



Contents

- PICK UP! P2 / デジタル社会を生きていくために
- PICK UP! P4 / 今週のエリアトピックス
- PICK UP! P6 / 芸能インタビュー

※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。



和洋創作バイキング あったか鍋フェア 開催中!

宗像市のグローバルアリーナ内にある『和洋創作バイキングレストランGAクラブ』では、「あったか鍋フェア」を開催中。3種類の中から2つを選べる鍋出汁は二層鍋で同時に堪能でき、お肉や魚、野菜などの具材はもちろん、唐揚げやハンバーグ、サラダやデザート、さらにランチではローストビーフ、ディナーではビーフステーキが食べ放題!体の芯まで温まるお鍋とバイキング料理が心ゆくまで楽しめる♪木のぬくもり溢れる店内は80席もあり、宴会や集まりごとにも◎!イングリッシュガーデンを一望できるテラス席もおすすめ。家族や友達と『GAクラブ』で心地よいひと時を過ごしてみたいか。

- あったか鍋フェア2,310円〜
- ※ランチ、ディナーは土・日・祝日で料金が異なる
- 写真はイメージ



サンデー持参で 同行4名様まで10%割引

※1グループ1回限り / 利用時にチラシは回収
[R8.2月末まで有効]

和洋創作バイキングレストラン GAクラブ

☎0940-33-9234

〒804-0001 宗像市吉留46-1グローバルアリーナ内
食堂2F (エレベーター付き)
営業時間: 11:00~15:00 (OS14:00)
17:00~21:00 (OS20:00)

不定休

駐車場あり

Instagram: @ga.club



実施期間 (3/19までの受付分)
1/29~3/22日までのご入校

学生限定 SPRING CAMPAIGN 2026

新生活に向けてスタートダッシュ!

キャンペーン特典①

入学金 11,000円 OFF

税込円

普通車AT希望(現住所なし)の場合
通常総額(税込) 322,340円 → 311,340円

準中型車AT希望(現住所なし)の場合
通常総額(税込) 397,800円 → 386,800円

※仮免許申請料(福岡県納入)は仮免許試験手数料1,800円(非課税)・仮免許交付手数料1,100円(非課税)です。
※限定解除の方はキャンペーン適用外となります。
※キャンペーン価格をご利用の方はペーパー割引をご利用いただけません。
※学生は延長料金も補習料・夜間料が一切かかりません

キャンペーン特典②

ご友人紹介キャンペーン

ご紹介いただいた方に、ご紹介人数分を進呈!

EJOICA セレクトギフトは株式会社NTTカードソリューションが発行する電子マネーギフトです

セレクトギフト 5,000円分プレゼント!

詳しくはこちら

※ご紹介条件 / 普通車・準中型車入校限定(限定解除・審査は除く)
※紹介人数の上限はございません

特別全カ応援プラン限定受付
普通車AT限定

スピードプラン

各入校日5名様限定

今ならまだ3月、4月で卒業を目指す方法があります!

入校日	最短卒業予定日
2/15日	3/28日
2/19日	3/31日
2/22日	4/ 2日
2/26日	4/ 4日

＜スピードプラン/普通車AT限定＞
・オプション価格
プラス +33,000円(税込)
・各入校日定員 5名
※お早目のお申し込みをお勧めいたします

3月、4月に間に合わなくても大丈夫!
教習期間は入校から9カ月間有効
GW前後や夏休みを利用して卒業できます!!

※お客様のご都合や体調不良による教習遅延の場合、ご卒業が大幅にずれることがあります
※最短卒業日数は授業に伴う補習や検定の可否及び天候の悪化等により卒業日数が変わることがあり、卒業日をお約束するものではありません

キャンペーン特典③

お友達と一緒にペア特典

お2人以上同時申込で

3,300円 OFF

税込円

※お申し込み時2名様以上同時での申し込みに限ります

おんが自動車学校は
はじめてでも安心のサポート!!

おんがが応援します!

Sun Sun School おんが自動車学校

気になる! あなたへ 093-293-2311

お気軽にお問合せください

福岡県遠賀郡遠賀町今古賀 81-5 ☎~☎ 9時から19時 / 📺📺📺 9時から15時

※本キャンペーンは普通車・準中型車以外の車種は対象外となります。

■入学金 / <学生(学割料金)普通車:35,000円(税込38,500円) / 準中型車:35,000円(税込38,500円) > 教習料 / AT車:234,800円(税込258,280円) / 準中型車:303,000円(税込333,300円) 教本代 / 3,000円(税込3,300円) 写真代 / 1,000円(税込1,100円) 適性検査代 / 3,000円(税込3,300円) 原簿代 / 2,000円(税込2,200円) 修了検定 / (普通車5,800円 / 準中型車6,000円) (税込6,600円) 卒業検定 / (普通車5,800円(税込6,380円) / 準中型車6,000円(税込6,600円)) 補習料(1時間) / 普通車5,800円(税込6,380円) / 準中型車6,000円(税込6,600円)

※仮免許料(福岡県納入) / 2,900円(税込3,190円) 仮免許試験手数料 / 1,800円(非課税) 仮免許交付手数料 / 1,100円(非課税) 仮免許料試験不合格者は、別途1回1,800円(非課税)が必要となります。※個人差により上記以外にかかる料金 / 修了検定・卒業検定(検定不合格の場合のみ) < 1回: 普通車5,800円(税込6,380円) / 準中型車6,000円(税込6,600円) > ※高速教習は実車にて行います。※途中解約の場合、教習期限内に限り当該規定によりご返金いたします。※普通車免許をお持ちの方で準中型車希望の方はキャンペーン対象外となります。※限定解除の方はキャンペーン対象外となります。※キャンペーン中はペーパー割引をご利用いただけません。※その他車種についてはお問い合わせください。

