

地域最大級 住まいに関する情報満載

新春 おうちの情報館 OPEN!!

令和2年初のマイホーム相談会開催!!

1/12・13・18・19

10:00～17:00

不動産情報 施工写真満載 大手メーカー住宅設備展示

イベント盛り山!!

ガラガラ 大抽選会

お菓子 つかみ取り

オムツ無料 特別プレゼント! 洗濯30名

ご来場 予約特典

事前予約でQUOカード 1,000円分 プレゼント!

株式会社 真心 タカシンホーム

三原本社 三原市新倉 2-12-1 0848-60-2077

事業所展開 福山営業所 東広島営業所 リフォーム事業部

大掃除で片づけられなかった不用品など、お困りではありませんか?

片付け堂

見積り無料です! お問い合わせのお電話お待ちしております!

まこころ価格・まこころスタッフ

Tポイント 貯まります!

受付時間/8:30～17:30 ささっと ゴーゴー

不要品回収 ハウスクリーニング 解体 外構・エクステリア 遺品整理 買取

家に関する”困った”を解決するために豊富な サービスメニューをそろえた全国統一サービス です。お気軽にお問合せください。

片付け堂 三原 検索

富士写真館 創業90年祭 1/5 まで

先着 10名さま:表示価格から **5万円 割引**

振袖レンタルセット 10万円～25万 8千円 対象外商品もございます

●振袖レンタル 展示200着 ●成人式 着付け10時～ ●無料スタジオ 試着写真 ●10ページ豪華 振袖写真集付

三原市本町 1-7-34 9:00～18:00

0120-307-753

映画「最高の人生の見つけ方」 3名様プレゼント

吉永小百合 × 天海祐希 人生を家庭に捧げてきた主婦と、人生を仕事に捧げてきた女社長が「最高の人生の見つけ方」を探す旅に出た!

2020年1月13日(祝・月) ①10:30～12:25 ②13:30～15:25

三原リージョンプラザ文化ホール 0848-64-7555 (三原リージョンプラザ)

料金:一般 ¥1,800 大学生・専門学校生 ¥1,500 シニア ¥1,200 3歳～高校生 ¥1,000

障がい者手帳をお持ちの方 ¥1,000

三原日和 特典 or 三原日和持参で

一般 ¥1,800 → ¥1,500 大学生・専門学校生 ¥1,500 → ¥1,300 3歳～高校生 ¥1,000 → ¥800

©2019「最高の人生の見つけ方」製作委員会

SETOUCHI JAZZ CASTLE '20

2020年2月23日(日) 10:00開場/10:30開演

三原市芸術文化センター ポボロ 080-3314-1108 (永田) 0848-81-0886 (ポボロ)

入場料 全席指定(税込) 前売:3,000円/当日:3,500円/中学生:1,000円(前売・当日) 小学生以下無料

主催:セトウジャズキャッスル実行委員会、三原市芸術文化センター ポボロ 後援:三原市、三原市教育委員会、三原市観光協会、三原テレビ放送、FMみはら 協力:各企業、個人様 協力:広島大学ジャズ研究会

読者プレゼント A 映画「最高の人生の見つけ方」 3名 B SETOUCHI JAZZ CASTLE '20 1組

応募方法: Eメール、ハガキ、封書にて 締切:2020年1月6日(月) 「①希望プレゼント名②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥今月の三原日和のご意見・ご感想」を記入のうえ、下記メールアドレス及び住所にお送り下さい。件名に「読者プレゼント」と入力してください。

Eメールアドレス: biyori@miharabiyori.net 住所: 723-0051 三原市宮浦6-30-31 三原日和 宛

※住所等の個人情報は、プレゼントを送達する目的に限り利用します。当選者の発表は商品の発送をもってかまさせていただきます。

三原日和は三原市内で30,000部発行。新聞折り込みの地域では毎月第4週末に折り込みにて、その他の地域は月末頃までに店舗設置やポスティングにて配布されています。広告掲載のお申込は、0848-62-6677まで。

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。ベルフィーユは3日(金)より営業しております。

成人式振袖レンタルご予約会

2021年成人式(H12年4/2～H13年4/1生まれ)のお嬢様へ

振袖 (15点フルセット付き) **¥30,000～** (税別)

着付け+ヘアメイク+写真が付いた全てもかかせプランや写真撮影のみのプランなど多彩にご用意しております。

豪華なご成約特典付 前撮りのお着物と着付けの無料サービスなど多数!!

