

Life information SUNDAY

2025
3.8

vol. 1509

https://sunday-ns.co.jp



発行部数 350,000部

サンデー北九州 西版

配布エリア▶ 八幡西区・八幡東区・若松区・中間市・水巻町・遠賀町・岡垣町

ご見学の際はお気軽にお電話ください。

売戸建 遠賀郡芦屋町大字芦屋

値下りお買い得! 680万円 5DK 敷地 60坪超!!

※日経指数 882万円(96年11月17日公開)
※新築価格 77年11月17日公開

土地202.08㎡ 建物83.80㎡

- 車庫付(2台)バス下/仕立まで徒歩3分
- 1977年3月築 ●木造2階建
- 北4.0m公道 幅員9.5m
- 南4.0m公道 幅員9.5m

2024年6月外壁・屋根 リフォーム済!!

★芦屋ポート駐車場隣接

※広告有効期限 27年4月末日

※タウン情報センター ☎093(541)1818 優良物件即お買取り! まずはご相談ください。

福岡県知事免許(7)第12554号 (小倉北区中津川1-6-4(PP-7))



卒業・入学・春のギフトに大人気
春限定 待望の桜スイーツが登場

八幡西区則松にクレアカフェ、星ヶ丘にシヨップ&カフェがOPENした注目の「パティスリークレア」。毎年大人気の桜スイーツが今年も登場。ほんのり塩味の効いた桜を飾った「桜パウンドケーキ」をはじめ、桜の花の型が可愛い「桜もなサブレ」、しっとり食感の「桜フィナンシェ」、和と洋が融合した「抹茶と桜餡のフィナンシェ」など多数。さらに「桜のロールケーキ」も新登場。桜の風味が口の中で満開! 星ヶ丘店でも販売中。

パティスリークレア 則松店

☎093-692-7711

西八幡西区則松7-1-16
10:00~19:00 休木曜日 〇あり

- 写真は桜スイーツ各種。「桜クッキー」129円、「桜もなサブレ」162円
- 「桜フィナンシェ」「抹茶と桜餡」「桜のパウンドケーキ」各270円
- 「桜パウンドケーキ」(1本)1,620円
- 「桜のロールケーキ」(1本)1,296円(カット)378円
- 星ヶ丘店 八幡西区星ヶ丘6-1-11 10:00~18:00 休日曜日



「もっと自分を輝かせたい!」そんな想いにこたえる講座がきっと見つかる!!

カルチャーセンター黒崎駅前校

〒806-0021 北九州市八幡西区黒崎 3-15-3 コムシティ2F
https://www.mcv.jp/

☎093-621-0077

春キャンペーン 5月9日(金)まで

入会金 半額! 3,300円 → 1,650円
体験料 半額! 1,320円 → 660円













まずは、見学・体験しませんか?

料金・駐車場
●入会金: 3,300円 ●維持費: 1講座 880円/月
●登録手数料: 2,200円 (3年更新) ※材料費・教材費・教室使用料等が必要な講座があります
●体験料: 1,320円
[カルチャーご利用の方は、コムシティ横駐車場 55円/30分、330円/6時間で購入可能]

[電話受付]
平日/10:00~19:00
土曜/10:00~16:00
日曜/10:00~12:00

※広告内の価格は全て税込みです 新講座も募集中!!

ピックアップ講座	語学講座	キッズ講座	資格◎教養講座
<p>沖縄唄・三線 ■講師 渡辺 朝子 ■日時 第1・3木曜日 12:15~14:15 沖縄の人々に愛され親しまれている三線。心いやす独特な音色で「涙そうそう」などさまざまな琉球民謡を唄って楽しみませんか?</p> <p>琉球舞踊 ■日時 第1・3水曜日 14:25~15:55 ■受講料 各4,620円 沖縄の伝統芸術である琉球舞踊を基本からゆくり丁寧に指導致します。</p> <p>バドミントン ■講師 COCCO ■日時 第2・4火曜日 13:30~14:30 ■受講料 4,400円 (ボールレンタル料 550円) バドミントンはバドミントン用に使われた運動器具。関節への負担が少ないスポーツサイズが可動です。音楽に合わせて楽しく有酸素運動で体が軽くなり心もほぐれます。姿勢改善、肩こり腰痛の予防・改善、自律神経を整え、体力も気力もUP!</p> <p>合気道 特定非営利活動法人 合気道祥平塾 ■講師 道場長 菅沼 守人 師範 藤岡 弘 ■日時 日曜日 11:00~12:30 ■受講料 6,930円</p> <p>子供合気道 ■日時 日曜日 ①(小学生) 10:00~10:55 ②(中学生) 11:00~12:00 ■受講料 ①5,170円 ②5,830円 凛とした精神と身体を磨ろう! 健康法として、護身術として、年齢・性別に関係なく、どなたでも参加していただけます。</p>	<p>巫女舞のお稽古 ■講師 古屋 ネネ ■日時 第1・3土曜日 10:00~11:00 ■受講料 5,170円 神楽舞を踊らして清楚な舞を習い、穏やかなやさしさに包まれながら、セルフコントロールの力を高めていく講座です。</p> <p>中国の「歩き方」目指せOne Up! ■講師 周 芸 ■日時 全曜日 17:15~18:15 ■受講料 9,900円 漢字の世界に深く踏み込み、斬新な視野で「新しい中国語」を体験しましょう! 中国語らしい発音、中国人らしい言い方、ワンランク上の中国語をマスターし、あなたの知見を深めましょう!</p> <p>二ハオ中国 小倉アジア語学教室講師 (入門~初級) ■講師 杜方(とほう) ■日時 第1・3水曜日 13:00~14:00(月4回) 18:30~19:30(月4回) 14:30~15:30(月2回) 20:00~21:00(月2回) ■受講料 9,900円(月4回) 5,500円(月2回) 発音がわずかしいな等のイメージがあるかもしれませんが、しっかりとコツを覚えながら日常会話等を学習していきましょう!</p> <p>やさしい英会話 海外在住経験、海外企業勤務経験あり ■講師 makiatsu ■日時 第1・3水曜日 19:10~20:00(グループレッスン) 20:10~21:00(個別のみ) ■受講料 5,500円 わからないことを日本語で質問したい方や初心者向けのレッスンです。海外生活で習得した英会話をシェアします! まずは細かい発音やルールを意識しすぎずに英語に触れ、一緒に楽しく勉強しましょう!</p> <p>アンニョンハセヨ (韓国語初級) ■講師 チョ ミヨン ■日時 全曜日 18:30~19:30 ■受講料 7,700円 初心者から、更にランクアップを目指している方まで、少人数レッスンで、分かりやすく指導いたします。</p>	<p>アクロバット教室 ■講師 MURAKAMI 体操教室 代表 村上 歳記 ■日時 水曜日 (小学生以上) アクロバット(Basic) 19:00~19:50 アクロバットコース 20:00~20:50 ■受講料 6,800円 豊富な実績と経験を持つ体操競技専門のコーチがお子様を指導いたします。美しい体感から本格的なアクロバットまで幅広く学ぶことが可能です。</p> <p>HIP-HOP ■講師 Karin ■日時 第1・2・3水曜日 ①(小学生) 18:30~19:40 ②(大人クラス) 19:45~21:00 ■受講料 ①5,280円 ②5,830円 小学生クラスは基礎からしっかりと、大人クラスはみんなで作れるダンスしながら、両クラスとも楽しく、ダンスで笑顔になれるレッスンを行います!</p> <p>ブレイクダンス初級 ■講師 Kizoku DANCE 代表 HAZUME Takumi Rock ■日時 第1・2・3火曜日 19:15~20:30 ■受講料 5,170円(小学生以上) 5,830円(中学生以上) バリエーション豊かなブレイクダンスを一緒にやってみませんか? 初心者も経験者も大歓迎! 丁寧にレクチャーします。</p> <p>子供習字 ■講師 日本習字教育財団 支部長 大石 幹月 ■日時 第1・3・4金曜日 16:00~20:30 ■受講料 4,180円 美しい文字を書くことの楽しさや学びを、「正しい美しい文字」を基本理念に、楽しくお稽古ができますよう、楽しく指導します。</p>	<p>はじめての俳句 ■講師 俳句「青柳」主宰 俳句協会顧問 岸原 清行 ■日時 第2・4土曜日 10:00~12:00 ■受講料 2,090円(月1回) 3,630円(月2回) 俳句はどなたでも、何時からでも始め楽しむことができます。作り方や鑑賞の仕方などやさしい基礎から学ぶことができます。</p> <p>55歳からの脳トレピアノ® ピアノの愉しみや楽しみながら脳を鍛える魔法のレッスン! 楽譜が読めなくても! 本音からでも大丈夫です。脳を活性化させて楽譜を、心豊かに弾けるようになりましょう。講師資格取得講座で、講師認定後は自宅や地域の公共施設などで開講できます。</p> <p>脳トレピアノ® 講師養成講座 ■日時 第2・4火曜日 10:30~12:00 (全4回) ■受講料 35,200円(教材費別途) ピアノ未経験でも楽しみながら弾けるようになる魔法のレッスン! 楽譜が読めなくても! 本音からでも大丈夫です。脳を活性化させて楽譜を、心豊かに弾けるようになりましょう。講師資格取得講座で、講師認定後は自宅や地域の公共施設などで開講できます。</p> <p>パソコン講座 オリジナルテキストと専用「一人ひとりのスキルに合わせた」オリジナルレッスン! 初心者から上級者まで対応! 無料体験実施中! ■日時 月曜日 18:00~20:00 土曜日 13:30~15:30 ■講師 Y&Sパソコンスクール ■受講料 1,100円/1時間 ワード・エクセル・パワーポイント インターネット・確定申告取得・他 60歳からのパソコン教室 ゼロからのスタートから! 初心者から上級者まで対応! 無料体験実施中! ■日時 本曜日 10:00~12:00 (1時間×4回) ■受講料 5,500円/月 (教材費別途)</p>

