

Life information SUNDAY

サンデー北九州 東版
配布エリア▶ 小倉北区・門司区・戸畑区

2024
6.1

vol. 1471

https://sunday-ns.co.jp

発行部数 350,000部



PICK UP! P4・5/ スイーツファン感謝祭

よかタウン・KEIAI・一建設・アーネストワン・タクトホーム・東栄住宅・大英産業・アイティホーム他、多数取り扱い中!!
提携ネット銀行で変動金利0.1%台から紹介しています
小倉 篠崎 3 29984SLDK+P3 全148.78㎡ 102.24㎡ 小倉 高坊 2 29984SLDK+P4 全170.55㎡ 108.47㎡ 小倉 小文字 1 28994SLDK+P2 全184.31㎡ 109.19㎡
第二高田駅バス停まで徒歩6分 小倉駅まで徒歩12分 高田駅まで徒歩4分 小倉駅まで徒歩6分
仲介料1,055,340円→不要 仲介料1,055,340円→不要 仲介料1,022,670円→不要
当社は、銀行ローン代行手数料・書類作成費など仲介手数料以外も無料で安心です
弊社は売却時仲介手数料50%off ホームページをご確認ください
九州初!! 仲介料不要 不動産のエラン ☎093(932)0353
http://www.elan-de.net 福岡県免許 16460 小倉北区若富士町1-26(仲介) 広告掲載時 6月

※サンデー北九州版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。



美味しさを追求し続ける
『うちくる夕食宅配サービス』
季節に応じた多彩なメニューと管理栄養士による監修で、栄養バランスも文句なしの「うちくる夕食宅配サービス」。5〜6種類のバランスの良いお惣菜が入った人気の「うちくるおかず」の他、メインが2倍ボリュームのある「うちくるダブル（1食797円）」と、4種類のお惣菜でお手頃サイズ「うちくる小箱（1食645円）」の提供を開始し、こちらも好評。不在時には専用保冷バッグにて対応。無料試食申し込みも受付中。LINE公式アカウントからも注文可能。

うちくる夕食宅配サービス

☎093-531-7007 うちくる 夕食宅配サービス
〒816-0001 小倉北区大田町9-10
営業時間 9:00~17:00 (配達時間 12:00~17:00) 土・日・曜
●写真は「うちくる おかず(1食698円)」を週5回利用した場合のイメージ
●週3回の利用から注文可能
●週3回:2,096円、週4回:2,796円、週5回:3,493円
●利用したい週の配達水曜日までに要注文
●LINE: @255minrz

地域密着
相談無料
高価買取
秘密厳守
最短2日で現金化

あなたの〈家・不動産〉地域最大級のハウズドゥが

早く
高く

3億円
まで*

買取ります

*弊社の買取査定基準により買取できない場合があります。

小倉南・小倉北・八幡西・八幡東・戸畑・門司・若松・中間 ほか 重点募集中

相続・離婚・住み替え・転勤・・・その他なんでも!!

- ✓ 他社で販売を任せているが売れない
- ✓ 家を売却し老後の資金にしたい
- ✓ 相続を受けたが住まないで現金化したい
- ✓ 住み替えしたいけれど手付金がない
- ✓ 長期ローンの返済が苦しい
- ✓ 事故物件・家が古すぎる・荷物が多い

お問い合わせ時に
「サンデーを見た」で

期間限定 もれなくQUOカード
3,000円分プレゼント!

※2024年8月末まで
QUOカードは訪問査定時にお渡しとなります。詳細条件は店舗または担当員にご確認ください。

家を売っても住み続けたい、そんなお悩みもご相談ください。

住みながら売却できる
ハウス・リースバック。

代金 売却 → ハウズドゥ
お客様 ← 賃貸 (1~3年) →

ハウズドゥ 住宅情報モール

面倒なこと、わからないこと、当店がワンストップで解決します! ご相談はお近くの店舗まで

ハウズドゥ 八幡西

〒807-0832 福岡県北九州市八幡西区東筑2丁目4-8
【営業時間】9:00~18:00【定休日】第一火曜日(1~3月を除く)、水曜日、年末年始

0120-210-397

ハウズドゥ 住宅情報モール 小倉南

〒800-0227 福岡県北九州市小倉南区津田新町4丁目1-31
【営業時間】9:00~18:00【定休日】第一火曜日(1~3月を除く)、水曜日、年末年始

0120-373-566

グリーンシップ株式会社 福岡県知事(2)第17883号(公社)福岡県宅地建物取引業協会会員(公社)全国宅地建物取引業保証協会会員(一社)九州不動産公正取引協議会加盟 仲介添削



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！



Follow me

@sundayshinbun



読者の心に残った一枚
みんなの「おっけー」

ある日の空模様です。飛行機雲が交差してました。綺麗な十字！



掲載しているイベントは中止・変更となる場合あり。詳細は主催者へお問い合わせを。

01 ▶ 第5回 ポダイジュまつり

約300年前に描かれた色彩が鮮やかに残る、「長圓寺」所蔵の釈迦涅槃図(通称:戻りの涅槃図)。1日限定の一般公開に合わせて、マルシェを開催。福岡・北九州を代表するフード・スイーツ・雑貨が大集合。住職による涅槃図解説や、限定御朱印・御守などの授与も実施。



6/2(日) 10:30~16:00 [小雨決行]
長圓寺 入場無料 ※詳細はInstagramにて。

長圓寺(ちようえんじ) 香濃樹まつり
☎093-561-4755 小倉北区鏡物餅町4-8



02 ▶ 花農丘公園「春のばらマルシェ」

128品種約1000株のバラが楽しめる「春のばらフェア」開催中の「花農丘公園」に、キッチンカーが大集合。中央広場では作家たちのハンドメイド雑貨やアクセサリー、美味しいおやつなどを販売。ローズエキスをを使用した「飲むバラ(炭酸飲料)」も販売予定。大人から子どもまで楽しめる2日間。詳細はHPにて。



6/1(土)・2(日) 10:00~16:00 入場無料 ※別途駐車料金
花農丘公園(北九州市立総合農事センター) 中央広場

花農丘公園 ☎093-961-6045 小倉南区横代東町1-6-1 花農丘公園

03 ▶ あの頃のきらめきをもう一度 「青春映画資料展」

日本で公開された作品から、ティーンエイジャーを主人公とした映画にスポットを当て、1960年代から近年までの約60年間で公開されたものを所蔵資料から選んで展示。これらの映画資料を通して、青春時代の思い出やきらめきを感じられる企画展。



開催中~7/7(日) 9:00~17:00 入場無料
毎月曜日(祝日の場合翌日) 松永文庫 展示室

松永文庫 ☎093-331-8013 門司区西海岸1-3-5(旧大連航路上層)

04 ▶ 第26回 若松あじさい祭り

県内でも有数のあじさい(約74,500株)を誇る高塔山で開催。miniあじさい展、あじさいウォークガイド、モデル庭園の他、メインイベントでは物販やフードの出店もあり。HP等で最新情報を確認の上、来場を。



園サバイブ(山あじさい見頃):6/2(日) 10:00~15:00
メインイベント(西洋あじさい見頃):6/9(日)、16(日) 10:00~16:00
高塔山公園(若松区大学修多羅)
(6/9・16のみ臨時駐車場)
高塔山山頂多目的広場等を臨時駐車場として開放 ※6/9は無料シャトルバス運行。

若松区役所総務企画課 ☎093-771-3559 若松あじさい祭り実行委員会ホームページ▶ 若松あじさい祭り

05 ▶ 第15回 枝川内あじさい祭り

「小さなむらの大きな挑戦 日本一のアジサイランド」を合言葉に、毎年地域の方やボランティアが植樹を続け、今では約16,000株のアジサイが綺麗な花を咲かせる。期間中はフォトコンテストや、土・日曜日は農林産物・特産品販売など行われ、多くの人で賑わう。



