

# マルータ

まるがめ  
うたづ

2025

2

vol.112

総発行部数

69,000部

丸亀市・宇多津町

無料各戸配布

57,200部

その他エリア11,800部

ご機嫌  
だよ!



## 巻頭特集

# マルータ読者に聞いた みんなの リラックス法

きっと今日から役にたつ

楽しい・美味しい・気持ちいいで  
寒い季節を乗り切ろう!

あつあつグルメ・冬グルメ

二十歳のつどい・成人式スナップ

スクール・ライフ・イベントガイド

お仕事情報まちJOBなど

今月も情報満載です!

## ローズ ▷ 丸亀市南条町

丸亀駅徒歩4分で住みやすい環境です！  
宅配BOX・オートロック完備で女性の一人暮らしも安心♪

単身向け  
オール電化



◆白を基調とした  
清潔感のあるお部屋！

◆オール電化なので  
光熱費がお得に♪



◇間取り/1DK  
※お部屋によって間取り図が変わりますので、詳細はお問い合わせください。  
◇賃料/60,000円～63,000円 ◇駐車料/8,000円(税別)  
◇共益費/5,000円 ◇敷金礼金/2ヶ月・1ヶ月

## 京都東山 ▷ 綾歌郡宇多津町

スーパー・コンビニ近く住みやすい環境です！  
国道11号線へのアクセス良好です！

ファミリー向け  
ペット可



◆全部屋照明器具、  
エアコン1台付！

◆各部屋収納、  
倉庫もあるので  
抜群の収納力！



◇間取り/3DK (ノーマル・白・茶改装)  
◇賃料/35,000円～43,000円 ◇共益費/3,000円  
◇駐車料/2,000円(税別) ◇敷金礼金/0円

## 京都みやび ▷ 丸亀市南条町

憧れのデザイナーズマンション♪  
オートロック、宅配BOX完備と設備面も充実しております◎

単身向け  
デザイナーズ



◇間取り/1R、1R+S ※間取り図詳細はお問い合わせください。  
◇賃料/30,000円、52,000円 ◇駐車料/5,000円(税別)  
◇共益費/5,000円 ◇敷金礼金/1ヶ月・1ヶ月

## ヴェルシャトー京都 ▷ 丸亀市城東町

宅配BOX完備！閑静な住宅街でゆったりと過ごせます。  
ペランダからは丸亀城も望めます。

ファミリー向け



◇間取り/2LDK  
◇賃料/55,000円 ◇駐車料/4,000円(税別)  
◇共益費/5,000円 ◇敷金礼金/2ヶ月・1ヶ月

## タウンハイツ京都 ▷ 丸亀市城西町

人気の城西小学校区！嬉しい宅配BOX完備◎  
スーパー近く、充実した周辺環境で便利♪

ファミリー向け

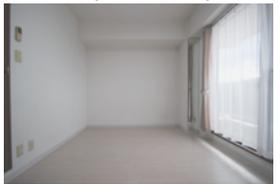


◇間取り/3DK  
◇賃料/40,000円 ◇駐車料/5,000円(税別)  
◇共益費/5,000円 ◇敷金礼金/0円

## 西平山コーポ ▷ 丸亀市西平山町

丸亀駅徒歩10分圏内の便利な立地♪全室角部屋！  
オール電化なので経済的にも安心です◎

単身向け  
オール電化



◇間取り/1K  
◇賃料/31,000円 ◇駐車料/5,000円(税別)  
◇共益費/3,000円 ◇敷金礼金/0円



こちらから全ての物件の位置を Googlemap でご覧いただけます！

紙面以外の写真も掲載しておりますので是非ご覧ください。

読み取り後に青字で表示される“地図の凡例を表示”をタップで各物件を選択できます♪



### 02 巻頭特集

# マルータ読者に聞いた みんなのリラックス法

### 04 からだのケアとリラックスガイド

### 05 メディカルガイド

- 06 あつあつグルメ・冬グルメ
- 10 サロン・ビューティー・ヘルスケア
- 12 成人式スナップ
- 13 スクール
- 16 ライフ
- 18 ハウジング
- 21 イベントニュース
- 24 バースデーキッズ
- 26 リーダーズルーム
- 27 プレゼント
- 29 まちJOB

3月号 vol.113は  
2月25日発行予定

令和7年1月25日発行(月1回)  
ポスティングエリア 丸亀市、宇多津町  
57,200部丸亀・宇多津無料配布/11,800部その他エリア

[トレンドニュース]

## TREND NEWS

今月のトレンド情報ピックアップ!!

子ども服・ベビー服 販売・買取  
オープン セレクトリユース ぐるぐる



坂出市御供所町にリユースショップオープン  
ブランド物の子ども服がリーズナブルに!

☎ 090-5084-3854  
📍 坂出市御供所町1-6-9  
🕒 10:00~16:00  
📄 水、木  
📄 有

▲ Instagramへ ▲

オープン ゆずいろ 整骨院



飯山町下法軍寺に整骨院オープン  
日曜AMも営業! リーズナブルで◎

☎ 0877-43-7194  
📍 丸亀市飯山町下法軍寺 884-3  
🕒 8:30~12:30  
🕒 15:00~21:00  
📄 水、祝、土・日午後  
📄 有

▲ 地図はこちら ▲

オープン 久福ブルーイング本島  
丸亀販売所



福島町に本島の醸造所の販売所オープン  
島で醸す自然派ビール、土曜は角打ち可

☎ 0877-43-7194  
📍 丸亀市福島町82  
きさらぎハイツ101  
🕒 水・土曜 14:00~18:00  
📄 有

▲ Instagramへ ▲

オープン インドアゴルフ練習場  
ゴルフローブ



まんのう町東高篠に1/25オープン  
広い施設&リーズナブルで通やすい!

☎ 0877-85-9770  
📍 仲多度郡まんのう町 東高篠1721-2F  
🕒 10:00~22:00  
📄 木 有

▲ Instagramへ ▲

リニューアル おばんざいOide来



おばんざい笑家がリニューアル  
気分に合わせて特別メニューが味わえる

☎ 0877-43-7357  
📍 丸亀市土器町西5-257  
🕒 18:00~22:00  
~21:00テイクアウト有  
📄 日 有  
※月・火は3日前までの予約

▲ Instagramへ ▲

1周年 美を科学するエステサロン  
Marguerite. (マルグリット)



祝2周年! 理想のキレイが叶うエステ  
2月末まで極上アロマが何度でも10%OFF

☎ 0877-85-9233  
📍 善通寺市上吉田町182-4  
空と海の歯科クリニック2F  
🕒 9:00~18:30  
📄 日、祝  
📄 有

▲ ホームページへ ▲

2周年 痩身コンディショニングサロン  
salon Blue.HOLIDAY



2周年記念価格! オプションを除く  
全メニュー20%OFFの特別価格に!

☎ 080-1502-1976  
📍 丸亀市南条町5-1  
空と海の歯科クリニック  
🕒 10:00~20:00  
📄 月 有  
※駐車場は1台のため  
予約時間前後15分以内の利用

▲ 詳しくはこちら ▲

3周年 ユニラボ  
Uni-LABO -整体・ジム-



3周年! ユニラボに通っている人必見  
1ヶ月ジム使い放題1,000円で変化実感

☎ 080-3161-3726  
📍 仲多度郡多度津町北郷2-10-1  
イオンタウン多度津内  
🕒 10:00~20:00  
📄 日 有  
📄 有

▲ Instagramへ ▲

現金買取  
相談無料  
秘密厳守

**戸建て  
買い取り** いたします!

0120-637-832

戸建買取専門 (株)住まいる館  
10:00~18:00  
丸亀市金倉町1430-1 休:木、第2・4水  
香川県知事(2)第4301号

レンタルボックス 飯山 宇多津  
空きあります 9,900円

場所・サイズ・価格などは  
マルータアプリで  
くわしく紹介!

豊嶋建設(株) トシマまで  
090-9554-0320

TOYOSHIMA GROUP

**結婚相談** なかなか結婚しない  
我が子の幸せを、  
誰よりも願うご両親へ!

昔ながらの仲人が伝統的なお見合いをお世話しています。

♥ 仲人歴23年の信頼と実績  
♥ 情報量豊富 (県下最大級)  
♥ 親身にまとまる迄お世話

詳細はHP「良縁紹介センター」で検索!  
**良縁紹介センター丸亀紹介所**  
Tel.0877-21-2552 丸亀市川西町北2102-2  
春日ビル2F

■ 営業時間 / 9:00~19:00 (電話20:30まで) ■ 定休日 / 水曜日 ■ 完全予約制・来られる前にお電話を!

マルチタ読者に聞いた

# みんなの リラックス法



## 1 お風呂・温泉・サウナなど

・お風呂に入った時に耳をひっぱったりこすったりしています。血行が良くなり自律神経がととのいます。(ひまじいさん 60代)

**くす** お風呂で耳ひっぱり、早速いただきます!

・アロマ入浴剤入れた浴槽でゆっくり浸かってぼーっとすることです。(あかささん 30代)

・毎日忙しく中々自分時間が取れません。お風呂が唯一のリラックスタイム。半身浴しながらティーバーやら短編ドラマを見て、この時だけは誰にも邪魔されない最高の時間にしてます。毎回長風呂で手足がふやけますが笑(りこちんさん 50代)



**ゆう** 私もお風呂1時間くらい入ってます!普通でいろいろネットしてますが…。ネットショッピングとかマンガとか笑

・サウナに入り瞑想すると何にも考えず無になり嫌な事も忘れ疲れも取れリラックス出来る。(ともさん 50代)

・入浴タイム。浴室のドアを少し開けてお風呂に浸かっていると、愛猫がひょっこり遊びに来てくれるのが癒しです。もちろんヒートショック対策も忘れずに!(こげばんさん 40代)

・乾燥肌なので、冬は入浴剤のミノンを使っています。香りに癒されます。(あんずさん 50代)

**よし** わかります!私も!ミノンは安心できます。

・お風呂場の電気は付けずに、洗面所の電気のみを付け、少し暗い中、お風呂に肩まで浸かる。(空白さん 20代)

## 2 運動・体のメンテナンス



・青空の下のウォーキング。何も考えずに淡々と歩くと気分がいいです。(やえさん 70代)

・散歩。体をほぐすと体調も良い。(りっちゃん 40代)

**くす** 僕たちもこんな仕事してたら、気がつくぞぜんぜん体を動かしてなかったりします。だからここ何年か意識して歩くようにしてます。気晴らしはもちろんのことあちこちの関節が滑らかになる気がしてます。歩くのサイコー!

・休日早朝のランニング。(ゆうじさん 40代)

・水泳で、ゆっくり3,000m泳ぐ。スカッとします。(かえさん 50代)

**とも** そうそう!スカッとする感じ、わかります。3年前に脳出血になってからはウォーキングとか軽い運動してます。何でも「軽く」とか「ゆっくり」だからこそ身体がほぐれてリラックスできるんでしょうね。

・オルゴールの音色を聴きながらヨガ。(はるさん 30代)

・2週間毎のマッサージ。(きなこぶりんさん 50代)

・美容院でのヘッドスパ。(ゆつくん 60代)

・香りの好みのオーデミルクをつけてねる前にストレッチする。(リカさん 50代)



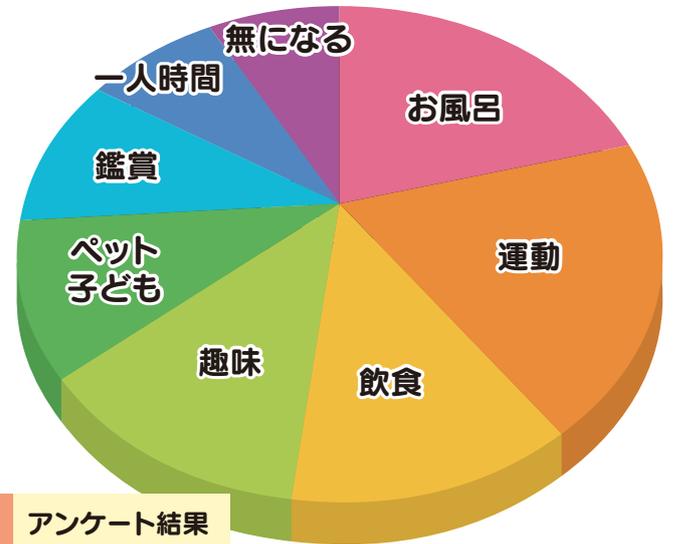
・足裏マッサージに行きます。ゴリゴリと足裏の老廃物を潰して流してもらえると本当に脚が軽くなってむくみが取れて靴が緩くなるんです。それが快感で週1は行きますね。許されるなら毎日行きたい!(笑)(巳年の女さん 40代)

・每晚テレビを見ながら、ゴルフボールで足裏をコロコロしています。ゴルフはしないけれどゴルフボールがゴルファーくらい家にあります。(ポポロンさん 30代)

・知り合いの方にもらった「あずき枕」、レンジでチンして寝る前に目の疲れに使っています!(asapyunさん 50代)

きっと今日から役にたつ

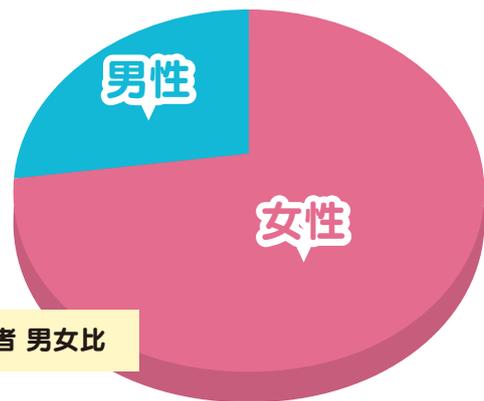
仕事、育児、家事…。ふだん気がつく、いつも何か追いかけられてたり急いでたり。だから今回は読者の皆さんの「リラックス法」を教えてもらって、みんなで共有してみましよう。「へーなるほど!」「そういえばそんなのあったよね」って今日から始められるものがたくさん集まりました。



アンケート結果

- お風呂系(温泉・サウナなど含む) 21%
- 運動・体のメンテナンス(散歩、ジョギング、ヨガ、ストレッチ、整体など) 19%
- 食べ物・飲み物(スイーツ、お気に入りのドリンクなど) 12%
- 趣味(ドライブ、音楽、マンガ、少数系趣味含む) 12%
- ペット・子ども(癒し系) 10%
- 鑑賞系(推し、ドラマ、youtubeなど) 10%
- 1人時間(1人酒など) 8%
- 無になる(寝る、景色を観る、間接照明など) 8%

回答者 男女比



女性 73% 男性 27%

## 6 鑑賞系

- ・TVerでドラマ見まくる!(不平等さん 40代)
- ・とにかく韓国ドラマを観まくる!!(ちーさん 50代)
- ・主人の休みの前日にお互い好きなおやつをたくさん買って、こたつでそれを食べながら録り溜めたTV番組を観る事。夫婦円満にもなります(笑)(せつおさん 60代)
- ・温かい飲み物を頂きながら、マッサージ系の座布団に座って『相棒』を観る。毎日の歴代『相棒』再放送も録画しているから、ほぼ毎日。(武蔵さん 40代)

**まるはは** それ最高です。私はいつの間にか寝てるので最後まで観られませんが、いいですね。

・私はSnow Manのだて様が大好きです。面白い動画をみてリラックスしています。(アッキーナさん 30代)

・Snow ManのDVD見てリラックスします。仕事の疲れも子育ての疲れも全部、男前たちに癒してもらいます。ちなみに私は深澤くんが好きです。(ツムツムさん 20代)

**よし** 私もSnow Manのふっか推しです。

**まも** 私はFANTASTICSのゆせ推しです。

**くす** 当職場イケメン成分が絶無ですので、当然の現象かと思えます。ちなみに「推し活」をするとフェニルエチルアミン、いわゆる恋愛ホルモンが分泌されるんだそうです。気分が高まり、活気が湧き、抗うつ効果や痩せ効果があるとの説も。推し活、侮れぬ。

**まも** 推し活の一環で、一昨年25kg痩せました。



## 7 1人時間

- ・1人の空間になると、何をしてもリラックスできます。(アメさん 30代)
- ・子どもを夫が寝かしつけている1時間が唯一の自由時間。お酒を飲んで推しのSNSを見たら一瞬で終わります…。(よしこさん 30代)
- ・音の無い空間で、新聞やチラシを読むことです。コーヒーとか飲みながら、お菓子食べたり、1人時間が、貴重なリラックス時間です。(りつさん 50代)
- ・家で1人で何もしないで、ゆっくりと酒を飲んでる時ですね。(ポチさん 50代)

**まるはは** 特に主婦のみなさん毎日本当にご苦労さまです。誰にも気を使わず静かに過ごすその至福の時間を大切にしてください。



## 8 無になる

- ・今の時期はストーブにあたりながらボーとする、何もしません。考えません。(モーりさん 40代)
- ・ルルドのマッサージクッションに揉まれながら、無になる。(ちいさん 40代)
- ・無になってただひたすら寝ます。(いーさん 50代)
- ・空を観る事。昼間なら雲の動きを観たり、孫と「あの雲〇〇みたいだねー」みたいな会話。夜も星空を観たり、月が有れば観ているとなんだか癒されます。(しんちゃんしんちゃん 50代)

**くす** 寝る、はいちばんお手軽な「無」ですね。さらに空や雲をただ眺めるのは忙しい現代人には結構高度な「無」かも。「1/fゆらぎ」という言葉、よく聞きましたね。焚き火や木漏れ日、波の音などに触れると脳にアルファ波が出てリラックス状態になるとか。スマホを置いて、デジタルデトックスしながら雲や水面を眺めるのは手軽で優雅な癒しかもですね。



## 3 食べ物・飲み物

- ・たっぷりのレギュラーコーヒーとカルダモンを茶こしに入れて、カップ1杯分の水をはった小鍋に茶こしごと入れ、珈琲を沸かし、煮出したコーヒーをトルココーヒー気分であじわうこと。茶こしから漏れた粉を味わうのも楽しめる。(しようこさん 60代)

**とも** これやってみたい!前に読んだ小説でコーヒーにカルダモンとシナモンを…っていうレシピが出てきて、カルダモンってどんな香り?って気になってました。

・ラクシュミーの極上はちみつ紅茶とチョコレートで一息ついてます。(MOZYOさん 30代)

・ひたすら、好きなお菓子を山積みにして、テレビみながら食べる(笑)(ぴいこさん 30代)

・硬めの煎餅を勢いよくぼろぼろ食べることに!(ずずさん 20代)

**とも** 先月号の「のぶあき先生にきく はのおはなし」(1月号24p)をお読みください!!笑



## 4 趣味

- ・車で懐メロかけて歌うことです。対向車に見られないようにマスクして歌ってます。大声出すとスッキリしてリラックスにもなります。(もこもこさん 60代)
- ・おばさんライダー。バイクでソロツーすること。(はんこさん 40代)

**くす** バイク楽しいですね。僕も基本ソロツーです。こないだは平日に会社サボってソロツーで高知市民のソウルフード「食いしん坊如月のチキンナンパン弁当」を泊まりがけて食べてきました。めっちゃ美味しかった!



ビジネスホテル龍馬にて笑

・スマホでマンガを読む。(めぐみさん 40代)

**とも** 私も。忙しいくらい読んでます笑。

**ゆう** 私もです。お風呂は1時間入ってるし猫も吸うけど、マンガも外せない!

- ・いろいろな作家のエッセイを読む。(彦さんさん 60代)
- ・どんなに疲れていても洗車すると元気になります(黒ちゃん 40代)
- ・旅行行ったりサッカー観戦(ざつきさん 30代)
- ・土いじり、草むしりなどの庭仕事でリラックス。日々の生活の中で一番リラックスできる時間です。(ヒロミさん 60代)
- ・休日に、丁寧に夕食を作ることに。(すけまさん 60代)



## 5 ペット・子ども

- ・こたつに入って、猫ちゃんを吸いながら寝落ち。(おびいさん 30代)
- ゆう** 私の場合はリラックスというか、叫びたくなったら吸います!猫を吸うと激情が沈みます笑。
- くす** 柴犬も吸います。
- ・2ヶ月の子どもの寝顔を見ている時。自分もこうやって育ててもらったんだろうなあと思います。(はやてさん 30代)

**くす** ペットとの触れ合いで、癒しホルモンとも呼ばれるオキシトシンやセロトニンが分泌され、ストレスや疲労を軽減すると言われています。ただ、飼い主がペットに一方的に癒しを求めるだけでなく、ペット自身も安心して心地よく飼い主と一緒に過ごせることも大切だと言われ始めています。



【入浴料】大人1,500円→1,200円



WEB▲

月刊マルータ

※他券併用不可 ※1枚で2人まで利用可(1回限り)

天然石の遠赤外線波動効果で、体の中からぽかぽか



男女に分かれた岩盤浴があります



テントサウナのアロマロウリュウもOK!