情報検索・SNS・ゲーム・動画・ネットショッピング/ デジタル社会を 生きていくために

インターネット、スマートフォンなどのデジタルツールの普及により便利になっていく私たちの生活。でも、その分リスクも増えている!？加速するデジタル社会との付き合い方について考えてみよう。

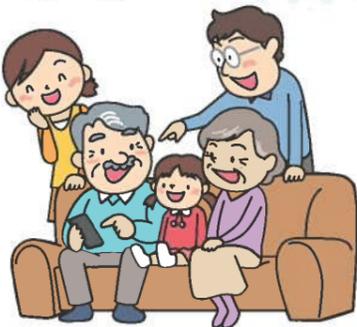


心配や不安がいっぱい!? デジタル社会の子育て

連絡はもちろん、調べものやゲームができたりと、便利なスマートフォン。子どもには何歳から持たせるか、どこまで使わせていいか…。よくあるお悩みの考え方をご紹介します

POINT 何歳からが適切という正解はなし!

家族構成、家庭環境、子どもの特性などによって異なるため、「スマートフォンは何歳からなら持たせてOK」といった明確な基準はない。その子に必要なのか、何のために持たせるのかを考えながら導入を検討しよう。



POINT 大人が子どものお手本になろう

子どもは周囲の人をまねしたり、大人が使うものに興味をもつもの。子どもの目に触れる場所や時間だけでも、スマホの使い方を意識してみよう。



POINT 適切な使い方ができるように見守ろう

子どもがスマホやタブレットを利用する時は、視力や姿勢への影響や、コミュニケーション能力の低下が心配。子どもの力を育み守る仕組みを、大人が作ってあげよう。



子どもに対する大人の行動を見直そう!

- 保護者がSNS・ゲーム・動画などを楽しむときは、子どもの不在時や眠ったあとに
- 保護者のスマホを貸す時も、フィルタリングを忘れずに
- 日中の連絡や急ぎの用事は、できるだけ電話を使うよう保護者同士で話し合ってみよう
- 動画を見せるなら、1本ごとに小休憩。見終わったら内容や感想を聞かせてもらうのも◎15~30分程度を目安に、気軽に話しかけてみよう



セキュリティ・プライバシー・詐欺被害etc… 大人も子どもも気を付けよう! デジタル社会の危険性

POINT SNSの使い方に気を付けて

SNSに上げている情報から個人が特定され、家族に危険が及ぶことも。子どもが通っている場所や、個人名、他の家族や友達が写っている写真・動画を勝手にインターネットにアップするのはNG! 必ず友達や保護者、園や学校に許可をとろう。切り抜き、ぼかしなどの加工も活用しよう。



POINT 実は危ない? フリーWi-Fi

フリーWi-Fiから、通信内容やID・パスワードが抜き取られることも! ? 設置元が不明なものや、名前が不自然なものなど、違和感のあるフリーWi-Fiには接続しないでおこう。日頃の行動範囲で、信頼できるWi-Fiスポットを見つけておくと安心。



POINT 個人情報の目的外利用に気を付けて

性格診断や占いなどのツール、アンケートなどを通じて、個人情報を抜き取る手口が横行中。個人情報は安易に入力せず、利用規約をよく確認しよう。



POINT デマや誤情報に振り回されないで

生成AIの普及により、偽情報はより見分けにくくなっている。デマを拡散して、自分や誰かを危険にさらさないよう、情報源や発信元を気にしてみよう。



急速に普及しているAI。その使い方は大丈夫? 生成AIの使い方に要注意

知りたいことをすぐに教えてくれたり、画像や文章を作れたり便利な生成AI。その技術が身近になっている今、危険性も知っておこう。

そもそも生成AIとは?

コンピュータがまるで人間のように、コンテンツを作り出すことができる技術のこと。生成AIに指示(プロンプト)を入力すると、文脈に沿った回答が出力されたり、文章や画像、動画などが作成できる。指示の方法に高度な技術は必要なく、文章のほか、画像・音声・グラフなどを入力しても回答を得られる。



CAUTION 情報流出に気を付けて

生成AIは、利用者が入力したデータを学習データとして利用することがある。規約を確認し、個人情報や機密情報の入力には気を配ろう。

CAUTION 他人の著作権を侵害しない

漫画やアニメのキャラクター、企業のロゴやデザインは、著作権や意匠権で守られている。他人の知的財産の侵害を防ぐため、「○○のキャラクターを描いて」「○○に似たロゴを考えて」などの指示は避けよう。



CAUTION 画像加工がトラブルや人権侵害に!?

