

SunShine FM 76.1MHz

ON AIR

TAKE FREE

2019.7

2019.9



宮日・UMK・宮交シティ夏休みスペシャル

ひりりとあそぼう！

大昆虫展

見て触って学ぶ
昆虫の世界

ふれあいコーナー



常時200~300頭の
カブトムシや
クワガタを展示！

アリの集迷路



段ボール
巨大オブジェが
昆虫の世界へ
いざないます



！生きている！
世界の昆虫体験会

ヘラクレスオオカブトなどに
実際に触られます
※期間 毎週水曜日 第1回 14:00~ 第2回 16:00~

ガラスコーナー

工作キットや
立体図鑑などを販売

触れる学べる
体感する！
企画満載！

昆虫標本・切手

世界の最強昆虫、世界の
昆虫切手などを展示

段ボール巨大昆虫

！生きている！
世界のガブ・クワガタ

日本では珍しい
カブトムシ・クワガタムシを展示

会場内
撮影OK！

2019.7.27(土)~9.1(日)

10:00~19:00(最終入場 18:30)

宮交シティ 3階 紫陽花ホール

大人(高校生以上)700円(前売券500円) こども(4歳~中学生)500円(前売券300円)

※3歳以下無料。 ※身体障害者、療育手帳をお持ちの方は無料、介助者1名100円引き。 ※小学生以下は保護者の同伴が必要。
※宮崎交通バスの「ワンコインバス」「1日乗り放題乗車券」提示で当日料金より200円引き(1枚で1名様、乗車券利用日当日に限る)。

前売券
販売所

宮交シティ、宮日会館1階受付、宮崎日日新聞県内各販売所、宮日カルチャーMRTミック教室、コブみやざき県内各店、
セブンチケット、ローソン(Lコード:83133)、ファミリーマート・イープラス、チケットぴあ(Pコード:992-334)
※前売券販売は7月26日(金)まで。

問い合わせ先: 宮交シティ 宮崎市大淀4丁目6-28 TEL:0985-51-1311

主催 宮崎日日新聞社・UMKテレビ宮崎・宮交シティ 協力 (一財)進化生物学研究所、東京農業大学 企画協力 文化企画 後援 宮崎県、宮崎市、宮崎県教育委員会、宮崎県市町村教育委員会連合会、
宮崎県幼稚園連合会、(一社)宮崎県保育連盟連合会、宮崎県児童連絡協議会、NHK宮崎放送局、宮崎交通、FM宮崎 特別協力 株式会社宮崎南印刷

ON AIR
SunShine FM 76.1MHz

2019.7
▼
2019.9

《企画・制作》株式会社 宮崎サンシャインエフエム
〒880-8576 宮崎市橋通東3丁目6-34-3F(若草通り)
TEL 0985-31-6111 FAX 0985-31-6160
営業時間 9:00~18:00(平日)



CONTENTS

- 02_03 | タイムテーブル
04_05 | パーソナリティ&番組紹介
06_07 | 20thパーソナリティ特集① ミッキーのフォークビレッジ
08_09 | Pekoのカフェ・ラジのゲストさん
10 | まちの元気なこどもたち (ソレイユ保育園) 11 | ローフード王子の気になるレシピ
12 | sunfm 石原新社長 挨拶 13 | 宮交シティ ~リニューアル情報~
14_15 | スーパーまつの 66周年
16_17 | テゲバジャーロ宮崎通信
18 | 懐かしの宮崎 [宮崎空港編] 19 | フェニックスの木陰
20_21 | 20thパーソナリティ特集② 園田ママのクッキングレシピ
22 | DJ CHAMANセレクト 23 | ピックアップアーティスト
24_25 | 県内イベント情報・観光スポット ~花火大会~
26_27 | 蒼色庭園12星座占い
29 | クロスワード

サンシャインエフエムは障がい福祉サービス事業所「SUNはあーと」と協働でフリーペーパーの配布と番組の一部制作を行っています。

宮崎サンシャインエフエムのフリーペーパー「ON AIR」を手にとっていただきましてありがとうございます。
当局は、コミュニティFM局として緊急災害情報などはもちろん、暮らしに役立つ地域情報を放送できるよう日々努めて参ります。
今後とも皆様のご支援ご協力をよろしくお願い致します。

宮崎サンシャインエフエムスタッフ一同



《表紙撮影協力》 フローランテ宮崎

おかげさまで43周年

オフィスの困った
解決します



〒880-0812
宮崎県宮崎市高千穂通2丁目1-16
NTT高千穂通ビル2階
TEL 0985-24-5885
FAX 0985-24-5335



0120-199-130

エフエムプラぷら 「FM++」放送開始!!

ダウンロード無料是非お試しください!!

サンシャイン FM カバーエリア

宮崎市・国富町・綾町
西都市・新富町

エリア内人口
約48万人



あなたの番組がラジオで
流れます

あなたも番組を制作してみませんか?
時間は30分、60分が基本ですがご希望に応じます。

お問い合わせ・お申し込みは

宮崎サンシャインエフエム
TEL.0985-31-6111

リクエスト専用E-mail request@sunfm.co.jp リクエスト専用FAX 0985-31-6160

[発行]

株式会社 宮崎サンシャインエフエム

本社・スタジオ 〒880-8576 宮崎市橋通東3丁目6-34

TEL.0985-31-6111 FAX.0985-31-6160

URL http://www.sunfm.co.jp

E-mail fun761@sunfm.co.jp

■送信所
シェラトン・グランデ・
オーシャンリゾート
■出力/20W
■周波数/76.1MHz



スポット料金

秒数	料金
20秒	4,000
30秒	6,000
40秒	7,000
60秒	8,000

番組・コーナー提供料金 (月額)

秒数	週1回	週3回	週5回
20秒	17,000	50,000	80,000
30秒	25,000	75,000	120,000

タイム料金

単位	区分	単発	週1回
	5分	20,000	60,000
	10分	40,000	80,000
	15分	60,000	120,000
	30分	80,000	150,000
	60分	120,000	200,000

※この料金表には、番組制作費・CM制作費・消費税は含まれていません。

雲海酒造株式会社
www.unkai.co.jp



お酒は20歳になってから。

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

日曜日

Morning Stream

Weekly Recommend

Morning Community
橋しんご

Weekly Recommend

Morning Sunshine

生放送

[月-火] 甲斐 杏奈

リメンバーミュージック(邦楽80年代)

防災インフォメーション

リメンバーミュージック(洋楽80年代)

リメンバーミュージック(邦楽1990年代)

防災インフォメーション

リメンバーミュージック(洋楽90年代・2000年代)

リメンバーミュージック(邦楽2000年代)

アフタヌーンパラダイス (月)岸田敏志・小林奈々絵 (火)渡辺真知子・坪達也 (水)沢田知可子・蒼山慶大 (木)杉真理・山口真奈 (金)因幡晃・夏目真紀子

15:25～15:30 快適生活ラジオショッピング

サンシャインFM ミュージックフラッシュ 15:55～15:59

若草 Sunset Session

生放送

[月]濱田 明良 中山 真紀 [火]伊牟田 茉莉 榎本 鱒太 [水]園田 絹代 日野 誠 [木]Land Cell.

