



Interview

# 板垣李光人

## (原作を読み)“すごい漫画があったんだな”と、衝撃を受けました

フジ系の連続ドラマ「秘密〜THE TOP SECRET〜」(月曜22時)カンテレ制作)で、中島裕翔(平成JUMP)と共にダブル主演する板垣。犯罪者や被害者など、死亡した人間の脳をMRリスキャナーにかけ、生前の記憶を映像化して捜査を行う科学警察研究所の法医第九研究室、通称「第九」。そこで指揮を執る室長の新剛(板垣)は、誰に対しても冷たい対応をするが、唯一心を許した存在が同期で第九の副室長の鈴木克洋(中島)だった。しかし、ある事件により、鈴木は亡くなる。その後、鈴木がいなくなった第九に新米捜査員としてやって来た青木二行(中島)は鈴木と知りつつ、薪は心を揺さぶられる。そんな二人がバディとなり、事件解決に挑んでいく。

「オファーを頂いて初めて原作を読みましたが、すごい漫画があったんだな」と、衝撃を受けました」と振り返る。「原作の清水玲子先生が描かれる薪のキャラクターは、細身で(ルックスも)奇麗。警視正という立場とのギャップがあります。原作の薪を損ねてはいけないけれど、でも警視正なので、体重を増やすなど体づくりから始めました」と、役作りへのこだわりを明かす。髪色は原作だと明るいですが、ドラマ化するに当たりリアリティーも求め、落ち着いた髪色になったという。「警察の人間がそこまで明るい色にするのか。そもそも薪は頻繁に美容院に行くようなタイプではなさそう。など、(スタッフと)話し合いました。ドラマ化する上でのリアルな部分と、原作をリスベクトして大切にしていく部分、そのバランスを考えました」と、力を込めた。

本作に登場するMR捜査は、現実では不可能な技術であるが、その設定を面白く感じたそう。「原作が持っている読者を引き付ける力を、役者として地に足を着けて演じたい」と熱く語る。また、ミステリーやヒューマンドラマとしての要素もあり、「すごくたくさん要素があって、感情移入もできるし、心を動かされる、すごくすてきな作品です」と、アピールした。

薪を語る上で切り離せないのが、バディとなる鈴木木村の存在。薪は複雑な環境で育つため、さまざまな愛情やコミュニケーションが欠落しているといい、「薪が一番求めていた言葉や、人物像を持っていたのが鈴木木村だった。薪にとって鈴木木村は家族でもないし、恋人でもないし、友人という関係を超越した存在。その鈴木木村を失ってしまうって、想像を絶するものだと思う」と、分析した。

くしくも演じる薪と自身の誕生日が同じだというが、「薪と一緒なのは誕生日だけかも」と笑う。しかし、少し考えた後、「薪はすごく(心の)ガードが堅い。よりの強さは桁違いですが、強度は違えど、僕も常によいを身に着けているかな。そこが共通点かもしれない」と続けた。そして、「見る人によって、感じ方や意見、思い入れのあるキャラクターも違うと思います」と本作を捉え、「だからこそ、丁寧に繊細に演じていきたいです」と意気込んだ。

「オファーを頂いて初めて原作を読みましたが、すごい漫画があったんだな」と、衝撃を受けました」と振り返る。「原作の清水玲子先生が描かれる薪のキャラクターは、細身で(ルックスも)奇麗。警視正という立場とのギャップがあります。原作の薪を損ねてはいけないけれど、でも警視正なので、体重を増やすなど体づくりから始めました」と、役作りへのこだわりを明かす。髪色は原作だと明るいですが、ドラマ化するに当たりリアリティーも求め、落ち着いた髪色になったという。「警察の人間がそこまで明るい色にするのか。そもそも薪は頻繁に美容院に行くようなタイプではなさそう。など、(スタッフと)話し合いました。ドラマ化する上でのリアルな部分と、原作をリスベクトして大切にしていく部分、そのバランスを考えました」と、力を込めた。

本作に登場するMR捜査は、現実では不可能な技術であるが、その設定を面白く感じたそう。「原作が持っている読者を引き付ける力を、役者として地に足を着けて演じたい」と熱く語る。また、ミステリーやヒューマンドラマとしての要素もあり、「すごくたくさん要素があって、感情移入もできるし、心を動かされる、すごくすてきな作品です」と、アピールした。

薪を語る上で切り離せないのが、バディとなる鈴木木村の存在。薪は複雑な環境で育つため、さまざまな愛情やコミュニケーションが欠落しているといい、「薪が一番求めていた言葉や、人物像を持っていたのが鈴木木村だった。薪にとって鈴木木村は家族でもないし、恋人でもないし、友人という関係を超越した存在。その鈴木木村を失ってしまうって、想像を絶するものだと思う」と、分析した。

くしくも演じる薪と自身の誕生日が同じだというが、「薪と一緒なのは誕生日だけかも」と笑う。しかし、少し考えた後、「薪はすごく(心の)ガードが堅い。よりの強さは桁違いですが、強度は違えど、僕も常によいを身に着けているかな。そこが共通点かもしれない」と続けた。そして、「見る人によって、感じ方や意見、思い入れのあるキャラクターも違うと思います」と本作を捉え、「だからこそ、丁寧に繊細に演じていきたいです」と意気込んだ。

【メモ】2002年1月28日生まれ。山梨県出身。12年、俳優デビュー。主な出演は特撮ドラマ「仮面ライダージオウ」、ドラマ「ここは今から倫理です。」「カラフルラブ〜ジェンダーレス男子に愛されています。〜」「青天を衝け」「シジュウカラ」「silent」「どうする家康」、映画「ブルーピリオド」「はたらく細胞」など。

換気扇・レンジフード、油でベトベトしてませんか?キレイに磨らせます!!