6/9(日)~23(日) [天候により変更・中止の場合あり]
※式典は6/8(土) ※農林産物・特産品販売は期間中の土・日曜日9:00~15:00
枝川内あじさいランド(豊前市若屋 枝川内地区) 入場無料

枝川内あじさい祭り実行委員会 豊前観光まちづくり協会
岩屋活性化センター ☎0979-88-2002 豊前観光まちづくり協会 ☎0979-53-6660

06 ▶ 山田ほたる祭り2024

開園時間を延長。芝生広場で息づくゲンジボタルを鑑賞できる。普段は入れない真っ暗な山田の森で、素敵なひとときを過ごしてみたい。詳細は「山田緑地」ホームページにて。ホタルが光らなくなる為、観賞時のライトの持ち込み、フラッシュを使用した撮影はご遠慮を。



6/7(金)~9(日)、14(金)~16(日) [雨天中止(延期・振替実施なし)]
9:00~21:30(駐車場の最終入庫20:45) ※雨天時は通常通り17:00に閉園。
山田緑地 入場無料 ※別途駐車料金

山田緑地管理事務所 ☎093-582-4870 小倉北区山田町 山田緑地

07 ▶ 「遇斯光庵展2024」 陶芸・木工・額縁作品展

下関市豊北町の「遇斯光庵」にて開催。山口県内、会津若松、奈良から作家が集結し、豊北町産陶土や木材を使用した13名の作品が並ぶ。会期中は会場前に広がる菖蒲畑も見頃を迎え、展示と一緒に楽しめる。



6/7(金)~9(日) 10:00~17:00(最終日は~16:00)
遇斯光庵(下関市豊北町大字滝部5042) 入場無料
※カーナビは「下関市豊北町大字滝部5038」で検索

遇斯光庵展2024事務局 ☎090-7977-2481(黄孫楽 森野)

08 ▶ 第3回 西蓮寺おてらパンパク! with 珈琲フェス

北九州市内外から人気パン屋&コーヒーショップが大集合!本堂や門徒会館など「西蓮寺」を丸ごと使い、雨でも子ども連れでも気軽に楽しめる1日限定のイベント。初出店の店舗もあり。出店店舗など詳細はホームページにて。



6/9(日) 10:00~14:00 [雨天決行] 西浄土真宗本願寺派 西蓮寺

西蓮寺お寺パンパク実行委員会 ☎093-921-4576
小倉北区三蔵野2-8-23 あり(境内に30台) ※近隣に有料Pあり

第36回 とばた菖蒲まつり

1988年に市制25周年を記念して始められ、戸畑区を代表する祭りになった「とばた菖蒲まつり」。約2万本の花菖蒲が見頃を迎える夜宮公園一帯で、6/9(日)に開催。ステージ、バザー、多彩なショップが集う蚤の市など家族で楽しめる。荒天中止。



●日時:6/9(日) 10:00~16:00
●会場:夜宮公園(戸畑区夜宮1、2)一帯
※無料駐車場無し。公共交通機関を利用のこと。

とばた菖蒲まつり実行委員会事務局(戸畑区役所総務企画課内)
☎093-871-2316 https://www.city.kitakyushu.lg.jp/tobata/file_0093.html

SUNDAY 飲食店 エステサロン 不動産 など
新規顧客の獲得に!
この大きさと 広告を出しませんか?
サンデー北九州版 半2段(63×118.5mm) 53,900円
まずはお気軽にお問合せを 093-473-2180 (株)毎日メディアサービス サンデー事業本部 北九州
https://sunday-ns.co.jp/ サンデーネットワーク 検索

令和の新常識 2024年円安時代 新NISAの答え NISAがNISA以外か? 参加無料
マネープランニング講座 自動的にお金が増える唯一の方法とは?
point 1 家計の流れを変えるだけで! point 2 お金の置き場所を変えるだけで! point 3 住宅ローンと保険を見直すだけで!
開催日 6/5(水) 18:30~20:00 残りわずか 満員御礼 6/8(土) 10:30~12:00 残りわずか
会場 KMMビル4階 第一会議室(小倉北区浅野2丁目14-1)
定員 各回30名 参加費 無料
申込方法 右記QRから応募フォームに必要事項をご記入の上、お申し込みください
講師 田名網 亜衣子 CFP®認定者(ファイナンシャル・プランナー) FP歴24年・投資歴35年
参加者全員に TVで紹介! 「久遠チョコレート」の QUONテリーヌ 2個プレゼント!!
Life-kit ライフキット 平日9:00~18:00 小倉北区金田1-2-15-1F ☎0120-39-9339 共催: メットライフ生命保険株式会社



宗像大社 豆知識

宗像大社は本殿が消失している!

長承元(1132)年に社司氏房、氏平の騒乱によって御正体、神宝、一切経とともに社殿が焼失。弘治3(1557)年4月24日、辺津宮の本殿内陣より出火し、社殿とともに多数の神宝が焼け、天正6(1578)年まで神殿がない状態が続く。本殿は1578年に第80代宮司の宗像氏貞、拝殿は1590年に小早川隆景が再建している。

大宮司同士の覇権争いによる出火や首里城(沖縄県)のような不慮の火災、また自然災害による被災など様々な要因で社殿が消失したこともある。

屋根に残る歴史!

江戸時代、辺津宮の本殿や拝殿が風雨による腐朽を防ぐため瓦葺だったことをご存じだろうか。いまは柿葺きの拝殿の屋根の棟に残る瓦は、当時の名残とも言われていることを、宗像市世界遺産課世界遺産係企画主査・岡本さんが明かしてくれた。

昔は名前が違った?

鳥居の上部真ん中の額東には「宗像神社」とある。「長い鎮座活動のうえで社号が「宗像大社」となったのは、比較的新しく昭和52年のこと。それ以前は「宗像神社」であったため、それまでの建造物などには「神社」と揮毫されているのです」と話すのは、広報部長である大社権備員・長友貞治さん。

長友貞治さんが言う。「世界遺産となった宗像大社を未来永劫守り続けるのは地域のみならず、国内外の多くのみなさまの厚いお志があってのことです。現代社会が混沌とするなか宗像大社が少なからずみなさまの心の安寧、社会の繁栄の支えとなるのなら大変ありがたいことです」。



宗像大社 ☎0940-62-1311 宗像市田島2331

宗像大社とは

宗像市田島の辺津宮(総社)から約60kmの玄界灘に浮かぶ沖ノ島の沖津宮に長女・田心姫神、大島の中津宮に次女・湍津姫神、三女・市杵島姫神を祀る辺津宮の三宮を総称し「宗像大社」という。伊勢神宮(三重県)との結びつきは強く「裏伊勢」とも称される。

地元住民によって作られる「しめ縄」

神門をくぐると、ややスリムなしめ縄が頭上にかかる。これは大社氏子である大島の漁師たちの手づくり。漁で使う太いナイロン製のテグスで束ねられている。

沖津宮・中津宮両奉賛会の会長をつとめ、一昨午職を退いた宗像市大島の漁師・沖西敏明さんは「神さまに日ごろお世話になっている。大社の一番よいところにかけられてあって名誉なことです」。目の前は本殿だ。



写真上:「名物姫餅」と「そのまんましょうがエール」
写真左:宗像大社の休憩所「むなかた茶愉」

休憩所「むなかた茶愉」

大社境内に休憩所「むなかた茶愉」が昨年4月にオープン。参拝客の要望が強かった安息の場は木造平屋建てで、甘味やドリンクはもちろん洒落たアートなどを販売。おすすめは「名物姫餅」とフレッシュな生姜を使用した「そのまんましょうがエール」。



