北関東最大級

フードロスと衣料廃棄を考える2日間。
みんなでつくる、やさしい未来。

GOOD CYCLE FES UTSUNOMIYA -2026-

楽しい体験が、大きなアクションに。

食品おたすけ配布会開催

0円古着イベント開催

100席超のフードスペース有り

循環を楽しむ2日間!







みんなが楽しめるコンテンツ盛りだくさん

- 2万点の古着を用意
- 食品の無料配布＆激安販売会
- キッチンカー20台以上集結
- フードドライブ（食品寄付）
- スタンプラリー開催
- 企業・団体ブース出展
- 豪華景品が当たる抽選会

2026
12.12 SAT・13 SUN
10:00-18:00

入場無料

会場：マロニエプラザ 大展示場
栃木県宇都宮市元今泉6-1-37（駐車場450台完備）

スポンサーのみなさま

フードバンクうつのみや / 下野新聞社 / Familize / new / YUM INNOVATION / 株式会社コーラス / say / AKIMOTO Beyond Factory / RS / Frontier LCC

イベントの詳細はこちら
最新情報や出店情報などをお届けします！

GOOD CYCLE FES運営事務局
公式LINEでも情報を配信中！

ご自由にお持ちください

77.3FM
宇都宮コミュニティFM

宮ミヤラジ+ plus MAGAZINE

vol.39 | 2026.10・11・12月号



いつもそばに 77.3FM 宮ミヤラジ

みやさんぽ P05～06へ
今回は大谷地区を歩いてきました。
「平和観音（27m）、大きかった！」

カードを見せるとお得な特典がもらえるお店を多数紹介

MOTTAINAI うつのみや

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
「持続可能な開発目標」の達成に向けた取り組みを進めています。

ミヤラジは宇都宮市と災害時における放送協定を結んでいます。災害時や災害がおきそうなときは、通常放送の時間外でも放送を行います。

くらしをつくり、ひとをつくる Panasonic Homes

土地活用プラザ宇都宮

【Grand Shade 二番町】



賃貸住宅・土地活用のご相談

モデルルームのご見学

お役立ちセミナーのご参加







Free Call **0120-05-8746**

くらしをつくり、ひとをつくる
Panasonic Homes

パナソニック ホームズ北関東株式会社
〒320-0813 宇都宮市二番町1-25 グランシェイド二番館1階
■定休日(水・日)

ネットで完結する資産運用サービス

あしぎん マネーデザイン

お金の教室 ミヤラジ+編



あしぎんマネーデザインが初心者の方でもはじめやすい「投資信託」をテーマに、「お金の基本」から実際の運用までを連載形式でご紹介してまいります。第18回は「投資信託の選び方(手数料編)」です。

投資信託の保有・売買でかかる手数料は3つ！

投資信託に興味はあるけど、手数料ってどのくらいかかるのかな？



手数料って何種類かあるみたいだけど、いつ支払うんだろう？

投資信託における手数料は、

①購入時手数料 ②信託報酬 ③信託財産留保額の3つです。その中でも、長期保有を前提に考えるならば、**信託報酬率も投資信託を選ぶ際のポイントの1つ**になります。

手数料の名称	支払うタイミング
購入時手数料	購入時のみ
信託報酬	保有している間毎日
信託財産留保額	売却時のみ

信託報酬で比較した場合のシミュレーション

【シミュレーション】100万円を年利5%で20年間運用した場合
Aファンド(信託報酬0.1%／低コスト):20年後の資産→約260万円
Bファンド(信託報酬1.5%／高コスト):20年後の資産→約200万円

信託報酬だけで差分は **20年後に約60万円！**

※上記は信託報酬を比較するための事例として年利を合わせてシミュレーションしています。一般的に、特定の指数に連動した成果を目指すインデックスファンドより、特定の指数を上回る成果を目指すアクティブファンドの方が信託報酬が高い傾向にあります。従って、必ずしも信託報酬が低いファンドの購入をお勧めするものではありません。

長い目で見るとこんなに大きな差になるんだね。投資信託を選ぶときは手数料の安さも大きなポイントだね！



ただし、**必ずしも「手数料が安い＝自分に合ったファンド」というわけではない点には注意が必要**だね。そのファンドの特色や自分の投資目的に合っているかをしっかり確認しよう！

詳しい内容は、あしぎんマネーデザインのホームページにアクセス

URL https://www.ashigin-md.co.jp/

あしぎんマネーデザイン 検索

金融商品仲介業務に関するご確認事項
当社は、所属金融商品取引業者(株式会社SBI証券)から委託を受け、金融商品仲介業務を行っています。当社には所属金融商品取引業者とお客さまとの契約締結に関する代理権はありません。従って、所属金融商品取引業者とお客さまとの間の契約の締結権はありません。当社が金融商品仲介業者としてご案内する金融商品等やサービスは、金利・為替・株式相場等の変動や、有価証券の発行者の業務または財産の状況の変化等により価格が変動し、損失を生じるおそれがあります。元本が保証された商品ではありません。お取引に際しては、手数料等がかかる場合があります。手数料等は商品・銘柄・取引金額・取引方法等により異なり多岐にわたるため、具体的な金額または計算方法を記載することができません。各金融商品等のリスクおよび手数料等の情報の詳細および最良執行方針については、所属金融商品取引業者のホームページ等にてご確認ください。各金融商品等のお取引に際しては、所属金融商品取引業者より交付される契約締結前交付書面、目論見書または約款等の内容を必ずご確認のうえ、投資判断はご自身でされるようお願い申し上げます。
[金融商品仲介業者]商号等:株式会社あしぎんマネーデザイン　登録番号:関東財務局長(金仲)第945号
[所属金融商品取引業者等]商号等:株式会社SBI証券　金融商品取引業者　関東財務局長(金商)第44号、商品先物取引業者　加入協会:日本証券業協会、一般社団法人金融先物取引業協会、一般社団法人第二種金融商品取引業協会、一般社団法人日本投資顧問業協会、一般社団法人日本STO協会、日本商品先物取引協会、一般社団法人日本暗号資産等取引業協会

AMD あしぎん マネーデザイン

連載コラム 第20回

いよいよ見えてきた10周年

ミヤラジの開局は2017年3月8日。来年2027年3月には10周年を迎えます。局内では、ずいぶん前から「10周年には何かやりたいね」とアイデア出しをしたりしてきましたが、具体的に決定していることはありません。しかし、今回、このマガジンを編集していて「おや？次の第40号（1,2,3月号）には、『おかげさまで10周年』という記事を載せなきゃいけないのか！」と改めて気づき、本格的に「開局10周年『感謝』プロジェクト」を稼働させようと決意したところです。来年3月からの1年間を「10周年イヤー」として、記念イベントを次々と繰り出していこうと考えています。中には1年掛かりで準備して、来年の10月以降に開催するものもあるかと思います。考えているだけでもワクワクします！「こんなことをやってほしい」というご意見があればぜひメッセージでお送りください。10周年イヤーに向けて一緒にワクワクしてください！

ミヤラジ局長　稲葉克明

スマホのアプリでお聴きください

ミヤラジを聴きたいのに「雑音が入って聴きにくい…」「ぜんぜん電波が入らない…」

そんな時は、スマートフォンの「FMプラプラ」アプリがおススメ！

いつでも、どこでもミヤラジが聴ける！

① appストアやPlayストアで、「FMプラプラ」で検索！ または
右の二次元バーコードをスキャンして、インストール！

② 画面にできた「FMプラプラ」のアイコンを
タップして起動！「放送局を選択」の中から
「ミヤラジ」を選択しましょう！



③これが「ミヤラジ」のホーム画面！▶を押すと、放送を聴くことができます！

「メッセージ」ボタンから番組にメッセージが送れます！

77.3 FM 宇都宮コミュニティFM

ミヤラジ

つたわる、つながる、うつのみや

VOL.39

MIYARADI CONTENTS

03	連載コラム
05〜06	みやさんぽ
09	宮っ子チャレンジ
10	公開生放送＆イベントリポート
12	〜街をあそぼう！ミライトー条〜
17〜22	オリジナル番組紹介
23〜24	タイムテーブル
25	エリアと加盟店の見方
26	加盟店インデックス
27〜38	加盟店のご案内
39	HOME DOCTOR
40	「ミヤラジ＋」入会案内・申込書
41	「ミヤラジ＋」カードプレゼントコーナー



ミヤラジのカバーエリア
FM77.3MHz
宇都宮のほぼ全域が放送エリアです

スマホからもミヤラジが聴けます！

アプリをダウンロードしてお楽しみください！スマートフォンのアプリストア（GooglePlayストア、App storeなど）で「FMプラプラ」で検索！

※Androidはver.5以上が対象。

77.3 FM ミヤラジ

ダウンロードはこちらから

リクエスト・メッセージ情報受付

MAIL 773@miyaradi.com
FAX 028-666-7878
HP https://www.miyaradi.com/

ミヤラジメンバーズクラブ
ミヤラジ＋（プラス）マガジン vol.39
発行日　2026年10月1日
発　行　株式会社 宇都宮コミュニティメディア
〒320-0802 栃木県宇都宮市江野町7-8 堺屋ビル2F
TEL:028-666-7897　FAX:028-666-7878

一緒に歩こう♪

みやさんぽ



ゴール地点の
ベルテラシェ大谷にて



案内してくれたのは
宮のかたりべ
有岡 光枝さん

今回のルート

①大谷コネクト
②天狗の投げ石
③平和観音
④大谷寺（大谷観音）
⑤大谷景観公園
⑥ベルテラシェ大谷

OYA 大谷地区

大谷公園（平和観音）～大谷寺（大谷観音）と周辺コース

「大谷コネクトに集合」市営大谷駐車場に車を停め、大谷コネクト前で記念撮影をして、いざ出発！大谷公園へと続く参道を歩き、平和観音を見上げ、大谷寺では大谷観音に圧倒され、大谷景観公園まで足を延ばして折り返し。最後はベルテラシェ大谷で、みんなでお昼を楽しみました。

スタート！



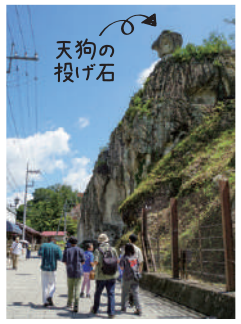
お昼はこちらで！

ベルテラシェ大谷
6

1 大谷コネクト
市営大谷駐車場

大谷公園

2 天狗の投げ石



平和観音
3







弁天道

御止山
（おとめやま）

4 大谷寺
（大谷観音）



5 大谷景観公園



御止山登山道入口付近



BELL TERRACHE OYA
ベルテラシェ大谷



宇都宮市大谷町1263-2
TEL 028-652-3500
ホームページ
公式LINE

大谷の洞穴で縄文人が暮らしていた痕跡が見つかっていたことに驚きました！人々の生活や信仰を支え、日本の近代化にも貢献した大谷石の価値を再認識しました（市丸さん）

大谷には、近代の採石場と古代の観音という二面的な歴史があることを学びました。街歩きを通して、大谷の魅力を再発見できました！（塩崎さん）



地域と大谷石の強い結びつきを感じました。人々の願いや祈りが遺されていて、建材としてだけではない大谷石の価値を感じることができました！（戸谷さん）

大谷資料館には行ったことがありましたが、大谷寺は初めて！歴史的な石器や人骨の展示など、貴重なものを見ることができ、有意義な学びになりました（並木さん）

THE REDZONE 2026

Astemo UTSUNOMIYA BLITZEN POP UP STORE

期　間 10月3日(土)～18日(日)

会　場 宇都宮市江野町 7-5 小保方ビル (旧ABC マート)

内　容 グッズ販売、写真展示など　入場無料



Astemo / Blitzen utsunomiya

ホームページ　X　Instagram　Facebook

最新情報は公式HP・SNSをチェック!!

