

**S**  
South  
(サウス)  
橿原市  
大和高田市・葛城市

# マイタウン奈良

Vol.19  
中和版

奈良の子育て情報は  
ここでチェック♪

ことままweb



Contents P1...初夏グルメ P2...夏定番ダイエット!!

●発行元/地域情報ネットワーク株式会社 ●発行部数/約68,000部 毎月変則土曜日発行(次号7月13日)  
【配布のお問合せ窓口/株式会社アイポスティング Tel:0745-44-3399 Mail: mt@i-posting.com】

# 初夏グルメ

## 食パンは焼きたてコーヒーは煎りたて

プラススクエア ☎0744-35-1635



田原本町最東部と桜井市の境にある食パンとコーヒーが自慢の「プラススクエア」小麦粉とバターが主材料の食パンを使ったサンドウィッチやフレンチトーストは絶品◎



サンドウィッチ各種 880円～  
プラススクエア COUPON (クーポン) **10%オフ** (お持ち帰りも含む)  
※1枚につき1グループ4名様迄 ※2024.8月末迄有効

●磯城郡田原本町味間317-3  
●営業時間/7:00～18:00(L.O17:00)  
●定休日/年中無休 ●駐車場:有  
●食パン売り切れの場合 17:30閉店

## 落ち着いた空間で極上鰻

鰻 うな福 ☎070-1812-0729



昼も夜もお値段変わらずで気軽に鰻が食べられるのが嬉しい♪

うな丼セット(並) **1,800円**  
うな重セット(並) **2,200円**  
各種丼もの**1,980円**  
(まぐろ、うに、サーモンいくら)

平日17時～20時限定 飲食代 **10%オフ**  
鰻 うな福 COUPON (クーポン)  
※他のサービス併用不可 ※1枚につき1グループまで有効 ※2024.6月末迄有効

●北葛城郡上牧町服部台4丁目2-7  
●営業時間/11:00～15:00 17:00～21:00 (L.O 20:00)  
●定休日/水曜日

## こうじろうに新定番メニュー登場!!

ばん焼人 こうじろう ☎0745-78-3807



バターたっぷりのサクサクデニッシュに色々サンド♪新しい味も登場予定!!



ばん焼人こうじろう COUPON (クーポン) **100円OFF!!**  
※他のサービス併用不可 ※2024.6月末迄有効

【本店】香芝市旭が丘3-2-6  
●営業時間/7:00～19:00・土7:00～18:30  
●定休日/日・月 ●駐車場/有  
【オアシス店】香芝市六生99-4  
●営業時間/10:00～15:00 ●イートインスペース有り  
●定休日/土・日・月・火 ●駐車場/有

# 夏2024に向けて K2で本気のダイエット!!

K2メソッドで **リバウンドしにくい体質に!!** 糖質制限なし 1日4食しっかり食べる 日常に近い食事と運動

**女性**

3ヶ月で  
体重 **-7.5kg**  
体脂肪率 **8%減**

**男性**

3ヶ月で  
体重 **-10.5kg**  
体脂肪率 **12%減**

ダイエット 姿勢改善 スポーツ etc 地域No.1  
目的に応じた専門トレーナーが対応!!

K2の強味 3つのポイント

- 独学では難しいワンランク上の効果が得られる  
毎回あなたの骨格や筋肉を分析してその日の状態に合ったメニューを組んでくれる
- 理学療法士などの資格を持ったプロのトレーナー陣
- 身体を整えてから筋肉を作っていくストレッチにも精通した専門トレーナー

『女性が通いやすいように』随所にこだわりを散りばめたパーソナルジム!!

