



Contents

PICK UP P2 納涼だしレシピ特集

PICK UP P4 今週のエリアトピックス

PICK UP P5 できることから始めてみよう!! Healthy Life

※サンデー福岡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。



夏の宴会におすすめ 『ラ・パール』の 贅沢なパーティープラン

着席150名、立食250名の収容人数を誇るパーティー会場「ぶどうの樹福津海岸通り」にある「ラ・パール」。「星のビアテラスパーティープラン」は、特製オードブルの盛り合わせとBBQをサンセットの海辺で楽しめる9月末までの期間限定プラン。予算に合わせてコースが選べる「新パーティープラン」は、「ローストポーク岩塩焼き」などのシェフが腕によりを掛けた料理をコース形式で堪能できるプラン。どちらも2時間飲み放題付きに加え、料金をプラスすると「海の彩」のお造りや握り鮓、デザートなどが付けられるオプションも充実。大人数での夏の宴会・納涼会にぜひ利用してみてください(20名様以上で予約可)。

※写真は「星のビアテラスパーティープラン」5,000円(税別)・ノンアルコールは4,500円(税別)・オードブルの盛り合わせは、BBQセット(ステーキ・焼き野菜)、2時間飲み放題付き【オプションメニュー】海の彩のお造り盛り+1,000円、海の彩の握り鮓盛り+1,000円、デザートのお造り盛り+500円、【ぶどうの樹】クラフトワイン+1,000円
※「新パーティープラン」(全9品)5,500円、(全10品)6,600円、(全11品)7,700円【オプションメニュー】マルメロのデザート盛り+デザートビュッフェコーナー+500円、海の彩の握り鮓盛り+デザートコーナー+1,000円
※写真はイメージ・仕入れ状況によって内容が変更になるメニューもあり

ぶどうの樹福津海岸通り 新会場 ラ・パール

☎0940-43-1414
(受付/10:00~19:00)

福津市西福津4-10-10

【星のビアテラスパーティープラン】

※17:30~21:00(最終入店19:00)

※雨・風・荒天等、天候の状況により

全席の空席、もしくは中止の場合あり

※ぶどうの樹



日本初! 授業をしない。
式風塾なら
驚きの成績アップ!!

E判定スタートからの大逆転合格!
北九州市立大学 合格

九州高校出身 高橋さん
高橋さんの合格体験記はこちら

夏からの猛勉強で立命館大学合格!
立命館大学 合格

中島くんの合格体験記はこちら

一冊を
立命館大学 合格

新宮高校出身 中島くん

まずは受験相談へ 夏期講習「夏だけタケダ」受付中!!

赤間校 JR赤間駅から徒歩1分
〒811-4185 宗像市赤間駅前2丁目8-10-2F
☎0120-552-015

福岡校 JR福岡駅から徒歩1分
〒811-3217 福岡県福津市中央3-1-1 福岡駅ビル
☎0120-728-038

新宮中央校 JR新宮中央駅から徒歩1分
〒811-0120 糟屋郡新宮町中央駅前2丁目8-8-2F
☎0120-727-043

納涼だし レシピ

茅乃舎の
かやのや

手軽に作ってさっと食べられる、冷たいだしを使ったレシピを紹介！
暑くて元気が無い時こそ、しっかり食べて夏バテを予防しよう。

夏の新習慣に“冷たいだし”で水分補給

汗ばむ季節に補いたい塩分や、海からの食材に含まれたミネラルが溶け出した“だし”は夏の水分補給にピッタリ！
冷蔵庫にストックして、手軽においしく水分補給♪もずろんお料理にも大活躍。

今回のレシピで使ったのはこちら！

夏限定
パッケージ



茅乃舎だし

焼きあご、かつお節、うめいかし、真昆布など厳選した4つの国産素材をバランスよく配合した本格だし。全国の茅乃舎店舗にて、夏限定パッケージが数量限定で発売中！
※2,268円(8g×30袋)
パッケージ裏面には冷たいだしレシピにアクセスできるQRコードも！

【情報提供】茅乃舎

茅乃舎 検索

ホームページでは他にも様々なレシピを配信！
また、店頭では先着順でレシピ集を配布中！

スープは
火にかけず
混ぜるだけ！



冷やし豆乳担々麺

和風だしとうま味と豆乳の優しい甘みで、飲み干せるほどの味わいに、冷たいだしと温かいお肉の組み合わせも心地いい♪

つくりかた

- ①フライパンにサラダ油を熱し、豚ひき肉を炒めて、塩・胡椒で味を調える。
- ②ボウルに茅乃舎だしと(A)を入れて混ぜる。
- ③茹でた麺、①、ペビーリーフを器に盛り、②を加える。
- ④お好みで練油をたらして完成！

材料(2人分)

- 冷麦……………3束
(うどん2玉に替えてもOK)
- 豚ひき肉……………100g
- ペビーリーフ……………20g
- 茅乃舎だし(袋を破って)……………2袋
- サラダ油……………小さじ1
- 塩……………適量
- 胡椒……………適量
- 練油……………適量
- A……………
- 練りごま……………大さじ2
- 赤味噌(八丁味噌)……………大さじ3
- 調整豆乳……………600ml

