



『リンダリンダ』の感謝祭

日頃の感謝の気持ちを込めて♪

いつも行列が出来るほどの人気店「ベーカリーリンダリンダ」では、日頃のありがたみの気持ちを込めて7月3日(金)・4日(土)に感謝祭を開催！イチオシの生食パンやデミッシュ、甘い系から惣菜系など人気の定番商品と、季節商品の絶品ラインナップはどれにするか迷ってしまうほど種類が豊富！期間中は税込2000円以上の購入で「食パン1斤券(420円相当/使用期限なし)」をプレゼント！また本紙持参、またはインスタグラムをフォローするとお会計から10%OFF。

ベーカリー リンダリンダ
BAKERY LINDA LINDA

☎093-967-0444

〒802-0827 小倉南区企救丘2-14-27

☎9:30~18:00(商品が無くなり次第終了) 日曜・祝日あり

●写真はイメージ
●インスタグラムのフォローは来店後の新規登録でも可能



KeepPer コーティングキャンペーン

予約受付期間

2026.8/20(木)まで

施工期間

8/31(月)まで

施工技術資格者
4名在籍!

施工実績
7,000台以上



使えます!
貯まります!

実施後無料洗車
2回プレゼント!

その他、
クレジット払いOK・
代車(軽自動車)完備

純水
取扱い店

DIAM KeepPer

ダイヤIIキーパー新登場

ダイヤモンドキーパーの
2倍の艶と自浄効果を
身に着け新登場。
2年または1年に1回の
メンテナンスで6年間持続。



強撥水

メンテナンスで
3年耐久

艶2倍
+自浄効果

今なら10%OFF

施工価格(税込)

SS	68,310円	▶ 61,479円
S	74,250円	▶ 66,825円
M	80,300円	▶ 72,270円
L	84,920円	▶ 76,428円
LL	92,180円	▶ 82,962円
XL	114,730円	▶ 103,257円

施工時間 約4~8時間 耐久期間 約3年
お車をお預かりいたします

ダイヤIIキーパー
プレミアム仕様

施工時間 約6時間~1日

今なら15%OFF

施工価格(税込)

SS	109,450円	▶ 93,032円
S	121,550円	▶ 103,317円
M	133,760円	▶ 113,696円
L	139,920円	▶ 118,932円
LL	154,330円	▶ 131,180円
XL	192,830円	▶ 163,905円

ボディをコーティング施工し、
さらに外から見えない隅々まで、コーティングを施します。



コレージュキーパー 雨が降るたび、勝手にキレイ

フレッシュキーパー
ノーメンテナンスで1~2年間持続



施工時間 2時間~

今なら10%OFF

施工価格(税込)

SS	31,020円	▶ 27,918円
S	33,330円	▶ 29,997円
M	35,970円	▶ 32,373円
L	38,390円	▶ 34,551円
LL	43,560円	▶ 39,204円
XL	48,620円	▶ 43,758円

CRYSTAL KeepPer 透明感のあるガラス特有のツヤ

クリスタルキーパー
1年間洗車だけノーメンテナンス



施工時間 2時間

今なら5%OFF

施工価格(税込)

SS	19,690円	▶ 18,705円
S	22,000円	▶ 20,900円
M	24,640円	▶ 23,408円
L	26,950円	▶ 25,602円
LL	32,230円	▶ 30,618円
XL	37,290円	▶ 35,425円