リメンバーミュージック(邦楽1980年代～1990年代)

童話のころろ ～チャイルドケア・サポート

DJ Nobby's Tokyo LIVE!!

BANBANラジオ

さくらエフエム(兵庫県西宮市)

花※花Style

BANBANラジオ

マスコナオミのENJOY湘南SLOW LIFE!

レディオ湘南

はぁとマーク

ミュージックブリーズ

永吉 愛とMUSIC ♪

生放送

ミュージックブリーズ

THE NITE

大西 貴文

Weekly Recommend

露崎春女のNatural Woman

Love Sounds

いつか

Sound of Oasis

カノン

週刊メディア通信

高島幹雄・浜菜みやこ

SHINGO'S RADIO SHOW

Night Fever

橋しんご

Next-Colorz

川後陽菜の好いとっとラジオ

FMからつ

アイバー滝沢のホウ!ラーサイト・フィーバー

REDS WAVE(埼玉県さいたま市浦和区)

湘南ベース

岩沢二弉(ブレッド＆バター)/わたなベヨシコ

ユメルのモナリザランジ

香沢ユメル

美加のNice'n Easy

大橋美加加

たいらーリー

たいがいーリー

真夜中の訪問者

(放送休止)

サイエンスNOW

Power Up Morning Saturday

毛利隆仁・小澤真美

Hawaiian BreezeRadio KZDO in Honolulu

防災インフォメーション

おはようサタデー ひのきしんじ・本間千代子

未来への手紙プロジェクト

おはようサタデー ひのきしんじ・本間千代子

知っとく税

ハッピー・カフェ

二日酔いの朝は・・・

miyo

防災インフォメーション

二日酔いの朝は・・・

生放送

miyo

Brand-new Saturday

かとうみちこ・高橋あさみ

ツキのはじまり☆ジョジョんならじお

(第1土曜日)

生放送

斎藤りえ

Weekly Recommend

ミューアのMUSIC LUNCH

ミューア

防災インフォメーション

MUSIC ENTERTAINMENT MIYAZAKI

生放送

榎本 鱒太・松田 慎介・川崎紫央里(劇団SPC)

日野 誠・いちたになな

あゝの頃青春グラフィティ

岡野美和子

防災インフォメーション

SATURDAY SUPER LEGEND

ARCHE

Weekly Recommend

SATURDAY SUPER LEGEND

ARCHE

Weekly Recommend

河口恭吾 ブートラジオ

河口恭吾

防災インフォメーション

アッカのあっかんべー

アッカ(あいのぼり)

Weekly Recommend

牧山純子サウンドマリーナ

牧山純子

Weekly Recommend

なべラジ ～土曜日の隠れ家

わたなベヨシコ

防災インフォメーション

TABARU Love Emotion

TABARU

Weekly Recommend

RADIO BOHEMIA

ロバートハリス・弓月ひろみ

F Mおだわら(神奈川県小田原市)

Weekly Recommend

湘南ベース

岩沢二弉(ブレッド＆バター)/わたなベヨシコ

ユメルのモナリザランジ

香沢ユメル

美加のNice'n Easy

大橋美加加

たいらーリー

たいがいーリー

真夜中の訪問者

(放送休止)

サイエンスNOW

Morning Community

川久保秀一

Morning Sunshine

生放送

[水-木] 吉丸 裕美

モーニングテラス

生放送

横山 美和

ペアラジ

伊牟田 茉莉・田代 剛(MRT宮崎放送)

ドクター江藤の健康カルテ

江藤 敏治・柳田みより

お昼ごはんFRIDAY

生放送

日我 琢也

吉國が行く! ～人間っていいな～

吉國美津子・園田絹代

PEKOのカフェ・ラジ

生放送

横山 由美

夕焼けワイド

若草通りはパラダイス

生放送

コダマミヨ

佐藤 利洋(嫁恐竜)

ミュージックフラッシュ

超時空ラジオ☆サンシャイン劇場

生放送

谷口ろくぞう

鬼束 雄人

ミュージックフラッシュ

嫁恐竜の花金ラジオ

生放送

ミュージックフラッシュ

SOUTH CITY NOISE !!

生放送

DJ CHAMAN

kiss a Marumiton ～喫茶まるみ豚～

生放送

日高社長・野邨農場長

極楽とんぼ 山本圭壺の

いよいよですよ。

生放送

山本圭壺(極楽とんぼ)

樋口千穂

プリンター加藤

リメンバーミュージック(邦楽80年代)

防災インフォメーション

リメンバーミュージック(洋楽80年代)

リメンバーミュージック(邦楽1990年代)

防災インフォメーション

リメンバーミュージック(洋楽90年代・2000年代)

リメンバーミュージック(邦楽2000年代)

アフタヌーンパラダイス (月)岸田敏志・小林奈々絵 (火)渡辺真知子・坪達也 (水)沢田知可子・蒼山慶大 (木)杉真理・山口真奈 (金)因幡晃・夏目真紀子

15:25～15:30 快適生活ラジオショッピング

サンシャインFM ミュージックフラッシュ 15:55～15:59

若草 Sunset Session

生放送

[月]濱田 明良 中山 真紀 [火]伊牟田 茉莉 榎本 鱒太 [水]園田 絹代 日野 誠 [木]Land Cell.

リメンバーミュージック(邦楽1980年代～1990年代)

童話のころろ ～チャイルドケア・サポート

DJ Nobby's Tokyo LIVE!!

BANBANラジオ

さくらエフエム(兵庫県西宮市)

花※花Style

BANBANラジオ

マスコナオミのENJOY湘南SLOW LIFE!

レディオ湘南

はぁとマーク

ミュージックブリーズ

永吉 愛とMUSIC ♪

生放送

ミュージックブリーズ

THE NITE

大西 貴文

Weekly Recommend

露崎春女のNatural Woman

Love Sounds

いつか

Sound of Oasis

カノン

週刊メディア通信

高島幹雄・浜菜みやこ

SHINGO'S RADIO SHOW

Night Fever

橋しんご

Next-Colorz

川後陽菜の好いとっとラジオ

FMからつ

アイバー滝沢のホウ!ラーサイト・フィーバー

REDS WAVE(埼玉県さいたま市浦和区)

湘南ベース

岩沢二弉(ブレッド＆バター)/わたなベヨシコ

ユメルのモナリザランジ

香沢ユメル

美加のNice'n Easy

大橋美加加

たいらーリー

たいがいーリー

真夜中の訪問者

(放送休止)

サイエンスNOW

SUNFM 夏よりもアツい番組

～1日の始まり！ SUNFM朝の生放送！～ Powerful & RelaxなPROGRAM

「MUSIC ENTERTAINMENT MIYAZAKI」

毎週土曜日 13:00 ～ 15:00
(第4土曜日は14:00 ～ 16:00)