友達や芸能人など他人の写真を、生成AIで許可なく加工したり、他人の画像を生成するのはNG! 性的なものや、名誉棄損になるものなど、加工された画像が拡散されて、人権侵害につながるケースも。家庭や友達の間で、生成AIの使い方についてよく話し合っておこう。



今週のサンデー PICK UP NEWS ピックアップニュース

イベント
EVENT

ホークス「2026シーズン新グッズ」
先行予約販売開始
ホークス公式オンラインストア



福岡ソフトバンクホークスが、2/27(金)まで「2026シーズン新グッズ」の先行予約販売を公式オンラインストアにて実施。「Mitchell&Ness」とのコラボレーションアイテムや30選手展開のフォトマイクロファイバータオル、ドーム型マジカルペンライトが登場する。また、2/9(月)まで先行予約にてグッズを購入した方には、限定ノベルティステッカーをプレゼント!2026シーズン開幕に向けて、グッズを揃えて選手たちを応援しよう♪

【期間】~2/27(金)13:00までホークス公式オンラインストアにて販売
※お届け予定は商品ページにてご確認を

- 「[Mitchell&Ness] THUNDERSTORM QUARTER ZIP PULLOVER」16,500円
 - 「[Mitchell&Ness] THUNDERSTORM HEAD COACH HOODIE」16,500円
 - 「26プレイヤーズフォトマイクロファイバータオル」1,800円
 - 「ドーム型マジカルペンライト」3,900円
- ※一部抜粋

www.softbankhawksstore.jp/ja



ライフ
LIFE

愛犬の“ごほうびタイム”に!
健康面もサポートする犬用ガム登場
マッチングワールド(株)



愛犬との毎日をもっと楽しく、もっと健康やかに。“ごほうび時間”を彩る新ブランド「Bark Won」が誕生!愛犬の“ごほうびタイム”をもっと楽しく、そして健康面もしっかりサポートする2つのアイテムをご紹介します。割っても破片がこぼれにくく、きめ細かな繊維質で硬質な仕上がりの無添加・無着色の愛犬用ガム「ごほうび番長」シリーズ、「Chew(かむ)」+「Health(健康)」をテーマに幼犬から老犬まで与えられるほど柔らかく仕上げた機能性ガム「チュウヘルズ」シリーズを展開。全国の小売店などで販売中!

- 「ごほうび番長」フラットS、フラットM、スクエア 各598円
 - 「チュウヘルズ」超小型犬用、小型犬用、小型・中型犬用 各598円
- ※価格はメーカー希望小売価格

0120-033-034



イベント
EVENT

赤ちゃんと一緒に楽しめる
「親子でJAZZ LIVE!」
宗像ユリックス事業部



親子スペースあり、バギーの預かりOK!0歳から入場可能な赤ちゃん連れの方に優しいコンサート♪お子様が泣いてもお互い様。子育てで忙しい毎日を送っている方へ、日々のうっぶんや悩みを忘れられる、すっきりとしてじんわり温まるジャズの時間をお届け。映画「おおかみこどもの雨と雪」で主題歌「おおかさんの唄」を歌うアン・サリーのぬくもりに満ちた歌声と、スカッと気持ちの晴れるブラック ボトム プラス バンドの演奏で癒やされて、明日に向けての活力を音楽で高めよう。

【開催日】2/22(日)10:30~12:00(開場10:00~) 【場所】宗像ユリックス ハーモニーホール(宗像市久原400) 【料金】大人2,500円、未就学児500円、小学生1,500円※チケットは0歳から必要 【販売】宗像ユリックスで販売中※ホームページから購入可、電話予約可

0940-37-1483



八嶋智人が難病の青年とフィンランドへ

2月1日放送、TBS系「第35回JNN企画大賞 大輝のミラクルジャーニー」

TBS系で2月1日に放送する特別番組「第35回JNN企画大賞 大輝のミラクルジャーニー」(日曜15:30=長崎放送制作)では、八嶋智人が生まれつき骨が折れやすい難病「骨形成不全症」と向き合う秋山大輝さんと二人でフィンランドを旅した模様を届ける。

長崎放送で12歳の頃から取材してきた大輝さんは、車いすでの生活を送りながらも「いつかは親に頼らず、自分の力で生きたい」という思いを胸に、20歳を前に福祉大国であるフィンランドへの旅を決意する。初めての飛行機、初めての海外、そして同じ病気の少女との出会い。声の仕事を目指す大輝さんの挑戦を、憧れの俳優である

る八嶋が応援する。

旅の応援団長を務める八嶋は、当初は責任の重さから出演を迷ったことを明かすも、「前向きで愉快な大輝君となら、互いに未経験の困難も乗り越えられると思えた」と参加を決意した理由を語る。

フィンランドで二人は、障害を個性として捉え、社会全体で支えるという考え方に触れる。「車いすで出かける方の多さに大輝君は驚いていました。出かけるからには、そこには積極的な行動が生まれる。そのこと自体がポジティブな生き方になるのでは」と八嶋は持論を語る。

旅を終えた八嶋は、「大輝君はとて自由になったのではないのでしょうか。しかし、自由とはなかなか厄介です。決断する自分の覚悟が必要だから。大輝君にとって、そのことが一番大きな気付きだったのではないのでしょうか。もちろん僕にとっても、自身にも大きな学びとなったことを振り返っている。

トレンドプラス
Trend Plus



TBS系で2月放送の特別番組「第35回JNN企画大賞 大輝のミラクルジャーニー」に出演する八嶋智人(左)、秋山大輝さん(右)



ディズニー・アニメーションの世界を映像と音楽で没入体験!
「ディズニー・アニメーション・イマーシブ・エクスペリエンス」

2026 2.1(日)まで開催中

開催会場 福岡市博物館 特別展示室
(福岡市早良区百道浜3-1-1)

開催時間 9:30~17:30(入館は16:30まで)

