集団による対面授業」と「個別のeラーニング」のブレンド型授業
- ✓自分のペースでできる静かで落ち着いた雰囲気の学習塾です

小3~中3 プレゼンティッド・ラーニングの定員制進学塾  
詳しくはホームページをご覧ください

## ピアノ カワイ音楽教室 ミュージックスクール三島

HPはこちら

055-925-8504  
住 三島市寿町3-53  
お問い合わせ時間 10:00~17:30  
休 土、日  
有 Web:https://music.kawai.jp/

check point! 「か」んせいをより豊かに 「わ」くわくが楽しく興味との出会い 「い」ろんな動作で脳を刺激し、譜面の先読みや目、耳、手足を使う演奏は、学力にも活きる脳の発達を促進します!

すてきなおと♪み〜つけた!  
秋のキャンペーン実施中!(10月末迄)

美しい音楽が感性にさらなる磨きをかけます。わくわくが楽しく興味と出会い、一度身に付けた技術や知識はいつでも嗜める「宝」になります。いろいろな動作で脳を刺激し、譜面の先読みや目、耳、手足を使う演奏は、学力にも活きる脳の発達を促進します。

〈4歳以上のお子さまのピアノコース〉(税込)  
1か月3回のおためしレッスン

◆「ピアノチャレンジ」 受講料半額!  
1曲弾ける喜びを体験いただけます。  
通常7,700円→3,850円

〈3歳からピアノを始めたいお子さま〉

◆「3歳ソルフェージュ」 入会金半額!  
音楽的な基礎を楽しく身に付けます。  
通常11,000円→5,500円

おためしレッスン詳細は  
QRからWEBで簡単ラクラクお申し込み!

## スポーツジム THE UGOKI PARK 清水町

ザウゴキパーク

子どもの運動能力を最大限に引き出す

check point! 「スポーツ中に相手に当たられても 倒れなくなった」「怪我が少なくなった」等の 素敵な感想を多数、親御さんから頂いております!

単なるスポーツジムではありません  
子どもの運動能力を最大限引き出すジムです!

今なら体験7,700円が無料!/  
アスリートキッズクラス募集中!

無料体験から当日入会で  
〈月4回〉8,800円▶初月0円

- ✓先着2名様となります
- ✓年中さん~小学2年生まで対象!
- ✓月曜17:00~17:50

HPはこちら

050-3749-3907  
住 清水町新宿175-3 さとうテナント1F  
月~木12:00~21:00、土10:00~18:00  
休 全、日  
有

「mydo見たよ」と無料体験で  
上記特別価格が適用! ※10月末迄

## 健康ボウリング教室

何歳からでも! すぐ始められる! 未経験の方でも!

主催 公益社団法人日本プロボウリング協会 後援 静岡県 沼津市

受講料 (全6週6回分の合計) 定員 各コース30名 (人数制限あり)

1人¥1,000 (税込) 対象 お住まいの地域に関係なくどなたでも参加できます。ゲーム代・貸靴代・教材費・傷害保険料込み ※状況に応じてマスクの着用をお願いする場合がございます。

ボウリング未経験の方でも大丈夫!  
親切丁寧にお教え致します!  
動きやすい服装でお越しください。  
老若男女問わず、どなたでも気軽に  
ご参加いただける内容です。

火曜教室 10/22~ 水曜教室 10/23~ 木曜教室 10/24~ 金曜教室 10/25~  
(毎週火曜日:全6回) (毎週水曜日:全6回) (毎週木曜日:全6回) (毎週金曜日:全6回)

午前コース 10:30~約3時間	午後コース 13:30~約3時間	午後コース 13:30~約3時間	午前コース 10:30~約3時間
---------------------	---------------------	---------------------	---------------------

Information 080-2646-3273 (お申込み専用ダイヤル)  
沼津市東権路字東荒301番地3 ららぽーと沼津3F 有  
(お問合せ・お申込みは)沼津会場 健康ボウリング教室  
受付担当:今村(いまむら)・日下部(くさかべ)  
※平日・土日祝に関わらず、朝9:00~夜9:00まで受付を行っております。

## こちらを切り取って、クーポンマークのある店舗へお持ち下さい

2022.9 Renewal

スマホでも、クーポン使えます!

詳しくは、mydo モバイルサイトへ

Check 切り取らなくても、画面を見せるだけでカンタン便利!

