

gourmet beauty lifestyle job

2024 11 SURUGA マイドゥー 駿河区版

mydo

Magazines with jimoto and new attitude.

Special Feature 01 **メンテナンス特集**

Special Feature 02 **いい〇〇特集**

発行部数 / 75,760部
 発行 / 株式会社 リック 静岡オフィス 〒421-0113 静岡市駿河区下川原6-7-13 TEL. 0545-31-2239 (本社直通)
 ※本誌は税込表記です。※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。 www.lic-mydo.com

Hair design tsumuziya ツムジヤ

Hair

日々の暮らしにそっと溶け込む、フラットと自然に
来られるヘアサロン。マンツーマンで対応します♪

カラー剤は90%オーガニック成分を使用。普通のカラー剤よりも髪や頭皮への負担が少なく、カラー時にしみたり痛みが出る方へもオススメ!

MENU

- ・オーガニック白髪染めカラー+カット **8,500円**
- ・カット **4,200円**
- ・縮毛矯正+カット **14,500円**

※全メニューシャンプー・ブロー付き

☎054-281-6557
 静岡市駿河区中田2-8-23
 ☎8:30~18:00
 ☎火、第2水 ☎有(2台)

ご予約は
お電話で!



mydoクーポン
クイックヘッドスパ(500円分)サービス!
 ※11月末迄

お肌も体も目指せ健康美

メンテナンス特集

トレーニング&コンディショニングジム I.S.C.lab

アイエスシーラボ

Training

【生涯を通して動ける身体づくりをサポート!】慢性
的な膝痛や猫背などカラダのあらゆる悩みを改善!

MENU

・I.S.C.labの特別体験(90分)

※カウンセリング時間含む
 ◎多くの慢性痛や姿勢を改善してきたトレーナーが、
 体を整えながら健康で動きやすいカラダを作ります。

カウンセリング+身体チェック
 お悩みの原因を科学的根拠に基づいて、多方面から体を分析します。

+
 パーソナルトレーニング(50分)

身体チェックを基に、コンディショニングやトレーニングを行い、
 身体の変化を感じていただきます。

5,000円

☎090-5106-1617

静岡市駿河区登呂1-11-2
 ☎平日10:00~21:00、土10:00~18:00
 ☎日、祝、不定休あり ☎有

詳細はHPで→



身体の問題点を根本的に究明。あなたのお悩みを最も効果的に改善するオニタメシステムのトレーニングをご提供いたします。

お寺で運動教室も開催中!
 詳しくはHPをご覧ください!

美容鍼灸サロン Max Beauty

マックスビューティー

Esthetic

秋突入!シミが濃くなったと思ったら、
 当店にお任せ!

MENU

\\mydo読者毎月3名様限定/

本気で肌と向き合う

・シミ改善プログラムお試しコース
 (70分) 通常16,500円→**13,200円**

これやって消えなかったら、
 他の施術や化粧品を使っても絶対に消えません!
 と言えるくらい自信を持って言えます。
 本当に悩んでいる方のみご予約ください。

☎054-260-6177

静岡市駿河区寺田170-2
 ☎9:00~21:00
 ☎水 ☎有
 ★安倍川駅から徒歩6分



美容に携わって20年以上の
 確かな技術。お任せください!

mydoクーポン
「mydo見た」で上記の特別価格
 ※毎月先着3名様限定 ※他券併用不可 ※2025年1月末迄

WHITE GYM O2

ホワイトジムオーツ

Fitness

スタッフ常駐のリカバリーに特化した、
 プロアスリートも選ぶフィットネスジム!

有酸素運動やコンディショニングマシンで身体の状態を整えます。O2BOXには疲労回復、ダイエット、むくみ改善などのメリットがたくさん!この機会にお試しください!

MENU

\\11月入会の方限定!/
 トリプルゼロキャンペーン

- ・入会金..... **0円!** O2BOX
- ・事務手数料... **0円!** + 「お試し利用券」
- ・11月会費..... **0円!** 1枚プレゼント!

☎054-270-5785

静岡市駿河区西脇1142-2
 わらび餅専門店WARABIYA 2F
 ☎9:30~21:00(土日8:30~19:00)
 ☎月 ☎有



話題のO2BOXにサブスクで毎日入れる!

mydoクーポン
**「mydo見たよ」とお問合せで
 上記キャンペーン適用!**
 ※11月末迄

加圧トレーニング & 整体スペース Plus+

プラス

Fitness

"加圧トレーニング×整体"でカラダもココロも健康に!
 脚のむくみや痛みを改善して、更に綺麗で元気な生活に。



1人ひとりに合ったプランでマンツーマン指導。整体専門のプライベートルームでリフレッシュ♪
 トレーナーと整体師の協力で、脚のむくみや痛みを改善!