かんたん冷やし汁

意外と手間のかかる御土食「冷やし汁」も、だしパックを使って簡単に、暑い日でもずるずる食べられる♪

つくりかた

- ①ツナ缶は油を切り、きゅうりは薄切りにする。
- ②熱したフライパンにツナと味噌を入れて炒め合わせ、(A)を加え、水を入れて冷やす。
- ③②をごはんにかけて完成！

※最初に味噌とツナを混ぜて軽く炒めるのが美味しく仕上がるコツ！

材料(2人分)

- ごはん……………茶碗2杯分
- ツナ缶……………80g(1缶)
- 味噌……………大さじ2
- 水……………適量
- A……………
- 茅乃舎だし(袋を破って)……………1袋
- 水……………300ml
- きゅうり……………1本
- 水綿豆腐……………1/4丁
- 煎り白ごま……………大さじ1

フライパン
一つで作れる



レンチンだけで
もう一品！



トマトの冷やしおでん

爽やかな酸味と甘みをもつ旬のトマトに染みわたる、冷たいおだし。フルーティトマトを使えば、より甘い仕上がり♪

つくりかた

- ①トマトはへたの反対側に切り込みを入れる。
- ②耐熱容器に①、(A)を入れてラップをし、レンジ(600w)で約3分加熱する。
- ③②のトマトは皮とへたを取り、②の漬け汁に戻し、冷蔵庫で冷やす。器に盛り、青しそを添えて完成！

材料(2人分)

- トマト……………2個
- 青しそ……………1枚
- A……………
- 茅乃舎だし……………1袋
- 水……………250ml
- うす口醤油……………小さじ1

厚揚げのみょうがのせ

カリッと焼いた厚揚げと、みょうがの風味がだしと相性抜群！暑い夏にもおすすめのさっぱりとした味わい。

つくりかた

- ①フライパンにサラダ油(分量外)を熱し、厚揚げをカリッと焼いて、一口大に切る。みょうがは粗みじん切る。
- ②鍋に(A)を入れて強火にかけ、沸騰後2〜3分煮出す。みりん、生姜で調味し、みょうがを加え、火を止めて冷ます。
- ③①を器に盛り、②を注いで完成！

材料(2人分)

- 厚揚げ……………1枚(約130g)
- みょうが……………2個
- みりん……………小さじ1
- 生姜(すりおろし)……………少々
- A……………
- 茅乃舎だし……………1袋
- 水……………400ml

おつまみにも
おすすめの一品



今週のサンデー PICK UP NEWS ピックアップニュース

シネマ

映画「それいけ! アンパンマン
パンタンと約束の星」
(配給)東京テアトル



©やなせたかし/フレイバー・TMS・NTV ©やなせたかし/アンパンマン製作委員会2026

遠い昔に、ある冒険家と交わした大切な約束を守るため、虹の星が輝く夜にレジャーパンダのパンタンは宝物を探す旅に出る。しかし、旅の途中、ばいきんまんの赤ちゃんスプレーを浴びて子どもの姿になってしまったパンタン。「約束は守ろうとする気持ちが大切なんじゃないかな」とジャムおじさんに勇気づけられ、気持ちを新たに、大冒険に出発する。そこへこっそり飛行機に乗り込んでいたばいきんまんたちも宝物を目当てにやってきて…。虹の星がもう一度輝いた時、約束の場所で見たものは…。

●6/26(金)全国ロードショー!

TOHOシネマズらぽーと福岡
ユナイテッド・シネマ キャナルシティ13
ユナイテッド・シネマ福岡ももち ほか

enpan-movie.com/2026
※詳しくは各劇場へお問い合わせ

イベント

子育てサロンの初企画!
「双子ちゃん・三つ子ちゃんあつまれ〜」
幼稚園型認定こども園 やまびこ幼稚園



「やまびこ幼稚園」が運営する子育てサロン「YBサロン」。親子のふれあい遊びや運動遊び、農作業体験など様々な企画も実施しており、今回は初企画の双子・三つ子ちゃん限定の会を6/30(火)に開催。多胎児ならではのお悩みや情報共有を、ゆっくり過ごせる場所で話そう。幼稚園入園前のお子様と保護者の方ならどなたでもOK!サロンの利用には、まず下記のQRコードより公式LINEを登録し、予約フォームより申し込みを。初回利用は無料なので、気軽に体験してみたいか?

