

福岡海岸の絶景が目の前に広がり、波音が心地よく響く「SUN EFFECT」。グリーンのカーテンに包まれたテラス席なら、夏の暑さが残る季節も涼しく快適にBBQを楽しめる。博多和牛肩ロースなどのお肉に加え、シーフードや野菜、充実のサイドメニューまでたっぷり味わえる「極上プレミアムBBQプラン」。手ぶらで楽しめる贅沢なBBQはもちろん、1人4,000円のお手軽な「カジュアルBBQプラン」や、小学生限定「キッズプラン」もご用意。デートやお祝いはもちろん、友人との集まりや家族の団らんにも。夏の終わりから秋にかけて、心地よい海辺の時間を過ごしてみたいか？

- 「極上プレミアムBBQプラン(180分)」お一人様8,800円
- 「カジュアルBBQプラン(180分)」お一人様4,000円
- 90分飲み放題付き+2,200円※注文は2人前～
- 「キッズプラン(180分)」お一人様2,500円(小学生飲み放題付き+¥1,100円)※小学生のみ利用可能
- 予約は利用希望日の3日前まで受付
- 写真はイメージ



SUN EFFECT BBQ テラス

☎070-4131-9273

區福津市西福間3-48-1

圖1部11:00~14:00

2部16:30~19:30
照常播出

睡不醒休



エアコン完備!

Open House

涼しい室内で
ゆっくり見学できます!

宗像市
自由ヶ丘
8-6-6

お気軽に連絡ください

8.22・23日 10:30~17:00

オープンハウス

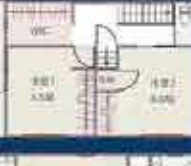
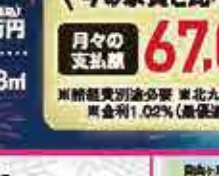
☑ フローリング上張り	☑ 換気新調	☑ 玄関ドア交換
☑ フロアタイル張り	☑ 外壁塗装	☑ クロス貼替
☑ 室内クリーニング	☑ 防蟻処理	☑ 窓明器具交換
☑ 間取り変更	☑ 壁・換気管	☑ 水回り新調(キッチン・洗面・トイレ)

リノベーション済!
(令和8年7月)

4LDK+WIC 3,150万円 (税込)
土地面積 314.06㎡ 建物面積 138.28㎡

使い方自由自在の土間スペース

今の家買と比べてください! /
月々の支払額 **67,042円** (税込)
※諸経費別途必要 ※北九州銀行 車ボーナス0円
※金利1.02%(最優遇金利/60年払い)

カーナビ検索
宗像市自由ヶ丘8-6-6

【物件概要】所在地:宗像市自由ヶ丘8丁目校区/自由ヶ丘小・自由ヶ丘中・自由ヶ丘南小学校/木造・2階・2棟敷地坪数13.7月租土地権利/所有権用途宅地/築2年抵当金付専有用地面積約100坪・容積率/40%・60%建ぺい率/22合償減價/2ヶ月間特別価格/相模湖駅/駅徒歩15分

お庭たっぷり95坪! プールや花火を楽しめます!



今スグ見直そう! > 2026年版

家庭の防災特集

いざという時、
自分や家族の命を守るための
備えは本当に万全?
家庭の備蓄や
災害時の行動について、
いま一度確認しておこう。



食料・飲料の備蓄は十分?