この場所には昭和46年の「昭和の大造営」で建てられた祈願殿(高さ15m)があった。茶愉の高さは5m、奥の森をよく見せたいという大社の景観を配慮した造りになっている。



写真上:新しい社務所(左)と祈願殿
写真左:沖ノ島周辺を模した壁

新祈願殿と社務所

令和3年6月竣工された新祈願殿と社務所(ともに高さ9・3m)。この建物の中心には、神の依り代として沖ノ島を模した岩と榊の木が配置される。

景観で異なる声もある。地元の人は「大きかったこれまでの祈願殿は宗像大社のシンボルでもあった。威厳がありました」。福岡県文化財保護指導員・鎌田隆徳さんは「戦後、大社の復興の象徴ともいえる巨大な祈願殿は、郷土宗像を愛し、大社復興に力を尽くされた出光佐三氏の大変な思いが込められた建造物であります。祈願殿の老朽化や世界遺産にともなう景観、環境整備など多岐にわたる事情があってのことと思いますが、解体撤去はとてつもなく残念であり寂しい」。多様な声は大社への愛情の証でもある。



宗像大社

特集

ユネスコが2017年に大社を含め「『神宿る島』宗像・沖ノ島と関連遺産群」として世界文化遺産に登録された宗像市の「宗像大社」の時を超えなおやすらぎを与える大社の変容ぶりを紹介する。

ライター:上田 真仁

未経験でも大歓迎!!時間を有効活用して、いっしょに情報発信♪

配布スタッフ大募集!

毎週同じエリアを配布 【募集エリア以外も随時募集中!お気軽にお問合せください】

門司区 清見、旧門司、馬寄

小倉北区 中井、到津、今町、熊谷、日明

空いた時間を
利用して
家計の足しに
しています♪
(28歳女性)



[内容]フリーペーパー「サンデー新聞」をポストへ投函

[時間]毎週水~金曜日の明るい時間帯 [収入]月給約1~2万円以上(配布枚数などにより変わります)

ご応募は

(株)毎日メディアサービスデリバリー事業部北九州

〒800-0251 北九州市小倉南区葛原5-3-3

フリーダイヤル 0120-005-528

携帯電話からもOK

☎093-474-0005 (受付)月~金曜 9:00~17:00

○折り返しの電話は☎093-474-0005からいたします。○エリア担当者がございますので、お気軽にお問い合わせください。

※価格はすべて税込

Sunday Kitakyushu Presents Sweets Festival vol.12

九州+スイーツファン感謝祭

2024.6/1(土)~6/23(日)まで開催!

詳しくはコチラ! [サンデーポータル](#) [検索](#)

1,000円プレゼント

1 紙面or店頭の応募用紙に必要事項を記入

2 気になる参加店に行き投票

3 抽選でお菓子券が当たる!

紙面の応募券だと当選確率アップ!! 応募券は店頭でも配布中



糸島2号店のジェラートもオススメ♡
優しい口溶けのクリームが美味しいロールケーキやクッキーシュー、プリンが人気。何度食べても飽きない糸島店にもぜひ一度。

クーポン切り取り持参で1,000円以上お買い上げの方
焼き菓子1個プレゼント

フランス菓子 果摘
☎093-582-8765 小倉北区大手町12-4 スピナガーデン1F
☎10:00~19:00 6月から休まず営業 回あり



専門店のとろける濃厚バスクチーズケーキ
とろっとなめらかな舌触りが自慢のバスクチーズケーキはプレーン、キャラメル、抹茶、ピスタチオ、プレミアムプレーンの5種。前日までの完全予約制。

クーポン切り取り持参でチーズケーキお買い上げの方
併設「オステリアカロー」内にて コーヒーor紅茶サービス
※土・日・祝日、カフェタイムは利用不可

Cheesecake Rocca(チーズケーキ ロッカ)
☎093-511-1199 営業11:30~14:30/夜17:30~22:00
小倉北区魚町2-2-15 東邦ビル1F(オステリア カロ内) 毎月曜日
※カフェタイム(土・日・祝日)15:00~17:00



こだわりの焼菓子ギフトなら『OTTI』で!
「かわいい!」と思わず見入ってしまう焼菓子はギフトにもぴったり。今年の夏は期間限定のペンギンサブレが入ったギフトがおすすめ。

クーポン切り取り持参で1,080円以上お買い上げの方
ミルクサブレ(牛)1枚プレゼント

sweets shop OTTI オッティ
☎093-953-6184 小倉北区足立3-1-9
☎10:30~18:30 月曜 日曜 休



大ヒット★「ひですけ抹茶まみれ餅」
柔らかな羽二重餅。沖縄県産の塩で上品な甘さを引き出した粒餡が、八女抹茶まみれになって贅沢に☆父の日の贈り物にも◎。

クーポン切り取り持参で1,000円以上お買い上げの方
ひですけ餅2個プレゼント

ひですけ餅本舗 中村屋 本店/徳力店/黒原店
【本店】☎093-931-1855 小倉南区若園1-22-12
【徳力店】☎093-961-2223 【黒原店】☎093-921-5446



『ファボリブリュ』6月のお菓子たち♡
毎年恒例の季節イベント「6月のお菓子」が6/14(金)からスタート。生菓子や焼き菓子、色とりどりのフレーバーがたくさん勢揃い♪

クーポン切り取り持参で1,000円以上お買い上げの方
6月のお菓子 50円引き ※1会計につき1枚利用可

FAVORI PLUS(ファボリブリュ)本店/アミュプラザ小倉店
【本店】☎093-473-0023
小倉南区上管根新町11-22 6/11(火)・18(火)
【アミュプラザ小倉店】☎093-482-4777



【期間限定】「桃スムージー」登場
こだわりの国産果汁を使用。白桃の爽やかな香りと上品な味わいが、これからの季節にぴったりな「桃スムージー」。特典利用でお得♪

クーポン切り取り持参で
桃スムージー 50円引き ※1会計につき1枚利用可

菓匠きくたろう。本店/アミュプラザ小倉店
【本店】☎093-474-6006
小倉南区上管根新町11-11 6/6(火)・11(火)
【アミュプラザ小倉店】☎093-513-2828



デコレーションケーキの予約も簡単便利★
次々と誕生する絶品の新作スイーツやユニークなイベントなどで、ファンを飽かさず地元で愛され続ける人気店。【予約&通販サイトも充実】

クーポン切り取り持参で店内商品1,500円以上お買い上げの方
パティシエ特製 ソフトクリーム1つプレゼント

ケーキハウス こうのとり 沼本店/守恒店
【沼本店】☎093-471-4788 小倉南区沼緑町5-1-50
【守恒店】☎093-967-9914 小倉南区守恒本町2-2-1



もちもちトロツ♡美味「わらび餅アイス」
「おたま」や「福耳」など縁起の良い和菓子が名物。冷んやりモチッと食感で、口の中でトロツと溶ける黒蜜きなこ味のアイス…最高に美味★

