



サンデー福岡 南版

配布エリア▶ 福岡市南区・春日市・大野城市・那珂川市・筑紫野市・太宰府市

2024  
1.20

vol. 1453

https://sunday-ns.co.jp

発行部数 104,000部

PICK UP! 今スグ 見直そう! 家庭の防災特集

歯学博士・歯周病指導医、インプラント指導医による治療

## 歯安東歯科医院

審美歯科・インプラント・再生治療・精密歯削・噛み合わせ・総合治療

安全・快適・長持ち歯科治療

092-574-3555 予約制 西鉄日本原駅そば



※サンデー福岡紙面内の料金は税込となります。※掲載写真は実際と異なる場合がございますのでご了承ください。



## 熱々ジューシー♪ 春日原駅から徒歩5分 話題のからあげ屋さん

西鉄春日原駅から徒歩5分!昨年9月にオープンした『からあげドラゴン』は、揚げたてジューシーなからあげのテイクアウト専門店。お店自慢の「ドラから」をはじめ、濃く旨な「甘タレ」やピリ辛の「辛タレ」、サクサクのアジフライが付くボリュームな「アジから弁当」、カレーと唐揚げを同時に味わえる「カレー丼」など、種類豊富なメニューが楽しめる。さらに2ヶ月ごとに変わる限定商品もあり、1〜2月は風味豊かな「チリソルト」とあま〜いソースがたまらない「ハニーマスタード」が登場!単品でもお弁当でも注文できるのでぜひ一度味わってみて!

- ドラから弁当 14個入り450円、6個入り550円、[アジから弁当]4個入り550円、6個入り650円、ドラから甘タレ丼 1490円、ドラからカレー丼 490円
  - ドラから 1個80円、「辛タレ」1個90円、「辛タレ」1個100円
  - チリソルト(単品)1個100円、(弁当)4個入り490円、6個入り590円
  - ハニーマスタード(単品)1個100円、(弁当)4個入り490円、6個入り590円
- ※写真はイメージ

成婚者数 500名以上! 相談しやすい仲人型

月会費8,800円~ (別途入会金・登録料などが必要です)

お年玉割引実施中!

福岡の結婚は ウィッシュ福岡

安心の仲人型 結婚相談所 ウィッシュ福岡

092-526-2727 10:00~19:00 水曜日 福岡市中央区東区3-3-19 ライオンズマンション 東区館204号

からあげドラゴン

092-212-4009

福岡大野城市錦町2-5-22

11:00~19:00

休日・祝日

instagram: @karaage\_doragon

# 障害年金を、もらい忘れていませんか?

うつ病、人工透析、脳梗塞...年間約60万円~200万円超受給できる場合も

相談無料

◆障害年金とは? 障害年金とは、老齢年金・遺族年金と並ぶ国の年金制度の一つ。病気やケガで労働能力や日常生活能力に一定の制限がある場合に支給されます。原則20~64歳で「うつ病」「統合失調症」「脳梗塞」「脳出血」「糖尿病」「がん」「人工透析」「心疾患」「人工関節」その他多数...と幅広い障害が対象。あまり知られていないために申請をせず、取り残されている人が非常に多い制度です。受給金額は個々のケースによって変動しますが、最低でも年間約60万円程度、症状によっては毎年200万円超受給できる場合も!

◆「対象になる?」「申請方法は?」と疑問に思ったら個別の無料相談を

北斗社会保険労務士法人が運営する同センターでは、多くの人に知ってもらい、必要とする人々に利用してほしい、という思いで、個別で無料相談を行っています。「このケースは障害年金の対象になる?」「具体的な申請方法を知りたい」といった疑問を持ったら、気軽に電話で問い合わせを。女性の相談員もいます。詳しくはホームページで。

受付時間は基本平日の午前9時15分~午後5時30分まで、土日祝日の対応も可能(ただし、つながりにくいことがあります。不在の場合は折り返し携帯から連絡あり)です。

代表社会保険労務士 有光 北斗

◆受給例

うつ病	年間約78万円受給
人工透析	年間約130万円受給
脳梗塞	年間約89万円受給

◆対象となる可能性のある傷病

- 脳 脳出血、脳梗塞、くも膜下出血 など
- 目・耳 網膜色素変性症、難聴 など
- 鼻・口 腫瘍、失語症、咽喉全摘出手術 など
- 呼吸器 気管支喘息、肺結核、肺線維症、呼吸不全 など
- 循環器 心筋梗塞、狭心症、心筋症、ペースメーカー、ICD装着 など
- 腎疾患 人工透析 など
- その他 人工関節、人工肛門、人工膀胱、がん、手足切断、難病、繊維筋痛症 など

