

1480万円住まい丸ごとリノベ
満足度は新築以上
コストは新築以下

沼津・三島のリノベーション
つなぐリノベ
品質はショールームで体験
沼津市柳沢326-2
055-921-8877 中西工務店

中古マンション 買取
秘密厳守 即日査定

重点エリア 三島・清水町・沼津地
株式会社 トラスト 0120-304-434
三島市中央町3-13 トラストビル1F

制作実績やスタッフの
日常の出来事など **更新中!**

@lifeneews.nmz

塗装・防水工事一式承ります!

一般住宅から
工場まで
お気軽に
ご相談下さい。

(有)岡田塗装
長泉町中土狩 260-11 ☎(055)986-2824(代)
http://www.okada-tosou.com/
静岡県知事許可(般54)第17801

売土地情報

伊豆市 牧之郷
■土地面積 / 217.46㎡ (65.78坪)
■校区 価格 **700万円**
修善寺南小・伊豆中
★駐車スペース3台分・建築条件なし
●地目/宅地 ●都市計画/非編引区域 ●用途地域/無指定 ●建ぺい率/60% ●容積率/200%
●現況/更地 ●引渡/相談 ●更地 ●接道状況/南5.0m公道、接面0.2m ●取引態様/媒介

沼津市 松沢町
■土地面積 / 134.70㎡ (40.74坪)
■校区 価格 **1,100万円**
金岡小・金岡中
★現況渡し・建築条件なし
●地目/宅地 ●都市計画/市街化区域 ●用途地域/第1種住居専用地域 ●建ぺい率/60%
●容積率/200% ●現況/更地 ●引渡/相談 ●接道状況/角地:2方向(西・南) ●取引態様/専任媒介

小さな工事からリフォーム・塗装工事・新築・売買・
空き家対策・相続・ローンまで何でも相談OK!

静岡県知事免許(2)第14112号 取得済の専任媒介/令和7年5月末日
地元で愛される36年 地域密着型の建設会社です

善行建設株式会社
三島市 中央町1-11 ☎055-972-3015

カッツマ家具 カッツマ家具 カッツマ家具 カッツマ家具 カッツマ家具 カッツマ家具 カッツマ家具 カッツマ家具

53周年記念 **マットレス買替セール** 5/17(土)~25(日)

フランスベッドは 東証上場
日本のメーカー
国内販売台数 No.1!!

当店スタッフが、迅速・丁寧な交換
引取・設置 を致します!

電話注文も承ります
配送(自社便) 設置 無料
引取り無料 同等品に限る
マットレスの寝心地に満足していますか?
マットレスにイヤな臭いがしませんか?
マットレスのヘタリは感じませんか?
ダニ・カビが発生して不衛生な状態になっていませんか?

新しく購入したマットレス 納品
今まで使っていたマットレス 引取
マットレスのお届け時に **無料** でお引き取りします。 他社商品でも可能

創業53周年 営業時間 9:30~18:30 不定休 P20台
カッツマ家具(株) TEL(055) 972-5545(代)
清水町堂庭301-13 http://www.katsumatakagu.com

いつもお世話になっているお客様、これからお世話になるお客様
こんにちは 三島の山本ミシン商会です

Early Summer Sewing SALE
店頭大特価 売出期間 5/17(土)~25(日) 10:00~17:00 日曜は15:00まで

手芸が楽しくなるミシンをお勧めします **brother COMPAL series**
brotherだけの最先端自動糸通し、スクエア送りで厚物もらくらく

brother コンパル1100
brother コンパル800
brother コンパル1500S ※便利なヒポット機能付

かわいい、オシャレ、ステキな刺しゅうがカンタンに楽しめるミシン

brother PICNO KW JANOME Daily1000 brother NE1000MW brother NX2800DW
Kippisの刺繍が25種類 アートスピラ対応 豊富なワンポイント模様 異なる文字も縫えます ムーミンとなかまたち アートスピラ対応 ディズニーキャラ100種 アートスピラ対応