【開催日】6/30(火) 10:30~12:00(受付10:00~)
【場所】やまびこ幼稚園(下記住所)
【料金】初回無料。2回目以降はチケット制(1枚1,000円/5回分)もしくは1回300円(当日現金支払い)
【対象】0歳~幼稚園入園前のお子様と保護者 【定員】8組

☎092-946-3366
福岡市米多比1111-1

やまびこ幼稚園 後援



グルメ

波津の朝取れ鮮魚がずらり!
今話題の漁師直売魚屋
漁師の魚そのまんま



岡垣・波津海岸にある、漁師の顔が見える安心・安全な魚屋「漁師の魚そのまんま」。波津漁港でその日採れた魚介類のみを販売しており、漁師直売だからできる抜群の鮮度が自慢。市場を通さずに直接お届けするので、リーズナブルなもの嬉しいポイント。旬の魚介類など、その日によって並ぶ魚も変わるのでチェックしてみて。採れたての美味しさを「そのまんま」食卓で楽しもう!漁港内で製造している加工品もお見逃しなく!また、活魚・鮮魚・加工品などの入荷情報や営業についてのお知らせは、公式Instagram&LINEで随時配信中。

●営業は漁から戻り次第(13:00~17:00頃)スタート
売り切れ次第終了

新道渡部岡垣町波津437 波津漁港駐車場
新漁から戻り次第(13:00~17:00頃)スタート、売り切れ次第終了
※不定休※住み入れ状況や天候などによって休む場合あり
Instagram@ryoshinosakana_sonomama
LINE@945tshn



SoftBank HAWKS 2026
期待の若鷹紹介

みなで応援!
わかたち

高橋 隆慶
Takatori Takahashi
内野手 右投げ/右打ち

- ① 野球を始めたきっかけ
兄の影響
- ② 1年目の目標
1年間1軍帯同
- ③ プロでの目標
球界を代表する打者

- 生年月日 2001.12.21
- 身長/体重 186cm/93kg
- 出身地 茨城県

- ④ 座右の銘・好きな言葉
勇往邁進
- ⑤ ファンに一言
自分の強みは思い切りの良いスイングと長打力です。持ち味のバッティングでアピールできるよう、自分のことをしっかりとやっていきたいです。新人らしくフレッシュに頑張ります。



© SoftBank HAWKS

<http://softbankhawks.co.jp/> ソフトバンクホークス

ホークスイベント情報



筑後おじ鷹デー
7/3(金)~5(日)は、
タマホーム スタジアム筑後で
「筑後おじ鷹デー」を開催!
2軍首脳陣が主役!限定グッズや
グルメ、ファンサービスなど
「おじ鷹」たちの魅力を堪能しよう!

フルリニューアル記念
GARDEN TERRACE FUKUOKA
2026
6/20 sat
8/16 sun
計15日程
RENEWAL
イルミネーション
オープン
ライブ
キッチン

光と炎の
ナイトガーデン
Candle Night Fire

今回ガーデンをフルリニューアル!
光が包み込み、炎が心を動かす。
五感で味わう特別なお時間を。

開催日程
6/20土 21日 27土 28日 7/20月 25土 26日
8/1土 2日 7金 8土 9日 14金 15土 16日
18:00-20:30(L.O.20:15) 最終受付19:00

料金
大人 前売 ¥6,000
当日 大人 ¥6,500 中高生 ¥3,000 小学生 ¥2,000 幼児3歳以上 ¥500

日曜日は
オススメDAY!
ライブキッチンで
同席中スターを使用した
特別演出料理あり!

当日は
お楽しみ抽選会!
1000円
ミニ機日開催

会場
GARDEN TERRACE FUKUOKA
Horus & Racoon
〒819-0001 福岡県福岡市西区小戸 2-3-55
TEL.092-881-0007
MEMOLEAD GROUP

経浜駅北口より
無料シャトルバス運行
7月3日 7月4日
経浜駅北口発 ガーデンテラス福岡発
17:30 / 18:00 20:00 / 20:30

QRからご予約
いただけます

Exploring the World of Picture Books
絵本と
わたしの
物語展

2026年
6月12日[金]~21日[日]
※初日12日は13:00開場 入場無料
九州池田講堂 10:00~20:00
(入場は19:30まで)
福岡市東区松田3丁目2-5
(九州文化会館事務所 TEL.092-624-5240)

これまで絵本は「子どものもの」と思われがちでしたが、
今や多くの大人向け絵本が出版され、
中高生や高齢者への関心も高まっています。
優れた名作や世界の絵本など
約250冊500点を手にとって「読む」ことができます。
また、絵本を読んだ子ども時代を振り返って、
「懐かしい思い出」空間も用意しました。
子どもから高齢者まで「読んで」「語って」「参加して」、
交流が深まる展示会を、どうぞお楽しみ下さい。

お車をご利用の場合 福岡都市高速「松田ランプ」より約5分
数分・バスをご利用の場合 JR博多駅「松田駅」徒歩6分
西鉄バス「松田バス停」徒歩10分「津田本町バス停」徒歩12分
「釜屋・イオン」バス停「徒歩14分

主催: 福岡市立「絵本とわたしの物語展」実行委員会
企画協力: 毎日新聞社
協賛: 毎日新聞社、松田駅、西日本新聞社、
福岡市東区松田、RKB毎日放送、KBC、テレビ西日本、
FBS福岡放送、テレビFM FUKUOKA、CROSS FM