冷たいデスマスクや、立ちっぱなしの仕事等で、脚のむくみや痛みを改善!



あなたの足型はどれ?無料で測定できます。

当店では心身の健康づくりをトータルでサポート!加圧トレーニングで理想の身体へ導き、整体で疲れやストレスをリフレッシュする独自のコースが特徴◎

<Information>

- マンツーマンで丁寧に運動指導
 加圧インストラクターの資格を持ったトレーナーが指導!「ダイエットしたい」「体力をつけたい」等お客様の目標・目的に沿ったオーダーメイドのトレーニングを提供します。
- 運動から身体のケアまでサポート
 当店のスタッフはトレーナー兼整体師!【腰痛】【肩こり】【膝痛】等でお悩みの方もご相談下さい。
- 無料ランニングイベント開催中!
 詳細はお問い合わせ下さい。

☎054-204-5022

静岡市駿河区高松3079-5
 ☎平日9:00~21:00(最終受付20:30)
 ☎土9:00~18:00(最終受付17:30)
 ☎日、祝 ☎有(6台)



MENU \\8周年キャンペーン!/(12/28まで)

特典① 加圧トレーニング+整体
 体験 **4,000円→1,000円** (税込)

特典② 入会金 **5,500円→無料!**

特典③ 整体30分無料券プレゼント!

Plusに入会するならレギュラー会員がオススメ!
 加圧+有酸素マシンと整体がセットになったお得なコース会員◎
 ※特典②、③はレギュラー会員にご入会の方に限ります。

・脚のむくみケアコース 30分

通常4,400円→キャンペーン期間中 **2,200円** (税込)

加圧トレーニングと整体で血行を促進!

むくみを解消して本来の脚へ。

・オーダーメイドインソール「LOFEアーチサポート」
 いつまでも美しい姿勢で健康的に歩きたい!
 安定感のある楽な歩行と姿勢をサポート。

無料足型測定 受付中! ※商品価格:107,800円(税込)

mydoクーポン
「mydo見た」とご予約で上記特典!
 ※12月28日迄 (完全予約制)

静岡の女性の可愛いお手伝い

フロイラインフジミ堂 鎌田店/折戸店

フジミドウ

Esthetic

鏡を見るたび気になるしみ・しわにさようなら。
 超音波を使ったソニックエステで美しい素肌へ!

MENU

◆ソニックエステ(90分体験フルコース)

通常6,050円→ **1,100円**

【こんなお悩みはプロにお任せ】

- ☑ 自己流のお手入れに限界を感じている
- ☑ 紫外線ダメージ
- ☑ 加齢によるたるみ・しわ
- ☑ お手入れ、お化粧のしやすい肌

☎054-256-1805

【鎌田店】静岡市駿河区鎌田71-14
 【折戸店】静岡市清水区折戸4-2-12
 ☎平日祝日9:30~18:30/土9:00~18:00
 ☎火、日 ☎有



低価格で効果をしっかり実感いただけるお手に入るソニックエステ。ソニックエステ。

mydoクーポン
「mydo見た」初回特別価格でご提供
 ※11月末迄

お肌も体も目指せ健康美 メンテナンス特集

整体院 札希 - さつき - 静岡駿河店

Relaxation

『本気で腰痛を改善したい』方は必見!
"慢性腰痛"専門店が駿河区にOPEN!

病院や保険施術など、「どこに行っても症状が良くならない」とお悩みのあなたへ。辛い痛みや症状の根本からアプローチして、改善を目指します。

MENU \mydo限定!

腰痛改善コース (45分) ※初回は約90分
初回限定 定価14,000円 → **5,980円**

+回数券購入で **5,000円引き**

【初回施術の流れ】 ※10回以上の回数券購入限定
カウンセリング→検査→施術→身体チェック→セルフケア指導

090-7837-6265

静岡市駿河区曲金2丁目8-60
⑩10:00~20:00 ㊟不定休 ㊟有(4台)
【予約制】ネットもしくはお電話で
※施術中等で電話に出られない場合は折返します。



【初回限定】 mydoクーポン
回数券購入で**5,000円引き**
※ご予約時に「mydo見た」とお伝えください ※11月末迄

美容室 イレブンカット MARK IS 静岡店

Hair

安い!早い!しかも予約不要!
買い物の合間にパパッと完了!