<h3>舞踊</h3> 	<h4>タップダンス</h4> <p>■講師 ANBタップダンススタジオ代表 プロタップダンサー 緒方文 ■日時 第1・2・3月曜日 18:30～19:30 ■受講料 6,600円</p>	<h4>HIP-HOP DANCE</h4> <p>■講師 KOZUE ■日時 火曜日 18:00～19:00(子供クラス) 19:10～20:10(大人クラス) ■受講料 4,620円</p>	<h4>アイレ・フラメンコ</h4> <p>■講師 マーハ・フローレス ■日時 水曜日 11:00～12:20 ■受講料 6,930円</p>	<h4>クラシックバレエ</h4> <p>■講師 久くバレエアート所属 宮本 菜里 ■日時 木曜日 19:45～21:15 ■受講料 6,160円(月3回) 7,810円(月4回)</p>	<h4>やさしく正しい社交ダンス(中級)</h4> <p>■講師 WVO福岡県舞踊協会名誉会長 井手口 眞夫・朱美 ■日時 木曜日(月3回) 11:00～12:10 ■受講料 6,270円</p>
<h4>ベリーダンス初級</h4> <p>■講師 luna 崎本 優 ■日時 第2・4土曜日 19:00～20:00 ■受講料 4,400円</p>	<h4>楽しいハワイアン・フラ</h4> <p>■講師 西日本ハワイアンフラ協会講師 篠崎 節子 ■日時 第1・2・3金曜日 13:00～14:00 ■受講料 5,940円</p>	<h4>フラダンス(初級)</h4> <p>■講師 西日本ハワイアンフラ協会講師 篠崎 節子 ■日時 第1・3金曜日 14:15～15:15 ■受講料 3,520円</p>	<h4>基礎から学べるフラ</h4> <p>■講師 渡辺 えき ■日時 第1・3土曜日 17:00～18:00 ■受講料 4,620円</p>	<h4>輝けるフラ</h4> <p>■講師 フラダンススタジオE.K.1主宰 渡辺 えき ■日時 第1・3土曜日 17:00～19:00 ■受講料 4,620円</p>	<h4>楽しいダンスを踊りましょう</h4> <p>■講師 九州ダンス協会認定 認定インストラクター 舞踊部 代表 山口 洋一 ■日時 土曜日 16:00～21:00 ■受講料 5,500円</p>
<h3>健康・美容</h3> 	<h4>シニア健康タップダンス</h4> <p>■講師 ANBタップダンススタジオ代表 プロタップダンサー 緒方文 ■日時 第1・2・3月曜日 15:45～16:45 ■受講料 6,600円</p>	<h4>自彊術</h4> <p>■講師 公益社団法人自彊術普及会中級 森 和子 ■日時 月曜日 10:15～11:45 ■受講料 5,940円</p>	<h4>さわやか気功</h4> <p>■講師 福岡気功の会 主任指導員 牧坂 真知子 ■日時 月曜日 14:00～15:30 ■受講料 5,720円</p>	<h4>リフレッシュ体操</h4> <p>■講師 EEOA公認フェリアエクササイズインストラクター 日本健康体操協会認定指導員 森原 恵美子 ■日時 金曜日 10:30～12:00 ■受講料 5,610円</p>	<h4>うれしいたのしい太極拳</h4> <p>■講師 日本武術太極拳連盟公認A級指導員 首藤 光子 ■日時 金曜日 10:30～12:30 ■受講料 6,490円</p>
<h4>リラックスヨガ</h4> <p>■講師 WFO法人国際ヨガ協会福岡支部支部長 田中 美奈子 ■日時 月曜日 10:30～12:00 ■受講料 5,940円</p>	<h4>島内ヨガ(水曜日)</h4> <p>■講師 島内 喜久 ■日時 水曜日 10:30～12:00 ■受講料 5,940円</p>	<h4>島内ヨガ(土曜日)</h4> <p>■講師 大森 晶子 ■日時 土曜日 10:30～12:00 ■受講料 5,830円</p>	<h4>週末のリラックスヨガ</h4> <p>■講師 WFO法人国際ヨガ協会 江尻 幸代 ■日時 金曜日 18:30～20:00 ■受講料 5,830円</p>	<h4>リセットパワーヨガ</h4> <p>■講師 ヨガインストラクター Yoko ■日時 土曜日 13:00～14:00 ■受講料 5,940円</p>	<h4>体がラクになるピラティス</h4> <p>■講師 ヨガインストラクター Yoko ■日時 土曜日 14:15～15:15 ■受講料 5,940円</p>
<h4>大人のためのシンプルバレエ</h4> <p>■講師 竹内美エコーレ・ドゥ・リネ主宰 竹内 里美 ■日時 第1・2・3火曜日 11:00～12:00 ■受講料 5,830円</p>	<h4>大人バレエ「キレイを目指すバレエレッスン」</h4> <p>■講師 Emiko Body Balance 主宰 三島 恵美子 ■日時 金曜日(月3回) 19:00～20:30 ■受講料 5,940円(60分) 7,040円(90分)</p>	<h4>アンナのビューティエクササイズ</h4> <p>■講師 ホーランド国立バレエスクール卒業 バレエ指導員 認定資格 アンナ ■日時 土曜日 11:15～12:15 ■受講料 4,620円</p>	<h3>手工芸</h3> 		<h4>洋裁</h4> <p>■講師 林 令子 ■日時 第1・2・3月曜日 14:10～17:00 ■受講料 4,620円</p>
<h3>絵画</h3> 	<h4>日本画を身近に</h4> <p>■講師 京都府立芸術大学大学院修士課程修了 小寺 江理 ■日時 第1・3月曜日 10:00～12:30 ■受講料 4,620円</p>	<h4>いやしのパステルアート</h4> <p>■講師 (パステル和 NAGOMA)アート講師 おおした まき ■日時 第1・3火曜日 13:00～14:30 ■受講料 1,980円</p>	<h4>オリジナルアクセサリー彫金</h4> <p>■講師 ジュエリーデザイナー 大野 真沙代 ■日時 第1・3火曜日 13:00～16:00 17:00～20:00 ■受講料 7,150円</p>	<h4>戸塚刺しゅう</h4> <p>■講師 一般社団法人戸塚刺しゅう協会北九州支部 阿部 慶子 ■日時 第2・4火曜日 13:00～15:00 ■受講料 5,170円</p>	<h4>押し花(花もよう)</h4> <p>■講師 ふじざね花倶楽部インストラクター 安永 由美子 ■日時 第1・3水曜日 10:30～12:30 ■受講料 4,950円</p>
<h4>楽しく描こう油絵・水彩画</h4> <p>■講師 福岡県画壇 日曜会 福岡県美術協会会員 渡多野 雅子 ■日時 第1・2・3水曜日 10:00～12:00 13:00～15:00 ■受講料 5,390円</p>	<h4>油絵・水彩・鉛筆画等</h4> <p>■講師 福岡県美術協会会員 原田 靖雄 ■日時 第1・3木曜日 10:30～12:30 ■受講料 6,380円</p>	<h4>JEUDIクレパス画教室</h4> <p>■講師 クレパス画家 みねこうろう ■日時 第1・3木曜日 14:00～16:00 ■受講料 7,040円</p>	<h4>カリグラフィー</h4> <p>■講師 公益社団法人日本書芸普及協会 カリグラフィー・部門 指導員 安永 由美子 ■日時 第1・3水曜日 13:00～15:00 ■受講料 4,950円</p>	<h4>つまみ細工のアクセサリー教室 お洒落なつまみ細工</h4> <p>■講師 つまみ細工作家 松原 弘子 ■日時 第2・4水曜日 10:10～12:10 ■受講料 4,290円</p>	<h4>楽しいパッチワークキルト</h4> <p>■講師 キルトサークル 指導員 養父 幸子 ■日時 第1・3木曜日 10:00～12:00 第1・3金曜日 10:30～12:30 ■受講料 4,180円</p>
<h3>華道</h3> 	<h4>いけ花からアレンジまで 夢想華</h4> <p>■講師 小原流一徹宗元教授 水藤 豊雪 ■日時 第2・4月曜日 10:15～12:15 ■受講料 3,630円(花代別)</p>	<h4>専正池坊 生け花</h4> <p>■講師 専正池坊 日本総本部 村田 青穂 ■日時 第1・3火曜日 10:30～12:00 ■受講料 4,620円(花代別)</p>	<h4>マイペーススタンドグラス</h4> <p>■講師 スタンドグラス教室講師 大村 美子 ■日時 月曜日 13:00～16:00 ■受講料 7,040円</p>	<h4>はじめての陶芸</h4> <p>■講師 秋山 琢 ■日時 第1・3水曜日 15:20～17:40 ■受講料 3,520円(月1回) 4,620円(月2回)</p>	<h4>かずら工芸</h4> <p>■講師 かずら教室講師 秋山 琢 ■日時 第3木曜日 15:10～17:30 ■受講料 2,310円</p>