災害に備えて用意しておきたい備蓄の量は

「1人あたり1週間分!」

災害時は食料供給やライフラインが遮断されることも。

避難生活に重要な家庭備蓄は、

最低でも1人あたり3日分、できれば1週間分が
望ましいとされている。

出典:農林水産省ウェブサイト
(https://www.maff.go.jp/j/pr/stf/1609/spe1_02.html)

家庭備蓄の例 1週間分/大人2人の場合

- 必需品**
- 水…2L×6本×4箱
※1人1日おおよそ3L程度
(飲料水+調理用水)
 - 米…2kg×2袋
※1袋消費した61個買ひ足す(1人1食75g程度)
 - カップ麺…6個
 - 乾麺(うどん・そば・そうめん・パスタ)
※そうめん2袋(300g/袋)、パスタ2袋(600g/袋)
 - バックご飯…6個
 - その他(適宜) ※LL牛乳、シリアルなど
- お好みのお茶や
常備飲料水なども
あると便利**
- 主食・主菜・副菜
を揃えよう**
- 全戸・全世帯に
必要**
- お好みのもので18缶**
- レトルト食品**
※牛丼の素、カレー等18個
パスタソース6個
- 缶詰(肉・魚)**
※お好みのもの18缶
- 日持ちする野菜類** ※じゃがいも等
調味料 ※砂糖、塩、しょうゆ、めんつゆ等
梅干し、のり、乾燥わかめ等
野菜ジュース、果汁ジュース等
インスタントみそ汁や即席スープ
- チョコレートやビスケットなどの菓子類も大事!**

「家庭備蓄の例」(農林水産省)を元に作成 (<https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/foodstock/chapter01.html>)

「ローリングストック」や「フェーズフリー」で 常に災害への備えを!

CHECK! ローリングストックとは

普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味
期限が近いものから消費しつつ、消費分を買い足
すことで常に一定量の食品を家庭で備蓄する方
法。「非常食」「日常食」をバランス良く備えよう。

ビタミンやミネラルが不足すると、便秘や口内炎に
なりやすい。長持ちするレトルト食品も便利だけれ
ど、ローリングストックを活用して野菜や果物を
多めに備蓄しておこう。



CHECK! フェーズフリーとは

「日常時」と「非常時」を切り分けられない考え方。例えば、ハイブリッド車
は災害時には電源としても活用でき、液体ミルクは、普段の外出時にも
非常時にも役立つ。キャンプ用品、モバイルバッテリー、自転車用
ヘルメットなど、非常時にも役立つものを日常使いにも取り入れ、
使い慣れておこう。TVの代わりにラジオを取り入れておくのも○。

災害時に役立つ家庭用品

- 食品用ポリ袋
- ラップ
- アルミホイル
- クッキングシート
- キッチンペーパー
- 除菌スプレーなど



カセットコンロとボンベや、鍋などの
調理器具、缶切りなども忘れずに!

衛生用品について

水などが自由に使えない時、身体が不衛生なままだと健康に
害を及ぼすことも。衛生グッズがあると安心。

- 消毒液
- ドライシャンプー
- 携帯トイレ
- 顔・からだふきシート etc...



カンタン&節水!「バッククッキング」

ポリ袋にお米と水を入れて袋ごと湯に入れて加熱するだけで、
簡単にご飯が炊ける! 熱
源はカセットコンロや、
電気を使えば電気
ポットでもOK。洗い物
が減って水を汚さないこ
ともメリット。覚えておけ
ば、非常時でも温かくて
おいしい食事をとれるの
で、ぜひ試してみよう!

バッククッキングとは、ポリ袋
(高強度ポリエチレン製)を
利用した簡単調理のこと。

ご飯の炊き方

- ① 水 90mL
ポリ袋に米60gと水 90mLを入れる。
 - ② 洗って いる米 60g
空気を抜いて袋をクルクルとねじり、上のほうを結ぶ。
 - ③ 湯に湯を沸かして煮炊き 湯を1枚置き、袋を入れて 加熱。
- 沸騰したら 30分、
煮終わったら 50分程度!

非常持ち出しバッグを準備!