クーポン切り取り持参で
10%OFF ※一部商品は除く

おたま本舗 なか川
☎093-471-0081 小倉南区下買1-16-11
☎9:00~18:00 週不定休 回2台



暑い季節に♡こだわりのソフトクリーム
シンプルだからこそこだわり抜いた、新鮮なミルクと厳選された素材で、ミルクの濃厚な風味となめらかな口溶けが楽しめる。美味♡

クーポン切り取り持参で
ソフトクリーム50円引き ※1会計につき1枚利用可

Cream Design(クリームデザイン)ファボリブリュ店内
☎093-473-0023(FAVORI PLUS) 6/11(火)・18(火)
小倉南区上管根新町11-22 ☎10:00~17:30 回40台
※土・日・祝日は19:00(営業時間に変更の場合あり)

| | | |
|---|---|---|
| パティスリーベック 1,000円以上お買い上げの方 焼き菓子 1個プレゼント <small>【2024.6/23(日)まで有効】</small> | フランス菓子マシェリ 1,500円以上お買い上げの方 クグロフor プリン 1個プレゼント <small>【2024.6/22(土)まで有効】</small> | フランス菓子 果摘 1,000円以上お買い上げの方 焼き菓子 1個プレゼント <small>【2024.6/23(日)まで有効】</small> |
| チーズケーキ ロッカ チーズケーキお買い上げの方 併設「オーストラリア」内にて コーヒーor紅茶 サービス <small>※土・日・祭日、カフェタイムは利用不可 【2024.6/21(金)まで有効】</small> | オッティ 1,000円以上お買い上げの方 ミルクサブレ(牛) 1枚プレゼント <small>※その他特典との併用不可 【2024.6/22(土)まで有効】</small> | パティスリークレア 則松店 「王様のメロンボール」 お買い上げの方 通常750円(税込810円) →700円(税込756円) <small>※お一人様につき1個 【2024.6/23(日)まで有効】</small> |
| クラシック・ノン1982 1,500円以上お買い上げの方 焼き菓子 1個プレゼント <small>【2024.6/23(日)まで有効】</small> | お菓子のリーフ 1,000円以上お買い上げの方 卵卵バウム シュシュ 1個プレゼント <small>※8店舗・行橋店で利用可能 【2024.6/23(日)まで有効】</small> | ケーキハウス こうのとり 店内商品1,500円以上お買い上げの方 パティシエ特製 ソフトクリーム 1つプレゼント <small>※各店舗・守備店で利用可能 【2024.6/23(日)まで有効】</small> |

お買い上げの方クーポン提示で
お得な特典をGET!

| | | |
|---|--|--|
| パティスリーヒーロ 1,000円以上お買い上げの方 焼き菓子 1個プレゼント <small>【2024.6/23(日)まで有効】</small> | ひですけ餅本舗 中村屋 1,000円以上お買い上げの方 ひですけ餅 2個プレゼント <small>※本店・徳力店・黒島店で 利用可能 【2024.6/23(日)まで有効】</small> | FAVORI PLUS 1,000円以上お買い上げの方 6月のお菓子 50円引き <small>※本店・アミプラザ小倉店で利用可能 ※1会計につき1枚利用可 ※各種引き併用不可 【2024.6/14(金)~23(日)まで有効】</small> |
| おたま本舗 なか川 クーポン切り取り持参で 10%OFF <small>※一部商品は除く 【2024.6/23(日)まで有効】</small> | 菓匠きくたろう。 クーポン切り取り持参で 桃スムージー 50円引き <small>※本店・アミプラザ小倉店で利用可能 ※1会計につき1枚利用可 ※各種引き併用不可 【2024.6/1(土)~23(日)まで有効】</small> | クリームデザイン クーポン切り取り持参で ソフトクリーム 50円引き <small>※1会計につき1枚利用可 ※各種引き併用不可 【2024.6/1(土)~23(日)まで有効】</small> |

第12回

スイーツ

総勢 **85** 名様に
応募したお店で使える
お菓子券

八幡西区

写真は外観/「季節のフルーツタルト」650円

NEW OPEN★可愛すぎるタルト専門店
 一原目を引く鮮やかなピンクの外観!ショーケースには旬のフルーツなどで飾られた、色とりどりのタルト♡ギフト用の焼き菓子も充実。

おすすめメニュー(併設の夜パフェ専門店「THIS IS ICECREAM」)
ケーキや焼き菓子がのったパフェ10種以上 800円

Tarte à la Tsubame Letters
 ☎093-622-1228 八幡西区萩原2-13-10 ㊟あり
 ㊟11:00~18:00 ㊟水・日曜日、他不定休
 【THIS IS ICECREAM】㊟19:30~23:00(0222:45) ㊟月~木曜日

八幡西区

写真は「莓スペシャルコレクション」

【21時まで営業】美しいケーキが大人気★
 店内には手の込んだ繊細なケーキやタルト、焼き菓子が沢山。種類豊富な「焼きドーナツ」も。21:00閉店なので、お仕事帰りにもぜひ。

クーポン切り取り持参で1,000円以上お買い上げの方
焼き菓子1個プレゼント

パティスリー-BECK(ベック)
 ☎093-616-6600 八幡西区医学生ヶ丘6-1
 ㊟10:00~21:00 ㊟月曜日、その他 ㊟10台

戸畑区

写真は「紅茶風味のアップルパイ」、右は「マシェリチョコくま」

リンゴには火を入れすぎずに食感も残しています

「紅茶風味のアップルパイ」&「チョコくま」
 紅茶の風味豊かなアップルパイは、甘さ控えめで食べ応えも。季節の果物がサンドされた人気の白くま・チョコくまケーキも大人気★

クーポン切り取り持参で1,500円以上お買い上げの方
クグロフorプリン1個プレゼント

フランス菓子マシェリ
 ☎093-287-4927 戸畑区天神2-6-6 ㊟あり
 ㊟11:00~18:30 ㊟日曜日、その他

八幡西区

写真は「王様のメロンボール」750円(税込810円)

【則松店限定】贅沢な完熟メロン♡
 甘い完熟メロンを贅沢にくり抜いた季節限定スイーツ。中にはスポンジ、カスタード、生クリームがたっぷり。あっという間に完売する日も!

クーポン切り取り持参で「王様のメロンボール」お買い上げの方
通常750円(税込810円)→700円(税込756円) ※お一人様につき1個

パティスリークレア 則松店
 ☎093-692-7711 八幡西区則松7-1-16
 ㊟10:00~19:00 ㊟木曜日 ㊟あり

八幡西区

写真は「マカロン」1個245円(7個入り1,885円)、「ロンシャン」1個498円

色鮮やかなフランス菓子が盛りだくさん♡
 淡いパステルカラーの可愛い「マカロン」や、外はパリパリ中は生チョコクリームとしっとりチョコスポンジの看板商品「ロンシャン」が人気!

クーポン切り取り持参で1,000円以上お買い上げの方
焼き菓子1個プレゼント

パティスリーヒーロ
 ☎093-603-0137 ㊟10:00~19:00 ㊟あり(店舗前のB1~B3まで)
 ㊟八幡西区永大丸4-6-30 プラン・ソレイユ1F ㊟火曜日

八幡東区

写真は「エクレア」1個250円

予約必至!大人気エスプリのエクレア
 たっぷりと詰まったカスタードと生クリームと下に敷かれたパイ生地のサクサク、アーモンドブラリネのザクザク食感が楽しめる。

おすすめ商品
生パイ 1ホール1,480円

ケーキギャラリー エスプリ
 ☎093-682-0063 八幡東区西本町2-2-1
 ㊟9:30~18:00 ㊟火曜日 ㊟あり

スイーツファン感謝祭

Sunday Karibandas Presents Sweets Festival vol.12

応募用紙

応募締切
 2024.6/23(日)まで
 【サンデー北九州】

【氏名】 (歳)

【電話番号】

【住所】〒

【応募店舗へのご意見・ご感想】

【応募要項】必要事項を明記の上、対象店舗の応募箱に投函してください。応募者の中から抽選で各店5名様・総勢85名様に、応募した店舗で使えるお菓子券をプレゼント!!
※抽選による抽選の結果、プレゼントをお送りさせていただきます。お当選は発送をもっての通知させていただきます。
 (イベントに関する個人情報について)抽選からのお申し込みは、当社の責任をもって管理いたします。お申し込みした個人情報はプレゼントの発送などの目的のために使用し、第三者へ提供することはありません。

