

SUNDAY

Life information

2024
4.6

vol. 1464

https://sunday-ns.co.jp

発行部数 92,000部



サンデー福岡 東版
配布エリア▶ 東区

Contents

PICK UP! P2 / オンナの指南書
今月の美食探訪

PICK UP! P3 / インフォメーション

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



メディアで大人気! とろ〜っととろける “極生”プリン専門店

東区香住ヶ丘の九産大近く、九州初上陸のとろ〜っととろける極生な食感のプリン専門店! 人気No.1の「Sweet」は、甘くとろけるカaramelと相性抜群。「クレームブリュレ」は注文後にこもりぬるので、賞味期限はなんと1時間。テイクアウトはもちろん、アメリカンポップな可愛い店内でのイートインもOK。期間限定メニューもあり、現在は「いちご」「さくら」を販売中、こちらもお見逃しなく。早めに販売終了となる場合もあるので、気になる方は電話で確認して出かけよう! 電話予約、Instagramからの予約可能。今ならサンデー読者限定の特典もあり!

- 「Sweet」380円、「Bitter」380円
- 「抹茶(果実orミルクソース)」420円
- 「Chocolate」400円、「Chocobanana」400円
- 「クレームブリュレ」390円※賞味期限1時間
- 「いちご」430円(期間限定/仕入れによっては4月初旬で販売終了の可能性あり)、「さくら」410円(期間限定/4月中旬から下旬頃に販売終了の可能性あり)



「サンデーを見た」で
3点以上お買い上げの方
合計金額より
150円引き
[R6.5月末まで有効]

極生プリン専門店 COTECOYa

☎070-9020-2165

福岡市東区香住ヶ丘2-7-8
営業時間: 10:00~19:00(売り切れ次第終了)
毎月、第2・4日曜日
①1台目パークメイト40番



ワントーン
明るい肌へ

SNSで人気爆発!
もう諦めない/
本気のシミケア
お試し1回(90分)
通常 ¥16,500 ▶ ¥7,700
シミケアの予約をしたいと下記の番号にお電話ください。

シミケアとは?
レーザー等のようにお肌に負担をかけず、ターンオーバーを促し、シミをケアしていく施術です。垢として排出していく過程がクセに!是非お試しください。

痛くない

熱くない

跡に残らない

IDYLLE
fukuoka

totalbeauty トータルビューティー イディール フクオカ
IDYLLE fukuoka
福岡市東区香椎駅前1-13-23 TOUKOUビル5F

☎092-665-7788
www.idylle.co.jp Instagram: @idylle_simicare
[営業時間]10:00~20:00 [定休日]祝日 [福岡 イディール] 横浜

完全
予約制

LINEからの
ご予約はこちら▼
Instagramからの
ご予約はこちら▼

Sunday Photo
家族・動物・思い出の場所etc...
何でもOK!

とっておきの一枚
大募集!!

応募はこちらから!

photo@sunday-ns.co.jp
本文に①ニックネーム②写真へのひとこと
を添えてご応募ください

※応募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。

家族を教えて!
ペットの写真
大募集!

かわいい家族をサンデー誌面で紹介しよう!

ペット写真館
①ペットの名前の写真へのひとこと
を添えてご応募ください

先行 pets@sunday-ns.co.jp
QRコードからも応募OK!

※加工写真不可 ※応募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。

? 出産の度に体重が増え、気づけば20キロ増に… ダイエットも長続きせず落ち込む日々

夫は単身赴任で、一人で3人の育児に奮闘する毎日。出産の度に体重が増え、結婚前と比べると20kg以上増えてしまいました。ダイエットも続かず、SNSで劇的に痩せた人を見ては悲しくなります。(32歳女性)

他人と比較せず「健康的に美しく」を目指して!