※表示価格は税込価格です。※施工時の洗車料を含む



日米ユニテッド株式会社

キーパープロショップ 小倉東店

フリーダイヤル

0120-191-971

指定工場

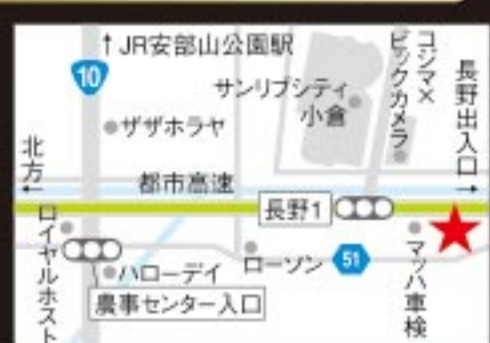
キーパー小倉東店

検索

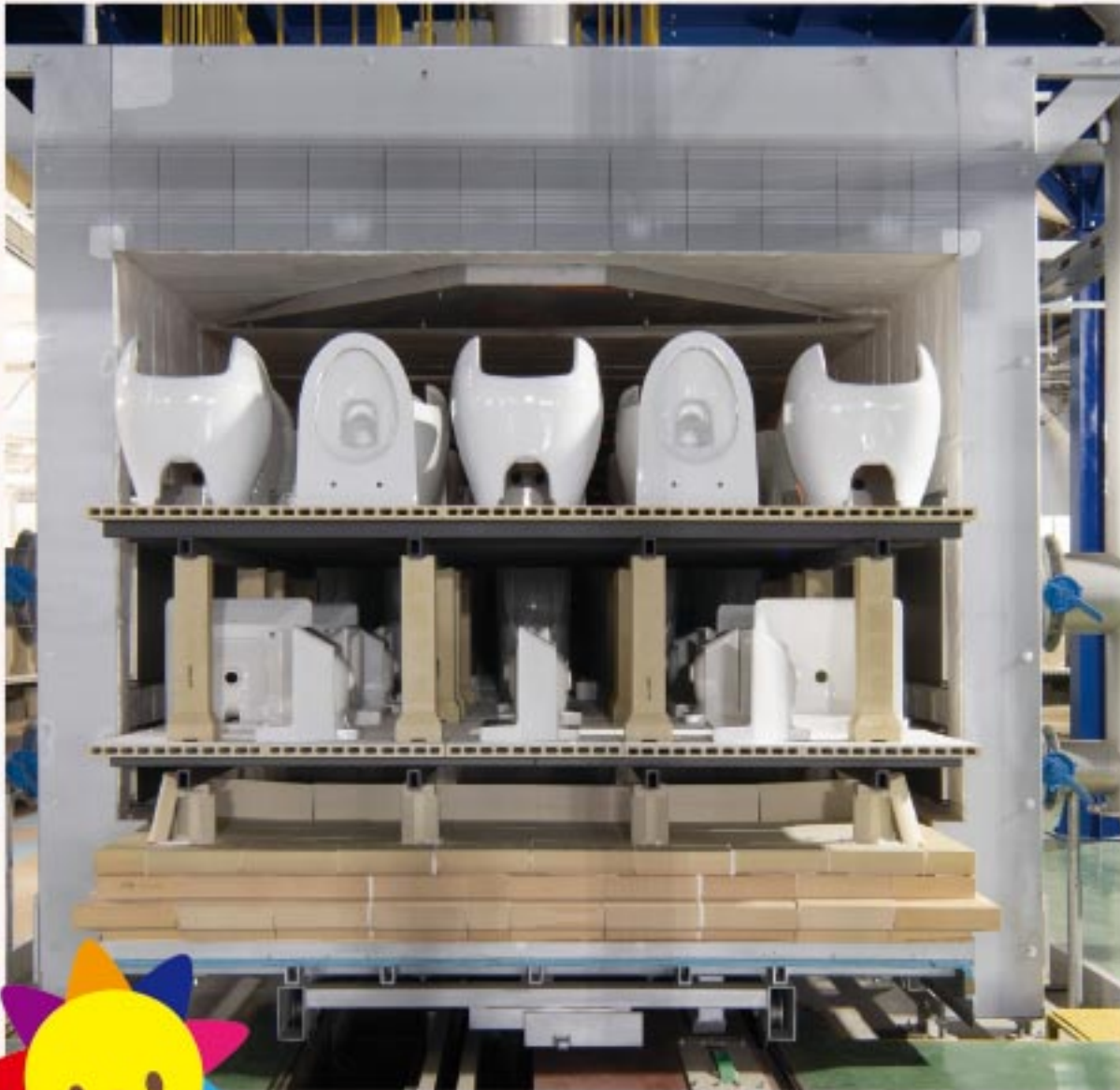


小倉南区長野1-3-18 ☎093-471-3754

【営業時間】7:00~20:00 ※土・日・祝日は8:00~20:00



キーパーコーティングの施工技術を競う大会 2024年福岡県チャンピオン戦出場店



男性用小便器など生活に身近な衛生陶器の製造工程を見学。
清潔で整理整頓された工場で、成形・乾燥・施釉ののち、トンネル
窯で焼成すると美しい衛生陶器ができあがる。

TOTO×Sundayコラボ

自由研究に！ 夏休みTOTO工場見学会

「TOTO株式会社」と「サンデー北九州」の夏休み特別企画!!
便器など生活に身近な衛生陶器が、どのような工程で製造され
ているのか。普段見ることのできないTOTOの衛陶工場を見学
できる貴重な機会に、ぜひご参加を♪



開催概要

日時 7/29(水)・8/5(水) 各日9:50~11:45予定 [現地集合・解散]
受付時間9:30予定(集合場所など詳細は当選者の方へ別途お知らせいたします)

会場 TOTO株式会社 衛陶工場(小倉第一工場)
北九州市小倉北区中島2-1-1

定員 各日30名(同伴者含む) 応募締切 7/10(金) [7/8(水)消印有効]

参加資格 幼児~中学生(保護者1名につき、お子様2名まで同伴可)
※お子様は手を繋ぎ歩けることが条件です(安全のため見学中の抱っこは不可)。

※集合時間及び開催時間が若干変更になる場合がございます。変更の場合は当選者の方へ随時お知らせいたします。



アクセス
■北九州市都市高速「大手町ランプ」より車で2分
■西鉄バス「貴船町」より徒歩12分
■北九州モノレール「香春口三萩野駅」より徒歩13分

応募方法

①参加人数 ②お子さま・同伴者の氏名 ③お子さまの学年(年齢) ④住所
⑤電話番号 ⑥希望の日程を明記し、ハガキまたはメールにてご応募ください。

ハガキ 〒800-0286
「サンデー北九州 TOTO工場見学」係

メール backyard@sunday-ns.co.jp ※QRコードから応募可能→



※厳正なる抽選の結果、ご招待券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。【お問い合わせ先】株式会社毎日メディアサービス(サンデー北九州) ☎093-473-2180(10:00~17:00)

注意事項

- 工場内の写真・ビデオ撮影はご遠慮ください。
- 長時間歩きます。階段の昇降もございます。安全に楽しく見学いただくために、サンダルやハイヒールなどの履物の方は工場への立入りは禁止とさせていただきます。安全上、歩きながらの携帯電話のご使用やポケットハンズ、走っての移動もご遠慮ください。
- 工場内の喫煙ならびに設備や製品への接触はご遠慮ください。
- 酒気帯びでの見学は固くお断りしております。

トランポリン教室

スペースウォーク

小倉北区片野新町1-12-18
☎093-931-5642(体験随時!)

若松区二島 CIRCUITトランポリン教室 ☎080-3957-1180

跳ぶだけで楽しいトランポリン、運動が苦手な子ども達も好きになる!
日常では出来ない数多くの動きを修得、身体を自由自在に操れる能力を
身に付け、運動が得意な子ども達は更なる運動能力の向上が図れます。

小倉/夏休み教室開催 回7/22(水)~24(金)10:00~、26(日)11:40~ 回2,000円/回

参加
無料
完全予約制

女性のための

20~50歳の方におすすめ!