<h4>西優生子フラワーデザイン</h4> <p>■講師 西 優生子 ■日時 第2・4月曜日 18:30～20:00 ■受講料 3,630円</p>	<h4>マナコフラワーアレンジメント</h4> <p>■講師 マナコフラワーアカデミー 末広 由紀子 ■日時 第1・3火曜日 10:10～12:10 ■受講料 4,180円(花代別)</p>	<h4>フラワーアレンジメント</h4> <p>■講師 ロイヤルフラワーアレンジメント正教授 大塚 久美子 ■日時 第4水曜日 10:00～12:00 ■受講料 2,970円</p>	<h4>金継ぎ(漆芸)</h4> <p>■講師 (社)漆芸伝承の会 会館 指導員 監修 会館 西日本地区講師 好沢 亮 ■日時 第1水曜日 18:30～20:30 ■受講料 21,120円(6ヶ月分) 送料・送料/月 受講料 19,800円</p>	<h4>トールペインティング</h4> <p>■講師 ミカドアート・フラワーアートアカデミー ミカドアート代表 梶原 千花子 ■日時 第2・4金曜日 10:30～12:30 13:30～14:30 ■受講料 3,630円 (トールペイントアートアカデミー受講料として2,880円/月)</p>	<h4>楽しい折紙</h4> <p>■講師 日本折紙協会認定講師 上野 さやか ■日時 第1・3金曜日 13:00～15:00 ■受講料 2,310円</p>
<h3>音楽</h3> 	<h4>日本と世界の名曲を歌おう</h4> <p>■講師 福岡学院大学音楽科卒業 飯田 知津子 ■日時 第1・2・4月曜日 10:30～12:00 ■受講料 4,730円(月2回) 7,260円(月3回)</p>	<h4>あなたのボイスをきたえましょう</h4> <p>■講師 福岡学院大学音楽科卒業 飯田 知津子 ■日時 第2・4月曜日 12:30～(毎週) ■受講料 4,840円(月1回) 8,910円(月2回)</p>	<h4>クラシック・ポピュラーピアノ</h4> <p>■講師 上野学院大学ピアノ/専攻科卒 出口 幸子 ■日時 第2・4月曜日 16:30～18:00 ■受講料 5,830円(月2回) 11,550円(月3回)</p>	<h4>クラシックピアノ/ハルフェージュ・楽典</h4> <p>■講師 福岡学院大学ピアノ/専攻科卒 仁科 光子 ■日時 日曜日(月2回) 11:00～19:00 ■受講料 6,600円(30分個人) 教材費別</p>	<h4>カラオケ教室</h4> <p>■講師 全日本カラオケ審美協会認定 江口 勝喜 ■日時 第1・2・3月曜日 13:00～15:00 第1・2・3木曜日 10:00～12:00 ■受講料 3,960円</p>
<h4>大人のハーモニカ</h4> <p>■講師 日本ハーモニカ芸術協会前副会長 平野 清智子 ■日時 第2・4水曜日 13:00～15:00 ■受講料 4,180円</p>	<h4>気軽に楽しくハーモニカ</h4> <p>■講師 九州ハーモニカ連盟指導員 福岡支部認定講師 吉岡 秀子 ■日時 第1・3土曜日 10:00～11:30 ■受講料 4,180円</p>	<h4>はじめての雅楽 箏笛レッスン</h4> <p>■講師 大府市連合会代表 鬼木 剛 ■日時 第1・3木曜日 14:00～15:30 ■受講料 5,500円</p>	<h4>楽しい二胡入門コース</h4> <p>■講師 福岡県二胡音楽教室講師 澤 真奈 ■日時 第2・4火曜日 13:30～18:30 ■受講料 5,830円</p>	<h4>劉福君二胡教室</h4> <p>■講師 劉福君二胡音楽教室講師 入江 秀子 ■日時 第1・3水曜日 13:00～20:30 ■受講料 7,700円</p>	<h4>お夢を楽しもう!</h4> <p>■講師 日本折紙協会認定講師 生出演 菊盛喜 秋恵 ■日時 第2・4木曜日 12:40～15:40 16:00～20:00 ■受講料 5,280円</p>
<h4>楽しいウクレレ教室</h4> <p>■講師 ウクレレ講師 飯野 晋成 ■日時 第2・4金曜日 (午後)12:30～14:00 (午後)14:00～15:30 ■受講料 3,960円(月1回) 5,060円(月2回)</p>	<h4>ギター教室</h4> <p>■講師 「アルマテ」ギターラボ ギター会 顧問 鳥井 康彬 ■日時 土曜日 14:30～17:00 ■受講料 5,940円</p>	<h3>書道</h3> 		<h4>楽しい日常の書</h4> <p>■講師 日本習字教育財団支部長 樽 静心 ■日時 第1・3水曜日 10:00～12:00 第2・4土曜日 10:00～12:00 ■受講料 4,620円</p>	<h4>漢字・かな・ペン・実用書道</h4> <p>■講師 日本習字教育財団支部長 大石 幹月 ■日時 第1・3火曜日 16:00～20:30 ■受講料 4,730円</p>
<h3>茶道</h3> 	<h4>裏千家</h4> <p>■講師 裏千家教授 土谷 宗雄 ■日時 第1・2・3火曜日 10:00～12:00 ■受講料 4,400円(茶具代 110円) 水曜日 18:00</p>	<h4>裏千家</h4> <p>■講師 裏千家教授 山本 宗恵 ■日時 第1・2・3金曜日 10:30～12:30 13:30～15:30 ■受講料 4,400円(茶具代 110円) 水曜日 18:00</p>	<h4>裏千家</h4> <p>■講師 裏千家教授 矢野 宗葉 ■日時 第1・2・3土曜日 18:30～20:30 ■受講料 4,730円(茶具代 110円) 水曜日 18:00</p>	<h4>裏千家</h4> <p>■講師 裏千家教授 白岩 宗麗 ■日時 第1・2・3土曜日 10:30～12:30 ■受講料 4,730円(茶具代 110円) 水曜日 18:00</p>	<h3>資格・教養</h3> 
<h3>キッズ</h3> 	<h4>クラシック・ポピュラーピアノ</h4> <p>■講師 上野学院大学ピアノ/専攻科卒 出口 幸子 ■日時 第2・4月曜日 16:30～18:00 30分個人レッスン ■受講料 5,830円</p>	<h4>クラシックピアノ/ハルフェージュ・楽典</h4> <p>■講師 福岡学院大学ピアノ/専攻科卒 仁科 光子 ■日時 日曜日(月2回) 11:00～19:00 30分個人レッスン ■受講料 6,600円(教材別)</p>	<h4>はじめてのドレミ(年少・年中・年長)</h4> <p>■講師 福岡学院大学ピアノ/専攻科卒 仁科 光子 ■日時 日曜日(月2回) 11:00～17:00 ■受講料 6,600円(教材別)</p>	<h4>知って得する四柱推命(全5回)</h4> <p>■講師 実学南園 香山漢四柱推命家 井上 なお ■日時 第4水曜日 18:00～17:30 ■受講料 19,250円</p>	<h4>大人の色学レッスン</h4> <p>■講師 『光色コーディネート講座 初級コース』 認定講師 一ツ木のカラーアナリスト 1級カラーコーディネーター 井筒 理絵 ■日時 第2・4水曜日 10:00～12:00 ■受講料 23,760円(全8回)</p>
<h4>アンナのバレエ教室</h4> <p>■講師 ホーランド国立バレエスクール卒業 バレエ指導員 認定資格 アンナ ■日時 (シンプルバレエ) 木曜日 17:10～19:30 (90分/90分) 土曜日 11:15～12:45 (80分/90分) (バレエ体験) 木曜日 17:10～19:30 土曜日 12:55～13:55 ■受講料 4,620円～</p>	<h4>クラシックバレエ</h4> <p>■講師 Emiko Body Balance 主宰 三島 恵美子 ■日時 金曜日(月3回) 17:30～19:00 ■受講料 5,940円(60分) 7,040円(90分)</p>	<h4>可愛い子供のフラ(親子)</h4> <p>■講師 フラダンススタジオE.K.1主宰 渡辺 えき ■日時 第1・3土曜日 16:00～17:00 ■受講料 4,620円</p>	<h4>チャペリー</h4> <p>■講師 (株)ベリーエクササイズインストラクター luna 崎本 優 ■日時 第2・4土曜日 18:00～19:00 ■受講料 4,400円</p>	<h3>語学</h3> 	
<h4>子供習字・お母さんと一緒</h4> <p>■講師 福岡県美術協会正会員 鶴 亀山 ■日時 第1・3木曜日 16:00～20:00 ■受講料 <子供習字> 3,410円 <お母さんと一緒> 5,610円</p>		<h4>よく見て水彩画(親子・子供)</h4> <p>■講師 京都府立芸術大学大学院修士課程修了 小寺 江理 ■日時 第3日曜日 10:30～12:30 ■受講料 <子供> 2,310円 <親子> 3,520円</p>	<h4>Enfantこどもクレパス画教室</h4> <p>■講師 クレパス画家 みねこうろう ■日時 第1・3土曜日 14:00～16:00 ■受講料 7,040円</p>	<h3>料理</h3> 	
<h4>Hello English</h4> <p>■講師 ビジネス・イングリッシュ大学 バトックレイ ■日時 全曜日 18:15～17:00 ■受講料 8,250円</p>		<h4>手打ちそば教室</h4> <p>■講師 本田 敏朗 ■日時 第1・3木曜日 18:00～20:30 ■受講料 4,730円</p>		<p>※コースにより異なります。詳しくはお尋ねください。</p>	