休館日 月曜日(月曜が祝日にあたる場合は翌平日)
※年末年始は12/28(日)~2026.1/5(月)休館

【注】「ディズニー・アニメーション・イマーシブ・エクスペリエンス」福岡会場実行委員会(FBS福岡放送、西日本新聞社、西日本新聞イベントサービス)
【企画】ディズニー・JCBカード
【企画】ウォルト・ディズニー・アニメーション・スタジオ、ライトハウス・イマーシブ・スタジオ
【特別協力】ウォルト・ディズニー・ジャパン
【後援】福岡県、福岡県教育委員会、福岡市、福岡市教育委員会、西日本放送、NBS長崎国際テレビ、KKT熊本県民テレビ、KYT鹿児島県テレビ、KRY山口放送

お問い合わせ

「ディズニー・アニメーション・イマーシブ・エクスペリエンス」福岡会場実行委員会
(西日本新聞イベントサービス内) TEL 092-711-5491(平日9:30~17:30)

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、テディベア、ビスクドール等、ご査定可能!!
※ガラスケースや、人形本体以外にはお値段がつかない可能性があります。

「サンデー」を見た方
2/13(金)までのお申し込みで
1,000円キャッシュバック

出張査定(手帳) | 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)東京都港区台場2丁目3番1号トロードピアお台場13階
(福岡営業所)福岡県福岡市博多区鶴崎町7-1 リアンプレミアム呉服町駅2F
古物商許可番号 東京公安委員会許可 第305511104562号

HPIはこちら

お店の売上UPに! サンデーに 広告を出しませんか?

美容室 イベント 求人
飲食店 スクール 不動産

宅配型フリーペーパーで、新聞購読をしていない若年層もしっかりキャッチ!

北版 (週刊) 17,000円~
18,700円(税込)~

まずはお気軽にお問い合わせも 092-471-1177 (株)毎日メディアサービス

家族・動物・料理
思い出の場所etc...
どんな写真でもOK!

Sunday Photo

サンデー フォト



マリー

#2026年
スタート



どろん子

#大興善寺
水の中の鳥居

♡♡♡

お気に入りの1枚を投稿してみませんか?!

E-mail photo@sunday-ns.co.jp

- 1 ニックネーム
- 2 写真へのひとこと
- 3 写真を添えて投稿

QRコードから
らくらく応募



Instagram #サンデー福岡/#Sundayphoto応募

- 1 サンデー福岡の公式Instagramをフォロー
 - 2 上記2つのハッシュタグを付ける
 - 3 「写真へのひとこと」を添えて投稿
- 抽選で選ばれた方はサンデー福岡紙面に掲載させていただきます!
※アカウントを公開してご参加ください。
※サンデー福岡からのODMを受償できるよう設定をお願いします。

Follow me!

Instagram

サンデー福岡公式アカウント
@sunday_fukuoka



※加工写真不可 ※応募者多数の場合は抽選になりますので、予めご了承ください。
※著作権などの関連法令を遵守の上応募を(許諾が必要な場合は投稿者の責任で掲載)

今週の
さんまる
ちゃん

さんまるちゃんだよ
HAWKS STORE HOMEに
やってきました!
かわいい&かわい
グッズが盛りだくさん!

今週のサンデー AREA TOPICS エリアトピックス

JR古賀駅西口の「畳店」が食の複合施設へ再生! リノベーション商業施設『GOJŌ』誕生

かつて地域に親しまれた畳店の建築をリノベーションし、食をテーマにした新たな商業施設『GOJŌ』。畳の数え単位である「帖(じょう)」の響きと、5つの区画が組み合わさる構成から命名された。

中庭を囲むように、個性豊かな5つの店がゆるく繋がる空間へと再構築。長年商店街の風景の一部であった畳店の面影を残すことで、初めて訪れるのどこか懐かしい、商店街の「居間」のような心地よさを創出した。

現在、地域と世界をつなぐ3つの「食」の店舗が営業中。日本をはじめヨーロッパでも研鑽を積んだ、地元出身シェフによるカジュアルな和食店『兎角』。生花とドライフラワーが彩る立ち飲みスタイルの花とワインのお店『kivi』。1/24(土)に

オープンした、大阪・ハワイ・テキサスで研鑽を積んだ新宮出身のシェフが開業した鉄板焼き『DINER TASO』といった3店舗が揃う。今後お店が増えていき、より活気を増す『GOJŌ』をお楽しみに。



SHOP POINT

『兎角』:本格的な旬の味を、普段着で楽しめる日常の贅沢を提供。『kivi』:ナチュラルワインを片手に花を愛でる、商店街の新しい文化の発信地。『DINER TASO』:海外経験豊かな技術で、本格鉄板焼きを身近な存在に変える。



【お問い合わせ】
ヨダブルディー
☎080-6454-3685
E-mail:4wd.0201@gmail.com

●GOJŌ
【場所】古賀市天神1-2-12 【駐車場】近隣にコインパーキングあり
各店舗の詳細や今後オープンする店舗などは公式ホームページをチェック!



どっちが好き? 贅沢いちごたっぷりアイス

古賀市の『Moon ice』では、苺をふんだんに使った2種のアイスを提供中。古賀産の大粒あまおうを使い、「苺の王様」を口いっぱい感じる「あまおう」と、バランスの良い甘酸っぱさとアイス、クッキーの相性が抜群の「さちのか」。どちらも期間限定なのでお見逃しなく!

あまおう(左)1,200円
さちのか(右)950円



今週の 店長おすすめ 押しグルメ!

今回のお店はココ!