自宅が被災した時は、安全な場所に避
難して生活を送ることになる。非常時に
持ち出すべきものをあらかじめリュック
サックに詰めておき、車庫や車内、玄関
近くなど、緊急時にすぐに持ち出せる場
所に置いて備えておこう。災害時に役立
つものや食料が入った状態で販売して
いる防災リュックなどもおすすめ。持ち
出せる量は成人男性で約15kg、成人

女性で約10kg、
子ども・高齢者で
約6kgを想定しておく。



HPで確認しよう!
災害の「備え」
チェックリスト



安否確認方法を決めておこう

家族が別々の場所にいる時に災害が発生した時のため、安否が確
認できる方法や集合場所を事前に話し合っておこう。家族の顔写
真があると、避難所の伝言板などで家族を探す時に役立つ。携帯電話の回線が
つながりにくいケースに使えるサービスも要確認。防災週間(8/30~9/1)は、
災害用伝言版の体験利用が可能。ぜひ実践してみよう。

災害用伝言ダイヤル

局番なしの「171」に電話をかけると伝言を
録音でき、自分の電話番号を知っている人が
再生できる。

災害用伝言板

携帯電話からインターネットを使用して文字
情報を登録し、自分の電話番号を知っている
人が情報を閲覧できる。

避難場所や経路を確認!

災害の種類によって安全な避難場所が異なることも。お住まいの自治体ホー
ムページや国土交通省ハザードマップポータルサイトを確認し、それぞれの
災害をイメージしながら避難場所・経路を確認しておこう。



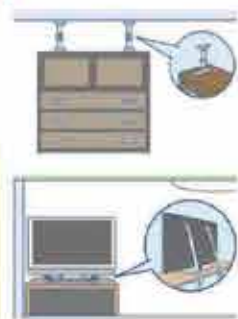
HPで確認しよう!
ハザードマップ
ポータルサイト



家の中の防災対策

大地震においては「家具は必ず倒れるもの」と考え、
日頃から防災対策を。倒れた時に出入り口をふさが
ないように、向きや配置も工夫しよう。

- クッション・座布団をストッパーなどで固定し、天井面はボール式器具で固定。
- 食器棚…L字型金具やワイヤーなどで壁に固定し、
扉の戸には固定具をつける。
- テレビ…転倒防止マットやワイヤーで壁やテレビボードに固定し転倒防止。
- 服やガラス戸…飛散防止フィルムを張っておく。
カーテンを閉めておくことも飛散防止に効果的。
(懐中電灯、スリッパ、ホイッスルは手の届くところに備えておこう)



東京都防災オンライン「災害時に命を守る一人ひとりの防災対策」(<https://www.gov-online.go.jp/article/201108/entry-8072.html>)を加工して作成

今週のサンデー PICK UP NEWS

ピックアップニュース

ライフ

庭木1本からOK!
お庭のお手入れは「福円」におまかせ!
福円

庭木剪定

1本1本からOK
お庭のお手入れは「福円」におまかせ!
見積無料

愛着はあっても、自分で手入れをするのは大変なお庭。「どうにかしたい」とお悩みの方も多いのでは? 自宅の庭木の剪定・手入れなどに関する困り事は、熟練の職人さんにおまかせ! 「福円」なら個人個人のお庭に合わせてじっくり丁寧にしてくれるので、初めての方でも安心して庭木1本からOKでお見積もりは無料。庭木の剪定や小さな庭だから造園会社に頼みにくいことなど、お庭に関する困り事はお気軽にお問い合わせを。

庭木剪定・お手入れ
お見積もり無料!
まずはお気軽にお問い合わせを

☎0940-72-8233
福栄市日野2-13-3 206

ライフ

処分費用は一切不要! 原付から大型まで
乗らなくなったバイクを無料引取
ASマツモト 筑紫野店



「乗らなくなったバイクの処分はどうすればいいのかわからない…」そんな困り事はおまかせ! バイクの種類は原付から大型まで対応可能。福岡市内から宗像・福津・古賀・新宮周辺まで完全無料で引取してくれる。不動車もOKで廃車手続き無料。地域密着・親切対応♪「実家に置いたままのバイクの処分」に困っている! 「バンクして動かない」…どんな状態でも後に費用を請求する事は一切ない! ぜひお気軽にお問い合わせを♪