ヨガインストラクター基礎講座&スタジオレッスンフリーパスが月額料金プランで!

初心者の方でも始められる基礎からのヨガインストラクター講座。一人ひとり丁寧に指導してくれる。4/30(水)締切。詳しくはお問い合わせを。

ヨガインストラクター基礎講座

料金は 33,000円/月

期間 6か月

内容 スタジオレッスン、講座 (30時間)

期間中はスタジオレッスンをフリーパスで受講OK

「サンデーを見た」で
ヨガ体験レッスン無料

[2025.3/31(月)まで有効]

smileyoga studio YOGAGOCORO (ヨガゴコロ)

☎070-8397-2224 ※すぐに電話対応が出来ない場合は右記QRコードからお問い合わせを
〒810-0142 小倉北区木町4-3-12 オリジンコアビル1F 休月曜日・祝日 あり(無料)



新塾開講キャンペーン まずは無料体験を!



効率よく勉強が進められるよう、一人ひとりに丁寧な指導!より実践的な英語スキルが身につくイベントも開催予定。

無料体験受付中!

詳細はお電話または下記QRコードの公式LINEへ

対象 中学生(新1年生を含む)

料金 月額5,600円~(月8コマ~)

個別学習塾 Stella

☎070-1877-2897

〒810-0142 小倉北区藤原4-6-6 個別相談
レンタルスペースおさんぽ日和
休水・木曜日 18:00~21:20



今こそはじめよう! スクールガイド

子どものチカラを伸ばしたい方、自分のスキルを磨きたい方必見!

新しいことにチャレンジするアナタを

サンデーが応援します!



期間限定☆鉄棒・とび箱・トランポリンなど1回1,100円♪

スプリングスクール スケジュール《要予約》

各コース共通 料金は 1,100円/回 定員 20人程度

※支払い後の当日キャンセルは返金不可。複数回受講の場合は一括払い(返金不可)
※キッズコースは保護者から連れて1人でレッスンに参加できる。3~7歳対象 ※マスク着用は個人判断 ※新1年生はキッズ/ジュニアコース混在可 ※レッスン前の準備体操は必須

種目	キッズコース	ジュニアコース
3/24(月) トランポリン	14:00~14:50	15:30~16:30
3/26(水) マット	16:30~17:20	18:00~19:00
3/28(金) 跳び箱	16:30~17:20	18:00~19:00
4/2(水) 鉄棒	16:30~17:20	18:00~19:00

スプリングスクール期間中に
入会時「サンデーを見た」で
年会費(税込)無料+月謝1ヶ月分
「とびくる」の無料券進呈
入会後は「とびくる」利用料半額!
保護者様のファミリーセットも割引に♪
[2025.4/2(水)まで有効]

GYM STAGE体操クラブ とびくる店

☎090-4415-2868 ※すぐに電話対応が出来ない場合は、折り返しご連絡
〒810-0142 小倉南区南八千代町3-12 休月曜日 あり



【シニア・ミドル専用】 特許取得マシンの新感覚ジム

「健康寿命UP」「健康的にダイエット」「腰痛、肩痛、膝痛改善」など、瞬時に結果が出る本物の筋トレで、日常生活が楽になります。まずは無料体験を90日間だけの集中コースも◎。

利用料金表

月会費	※入会時4ヶ月必要	男性	女性
シニア(60歳以上)	4,800円(税込5,280円)	3,800円(税込4,180円)	
ミドル(30歳以上)	5,800円(税込6,380円)	4,800円(税込5,280円)	
一般	7,800円(税込8,580円)	5,800円(税込6,380円)	
入会費	事務手数料	カードキー	
5,000円(税込5,500円)	3,000円(税込3,300円)	1,500円(税込1,650円)	

※別途初回パーソナル料金が別途必要

「サンデーを見た」で
入会金無料

※年間パスポートは対象外
[2025.4/30(水)まで有効]

シニア・ミドル専用 MOVE BODY GYM ムーブボディジム

☎090-6635-1100 小倉南区則松6-3-22
休10:00~22:00、土・日・祝日10:00~20:00 店舗前4台(第2駐車場 5・6・7・18番)



音楽好きな仲間と歌おう♪ 「うたごえ倶楽部」

音楽好きな仲間と一緒に大きな声で歌って心身ともにリフレッシュしよう!興味のある方はぜひ無料体験に訪れてみて。3月末までの入会なら入会金が半額に!

時間 【レッスン時間】45分/月2回(グループレッスン)

料金 【月謝】3,850円 【入会金】5,500~11,000円

【運営管理費】550円/月(入会より3ヶ月は220円/月)

無料体験開催!!

【中間センター教室】3/12(水)・26(水) 14:45~

【イオン若松教室】3/11(火) 13:00~

※入会金は教室によって異なる ※サンライズ三ツ森は料金異なる
※料金はすべて税込 ※完全予約制

無料体験後
すぐに入会申し込みの方
入会金半額
[2025.3/31(月)まで有効]

カワイ音楽教室 カワイ音楽教室・北九州事務所

☎0800-000-5453 休月~金曜日9:30~17:00
〒810-0142 小倉市上蓮花寺1-2-1 【イオン若松】若松区二島1-3-1



春の新規入会大募集

北九州市内で活動している週1回からのサッカースクール。保護者の係や当番はなく、週に1回の練習なので他の習い事があっても大丈夫!週末は家族でお出かけなど団らんの時間も大切に過ごせる。運動が苦手な子どもも大歓迎!対象は5歳~小学6年生まで。公式戦に出場してくれる4~6年生の選手も大募集!

入会時
「サンデーを見た」で
年会費無料
[2025.5/31(土)まで有効]

日時	場所	曜日	時間
霧丘小学校(小倉北区霧丘1-12-1)		月曜日	17:15~18:15
桃園運動場(選手コース/八幡東区桃園4-2)		月曜日	18:00~20:00
永大丸中央公園グラウンド(八幡西区八枝4-1)		水曜日	16:45~18:00
		土曜日	8:30~9:45
八王寺中央公園グラウンド(八幡東区八王寺町4)		土曜日	14:00~15:15

アスール福岡 サッカー教室 アスール福岡

☎093-611-5351 ※すぐに電話対応が出来ない場合は、折り返しご連絡
〒810-0142 小倉区里中1-4-10 サンライズ里中B-103号 休11:00~20:30 休不定休



毎日の水で健康習慣「水素イオン整水器」

人気の水素イオン整水器は水道水を浄水し、さらに電気分解することで水素水と酸性水を作り出す。水素水はミネラル豊富で、美味しいだけでなく健康サポート水としても役立つ。酸性水は、うがい・手洗いに活躍する。浄水器で40年のカンゲンは人気の水素イオン整水器を30台限定、在庫処分価格9,900円でご提供。他にもPFAS対応の浄水器や医療機器承認の機種なども特別価格でご用意。不用な浄水器も無料で処分し、下取りサービスも実施中です。使用方法も丁寧に説明、商品は希望の日時に無料で納品、取付費もサービス。

30台限定 謝恩セール 9,900円(税込)

お申込みはお電話で! 受付時間/平日8:00~18:00(土・日・祝/8:00~14:00) ☎0120-987-007

お水の専門店 朝カゲン九州サービスセンター 福岡県糸島市美咲が丘2-7-2

※お支払いは代金引換または分割3回払(郵便振替・手数料無料) ●返品は商品到着後8日以内(送料は弊社負担) ●交換用カートリッジも販売中 ●本品は医療機器ではありません。

春の新生活応援セールは3/31まで!

TOTO超節水トイレが標準工事費・処分費込みで破格の安さ

期間内▶3セットに限り ¥59,800!

TOTO超節水ピュアレストQR

●標準工事費・処分費込み/施工保証5年間

TOTOの超節水トイレが設置作業も込みで破格の5万9800円(税込6万5780円)に。高い節水効果と掃除の手軽さで人気です!

お問い合わせ・見積り依頼 ☎0120-319-955 施工時間の目安:2時間程度 当日施工の希望:対応可

水まわりの三愛-SAN-AI- 北九州市八幡西区穴生1丁目6-4 萩原KKGビル3F 年中無休・24h受付

3/22(土)23(日)の平屋完成見学会を開催します!!