まず、SNSの画像は誇大広告がほとんど。気にする必要はありません。問題は体重増加が健康を害する恐れがある事実。定期健康診断はしていますか?体が重いと足腰に負担がかかります。少しでも若いうちに適正体重に減量しましょう。

ダイエット効果のあるものとして、①1カ月で1kg減の小さな目標を立てて記録をつける、②間食やジュースをやめて白湯にする・外食や揚げ物を減らす・弁当を作る…など食事を見直す、③お菓子は半分残す、④子供の残り物を食べない、⑤子どもと公園で体を動かす、⑥減量ブログを公開し自分を追い込む、⑦専門医(肥満外来)に相談、⑧保健所などで食生活改善プログラムを受講、⑨メディカルダイエット(薬の服用など)があります。⑩は必ず医師の診断と処方を受けましょう。

2024年は新しい挑戦が成功しやすく、美の追求にラッキーな年!キーワードは「酸味」。開運のパワーフードは果物。旬の果物は



新たなチャンスを引き寄せます。朝食のメニューにしましょう。あなたの魅力は他人と比較する必要はありません。減量し健康的に美しくなって家族にサプライズをプレゼントしましょう。



藍鳳(らんほう)
藍鳳風水研究所代表。
現役風水家相鑑定士として
全国で鑑定。実績30年。
設計の固面鑑定やオンライン相談にも対応。
http://ranryo.net

女性のお悩み専業!
採用された方には
QUOカード500円分プレゼント!
https://sunday-web.net/shinanj/
QRコード

ごちそうさま! 今月の美食探訪

箱崎の路地に佇む癒やしのギャラリーカフェ

空間デザイナーが手掛ける洗練された店内で、若手アーティストの作品を眺めながらパティシエのスイーツを味わえるカフェ。日替わりで様々なお菓子がショーケースに並びほか、繊細なデザートプレートを楽しめる。いちごの季節は、サクサクのパイといちご、濃厚なクリームをたっぷり使ったミルフィーユのプレートが期間限定で登場!店のモチーフ「キーウィ」をかたどったダックワ



ズモ人気のおやつ。

- いちごのミルフィーユ 900円
- 「ブルーベリー」(スイーツ3種のプレート) 1,500円
- 「9we」ダックワ 300円

今月の美食店は…

9we cake+coffee
福岡市東区箱崎3-9-40
開11:00~19:00
毎月曜日、他不定休あり
Instagram: @9we.cake.coffee



ナンパ

●小さなワク(3×3)・タテ・ヨコの数字を見ながら、ダブらないように1~9の数字をいれましょう。

2			4					
3	6	1						
5	4	9					8	
							6	
6							7	
4								
8			7	6	9			
			2	7	5			
		3			1			

今回の解答

2	1	8	6	9	5	9	7	4
4	9	7	2	1	8	6	9	5
6	9	9	7	4	2	1	8	6
1	8	2	9	6	7	4	9	5
5	7	4	1	8	2	9	6	3
6	9	5	7	4	9	1	8	2
8	2	1	6	9	5	7	4	3
4	9	8	2	1	6	9	5	7
8	6	9	7	4	2	1	8	6

おうち de エンタメ!

情報提供:Netflix

Netflix映画
『ミッチェル家とマシンの反乱』

「スパイダーマン: スパイダーバース」の製作陣が豪華キャストを声優に迎えて贈るコメディアニメ

風変わりな崩壊寸前のミッチェル一家は、絆を深めるためのロードトリップをすることに。気乗りしない上に雲間気も気まずく、旅は最悪の滑り出しとなるが、そこで突然ロボットの反乱が起きて巻き込まれてしまう。スマートフォンやロボット掃除機、おしゃべりなぬいぐるみまで、人間を一人残らず捕まえるために駆り出されていくロボットたち。ミッチェル一家は突如、何とも頼りない人類最後の希望の星になってしまう。それぞれの個性を受け入れること、そして、未曾有の危機に直面したとき、自分にとってかけがえのない人々を手放さないことの大切さを描くアクションコメディ。