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。

7/8水11土

時間 10:00~11:30 (9:45受付開始) ※11:30からランチビュッフェ開始
会場 アートホテル小倉ニュータガワ 小倉北区古船場町3-4-6
定員 各回10人

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

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
- ✓ 新NISA・iDeCoの解説

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、21年の業歴
で年間200名と面談、累計実績で約3,200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。



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

肉うどん 親や

北九州といえば「肉うどん」!国産牛の頭肉をじっくり煮込んだ柔らかいお肉とコク深い出汁に辛さが加わってクセになる美味しさ!セットや鉄火丼などメニューも豊富。
辛いもの好きにぴったりの肉うどん



辛さレベル
お好みで選べる!

火の玉
肉うどん
900円
※大やハーフもあり

☎093-588-7816
西小倉北区黄金1-2-28
営業時間: 8:00~14:00 (休) 月曜日
※14:00~は甘味営業 (休) 2台



辛麺屋 龍

辛さレベル
お好みで選べる!

「福岡県産トマト」
×「5種類のチーズ」の
洋風辛麺。炭火焼き鶏の香
ばしい風味で更にスープが引き
立つ追加でご飯を注文して
はリゾット風に!
※仕入れ状況によりパスタが粉末
の場合あり



トマト
辛麺
1,250円

☎080-3227-6567
西小倉南区横代東町4-2-9
営業時間: 11:00~15:30 (OS15:00) 休なし
18:00~22:00 (OS21:30) 休あり
※夜は金・土曜日のみ



辛さレベル
お好みで選べる!



美・薬膳
麻辣湯
1,760円

13種類の薬膳スパイスで身体の中から整う
☎093-472-9395 西小倉南区下曾根4-5-9
営業時間: 11:00~14:00 (OS) / 夜17:00~21:00 (OS20:30)
休火曜日、第1・3水曜日 (休) あり



元祖トマトラーメン

三昧 (333)
水巻みどりんばーく店

辛さレベル
お好みで選べる!



三昧の
特製味噌
辛麺
720円~

鶏ガラ
と香味野菜
の深いコクに唐辛子
のキレが効いた王道辛麺!
ペはふわとろの定番「玉子リゾット」が濃
厚「チーズリゾット」でスープも余すこと
なく贅沢に最後まで堪能できる!

☎093-202-3334
西小倉南区水巻町猪熊1-9-19
営業時間: 10:30~22:30 (OS22:00)
休年中無休 (休) あり



サンデー 龍
辛麺はコレだ!!

北九州のイチオシ旨辛麺をご紹介!
※辛さレベルは各店の独自基準

麻辣湯



辛さレベル
お好みで選べる!

福恩麻辣湯 小倉店

店内に並ぶ豊富な野菜やきのこ、お肉、練り物などの中から、好きな食材を選び、自分だけの一杯が楽しめるオリジナル麻辣湯専門店。気分や体調に合わせて選べるので毎日食べても飽きない美味しさ!

InstagramのDMにて受付
西小倉北区京町3-6-21
東邦ハイソ101
営業時間: 11:00~22:00 (OS21:30)
休不定休 (休) なし



辛さレベル
お好みで選べる!

ノーマルの鶏
ガラの出汁から豆乳
に変えることにより濃厚でまろ
やかな口当たりにより辛さと痺れが
選べるので自分好みの最高の一
杯が楽しめること間違いなし!

☎090-3416-8358 休なし
西小倉北区相屋町12-13 (休) なし
営業時間: 11:00~14:30 / 17:30~22:30
日曜日11:00~14:30



担々麺
940円
※大盛りは1,040円



辛さレベル
お好みで選べる!

☎093-980-5581
西小倉南区則松3-2-8
営業時間: 10:30~15:00
(最新情報はInstagramにて)
休水・木曜日 (休) 8台



麵処 桃亭

高級中華料理店
の手法で抽出したこ
だわりスープをベースに
濃厚胡麻のコクと程よい辛
さがたまらない旨味たっぷり、自
慢の担々麺をぜひ一度。

そろばんパチパチ
はじめよう!



そろばん学習の特長

- 計算力**
そろばん学習は数字に強く、計算力のすぐれた子どもを育てます。
- 計数感覚**
計数感覚にすぐれた子どもは、物事を順序よく実行できます。
- 忍耐力**
我慢強さはどんなことを達成するにも大切なポイントです。
- 集中力**
集中力がなく、集中することが苦手な子どもにぴったり。
- 積極性**
年齢や学校の違う子どもたちと友達になれる、積極性も身に付きます。
- 脳の発達**
そろばんは脳のスポーツ。楽しみながら能力を鍛えます。

認定指導者は右記の支部へお問い合わせください。
公益社団法人 全国珠算教育連盟 福岡県支部
〒807-0828 北九州市八幡西区友田1丁目3-21 093-603-0200 ●詳しくは そろばんのチカラ (休) あり

珠算検定試験日程
第434回
令和8年 7/19 (日)

SUNDAY この大きさに
広告を出しませんか?
093-473-2180 (休) 毎日メディアサービス
サンデー事業本部 北九州

COYASH
処分に困っている
お人形ございましたか?

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。

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!

出張査定 (手厚) お電話で申し込み 日付決定 査定員が伺い その場で査定 その場で現金買取

まずはお電話! 0120-065-736 HPはこちらから!

(休) トリアイナ (本社) 東京都港区台場2丁目3番1号 トレードピアお台場13階
(福岡支店) 福岡県福岡市博多区博多駅前7-1 FORECAST博多博多町2F
古物商許可番号 東京公安委員会許可 第305511104562号

手羽先 3本セット (770円 税込)
「サンデーを見た」で
もう1本サービス!