クーポンに関するお問い合わせは、株式会社リック マイドゥー編集部 TEL. 0120-69-5365

●本誌面内のクーポンマークの付いているお店でご利用になれます。●クーポン1枚につき、1店にて1日お一人様1回限り有効。●クレジットカードご使用の際は、各店にてご確認ください。●有効期限は店によって異なる場合があります。掲載広告をご確認ください。●現金とのお引き換えは出来ません。●他のサービス券との併用は出来ません。

mydo COUPON

有効期限 2024.09.30

有効期限 2024.10.31

有効期限 2024.10.31

有効期限 2024.10.31

有効期限 2024.10.31

有効期限 2024.10.31

有効期限 2024.10.31

有効期限 2024.10.31

有効期限 2024.10.31

有効期限 2024.10.31

有効期限 2024.10.31

### 受講生募集! 心理カウンセラー養成講座

毎回好評の「心理カウンセラー養成講座」が、初級がプラサヴェルデにて左記日程で開催されます。

日常生活の様々な場面、役立ち、履歴書に書く資格を効率的に半日で取得可能。修了証が即日発行されるのも魅力です。学生さんや子育て中の方からご受講いただけます。

半日で終了・修了証即発行

年齢の方まで幅広く人気の講座です。受講料は修了証代込みで3800円。問合せ・申込みはNPO法人総合福祉カウンセリングセンター

046-874-4745

HP: 046-874-4745

Information: NPO法人 総合福祉カウンセリングセンター

### ボウリング 連日18時以降開催

3時間 投げ放題!!

貸靴代込み(会員は除く) 夜9:30以降は300円引き!

	平日	土日祝
一般	2,500	2,600
大学生	2,300	2,400
高校生以下	2,200	2,300
会員	1,600	1,600

※受付時にお申込みください。※ゲーム途中でのプラン変更は出来ません。※料金は先払いです。※表示価格はすべて税込み価格です。(単位:円)

柿田川パークレーンズ内に登場

ライトスライダー 子ども遊園地 Yukids

サントムーン柿田川店

入園対象年齢 0才~小学2年生

30分 700円 延長10分 100円

保護者無料 (必ず保護者同伴)

クーポン: ボウリング 3時間投げ放題 30分延長 ※1グループ1枚 1日1枚限り

クーポン: Yukids 10分延長 ※1グループ1枚 1日1枚限り

Information: 055-943-7951

駿東郡清水町玉川61-2 サントムーン柿田川 本館2F

10:00~24:00 年中無休 無料駐車場完備

柿田川パークレーンズ

### 修了生数80万人以上の実績を誇るニチイの医療事務講座

おトクな今が、受講のチャンス!

20%OFF キャンペーン

2024年10月31日まで

※通学コースは、9・10月開講クラス対象

医療事務講座 通常価格 64,000円 キャンペーン価格 51,200円

通学コース

医療事務講座 通常価格 47,850円 キャンペーン価格 38,280円

通信コース

「医療事務」が人気の理由

- 未経験からでも始めやすい!
- 資格を取得すれば、一生使える!
- 近くの病院やクリニックなど全国どこでも働ける!
- パートタイムや正社員など働き方が多彩で安心して長く働ける!

さらに、ニチイに就職すると受講料最大3万円キャッシュバック! ※条件あり

詳しくは下記まで、お気軽にお問い合わせください!

ニチイでは、皆様安心してご来校いただくために、感染症対策を実施しています。

Information: 0120-781-023

沼津市大手町 3-8-23 ニッセイスタービル1F

平日9:00~17:15 土日祝 無

### BEST KIDS AUDITION

ベストキッズオーディション

我が子がモデルに!?

オーディション参加者募集中

全国0歳~15歳のベビー&キッズを大募集!!

賞金総額 100万円

無料エントリーはコチラ!

ベストキッズオーディション事務局 お問い合わせ先 TEL 03-6627-3555

### mydo アプリ

県下最大宅配部数mydoが手の中に!