貸衣装専門店ならではの質上で素敵な新作続々入荷中! 人気色やトレンド柄はお早めのご予約がおすすめです。

取り扱い商品 ウエディングドレス、カクテルドレス、二次会用ドレス、白打掛、色打掛、引き振袖、タキシード、紋付、モーニング、留袖、訪問着、中振袖、子供衣装、初着、祝着、卒業式袴、礼服、ゲストドレス、ブラックフォーマル、喪服など

貸衣装 ベルフィーユ 三原市宮浦6-20-22 0848-60-1515 10:00～18:00 水曜日 http://bell-fille.com

新年早々からオシャレでかけ心地の良いメガネを皆様によるこんでいただける価格でズバリ!提供させていただきます!

良いメガネで来年も見通しよく!

メガネサロンくまの 三原市城町2-3-6 0848-62-7773 10:00～19:00 水曜日

新車・中古車、バイクや車検、借換にも!あなたのカーライフをサポート!

カーライフプラン

カーライフプラン・エコ

カーライフプラン 年2.6% 年3.6%

カーライフプラン リビートプラン 年2.4% 年3.4%

カーライフプラン・エコ 年2.4% 年2.9%

カーライフプラン・エコ リビートプラン 年2.3% 年2.8%

ご融資限度額 1,000万円以内 (満20歳以上30歳未満の就職内定者は200万円以内)

ご融資期間 3ヵ月以上10年以内 (元金返済繰上期間は6ヵ月以内) ※就職内定者の場合、元金返済繰上期間は6ヵ月以内または就職月の翌々月まで

その他 当金庫ホームページから仮審査申込が可能です

詳しくは、お近くのしまなみ信用金庫窓口または渉外担当者へお問い合わせ下さい

しまなみ信用金庫

明けましておめでとうございます

さて、今年はどんな年になるかな～

2020 1月号 vol.95 TAKE FREE

頑張っている人たちをちょっとご紹介!

2019年台風19号災害復興チャリティライブ

2020年1月12日 日曜日

三原リージョンプラザ文化ホール 0848-64-7555 開演 11:30 前売り ¥1,500 当日 ¥2,000

チケット販売は三原リージョンプラザ・アンリミテッドで 主催: FUDEKAGE-Music Festa 実行委員会 共催: 三原リージョンプラザ指定管理者株式会社クラフトコーポレーション

日和の肌通信

美肌・美白とか言われて肌の調子が気になるこのごろ、皮膚科医であるひとみスキンクリニック院長壺井ひとみ先生にお肌のあれこれを聞きに伺いました!

先生、お肌の悩みに相談が多いのは?

肌の乾燥、しみ、しわ、たるみ、くすみ、クマ、化粧ノリが悪い、ニキビ等の悩みに、10～30代ではニキビ、40代以降だと、やはりしみ、くすみ、たるみ等の相談をされる女性の方が多いですね。

トラブルがおきる原因は?