- 福岡市内を中心に宗像から筑紫野まで幅広く訪問
- 完全無料で引取
- 不動車もOK
- 廃車手続き無料

☎090-3708-0819
開9:00~18:00
古物商番号:第901132110044

スクール

1時間で!?
生のお米からふわもちパン
Lien〜リアン〜



「生のお米×発酵調味料」で作る、「Lien」オリジナルのお米パンレッスンの第8期体験レッスンを募集中。宗像産の自然栽培米、白神こだま酵母、大島の塩、発酵調味料など、身体に優しいこだわりの素材を使用し、小麦・卵・乳・サイリウムハスクは不使用。ご飯と同じお米から作るのに、ふんわり軽い食感で、食欲が落ちやすい夏にもおすすめ。体験レッスンでは、ザクザク食感が人気の「塩麹クランブルお米パン」を作る。ぜひ、お米パンの優しい美味しさを体感してみたいか? 詳細・申し込みはQRコードから公式LINEへ。

- 「塩麹クランブルお米パン」レッスン参加者募集
- 下記公式LINEからまずは友だち追加を!

☎0940-51-4550
Instagram: @lien_85food1

リアン 山本知美 (敬称略)



とっておきをお知らせ♪
今大注目の
AEON MALL
イオンモール福津

☎0940-38-5200(代表)
西福津市日野8-16-1
園イオンモール専門店街10:00~21:00
2Fレストラン街10:00~21:30
フードコート10:00~21:30
イオン健康館9:00~22:00
※店舗により営業時間が異なる
園年中無休

公式HPはこちら

Instagramはこちら



宮若 野菜市

8/29(土)・30(日)に「イオンモール福津」1Fサウスコートにて、採れたて新鮮! 宮若 野菜市を開催。
お米やブドウ・梨などに加え、宮若市の有名店の人気スイーツや様々な新鮮な採れたて野菜もオトクに購入できる!
宮若市の「美味しい」が楽しめるイベントで、秋の味覚を一足先に味わってみてはいかが?

- 宮若 野菜市
- 【開催日時】8/29(土)・30(日)10:00~17:00
- 【場 所】1Fサウスコート



澤穂希と一緒にキックオフ! 定員各100名
夢を叶えるお金の勉強会
～チャンスをつかむ人生戦略～

参加特典
アンリ・シャルパンティエ
“プティ・ガトー・アソルティ”
(8種8個入)

プレゼント!
写真はイメージです

先サッカー女子日本代表キャプテン
澤穂希(さへ ほまれ)

日時 **9月13日(日)** 午前 10:00~12:30(受付 9:30)
午後 13:30~16:00(受付13:00)

会場 **ヒューリックスクエア福岡天神** 福岡市中央区天神2-8-49 4F

お問合せ **Tel 092-715-8571** WEBでのお申し込みはこちら

主催: マネ活美人アカデミー(株式会社広研内) 協力: 福岡FPコンサルティング

●申込数が一定を超えた場合は、締切日より前に申込の受付を終了させて頂く場合がございます。●応募多数の場合は抽選、抽選可能のお知らせはSMS(携帯電話のショートメール)にてご案内いたします。●ご参加は20歳以上とさせていただきます。●お子様連れでの参加はご遠慮ください。●本セミナーにおいて商品などの勧誘はございません。●お預かりした個人情報、本セミナー及びセミナーのご案内のみに利用いたします。●銀行、証券会社、保険会社および保険代理店にお勤めの方とその他関係者ご家族のご参加はご遠慮ください。●会場までの交通費および駐車場代は参加者様ご自身のご負担となりますのでご了承ください。●本セミナー終了後、アンケートなどのご記入にご協力をお願いいたします。

**オーダーメイド
スーツ・ワイシャツ
販売会 Order Maid**

2日間限定 **8/29(土)** **8/30(日)**
10:00~17:00 10:00~16:00

上質な生地は即完売する為、お早めにご来店ください

毎年大好評! **工場直売だから安い!** 市場価格と比べてください!!