クーポン使える!

point 1 クーポン mydo掲載の今月のクーポンがスマホで使える!

point 2 スマホでmydo 全エリアのmydoが外出先からすぐに見られる!

point 3 検索機能 行きたいエリアの行きたいお店を検索できる!

mydo Android iOS

ダウンロードはこちらから

### 美容外科 美容皮膚科 親切・丁寧な医療診療を心がけています。

全国25院

医学博士 日本形成外科学会専門医 吉竹俊裕 院長

二重まぶた 埋没法(1年・永久保証) 両目... 55,000円~	しわヒアルロン酸 正規品・高品質 0.1ml... 10,780円	しわボトックス 目尻... 30,800円 眉間... 30,800円 額... 52,800円	まぶたのたるみ取り 目の上... 330,000円 目の下... 385,000円 フェイスリフト・ミニリフト等
しみ・毛穴・そばかす フォトRFで美肌 両頬トライ... 10,780円 シミレーザー... 11,000円~	ニキビ・ニキビ跡 ケミカルピーリング 全顔(初回)... 7,700円 ターマペン4・コラーゲンピール	医療レーザー脱毛 ワキ(1回)... 4,980円 VIO(1回)... 9,900円	ホクロ・イボ 1個(5ミリ以内) 11,000円 ホクロ10個までの取り放題有り
超音波脂肪吸引 経験豊富なドクターが施術 1部位... 217,800円~	脂肪溶解注射 BNLS Ultimate アルテミス 1本... 9,800円	バストアップ ヒアルロン酸注入法 100cc... 275,000円	リフトアップ 医療ハイフ 顔全体+あご下 1回... 65,780円
ワキガ・多汗症 汗止め注射 10月 10,000円OFF 根治手術... 264,000円	イレズミ除去 レーザー治療 1cm×1cm... 11,000円	メンズ医療脱毛 全顔(1回)... 9,900円	AGA男性型脱毛症 AGA処方薬 5,478円~ 外用スプレー 9,218円~

「開院36年」を迎えました。

城本クリニックは多くの患者様を選ばれ続けて、夏のお疲れ肌に。 NMN点滴(1回) 10,000円OFF NMNサプリメント(1袋) 8,000円 イオン導入 おすすめ期間中

0120-107-929

城本クリニック静岡院 0120-107-929

カウンセリング無料 完全予約制 お子さま連れでも安心!

城本クリニックは、経験豊富な医師が、安全を第一に考え施術を行っている美容専門クリニックです。 診療時間 AM10:00~PM7:00 静岡市葵区伝馬町9-4 福一伝馬町ビル7F

その他の治療 隆鼻術、立ち耳、でぶせ、口唇縮小、傷跡修正、乳輪縮小、乳頭縮小、陥没乳頭、婦人科形成、美容注射・点滴、ピアス、やせ薬、育毛薬など

〒420-0801 静岡市葵区伝馬町9-4 福一伝馬町ビル7F

JR静岡駅 徒歩10分

新静岡駅 徒歩10分

静岡丸井 徒歩10分

松坂屋 徒歩10分

アステール 徒歩10分

UR静岡駅 徒歩10分

パルシェ 徒歩10分

ホテルアソシア 徒歩10分

国道一号线



## 空き地・空き家のこんなお悩みありませんか？

空き地・空き家のことはもちろん、「住まいのわからない」事など、納得いくまでご相談ください！

**税金**

空き家税金が発生する前に売却したい

**住み替え**

買い替えて今のお家を売却したい

**手元の資金**

相続した家の売却をすく現金化したい

**無料査定 0円**

**創業65年以上の実績！不動産のことならタイキへ**

Information

**株式会社 タイキ**

☎ 055-972-1780

静岡県三島市南二日町26-12

⑨9:00～18:00 毎日

宅建業：静岡県知事免許(6)第11449号

建設業：静岡県知事許可(般-03)第26598号

HP

## 頼めば頼むほど お得 スーパーセール

キャンペーン申込期間 2024.9/2(月) 10/31(木)迄

何箇所頼んでも 1箇所につき **1,100円 おトクに!!**

今なら 家庭用壁掛け エアコンクリーニング (お掃除機能なし)

キャンペーン特別価格 **11,000円**

今なら 浴室 クリーニング

キャンペーン特別価格 **18,700円**

今なら 換気扇 クリーニング

キャンペーン特別価格 **18,700円**

家庭用壁掛けエアコンクリーニング **複数台同時にご注文いただく!** 複数台割引 + キャンペーン割引 **おトクに!!**

2台同時ご注文で!

キャンペーン割引 合計割引額 **2,200円 + 2,200円 = 4,400円**

3台同時ご注文で!