ずっと健やかに、
ずっと美しく。

エクオール含有食品
「エクエル」

ゆるやかに変化する
女性の健やかさと美しさを保つ力。
「エクエル」は、
そんな女性のための
基礎サプリメントです。

「エクエル」特別モニターのご案内

「エクエル」特別モニターへのご参加は、「エクエル」3回(約3ヶ月間)のご継続と、商品お届けごとの計3回のアンケートへの回答が必要です。

お申し込み期間
2024年
5月19日(日)
まで

モニター特典1
エクオールを腸内で作れるかが分かる「エクオール検査ソイチェック」をご希望の方に提供。

「エクオール検査ソイチェック」は採尿した尿を郵送するだけで、腸内で「エクオール」を作れるかどうか、簡単にチェックできる、検査キットです。
※「エクオール検査ソイチェック」は、株式会社ヘルスケアシステムの商品です。

モニター特典2
モニター期間中の3回は、「エクエル」を毎回5%OFFで購入手続き!

通常価格 4,320円(税込)
モニター特別価格 **4,104円×3回** (税込) **送料無料**
[112粒(1日4粒目安/28日分)]

お申し込みはこちら
http://op1.info/dsh1345

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

SUNDAY サンデーコミュニティ

Hot VOICE 自分でも変わったなと思う所

人前に立つ事が嫌ではなくなりました。昔は人前に立つ事はもちろん大人数の前で何か話す事がとても苦手でしたが、大人になって苦手ではなくなり、むしろ得意になりました。(中央区/おむ)

「自分には限界なんてない!」と思っていた私。病気を患ってから無理はせず、身体の声に耳を傾けるようになりました。(東区/SS)

夢見中のお題 人から言われて驚いた事

PRESENT 5名様

ワッフルピーラー

角度を変えて削るだけで、簡単に野菜をワッフル状にカットできる「ワッフルピーラー」。凸凹の表面は調味料がよく馴染み、噛みこたえがありつつ、口の中でサクサクと食べやすくなる。チーズやサラミなどもOK。キッチン専門店及び公式ショップなどで発売中。



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「人から言われて驚いた事」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
※住所不詳、上記の宛先に送付にご応募ください。

■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
フリーペーパーサンデー [検索](#)

応募締切日 4/10(因)

※当選は厳正な抽選の上決定し、発送をもって完了させていただきます。
※Hot VOICEのエピソード掲載とプレゼントの当選は別となりますのでご了承ください。

今週のサンデー INFORMATION インフォメーション

福岡市早良区 藤城清治100歳 美しい地球 生きるとは喜び 未来へ展

日本の影絵作家の第一人者、藤城清治。自ら編み出した技術・技法による華麗な代表作や福岡オリジナル作品も展示予定。
【開催日】4/5(金)~6/5(水)9:30~17:30(最終入館17:00)【場所】福岡市博物館(福岡市早良区百道浜3-1-1)【料金】一般2,000円、高大生1,500円、小学生500円【休館日】月曜日※4/29(月・祝)・5/6(月・休)開館。4/30(火)・5/7(火)休館【お問い合わせ】藤城清治展福岡実行委員会事務局 ☎092-732-1688(平日11:00~17:00)

福岡市中央区 西澤津子 写真展「C'est Joli! 世界でみつけた こちいい瞬間」

ヨーロッパを中心に、各地の光と色にあふれる風景や、人間の営みを切り取った写真作品が並ぶ。
【開催日】4/8(月)~14(日)11:00~19:00※最終日は16:00まで【場所】gallery other(福岡市中央区平尾5-4-32)【料金】入場無料【お問い合わせ】RITSUKO NISHIZAWA E-mail:info@ritsukonishizawa.com

LIFE 出張料無料&修理・調整は550円から ミシンの出張修理なら「金太郎堂」へ!