MC/榎本鱒太 松田慎介 川崎紫央里 日野誠
いちたになな

宮崎の音楽、演劇、コメディなど、広く広く発信する2時間のエンタテインメントショー。毎月第4土曜日は若草街市から公開生放送でお届け！土曜の午後をアツくします！



「テゲバRADIO～Jへの挑戦～」

毎週木曜日 20:00 ～ 21:00

MC/甲斐杏奈

Jリーグを目指すテゲバことテゲバジャーロ宮崎を全力で応援する番組。JFLのプレイバックや選手の素顔、テゲバの情報をメガ盛りでお届けします。サッカーにアツいリスナーのあなた！必聴！



「Morning Sunshine」

月曜日～木曜日 8:00 ～ 10:00

MC/ (月) (火) 甲斐杏奈
(水) (木) 吉丸裕美

宮崎の太陽にも負けない明るさでお届けする2時間の生放送。SUNFMの元気印、甲斐杏奈と吉丸裕美があなたの眠気を覚ます！お天気・交通安全・防災情報などはもちろん、皆様の1日に活力を与えるパワーで、朝は辛い・・・眠い・・・だるい・・・、そんな思いからシャキッと切り替わる！？放送をぜひお聴きください！



「モーニングテラス」

金曜日 8:00 ～ 11:00

MC/横山美和

コーヒーでも飲みながらスローミュージックやジャズなど少しゆっくりと朝を迎えてみませんか？週末に行われるイベント情報に加え、防災コンサルタント黒木淳子さんとの防災トークもお届けする3時間のまったり生放送！



本キャンペーンの対象商品は **この5本!**

Fun! Fun! Summer!
ファンファン! サマー
夏キャンペーン
CAMPAIGN

サンA
7/20(土) 8/31(土)
応募締切
2019年 8月31日(土)
当日消印有効

Wチャンス!
サンAドリンクギフト **50名** 様
※写真はイメージです

詳しくは応募ハガキまたはホームページをご覧ください。
応募ハガキは郵送です。あんなできちゃんといサイクルししょう。
※2019年8月31日の消印分までが対象

詳しくはホームページをご覧ください。
サンA 検索

**スピードセルフで
チェックアウト革命**
— スピードこそサービス —
スキャニングと支払いの分離で待ち時間を短縮

**Checkout Revolution 3.0
スピードセルフ
speedself**

株式会社九州テラオカ
宮崎営業所
〒880-0841 宮崎県宮崎市吉村町甲918-4 www.kyushu-teraoka.jp
TEL:0985-24-6556 FAX:0985-24-6905

株式会社 寺岡精工
リテール事業部
TEL:03-3752-0891 FAX:03-3752-4777
〒146-8580 東京都大田区久が原5-13-12 www.teraokaseiko.com

20th
パーソナリティ特集①

ミッキーのフォークビレッジ MEMORIAL PHOTOS

毎回 素敵なゲストを迎え
て懐かしいフォークソングと
共にトーク、生歌もお届
けしています♪



ニシタチにあるフォークソングバー。昭和なフォークと楽しいおしゃべりの空間です♪



フォーク
ビレッジ
宮崎県宮崎市
中央通6-5
ウエストビル
1階
0985-31-0606



どもも♪ ミッキー大野です。
梅雨が明け、宮崎もいよいよ暑い
夏の到来ですね。いつも番組を聴いて
戴きありがとうございます。お陰様
で二十一年目を迎え昨年十一月に放送
一〇〇〇回、そして今年五月にのベゲ
スト五〇〇〇名を迎えました！リス
ナーの皆様を始め、ゲスト・スタッ
フの皆様、そしてスポンサーの皆様
に改めて心より御礼申し上げます！
皆様もすでにご存知かと思いますが、
宮崎サンシャインエフエムは宮交シ
ティのグループに入りました。
宮交シティのアポロの泉では毎月、定



毎週日曜日
19:00▶20:00

忙しくてつい忘れがちな心のゆとり…
この番組はそんな
あなたへお届けします

FOLK VILLAGE

期ライブを開催させて戴いており、
本年十一年目になりました。これも
不思議なご縁だと思います。
さて、私の店「フォークビレッジ」
が十六年目を迎えました。懐かし
いフォークソングをメインにお客様
と一緒に楽しめる空間です。今後と
も当番組共々、ご愛顧くださいま
すよう、よろしくお願い致します。
番組へのお便り、リクエストもお待ち
しております♪



ミッキー大野

- フォークシンガー
- 音楽BAR「フォークビレッジ」オーナー
- みやざきフォークアソシエーション (MFA) 会長

ミッキーのフォークビレッジは

ホテルスカイタワー、
曾地電機、
ひろしま通り・ウィメンズクリニック

様のご協力により毎週元気にお届け中!

ミッキーのフォークビレッジ

番組開始から21年目に突入したサンシャインFMの長寿番組。
リクエストFAX番号:0985-31-6160
SUNFMの公式アプリ「FM++」(無料)
iPhoneはApp Store、AndroidはGoogle Playから



惣菜とテイクアウト専門店

food shop **海山** kaizan

0985-71-2662

宮崎市大字郡司分乙 293-1
(宮崎第一中学高等学校近く)



辛麺屋 輪 宮崎本店

代表取締役 長谷 匡浩

宮崎市中央通6-5 ウエストビル 1階
TEL: 0985-31-0606

Pekoのカフェ・ラジ

毎週金曜日 13:30~15:00

Pekoこと横山由美と楽しく語り合う番組！
毎回沢山のゲストがご出演！！





アサヒ飲料



「カルピス」ブランドは1919年に誕生し、今年で100周年を迎えました。



「カルピス」「CALPIS」「カルピスウォーター」「カルピスソーダ」「CALPIS SODA」はアサヒ飲料株式会社の登録商標です。

のんだあとはリサイクル



Ultimate Service

宮崎のナイトシーンを華やかに彩る
アルティメットサービスグループ

Ultimate Service Group

宮崎の豪華なキャストが素敵な夜を貴方に…
宮崎最大の店舗数を誇るアルティメットサービスグループ
県内外全てのお客様に至福の一時をご提供します。

<http://ultimateservicegroup.jp>

ローフード王子の気になるレシピ



『ローフードって何?』



RAW FOOD (ローフード) = RAW (生) FOOD (食べ物)
ローフードとは自然界にある食材、生の野菜や果物、ナッツ、シード(種)類を生のまま丸ごと(ホールフード)作りに取り入れ、48℃以上の加熱に弱い『酵素』を始めた生きた栄養素を取り入れる食事スタイルを指します。

20歳でプロの歌手を目指し地元宮崎県より上京。23歳の頃に乱れた食生活やヘビースモークにより、歌えなくなるまでに身体が口が口になったが、食事療法やローフードと出会うことで好転してゆく。『You are what you eat.』〜貴方は食べたもので出来ている〜という言葉に衝撃を受け、食べたものが肉や精神に与える影響の大きさを知る。

2011年ローフードマイスターの資格を取得。2015年に日本初となる総合ローフード専門店『銀座ローライフカフェ』のシェフを経験後、地元宮崎県でローフードを普及させることを決意。帰郷後、『食育屋』として活動をスタートし、ローフードマイスターの資格取得講座やローフード体験会、草木染め教室なども開催している。



「食育屋」代表
ローフードマイスター
東 裕一

夏におすすめ♪スムージーボウルでデトックス♪

point!