## レンジフードクリーニング

16,500円(税込) 換気扇 8,800円~

ホットスペース よりよいクリーン事業部  
〒下関営業所:下関市一の宮吉2丁目11-12-107  
詳細はお問い合わせください  
☎083-257-0033 ネット予約▶

北九州初? 黒毛和牛&牛タン&うなぎが 期間限定3,458円で 食べ放題!!

広告持参で月~金曜日は 黒毛和牛&牛タン&うなぎ食べ放題 3,458円 → 3,058円

炭火焼レストラン マキ場の丘  
八幡西区千代ヶ崎1-15-11 ☎093-695-2882  
月~木 17:00~22:00(LO21:30)  
金~日 17:00~23:00(LO22:30)  
※お支払いは現金のみ ※他のクーポン券との併用不可  
※祝日不可 ※有効期限2025.2/28(金)

COYASH 処分困っている お人形ごさいませんか?

どんな人形でも一度お見せください。市松人形、奈良人形、博多人形、五月人形、雛人形、こけし、リアドロ、デディベア、ビスコールド等、ご査定可能!!

古くて状態が悪い 付属品がない  
箱がない ヒビ割れがある  
焼け跡がある 査定OK!

「サンデー」を見た方 2/15(土)までのお申し込みで **1,000円キャッシュバック**

出張査定(手順) → お電話で申し込み → 日時決定 → 査定員がお伺い → その場で査定 → その場で現金買取

出張料・査定料 無料!  
・腕時計・お酒・カメラ  
・切手・時代家具・骨董品  
・楽器・オーディオ  
なども高額査定中!

まずはお電話! ☎0120-065-768  
フリーダイヤル  
(株)トリアイナ(本社)東京都江東区青海2-7-4 the SOHO 205号  
(福岡営業所)福岡県福岡市博多区横場町7-1 リアンプレミアム呉服町ステーション2F  
古物商許可番号 東京公安委員会許可 第305511104562号

ニチイの介護職員初任者研修/要介護料 40,000円キャッシュバック

小倉教室(小倉北区京町3-7-1)  
本館クラス 2/20(木)~6/19(木)  
日館クラス 2/23(日)~6/15(日)  
月館クラス 3/17(月)~7/7(月)  
館別クラス 3/28(金)~5/27(火)  
小倉第2教室(小倉北区横場町4-6)  
館別クラス 2/14(金)~4/8(火)  
本館クラス 3/27(木)~7/17(木)

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

ニチイ 小倉校 ☎0120-781-241  
(平日 9:00~17:15) 【資料請求番号:CGHX】  
北九州市小倉北区京町3-7-1 ガーデンシティ小倉4F  
上記営業時間外はこちらまで ☎0120-555-212 (8:00~20:00)

# 出張買取

## 走行10万キロ以上 古い年式の車

# 自動車税がくる前に!

すべて買います!



- 平成17年式  
トヨタ カローラ  
(走行距離 174,000km)  
査定額 ¥250,000
- 平成19年式  
トヨタ プリウス  
(走行距離 271,000km)  
査定額 ¥150,000
- 平成18年式  
トヨタ アルファード  
(走行距離 223,000km)  
査定額 ¥120,000

買取例

廃車最低買取保証

- 軽自動車・小型車  
(1300cc未満) ¥30,000~
- 普通車  
(1300cc以上) ¥40,000~

車検切れの車や故障した車でも買取ります!

もちろん廃車手続きは無料です  
他社で下取りが安い車や下取りなしの車でも買取ります!

車を証明する書類をコピーしてお渡しします

## ダイレクトオート

DIRECT AUTO DTグループ株式会社  
license used Cars & Trucks 古物商許可番号 福岡県公安委員会 第902012110026号

# TEL090-8153-5035

ホームページは [www.direct-auto.com](https://www.direct-auto.com)

伊藤

私が買取りにお伺いします! お気軽にお問合せください!

【ヤード】若松区大島居765-8  
[Email] info@dtgroup.jp  
日新火災海上保険(東京海上グループ) 総合代理店(自賠責・自動車・火災・傷害) ●中古車販売・買取 ●自動車登録内容変更手続  
古代行 ●ナビ・ETC販売・取付 ●自動車廃車 ●車検・税金

## ? いよいよ今年から社会人! 考え方が異なる年上の人とはどう関わればいい?

お悩み解決!  
オンナの  
指南書

今年から社会人になりますが、年上の人との関わり方が分かりません。今まで関わったことのある年配の方は、女性の社会的地位を低く見ている人がいました。考え方が自分とは異なる人と接するコツを教えてください。(21歳女性)

### まずは、教育も体験も異なることを受け入れて

人は育った環境や受けてきた教育、体験によって価値観や思考は異なります。1975年の「国際婦人年」をきっかけに、女性の地位向上、男女平等の推進を目指した国際的な潮流が日本にも大きな影響を与え、職場をはじめさまざまな分野で男女平等を求める動きが活発になってきました。約50年前から徐々に変わってきたことを考えれば、今の50~60代と10~20代の受けてきた教育が違うのも想像できるのではないのでしょうか。

年配の方に接する時には、まず相手は違う教育を受けてきた人であり、体験の積み重ねで異なる価値観を獲得していて、少し関わるだけでは、考え方を伝えることは容易ではないことを受け入れましょう。その上で、行動してほしいことがあれば端的に伝えることです。

私たちは自分の価値観や考え方を理解してほしい、共感してほしいと願ってしまいます。もちろん、自分の考えを普段から伝えてい



くことも必要です。しかし、これから社会人となるあなたには、女性の社会的地位を低くみていることを問題視している先輩や同僚と「どうすればさらによくなるのか」ということに注力していくことをおすすめいたします。



女性の悩み解決  
代表取締役 白石裕子  
(株)夢をかえる研究所  
国家資格キャリアコンサルタントとして、しあわせファースト(Well-Being)な組織作り、コミュニティづくり、キャリア支援を行っている。

### 女性のお悩み募集!

採用された方には  
QUOカード500円分プレゼント!