宇都宮市制130周年記念

UTSUNOMIYA JAPAN CUP CYCLE ROAD RACE



2026.10

16 FRI チームプレゼンテーション　オリオンスクエア

17 SAT クリテリウム　宇都宮市大通り 周回コース

18 SUN ロードレース　宇都宮市森林公園 周回コース

UCI PRO SERIES

Utsunomiya City 2026 130th Anniversary　Super Smart City　UCI UNION CYCLISTE INTERNATIONALE　JCF　KEIRIN　競輪の補助事業

https://www.japancup.gr.jp/

主催：宇都宮市 | 主管：公益財団法人日本自転車競技連盟　宇都宮ジャパンカップサイクルロードレース実行委員会　NPO法人宇都宮ジャパンカップサイクルロードレース協会 | 公認：国際自転車競技連合(UCI)

宇都宮市社会体験学習

MIYAKKO CHALLENGE WEEK

宮っ子チャレンジウィーク

ミヤラジでは、宇都宮市内の中学2年生の社会体験学習「宮っ子チャレンジウィーク」の受け入れをしています。
今回は2026年6月18日から7月10日までの期間に参加してくれた、

陽東中学校 **宝木中学校**

の皆さんの様子をご紹介します！

陽東中学校

楽しく頑張れました！



宝木中学校

緊張した～～



子ども 西小学校 インターンシップ



ミヤラジでは放送業務にチャレンジしていただいてます。
発声、フリートーク、リポートなどの練習をしたあと生放送にも出演！
今後も楽しく参加してくれる生徒の皆さんをお待ちしています！

ミヤラジ

公開生放送＆特別番組リポート

うつのみや花火大会

サテライト放送

8月8日（土）18:30～20:15
（サテライト放送 18:00～20:55）@道場宿緑地





宇都宮市総合防災訓練

出展

（防災ラジオ展示＆TABUWATA活動展示）
8月22日（土）7:00～10:00 @宇都宮市立陽南小学校





ミライト一条夕涼み会

サテライト放送

8月22日（土）14:00～20:00
協賛：ヨークベニマル ミライト一条店





雷都MusicFestival&つながる広場 +スポGOMI

サテライト放送

9月6日（日）10:00～17:00 @オリオンスクエア



2026うつみや花火大会
無事に開催することができました。心より厚く御礼申し上げます。

2003年を最後に一度は姿を消したこの花火大会ですが、2007年の復活以来、宇都宮の夜空に大輪の華を咲かせ続け、今年で20周年という大きな節目を迎えることができました。毎年こうして開催できることは決して当たり前のことではなく、私たちの想いに賛同し、支えてくださる全ての皆様のおかげであると、深く感謝しております。

本年は「百年」というテーマを掲げました。この花火大会が"百年続く文化"として宇都宮のまちに根付き、未来を担う世代へと受け継がれていくことを願う気持ちを込めたものです。夜空を彩った大輪の華が、皆様にとって未来へと続く「百年の物語」の輝かしい第一歩となり、心に届く感動となれたならば、これ以上の喜びはありません。

花火をきっかけに生まれる数多くの笑顔が、私たちにとって何よりの大きな力になります。100年先までこのうつのみや花火大会を繋ぎ続けるため、これからも精一杯活動してまいります。今後とも、皆様の変わらぬご支援とご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

2026うつのみや花火大会会長 牛久広大・運営メンバー一同

NPO法人うつのみや百年花火

公式 HP



つぎはどんな未来だろう
LIGHTLINE GO WEST

HELLO, NEW CITY.
未来へ進むライトライン



LRT事業のお問い合わせ　LRT整備課協働広報室　028-632-2305

ミヤリーと！

おしえて！ライトライン先生

File.2 ライトライン効果編

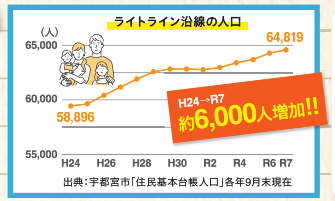


7月に累計利用者数が1,500万人に到達し、みんなの生活を支える存在になっているライトライン！今月号では、有識者などで構成された「第43回芳賀・宇都宮基幹公共交通検討委員会」で公表しました整備効果について、ミヤリーが聞きました！

今回の先生　宇都宮市 LRT整備課 主任主事　片柳（かたやなぎ）　ひとこと　雷が鳴ると、少し元気になる

ライトラインが走り出して3年！まちにはどんな変化があったの？

ライトライン沿線では、平成24年から令和7年の間に、約6,000人（約10%）も人口が増加しているんだ！さらに、宇都宮市全体でみても、市外から多くの人が転入してきているんだよ！



出典：宇都宮市「住民基本台帳人口」各年9月末現在

市外からの転入者
約4,000人転入超過



出典：宇都宮市「住民基本台帳人口」令和3年6月～令和7年9月累計

すごい！宇都宮市が選ばれているんだ～うれしいな！

開業前と比べて、みんなの移動はどう変わったの？

平日1日あたり約5,200台分の車利用者が、ライトラインへ乗り換えをしたと見込まれることが、令和7年のアンケート調査で分かったんだ！さらに、沿線付近の道路では、車での移動にかかる時間が減っていることも、データから確認ができているんだ！

自動車の平日1日あたりの転換台数の算出

約5,200台



自動車による移動時間も減少！

平日1日あたりライトラインの利用者数（R7年9月）	約18,000人
自動車からの転換割合	28.8%
平日1日あたり自動車の転換台数	約5,200台

出典：令和7年度ライトライン利用者調査

みんなの毎日の移動が、もっと便利にスマートに変わってきているんだね！かっこいいな！

整備効果について詳しくはこちら

ライトライン応援団 teamNEXT BIZ 募集中！

開業3周年特別キャンペーン

3周年をお祝いするイベントやキャンペーンなどを実施してくださる皆さんを募集しています！

申込期間 11月23日（月・祝）まで

限定ノベルティの提供/公式SNSでの紹介などサポートも充実★

詳しくはコチラ

ロケーションシステム（ロケ）

宇都宮ライトレール株式会社より、ライトライン車両の現在位置がリアルタイムで見られるロケーションシステムが導入されました！お手元のスマホやパソコンから、いつでも手軽にご確認いただけます。どうぞご利用ください。

宇都宮ライトレール LRTロケーション ロケ

77.3FM ミヤラジ

～街をあそぼう！ミライト一条～

みんなで灯そう！

ひと足早いクリスマス

2026.11.28 sat

11:00～18:00

ミライト一条

宇都宮市一条1丁目4番5号



イルミネーション点灯式



フード・スイーツ・ドリンク



ゴスペル・うた自慢



ハンドメイドアクセサリー雑貨



ワークショップ

《お車でお越しの方へ》イベントをゆっくり楽しみたい方は、ヨークベニマル屋上駐車場をご利用ください。

ミライト一条に1日だけ現れる「小さな街＝ミライト一条タウン」。
次回の街のテーマは「ひと足早いクリスマス」。
タウンに住むこびとたちもクリスマスの準備を始めたようですよ…。

参加者・出店者募集
次回はマルシェ形式のイベントです。
詳細は右下のQRコードからご確認ください。

協賛　日産プリンス栃木　ヨークベニマル ミライト一条店

協力　日本理化学工業株式会社 kitpas（キットパス）　株式会社エクシング 宇都宮支店

主催　宇都宮コミュニティFMミヤラジ
www.miyaradi.com

最新情報はこちら



医学部受験生、親御さんへ

ハカセの最新刊 医師に必要な資質を問う **「難問小論文・面接講義」**が出版されました。(エール出版社)

医学部入試の「知られざる世界」を覗く!



ミヤラジで5年間にわたり、「医学部受験講座」を発信している、ハカセ公夫先生。今回、ハカセの最新刊が出版されましたので、お話しを伺いました。

(聞き手)ミヤラジ・早川詩乃

ミヤラジ早川(以下**早**)今回の医学部入試の本は、参考書というより、物語を読んでいるような不思議な感覚の本でしたね。

ハカセ(以下**ハ**) コンセプトは、医学部推薦入試、一般入試の小論文や、面接で問われている「医師の能力資質」を解明する本で、受験生の間で「難しい」と、噂の問題を選び、出題の背景を謎解きしつつ、書いています。

早 医学部入学前から「医師の資質」が問われているなんて、驚きました。取り上げられている問題で、「交際している人に別れの手紙を書く」(愛知医科大学)、というのがありましたが、これは想像で書けるものなのか、私は自信が無いですね。

ハ 別れの手紙は書けないといけない。医師は「病名告知とか、言いにくいことを患者に告げねばならない」職業ですからね。その予行演習です。

早「30分後に出撃する特攻隊員の写真を見て、家族に手紙を書く」(順天堂大学)という問題も印象的でした。このような問題も普通に出るんですか。

ハ 写真での出題は初めて見ましたが、このテーマは実は昔からよく出ています。これは、「死期の迫る病者の気持ちが分かるのか、当事者の気持ちになれるか」というのが背景にあります。この資質を私は「アナロジーを理解する力」と呼んでいます。一見、不思議な問題もそれぞれ医師の資質と関係しています。

早「医療の現場で救命数を最大化する」(帝京大学)や、「ドクターコールに名乗り出るべきか」(日本大学)など、医療に特化した問題も出題されています。

ハ 前者は複数の人々の「生命の価値」が対立しており、それをどう調整するかが問われています。いわば、思考実験のような問題で、価値衡量能力が見られています。後者は私が重視する「公共性」、「公共心」が受験生に備わっているかを見ています。

早「子供に、ゾウやイルカを分かりやすく説明する」問題(産業医大、慶応大)には、一瞬何だろうと思いましたが、先生の解説を読み納得しました。

ハ 例えば、身近な話で、栃木県の高齢化率は約30%で、那須烏山市や日光市は殊に高齢化率が高いんです。お年寄りや児童に症状や治療法をわかりやすく説明出来なければ、医師の仕事は務まりません。

早 最後に、近畿大の問題の解説でしたか、衝撃的な言葉が出てきました。「あなたが虚しく生きた今日は、昨日亡くなった人があれほど生きたいと願った明日」という言葉です。この言葉は印象的でした。このあたりは、10月からの先生の番組で、お話ししていただけますね。



ハ はい、本をテキストに詳しく解説しますので、是非お聴きください。

新番組 ハカセの時間
第1火曜日 16:00〜16:55放送



ハカセ 公夫(小林 公夫)
●作家 ●一橋大学博士 ●医事法学者
●ミヤラジ、RADIO BERRY 番組パーソナリティ

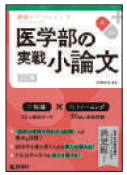
ハカセ公夫の活動状況はハカセ公夫(小林公夫)のXをご覧ください。

ハカセのブログ「ハカセ小林公夫の愛でたいモノたち」はハカセ公夫オフィシャルサイトからご覧ください。

ハカセ公夫先生のベストセラー2冊



医学部の面接



医学部の実戦小論文

ミヤラジオリジナル番組

Teen's Boogie
ティーンズ・ブギ

毎週土曜日 14時00分〜放送中!

出演者募集中!! ※詳しくは、お問合せください

何かを頑張っている学生に、活動内容や思いを伝えてもらう番組!

2026.6.13 出演



公認会計士を目指し、週末は家業の魚屋を手伝う高校生 五味渕さん

2026.7.4 出演



音楽に情熱を傾ける高校生 Chika さん、sui さん

2026.8.1 出演



宇都宮高校 OB 神成さん

2026.8.8 出演



大学生バンド「ヨサメ」の皆さん

2026.8.15 出演



学生団体「おーえす!」の皆さん

2026.8.22 出演



R8年度オークランド市派遣事業に参加した皆さん

若者を応援する番組です!スポンサー募集中!

お問い合わせ
☎028-666-7897 ✉773@miyaradi.com
株式会社 宇都宮コミュニティメディア 〒320-0802 栃木県宇都宮市江野町7-8 堺屋ビル2F

ミヤラジ 街中応援番組

まちへ行こう!

毎週月曜日
15時～放送中!

まちなかのお店のスタッフさん、
イベント主催者などをお招きして
旬のまちなか情報をお届け!