**K2 STYLE FITNESS**  
パーソナルジム 香芝店

TEL 080-3798-3822  
OPEN 9:00～23:00 最終受付22時  
〒639-0223 奈良県香芝市真美ヶ丘3丁目23-22 2F

COUPON 「マイタウン見たよ」で ※有効期限 2024年6月末迄

- カウセリング.....**無料**
- 初回体験.....**3,300円**
- 当日入会で.....**全コース20%OFF**
- ペア割(2人で).....**さらに10%OFF**

## マイタウン奈良 ポスティングスタッフ委託大募集

空いてる時間を使って自由にお仕事♪

マイタウン**配布期間内 8日間**にマイタウンの配布と、一緒に配布する**チラシを折ったり挟んだり**の作業をお願いします。

仕事内容 ※マイタウンの配布日以外の週に、チラシのみ配っていただく場合もあります。(任意)

時間に余裕があって、健康のためにウォーキングしてる方!

子育て中...働きたいけどシフト出せるほど時間が読めない(>\_<)

ダブルワークをお考えの方!

将来のために積立や投資をしたいけど、元になるお金が必要...でも、簡単には稼げないし...

空いた時間を使って健康とお金をゲットできます!

マイタウンの配布のお仕事ならすべて解決!  
担当エリアを責任を持って期間内(8日間)に配布するだけ!

広告に愛とアイデアを

**あいぽす** ☎0745-44-3399

奈良県北葛城郡広陵町三吉337-2 株式会社アイポスティング 採用係

応募方法 お電話またはメールでご連絡ください。  
jinzai@i-posting.com  
https://i-posting.com





# BEAUTY

## 肌の露出が多くなる夏に向けて！

### 大和高田 脱毛サロン 美肌も一緒に手に入れるなら脱毛専門家にお任せ！

**脱毛専門家が毎回対応！  
脱毛サロン選びに失敗したくない方へ**

- 脱毛施術 16年の実績ある専門家が対応
- 6歳からOK! 痛みの少ない最新脱毛
- 最短2週間～予約が取れる最速結果重視
- VIO脱毛は黒ずみ改善美容液使用

無料カウンセリング&テスト脱毛も承ります

**お試しキャンペーン実施中**

当店人気NO.1 VIO介護脱毛 3,980円(税込)  
当店人気NO.2 顔脱毛 3,500円(税込)

全国で脱毛施術トレーナー経験もあり、2万人以上の施術実績の専門家ならではの店！  
痛みも少なく1回目でも効果があり、最短2週間での予約が取れて脱毛効果が早いのもvivioの特長！同時に肌もきれいにする施術内容で、VIO脱毛は黒ずみ・毛穴改善美容液で仕上げ、Vラインのデザインも可。6歳～でも脱毛可能で、親子でご来店される方も多く、医療脱毛や他サロンで満足できなかった方も是非ご相談下さい！

	1回	6回
VIO脱毛	10,700円	55,720円▶39,800円
顔脱毛	7,500円	35,400円▶25,300円

**女性専用 脱毛サロンvivio.**  
☎0745-40-4716

- 大和高田市磯野東町3-33井ビル302
- 営業時間 / 9:00~20:00
- 定休日 / 不定休 ●駐車場 / 無料駐車場あり

お問合せ・ご予約は、お電話又は右のQRコードから▶



女性専用 脱毛サロンvivio. COUPON (クーポン)

VIO脱毛 6回 55,720円▶39,800円  
顔脱毛 6回 35,400円▶25,300円

※他のクーポン併用不可 ※2024.6月末迄有効

**NEW OPEN** Welcome to our place!

### 檀原 ピラティス/パーソナルジム

#### 自分に合ったフィットネススタイルが選べる！

奈良県Google口コミNo1のパーソナルジムにピラティススタジオがOPEN！ピラティス専門のインストラクターにパーソナルで指導が受けられ、併設されているジムでのトレーニングもOK！理想の身体に必要なトレーニングなど身体の悩みに合わせて選べるのが嬉しい♪身体の状態や目標に合わせて提案させていただきます。