◆精神 うつ病、双極性障害、統合失調症、てんかん、知的障害、発達障害、アスペルガー症候群、高次脳機能障害

◆肝疾患 肝炎、肝硬変、肝がん など

◆血液 白血病、悪性リンパ腫、HIV感染症 など

◆相談無料!原則20~64歳 幅広い障害や傷病が対象

本来もらえる障害年金を申請していないためにもらえず、損していませんか。北斗障害年金相談支援センターふくおかに相談してみませんか?

◆女性の相談員もいます。詳しくはHPをご覧ください!

ホームページ

LINE WORKS

運営/北斗社会保険労務士法人(TEL.092-726-8073)

北斗障害年金相談支援センターふくおか

福岡市中央区大名1丁目2-23 7F

TEL 0800-808-5151 080-2963-9618 (折り返しはこの番号より)

受付 平日9時15分~17時30分

※土日祝日および「おかげさまで」の日があります。こちらから折り返しご連絡申し上げます。

# 美味薬膳帳



南瓜のサブジ

材料 (6人分)

- 南瓜.....1/4個
- ターメリック.....小さじ1/4
- オリーブオイル.....大さじ1
- クミンシード.....小さじ1/2
- パクチー(みじん切り).....少々
- タマネック.....小さじ1/2
- コリアンダー.....小さじ1/4
- 塩.....少々

つくりかた

- ①南瓜を一口大に切り、蒸すか、電子レンジで加熱するか、茹でる。
- ②フライパンにオリーブオイルを熱して、クミンシードを香りが付くまで炒める。
- ③ターメリック、コリアンダー、パクチーを加えて、塩で味を調えて、①を加えてさっと炒める。

### ひとことメモ

寒い冬がやってきました。年末年始に食べすぎた消化器を整えるために胃をスパイスと南瓜で温め、お正月の休み気分を変えてやる気をだしていきたいと思います。お粥のトッピングにもいいですよ。

南瓜：胃を温めながら、エネルギーを供給する。  
クミン：胃と腸を整える。  
パクチー：食欲を増進させ、風邪の邪気をはらう。  
ターメリック：体を温め、血と氣を巡らせる。

今回教えてくれたのは... 吉田明暉代さん

「東方薬膳学校」講師。  
薬膳教室「SmileTable」主催。だしソムリエ協会認定講師。オリーブオイルの専門家。薬膳料理を中心とし、幅広い料理を得意としている。

# トレンドプラス Trend Plus



## 汚れをブロックしてキレイ長続き! 人気の撥水剤に場所別タイプ登場

カインズオリジナルのプロ仕様洗剤シリーズ「カインズ 汚れ防止用撥水剤」。日々の汚れが気になる場所をコーティングでガードしてくれる優れものに「お風呂」「トイレ」「流し台」「洗面台」の場所別タイプが仲間入り。通常の汚れ防止撥水剤と比べて、お風呂場用には水玉がより滑落しやすくなるシリコン、流し台用やトイレ用にはコーティングの耐久性を向上させる除菌剤(銀化合物)など、使う場所に適した配合となっている。使い方はコーティングしたい場所を事前に掃除しておき、スプレーしてスポンジやブラシで塗り広げるだけ。ファンハンドブッシュ式トリガーを採用し、楽に噴霧できるのもポイント。

毎日使う場所だからこそ、汚れの蓄積を予防しておけば日頃のお手入れも短縮に。キレイが続くと手間で、快適な暮らしを叶えてみて。

●場所別汚れ防止撥水剤シリーズ (お風呂用・トイレ用・洗面台用・流し台用)  
価格...698円/サイズ...300ml/液性...中性  
【販売場所】日用品雑貨売場(キッチン/バス/トイレ)、カインズオンラインショップ