盛り付けの可能性は無限大!ベースの果物を変え、と色々アレンジできます♪
好きな果物やお野菜でスムージーボウル生活始めてみませんか?



〜約一人分〜
・バナナ 200g
・バナナ 100g
・マンゴー 100g
・プラム 50g
・ココナッツウォーター 50cc (水50ccでもOK)



① 皮を剥いたバナナを縦半分に切ります。
② 皮を剥いたマンゴーを縦半分に切ります。
③ 皮を剥いたプラムを縦半分に切ります。
④ ココナッツウォーターを加えて混ぜます。



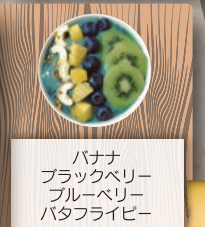
バナナ
黒練りごま
アーモンドミルク
竹炭



バナナ
イチゴ
ラズベリー
レッドピタヤ



バナナ キウイ
青りんご
ほうれん草
スピルリナ



バナナ
ブラックベリー
ブルーベリー
パタフライビー



☆ 好きな果物やドライフルーツ、グラノーラ、スーパーフード等を盛り付けて頂くだけでOKです。
☆ 新感覚のスムージーです。
☆ 食欲不振など夏バテにもおすすめの一杯です。



【食育屋の新作ロースイーツ&ロースムージー情報】
主な販売場所はタマチャンショップ都城本店
〒885-0021 宮崎県都城市平江町47-10

RAWアイスクャンディー
小麦、砂糖、乳製品、大豆、卵、その他添加物不使用のギルティフリーのRAWアイスクャンディーが新登場!濃厚なバナナアイスの中に果物を閉じ込めて、甘味と酸味をバランスよく楽しめます。酵素もたっぷり含まれるので、ダイエットや美肌、アンチエイジングにもおすすめです。

RAWアイスクリーム
全6種から選べるRAWアイスクリームも好評販売中!



認定こども園ソレイユは今年で41周年を迎えました。「響きあう心」「たくましい身体」「輝く瞳」を保育のテーマに子どもを丸ごと受け止め、一人ひとりを大切に育てる保育を行っており、地域の子育て支援やデイサービス訪問など地域に開かれた園づくりを目指しています。毎日、150名の子どもの笑い声が絶えないソレイユです。



幼保連携型認定こども園
ソレイユ

宮崎市和知川原1丁目40番地2



水遊び



どろんこ遊び



畑づくり

子どもたちがいま
がんばっていること

ソレイユでは、0歳児から年長児まで、「わらべうたあそび」や「さくらんぼリズム」、「畑づくりと食育」を通して、豊かな感性を育み、しなやかな心と丈夫な身体作りを楽しみながら頑張っています。また、年長児は月に3回の異文化交流で英語教室を頑張っており他の国に興味を持ち始めています。スポーツ教室も楽しんでいます。



スポーツ教室



とうもろこし



ヤマモモの42種

7月・・・プール開き、年長児キャンプ、お誕生日会、お弁当の日
8月・・・お誕生日会、お弁当の日
9月・・・交通教室、さくらんぼリズム、お誕生日会、お弁当の日

宮崎の美味しい鶏をお届け

こだわりの本格・炭火焼、手羽先・鶏ももなど
美味しい鳥料理がご家庭で手軽にお楽しみいただけます。

市場食鳥のこだわり

新鮮素材と安心の無添加にこだわり、一品一品丁寧に手作り。
皆様の食卓に「安心・安全・美味しい」をお届けいたします。

だから美味しい!

市場食鳥の炭火焼のヒヨコ



地元・宮崎県産の鶏
素材は地元・宮崎県産と国産品をチョイス。
ジューシーな肉質と鶏肉の旨味が伝ってきます。



丁寧に炭火で手焼き
ひとつひとつじっくり丁寧に手焼き。
皮の香ばしい焼くが特徴をそそぎます。



添加物不使用
もちろん安心・安全の無添加。
大人からお子様までお楽しみいただけます。

【有限会社 市場食鳥】 取締役工場長 津津 裕文

〒880-1101
宮崎県東諸県郡都富町本庄9103番地 ☎ 0985-75-1129 FAX 0985-75-1124

私たちは太陽と大地の恵みに感謝し、
健康未来を創造します。

株式会社 宮印青果

代表取締役
伊東 光春

TEL(0985)29-2204(代)

FAX(0985)29-2206

携帯:090-3415-5509

〒880-0834

宮崎市新別府町雀田 1185 (中央卸売市場内)



12

みずの地産地消

スーパーまつの66周年

お陰様で「まつの」は創業66周年を迎えることになりました。
 これもひとえに地域の皆様に支えられて、また各食品メーカー様や流通産業の皆様、
 そして当社で力を発揮していただいている全従業員の皆様の御協力で今日を迎えられます事に、心から感謝申し上げます。
 これからも会社一丸となり、より皆様に愛される“地産地消のスーパー”を目指します。どうか、今後ともよろしくお願い申し上げます。

(株)まつの 代表取締役 社長 松野晴義



まつのの歴史	
昭和28年 5月 …… 松野定義(故会長)が松野商店を大塚町で創業する	平成11年 7月 …… まつの西池店開店
昭和60年 7月 …… 資本金500万円で有限会社フードショップまつの設立	平成16年 8月 …… まつの恒久店新装開店
平成 6年 2月 …… 資本金3000万円で株式会社まつのに組織変更	平成17年 4月 …… まつの西池店新装開店
平成 6年10月 …… まつの恒久店開店	平成24年 9月 …… 宮崎県初、チェックアウト・レボリューション(セミセルフレジ)導入

暮らしに豊かさを
まつの

全店10:00~24:00まで営業中

大塚店
宮崎市大塚町宮田2940-1
TEL.0985-51-7795

恒久店
宮崎市恒久2丁目13-28
TEL.0985-52-7000

西池店
宮崎市西池町47-44
TEL.0985-31-8800

私たちはこれからも スーパーまつのを応援します!