26.6.1 出演 CUBE PUNX
黒川さん(右)KiNGONS BeeBeeさん



26.6.8 出演 Ron.
堀井さん 高久さん



26.6.15 出演 宇都宮東武ホテルグランデ
飯島さん



26.6.22 出演 旬彩活魚 まる和
渡辺和樹さん 渡辺敬治さん



26.6.29 出演 Gusto
佐野貴之さん 由香さん



26.7.6 出演 とちぎ 地元の酒で乾杯フェスタ 2026
山下さん



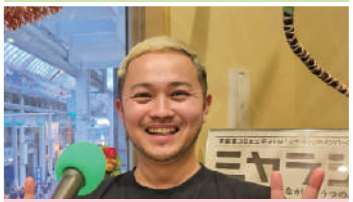
26.7.13 出演 CHOCOMiNTERS
ちゃんはるさん のぐちさん



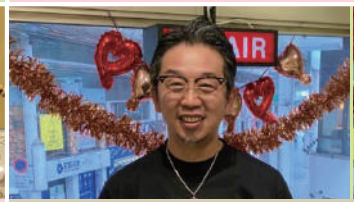
26.7.20 出演 もんじゃ焼 猫猫
鈴木さん



26.8.3 出演 宇都宮オリオンスクエア
オクトーバーフェスト実行委員会
町元さん



26.8.10 出演 Gold Butcher
飯塚さん



26.8.17 出演 おさらぎファーム
福田さん



26.8.24 出演 居酒屋 太郎
緑川さん



26.8.31 出演 YANAKAI 納涼祭実行委員会
佐藤さん ベンソンさん

お問い合わせ

スポンサー募集中!

☎028-666-7897
✉773@miyaradi.com
〒320-0802 栃木県宇都宮市江野町7-8 堺屋ビル2F
株式会社 宇都宮コミュニティメディア

ミヤラジ オリジナル番組

地元もりあげ隊!

毎週土曜日
17時～放送中!



宇都宮子ども劇場
菅原さん、中村さん
26.6.6 出演



とよさとまほろば号 10周年 10万人
佐藤さん、大島さん、門間さん
26.6.13 出演



勇気づけ Cafe
入江さん、齋藤さん
26.6.20 出演



宇都宮市上下水道局
土山さん、大澤さん
26.6.27 出演



チームシュシュ栃木
大森さん、福士さん
26.7.4 出演



チャイルドライン栃木
栃木さん、福本さん
26.7.11 出演



御幸ヶ原地区納涼盆踊り
桜井さん、蔵元さん、堀江さん
26.7.18 出演



「肝高の阿麻和利」宇都宮公演
城野さん、今井さん、岩原さん
26.7.25 出演



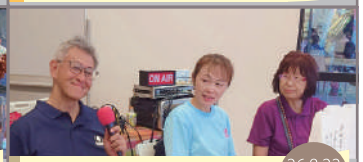
とちっコ未来育進会
野口さん、伊藤さん
26.8.1 出演



ポテンシャルスポーツ協会
澤さん
26.8.8 出演



地域共生～ガンダラカフェ
浅見さん、生井さん
26.8.15 出演



リレーフォーライフジャパン栃木
村井さん、江波戸さん、荒川さん
26.8.22 出演



宇都宮大学地理研究会の皆さん
26.8.29 出演

出演者募集中!

熱い思いで活動されている方!
ぜひ、「地元もりあげ隊!」に
ご紹介ください!
※詳しくはお問合せください

お問い合わせ

スポンサー募集中!

☎028-666-7897 ✉773@miyaradi.com
株式会社 宇都宮コミュニティメディア 〒320-0802 栃木県宇都宮市江野町7-8 堺屋ビル2F

新番組もぞくぞく登場

ミヤラジがオススメする番組をご紹介します!!

ミヤラジ Pick Up!

毎週または隔週で放送しているオリジナル番組を紹介しています。

eスポーツとちぎチャンネル

第1・3・5 月曜 16:00~16:55

- 出演：HIYOKO(寺本 拓也) 他
- 提供：ANSWER.M.GAMING

今話題の「eスポーツ」！栃木県内のeスポーツを盛り上げるべく、毎回、eスポーツ関連の話題をご紹介。ゲームをやっている子ども達の親世代の方も、ぜひ聴いてください！

PR

自分磨きマインドアップ ~夢を持って輝き続ける人を応援します~



第1・3 月曜 18:00~18:30

- 出演：柴田 寿美代
- 提供：自分磨きSoleil~ソレイユ~

自分の人生を自分で幸せへと導くヒントを、お届けいたします！お楽しみに☆

宵の口のひと時

第1・3 月曜 20:00~20:55

- 出演：有坂歯科 院長 有坂隆一
- 提供：有坂歯科

歯科医としての経験から皆様の悩みにお答えします。ゆったりとした宵の口のひと時にピッタリの話題をお届けします。

ラジオで聴くなら！

宇都宮市内であればカーステレオのチューニングをFM77.3MHzに合わせれば移動しながら、情報がチェックできます。



New PR

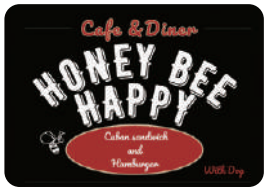


第1・3 月曜 21:00~21:59

食いだおレディオ

- 出演：Yummy 他
- 提供：Cafe&Diner Honey Bee Happy、合同会社Panda Bee Works

料理人がおすすめする料理人が通う店！宇都宮キッチン数珠つなぎ番組。市内の飲食店オーナーの生き様やお店のこだわり、苦労話や裏話、リスナー限定サービスなど、美味しい情報をお届けします。



PR



第2・4 月曜 21:00~21:59

リンゴ屋菊池のほっこりマンデー

- 出演：菊池隆夫　他
- 提供：リンゴ屋栃木宇都宮店

宇都宮でiPhone修理買取をスタートして実績13年のベテラン技師が、iPhone・パソコンのお悩み解消法をご紹介！ゆる~くお酒や美味しい飲食店のお話も。ゲスト回もお楽しみに。



モルペディア・ユキペディア

Tuesday 火曜 13:00~13:30

- 出演：藤岡 由起子　他
- 提供：株式会社モルティー

藤岡由起子の女子トーク全開番組。人生相談も受け付けますが、どんな回答が出るかは神のみぞ知る。

メッセージ・リクエストは

773@miyaradi.com

まで！

クリエイティブとちぎ On the Radio

第1・3 火曜 18:00~18:55

- 出演：キープキャリエール社員 ほか
- 提供：株式会社キープキャリエール、株式会社ビジネスステーション21

「栃木にはあなたが必要だ。」をテーマにお届けする就活応援ラジオ。地元企業のリアルな声や仕事の魅力を通して、「自分には関係ない」という思い込みを変え、栃木で働く未来の選択肢を広げます。

栃木には あなたが必要だ。

みんながけっぷちラジオ

Tuesday 火曜 19:00~19:55

- 出演：とちぎVネットスタッフ
- 提供：NPO法人とちぎボランティアネットワーク

誰にでもある、人生のちょっとした「崖っぷち」。この番組が崖の下のやわらかいクッションになれたらいいな。「NGO・市民に聞く戦争と平和ラジオ」も放送中！



#ヌマラジ

Tuesday 火曜 20:00~20:55

- 出演：ぬ。みる(栃木PRアイドル)時々ゲストあり
- 提供：(株)ヤマカエンジニアリング

栃木PRアイドルのぬ。みるが、栃木県の沼っちゃうおすすめスポットをご紹介します！
さらに、ぬ。みるの最新ライブ情報や楽曲もたっぷりお届け！ぬ。みる＆栃木沼に、沼ってみる？♡



市政情報番組 未来はじまる宇都宮

Wednesday 水曜 11:00~11:15

- 出演：市長、宇都宮市職員
- 提供：宇都宮市

毎週水曜日11:00~11:15に宇都宮市の職員が市政情報をお届け。最終週は市長が出演し旬な情報をお伝えします。



学生プログラム つぶつぶ大学放送部

Wednesday 水曜 18:00~18:55

- 出演：大学生メンバー

大学生による大学生のための情報番組です。

大学生メンバー募集中

(第1)はたらく大人のwellbeing (第3)Like Me Lounge リニューアル ~私は、私をどう生きる~

第1・3 水曜 12:00~12:55

- 出演：ちとせ
- 提供：SHINBI

誰かみたいになるより、私を愉しむ。自分らしさを更新する大人のラウンジ。

超！REIWAGARA

Wednesday 水曜 17:00~17:55

- 出演：上原チョー／日興スタッフ
- 提供：作業服の日興

日興のおすすめ商品をよしもと芸人上原チョーと日興スタッフが分かりやすく解説！



ミヤラジレジェンド

Wednesday 水曜 19:00~19:55

●提供：ミヤラジ・バンバ・ビジョン運営のメディアムーブメント

ラジオ局になる前から準備放送として続いている伝説の番組！まちの話題を幅広くお届けします。毎月第３水曜日は、ブリッツェンラヴァーズの「ラブ・チャリ」をお送りします！



PR

えみとさちえとてつやのAiremiナイト

第2 水曜 20:00~20:55

●出演：川﨑恵美、小池祥絵、坂本哲也
●提供：Airemi

えあれみのえみと祥絵ちゃん、坂本哲也で気分が上がるお喋り番組！マルシェ、商品紹介、ゲストもお迎えします。

PR

キンゴンズのステテコラジオ

第3 水曜 21:00~21:59

●出演：キンゴンズ

宇宙一の番組がミヤラジで聴ける！！！最高の1時間をお贈りするのでラジオの前で震えて待機！！！

くらしの水と空気を守るプロ集団 宇都宮市管工事業協同組合がお届けする 水と空気のラジオ

Thursday 木曜 12:00~12:55

●出演：組合員企業 ●提供：宇都宮市管工事業協同組合

組合員企業の方をゲストに、仕事の「やりがい」「心意気」などを紹介し、地域で働く魅力を伝え、仕事の内容を知っていただく番組です！



PR

「自分らしく」をマルにする

第1・3 木曜 13:00~13:55

●出演：廣田純子 他 ●提供：Office Citrus

自分らしいライフキャリアの描き方や選択の仕方、人生の転機の乗り越え方を、キャリアコンサルタントのじゅんこさんがお届けします。質問も募集中！



健太君のミヤラジタイム

Thursday 木曜 14:00~14:30

●出演：吉成 絵美子 他
●提供：宇都宮餃子館

餃子の街、宇都宮から餃子の情報バラエティをお届けします。イベント情報や店舗情報など、宇都宮餃子館のすべてを公開。健太君の読み聞かせタイムもたまにやりまーす。

学生×企業 ワクワクミライ会議

第2・4 木曜 19:00~19:55

●出演：県内大学生・会員企業
●提供：とちぎ圏央まちづくり協議会

「学生」と「企業」本音のトーク番組。企業のリアルを知りたい！学生の本音を聞きたい！企業と学生の架け橋となる番組です、ぜひお聴きください！

PR

~新しい自分流をみつけよう~ラブ🐾ダップチャンネル

第2・4 木曜 15:00~15:55

●出演：萩原希久子 他 ●提供：合同会社Panda Bee Works

心地よい暮らしをテーマに、心も体も健康になる癒し雑貨やハーブ、薬膳などの情報や、犬との暮らしがより素敵な時間になる情報をお届けします。



PR

~自分らしく毎日を歩むための「きっかけ」作りに~がんピアサポート番組 スマイルフラミンゴ

第1・3 木曜 15:00~15:55

●出演：高橋 めぐみ ●提供：みんなで知ろうがんのこと 栃木

自分自身の乳がんの経験を通して感じたこと、気づいたことを、皆さんと共有したい。「知る・つながる・支え合う」を大切に、がんと生きる人をみんなで支える地域社会の実現を目指して発信しています。



PR

~宇都宮から世界へ~陰ノ宮シド挑戦の軌跡

第1 木曜 20:00~20:55

●出演：陰ノ宮シド ほか ●提供：LIGHT MUSIC

カンボジアでJ-POP 4位を記録！「宇都宮から、世界水準の音楽を」そんな熱い想いを込めて制作された陰ノ宮シドの最新楽曲。放送を通じて、その挑戦と楽曲の全貌をお届け！必聴です。



きらり★シニア倶楽部

Friday 金曜 16:00~16:55

●出演：シニア世代の“きらりの人”

人生100年時代に健康で人のため地域のために役に立ちたいと活動する“シニア世代のきらりの人”。未来を支えるシニア世代にスポットを当てた番組です。

PR

あなたとポエタイム

第1 金曜 17:00~17:55

●出演：栃木県現代詩人会会員及び県内詩誌同人
●提供：栃木県現代詩人会

ちょっと立ち止まって！自分の心と対話する時間を楽しんでみませんか。一緒に現代詩で癒されましょう。詩心をあなたと。

PR

りこえるのうつのみゃ~バーチャル♡NIGHT

第2 金曜 20:00~20:55

●出演：満月りこる、飴ノ川えるは
●提供：りこえるちゃんねる

でこぼこコンビのバーチャルキャラクター「りこる」と「えるは」が、kawaiiをテーマに宇都宮を楽しみつくす日常系ドタバタご当地バラエティ！

We are Movie Lovers

Friday 金曜 21:00~21:59

●出演：映画好きの仲間達

映画を語りたい仲間"Lovers"が集まり、楽しくおしゃべりをする1時間。週末に思わず観たくなるようなお話をしていきます。映画好き集まれ！！



お喜楽らじお

Saturday 土曜 15:00~15:55

●出演：臼井佳子、中村長司（ミヤラジ）

「さあ～“お喜楽らじお”始まるよ～!!」
ゆる～いトークと時々辛口、女将とチョージのお喜楽なひととき、ご一緒にいかがですか。



PR

ベトナムの声 From 栃木県

第4 土曜 18:00〜18:55

- 出演：Tak＋毎月特別ゲスト
- 提供：栃木県ベトナム人会、HAJIME 合同会社 APAL Tech株式会社

文化・生活・観光・経済など多角的なテーマでベトナムを深く知る番組です。

メッセージ・リクエストは
773@miyaradi.com
まで！

夢と希望と感動を！未来へ紡ぐ 百年花火

Sunday 日曜 18:00〜18:55

- 出演：うつのみや花火大会メンバー

子どもから大人まで花火大会を楽しみに待っている人たちにお届けする、花火大会情報満載のコーナーです！



©うつのみや花火大会

他にもおすすめ番組いろいろ!