カインズ福岡新宿店  
☎092-941-5111 西宮区新宮町中央駅前2-10-1  
営業時間: 9:00~20:00 (休)1/1

Instagramマーサさんの  
**お取り寄せスイーツ**

#大人も子どももハマるロールケーキ

200万本売れた!!「新幹堂」さんの大人気「スーパーロールケーキ」。キメ細かいしっとりふわふわのスポンジ生地に甘さ控えめカーリークリームがもたまらない♡舌の上で溶けるような新食感!お好みのトッピングでアレンジできるのもお取り寄せならではの♪



今回のお店は |  
**新幹堂**  
Instagram @shinkindo

ライター | さち  
(Instagram: @sachi.cafe)

誰でも作れる簡単おうちおやつや、道開きのカフェ、お取り寄せスイーツを紹介するおやつ動画クリエイター。

サンデーフォト  
**Sunday Photo**

photo@sunday-ns.co.jp

①ニックネーム②ひとこと  
を書いてご応募ください  
※応募者多数の場合は抽選での掲載  
になりますので、予めご了承ください。

ひろきち Ichigo はなこ ねこねこ

#天使の寝顔♡ #ふわふわのパンケーキ♡ #心を込めてお参り #芸術的な金魚

ペット写真館  
pets@sunday-ns.co.jp

①ペットの名前②写真へのひとこと  
を書いてご応募ください  
※加工写真は不可 ※応募者多数の場合は抽選での掲載になりますので、予めご了承ください。

大好きなあまちゃん  
手放さない♡

ふんわりくげーず

私は今 **76歳** ですが、毎日「すっぴん」で店頭にたっています

秘密は... 『顔を洗うジェルの化粧水』

無香料 無着色 界面活性剤不使用

親子そろってお肌の悩みが  
尽きませんでした

50代にさしかかった頃、私はシミやそばかすで悩んでいました。娘もどんよりとくすんだような肌色が悩みました。そんな私たちが新発想の化粧水「顔を洗うジェルの化粧水」を使い始めてから20年以上がたち、今はすっぴんで毎日店頭にたって仕事をしています。

顔を洗うジェル化粧水って何?!

この化粧水の一番のポイントは、トロっとしたジェルの化粧水成分で、マッサージするように顔を洗うこと!純水・コラーゲン・海藻エキスなど美肌成分が配合された、「顔を洗うジェルの化粧水」で洗うことで保湿しながら落とすことができるから、多くの女性にピッタリなんです。

とにかくご自身で使ってみて欲しい!

ご愛用者の50代女性の方からは、「くすみが気にならなくなつて、ファンデーションをワントーン明るいのを使うようになりました」とか、個人差はあると思うんですが、たくさんのお声をいただいているんですよ!この「顔を洗うジェルの化粧水」の良さを、もっと大勢の方に知っていただきたくて、お試しミニボトルを送料込100円で用意させていただきました。まずは使っていただきたいんです。お使いになられたら「肌が違う!」と感じていただけたらと思います。もしお肌の違いが感じられなければ...お代金はいりません!あなたもすっぴん美肌を目指して、お試し100円から始めてみませんか?  
※個人の感想です。

顔を洗うジェルの化粧水  
「なちゆり」NO.1

お試し 100円送料別

お肌に違いを感じられなければお代金は結構です。

お試し100円のご注文は今すぐどうぞ!

ご注文の際は申込番号「POFF」をお知らせください。

☎0120(34)0703

送料別/営業時間 朝9時~夜7時 日曜定休  
FAX 0120(68)0703 FAX24時間受付可

娘の嫁子(49歳)もすっぴんで一緒に聖天薬局で仕事をしていますよ♪

「真」と「露」も応援して30年

お支払はコンビニ振込専用にて、お振込の金額は送料別100円は含まれていません。送料の必要もございません。お振込後1週間前後でお届けします。※お振付した入金履歴は商品の発送及びオーダーのご確認の際にのみ参照いたします。

〒553-0002 大阪府福島区豊洲2-9-12

Instagram

福岡・山口のグルメ情報が満載!  
サンデー新聞のInstagramはこちら!

@sundayshinbun

Follow me

福岡県知事指定 保育士養成校

チャイルドケアカレッジ

子ども保育専攻

最短 週1日からの通学で、卒業と同時に保育士資格取得!