<https://sunday-web.net/shinan/>

## TOTO超節水トイレが破格の5万9800円! 3セット限定特価「新生活応援キャンペーン」



「水回りの三愛 SAN-AI」なら、「TOTO超節水ビューアレストQR」が驚きの5万9800円!(税込6万5780円)での提供。標準工事費や処分費はもちろん、5年間の施工保証も付いた先着3セット限りの「新生活応援キャンペーン」がお得。抜群の節水効果や掃除の手軽さが特長。「使い心地も満点で、見映えにも満足。とても気に入っている」と、購入者の評価も上々の同商品。春からの新生活は、新品のトイレで快適にスタートしてみたい?出張・点検・見積もりは一切無料。その他、水回りに関する事なら修理からリフォームまで何でもお気軽にご相談を。



水回りの三愛 SAN-AI  
☎0120-319-955(24h受付)  
福岡市西区穴生1-6-4 萩原KKGビル3F  
年中無休

## アトピー、じんましん、掌蹠膿疱症 ニキビなど肌トラブルでお悩みの方へ

ストレスや疲労だけでなく、普段何気なく摂っている食べ物や飲み物が肌トラブルの引き金になることが漢方では知られている。漢方の視点から一人一人の体質を見極めることで、強いステロイドを長年使用しても効果がみられないアトピーや掌蹠膿疱症でも改善方法が見つかることは少なくない。

「池田東洋堂薬局」の代表千代丸先生は漢方の専門家向け講演会を製薬会社から依頼を受けるほどの高い技術力と実績が評判で、紹介が後を絶たない。「池田東洋堂薬局」では、漢方に関する豊富な知識はもちろん、柔らかな雰囲気でお悩みを打ち明けやすいと評判。漢方を発展させた新臨床中医学をもとに相談をおこなっているので、今までどこに行ってもよくならなかった方、あきらめる前に、まずはお気軽にお電話を。



ご相談は予約制。前もってお電話を。※初回受付は開店の1時間半前まで



キーレオピネオ、レオピファイネオ  
池田東洋堂薬局  
☎093-561-3562 福小倉北区本町3-13-1  
月10:00~19:00(土曜日~18:00) 日・祝日  
<https://ikedatoyodo.shopinfo.jp> ②あり  
facebook: @ikedatoyodo



随時更新中! WEBサイトでは地域の情報がいっぱい! スマートフォンからサクサク見られる!

<https://sunday-web.net> サンデーポータル 検索



スマホでカンタンお申込♪

初めての方限定!

# 定期預金スマイル便

# 0.7%

3年

1年定期預金 0.6%

お申し込みは、お早めに♪

来店不要で簡単手続き

まずはお気軽にご相談ください

オペレーターが丁寧にご案内いたします。

0120-798-615

WEBのお申込みはこちらから

朝銀西信用組合 メールオーダー専用窓口 (スマイル支店)

募集期間/令和6年10月15日~令和7年3月31日

※申込書送付期限は、令和7年3月14日迄となります。

※メールオーダー店舗 スマイル支店のみのお取り扱いとなります。店頭でのお取扱はございません。

# 新 樹木葬

永久管理料金含む

樹木葬B

樹木葬A 105万円(税込)

樹木葬C 18万円~(税込)

宗旨・宗派を問いません。お骨は10体入ります。

〈先着順となりますので、よい場所はお早めに〉

墓地・墓石の事なら 何でもご相談下さい

# 高須霊苑

お車のない方、送迎いたします。当霊苑は宗教・宗派を問いません。

北九州市若松区青葉台南3-18-3 TEL.093-741-0404

発酵料理研究家・栄養士 山本知美さんの

# 革命 レシピラボ



今回のレシピは…

## はちみつきな粉飴

### 材料(2人分)

- はちみつ……………30g
- きな粉……………30g
- 仕上げ用きな粉……………適量

### つくりかた

- ①はちみつを湯煎かレンジでとろりとするまで温める。
- ②きな粉を入れてヘラで混ぜ、まとめる。
- ③仕上げ用きな粉を敷いたパットに移して広げ、好みの大きさにカットする。
- ④きな粉をまぶす(そのまま食べると柔らかく、冷蔵庫で冷やすと固めになる)。

### ひとことメモ

お正月のお餅に使ったきな粉が残っていませんか? きな粉とはちみつだけでできる素材なおやつです。使用するはちみつやきな粉によって、固さが違います。またまるく丸い固さに調整してください。1歳未満のお子さまには与えないでください。



今回教えてくれたのは… 山本知美さん

福岡でお米パン・発酵料理教室「Lien」を主宰。旬の食材を発酵食でさらに美味しくをモットーにレシピを創作。生米から作るお米パンや発酵食のレッスン、レシピ開発、献立監修、講師、メディア出演などを行う。食品添加物無添加「むなかた揮発グラノーラ」を販売。「第23回福岡デザインアワード」でむなかた揮発グラノーラ(簡・小袋(ミカン))共に銀賞を受賞。

- ①イオンシネマ戸畑……………☎093-871-1123
- ②シネプレックス小倉……………☎0570-783-460
- ③小倉コロナシネマワールド……………☎093-581-5628
- ④T・ジョイ リバーウォーク北九州……………☎093-573-1566
- ⑤ユナイテッド・シネマなかま16……………☎0570-783-430

2/7(金)公開 1 2 3 4 5 はか

## 書く、待つ、届く。すべての時間が、恋だった。 大きな玉ねぎの下で



1985年に爆風スランプが発表しリメイクもされた楽曲「大きな玉ねぎの下で〜はるかなる想い」に着想を得たラブストーリー。夜はバー、昼はカフェになる店で働く文流と美優は、業務連絡を通して親くなる。実は顔見知りだと気づかぬまま交流を深め、武道館で会う約束をする。一方、ラジオでは文通相手との恋が語られていて…。