JFLのリーグ戦はいよいよ後半へ突入！
みなさんの熱い声援をぜひ会場で！目指せホーム観客平均2000人！

TEGEVAJARO 6.29 [JFL第13節] vs HondaFC

(宮崎市生目の杜運動公園陸上競技場)



第12節アウェイでFC大阪に勝利し3連勝を飾ったテゲバは、4連勝を懸けてホームでHondaFCと対戦。昨年の王者を相手に勝利し更に勢いを加速することが出来るか！



TEGEVAJARO 6.16 [JFL第11節] vs 奈良クラブ

(KIRISHIMAハイビスカス陸上競技場)



開幕からなかなか波に乗れないテゲバでしたが前節のアウェイ戦で勝利し、この試合に勝って連勝、そしてホームでは3月以来の勝利を目指し挑みました。

宮崎からJへ！Jリーグ入りを目指すテゲバが、3月以来ホームで勝利した第11節、そして4連勝を懸けて昨年の王者ホンダFCに挑んだ第13節をプレイバック！



この日は、スペシャルサポーター！のポニーオロゴンさん
も応援に駆けつけました！



雨が降る中行われた試合。前半から相手にベースに握られる時間が続くもテゲバ守備陣の堅い守りで相手に得点を与えません。



すると後半、水永選手のゴールが決まり先制！



藤岡選手の第一子誕生を
祝い、ゆりがこダンス♡

先制後は相手の猛攻に耐える時間帯が続く、後半のアティショナルタイム。惜しくも同点に追いつかれてしまい1-1で試合終了。
4連勝はならずも6試合負けなしで順位も6位まで上がりました。



前半から水永選手、藤岡選手の2トップを中心にテゲバが攻撃を仕掛けるシーンを多く作ると前半の37分。PA内での相手のハンドで得たPKを水永選手が冷静に決めて先制！



相手モギアをあげシュートを打たれるシーンもありましたが、テゲバ加入後初先発のGK赤塚選手が素晴らしいセービングを魅せるなど無失点に抑え1-0で前半を終えました。



後半に入り、追加点を狙いに行くテゲバは後半の9分。奥田選手のフリーキックを藤岡選手がPA内で受けると相手と交代しシュート。これが見事に決まり2-0とリードを広げます。



更に、後半の21分。小野寺選手の縦パスをPA内で受けた水永選手がヒールで走り込んできた藤岡選手へ。これをダイレクトで放ったシュートが鮮やかに決まり3-0。華麗な連携プレーでも得点を奪った攻撃陣に負けまいと、守備陣も見事に0点に抑え3-0の完勝！
リーグ戦連勝！そしてホームでは久しぶりの勝利をつかみ取りました。



毎月第3日曜は新富町へ行こう！

KOYU YORUICHI
こゆ夜市
THE 3RD SUNDAY OF EVERY MONTH

7/21日 8/18日 9/15日
18:00~21:00 ※雨天中止

るぴーモール虹ヶ丘商店街 (新富町富田2丁目) 問合せ「こゆ地域づくり推進機構」0983-32-1082

子や孫たちが帰ってきたくなるまちへ
新富町

JFL第15節以降ホームゲーム				
節	試合日	KickOff	対戦チーム	会場
15	7月14日	13:00	MIOびわこ滋賀	宮崎市生目の杜運動公園陸上競技場
17	7月27日	13:00	鈴鹿アンリミテッド	延岡市西階総合運動公園陸上競技場
18	8月25日	15:00	ホンダロックSC	宮崎市生目の杜運動公園陸上競技場
20	9月8日	13:00	流経大ドラゴンズ龍ヶ崎	宮崎市生目の杜運動公園陸上競技場
23	10月13日	13:00	松江シティFC	宮崎市生目の杜運動公園陸上競技場
26	11月3日	13:00	ソニー仙台	KIRISHIMAハイビスカス 陸上競技場
28	11月17日	13:00	ヴィアティン三重	KIRISHIMAハイビスカス 陸上競技場
29	11月24日	13:00	FC大阪	KIRISHIMAハイビスカス 陸上競技場

宮崎空港

宮崎市の南部、市の中心地から約5kmにある宮崎空港。愛称は「宮崎ブルーゲンビリア空港」。戦前は、軍用飛行基地・赤江飛行場として旧海軍航空隊が駐屯、本土防衛の最南端飛行基地でした。



昭和32年



昭和40年代

宮崎空港近くに残っている掩体壕（えいたいごう）。赤江飛行場が軍用となつて以降、昭和19年に爆撃機などの格納庫として建設されたのが「掩体壕」。現在も、赤江地区、本郷地区に残っています。今後、宮崎市によって整備されるようです。



昭和31年2月



昭和40年代



昭和29年10月

資料提供／オードリーハウス 土持孝博

「フェニックスの木蔭」

第二十六回 今も夢に見る三枚の写真

渡邊

綱纜つなとも

前号の岩切章太郎翁の三枚の写真は、ONAIRを書くようになって、びっくりする程のたいへんな反響でした。一番多かったのは、「銅像の岩切翁とはまた違った凛々しい姿

に心を打たれた」という言葉でした。私の一番好きな写真です。その時々で思ったのが、次号も三枚の写真でいいこう、私が夢に見るほどなつかしい、昭和時代の代表的な三枚の写真を紹介しようということでした。

そして選んだのが、この三枚の写真です。まず最初の一枚は、紺碧の宮崎の空に映える宮崎交通の本社の景観です。竹中工務店の誇る力作の建物です。ハガキ大の青磁の焼物を一枚、一枚心をこめて貼った今では想像もできない不朽の



建築の美術品です。その次の中央の写真が、霧島山脈の韓国（からくに）岳の裾野に抱かれたえびの高原ホテルの雄姿です。赤い屋根が周囲の緑に映えて絵のように美しく、屋根のスロープは、バックの韓国岳の稜線に合わせた、これも竹中工務店の施工でした。岩切翁がすっかり惚れこんで、それから宮交本社をはじめ、宮崎観光ホテル、宮崎空港ビル、都井岬観光ホテル、フェニックスドライブイン、サボテン公園、宮交シティなど、次々に竹中工務店に発注していった話は、今も語り草になっています。

経営が厳しくなつて、本社の建物を解体することになった時、岩切達郎社長は、青磁のタイルを、丁寧に剥いで、お別れに駆けつけた市民に一枚ずつ、感謝の心



渡邊 綱纜氏

宮崎県観光の父・岩切章太郎翁を生前から支えてきた渡邊綱纜さんと、平山淳子さんの呼吸の合ったトーク番組「フェニックスの木蔭」（毎週日曜日AM11時～AM11時30分O・A）好評放送中。エッセイストである渡邊さんに登場を願って、宮崎観光の歴史を語る。

物を三枚の写真の最後は、ピーポーと汽笛の音もなつかしい軽便鉄道の面影です。少年、少女時代の遠足の記憶を思い出して下さい。軽便鉄道を、私たちは「マッチ箱」と呼んで親しんでいました。

今も夢に見る……

私にとって、いや宮交にとつて、宝



Advertising
広告 撮影

Bridal
ブライダル撮影

Family / Kids
子供写真撮影

Architecture
建物撮影



@nice_life_photograph

宮崎県内どこへでも出張撮影します。ブライダルフォト・子供写真・家族写真・店舗撮影など幅広いジャンルの撮影を行っています。ロケーション撮影の他、スタジオ撮影も可能です。

ご予約・お問い合わせはHPまで

nice-life-photograph.com/



トマトサラダとトマトスープ



トマトサラダ

材料(2~3人分)

新玉ねぎ 1~2個
トマト お好きな量

絹代ドレッシング

ごま油 小さじ2
砂糖 小さじ2
しょうゆ 大さじ2
酢 大さじ2
すりごま 大さじ2

トマトスープ

材料(2~3人分)

トマト 1個
玉ねぎ 1個
中華スープの素 小1(お湯2カップ)

作りかた

- 鍋にバター大さじ1/2を溶かして玉ねぎを炒め、透き通ったらトマトを加えさっと炒める
- スープを加えて、塩、胡椒で味を整える

トマト農家さんから、トマトを沢山貰ったよ!同じ材料で2種類!夏!冷た〜くしてどうぞ!