キャンペーン割引 合計割引額 **3,300円 + 3,300円 = 6,600円**

Information

**おそうじ車舗 長泉納米里店**

☎ 0120-76-0074 (担当:大久保)

※お電話の際に「mydo(マイドゥ) 見たと」お伝え下さい。

沼津市大岡985番地の1

リヴァティマンションB-302

⑨不定休

HP

mydo X 極楽湯

有効期限 2024年10月31日(木)迄

mydo X 極楽湯

有効期限 2024年10月31日(木)迄

mydo X 極楽湯

有効期限 2024年10月31日(木)迄

## 極楽湯 クーポン

**通常入館料より10%OFF**

※クーポン1枚で5名様までご利用いただけます。※クーポンをフロントまでお持ちください。※コピー、他券や他特典との併用不可※三島店のみ有効

▶回数券、招待券、株主優待券は、追加料金なしでご利用いただけます。/各種優待も追加料金の対象となります。

**ぱこぴ〜の湯**

10.3 thu ~ 11.6 wed

詳しくはコラボHPへ

**極楽湯 RAKU SPA**

**土日祝は朝6時から営業しております!**

◀入館料金改訂のお知らせ▶ 平日大人880円・小人480円 / 土日祝大人980円・小人480円

Information

**極楽湯 三島店**

☎ 055-991-4126

三島市三好町4-23(せせらぎパーク三好内)

⑨平日9:00～翌2:00 土日祝6:00～翌2:00

(最終入館受付翌1:20)

WEB

# 矢田歯科医院 「むし歯」について Vol.172

### 矯正中の患者様へ

**第1期**

当院にて使用しております「拡大床」「バイオネーター」においては、拡大時に「圧迫感」を生じます。主に小学生に装置してもらうため「圧迫感」を「痛い」と表現するお子さんがいらっしゃいます。拡大した当日や次の日ぐらには「圧迫感」を感じると思われれますが、何日間も「痛い」と訴える場合は、床の部分が強く当たっている場合があります。調整が必要になります。⇒**予約を待たずに来院してください。**

○拡大床とは、歯がきれいに並ぶためのスペースが足りないときに、歯列を傾斜に拡大してスペースを作る装置です

○バイオネーターとは、筋肉の動きを利用して顎の骨の成長を前方へと促すための装置です

**第2期**

ワイヤー・ブラケット(場合によってはゴム使用)矯正において、個人差がありますが歯に力を加えることで歯槽骨の吸収と再生を繰り返して歯を動かします。その際に起きる炎症が痛みの原因です。矯正治療においては「痛み」は避けられません。(当院では痛み止めをお渡しします) 食事中に食べ物を噛んだときにも痛みを感じることがあります。炎症中に噛むことでさらに歯に圧力がかかり、より強い痛みを感じるためです。痛みがあるときにはなるべく柔らかいものを食べるようにしましょう。また、矯正用の装置や器具が口の中の粘膜に当たることでも痛みが発生することがあります。調整で改善することもあります。歯の表面にポコポコしたものがついておられますので、違和感を感じてしまうのは仕方ないことです。

### むし歯とは

歯の表面についた歯垢はプラークといい、細菌が集まってできたものです。プラークの中のむし歯菌※1は、砂糖などの炭水化物を分解して酸※2をつくります。この酸によって歯の表面のカルシウムが溶け出し、穴が開いてできるのがむし歯です。

※1 歯垢は、常在菌といって誰の口の中にも存在しています。ですが、むし歯菌がいればすぐにむし歯になるというわけではなく、むし歯菌のえさとなる砂糖や炭水化物があって、そして時間が経過することでむし歯ができます。

※2 酸は唾液の作用によって中和され、再びカルシウムが歯の表面に戻ります。⇒「再石灰化」といいます。歯の表面では常にこの脱灰と再石灰化が繰り返されていますが、ハブラシをせずに頻りに砂糖などを摂り続けていると、脱灰が進みむし歯ができます。

脱灰

再石灰化

「宿主」では、歯面の抵抗性と唾液による保護作用が関与します。

「細菌」では、プラークという細菌の集合体による複合感染として考えます。

「食事」に関しては、炭水化物、特に糖質の量だけでなく、飲食回数、時間、そして食物の性状も影響します。性状としては、歯にくっつきやすいもの、糖分が多いもの、口の中に長時間残るもの、酸性のものなどがあります。

**う蝕発症の要因**

**むし歯対策とは**

- ◎よく噛んで食べる→唾液をうながす 水分をとる
- ◎寝る前の歯磨きを重点的に行う(ハブラシ、フロス、歯間ブラシを使用する)
- ◎フッ素入りの歯磨き粉を使う