1/31(金)公開 1 2 3 4 5 はか

遺書、公開。



陽東太郎の同名漫画を、映画化。何者かに送られた生徒・担任の序列リストの1位に記載された女子生徒が自殺。葬儀の翌日、遺書がクラスメイト全員に届けられ…。

2/7(金)公開 1 2 3 4 5 はか

サラリーマン金太郎【魁】編



建設会社のサラリーマンに転身した金太郎が、初めて任された仕事の赴任先で下請け会社と対立し、喧嘩による怪我の療養中に建設に反対する住民の心情に気づく。

2/7(金)公開 1 2 3 4 5 はか

ファーストキス 1ST KISS



15年間連れ添い、長らく倦怠期だった夫を事故で亡くした女性が、タイムラベルの方法を手に入れ、出会う前の若い夫との再会をきっかけに彼の人生を顧みる。

## 北九州市 INFO 第49回 北九州市青少年育成大会

市内の青少年の健全育成について研究・協議し、市民一人ひとりの活動を促すことを目的に毎年開催している北九州市青少年育成大会。当日の司会は尾倉中学校放送部が、アトラクションでは高見中学校放送部が務める。また、ネット上で凶悪事件の「殺人犯」と書き込まれ、誹謗・中傷被害を受け、日本で初めて複数の被疑者一斉摘発となった事件の経験を、タレントの「スマイリーキクチさん」を迎え、ネット犯罪の恐怖やその対策などについての講演を行う。下記QRコードよりお申し込みを。



回2/22(土)13:30~16:00(13:00開場)

回北九州市立響ホール(八幡東区平野1-1-1)

八幡東区役所コミュニティ支援課

☎093-671-3082

<https://www.city.kitakyushu.lg.jp/yahatahigashi/w5200048.html>



## ミーナの行進

1972年、芦屋にある、伯母家族が住む洋館で過ごした少女の物語。言ってしまうとそれだけなのですが、小川先生の丁寧な語り口で描かれたその世界観は、読み手を温かい心地にさせてくれます。カラーの挿絵も素晴らしく、子どもさんへのプレゼントにもおすすめです。

## BOOK



著者/小川洋子  
出版社/中央公論新社  
価格/968円(税込)

喜久屋書店 小倉店

☎093-514-1400

回小倉北区京町3-1-1 セントシティ7F

回10:00~20:00

山河の恵みでつながるかつての暮らしを探して

2025年 3月2日まで開催中

開館時間/9:00~17:00(入館は16:30まで)

休館日/毎週水曜日

観覧料/●大人520(410)円 ●高校・大学生310(250)円  
●小中学生100(80)円 ●未就学児無料  
\*(1)内は割引料金(団体割引20名以上・障がい者割引)

阿武川流域の暮らし

萩博物館 山口県萩市大字堀内355 TEL:0838-25-6447

駐車場 有料 <https://hagimuseum.jp/>

夜は居酒屋メニューも充実しています。

夜のぎょうらん亭

2月・3月 限定 半額!

前日までの予約で串揚げ10本セットが (お一人様1回限り)

■本部直轄 ぎょうらん亭 鷹の巣店 ・営業/11:00~15:00, 17:00~21:00  
※不定休  
※スープがなくなり次第close  
☎093-883-8891 ・駐車場/有5台、近隣5台

カリモク家具 New Life Coordinate Fair

カリモク家具 ニューライフコーディネートフェア

「家族」ときどき「ひとり」  
家族を近くに感じながらも、自分だけの時間や場所を大切にすることで、心に余裕が生まれます。

同時開催 わんにゃんインテリアキャンペーン  
ペットへの思いやりと機能性を備えたインテリアで「うちの子」も快適に。おすすめの家具をご紹介します。

リビングダイニングのひと時に、自分だけのスペースを。空間のつながりを持ちつつ、自分だけの時間も楽しむ。

カリモクショールームパートナー会 (五十音順)  
お問合せ、ご相談は右記のカリモクショールームパートナー会までお気軽に

2025年 2月1日(土)~9日(日)  
●2月5日(水)・6日(木)は、休館日です。

カリモク家具北九州ショールーム  
〒800-0241 北九州小倉南区長野本町2-1-8  
TEL.093-473-9157  
営業時間/平 日 午前10時~午後5時 ナビ検索は住所で  
土・日・祝日 午前10時~午後6時  
休館日/水・木曜日(祝日は開館) 展示坪数/295坪 駐車台数/43台

ご来館予約ならびにお問い合わせは、下記のお電話番号よりお願いいたします。  
TEL 093-473-9157  
ご予約時、または受付で「サンデーを見た」とお伝えください。

主 カリモクショールームパートナー会 (五十音順)  
お問合せ、ご相談は右記のカリモクショールームパートナー会までお気軽に

エーアイディー TEL.093-482-3261  
小笠原インテリア TEL.093-475-8606  
日南住家具店 TEL.093-245-0032  
藤井家具 TEL.093-321-4652  
丸越家具 TEL.093-202-1313

# Town guide

※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。

## 極めると平家になる

**家事が楽になる平家!!**

**【特別】**  
小さな家造り説明会開催!

2/1(土) 2(日)  
8(土) 9(日)

受付時間 10:00~18:00

室内干し出来る場所とファミリークローゼットのある間取り

住宅本体価格(税込) 1,580万円  
79,000円(23,59円)

国内最高レベルの新熱性樹脂サッシ&Low-E複層ガラス  
便利&安心なポケットキーの玄関ドア  
地震・台風にも強い防災平板瓦 省令準耐火も!  
断熱性能等級5以上 一次エネルギー消費量等級6  
納物クロス、追加料一切いたしません!!