**【ピラティス】**

- 柔軟性とバランスの向上
- コアマッスル(体幹)の強化
- 自律神経を整え心身のリフレッシュ
- しなやかなボディライン作り

※女性、男性インストラクターの選択可

リンクス ジム **Linkx GYM**  
☎050-3631-0717

- 橿原市久米町576 コスモビル 4F G2
- 営業時間 / 10:00~22:00
- 定休日 / 日曜日 ●駐車場 / 有

**【パーソナルトレーニング】**

Before After

- ダイエット
- 姿勢改善
- ボディメイク

初回体験 **Linkx GYM COUPON** (クーポン)

5,500円▶3,300円  
当日入会で入会金 11,000円▶0円

※他のサービス併用不可 ※2024.6月末迄有効

### 田原本 シミケア 田原本にシミケア専門サロンがオープン！

シミは虫歯と同じで適切な対処をしないと時間の経過とともに広がり元には戻りません。クレビオでは繰り返しシミを排出することで同時に肌のくすみケアや、ハリ・潤いも増し肌質改善まで◎



**CREVIO.のシミケアは、**

- 低周波でメラニンを浮き上がらせ、垢化してシミを排出！
- その人本来が持っているターンオーバーを活性化！
- 戻りシミを起こしたくない方や、シミをなくするだけでなく肌質も改善したい方におすすめ♪
- レーザーでは反応しない薄いシミや施術できない眼や目の際のシミも施術可能！
- 痛みも少なく、ダウンタイムなしで施術後メイクOK!

**CREVIO.のシミケアプレミアムコース (80分)**  
18,000円▶初回限定12,000円

- 1 クレンジング・洗顔
- 2 超音波毛穴クレンジング 古い角質を柔らかくして取り除きシミを排出しやすくします。
- 3 美容液導入 良質な高濃度プラセンタを導入。皮下組織まで届く超音波で血行を促進することで代謝がよくなりシミの排出が抜群!
- 4 シミケア(20分当て放題) シミにピンポイントでアプローチ!
- 5 鎮静パック+デコルテケア 鎮静・保湿・細胞活性化・皮膚再生・美白・ニキビにも◎美肌・コラーゲン合成促進作用でお肌の内側と外側から潤いを保つ働きをしてくれ、デコルテケアでお顔回りもスッキリ!!
- 6 お仕上げ(化粧水・乳液・UVケア) 2種類の幹細胞培養成分や植物性プラセンタなどが贅沢に配合。潤いを逃がすことなくメラニンの排出を促し、高い美白効果を発揮します。

シミケア専門サロン CREVIO.  
☎090-6755-1207

- 磯城郡田原本町新町195-1
- シミケア専用サロン CREVIO.
- 営業時間 / 10:30~17:00
- ※17時以降は予約相談
- 定休日 / 日曜日 祝日
- 駐車場 / サロン前44番



シミケア専門サロン CREVIO. COUPON (クーポン)

シミケアプレミアムコース 18,000円▶12,000円

※他のサービス併用不可 ※2024.6月末迄有効

### 檀原 ピラティス 人気のマシンピラティスのクラスが6月より増枠！

大和八木駅から徒歩10分!完全プライベートのマシンピラティスのクラスは新規予約が難しいほど大人気!!6月より新しいインストラクターの先生のマシンレッスン枠を増枠し、土曜日夕方以降の夜のレッスンも可能になります。的確・丁寧なレッスンで人気のSione先生のマシンピラティスレッスンの機会に是非、体験してみてください♪



**6月限定 マシンピラティス**

- プライベート体験レッスン / Sione  
¥8,500▶¥6,500  
(お一人さま1回限り・当スタジオマシンピラティスをご利用された事のない方対象)
- ペアレッスン体験 / Sione  
¥6,000▶¥4,500 (1名様分)  
(お一人さま1回限り・お友達やご家族などお二人でお越しになられる方)

体験レッスンのご予約はマシン専用公式LINEよりお問い合わせください。(全て税抜価格)