余った野菜のチーズ焼き



材料(2~3人分)

鶏モモ肉 300g
お好みの野菜 (玉ねぎ、セロリ、ナス、キノコ類、パプリカ、プチトマト、等)

[調味料]

塩、コショウ
焼き肉のタレ
ケチャップ
とろけるチーズ



作りかた

- フライパンでブツ切りの鶏肉と野菜(プチトマト以外)を焼く。[調味料]で味付け、火が通ったところにプチトマトを加える
- とろけるチーズ(私は多めたっぷり)を、野菜が隠れるほど乗せてフライパンにフタをして火を止める。アツアツをどぞ♪



チーズぶっ掛けだーい好き!
プチトマトは、薄い豚肉でくるんでフライパンで焼き塩胡椒も美味!!

ソーメンもどき山芋のめんつゆサラダ



材料(2~3人分)

山いも 20粒位
オクラ 10本
なめこ 1袋
温泉たまご 一人1個
麺つゆ 適量

作りかた

- オクラとなめこをサッと茹でておく
- 山いもを千切りスライサーでスライス
- 器に山いもを盛り、オクラとなめこを散らす
- 山いもの真ん中を凹ませて、温泉たまごを乗せる
- 麺つゆをかける

ソーメンと思って食べたら違う食感にギョッ!美味しさにギョッ!



20th
パーソナリティ特集②

園田ママの
クッキングレシピ

毎週水曜16:00~18:00

『若草サンセットセッション』

園田絹代・日野誠

毎週金曜13:00~13:30

『古国が行く!〜人間ていいな〜』

吉國美津子・園田絹代



ニラと大葉入り魚のすり身天ぷら



材料(2~3人分)

白身のすり身 200g
青魚のすり身 200g
豆腐 2/3丁
ニラ 1束
大葉 10枚
塩 ひとつまみ
砂糖 ひとつまみ

白身のすり身(タイ)
青魚のすり身(イワシ)

作りかた

- すり身と、水を切った豆腐をよく混ぜ合わせる
- よく混ぜたら、塩、砂糖を加えて細かく切ったニラと大葉を加えて混ぜる。形を俵状にする
- 160~170℃の低めの油でキツネ色になるまでじっくり揚げる
- 油気をよく切って、アツアツの作りたてをお召し上がりください

野菜嫌いのお子さんへの一品。
ニラ、大葉以外にも、人参、玉ねぎなどを小さく切って一緒に入れてみて!
アツアツは本当にう、ま、い!!





RECOMMEND ARTIST

SUNSHINE FM PICK UP ARTIST

dai華 (だいはな)

2015年11月結成。年の差15歳の男女ツインボーカルのアコースティックユニット。
白が大輔、赤が華子。当初は「青いみこころ」として活動。
そこから「大輔☆花子」→「遅咲きの狂い咲き」と改名していき、2019年3月に現在の形である「dai華」になる。これまでのオリジナルアルバムは計8枚リリース。
全国各地でライブをしながら、社歌や飲食店のテーマソングの作成、結婚式での生ライブやオリジナルソングプレゼント等々、精力的に活動中。
2018年の12月より活動拠点を東京から宮崎県に移し、新たな環境でたくさんの刺激を受け、日々進化を続けている。
夢は紅白歌合戦!!



→ ライブ情報 Information

- 7月14日(日) 田野しっちゃんが祭り
- 7月21日(日) Hanako&ChinatsuバースデーワンマンLive
@音蔵
open 15:00 Live start 15:30
チケット¥2,500+1ドリンク
- 8月17日(土) まつり宮崎
15:30~16:30の間に出演
- 8月24日(土) 大塚台夏祭り
- 8月25日(日) 青島国際ビール祭り
- 10月5日(土) 観月祭
@サンメッセ日南
出演18時~

宮崎市中心卸売市場

水産仲卸協同組合 副理事長

ヤマタカ 有限会社

日高水産

代表取締役

日高 勇三

〒880-0834 宮崎市新別府町雀田 1185番地
TEL.0985 (29)3101 FAX.0985(29)3102



RECOMMEND ARTIST

『SOUTH CITY NOISE』presents

DJ.CHAMAN PUSH

ONE



宮崎で2002年より活動開始。

REGGAE SOUND CREWを経てDJへ転向。HIP HOP,R&B,REGGAEを軸とした幅広い選曲で県内外でのDJ・レギュラーパーティーなど、積極的に活動中。プロデュース曲、mixCDも定期的にリリース(BRANDNEW MIXシリーズ、GODDY BADDYシリーズ等)

なお、CLUB MUSIC専門店TECH RECORDS代表としても、宮崎のクラブシーン発展に力を注いでいる。

■REGULAR PARTY

BLACK&GOLD
毎月第二土曜 at. Marquee/宮崎市内

BLAST

奇数月第一土曜 at. REAL-D/宮崎市内

■MIX CD

Brandnew Mixシリーズ (2ヶ月に1枚)
Goody Baddyシリーズ (シーズンに1枚)

■TWITTER/INSTAGRAM

DJ ONE1984
TechRecords

■YOUTUBE/SOUND CLOUD

DJ One..



■Tech Records
宮崎県宮崎市橋通東3丁目2-1
泉ビル 1F (交差点角)

『DJ One.. "Goody Baddy Vol.22"』

▼COMMENT

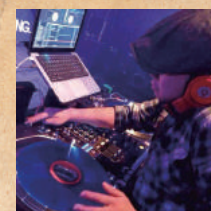
季節にぴったり合う曲を詰め込んだグディバディシリーズ第22弾!!
このシリーズは一曲一曲しっかり聴けます。そして気持ち良く聞けるようにスムーズミックスとなっております!! 今回は夏をイメージした曲をCLASSICから全20曲堪能できます!是非季節のお供に♪



『DJ One.. "Brandnew Mix Vol.37"』

▼COMMENT

大好評最新曲Mixシリーズ第37弾!!! 飽きない選曲&MIX!!
ミックスでしか聴けない曲等面白みもたくさんあるのがMIX CD!!
新譜中心に関連のCLASSICまでしっかり収録のこのシリーズ!!
ぜひ堪能ください♪



SOUTH CITY NOISE !!