充実した学費支援制度  
専門実践教育訓練給付金制度 最大で112万円支給  
高等職業訓練促進給付金等事業 最大で288万円支給 働きながら通える!  
保育士資格取得 入学金(15万円)全額免除

個別学校説明会 実施中  
日程: 随時実施(土日祝も実施しています)  
時間: 10時~20時(各回90分程度)

※お電話、または下記2次元コードからご予約下さい

Human 総合学園ヒューマンアカデミー 福岡校  
説明会のご予約・お問合せは 0120-49-1055  
チャイルドケアカレッジ

# SUNDAY

サンデーコミュニティ

## Hot VOICE 今までで1番あった出来事

BTSファンの私。75歳の夫が「自分だって踊れる」と超下なダンスをした時、笑った!! (東区/風ちゃん)

小学生の頃、父が庭に植えていたパセリを雑草と間違えて抜き取ってしまった。(東区/なかつちゃん)

MISIAのEverythingを、幼稚園の娘が「オーABC〜」と熱唱していた事。(東区/マイマイ)

## 職場で世代の差を感じた時

### PRESENT

#### COZY farm

せとかジュース&ゼリーセット

おおぶりで甘みのぎゅっと詰まった柑橘の女王と呼ばれる「せとか」の果汁約3個分を1瓶に絞った100%ジュース3本と、無着色ゼリー3個のセットを2名様様にプレゼント!



産地 COZY farm  
www.nagatomononen.com

### PRESENTの応募方法

①ご希望のプレゼント名②今号の気になった記事の意見・感想③Hot VOICE 募集中のお題「職場で世代の差を感じた時」のエピソード④氏名・性別・年齢・職業・郵便番号・住所・電話番号・ニックネームを明記し「ハガキ」「WEB」「メール」「アプリ」からご応募ください。

■ハガキから応募  
〒812-8506「サンデー福岡 サンコミ」係  
※住所不要。上記の宛先に封筒にて応募できます。

■WEB・メールから応募  
サンデーポータル 検索  
pre@sunday-ns.co.jp

■公式アプリから応募  
App StoreまたはGoogle Playから  
「サンデーポータル」検索

応募締切日 1/24(金)

※当選は厳正な抽選の上決定し、発表まで1週間お休みさせていただきます。  
※Hot VOICEのエントリー欄にプレゼントの当選は限りがありますのでご了承ください。

## 今週のサンデー INFORMATION

### 教えて! Dr.相談室

#### 【case】手根管症候群

#### 手の痛み・しびれの原因は「手根管症候群」かも

Q.手根管症候群とはどんな病気でしょうか?

A.手根管とは、握る手首にあるトンネルの中で腱の周りが腫れたりすることで、両肩する手指の運動や感覚を司る神経の一つである正中神経が手首で締め付けられて発症すると考えられます。症状は親指から薬指の半分までに痛みやしびれを感じる事が多く、明け方や寝起きに強くなるケースが多く見られます。誰にでも起こる病気ですが女性ホルモンであるエストロゲンの低下に関与している場合があります。

Q.アミロイドが原因の手根管症候群とは?

A.アミロイドによる手根管症候群は比較的高齢の方に多く、両側の手指にしびれが起るのが特徴です。また、致死的な心疾患となる恐れがあるアミロイドシスに先行して5~6年前から発症することがあることは見逃してはいけません。

※アミロイドシスは、アミロイドと呼ばれるタンパク質に似た繊維状の異常な蛋白質が全身の様々な臓器に沈着し、機能障害をおこす病気の総称です。

Q.日帰り手術法について教えてください。

A.まずは、高性能なエコーを使って神経周辺の腱の炎症や血流などを検査し、神経伝導速度を測定します。その場で確定診断をつけて治療方針を決めていきます。初期であれば安静、ブロック注射、ビタミン剤や漢方薬の処方などで治療を行います。これらの保存的治療で改善がみられない場合や痛みが強く進行した場合であれば手術を選択します。手術は局所麻酔で行われ、1.8mmの関節鏡を用いて約1cmの切開で行ない、手術自体は5~10分程度の日帰り手術です。前述のアミロイドシスが疑われる場合には同じ傷から組織の一部を摘出して専門医の病理検査へ提出し診断を行います。痛みが強かった人は手術当日から効果が感じられます。当日から手指を動かしますが、1~2日は、安静にし、水仕事は避けましょう。手術でほとんどの人が改善しますが、透折を行なっている方の手術などについては医師にご相談ください。