オーダーメイドワイシャツ
通常1着12,000円
3着 12,000円~
(税込13,200円~)

パターン
オーダースーツ(国産服)
1着 **36,000円~**
(税込39,600円~)

・サイズやデザインに納得のこだわりがある方は是非本ショップをご来店ください
・スーツは両袖のみの販売となります。・基本スーツでの販売となります
・販売期間は1ヶ月間となります

セールの会場 **宗像市平井1-1-35(旧Yショップ)**
会場内は順路を制限して
ご案内させて頂く場合があります
会場はコチラ▶▶▶▶▶

東洋シャツ製造株式会社 TEL.092-281-5775

美容室 イベント 求人 飲食店 スクール 不動産

サンデーに広告を出しませんか？

★
★
★
★

**お店の
売上
UPに!**

★

**読者は30～50代の
女性を中心!**

北版

17,000 (税別) 円～
18,700円 (税込)～

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！

★
★
★
★

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

治療をうけるー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



レーザー治療器

健康保険適用



レーザー治療器

健康保険適用



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。

光のエネルギーが血管壁の組織に吸収され熱を生じさせる治療です。

ラジオ波治療はファイバーの先端7cmの部分を加熱させファイバー自体の熱を血管壁に伝えるといった治療です。

それぞれの治療は熱を伝えるメカニズムが異なるため、下肢静脈瘤の原因となる血管の太さや長さにより治療適応や治療成績が変わります。

※2019年から瞬間接着剤の主成分であるシアノアクリレートは原因血管に注入し血流を止めるという治療が保険収載されておりますが、シアノアクリレートは生涯体内に残存するため、長期の安全性に関して現在市販後調査中の段階です。

当院では市販後調査の結果を精査した後に患者様への使用を検討する方針としております。

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、
楽しく出かけよう!



8月												9月								
19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8
水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
			B							B							B			
C																				~10/4
										D										
E																				~9/27

A やましたひでこ講演会in福岡

片づけ術として「断捨離®」という言葉が広められたやましたひでこを講師に迎え、「なぜ、今、断捨離®なのか? 2,000人で響き合うこれからの断捨離®」をテーマに講演会を開催。モノの片づけから思考と心を片づけ、人生を回復させる実践哲学を紐解き、直の言葉とエネルギーを届ける。この貴重な機会をお見逃しなく。



【開催日】10/8(木) 14:00~15:30(開場13:00~)
【場所】福岡市民ホール 大ホール(福岡市中央区天神5-2-2)
【料金】全席自由2,000円(当日500円高) ※高校生以下無料
【販売】公式ホームページ・チケットぴあにて販売
【お問い合わせ】福岡断捨離®会 ☎080-3235-7488

B 夜の動植物園

夜行性動物の生態や行動、夜にしか咲かない花の観賞など、昼間とは違う特別な体験・発見ができる夏の人気イベント「夜の動植物園」を開催中!今年3月にオープンした植物園エントランスガーデンの特別なライトアップを始め、4月に生まれたツシマヤマネコのライブ映像を8月末(予定)まで期間限定で初公開。その他、ペンギンエリアなどのライトアップ、飼育員による動物たちのエサタイムなど、見どころ盛りだくさん。夏休みの思い出作りに家族みんなでぜひ足を運んでみよう。



【開催日】8/22(土)・29(土)・9/5(土)・12(土)
9:00~21:00(最終入園20:30)
【場所】福岡市動植物園(福岡市中央区南公園1-1)
【料金】大人800円、高校生300円、中学生以下無料
【お問い合わせ】福岡市動植物園総合案内所 ☎092-531-1988