お風呂とセット! 無料のジムや天然石の湯、岩盤浴、テントサウナ

大浴場の湯船に讃岐特産のサヌカイトを使用。遠赤外線波動効果で体の芯から温まります。ミラブルなど9種類のシャワーヘッドも楽しめます。ほかにリラクゼーションサロンやキッズスペース、卓球&ダーツコーナーも完備。

癒しの里 さらい

☎0877-59-2626

📍 坂出市西大浜北1丁目1-22  
🕒 10:00~翌1:00 (最終入館0:00)  
📌 臨時休館日あり 📌 有



【入浴料】

◆大人.....1,500円

◆小学生・幼児.....800円

【毎月26日は風呂の日】

◆大人.....800円

◆小学生・幼児.....500円

※いずれも3歳以下無料

※館内着・タオル込み

★天然石の湯、あかすりコーナー、

岩盤浴の利用でテントサウナも利用可能

★トレーニングジムSAKURAの利用は

中学生以上

天然石の湯 ゆの華

露天風呂浴槽は、細胞活性化や免疫ケアに役立つとされる天然石。隣接した信楽焼の壺風呂やモイスター効果を期待できるミストサウナなど、季節の風がそよ吹く中でつづげます。

【マルータ限定特典】

・入浴料大人1,500円→1,200円

無料体験&見学受付中



WEB▲

月刊マルータ

トレーニングの後、施術・ストレッチ



医療とフィットネスが1つに! 医学的根拠に基づいたサポートを

ピリーブは単なる「運動の場の提供」ではありません。オーナーは医師、スタッフも全員有資格者の専門家です。苦手だけど運動必須、または一人では難しいという人でも専門的にサポートしてくれます。医師による健康相談もできます。

無料体験&見学

施設の見学・説明、体組成測定、問診と体組成測定フィードバック、パーソナルコンディショニング体験(約30分)

◆セルフ会員.....6,900円~/月

マシン・グループレッスン・個別プログラム作成、体組成計&姿勢写真/3ヶ月

◆パーソナル会員.....17,800円~/月

パーソナルトレーニングor施術・ストレッチ他

メディカルフィットネス

Believe (ピリーブ)

☎0877-35-8648

📍 丸亀市田村町1780-1  
🕒 9:00~20:00  
📌 日、月  
📌 有



からだのケアとリラックスガイド

カラダ寿命を延ばす、いつまでも笑顔を全力サポート

しのまるせんせいのピンポイント・ケア

Vol.05 継続こそ力なり

教えてくださるのはユニラボ整体ジム 篠丸達也先生  
確かな技術と丁寧なカウンセリングで体の悩みに寄り添う。猫背の本も出版しています。

編集室ゆう 2025年こそ、どこも痛くない体になりたい! 1日1,000歩以下生活いい加減やめたい。でもやる気が...

しのまる先生 運動が続かないのって目的や理由がないからなんです。漠然と「運動は良いもの」だと分かっているけど、例えばストレッチだと具体的にどんな良いことがあるか分かりますか?

編集室ゆう 柔らかくなってケガしない! あとは...うーん。

編集室とも あっ! 私、昔ストレッチしよった時なんでか階段が上りやすくなった! 筋トレとかしてないのに。

しのまる先生 そうなんです! ハードな運動をしなくても体は変わります。錆びた自転車って動き悪いですよね? がむしろに漕いでも進まないどころか壊れてしまう。体も同じで急に頑張っても逆効果になることもあるんです。だからゆっくり、正しい動かし方をするだけで十分トレーニングになります。1回きちんと身についたものってなくなるので継続することが大切です!

編集室ゆう 頑張らずに、ゆるく運動習慣つけたいけど、いかんせん寒くて...

しのまる先生 ふっふっふっ(ー)ユニラボなら運動もできます! 同時に姿勢チェックから整体まで一度にできて体のプロにアドバイスももらえるので超効率的です。来てくれた方の「根本改善」を目指しているので整体での「土台となる身体づくり」と運動での「健康な習慣づくり」はどちらも必須なんです。だから2月はいつもお世話になっている皆様に恩返し! 診察券提示でジムエリア1ヶ月1,000円で使い放題やっちゃいます。

編集室ゆう えええ! 1,000円?! これは行くっきゃないですね! お久しぶりの方もぜひ。

3周年キャンペーン 運動メニュー1ヶ月1,000円 使い放題 EMS 動的ストレッチマシン2種 エアロバイク 使い放題 1ヶ月で身体の変化を実感 Uni-LABO-整体・ジム 080-3161-3726



右のQRからインスタが見れます 身体に嬉しい情報を発信中! 簡単ストレッチ動画もあります!



SNS

【要診察券提示】

運動メニュー(ジムエリア)1ヶ月使い放題1,000円

※開始日は2月末まで ※開始日から1ヶ月間



HP



医師2人体制でスタッフと共に近隣医療機関との連携により地域医療に取り組んでおります。慢性的な咳・痰・息切れは専門医にご相談ください。  
和田内科医院・和田学政

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30~12:00	●	●	●	●	●	●	○
13:30~17:30	●	●	○	●	●	●	○

【呼吸器専門医・和田学政】呼吸機能（COPDなどの肺疾患の評価）、呼気NO（咳喘息、気管支喘息の診断）、心エコー（心不全、弁膜症の評価）【肝臓、消化器内視鏡専門医・和田俊裕】腹部エコー、胃カメラ

☎0877-86-6161

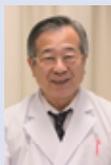
☒丸亀市綾歌町栗原東506-1 ※呼吸器内科の診察は要予約  
☒9:00~12:30・14:00~18:00 ※火午後~17:00  
☒日、祝、木・土午後 ☒有



あなたの健康な暮らしのために

# MEDICAL GUIDE

【メディカルガイド】



身体のことのが気軽に相談できる「かかりつけ医」として、地域の皆様に寄り添い信頼していただける医療を提供します。漢方薬も処方しています。日本循環器学会認定循環器専門医 楠原 俊一

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	○	○
14:00~18:00	●	●	●	●	●	○	○

【診療内容】内科疾患・小児科疾患全般/各種疾患に対する一次診察/往診・訪問診療  
【検査・検診・健診】心臓検査/腹部エコー検査/特定健康診査/基本健診/一般健康診断/胃がん検診/大腸がん検診

☎0877-86-3005

☒丸亀市綾歌町岡田東2266-3  
☒月~全9:00~12:00 14:00~18:00 ※土9:00~12:30  
☒土の午後、日、祝 ☒有



## 義歯(入れ歯)・一般歯科

### 片山 歯科

入れ歯で悩んでいる方  
ご相談ください

丸亀市六番丁27-5

TEL. 21-8211

院長 片山 仁



## あきこ先生の診察室

vol.12

40歳以上は  
2年に1回  
乳がん検診へ



日本乳癌学会認定  
乳癌専門医  
水藤 晶子

かたい・ひきつれ・へこみ  
「私のお乳って前からこうなんです」は  
普通じゃない!

乳がん検診で、お乳にかたい部分があったり、乳房がひきつれている、へこんでいる状態の方が来られることがあります。「私のお乳って前からこうなんです」と言われますが、そんなはずはありません。

「もう何年もこの状態」という人は、正常だったころの自分のお乳を思い出せないことが多いです。何年もその状態、ではいけません。なぜなら、多くの場合その症状は乳がんだからです。

自分の「正しい」お乳の状態を知っておくことはとても大切です。中学生くらいになると自分のお乳が気になりはじめますよね。10代のその頃から、肌の調子を毎日気にするように、お乳の状態も気にしてほしいのです。生理の前にお乳が張る人もいますが、毎日気にしていればその張りが生理前だからなのか、それともいつもと違うのかもわかります。少しでもいつもと違うことに気づいたら、すぐ医師に相談してほしいです。

これを「プレスト・アウェアネス(乳房を意識する生活習慣)」と言います。セルフチェックに代わり、5年ほど前から日本乳癌検診学会や厚生労働省、自治体、医療機関を中心に普及を進めている生活習慣です。

①自分の乳房の状態を知る②乳房の変化に気をつける③変化に気づいたらすぐ医師に相談する④40歳になったら2年に1回乳がん検診を受ける。

これがプレスト・アウェアネスの4つのポイントです。10代、20代の若いうちから自分のお乳を意識してほしいですね。

## のぞみ先生に聞きたい 女性の体のこと

冬に増える痔の原因は「血行の悪化」  
お尻ケアを大事に!

vol.9



冬になると増えてくるのが痔の患者さんです。いぼ痔、とくに外痔核の痛みでこられる人が多いです。

いぼ痔とは肛門の周辺にできるいぼ状の腫れのことです。肛門より内側にできるのが「内痔核」、外側にできるのが「外痔核」です。内痔核は通常痛みはありませんが、外痔核はほとんどが痛みを伴います。そして冬の痔の患者さんは、圧力的に痛みを訴える人が多いのです。

いぼ痔は直腸肛門部の血液循環が悪くなり、毛細血管が集まっている肛門付近がうっ血(毛細血管に血液が溜まる状態)して腫れ上がることでできます。とりわけ外痔核はおしりが冷えるときやすいです。旅行へ行行って寒い屋外で過ごして冷えたり、イベントに参加して長時間冷たい床に座っていたり、寒いオフィスで座りっぱなしもあまりよくありません。

予防法としては、足元を冷やさないこと。湯船に浸かったり、湯たんぽやカイロをお腹に充てたり、温かい飲み物や食べ物を摂ったりすると身体、特に下半身が温まるのでおすすめです。また、長時間立ちっぱなしや座りっぱなしとなる状況避けて少し動くことも大切です。どうしても痔が痛い時は、ドーナツクッションがあるといいですよ。痔がひどい時、痛い時は辛いものを食べるのも避けた方がいいです。

痔は薬で治療できますので、違和感を覚えたり痛い場合は早めに医療機関に相談しましょう。

まとめ

- ・冬はおしりを冷やさない、辛いものを食べるのも避ける
- ・痔は7~8割が投薬治療で改善します、つらい時は早めに医療機関を受診しましょう

【店内飲食限定】1人につき1杯  
ワンドリンクサービス（注文時に提示）



SNS▲

月刊マルータ

※1グループ1枚 ※他券併用不可

加熱しても身が縮まらない白方牡蠣をたっぷり！



ご飯がすすむ！鯛の荒煮御膳



看板メニュー！のどか御膳



### お食事処 のどか

☎0877-88-8093  
 丸亀市綾歌町富熊883-1  
 11:00~14:30 (L.O.14:00)  
 17:30~22:00 (L.O.21:30)  
 火、水  
 有



心も体も温まる白味噌仕立て牡蠣鍋  
白方牡蠣を堪能できる絶品コース！  
ランチや夜定食、一品も多数あり

弾力があり、旨みが濃い白方牡蠣の風味が白味噌汁に溶け出し体の芯から温まる！少し甘めの優しい味わいです。酒蒸しや牡蠣フライなど牡蠣の魅力を存分に堪能できます。ランチタイムにはお得なメニューがいっぱい。刺身や天ぷら、小鉢も付いたのどか御膳、日替わりでメインが変わる店主の気まぐれ膳、豪快な鯛荒煮御膳まで多彩な和食が楽しめます。

- ◆鯛荒煮御膳.....1,600円
- ◆のどか御膳.....1,600円
- ◆店主の気まぐれ.....1,300円
- ◆天井.....1,300円
- ★テイクアウト・オードブルも相談OK
- ◆牡蠣鍋コース.....4,500円
- 前菜、牡蠣フライ、牡蠣の酒蒸し、牡蠣の茶碗蒸し、白味噌ベース牡蠣鍋はご飯かうどんが選べます
- ※2人〜、3日前までに要予約



寒い日にぴったりの鉄板メニュー



おいしい焼き方の指南書もあるから安心！



### 熱々グラタン×日替わりピラフ！ オリジナル「グララライス」新登場

人気のピラフの上に特製クリーミーグラタン、さらにチーズをたっぷり。鉄板で提供されるので最後まで熱々！中のピラフはカレーやチキンライスなど日替わりです。

- ★ランチ [11:00~16:00] ドリンク付
- ◆グララライス.....1,518円
- ◆本日のナポリタン・ランチ.....968円
- ◆本日の鉄板ピラフ・ランチ.....1,023円
- ★ランチメニューALLトッピングOK！
- 海老フライ198円やコロッケ132円など多数
- ◆お食事後のプチ・ケーキ.....308円
- ★種類豊富なモーニング (528円〜) も好評！

### 地元産、今が旬の大粒カキを使用 旨みがたっぷり詰まった「カキ玉」

冬限定のカキ玉が好評！瀬戸内海のミネラルをいっぱい含んだジュシーなカキの風味が楽しめる逸品。お好み焼・もんじゃ焼は種類豊富、追加トッピングも多数揃っています。

- ◆【冬限定】カキ玉.....1,000円
- ◆お好み焼人気No.1豚玉.....680円
- ◆豚どんどん玉 (豚・エビ・イカ・タコ).....1,000円
- ◆もんじゃ人気No.1 明太子・もち・チーズ.....900円
- ★お好み焼は+180円で大、+100円でモダン焼に変更可能

冬季限定、今だけのお楽しみ！



### ハイボールと相性抜群 冬といえばあったかおでん！

出汁の効いたアツアツおでんをハイボールでキュッと流し込む！赤ちょうちんのオリジナルおでんは、ふわっとのせたりろる昆布がアクセントです。

- ◆おでん.....各165円
- ◆骨付鳥 (ひな・おや).....各990円
- ◆やきとり.....1本180円
- ◆ちょい辛豚キムチ.....660円
- ◆牛ホルモンともやしの炒めたやつ.....850円
- ◆山芋のお好み焼.....660円
- ★近隣の飲み屋さんにも配達できます
- ※大手町周辺に限る、混雑時は持ち帰りのみ

店内手打ち、贅沢な本格十割蕎麦のしっぽく蕎麦



### 国産素材のみ使用！手間暇かけた おばあちゃんの手作りしっぽく蕎麦

かけだしは蕎麦湯とかえしのみで作っているの、最後まで飲み干してほしい一杯！定年を迎えた人がもう一度生きがいを見つけて働いているお蕎麦屋さんです。

- ◆冬季限定！しっぽく蕎麦.....1,400円
- ◆十割蕎麦 (1枚).....1,000円
- ◆海老天麩羅盛.....1,200円
- ◆玉子焼き.....700円
- ◆とまとアイス (カップ).....600円
- ※乳製品・卵不使用！豆乳の身体喜ぶアイス
- ◆バリバリ蕎麦粉クレープ.....各800円
- ※バナナチョコorいちご ※テイクアウトOK

### 大人の珈琲店

☎0877-85-6645  
 丸亀市蓬萊町56-1 パブリックプラザ内  
 平日8:00~18:00 土日祝7:00~18:00  
 月 有



### お好み焼&もんじゃ焼 おかげさん

☎0877-32-1233  
 仲多度郡多津町南鴨668-6 (豊原幼稚園向かい)  
 11:00~22:00 (L.O.21:30)  
 火 有



### 赤ちょうちん

☎0877-89-2288  
 丸亀市通町87-1  
 18:00~24:00 木、第3日  
 無 (近隣にコインパーキング有)



### 青春のおそば屋さん

☎0877-55-5781  
 綾歌郡宇多津町浜六番丁89-2  
 10:00~14:30 (L.O.14:00) 無休 有  
 夜営業は完全予約制 ※気軽に問い合わせを



月刊マルータ

お店に来たときに「マルータをみてきたよ」って言うてくれるととてもうれしいです。

SNS▲

大人の珈琲店

月刊マルータ

【平日限定】お好み焼orもんじゃ焼  
1品注文でソフトドリンク1杯サービス

※1枚で1グループ有効 ※他券併用不可

期間：25.2.28 お好み焼&もんじゃ焼 おかげさん

月刊マルータ

お店に来たときに「マルータをみてきたよ」って言うてくれるととてもうれしいです。

SNS▲

赤ちょうちん

月刊マルータ

【要提示】蕎麦粉クレープ  
100円OFF

※1枚で1グループ ※他券併用不可

期間：25.2.28 青春のおそば屋さん

SNS▲

飲食代から50円OFFFor  
ソフトドリンク1杯orミニデザートサービス



SNS▲

月刊マルータ

※1枚で1グループ有効 ※他券併用不可

店主イチオシ!! チーズトッピング (+200円)

おこさまランチのおもちゃは子どものみ



### キッチンオリオン

☎0877-58-6356

📍丸亀市三条町889-1  
🕒11:00~15:00 (L.O.14:30)  
🕒17:00~21:00 (L.O.20:30)

📍木  
📍有



昼も夜も賑わう、まちの洋食屋さん  
口いっぱい広がる旨みに思わず唸る  
肉感MAX! 煮込みハンバーグ登場

昼も夜も同価格でリーズナブルに洋食が  
味わえるオリオン。中でも人気の国産牛  
豚ハンバーグが熟々の煮込みハンバーグ  
になって新登場! 肉々しいワイルドなハ  
ンバーグに旨みが凝縮したコク深いデミ  
ソースをたっぷり絡めればまさに至福。  
パンにもごはんにもよく合います。他  
にもいくつかのメニューも子どものようにワ  
クワする、そんな一皿に出会えるはず。

- ◆煮込みハンバーグ.....1,000円
- ◆おこさまランチ.....900円
- ◆ミートスパグラタン.....1,200円
- ◆鉄板ナポリタン.....850円
- ◆牛タンチュー.....1,200円
- ◆ビッグエビフライ2尾.....3,100円
- ◆デミオムふわ&エビフライ.....1,100円
- +200円でサラダ・スープ付
- ◆チキン南蛮.....800円
- +250円でライスorパン・サラダ・スープ付

# 冬の大還元祭

まだまだやり盛り

割引クーポン

## 総額325万円分!

イベント開催日に先着で  
お得な割引クーポンをプレゼント

申し訳ございません!  
数に限りがございます

さらに8日間限定!

### うどん全品 20%引き

※他のサービスとの併用は不可

2月 3月 7日 10日 14日  
イベント開催日 17日 21日 25日 28日

縁や 丸亀店 〒763-0082 香川県丸亀市土器町東8丁目514-2  
TEL 080-2975-1201 営業時間 7:00~15:00 定休日 年中無休

# オーガニックおためしセット 45%OFF 3,980円

人気のアイテム10点

~食材セット~  
**五目根菜のうま煮**  
神山鶏モモ肉・カット済みの野菜・調味料付き

自然派 Style  
**有機自然派バナナ**  
除草剤や化学農薬を  
使わない有機JAS認定のバナナ

自然派 Style  
**有機塩麹**  
有機JAS認証を取得。  
まろやかな旨味が特徴

有機  
**しいたけ**  
無農薬で栽培した芳醇な  
香りと旨味が特徴

淡路島上乾  
**ちりめん**  
(塩分無添加)  
淡路島近海のちりめんを  
水揚げ後にすぐに茹で天日干し

自然派 Style  
**国産有機豆腐**  
北海道の有機大豆・にがり・  
水だけで作るこだわ豆腐

PHF 平飼い卵  
ポストハーベストフリー、  
NON-GMOに限定

有機 JAS 認定  
**野菜セット** ※内容が異なる  
場合があります  
「産地からのお便り」の  
付いた季節の野菜セット

自然派 Style  
**有機生みそ**  
約6ヶ月ゆつくりと発酵・熟成  
させた有機JAS認証の生みそ

自然派 Style  
**国産有機醤油のだしつゆ**  
4種の国産だし材料+  
国産有機醤油

生協の個人宅配



☎0120-808-900

9:00~20:00(月~金)

お申込はコチラから



申込方法  
WEBまたは  
お電話にて

お申込みの際「マルータを見た」と伝えていただくとスムーズです

※組合員対象外※食品のため手渡しに限り  
※5分~10分程度、生協の宅配についてご案内します

期間: 25.2.28 すまいるcafé  
要クーポン提示  
**モーニング・ランチ  
50円OFF**  
※1枚で1グループ ※他券・他サービス併用不可  
月刊マルター



SNS▲

中津万象園味処 懐風亭  
お店に来たときに  
「マルターをみてきたよ」  
って言ってくれると  
とてもうれしいです。  
月刊マルター



WEB▲

LINEお友達  
募集中➡  
月刊マルター



LINE▲



スープとごはん付 ※ごはんのおかわりOK!