◎栃愛歌みんみん「栃愛歌みんみんの 栃木から愛と歌を♪」 第1月曜/12:00〜12:55 New
栃木・宇都宮を拠点に活動するシンガー栃愛歌みんみんが、栃木の魅力を“みんみん目線”で楽しく紹介します。

◎team SCENE「思わず言っちゃった！！」 第2火曜/12:00〜12:55
宇都宮の様々なジャンルの方を巻き込んで「衣食住」をテーマにアイラブ宇都宮,栃木でお届けするいいとも的なローカル番組。

◎ひらいで工業団地「ひらいで工業団地プレゼンツ 魅力レポートラジオ」 第4火曜/12:00〜12:55
ひらいで工業団地の企業の取り組みや現場の声、ものづくりの魅力をラジオで紹介する番組。

◎居酒屋ありらん、あおぞら珈琲「南宇都宮専用ラジオ まあまあいいでSHOW」 第3火曜/15:00〜15:55
8年ぶりに復活！南宇都宮を盛り上げるために帰ってきた二人のゆるトーク。合言葉は「まあいいでしょう。」

◎「ハカセの時間」 第1火曜/16:00〜16:55 New
一橋大学博士で作家のハカセ公夫が、医学部受験の最新の話題を発信。医学部受験生は必聴です！

◎医療法人 雄愛会 高谷秀雄歯科クリニック「Hideo Takataniの俺がやらなきゃ誰がやる！」 第1水曜/14:00〜14:55
宇都宮(栃木県内)で頑張っているアーティストやスポーツ選手を迎え、その方の活動や魅力を伝え地域を元気に盛り上げる番組です！

◎ゼウスカークリーン「運を動かす！福のRadio」 第4水曜/21:00〜21:59
音楽、演劇、映画、ミュージカルなど芸術分野の話題まで、家、車、心もピカピカになる情報発信中。

◎葬祭会館 市民ホールグループ「ラジオで終活」 第2・4木曜/16:30〜16:55
終活のあんな話やこんな話を終活カウンセラーがたっぷりお話しいたします。

◎矢部行政書士「コスモス おしゃべり放送部」 第3木曜/16:00〜16:30
女性行政書士がゲストの法律家をお招きし、ゆる〜くおしゃべりする番組です。

◎ひでのり企画「さやか昭和アイドルソング 恋になげキッス」 第1木曜/19:00〜19:55 New
宇都宮の神声シンガーがお届けするリスナー参加型ラジオ。ときには生歌の披露も!さやか昭和アイドルソングと時間旅行しませんか？

◎Vibe「SATAKEのミュージック&ストーリーズ」 第3木曜/19:00〜19:55
気になる人をゲストに招き、それぞれのストーリーを通してトークを進め、宇都宮を盛り上げます！

◎グランシャリオ「翔んで60分」 第2木曜/20:00〜20:55
美味しいお店のオーナーと気の合う仲間と楽しくおしゃべりする1時間。

◎小山フェローズ「Jazz in Fellows」 第3木曜/20:00〜20:55
気軽に本格ジャズライブが楽しめるお店「フェローズ」のオーナーが贈る優雅なひととき。

◎(株)駐妻(ちゅうづま)キャリアnet「駐妻キャリアジャーニー」 第4木曜/20:00〜20:55
海外駐在に帯同する妻(駐妻)たちのキャリア変遷を、駐在前・中・後の3ステージに分けて、生の声で届ける月1回のインタビュー番組です。

◎高橋歯科クリニック「街とつくるミュージックラジオ〜水島康貴のキャブコン音楽工房〜」 第2木曜/21:00〜21:59
キャブコンDTMから生まれる宇都宮のための音楽ラボ。地元ゆかりの音楽家とコラボして楽曲制作〜生放送で発表します！

◎未来デザインコーチ「みさきの未来スイッチ・オン！」 第1金曜/9:00〜9:55
「ちゃんとしなきゃ」を手放し、本当の気持ちで未来を描く朝の番組です。

◎宇都宮動物園「しのちゃんの『あいラブZOO〜☆』」 第2金曜/13:00〜13:55
宇都宮動物園の動物の様子や飼育スタッフの裏話、イベント情報をお届け！

◎宇都宮アート&スポーツ専門学校「ミヤボイス！〜宇都宮から届ける学生ラジオ〜」 第4金曜/14:00〜14:55
声優や俳優を目指す学生たちが宇都宮の魅力や若者の”今”をお届けします。ラジオドラマシリーズもお楽しみに。

◎佐藤建設工業/長嶋組/エメラルドエディション「Arakawa Design Creative Jam」 第1土曜/19:00〜19:55
「クリエイティブを声で届ける」をテーマにデザイナー視点でゲストと語らう番組。いつ聴いても楽しめるがモットーです！

◎特定非営利活動法人 奏(かなで)「マッシーとモカの『Beating Heart Music』」 第3土曜/20:00〜20:55
アマチュアミュージシャンや音楽をこよなく愛するすべての皆様のために、NPO法人「奏」が元気に活動中！

◎ベトナム語ラジオ ベトナム Xin chào! with TABUWATA 第1日曜/17:00〜17:55
カオさんがゲストと一緒にベトナムの魅力や日本での生活を楽しく面白く語る番組です。

◎中国語ラジオ「你好(ニーハオ)花嫁」 with TABUWATA 第2日曜/17:00〜17:55
宇都宮を中心とした栃木に暮らす外国人と中国語で暮らしにまつわる身近な話題をお届けします。

◎タイ語ラジオ 「クンさんと話そう♪A-bi Zaaパークイ」 with TABUWATA 第3日曜/17:00〜17:55
タイからやってきましたクンです！日本の皆さんにタイの文化をお届けします！

◎TABUWATA「あなたの隣の外国人」 第4日曜/17:00〜17:55
外国人と一緒に宇都宮生活を語る番組。YOUは何しに宇都宮へ？

ミヤラジオリジナル番組を応援してくださる企業様

健康・三種の神器
毎週月曜日／9:00〜9:55
Kかましん SUPER MARKET

ミヤラジ防災番組
毎週月曜日／11:00〜11:55
UEC 宇都宮電子株式会社

ミヤラジ環境番組 エコミヤ
毎週水曜日／13:00〜13:55
上陽工業株式会社

Now Seeking Sponsors

10月からスタート！！ 道路交通情報をお届けします！

放送時間(予定)

- 7時台（前半・後半）
- 8時台（前半・後半）
- 16時台（前半）
- 17時台（前半）
- 18時台（前半）

※オリジナル番組の放送がある時間は除く



情報提供：日本道路交通情報センター/ATIS(アティス)

ミヤラジ タイム テーブル 2026 10▶12

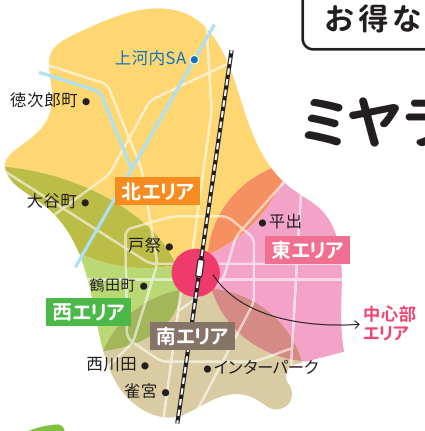
タイムテーブルは予告なく変更になる場合がございます。詳しくはミヤラジWEBサイトをご覧ください。

時報	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
7	ユーミーマンション	おはミヤ				おはミヤ Sat・Sun	
8							
9	提供:かましん 健康、三種の神器	Miya Style			未来デザインコーチ みさきの未来スイッチ・オン!(第1)	Miya Style Sat・Sun	
10							
11	提供:宇都宮電子(株) 他 みんなの防災	ミヤラジ福祉番組 ハートプログラム	市政情報番組 未来はじまる宇都宮	ミヤラジ子育て応援番組 Holdhands	ミヤラジ健康番組	宮ブランチ!	
12	栃愛歌みんみん 栃愛歌みんみんの栃木から愛と歌を(第1) New	team SCENE 思わず言っちゃった…!!(第2)	ひらいて工業団地 ひらいて工業団地プレゼンツ 協力レポートラジオ(第4)	SHIBUDEIデザインスクール はたらく大人のwellbeing(第1) リニューアル SHIBUDEIデザインスクール Like Me Lounge ~私は、私をどう生きる~(第3)	宇都宮市管工事業協同組合 くらしの水と空気を守るプロ集団 宇都宮市管工事業協同組合がお届けする水と空気のラジオ 宮ランチ!		
13	宇都宮電子	(株)モルティー モルペディア・ユキペディア	提供:上陽工業(株) ミヤラジ環境番組 エコミヤ	Office Citrus 「自分らしく」をマルにする(第1・3)	宇都宮動物園 しのちゃんの「あいラブZOO~☆」(第2)	Go!Go!ミヤ Sat・Sun	
14	Go!Go!ミヤ		医療法人 健愛会 高谷秀雄歯科クリニック Hideo Takatani の 悩みやらなきゃ話がやる!(第1)	宇都宮餃子館 健太君のミヤラジタイム	宇都宮ハルガーデン専門学校 ミヤボイス! ~宇都宮から届ける学生ラジオ~(第4)	Teen's Boogie	
15	ミヤラジ街中応援番組 まちへ行こう!	居酒屋ありらん あおぞら頭痛 南宇都宮専用ラジオ まあまあいいでSHOW(第3)	ミヤラジ 地域経済番組	みんなで知ろうがんのこと 栃木 ~自分らしく毎日を歩むための「きっかけ」作りに~ がんピアサポート番組 スマイルプラミンゴ(第1・3) 合同会社 Panda Bee Works ~新しい自分流をみつけよう~ ラブ*ダップチャンネル(第2・4)	ミヤラジ歴史番組 うつのみや古今東西	ミヤラジ お喜楽らじお	
16	(一社) eスポーツとちぎ eスポーツとちぎチャンネル(第1・3・5)	New ハカセの時間(第1)		矢部行政書士 コスモスおしゃべり放送部(第3) 葬祭会館市民ホールグループ ラジオで終活(第2・4)	きらり★シニア倶楽部	ミヤラジオリジナル番組 うつのみや探検隊	
17	You Gotta MIYA!		作業服の日興 超!REIWAGARA	下野新聞うらもっと!みやもっと!	栃木県現代詩人会 あなたとポエタイム(第1)	ミヤラジオリジナル番組 地元もりあげ隊	ベトナム語ラジオ ベトナム Xin chào! with TABUWATA(第1) 中国語ラジオ 你好花嫁 with TABUWATA(第2) タイ語ラジオ クンさんと話そう A-bi Zaa パークイ withTABUWATA(第3) TABUWATA あなたの隣の外国人(第4)
18	高橋歯科クリニック 自分磨きSoleil 自分磨きマインドアップ(第1・3) 宇都宮姿勢プロジェクト ~いい姿勢で自らしく生きる~ 人生が楽しくなる姿勢と体の話(第2) (株)キープキャリエール (株)ビジネスステーション21 クリエイティブとちぎ On the Radio(第1・3)		学生プログラム つぶつぶ大学放送部	ミヤラジ 昭和★夢ラヂオ		栃木県ベトナム人会 ベトナムの声 From栃木(第4)	夢と希望と感動を! 未来へ紡ぐ 百年花火
19	ミヤラジ スポーツ応援番組	NPO法人 とちぎボランティアネットワーク みんながけっぷちラジオ	メディアムーブメント ミヤラジレジェンド	New ひでのり企画 さやか 昭和アイドルソング 恋になげキッス(第1) とちぎ圏央まちづくり協議会 学生×企業 ワクワクミライ会議(第2・4) Vibe SATAKEの ミュージック&ストーリーズ(第3)	ミヤラジ 気軽にArtTalk(第3)	佐藤建設工業/長嶋組 エメラルドエディション Arakawa Design Creative Jam(第1)	
20	有坂歯科 宵の口のひと時(第1・3) New	(株)ヤマカエンジニアリング #ヌマラジ	Airemi えみとさちえとてつやの Airemiナイト(第2) ミヤナイト	LIGHT MUSIC ~学園ものがたりの陰ノ宮シド挑戦の軌跡~(第1) グランシャリオ 翔んで60分(第2) 小山フェローズ Jazz in Fellows(第3) ちゅうぶ来 (株)駐妻キャリアnet 駐妻キャリアジャーニー(第4)	りこえるちゃんねる りこえるのうつのみや~ バーチャル♡NIGHT(第2)	NPO法人「奏」 マッシーとモカの「Beating Heart Music」(第3)	ミヤラジ 音楽の時間
21	Cafe&Diner Honey Bee Happy 合同会社Panda Bee Works 食いだおレディオ(第1・3) リンゴ屋栃木宇都宮店 リンゴ屋菊池のほっこりマンデー(第2・4)	乱世を生き抜く 宮商人(ミヤアキビト)のチカラ2nd	キンゴンズ キンゴンズのステテコラジオ(第3) ゼウス カークリーン 運を動かす! 福のRadio(第4)	高橋歯科クリニック 街とつくるミュージックラジオ(第2)	ミヤラジ We are Movie Lovers		