※本紙を切り取り持参の上、注文時「サンデーを見た」とお伝えください。
有効期限 2026.7/31 (金) まで

こはく亭 ☎093-471-4442 西小倉南区上貫1-4-5
営業時間: 12:00~14:30 / 夜17:30~23:00
(休) 月曜日 (月曜日が祝日の場合は火曜日)

出張料・査定料 無料!

- ・腕時計・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!



子どもも喜ぶ 人参ステーキ

材料(1人前)

人参……………1/2本
ベビーリーフ…適量
＜調味料＞
メープルシロップ…小さじ1
しょう油……………小さじ1
菜種油……………大さじ1弱
(またはオリーブオイル)

つくりかた

- ①人参を食べやすい大きさに長く切り、柔らかくなるまで蒸す。
 - ②フライパンに菜種油を熱し、①を焼き色がつくまで焼く。
 - ③弱火にして残りの調味料を入れてからめる。
 - ④お皿にベビーリーフを盛り付け、③を並べる。
- ※フライパンのソースも残さずに人参にかけて盛り付ける。

・人参のβ-カロテンには、目や皮膚の健康維持が期待され、便秘解消やむくみ改善に良い。
・人参がニガテなお子さまでも美味しく食べられるレシピ。

大丸雅代(カリスマシェフ代表)
ヨガ/筋膜リリース/ボディメイク/パーソナルトレーナー/ベビーマザー/講師、全米ヨガアライアンス500保持者、介護施設、保育園/インストラクター、運動エクスパート、テニス/ゴルフコーチ、生食スポーツトレーナー、鍼灸師。
www.holistic108.net

- 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ローソン・ユナイテッドシネマ小倉……………0570-783-460 ⑤ユナイテッド・シネマなかま16……………0570-783-430
③シネマワールド小倉……………050-1794-7462

※字幕・吹き替え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

6/26(金)公開 1 2 3 4 5 はか

一度はくじけそうになった旅人が再び星を目指す それいけ!アンパンマン パンタンと約束の星



やなせたかし原作の児童書『アンパンマン』を基にした劇場版シリーズ37弾。レッサーパンダの旅人・パンタンは、昔ある冒険家と交わした約束を守るため虹の星を目指していた。しかし、ばいきんまんに子供の姿にされてしまう。アンパンマンたちに助けられたパンタンは、旅をする理由と約束を破ってしまった後悔の気持ちを語り始めて…。

北九州市 子どもが病気でも休めない… 医療情報 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児中のお子様や病児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。

制度の利用には事前登録が必要(当日利用の場合は、利用施設へ要相談)。利用料金は福岡県内居住世帯は0円、福岡県外居住世帯は2,000円(日額)。要予約。実施施設や利用条件など詳しい内容は、下記HPまたは各区役所保健福祉課、各病児保育施設にてパンフレットを配布。

●制度についてのお問い合わせはこちら

子ども家庭局 子ども家庭部 こども施設企画課
093-582-2412

北九州市 病児保育



首に巻いて留めるだけ 冷蔵不要で手軽にひんやり



取り出してそのまま使える、使い捨てタイプのネッククールシート。シート内部の水分を含んだゲルが熱を吸収して蒸発し、貼った部分の皮膚温度を下げ、素早くクールダウン。不織布に配合したメントールにより、ひんやり感がさらに持続。

「COOLOOP ひんやりネックシート(ストライプ、ライトグレー、クリスタル)」各1,078円。

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
9:30~21:00

※価格は税込

北九州市 平和のまちミュージアム

Kitakyushu City Museum of Peace

昭和の戦争において、北九州は八幡の大空襲をはじめ、計13回空襲を受けました。またこのミュージアムの建つ地にあった「小倉陸軍造兵廠」は、長崎に投下された原子爆弾の第一目標でした。戦後80年が経過し、戦争に伴う悲惨な体験や生活を知らない世代がほとんどとなる中、わたしたちは今、今日の平和と繁栄が過去の戦争における多くの尊い犠牲の上に成り立っていることを思い返すべきなのではないでしょうか。当ミュージアムの展示を通して、戦争の悲惨さ、平和の大切さ、命の尊さについて、改めて考えていただくと幸いです。

多くの実物資料と最新の映像・音響技術を活用し記憶に残る展示を行います (見学所要時間40~60分) ※展示や設備は予告なく変更することがあります

戦前の北九州

戦争と市民の暮らし

広がる戦争と空襲

終戦の混乱と戦後復興

運命の昭和20年8月8日・9日

企画展 「兵隊さんのまち ～北方兵営とその周辺～」

8/30(日)まで開催中

明治から終戦まで日本陸軍の拠点(兵営)が置かれた北方地区に焦点を当て、「軍隊とともに発展した地域の歴史」を紐解きます。かつての北方の賑わいや、多くの人生が交差した街の歩みを知る貴重な機会です。

リバーウォーク北九州
小倉北警察署
小倉城
松本清張記念館
北九州市役所
小倉合同庁舎
中央図書館
子ども図書館
文学館
北九州市
平和のまちミュージアム

アクセス

●JRをご利用の方
JR「西小倉駅」下車徒歩約10分

●バスをご利用の方
西鉄バス
「市立中央図書館・文学館前」下車徒歩約1分

●車をご利用の方
北九州都市高速道路「勝山IC」より車で約2分
※当館専用の駐車場はございません。隣接する市営駐車場をご利用ください。

開館時間 9:30~18:00(入館は17:30まで)

休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)・年末年始
※HPをご確認ください。

入館料 一般200円/中学生100円/小学生50円
※団体(有料のお客様30名以上)は
一般160円/中学生80円/小学生40円

北九州市 Kitakyushu City Museum of Peace

平和のまちミュージアム

〒803-0813 北九州市小倉北区城内4-10
TEL:093-592-9300/FAX:093-592-9305
https://www.kitakyushu-peacemuseum.jp

LINE
公式アカウント

LINEお友達登録はこちらから▶

ホームページ

サンデー北九州公式

LINE & Instagram



@sunday20041009



@sunsta_gram32



サンデースタッフ
おすすめグルメや
お得な情報を配信!