若松区

写真はパフェ(イートイン/テイクアウト)一例。もちろん「夜パフェ」も登場

別世界の雰囲気♡可愛いパフェも大人気★
 扉を開けると、そこには「ノン」の世界が広がり、スイーツはもちろん店内の造形・装飾も訪れた人を楽しませてくれる仕掛けがいっぱい♡

クーポン切り取り持参で1,500円以上お買い上げの方
焼き菓子1個プレゼント

クラシック・ノン1982
 ☎093-751-6151 若松区下原町10-11
 ㊟10:00~19:00 ㊟月曜日 ㊟5台 ㊟11席
 ※カフェ11:00~17:00(0816:30)

八幡東区 行橋市

写真は「生チョコサンド」1個378円

これは必食!世界が認めた上質な味わい
 モンドセレクションを受賞した「生チョコサンド」。ベルギー産のチョコとしっとりとしたスポンジが贅沢な一品。オンラインショップあり。

クーポン切り取り持参で1,000円以上お買い上げの方
卵卵バウムシュシュ1個プレゼント

お菓子のリーフ 八幡本店/行橋店
 【八幡本店】☎093-654-6767 八幡東区昭和3-1-23
 【行橋店】☎0930-55-2200 ㊟行橋市西泉3-19-1

Interview

稲垣吾郎

自分のDNAを受け継ぐ子供を熱望する 元トップバレエダンサー役で出演中

約8年前、国民的アイドルグループとしての活動を終えた稲垣。その後のプロフィールに目を見張る。主演映画「半世界」(2018年製作)が「第31回東京国際映画祭」のコンペティション部門に選出され、観客賞を受賞。また、自身は同作で「第34回高崎映画祭」で最優秀主演男優賞を受賞した。さらに、NHK連続テレビ小説「スカーレット」(19、20年放送)に出演するなど、幅広い分野で軽やかな活躍が続く。目下、吉川英治文学賞・毎日芸術賞をダブル受賞した桐野夏生氏の原作をドラマ化したNHK総合の連続ドラマ「燕は戻ってこない」(火曜22時)に出演中。代理出産を題材にした衝撃作だ。

物語は、お金も夢もない29歳の主人公である大石理紀(石橋静河)が、生殖医療エージェンต์を通して代理出産の仕事を受け、子供がいない元トップバレエダンサーの草桶基(稲垣)と、その妻である悠子(内田有紀)の願望に応える覚悟を決める。だが、さまざまな事情を抱える三者の心の揺れが波乱を招く。

代理出産が可能な国は少なくないが、日本では法の整備は進んでいない。自分のDNAを受け継ぐ子供を熱望する基を演じる稲垣は、原作と台本を読み、「目からうろこ」で感じた。日本は少子化も深刻な問題だし、社会にとっていい作用をするのならばいいのかなと思うんですけど、ビジネスにすると問題も起きる。でもそれで幸せになる人もいるかもしれないからイースともノーとも言えない。きっといろんな方に刺さって考えさせられるドラマになると思います」と印象を話す。

さらに驚いたのは、基が自分の元気な精子をスマートフォンカメラに専用のレンズを付けて観察できるキットを試す第4話(5月21日放送)の場面。「このキットには僕もびっくりしました。僕は基みたいに、自分の遺伝子を残すことに執着はないし、見たいって気にはならないけど、子供が欲しいとなった時は試したいという気持ちになるかもしれない」と、役柄に共感を示す。

自分の精子を喜々と眺める基に、年齢的に不妊治療を諦めた悠子は違和感を抱く。「基は女性が悪感を抱きかねない役柄。無邪気で滑稽な言動が見受けられます。自分のことしか考えていない。嫌だなあ、こいつ」と思いつつも、男性だったなら誰でもそういった(自分勝手に思われるような無神経な)面があるかもって思ったりもします。物語をかき回す面白いキャラクターで座組として必要な役です」と、女性視聴者の視点に理解を示しつつ、役の意義を語る。

自身が基と同じ立場だとしたらどうするのか。「実際のところ当事者になってみないと分からないですよ。相手の気持ちになつてみないと、どんな言葉で傷ついたりかというのには相手が決めることですから。相手と自分があるってことだと思えます。その辺の線引きは難しいですよ」

一方、役と重なるどころとして、かつてNHKエテレの園芸番組「趣味の園芸」に出演していたこともあり、「草桶家のセットにある植物は、僕、よく見ているんですよ。趣味が自分の部屋の物っぽいです。料理なども好みの物が多いです」と、共通点を挙げる。現在、自身も数十鉢の植物を育てているそう。植物を育てる楽しさを、「人間と一緒に育ててあげてくれるし、個性がすごくあつたりします。愛情をかければ応えてくれるし、面白いところがいっぱいあります」と表現する。

毎朝、植物を世話していると心の器も広がるのか、何事にも寛容になったという。「この仕事をしている(と)受け入れないと疲れちゃうこともあります。それがいいことかどうかは分からないですけど、僕は自分のペースを崩さないことが大切。ストレスを抱えないために取りあえず受け入れて流します。すると丸くなり、和して同ぜず。どこか浮世離れした孤高感が面白い役どころを引き寄せているのかもしれない。

花に溢れたカフェでいただく♪和洋折衷メニュー



焼うどんセット

焼うどんセット 1,298円 (税込)

〈ご提供時間〉11:00~14:00

焼うどん、サラダ、スープ、おにぎり、ドリンク(コーヒー・紅茶・健康茶のいずれか)付き。

焼うどんセットをご注文+「サンデーを見た」で
スノーボールプレゼント! (6月29日①まで有効) おひとり様1個

Cafe Ruri カフェリ
tel.093-473-1820
小倉南区基原本町1-1-8 ビッグファミリービル1F
営業9:00~16:00 ランチ11:00~14:00
休日・月・祝日 あり

2024年1月から始まった新NISAをFPが解説!値上げラッシュから資産を守る・お金を増やすための基礎基本!!

家計の見直しを
考えている
**30~60代
の方必見!!**

ホテル一押しの
大人気ボリューム満点
ハンバーグランチ付き!



整理収納アドバイザーがこっそり教える収納術33連発& お金と貯蓄の勉強会!!

売込、勧誘一切なし! 目からウロコの「なるほど!投資信託説明ガイド」を無料プレゼント!

豪華
2本立て!!

整理収納アドバイザーの高橋さんを講師に迎え、生活に役立つ収納術をレクチャー!テレワークなどにより家で過ごす時間が多くなった今、すっきり片付いたお部屋で快適に過ごす方法を学べるチャンス。また、ファイナンシャルプランナーによるお金と貯蓄の勉強会も開催。「新NISA」や「iDeCo」をスッキリ理解できるよう解説!値上げラッシュの今、資産を守る・お金を増やすための基礎基本もお教えします!セミナー後は、美味しいランチもご用意しております。お申込みはお早めに。

整理収納アドバイザーの高橋さん

日時 7/7日 10時~13時

受付/10:00~
セミナー/10:30~13:00 ランチ/13:00~

場所 JR九州ステーションホテル小倉
北九州市小倉北区浅野1丁目1番1号
【駐車場4時間無料】 **小倉駅直結!**

定員 各回15名様限定 **参加費 無料**

講師 **河邊 晴彦さん**
ファイナンシャルプランナーは年間500万円以上のライフプラン相談を受けている「はるFP事務所」所属。全員が業界歴20年目のベテラン。さらに、FP全員が子育て世帯中の子育て世代からシニア世代までの幅広い層のアドバイスが、皆様から大変好評いただいております。

ホテル直結駐車場
4時間無料!