カードを見せると
お得な特典がもらえる!



ミヤラジ+（プラス）加盟店ご紹介



Vol.39加盟店紹介

- 中心部エリア …… P27～
- 東エリア …… P31～
- 西エリア …… P33～
- 南エリア …… P35～
- 北エリア …… P36～

MIYARADI MEMBER STORE GUIDE

お店の分類マーク
お店の種類が、一目で分かるようにします。

分類マーク一覧
- グルメ
- ファッション 雑貨
- 理・美容室
- ビューティー
- ライフ



ミヤラジ

お店のPRはこちらをご覧ください。

住 宇都宮市●●町0-0-0
営 17:00～24:00
休 水曜日
HP なし
P なし

028-000-0000

カード特典 ワンドリンク サービス

お店の紹介写真
お店の写真やオススメ商品などビジュアルで紹介します。

お店の名前

お店のPR

お店の情報

QRコード
ミヤラジホームページの加盟店紹介ページにリンクしています。
お店の詳しい情報や地図はこちらから。

電話番号

特典内容
ミヤラジ+カードを掲示すると受けられる特典内容です。

（有効期限10月1日～12月31日）
※原則として、お店をご利用された方を対象とし、提示された本人のみ有効とします。
※他のサービスとの重複はできません。

※掲載した時点と営業時間等が変更になっている場合があります。詳しくは各店にご確認ください。

MIYARADI MEMBER STORE INDEX

加盟店インデックス　分類別50音順

グルメ

- 一軒め酒場　東武宇都宮店 …… 28
- パティスリーアンフィニ …… 29
- 下野菓子処うさぎや …… 28
- 宇都宮餃子館　バンバ通り店 …… 28
- 宇都宮もんじ …… 27
- 沖縄料理　願寿亭 …… 31
- CRÊPERIE753 …… 35
- THIRD PLACE KAMAGAWA …… 30
- 嶋田屋酒店　宮みらい店 …… 32
- 飛行船ファーム直売所 …… 38
- hiyori bakery …… 30
- 御菓子司　桝金 …… 36
- 和の中 …… 34

ファッション・雑貨

- 鈴為バンバ通り本店 …… 29
- 時計・宝石　タケカワ …… 27

ビューティー

- アースボディケア …… 37

ライフ

- 有限会社アップライジング …… 37
- 株式会社井上総合印刷 …… 36
- イオスホーム宇都宮インターパーク店 …… 38
- 市民ホールグループ いきいき終活サロン ベルモール会場 32
- ウォーターネット栃木中央 …… 35
- 宇都宮第二トーヨーボウル …… 35
- 宇都宮電子株式会社 …… 36
- 宇都宮南自動車教習所 …… 35
- 株式会社　宇都宮ロック …… 34
- auショップ宇都宮駒生 …… 33
- auショップ宇都宮西川田 …… 35
- 株式会社　エネ創 …… 36
- ガーデンファーム+s …… 38
- ケア＆スポーツデイサービス …… 31
- ザ・グランドスパ南大門 …… 27
- 新宇都宮カントリークラブ …… 38
- 作業服の日興　宇都宮店 …… 36
- 有限会社　千草園 …… 34
- 栃木トヨペット　宇都宮宝木店 …… 36
- 株式会社　日本園芸ガーデン …… 33
- フラワーショップ　花いちもんめ …… 37
- 飛行船アグリ …… 38
- 平野浩視法律事務所 …… 30
- みずき佐野 …… 38
- ユーミーネット宇都宮店 …… 32



ザ・グランドスパ南大門

地下1200mより湧出の天然温泉。北関東最大級の温泉施設で、サ活を満喫しませんか。サウナも今、ファッションの一部。ココでしか買えないオリジナルTシャツやサウナグッズも販売中です。アロマサービス、熱波ロウリュウも開催しております。日頃の疲れを癒やしてみてはいかがですか。

住 宇都宮市今泉3-2-18
営 10:00～翌9:00
休 不定休
HP あり
P あり(700台)

028-622-1126

カード特典 ご入浴コースご利用でオリジナルグッズプレゼント ※グッズは変更になる場合もございます。



時計・宝石　タケカワ

創業111年を迎えるタケカワ時計店はオリオン通り東武デパート近くに6店舗を構え、各店がブランドごとの特徴を持ち、全店は徒歩30歩でつながっています。新入学新社会人向けのフレッシュな時計から高級腕時計、また人生最大のイベント、ブライダル商品まで取り揃えております。

住 宇都宮市江野町7-3
営 10:00～19:00
休 無休
HP あり
P あり(提携駐車場)

028-633-2031

カード特典 お持ちの時計・アクセサリーの無料クリーニング



宇都宮もんじ!

新たに鉄板焼屋がオープン。お好み焼き、もんじゃ焼き、海鮮焼き、肉焼きなど多彩なメニューが揃っております。土・日は昼飲みオッケーです!単品飲み放題もご用意してます。お待ちしています。

住 宇都宮市江野町9-2
営 平日・祝前日15:00～23:00
土・日・祝　12:00～23:00
休 水曜日
HP なし P なし

028-680-6261

カード特典 お好きなトッピング1つ無料!!

かましん SUPER MARKET

本部　〒321-0945
宇都宮市宿郷3-16-3
電話　028-612-6688





下野菓子処うさぎや

創業大正4年の和洋菓子店です。創業時よりの「うさぎもなか」、地元から県外まで多くの方に召し上がっていただいている「チャット」をはじめとして季節のお菓子を多数取りそろえています。おやつにご進物までご用命をお待ちしています。

住 宇都宮市伝馬町4-5
営 8:30～17:30
休 水曜日
HP あり
P あり(2台)

028-634-6810

カード特典 1,000円以上のお買い上げでチャット1つプレゼント



一軒め酒場 東武宇都宮店

毎日が激安。お財布にやさしいお店。おひとり様からグループまで、気軽に利用出来る雰囲気が売りです。元気の良いスタッフとおいしい料理、お酒を、財布を気にせずにお楽しみ下さい。激安、品質が自慢の一軒め酒場。一軒めでなくても、来店お待ちしています。

住 宇都宮市江野町5-11
営 月～金 16:00～24:00
土日祝 15:00～24:00
休 無休 HP あり
P なし

028-636-9029

カード特典 旨(ウマ)カツ1本プレゼント



宇都宮餃子館 バンバ通り店

西口駅前中央店が移転し、約25年振りに宇都宮二荒山神社近くに戻ってきました。場所はMEGAドン・キホーテ 宇都宮店のバンバ通り側、真向かいです。期間限定餃子やランチ、せんべろセットもご用意しています!平日限定で宴会メニューもありますので、ぜひご来店ください!

住 宇都宮市馬場通り3-1-17
営 11:00～21:00(L.O.20:30)
休 無休
HP あり
P なし

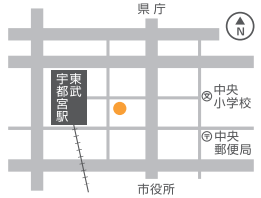
028-637-1000

カード特典 ソフトドリンク1杯サービス



婦人科(不妊治療)　泌尿器科(不妊治療)

〒320-0806　栃木県宇都宮市中央1丁目7-1
診療受付／TEL.028-636-1121
診　療　日／月曜日～土曜日（日曜・祝日休診）
診療時間／10:00～13:00　15:00～18:30



医療法人 三秀会
CENTRAL CLINIC 宇都宮中央クリニック
宇都宮中央クリニック



鈴為バンバ通り本店

創業元禄6年、320年以上続く「人形・提灯」の専門店です。専門店ならではの個性的なものから本格的な高級品まで幅広くご用意しています。また、和雑貨も豊富にお取り扱いしております。季節ごとに取り扱い商品を変えて展示していますので、ぜひご来店ください。

住 宇都宮市馬場通り2-3-4
営 10:00～18:30
休 水曜日
HP あり
P なし

028-636-3320

カード特典 1万円以上お買い上げの方にミニ招き猫をプレゼント!



パティスリーアンフィニ

2022年11月オリオン通りにオープンしたパティスリーアンフィニです。当店はスイスフェルクリン社製の口どけ、舌触りが良い高級チョコレートを使用したチョコレートケーキがオススメ。他にも焼き菓子、マカロンなど香り高い上品なお菓子をぜひ、味わってみてください。

住 宇都宮市江野町7-7石崎ビル1F
営 10:00～19:00
休 水曜日
HP インスタグラムをご覧ください
P あり(提携駐車場)

028-615-7331

カード特典

もしものときは…77.3FM

災害時には市役所など行政と連携をして、放送時間内・時間外に関わらず各地域の情報を発信していきます。スマホからでもミヤラジをお聴きいただけます。

ダウンロードはこちらから

77.3FM ミヤラジ

スマートフォンのアプリストア(GooglePlayストア、App storeなど)で「ミヤラジ」で検索!
※Androidはver.5以上が対象

ミヤラジのSNS紹介

ミヤラジ公式X(旧Twitter)

X(旧Twitter)

・リポート
・ミヤラジみつけた!の投稿をしています!