01 門司港蚤の市 64

北九州では珍しい古いモノに出会える蚤の市。和・洋骨董を始め、陶器、着物、おもちゃ、レトロ雑貨などの古き良きモノが門司港レトロに大集合。九州・山口・広島など各地から集まる店舗は必見。あなただけのお気に入りや掘り出し物が見つかるかも。

7/11(土)9:00~15:00 [雨天決行・荒天中止]
 門司港レトロ中央広場(門司区東港町1-12)
 入場無料

EVENTrip事務局 ☎070-2667-1337

門司港蚤の市 7月11日(土)



レトロ中央広場 9:00~15:00



03 開館30周年記念「This is SUEKI—古代のカタチ、無限大!」

古墳時代に生まれたやきもの「須恵器」。時代や使う場面によってその形を変えていった須恵器の名品を集め、現代人の想像を超えるその造形美を紹介する。

7/3(金)~9/23(水・祝)9:00~17:00
 (最終入場16:30)
 毎月曜日、7/21(火)※7/6・20、8/3、9/7・21は開館
 山口県立萩美術館・浦上記念館 [詳細はHPへ]

山口県立萩美術館・浦上記念館 萩美術館
 ☎0838-24-2400 山口県萩市平安古町586-1



広島県指定文化財 鳥形須恵器 古墳/飛鳥時代(7世紀前半) 広島県安芸高田市一ツ町古墳出土 個人蔵



05 夏の風物詩「あずきバー祭り2026」福岡へエリア拡大! 合計2,000本を無料配布

栄養素を豊富に含む「あずき」がたっぷりの「あずきバー」を食べて暑い夏を乗り切りたいという思いから、井村屋グループが制定した7月1日「井村屋あずきバーの日」。記念日に先駆けて、無料で「あずきバー」を配布。



7/6(土)①10:00~②12:30~③15:00~ [小雨決行] [参加無料]
 ONE FUKUOKA BLDG. 北西側広場(福岡市中央区天神1-11-1)
 ※各回15分前より整列開始。※各国の配布本数には限りがあるため、定員(予定数量)に達し次第終了。※サンプリングは、お一人様1本1回まで。

井村屋(株) お客様相談ルーム ☎0120-756-168(9:00~17:00)

02 天気にあわせて内容が変わる! 動物お絵描き会/梅雨のワクワク工作会

晴れの日にはボニーやカンガルーを楽しくスケッチする「動物お絵描き会」を、雨の日には季節にあったオリジナルグッズを作る「梅雨のワクワク工作会」を開催。どちらの内容になるかは、公式Instagramで告知。詳細はHPへ。

開催中~7/12(日)9:00~16:00 国火曜日
 北九州市立響灘緑地/グリーンパーク [詳細はHPへ]
 お絵描き会: ボニー広場・カンガルー広場 [雨天・荒天中止]
 梅雨のワクワク工作会: 都市緑化センター管理事務所



北九州市立響灘緑地/グリーンパーク グリーンパーク
 ☎093-741-5545 西若松区竹並1006



04 旧蔵内邸 夜間特別開館「夜の庭園」& 夏だ! まつり「納涼夜市」

普段とちがう「旧蔵内邸」を体験できる、「夜の庭園」。7月は「納涼夜市」も同時開催。ヨーヨー釣りや輪投げなどの出店もあり。浴衣や和装で来場の方は、煎茶(菓子付)を無料提供。

7/4(土)17:30~20:30(納涼夜市は~19:30)
 国指定名勝 旧蔵内邸 大玄閣前 [詳細はHPへ] [日豊本線JR築城駅下車、タクシー・バスで約10分/東九州自動車道(築城インター)から約6分]

国指定名勝 旧蔵内邸
 ☎0930-52-2530(9:30~16:30) 築上郡築上町上深野396



06 トーベとムーミン展 ~とっておきのものを探しに~

「ムーミン」の生みの親で、多方面に才能を発揮したトーベ・ヤンソン(1914~2001)。初期の油彩画から第二次世界大戦前後の風刺画、「ムーミン」小説やコミックの原画、スケッチなど約300点から、トーベの人生と創作世界を振り返る。

7/4(土)~8/30(日)9:30~17:30(最終入館17:00)
 ※金・土曜日は~20:00 毎月曜日、7/21(火)※7/20(月・祝)は開館 福岡市美術館 2F特別展示室 [詳細はHPへ]

福岡市美術館 福岡市美術館
 ☎092-714-6051 福岡市中央区大濠公園1-6



personality & harmony

カワイ音楽教室

1歳に
2026年4月2日以前に
1歳に達したお子様

ママといっしょにリトミック!

親子リトミック

柔らかな感性のこの時期に素敵な音楽空間で大切な時間をすごしましょう!

充実のグループレッスン!

01 担当講師2名 02 アコースティックピアノ伴奏

サニーサイドモール小倉教室生徒募集中 (北九州市小倉南区下管新町10-1)

【コース概要】
 対象年齢: 1歳のお誕生日をむかえたお子さま(保護者同伴)
 レッスン日: 月2回(水曜10:30~)、1回40分 ※レッスンは入室の時間を含みます。
 授業料: 7,700円/月 運営管理費: 220円/月 ※金額表示は全て税込です。

7月の体験日程
 7/1 18時 水曜 10:30~11:10 先着 6名様

お問い合わせ・お申し込み ➡ ☎0800-000-5453 (営業) 10:00~14:30 (休) 土・日・祝日

つらい症状... 漢方で治してみませんか?