全国約200店舗を展開する、お客様の声から生まれた美容室。入りやすい店舗構え、清潔でホッとする色使いの店内、心のごもった温かい接客が人気の理由。ゲストの毎日の生活に密着した、身近で便利な美容室です。マークイズでのお買い物の合間の約20分で、リーズナブルかつ高品質なサービスを受けられます! 家族そろってのご利用がおすすめです★

MENU (税込)

〈カット〉・女性/男性 通常**1,738円**
・学生(中・高・大) 通常**1,628円**
・小学生以下 通常**1,463円**
・シャンプー別 通常**627円**

〈カラー〉・持ち込みカラー 1箱**2,365円**
2箱以上+**330円**

〈カラー(ウエラ)〉白髪染め・おしゃれ染め・マニキュア
・リタッチ(3cmまで).....**3,905円**
・全体.....**5,005円**

〈パーマ各種〉.....**3,410円~**

〈スタッフからコメント〉

混雑時は
受付後に外出していただけます!
お気軽にご来店ください!

054-277-9411

静岡市駿河区曲金191 マークイズ静岡3階
⑩10:00~20:00
㊟無休
㊟有



mydoクーポン
通常**1,738円**→**1,518円**(税込)
一般、学生がお安くできるキャンペーンとなります。
今回はカラー、パーマの割引はございません。 ※11月末迄

美肌エステ・脱毛 pixie433

Esthetic

【肌悩みのある方、小顔になりたい方へ】
基礎美力を目覚めさせる、肌質改善エステ。

資格保有者がいる確かな技術。美容皮膚科提携サロン。

MENU

メイクした状態で来店OK /

《シミ・しわ・にきび・毛穴ケア》

・美容皮膚科監修ピーリング◎エステ初めの方に

9,000円 → **5,500円**

・小顔ドレナージュ◎顔のリフトアップに特化

6,600円 → **3,300円**

・ピーリング+細胞増殖因子導入 30回分◎

+ホームケア 23,000円分 定期メンテナンス

617,320円 → **360,000円**

080-9484-4528

静岡市駿河区南町4-33 南町ビル3F
⑩10:00~22:00/土日祝9:00~21:00
㊟木、不定休 ㊟無(周辺コインPをご利用ください)
★静岡駅南口徒歩4分



mydoクーポン
「mydo見た」で上記価格よりさらに**500円引き**
定期プランならさらに**5,000円引き!**
※11月末迄

AQUA

Hair

“あの頃”の若返りヘアスタイルになれる!
これからの季節を楽しめるスタイル・カラーに♪

MENU

【mydo限定クーポン】

①白髪染めリタッチ(平日のみ)

(1cm以内)通常4,400円 → **3,300円**

サービスシャンプー、ドライ込

②ご新規様限定! 全メニュー正規価格から**10%OFF!**

・カット 3,800円 → **3,420円**

・カット+カラー 8,200円 → **7,380円**

・パーマ 9,400円 → **8,460円**

※①と②の併用不可 ※カラーは平日限定 ※別途ロング料金有

054-202-7000

静岡市駿河区中村町62-2
⑩9:00~18:00 ㊟月、第3火 ㊟有(3台)



mydoクーポン
クーポン提示、または「mydo見た」のご予約で
上記特典 ※11月末迄 ※クーポン併用不可

今痩せたい方、春までに絶対痩せたい方に朗報!

この時期は春に向けてダイエットを始める方が増えるそうです。でも「ダイエットをしてもしりばうンド...」「うまくいかず諦めちゃう...」という方は...

「私も10年前は食事を減らしたり、運動やいろいろな漢方・サプリを使ったりしました。でも、たった数キロが落ちなかった。今思うと自分が痩せられない原因をわかっていなかったのです。」

「だから当店は個別指導のダイエット教室のようなオーダーメイドのダイエットを行っています。」

「語る岩谷先生もダイエットを体験し、3ヶ月で9キロの減量に成功、10年経過して現在でもリバウンドしていません。」

話題の
ダイエット
3か月で
マイナス10kg
リバウンドしにくい
安心の
フォロー!

「私も10年前は食事を減らしたり、運動やいろいろな漢方・サプリを使ったりしました。でも、たった数キロが落ちなかった。今思うと自分が痩せられない原因をわかっていなかったのです。」

「だから当店は個別指導のダイエット教室のようなオーダーメイドのダイエットを行っています。」

「語る岩谷先生もダイエットを体験し、3ヶ月で9キロの減量に成功、10年経過して現在でもリバウンドしていません。」

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

有効期限11月1日~11月30日迄

- 本誌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。
- 有効期限や使用条件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。
- クレジットカード使用の際は、各店にてご確認ください。
- 現金でのお引き換えは出来ません。
- このクーポンに対するお問い合わせは各掲載店舗へ。

ケータイ・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Go!