その他にも番組の紹介や宇都宮に関わる情報のシェアもしています。



アカウント情報
@miyaradi



フォローや投稿のいいね、リポストお願いします。



THIRD PLACE KAMAGAWA

店名は「家庭、職場に続く第3の心安らぐ場所になれたら」という思いで付けました。おすすめは「ハイネケン生ビール」。生のおいしさはもちろん、UEFAチャンピオンズリーグスポンサーのハイネケン推し。一期一会を大切に居心地の良いBARを目指しています。

住 宇都宮市二荒町9-11 KリヴィエールD
営 20:00～27:00
休 日曜日・月曜日・祝日 ※祝前日は営業
HP あり
P なし(すぐそばにコインPあり)

070-5019-3150

カード特典 ファーストビール半額



hiyori bakery

見て楽しい食べておいしいパンをお客さまにお届けしたい。今日もhiyoriらしくお楽しみいただけますよう、季節や気分に合わせたラインナップで心を込めて焼き上げています。季節のお食事パン、おやつパンや、ニラと蒸し鶏のデニッシュやクリームボックス、フルーツサンドなど人気です。Instagram、Facebookチェックしてください。

住 宇都宮市南一の沢町2-38
営 7:00～20:00
休 月曜日
HP InstagramとFacebookをご覧ください
P 店前2台　第2駐車場3台

028-689-8620

カード特典 1,000円以上お買い上げの際に50円引き



平野浩視法律事務所

宇都宮で開業し数十年。数多くの案件を手掛けてきました。皆さんの信頼に応え、法律の専門家として、より良いサービスの提供に努めます。「困ったな」と悩んだり「こんなこと相談していいのかな?」と思うようなことでも、まずはご相談ください!セカンドオピニオンでも結構です。

住 宇都宮市大寛1-1-12
営 9:00～17:00
休 土曜日・日曜日・祝日 お盆及び年末年始
HP あり P あり

028-635-2221

カード特典 無料クォーター(15分)相談



ゆったりとした空間で最上のおもてなしを。

タイヤからはじまる、トータルカーメンテナンス
あなたのセーフティーサポーター
タイヤ館

タイヤ館 ブリヂストンリテール栃木(株)

タイヤ館 宇都宮西 TEL:028-647-0180
タイヤ館 宇都宮南 TEL:028-684-3380
タイヤ館 真岡 TEL:0285-83-4590
タイヤ館 宇都宮東 TEL:028-612-8925
タイヤ館 宇都宮北 TEL:028-600-5811
定休日:火曜日





ケア&スポーツデイサービス

お客様一人ひとりに合わせた運動プログラムを作成し、目標を持って楽しんでトレーニングをしていただく介護保険指定デイサービスです。最新のトレーニングマシンやマッサージ機、水素水サーバーなど設置し、みなさまの元気をサポートしていきます。

住 宇都宮市石井町3167-2 吉澤倉庫ビル101
営 9:00～17:00
休 日曜日　祝日
HP なし　P あり(3台)

028-689-8910

カード特典 見学で来所されたお客様に記念品プレゼント



沖縄料理 願寿亭

栃木の沖縄をコンセプトに、水槽で泳ぐ人気の海ぶどうやゴーヤーチャンプルーなどの沖縄の定番料理の他に、週替わりのおすすめ料理もご用意しております。沖縄の雰囲気づくりとしてBGMに沖縄音楽を流し、不定期で沖縄音楽ライブも行っておりますので、ぜひ栃木で沖縄の夜を感じてください。

住 宇都宮市陽東4丁目10-18
営 12:00～14:00(L.O.13:45)
　 17:30～23:00(L.O.22:00)
休 火曜日
HP あり P あり(7台)

028-663-1753

カード特典 ソフトドリンク1杯

じぶんの町を良くするしくみ。赤い羽根共同募金

赤い羽根共同募金って？
「自分の町を良くするしくみ」

●県内で集められた募金は県内で活用されます。(例)高齢者の見守り活動・子育てサロン
●募金の一部は積み立て、災害時の復興を支えます！(大規模災害時は唯一県域を越え、全国で支え合います。)

この街に住む誰もが
ふだんの
くらしを
しあわせに送れるように…

栃木県共同募金会

028-622-6694

片付け堂

分別から運び出し、処分まで一括対応いたします！

不用品回収
遺品整理
ゴミ屋敷清掃



不用品回収で Vポイントが貯まります
POINT

▲LINE ▲HP

お見積りは無料です！ 営業時間 8:30～17:30 0120-310-55 ささっと ごーごー

片付け堂 宇都宮店 検索

宇都宮文化センター株式会社



ユーミーネット宇都宮店

ユーミーマンションは、全国7,000棟88,000世帯に支持される鉄筋コンクリート造の賃貸マンションです。当社ユーミーネットでは宇都宮市や栃木県南エリアを中心にお部屋探しのお客様のお手伝いをさせていただいております。お部屋探しは是非ユーミーネット宇都宮店までお気軽にお越しください。

住 宇都宮市東簗瀬1-22-9
営 10:00～18:00
休 水曜日　祝日
HP あり
P あり

050-3032-7809

カード特典 カードご提示でご成約時の仲介手数料を半額に(通常家賃の1カ月分)

終活で愉快だ宇都宮
UTSUNOMIYA

市民ホールグループ いきいき終活サロンベルモール会場

「人生の後半は楽しい」市民ホールグループは貴方の終活を応援します。エンディングノート・遺言・身元保証・保険・介護・葬儀・相続・お墓・樹木葬・仏壇の事について、終活カウンセラーの資格をもつ相談員が無料で個別相談いたします。お気軽にお立ち寄りください。

住 宇都宮市陽東6-2-1ベルモール2階 ギャラリーメモリア内
営 10:00～17:00
休 年末年始・お盆
HP あり P あり(ベルモール駐車場)

028-611-3911

カード特典 ギャラリーメモリア内商品5%引き(一部商品を除く)



嶋田屋酒店 宮みらい店

大正元年創業の老舗「嶋田屋酒店」。リニューアルした「宮みらい店」は、栃木県の地酒を豊富に取り揃え、拡大した角打ちスペースと、新設した栃木の地酒サーバーで気軽にお酒を楽しめます。気に入ったお酒はご購入いただけます。

住 宇都宮市宮みらい1-1
営 11:00～20:30
　 角打ちスペース営業時間
　 平日　12:00～20:30
　 土日祝 11:00～20:30
休 不定休 HP あり P あり

028-688-8251

カード特典 店舗ご利用の方に嶋田屋オリジナルポーチプレゼント

交流タイムあり！「聞くだけ」ではない！この街に来たばかりの人も、新しい出会いやきっかけを探す人も歓迎

「何をしている人」ではなく「どんな人」かで出会うコミュニティ創り

宇都宮市100人カイギ

栃木県初！ 宇都宮市初！ 令和8年度 宇都宮市市民活動助成金 交付活用事業



初参加歓迎！学生も、会社員も、地域で活動する人も、移住してきた人も！

100 NIN KAIGI UTSUNOMIYA

100人カイギは全国140以上の地域で開催されている「ゆるくつながるコミュニティ」毎回、宇都宮に縁のある5人が10分間の自己紹介。まちの100人100様のストーリー紹介が進行中！

第13回	第14回	第15回
10.25 Sun	11.20 Fri	12.15 Tue
14:30	夜の会	夜の会
ミライト一条	ミライト一条	ミライト一条

宇都宮市 100 人カイギ
うつのみや未来共創ラボ
(宇都宮市 100 人カイギ事務局)
umiya.labo@gmail.com

SNS ホームページ



auショップ宇都宮駒生

当店では、好評いただいている「スマホ教室」を毎週火曜・木曜に開催しております。スマホの基本的な使い方から、アプリの使い方、さらにはご利用プランの見直しなどまでご案内しています。WEBまたは、お電話にて簡単にお申し込みいただけます。お気軽にお問い合わせください。

住 宇都宮市駒生町3364-2
営 9:00～18:00
休 年中無休
HP あり
P あり

0800-700-1266

カード特典 au+1collection（アクセサリー）10%OFF



株式会社 日本園芸ガーデン

一輪の花があなたのお部屋に色を添えます。きっと何かが変わるはず。品質・産地にこだわった当店の花が、あなたの心にポッと花を咲かせます。小さなプレゼントから冠婚葬祭用の花まで、ご予算に合った最高の演出をお手伝いさせてください。FKD店内の支店「花樹歩」でお待ちしています。

住 宇都宮市西大通り2-7 宇都宮市今泉237FKD内 花樹歩（カジュアル）
営 9:00～18:00
休 無休
P あり

028-634-9779

カード特典 1,000円以上お買い上げの方に切り花プレゼント

スマホからでもミヤラジが聴けます！

スマートフォンのアプリストアで（GooglePlayストア、App store など）

「ミヤラジ」で検索！

77.3FM ミヤラジ

◀専用アプリのダウンロードはこちらから

ニッポンの未来を造る仕事

正社員募集中

株式会社 ユウケイ工業

お問い合わせ ☎028-673-9228

公式ホームページはこちら https://www.uk77.jp

本社／栃木県宇都宮市白沢町1825-32　東京支社／東京都台東区元浅草3-6-1エクセレントタワー2F

鳶工事・鍛冶工事　鉄骨建方／足場組立、解体／鉄骨合番、本締め、タッチアップ／デッキ、コン止め、スタッド工事
現場鍛冶工事／太陽光パネル・架台設置／上記作業手順書、要領書、計画書作成



株式会社 宇都宮ロック

鍵、防犯のことなら宇都宮ロックまでご相談下さい。戸建やマンションの合鍵作成・鍵穴の交換から、企業の電気錠・入退室管理といった高度なセキュリティシステムまで対応いたします。事業拡大につきスタッフを随時募集しています。お気軽にご連絡ください。

住 宇都宮市宝木町1-14-7
営 平日 9:00～17:30
休 土曜日 日曜日 祝日
HP あり
P あり（3台）

028-622-1169

カード特典 来店で500円以上お買い上げのお客様へキーホルダープレゼント



和の中

お友だちやご親戚と皆様でワイワイ、またはお一人でゆっくりと、あなたの傍に「和の中」を。皮から手作りの薬膳餃子や丸二日かけて作るとろけるチャーシューののった内モンゴル岩塩ラーメン…。中国の古い茶館の雰囲気の店内にはジャズが流れ、皆様をお迎えいたします。

住 宇都宮市駒生町1296-33
営 11:30～14:30　17:30～22:00
休 月曜日
HP あり
P あり（16台）

028-624-7886

カード特典 麺メニューを麺大盛にサイズアップ（ご本人のみ）

NEW

花ちぐさ園 Flower Shop

地域に根ざし、人に優しい商売を心がけてまいります。若いエネルギーに満ちた千草園スタッフ一同、前へ進んで行きたいと思っております。「花は人と人をつなぐかけ橋」そんな思いを届けてまいります。

住 宇都宮市鶴田町2-6-19
営 8:30～18:00
休 無休
HP あり
P あり

028-648-8373

カード特典 1,000円以上お買い上げでスタンプカードに星3つです

＼仕事探しも、手続きも、駅チカ で便利！／

ハローワーク宇都宮

駅前プラザ のご案内

JR宇都宮駅から徒歩３分！

ハローワーク宇都宮 公式キャラクターまごころちゃん

駅前プラザはこんな方におすすめです！

少ない待ち時間で手続きを済ませたい方
ハローワーク宇都宮と比べ待ち人数が少なく、スムーズにご案内できます。

公共交通機関・自転車を利用している方
宇都宮駅から徒歩３分！利便性抜群でお出かけついでに立ち寄れます。

平日の来所が困難な方
栃木県内で唯一、土曜日も相談窓口を開設しております。

子育て中の方
マザーズコーナーあり！保育スタッフの配置等、お子さん連れでも相談しやすい環境です。

ご利用いただける主なサービス

失業認定
職業相談 職業紹介
職業訓練の相談
求人検索

ご利用時間

平日　9:30～18:00
（下記以外の土日祝日、年末年始は閉庁）

毎月 第２・４土曜日
9:30～16:30（12:30～13:30は閉庁）
※事前予約優先
※土曜日は、雇用保険の相談・手続き、職業訓練校の申込の取扱はありません。

SNSで最新の情報を掲載中！

LINE 駅前プラザ LINE
駅前プラザ マザーズ

お問い合わせ先

ハローワーク宇都宮
駅前プラザ
〒321-0964
栃木県宇都宮市駅前通り1-3-1
宇都宮ウエストゲート2階
TEL 028-623-8609



宇都宮第二トーヨーボウル

北関東最大級の1フロア40レーン!お子様専用ボール&ノーガターレーンや、爪に優しい女性専用ボール完備。幼児から高齢の方まで楽しめます。気軽に楽しく体力づくり!生涯スポーツに最適です。※3ゲームパック・6ゲームパックがお得(予約不可)
※ 貸靴は14cmから完備

住 宇都宮市滝の原2-4-40
営 平 日13:00～21:00
土・日・祝11:00～21:00
休 無休
HP あり P あり(120台)

028-635-1711

カード特典 粗品プレゼント



宇都宮南自動車教習所

本校は、栃木県公安委員会指定の自動車教習所です。栃木県での生活には欠かせない運転免許を確実に取得できるよう、個々のペースにあわせてフォローします。ご自宅まで送迎しますので、夜遅くなっても安心!運転免許をとるなら、親切丁寧な教習で通いやすい教習所、宇都宮南自動車教習所へ!