「糸が切れる」「動かない」などの「困った」は「金太郎堂」へお任せ!全メーカー対応、アフターメンテナンスまで迅速に対応し、高い復元率も自慢。詳しくは、お電話にてお問い合わせを。
ミン専門店 ミシンの金太郎堂 ☎0120-701-705 福岡市東区香住ヶ丘2-9-30 9:00~19:00 年中無休

LIFE 初心者歓迎♪ 弾き語りウクレレ 入門講座 無料体験・受講生募集

小さく弾きやすいウクレレは、子どもや女性、高齢者の方に最適。誰でも弾き語りができるように、ゆくりレッスン。まずは気軽に無料体験会へ!
【無料体験会開催日】4/13(土)・27(土)15:00~16:10※下記まで予約【場所】田上良二式【場所】下記住所にて ※空席の場合は前日15:00~16:10(要予約4,500円/月)
香椎文化サークル(香椎文化ホール) [検索](#) ☎0120-169-375 福岡市東区香椎駅前2-12-41 あおやぎビル3F

誕生月占い 4/6▶4/12

1月 流れに乗り、良い結果へ繋がります。同時に様々な事も動き始める予感。(ラッキーカラー)金	2月 良い仲間に出会い、良い循環や輪が広がります。自信を持って計画を立てよう。(ラッキーカラー)緑	3月 慎重に物事を進めるためには、言葉を選択的に選ぶでいい。(ラッキーカラー)黄	4月 誠意を持ち相手に意思をしっかり伝える事、仕事とプライベートが円滑にいくはず。(ラッキーカラー)黒	5月 最初に多少の紆余曲折があっても焦らない事で、物事が良い方向へ向かいます。(ラッキーカラー)紫	6月 朗報を受けやすい時。人との縁を大切にしながら、物事を進めたいところ。(ラッキーカラー)青
7月 新たな情報を得て、楽しみながら過ごす事を学ぶと、人との関係も上手くなるはず。(ラッキーカラー)藍	8月 心静かに自分を内観してみよう!人望も厚くなり、実績も上がりやすくなる。(ラッキーカラー)橙	9月 想定外の展開になっても大丈夫。冷静に対応する事で、不思議な事が起こりそう。(ラッキーカラー)赤	10月 物事は計画的に実行していく事で、人望もますます運気が上昇しそう。(ラッキーカラー)緑	11月 仕事もプライベートも充実させてこそ、開運と繋がります。(ラッキーカラー)ピンク	12月 成功のために、心のゆとりは大事!ゆとりがなくなると時は自分を見直そう。(ラッキーカラー)白

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>

ソファ強化中! 2024年は購入するよりも家具のリフォームを! おかげさまでご依頼多数!

古き良き家具は、厳選された素材で職人によって一つひとつ丁寧に作られた物ばかりです。次から次へと家具を買い替えるのではなく、古き良き物を大切に使用してみませんか?また、古き良き家具は日本の気候風土に合わせた作りになっており、使いやすいのも特徴です。

家具は家族の一員。二十年以上たつた家具は、リノベーションすることで新たな価値を生みだし、受け継いできた伝統を守ることにも繋がります。

家具リフォーム本舗

●布の張り替え、ウレタンの入れ替え、パネの補修を行いました。

●内部のパネの修理、ウレタンの入れ替えなどを行いました。

●裏面の張り替え、ウレタンの入れ替え、パネの入れ替えなどを行いました。

●裏の張り替え、ウレタンの入れ替えなどを行いました。

●裏面の張り替え、ウレタンの入れ替え、パネの入れ替えなどを行いました。

家具リフォーム本舗

kagureform honpo

事務所 Tel.092-771-8787

お見積りも現地を確認して行っております。ご了承ください!

【担当直通】Tel.080-3371-1903(中島)

福岡市中央区天神5-9-2-306 9:00~19:00

kagureform honpo [検索](#) ※メールでの受付不可

空いた時間を有効活用♪自分のペースで働けるお仕事

アルバイトパート 社員登用あり

時給950円~

- 職種/チラシ・広告等の配布業務
- 時間/9:00~18:00の間で希望の時間帯 ※日数も希望の日でOK
- 条件/18歳以上
- 待遇/交通費一部支給、社員登用あり
- 勤務地/配布エリア多数あり(詳しくは面接にて) ※業務委託契約可(単体でのお渡し)

未経験者歓迎! 幅広い年代の方が活躍中 事務作業スタッフも同時募集

いもの、つづくの、**BUY or SELL** 知らない、もったいない! 4月のバイセルは **高価買取月間** です!

TVCMでおなじみ!

出張買取のバイセルとは?