マットピラティスクラス・マスター ストレッチクラスの体験も募集中です

**限定3名様! モニター大募集!**

マシンピラティス 3ヶ月12回

モニター条件

- 週一回夕方以降、夜のレッスンに通える方
- お写真やご感想をご提供いただける方

通常¥118,800▶モニター価格¥72,000+tax

**Pilates Studio niu**

- 橿原市新賀町325-3 Mdc 107-108
- 営業時間 / 月~土 9:00~21:00
- 定休日 / 日曜・祝日

お問合せは、体験ご希望の方は、公式LINE  
お友達追加より、お申し込みください。

ピラティス スタジオ ニュー **Pilates Studio niu COUPON** (クーポン)

マイタウン読者限定 (6/1~6/30) 新規体験レッスン当日入会の方 いずれかのチケット購入で 入会金¥5,000▶¥0 全てのチケット5%OFF (全レッスン共通チケット)

※他のクーポン併用不可 ※2024.6月末迄有効

### NEW OPEN 光の力で肌悩みを一掃! 光フェイシャルで輝く素肌に

肌の表面だけでなく深部までアプローチし、効果的に肌の再生を促し、シミ、たるみ、赤ら顔、ニキビ跡、小じわなどさまざまな肌の悩みを改善!定期的な施術でターンオーバーを整え、内側から強くハリ・つや・美白肌へ導いてくれるのが嬉しい♪



**光フェイシャルの効果**

- 肌のトーンアップ
- ターンオーバーの促進
- シミ・そばかすの軽減
- 赤ら顔の改善
- ニキビ跡の改善
- 小じわやたるみの改善

**光フェイシャル**  
【デコルテマッサージ付き】 60分  
通常 5,300円 ▶ 初回 3,500円

【オプションパック】

- MTリベアリングパック +1,000円  
赤み、肌荒れ、ニキビ肌の方にオススメ
- MTコアパック +1,500円  
ハリ・弾力UP.たるみにアプローチ
- 炭酸パック +2,000円  
お肌のゆるみも毛穴も引き締めキュッと小顔に

【その他メニュー】  
ホワイトニング・脱毛・まつ毛パーマなど

ベル ホワイト **Belle White**  
☎070-1736-3111

- 橿原市北妙法寺町586 (中和幹線沿い、駐車場5台)
- 営業時間 / 10:00~20:00 (月・木は21:00まで)
- 定休日 / 火曜日 第2,4日曜日

**Belle White COUPON** (クーポン)

光フェイシャル オプションパック 1,000円オフ

※他のサービス併用不可 ※2024.6月末迄有効

Follow me! / Instagram **マイタウン奈良中和版 インスタ**

#マイタウン奈良中和  
奈良県中南和を中心に素敵なお店の情報発信中

**思い出の品、骨董品、古道具...**  
幅広いジャンルの品に対応!

お家の解体、建替え、引越、蔵や倉庫の整理、遺品整理の際にご不要になった骨董品、古道具、コレクション品など古いものを中心に幅広く買取いたします。

古道具商許可第 641050000752

**古道具 山ノ葉**  
☎0745-96-2755  
宇陀郡曾爾村山粕1154-2

◎実店舗の営業について◎  
●土・日・祝 / 11:00~18:00  
※1~3月中頃まで冬季休業

出張査定 無料



「カフェを開業したい!」「初期費用を抑えたい!」「自分の力を試したい!」

ポータビジュアの

# シェアカフェ

share cafe

平日 7:30~15:00 の枠で  
カフェOPENしませんか?

エスプレッソマシン・調理設備完備

その他詳しくはお問い合わせください。

boite a bijoux cafe 【ポータビジュアカフェ】

〒636-0123 奈良県生駒郡斑鳩町興留4-10-10

お問い合わせ **090-3268-6457** 岡本

## 令和6年 靴下ハギレ作品募集!!

靴下の製造過程での「ハギレ」\*を使った作品を募集します。

\*ハギレは、広陵町商工会ホームページよりご注文いただけます!