住 宇都宮市屋板町336-2
営 入校手続9:00～18:00 教習時間9:00～20:00
休 不定休
HP あり
P あり

028-656-3815

カード特典

もしものときは…

77.3FM

災害時には市役所など行政と連携をして、放送時間内・時間外に関わらず各地域の情報を発信していきます。スマホからでもミヤラジをお聴きいただけます。

ダウンロードはこちらから

77.3FM ミヤラジ

スマートフォンのアプリストア(GooglePlayストア、App storeなど)で「ミヤラジ」で検索!
※Androidはver.5以上が対象



auショップ宇都宮西川田

当店では、好評いただいている「スマホ教室」を毎週月曜日と水曜日に開催しております。スマホの基本的な使い方から、アプリの使い方、さらにはご利用プランの見直しなどまでご案内しています。WEBまたは、お電話にて簡単にお申し込みいただけます。お気軽にお問い合わせください。

住 宇都宮市西川田7-4-18
営 9:00～18:00
休 年中無休
HP あり
P あり

0800-700-1267

カード特典 au+1collection(アクセサリー)10%OFF



ウォーターネット栃木中央

安心・安全・便利!4種類の良質なミネラルがバランスよく配合された、赤ちゃんからお年寄りまで安心してご利用いただけるお水をお電話1本でご家庭やオフィスにお届けします。子育て応援プランも充実!品質とアフターサービスで選ぶなら、ウォーターネットの水宅配。

住 宇都宮市新町1-2-7
営 9:00～17:00
休 土曜日 日曜日 祝日
HP あり
P なし

0120-918-012

カード特典 ご契約時、水ボトル無料引換券2枚進呈(ご契約期間中、毎年1回進呈)



クレープリー ナゴミ CRÊPERIE 753

フランスのガレット&クレープ文化を宇都宮で。こだわりの素材と配合で作る生地を使用し、丁寧に焼き上げます。甘いクレープから食事系ガレット、製菓技術を応用したスペシャリテまで気軽に楽しんでいただけます。シンプルで美味しい料理と上質な日常を。ぜひ。

住 宇都宮市滝の原1-1-1
営 平日 12:00～17:00
土・日・祝 11:00～17:00
休 月曜日 火曜日
HP あり P あり(7台)

028-633-4534

カード特典 1,000円(税抜)以上お買上げで5%引き



栃木トヨペット宇都宮宝木店

栃木トヨペット宇都宮宝木店は環状線沿いにあり、アクセス抜群!お車購入のご相談から点検等カーライフを幅広くサポートいたします。キッズコーナーや授乳室も完備しお子様連れのご家族にも安心してご利用頂けます。皆様のご来店、スタッフ一同心よりお待ちしております!

住 宇都宮市宝木町1-3400-2
営 9:00～18:00
休 月曜日・火曜日は不定休
年末年始
HP あり P あり(10台)

028-627-1234

カード特典 カードご提示の上、ご試乗いただいた方へノベルティをプレゼント



宇都宮電子株式会社

宇都宮電子は、創業50年を越え、無線システムを中心に監視カメラシステムや情報システムの分野で企画、開発、販売、設置、保守点検に取り組んできた信頼の会社です。無線は電波を送受信する機械ですが、結んでいるのは人と人です。お困りごとがあればお気軽にお問い合わせください。

住 宇都宮市御幸ケ原町44-16
営 9:00～18:00
休 土曜日 日曜日 祝日
HP あり
P あり

028-683-1123

カード特典 無線機を特別価格にてご提供いたします。



株式会社井上総合印刷

宇都宮で暮らすシニアとその家族に役立つ情報をお届けする「日々是(ヒビコレ)うつのみや」。チラシを主な情報源とするシニアの皆様へ、「ユニバーサルデザイン」に配慮した誰にでも読みやすい紙面で情報をお届け。チラシ掲載情報は、ホームページからもご覧いただけます。

住 宇都宮市岩曽町1355
営 8:30～17:30
休 日曜日 祝日
HP あり
P あり

028-661-4723

カード特典 シニア向け名刺プレゼント!



株式会社 エネ創

太陽光発電／蓄電池(V2H含む)／エコキュートの販売・施工・メンテナンスならエネ創にお任せ!2002年の創業以来、地域密着で太陽光・蓄電池などの省エネ製品を取り扱いしております。施工実績6,000件以上の実績!お困りごとがあれば、まずはエネ創までご相談ください。

住 宇都宮市野沢町363-3
営 9:00～18:00
休 日曜日 祝日
HP あり
P あり

0120-320-130

カード特典



作業服の日興 宇都宮店

厳選された作業服・工具・安全靴・祭り用品などを扱う専門店で、日本文化を世界に発信するオリジナル商品【雷門日興】は、すべて日本製で企画・製造しています。日興オリジナルキャラクターである【WAGARAMAN】は祖国日本復興ヒーローとして日本文化の素晴らしさを発信しています。

住 宇都宮市山本1-32-32
営 月～土6:00～20:00
日 9:00～20:00
休 12/31・1/1・1/2
HP あり P あり(20台)

028-643-7536

カード特典 オリジナルトイレットペーパープレゼント(お一人様一回限り)



御菓子司 桝金

創業明治5年。おかげ様で永い間多くのお客様に支えられ親しまれております。売れすじのどら焼は、生どら焼を入れ全部で17種類。職人たちの手からお客様のお手元まで感謝の気持ちをもち、おいしいお菓子を皆様にお届けしていきたいと思います。

住 宇都宮市戸祭元町1-1
営 9:00～18:00
休 無休
HP あり
P あり(3台)

028-650-5030

カード特典 生どら焼、どれでも10%引き



フラワーショップ 花いちもんめ

特別な思いを伝えるなら花いちもんめのフラワーギフトにおまかせ。Only oneのお花をこだわりのあるスタッフが心を込めて作ります。豊富な種類、新鮮さとおしゃれなセンスでクチコミサイト1位!電話でのお問い合わせもOK。

住 宇都宮市長岡町48-1
営 9:00～19:00
休 1/1
HP あり
P あり(10台)

028-627-5505

カード特典 来店で1,100円(税込)以上お買上げのお客様へ切花の活力剤1袋プレゼント



タイヤショップ アップライジング

タイヤ・ホイール販売・買取のアップライジングです!冬はスタッドレスタイヤ買取強化中!不要になったタイヤ・ホイールはありませんか?無料査定・最短5分でスピード買取!古くなる前にぜひ査定へ!タイヤ・ホイールまとめて高価買取いたします!

住 宇都宮市下川俣町81-1
営 9:00～18:00
休 水曜日(11・12月は無休)
年末年始
HP あり P あり(30台)

028-663-0808

カード特典 タイヤホイールご購入の方に餃子屋さんの冷凍餃子1袋プレゼント



アースボディケア -ピラティス×パーソナルジム-

アースボディケアは、ピラティスとパーソナルトレーニングの両方が受けられるスタジオ。運動が苦手な方も安心。姿勢改善やダイエットなど目的に合わせて丁寧にサポート。まずは体験からお気軽にどうぞ。宇都宮で無理なく続けられる運動習慣を始めませんか。初心者歓迎、女性にも人気です。ぜひどうぞ!!

住 宇都宮市下戸祭1-9-14
営 9:00～22:00
休 不定休
HP あり
P あり(1台)

080-4343-0556

カード特典 体験レッスン特別割引&入会費半額

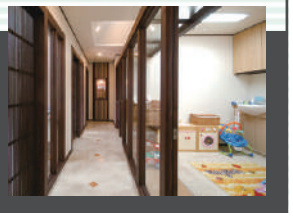
https://arisaka-dc.jp

医療法人 實悠会

有坂歯科・インプラントオフィス

歯科・インプラント・矯正歯科
歯科口腔外科・小児歯科





〒321-0954 栃木県宇都宮市元今泉7-30-19
TEL 028-661-1030
arisaka@arisaka-dc.jp
●日曜・祝日休診 ●チャイルドルーム完備
●JR宇都宮駅・東口より車で5分 ●駐車場完備14台



株式会社イオスホーム 宇都宮インターパーク店

ご縁の笑顔を大切に心を込めておつき合いさせて頂く地域密着住宅メーカー。省エネ設計&間取りの自由度・変形地や狭小地にも自信あり!当店で大人気の蓄熱式床暖房、是非ご体感下さい!!リピーターさんも大歓迎の人気イベント毎月開催中♪大好評のインスタも要チェック!

住 河内郡上三川町磯岡600
TBSハウジング内
営 9:00～18:00
休 水曜日
HP あり P あり

0285-39-8199

カード特典 暮らしに役立つ便利グッズプレゼント



新宇都宮カントリークラブ

豊かな自然に恵まれ、西・中・東コースそれぞれ違った楽しみ方ができる27ホールのゴルフ場です。初心者から上級者まで充実した一日をお約束いたします。3千本の桜が貴方のご来場をお待ちしております。

住 芳賀郡市貝町大谷津1180
営 (電話受付)8:00～17:00
休 不定休
HP あり
P あり

0285-68-0811

カード特典 モーニングコーヒーサービス



ガーデンファーム+S

暮らしとともに変化していくお家のように、お庭も楽しみませんか?住んで5年たった方には「お庭セルフメンテ」、10年以上の方には「お庭リノベーション」など、お家に合わせたプランをご提案!お庭のカルテも無料でお作りします。四季折々に表情を見せる庭は、最高の癒やしになります。

住 鹿沼市上石川1643-5
営 日の出～日の入りまで
休 無休
HP あり
P あり

0289-76-2303

カード特典 お庭カルテ作成の方に「病害虫ガイド冊子」プレゼント



飛行船ファーム直売所

飛行船(当店運営)は企業理念「農林業の未来を守る」の実践場として農場を運営。耕作放棄地再生や青少年就労支援、被災地域への野菜提供等、その活動は多岐に。当店はそのアンテナショップとして自社野菜販売や東日本大震災の復興活動として東北特産品も販売しています。

住 鹿沼市千渡2217-3
営 10:00～18:00
休 水曜日
HP あり
P あり

0289-77-7821

カード特典 自社農園「飛行船Farm」ブランド野菜プレゼント



古物商許可証 第411010001894号

飛行船アグリ

「日本の農林業の未来を守る」をコンセプトに、農林業に不可欠な農機具や重機などの中古機器を、品揃え豊富に安価でご提供しています。気候変動や自然災害、コロナ禍の影響により、益々農林業への需要が高まる今。農林業に携わる皆様のNo.1パートナーを目指します!