からだに優しく美味しくレシピ

美味葉膳帳

YAKUZEN RECIPE



舞茸のスープ

材料 (6人分)

舞茸……………1パック 小ねぎ……………適量
カツオと昆布のお出汁・800cc きのうり……………適量
塩……………1つまみ

つくりかた

- ①小ねぎを小口切りに、きのうりをみじん切りにする。
- ②舞茸は食べやすい大きさにさく。
- ③鍋にカツオと昆布のお出汁、塩、①を入れて煮る。
- ④器に盛りつけ、②をトッピングする。

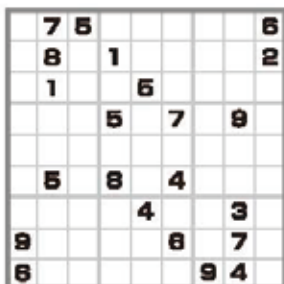
ひとことメモ

梅雨は湿度が高く、身体がむくむ、重い、やる気がない…という感じになっている方もいると思います。身体にたまった余分な水分を排出しやすくして、梅雨を乗り切りましょう!!
舞茸…身体の余分な水分を出しやすくする。消化器系を整えて、エネルギーを補給する。
きのうり…身体を冷やします。余分な水分を出しやすくし、身体にいい水分は作り出して潤いをあたえる。



今回教えてくれたのは…
吉田明曜代さん

「東方薬膳学校」講師。
健康教室「Smiletable」主催。だれでも健康な生活を送る、オーガニックな食生活を送る、薬膳料理を中心とした幅広い料理を指導している。



●小さな数字(3・6・9)は、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。



できることから始めてみよう!!

Healthy Life

朝食のススメ

朝食をとることは、一日を活動的に始めるために必要なことです。しかし、忙しい日々を追われる現代人は、朝食を抜いてしまうことが多く、将来的に健康を害す可能性が高くなっています。健康管理の一環として朝食をとる習慣をつけてみませんか。

◇朝食のメリット

〈脳と身体のエネルギー補給〉

・寝ている間に使われたエネルギーを補給し、脳の働きを活性化させます。

・炭水化物をとることで、ブドウ糖(脳のエネルギー源)が脳へ供給され、午前中の集中力・記憶力・仕事や勉強の能率が上がります。

〈代謝アップ・ダイエット効果〉

・朝食を食べることで体温が上がり、代謝が活発になって脂肪が消費されやすくなります。

・朝の空腹時間をなくすと、昼食時の血糖値の急上昇を防ぎます。

※夕食後、朝食を食べずに寝ると、血糖値が上がり、体はインスリンを大量に分泌します。インスリンは血糖値を下げるために重要ですが、血液中の糖分を脂肪に変える働きもあるため、過剰に分泌されたインスリンにより、体に脂肪をため込みやすくなります。

〈生活リズムと健康の安定〉

・朝食+朝の光で体内時計がリセットされ、生活リズムが整います。

・腸が刺激され、朝の排便習慣が身につくようになります。

・バランスの取れた栄養摂取により、健康維持、免疫力アップ、精神の安定(セロトニンの活性化)、美肌など多くのメリットがあります。



トリプトファン
必須アミノ酸

セロトニン
幸せホルモン



メラトニン
睡眠ホルモン

※生活リズムが乱れると、体内リズムとのズレが生じて、体と心にストレスがかかり、不調となって現れます。

◇たんぱく質も朝がオススメ

・たんぱく質の1日の摂取状況を見ると、どの年代においても朝以外では十分にとれていません。朝のたんぱく質は、筋肉の維持、体内時計のリセット、睡眠の質改善、認知症予防の観点からも非常に重要です。

・卵や乳製品、肉、魚、大豆製品などに含まれるたんぱく質は、セロトニンの材料となる大切な栄養素です。無理のない範囲でバランス良く取り入れましょう!!

白費訪問リハTREE 代表 理学療法士 竹山 佳代

3年余り呼吸器療法士、食育アドバイザー、健康管理士一般指導員、
外観風や健康法の食生活で健康・地域医療の発展あり。
2020年6月にTREEを開設。
※症状が重い・長引く場合は医療機関へご相談を。



6/12(金)公開 「Michael/マイケル」

圧倒的な歌唱力と革新的なダンスパフォーマンスで、アーティストの枠を超え、全世界的なアイコンとなった「キング・オブ・ポップ」マイケル・ジャクソン。彼は幼いころから兄弟と共に歌い続けていた。製鉄所で働く父・ジョセフは野心家で、「人生は勝つか負けるかだ」と言い放ち、息子たちに厳しいレッスンを課し、兄弟グループ「ジャクソン5」としてデビューさせた。スターダムを駆け上がっていく。孤独と重圧の中、唯一

無条件の愛で支え続けたのが母・キャサリンだった。青年となったマイケルは音楽史にその名を刻むプロデューサー、クインシー・ジョーンズとの出会いによってソロアーティストとして前人未踏の音楽的創造性を爆発させていく。

T・ジョイ博多

☎092-413-5333(24時間自動音声対応)
福岡市博多区博多駅
中央街1-1 JR博多シティ9F
https://tjoy.jp/t-joy_hakata



©, TM & © 2026 Lions Gate Entertainment Inc. All Rights Reserved.