特選恵方巻は持ち帰りのみ



いちご畑パフェ1,980円

**リピーター率No.1! 黒コショウと  
甘辛たれが相性抜群の特製唐揚げ**  
ごはんが進む自家製甘辛タレに黒コショウでパンチをプラス。あと引くウマさでリビ多数の唐揚げです。いろんな味を少しずつ楽しみたい人はすまいるランチがおすすすめ! ふんだんに野菜を使ったヘルシーかつ満足度の高い内容です。  
◆唐揚げ(甘辛黒コショウ).....1,200円  
◆すまいるランチ.....1,200円  
※+200円でデザート・ドリンク付  
※ランチ好評につき予約がおすすすめ  
◆モーニング(14種類).....ドリンク代+150円~  
★自家製オニオンドレッシング好評発売中  
ちょっと甘めで子どもにも人気!

**2月2日限定! 前日までの予約制  
懐風亭渾身の1本「特選恵方巻」**  
福を巻き込む、縁を切らない、運を逃がさないなどの意味が込められている恵方巻。「福を願って本当に美味しいものを提供したい」と和の達人が1本1本丁寧に巻き上げました。予約は2/1まで、受取は2/2のみです。  
◆【2/2限定、前日までの予約制】  
特選恵方巻(持ち帰り).....1,650円  
【縁起の良い七福神にちなんだこだわりの7種の具材】鰻/大海老/数の子/玉子/三つ葉/おぼろ/かんぴょう  
◆【1/2~3/4限定、完全予約制】  
牡蛎づくし会席.....前売3,520円  
※前日までの電話予約で前売り価格(通常4,070円)

**今年は完全予約制! 毎年大好評!  
焼肉屋さんの本気のいちごパフェ**  
圧巻の盛りっぷり! 契約農家から仕入れるとっておきの新鮮いちごを惜しみなく使った大人気パフェ。「人手不足の為、大変心苦しい決断ですが、数量限定でご予約のみのご提供です」とオーナー。食べ逃さないように事前予約を!  
【完全予約制】2/17~期間限定開催!  
◆ベビーイチゴパフェ.....980円  
◆ミニイチゴパフェ.....1,380円  
◆いちご畑パフェ.....1,980円  
★+60円でチョコソーストッピング  
※パフェのみの注文不可  
※12:30~14:00/17:00~22:30  
上記の時間30分刻みでサイズ関係なく5個限定

**すまいるcafé**  
☎080-5668-3016  
☎丸亀市土器町9丁目284 ☎日、祝  
☎9:00~16:00 (L.O.15:00) ☎有  
モーニング9:00~11:00 ランチ11:00~なくなり次第終了



**中津万象園味処  
懐風亭**  
☎0877-23-2266 予約優先 スタッフ募集  
☎丸亀市中津町25-1 ☎水 有  
☎11:00~14:30 (L.O.14:00)、17:00~21:30 (L.O.20:30)  
※夜は前日までの完全予約制※4人以上で会席料理のみ



**松坂 国道店**  
☎0877-62-1129  
☎普通寺市弘田町903-1  
☎11:00~14:30 / 17:00~23:00  
☎2月は休まず営業 ☎有




食材から機材までナポリにこだわっています



この日のメインはチキンのバリバリ揚げ



お持ち帰り膳(竹) ※松: 6,350円 / 梅: 3,880円もあります



花回廊(10×21.5×5cmが2段)  
お家で作れるバラ寿司セット(2合用)

**歓送迎会の相談・予約大歓迎!!  
迷ったらコースの注文が間違いなし**  
本場ナポリが認めた日本3位のマルゲリータをはじめ、本格イタリアンが堪能できるコースは3種類。肉か魚、メインが選べるCON CUOREコースがイチオシです。完全個室もあります。  
◆CON CUOREコース(全8品).....3,980円  
生ハム サラミ盛り合わせ/フルーツマトとルッコラのグリーンサラダ/フリット盛り合わせ/前菜盛り合わせ/旬の魚介のトリネタルパッチョ風/ピッツァマルゲリータ エクストラ 季節のおすすすめピッツァ(ハーブ&ハーブ)/季節のおまかせパスタ/オリブ勝の肉料理/お魚料理  
◆カジュアルナポリコース(全7品).....3,280円  
◆Speciale!! コース(全8品).....5,680円  
※コースはすべて3人へ、3日前までに要予約

**野菜がおいしい! ヘルシーなのに  
満足感たっぷりの日替わりランチ**  
旬の野菜を使ったリーズナブルな日替わりランチ。彩りや栄養バランスを考えて毎日違ったメニューを提供。ホッとさせる家庭的なやさしい味付けで常連さんが多いのも納得。高級食パンを使ったモーニングも人気です。  
◆日替わりランチ(プチデザート付).....900円  
◆ビーフカレー(サラダ・スープ付).....800円  
◆スパゲッティ(サラダ・スープ付).....800円  
※ランチは+150円でドリンク付  
◆モーニング(ドリンク付).....700円  
※日替わり弁当700円も人気 ※当日予約OK  
※おかずのみは500円  
※数が多い場合は要事前相談・予約を

**御料理・仕出し・お弁当・オードブル  
西口屋**  
☎0120-28-7338  
☎丸亀市川西町北235-1  
☎9:00~18:00(受付)  
☎不定休  
☎有



**仕出し一筋! 慶弔問わずおすすすめ  
職人の技と感性が光るお持ち帰り膳  
日常使いできる弁当も1,080円~**  
冷めてもおいしい、仕出し屋ならではの技と華やかな盛り付け。地産地消を心がけ、旬の素材の味を生かした味付けにも彩りにもこだわっています。松・竹・梅と3種類から選べるお持ち帰り膳は慶弔の行事に最適。別途料金で茶碗蒸しや吸物、一人鍋も追加可能。おもてなしの気持ちを込めて自宅や指定の場所まで届けてくれます。  
◆お持ち帰り膳(竹).....5,160円  
八寸、お造り、焚合、焼物、油物、酢物、巻寿司・バラ寿司、果物  
◆お家で作れるバラ寿司セット1,800円  
希少糖配合合わせ酢、バラ寿司の具、錦糸たまご、きざみアナゴ、ガリ ※要冷蔵  
◆花回廊.....2,646円  
3月・4月限定  
◆お食い初め祝い膳.....5,270円  
※弁当は2日前、御膳は5日前までの要予約  
※各種弁当1,080円~、オードブル3人盛3,240円~  
人数や予算に合わせて相談可

**ピッツェリア コンクオーレ  
PIZZERIA CON CUORE**  
☎0877-88-8288  
☎丸亀市飯野町東二丁目342-1  
☎11:30~14:30 (L.O.14:00) ※土日祝は11:00~17:30~21:00 (L.O.20:30) ☎火、不定休 ☎有



**カフェ  
Lantana (ランタナ)**  
☎0877-85-7802  
☎丸亀市飯山町坂元1207-1  
☎8:30~15:30  
☎日 有



月刊マルター  
コースに飲み放題  
(L.O.90分)  
1,780円でつけられます!  
※コースの場合は1人につき1ドリンク要注文  
PIZZERIA CON CUORE



WEB▲

月刊マルター  
お弁当の数が多い場合は  
電話で事前予約必須  
Lantana (ランタナ)

月刊マルター  
メニューや詳細はこちら ➡  
西口屋



WEB▲

### オリーブ牛のステーキ丼50円OFF



SNS▲

※他券併用不可

月刊マルータ

オレイン酸により旨みが増し、抗酸化成分によりヘルシーなオリーブ牛

今大注目のスーパーフードアサイーボウル



北海道生乳100%ギリークヨーグルト



### ノイ カフェ Neu cafe

☎070-9202-8008

丸亀市天満町一丁目869-1  
11:00~17:00  
月、第1・3火  
有



- ◆オリーブ牛のステーキ丼 (サラダ・スープ付) ..... 1,650円
- ◆アサイーボウル ポリフェノールや鉄分など栄養たっぷり! ..... 1,485円
- ◆ギリークヨーグルトセット ..... 748円

### 栄養◎、食べて身体の内側から美しく美容と健康に特化したメニューが人気

身体に良いものを提供したい、との思いが込められたNeu cafe。ステーキ丼は「抗酸化成分」でヘルシーかつ「オレイン酸」で旨みが増したオリーブ牛を贅沢に使用。柔らかく脂がさっぱりしているので肉本来の味が楽しめます。また今話題のアサイーやギリークヨーグルトはフレッシュなフルーツでより一層おいしく。国内でも珍しいスペシャルティコーヒーも人気です。

- ◆オリジナル美容サラダ..... 330円
- ◆スーパーフードを含む食感が楽しい12品目サラダ。ここでしか味わえない大好評
- ◆カフェラテ ..... 660円
- ◆生産量全体の5~6%しか取れない貴重な豆を使用。カフェインレスなのも嬉しい

もち丸10個 1,300円→1,200円



WEB▲

月刊マルータ

「草もち」の注文は、事前相談で平日も対応可能



### この味、やっぱり時々食べたくなる 土日祝限定で「草もち」登場

丸福のやわらか大福に「草もち」が土日祝限定で登場しました。一口頬張るとふんわり香るよもぎが懐かしい! 2月末までの限定販売「いちご大福」も大好評。お土産やお供えにも喜ばれます。

- ◆草もち (土日祝限定) ..... 150円
- ◆いちご大福 (2月末まで) ..... 300円
- ◆もち丸 1個150円、5個650円、10個1,300円
- ◆ちび丸 ..... 10個800円

### 丸亀名物 やわらか大福 もち丸福

☎0877-24-0753

丸亀市原田町1672-1  
9:00~18:00  
無 有



WEBや電話で 購入予約ができます



WEB▲

月刊マルータ

チョコレート好きにこそ食べてほしい逸品



### 2/1~14バレンタイン期間限定! テオプロマ監修贅沢カカオ食パン

チョコレート専門店「ミューゼ・ドウ・ショコラ テオプロマ」土屋公二氏監修! ビターチョコレートとオレンジピール、ミルクチョコレートとマカダミアナッツを組み合わせた2個セット。濃厚な2つの味わいを食べ比べできます。

- ◆【2/1~14】バレンタイン期間限定 テオプロマ監修贅沢カカオ食パン.....2,200円
- ◆高級あん食パン (2斤) ..... 1,100円
- ◆高級あん食パン (1斤) ..... 1,100円
- ◆【月初食パン2/1~10】あまおう苺1,200円

### 水にこだわる高級食パン 銀座に志かわ 香川丸亀店

☎0877-85-3681

丸亀市今津町725-1  
10:00~18:00 (売切次第終了)  
無 有



毎月通うファンも多い月替わり御膳



夜も御膳あります



鮮魚に自信あり!

琉球豚豚カツサンド750円、厚焼き玉子サンド600円など



### ランチ、おやつに! 予約待ちなし 出来立てが嬉しいボリュームサンド

食べ応えのある琉球豚豚カツサンドは、脂肪が甘くて旨味のあるブランド豚を使用。ランチでも満足できるボリュームです。【5の付く日】は一番人気のふわふわ厚焼き玉子サンドが100円OFFとお得!

- ◆サンドイッチ各種 ..... 600円~
- ◆BLT/ハムカツ/コロケ/バジルチキン他ドリンクセット (サイド付) ..... 1,100円~
- ◆クリーム&フルーツサンド ..... 400円~
- ◆生&カスタード・ミックス・イチゴ他
- ◆サイドメニュー各種 ..... 300円

### テイクアウトサンドイッチ専門店 サンドイッチ満天

☎080-4031-7926

丸亀市大手町3-7-7  
10:00~16:00  
土、日、祝 有 (店舗すぐ横、北側1台)



カジュアルにホテルメイドの料理を満喫!



### エリア随一の眺望を楽しみながら 月替りランチバイキングを味わう

宇多津の街並みが見渡せる11階からの景色はエリア随一。駅もすぐそばなので電車好きの子どもにも好評。和洋中、バラエティー豊かな料理を心ゆくまで好きなだけ楽しめます。

- ◆土日開催ランチバイキング 11:30~14:00 (L.O.13:30)
- ◆大人 (中学生以上) ..... 1,980円
- ◆小学生 ..... 880円
- ◆幼児 ..... 660円
- ◆3歳未満無料
- ◆ソフトドリンク飲み放題付
- ◆月替わりの内容は問い合わせ

### ホテルアネシス瀬戸大橋 B-Dine (ビーダイン)

☎0877-49-2311

綾歌郡宇多津町浜六番丁81-1ホテルアネシス瀬戸大橋最上階  
土、日限定11:30~14:00 (L.O.13:30)  
月~金のランチ 有



月刊マルータ

お店に来たときに「マルータをみてきたよ」って 言ってくれるととてもうれしいです。



WEB▲

飯山ひらた

月刊マルータ

【クーポン持参の人限定】 ドリンク1杯無料



SNS▲

※1人1枚1回限り ※他券併用不可  
期曜： 25.2.28 サンドイッチ満天

月刊マルータ

土・日限定ランチバイキング クーポン持参で1人100円OFF ※できるだけ一括会計で



WEB▲

※1枚で4人まで ※他券併用不可  
期曜： 25.2.28 ホテルアネシス瀬戸大橋ビーダイン

掲載: 25.2.28 Marguerite. (マルグリット)

**価格改定！  
表記価格に割引**

※他券・サービス併用不可

WEB▲

月刊マルター

Marguerite. (マルグリット)

**当日予約OK！  
保育士常駐で子育てママも  
安心して施術可能です**

予約▲

月刊マルター

日常の忙しさを忘れさせてくれる空間で極上体験を...

6種類のアロマの香りから好きなものをチョイス



角度で輝き方が変わるマグネットネイル



**2月は何度でも極上アロマ10%OFF  
贅沢空間で身体すっきり!ご褒美時間**

良質な空間と施術で価格以上の体験を。アロマの香りに癒されながら個々に合わせてつらい部位を重点的に施術してくれます。足湯も付いているので血液の巡りも良くなり全身ポカポカ。希少なフェムケアやフェイシャル・瘦身の最新メニューも多数。

**美を科学するエステサロン  
Marguerite. (マルグリット)**

☎0877-85-9233

〒善通寺市上吉田町182-4 空と海の歯科クリニック2F  
9:00~18:30 ※日曜のみ10:00~17:00  
☎日・祝 有

**当日予約OK☆全メニュー  
通いやすい価格になりました**

◆2月限定!アロマトリートメント (60分)  
..... 女性8,500円→全員7,650円  
..... 男性9,500円→全員8,550円  
※足湯付き ※2月のみ何度でもOK

◆ワンカラーorマグネットネイル (オフ込) ..... 4,500円

◆【足湯付き】アロマトリートメント (90分)  
..... 女性10,000円→初回 9,500円  
..... 男性13,000円→初回12,350円

◆【女性】全身脱毛 (VIO・顔含む) ..... 20,900円→初回9,500円 (VIO・顔除く) ..... 18,700円→初回7,600円  
※お試したい人はわき脱毛500円もあり

◆【男性】全身脱毛 (VIOあり) ..... 15,950円→初回15,152円 (VIOなし) ..... 12,000円→初回11,400円

勧誘や次回予約の催促も一切なしだから安心!  
※都度払い・クレジットカード利用可  
※託児有 ※男性可 ※カウンセリング無料

Hair Salon & Beauty & Health

**ヘアサロン  
ビューティー  
ヘルスケア  
ガイド**

※表記価格はすべて税込です

気を張らずに通えるアットホームな雰囲気魅力



**高コスト&技術力でリピート多し!  
新規クーポンで白髪染め2500円~**

今月は白髪染めが新規限定クーポン持参で500円OFF!老若男女問わず、家族で通える低価格&高技術サロンです。カラー剤やパーマ剤はダメージレスなものを厳選して使用。落ち着いた店内とアットホームな雰囲気でお悩みが苦手な人も寛げると人気。

◆白髪染め (リタッチ) 3,000円→新規2,500円  
◆オーガニック白髪染め ..... 4,000円→新規3,500円~

◆カット ..... 2,000円  
◆カット+グレイカラー ..... 5,000円~  
◆カット+パーマ ..... 6,000円~  
◆カット+縮毛矯正 ..... 10,000円~  
◆ハネコトリートメント ..... 1,000円  
↑パサつきや広がりが気になる人におすすめ

**ワイワイヘアー  
YYhair** ※ブローは基本セルフのお店です

☎0877-58-0208

丸亀市田村町字池ノ下915-1  
9:00~18:00  
月・第1・3日曜 有

むちうちによる頭痛や吐き気などの悩みもぜひ



**年配のリピーターが多数通う整体  
骨盤矯正による腰痛改善なら!**

骨盤を矯正することで、症状の根本的な改善を目指しています。下半身がつらい人はぜひ!長年の肩こり・腰痛、坐骨神経痛、産後の骨盤のゆがみなど、どこに行ってもよくなるなかった人、ぜひ一度相談を!通いやすい価格も魅力です。

◆整体ほぐし (50分程度) ..... 3,900円  
◆整体ほぐし (新規) ..... 2,900円

※予約優先  
腰痛、ぎっくり腰、座骨神経痛、脚のしびれ、股関節の痛み、脚の痛み、頭痛、めまい、肩こり、寝違い、手・腕のしびれ、O脚・X脚などのプロポーションの悩み、食欲不振、便秘、冷え性、むくみ、生理痛、生理時の腰痛、倦怠感、肝の痛み、肩が上ららない、猫背、骨盤の歪み、疲労感、更年期による体調不良、ダイエットなど

**整体院  
TMオフィス**

☎090-2785-8561

丸亀市川西町北2103 横井第1ビル101号室  
10:00~22:00 (最終受付21:00)  
☎全 建物の裏の8番 予約優先

**正月太り、なかったことに?!  
2025年こそ本気で痩せたい人へ**

遺伝子学に基づいた丸亀発本気のダイエットプログラム

**3ヶ月で 平均-8kg 最大-15kg**  
※個人差あり ※164cm、68kg→53kg

**人生最後のダイエット**

こんなお悩みはありませんか?  
1つでも当てはまったらお電話を!

- 年末年始で一気に太った
- 卒業式・入学式までに痩せたい
- 運動も食事制限もしたのに痩せない
- リバウンドを繰り返している
- 太って腰痛・膝の痛みに悩んでいる
- 病院で「痩せなさい」と言われている

オーナーもガチ痩せ  
**3ヶ月で15kg減!**

3食食べて健康的に痩せる!