お問い合わせ・お申し込み
【受付】平日10:00~17:00 (土・日・祝日を除く)

TEL.092-408-7187 (株)はるFP事務所 福岡市博多区博多駅前2-10-12 411号室
www.harufp.jp はるFP事務所 検索

セミナー申し込みフォーム



ポスト投函(サンデー新聞の配布)に関するお問い合わせは
デリバリー事業部 ☎093-474-0005 月~金曜日 9:00~17:00

サンデー北九州における個人情報について
サンデー北九州では、読者の皆様から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にのみ使用し、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

プレゼント
応募締切日 6/5(日)

7名様 ソフト舌クリーナー「舌も!」

歯科専門医と共同開発で生まれた舌専用クリーナー「舌も!」(660円)。柔軟性に優れた素材エラストマーの全採用とデザインの迫りにより不快な嘔吐反射を抑制。簡単に使え、舌苔をキレイにシッカリ取り除く。携帯に便利な専用ケース付。

提供 ののじ(株)

応募方法

①ご希望のプレゼント名②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号⑦職業⑧性別⑨下記コーナーReader's VOICE 次回のお題「私の相棒」のEピノードを明記しハガキ、メール、WEBフォームにてご応募ください。

ハガキからのご応募 ※住所は不要です
〒800-0286 サンデープレゼント係

WEB・メールからのご応募

サンデーポータル
present@sunday-ns.co.jp
QRコードからのご応募頂けます

※真正なる抽選の結果、プレゼントをお送りさせていただきます。
※当選は発送をもってかえさせていただきます。ハガキの応募は消印有効。

運動の基本(有酸素運動)

有酸素運動とは

有酸素運動は、継続的に比較的弱い力が筋肉にかかり続け、体内にたくさんの酸素を取り込んで、糖質とともに脂肪をエネルギー源とする運動である。心臓や肺などの呼吸循環器系の能力を高めることや肥満を解消すること、持久力を向上させるなどに効果を示し、健康や体力の維持向上にとっても適している。

有酸素運動によって向上が期待できる持久力には、筋持久力(局所的な筋肉の運動を長時間持続する能力)と全身持久力(全身運動を長く続けられる能力)がある。全身持久力は最大酸素摂取量*1と関係しており、それが多くなると有酸素エネルギーを効率よく使うことができ、乳酸の緩衝能力(酸を中和する能力)や除去能力が高くなることで、乳酸が筋肉中にたまりにくい状態になる。その結果、運動を長く続けられる=持久力が高まることになる。

筋持久力を向上させる運動には、軽い踵の上げ下げろしやスクワット、片足立ちなどがあり、全身持久力を向上させる運動には、ウォーキングやジョギング、サイクリング、水泳などがある。

スクワットの正しいフォーム*2

足を肩幅に開き、つま先とひざの向きをそろえる。踵が浮かないよう注意し、ひざの角度は90度より広めに曲げる。この時背中が丸くならないよう、ひざがつま先より前に出ないように注意する。1回10秒程度で行い、1から5でひざを曲げ、6から10で元に戻る。

ウォーキングの正しいフォーム*2

あごを引き、肩の力を抜いた状態で大きく腕を振る。横揺れや上

下運動を少なくし、リズムカルに歩く。背筋を伸ばす。肘は歩くスピードに合わせて90~120度に曲げる。歩幅を広げ、踵からつける。足全体が着いた後、親指の付け根で蹴り出す。

運動前の注意点

運動を始めるとより多くの酸素や栄養素が必要となり、血液の流れが激しくなる。そのため、ウォーミングアップで徐々に血液の流れを促し、心臓や肺へ無理のない準備が身体への負担を減らす。その他にも体温・筋温の上昇、神経伝達速度の向上、柔軟性・可動域の向上、筋肉の障害の予防、心理的効果が得られる。



*1: 最大酸素摂取量...1分間に体重1kgあたり取り込むことができる酸素の量。
*2: 運動時間・回数・強度はその方の目標によって違う。

自費訪問リハTREE 代表 理学療法士 橋爪 佳代

3学会合同研修会認定士、食育アドバイザー、健康管理士一般指導員、水素健康インストラクター資格(認定講師)、沖縄県や震災後の宮城県で難病・僻地医療の経験あり。2020年5月にTREEを開設。



Numpre ナンプレ

●小さなワク、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。

前回の全解答

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

誕生月占い 6/1▶6/7

| | | | | | |
|---|---|--|---|--|---|
| 1月 活気に満ち溢れ、社会的に動けそう。活動的になる事が開運の鍵となる。(ラッキーカラー)青 ● | 2月 キャリアアップのチャンス!新しい事を取り入れて、進化していこう。(ラッキーカラー)赤 ● | 3月 望んでいたものが手に入りやすい時。ポジティブさが良い影響を及ぼそう。(ラッキーカラー)黄 ● | 4月 運気は安定しているが、何か起きた時の対応が問われそう。キチンと向き合えば成果が期待できる。(ラッキーカラー)紫 ● | 5月 付き合いのあった人脈との再会、新たな出会いが期待できる時。人との交流を深めよう。(ラッキーカラー)白 ○ | 6月 環境の変化が起き、人として成長できそう。冷静な判断と計画性を持とう。(ラッキーカラー)銀 ○ |
| 7月 既存の人脈に加え、新たな人脈を手にしそうな時。親しくなった方々と絆を深めよう。(ラッキーカラー)緑 ● | 8月 心身のバランスを整えれば、新たな出会いが増えそう。相手の本心を見極めよう。(ラッキーカラー)藍 ● | 9月 経験や知識、アイデアを活かし、他者の協力を得ながらチャンスを掴もう!(ラッキーカラー)金 ● | 10月 疲れは厳禁。バランスの良い食事と運動を心掛け、慎重に計画を立てて行動しよう。(ラッキーカラー)ピンク ● | 11月 自分のペースを守り、直感を信じてみて。少しの勇気が人を打つのが良さそう。(ラッキーカラー)黒 ● | 12月 運を切り開くには、守りに入らず、積極的に次の一手を打つのが良さそう。(ラッキーカラー)橙 ● |

READER'S VOICE!

今週のお題 **できればやり直したいこと**

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| 御朱印帳を私のミスで貼り忘れがあり、日付が前後したのが悔しくて仕方ないのでやり直したいです。 小倉北区/46歳女性 | 虫歯にならないよう、若い時から歯を大切にしたらよかったです~!目標80才、20本。今からはムリかな...!! 八幡東区/65歳女性 | 部屋のフローリングの床が気付いた時には傷だらけに!傷対策をしっかりやり直してから生活したい。 小倉北区/53歳女性 | 顔に大きなホクロがあり以前取りましたが、実際取ったらトレードマークが無くなった様で少し後悔です。 八幡西区/56歳男性 | 学生時代、友人と疎遠になってしまったこと。もう少しうまく立ち回れたのではと何度も思います。 八幡西区/34歳男性 |
|--|--|--|--|---|

記事・広告など掲載に関するお問い合わせは 発行 毎日メディアサービス サンデー事業本部 〒800-0251 北九州市小倉南区藤原5-3-3 ☎093-473-2180 FAX093-471-3443 https://sunday-ns.co.jp info@sunday-ns.co.jp

午前中の清掃パート

★中高年者も大歓迎!経験不問です。
勤務地▶①北九州健診ビル(小倉北区室町) ②北九州総合病院(小倉北区東城野町)
時間▶①6:30~10:00(月数回2h増し) ②7:30~12:00
休日▶①日曜、祝日、他 ②日曜、他

◎勤務日数・時間は相談OK
グループ施設で働きやすい!福利厚生充実!
時給▶①1,010円~ ②1,000円~
待遇▶交通費、有給休暇 雇用・労災有
応募▶まずはお電話下さい。勤務地にて面接

北九州病院グループ **進和興産(株)**
北九州市小倉北区室町3-1-2 ☎093-581-9933(担当/ヨシタニ)