受付時間 10:00~17:00

平屋で叶えるゆとりのある空間

先着5名様 プレゼント

「SOWの家」は、1ロータイプルームと2中二階を組み合わせた平屋で、コンパクトな敷地でも広々とした居住空間を実現します。

「SOW+」は、「SOWの家」に加えて3ロフトを備えた、さらに多目的な空間を提供する家です。「SOWの家」なら平屋でも床面積を最大限に活用することができます!居住スペース・収納スペース・趣味部屋・子供の遊び部屋...是非一度「SOW+」を御来観ください!

ロフトの広さは坪単の13.5帖!! 平屋専門店が考えた「床面積を最大限に活かした平屋づくり」広~い空間を実現! 詳しくはHPをご覧ください。

平家工房提案型新商品「SOWの家」

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しています

平家工房

〒807-1312 福岡県鞍手郡鞍手町大字中山2354-2

でも見学会には...とお問い合わせの方は「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

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



※字幕・収録の表記については上記劇場で同一の場合のみ表記 ※3D上映、料金、時間などは各劇場への問い合わせ、またはホームページを参照 ※掲載作品の公開日及び上映劇場は変更になる場合があります

3/7(金)公開 1 2 3 4 5 はか

ドラえもんたちが絵の中の世界で大冒険する
映画ドラえもん のび太の絵世界物語



2025年で45周年を迎える、『映画ドラえもん』シリーズの第44作目。のび太が夏休みの宿題に取りかかっていると、絵の切れ端が落ちてきた。ドラえもんたちが、はிரいこみライトで絵の中を探検してみると、そこは中世ヨーロッパの世界。実は絵の切れ端は、数十億円もする絵画だったのだ。だが、絵の中の世界には秘密が…。

3/7(金)公開 1 2 3 4 5 はか

ウィキッド ふたりの魔女



魔法と幻想の国オズにあるシズ大学で出会った、緑色の肌を持つエルファバと、人気者のグリンダ。見た目も性格も才能も異なるふたりが、固い友情を築いていく。

3/7(金)公開 1 2 3 4 5 はか

35年目のラブレター



2003年に朝日新聞で紹介され、多くの感動を呼んだ夫婦の実話。一から文字を書き、妻へのラブレターを書くため奮闘する夫と、長年支え続けた妻の姿を描く。

3/7(金)公開 2 4 5 はか

顔だけじゃ好きになりません



大人気少女コミックを実写化したラブコメディ。オタク女子が推しの先輩の退学を阻止するため、学校公式アカウントのフォロー10万人を達成させようと奮闘する。



体の中からキレイになる
魔法のレシピ

材料(お茶碗1杯分)
 炊いた玄米ご飯…80g 水…60~100cc
 人参のみじん切り…15g (ミキサー後)
 水…300cc 好みの調味料…適量

- つくりかた**
- 鍋に玄米ご飯と水300ccを入れ、中火で15分おかゆを炊くように火にかける。時々かき混ぜる。
 - ご飯が柔らかくなったら、ミキサーにかけてドロドロにする。再び鍋に戻して、人参と水60cc~を入れて、人参が柔らかくなるまで中火にかける。
 - 器に盛りつけ、塩やしょうゆなど好みの調味料を振りかける。

・玄米クリームは、弱った細胞を活性化させる働きがあり、消化吸収がよい。また、ビタミンやミネラル、食物繊維が豊富な「完全栄養食」と言われる万能フードでもある。
 ・人参と合わせることでカロテンも摂取できるので、活性酸素から体を守る抗酸化作用や免疫を強くする働きもプラスされる!!
 ・母乳の代わり、離乳食、介護食、体力の弱っている方、ダイエットや断食後の回復食に、胃腸の弱い方にオススメ★

大丸雅代 (ホリスティックスタジオ代表)
 ヨガ/ランニング/ピラティス/インストラクター/ベビーマシーン講師/全米ヨガアライアンス500保持者/介護食師/中倉インストラクター/建築エキスパート/テーブルコーディネーター/生涯スポーツトレーナー/鍼灸師
 www.holistico108.net

北九州市 医療情報 子どもが病気でも休めない…
県内居住者は無料「病児保育」

北九州市では保護者の仕事などの都合により、家庭での保育が困難な病中のお子様や病後回復期にあるお子様を、医療機関に併設された施設で一時的に預かる制度「病児保育」を市内各所で実施。

●制度についてのお問い合わせはこちら
 北九州市子ども家庭局こども施設企画課
 ☎093-582-2412
 北九州市 病児保育

ギフトにおすすめ 石鹸で出来たソープフラワー

ホワイトデーのお返しや送別の方へのプレゼントにおすすめの石鹸で出来たソープフラワー。生花よりも気軽に贈れる枯れないお花でお部屋も華やかに。ほんのり香る石鹸の香り。

「ソープフラワー」1,650円~ (サイズによって金額が異なる)
 ※実際に石鹸としての使用は不可

雑貨館インキューブ
 サンリブシティ小倉店
 ☎093-951-4363 小倉南区上葛原2-14-1
 開9:30~21:00 ※価格は税込

2025 **3/23日**まで開催中

開館時間 ●午前10時~午後5時 (入館は午後4時30分まで)
 休館日 ●毎週月曜日 ※2月24日(月・休)は開館
 入館料 ●一般700円/高・大生500円 (団体10名以上、各200円引)
 中学生以下無料 (ただし保護者の同伴が必要)
 ※障害者手帳をお持ちの方は200円引、その介護者1名は無料

列品解説 ●第2、第4日曜日 午前11時~、午後2時~
 (主催) 出光三記念美術館、出光美術館、毎日新聞社
 (協賛) 出光興産株式会社

出光美術館 門司 TEL 801-0853 福岡県北九州市門司区東港町2-3 URL http://s-idemitsu-mm.or.jp/

カンターピレ・サロン・コンサート ~音の扉~ vol. 28

小さな空間から広がる無限大の音楽の世界

2025.5.10 世界を制した圧倒的なテクニック
山宮り子 ハープリサイタル
 曲目: ヘンデル/ハープ協奏曲、モーツァルト/モルダウ 協奏曲

2025.6.14 珠玉のドイツリートへの誘い
原尚志 バリトン 榎元圭 ピアノ
 曲目: シューベルト/魔王、伊勢歌集、シューマン/母の歌

好評販売中
 小ホール 全席自由
 開場13:30 開演14:00
 会員券 (2回セット) 3,500円 (PLUS+4LIVE割引) 3,150円
 限定100枚
 当日券 各回2,000円
 ※会員登録が完了した場合は、当日の発売は行いません。

岡垣ザンリアイ 文化スポーツ振興財団
 福岡県遠賀郡岡垣町野間1-2-1
 ☎093-282-1515

特別展 **GRIZEDALE ARTS AND SHIMONOSEKI**
グライズデール・アーツと下関
 ライフパーク/人生という芸術の肖像

~3.23 SUN まで開催中

休館日 毎週月曜日 (振替休日の2月24日は開館)
 開館時間 午前9時30分~午後5時 (入館は午後4時30分まで)
 観覧料 一般1000円(800円)/大学生800円(600円)

※()内は平日料金
 ※18歳以下の方および高等学校、中等教育学校、特別支援学校に在学の生徒は無料

主催 下関市立美術館 毎日新聞社 sysテレビ山口 後援 下関市立大学 企画協力 グライズデール・アーツ
 協力 キングストン大学芸術学部建築修復学科 山口大学 東亜大学芸術学部アートデザイン学科 紺いの会 うららちデザイン事務所
 Arts Council England Henry Moore Foundation The Royal Countryside Fund The Foyle Foundation
 Westmorland and Furness Council Sasakawa Foundation Diawa Anglo-Japanese Foundation Japan House London 撮影:藤田真子/Motoko Fujita

下関が、グライズデール・アーツが日本での活動の端緒をひらく記念の地のひとつであると名乗りをあげる本企画。展示は、推進し役となった下関市生まれの写真家 藤田真子(ふじた・もとこ/アイルランド在住)の出会いと足跡を紹介しつつ、所属アーティストの現地制作、グライズデール・アーツのこれまでの軌跡の紹介をあわせ構成する。

下関市立美術館 山口県下関市長府黒門東町1-1 TEL:083-245-4131 https://www.city.shimonoseki.lg.jp/site/art/

Orizdale Arts and Shimonoseki: Utopia/ A Portrait of Art as Life 18 February - 23 March 2025 Shimonoseki City Art Museum 1-1 Chōku-Kuramon-Higashi-cho, Shimonoseki, Yamaguchi, Japan

山口県総合芸術文化祭 2024 Cultúr Éireann Culture Ireland Promoting Irish Arts Worldwide

半額以下 & 送料無料

3/31(月)まで!!

※1 本企画の有効期間の終了後にも、本広告での販売価格と同一の価格にて販売する場合がございます。

低反発マットレス
トゥールスリーパー プレミアム True Sleeper

シリーズ売上金額 **第1位**
累計出荷数 **1200**万個突破

安心の日本製**

睡眠中の腰や肩の負担に悩む
約87%の方がラクになった!