建てた後の毎月の出費も考えていますか?賃貸住宅にお住まいなら、今の1.5倍位の広さになれば充分な生活が出来るはず。それをいきなり大きな家にするから、多額の住宅ローンの支払いに追いかけられるのです。今まで通り、休みの日には外食したいですね。趣味にお金を充てたい方もいらっしゃると思います。家造りは家族がノビノビとくつろげる場所を作ることが目的だったはず。だから私共は、小さな家「平家」で「無理のない家造り」をすすめています。無駄なスペースを省き、広げた我が家を平家工房なら実現できます。また、少しでも平家に興味のある方、私共の話を聞きにきませんか。あなたの夢を、実現できるヒントが見つかります。 平家研究家 松尾 綾

平家工房グループ 平屋専門の工務店  
平屋だけで550棟以上の実績

**平家工房(株) NEXT松尾**

説明会は下記の事務所で行います

〒807-1312 福岡県東区手取町大字中山2354-2

でも説明会には...とお思いの方は「サンデーを見た」とお電話、またはHPから資料請求を

**0949-43-5052** (9:00~19:00) 資料送ります

### 01 平尾台「野焼き」

平尾台に春を呼ぶ野焼きは、景観維持や行楽客の安全確保、林野火災の防止などを目的に実施。当日は「ソラランド平尾台(平尾台自然の郷)」から見学可能。交通規制がある他、風向きによって遠方まで灰が降るおそれがあるので、洗濯物にはご注意ください。

2/22(土) おおむね10:30~17:00 平尾台周辺(小倉南区大字新道寺 他)  
※交通規制あり ※悪天候の場合は他に予備日を設け実施  
(予備日:2/23(日・祝)・3/1(土)・9(日))  
※見学についてのお問い合わせ ソラランド平尾台 ☎093-452-2715

小倉南区役所コミュニティ支援課 ☎093-951-1037

### 02 春節祭 in 門司港レトロ

アジアや世界各地の春節(=旧正月)をイメージした「春節祭」を、門司港レトロで開催。世界各国の美味しいグルメや雑貨、民芸品などが並ぶ。伝統的な料理と文化が一堂に集まるこの機会に、食を通じた文化交流を楽しんでみては?

2/1(土)・2(日) 10:00~16:00 [雨天決行/荒天中止]  
門司港レトロ中央広場 入場無料

M.A.C(門司港アンティークカンパニー) granmamajiko@gmail.com

### 03 ヨーロッパ映画 名作選資料展

ヨーロッパ各国の映画作品から、一度は耳にしたことがある名作を、所蔵資料から選んで紹介する企画展。昨年亡くなったフランスの俳優アラン・ドロンを偲ぶ特設コーナーも設置。多様な映画資料を通じて、ヨーロッパ映画の魅力を堪能できる。

2/22(土) 10:00~18:00 (最終入場17:30)  
スペースLABO 1F 企画展示室 入場無料

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

### 05 長崎街道ひなまつり 木屋瀬宿~立場茶屋銀杏屋

長崎街道木屋瀬宿記念館をはじめ、木屋瀬周辺の4施設で雛飾りやさげもんを展示。ひなまつり特有のきらびやかな雰囲気と、江戸時代の宿場町の風情を感じながらゆったりと楽しんでみては。

〈長崎街道木屋瀬宿記念館、旧高崎家住宅(伊馬春部生家)〉2/15(土)~3/23(日) 〈江戸あかりの民藝館〉2/22(土)~3/9(日)の土・日・祝日のみ  
〈立場茶屋銀杏屋〉2/9(日)~3/9(日)  
※各施設の開催期間・時間・入場料などは下記HPまたはお問い合わせ。

北九州市立長崎街道木屋瀬宿記念館 ☎093-619-1149 門司区西区木屋瀬3-16-26

### 04 星の風景2025 日本星景写真協会巡回展

夜景と天体を同じフレームにおさめて表現する「星景写真」の巡回展。幻想的な全52作品の展示を2/16(日)まで入場無料で開催。

2/1(土)~16(日) 10:00~18:00 (最終入場17:30)  
スペースLABO 1F 企画展示室 入場無料

スペースLABO(北九州市科学館) ☎093-671-4566 門司区東区東田4-1-1

### 06 中間市民図書館 名画シアター「モリのいる場所」

今回の上映作品は「モリのいる場所」。昭和49年の東京。30年間自宅の庭を探索し、草花や生き物を観察し続ける画家モリ(94歳)と妻秀子(76歳)。穏やかな生活の中マンション建設の危機が忍び寄り...

2/23(日) 14:00~(上映時間99分)  
中間市民図書館 多目的室 観覧無料  
図書館カウンターまたは下記電話にて受付中、定員は20名(先着)。

中間市民図書館 ☎093-245-4664 門司区蓮花寺3-1-2

紅城神 北九州市のシンボル 雨のたこ公園 笑わせるはずが、ビックリさせた、ピクミン風キャラ弁!!

わたしの自慢 読者さんの心に残った一枚

## 「Sunday見た」で必ず適用

# 正夢 February BRIDAL FAIR

お見積り総額から

## 最大 160万円 OFF

※上記の割引金額はゲスト数80名様の場合です  
※上記以外の人数の場合は、ゲスト数増減比率に応じた割引があります  
※その他の特典との併用はできない場合があります

2月注目のBridal Fair	1 9 15 23 24
黒毛和牛&オマール海老 無料試食付 結婚フェア	1 9 15 23 24
当館人気No.1 体験型BIGフェア 無料試食付	2 8 11 16 22
平日一番人気フェア♪ 5人特典★無料試食付 来館特典付き	平日は毎日開催 ※定休日無し

ニュータガワのウェディング

ART HOTEL KOKURA 福岡県北九州市小倉北区古船場町3-46 JR小倉駅から徒歩10分

〈ブライダルフェアのご予約・お問合せ・ご相談〉  
**093-521-7515**

当特典やフェアに関する詳細はホームページよりご確認ください

プレゼント  
2/5 応募締切日

5名様 角質こそぎ粉雪さん

かかとの乾燥が特に気になるこの季節。「角質こそぎ粉雪さん」は肌を傷つけることなく不要な角質を粉状にこそぎ取る! 両面使用で部位に合わせてケアができ、使用後は簡単に掃除ができて衛生的。「力を入れなくても粉になった」と喜びの声がたくさん!