SUNDAY

サンデーコミュニティ

Hot VOICE

《今週のお題》

深夜に考えがちなこと

深夜にハッと目が覚めると2:22だったり3:33だったり4:44だったり…いわゆるゾロ目の時刻に起きることが多く、コレは運気が上向いたと錯覚してロトやナンバーズの組み合わせを考え始めて、朝まで眠れないことがよくあります。もちろん当選はありません。(福岡市/サブリナ)

食べることが大好きな私は次の日が仕事がお休みの夜は、明日お昼ご飯何にしようかな〜デザート何食べようかな〜と美味しいものを頭の中で巡らせて眠りについています(笑)。(宗像市/白あんパン)

仕事から帰って、子どもたちを寝かせるまでバタバタな毎日です。そんな中で深夜の時間は唯一の自由時間。今度どこ行こうかな、これ欲しいな…など考えることがたくさん!つい深夜は色んなことを考えたり調べたりしちゃいます。(宗像市/ぼん)

最近強盗殺人事件が多いので、来た時の対処法等をたまに考えます。(宗像市/しいちゃん)

募集のお題

今でも忘れられない一言



今週のPRESENT

アンパンマン
うちの子天才 フレンドベル

1名様



©やなせたかし/ブレーベル館・TMS・NTV

6/26(金)全国ロードショー!映画「それいけ!アンパンマン パンタンと約束の星」が公開されるのを記念し、感性をぐんぐん育てる楽器遊びの大定番 トリズル感が身に付く「アンパンマン うちの子天才 フレンドベル」をプレゼント!(対象年齢3歳以上)

提供 アガツマ

映画公式サイト:anpan-movie.com/2026

●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「今でも忘れられない一言」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」からご応募ください。

応募締切日

6/17(金)

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。上記の宛先にて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

検索

✉ pre@sunday-ns.co.jp



※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。

ドクター
Q&A

下肢静脈瘤

体への負担が小さい「下肢静脈瘤」日帰り手術
少しでも不安があれば気軽に相談を

下肢静脈瘤の症状

- 足の血管がポコポコ浮き出ている
- 足がだるく、疲れやすい
- 夕方になると足がむくむ
- 寝ているとき、よく足がつる
- 足の皮膚が茶褐色に変色している
- 足の傷が何ヶ月も治らない
- 皮膚潰瘍になっている



◆受診のタイミング

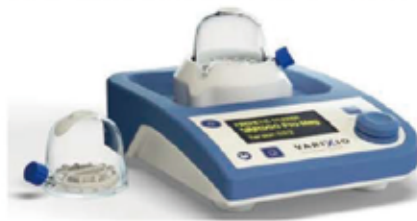
治療をうける！と決めてからでなければ受診する意味はないと考えている人はいませんか？
そんなことはありません。受診＝治療とは限りません。ご自分の足の状態をきっちり把握し不安をとりのぞくことが大事です。治療をするかどうかはその後考えれば大丈夫です。

◆日帰りで治せる「レーザー治療」と「ラジオ波治療」の違いは？

どちらも静脈瘤の原因となる血管に細いファイバーを入れ、内側から熱を加えることにより静脈瘤の異常な血流を止めるといった治療です。
レーザー治療はファイバーから照射されるレーザー

福岡初「VARIXIOマイクロフォームシステム」導入

マイクロフォームなので細い血管まで広がっていき、硬化剤が血管内にどどまりやすくなります。クモの巣状静脈瘤や網の目状静脈瘤に対する硬化療法に使用することにより、治療成績の向上が期待されています。



+ 健康保険適用

+ 健康保険適用

+ 健康保険適用



レーザー治療器



レーザー治療器



ラジオ波（高周波）

当院ではこれらの機種を導入し、様々な下肢静脈瘤への対応が可能であるため、数多くの治療依頼をお受けしています。

ドクターアドバイス



原則として下肢静脈瘤の手術を急いで決める必要はありません。

『急いで手術をするよう説明を受けた！』とあわてて来院される患者様もおられますが、実際に診察してみると手術適応がない（手術をする必要がない）方も数多くいらっしゃいます。

2019年に下肢静脈瘤治療のガイドラインが作成されており、当院ではガイドラインに沿って手術が必要かどうか判断し、患者様のライフスタイルや足の状態にあわせたアドバイスをさせていただきます。