お勧めの職業用ミシン・ロックミシン・カバーステッチミシン

JUKI SL300EX JUKI SL700EX baby lock BLS-5 Sakura baby lock BLC-7J Kanade

創業昭和23年 山本ミシン商会 SINCE 1948
本店 / 三島市広小路町2-19 ☎055-971-3008
https://www.facebook.com/sewingood http://www.mishinya.com/ お店の裏に駐車場の用意がございます

7月スタート! 運動教室・カルチャー教室各種 受講者募集

大腰筋プログラム教室 全11回 体験会開催中(1回1,000円) ※体験ご希望の方はお問い合わせください。

東京大学名誉教授が開発したトレーニングマシンを使用し、筋肉増加を目的としたトレーニングとは異なり、身体的な動作を効率よく行うための動作の改善・向上を目的としたプログラムです。安全性の高いトレーニングになるため、中学生~高齢者までご参加出来ます。まずは、運動習慣の定着に!

●対象:一般(中学生以上)
※医師による運動制限のない方
※身長145cm以上体重100kg以下の方
※体重180kg以下の方
・ビギナー(初心者の方・経験者でも申込可)
※12の教室のみ小学生参加可能
・アドバンス(認知動作型トレーニング経験者)
●料金:8,000円

| 時間 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|----------------------|---------------------|---------------------|----------------------|------------------------------|---------------------|
| 9:00 | 01 ビギナー 9:10~10:30 | 15 アドバンス 9:10~10:30 | 06 ビギナー 9:10~10:30 | 16 アドバンス 9:10~10:30 | 11 ビギナー 9:10~10:30 | 19 アドバンス 9:10~10:30 |
| 10:00 | | | | | | |
| 11:00 | 14 アドバンス 10:40~12:00 | 04 ビギナー 10:40~12:00 | 07 ビギナー 10:40~12:00 | 10 ビギナー 10:40~12:00 | 18 ビギナー 10:40~12:00 | 13 ビギナー 10:40~12:00 |
| 12:00 | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | |
| 14:00 | 02 ビギナー 13:30~14:50 | | 08 ビギナー 13:30~14:50 | 17 アドバンス 13:30~14:50 | 12 ビギナー(小学生参加OK) 13:30~14:50 | |
| 15:00 | | | | | | |
| 16:00 | 03 ビギナー 15:00~16:20 | | | | | |
| 17:00 | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | |
| 20:00 | | 05 ビギナー 19:15~20:35 | 09 ビギナー 19:15~20:35 | | | |
| 21:00 | | | | | | |

(定員)
●ビギナー/各15名
●アドバンス/各18名

スポーツ・カルチャー教室 ★の教室は体験可能(1回1,000円)【予約制】

| 大人スポーツ教室 | | | | | | |
|----------------|---------------|-----|----|-------------|----|--------------|
| 教室名 | 対象 | 数No | 曜日 | 時間 | 定員 | 料金 |
| 軽スポ① | 一般成人 | 30 | 火 | 9:30~10:30 | 15 | 6,000円(全10回) |
| ★軽スポ② | 一般成人 | 38 | 木 | 14:30~15:30 | 15 | 6,000円(全10回) |
| ★心と身体を整えるフラ | フラ初心者 一般成人 | 31 | 火 | 10:45~11:45 | 10 | 8,000円(全10回) |
| 大人HIPHOP | 中学生~一般成人 | 32 | 火 | 20:00~21:00 | 30 | 8,000円(全10回) |
| はじめてバドミントン | 一般成人(初心者) | 33 | 水 | 9:15~10:45 | 20 | 8,500円(全10回) |
| スキルアップバドミントン | 一般成人(中級) | 34 | 水 | 10:50~12:20 | 20 | 9,000円(全10回) |
| 子育てママのメンテナンスヨガ | 一般女性 | 35 | 水 | 10:30~12:00 | 10 | 1回800円(全10回) |
| ★リノベリノベーション | 一般成人 | 36 | 水 | 15:15~16:15 | 30 | 8,000円(全10回) |
| ★すこやかストレッチ | 一般成人 | 37 | 木 | 11:00~12:00 | 15 | 8,000円(全10回) |
| ★卓球レベルアップ① | 一般成人 | 39 | 金 | 9:15~10:30 | 10 | 9,000円(全10回) |
| ★卓球レベルアップ② | 一般成人 | 40 | 金 | 10:45~12:00 | 10 | 9,000円(全10回) |
| 健康体操元気フラ | 一般成人(経験者) | 41 | 金 | 13:00~14:00 | 15 | 8,000円(全10回) |
| 脂肪燃焼プログラム | 一般成人 | 42 | 土 | 13:30~14:45 | 20 | 7,500円(全6回) |