ご自身で、日常ケアを忘れないようにして頂き、歯科医院で定期的にメンテナンスをして下さい

**yaTa**

矢田歯科医院

沼津 矢田歯科 検索

矢田院長

歯科・小児歯科・矯正歯科・インプラント  
ホワイトニング ※カード分割払い可 ※paypay可

【矢田歯科医院】静岡県沼津市御幸町10-27

☎055-931-0157 当院は休診日又時間外にも電話は常につながっております。急患の方☎090-3109-4816 緊急時にはお電話下さい。

■診療時間  
月曜～金曜日 AM9:30～12:30 PM2:30～7:00  
土曜日 AM9:30～12:30 PM2:30～5:00  
■休診日  
木曜・日曜・祭日 (初診・急患随時受付)

リバーサイドホテル 沼津第四小 せんいん 市役所 看板有り 教会 市民文化センター

駐車場増設しました。20台可

**矯正治療のご案内** ○印が診療日  
月曜～金曜日 PM2:30～8:00  
土曜日 AM9:00～12:30/PM2:30～7:00

10	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	11	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5				1	2				
	6	7	8	9	10	11	12		3	4	5	6	7	8	9
	13	14	15	16	17	18	19		10	11	12	13	14	15	16
	20	21	22	23	24	25	26		17	18	19	20	21	22	23
	27	28	29	30	31				24	25	26	27	28	29	30

院内キッズルーム開設 「見守ります!」

お子様とスタッフが歯磨き練習しながら「ママ・パパ」を待ってます〜♪

**午前中のみ1家族様限定**

詳しくは、お電話にてお問い合わせください。

マイドゥー 情報誌mydo

**ご自宅周辺/ 配布スタッフ大募集!**

**時間自由**  
配布期間内であれば自分で予定を決めてOK!

**募集地域** ※その他地域もお気軽にお問い合わせください  
 〈三島地区〉安久/大場/東大場/多呂/光が丘/徳倉/玉川/中島/谷田/松が丘/長伏/梅名/松本/川原ヶ谷/東本町2丁目/新谷/青木/平田/加茂川町/芙蓉台/緑町  
 〈長泉地区〉下長窪/中土狩/下土狩/桜堤/本宿/竹原  
 〈清水町地区〉徳倉/堂庭/久米田/伏見

**決まりごと**  
 ■配布期間:毎週火~金曜日 ■配布時間:6:00~20:00  
 ■地図が読めること  
 ■報酬:完全出来高制(業務委託)月額5,000円~30,000円程度 ※頑張りに応じて報酬額が変動

**安心!** 説明会と初回同行 配布で安心サポート!

**Information**  
 0545-31-2239 担当:梅原・土屋  
 富士市中里2561-22  
 ◎受付:月~金10:00~18:00

35年余りの信頼と実績  
**株式会社 リック**

WEBからのご応募はこちら

静岡を元気にする仕事 mydoを作る会社

**2025年度 新卒社員募集**

若手が活躍する会社 | 先輩紹介

小杉みち瑠(27)  
mydo沼津版・三島版 編集長  
お客様目線でベストを提案 圧倒的mydo愛No.1

亀井幸多(24)  
mydo三島版アドバイザー  
圧倒的行動量とスピード感で 営業の開拓力No.1

**募集要項**  
 正営業職  
 時間:9:00~18:00(残業20:00まで)  
 初任給:225,000円

平均年齢 29.9歳  
 育児復帰率 100%  
 残業ave 17時間/月  
 男女比 5:5

**オンライン会社説明会**  
 予約&エントリー  
 ++++++

**Information**  
 0545-31-2239  
 本社:静岡県富士市中里2561-22  
 静岡オフィス:静岡県静岡市駿河区下川原6-7-13  
 ◎9:00~18:00 土日祝 有

株式会社 リック

業務拡大につき

**メール便 (宛名付)**

**配布スタッフ募集**

隙間時間で自分らしく!  
**自転車でも! 歩きながら! バイクでもOK**

**ご自宅周辺で募集中!**

■給与:出来高制3,000円から20,000円程度(頑張り次第で、さらに稼げます!)  
 ■時間:8:00~20:00 ※ご自身の可能な時間で稼働  
 ■担当場所:ご自宅周辺など・配布物はお届け可能  
 ■お仕事頻度:月に数回(配達件数によります)  
 20代から70代まで活躍しています!