先着5名様マルター限定  
**ダイエットカウンセリング+** 腸内環境を整える! 黒い玄米糍あまざけ

通常 ¥22,000 ⇒ 新規様 **¥5,980** /税込

**ダイエットの天敵、便秘!!ハーブティーサンプル**

**サロンドウイッシュ** 先着5名様! お得な申込特典あり  
痩身専門店 Salon de WISH 完全予約制

☎0877-24-6003

丸亀市郡家町3150番地1 G-PLAZA 103号(花水木さん向かい)  
11:00~20:00 ※火・木11:00~21:00 休日、月

月刊マルター

**【新規限定】白髪染めor  
オーガニック白髪染め  
500円OFF**

※他券・サービス併用不可

予約▲

掲載: 25.2.28 YYhair

月刊マルター

**【新規限定】整体ほぐし  
3,900円→2,900円**

※予約時に「マルターを見た」でOK ※他券併用不可

WEB▲

掲載: 25.2.28 整体院 TMオフィス

月刊マルター

右記公式LINE登録で  
1週間でも-1kgを目指す  
☎ダイエット法配信

公式LINE

Salon de WISH

月刊マルター

**「なぜ今まで痩せなかったのか...」  
3か月で痩せる理由は  
→をチェック!**

詳細

Salon de WISH

開催: 25.2.28 salon Blue.HOLIDAY

お試し人気No.1!  
人気脂肪撃退マシン×ハンド  
テクニク90分初回9,900円

※新規限定 ※1人1枚 ※他券併用不可  
月刊マルター



WEB▲

開催: 25.2.28 お顔そりルーム KUBO

【マルター限定】要クーポン持参  
おでかけコース  
70分8,000円

※他券・サービス併用不可  
月刊マルター



予約▲

開催: 25.2.28 エステティックジュビラン丸亀店

【新規限定】  
エイジングケアコース半額!  
11,000円→5,500円

※他券併用不可  
月刊マルター



WEB▲

開催: 25.2.28 JEWEL

【新規限定】①全身360°まるごと  
脱毛9,800円→3,900円  
②アロマフェイス&ボディ  
15,000円→8,500円

※他券併用不可  
月刊マルター



予約▲



**美骨整体と人気痩身マシンの  
合わせ術で楽痩せスイッチON!**

万年ダイエット、更年期太りは卒業!  
自分で痩せられない理由を解消! 独自筋  
膜リリースによる美骨ケア&人気マ  
シンで、つらいコリや痛みの悩みもサ  
ポート。気づいたらカラダの悩みが  
減っていると喜びの声多数!

- 土台となるカラダづくりを!**  
大人気マシン「ハイパーナイフ」で  
ポカポカ心地よい温感とサイズダウン!  
人気の美骨で骨格ボディメイク  
だけじゃなく、ストレートネックや  
肩こり・腰痛・O脚ケアにも◎
- ◆全身美容コース (120分) → 初回16,500円
  - ◆足底調整 (30分・着衣のまま可) .....5,500円

**痩身・美骨コンディショニングサロン  
salon Blue.HOLIDAY**

☎080-1502-1976

📍丸亀市南条町5-1  
京都みやびマンション

🕒10:00~20:00 📅月 有  
※駐車場は1台のため予約時間前  
後15分以内の利用をお願いします




**本格的なシェービングで  
お肌ツルツル&透明感UP!**

産毛だけでなく余分な古い角質を丁寧  
に取り除くことで、滑らかに。肌の土  
台が整うので、化粧のノリも良くなり  
ます。プロが自分ではできない小鼻や耳  
周りまで。触ると気持ち良い肌で、素  
肌美人を目指しましょう!

- 【マルター限定】※要クーポン持参  
◆おでかけコース (70分) .....8,000円  
お顔そり美容法+うなじそり  
(シートパック付)
- ◆お顔そり美容法 (60分) .....6,600円  
クレンジング+リンパドレナーゼ  
+お顔そり+鎮静パック+眉カット

**【女性専用】  
お顔そりルームKUBO**

☎090-5270-9140

📍丸亀市土器町西6-161

🕒9:00~18:00  
📅月、第1・3火  
📍有




**若々しさを引き出す集中ケア  
自分史上最高の肌を目指しませんか**

年齢のせいだと諦めないで! 気になるシミ・シワ・タルミを徹底ケア。若々しい素肌に必要な成分をイオン導入でお肌の奥まで届け、光の美容 (特殊近赤外線) で新陳代謝を活発に。若々しいハリのある肌へ導きます。アットホームな完全貸切サロン。

- ◆エイジングケアコース  
.....11,000円→初回5,500円
- ①Wクレンジング ②酵素パック 毛穴吸引
  - ③イオン導入 ※美容成分の浸透力が4倍に
  - ④光の美容 ※ターンオーバー促進
  - ⑤フェイスリフトアップ ⑥整肌
- ※勧誘や押し売りは一切なし!  
※2回目以降もお得なコースあります

**エステティック  
ジュビラン丸亀店【女性専用】**

☎090-1170-1776

📍丸亀市土器町東五丁目20  
パリエージュ佐藤B-202

🕒9:00~19:00  
(最終受付18:00)  
📍不定休 📍有




**全身とろけるアロマフェイスボディ&  
全身360°まるごと脱毛が特別価格**

人気No.1はオーガニックアロマの香りに包まれて全身のリンパを隅々まで流すアロマフェイス&ボディ。冷えと疲れで固まった身体も至極のとろける時間で全身ゆるゆるに。全身ツルスべぶるんが叶う美肌脱毛は結果・価格・技術すべてに自信あり!

- ◆全身360°まるごと脱毛  
(顔・体・VIO込) →9,800円→新規3,900円
- ★ワキお試し付無料カウンセリング有  
「もっと早く来ればよかった」の声多数!  
初めての脱毛で痛みが気になる人や不安がある人も気軽に相談できます
- ◆人気No.1アロマフェイス&ボディ (120分) .....15,000円→新規8,500円

**痩身・フェイシャル・リラクゼーション  
JEWEL**

☎0877-41-1335

📍綾歌郡宇津町  
浜三番丁24-9

🕒9:30~20:00  
📍無休  
📍有




**透明感あるスモーキートパーズ  
クリアな青が輝くブルーパール**

スタイリッシュにイメチェンしたい人におすすめなのがスモーキートパーズ。やわらかな灰褐色に仕上がります。シックな髪色を目指したいなら茶色味を抑えてくれるブルーパールが◎。どちらも透明感が持続するのが特徴です。

- ◆カット+カラー (SB) .....8,000円
- ◆カット+カラー+トリートメント+カットを提案
- ◆リペアストリート .....12,000円
- ※ブリーチ毛は見てからの要相談  
できない場合もあります
- ◆カラー (B) .....5,000円
- ◆ヘナカラー (B) .....5,800円
- ※カラーはいずれも長さ一律

**SAEKI美容室**

☎0120-77-2731

☎0877-33-2731

📍仲多度郡多津町大字庄862-3

🕒9:00~18:00  
📅月、第1・3・5日  
📍有



月刊マルター

**新規・リピーター  
表記価格に割引**

開催: 25.2.28 SAEKI美容室



**毎朝のセットが簡単に! 再現性◎  
大人女子のための垢抜けヘアを提案**

希望をしっかりとヒアリングして「なりたい」と「似合う」、どちらも叶えたスタイルを提案。垢抜けたい人はトリートメントをプラスしてみて! 艶とコシ、潤いある髪で若見え&毎朝のセットも楽ちんに。寛げる贅沢な完全マンツーマンサロンです。

- 【新規】メインメニュー20%OFF!
- ◆カット (SB) .....4,400円→3,520円
  - ◆カラー (S) .....5,500円→4,400円~
  - ◆縮毛矯正 (CSB) .....16,500円→13,200円
  - ◆デジタルパーマ (CSB) .....14,300円→11,440円
- ※ロング料金別途  
★上記施術にシステムトリートメント追加の場合は3,520円→新規2,112円 (40%OFF)

**DOLCE hair**

☎0877-43-6773

📍丸亀市城東町一丁目3-18 (1F)

🕒平日9:30~17:00  
土日9:00~18:00  
📅月、第1・3日  
📍有



月刊マルター

①新規メインメニュー20%OFF  
②メインメニューに追加する場合  
新規システムトリートメント40%OFF

※ロング料金別途 ※他券・サービス併用不可

開催: 25.2.28 DOLCE hair



**予約不要、平日6:30~21:00営業  
通勤前・残業後でもすぐサッパリ!**

時間を有効に使いたい人注目! Logicなら早朝から平日は21:00まで営業、予約不要で思い立った時にすぐ行けます。歴20年以上のオーナーの技術は折り紙付き。丁寧なのに手早い施術で子どものカットもおまかせ! リーズナブルなもの◎。

- ◆カット
- ◆大人 (顔そり付) .....2,090円
- ◆中高生 (顔そり付) .....1,870円
- ◆小学生 (顔そり付) .....1,540円
- ※女性は顔そり料金+550円
- ◆シャンプー .....330円
- ◆シャンプー+ヘッドスパ .....880円
- ◆ヘアカラー (カット・顔そり付) .....4,620円

**ヘアサロン ロジック  
Hair salon Logic**

☎0877-83-0655

📍丸亀市土器町東1-785-3

🕒6:30~21:00  
(土日~18:00)

📍木  
📍有



月刊マルター

**シャンプー  
通常330円→0円**

※シャンプーのみ不可

開催: 25.2.28 Hair salon Logic



**リーズナブルで確かな技術  
家族みんなで通いやすいサロン**

満足度が高く、リピーター続出のLIAISON。理容・美容両方OKでシェービングができるだけでなく、男女で施術スペースが別な人も人気の秘密です。多彩なメニューで、あなたの魅力がもっと輝き出すはず!

- ◆カラー (S) .....リタッチ3,410円
- ◆大人 (顔そり付) .....全体4,510円
- ◆プラチナオーガニックハーブ縮毛矯正 (SBC/長さ一律) .....9,350円
- (新規・平日限定8,250円)
- ◆デジタルパーマ (SBC/長さ一律) .....9,350円 (新規・平日限定8,250円)
- ◆カット .....1,980円 (新規限定1,680円)
- その他多数メニューあり! 気軽に電話を

**LIAISON (リエゾン)**

☎0877-49-6757

📍綾歌郡宇津町  
東分1610-1

🕒平日9:30~19:00  
土日9:00~18:30  
📍木、第3水 📍有



月刊マルター

**パーマorカラー  
新規30%OFF (表記のパーマは除く)  
リピーター10%OFF**

※ポイントカラー、部分パーマは除く ※1人1枚1回限り ※他券併用不可

開催: 25.2.28 LIAISON

・2025年1月12日・ 令和7年丸亀市二十歳の成人式

丸亀市総合文化会館(アイレックス)



・2025年1月12日・ 令和7年宇多津町二十歳のつどい

ユーブラザうたづ



「マルータを見た」で  
レッスン90分×3回 1,100円



WEB▶

月刊マルータ

**ニチイの医療事務講座**  
受講料 **20%OFF** ※キャンペーン

**通学コース** キャンペーン価格 **51,200円** (税込)  
**通信コース** キャンペーン価格 **38,280円** (税込)

期間 **2025年 3月20日(木)**  
※通学コースは1~3月開講クラス対象

さらに、ニチイに就職すると  
**通学・通信コースどちらも  
受講料最大3万円  
キャッシュバック!**  
※条件あり

修了生数80万人以上!  
ニチイの医療事務講座は  
**おトクな今が、  
受講のチャンス!**

**魅力** 医療事務のとは?  
ライフスタイルに合わせた働き方ができ  
家庭と仕事を両立しやすい!  
病院やクリニックは全国各地にあり  
自宅の近くで働く職場を見つけやすい!  
医療機関は増加傾向にあり  
好不況にも左右されにくく長く安定して働ける!

詳しくは下記まで、お気軽にお問い合わせください!  
ニチイでは、皆様に安心してご来校いただくために、感染症対策を実施しています。

**ニチイ** まなびネット 検索

**ニチイ 高松校** ☎0120-781-214  
(平日 9:00~17:15) [資料請求番号:1532]  
住所 〒760-0019 香川県高松市サンポート2-1 高松シンボルタワー13F  
上記営業時間外はこちらまで ☎0120-555-212 (8:00~20:00/年中無休)

**大人の趣味にきもの。  
着付け、はじめてみませんか?**

受け継いだ着物を大切にしたいけれど、袖を通す機会がない。自分で着る自信もない。そんな方は、関西きもの学院のおためしレッスンを受けてみませんか? 楽しく丁寧に着付けのコツを、さらに所作やマナーもお伝えします。手ぶらOK、まずは丸亀教室かご自宅でおためしレッスンを。

**おためし着付け教室**  
1レッスン90分×3回  
3,300円のところで  
「マルータをみた」で  
新春特別価格  
**3回1,100円**  
※申込は2月末まで

**関西きもの学院 丸亀教室** ☎0120-976-029  
丸亀市田村町 ビカラストジアムより車で約2分 関西きもの学院 検索

☑新NISAの使い方  
☑老後資金の準備  
☑家計の見直し  
☑預貯金の運用  
☑介護費用について

上手に家計をやりくりしたい  
将来に漠然とした不安がある...

**女性のための  
やさしい家計の改善と  
資産形成セミナー**

**2/26(水)・3/8(土)・3/9(日)** セミナー講師 内海 史年

午前部 10:00~12:00 (受付 9:30~)  
午後部 13:30~15:30 (受付13:00~)

会場 **丸亀市市民交流活動センター  
マルタス ROOM3**

参加特典  
特典01 個別無料相談(後日)  
特典02 菓子工房ルーヴ 焼き菓子セットプレゼント!

※保険会社および保険代理店にお勤めの方、その配偶者はご遠慮ください。  
※個人情報、お問い合わせに対するライフプラザパートナーズからの各種情報のご提供に利用させていただきます。  
LPPTM-24-06(2026/8/31)

日本生命グループ 高松市中野町29-2 高松パークビル11F TEL087-863-7270  
【募集代理店】株式会社ライフプラザパートナーズ 高松FA営業部  
受付担当 TEL090-1005-5339 ✉f.utsumi@lifeplaza.co.jp (内海)

**教着室付  
募生集徒**

1月中旬開催中!  
次回、5月初旬予定

まずは、無料体験会からでもOK!  
気軽にお問い合わせを

**3次 申込特典**  
早期募集  
2月末までにお申し込みの方限定 **3,000円!**

1 全10回で **5,000円**  
2 入会金 **10,000円**  
3 洗える着物プレゼント  
和装小物、一部レンタル貸出あります

LINE友だち追加で **500円の商品券プレゼント**

次回 **5月初旬予定** 着付け教室 月3~4回 全10回  
10:30~ 13:30~  
詳しくはお問合せ下さい

きもの専門店 **夢染 ぬめらせん**  
☎0877-41-1529 ぬめらせん宇多津店  
住所 綾歌郡宇多津町浜二番丁19-10  
営業時間 10:00~20:00 店休日 水曜日(不定) ぬめらせん 宇多津店

月刊マルータ

LINE友だち追加で500円の商品券プレゼント

※1人1回限り ※他券併用不可

期限：25.3.31 EQWELチャイルドアカデミー

トライアルレッスン  
・受講者全員プレゼント  
・受講後入室者全員プレゼント



WEB▲

月刊マルター

期限：25.3.31 EQWELチャイルドアカデミー

トライアルレッスン  
受講後入室→入室料無料



申込▲

月刊マルター

期限：25.2.28 ECCジュニア 田村町教室

無料体験レッスンに参加で  
ECCジュニアオリジナル  
大谷翔平選手クリアファイル&ノートプレゼント



WEB▲

月刊マルター

眠っている子どもの潜在能力を楽しみながら引き出す



心身ともに健康に育つ秘訣がいっぱい



遊びの延長で学べる工夫が詰まった教材

保護者同伴の2・3歳児クラス。この日はおじいちゃん



福笑いで顔のパーツをお勉強



一緒に作るアルファベットは…M!

脳科学に基づいたプログラムで  
6歳までに脳も心も体も育てる!

これからの時代、「自分で考え、表現する力」や「社会に出る時に貢献できる人間力」が大切。EQWELでは独自のカリキュラムで子どもの「生きる力」を育てます。特に年少・年中は吸収力が高く、入学準備を始めるにも最適な時期です。

0歳からの幼児教室  
EQWEL (イクウェル) 丸亀・普通寺教室

☎0877-63-6101

普通寺市木徳町1074  
9:00~19:00  
日、月 有



★トライアルレッスン★  
受講者受付中!

1ヶ月の受講料と教材費だけで通常のレッスンが4回受講できます

◆幼児コース 対象:0~6歳  
レッスン:50分 回数:43回/年  
無限の可能性が目覚める時期  
「好奇心」を「やる気」に変える!

★子どもの年齢や月齢に応じたコースあり  
★一人ひとりの個性に合ったコースも用意

だから選ばれる! 教室の特徴

- ①教室と家庭がリンクする最適な環境
  - ②少人数クラス (1クラス4人まで) で子育ての悩みもサポート
  - ③遊びながら学ぶ楽しい工夫がいっぱいのオリジナル教材を用意
  - ④ママと子どものやる気を応援する達成システムが◎
- ★まずは気軽に問い合わせを!

楽しい英語で未来を広げる!  
世界で輝く笑顔への第一歩を!

「聞く・話す・読む・書く」の4技能をバランスよく伸ばすECCジュニア田村町教室。子どもたちの興味を引き出す教材や動画を使った楽しいレッスンで、着実に英語力をアップ! 春から始める第一歩、無料体験実施中!

ECCジュニア 田村町教室

☎0877-24-6234

丸亀市田村町1455-2  
「ECC 田村町」で検索!



春のスペシャル  
キャンペーン実施中!  
詳細はウェブサイトへ

- [英語・英会話クラス]
- 2・3歳児クラス (40分/週1回) 6,600円
  - 4・5歳児クラス (60分/週1回) 7,700円
  - 小学生クラス(100分/週1回) 12,100円

※教材費・ECC全国児童・中学生英語検定試験受験料が別途必要です

- ★楽しいレッスン★
- ★実力がつくレッスン★
- ★やる気が出る工夫★
- ★丁寧な発音指導★
- ★間違いを恐れずチャレンジできる環境★

対象/幼児・小 指導方法/集団授業  
無料体験・紹介特典あり、プロ指導

YAMAHA MUSIC FOUNDATION

春の生徒募集中!!

2月末までのご入会で入会金半額5,500円▶2,750円

場所	日程	時間	クラス
丸亀南センター	2/9日	10:30~	3歳児対象
		11:30~	4・5歳児対象
	3/16日	10:30~	3歳児対象
		11:30~	4・5歳児対象
宇多津センター	2/9日	10:30~	3歳児対象
		11:30~	4・5歳児対象

新しいコースになりました!  
3・4・5歳児対象「ぷらいまりー」

想像することが大好きな3歳。耳の力がぐんと伸びる4・5歳。「ぷらいまりー」では、3年間で無理なく音楽力を育みます。ヤマハ独自のメソッドで大人になっても音楽を一生楽しめる力がつきます。楽しいレッスンは、協調性・社会性・粘り強さ・集中力も身につきます。

お問い合わせは 秋山楽器店 各センターまで

丸亀南センター 丸亀市川西町南1166 ☎0877-28-0011

宇多津センター 綾歌郡宇多津町浜八番丁132-3 ☎0877-49-9377

知性 目、耳、手足を使うピアノ/演奏が、脳を育てて学力の向上にも役立ちます。

感性 ピアノとともに広がる音楽の世界が、感性を豊かにします。

社会性 早い段階で脳を育てることで、集中力が身につく。園や学校でも落ち着いて行動できます。

ピアノは ぼくのたからもの

春得キャンペーン 2025年3月末まで

4歳から ピアノチャレンジ

ピアノを始めたいお子さまへ

1ヶ月3回のおためしレッスン

通常 7,700円(税込)~ 特典 受講料 半額 3,850円(税込)~

「ピアノの楽しさが分かる」1曲弾ける喜びを体験!

初心者のための カワイおとなの音楽教室

ピアノを弾くと新しいわたしに出会う

2025年3月末まで入会者 限定

ピアノスタート特別プラン

3ヶ月6回のおためしコース 受講料 3,300円~ /月

入会金・運営管理費/月 教材費▶無料!

カワイ音楽教室 ☎087-822-1401

無料体験・レッスン見学に参加でポップアップシールブックをプレゼント!

秋山楽器店

ご入会いただくとぷっぴるマルチメッシュポーチをプレゼント!