このような方もあきらめずにご相談ください

- 起立性調節障害、アトピー、めまい、動悸、耳鳴り
- 病院でも原因が分からない ● どこに相談したらいいのかわからない
- 漢方薬を飲んだが効かなかった ● 年齢のせいと言われた

現代医学では原因が分からない病気や症状でも多くの方が改善していますので、お気軽にご相談ください。漢方メーカーや薬業団体で多数講師をおこなう熟練の薬剤師がご相談をお受けします。

池田東洋堂薬局 管理薬剤師 千代丸 学

※予約制のため、ご相談の方は前もってお電話ください。新規受付は開店の1時間半前まで

池田東洋堂薬局

小倉北区木町3-13-1
 ☎093-561-3562 (土曜日~18:00) 開日・祝日 あり
 https://ikedatoyodo.shopinfo.jp Instagram: @ikedatoyodo

BALANCE SPA RELAXATION & BEAUTY

日常を忘れ、贅沢なひとときを。

身体のリカバリープレイス

GRAND OPEN

グランドオープン

熟練セラピストによる
全身プレミアムリラクックス トリートメント 60分

植物由来のオイル使用 アロマオイルトリートメント OK
 オイルが苦手な方へ ドライトリートメント OK
 柔軟性を高めて姿勢改善 ストレッチ OK

※3種類の施術の中から1つお選びいただけます ※ドライケア・ストレッチ用のウェア無料貸し出しあり

3つから1つ選べる! 割引価格 ¥9,790 から 更に 59% OFF 10分 ¥3,980 (※初回限り)

さらに! ¥2,800 円相当ヘッドスパトリートメント
 ご来店でプレゼント ※当店は女性専門サロンです

特別価格でのご案内は、2026年7月31日(金)まで

パランススパ小倉南店
 〒800-0226 福岡県北九州市小倉南区田原新町3-10-15 (サンシティ駅前2F)
 ☎0120-389-385 営業時間 10:00~20:00 (土日祝 ~19:00)

ご予約はこちらから
 24時間受付中
 お電話でもOK

この夏の四季
昭和の
忘れもの

里山の風

東亜大学名誉教授
山田千秋

「美しき花もその名を知らずして文にも書きがたき」と口惜し

正岡子規は随筆集『墨汁一滴』の中でこう記している。美しい花を見て、名を知らない、その魅力がうまく表現できずともかしいというのである。ここで子規のいう花の名とは、目の前にあるものを理解する入り口となる言葉という意味であろう。そこから知識が深まれば何事ももつとほつきり見えてくるだろうというのである。

二十四節気「芒種」。降り続く雨の中、近くの田はともすかり田植えが終り、梅雨空のもと紫陽花が至る所で雨粒を光らせている。農家の本当の苦労など分らずにただ穏やかな田園の美しさを楽しませてもらっているだけなのだが、今の里山の景色には、さあまた年の農作業が始まるぞという生き生きとした雰囲気を感じる。

里山の近くに住んでいると、いつも歩く田んぼ道も様々なことを教えてくれる。毎年同じ様子で移り行くかと思える光景にも年ごとに微妙な違いがあることに気づく。子規の言葉どおり、道沿いの木々や路傍の草



花の名を知ると、いつ花が咲きどんな実がなるかも分ってくる。田の稲も畑の野菜も、その植え付けから収穫までがすっかり頭に入っている気になるのである。

大自然と人知が混じり合い、土と水と植物で作られ出される里山は日本人の原風景である。そこにはいつも優しい風が吹いている。季節を運んでくる風にはその季節の香りがあり、そこに住む者に様々なことを伝えてくれる。また、風は私たちの日常のしがらみや雑念の間を吹き抜けていき、あとには爽やかな空気を残す。ほの暗い梅雨の里山に吹く風も、瑞々しい四季を彩る情緒を感じさせるものである。

NHK朝の連続ドラマ「風、薫る」は他者を支え、他者から支えられる有難さや喜びの人間模様を描いているが、Mrs. GREEN APPLEが「大切な日々を風はただ知っている」と歌う爽やかなテーマソングが里山の風にも乗って流れてくるようだ。日常に疲れた私たち一人一人の心の内側を、梅雨空の風も知っているだろう。

ところで今どき路傍の草花の名など、昔のように植物図鑑などで調べなくてもスマホで撮影すれば瞬時に検索できる。これなら子規も苦労はしなかつたろうが、先日、いかにもそんなAI時代らしい事件が報道された。父親に叱られた(暴力?)娘がチャットGPTに相談した結果、思わぬ警察沙汰に至ったという。詳細も知らずに勝手なことは言えないが、もう少しこころにゆとりはなかつたのだろうか。

双方とも、穏やかな田の畔でも歩きながら自分を見つめ直してみたらどうだったのか。何事も、コスト(費用対効果)、タイパ(時短)と効率性や便利さの優先が日常化していく現代。不便だが人がこころと身体に汗をかかないと成り立たないアナログの文化が日常から失われているようだ。

双方向とも、穏やかな田の畔でも歩きながら自分を見つめ直してみたらどうだったのか。何事も、コスト(費用対効果)、タイパ(時短)と効率性や便利さの優先が日常化していく現代。不便だが人がこころと身体に汗をかかないと成り立たないアナログの文化が日常から失われているようだ。

と、今どき路傍の草花の名など、昔のように植物図鑑などで調べなくてもスマホで撮影すれば瞬時に検索できる。これなら子規も苦労はしなかつたろうが、先日、いかにもそんなAI時代らしい事件が報道された。父親に叱られた(暴力?)娘がチャットGPTに相談した結果、思わぬ警察沙汰に至ったという。詳細も知らずに勝手なことは言えないが、もう少しこころにゆとりはなかつたのだろうか。

プレゼント
ユナイテッド・シネマなかま16 特別招待券

今週のおすすめ作品は、6/19(金)公開の「黒牢城」。極限状態の籠城戦の中、「言葉と頭脳」で対峙する息を呑む心理戦は圧巻。濃厚な映像美とともに異色の「本格ミステリー×時代劇」が誕生!