セカンドオピニオン目的に受診されている患者様が増えています。



院長 和田至弘

医学博士 福岡大学臨床教授
血管内レーザー焼灼術 指導医



薬院血管外科クリニック YAKUIN VASCULAR CLINIC

福岡市中央区薬院3-3-5 オフィスニューガイアLAPIS薬院8F

予約診察制 9:00~18:00(土曜は16:00)※木・日曜・祝日は休み

お気軽にお問い合わせください。



092-534-3001 薬院血管外科クリニック 検索
www.yakuin-kekkan-clinic.com/

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



カレンダー付き

今週の
サンデー

INFORMATION

インフォメーション

今週おすすめのイベント情報をお届け！
カレンダー&内容をチェックして、
楽しく出かけしてみよう♪



[illegible]

A ゴジラ博 in 福岡

1954年の誕生以来、世界を震撼させ続ける怪獣王・ゴジラ。本展では2024年からの全国各地での開催に続き、福岡でも歴代ゴジラのスーツや立像、「ゴジラ-1.0」の大迫力ジオラマを展示。スマートフォンなどを使って楽しめる特撮体験は、まるで作品の中に入り込んだかのような没入感が楽しめる。また、これまでの開催時の内容から展示物の一部を入れ替え、「ゴジラVSスペースゴジラ」(1994年)にて福岡を舞台に激闘を繰り広げたスペースゴジラ、M.O.G.E.R.A.などの福岡ゆかりの関連展示物を展開。ゴジラの歴史と迫力をぜひ体感して。



〔開催日〕6/4(木)～22(月)10:00～19:00(最終日は17:00まで)※最終入場は開場の各30分前まで
 〔場所〕大丸福岡天神店 本館8F登壇(福岡市中央区天神1-4-1)
 〔料金〕一般・大学生1,500円、中高生1,000円、小学生700円※未就学児は入場無料
 〔販売〕会場・各種プレイガイドにて販売
 〔お問い合わせ〕大丸福岡天神店 092-712-78181(各課)

B 「朗読とギターで奏でる物語」
～洋館で聴く奇妙な話～

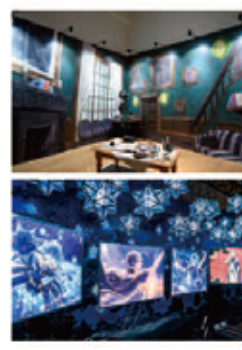
「朗読ここからあなたへプロジェクト企画」による朗読公演&ワークショップ。第1部は福岡市を拠点に活動するブコの朗読家・小島香奈子による朗読と、クラシックギタリスト・岩松知宏によるギターでお届けする、奇妙で不思議な話とミニコンサート。第2部は山川方夫の傑作ショートサスペンス「予感」の朗読を体験できるワークショップを開催。



【開催日】7/4(土)・5(日)①第1部11:30～13:30頃(開場11:00～)、②第2部15:00～17:00頃(受付14:30～)
 【場所】旧福岡県公会堂実業館(福岡市中央区西中洲6-29)
 【料金】①1,500円(資料・ワークショップ代込み)②2,000円(テキスト代込み)
 ※別途入館料各200円(65歳以上は入館料無料※入場時身分証明書提示)
 ※①とセパ予約の場合入館料は200円のみ
 【定員】①25名②14名
 【予約】下記電話番号より予約受付中
 【お問い合わせ】旧福岡県公会堂実業館☎092-751-4416

C ディズニー ツイステッドワンダーランド展
Seasonal Memories

ディズニー作品を彩る悪役（ヴィランズ）たちにインスパイアされたキャラクターたちが登場する、話題のスマートフォンゲーム。本展は、これまでにゲーム内で開催された期間限定イベントの展示を通して、「ディズニー ツイステッドワンダーランド」の世界観や登場するキャラクターの魅力をより深く感じ、イベントを追体験できる展覧会。イベントの背景美術や設定資料、小物・衣装の再現アイテムの展示、フォトスポットの設置の他、ディズニープラスで独占配信中の「ディズニー ツイステッドワンダーランド ザ アニメーション」の設定資料も展示予定。



【開催日】～7/5日【11:00～18:00(土・日・祝日は10:00～)】※最終入場は開場の各30分前まで
【場所】BOSS E-ZO FUKUOKA 6F～6Fベントルーム(福岡市中央区天神2-2-6) **必ずBojPay**導入機両用機【料金】一般1,800円、高校生1,500円、中学生1,000円※全日定期指定制小学生以上の子どもは保護者(18歳以上)同伴や未成年者は18歳以上の保護者1名につき、2名まで無料【販売】BOSS E-ZO FUKUOKA専用チケットサイトにて販売中【お問い合わせ】BOSS E-ZO FUKUOKA <https://e-zofukuoka.com/inquiry/>

D 第19回古賀市「第九」演奏会の
歌唱者募集中!