秋山楽器店

3月までの入会者限定 受講料半額! こどもピアノチャレンジ 7,700円→3,850円

期限/25.3末 カワイ音楽教室

3月までの入会者限定 大人の初心者のためのピアノスタート特別プラン [3ヶ月6回コース] 受講料3,300円/月

期限/25.3末 カワイ音楽教室

# 本田塾

丸亀校 善通寺校 入塾生募集!  
結果を出すことで信頼に応えます

## 丸高1年生 第2回 学力テスト 結果

塾平均点 全教科合計 425.1 (丸高平均286.1)+139.0		英語 142.2 (丸高平均94.6)+47.6
数学α 81.2 (丸高平均53.9)+27.3	数学β 69.0 (丸高平均44.1)+24.9	数学合計 150.3 (丸高平均98.0)+52.3
現代の国語 68.8 (丸高平均53.7)+15.1	言語文化 64.0 (丸高平均39.5)+24.5	国語合計 132.8 (丸高平均93.2)+39.6

山本君	池田君	辻岡君
<b>1位</b>	<b>2位</b>	<b>4位</b>
現国 61点 古文 77点 数学α100点 数学β 92点 英語 178点 合計 508点	現国 79点 古文 73点 数学α 90点 数学β 80点 英語 168点 合計 490点	現国 58点 古文 77点 数学α 92点 数学β 77点 英語 162点 合計 466点

## 丸高1年生 7月 進研模試 結果

塾平均点 全教科合計 192.5 (丸高平均135.3)+57.2		3教科全国偏差値 塾平均71.1	
英語 69.5 (丸高平均48.2)+21.3	数学 64.8 (丸高平均46.4)+18.4	国語 58.2 (丸高平均40.7)+17.5	

山本君	池田君	S君	辻岡君
<b>1位</b>	<b>4位</b>	<b>7位</b>	<b>13位</b>
国語 66点(丸高3位) 数学100点(全国1位) 英語 79点(丸高2位) 全国偏差値 83.4	国語 59点 数学 62点 英語 91点(丸高1位) 全国偏差値 75.6	国語64点(丸高5位) 数学 74点 英語 64点 全国偏差値 73.3	国語 54点 数学 66点 英語72点(丸高8位) 全国偏差値 71.0

### 山本君

僕は合格発表の後、春期講習から入塾しました。本田塾では定期テスト、学力テストに合わせながら、大学入試に必要なものを計画的に学習できるカリキュラムを組んでくれています。また、土日には定期テストや学テの過去問を用意してくれてしっかり学習できています。単語・熟語や音読もルーティーンとして身につくよう指導してくれています。授業の質も高く、確認テストもあり、力が付いている実感があります。入塾した時には塾生のレベルの高さに刺激を受けましたが、コツコツやって来た結果が今回の結果につながったと思います。これからもこの塾で頑張っていきたいです。

### 池田君

僕は中1の春期講習から入塾しています。中学の時は塾のおかげですとトップを維持することができていました。高校入試が終わってほっとしていたところ、春期講習で他の中学校から熱意を持ったできる子が何人か来て、塾長の言葉もあり、緩んでいた自分の気持ちを引き締めることができました。部活と通学の負担が中学校よりも大きく、大変ではありますが、塾の無駄のないカリキュラムと闘争心のある仲間たちのおかげでモチベーションも上がり、最初の中間テストで良いスタートを切ることができました。ですが、ミスやできるところなのに落としていたところもまだまだあったので、それを修正しつつ、次の学テで目標としている点数が出せるよう、頑張ります。

### 辻岡君

僕は合格発表の後、春期講習から入塾しました。春期講習に来た時は、小学生や中学生から本田塾に通っている生徒との差を感じ、緊張感を持ってスタートを切りました。自分なりには頑張ったのですが、1学期中間テストや第1回学テでは他の塾生に全く歯が立ちませんでした。考えが甘かったと反省し、誰よりも早く来て、土日も誰にも負けずに塾に通ううちに少しずつ手ごたえを感じ始め、進研模試で学年13位になったことはすごい自信になりました。同じクラスの本田塾生K君が学年1位なので目標にして頑張ったところ今年学年4位にまで上がりました。K君やI君はとんでもなくてもいい目標として頑張れるので、2人に勝つつもりでこれからも勉強していきます。

### 講師陣 紹介

- 佐藤 英作(英語)… 一橋大学経済学部卒、大手旅行会社で海外駐在員2年、大学予備校21年勤務、全国通訳案内士、英検1級、平成26年より本田塾英語講師
- 富田 行雄(英語)… 京都大学工学部卒、四国電力、日本原燃、在職中に海外派遣する若手技術者の英語指導を担当、英検1級、平成31年2月より本田塾英語講師
- 藤原 公(数学)… 京都大学農学部卒、大学予備校15年勤務、難関大学クラス担任、平成26年4月より本田塾数学講師

**講師急募!!** 高校 化学・生物・数学 / 中学 数学 塾講師経験のある方、教職免許を持っている方、元教員の方大歓迎です

### 新中1年生中学準備講座

中学準備講座を御受講後入塾される方は  
入塾金・春期講習費受講料全額免除

●教科 英語・国語・算数  
●日程 2月20日(木)・24日(月)・27日(木)・  
3月3日(月)・6日(木)・10日(月)・13日(木)・17日(月)  
●時間 17:00~19:00 ●受講料 5000円(教材費を含む・税別)  
小学校の英語・国語・算数の内容を積み残しのないよう復習し、中学校の学習の準備をする

**120分  
×  
8日間**

### 新年度新進級説明会

場所 MARUTASU多目的ホール1 (丸亀市役所南隣)

- 3月9日(日) 18:30~19:20 新中1生 19:30~20:20 新中2生  
20:30~21:20 新中3生
- 3月16日(日) 19:20~20:10 新小5・6生 20:20~21:10 新高2・3生
- 3月23日(日) 19:00~20:00 新高1生

### 春期講習 ご案内

冬期講習後、入塾される方は  
入塾金・通年用教材費全額免除

#### 小学部 5・6年生

●教科 英語・算数・国語  
●時間 17:00~19:00  
●日程 5年生 3/24(月)・27(木)・31(月)・  
4/3(木)  
6年生 3/25(火)・28(金)・  
4/1(火)・4(金)  
●受講料 4500円(税別)

**120分  
×  
4日間**

#### 中学部 1年生

小学校の復習と  
1学期中間テストまでの範囲を先取り

●教科 英語・数学・国語・理科・社会  
●時間 19:20~22:00  
●日程 3/25(火)・26(水)・28(金)・  
4/1(火)・2(水)・4(金)  
●受講料 8000円(税別)

#### 中学部 2・3年生

中2生 中1の復習と1学期中間テストまでの範囲を先取り  
中3生 「第1回学習の診断」対策

●教科 英語・数学・国語・理科・社会  
●時間 19:20~22:00  
●日程 3/24(月)・26(水)・27(木)・31(月)・  
4/2(水)・3(木)  
●受講料 8000円(税別)

**160分  
×  
6日間**

#### 高校部 1年生

1学期の内容を先取り

●教科 英語・数学・理科 ●時間 19:20~22:00  
●日程 3/25(火)・26(水)・28(金)・4/1(火)・2(水)・4(金)  
●受講料 10000円(税別)

**160分  
×  
6日間**

#### 高校部 2・3年生

1学期の内容を先取り

●教科 英語・数学・理科 ●時間 19:20~22:00  
●日程 3月25(火)・26(水)・28(金)・29(土)・4月1(火)・2(水)・4(金)・5(土)  
●受講料 10000円(税別)

**160分  
×  
8日間**

すべての人に最適な学びを… **本田塾**

丸亀校 〒763-0034 丸亀市大手町3丁目5番18号 セントラル丸亀ビル2F・3F  
善通寺校 〒765-0011 善通寺市上吉田町8丁目5番16号  
上吉田第2教室 〒765-0011 善通寺市上吉田町8丁目5番19号 フォーレストビル2F



お気軽にお問い合わせください ☎0877-35-9037

詳しくは web で <http://hondajyuku.jp/>



「マルタを見た」  
で特別価格  
LINEで問い合わせはこちら



LINE▲

予約時「マルタを見た」  
と伝えるとスムーズです



SNS▲

WEB予約後に  
来店  
ドリンク1杯無料



予約▲

月刊マルタ

月刊マルタ

月刊マルタ

### 不用品回収

「マルタを見た」で特別割引

安心の  
優良事業  
認定!

**カゴバック**

通常～4,400円  
**4,000円～**

**2tバック**

通常～30,000円  
**20,000円～**

**軽トラバック**

通常～15,000円  
**10,000円～**

実際の作業レポートなど  
詳しくはこちらから



見積無料・  
24時間受付中

### 家族葬専門会館 結悠の杜

おかげ  
さまで  
10周年

1日1家族完全貸切

大切な人へ「ありがとう」の  
想いを伝える家族葬専門会館

**会館の見学 & 相談会**  
2/11(火・祝)・23(日・祝)  
1組ずつの個別相談会です。  
一つひとつの不安に寄り添います。  
※要事前予約

### PARIS MIKI

#### Personal Direction

最新の  
診断アプリで  
視界分析



スマホやパソコンなどに  
適したメガネ  
運転やスポーツなどに  
適したメガネ  
テレビや会議、部屋のなどに  
適したメガネ

パリミキだけの【最適視界】カウンセリング、  
はじまる。

パーソナルディレクション  
【Personal Direction】  
では、それぞれにあった  
視界の距離を測定し、あなただけの  
レンズをご提案いたします。  
「よく見える」よりも、  
「楽に見える」【最適視界】メガネへ  
無料体験実施中!

補聴器取扱店 **パリミキ 丸亀店**  
TEL 0877-24-1326  
住 丸亀市田村町530-1  
店内/バリアフリー  
営 10:00～20:00  
休 年中無休 P 有  
HP paris-miki.co.jp/

# Life ライフ

クーポンをどんどん使って  
マルタを応援してね!

- ・別途表記がない場合、価格は税込です
- ・各クーポンの記載内容をご確認ください
- ・マルタのクーポンはコピーOKです!

遺品整理・ゴミ屋敷・空き家片付け  
引越しの粗大ごみ処理もおまかせ

不用品・家電・家財なら種類を問わず1個  
から回収! 明朗会計・即日対応・あんし  
ん補償。優良企業認定を受けています。

不用品回収・買取・遺品整理  
**不用品回収 3ピース**

☎0120-988-826  
☑丸亀市土器町東3-44  
☑24時間、365日受付  
古物商許可番号/  
第811110001147号  
遺品整理士/ISO2827



自宅のような空間で家族や  
親しい人とゆっくりお見送り

1～5人程度から対応できる1日1家族限  
定の会館。事前に相談しておくで安心  
です。多度津や普通寺も相談OKです。

家族葬専門会館  
**結悠の杜** (ゆゆのもり)

☎0877-22-7799  
☑丸亀市天満町2-2-11  
☑24時間受付  
☑有




### 鯛の塩焼き

材料

鯛.....1尾  
塩.....お好みで

作り方

漁で獲れた鯛を塩焼きにしました。焼くだけ簡単。瀬戸内の鯛はうまいで!  
鯛はウロコを取って、エラ・内臓を取り除いて水洗いします。しっかり水気を  
ふき取ったら塩をふります。塩はヒシヤ尻尾に多めにつけると焦げにくく  
ですよ。あとはグリルやオーブンで焼くだけ!

**大江圭輝さん 26歳**

みんなから『よし〜』って呼ばれて  
ます。いつも冗談ばかり言ってるので  
周りから『お前とは真面目な話ができ  
ん』ってよう言われる笑。漁師はやっぱ  
り楽しい。この鯛も俺がとったんや  
でー。漁から帰っての楽しみは趣味の  
温泉。1人でんびり大きい風呂に入っ  
て幸せー。ってなってるな。良く行くのは  
『さいら』。温泉巡りもしよるでー。

中学卒業後、父親と一緒に漁師になった大江圭輝さん。潜水士の免許を取得した矢先、貝が不漁で、父親とこ  
ぎ漁へ行ったところを漁をしていたそう。今は父親とは別の船に乗り、1人でタテアミ漁や鯛獲りに行っています。  
ここ数年で海が変化し、魚も魚貝類もかなり減ってきているのが瀬戸内海の大きな問題です。  
瀬戸内の鯛の旬は春と秋、「味が濃い」「大きい」「身が引き締まっている」のが特徴。これからの季節、どんどん  
おいしくなっています。瀬戸内の鯛は脂のりがとてもよく、どんな調理法でもおいしく味わえます。

## はらっちに vol.23

# 相続のこと聞いてみた。

子どもたちがケンカすることのないように、遺された家族が困らないように。  
大事なことは「自分の財産をよく知る」こと!

税理士  
原 俊明さん

### そもそもシリーズ⑧ 「死亡保険金」に税金がかかるの?

生命保険は、保険料を払う人・保険の対象となる人・保険金を受け取る人の3者がいます。相続人がどの立場にあたるかにより、受け取る保険金には相続税・贈与税・所得税のいずれがかかります。「残された家族が困らないように、という思いでかけてくれている生命保険なのに…」と思いませんか?

そうですね、生命保険は「残された家族の生活保障」という目的を持っています。だから一定の死亡保険金には税金がかかりません。相続人が保険金を受け取る場合に限り、

**死亡保険金の非課税金額=500万円×法定相続人数**  
となります。なお、この法定相続人数には「相続放棄した人」の人数も含まれます。人生設計に関してはもちろん保険のプロにしっかりと相談するべきですが、相続となると元気なうちにいろいろ調べておくことをおすすめします。まずは気軽に税理士に相談してみてください。四国税理士会丸亀支部でも無料相談を行っていますよ。希望があれば弁護士さんや司法書士さんに繋ぐことも可能です。

税理士・相続診断士 **はら会計事務所**  
丸亀市飯山町川原925-1 0877-85-9240



2/8(土) 税の無料相談会を実施(詳細はP21)



WEB

永谷啓一ってだれ？  
「司法書士なるまで物語」  
HPでエピソード公開中



WEB▲

月刊マルタ

おひなた司法書士事務所代表・司法書士の永谷啓一さん



### 相続手続き、まだ1人で悩む？ 気軽に司法書士に相談を！

相続した不動産や預貯金などの手続き、自分でできる？それとも専門家に任せたい方がよい？と悩んでいませんか？無料相談で、司法書士が自分で手続きできるケースかどうかアドバイス。契約するまで費用は掛からないので、まずは相談を！

#### 【こんな人はいませんか？】

- 財産の中に不動産がある
  - 金融機関が3つ以上ある
  - 疎遠になっている相続人がいる
  - 財産が3,600万円以上ありそう
  - 事務手続きや法律が苦手
- ★1つでも当てはまるなら、60分無料相談が利用できます。予約時「マルタを見た」というとスムーズです。

## おひなた司法書士事務所

☎0877-85-3931

📍 練馬区多摩川町浜六番丁85-12  
ファミーユ中山103  
🕒 平日9:30~19:00 (土~18:00)  
📅 日、祝  
🚗 有



【新規限定】  
通常価格→会員価格  
★約10%OFF



SNS▲

月刊マルタ

1月のフォトブース (2月のカレンダー用) はバレンタイン



### 気持ちいい空間でトリミング わんちゃんも飼い主さんも安心

白を基調とした明るい内装は清潔感にあふれ、わんちゃんも心地よくトリミングを受けられます。広々とした待合室では走り回ってもOK。トリミングの時間がストレスなく過ごせます。人気メニューはカット・シャンプー。預かりも好評。

#### 新規限定！今だけ会員価格に

【トイ・プードル】

- ◆ シャンプーコース.....5,500円→5,000円
- ◆ カットコース.....7,700円→7,000円
- ◆ エテコース.....2,200円→2,000円
- ◆ 預かり.....770円

★次月のカレンダープレゼント！  
フォトブースで撮影した写真でオリジナルカレンダーをプレゼント

## ドッグサロン Chipie (シビ)

☎0877-89-9824

📍 丸亀市幸町1-2-5  
🕒 10:00~17:00 日不定休 有  
📅 登録番号/原32495号 登録年月日/令和6年10月30日 有効期間の末日/令和11年10月29日 責任者/尾崎奈津子



相続登記をはじめ  
相続にまつわる相談受付中！  
詳細はHPを確認



WEB▲

月刊マルタ

相続について困っている人をサポートしてくれる



### 相続登記は相続人の義務です 手続きで困ったら専門家に相談を

昨年4/1から相続登記が義務化されました。相続登記は、不動産を相続した人が名義を自分に変更すること。4/1以前に相続した場合は義務化の対象です。相続人が複数いる場合や、何から手をつけたらいいかわからない人は、まずは専門家に相談を！

#### 【相続無料相談会】

- ・相続登記・相続放棄・遺言・生前対策など
- 日時：2/8 (土) 9:00~17:00  
※1組約1時間 (予約優先)
- 場所：丸亀市ひまわりセンター4F  
丸亀市大手町2-1-7
- 料金：無料
- 予約・問い合わせ：0877-89-6988
- ★予定が合わない場合は別日程で相談可

## 渡邊司法書士事務所

☎0877-89-6988

📍 丸亀市垂水町3333-7  
🕒 8:30~17:30 有  
📅 土、日、祝  
※事前予約で対応可  
相談会の会場はコチラ➡



2025年 年賀はがき  
(未使用・書き損じ)  
1枚80円で買取 (1人5枚まで)



WEB▲

月刊マルタ

ブランド品は、箱があれば箱ごと持っていくって！



### ギフトもリユースを検討する時代 査定は無料！まずは気軽に

クリスマスプレゼントや現物で支給されたお年玉。送り主への感謝は大切にしながらも、自分のライフスタイルに合わないものはありませんか？おたからやフジグラン丸亀店は、いろいろな品物を適正価格で買取してくれます。相談にも乗ってくれます。

#### 【高価買取が可能な理由】

国内外の多数のバイヤーや時計コレクター等と独自のつながりがあるので、いつでも高額査定を実現可能。買取額アップキャンペーンなどは実施せず、いつでも最高額を提示。

#### 【2025年 年賀はがき買取中】

未使用のもの、書き損じのもの、いずれも1枚80円で買取中 (上限1人5枚まで)。ブランド品等買取成約時は枚数上限をアップ！

## おたからや フジグラン丸亀店

☎0120-425-139

📍 丸亀市川面町南1280-1  
フジグラン丸亀専門店6F  
🕒 10:00~19:00 (日祝~18:00)  
📅 水 有 古物商許可証番号 東京都公安委員会 第307752117551号



## 食宅配サービスのヨシケイ香川



春のキャンペーン  
2/26(水)最終締切  
(~3/3週号まで)  
1セットにつき  
**500円OFF**  
数量・組み合わせ自由  
1セットからおためしLOK!

くわしくはこちら  
※最大2,500円引き (5セット分まで)  
※特別販売商品は対象外  
※はじめてご利用の週のみ対象  
※他キャンペーン併用不可

**YOSHIKEI!**  
詳細・申込はWebまたはTELにて  
TEL.0120-15-3370  
(月~金:9:30~17:00)

## 「林総合保険事務所の佐々木です」



### 新生活は保険のはじめどき 子どもの保険相談会を開催

子どもが一人暮らしを始める、車を買った、新中学生で自転車通学を始めるなど。新生活が始まる春の保険は意外と選択肢が多く、検討する時間が必要です。今のうちに保険の知識を身につけましょう。ニースの相談も受付中！

#### 【子どもの保険相談会】

- ①2/15 (土) 13:00~
- ②2/19 (水) 10:30~
- ※いずれも1時間程度

場所：林総合保険事務所  
※まずは電話予約を  
【取り扱い保険】  
●火災保険 ●地震保険 ●生命保険 ●自動車保険 ●貯蓄性の保険 ●病气・ケガの保険 他

## 林総合保険事務所

☎0877-25-9330

📍 丸亀市土器町西5-14  
🕒 9:00~18:00  
📅 土、日、祝  
🚗 有



## 手入れの行き届いた、設備の整った霊園です



### 予約不要！だからいつでも見学OK 最後のお別れを心を込めてお手伝い

花いっぱい、瀬戸内の島々が見える景色の良い霊園で、最愛のペットと後悔しないお別れを。施設を全リニューアルして畜場・納骨堂・散骨堂を完備。最新の動物専用火葬炉と飼い主に寄り添った誠実なサポートで希望に沿ったお見送りが叶います。

#### 畜場・納骨堂・散骨堂完備

- 合同葬 (小型・猫) ..... 15,400円~
- ※合同納骨堂で永代供養6,600円
- 個別葬 (小型犬) ..... 25,300円~
- ※体重別 (小動物も含む)、合同葬、個別葬により料金が変わります

#### ペットのお迎え可能

その他詳細はQRからWEB.または問い合わせを

## 香川ペット葬儀社 海岸寺ペット霊園やすらぎの里

☎0877-32-3799

📍 仲多度郡多津町西白方1020-8  
🕒 8:00~17:00 (電話受付24時間)  
📅 無休  
🚗 有



## 健康な牛から生まれたおいしい牛乳を食卓に



### 飲めば違いが分かる鮮度と濃厚さ 宅配専用牛乳「厳選・大山牧場」

新鮮・安全で濃厚な牛乳を中心に宅配。白バラ牛乳の中でも「白バラ特選牛乳」の基準をさらに上回る生乳のみを特別に集乳した「厳選・大山牧場」が人気です。宅配無料、在宅不要の専用ケースもあるので便利です。

#### 1週間に180ml3本から無料宅配

- ◆厳選・大山牧場 ..... (180ml) 178円~
- ◆白バラ特選牛乳 ..... (180ml) 167円~
- 飲むクロレラ・ヨーグルト・青汁  
その他機能性飲料各種取り扱いあり  
各事業所や会社への宅配もOK!