| 子供スポーツ教室 | | | | | | |
|-------------|-----------|-----|----|-------------|-----|--------------------------------|
| 教室名 | 対象 | 数No | 曜日 | 時間 | 定員 | 料金 |
| ★親子体操 | 1歳半~3歳 | 50 | 火 | 10:45~11:45 | 12組 | 7,500円(全10回) |
| ジュニアHIPHOP① | 年少~小学3年生 | 51 | 火 | 17:30~18:30 | 25 | 7,500円(全10回) |
| ジュニアHIPHOP② | 小学3年生~6年生 | 52 | 火 | 18:45~19:45 | 25 | 7,500円(全10回) |
| キッズチア | 年少~未就学児 | 53 | 木 | 16:00~17:00 | 15 | 7,500円(全10回) ※ボロボロ代別途1,800円 |
| ジュニアチア① | 小学1年生~4年生 | 54 | 木 | 17:30~18:30 | 15 | 7,500円(全10回) ※ボロボロ代別途1,800円 |
| ジュニアチア② | 小学5年生~高校生 | 55 | 木 | 18:45~19:45 | 15 | 7,500円(全10回) ※ボロボロ代別途1,800円 |
| ★キッズ体操 | 年少~未就学児 | 56 | 金 | 15:30~16:30 | 15 | 8,000円(全10回) |
| ★ジュニア体操 | 年長~小学6年生 | 57 | 金 | 16:45~17:45 | 15 | 8,000円(全10回) |

| 大人カルチャー教室 | | | | | | |
|------------|------|-----|----|-------------|----|-------------------------------|
| 教室名 | 対象 | 数No | 曜日 | 時間 | 定員 | 料金 |
| 気ままに楽しむ絵と書 | 一般成人 | 60 | 火 | 13:00~14:00 | 10 | 6,500円(全5回) ※用具セット別途2,300円 |
| あこがれ美文字書道 | 一般成人 | 61 | 金 | 10:00~11:00 | 10 | 6,500円(全5回) |

※途中参加有、受付にご連絡ください。
※定員に達している場合は、ご参加できないこともございます。

定期教室の申込み方法

往復はがき記入例

申込締切日
大腰筋プログラム 6/7(土)
スポーツ・カルチャー 6/14(土)

※当選結果は返信させていただきます。締切後、1週間経っても返信が届かない場合はご連絡ください。

夏季限定 教室
★電話または窓口にてお申し込み下さい。

すこやかキッズ
日程/7/29・8/5・8/12(火曜日) 全3回
時間/13:00~13:45 対象/満3歳~年中
参加費/(単発)1,000円 (3回まとめて)2,400円

鉄棒やマット、ボール運動、かけっこなど多種多様な運動遊びを取り入れ、楽しみながら運動しよう。

キッズフラ&親子でフラ
日程/7/29・8/5・8/19(火曜日) 全3回 時間/15:00~16:00
対象/小中高生または親子でのご参加(※親御様のみのご参加はできません)
参加費/(単発)1,000円(3回まとめて)2,400円 (親子単発)1,500円(3回まとめて)4,500円

ステップから目にしたことのある曲をレッスン。子供または親子で夏の思い出づくりに。

静岡県健康福祉交流プラザ

三島市谷田2276 開館時間/9:00~21:00 休館日/毎週月曜日・年末年始

お問い合わせ ☎055-973-7000

詳細はホームページへ 静岡県健康福祉交流プラザ 検索 ホームページ

指定管理者/シニアスポーツ 静岡県民生活グループ

https://shizuoka-koryu-plaza.com