C さわって体験!本物のひみつ2026

普段は少し離れたところから鑑賞する展示物に、実際に触ることができる特別展。「ざらざらする」「ずっしり重い」といった感覚は、実際に触ってみないとわからない大切な発見。また、大昔にそれを作った人や、使っていた人の心とながれる貴重な機会。縄文から現代まで時代を行き来する「時間の旅」へ出かけて、本物のひみつを探ってみよう。



【開催日】~10/4(日) 9:30~17:00
※特別展開催中の土曜日(夜間開館)は~19:00(最終入館30分前)
【場所】九州国立博物館 4F 文化交流展示室J室(太宰府市石坂4-7-2)
【料金】一般700円、大学生350円、高校生以下・18歳未満および満70歳以上は無料 ※学生証や健康保険証など年齢が確認できるものを所持者※8/21(月・祝)は文化交流展の無料観覧日※特別展「水戸黄門」の半券でも鑑賞可
【休館日】月曜日 ※8/21(月・祝)は開館
【お問い合わせ】九州国立博物館
ハローダイヤル ☎050-5542-8600(8:00~20:00)

D 朗読ここ・からあなたへプロジェクト 『朗読とギターで奏でる物語』~怪談~

小泉八雲「幽霊の伝説」(両ステージ共通)など、怪談の朗読を披露する。両ステージともギタリスト・岩松知宏さんによるミニコンサートもあり。



【開催日】8/29(土) 第1ステージ13:30~15:30(開場13:00)、第2ステージ17:00~19:00(開場16:30) 【場所】箱崎水族館茶室(福岡市東区箱崎1-37-21) 【料金】3,000円(当日600円高) 【予約】メールまたは予約フォームより受付(①名前(ふりがな)、②希望のステージ(第1ステージ/第2ステージ)、③人数、④緊急連絡先電話番号を要記載) ※各回25名 ※事務局より返信にて予約確定
【お問い合わせ】朗読ここ・からあなたへプロジェクト事務局 ☎090-8401-3636
E-mail: yoskanococoe@gmail.com

E 光と風のシーサイドナイト ~夜の海辺で過ごす、特別な時間~

ライトアップされたヤシの木(点灯時間18:00~21:00)と、博多湾の夜景を楽しめる新イベント「光と風のシーサイドナイト」を開催中。アウトドアチェアやシートに座ってくつろげるチルエリアを始め、手ぶらでも参加可能な手持ち花火コーナー、提灯無料貸し出しなど、昼間とは違う特別なひとときを過ごせる。また、イベント期間中の土曜日に9/20(日)~23(水・祝)限定で、スペシャルフードメニューも販売。



【開催日】~9/27(日)の土・日・祝日21:00まで(最終入園20:00) ※雨天中止(中止時は当日13:00までに公園HP・海の中道パークツーリズムHPで告知)
【場所】海の中道海浜公園 光と風の広場(福岡市東区西戸崎18-25)
【料金】大人450円、中学生以下無料、65歳以上210円 ※健康保険証など年齢が確認できるものを所持者※9/21(月・祝)は65歳以上無料
【お問い合わせ】海の中道パークツーリズム管理事務所 ☎092-603-0700



※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。

さんぎゅへ

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)

Ⅲ 介護スタッフ募集

「給料」もよくて「有休」もとれて「働きがい」のあるところ

内容/介護業務(9床)、移動・排泄、入浴などの身体介助、清掃などの生活援助、食事介助
勤務地/認知症共同生活介護「グループホーム 桜寿のさと松田」(福岡市東区松田3-20-22)
給与/介護福祉士:月給290,327円~実務者研修:月給270,175円~初任者研修:月給259,141円~※資格手当・処遇改善手当・夜勤手当(5区分)を含んだ金額を表示
休日/シフトによる4週8休

時間/日勤8:30~17:30、遅番11:00~20:00、夜勤16:00~翌10:00
資格/介護福祉士、実務者研修、初任者研修
待遇/資格・処遇改善・夜勤手当あり
※その他、面接時に説明
交通費は会社規定により支給
応募/まずはお気軽に電話下さい

POINT
①職員の平均年齢51.3歳!
②1食380円の健康なお食事あり!
③調理業務なし!介護業務に集中できる!