Moon ice

☎古賀市今の庄3-18-37
🕒14:00~26:00
☎なし ※臨時休業の場合はInstagramで告知あり
📍Instagram:@moonice.fuk

誕生月占い 1/31▶2/6

<p>1月 足元を見直すと無駄な出費が止まり、収支が整いそう。約束は丁寧に守り、金運安定へ。 (ラッキーカラー)赤 ●</p>	<p>2月 情報の取捨選択が金運を左右し、現実的な条件を重視し、冷静な判断で損失回避を。 (ラッキーカラー)青 ●</p>	<p>3月 不要な支払いを整理すると流れが軽くなりそう。シンプルな選択が収入運を整えるはず。 (ラッキーカラー)白 ○</p>	<p>4月 見えない出費に注意!契約内容を確認する事が大切。慎重さが後の安心に繋がりそう。 (ラッキーカラー)紫 ●</p>	<p>5月 堅実な積み重ねが実を結び、その安定を選ぶと金運上昇へ。継続した事を評価されるはず。 (ラッキーカラー)緑 ●</p>	<p>6月 お金の使い方を見直し、価値あるものに絞ると満足度がUPへ。質を意識し、運を守ろう。 (ラッキーカラー)銀 ○</p>
<p>7月 収入UPのきっかけが見えやすい! 正当な対価を受け取る意識を持ち、金運を引き寄せよう。 (ラッキーカラー)金 ●</p>	<p>8月 守りを固めると金運が安定へ!大きな投資や即決は控えて、慎重さが後の余裕を生むはず。 (ラッキーカラー)黒 ●</p>	<p>9月 人との縁が金運に繋がり、信頼関係でチャンス拡大へ。気配りが収入面に影響しそう。 (ラッキーカラー)ピンク ●</p>	<p>10月 動くとお金の流れが活性化し、金運を押し上げそう。小さな挑戦も次の収入源のヒントに。 (ラッキーカラー)橙 ●</p>	<p>11月 判断力が冴え、お金の管理がしやすい数字の把握で安心感UPへ。計画性が金運の鍵。 (ラッキーカラー)黄 ●</p>	<p>12月 将来に向けたお金の使い方を考えよう!長期視点で選ぶと無駄が減る。準備をすれば安定へ。 (ラッキーカラー)藍 ●</p>

LINEにて無料占い実施中!



Instagram



七神徳香



参加無料
完全予約制

女性のための

貯蓄はしているけど、本当にこれで大丈夫?と不安になっているそこのあなたへ!



人生100年時代!!お金の悩みを解決しませんか?老後資金に不安を感じている方、ぜひご参加ください。

2/7土 12木 15日

[午前の部]10:30~12:00 (10:15受付開始)
[午後の部]13:30~15:00 (13:15受付開始)
2/12(木)19:00~20:30 (18:45受付開始)

[定員] 各回8人

会場 宗像ユリックス (宗像市久原400)

気になるこんなことが学べます!

- ◎ 将来に備えるポイントをわかりやすく解説
- ◎ 介護・相続の対策
- ◎ 家計と資産運用の見直し術
- ◎ 年金・退職金の上手な活用方法



参加特典

選べる2,000円分のプレゼント!
右記いずれかを
お選びください

- Amazonギフトカード2,000円分
- イオン商品券2,000円分
- 図書カード2,000円分

各開催日の1週間前までに
右記二次元コードから
お申込みください



講師 エヌオーワンライフコンサルティング代表
難波夏文

福岡県出身。慶應義塾大学卒業後、JTBで営業職を経て損保ジャパンに入社。2007年に独立し、20年の業歴で年間200名と面談。累計実績で約3,000組以上の「お金を貯めるための仕組みづくり」を提供。会計業務にも携わり、約300社の決算を担当。水泳でインターハイ出場経験があり、調理師免許も保有。45歳で大学院に進学しMBAを取得。経済と会計のプロとして活躍中。



[主催] これからのマネーセミナー事務局
(エヌオーワン life consulting内)
Tel:090-2249-6467
Mail:info@no1life.jp

※Amazon, Amazon.co.jpおよびそのロゴはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。[キャンペーン主催: これからのマネーセミナー事務局]

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



毎週更新中

美味薬膳帳



白菜サラダ

材料 (6人分)

- 白菜(半分カットのもの) オリーブオイル……大さじ1
- ……………5枚程度 塩……………2つまみ
- みかん……………2個 ごま油……………大さじ1

つくりかた

- ①白菜を細切り(白い部分はなるべく細く切る)にし、青い葉の部分と白い茎の部分を分けて、白い茎の部分は水にさらす。
- ②みかんを切り、①の青い葉の部分と混ぜ、オリーブオイルも混ぜる。
- ③①の白い茎の部分の水気を良く切り、②と合わせて塩を振る。
- ④③を盛りつけて、ごま油を回しかける。

ひとことメモ

白菜がとても安くなってきて家計の救世主ですが、使い道に困るという話も聞きます。そこでサラダの提案です。ドレッシングを作らなくても、みかんとオイルで美味しくいただけます。年末年始の食べ過ぎ、飲みすぎの方におすすめです。
白菜…胃腸を整え、消化を促進する。
みかん…胃腸の働きを整え、身体を潤す。