#### 【利用者の声】

●濃い牛乳の味に驚いた  
●食の細いうちの子も喜んで飲んだ!

## 配達エリア：坂出・多津・丸亀・多度津・詫間ほか みるくフーズさめぎ

☎0120-369-167

📍 坂出市川津町4283-1  
🕒 9:00~17:00  
📅 水、土、日  
🚗 有  
※留守番電話の場合は折り返しあり



月刊マルタ

Web会員「Smile+ (プラス)」  
登録で1,000Pプレゼント  
(初めての方限定)  
※初回注文から4週間以内

ヨシケイ香川

月刊マルタ

無料保険相談  
実施中

林総合保険事務所

月刊マルタ

予約時「マルタを見た」で  
メモリアルグッズプレゼント

ペンダント・チャーム・足型・通毛ケースから選べます

期間：25.2.28 海岸寺ペット霊園 やすらぎの里

月刊マルタ

まずは飲んでみて！  
0120-369-167

みるくフーズさめぎ

# 「ソラマドの家」誕生

予約  
不要

2.22Sat 23Sun 24Mon  
10:00-17:00

## Point

- ①ソラマドキッチン採用
- ②スキップフロアの遊びスペース
- ③充実の収納とランドリー
- ④ソラマド(中庭)あり



## 開催場所

丸亀市郡家町

MAPはこちら



ソラマドの家 [センコー産業株式会社]  
Tel.0120-49-7257

綾歌郡宇多津町浜三番丁22-4 国土交通大臣免許(10)第3261号

詳しくは  
HPを  
ご覧ください



# ハウジング ガイド

家づくりの第一歩  
モデルハウスを見に行こう。



リノベーション住宅

しわく堂の

- | 補助金
- | 物件探し
- | 耐震・断熱

Shiwakudo



リノベ  
傑作事例集



# エアコン1台で全館空調

2/15(土)  
▶24(月)祝



エアコンが見当たらない!? 全館空調

# Open House

予約制

時間 10:00~16:00

場所 坂出市林田町  
M様邸



※画像は完成イメージです。家具等は含まれません。

エアコン1台で全館空調

家中快適温度

高气密高断熱

気密測定済み住宅



株式会社  
住まいる館

前日・当日の見学ご予約はお電話にて受付  
10:00~18:00 木曜日、第2・4水曜日 丸亀市金倉町1430-1  
0120-637-832 住まいる館

# “こぢんまり”がこちち良い。

完全予約制の完成見学会

2/8・9 STA SUN

開催場所 | 香川県丸亀市川西町

※場所の詳細情報は、ご予約後にご連絡します。 受付時間 | 10:00~17:00

2人暮らし、シニアさま向けプランの相談もOK!

0120-313-736

<https://www.daiei-house.jp>



HPからのご予約なら  
24時間受付中!

(左のQRコードをご利用ください)

使われずに放置された  
田んぼを宅地に。  
農地転用  
もお任せください!!



株式会社 **ダイエイハウス** 一級建築士事務所

本社土器川オフィス：丸亀市飯野町東二 657-5 | TEL.0877-21-4123



## のっつーブログ vol.78

社員版

賃貸・売買営業課 井上学

42歳、一児の父。昔は可愛かったが今はネット動画ばかり見て話を聞かない我が子の成長に戸惑う日々。今はお客様の助言を頂きながら子育て勉強中です。



コスモ不動産  
野津篤生社長

### 部屋探しのポイントはココ!

#### ①内見で日当たりをチェック

写真ではわからない重要ポイント。見落としがちですがお部屋の日当りは毎日を健康に過ごす上でとても重要です!

#### ②古い物件も画像でチェック

築年数だけで物件を絞っていませんか?古くても大幅リフォームで新築並みにきれいな物件も。しかも築浅物件に比べて家賃も手頃な掘り出し物も!

#### ③インターネット無料かチェック

Wi-Fiのスピードにこだわらないならネット無料物件は魅力的!間取り・築年数・家賃が同じでもネット無料は大変お得ですね!

#### ④繁忙期の部屋探しはスピードが命

毎年この時期は人気物件から減って3月には売れ残りが目立つ傾向があります。今もし気になる物件があれば急いで内見した方が良いです!毎年3月初めは争奪戦なんです!

以上、参考にして頂けると幸いです。弊社ではアパマンショップ丸亀店のサイトから来店ご予約が可能です。ぜひご利用ください(^^)

コスモ不動産 丸亀市中府町三丁目1番1号 ☎0877-25-0856

## お部屋探し、やってみた。

まもです。引越するタイミングって滅多にありません。ネットで物件を検索はできるけど、どのタイミングで動く?どうするのが正解?そこでお部屋探しのシミュレーション、実際にやってみました!

お部屋さがしはここから



### 1 まずはネットで気になる物件を探してみる

※お部屋探しワンポイントはのっつーブログ参照



### 2 アパマンショップ丸亀店に来店予約

ここから予約 電話不要、24時間カンタン予約!  
※繁忙期は特に予約がおすすめ

### 3 予算や譲れない条件などを詳しく伝える

ブログが思いがけない「良い物件」を見つけてくれるかも!

### 4 実際に見てみたい物件を内見する

感想

電話しなくても24時間いつでも予約できて便利でした!あと自分でお部屋探してもいいけど、窓口でいろいろ相談していると「こんな物件どうですか?」といった提案が。もうプロに丸投げでもいいのかもしれない(笑)。とにかく今の時期は人気物件からどんどんなくなるそうなので、予約は早めに!



コスモ不動産  
REAL ESTATE SERVICES  
丸亀市中府町3丁目1番1号

お問い合わせ・お申し込みは...  
☎0120-34-8000

E-mail: info@cosmo2103.com

営業時間 平日・日・祝 10:00~18:00  
休日・水曜日、年末年始、GW、お盆

宅地建物取引業香川県知事免許(3)第4253号 賃貸住宅管理業国土交通大臣(1)第2891号



## みんなのペット大集合





# 申込は驚異的に簡単・親切・あっけなし！ 坂出自動車学校で普通免許取得してみた(申込編)



写真撮影もその日のうちに



視力検査は30秒で終わった



普通免許は「大人の階段」ですよ



知りたいこと、大事なことで過不足なく教えてくれた

ともの息子が高3で普通免許取得のお年頃。  
本人の希望は「いつも何かやっている坂出自動車学校」。  
「ならリアル・普通免許取得のルポ書いて」とくすからのムチャ振りが！

## 高3冬、普通免許の 取りどき到来

免許取得の都合はみんなそれぞれ。うちは春からJrRで通学するので、時間に余裕のある今のうちに取っとくかなあ…くらいなのんびり派。そもそも免許って何日くらいで取れるわけ？確か早いゆつくり、みたいなコースがあるよね。

## 悩む前に直接行くのが いちばん

HPに説明はあるけど結局自分たちがどうなるのか読めない。もう直接乗り込むか。

急なアポ電だったが「せひせひ！今からなら10時半ごろに人が少ないですよ」とのお返事。さっそく親子で突撃だ。対応してくれたのは電話で感じ良かったお姉さん。「実は…(省略)」と、我が家の都合を伝えると…。

「お急ぎではないのなら『スケジュール40』が価格的にもおすすりめです」と、最適コースをさっと教えてくれた。順調にいけば3月中に取れそう。思ったより早いじゃないの！

## 全部おまかせ、 ぜんぜん難しくなかった

日程組み大変？空気がないと夏になる？と不安で「まず相談だけでも」と思ってたのに、気づけば申し込んでいた(笑)。こちらの都合を伝えただけで日程は全部組んでくれるんだって。結論として「おまかせが最高」。免

許取るならすぐ電話して、自動車学校で直接相談するのが圧倒的に早い！簡単・間違いがない！

さらに、いろいろ調べて比較した上で大人が同行して申込んだ時に効く「パパママありがと割」「友達と一緒に予約する「一緒に免許割」、さらに5人一緒に+安心パック加入で某テーマパークの券がもらえる(笑)」とか特典盛り沢山！とにかく早めにツレを見つけて早く申し込むのが超おすすりめなことが判明した。

## 冬休み2月はいちばん混む

ところで卒業シーズンの今の状況はどうですか？城金学校長。

「お急ぎのお客様はなかなか大変です。今は年でいちばん混む上に、どう急いでも1日の乗車時間の上限が法律で決まっているんです」

最短でも17日はかかるみたいだが、混んでる今だと厳しいだろうな。3月末までに取得を目指すとして、まだ入校できますか？

「あ…お急ぎください(ニコッ)」まだの人！とにかく急いで電話を！

お客様の一生の思い出づくりをサポート！  
**坂出自動車学校**  
香川県公安委員会指定

☎ 0120-11-5658

坂出市西大浜北1丁目4-1  
9:00~22:00(土日8:00~20:00)

坂出自動車学校  検索



コースやプランなどは  
ホームページから



Instagramは  
こちらから

## 渡邊司法書士事務所 相続無料相談会

2/8

4/1から義務化された相続登記のほか、相続放棄や遺言、生前対策など、相続にまつわる相談が可能。1組約1時間とじっくり話を聞いてくれます。



2/8 (土)  
9:00~17:00  
丸亀市ひまわりセンター4F  
丸亀市大手町2-1-7  
無料 (1組約1時間、予約優先)  
渡邊司法書士事務所  
※予定が合わない場合は別日程で相談可

☎0877-89-6988

## エムシーアヴァンセ 仕事説明会

2/5

地元求人強い！丸亀市をはじめとした豊富な周辺エリア求人の中から、様々な働き方の相談に乗ってくれます。内容はもちろん、短時間求人など気軽に相談できます。



2/5 (水) 2/19 (水)  
①9:30~11:00 ②13:00~14:00  
①ハローワーク坂出 ②ハローワーク丸亀  
無料 ※予約優先  
株式会社エムシーアヴァンセ  
https://www.mcavance.com/  
巻末の求人ページで内容もチェック！

☎0120-89-4788

## 第11回 宝探しマルシェ

2/2

写真スタジオ、しおり作り、プログラミングなどプチお仕事体験ブースが登場。11:00~ツリーハウス付近で豆まき、13:30~カフェ結入り口付近でお餅つきも。キッチンカーもあり！



2/2 (日)  
10:00~15:00  
どろんこ亭2F&カフェ結レンタルスペース  
丸亀市中津町756-5  
NPO法人チームフラッグ

☎090-4938-6835 (秋庭)

## メディカルフィットネスBELIEVE 無農薬・有機野菜の販売

2/1

毎週土曜日、地元農家さんから仕入れた新鮮な無農薬野菜や有機野菜を販売(店頭または店内カフェスペース)。カフェのみの利用も可能です。



2/1 (土) ~毎週土曜  
9:00~20:00  
メディカルフィットネスBELIEVE (ヒリープ)  
丸亀市田村町1780-1

☎0877-35-8648

## はら会計事務所 はらっちによる 税の無料相談会

2/8

身内が亡くなった時、問題になりやすいのは相続税です。事前に相談しておくことでスムーズに対応できます。まずは気軽に問い合わせを。



2/8 (土)  
9:00~18:00の間で1組約1時間  
はら会計事務所  
丸亀市嵐山町川原925-1  
無料 (要予約)

☎0877-85-9240

## おひなた司法書士事務所 相続の60分無料相談会 「まだ一人で悩みますか?」

2/8

Googleレビューで多数の口コミ、高評価のあるおひなた司法書士事務所が無料相談会を開催。相続の悩みを相談でき、司法書士が対応してくれます。



2/8 (土)・10 (月)・13 (木)・15 (土)  
①10:00~ ②13:30~ ③15:00~  
おひなた司法書士事務所  
綾歌郡宇多津町浜六番丁85-12  
ファミーユ中山103  
無料 (要予約) 定員各日先着3人  
https://nkagawa.jp/

☎0877-85-3931

## ひまわりセンター カミカミゴックンの必勝法 ~口から健康への道しるべ~

2/4

ゴホゴホとむせることがある、ゴックンと飲み込みづらくなってきた、かむ力が弱くなってきた気がする…。いつまでもバクバク美味しいものを食べたい人！必見の講座です。



2/4 (火)  
10:00~11:00  
ひまわりセンター 4F研修会議室1・2  
丸亀市大手町2-1-7  
参加費300円 対象20歳以上、定員50人 (申込先着順)  
講師は四国医療専門学校専任教員で理学療法士の中山直樹さん

☎0877-58-2061

## 古い着物を生かす会・透綾 (すきや) (冬季) お宝着物バザー

2/1

冬・春の着物や帯・和装小物などの処分市を開催。春の掘り出し物・お宝探しに出かけてみませんか。



2/1 (土) ~12 (水)  
11:00~16:00  
透綾工房  
丸亀市川西町北2162  
古い着物を生かす会

☎090-9770-3486 (西川)



林総合保険事務所

新NISA・  
お金の貯め方セミナー

新NISAが始まって1年。周りですでに始めた人もいけれど、まだよくわからなくて...という人、今からでも遅くありません！新NISAについて詳しく解説してくれます。



- ① 2/15 (土) ② 2/19 (水)
- ① 13:00~ ② 10:30~ ※いずれも1時間程度
- 林総合保険事務所
- 丸亀市土器町西5-14
- 無料 ※要予約

☎ 0877-25-9330

しわく堂

畑のなかのエLEGANS プンカノカ  
OPEN HOUSE@観音寺

観音寺市の田園に佇む築70年の農家屋をリノベーション。耐震、断熱、気密も新築と同じクラスの仕様となるよう改修しています。ぜひ体感しませんか。



- ① 2/15 (土)・16 (日)
- ① 10:00~15:00
- 観音寺市 (申込後詳細をお知らせ)
- 無料 ※予約制
- 電話または下記URLから要申込
- https://x.gd/YLGCC

☎ 0875-23-6535

未来ISSEYのこども食堂

色えんぴつ食堂

楽しく遊んで、美味しいご飯を食べよう！Wi-Fiフリー&ボードゲームも遊び放題。日曜日には毎回楽しいイベントを用意。ぜひ親子で参加して！



- ① 2/12 (水) ② 2/23 (日・祝)
- ① 17:00~18:30 ② 10:30~12:30
- みらいキューブ
- 丸亀市霞町17
- 参加費子ども100円、高校生・大人300円 (食事代込み)
- 右記URLから申込 https://x.gd/lbnlj
- NPO法人未来ISSEY

☎ 0877-35-8115

フリーマーケット

掘り出し物いっぱい、手作り品も並ぶフリーマーケットを開催。キッチンカーもやってきます！



- ① 2/9 (日)
- ① 9:00~16:00
- たくま歯科医院駐車場
- 丸亀市霞町32-1
- 問い合わせは下記メールアドレスへ
- sutemelz-temp@yahoo.co.jp

-きせつのマルシェ-  
Valentine Market

フード、スイーツのほかネイル、小物などさまざまな店舗が揃います。※詳細はInstagramを確認



- ① 2/16 (日)
- ① 10:00~16:00
- こめっせ宇多津
- 綾歌郡宇多津町1882-3
- ALMIS
- InstagramID : kisetsuno\_marche

☎ 0877-49-6638

第2回 四国ほっこり  
マルシェ in 香川

昨年大好評だった1回目に続き、2回目を開催。アゼリアのチーズケーキ、自然食品やお弁当、古いブースやヘッドマッサージなど、今回も内容盛りだくさん！昨年オープンした話題のカフェも初出店します。



- ① 2/15 (土)
- ① 10:00~16:00
- ユープラザうたつ1F
- 綾歌郡宇多津町浜六番丁88
- 入場無料
- 四国ほっこりマルシェ事務局

☎ 0877-85-3890

りんりん歌声クラブ  
歌声サロン  
体験レッスン

シニア向け歌声クラブ。ピアノの生演奏に合わせて、楽しく懐かしい歌を歌いましょう。身体を動かしながら健康&脳トレに！



- ① 2/14 (金)・28 (金)・3/28 (金)
- ① 10:30~11:30
- 蓮池公園健康運動センター
- 丸亀市中府町1-1
- 上記いずれか1回1,000円 ※要申込
- りんりん歌声クラブ

☎ 090-1003-1329 (平木)

プチ出前児童館  
たのしいひなまつり

手遊び歌・ふれあい遊び・パネルシアターなど、児童館の先生と一緒に遊びませんか？工作では手形アートを作ります。手形を乾かすので10:20までに来てください。



- ① 2/12 (水) ② 2/20 (木) ③ 10:00~12:00
- ① 綾歌保健福祉センター
- ② 飯山総合保健福祉センター
- ③ 丸亀市綾歌町栗原西782
- ④ 丸亀市飯山町下法華寺581-1
- 無料 定員親子10組、対象は未就学児の親子
- 持ち物など：おしりふき、タオル、汚れてもいい服装
- ☎ 0877-35-8370 (綾歌) ☎ 0877-35-8170 (飯山)

令和7年  
節分祭

「豆まき」で、こんぴらさんのご加護をいただき、新しい年をしあわせに過ごしましょう。

とき 2/2 (日) 14:30~... 祭典  
15:00~... 豆まき

福イルカ ことちゃんファミリーと一緒に！  
他にも特別ゲストのキャラクターが来るかも...

場所 金刀比羅宮 御本宮 南渡殿(長廊下)前

福男・福女募集

- 先着20名様、参加条件なし
- 12:00~13:30 御本宮前御神札授与所の巫女にお申し出下さい
- ※雨天や積雪など悪天候の場合、「豆まき」は中止致します

「うどん脳」  
参加決定!!



景品プレゼント

祭典の後、ことちゃんファミリー達が南渡殿(長廊下)からご参拝の皆さまに、福まめ・紅白餅・お菓子詰め合わせの袋をまきます(袋に「当たり」があれば、特設交換所にて景品をお渡しいたします) 詳しくはこちらから



金刀比羅宮



る、家族団らん、寝る。好きなことやとるときのほうが何よりのリラックス法ですな。(あー) ■やっぱりお風呂ですかね。冬は42度に設定して1時間ぐらい入っています。動画見たり漫画読んだり。誰にも邪魔されない毎日の至福の時間です。(ゆう) ■休日昼間から2時間ものサスペンスドラマをエンドレスで観ることで。柴犬まるちゃんを横にはべらせて昼ごはんやコーヒー飲みながらひたすら観る、最高！(まるはは) ■コーヒーでほっと一息していましたが、最近は熱々のお茶で息抜きすることが増えてる気がします。夕飯の後、時間のある時に。(よし)

イベントに関するお知らせ

中止や変更になる可能性があります。  
問い合わせは、各イベント主催者に直接ご確認をお願い致します。

満濃池森林公園

冬のネイチャーゲーム

2/23

親子で楽しむ冬のネイチャーゲーム。園内を巡って自然を観察したり、体を動かすゲームも開催。楽しい休日をご過ごしませう。



2/23 (日・祝)  
9:00~12:00 (9:00~9:30受付)  
満濃池森林公園 森林の館  
仲多度部まんのう町七箇字三田4109-24  
無料 (2/14~20で申込、8:30~16:30)  
森林公園管理事務所  
https://mannou-mori.com/

☎0877-57-6520

行政書士志賀紀之事務所

家族と財産の未来への道しるべ  
遺言の基礎知識

2/22

「遺言で本当に必要?」「遺言はいつ書けばいいの?」などの疑問に対する答えを見つめるための講座。参加者からの質問にも答えてくれます。



2/22 (土)  
10:00~11:00  
マルタスROOM2  
丸亀市大手町2-4-10  
無料 ※エンディングノートのプレゼントあり  
申し込みはHPまたは電話で  
https://yuigonfree.hp.peraichi.com/free

☎0877-89-6792

坂出市番の州公園

ガーデンセミナー  
「松の剪定と管理」

2/16

松の剪定方法や防除方法について、専門技術者から学べる講習会です。その他、ガーデニングや園芸相談も受け付けてくれます。



2/16 (日) 13:30~15:45  
坂出市番の州公園 管理事務所  
坂出市番の州公園5  
参加費1,000円 定員先着20人 (2/3~要申込)  
FAXまたはEメールで  
坂出緩衝緑地 管理事務所  
FAX0877-43-5213 E-mail:info@bannosu5.com

☎0877-45-6820

丸亀市生涯学習センター

シニアのスマホ教室  
いまさら聞けないスマホテクニック

2/16

今からスマホを持つ人、スマホを持っているけど機能を十分に活用していない人のための講座。スマホが普及してきた今、使い方を習ってみませんか? スマホはAndroidを用意していただけます。



2/16 (日)  
10:30~15:30 (12:30~13:30休憩)  
丸亀市生涯学習センター 4F講座室1  
丸亀市大手町2-1-20  
1,000円 (教材費、通信費含む)  
対象おおむね50歳以上、定員16人  
https://www.instagram.com/manabiiland/

☎0877-23-1091

NICETOWN×セト宇多津

KIDS習い事ハンター

2/24

硬筆、空手、幼児教室、プログラミング、英語、ピアノの教室が満載。いろいろな習い事を体験して「好き」を見つけよう。キッチンカーもやってくる!