住 鹿沼市白桑田516-4
営 9:30～18:00
休 水曜日
HP あり
P あり

0289-64-1004

カード特典 自社農園「飛行船Farm」ブランド野菜プレゼント



介護付有料老人ホーム

みずき佐野

私たち介護付有料老人ホームみずき佐野は、「自由でわがままな生活をサポートします。」をコンセプトにお客様のご要望にできる限りお応えさせていただきます。施設見学を随時行っておりますので、スタッフやホームの雰囲気をお確かめください。

住 佐野市堀米町820-5
営 24時間
休 無休
HP あり
P あり

0120-653-214

カード特典 施設のご見学時、施設食事のご提供※要予約

ミヤラジ ホームドクター

HOME DOCTOR

カバーエリアのお医者さんがあなたの健康を見守っています。



医療法人 典明会 かすや歯科・矯正歯科医院

一般歯科・小児歯科・歯周病治療・矯正歯科・インプラント・審美歯科・スポーツマウスピース

028-627-2525

宇都宮市中戸祭町850-35

『白く健康な歯で笑顔がすてきな毎日を！』健康な歯をいつまでも維持するには、日ごろからの口腔ケアが大切です。虫歯治療、歯周病予防、矯正等、歯に関するお悩みはかすや歯科・矯正歯科医院までご相談ください。

●診療時間

午前… 9:00～12:00
午後… 14:00～18:00
月曜午後14:30～18:00
土曜午後14:00～17:00
木・日・祝… 休診
※祝日のある週の木曜は診療



医療法人社団 宇光会 村井クリニック

整形外科・リハビリテーション科・内科・麻酔科（ペインクリニック）

028-621-1541

宇都宮市宝木町1-2589

専門診療と総合診療を備え、若い方からお年寄りまで幅広く通院するかかりつけ医機能型クリニックです。通院困難な方には訪問診療を行います。地域連携推進室で他の医療・介護従事者と連携し生活全体を支えます。

●受付時間

【整形外科】
月～土… 8:30～12:00
月・火・木・金… 14:30～18:00
【ペイン】予約制
【内科】月・火・金（全て午前）
休診…水・土 午後／日・祝
予約優先になります。



医療法人 三秀会 宇都宮中央クリニック

婦人科（不妊治療）・泌尿器科（不妊治療）

028-636-1121

宇都宮市中央1丁目7-1

不妊はご夫婦が力を合わせて取り組むべき大切な人生の課題の1つです。下野市にある中央クリニックと連携して一般不妊治療から生殖補助医療まで一貫して行うことができる体制をとっております。

●診療時間

月～土… 10:00～13:00
15:00～18:30
日・祝… 休診



医療法人 實悠会 有坂歯科・インプラントオフィス

歯科・インプラント・矯正歯科
歯科口腔外科・小児歯科

028-661-1030

宇都宮市元今泉7-30-19

一般歯科から矯正、インプラント治療まで、豊富な臨床経験で難症例にも対応しています。
CT機器やオペ室を完備し、診断から手術までを当院内のみで行えます。託児室完備なのでお子様連れでも安心です。

●診療時間

月～土… 9:00～13:00
14:30～18:00
日・祝… 休診



あなたの健康・安全へのパスポート！

お薬手帳の使い方

●お薬の重なり、飲み合わせ、副作用の防止などに役立ちます。

●市販のお薬や健康食品を飲んでいるときはご自分で書き込むか、薬剤師へお申し出ください。



病院や薬局に行くときには必ずお薬手帳を持っていきましょう。

メンバーズクラブ ミヤラジ＋（プラス）カードって？



宇都宮コミュニティFM「ミヤラジ」がつくる会員サービス「ミヤラジ＋（プラス）」！
メンバーになると「ミヤラジ＋（プラス）」メンバーズカードがもらえます。（入会金・年会費無料）
加盟店でメンバーズカードを提示するだけで特典が受けられて、
抽選でプレゼントが当たるという超スグレモノ。中学生以上なら無料でGETできます。

スマホも合わせて登録すると便利！

メンバーズクラブ ミヤラジ＋（プラス）カード特典

Otoku 1

加盟店をご利用の際、カードを見せると、それぞれのお店のオリジナル特典が受けられます。
（カードを提示した本人様のみ）



加盟店の目印 ※イメージ

Otoku 2

ミヤラジ＋（プラス）会員だけの特別セール・イベント情報などDMやE-mailなどでご案内します。



Otoku 3

抽選でとっておきのプレゼントが当たります。カードナンバーで抽選、当選者はミヤラジのホームページで発表。
プレゼント内容はP41をチェック!!



入会申込受付中

●FAXで申し込み

下記申込書に必要事項を記入のうえ、**028-666-7878** までFAXしてください。※後日郵送にてカードをお届けします。

●パソコンで申し込み

https://www.miyaradi.com/ にアクセス。
お申し込みフォームに必要事項を記入し、送信してください。※後日郵送にてカードをお届けします。

●スタジオでもお申込いただけます

（宇都宮市江野町7−8 堺屋ビル2F）

お客様の同意を得た場合及び法令等により例外として取り扱われる場合を除き、次に掲げる利用目的の達成に必要な範囲内でお客様の個人情報を取扱、必要と認められる目的以外の利用・第三者へ提供をいたしません。
1：プレゼント等の会員特典の通知ならびに発送　2：会員に対する特別セール・イベント情報などの案内の為のDM（ダイレクトメール）、E-mailの発信

キリトリセン

メンバーズクラブ ミヤラジ＋（プラス）カード 申込書

申込日　　年　　月　　日

フリガナ		男・女
お名前		未婚・既婚
生年月日	大正・昭和・平成　　年　　月　　日（　　才）	
ご住所	〒　　-	
ご連絡先	TEL.　　FAX.	
	E-mail	
	携帯メール	
ご職業	会社員　学生　公務員　団体職員　自営業　無職　主婦　その他（　　）	

キリトリセン

アンケート

● ラジオで聞きたい・知りたい情報は何ですか？
● 宇都宮でよくおでかけする場所やお店は？
● 加盟店になってほしいお店は？

カードNo.　　受付担当：

抽選は毎月25日!

ミヤラジ+カード 特典プレゼント10▸12



カードナンバーで抽選、当選者はミヤラジのホームページで発表します。※スマホのみの登録の方は対象外です。

美味しい食卓飾ります

宮島醤油株式会社



野菜の甘みがカレールウに溶け込んだ深い味わいの「11種の野菜と2種のお豆が入った贅沢野菜カレー」(160g)を毎月8名様にプレゼント。

株式会社ムロコーポレーション



※デザインは選べません

金属部品などの研磨材を再利用し、珪藻土素材と組み合わせた「美濃焼 珪藻土アップサイクルコースター」1枚を毎月8名様にプレゼント。

アヲハタ株式会社 関東営業所



シュガーバタートーストスプレッド100gを毎月8名様にプレゼント。

シュガーきなこトースト

キユーピー株式会社 関東支店北関東営業所



テイスティドレッシング黒酢たまねぎ210mlを毎月8名様にプレゼント。

餃子は野菜だ!〜
黒酢たまねぎドレッシングで!焼き餃子〜

宇都宮東武ホテルグランデ



ホテルオリジナル「ガレットブルトンヌ」6個を毎月1名様にプレゼント。
※写真はイメージです

医療法人 實悠会 有坂歯科・インプラントオフィス



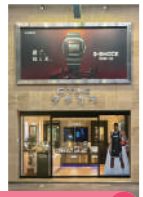
しっかり磨いて健康な歯に。歯磨き粉・歯ブラシ・フロスをセットにして、期間中5名様にプレゼント。

日光種苗株式会社

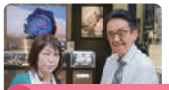


野菜の種「赤丸二十日大根、ベビーキャロット、白雪姫二十日大根」を『お楽しみ袋』にして、期間中5名様にプレゼント。ほかに何が入っているかは開けてからのお楽しみ!

タケカワG-TIME店



タケカワGショック専門店より、人気の「Gショック」(機種は選べません)を期間中1名様にプレゼント!



Vol.37での当選者様





2026.6.5
山岸美智明さん
【ホストファミリー委員会】



2026.6.12
杉原弘修さん
【宇都宮馬頭琴同好会】



2026.6.19
金谷淳美さん
【一般社団法人 SF NIKKO】



2026.6.26
阿久津容子さん
【清原地区国際交流会】
阿久津秀人さん
【清原地区連合自治会】



2026.7.3
亀井操さん、阿久津悦男さん、森恒治さん
【泉が丘地区連合自治会】



2026.7.10
齋藤洋子さん
【書道家】



2026.7.17
渡邉俊夫さん、上野友夫さん
【栃木県シルバー大学校中央校】



2026.7.24
毛塚平治さん
【雀宮地区交流サロン】



2026.7.31
皆川孝雄さん、山崎丈夫さん、増山幸子さん
【一般社団法人日本板画院同人】



2026.8.7
高野一之さん、笠原史行さん
【金印やきいも本舗】



2026.8.14
江原 稔さん
【ワグナーナンドール記念財団】



2026.8.21
大河原秀夫さん
【日光杉並木 400 年事業】



2026.8.28
松島いづみさん
【有限会社千草園】

『未来を創るのは子どもたち。
未来を支えるのはシニア世代』

シニア世代の“きらりの人”を迎えてお送りしています。

暮らしの安心・安全を守る
宇都宮電子株式会社

高度な防災・減災システムで皆様の安全安心を守る

守り抜くために備えるべきことがある

気象情報や地域の状況をリアルタイムに把握し、災害等の事前予測や発生後の支援対策を強化いたします。
災害・被害情報等を一元的に集約し、関係機関との情報共有や連絡体制を円滑にします。
情報を必要とする人々への迅速な伝達を行い最適な行動を促すことで防災・減災に繋げます。

防災ソリューション

- 総合防災情報システム
- 災害時オペレーションシステム
- 各種テレメーター/テレコントロールシステム
- 土砂災害監視システム
- 防災行政無線システム（同報系・移動系）
- 気象観測システム
- 各種監視カメラシステム



Utsunomiya Electronic Co,Ltd

暮らしの安心 安全を守る



宇都宮電子株式会社 55 Years of Creation SINCE1969

〒321-0982 宇都宮市御幸ケ原町44-16
TEL.028-683-1123 FAX.028-683-1130 https://www.uecc.co.jp/

創業より54年「無線システム」を中心に、「監視カメラシステム」や「情報システム」の分野で企画、開発、販売、設置、保守点検に取り組んできた信頼の会社です。

▲宇都宮電子ホームページ



先日、高校生を対象とした「じぶん×未来フェア」に宇都宮電子も出展しました。
無線機の操作体験を通じて、災害時などスマートフォンが使えない場合にも活躍する無線機の重要性を知ってもらう機会となりました。

あなたのエコ活動が
カーボンニュートラルにつながります

もったいない 残しま10!

お得に気軽に脱炭素♪

みやエコ・アクション・ポイント

使わないなんて「もったいない!」

MOTTAINAI うつのみや

環境省が推進する みえる・つづける・つながる エコ・アクション・ポイント に
本市限定のエコアクションを追加します！ぜひご利用ください！



1 会員登録

アプリで簡単登録！

右のQRコードから「エコ・アクション・ポイント」アプリをダウンロードし，会員登録

Download on the App Store　ANDROID APP ON Google Play

協力店募集中！

各エコアクションのポイント付与に協力いただける事業者を募集しております。ぜひご協力ください。

ポイント獲得QR掲示
事業周知など

2 ポイントを貯める

エコアクションを実施して，ポイントを貯めましょう

協力店でQRコード読込



など

または

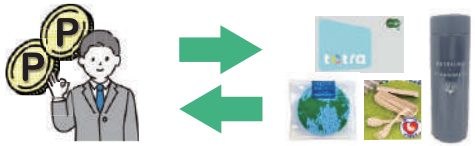
アプリ内で投稿



など

3 ポイントを商品と交換

貯めたポイントを好きな商品と交換できます





LRTの二酸化炭素排出量は
“ 0 グラム ”です。

カーボンニュートラルに向けたアクション

今から2030年までに温室効果ガスの排出量を1世帯あたり約3t(3,000kg)程度削減することが必要です。
エコ活動に取り組んで，カーボンニュートラルを目指しましょう！

【アクション例】
- 食事を残さない ⇒ 54kgCO2／人 削減
- 食べ物の地産地消 ⇒ 8kgCO2／人 削減
- ごみの分別処理 ⇒ 4kgCO2／人 削減



（出典：宇都宮市カーボンニュートラルロードマップ）

市HP 詳しくはこちら

宇都宮市 環境部 環境創造課 TEL:028-632-2404（平日 8:30~17:15）

ミヤラジ・バンバ・ビジョン!

大通り 二荒山神社前

音声と動画のインパクト!!



ビジョンとラジオ放送のセットがお得

3カ月お試しプラン

宇都宮とその近郊の企業・お店限定
地元応援プラン

継続ならお値段そのまま

バンバ・ビジョン CM放映
7:00-21:00
15秒CM
毎日1時間あたり2回
132,000(税込)円/月

＋ ラジオ放送

- ミヤラジ オリジナル番組（Aタイム・55分） 37,950(税込)円/月
- CM(30回/月)または 時報(10秒平日Aタイム) 16,500(税込)円/月
- マガジン広告(ハーフ)または 加盟店(マガジン+リポート) 11,000(税込)円/月

＝

通常169,950円が 1カ月あたり 88,000(税込)円/月

通常 148,500 143,000 円が 1カ月あたり 66,000 円/月(税込)

お申込みは3カ月単位になります。

● 詳しくはお問い合せください ● 動画制作もおまかせください

詳しくは (ミヤラジ・バンバ・ビジョン代理店) 株式会社 宇都宮コミュニティメディア 028-666-7897

放映動画をピックアップしてご紹介！