今回教えてくれたのは…
吉田明暉代さん

「東方薬膳学院」講師。
薬膳教室「Smiletable」主催。だしソムリエ協会認定講師、オーブンソムリエでもあり、薬膳料理を中心とした幅広い料理を指導している。

? 電話対応は女性の仕事? 化石のような価値観を変えるにはどうすれば…

お悩み解決!
オンナの
指南書

私の職場では、女性社員は仕事の手を止めてでも電話を取りますが、男性社員は「電話は女性の仕事」と思っているのか聞こえないフリをします。仕事内容も給料も同じなのに、雑務を押し付けられているようで腹が立ちます。化石のような価値観を変えてもらうにはどうすればいいですか。(女性33歳)

女性社員で声を合わせ、会社に提案を

電話対応や雑務が女性ばかりに偏っていることに強い不満を抱かれるのは当然です。残念なこと、ジェンダー平等が進んだ現代においても、いまだに古い価値観が居座っている職場はまだあるようです。

まずは同じように感じている女性社員たちと意見を共有し、声を合わせる事が大切でしょう。「女性が電話を取るの当たり前」となんの疑いも持たない男性社員に気づきを求めるより、自分たちの行動を変える方が早道です。たとえば「電話は手の空いた人が取る」といったシンプルなルールを会社に提案し、性別や役職に関係なく徹底する仕組みを作ることです。ルールを決めても周知しなければ意味がないため、「誰でも空いている人が対応しましょう」と伝え方に工夫を加えることも必要です。

背景には無意識の思い込み、いわゆるアンコンシャス・バイアス



が存在します。多くの場合、本人は差別的意図がなく、ただ慣習に従っているだけです。話し合いで「そうだったのか」と気づいてもらえれば改善は進みやすく、職場の雰囲気もより健全になるはず。



「株式会社夢をかなえる研究所」代表取締役 白石裕子
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/>



今月のお取り寄せ BEST CHOICE!

バレンタイン・ホワイトデー限定!カッサータ専門店のアソートBOX

イタリア発祥のアイスチーズケーキ「カッサータ」。それを「カッサータサンド」として展開する『This is CASSATA.』から、バレンタイン・ホワイトデー向けの特別なアソートBOXが登場! チョコレートダイスとピスタチオを混ぜ込んだビターで濃厚な「チョコレート」、ピスタチオを贅沢に使ったいちごの酸味がアクセントの



「ピスタチオ」、国産レモンピール・ラズベリー・ナッツを閉じ込めた爽やかな風味の「プレーン」といった、3種のフレーバーを詰め合わせ。

公式オンラインストアにて
販売中!

【情報提供】(株)Sweets HD



Sweet Selection(フレーバー3種・各2個)
……………3,200円



おうち de エンタメ!

情報提供: Netflix



Netflix映画
『超かぐや姫!』

日本最古の物語『かぐや姫』×豪華ボカロP 新時代の音楽アニメーションプロジェクト、開幕!

■独占配信中

「呪術廻戦 第1期」など、名だたるアニメーション作品のオープニング映像演出を手掛けてきたアニメーションクリエイター・山下清悟初の長編監督作品は、「歌」で繋がる少女たちの絆の物語。夢と希望に満ちた仮想空間「ツクヨミ」で、少女たちの出会い、そして別れ。2人の運命のステージが圧巻の映像クオリティで描かれる。主題歌・劇中歌には、ボカロP「初音ミク」による「メルト」のヒットで音楽界に衝撃を与えたryo (supercell)を筆頭に、kz (livetune)、40mP、HoneyWorks、Aqu3ra、yuigotの錚々たる「ボカロP」の面々を迎え、物語を音楽で彩る。

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

ナンパ

●小さなワク(3x3)-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。

今回の解答

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

SUNDAY

サンデーコミュニティ

Hot VOICE

人に言うほどでもない地味な怒り

息子たちが、どっちの唐揚げが大きいかで毎回ケンカする事。同じ大きさにはならないのよ。(福津市/どっちもほぼ一緒)

大好物の卵かけご飯を食べようとして、卵の殻が入っていた時、地味に怒ってしまいます。(福津市/たくたく)

よく物を落とすので、またかって感じてむかつきます。(博多区/ゆりまき)

年を取ると、重なったビニールが剥がせなくなります。(早良区/ジョージ)

こたつの中からいつも出てくる、主人or息子の汚れ物の靴下…ちゃんと洗濯カゴに入れてください。(福津市/おーり)

電車で、隣の席の人がわざと身体を寄せてくる。(宗像市/ゆうたーまん)

募集中のお題 | 家族の誰かに伝えたい事

今週の PRESENT

映画『HELP/復讐島』
オリジナルTシャツ(L)

3名様



1/30(金)より公開の『HELP/復讐島』。もしもパワハラ「クソ上司」と無人島で二人きりになったら—あなたなら、どうする? 鬼才サム・ライミ監督が全ての働く人に捧げる、予測不能なノンストップ“復讐エンターテインメント”!