(株)桜寿福祉会 ☎092-555-2399 [担当/人事課] 応募受付9:00~17:00

Ⅳ フリーパー営業スタッフ大募集!!

やりがい◎!フリーパー「サンデー」を仕事に!

職種/フリーパー「サンデー」の営業企画(業務委託)
勤務/営業エリア:京像・福津・古賀市、新宮町及び近郊
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/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。

担当/村上

営業未経験者OK!
子育てママも活躍中!

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
☎0120-178-012 ☎092-471-1177

サンデー事業部 福岡
福岡市博多区篠田1-7-17

Ⅴ サンデー福岡ライター募集

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

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
福岡市博多区篠田1-7-17
☎0120-178-012 ☎092-471-1177

毎週
木曜日

あなたの街の下記店舗内で

サンデー福岡を設置しています!

ご購入についてのおトク情報をGET!

ご自由に
お持ち帰りください!

宗像市

- レガネット東郷
- サンリブくりえいと宗像
- フードウェイ宗像店

福津市

- イオンモール福津店
- レガネット福津

古賀市

- ハローデイ古賀店
- サンリブ古賀

新宮町

- ハローデイ新宮店

サンデー福岡に関するお問い合わせは【毎日メディアサービス】☎092-471-1177まで

未経験の方 大歓迎!
ホテル内 スタッフ 増員募集
アルバイト
パート

お子さまの行事等によるシフトの相談OKです!
《勤務地》メルキュール福岡宗像リゾート&スパ
WワークOK! 土日祝、大型連休のみ出勤できる方大歓迎!

＜時給＞
1,100円～
＜仕事内容＞
8～10部屋の
ホテルの客室清掃
ベッドメイク
バスルームの清掃 他

●時 間/9:30～14:30
※繁忙期残業有
※週2日～5日程度
●休 日/シフト制 ※相談に応じます
★短時間勤務(3h)OK
★マイカー通勤可、その他手当有
★簡単な作業で、
一人で黙々とできるお仕事です!

20～70代の
女性
活躍中!

送迎有
(宗像駅
西口駅)

待遇/制服貸与、交通費支給(当社規定)、マイカー通勤可、試用期間3ヶ月
応募/まずはお気軽にお電話ください。面接日を打合せいたします。

勤務内容/お客様第一主義の総合ビルマネージメント企業
(株)ビルマネージメント 宗像事業所
宗像市田原1303(メルキュール福岡宗像リゾート&スパ内)
TEL.080-8591-7474 担当:高木

調理員・調理補助スタッフ募集!! ミニボーナス有
ベースアップ手当有

勤務地 古賀市新原840 就業地 宗像市河原1072-1
敬愛会 みどり苑 みどり苑宗像

時間/【調理員(パート)】5:30～14:30(8h)
【調理補助(パート)】5:30～10:30(5h) 時間/【調理補助(パート)】14:00～19:00(5h)

休日/【調理員】週休2日程度 【調理補助】週3日勤務～OK(シフト制)

【仕事内容】老人ホームで昼・夕食の調理や配付、配膳、下膳、食器洗浄、片付け、清掃等

【調理員】時給**1,200円～1,300円** 【調理補助】時給**1,100円～1,200円**
※調理補助の方には給食(月給)

待遇/交通費支給(上限50,000円)制服貸与、ミニボーナス有、勤務日数に応じて各種保険完備、ベースアップ手当有、
定期健康診断オプション費用20,000円まで当社負担、車通勤可
応募/まずはお気軽にお電話ください。面接は現地で行いますので、履歴書(写真付き)をご持参ください。

北九州病院グループ **北進産業(株)** **TEL.093-583-4114**
北九州市小倉北区西港町125-5 (受付8:30～16:30 水・日以外)

正社員・パートさん大募集!!
未経験の方大歓迎!!車通勤OK!!