ののじ 公式ショップ

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「オスメの気分転換」のエピソ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コードからもご応募頂けます

※厳正な審査の結果、プレゼントをお送りさせていただきます。  
※当選は発表をもってさせていただきます。※ハガキの応募は消印有効。

### むくみ

脚がむくみやすい人は、血の循環がよくないことやふくらはぎの筋肉が弱いことが多い。一日の中で立ち仕事やデスクワークなどの同じ姿勢が長時間続くと、筋肉の動きが少ないために足の血流が低下する。また、ふくらはぎ(第2の心臓ともいわれる箇所)は血液が重力に逆らって足元から心臓、そして頭の方に、下から上へ上る箇所でもあるため、血流に勢いがなく、ふくらはぎの筋肉が弱いと、ポンプのように血液を上へ押し上げることができず、血が停滞する。その結果、老廃物や水分などが排泄されることなく、ふくらはぎに溜まる。その他に塩分やアルコールのとり過ぎ、睡眠不足やストレスといった原因も考えられる。ただし、むくみが慢性的なものになっている(2~3か月以上続く)場合は、心臓や腎臓、肝臓などの疾患も考えられるため、医師に相談することをお勧めする。

ふくらはぎの筋肉が不足すると、冷えやむくみを引き起こす原因になる。筋肉によるポンプ作用がしっかりと機能しないために、血液が毛細血管まで行き渡らず手足が冷え、血液が下半身に停滞して脚がむくむ。ふくらはぎにしっかり筋肉をつけると、血液を心臓に送るポンプ作用が円滑に働き、血液の循環が促進される。

弾性ストッキングは昼間に履くのがおススメ(サイズや圧迫感が大事)!!しかし、履くことで逆効果になる人もいるため、要注意!!感染症や痛みのある潰瘍・外傷がある場合は、症状悪化を招くこともあるため、専門家に相談を!!また、重症の深部静脈血栓症や心臓病、動脈閉塞があるときも履くのはNG!!

### できることから始めてみよう!! Healthy Life



#### 積極的にふくらはぎを使おう

- ・座位・立位でかかとを上げ下げする
- ・良姿勢でのウォーキング
- ・階段昇降
- ・アキレス腱を伸ばすストレッチ など

就寝前・起床前に布団の中で足の底・背屈もおススメ!!

あお向けに寝ながら行っても効果あり。脚が心臓と同じ高さになるため、重力の影響を受けずに血液が自然に心臓に戻る。

自費訪問リハTREE 代表 理学療法士 竹山 佳代

3学会合同呼吸療法認定士、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・難治性疾患の経験あり、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

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

誕生月占い 2/1▶2/7

<b>1月</b> 新たな物事を始めよう。長期的な計画が吉となるはず。小さな変化も大切に。(ラッキーカラー) 橙 ●	<b>2月</b> 周囲との調和がテーマ。丁寧な言葉遣いを心がけると運気アップの予感。(ラッキーカラー) 銀 ○	<b>3月</b> チャンス到来の兆しあり! 迷ったら一歩踏み出す勇気を持とう。(ラッキーカラー) ピンク ●	<b>4月</b> 責任感が試される時。無理せず、心身のケアを忘れずにしよう。(ラッキーカラー) 赤 ●	<b>5月</b> 感情が豊かになりやすい傾向。感謝の気持ちを大切にすると運気上昇。(ラッキーカラー) 藍 ●	<b>6月</b> 家族や親しい人と絆が深まりそう。努力も実りやすいので安定した行動を取ろう。(ラッキーカラー) 青 ●
<b>7月</b> 自己表現がキーワード。自信を持って行動する事で、周囲からの評価が高まりそう。(ラッキーカラー) 黄 ●	<b>8月</b> 柔軟性が運気を引き寄せるはず! 流れに身を任せる事も運気アップ。(ラッキーカラー) 黒 ●	<b>9月</b> 魂の成長が促される時。読書や勉強などで自分を高めると良い方へ向かう。(ラッキーカラー) 金 ●	<b>10月</b> 社交運が活発に! 積極的に外出し、人との交流を楽しむとチャンスが掴めるはず。(ラッキーカラー) 白 ○	<b>11月</b> 変化の波が訪れる予感。変化を恐れず前向きな姿勢でいると、良い成果を得られそう。(ラッキーカラー) 紫 ●	<b>12月</b> 新たな準備をするためにリフレッシュが大事! 心身のケアも大切にしよう。(ラッキーカラー) 緑 ●

READER'S VOICE! 今週のお題 **我が家の「あるある」**

長期保存するために購入した冷凍食品ですが、買い込みすぎて、冷凍庫におさまらず、その日のうちに食卓に並んでしまいます。 門司区/26歳女性

我が家では母の作るカレーの次の日は焼きカレーになります! ちなみにカツも次の日はカツ丼になります。毎回次の日も楽しみです。 門司区/29歳女性

娘が私に何か質問してきた後に、すぐ夫のところに連れて行って同じ質問をしている。セカンドオピニオンを欠かさない娘です。 小倉北区/49歳女性

商業施設でぶらぶらしていると、携帯販売のアンケートを断れず、つい景品をもらってしまいます。帰る時は手一杯です(笑)。 小倉南区/26歳男性

子ども3人みんなが誰かのお菓子をこっそり食べていて犯人探しが始まる。最終的にママが次の日に菓子を買ってきて解決します。 小倉南区/27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