【提供】【配給】ウォルト・ディズニー・ジャパン
www.20thcenturstudios.jp/movies/fukushu-jima

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「家族の誰かに伝えたい事」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。

応募締切日

2/4(水)
消印有効

■ハガキから応募
〒812-8506「サンデー福岡 サンコミ」係
※住所不要。上記の宛先に簡単に応募できます。

■WEB・メールから応募
サンデーポータル
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



※当選は厳正な抽選の上決定し、発送をもってかえ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 PICK UP NEWS ピックアップニュース

登場人物たちが持つ悪意、エゴ、偽善、人間らしさ。
そういうところも見てほしい

7人組グループ、WESTのメンバー。昨年は大阪府
博記念公園で野外音楽フェスティバルをグループで初
めて主催し、「貴重な体験でした」と振り返る。また、
俳優としては、キャラクターの個性を最大限に体現す
る演技力で2本の連続ドラマに出演。その勢いに乗り、
今年はテレビ朝日系の連ドラ「ぜんぶ、あなたのためだ
から」(土曜23時)の主演でスタートダッシュを切った。

自身が演じる林田和臣は、区役所の戸籍課に勤務
している明るくて爽やかな好青年。「真つすぎな性格
で、愛情深く、困っている人がいたら放っておけない。
普通といえは普通。学校に何人かおるやろ、そういう
男です」と捉える。

その和臣の結婚披露宴で事件が起きる。新婦の沙
也香(井桁弘恵)がうたげの最中に血を吐いて倒れた
のだ。会場にいたカメラマン(さふあいあ 七五三掛龍
也)によると、沙也香のシャッパンに毒が混入されてい
たという。犯人は参列者の中なのか、動機は何
か。和臣は、皮肉屋で無愛想だが鋭い観察眼を持つ
桜庭に協力を頼み、犯人捜しを始める。

原作は夏原エキジさんの同名小説。登場人物の秘
められた闇を描き、読んだら、人間不信になる。エゴ
イステック・ミステリー作品だ。自身は出演が決ま
り、すぐに小説を読んだ。「原作の全貌を知りつつ、忘
れた方がいいことはシャットアウトして、読んでない
体でドラマに向かっています」と語り、さらに、こう
続ける。「世界観は小説と変わらないうえに、なか
でも、ドラマ版だからその視点があたり、別の展開
が入ってきたり。小説を読んだ方たちもプラスアルファ
で楽しめるラブサスペンスだ」と自信を見せる。

さらには、和臣にとって沙也香の衝撃の過去も見え
隠れる。「ぜんぶ、あなたのためだから」というタイ
トルってパワーワード。思いやっているのに、押し付けが
ましい、偽善に感じる。複雑で絶妙な響きやなど思
う。登場人物全員、容疑者というフレーズも、これ
もまた、インパクトがある」と感心する。
性格が正反對の和臣と桜庭が、シャッパンに毒を
入れた人物と動機を突き詰めていく、パディー感が本
作の醍醐味(だいごみ)。それに加え、「登場人物たち
が持つ悪意、エゴ、偽善、人間らしさ。そういうところ
も見てほしい。嫌な人たちだけれど、少し理解でき
る部分もあるんじゃないかな」。
自身は視聴する側として本作のように犯人を考
察するサスペンスが好き。例えば、米国製作の199
0年代の名作映画「エリザベス・サスペクツ」を挙げ
る。「2度見ても面白い。犯人が分かっている状態で、
もう一度見て面白いサスペンスって、制作側からすると
難しいと思うけれど、このドラマもそうなれば」と期
待する。
2008(平成20)年に初めてドラマに出演し、14
(同26)年にCDデビューした。俳優、アーティストと
して、その姿勢に違いはあるのだろうか。その問い
に、「以前は違ったと思うけれど、今は変わらないで
すね」と言い切る。「根底は同じ。お芝居も音楽も、
見てくれる人、聴いてくれる人に、きちんと届ける
ことが大事。そういうスタンスに行き着いた。届かな
かったら、やっている意味がないですから」と力を込
める。
癒やしはサウナ。「仕事が6時ごろに終わったら
サウナに直行して、その後、8時ごろから夕食を取
るのが最高の一日の終わり方」と満面の笑みを浮か
べた。
一見、クールだが、親しみやすい雰囲気が漂う。

藤井 流星

ふじい りゅうせい

1993年8月18日生まれ。大阪府出身。2014年にCDデ
ビュー。所属するWESTのコンサートでは演出も担当する。ドラ
マ「18歳、新妻、不倫します。」「キスでふさいで、バレないで。」「
スティンガース 警視庁おとり捜査検閲室」、舞台「ハロルド
とモード」「NOISES OFF」などに出演。

引越し・不用品回収なら...おまかせ! 見積無料
引越しサポート
家具移動 単身・ファミリー引越し 事務所移転
訪問見積 即日対応 OK
などなど...あらゆるケースもしっかりサポート!
3つの無料サービス セットオプション
1 梱包資材レンタル回収 2 取外・取付分解・組立 3 家具・家電拭き上げ
●不用品処分・買取(製造5年以内) ●ハウスクリーニング ●荷物の一時保管 他
2トントラック 積切り 1日3件限定 同一市内への引越し 22,000円(税込)
軽トラック 九州一円山口・広島まで 感謝プラン 7,700円(税込)~77,000円(税込)
不用品回収 積放題キャンペーン
なんでも回収! 11,000円(税込) 1日2件限定 軽トラサイズ 1,900x1,700x1,400mm
44,000円(税込) 1日2件限定 2トンサイズ 軽トラ約5台分
料金表
1R・1K 36,300円~ 3DK 96,800円~
1DK 47,300円~ 3LDK 118,800円~
1LDK 58,300円~ 4DK 140,800円~
2DK 69,300円~ 4LDK 162,800円~
2LDK 80,300円~ 会社店舗 要見積
エアコン取外回収 5,500円(税込)
大東引越センター 0120-881-662
福津市西福岡2-19-11 [受付時間]8:30~20:00
L-Packに加入
PayPay使えます。
不用品買取 家具・家電など受付中
読者の方から情報を募集しています
読者の方々の情報提供や本紙への応募、ご意見ご要望などをメールで受付します。
住所・氏名・年齢・電話番号・情報内容を必ずご明記ください。
QRコード(又はアドレス入力)を利用していただく直接入力画面を呼び出すことができます。
●ご意見・ご要望など ●おすすめのお店 ●オリジナルレシピ ●掲載してほしい内容や特集
fukuoka@sunday-ns.co.jp

添削者募集!!