独自の低反発素材
ウルトラ ヴィスコエラスティック



衝撃吸収性に優れ、復元性のある低反発素材が体のラインに合わせてフィット。

お使いの敷き寝具、へたっていないですか?

へたった敷き寝具を使い続けていると...

- 腰に負担がかかる
- 理想の寝姿勢が保てない
- 雑菌やダニの繁殖で不衛生

3~5年を目安に、新しい敷き寝具への買い替えをおすすめしています。



寝具セラピスト/
睡眠環境プランナー
三橋美穂氏
*個人の意見です

WOWSALE! 半額以下 & 送料無料

3/31(月)まで!!

トゥールスリーパー プレミアム

単品通常価格
シングルサイズ 前 25,080円
ダブルサイズ 前 30,080円
クイーンサイズ 前 35,080円

特典 低反発まくら
通常価格 5,500円

ちょっと低反発素材のまくら。就寝時だけでなく、いつでもご利用いただけます。洗えるカバー付。

特典 抗菌掛け布団
通常価格 8,580円

抗菌防臭加工の掛け布団。洗濯機で洗えるので清潔にお使いいただけます。サイズ約210x190cm

合わなければ全額返金!

60日間 寝試し

※1 商品到着日から寝試しスタート
※2 満足いただけない場合、お電話
※3 ご連絡後、商品代金を全額返金

単品通常価格合計 **39,160円**のところ

特別セット価格

16,500円 (税込) **送料 無料**

57%引き

あと、1万円プラスすれば、**2枚セット**が手に入る!

トゥールスリーパー プレミアム(シングル) x2
低反発まくら x2 抗菌掛け布団 x2

単品通常価格合計 **78,320円**のところ

特別セット価格 **26,500円** (税込) **送料 無料**

2枚セットは **66%**引き

睡眠中の腰や肩の負担を軽減!

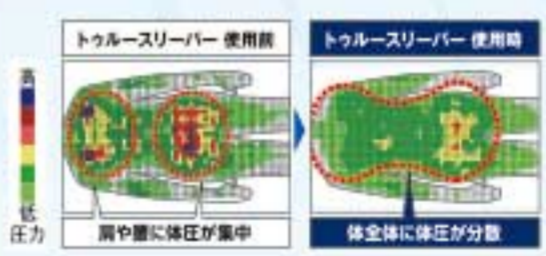
バレエボール指導者 **中田久美さん**

※トゥールスリーパーシリーズをご愛用の貴人の感想です



腰や肩にかかる圧力を分散

トゥールスリーパー使用前と比べると、使用時は体圧が分散され、睡眠中の腰や肩にかかる負担が軽減することが確認されました。



寝具の上に敷くだけ

トゥールスリーパーは、今お使いの布団やマットレスの上に敷くだけ。お手軽で手間もかかりません。



※2 低反発性 (JIS規格に準じ) マットレス 睡眠国内市場 2013年度~2023年度小売市場金額ベース シリーズ製品合算値(株)失野経済研究所調べ 2024年8月現在 本調査結果は、定性的な調査・分析手法による推計である。 ※3 2003年4月~2022年6月までのマットレス・セブンスピロー・ホオンテックのシリーズ累計出荷数の合算 ※4 マットレス本体のみ。 ※5 当社調べ/2022年10月アンケート実施/トゥールスリーパープレミアムシリーズとプレミアム購入者233人中205人うかつになった「やわらかく」や「うかつになった」と回答 ※6 衛生性のみ JIS L 1902「繊維製品の抗菌性試験方法及び抗菌効果」の菌液吸収法による第三者機関試験の結果/抗菌活性値2.2以上のものを抗菌防臭加工とする当社基準に適合 ※7 洗濯の際は、洗濯マークを参照の上、洗濯ネットを使用してください。

● その他のサイズの価格はこちら

1枚セット		2枚セット	
サイズ	特別セット価格	サイズ	特別セット価格
セミダブル	18,000円	セミダブル+セミダブル	29,500円
ダブル	19,500円	ダブル+ダブル	31,000円
クイーン	21,000円	ダブル+クイーン	32,500円
		セミダブル+クイーン	35,500円

【トゥールスリーパー】は各種サイズをご用意しております

サイズ	単品通常価格	特別セット価格
● シングルサイズ 前 約170 高さ195 (厚10cm)	25,080円	16,500円
● セミダブルサイズ 前 約170 高さ195 (厚10cm)	27,060円	18,000円
● ダブルサイズ 前 約140 高さ195 (厚10cm)	29,480円	19,500円
● クイーンサイズ 前 約180 高さ195 (厚10cm)	31,680円	21,000円

ご購入でもOK! **60日間 返品保証**
購入者安心! **1年間交換保証**

ご注文は今すぐお電話で! >>> 24時間・年中無休・通話料無料

0120-096-033

FAX: 0120-096-220

ご購入には、ショップジャパン販売規約(www.shopjapan.co.jp/kyakui)が適用されます。

【お支払い方法】 代金引換またはクレジットカード決済は別途手数料がかかります。代金引換とクレジットを利用の際は別途手数料330円(税込)が必要となります。

【商品の到着】 ご注文いただいた日より1~2週間以内で届きます。ご注文の商品が在庫切れの場合は、ご注文の商品の在庫がなくなるまでお待ちください。

● スマホから簡単注文! ● ハガキ・FAX記入例(※お申し込みの際は)

ネット専用注文番号 **4279**

〒060-0033 日本札幌市中央区南一条西11丁目1-11
ショップジャパン 札幌支店

● 5名 (フリガナ)
● 郵便番号 ● 性別
● 電話番号 ● 年齢
● 生年月日
● トールスリーパープレミアム
● 1枚または2枚セット
● サイズ ● 必要事項
● 代金引換希望
● お申込番号
D96033

お客の個人情報を第三者に提供しないポリシーについてはこちら
お問い合わせ先: <https://www.oaklawn.co.jp/privacy>

株式会社 オークローンマーケティング
〒105-6321 東京都港区三軒上 2-1-1
ショップジャパン 21F

Instagram YouTube X J-GMA





2025.4.19 (SAT)

関西で話題殺到の
ミニ四駆イベントが
北九州空港に上陸!
初心者も安心して参加できる
「各種見学会+
ミニ四駆ワークショップ」に行こう!

主催：株式会社毎日新聞九州センター/株式会社毎日メディアサービス/北九州エアターミナル株式会社

1. ミニ四駆レース

経験者向け

最大220名参加のミニ四駆レース。
自慢のミニ四駆を走らせて優勝を目指そう!

MC: 人気ミニ四駆Youtuber+アイドルが担当!

 クウ・リキ	 FTさやか
 しろっこ	 モンスター ファクトリー

レースルール

① **予選** 夢人・ヘリポート・ONE'S HOBBYの3レーン、No-Continueの5レーンからコースを選んで予選!

② **決勝** 上位25%の方でNo-Continueの5レーンコースで決勝!
(予選落ちの方も3レーンコースで店舗杯を開催)

レギュレーション
オープン(タミヤ公式大会に準じます)
<https://www.tamiya.com/japan/mini4wd/regulation.html>

スケジュール

10:00~	●開会式
10:30~	●予選開始

詳細なスケジュールは後日ホームページにて発表

受付場所 北九州空港ロビー
(北九州市小倉南区空港北町6)

受付時間 9:30~

参加費 大人・子ども共通
1名様 **3,500円**(税込)
※各自自作のミニ四駆持参

各種見学会+ミニ四駆ワークショップも開催!

2. 新聞工場見学コース

初心者OK 先着15組(30名)

毎日新聞の新聞記者による作文の書き方講座の後、毎日新聞工場見学を行います。午後は空港へ移動し、ミニ四駆大会の見学や、ワークショップにご参加いただくコースです。

対象 小学4~6年生+保護者のペア2名

受付場所 毎日新聞九州センター北九州工場
(福岡県北九州市小倉南区朽網3914-6)
※受付場所は北九州空港ではありません
※工場から北九州空港まで各自自家用車での移動となります

受付時間 10:00~

参加費 親子またはペア1組様 **4,000円**(税込)
※ミニ四駆は別途1台1,000円
(最低1台購入必須)

スケジュール

10:30~12:40	●工場見学
12:40~14:00	●休憩・移動※各自
14:00~15:00	●空港内自由見学
15:00~17:00	●ミニ四駆 ワークショップ




3. ヘリコプター見学コース

初心者OK 先着15組(30名)

ミニ四駆ワークショップ後、毎日新聞ヘリコプターの操縦席に乗り写真撮影も行えるコースです。

対象 小学生以上+保護者
または大人のみでのペア2名

受付場所 北九州空港ロビー
(北九州市小倉南区空港北町6)

受付時間 10:00~

参加費 親子またはペア1組様 **4,000円**(税込)
※ミニ四駆は別途1台1,000円
(最低1台購入必須)

スケジュール

10:30~12:30	●ミニ四駆 ワークショップ
12:30~13:30	●休憩・移動
13:30~14:00	●格納庫へ移動
14:00~15:00	●ヘリコプター見学



4. 空港バックヤード見学コース

初心者OK 先着13組(26名)

ご好評につき
応募を締め切りました。

各コースとも参加枠残りわずか!