毎週金曜日 20:00~21:00 (生放送)

宮崎県をはじめとする九州全域のクラブシーン・音楽シーンを牽引してきたDJ CHAMANによる生放送音楽番組。

MC : DJ CHAMAN



樋口産商株式会社

代表 樋口 和喜

農業資材
水産飼料

〒889-1404

宮崎県児湯郡新富町大字下富田1881

☎ 0983-33-0337

Fax 0983-33-0331



農業

ビニールシート・ハウス資材なら
農フィルム.comへ

農家の方から個人のお客様の家庭菜園まで
幅広く対応いたします。
サイズオーダーも承りますので
お気軽にお問い合わせ下さいませ。



2019年夏 県内のお祭り・花火大会情報

7月

8月

9月

まつり えれこっちゃんやざき2019

2019年7月13日(土曜日)・14日(日曜日)
会場:大淀川河川敷、橋通り、県庁楠並木通り、他
主催:まつりえれこっちゃんやざき振興会事務局
0985-83-2216

第23回えびの京町温泉夏祭り花火大会

2019年7月13日(土曜日)
会場:川内川京町河川敷
主催:えびの市観光協会 0984-35-3838

細島みなと祭り

2019年7月19日(金)・20日(土)・21日(日)
会場:日向市細島商業港周辺
問合:細島公民館 0982-52-2601
日向市観光協会 0982-55-0235

油津港まつり2019(花火大会)

2019年7月20日(土曜日)
会場:日南市油津港周辺
主催:油津港まつり協賛会(日南市観光協会内)
0987-31-1134

雲海麦酒醸造所「地ビールまつり」

2019年7月20日(土曜日)・21日(日曜日)
会場:蔵元綾酒泉の杜 西側駐車場(特設会場)
主催:綾町、蔵元綾酒泉の杜
0985-77-2222

第43回まつりのべおか

2019年7月27日(土曜日)・28日(日曜日)
会場:延岡市中央通り周辺/大瀬川河川敷
主催:まつりのべおか推進協議会
0982-32-6141

立花神社夏祭り

2019年7月27日(土曜日)・28日(日曜日)
会場:立花神社(高鍋町北高鍋1015)
主催:認定NPO法人 高鍋町観光協会
0983-22-5588

日向国一之宮都農神社夏大祭

2019年8月1日(木曜日)・2日(金曜日)
会場:都農神社を中心とする町内一円
主催:都農町観光協会
0983-25-5712

みやざきグルメとランタンナイト

2019年8月2日(金曜日)~8月18日(日曜日)
会場:フローランテ宮崎
主催:みやざきグルメとランタンナイト実行委員会
(宮崎市観光協会内)0985-20-8658

第36回日向ひょっとこ夏祭り

[前夜祭] 2019年8月2日(金曜日)
[本祭り] 2019年8月3日(土曜日)
会場:日向市日向駅前広場・日向中心街地
主催:日向ひょっとこ夏祭り実行委員会事務局
(一般社団法人日向市観光協会内)
0982-55-0235

第71回みやざき納涼花火大会

2019年8月3日(土曜日)午後7時50分~
会場:宮崎市鶴島、大淀川河畔
主催:宮崎商工会議所商工観光部
0985-22-2161

第46回都城盆地まつり

2019年8月3日(土曜日)
会場:都城市中央通り(都城市中心部)
主催:盆地まつり実行委員会事務局
0986-25-1405

第46回夏まつり やまびこ花火大会

2019年8月3日(土曜日)
会場:西米良村 村所一ツ瀬川 川原
主催:西米良村観光協会
0983-36-1111

まつり高原2019

2019年8月4日(日曜日)
会場:高原町総合運動公園
主催:まつり高原実行委員会事務局(高原町商工会内)0984-42-1158

稲荷神社夏祭り

2019年8月上旬
会場:稲荷神社(国富町本庄4847)
主催:稲荷神社
0985-75-2259

SALTA FESTA 2019

2019年8月11日(日曜日)
会場:高千穂町総合公園
主催:サルタフェスタ実行委員会(高千穂町企画観光課内)0982-73-1212

第36回福島港花火大会

2019年8月12日(月曜日・祝日)
会場:串間市福島港
主催:串間市観光協会
0987-72-0479

2019まつり宮崎

2019年8月17日(土曜日)・18日(日曜日)
会場:宮崎市高千穂通り周辺
主催:まつり宮崎MRT委員会事務局
0985-27-1630

高崎夏祭り

2019年8月17日(土曜日)
会場:高崎総合公園陸上競技場
主催:高崎町商工会青年部
0986-62-3131

みやざき青島国際ビールまつり

2019年8月24日(土曜日)・25日(日曜日)
会場:こどものくに
主催:みやざき青島国際ビールまつり実行委員会事務局(こどものくに内)0985-65-1111

山之口どんどんまつり2019

2019年9月7日(土曜日)
会場:山之口運動公園
主催:山之口町イベント実行委員会
0986-57-2016

2019山田のかかし村まつり花火大会

2019年9月21日(土曜日)
会場:都城市 一堂ヶ丘公園
主催:都城市山田総合支所 地域振興課
0986-64-1111



蒼色庭園 麻倉 蒼衣の 12星座占い

2019年
7月～9月

タロットカードによる12星座占いをご紹介します！ラッキーアイテムやラッキーフード、ラッキーカラーも合わせて占ってみました。スペシャルな日に、ファッションに取り入れたり、迷った時に選んで頂けると嬉しいです。きっと、素敵な出来事がたくさん舞い込んで来ますよ～！



3/21～4/19

困った時や迷った時に忠実な意見を言ってくれる人がすぐ傍に居るはず。普段は程よい距離感であるためにいざと言う時にしか有難味が分らないかもしれません。そんな存在を感じた時は言葉にして感謝の気持ちを伝えましょう。きっと生涯のお付き合いになりますよ！



4/20～5/20

仕事や家族関係においてもリーダーシップを取りたい時期の様です。他人の動きや考え方に細かいチェックを入れたい様です。小言は程々に時には見守り任せてみる事も大切ですよ。そうする事で返って頼られたり助けを求められるので堂々と本領発揮が出来る様ですよ！



5/21～6/21

身体の悩みが次々に浮かんできそう…特に美容関係に敏感になっているあなたです。単純にダイエットだけで無くお肌や髪の手入れに着目しましょう。あなた自身が納得できる美容グッズにも出会えそうです。この時期にイメージチェンジに取り組むと最高のあなたに変身できますよ！



6/22～7/22

コツコツと取り組んできた事が形となって仕上がりそうです。ペースダウンしている人は後1歩！気合を入れ直しましょう！ラストスパートで転んでしまう可能性があるのでは勢いついて進みましょう。根気強さが勝負の力ギとなりますよ。身近な人が協力してくれる時は素直に甘えてみましょう。



7/23～8/22

あなたの気付かない内に気付かない所で注目されている様です。決断力があり大らかなあなたの魅力に気付いて尊敬の眼差しで見られていますよ。常に誰かの憧れの的であるあなたです。気を抜かず緊張感を持って過ごしましょう。その緊張感が更に人気運をアップさせる事に繋がりますよ。



8/23～9/22

近場でも遠出でも良いので旅行に行く吉！毎日を忙しく過ごす事。更に休日さえも色んな所に出掛ける事で運気を高める事に繋がります。忙しさに耐えられる体力もあり、健康は絶好調です。この時期はちょっと無理をしても予定をみっちり詰めて行きましょう！勢いを弱めると返って体調を崩しそう…。



9/23～10/23

昔の友達との再会でずっと進まなかった計画がトントン拍子に進みそう。懐かしい思い出で話で花が咲いたり忘れていた何かを思い出したり刺激的な再会になりそう。そんな中でも家族との時間は故意に作る様にしましょう。後回しにすると思わぬ溝の深さになりそうです。家族だから…と後回しにしないで！