古賀市でベートーヴェンの「第九」を合唱する恒例の演奏会が開催決定し、一緒に歌うメンバーを募集！練習期間は7月～12月の本番前日まで。チャレンジしてみたい方はぜひご連絡を。



【開催日】説明会：6/20(土)15:00～16:00 練習日程：7月～12月※原則日曜日（7月14日曜日）19:00～21:00（2～3日/月）、演奏会本場：12/12(土)【説明会・練習場所】説明会：リハースプラザが 歴史文化 2F 2 中会議室（図書室 2F）、練習：古賀市交流館 207号室（音楽室）（古賀市中央2-13-1）【料金】大人1,200円、中高生2,800円（申込）電話にて【お問い合わせ】古賀市【第九】実行委員会 ☎090-71-633-3620（西井） ☎090-9471-0510（かや崎）

E **MUNAKANPAI**
 ~いつもの公園が、大人のための特別な場所へ。~

日に日に暑さが増し、夏を近く感じ始めた6月上旬。「くりえいと築山公園」でお酒を楽しみながら、新たな交流をつくれるイベントを開催!日常的ないつもの公園が、1日限りで大人のための特別な空間へと変身。アルコールブースとおつまみブースが揃い、ワインやクラフトビール、ウイスキーなどをおつまみと共に楽しむことができる♪大人のためのちょっとした非日常空間を、家族や友達、お一人でも満喫しよう!



【開催日】6/13(土)11:00~18:00
【場所】ぐりえいと錦山公園(宗像市ぐりえいと1-201)※公共交通機関を利用してご来場を【料金】入場無料
【お問い合わせ】(株)ぐりえいと ☎0940-38-8100



※掲載されているイベントは、中止または延期される場合があります。詳しくは主催者にお問い合わせください。



サンデー求人

あなたと、つながる。

広告掲載のお問い合わせ・お申込みは
0120-008-339 エープラン(株)



やりがい◎!フリーペーパー「サンデー」を仕事に!

職種/フリーペーパー「サンデー」の営業企画(業務委託)
 勤務/営業エリア: 奈良・福津・古賀市、新宮町及び近郊
 時間/勤務時間の拘束はありません。ご都合のよい時間帯に自由にお仕事ができます。
 給与/基本手当30,000円+歩合給 ※一定の条件あり
 資格/20歳~ ※要普通免許

応募/履歴書(写真貼付)を下記宛先まで郵送、又はご持参ください。
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!

子育てママも活躍中!

担当/村上



お客様の声を直接聞ける
 やりがいのあるお仕事!

毎日新聞グループホールディングス
 毎日メディアサービス

サンデー事業部 福岡
 福岡市博多区椚田1-7-17
0120-178-012 **092-471-1177**



地域を元気にする紙面を一緒に作りませんか?

内容/現地に取材、撮影、ライティング(登録制で弊社より内容に合わせ取材依頼します)
 資格/要普通自動車免許・経験者優遇
 報酬/ライティング料(1記事) 5,000円~15,000円
 ※記事サイズによって異なる ※交通費支給
 時間/空いている時間帯(締切あり)
 応募/履歴書を下記住所まで送付
 【選考方法/書類審査後面接】

ネット環境があれば
 ご自宅で作業OK!

生活スタイルを崩さず
 自由な時間にお仕事!



毎日新聞グループ
 ホールディングス

毎日メディアサービス
 福岡市博多区椚田1-7-17
0120-178-012 **092-471-1177**

SUNDAY

読者は30~50代の女性を中心!

美容室 飲食店 イベント スクール 求人 不動産 etc...

お店の売上UPに!

北版
17,000円(税別)~
18,700円(税別)~

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ー!





庭木剪定

まずはご要望をお伺いします
見積無料

庭木1本からOK

熱誠の職人さんが個人個人にに合わせてじっくり丁寧に対応してくれるので、初めての方でも安心!

福円  0940-72-6233 東条市日の里 2丁目13-3

**正社員
パートさん
大募集!!**

勤務地/古賀市千鳥
シフトなど何でもご相談下さい

未経験の方大歓迎!! 車通勤OK!!

①洗浄業務 時間/＜正社員＞8:30～16:00
＜パート＞8:30～12:00
＜正社員・パート＞時給1,100円～ 休日/シフト制

②調理師 内容/調理業務全般
資格/調理師または栄養士
時間/＜正社員＞4:00～14:00
＜パート＞4:00～8:00
経験者・月給22万円～
＜パート＞時給1,300円～ 休日/シフト制

●共通待遇/制服貸与、交通費支給(当社規定有)、マイカー通勤可、社会保険完備(該当者)

応募 平日8:30～まずはお気軽にお電話下さい※面接時、履歴書(写真)をご持参下さい

株式会社 大興社 初回合戦も
お気軽に TEL.092-811-2058
福岡市西区野方3丁目1番5号 大興社 福岡 (※HPリニューアルオープンしました!)

**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)
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 HPはこちら

TOKYOinterior 開催期間 6.13sat-28sun

暮らしを涼やかにアップデート! 夏の快適生活 Summer Comfort!