駿河区 mydo クーポン
有効期限 11月1日~11月30日迄

駿河区 mydo クーポン
有効期限 11月1日~11月30日迄

駿河区 mydo クーポン
有効期限 11月1日~11月30日迄

駿河区 mydo クーポン
有効期限 11月1日~11月30日迄

駿河区 mydo クーポン
有効期限 11月1日~11月30日迄

駿河区 mydo クーポン
有効期限 11月1日~11月30日迄

初回カウンセリング
今なら
90分無料

【ご成約者様】先着10名限定
吸収カットサブリ
15回分 (5,400円相当)
プレゼント!

63kg ↓ 49kg マイナス14kg
65kg ↓ 53kg マイナス12kg
出産してからなかなか体重が戻らなくて逆に増えてしまっていました。毎回体重が減っているのに、ワクワクしながら楽しくできました。今では出産前よりちょっと細くなって大満足です。(35歳女性・5ヵ月)

まずはお電話ください!
054-280-2645

ご予約・お問合わせは LINE でもOK!
営業時間内に来店できない方もLINEでご連絡ください! 時間外でもオンラインで相談可!

Information
石川薬局 ゼフィルス

054-280-2645
静岡市駿河区小鹿1-4-21
⑩8:45~18:30
⑨日、祝日 ㊟有



お仕事をお探しの方、集まれ～！

イベントに参加できない方はコチラ

学研教室現役の先生と
お気軽カフェ & トーク

参加無料
1ドリンク付き

お仕事相談会

11/1 金
11/18 月
12/18 水
10:30～11:30
オンライン(ZOOM)

11/12 水
12/2 月
12/13 金
11:00～12:00

学研教室 静岡事務局
10:30～11:30

静岡市内カフェ
11:00～12:00

学研教室の先生は「理想をカタチにできる」お仕事です！

✓活躍の場を広げたい方
✓子育てをしながらお仕事をしたい方

✓教員・保育士資格がある方
✓得意を活かしキャリアアップを目指す方

日時 2024年11月20日(水) 10:30～11:30
開催場所 マークイズ静岡 周辺カフェ
申込締切 11/18(月)

日時 2024年12月17日(火) 10:30～11:30
開催場所 学研教室静岡事務局
申込締切 12/15(日)

参加方法 各回5組限定！上記QRコードからお申し込みください。お申し込み完了後、詳細をお送りします。

Information 0120-889-100
静岡市駿河区南八幡町2-50 ココファン静岡南八幡1F
平日9:00～17:00
土日祝 無

お仕事相談会の申込みはこちら

2024 mydo selection

今月どこ行く？

Pick up Gourmet

ピックアップグルメ

特選黒毛和牛
ステーキレストラン吉田

(単品)自家製デミグラスソースの煮込みハンバーグ 1,848円(税込)
★ランチはビュッフェバー、ドリンクバー、デザートバー付！

mydo COUPON ※他券併用不可 ※11月末迄

お会計からなんと！
10%OFF！

054-258-7054
静岡市駿河区みずほ2-75
ランチ平日11:00～14:00/土日祝11:00～15:00
ディナー17:00～21:00(L.O.20:30) 無休 有

清水 北脇新田 手作りにこだわのお弁当 株式会社むらさき

もう夕食作りで悩まなくて大丈夫◎高齢の家族のために注文する方も増えています。まずはお試しクーポンから！

M E N U (税込)

○夕膳おかずのみ ○日替わり丼
○夕膳ごはんセット

どちらも1食 590円(税込)

＝むらさきの夕食宅配が選ばれるわけ＝
塩分制限をしながら、健康的で美味しい食事を楽しめます！
週平均20品目以上/500kcal以内/塩分3g以内
※お問い合わせ後、配達員が訪問し注文を伺います。