今週のDr. 田中 祥雄先生

福岡大学医学部 医学博士、福岡大学病院整形外科、自由が丘センター 部長、大分、宮崎、沖縄、群馬、茨城、鹿児島の大分県、市立病院の勤務を経て、2022年自由が丘センターに勤務。専門は、手外科、肩関節科、スポーツ外傷、膝、足関節科等。

田中 整形外科  
☎092-558-6004 西春日市下白水北7-16  
開9:00~13:00 / 14:00~18:00(水・土・日曜日~13:00)  
休日・祝日



## 誕生月占い 1/20~1/26

LINEで無料占い実施中! Instagram 占いつきあかり

<b>1月</b> 周囲に認められる事に誇りを感じる。人から尊敬されるようになる。(ラッキーカラー) ピンク	<b>2月</b> 仲良くなりたがり。人と距離を縮められる。絶対のチャンス到来。(ラッキーカラー) 紫	<b>3月</b> 好意的な人を取り囲む。自信を維持すると、気分が上がるはず。(ラッキーカラー) 白	<b>4月</b> 復ると仕事に失敗に繋がるかも。今は頭の充電をして身体を整えよう。(ラッキーカラー) 赤	<b>5月</b> 納得のいく選択をするために、事前にリサーチしておく。良い結果になりそう。(ラッキーカラー) 赤	<b>6月</b> 才能があると気づいても謙虚さを忘れずにいると、さらに幸運が舞い込むかも。(ラッキーカラー) 黒
<b>7月</b> 良い人材を見つけて、育てる才能が開花しやすい時。リーダーとしての能力を発揮しよう。(ラッキーカラー) 緑	<b>8月</b> 仕事の効率を上げるためには、オン・オフを切り替える。結果に繋がるはず。(ラッキーカラー) 青	<b>9月</b> 確実な人脈を構築するために、日頃から人間観察をしっかりとしよう。(ラッキーカラー) 金	<b>10月</b> 人脈を広げやすくするために、知的分野に注力してみよう。(ラッキーカラー) 黒	<b>11月</b> 出会いが幸運を引き寄せ、運命的なシグナルが起きやすくなる時。(ラッキーカラー) 黄	<b>12月</b> 一つのキーワードから無限の可能性を生み出せるように、思考ツールを多く持つ。(ラッキーカラー) 銀

福岡・北九州・下関エリアの情報もポータルサイトに掲載中! 詳しくは <https://sunday-web.net>

### 食料・飲料の備蓄は十分?

災害に備えて用意しておきたい備蓄の量は「1人あたり1週間分!」  
災害時は食料供給やライフラインが遮断されることも。  
避難生活に重要な家庭備蓄は、最低でも1人あたり3日分、できれば1週間分が望ましいとされている。

#### 「ローリングストック」で常に一定の備蓄を!

ローリングストックとは普段の食料を少し多めに買い置きしておき、賞味期限が近いものから消費しつつ、消費分を買い足すことで常に一定量の食料を家庭で備蓄する方法。「非常食」「日常食」をバランス良く備えよう。

ビタミンやミネラルが不足すると、便秘や口内炎になりやすい。長持ちするレトルト食品も便利だけれど、ローリングストックを活用して野菜や果物を多めに備蓄しておこう。

#### カンタン&節水!「バッククッキング」

ポリ袋にお米と水を入れて袋ごと湯に入れて加熱するだけで、簡単にご飯が炊ける! 熱源はカセットコンロや、電気が使えれば電気ポットでもOK。洗剤が減って水を汚さないこともメリット。覚えておけば、非常時でも温かくておいしい食事をとれるので、ぜひ試してみよう!



バッククッキングとは、ポリ袋(高密度ポリエチレン製)を利用した簡単調理法のこと。  
買ったお米を90%の割合で洗い、50%で炊く。

#### これだけは備えておこう!

**水** 飲料水として1人あたり1L (調理等に使用する水を含めると3L程度)

**米** 米2kgは約27食分、重要なエネルギー。

**缶詰** タンパク質の摂取に便利。調理不要でそのまま食べられるもの推奨。

**カセットコンロとボンベや、鍋などの調理器具、缶切りなども忘れずに!**

たまねぎ・ジャガイモ、漬物など、不足しがちなビタミンやミネラルの供給源。

#### 大変な備蓄の管理はアプリなどを活用

備蓄の期限を把握・管理するのが大変で、つい放置...という方も多いのでは。備蓄品の数や消費期限を管理できるアプリなどを活用してみよう!