10/24～11/21

おちゃらけた態度を見せながら厳しい面も持つあなた…けじめをしっかりと持ってメリハリのある人間関係を築いていますね。そんなあなたの評価が高まる時期です。認められたら素直に受け取り、更にあなたらしさを追究すると良いでしょう。新たな信頼関係を築いたり新しいコミュニティが広がっていきますよ。



11/22～12/21

身近な友達との仲で明るい話題やイベントの誘いが舞い込んできそう…そこには嬉しい出来事や楽しい時間が隠されています。積極的に参加しましょう。また、異性とはフランクな交流を心掛けると進展する可能性が高まります。一緒に居て楽しめるとのご縁がありそうです。



12/22～1/19

上手くいかない事が増えたり何事においてもネガティブな考えが湧いてきたりしそう…そんな時に優しく声をかけてくれる人があなたのパワーチェンジをしてくれる人です。出来るだけその人と一緒に過ごす時間を作りましょう。お気に入りの場所に出掛けたりパワースポットに行く事でお互いの運氣アップに繋がります。



1/20～2/18

どうしても欲しい電化製品に出会いそう…思い切って買い物をすれば得をしそう。お店を回らず直感で手に入れましょう。大きな買い物は午前中がお勧めです。人間関係に急激な変化が起こりやすくなっています。親しい人が急に引越したりお気に入りの店員さんが居なくなったりと地味にショックを受けるでしょう。

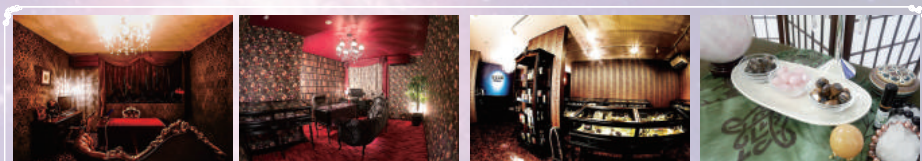


2/19～3/20

細かい予定が増えて自分の時間が少なくなったり気分が落ち込みそう…更に目立たないポジションばかり回ってきてやりがいややる気を失ってしまいそう。けれど実務能力が高まっているのでそこを認めてくれる人がいます。褒められた事を真摯に受け止めて踏ん張ってみて！



今日より愛おしい明日になれる
蒼色庭園は喜びを提供し続けます



タロット占い・鑑定・風水開運アドバイス・パワーストーン販売・タロットスクール
■ご予約のお客様を優先しています。確実に受けたいと思われる方はあらかじめ予約されることをお勧めしています。

スピリチュアルサロン
蒼色庭園
BlueGarden

宮崎市柳丸町153-1
(パティオ柳丸内)

お問合せ TEL.0985-89-4355

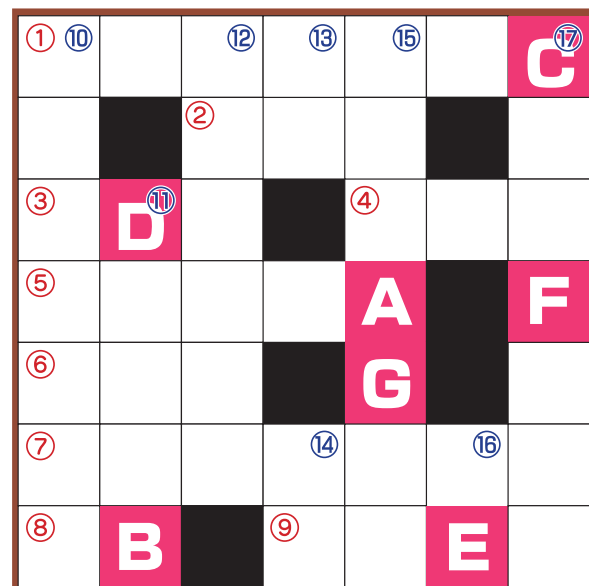
http://aoiro-teien.com 蒼色庭園 検索

麻倉 蒼衣 Profile

蒼色庭園タロットスクール1期生で初のプロになったセラピスト。相談者の心の中に入り、そこから見える風景を基に鑑定を展開していくのが得意。また、直感力を磨き、霊視に特化した能力も持つ。風水セラピストとしても活躍し、独自の開運方法も編み出している。雑誌の連載やラジオ出演を通してスピリチュアルの面白さを伝えている。

隠されたワードを見つけ出せ クロスワード

※前号の答えは『ジギスカン』でした！



ヨコの問題

- ① イタリアの自動車メーカー。エンブレムは猛牛。
- ② 怪盗といえば？
- ③ 冷めたものを温める事を「〇〇〇き」
- ④ 学習機といえば？
- ⑤ たくさん採れちゃった
- ⑥ 世界にはたくさんの歴史的なコレがある
- ⑦ ラジオで僕は、
- ⑧ ーツ葉、青島、内海にいっぱいあって広いな～大きいな～
- ⑨ 宮崎から直行便がある

A B C D E F G

夏になったらこの言葉をつかって
みんなを誘いたいと思っております



問題はボク戸波
が作りました！

嫁恐竜

タテの問題

- ⑩ 夏休みにやったよな～
- ⑪ コーヒーってこれがイイ味出してるんだと僕は思うことがある
- ⑫ 岩や石、人工の壁を登る
- ⑬ ダイの大冒険で生き物を筒から出す魔法「ア〇〇」
- ⑭ 液体が沸騰して蒸発し気体となる
- ⑮ お金を預けてます
- ⑯ ツボ（壺）で捕ったりする
- ⑰ D-I-Yと呼ばれる事も近年では多くなっている

サンシャインFMのアプリが登場!!

Sun
みやざき
FM 76.1



エフエムプラぶら

「FM++」放送開始!!

ダウンロード無料是非お試しください!!



各アプリストアで
「サンシャインFM」と
検索!!

緊急災害情報を
スマホに自動配信!!

プッシュ通知機能で
緊急情報をリアルタイムで受信

通常時は
SunshineFM
76.1Mhz
が聴けます。

操作も楽々♪
リクエストも簡単に
送れます。

宮崎市のこみゆにてい～ラジオ局 76.1 Mhz

メールも送れる無料ラジオアプリ!

～iPhone・iPadなら
<https://t.co/I5sTmJgWaC>

～Androidスマホ・タブレットなら
<https://t.co/r2kd4x2eQw>

www.sunfm.co.jp

株式会社 宮崎サンシャインエフエム
〒880-8576 宮崎県宮崎市橘通東3丁目6-34 クロノビル3F



■西池店
宮崎市西池町47-44
TEL.0985-31-8800

■大塚店
宮崎市大塚町宮田2940-1
TEL.0985-51-7795

■恒久店
宮崎市恒久2丁目13-28
TEL.0985-52-7000

スーパーまつの
おかげさまで66周年
日頃のご愛顧まことにありがとうございます。

地産地消

暮らしに豊かさを。
私たち「まつの」は、地域のお店、地域の一員として、
豊かな食文化に貢献いたします。