2/24 (月・振替)  
10:30~16:00 (受付10:00~) ※各回30分  
セト宇多津 綾歌郡宇多津町浜三番丁30-1  
無料 小学4年生以下対象 前日までに下記URLから予約  
※2/1 (土) 10:00~予約開始  
ナイスタウン  
https://x.dog/a/EUSC

☎087-862-7100 (9:30~18:00)

丸亀調停協会主催

裁判所の(調停委員による)  
民事・家事調停手続相談

2/22

こんな悩みはありませんか? 離婚や子どもの養育費、相続(遺産分け)、金銭の貸し借り、近隣とのトラブル、不動産に関する紛争など。まずは相談を(秘密厳守!)。



2/22 (土) 10:00~15:00  
ZENキューブ4F (旧総合会館)  
普通寺市文京町2-1-4  
無料 (予約不要)  
高松地方裁判所丸亀支部  
※調停手続相談に関する問い合わせをさせていただきます

☎0877-23-5270

エムシアヴァンセ

まるがめ子ども食堂  
sunny (サニー)

2/22

みんなで遊んで、ご飯を食べよう! 宿題したりお話をしたりと自由に過ごせる場所です。子どもの笑顔を守りたい思いから生まれた子ども食堂です。



2/22 (土)  
11:00~15:00  
丸亀市飯山総合保健福祉センター  
丸亀市飯山町下法華寺581-1  
子ども無料、同伴の大人は別途300円 定員25人  
※対象は18歳未満の子ども、要事前予約

☎0120-89-4788

飯山総合学習センター

丸亀ユニオン  
どきどきコンサート

2/16

いろいろな曲をコミカルに演奏して、みんなが楽しめるコンサートです。丸亀ユニオンは1983年に結成、ビッグバンドのような構成です。ぜひ親子で楽しんで!



2/16 (日)  
14:00~1時間くらい  
飯山総合学習センター 2F研修室  
丸亀市飯山町西坂元547-1  
入場無料 (誰でもOK) ※要申込

☎0877-98-3319

イオンタウン宇多津 2月のイベント AEON TOWN

2/20 2/27 お客様感謝デー  
木 - THU - 木 - THU -  
お楽しみ抽選会  
時間▶13:00~14:00 場所▶1階 中央入口

当日のイオンタウン宇多津全店でのお買上レシートのご提示(マルナカも対象です)税込1,000円毎に1回抽選  
※1人1日最高5回、1家族最高10回まで※合算レシートは1店舗2枚まで、破損レシートは対象外

1等 チーズケーキベリイ東京 チーズサンド  
2等 ロイヤルスタイル キッチンセット  
3等 ジップロック スタリューロック

※画像はイメージです

2/9 先着40名様  
日 - SUN -  
バレンタインチョコ  
先着プレゼント

時間:13:00~14:00 ※チョコがなくなり次第終了  
場所:1F ペットショップワンラブ前特設会場

イオンタウンアプリの引換クーポンとイオンタウン宇多津全店の当日レシート  
税込2,500円以上の提示で1つプレゼント

※合算レシートは1店舗2枚まで  
※マルナカイオンタウン 宇多津店のレシートも対象

チョコサンドのイメージ

※画像はイメージです

# バースデーキッズ応募フォームは2月1日正午に受付開始します。

※読者の皆さまからお寄せいただいた個人情報是对象コーナーに掲載する他に本人の同意を得ず第三者に開示することはありません



## Birthday Kids バースデーキッズ


### 万象園で働くスタッフのご案内！ 月刊 中津万象園

vol. 12  
山茶花の道  
さざんかのみち

スタッフが独自の目線で万象園の魅力を紹介する「月刊中津万象園」。  
第12弾は、万象園の未来を背負って立つニューリーダー、堀口先生です！

昨年春から、造園課課長として庭園管理の責任者に就任しました。入社してからずっと、田口さん(前課長)の背中を追いかけてきましたが、今は自分が模範となる立場。身が引き締まる思いの1年でした。



限られた予算と人員での庭園管理は、本当にやりくりが大変です。庭は生き物ですから、手入れを怠ると一瞬で荒廃してしまいます。一方で、文化財として恒久的な存在でもあり続けなければいけない。常に変化していく生き物を相手に、変わらないことを求められる難しさは、やっぱりありますよね。

そんな私の心を癒やしてくれる場所が、園内最西端にある山茶花の道です。彩りが少ない冬の園内で、シシランサザンカが毎年この道の両サイドに赤い花を咲かせています。背の高い白いサザンカもあり、コントラストがとても美しいですよ。



堀口さん

**今月のガイド**  
入社何年目？  
26年目です  
何をしています？  
造園課課長です  
最近悲しかったことは？  
丹精込めて育てた家庭菜園のサツマイモを、全部イノシシに食べられました

#### 実はこんな人

高校時代は乗馬部だった堀口さん、今は鉄の馬(バイク)に乗り換えて、休日のツーリングを楽しんでいます。一緒に人生のツーリングをしてくれる女性も引き続き募集しています！

## はのおはなし

### 虫歯じゃないのに「歯が痛い」ケース

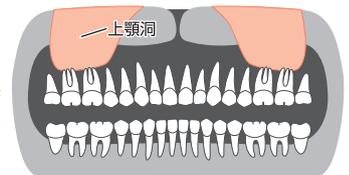
「歯が痛い」と言って来られて、診察してみたら虫歯がないケース、たまにあります。その歯の位置が上の歯の奥歯だったら「上顎洞炎」であることが多く、痛みの原因もそこから発生しています。

上顎洞炎とは、鼻の横にある「上顎洞」に炎症が起こる病気です。その空洞の下部に膿がたまることで様々な症状を引き起こします。鼻水や鼻づまり、頭痛、目の周りの違和感、そして歯の痛みなど。

上顎洞炎の原因は2つあり、多くの場合は鼻が原因で起こります。その場合は先に紹介したように、「虫歯じゃないのに歯が痛い」ことで、歯医者さんで「上顎洞炎じゃないかな」と気づき、耳鼻科にバトンタッチするケースです。

もう1つは、歯が原因で上顎洞炎になるケースです。虫歯が神経まで広がり、または歯周病が進み、ばい菌が上顎洞にまで入ってしまうと、やはり「上顎洞炎」になってしまいます。この場合は耳鼻科で鼻の治療をしつつ、「歯の治療もしてね」ということになります。

上顎洞炎は珍しいものではなく、当院でも時々見られます。寒いこの時期は、乾燥によりお口も鼻もトラブルが起きやすいので、加湿を心がけてくださいな!



大西歯科医院 上顎洞炎の症状としては、目の下あたりの痛みに加えて、走ったりジャンプすることで響いたり痛みがあるとよく言われています。

大西歯科医院 OHNISHI DENTAL CLINIC TEL 0877-24-6492 丸亀市前塩屋町一丁目9-7 Web予約はこちら



マルータ設置場所がGoogleMapになっている  
すぐに道案内できてとっても便利  
もちろん無料!



※状況により各設置場所が休館・休業になる場合があります

## マルータ置いてるスポット、どんどん増殖中!

### 丸亀市

JR丸亀駅観光案内所  
丸亀城内観光案内所  
マルタス  
オルデ通町  
サンテ・ペアーレ  
コムコムひろば  
ピカソスタジアム  
レクザムボールパーク丸亀  
ハローズ(中府店・丸亀店)  
パワーシティ丸亀店  
マルハン丸亀店  
もち丸福  
31アイスクリーム(丸亀店・丸亀南店)  
ののほなばん(飯山町)  
綾歌総合文化会館アレックス  
飯山総合学習センター  
ピカソこんびら街道店  
マルナカ飯山店  
まちの駅 秋葉の館  
セブンイレブン丸亀段町店  
コープ郡家  
ウェルビー スポーツ&スパ  
モダンプロ丸亀店  
セブンイレブン丸亀城前店  
コープかがわ ここね飯山  
丸亀スターボール  
みらいキューブ

### 宇多津町

ユーブラザうたづ  
ゴールドタワー  
イオンタウン宇多津  
宇多津町役場まちづくり課  
四国健康村  
香川短期大学  
マルナカ宇多津店  
南部すくすくスクエア  
うたづ海ホテル  
新鮮市場さむら宇多津店  
コープうたづ

### 高松市

31アイスクリーム高松レインボー店  
31アイスクリーム高松屋島店

### 坂出市

ハローズ坂出林田店  
セブンイレブン坂出江尻町店  
セブンイレブン坂出川津町店  
セブンイレブン坂出北インター店  
産直市八幡  
坂出自動車学校  
坂出駅観光案内所  
コープ坂出

### 普通寺市

JR普通寺駅  
普通寺市観光交流センター  
五岳の里市民集いの丘公園  
まんてがんおしゃべり広場  
普通寺産直ふれあい市  
大師酵素浴

### 観音寺市

讃岐らあ麺伊吹いりセンター  
マルナカ枳田店  
マルナカ観音寺店  
マルナカ八幡店  
マルナカ豊浜店  
マルナカ大野原店

### 三豊市

マリウエーブ  
ピカソ詫間店  
ピカソ浜田店  
ピカソ三野店  
讃岐ラーメンはまんど  
DEMI 1/2  
スピッツ・ペーカリー  
マルナカ山本店  
マルナカ豊中店

### 琴平町

マルナカ琴平店  
ローソン琴平町榎井店

### 多度津町

JR多度津駅  
サクラートたどつ  
HOTEL TOYOTA  
マルナカ多度津店  
かんばら調剤薬局  
ほほえみ薬局  
子育て世代包括支援センター・ピーチ  
ザ・ビッグ多度津店  
ファミリーマート多度津南鶴店  
ファミリーマート多度津東港店  
ローソン多度津堀江店  
ローソン多度津町三井店  
セブンイレブン多度津町葛原店  
カットハウス ハッピー  
ピカソ多度津店

### 観音寺市

讃岐らあ麺伊吹いりセンター  
マルナカ枳田店  
マルナカ観音寺店  
マルナカ八幡店  
マルナカ豊浜店  
マルナカ大野原店

### まんのう町

満濃池森林公園  
夢ハウス協栄  
マルナカまんのう店  
マルナカまんのう公文店  
ファミリーマートまんのう町吉野店  
ファミリーマートまんのう町公文店  
ローソンまんのう町吉野下店  
ローソンまんのう町買田店



いさな  
唯真くん 27日生まれ



ゆうき  
結貴くん 16日生まれ



そら  
空花ちゃん 22日生まれ



はるき  
陽希くん 23日生まれ



こなつ  
小夏ちゃん 14日生まれ



あおと  
碧社くん 1日生まれ



いと  
郁翔くん 9日生まれ



まほ  
真帆ちゃん 12日生まれ



ゆうと  
佑都くん 1日生まれ



ゆうま  
佑真くん 1日生まれ



ゆいと  
唯斗くん 5日生まれ



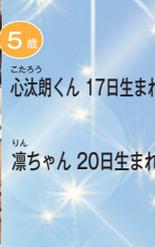
はると  
陽斗くん 5日生まれ

## 3月生まれキッズ募集!

- 年齢はお誕生日を迎えた時の年齢をご記入ください。
- 発行月が誕生日の方に限らせていただきます。



2歳



5歳  
こたろう  
心汰朗くん 17日生まれ

りん  
凛ちゃん 20日生まれ

### ①月刊マルータ2月号、いかがでしたか?

巻頭企画や表紙、広告などへのご意見なんでもどうぞ!

### ②マルータを見て行ったお店を教えてください!

「おいしかった」「感じが良かった」など、お店のご意見ご感想なども教えてください!

### ③あなたのおススメ教えてください!

新しいお店、素敵なお店、おすすめのスポットなどその理由も教えてください!

### ④来月のお題「やめられないあなたのクセ」

ついつい言ってしまうログセ、自分でもダメダメだと思っている悪いクセなど、あなたのクセを教えてください!



vol.15

知ってほしい、発達障がいのこと。

ASDのA君の話

療育を受けずに大きくなったASD(自閉症スペクトラム)のA君。ASDは視線が合いにくい、表情が乏しい、人見知りしない、後追いをしない、一人遊びが多いなどの特性がありますが、幼児期は手がかからない「大人しい子」が多いです。A君も発語がなく、呼びかけにも反応が薄い子でした。とはいえ、誰かに迷惑をかける事はなかった。お母さんは違和感を蓋をしました。そして発語がなく、指示も通らないまま、小学校の特別支援級へ、「いつか」を信じて療育には通わなかった結果、中学

年になる頃には自分の思いを言葉で伝えられない、嫌な時は暴れることでしか表現できなくなっていました。そして二次障がいを引き起こし、自傷行為まで始まってしまいました。もうこうなつてから療育をはじめようとしてもとても難しいのです。でき

るだけ早く子どもの特性に気づいて理解支援し、ストレスを感じにくい生活習慣や環境を整えることが何よりも大切です。私の長男もASDです。長男も発語がなく、1歳で「これは…」とすぐに児童発達支援センターへ。必死に療育を続け、4歳で初めて「ママ」と呼んでくれました。そこからは一気に言葉が増えました。6歳で進級先は特別支援学校。生活の自立、「生きる手立て」を伝えてくれるからです。そこおかげもあって今も精神年齢は6歳程度ですが、仕事をし

て豆柴カフェに通う、という趣味もつけて楽しんで生活しています。今の生活は療育がなければあり得なかったと思います。だからこそ、早期療育の大切さを知ってほしいのです。

今すぐ行動することで将来、子どもが生きやすくなるだけではなく、お母さん、お父さんもきっと楽になります。未来のために歩み出してみませんか?お電話お待ちしております。



児童発達支援管理責任者 田中ゆり

### 療育無料体験実施中

対象:1歳半~(未就学児) TELにて要予約

児童発達支援・指定放課後学習支援サービス

HAPPY SMILE (ハッピースマイル) 宇多津校

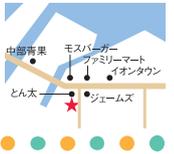
TEL0877-85-6886 TEL080-5621-9148

住 綾歌郡宇多津町浜五番丁

61-5 ロフティN1-1

時 平日、土9:00~17:00

休 日、他



今月のメ切は2月14日(金)必着です

今月のナイス

1月号がVol.111ですね!ゾロ目が新年から縁起物です。  
今年もよろしくお願ひします。  
(モーリさん 40代)

モーリさんこちらこそ今年もよろしくお願ひします!それにしても!確かにゾロ目でしたね。  
それに気づかず偶然犬特集わんわん。そこはともかく笑、どうか皆さんにとって楽しくて  
健やかで、有意義な1年になりますように。(くす)

1月号の感想

♡ジモ犬、めっちゃ可愛いかった!癒し。(らんちゃん 40代)

♡リリーダズルーム楽しみにしています。坂出の名前のわかにないお豆腐屋さんが美味しい...という口コミ、次の号でそのお豆腐屋さんの名前が!笑。1ヶ月おきの文通のようで面白くて読者と一緒につづる感じが素敵でした。ここどこなん?の回答:画像検索は今時です!笑!(まるさん 30代)

♡こんびらさんにお参りしよう。わんちゃん登るの大変です。足ガクガク。(ゆつくん 60代)

♡大西先生の歯のおはなし、私の歯にはひびが入っておりマウスピースをして眠っていません。ひびを治せるなんて知りませんでした。(しよこさん 60代)

♡坂出自動車学校いつも見えています!自転車を取り締まりが厳しくなつたので気がつけたいです。(こたつさん 10代)

♡プレゼントがらが重複?(KKさん 40代)

♡わー、やっちゃってました!ごめんなさい!!(くす)

マルータを見て行ったお店教えて!

♡コタニのパン屋さん、隣のカフェ。(ひげとらさん 60代)

♡江戸名代亜門丸亀店。リーズナブルで子どもとも喜んでました。(ポポロさん 30代)

♡情熱ホルモン。安くて美味しい!思ったより食べすぎました(笑)。(あかささん 30代)

♡キッチンオリオン。オムライスがとても美味しい!絶対行くべき!!(ぶーみーさん 20代)

♡ピカノお気に入りのお店です。魚に、肉のいなあ。(空白さん 60代)

♡大人の珈琲店。久々の女子会でした。パスタランチ美味しくって、個室で落ち着いて楽しく過ごせました。(くんくんさん 40代)

口コミ情報

♡多度津の焼き小屋さん。冬から春、焼きがき、かき飯が食べられる。(すがちゃん 50代)

♡琴平町のうさぎいろ。大福が美味い。その場でクリームを詰めしてくれるシュークリームも絶品。(よしこさん 30代)

♡高松の守破離の火鍋。(ともぞうさん 50代)

♡観音寺の美栄堂のくるりんバイおしいです。良かったです。(テルエルさん 70代)

♡カフェの里。しほく蕎麦ランチが竹の天ぷらのつけて食べたら最高でした!(まゆゆさん 50代)

♡牟礼町のカナディアン。ピリ辛のオムライスが絶品です。(きなこぶりさん 50代)

♡坂出の和那。忘年会で行きました。1つだけの個室が最高で料理も美味しかったです!(かなえさん 30代)

♡高松のit。おしゃやれで料理も美味しくてすくおすすめてす!(とまていさん 20代)

♡普通寺のくろぎバルALICE。ランチが安くて、とても美味しい!店員さんの愛想も良かったです!(さんきゅうさん 50代)

♡焼鳥居酒屋なお。どれ食べてもおいしい!!焼鳥が絶品です!是非食べて欲しい!(Sさん 30代)

♡詫間の牛若丸。定食が安くてボリュームあります。(まあさん 20代)

♡綾川のカフェプラスアルファ。(さんきゅうさん 50代)

♡三木町のサイトウコーヒー。とても落ち着く古民家カフェ。スイーツもコーヒーもとても美味しいです。(まるさん 50代)

♡綾川町のボンジュール。火事で一時は閉店されましたが復活。半熟卵が入ってるカレーパンが絶品です。(おびいさん 30代)

♡普通寺市の焼肉Kitchen。入り口が分かりにくいですが、ランチが安くてお得です。(たかささん 60代)

♡川之江のベルエポック。パンつき白煮込みのお店です。香川にはない味で価格もリーズナブルです。(こますけさん 40代)

♡坂出市の本気海鮮ほんまる。刺身、天ぷら、すき焼き、ボリューム。しかも一人ずつお釜で炊いた白米がまたおいしい!!(もりつちさん 60代)

♡普通寺にある cafe jiji。はおいしくてオススメです。(MOZYONさん 30代)

♡多度津のうみか。手が込んだ料理がきれいで、よく行きます。(さくらさん 70代)

♡琴平のケーキ屋さん、ベルベットの。(ひとりぼっちさん 70代)

♡坂出のラッチ。優しい店主さんとロールケーキ、梅大福がピカイチです!(はやてさん 30代)

2025年メジャーデビュー教室

あなたもパソコンデビュー!