夏の日
ダイニング
特集

東京都内
大型店初出店!! 6.5fri 八王子店OPEN記念



TOKYOinterior 福岡新宮店 限定

★サンデーをご持参のお客様へ嬉しい特典★ 下記を必ずご確認ください。

SPECIAL PRESENT

TOKYOinterior
金額にかかわらず
お買上
お客様対象 **引換券** 数量
限定

2026.6.13sat-6.28sun

【福岡新宮店限定】
※誠に勝手ながら、6月13日(土)から6月28日(日)までの
期間中のみ有効とさせていただきます。
※数に限りがございます。なくなり次第終了とさせていただきます。
※あらかじめご了承ください。

どちらか好きな方をお選びいただけます。

★ワッフルタオル
2枚セット
(グレー色とベージュ色)

★アンブレラ

★リロクラブ会員様
★JAF会員様 **特別割引**もごございます!!

★サンデーをご持参のお客様へ★
期間中、10万円以上の「モアカフェペアお食事券(1組2枚)」プレゼント!
※6月13日(土)から6月28日(日)までモアカフェペアお食事券プレゼントは専用インビタラに購入時にスタッフにご提示ください。
※お会計後は無効となります。※詳しくは売り場スタッフへお尋ねください。

TOKYOinterior
東京インテリア家具 福岡新宮店
TEL:092-778-1111

営業時間の
ご案内 <平 日>AM10:30～PM7:00
<土日祝>AM10:30～PM8:00

〒811-0123 福岡県糟屋郡新宮町上府北2-6-1

MAP

福岡新宮店

オートバックス
CoCo壱番館
ネットコグ
ユニクロ
ヤマダ電機
カインズ
新宮神社

宗像市・福津市の子育てママ限定!

子どもの未来のために、
**今知っておきたい
お金の話** 教育費・将来資金・NISAの
基本をわかりやすく解説

宗像会場 6/18木・28日 会場 宗像ユリックス 会議室1
宗像市久原400

福津会場 6/20土・24水 会場 カメリアステージ 視聴覚室
福津市津屋崎1-7-2

時間 【午前の部】10:30～12:00(10:00受付開始)
【午後の部】13:30～15:00(13:00受付開始)

定員 各回8人

完全予約制
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

宗像会場 福津会場

※本セミナーの開催は定員を超過せず、中止となる場合もございます。お申し込みの際はご了承ください。

気になるお金のあれこれ/
子育てママのお金のお悩みベスト3

①子どもの教育費の準備大丈夫かしら?
「学費保険は入るべき?」
「児童手当は子供の通帳で管理すべき?」
何が正解なの?子供の将来を考えると悩みがつきないわ。

②毎月やりくりが大変!もっと貯金したい
生活必需品は値上げラッシュ。みんなどうやってやりくりしてるの?
「気づいたら今月も赤字ギリギリ」
「毎月貯金したいのに余裕がないわ」

③自分の将来のお金大丈夫??
「今は子ども優先で自分のことは後回し」年金だけで足りるかな?
「みんなやってるからNISA口座作ってみたものの結局まだ
始められず放置状態」やっぱり自分の将来のお金も気になるわ。
子どもには迷惑かけたくないし。

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
扶養ジャパンに入社。2007年に独立し、21年の歳月
で年間200名と相談、累計資産で約3,000万円以上の
「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。

**参加
無料**
完全予約制

お問合せ先

【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



やなせ たかし Yanase Takashi: Life is about
bringing joy to others

2026.4.17fri. >>> 6.14sun.

福岡県立美術館

観覧時間=10:00～18:00(最終入場は17:30)
休館日=月曜日(ただし5月4日は開館)
福岡市中央区天神5-2-1 tel.092-715-3551
https://fukuoka-kenbi.jp

入場料=一般1,500円(1,300円)、高大生1,000円(800円)
小中生600円(400円)

※()内は前売・20名以上の団体料金※本公演完全無料(ただし催進者同伴)※身
体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方とその介
護者1名及び特定疾患医療受給者証・特定医療費(指定難病)受給者証の交付を受け
ている方は無料※チケット販売=アソビユー、チケットぴあ(PCコード995-872)、
ローソンチケット(LコードF84629)、イープラス、アクロス福岡、小倉井筒屋ほか

主催=「やなせたかし展 人生はよろこばせごっこ」福岡県実行
委員会(福岡県立美術館、毎日新聞社、KBC)
福岡県協賛=味の明太子ふくや

協力=公益財団法人やなせたかし記念アンパンマンミュージアム福岡支部、やな
せスタジオ、フレール館、サンリオ、(公財)福岡県、福岡市、北九州市、福岡市
教育委員会、北九州市教育委員会、(公財)福岡市文化芸術振興財団、毎日メデ
アサービス、サンデー新聞、企画協力=世田谷文学館、企画制作=NHK福岡、
協賛=アガツマ、福岡県、金正興産、JR四国、ジョイバレット、セガ、アートラ
ンジット/特別協賛=山崎アンパンマンこどもミュージアム&モール、横浜アン
パンマンこどもミュージアム、名古屋アンパンマンこどもミュージアム&パーク、
神戸アンパンマンこどもミュージアム&モール、福岡アンパンマンこどもミュージ
アムin モール、ACM、伊藤園、パンダ、パンダダイナミックコングスベリエン
ス、不二家、レック