あなたと、つながる。 **サンデー求人** 過去の求人をご覧頂けます。

広告掲載のお問い合わせ・お申込みは ☎093-383-1157

<b>新規事業所 オープン!! 栄養士・調理員大募集</b> 30~40代のママさん社員が多い職場です! お子さんの急な発熱など対応します。 勤務地▶①黒崎保育所(八幡西区南八千代町) ②深町どんぐりのもり保育所(若松区深町) ③堂山保育所(八幡東区松光) 時間▶【栄養士】8:00~16:30 ※正社員登用可 ※③は調理員(7)8:30~15:00もOK ・時給/992円~1,050円 時給▶1,050円~1,300円※経験者優遇 休日▶日・祝・他週1日(完全週休2日制) 待遇▶各種保険完備(勤務時間による) 交通費支給、昇給有、車通勤可(P有) ◎週2~4日勤務OK!	<b>小学校給食調理員大募集</b> 30~40代のママさん社員が多い職場です! 勤務地▶(八幡東区)血倉・ひびきが丘 (小倉南区)北方 (八幡西区)星ヶ丘・楠橋 黒崎・引野 内容▶食材の下処理、切込み、調理、配膳、洗浄など 時間▶8:00~16:30(16:00)又は8:30~15:00 ◎詳細はお問い合わせください。 時給▶992円~1,100円※経験者優遇 休日▶土・日・祝、他 春・夏・冬季休暇あり 待遇▶各種保険完備(勤務時間による) 交通費支給、昇給有、車通勤可(P有) ◎週2~4日勤務OK!	<b>施設給食調理員大募集</b> 30~40代のママさん社員が多い職場です! お子さんの急な発熱など対応します。 勤務地▶障害者支援施設ひよりの丘 (八幡西区石坂2-5-21) 時間▶①5:30~14:30 ②10:30~19:30 時給▶992円~1,100円※経験者優遇 休日▶4週8休 待遇▶各種保険完備(勤務時間による) 交通費支給、昇給有、車通勤可(P有) ◎週3日~OK!	<b>お漬物の販売社員</b> 《勤務地》小倉店・宗像店 職種▶漬物の販売・店舗管理(2店連合管理) 時間▶8:30~20:00の内8時間 休日▶シフト制(年間105日) 給与▶月給20万~25万円+諸手当 待遇▶交通費全額支給(マイカー通勤可) 各種保険完備、制服貸与 従業員割引制度あり ※面接は本社にて行います。 時間・勤務日数の相談可	<b>八幡東区東田の食器洗浄</b> ★未経験でも安心してご応募ください。 勤務地▶八幡東区東田1丁目4-3 (移転新築したきれいな病院です) ●JR八幡駅より徒歩5分 ●西鉄バス八幡駅より徒歩5分 時間▶8:20~15:00(実働5.5H) ☆週3日~勤務OK! 時給▶992円 待遇▶交通費支給、マイカー通勤可、有給 ベースアップ手当有 制服貸与 応募▶まずはお電話下さい。 ※面接は現地にて。 調理や接客はありません!
<b>株式会社 のぼる</b> 本社/北九州市八幡西区金剛1-15-10 ☎093-618-3575(担当/松見)	<b>株式会社 のぼる</b> 本社/北九州市八幡西区金剛1-15-10 ☎093-618-3575(担当/松見)	<b>株式会社 のぼる</b> 本社/北九州市八幡西区金剛1-15-10 ☎093-618-3575(担当/松見)	<b>お漬物株式会社 (漬匠よこ尾)</b> 本社/北九州市八幡西区青山2-10-41 ☎093-631-0450(担当/横尾)	<b>北九州病院グループ 北進産業株式会社</b> 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)

<b>学研教室の 学研の先生はじめませんか?</b> <b>教室長・採点アシスタント募集中!</b> サポートも万全なので安心して始められます! 内容▶幼児・小学生・(中学生)を対象とした算数・国語の基本学習指導です。(英語コースをプラスすることもできます) *20~50代 専業主婦中!! 場所▶ご自宅・ご実家・親戚宅の空き部屋、集会所(マンション内も可)、貸し会場等、様々な場所で始められます。 収入▶生徒数により異なりますが、月額5万~20万円以上可能です。 オープン 支援制度 実施中! ご契約いただいた方 11万円相当支援! 会場費 支援あり	<b>要予約 「説明会」開催</b> 2月の日程 オンラインでも対応しています 13(木)・14(金)・18(火) 21(金)・25(火)・27(木) 時間 10:00~16:00 場所 学研教室北九州事務局 または近隣のカフェなど(オンラインも可) ※上記日程のご都合が合わない場合は個別にて対応いたします。	<b>寮の管理人(夫婦)募集!</b> 学生さんのお世話がお仕事です。住込みなので家賃・光熱費は不要です!! 4月から勤務(3月に引き継ぎをします) 勤務地▶大学の学生寮 (八幡西区浅川台、折尾駅近く) 内容▶寮生・設備・消耗品の管理、巡回 外来者・宅配物の対応、共用部の清掃 大学(会社)への報告・相談など 月給▶ご夫婦合わせて40万円(1名20万円) 待遇▶社会保険完備 調理業務はありません お気軽にお電話下さい。お問合せだけでもOKです。	<b>用務員・清掃スタッフ募集</b> 【勤務地】学校(八幡西区自由ヶ丘、折尾駅近く) 職種▶A用務員:校舎の管理、早刈等の管理業務 時間▶6:30~12:30、13:30~21:30 勤務/シフト制 月15日位 B施設管理人:出入りする人や車の監視、生徒の登下校の見守り 時間▶6:30~12:30、13:00~19:00 勤務/月~金、第1・3・5土曜 月22日位 ※A/B共に(実働5.25H)早番、遅番の交代勤務 時給▶992円 待遇▶交通費支給(車通勤可) 応募▶まずはお電話下さい。履歴書持参※現地まで面接
<b>学研教室 北九州事務局</b> 詳細情報、お申込みはこちらから(お電話でも可) 小倉北区米町2-2-11F(折尾駅近く) ☎093-522-6098 月~金 9:00~17:00(祝日除く) ©学研教室	<b>西部ビル管理株式会社</b> 本社/北九州市戸畑区幸町1-19 ☎093-881-5746	<b>西部ビル管理株式会社</b> 本社/北九州市戸畑区幸町1-19 ☎093-881-5746	