期間限定キャンペーン実施中!
[2024年4月1日~4月30日の成約で!]



買取金額2倍 抽選で

※対象：(2024年4月1日~30日)に成約の方の出品。店頭買取にて一度に5,000円以上成約の方※後日抽選を行い、50名様に買取金額と同額を還元いたします。※1回の当せんにつき、10万円を還元額の上限といたします。※当せん者には郵送にてお知らせいたします。※クリーニング オフを申請された方は対象外となります。※この協力は運送状況によりご希望の日程に添えない場合がございます。

買取金額2倍キャンペーン当せん実績

着物・ブランド品など 買取日:2023年10月21日
51,000円 高知県 / 50代 / 女性
当せん! **102,000円**

着物・骨董品・時計 買取日:2023年12月10日
8,000円 徳島県 / 30代 / 女性
当せん! **16,000円**

うれしいです。家族のために使いたいです。思い出の品を売ったので、このキャンペーンで高額になって良かったです。

当せんしてすぐうれいでした!! 祖母が愛用していた物を主に買取りしていただいたので、祖母の好物を買って家族で食べようと思います。

買取実績	着物・帯	着物・帯	着物・ブランド品・時計	着物・小物	着物・ブランド品など	着物・帯・小物
	107,260円	75,000円	58,000円	21,000円	12,000円	9,300円
	買取日:2024年1月16日 遠賀郡 / 50代 / 女性	買取日:2024年1月14日 春日市 / 50代 / 男性	買取日:2024年2月9日 福岡市 / 50代 / 女性	買取日:2024年2月21日 福岡市 / 50代 / 女性	買取日:2024年2月9日 太宰府市 / 60代 / 女性	買取日:2024年1月15日 久留米市 / 50代 / 女性

このようなものもバイセルにご相談ください!

これは売れないかも...と諦めないでください! 右記のようなお品物も無料で査定しております。まずはお電話ください。



バイセルの出張買取がオススメ!

- 高価買取
- 出張・査定料無料
- 1点からお受けします
- 現金即払い

キャンペーン対象商材はこちら! **着物 毛皮 レコード 切手 古銭 金券 お酒 ブランド品 時計 骨董品 貴金属**

※買取実績はあくまで一例です。状態によっては、ご希望の金額に添えないものや、お値段が付かないものもございます。※未成年者からの買取はできません。(成年の方でも20歳未満の方からの酒類の買取はできません)※買取をご希望される場合、法に基づき「運転免許証」「マイナンバーカード」「健康保険証」などのご本人確認書類を査定士にご提示ください。※お支払いは内容によって振込対応となる場合がございます。※掲載しているお客様の声の内容は個人の感想です。※季節事情または地域により出張強要や即日での対応が難しい場合がございます。※内容により宅電査定・店舗査定をご案内する場合がございます。

サービスの質で選ぶなら...バイセル!
3つの安心宣言

- ① ご家族のご同席を積極的に推奨しております。
- ② 玄関での査定も可能です。
- ③ 査定額にご納得いただければ、お断りいただいても構いません。



キャンペーンは **4月30日の成約まで!**
こちらの番号からお問い合わせください

0120-734-139

お知りいただいた後のご質問・ご相談をはじめ、クリーニング・オフに関するお問い合わせはこちら【お客様相談室】0120-915-164 受付時間 9:00-18:00 (土日祝日も受け付けております)
運営：株式会社BuySell Technologies 〒160-0004 東京都新宿区四谷 4-28-8 PALTビル【東京都公安委員会】古物商許可番号：第 301041408603 号

※当社査定士は、毎朝の検温・マスク着用・手指消毒など感染症対策を実施しております。※査定環境により、マスクの着脱をご相談させていただく場合がございます。【サンデーF01】



記事・広告など掲載に関するお問い合わせは

【発行】(株)毎日メディアサービス

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 福岡市博多区横田1-7-17

☎ 092-471-1177

☎ 092-471-1149

☎ 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

デリバリー事業部

☎ 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を、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 **931,500** 部発行

水・木・金曜日配布