説明会開催 2月15日(土) 2月入会金 9円

その他!お得な当日限定特典あり!

パソコン教室 わかる!できる! ゆめタウン 丸亀校 ☎0877-85-8839

iPhone修理 即日対応 あなたのiPhoneがキレイに復活

モバイル修理.jp ゆめタウン丸亀店 ☎0120-858-839

※「パソコン教室わかる!できる!」が提供するサービスではございません。

おそれいり  
ますが85円  
切手をお貼り  
ください

POST CARD  
7 6 3 0 0 8 2

丸亀市土器町東 8-466 富士ビル 103号  
株式会社プロバトン内

月刊 マルータ 編集室 行  
応募締切は2025年2月14日(金)必着

住所〒

フリガナ 年齢 歳 男性・女性

氏名 電話(携帯)

プレゼント希望商品 第1 第2 第3

ペンネーム 主婦 会社員 職業 自営 パート 学生 他

マルータをどこで入手しましたか?  自宅  その他(どこで?)

※読者の皆様からお寄せ頂いた個人情報は、プレゼント発送に使用するほか、個人情報を含まない統計的な資料作成に利用します。  
※一部、商品提供者から発送するプレゼントを除き、本人の同意を得ず第三者に開示しません。

**プレゼント募集要項**

**1** イオンシネマ系列で使用できる映画鑑賞券

ラジオ番組にかかった1本の電話から始まる、リアルタイム型サスペンス・エンタテインメント!『SHOWTIME7』は2/7(金)公開です。その他の上映作品がどれでも見られる映画鑑賞券をプレゼント。



提供:イオンシネマ宇多津  
 綾歌郡宇多津町浜二番丁16 イオンタウン宇多津内  
 ☎0877-49-8450 有

3名様

**2** 中津万象園・丸亀美術館 ペアご招待券

丸亀市の名勝、美しい大名庭園を堪能できる「中津万象園」。丸亀うちむミュージアムもオープンし、ますます魅力がUP! 懐風亭での食事もおおすめ。\*食事は別途料金



提供:中津万象園・丸亀美術館  
 丸亀市中津町25-1 ☎0877-23-6326  
 9:30~17:00 休水

5名様

必要事項を記入の上、P25・26のはがき、FAX、またはメールフォームよりお送りください。  
 スマホからのプレゼント応募・投稿はこちらから  
 \*マルタのウェブサイト、トップページにあるポストからも応募できます



**当選されたプレゼントについて**

このマークのプレゼントは引換券をお送りします。当選した方がそれぞれのお店で商品と交換して下さい。

\*引換券の裏にマルタのゴム印がないものは無効です

**引換券**

**3** リラクゼーションあろはもみほぐし【40分】無料券

40分(3,800円相当)の無料券をプレゼント。LINE予約はID検索(@811bcyhu)またはHPから登録できます。\*新規限定、要予約



提供:リラクゼーションあろは  
 仲多度郡まんのう町西高篠13-1 横関テナント北  
 ☎050-8881-5050 10:00~22:00 不定休

3名様

**4** 癒しの里 さらい 天然石の湯「ゆの華」入浴優待券

天然石の遠赤外線効果で身体の芯からポカポカ!9種類から選んで試せるシャワーヘッドも好評です。1,000円相当分の優待券をプレゼント。\*館内着・バスタオル・フェイスタオル付



提供:癒しの里 さらい  
 坂出市西大浜北一丁目1-22 ☎0877-59-2626  
 10:00~25:00(最終入場24:00) 休臨時休有

20名様

**5** パティスリーブラン丸亀店で使える金券500円分をプレゼント!

誕生日や記念日などデコレーションケーキやギフトシンの贈り物、ちょっとした手土産にも最適。季節や行事に合わせたケーキや洋菓子も好評です。手作りにこだわったブラン丸亀店で使える金券です。



提供:パティスリーブラン丸亀店  
 丸亀市土器町東三丁目522 ☎0877-21-7184  
 10:00~19:00 休木

10名様

**6** パーソナルトレーニング体験(60~90分)無料券 ※要予約

初心者でも年配の人でも楽しく通えるパーソナルジム。個人の目的に合わせてメニューを作成、マンツーマンで指導してくれます。パーソナルトレーニング体験(3,000円相当)の無料券を。



提供:boneedz丸亀店  
 丸亀市土器町北1-92 ☎0877-25-5700  
 9:00~22:00、土日10:00~18:00 有

5名様

**7** SIAA認証の抗菌ガラスコーティング剤PIKAPRE DX(1,980円相当)

「ウイルスや菌から子どもを守りたい」という声から生まれた抗菌ガラスコーティング剤。SIAA(抗菌製品技術協議会)認証で、国産、無添加の商品です。



提供:マッチングワールド株式会社  
 中央区日本橋馬喰町1-11-6 ☎03-6803-5605

5名様

**8** 帝国ホテル 十勝牛・日向鶏・鹿児島黒豚カレーセット

産地にこだわった肉が入った3種類のカレーセット。帝国ホテルのレストランで提供されていたレシピをもとに考案。お茶碗1杯分のご飯にぴったりな少量サイズです。



提供:ギフト館ふじむら丸亀店  
 丸亀市田村町402-1 休無休  
 ☎0120-939-847 10:00~19:00

3名様

\*皆さまからお寄せいただいた個人情報は、プレゼント発送に使用するほか、個人情報を含まない統計的な資料作成に利用します。一部、商品提供元から届くプレゼントを除き、本人の同意を得ず第三者に開示いたしません。発表は発表をもってさせていただきます。

KDSなら 2月・3月入校で **3月中の卒業、まだ間に合います!**

早割・ペア割併用で 下記価格から最大 **15,000円引き!**



2月2日~2月26日までにご入校の方

23日コース

普通車 AT **305,000円** 税別  
 税込335,500円

普通車 MT **325,000円** 税別  
 税込357,500円

30日コース

普通車 AT **290,000円** 税別  
 税込319,000円

普通車 MT **310,000円** 税別  
 税込341,000円

3月2日~3月19日までにご入校の方 17日コース

普通車 AT **300,000円** 税別  
 税込330,000円

普通車 MT **320,000円** 税別  
 税込352,000円

安心 無料スクールバス あり!

丸亀・宇多津・多度津・善通寺・まんのう他

**2月卒業予定日**

入校日	23日コース	30日コース
2/2日	2/27木	3/9日
2/3月	3/2日	3/9日
2/5水	3/4火	3/11火
2/9日	3/6木	3/16日
2/12水	3/11火	3/18火
2/16日	3/13木	3/23日
2/19水	3/18火	3/25火
2/23日	3/20木	3/30日
2/26水	3/25火	4/1火

**3月卒業予定日**

入校日	17日コース
3/2日	3/20木
3/5水	3/25火
3/9日	3/27木
3/12水	4/1火
3/16日	4/3木
3/19水	4/8火

**KDSなら卒業までのスケジュールを無料で作成! 面倒な予約は必要なし!**

\*普通車の教育料金は申込金・技能教育(規定時間分)・学科教育(規定時間分)・修了検定5,500円(1回5,000円)・卒業検定6,600円(1回6,000円)・適性検査・効果測定(1回分)・教科書・写真の料金が含まれる。\*仮免許試験手数料1,700円と、仮免許交付手数料1,150円の保証料は別途必要。\*高速教習は実車走行。\*その他の事情により必要となる料金・技能教育の補習料金(1時間5,500円(5,000円)、再検定料(修了検定料)5,500円(5,000円)、(卒業検定料)6,600円(6,000円)、仮免許学科試験料1,700円、再効果測定料550円(500円)、当日キャンセル料1,100円(1,000円)、無断欠席料2,200円(2,000円)、原付教習を希望される方3,300円(3,000円) ※別途料金 夜間料金(17時20分以降に技能教育を受けられる方)として、普通車2コースで8,800円(8,000円)、二輪車3,300円(3,000円)が必要。\*事情により途中退校される場合は返金は当校規定による。\*キャンペーン割引と卒業生割引の併用不可。\*ペア割引は紹介料の併用不可。\*表示価格は税込。( )内は別価格。

**琴平ドライビングスクール** ☎0120-205-354 検索  
 〒766-0014 仲多度郡まんのう町羽間 1887 TEL 0877-73-5353 休校日/土曜日  
 お得な情報満載!是非ご覧ください!



普通車、準中型、普通・大型二輪免許 取得ご希望の方対象

**安心プラン5** 通常11,000円 ▶▶▶ **無料**

5時限分の補習、再効果測定料が無料になります。\*他の割引と併用可 \*お一人様1回限り

## 第139期 ボートレーサー募集

募集期間 2025年1月4日(土)~3月7日(金)

年齢/15歳~30歳未満 身長/175cm以下  
体重/男子:49kg~57kg以下  
女子:44kg~52kg以下  
視力/両眼とも裸眼で0.8以上

主な  
募集資格

詳しくはこちら



一般財団法人  
日本モーターボート競走会 丸亀支部  
TEL.0877-24-4560

## ボートレーサーって どんな仕事?

- 未経験から目指せる**プロアスリート**
- 全国に**約1,600人**在籍
- 長い現役生活**(平均在籍年数25年)
- 平均年収は**約1,900万円!**
- 優勝賞金**最高1.1億円**

BOAT RACE **まろがめ**

ただ**熱く**、ひたむきにボートが好き。

注目の地元出身レーサー

なかむら あきとも

## 中村 晃朋選手(33)

1991年生まれ。登録番号4739号  
坂出市出身 登録支部:香川



### 子どもの頃から選手の 名前を覚えていた

今回は、最近その素晴らしい勢いに注目が集まる中村晃朋選手にお話を伺います。ボートレーサーになる、って決めたのは子どもの頃ですよ。

「父親の影響で小さい頃からボートレース場が遊び場で、選手の名前も全部覚えてました。だからもうレーサーになるって決めるまでもなくて、『晃朋はなるよな』って感じでした」

### 最後の最後まで諦めず ずっと志を持ち続ける

「レースが終わって反省、次のレースに向けて後悔しないように最後の最後まで調整します。失敗したくないですからね。この仕事って本当に『切り替えの職業』です。」

それが当たり前なんです。やっぱりG1レースとか、大きいレースはメンタル的に大変じゃないですか？

「大きいレースだとお客さんの期待を特に強く感じます。声援だとか野次とか。でもそれをいかに力に変えてやれるか。勝った負けたで左右されないメンタルの強さは大事です」

そのメンタルを持ち続けるってすごいことですね!  
「ボートレーサーになった時の志

とか目標をずっと何十年も変わらずに持ち続けて、実行することが難しいところだと思えます。今振り返るとこの一歩一歩が効いてると思います。何歳になってもやり続ける根性といえますか」

### 細胞レベルで ボートレースが好き

中村選手は周囲からどんなタイプに見えるんでしょう？

「ただただ熱く、ボートが好き。ただただ熱く、ボートが好き。な奴、でしょうね。だから一時期不調が続いた時に『なんで勝てんのやろ』って考えてしまっ、大好きなボートが仕事としか見られなくなっ、楽しくなかったです。自分は何のためにボート選手になったんやろ?って考える時もありました」

それを越えて今があると。やっぱり「好き」が最強ですね!ボートのどういったところが好きですか?

「絶対聞かれると思って考えてたんですけど(笑)。好きなものに理由はないです。なんで好きかと聞かれたら、細胞レベルですね。例えば、減量とかレース前の準備が大変です。それをつらい、苦しいっていう人もいます。ですけど、僕はそう思ったことがないです。当然です!」

### 家族のためなら 強くなれる

申し子ですね(笑)。ではオフはいかがですか?

「たまに家族と親戚みんなで旅行に行きます。僕が仕事で家を空けている間、奥さん側の親戚の協力がなくて、子どもも小さいんで大変なんです。だから感謝の気持ちを込めて。全然休みの時間がないからこそ、家族と居られるのは自分にとって大事な大事な時間です」

よくあるレース前のルーティーンはありますか?

「乗艇5分前にブザーがなる時に、ヘルメットの頭の上のお守りに、家族の名前を言って、行ってきますって言います。レースは何があるかわかりませんが、家族のためにやるといいうのが基本なんです。自分のためだけに絶対強くなれないんで」

素晴らしいです!志のある若い人が中村選手のようにボートを大好きになれば、もっともつとこの世界は面白くなります。

「5月に『ボートレースオールスター』が32年ぶりに丸亀で開催されます。出場はファン投票で決まるので、地元の大きなレースです。ぜひみなさん投票に参加していただきたいです」

※ボートレースまろがめでは2月9日(日)に本場でマークシート投票を行っています。

## マルータがDMを配る人募集してます

月刊マルータを配布するお仕事に加えて、いろいろなダイレクトメールを配布する事業を立ち上げました。マルータ配布時期の月末以外の時期にいろいろな配布物をポスティングします。一緒に楽しく新規事業の立ち上げに参加してみませんか？



**業務内容** マルータエリア(丸亀・宇多津)を中心としたダイレクトメールを配達するお仕事

**報酬** 歩合制(出来高制)

**資格** 不問

**要面接** 詳細はお問合せ時に案内します

月刊マルータ 丸亀市土器町東8-466 富士ビル103号

☎070-3791-1492

(10:00~17:00/担当楠田)

地元の求人情報

## まちJOB

~まちジョブ~

令和6年10月から最低賃金改定  
香川県は968円です

社・・・正社員 委・・・業務委託  
ア・・・アルバイト 派・・・派遣社員  
パ・・・パート 他・・・その他

誌面の都合上、すべての情報を掲載できない可能性があります。詳細な労働条件は、掲載企業にお問い合わせください。

## 多度津町放課後児童クラブ オープニングスタッフ 大募集

未経験OK 年1回昇給 マイカー通勤OK

### 募集内容

①学区責任者 ②クラス担任 ③支援員 ④補助員

仕事内容	給与	賞与	勤務地	時間	休日	必要資格	その他
児童の見守り、学習支援、保護者対応など ①②は上記に加え運営管理、書類作成などの事務処理	①月給185,000円~ ②時給1,190円~ ③時給1,140円~ ④時給980円~ ※別途キャリアアップ加算、処遇改善加算(時給70円程度)あり	①年2回(給与2ヶ月分) ②年2回(12万円)	多度津町内の放課後児童クラブ	①週5日9:30~18:15 ②週5日5時間程度 ③④3~5時間程度(週1日からOK) ※土曜日(月1回)、夏休み等は上記の限りでない	日曜日、祝日、年末年始	①②③放課後児童支援員、教員免許、保育士、社会福祉士、実務経験(規定時間以上)	交通費支給(当社規定)、社会保険・雇用保険(法定基準による)、有給休暇、マイカー通勤OK



シダックス大新東ヒューマンサービス(株)

まずはお問合せください! ☎087-861-9034 高松営業所(採用担当)

宇多津町

★資格必須! 未経験大歓迎★

アパ 人柄重視★児童発達支援員募集!

4月開所予定、児童発達支援スタッフ ※要資格

- 給 1,200円~ ※能力により変動有
- 時 9:00~17:00のうち4時間程度
- 休 日曜、お盆、年末年始、その他
- 勤 勤務日数は相談に応じます(週2日~相談可)
- 関 保育士、幼稚園教諭、小中高教諭、理学療法士、言語聴覚士のいずれかの資格必須
- 車 車通勤可、交通費支給、随時昇給有
- 電 まずはお気軽にお電話ください
- ★有資格の未経験者歓迎! プランクがあってもOK!

ハッピー スマイル ビギニング

☎090-6843-8073

HAPPY SMILE Beginning

10:00~18:00  
担当/田中

📍綾歌郡宇多津町浜五番丁61-5 ロフティN1-1

## スキマ時間からでも自分らしく働ける 選ばれる理由

- ①地元求人多数
- ②短時間~、休み相談OK
- ③扶養内勤務OK
- ④日払い・週払いOK

時給 1,050~1,700円

内容 倉庫での仕分け、製造、事務、物流関係、医療、介護、イベントなど

前に進む力になりたい  
M.C.avancé ☎0120-89-4788  
(株)エムシーアヴァンセ 本社:丸亀市飯山町川原1078-5  
労働者派遣事業 許可番号 派37-300251 有料職業紹介 許可番号 37-ユ-300131

## ネコ砂、一緒に作りませんか?

大王製紙グループの

DAIKIが社員を募集しています

企業理念は「人にやさしく、ペットにやさしく、地球にやさしく」  
大貴はお客様から信頼され喜ばれる製品を提供する紙製ネコ砂のリーディングメーカーです



## ペット用品製造オペレーター急募!(正社員)

仕事内容 紙製ネコ砂の製造工場にて製造オペレーター業務  
フォークリフト免許をお持ちの方歓迎!  
※入社後にフォークリフト免許取得可能です

月給 205,000円~240,000円+各種手当有  
30代平均年収503万円 ※試用期間有(3ヶ月)

時間 ①7:00~16:00 ②16:00~25:00 ※休憩各75分  
※2交替のシフト制 ※残業1日1~2時間程度

休日 土日(土曜日は月1~2日出勤)、その他休暇有

資格 高卒程度、未経験歓迎、経験者優遇

待遇 各種社保完備、昇給・賞与有、車通勤可能等

まずはお気軽に  
お電話  
ください!

DAIKI

株式会社大貴 四国工場

三豊市三野町吉津字丸林丙286-2

0875-73-3250

担当/永井

企業HPはコチラ



## マルータ公式LINEはじめました 応募〆切 2/20(木)

LINE新規お友達登録→アンケート回答で  
3,000円が当たるんだって



新規友達登録 & 簡単なアンケート回答で  
抽選で3名様に3,000円の金券プレゼント

応募方法

- ①QRから友達登録
- ②送られてくるキーワードを送信
- ③アンケート回答



戸建て・マンション・賃貸住宅  
対象

# 超大型補助金

## 今年が最後のチャンス!

### 先進的窓リノベ2025事業

# 最大50% 相当還元

最大200万円

※制度の適用には条件があります

※住宅エコポイント制度、復興支援・住宅エコポイント制度、省エネ住宅ポイント制度、次世代住宅ポイント制度、グリーン住宅ポイント制度、こどもみらい住宅支援事業、住宅省エネ2023キャンペーン、住宅省エネ2024キャンペーンの予算規模と比較して、ほぼ同等もしくはそれ以上の規模であるという趣旨です。

### 「先進的窓リノベ2025」 大型補助金 説明・相談会開催

- 日時** 随時
  - 場所** マドリエ丸亀未来館
  - 特典** 説明・相談会に参加で商品券1,000円分プレゼント
  - 申込** TEL、メールにて要予約
- TEL.0120-106-434**

メール予約はこちら



### 取替窓 「リプラス・ リフレム」

リフォーム工事  
工期1日



### 内窓 「インプラス」

リフォーム工事  
工期1日



丸亀トローヨー住器株式会社  
お問合せは、電話またはメールで  
☎0120-106-434  
marutoyo1@proof.ocn.ne.jp  
丸亀市土器町東五丁目6-1  
☎ 9:00~17:00 休 土、日、祝

丸亀未来館  
丸亀スターダフル  
丸亀土器店

丸亀トローヨー住器株式会社  
かんおんじトローヨー住器株式会社  
☎0120-018-320  
qaxu2bx49@miracle.ocn.ne.jp  
観音寺市坂本町五丁目17-30  
☎ 9:00~17:00 休 土、日、祝

丸亀トローヨー住器株式会社  
さぬぎトローヨー住器株式会社  
☎0120-518-077  
sanutoyo@sweet.ocn.ne.jp  
高松市林町2510-1  
☎ 9:00~17:00 休 土、日、祝

丸亀・宇多津 地域まちづくり生活情報誌 2月号  
vol.112 2025年1月28日発行 発行/株式会社マドリエ 発行人/楠田 寛 企画・編集/マドリエ編集部 〒763-0082 香川県丸亀市土器町東8-466 富士ビル1103号  
E-MAIL info@maroota.net  
本誌掲載の情報は掲載することに基づき、掲載内容の誤りや責任を負うものではありません。

無料