広告有効期間/R7年3月末日

### 清掃スタッフ募集 未経験の方歓迎!!

#### 正社員

【勤務地】本社に本社後、各現場へ移動します。  
 内容/清掃管理業務  
 時間/8:30~17:30  
 月給/20万円~25万円  
 資格/要普通自動車免許



#### パート

【勤務地】八幡西区筒井町  
 内容/病院内の清掃業務  
 時間/7:00~11:00(実働4h) ※土・日勤務あり  
 時給/1,050円~(試用期間中、同条件)  
 休日/シフト制

共通 待遇/交通費実費支給、制服貸与、車通勤可、試用期間あり(3ヶ月)  
 応募/まずは、お気軽にお電話ください。

CLIE クリエ株式会社 TEL 093-482-6833 北九州市八幡西区則松565-1  
 (電話受付/月~金8:30~17:30) 担当:長尾、岩永

### 清掃パートスタッフ募集 (勤務地) 若松区向洋町

内容/建築現場事務所の清掃業務  
 時間/①7:00~12:00の間の3時間程度  
 ②(月・金)8:00~11:30(水)8:00~12:45  
 勤務/①週2~4回  
 時給/①1,500円+交通費②1,200円(交通費込)  
 待遇/車通勤可、制服貸与

①のみ8月迄の短期間勤務です

未経験者シニアの方活躍中!



【応募】電話連絡後、履歴書(写真添付)をご持参ください。

総合ビルメンテナンス (株)富士メンテサービス TEL 093-561-4825  
 北九州市小倉北区青葉1丁目1-1

### 清掃パートスタッフ募集 (勤務地) 若松区響町

内容/一般的な清掃業務  
 時間/①8:00~15:00(休憩1h、6h勤務)  
 ②8:00~11:00(3h勤務) 未経験者・女性  
 時給/1,200円(交通費込み) シニアの方活躍中!  
 勤務/月・水・金(祝日の場合振替あり、週3日)  
 待遇/有給休暇・寸志あり、制服貸与、車通勤可



その他勤務地あり。お問合せください。

応募/電話連絡後、履歴書(写真添付)をご持参ください。勤務地にて面接を致します。

総合ビルメンテナンス (株)富士メンテサービス TEL 093-561-4825  
 北九州市小倉北区青葉1丁目1-1

### パート 清掃スタッフ 急募 50代・60代の女性スタッフ活躍中!!

【勤務地】遠賀郡岡垣町の病院  
 院内の共用部(玄関・ホール・廊下・階段・トイレ等)及び専用部(病棟関係各室・その他諸室)の日常清掃  
 給与 時給1,000円  
 時間/7:00開始、ローテーション制  
 ※実働4.5h~6.0h/日(応相談)  
 ※休憩0~60分  
 休日/日・祝、他ローテーションによる  
 待遇/マイカー通勤可(駐車場あり)、交通費支給(規定あり)  
 応募/まずは、お気軽にお電話ください。

特別手当支給(年2回)

直行直帰OK!!

健康診断あり



ホームページはこちら

株式会社レインズ TEL 093-642-5161 (採用担当) 北九州市八幡西区茶光町1番4号  
 TEL 093-632-7711 (直通) どちらの電話番号もつながります。

## 九州電力からオール電化に関するご案内 IH 料理体験講座 日本食研さまコラボ企画!!

参加無料

### 焼肉のたれで中華~?! たれを使って時短料理を作りましょう!

2月 February 26日 水 10:00~12:00

### チャイニーズランチ

★ 麻婆豆腐 ★ スープ  
 ★ 春巻き ★ 杏仁豆腐

定員 8名  
 応募締切 2月18日(火)まで

3月 March 29日 土 10:00~12:00

### 春休み親子イベント

★ 麻婆豆腐丼 ★ もちもちクレープ  
 ★ スープ

定員 6家族(1家族:大人1名、子ども1名)  
 応募締切 3月21日(金)まで

持物 エプロン、筆記用具

注意事項

- 各種講座の参加者については、新規参加の方やガスコンロをお使いの方を優先させていただきます。
- 参加決定者のお電話にて5日前迄にご連絡いたします。
- ※ご連絡のつきやすいお電話番号をお知らせください。
- 今回の申し込みおよび参加時に入力、記入、聞取りさせていただいた個人情報については、九州電力にて取得し、試算案内・オール電化に関するご案内に利用する場合があります。なお、ご案内を希望しない場合は、右記の問い合わせ先へご連絡ください。

申込み・お問合せ  
 TEL 090-3730-7227 (申込専用)  
 メール:Yahata-Ihtaiken@qnext.kyuden.co.jp  
 (九州電力業務委託会社)  
 九電ネクスト(株) 八幡営業所 受付時間(平日) 9:00~17:00  
 北九州市八幡東区西本町1丁目19-1



## ハウジングプラザの中古住宅専門店 はじめてのおうち探し 応援イベント!! 2/1(土)・2(日) 10:00~17:00

# 北九州 中古住宅 中古マンションフェア開催

リノベーション時の最新設備機器をご覧いただけます!

ネットスマホ対応!! 来場予約  
 完全予約制のため、必ずご予約をお願い致します。

スムーズなご案内 待ち時間なし!! 優先対応!! 来場特典あり!!

中古戸建て + 中古マンション + 新築・土地情報

## 約4,400件 大公開

北九州市内の未公開物件含む

賃貸脱出!! 月4万円からのマイホーム

2025年2月最新物件が見られます!

超簡単!! LINEで無料相談! 住宅ローン相談

中古マンション 中古戸建て いろいろ見ることができます!

聞いただけ! 見るだけ! OK!! ご来場下さい!

小倉北区 中古マンション 490件

1000~2000万円 中古戸建 241件

新着中古物件 223件

現地ご案内 住所/北九州市小倉北区中島2-1-1F

大手町 緑和会 病院 八幡 小倉駅 JR小倉駅 三軒野

TOTO 本社ビル TOTOミュージアム

駐車場(無料)お車で来てほしいようぶです!