**未経験者歓迎・経験者優遇**

**急募**

スマホから1分で応募!

**Information**  
 0120-045-139  
 富士市中里2561-22  
 ◎月~金10:00~18:00  
 担当:土屋・梅原

株式会社 リック

**福利厚生充実**  
 昇給、  
 家族手当、  
 指導員手当、  
 住宅手当など

**社員旅行**  
 令和6年は  
 インド、ベトナム、  
 台湾、沖縄の中から  
 選択  
 (入社3年以上の正社員)

**外国人の方も募集**

車に関わる仕事をしませんか?  
**自動車教習所事業を全国展開するグループ企業**

安心・安定の職場で  
 車社会へのデビューを  
 サポートする、  
 やりがいのある  
 仕事です。

**指導員資格取得費用 全額会社負担**

**自動車教習所指導員 正社員(見習い期間は契約社員)**

給与 見習い期間中:月給21.1万円(契約社員)  
 指導員審査合格後:月給27万円~30万円(正社員)

時間 8:30~20:35のうち8時間

資格 普通自動車免許 ◎指導員資格保有者優遇

休日 週休二日制/4週4休・4週6休・4週8休から選択

待遇 研修サポートあり 指導員手当2万円(指導員合格後)  
 交通費支給(上限あり)  
 家族手当、賞与年2回、社会保険完備、社員旅行(入社3年以上)、  
 サッカー試合観戦チケット配布、インフルエンザ予防接種会社負担、  
 退職金制度、制服貸与

ご応募は二次元コードから!  
 または **055-953-9053**  
 (担当:芹澤)

**スマートドライバースクール富士山 富士センチュリーモーターズスクール**  
 静岡県裾野市須山2837-1



# 老後 × 介護 × 資産運用

今さら聞けない

参加  
無料

女性のための

初心者歓迎!

## マネーのキホンセミナー

10月19日±

ご希望の時間帯をお選びください

① 10:00～12:00  
(受付9:30～)

② 14:00～16:00  
(受付13:30～)

会場 三島市民文化会館  
ゆうゆうホール3F 第2会議室  
(静岡県三島市一番町20-5)



### 参加特典

焼き菓子を  
プレゼント!



※画像はイメージです

### セミナー講師



R&C株式会社  
松井信太郎

1983年8月5日生まれ。神奈川県相模原市南区出身、神奈川県川崎市麻生区在住。大学在学時から本格的にバンド活動を行い、全国ツアーも実施。その後、塾講師になるが、受験期間の数年以上も長く関わられる仕事として「お金の専門家」ファイナンシャルプランナーの道へ。「学校でも教えてくれないお金のこと」をわかりやすくお伝えします。

【保有資格】 中学校・高等学校教諭第一種免許、2級ファイナンシャル・プランニング技能士(国家資格)、日本証券業協会二種外務員資格、住宅ローンアドバイザー、認知症アドバイザー、2023年度・2024年度MDRT成績資格会員



R&C株式会社  
若珠美

ヤクルトレディから、想定外の金融の世界へ。大手国内生命保険会社、外資系保険会社を経て、現在は総合保険代理店R&C株式会社にてファイナンシャルプランナーとして所属。「教育資金」や「老後のセカンドライフ準備」、「相続」まで、望む人生のライフプランニングと一緒に考え、お客様の人生の伴走者として寄り添うコンサルティングが魅力。二児の母としての顔も持ち、女性ならではの視点で延べ3000世帯のプランニングを行う。2019年度から6年連続でMDRT資格会員を保持。座右の銘は、「未来は自分がきめる!」「最高の未来を迎えに行こう!」

### セミナー内容

- お金との正しい付き合い方
- 物価上昇時代の貯蓄法
- もらえる年金かんたん速算法
- 「とりあえずNISA」は危険?
- 「介護費用は親まかせ」の罠



### お申込方法

- 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
- 参加資格：女性限定  
※お子様連れ可  
(託児スペース等のご用意はございません)  
※配偶者(パートナー)に限り男性参加可
- 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内に下記1～6の必要事項を記入の上、ご応募ください。

- ①参加希望時間 ②生年月日 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+生年月日

【問い合わせ】

マネーセミナー事務局

Tel.090-1750-9573

(平日10:00～18:00) 担当/若(わか)

※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、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わる関連会社との間で使用いたします。



申込フォーム