あなたと、つながる。

サンデー求人

広告掲載のお問い合わせ ☎093-383-1157

さんきゅ〜

過去の求人をご覧頂けます。

幼稚園のおあずかり担当スタッフ募集 (おかげさまで58周年)

山の手学院幼稚園

山の手学院幼稚園は1966年に創立し、「豊かな経験を通して健康で活発な子どもの育成」を教育目標に掲げ、ヨコミネ式教育法(13年前に導入)を保育の柱に、毎日の体操や英語、水泳、野外活動や絵本の読み聞かせ、紙芝居の導入など、30年も前から取り組んでいます。

《あずかり保育担当スタッフ募集!》

- 時間 15:00~18:00 ※勤務日数はご相談下さい。
- 給与 時給1,300円(試用期間2ヶ月は1,100円)
- 休日 土、日、祝、園の休日

幼稚園免許または保育士資格要

■1966年創立 ■スタッフ数53名 ■小倉南区徳力新町2-3-32(モノレール守恒駅より徒歩10分)
学校法人 徳力学園 山の手学院幼稚園 ☎093-963-3131

あなたと、つながる。

サンデー求人

広告掲載のお問い合わせ ☎093-383-1157

病院内の食器洗浄

★未経験でも安心してご応募下さい。
勤務地▶小倉北区上富野3-19-1 (上富野バス停そばの総合病院)
時間▶18:10~20:40(2.5h)
時給▶955円~
待遇▶交通費支給、制服貸与 応募▶まずはお電話下さい。面接は現地にて。

◎週3日~OK!
◎幅広い年代の方が活躍しています。
◎Wワークにもぴったり!

北九州病院グループ **北進産業株式会社**
本社/北九州市小倉北区西港町125-5 ☎093-583-4114(水・日除く8~17時)

子ども施設の調理スタッフ

勤務地▶戸畑区汐井町【ウェル戸畑内】
内容▶25食程度の調理業務
時間▶6:00~14:00(休45分) ※シフト制 11:00~19:00(休45分)
勤務▶月10~20日程度(希望を考慮の上)
時給▶1,100円~
待遇▶交通費(規定)支給、制服貸与 マイカー通勤可
応募▶電話の上、履歴書持参ください。

★特に資格は不要です!料理の好きな方、大歓迎!

にしてつグループ **Nishitetsu Group (株)スピナ**
本社/北九州市八幡東区平野2-11-1 ☎093-671-2351(村田)

訪問介護スタッフ募集

あなた自身が利用者と共に成長できる現場です
勤務地▶小倉南区南方
内容▶障害者の日常生活のサポート・身体介助 外出や仕事のサポート
時間▶1日の内2~8時間、週1日~OK
時給▶1,730円(日中)
※夜間・休日手当別途
待遇▶交通費規定支給、マイカー通勤可
研修があるので未経験も大丈夫!介護関係の有資格者は大歓迎!

時給 1,730円

応募/まずはメールでお問合せください。(採用担当)d.kitakyushu@gmail.com

(株)Dai-job high
本社/東京都武蔵野市御殿山2-21-14-2F

清掃スタッフ募集

★高齢者活躍中!未経験者も大歓迎です。
勤務地▶小倉北区金田(病院内)
時間▶①7:30~10:30(3h) ②7:00~15:00(休憩80分)
時給▶①980円【月収7万円位】 ②945円【月収15万円位】
休日▶日曜日
待遇▶交通費支給
②各種保険完備
応募▶随時。まずはお気軽にお電話下さい。面接は現地にて行います。

①または②をお選びください。

総合ビルメンテナンス業 **株式会社 西日本美装**
本社/小倉南区若葉2-7-18 ☎093-931-5559(代)

≡ 専門家がズバツと解決! ≡

小さなことも相談してみませんか?本紙面でお答えします

日常で気になることなど

女性のお悩み募集中!

キャリア 人間関係

●職場 ●親類・知人 ●近隣付き合いなど

◎好評掲載中!オンナの指南書

応募方法 ※応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。

採用された方には **QUOカード500円分** プレゼント

①お悩み②家族構成(職業・年齢)③郵便番号④住所⑤氏名⑥電話番号を明記し、メール または WEBからご応募ください。

メール shinansho@sunday-ns.co.jp
WEB sunday-web.net/shinan/

小学校給食調理 パート・準社員 募集!!

【勤務地】・足立小学校・西小倉小学校・南小倉小学校

〔給与〕①パート:時給**950円**〜 ②準社員:月給**168,000円**〜
 内容/学校での給食調理補助業務 休日/土・日・祝・春・夏・冬長期休暇あり
 時間/①9:00〜15:00の間で5.5時間 待遇/雇用保険、交通費支給(片道2km以上)
 ※勤務時間相談に応じます。マイカー通勤可(駐車場無料)
 ②7:45〜16:45 制服・靴貸与、永年勤続表彰あり
 資格/②調理師または栄養士 【②のみ】社保完、長期休みの給与補償あり
お子様の学校行事等のお休み対応いたします。 **30代・40代の子育てスタッフ活躍中!!** **勤務時間相談可!!**

応募/お気軽にお電話ください。詳細をご説明致します。
MEFOS 株式会社メフォス 九州営業所
 久留米市百年公園1-1 久留米リサーチセンタービル7F
0120-44-7586
TEL.0942-37-7250

プロサポート 正社員就職 応援講座
受講生募集!
 初心者大歓迎!
 受講料無料
 ※テキスト代、資格受講料は別途ご負担となります。
ITパスポート&RPA講座
 IT化が進む現在、働くすべての人にITに関する知識が求められます。情報技術に関する知識を学び、IT/サポートを取得し、正社員就職を目指しましょう!
 テキスト代:1,408円(税込) + 受講料:1,760円(税込) = 計**3,168円(税込)**
7.6 [土] - 10.5 [土]
 の週1回・毎週土曜日 全13回
 時間:13:30〜17:30の4時間
 会場:北九州パレス
 (〒803-0535 北九州市小倉北区丹野5丁目1-3)
 10/1(火)〜Excel実務活用&RPA講座開催予定
 講師: 福岡県 令和5年度DX人材育成 認定講師
 株式会社プロサポート 主催:福岡県 令和5年度DX人材育成 認定講師
 事業提携会社 株式会社プロサポート 〒822-0002 豊方市領野三本松970
 正社員講座(担当:インペ) 正社員講座(担当:インペ)
TEL:080-5347-3367 受付時間9:30〜12:00/13:00〜16:00(土日祝除く)

すべて経験者優遇! 栄養士(正社員・パート)・調理員(パート)募集
未経験者も歓迎!

| | |
|--|--|
| 栄養士 (パート) 勤務地 八幡東区【本社】 内容/給食作成(基本朝・昼・夜、夜間ヘルプ等) 時間/8:00〜17:00の間で5.5時間 ※週4〜5日勤務 給与/時給 1,000円〜1,100円 資格/栄養士(現場経験1年以上) 経験者優遇 | 栄養士 (正社員) 勤務地 小倉北区 南丘、門司区 清海 八幡東区 枝光、戸畑区 南島旗町(保育所内) 時間/8:00〜17:00 給与/月給 170,000円 〜 休日/日・祝休み ※週休2日(シフト制) 資格/栄養士 経験者優遇 |
| 調理員 (パート) 勤務地 門司区 羽山【小学校内】 時間/7:30〜16:30 給与/時給 173,000円〜175,000円 ※8月は給与80,000円 休日/土・日・祝休み 資格/業務給食責任者資格を有する方 調理師又は栄養士 経験者優遇 | 代替 調理員 (パート) 勤務地 小倉北区 西港【施設内】 時間/4:30〜9:00(4.5h) 15:00〜19:30(4.5h) ※週に1〜2日 給与/時給 1,000円 〜 資格/調理師 経験者優遇 |
| 調理師 (正社員) 勤務地 門司区 清見【保育所内】 時間/8:00〜17:00 給与/月給 167,000円 〜 資格/調理師 休日/日・祝休み ※週休2日(シフト制) 経験者優遇 | 共通待遇 交通費別途支給(規定有)、調理衣貸与、マイカー通勤可(規定有) [正]社保完備※給与は各種手当含む(試用期間有) [付]労災、雇用保険(週20時間以上) ※試用期間(3ヶ月)後に業務能力により時給加算あり!! |