先着順のため、お早めにお申込みください。

ミニ四駆レース決勝後は **①~④のイベント参加者対象**
豪華景品が当たるじゃんけん大会を開催!

イベントの
詳細・申込は
こちら



※諸般の事情により企画内容が一部変更及び中止になる可能性があります
※②③④「ミニ四駆ワークショップ」は、組み立て指導とコース使用の実走行を行います
※②③④お子さま2名以上の参加、お子さまのみのペア、小学生未満の参加不可
※飲食物は各自購入・ご用意ください ※②③④各種見学会は各社より無料提供しております
※参加費に北九州空港の駐車料金(1日600円)は含まれません

プレゼント
城島高原パーク入園券+のりものパス券(5,500円)

応募締切日 3/12(日)

新アトラクション「シューティングシアター XOダークライド」登場!! 迫力の3Dグラフィック映像に連動するモーションシートに座り、リアルに振動する光線銃でターゲットを狙い撃つアトラクション。その他春の城島高原パークはイベントも盛り沢山!

提供 城島高原パーク ☎0977-22-1165 城島高原パーク

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「年を感じる瞬間」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

応募する地域の結果、プレゼントを発送させていただきます。応募は発送をもって完了させていただきます。ハガキの応募は消印有効。

地元で活躍する人たちのキャリアストーリー

お手入れと体操で広がる笑顔

SEA MEYN -シーメイン- | 藤井 弥生さん

若松区を拠点に、お手入れと体操教室をメインに活動する藤井さんの、凝り固まった身体をゆるめ、心身ともに健康に生きるためのお手入れをする。

お手入れとは、オイルを使い優しいタッチによるケアをおこなうこと。それによって緊張がとけてリラックスすることで、身体がほぐれていく。身体をゆるめることで、同時に心もゆるめることができる。お手入れによって心身ともにほぐされても、日が経つと身体が元の状態に戻ろうとするため維持するためには、日々のメンテナンスも大切になる。そこで藤井さんは体操教室も始めた。ゆっくりとした呼吸でひとつひとつ丁寧にポーズを取ることで身体の中が循環し、不調が改善するなど、目に見える変化を感じ「またやりたい」と続けられる人が多い。そして覚えやすいので、家でも実践できる。セルフケアができるようになることで、本来の過ごしやすい身体を維持することができる。現在は産婦人科でママへのオイルトリートメントもおこなうなど、活動の幅を広げている。

活動を始めるまでの藤井さんは、なかなか自信を持つことが出来ずに「自分には出来ない」とマイナス思考になることが多かった。そこで、自分と向き合うためにスクールに通い、自身が人生の中で何をやっていきたいか、これまではどうだったかなどひとつひとつ紐解き、向き合った。その中で見つけたものが、現在の活動へと繋がった。葛藤をしつつも継続することで気持ちを固め、自信をもって人へ勧



写真左:「自分自身の心と身体、あなたの「好き」や考え方を大切に、行動するためのお手入れができた」と語る藤井さん。
写真右:オイルでのお手入れは、施術中に寝たことに自身で気が付かないほど、心身共に自然体。

めながら活動を続けることができるようになったと話す。今後は、活動の範囲や年齢層をさらに広げ、それぞれの地域やフェーズが同じ方が交流し情報交換ができるような場作りをしたいと語る。自身が実際に体験し、「これだ」と思うものを見つけ、広めるために行動をし、情熱を注ぐ姿に多くの人が集まる。来た時よりも素敵な笑顔で帰宅するお客様の姿を見送る藤井さんの顔は、自信がなかった頃を感じさせないほど満ち足りた笑顔で溢れている。

藤井 弥生(ふじい やよい)さん/子育てと両立しながらお手入れや体操教室をメインに活動。心を見つめ直すオリジナルカードや、オリジナルキャラクター「いびつキュン」の創作など、ありのままの自分を受け入れることの大切さを伝えるため、幅広く活躍中。

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

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

誕生月占い 3/8▶3/14

LINEで無料占い宝箱

Instagram 七神徳香

1月 直感が冴え渡りそう。周囲の意見も参考に動くアイデアと閃力が上がるはず。(ラッキーカラー)黒	2月 変化の波が訪れる予感!何事も柔軟に対応しよう。冷静な判断が求められる。(ラッキーカラー)白	3月 運気が穏やかになりそう。自己成長のための時間を大切にすると、チャンス到来。(ラッキーカラー)黄	4月 他者と協力し、チームワークを大切にしよう。何かを始めるタイミングに恵まれそう。(ラッキーカラー)金	5月 自己表現が重要!意見をハッキリ相手に伝えよう!心身も好調になるはず。(ラッキーカラー)紫	6月 調和を意識し、周囲とのバランスを大切にしてみよう。体調管理も万全にしよう。(ラッキーカラー)銀
7月 チャンスが運って来そう。自信を持ち、思い切って行動に移すとき。(ラッキーカラー)青	8月 落ち着いて仕事や物事に取組もう!自然の中で心身のリフレッシュも試みよう。(ラッキーカラー)赤	9月 新たな出会いが運気を引き上げそう。コミュニケーションを取り、協力は惜しみなくしよう。(ラッキーカラー)橙	10月 気力は十分あり、心身のバランスが取れた状態に!アイディアも評価されやすい。(ラッキーカラー)ピンク	11月 無理なく自然体で行動しよう!ペースを乱さない事で努力が実を結びやすい。(ラッキーカラー)緑	12月 交流が活発になりそう。第一印象を大事にし、無理なく淡々と輪を広げていこう!(ラッキーカラー)藍

READER'S VOICE! 今週のお題 1日の中の楽しみ

夕食後の孫とテレビ電話でのおしゃべりです。孫たちの好きなプリキュアやアンパンマンの話等、ばあばアニメ勉強中です。小倉北区/68歳女性

家でうさぎが待っていると仕事もなんとか頑張れます!撫でて〜と言わばかりに近寄って来てくれるのでとっても可愛いです。小倉北区/26歳女性

子ども達が学校・幼稚園に行っている間、家事を終えた後に1人で恋愛映画を観る時間!隠している高級チョコレートと一緒に!戸畑区/36歳女性

入浴です。湯船にバスソルトを入れゆっくり浸かりたっぷりの汗をかき、冷水のシャワーを浴びるを数回繰り返しがります。八幡西区/60歳女性

1歳の娘が昼寝中にケーキやチョコを食べるのが私のご褒美です。夜まで頑張りうという気持ちになります!若松区/32歳女性

記事・広告など掲載に関するお問い合わせは 発行 M 毎日メディアサービス サンデー事業本部 ☎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

広告掲載のお問い合わせ・お申込みは ☎093-383-1157

過去の求人をご覧頂けます。

障がい者グループホームの男女世話人募集 まずはお気軽にお電話ください。

仕事内容
・共同生活住居において、支援・相談、日常生活のサポート
・食事の提供(関連病院の給食からの運搬、温め、盛付等)
・入所者の投薬管理

時間▶(平日)7:00~11:00(4.0h)
16:00~20:30(4.5h)
(土日祝)7:00~13:00(6.0h)
14:00~20:00(6.0h)

時給▶1,000~1,100円
勤務▶月18日程度 ※休日は希望に応じて調整
待遇▶交通費(規定)支給
マイカー通勤可
各種保険有(勤務時間による)

医療法人 三芳会
グループホームさくら荘 若松区大字小敷ひびきの1-10-1 ☎093-742-2000(自当/業林)

清掃スタッフ《急募》

★お仕事が初めての方も大歓迎!
勤務地▶八幡西区三ヶ森1丁目
内容▶マンション清掃業務
時間▶9:00~11:00 ※時間帯相談
時給▶1,000円
勤務▶月曜・木曜(週2日)
応募▶まずは、お気軽にお電話ください。

週2日、1日2時間! 少し体を動かしませんか?

(有)ワールドサンエイ
門司区大里本町2丁目2-22 ☎093-391-2550受付/平日9~17時

小学校給食調理員(常勤・パート)

★幅広い年代の方が活躍しています。子育て中のスタッフも頑張っています!
勤務地▶熊西小学校(八幡西区西曲里町) 塔野小学校(八幡西区塔野)

勤務▶①常勤/8:00~16:30(7.5h) ※栄養士又は調理師免許
②パート/8:30~15:00(5.5h) 8:30~12:30(4h) ※週2日~OK ※時間等相談可
給与▶①月給145,000円~ ②時給1,000円~
待遇▶白衣貸与、雇用保険、交通費支給(マイカー通勤はガソリン代)

西日本フードサービス(株)
本社/小倉南区下城野3-3-2 ☎093-951-9093*まずはお電話を!

朝食調理員募集(パート)

勤務地▶八幡西区永大丸の新築社員寮
内容▶朝食の簡単な調理、盛付け、食器洗浄(20~30食程度)
時間▶午前4:00~午前9:00(4時間程度) ※週3~4日
給与▶時給1,200円
休日▶シフト制 ※希望休も可
待遇▶交通費(規定)支給
有給休暇、制服貸与
マイカー通勤可
きれいな厨房です☆

寮の管理人同時募集(来客対応等)

西日本フードサービス(株)
本社/小倉南区下城野3-3-2 ☎093-951-9093*まずはお電話を!