#### あとと便利! 災害時に役立つ家庭用品

- ・食品用ポリ袋・ラップ
- ・アルミホイル
- ・クッキングシート
- ・キッチンペーパー
- ・除菌スプレーなど

#### 非常持ち出しバッグを準備!

自宅が被災した時は、安全な場所に避難して生活を送ることになる。非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックに詰めおき、すぐに持ち出せるよう備えておこう。災害時に役立つものや食料が入った状態で販売している防災リュックなどもおススメ。

HPで確認しよう! 災害の「備え」チェックリスト

#### 安否確認方法を決めておこう

家族が別々の場所にいる時に災害が発生した時のため、安否が確認できる方法や集合場所を事前に話し合っておこう。携帯電話の回線がつながりにくいケースに使えるサービスも要確認。

災害用伝言ダイヤル  
局番なしの171に電話をかけた後音声を録音でき、自分の電話番号を知っている人が再生できる。

災害用伝言板  
携帯電話からインターネットを使用して文字メッセージを登録し、自分の電話番号を知っている人が情報を閲覧できる。

#### 避難場所や経路を確認!

災害の種類によって安全な避難場所が異なることも。お住みの自治体ホームページや国土交通省ハザードマップポータルサイトを確認し、それぞれの災害をイメージしながら避難場所・経路を確認しておこう。

HPで確認しよう! ハザードマップポータルサイト

# 家庭の防災特集



カリスマ転校生役で主演

## 道枝 駿佑

みちえだ しゅんすけ

2002年7月17日生まれ。

大阪府出身。2017年、連ドラ「母になる」でドラマ初出演。21年、アイドルグループ、なご男子のメンバーとしてCDデビューを果たす。主な出演は、「BG〜身辺警護人〜」「俺の家の話」「金田一少年の事件簿」「マイ・セカンド・アオハル」、映画「今夜、世界からこの恋が消えても」など。

**金髪にしたことで、気合が入りました  
説得力のあるお芝居ができたらしいな**

落ちこぼれの高校生たちが、謎の多いカリスマ転校生に導かれて大人社会に反旗を翻す姿を描く、テレビ朝日系の連続ドラマ「マルシューゼロ」の革命1（火曜21時）が、1月23日から始まる。

道枝（なご男子）は人生初の金髪にし、俺と一緒にこの世界をぶ壊そうと、高校生たちを先導する転校生のゼロこと美島零（ゼロ）を演じる。

「全髪にしたことで、気合が入りました。もう後戻りはできない、やるしかないという気持ちです」と、意気込みを語る。今まで演じたことのないゼロという役を演じられるのは、うれいですが「この要領は一切なく「キラキラです」と、ダークヒーロー役に笑みがこぼれる。

進学校の高校に、19歳のゼロが転校してくる。学校でのいじめにより、自衛命を絶とうとしていた逢沢渾（板垣李光人）ら6人は、ゼロをリーダーとした動画集団「マルシュー」のメンバーとなり、理不尽な社会に立ち向かっていく。マルシューとは、ローマ神話やキリシヤ神話に登場する、雷神を指す。

「ゼロは感情の振幅がすごくある役です。い

ろんなところに線を張っていて、点と点をつなげていく。頭の中がぐるぐる、常に回っている人物だと思っています。皆さんは僕に対して、優しい穏やかなイメージがあるかもしれませんが、平川（雄一朗）監督からは、それは一切切らないで言われていた。僕自身もそうしたイメージを壊していきたくて、すごく力強く語る。そして「頭じゃなく、ここから湧き出るものを大事に」と脚をたたき、「何か説得力のあるお芝居ができたらしいな」と思います」と続ける。

平川監督からは「丹田を鍛えなさい」と言われ、喜怒哀楽を表現するトレーニングを始めたという。「練習を見ながら怒ったり、笑ったりするんですが、過去の自分の感情を揺さぶられたことを思い出しながら、探りながらやっています」と言い、その中で、「気が付いたことがあった。

「過去の自分の思いを呼び起こすことは、自分と向き合うことなんです。なかなか、自分自身と向き合えていなかったことが分かっていました。この訓練は、このドラマの間だけじゃなく、一生続けていくことになりそうです」