提供 ユナイテッド・シネマなかま16 ☎0570-783-430 (24時間映画情報ライン)
西中間市上蓮花寺3-1-1 4F

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「びっくりした事」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

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

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

READER'S Voice!
今週のお題
最近ハラハラしたこと

好奇心旺盛な2歳の息子。初めてのトランポリンで騰することなく頭から突っ込んでいきました。怪我がなくて良かったです。笑
八幡西区/31歳女性

高速道路を運転中、異音がするよう…と思った数秒後にガタガタと車が揺れ始め、停めて見てみるとタイヤがバーストしていた。
小倉南区/37歳女性

運動会で息子がフィナーレに一人で倒転を披露することに。失敗しないかハラハラしながら見守りました。無事成功しました!
八幡西区/42歳女性

平日限定20食のランチを食べようと張り切った日に限って急ぎの仕事が。バタバタ済ませ何とか間に合いました。
小倉北区/59歳男性

子供を早く寝かせ嵐のLIVE開幕10分前に泣き声が…。「終わった…」と思ったがまさかの即再眠! 無事見られました!
小倉南区/30歳女性

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 ☎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

楽しく働く仲間募集 まずはお気軽にお電話ください。

高校生から中高年者まで、和気あいあいと活躍中! あなたの都合に合わせた働き方が可能です!

内容/ホールスタッフ
テーブルの後片付け、配膳、オーダー取り等
徐々に仕事を覚えていってOK!

時間 9:30~21:00の間で相談に応じます
※土日は(昼)17:00まで
◎1日4~5時間、週3日~応相談
時給 (昼)1,057円~ (夜)1,067円~
待遇 交通費支給、制服貸与、車通勤可
*1週間ごとのシフト提出! *嬉しい食事割引あり!

山賊鍋 若園店 小倉南区南若園町7-7 ☎093-962-7885
西鉄バス「中教中学校前」より徒歩5分

無資格OK! 調理パート募集

勤務地 八幡東区中央2丁目 (デイサービス施設) (35食程度)
時間 8:30~12:30(4H) 交代制
10:00~14:00(4H)
休日 日曜・他(週2~3日程度)
時給 1,057円~
待遇 ミニボーナス年2回支給
交通費支給、有給休暇
ベースアップ手当有
応募 まずはお電話を!
面接は現地にて。

残業は、ほぼありません!
丁寧に指導いたします。

北九州病院グループ 北進産業株式会社
本社 北九州小倉北区西港町125-5
☎093-583-4114 (水・日・祭日を除く)

業務委託社員募集

★営業未経験者OK! 主婦・ママも活躍中!

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
給与 完全歩合制
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。

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。

SUNDAY 発行部数340,000部 **サンデー北九州**
〒800-0251 北九州小倉南区葛原5-3-3 ☎093-473-2180

動物愛護センターでは 犬猫用フード等のご寄付を受け付けています!

皆様のあたたかいご支援にセンターの犬猫たちはとても助けられています。心より感謝申し上げます。
ご寄付の際には、まことに勝手ではございますが、下記までご送付いただくか、受付時間内にお持ちいただくようお願いいたします。

北九州市動物愛護センター
☎093-581-1800
小倉北区西港町24-7
園(受付時間) 平日8:30~12:00、13:00~17:00

ホームページ Instagram X(旧Twitter) Facebook

ご寄付対象品

- ドライフード
- ウェットフード・パウチ
- おやつ
- 粉ミルク
- 子犬・子猫用ドライフード
- 子猫用パウチ
- ペットシート
- 猫のトイレ砂
- 猫の爪とぎ

※フードは賞味期限内・未開封のものに限ります。
※布巾・サークルゲージなどの大型品は、収納スペースに限りがあるため受け付けていません。

こどもいろ 児童発達支援 利用時間 9:30~17:30 (8:30~受入れ相談可)

「ことばと社会性」等の獲得実績多数!

児童発達支援は 1日 or 午前・午後 利用可

相談支援事業所 えん徳力 あります

- 言葉が遅い
- 文字や数が苦手
- コミュニケーションが苦手
- 落ち着きがない等

沼 小倉南区沼本町1-1-26 ☎093-980-6623

徳力 小倉南区徳力1-12-7 ☎093-236-2661

そね 小倉南区中曽根2-9-5 ☎093-981-2087

職員(児発管・保育士)も募集中!

送迎できます(片道30分以内)

《対象》北九州市にお住まいの60歳以上の方

シルバー登録会員募集

—入会説明会—

週20時間未満の生計が就労です。60代の方が活躍中です!! ★元気な方を募集しています★

仕 ●工場内軽作業

事 ●洗車補助 ●保育所清掃

内 特に小倉南区東部の会員が不足しています。

容 2人入会をお待ちしております。

入会説明会 ※公共交通機関をご利用ください

場所 小倉南区役所 第2応接室

日時 令和8年7月3日(金)・7月7日(火)

①10:00~②13:30 ※60分程度

入会説明窓口 (個別説明・要電話予約 ☎093-922-4801)

場所 北九州市シルバー人材センター本部

時間 ①9:00~12:00 ※平日

②13:30~16:00 ※平日

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

解体工事 承ります

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!

事業内容

- 本造、鉄骨、コンクリート、店舗内部解体
- 不用品片付け、遺品整理、解体後撤去

株式会社 西日本解体

福岡県行橋市大字入道731番地

TEL:0930-55-6996

新築住宅をVR内覧!!

新築資料請求・来場予約もしていただけます

QUOカード 5名様に1,000円分プレゼント!!

VRはこちら

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

障害年金 を、もらい忘れていませんか?