勤務地/古賀市千鳥 シフトなど何でもござりです!

＜正社員＞未経験者月給 **21万円～** ＜パート＞時給 **1,300円～**
経験者月給 **22万円～**

内容/調理師免許 資格/調理師または栄養士
時間/＜正社員＞4:00～12:00、4:00～14:00のシフト制
＜パート＞4:00～8:00※週4日勤務の希望です
休日/シフト制
待遇/制服貸与、交通費支給(当社規定)、マイカー通勤可、社会保険完備(希望可)

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
HPリニューアルしました! 大興社 福岡 宗像

株式会社 大興社
福岡市西区野方3丁目1番5号
TEL.092-811-2058

**地域に密着した 宗像市・福津市
営業広告・求人広告など 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ブランへ
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
エーブラン株式会社 TEL.0120-008-339 HPはこちら

北九州・宗像・福津・古賀・新宮 のお仕事をお探しの方必見!!

新聞就活 サポートネット

リニューアルしました!
フリーペーパーの求人広告を
ウェブポータルサイトに掲載!

こちらから
求人情報チェック!

エーブラン株式会社 北九州市小倉北区田町10-5 田町ビル1F **TEL.0120-008-339**

**地域の人材募集に
お役立てください!**
求人広告を掲載しませんか?
毎週各家庭に74000部配布しています!!

サンデー福岡北版+新聞就活サポートネットの掲載でより効果的に宣伝できます
広告料金等詳細はお問い合わせください

広告代理店 北九州市小倉北区田町10-5 田町ビル1F
エーブラン株式会社 TEL.0120-008-339 HPはこちら

※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/2026年8月末日)

不用品回収・引越し なら... **おまかせ!** **見積無料**

不用品回収 **なんでも回収!** **積放題キャンペーン** **最安値挑戦**

1日2件限定 **軽トラサイズ** 1,900×1,700×1,400mm **11,000円** 税込

1日2件限定 **2トンサイズ** 軽トラ約5台分 **44,000円** 税込

※処分できない物や地域あり ※詳しくはお問い合わせを

エアコン取外回収 5,500円 ※一部取外できない場合あり

料金表 ※こちらの場合は目安となります

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

安心の丸ごと処分
最大ごみ/生ゴミ/家電/家具/不用品
ゴミ袋・新聞紙付き
1点から
お部屋丸ごとまでOK!
※10分間のハウスクリーニング付き
※丸ごと処分の場合
トヨタの指定搬送サービス付き

引越しサポート **訪問見積 即日対応 OK**

家具移動 **単身・ファミリー** **事務所**
引越し **移転**

3つの無料サービス **セットオプション**

1 無料見積 2 取外・取付・分解・組立 3 拭き上げ

●不用品処分・買取(別途5年以内)
●ハウスクリーニング ●荷物の一時保管

2トントラック 1日3件限定 1R～4Rへの引越し 積切り 22,000円

九州一円 山口・広島まで **トラック 積切り 7,700円** 以上
※7,700円以上

九州一円 山口・広島まで **トラック 積切り 7,700円** 以上
※7,700円以上

大東引越センター **0120-881-662**
福岡市西福岡2-19-11 (受付時間)8:30～20:00
<https://www.daltou-hikkoshi.com>

引越しキャンペーン期間中 **L-Pack** に加入
万が一の事故でも、お部屋に損害がでたという大変な状況に陥りません。
詳しくは 大東引越センター 福岡市 (後掲)

ペイペイ 使えます。 PayPay

不用品 買取 家具・家電など受付中