まずはお気軽にお電話を **新日本給食株式会社 TEL.093-651-5252** (総務・人事まで) 八幡東区藤山1-2-19

調理補助スタッフ(アルバイト・パート)募集
主婦の方やシニア世代も活躍中!
子どもたちが笑顔になるおいしい給食を作ろう!

| | |
|--|---|
| 勤務地 椎ノ木荘 (戸畑区椎ノ木町) 内容/〔アルバイト・パート〕調理補助 給与/時給 950円 〜 時間/7:00〜18:30の間で4h〜 9:00〜13:00(4時間勤務) ※週3〜4日勤務 ※勤務時間・日数応相談 休日/シフト制、土・日・祝休みも可 昇給あり 未経験OK Wワーク かけもち歓迎! | 勤務地 ①今町小学校 (小倉北区今町) ②枝光小学校 (八幡東区枝光) 内容/〔パート〕学校給食の調理補助 給与/時給 950円 〜 経験者優遇!! 時間/8:30〜15:00 (185.5h・週4日勤務) 休日/土・日・祝 (学校カレンダーによる) 昇給あり 未経験OK 配膳スタッフ 勤務地 思永中学校 (小倉北区大門) 同時募集 時間/11:30〜14:30 給与/時給 950円 〜 |
|--|---|

待遇/交通費(当社規定)、制服・靴貸与、有給休暇あり 応募/まずはお気軽にお電話ください。
SHIDAX シダックス大新東ヒューマンサービス株式会社 TEL.092-738-1851
 福岡市中央区大宮2-8-22 天神備成ビル3F 受付時間/9:00〜18:00(土・日・祝除く)

北九州病院グループ 午前中の清掃スタッフ急募 **パート**
〔賞与年2回〕施設内清掃のお仕事! シニア世代も多数活躍中!! 勤務日数・時間は相談に応じます! 未経験OK

| | | |
|---|---|--|
| 勤務地 北九州総合病院 (小倉北区東城野町) 時給1,000円 〜 時間/7:30〜12:00 休日/日曜、ほか | 勤務地 北九州安部山公園病院 (小倉南区湯川) 時給1,000円 〜 時間/7:00〜11:30 休日/日曜、祝日、ほか | 勤務地 北九州湯川病院 (小倉南区湯川) 時給1,000円 〜 時間/①7:00〜11:30 ②7:30〜12:00 休日/日曜、祝日、ほか |
|---|---|--|

待遇/交通費支給(当社規定による)、制服貸与、賞与あり、有給休暇あり、雇用/労災保険完備、車通勤可(駐車場は自己契約)
 応募/電話連絡の上、履歴書(写真付)をご持参ください。※現地に面接します
清掃管理者候補(嘱託職員)も同時募集中です。お問い合わせください。
北九州病院グループ 進和興産(株) ☎093-581-9933 (担当/ヨシタニ) 〒803-0812 北九州市小倉北区室町 3-1-2

HOUSING SUNDAY 東版
 ハウジングセンター ネット版 西版・東版・南版の住まいに関する情報を掲載中!
 お住まいの地区以外の情報や過去の情報もご覧いただけます
ハウジングセンター 検索
 二次元コードからもアクセス!
 お問合せ・お申込み
PLAN エープラン
 ☎093-581-8824 (3F)

新築住宅をVR内覧!!
 新築資料請求・電子資料プレゼントは100%!!
 QUOカード 抽選で5名様に**1,000円分**プレゼント!!
 VR住まいの森 検索
 運営 PLAN エープラン株式会社
 北九州市小倉北区田町10-5 田町ビル1F TEL.093-581-8824

売マ 小倉北区 砂津2
ホワイトキャッスル砂津
 専有面積62.54㎡ 1,200万円
 ●砂津三丁目バス停まで徒歩3分
 ●3LDK ●SRC造14階建4層
 ●1996年6月築
 ●駐車場8,000円/月 ●仲介
 対面キッチンのLDKに続き和室 明るい2面採光

売マ 門司区 下馬寄
サンパーク下馬寄
 2階バルコニー 眺望良好 3面採光
 専有面積63.17㎡ 1,390万円
 ●新小文字駅西口バス停まで徒歩3分
 ●4LDK ●RC造8階建4層
 ●2000年8月築
 ●駐車場8,000円/月 ●仲介
 2019年ガスユニット・エアコン新設 新小文字病院まで徒歩4分

ご見学の際はお気軽にお電話ください。
売マンション マンション富野台・老番館 C棟
 専有面積 91.00㎡ **1,280万円 景観良好**
 ●小倉北区須賀町21-1 ●H4年9月築
 ●SRC造7階建5階 ●大谷池バス停まで徒歩2分
 ●管理費5,808円/月 ●修繕積立金12,400円/月
 ●駐車場有9,000円/月

お支払い例
 ポーナス払い無・頭金0円
月々35,983円
 ●借入金1,280万円 ●実借利率9.75%
 ●地方銀行35年返済 ●R6年6月現在
 ※金利は変動する場合がございます。
 詳しくは担当までお尋ねください。
3LDK R6年4月 リフォーム完成済
森タウン情報センター ☎093(541)1818 優良物件即金買取!!
 福岡県知事免許(7)第12554号 小倉北中環1-6-4(併付) まずはご相談ください。

門司の不動産 高額買取 **査定無料 秘密厳守**
中古戸建・土地・中古マンション
空家 空地 相続物件ご相談承ります
 をお持ちの方 をお持ちの方
不動産プランナー (株)緑屋 tel.093-371-2121 福岡県知事免許(4)第15339号
 門司区北木1-17-10 コーポランド北木1F (メール) midoriya@lp.m.net

ハウジングプラザの 初めての おうち探し 応援イベント!! 6/1(土)・2(日)・15(土)・16(日) 10:00〜17:00

北九州 中古住宅 中古マンションフェア開催

中古戸建て + 中古マンション 約4,100件 大公開
 + 新築・土地情報
 北九州市内の未公開物件含む
2024年6月 最新物件が見られます!

賃貸脱出!! 月4万円からのマイホーム

ネットでも来店予約 スマホ対応!! 混雑が予想されます。ご予約の方優先対応します。
 スムーズな待ち時間 優先対応!!
 ご案内なし!! 予約特典あり!!
が便利!! 平日も予約OK!!

Webで来店予約でハーゲンダッツギフト券プレゼント!
 ハウジングプラザ中古住宅専門店

中古マンション・中古戸建いろいろ見ることができず! 聞くだけ! 見るだけ! OK! ご来店下さい!

小倉北区 中古マンション 427件 **1000~2000万円 中古戸建 232件** **新着中古物件 250件**
 (令和6年5月末時点)

現地ご案内 住所/北九州市小倉北区浅野2丁目8番4-1F
 小倉記念病院 アサノパティオ
 小倉駅(新幹線口) リーガロイヤルホテル小倉
北九州店 KMMビル 西館 1F 立体駐車場 国道199号線から門司方面からお越しください
 コフォートホテル小倉 ベネストリアンデッキ
 小倉駅 門司駅

ご予約はこちらから **WEBから予約**
 電話から予約(9:00~17:00)
0120-849-154

株式会社 **ハウジングプラザ 北九州店**
 住 所:北九州市小倉北区浅野2丁目8番4-1F