うつ病 年間約78万円受給

人工透析 年間約130万円受給

脳梗塞 年間約89万円受給

※受給金額は個々のケースによって変動いたします。

対象となる可能性のある傷病

うつ病、双極性障害、統合失調症、てんかん、知的障害、アスペルガー症候群、発達障害、高次脳機能障害

脳出血、脳梗塞、くも膜下出血 など

網膜色素変性症、難聴 など

腫瘍、失語症、聴覚全摘手術 など

気管支喘息、肺結核、肺線維症、呼吸不全 など

心筋梗塞、狭心症、心臓病、ペースメーカー、ICD装着 など

人工関節、人工肛門、人工膀胱、人工透析 など

肝臓、肝硬変、肝がん など

白血病、悪性リンパ腫、HIV感染症 など

障害年金とは、老齢年金・遺族年金と並ぶ国の年金制度の一つであり、病気やケガで労働能力や日常生活能力に一定の制限がある場合に支給されることがあります。

原則20~64歳で「うつ病」「統合失調症」「脳梗塞」「脳出血」「糖尿病」「がん」「人工透析」「心疾患」「人工関節」その他多数...幅広い障害が対象。あまり知られていないために申請をせず、受け取っていない方が非常に多い制度。受給金額は最低でも年間約60万円程度、症状によっては毎年200万円超受給できる方もいます。「多くの方に知ってもらい、必要とする方々にご利用していただきたい!」という思いで、個別相談を行っています。「このケースは障害年金の対象になるの?」「具体的な申請方法を知りたい!」など疑問を持った方は、福岡障害年金サポートセンターへお気軽にご予約、お問い合わせください。

ご相談は無料です!

運営/北九州中央社会保険労務士法人

福岡障害年金サポートセンター

☎0120-416-112 受付 平日9時~17時 (土曜、日曜の相談可)

八幡西区黒崎3-1-3 菅原ビル5F (JFR黒崎駅徒歩3分)

※女性の相談員もいます

詳しくはHPをご覧ください

ホームページはコチラ

すぐにご案内できます

鉄筋コンクリート造 百年住宅

4DK+裏庭

売家:小倉南区葛原本町3-30-16

土地 166.03㎡ (50.22坪) 建物 97.38㎡ (29.45坪) **790万円**

●葛原5丁目バス停まで徒歩10分 ●S56年8月築

●RC造2階建 ●駐車場あり ●現状渡し

★葛原小学校...徒歩11分 (850m)

★沼中学校...徒歩23分 (1.8km)

★サンリブシティ...車で4分 (1.8km)

有新生地建

福岡県免許(10)第9479号

北九州市小倉北区今宿3丁目18-21

☎093-980-8651 (FAX)

直通 **090-1183-8668** (担当/たかみ)

広告有効期限2026年7月末日

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

空家をお持ちの方

空地をお持ちの方

相続物件ご相談承ります

不動産プランナー 緑屋 tel.093-371-2121

福岡県知事免許(4)第15339号

門司区本町1-17-10 コーポランド社1F (メール)midoriya@tp-net

地域に密着した 営業広告・求人広告など

小倉南区 荏田町

その他に八幡西区・東区、若松区、小倉北区、門司区などもあります!

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 HPはこちら

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

私は今 50歳 ですが、毎日「すっぴん」で店頭にたっています

秘密は...『顔を洗うジェルの化粧水』

無香料 無着色 界面活性剤不使用

ゴテゴテ塗りたくらなくても美しいお肌でいたい!

母も私も昔から、お肌のくすみや乾燥などで悩んでいました。ゴテゴテ塗りたくらなくても美しい素肌でいたかったんですけど、なかなかお肌に合う化粧品が見つからなくて...。そんな私たちが「顔を洗うジェルの化粧水」を使い始めてから25年以上がたち、今ではすっぴんで毎日店頭で仕事をしています。

次々に新商品が出ますが、残るものはわずか。ロングセラーの底力!

この化粧品、知名度は低いんですが30年以上のロングセラー商品。やっぱり長く愛されているものって、それだけの力があるんですね。使い方は変わっていて、トロッとしたジェルで顔を洗いながら保湿してくれるという化粧水なんです。「洗顔」と「保湿」でお肌のコンディションを理

想の状態に整えてくれるから、使えば使うほど素肌がキレイになっていきました。

とにかくご自身で使ってみて欲しい!

ご愛用者の50代女性の方からは、「くすみが気にならなくなって、ファンデーションをワントーン明るい使うようになりました」とか、個人差はあると思うんですが、たくさんのお声をいただいているんですよ!この「顔を洗うジェルの化粧水」の良さを、もっと大勢の方に知っていただきたくて、お試しミニボトルを送料込100円でご用意させていただきました。まずは使ってください!お使いになられたら「肌が違う!」と感じていただければ...お代金はいりません!あなたもすっぴん美肌を目指して、お試し100円から始めてみませんか?

※個人の感想です。

顔を洗うジェルの化粧水「なちゅり」NO.1

お試し 100円 送料0円

お肌に違いを感じられなければお代金は結構です。

お試し100円のご注文は 今スグどうぞ!

ご注文の際は申込番号 **A0UU** をお知らせください。

0120(34)0703

通話料無料 営業時間 朝9時~夜7時 日曜定休

FAX 0120(68)0703 通話料無料 FAXは24時間受付可

創業80年。大阪府福島区の聖天通商店街にあるお店です。

「美」と「健康」を両立して30年。スキンケアの専門家として、お肌に違いを感じられなければお代金はいりません。※受付け後、送料前でお届けします。※お持ち帰りした個人情報は、お客様のプライバシーの観点から、必ずしもご本人にのみお渡ししています。

聖天薬局

〒553-0002 大阪府福島区箕輪2-9-12