- 応募期間 令和6年 9/6(金)~9/20(金)
- 応募方法 応募作品は1人1点です。(団体での応募も可能) 応募用紙(別紙参照)に氏名・住所・電話番号等を記入の上、応募作品と一緒に広陵町商工会までご持参、またはご郵送下さい。 展示の都合上作品の大きさは1m以内(縦・横・高さ)をお願いします。 ※郵送応募作品のご返却は着払いとなります。
- 表彰 優秀賞(3万円)=3名 入賞(1万円)=3名 応募者全員に参加賞を進呈いたします。
- 作品展示 広陵町商工会 10/7(月)~10/16(水) 土日除く 広陵町図書館 10/19(土)・10/20(日)

広陵町商工会

☎ 0745-55-3535

FAX 0745-55-2614

〒635-0821 奈良県北葛城郡広陵町笠 162

ハギレのご注文は [こちらから](#) 応募用紙は [こちらから](#)

# ポステイングチラシ 大募集!!

「マイタウン奈良」と一緒に配ります

ホームページはあっても検索しなければたどり着かない、、、  
お店のSNS、、、見ているのはどの地域の人??  
チラシのポステイングは、狙った地域の人にアピール出来ます!  
ポストに入っているので、自然と目に付きやすい!!

マイタウン奈良中和版 ●配布件数 **East 63,770** 件

マイタウン奈良中和版 ●配布件数 **West 61,140** 件

マイタウン奈良中和版 ●配布件数 **South 63,190** 件

北和エリア 約**16**万部  
中和エリア 約**19**万部  
奈良県内で圧倒的配布部数 約**35**万部

エリアを絞ってピンポイントに配布も可能! 商圏にあったエリアにアピール出来ます!!

マイタウン奈良【中和版】配布協力会社 **あいぽす**

株式会社 アイポスティング

☎ 0745-44-3399

✉ mt@i-posting.com

〒635-0823 奈良県北葛城郡広陵町三吉337-2

お気軽にお問い合わせ下さい。

配布料金	
B5/A5チラシ	1枚 3.08円(税込)
A4チラシ	1枚 3.41円(税込)
B4チラシ(折加工済)	1枚 3.41円(税込)

【East】 大和郡山市・天理市・桜井市・田原本町・川西市・三宅町・安堵町 ●発行部数/約67,000部 毎月変則土曜日発行(次号6月22日)  
【West】 香芝市・王寺町・広陵町・上牧町・河合町・斑鳩町・三郷町・平群町 ●発行部数/約65,000部 毎月変則土曜日発行(次号7月6日)

**お得な**  
リフォームのご相談は  
**リフォーム**  
応援館まで!!



**到来**

# 2024年 超大型補助金

## リフォームチャンス

▲ご注意ください▲ 補助金は予算に達し次第終了となります。

**3つの補助事業**を組み合わせて  
申請できる!!

**1** 子育て  
エコホーム  
支援事業  
最大 **60万円** 補助  
1戸あたり

**2** 先進的  
窓リノベ事業  
最大 **200万円** 補助  
1戸あたり

**3** 給湯  
省エネ事業  
最大 **25万円** 補助  
1戸あたり

補助金の例

断熱改修	最大 151,000円
浴室改装	最大 98,000円
キッチン改修	最大 95,000円
トイレ改修	最大 22,000円
エアコン工事	最大 26,000円

合計最大  
**285万円**  
補助

窓の断熱工事 最大200万円

エコキュート等	最大180,000円
ハイブリッド給湯器	最大200,000円
エネファーム等	最大250,000円

給湯器

リフォーム応援館は『補助金登録事業所』です!  
lineでお気軽にお問い合わせください。

ホーム イチ・ニ・サン  
**0120-406-123**

株式会社 大成ホームテック  
 広陵町本店 〒635-0834 奈良県北葛城郡広陵町大塚894-1  
 オークワ田原本インター店 〒636-0304 奈良県磯城郡田原本町大字十六面71-1  
 営業時間▶9:00~18:00 オークワ田原本インター店▶10:00~17:00 定休日▶木曜日/お電話 年中無休



地域密着! 30年信頼のお店!

リフォーム・リノベーション・エクステリア

**リフォーム応援館** 検索