054-349-0666
静岡市清水区北脇新田197
受付時間：月～金10:00～18:00
土 10:00～14:00

mydoクーポン
ご家族分
1回無料
(1家族1回のみ)
※ご利用が初めての方限定
11月末迄

ごはん・味噌汁・出汁茶漬けがなんと食べ放題！

グルメ亭

これぞ 1,000円

●古今無双定食
18cmエビフライとサイコロステーキ3個

●サイコロ定食
サイコロステーキ5個

●ビーフワイルドライス
中盛定食
常連さん一番人気

●チキン南蛮定食
甘酢とタルタルをカスタマイズできる

●焼肉定食
スプーンで食べる焼肉定食

駿河区 mydoクーポン
[名物]牛すじ(380円相当)or
デザートをグループ全員に
無料サービス！
※12月末迄 2024.11

各1,000円(税込)
土日も毎日、一日中注文OK！

Information 054-291-5588
静岡市駿河区丸子3-12-92
11:00～22:00(L.O.21:30)
無休 有

11 anniversary いい○○特集 2024 November

いい着物 SCHOOL

NPO法人 日本文化普及協会 静岡校

着付け技能士には国家資格が適用されています
【国家試験対策講座 受講受付中！】

・2級/1単位(2時間) (全28単位 112,000円) 4,000円
・1級/1単位(2時間) (全28単位 140,000円) 5,000円
・入学金……………10,000円

※詳しくは直接お問い合わせ下さい

初めての方も大歓迎！生徒募集中！

・簡単 着付教室(2h/1回 1,000円×10講義分)
新たな道具のご購入は必要ありません。 10,000円
ご自身の着付道具で練習できます。

054-203-5159
静岡市駿河区石田3-10-33
10:00～18:00 火、各週月 有

mydoクーポン [簡単着付教室 入会特典！]
便利帯板プレゼント！
※11月末迄

いい買い替え SHOP

制服の中源 (なかげん)

サイズが合えばオトクなチャンス！/
今が買い替え時！

◆詰襟一掃セール開催中！(11月末迄)
冬服(上)5,500円(下)4,400円

◆新しいスタートを応援！/
◆2025年度中学生制服予約採寸受付中！

①39割引 年内予約で3,900円OFF
②卒業式レンタル衣装無料！
③一流ブランドスクールバック10%OFF
④白ソックスプレゼント

☑ドリップラ、エスバルスタア近くで駿河区からも車でラクラク
☑各種クレジットカード、paypal他各社キャッシュレス決済OK！

0120-517-037
静岡市清水区港町2丁目6-21
10:00～18:00 水 有(店舗裏)

mydoクーポン mydoクーポン持参で
ワイシャツ10%OFF
※11月末迄

いいヌードル FOOD

ヌードルキッチン テラコスタ

ヌードル×イタリアン！
海を見ながら朝からのプチ贅沢♪

〈ランチ限定〉
・濃厚！カルボナーラつけ麺 1,200円

〈大人気朝の定番メニュー〉※7:00～9:30

・トマトヌードル…………… 650円
・醤油 / 塩 ヌードル………… 650円
・にぼしヌードル…………… 750円

カルボナーラつけ麺

054-269-4526
静岡市駿河区用宗4-19-12 ハットパーク用宗2F
7:00～9:30, 11:00～15:00(L.O.14:30)
火、水 有 ※他メニューや予約はQRから

mydoクーポン トマトヌードル用トッピングチーズ
or ミニ洋風炊き込みご飯が無料！
※クーポン併用不可 ※11月末迄

読者PRESENT 読者プレゼント 2024年 11月号

読者プレゼントアンケート

1 エステティックサロン AILE(エール) 本格エステご招待券
2 英会話スモールワールド 1ヵ月無料体験 チケット

プレゼントのご応募について

○必ずご希望の商品番号と商品名両方ご記入下さい。
○当選者の発表は、当選ハガキまたは商品の発送をもってかさせていただきます。

応募方法
ハガキ・FAX・E-mail・携帯
FAX: 0545-31-2240
E-mail: dokupure@lic-mydo.com
携帯: m-mydo.jp

応募締切/11月30日(土)必着
上記アンケートにお答え頂き、ハガキ・FAX・e-mail・mydoアプリからご希望のプレゼントを選んで応募下さい。

当店は**女性スタッフ**が中心!

主婦の方も安心して
ご来店ください



ブランド食器



**ノーブランド
メッキアクセサリ**



割れ・欠け・欠品など
他店では「買取不可」な商品も
ジュエルカフェにお持ちください!

ブランド化粧品



開封済み、使いかけも
お任せください!

金券・切手・ハガキ



ボロボロ貴金属



石が取れたり、曲がった指輪
片方だけのピアス也大歓迎!

ボロボロブランド品



人気ブランドは**ボロボロ・壊れていても買取大歓迎!**

取り扱い商品のこと、買取方法など、どんなことでもお気軽にご相談ください!

ジュエリー・ブランド買取専門店

ジュエルカフェ
イオン焼津店

☎054-656-2075

焼津市東祢宜島12-4 イオン焼津店1F
10:00~19:00

Google map▶