ゼロたちマルシューが、10代を抱えるモヤモヤを代弁していく青春ターゲターサスペンス、21歳の今、自身が10代の頃は、どんな思いを抱えていたのか。「プライベートでありましたよ。同級生たちが制服でテニスパークに行ったりしているのに、僕だけ早退。みんなよりも青春を過ごしていないと、もどかさや寂しさみたいなものがありました。でも、お仕事があるのはすごいありがたいこと。今、思えるのは高校生活に全力投球して、いなくて良かった。じゃないと、今の僕はいないし振り返る。

今までの役柄とキャラクターを感じるシーンを挙げてもらおうと、「ビジュアルで言いながら、飛び降りるシーンがあります。そんな言葉は普段言わないので、自分をぶ壊すせりふでもあるなと思いますし、僕が言っているところを皆さんも見たことではないと思うので、ぜひ見ていただきたいです」と、すぐに返事が返ってきた。

また、本作ではアクションシーンも見どころの一つとなっている。「ドロップキックとかしているの、ちょっと頑張って脚を上げてきたらいいなと思います。アクションもあって、ハードな撮影になると思うので、しっかりと集中して、けががなく終わらせた方がいいですね」と、笑顔を見せた。

## TV PROGRAM TOPICS

**前田敦子が第3子を妊娠中の元不良役で出演  
「大切な家族や親友を思う気持ちは一緒」**

日本テレビ系で1月21日に始まる連続ドラマ「厨房のあひす」(日曜22:30)に、第3子を妊娠中の元不良という役柄で、前田敦子が出演する。

同作は、主人公で「自閉スペクトラム症」の料理人である八重森ありす(門脇麦)が、周囲の人たちと関わり合いながら、おいしいご飯を通して絆を深めていく物語。彼女の父で未婚のゲイである心護(大森南朋)、彼女の店に転がり込む謎の青年である酒江侍生(永瀬廉)、そして、彼女の幼なじみである三ツ沢和紗(前田)らが見守る中で、ありすの家族にまつわる過去の事件が判明する。

和紗は、ありすが営む人気料理店「あひすのお勝手」の近所にある三ツ沢工務店の一人娘で、地元では有名な「最強の元不良」という役どころ。幼い頃から気も強いけれど、心根

は優しく、ありすをいじめから守ってきた。2人の息子の母親で、第3子を妊娠中。「ありすのお勝手」のホール係として、1人で接客を担当するが、出産に合わせて代わりのアルバイトを募集したところ、侍生が住み込みのバイト希望者として現れ、仕事とありすとの接し方をレクチャーする。

前田は「和紗は『やんちゃな元ヤン』なので性格は真逆かもしれませんが、大切な家族や親友を思う気持ちは一緒」と役との共通点を挙げ、「ありすたちと家族ぐるみで関わっていくので、撮影現場でも実際に大家族のように、みんなで仲良く撮影ができれば」と期待した。また、自身も男児の母親であり、その点も役柄と共通しているが、「私も日常的に息子に料理を作っていて、息子の好きなオムライスの中に入れる野菜や具材の最高の組み合わせを、反応を見ながら追求したりしています」と明かす。最後



に「私もありすやみんなを守るべくまいい人になれるように、物語の展開を楽しみながら頑張ります」と意気込んだ。さらに、大東駿介、阿南敦子、北大路欣也、皆川猿時、萩原聖人、木村多江らも出演し、作品を盛り上げる。

記事・広告など掲載に関するお問い合わせは

【発行】(株)日本ABC放送正社員

毎日メディアサービス サンデー事業本部 <https://sunday-ns.co.jp>

〒812-0004 福岡市博多区飯田1-7-17

☎ 092-471-1177

☎ 092-471-1149

✉ [fukuoka@sunday-ns.co.jp](mailto:fukuoka@sunday-ns.co.jp)

配布に関するお問い合わせは

☎ 毎日メディアサービス

テレビ事業本部

☎ 092-674-1717

サンデー福岡における個人情報について

サンデー福岡では、読者の皆様からお預かりした個人情報、当社が責任をもって管理いたします。お預かりした個人情報にはプレゼントの発送や案内状の送付などの目的のみに使用し、第三者へ提供することはありません。

福岡・北九州・山口のSUNDAYネットワーク

毎週 1,040,000部発行

水・木・金曜日配布