一概には言えませんが、加齢、紫外線、食生活等が主な要因ではないかと私は思います。そして肌の老化は加齢よりも紫外線による光老化が影響を与えると。加齢性肌トラブルは圧倒的に光老化によるものです。光の影響の少ないお肌の肌が本来のあなたの肌なんです。

ここまでの話では日光にあたるのは良くないと思われがちですが、日光に全くあたらないと今度はビタミンDが不足します。そうするとカルシウムの吸収が悪くなり、健康的な骨を維持出来ない。適度な日光浴と運動を取り入れて丈夫な骨と健康的な肌を作りましょう。サプリメントもうまく活用することをお勧めします。

また女性ホルモンの変化も肌や髪に影響すると言われています。コラーゲンやエラスチン等、肌弾力を保つ成分に女性ホルモンが大きく関わり、減少することで肌はハリを失い、特に顔は筋力が弱いため、大きく影響すること。フェイスライン、目元、ほう

美肌を保つヒントを教えてください

①美しい肌をつくる栄養素をとりましょう 美肌にかかせないビタミンとして、ビタミンAやC、Eがあります。緑黄野菜がおススメ。皮脂をコントロールするためにはビタミンB2やB6、果物が有効です。

②おススメの洗顔方法 洗顔料でごしごし洗いはNG。朝晩泡洗いを推奨します。洗顔後はたっぷりと保湿ケアしましょう。

③お風呂でリラックス 湯船につかることと血行がよくなり、肌代謝が良くなります。リラックスすることも大切です。

④しっかり睡眠をとる 入眠後1～2時間に成長ホルモンが分泌されます。これは美肌ホルモンとも言われていますので、ぐっすり眠りましょう。

⑤大豆食品を積極的に摂る 大豆イソフラボンに含まれる「ダイゼイン」は、腸内細菌の働きによって、女性ホルモンに似た働きをする「エクオール」をつくるので、日々の食事に大豆食品を。

男性も女性も意識したい健康管理、肌管理

【URL】https://equal.jp/ 協力: 大塚製薬

エクオールライフ 検索

エクオールは今、注目されています! ーエクオールは女性ホルモンに似た働きがあり、女性の元気で若々しさを保つのに役立つ成分といわれています。ダイゼインからエクオールを生み出すうえで欠かせない特定の腸内細菌を持っているのは、日本人女性の約半分といわれています。エクオールを作る人でも、腸内環境の変化によってつくられなくなることも。エクオールを作れない人、大豆食品を食べる習慣がない方には大豆を乳酸菌で発酵させたエクオール含有サプリメントもおススメ!

ひとみスキンクリニック 三原市港町 1-3-15 0848-62-7682 10:00～13:00 15:00～19:00 土曜日～18:30 日、祝、水曜日

壺井ひとみ院長

新年明けまして おめでとうございます

年間1,000件をこえるリフォーム実績の広島県地域密着の住宅会社 『こんにちは、山根木材リモデリング株式会社です!』

新春フェアは1月4日～1月31日まで開催いたします!

新年明けましておめでとうございます。さっそくですが新春フェアがおこなわれると伺いました。

はい、旧年中は三原日和に掲載させていただき、東広島市広島テレビハウジングフェア内展示場にも三原市内からお越しいただくようになりました。今年は更にリフォームユーザーの方々に、より良い情報をご提供出来ればと思っております。今年も1月4日からはじまる新春フェアは、ご満足いただける内容が盛りだくさんです!

①キッチン、システムバス、洗面台、トイレ等の水回り 商材新春大特価! 定価の60%OFFでご提供!

リフォームで最も重要で あこがれの多い設備機器がなんと60%OFF! (弊社標準仕様) どんな空間になるのか楽しみです!

②「住診」総合診断 あんしんコースを無料プレゼント!

建物のフロアである診断士が、住宅の劣化状況や欠陥の有無を調査し、改修すべき箇所、改修時期を診断します。改修しなければいけない箇所が分かると、過剰な工事を選べることができ、リフォームにかかる費用を抑えられます。

③見積り依頼特典 QUOカード3000円分プレゼント!

全国約57,000のお店でいつでも、好きな商品にご利用可能。使い方も簡単なQUOカード3,000円分をリフォームの見積り依頼をいただいたお客様にプレゼントいたします。

展示場には是非もおこしください

山根木材リモデリング株式会社 初瀬 慎之介

山根木材リモデリング株式会社 東広島市西条中央3-23-28 広島テレビハウジングフェア内 0120-254-767 火・水曜日