福岡事業拡大のため、急募!!
42年の実績。
在宅(内職)のお仕事です。



内容/小・中学生の作文添削及び
中・高校生の
小論文添削。(業務委託)

条件/月1回出社(博多駅周辺)
主に宅配便(当社負担)でのやり取り
未経験の方も可。経験者優遇

報酬/出来高制、交通費全額支給

日本作文指導協会 ☎0797-77-0151

応募/履歴書(自筆・写真付)と書類選考結果
通知用の返信封筒を同封の上、下記宛
2月5日(木)必着で郵送ください。

送付先/〒665-0034
兵庫県宝塚市小林2-12-25-202

★2次選考筆記試験あり★
会場/博多駅周辺 詳細面談

健康麻雀、将棋・囲碁、テーブルゲーム等 地域コミュニティ作りとして活動中

ぽこカフェ

新宮CoCoスクエア内
10:00~22:00
全日 1時間 600円 ※学生は半額



子どもからおとなまで
多世代に渡り
どなたでも参加できます!



ぽこのかい Tel.092-402-2293 〒811-0121 糟屋郡新宮町美咲3-1-1 新宮プラザ2F
[新宮CoCoスクエア]内 地域コミュニティスペース(ぽこカフェ)

病院内スタッフ募集

勤務地 古賀市千鳥の病院内

正社員 調理師
月給220,000円~(兼団調理、経験者)
月給210,000円~(兼団調理、未経験者)

内容/病院内での調理業務
資格/調理師または栄養士
時間/①4:30~14:00
②8:30~18:30
※①②のいずれか選択可
休日/シフト制

未経験者大歓迎

正社員 栄養管理室事務
月給220,000円~ 別途手当あり

内容/病院の栄養管理室での事務業務
(食数管理・給食食材の発注・検収等)
資格/栄養士または管理栄養士
時間/①10:00~18:30
②8:00~16:30、10:00~18:30
※シフト制(休み月8日程度)

賞与あり(年2回)

●共通待遇 交通費支給(規定内)、車通勤可、制服貸与、社会保険完備、賞与あり(年2回)、試用期間あり(1ヶ月)

DKS (株)大興社 ☎092-811-2058 (平日8:30~)
福岡市西区野方3-1-5 大興社 福岡 (検索)

応募 平日8:30~まずはお気軽にお電話下さい。
電話連絡後、履歴書(写真付)をご持参下さい。

地域に密着した
営業広告・求人広告など

宗像市・福津市
古賀市・新宮町

ネット媒体との併用でより効果的に!
この枠の広告はエープランへ
お気軽にお問い合わせください。

広告代理店(サンデー・新聞・チラシ・看板) 北九州市小倉北区田町10-5 田町ビル1F
エープラン株式会社 TEL:093-581-8824 HPIはこちら

新築住宅をVR内覧!!



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

VRはこちら!
QRコード

掲出企業様 アイビックホーム

VR town 住まいの森 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

※表示している価格は全て、消費税込みの総額代金となっております。(広告有効期限/RB年2月末日)

King Family

ご不要品売るなら今がチャンス!衣類以外の査定額が大幅UP

サンデー読者限定 小物・雑貨類

右下のクーポン券ご利用で

買取査定額 50%UP

靴やカバンなど衣類以外の買取品目が対象!
ノーブランド 古いもの 季節外れ 大歓迎!

メッキ歓迎

アクセサリー

ぬいぐるみ

使いかけOK

香水

ギフト ※未使用品

食器 ※未使用品

ジャンク品も買取OK

食品 ※常温&賞味期限1週間以上

上記以外にも幅広く取扱!「これも売れるかな?」という品物がありましたらお気軽にご相談ください!

衣類の買取も強化中

ファストファッション大歓迎!
シミや汚れがあっても洗濯済みなら買取OK!再販できないものは海外輸出してウエスや羊毛などに加工しリサイクルします。



お店で販売できる品物 100円/kg
リサイクルできる品物 1円/kg
旬なアイテム・人気ブランド等 500円/kg

①お持込 かんたん3ステップ! ~買取の流れ~
②査定 お店で品物をお持ちください 通常持ち帰りは15分ほど
③お支払い ご納得頂ければすぐお支払い

※買取基準を満たさないお品物は返却となります。あらかじめご了承ください。

買取受付 10:00~15:00 販売営業時間 10:00~19:00

King Family 古物商許可番号909990040962

キングファミリー 福岡新宮店 TEL 092-941-7755
福岡県粕屋郡新宮町美咲2丁目1-41 ハローデイ新宮店別館

キングファミリー 宗像店 TEL 0940-37-5050
福岡県宗像市光岡104-3

サンデー読者限定
小物・雑貨類
買取査定額 50%UP
2026.2/28まで
キングファミリー 福岡新宮店・宗像店で有効 受付時、スタッフにお渡しください

記事・広告など掲載に関するお問い合わせは
発行 株式会社 毎日メディアサービス
〒812-0004 福岡市博多区穂田1-7-17

☎ 092-471-1177
FAX 092-471-1149
https://sunday-ns.co.jp
☒ 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 830,000部発行
水・木・金曜日配布