サンデー北九州、業務拡大につき

スタッフ募集

全戸配布型生活情報紙では発行部数350,000部と北九州エリアNO.1のフリーペーパー「サンデー北九州」で、地域を元気にする紙面と一緒に作りませんか? とってもやりがいのあるお仕事です!

【事業内容】新聞折込広告、広告業、フリーペーパーの発行、ポスティング、HP制作

- 職種/営業企画(業務委託) ※面接時に職務内容などをご説明いたします。
- 資格/20才~ ※要普通免許、自家用車使用
- 時間/勤務時間の拘束は有りません。ご都合のよい時間帯に自由にお仕事ができます。
- 給与/完全歩合制 ■休日/土、日、祝日
- 応募/履歴書(写真貼付)を下記宛先まで郵送。又はご来社頂いても結構です。書類選考の上、面接日等を追って連絡いたします。

営業未経験者OK
主婦・ママも活躍中!

SUNDAY 発行部数350,000部 サンデー北九州
〒800-0251 北九州市小倉南区葛原5-3-3 ☎093-473-2180

児童クラブ支援員募集!!

契約職員 【勤務地】水巻町内の児童クラブ

仕事内容 子どもたちが安心安全に過ごせるよう、外遊びや室内遊び、自主学習の見守りをお願いします。
※勉強を教えることはしません。その他、施設内の清掃、おやつ準備・片付け、保護者対応等。

時間 ①(平日) 13:00~18:30(内5~5.5h) ※週2日10:00~
②(土曜日・長期休み期間) 8:00~18:30(内8時間)

資格 必須、下記のいずれか
保育士、放課後児童支援員認定資格
幼稚園・小・中学校教諭

待遇 昇給あり、マイカー通勤可
交通費支給(上限あり)、雇用・労災・健康・厚生保健

時給 **1,150円~**
※定期昇給あり
処遇改善手当あり

ふくし生協 水巻児童クラブセンター
遠賀郡水巻町伊左3丁目4-1

お気軽に
お電話ください **TEL 093-482-9833**

シルバー登録会員募集

【対象】北九州市にお住まいの60歳以上の方

一大会説明会
週20時間未満の生きがい就労です。
60代の方が活躍中です!! ★元気な方を募集しています★

仕事内容
●工場内軽作業(若松区)
●スーパー調理補助、商品補充(若松区)
●介護施設配膳・見守り、調理補助、清掃(八幡西区、若松区)
●保育所清掃

特に若松区、八幡西区南部の会員が不足しています。
ご入会をお待ちしております。

まずはご相談など、お気軽にお問い合わせください!

(公社)北九州市シルバー人材センター 西部出張所
北九州市八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ3階 **TEL 093-482-6112**

令和7年 3月13日(日) ※公共交通機関をご利用ください
入会説明会場
【場所】若松区役所4階 402会議室
【時間】①10:00~②13:30~ ※60分程度

入会説明会場(飯塚駅前・電話予約 ☎093-482-6112)
【場所】八幡西区役所4階 中央エレベーター前スペース
【日時】月、水、金の10時、11時(祝日を除く)
入会説明会場(飯塚駅前・電話予約 ☎093-482-6112)
【場所】北九州市シルバー人材センター西部出張所
【日時】火、木の9時、10時、14時(祝日を除く)

マンション内清掃スタッフ 新規現場による増員募集

勤務地 八幡西区東曲里近辺

内容 エントランスなど共有部分の清掃
ゴミ回収ほか

給与 時給 **1,010円~**

時間 8:00~12:00
※月・木曜日の勤務

午前中だけの勤務です!

待遇/交通費・物件手当(当社規定支給)、マイカー通勤、制服貸与、研修期間1ヶ月程度(同条件)

株式会社 サンエージェンシー
北九州市小倉北区神岳2丁目11-13 **TEL:093-531-4894** (採用担当まで)

第49回 シニア向けマンションゆうゆう壱番館「学べる見学会」開催!

【開催日】3月22日(土)
【時間】10:00~13:00
【会場】ゆうゆう壱番館
【定員】20名(完全予約制)
【参加費】無料(※ランチご希望の方は1,000円(税込))

相続対策講座
シニアに役立つ情報が満載!!
専門家が分かりやすく解説
ご希望の方はランチ試食も可

【当日のスケジュール】
10:05~10:45 講演
10:50~11:40 参観館説明
11:45~12:15 館内見学
12:15~13:00 ランチ試食
※終了後、個別相談あります。

学びのポイント
①人生100年時代
ライフキャリアを見つめ直す
②財産の洗い出し
必要な理由とそのやり方
③適切な相続手続き、活用できる新制度

講師 岡信太郎 司法書士

「相続」にはたくさんのお手続きがありますが、できることから手をつけることが、負担軽減につながります。本講座でポイントを押さえて、今日から相続対策を始めましょう!

「ゆうゆう壱番館」は、お元気なうちにご入居いただけるシニア向けマンションです。<見学会は随時受付中>

住宅管理科 老人ホーム ゆうゆう壱番館 お申し込み **TEL.093-961-0001** 北九州市小倉南区里和台1丁目1番11号
<運営会社> 西不産中央情報センター

病院給食の調理スタッフ

★福利厚生も充実 ★働きやすさ◎ ★未経験者、60歳以上大歓迎!! ★主婦活躍中!!

【勤務地】西神原町内クリニック
(北九州市八幡西区西神原町9-19 ※西神原バス停より徒歩1分)

シニア活躍中

給与 パート(時給) **1,250円~**
契約:(月給)210,000円~

職種/フルタイムパート調理員
(契約社員)調理師

内容/食材切込、調理、盛り付け、配膳、洗浄、清掃等

時間/①6:00~15:00(実働8h) ②10:30~19:30(実働8h)
※シフト制 ※月21日勤務

資格/施設調理の経験のある方、又は調理のできる方歓迎
(契約社員)調理師免許必須

待遇/社会保険完備、通勤手当あり、車通勤可(駐車場代/有料)
制服貸与、有給休暇、食事付き(1回250円)
ベネフィットステーション加入

まずはお気軽にお電話下さい。
(月~金9:00~18:00)
※面接は現地にて行います。

(株)トータル・メディカルサービス ☎092-962-9090 糟屋郡新宮町緑ヶ浜4-17-22

スタッフ募集!!(正社員・アルバイト)

【勤務地】八幡東区東田(オフィスビル内)
清掃スタッフ(正・ア) 男女活躍中!!
内容/オフィスビル内の清掃
時間/①(正)7:00~16:00(8H)
②(ア)8:00~17:00(8H)
JR八幡駅より徒歩10分

【勤務地】八幡東区尾倉(総合病院内)
清掃スタッフ(ア) 女性活躍中!!
内容/総合病院内の清掃
時間/①8:00~12:00(4H)
②12:00~15:00(3H)
③9:00~12:00(3H)
④13:00~16:00(3H)
日曜のみの勤務もあり

【勤務地】八幡西区岸の浦(文化施設内)
清掃スタッフ(ア) 女性活躍中!!
内容/施設内の清掃
時間/7:30~11:30(4H)

給与/当社規定による
待遇/交通費支給、制服貸与
その他/詳細は面談の上

応募)お気軽にお電話ください。(平日の9時~17時まで受付)詳細をご連絡致します。※面接時、履歴書(写真付)をご持参下さい。

トータルビルメンテナンス 北九州市小倉北区浅野2-14-1 KMMビル6F(UR新幹線口前)
北九州ふよう株式会社 ☎093-511-6460(代)

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)

時給/ **1,200円(+交通費)** 未経験者・女性・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

医院スタッフ募集

パート

◆ケアドライバー

【内容】通所リハ、病院通院のための利用者、患者様の送迎。
院内での物療業務、簡単な事務作業など。

【資格】普通運転免許
介護職員初任者研修、普通2種免許など優遇

【時間】7:00~14:00、7:30~14:00、8:00~17:00
※シフト制

【勤務】月172時間程度

【給与】時給 **1,000円~**

【休日】日曜日、他シフト制

医療法人 後藤外科胃腸科医院 北九州市八幡西区浅川2丁目15-20
応募)電話連絡後、履歴書(写真付)をご持参ください。 **TEL 093-692-5100** (担当/井上)

HOUSING SUNDAY 西版

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

ハウジングサンデー 検索

二次元コードからもアクセス!

お問合せ・お申込み
A・PLAN エープラン株式会社
☎093-581-8824 (24時間受付)

ネット版 ハウジングサンデー
サンデー北九州の東版・西版・南版にてハウジングサンデーを掲載中。
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。

住まいに関する情報
ハウジングサンデー 検索

サンデー北九州 発行部数 **約350,000部**

解体工事です

安心・安全・低価格
坪単価 **14,000円~** **見積無料** お気軽にご相談下さい!

新規資料請求・来場予約をいただいた方の中から
抽選で **5名様に 1,000円分** QUOカード プレゼント!!

掲出企業様 アイビックホーム

TEL:0930-55-6996

新築住宅をVR内覧!!

運営 **A・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**

VRは こちらから!

VR住まいの森 検索

TEL:0930-55-6996