

Life information SUNDAY

サンデー周南

配布エリア▶周南市・下松市・光市・田布施町・平生町

2026
1.10

vol. 1550

https://sunday-ns.co.jp

発行部数 / 96,000部



P4 / あなたとつながる サンデー求人 **さんきゅ〜**

火災保険で自己負担0円で直せるかも
そのリフォーム **なんと付いた!** その修理 **火災保険が適用**
されるかもしれませんよ!?

お電話の問合せ / 9時~18時まで受付中! HP
0120-838-878
周南市千代田町7-3 SUNTEX千代田ビル

街の屋根やさん 周南店



榎野川沿いにある「花と、ワインと、コーヒーと。」は、季節の花が寄り添い、訪れる人の日常を優しく包む「居心地のいい場所」です。小郡ICから約5分でアクセスも良く、ドライブを兼ねて遊びに来ませんか。

おすすめは、パスタランチ1,500円! 「チーズと蟹のトマトクリーム」や「濃厚カルボナーラたまご添え」、「ポロネーゼトリュフ風味」からお選びいただけます。各セットには、季節のサラダ、バケット、本日のコーヒーもしくは紅茶が付いています。

また、花びらをあしらったレアチーズケーキや、グラスに美しく仕上げた季節のパフェなど、見ても食べても楽しいスイーツが勢ぞろい。香り豊かなコーヒーや、ふんわりフォームが美しいラテとの相性も抜群です。

日常のちょっとしたご褒美や大切な方との語らいなど、あなたの一日に小さな彩りを添えます。心あたまる場所で、お過ごしください。

花と、ワインと、コーヒーと。クーポン
パスタランチ 100円OFF
(1,500円) ※他のサービスとの併用不可※1枚で1グループ可
有効期限: 2026年1月末まで サンデー周南1/10号

▶花と、ワインと、コーヒーと。

住/山口市小郡上郷12296-14 ☎083-976-8739 休/火曜日
営/10:00~18:00 (パスタランチ11:00~17:30)



Instagram



2日間期間限定 周南市文化会館 1/17(土) 1/18(日) 9:00~17:00 ※18日の終了時間は16:00となります

きもの桔梗 新春振袖展示会開催

HAYASHI PHOTO STUDIO

山口 美少女図鑑
A beautiful girl pictorial book



きもの桔梗
KIMONO KIKYO

【新春限定特典】プロの技術を無料で体験!



プロによる
トレンドヘア +
アレンジ体験



プロの撮影体験
林写真館とコラボ!
(動画データプレゼント付)

プロのヘアセット&撮影体験で、二十歳の私を先取りしよう



【会場】周南市文化会館 3F 展示室

【日時】1月17日(土) 1月18日(日)
9:00~17:00 (18日は 9:00~16:00)

【対象】2027年・2028年成人のお嬢様(高2・高3・大1)
※高校生のご参加OK!



新春、運命の一着に会う2日間。

見るだけじゃない。体験する振袖展示会。

下松店 (振袖専門店)

山口県下松市瑞穂町 3-5-1
平日 10:00~18:30 土日祝 9:00~17:30
定休日 水曜日



徳山デッキ店 (新作振袖専門店)

山口県周南市銀座 1-31 徳山デッキ
D2-2F-207 JR 徳山駅直結
平日 10:30~18:00 定休日 水・木曜日



ご相談や来店予約はこちらへ
0120-987-214

きもの桔梗下松店: 0833-41-2347

予約なしでもOK!ですが
事前予約でスムーズにご
案内&体験ができます

簡単30秒!
LINEで予約する



ふしぎで楽しい音戯の世界

音のサイエンス展

〈会場〉防府市青少年科学館ソラール
1月12日まで開催中

子ども(小・中学生)200円。※未就学児は無料。障がい者手帳をお持ちの方とその介助者1名は無料。

〈問合せ〉防府市青少年科学館ソラール ☎0835-26-5050

ふしぎで楽しい音戯の世界「音のサイエンス展」が1月12日まで、防府市青少年科学館ソラールで開催されています。

休館日は月曜日(祝日の場合は翌平日)、1月8日(1月5日は開館)。

観覧料は大人(高校生以上)310円、小学生以下100円。

〈問合せ〉防府市青少年科学館ソラール ☎0835-26-5050

香月泰男の

春・夏・秋・冬

〈会場〉香月泰男美術館
1月12日まで開催中

休館日は、毎週火曜日。入館料は、一般500円、小中高生200円、未就学児無料。

〈問合せ〉香月泰男美術館 長門市三隅中226 ☎0837-43-2500

本展は「春(はる)・夏(なつ)・秋(あき)・冬(ふゆ)」に分類された香月泰男の絵と、そして「旅」におさめられた香川の詩と香月の添えた香川の詩を紹介します。季節のうつろいの中で描かれた絵画と、詩人である香川が選



ぼうけん!植物展

〈会場〉浜田市世界子ども美術館
1月12日まで開催中

中学生200円。出品作家: 酒百宏一、村山大明、近藤晃子、浅野耕平。

〈問合せ〉浜田市世界子ども美術館 ☎0855-23-8451

「ぼうけん!植物展」が1月12日まで、浜田市世界子ども美術館で開催されています。

採用でお困りの企業の皆さま
こんなお悩みありませんか?

山口しごとセンターにお電話を! ☎083-976-1145

デジタル採用力の強化をサポート!
導入により多くのメリットがあります!

Point 1 採用力の強化	Point 2 エンゲージメントの向上	Point 3 内定者とのコミュニケーション強化
自社サイトやSNSを活用して自社の魅力を上手にアピールし、採用力を強化することで人材の確保と採用のミスマッチ解消につなげることができます。	採用サイトを再見直し、自社の強みや魅力を再発見して発信することにより、応募者や従業員の満足度が上がり、企業のエンゲージメントが向上します。	オンラインを活用した会社との情報共有や内定者同士の交流などコミュニケーションを図ることにより、内定者の不安を解消してスムーズな入社につなげることができます。

派遣無料 [2~3回程度] 派遣先はオンライン

山口しごとセンター TEL083-976-1145

生きる、お葬式。

お気軽にお問い合わせください【24時間365日対応】 ☎0120-24-1870

日本セレモニー 典礼会館

まずは資料請求

随時事前相談

- ・周南典礼会館・光典礼会館
- ・周南東典礼会館・下松典礼会館
- ・周南中央典礼会館

典礼会館 YouTube ショートムービー公開中▶

家庭と仕事両立応援講座

ゆらぎ期・プレゆらぎ期のための働く準備

対象 両立生活の予定がある方(求職中、育休中等) 両立生活をしていてブラッシュアップしたい方

定員 15名 託児はございません(お子様の同伴は不可となっております)

日程 2026 1/26(日) 周南市立徳山駅前図書館 3F 交流室2 (周南市御幸通2丁目28番2)

参加申込 ① 右記の申込フォームを読み取り、必要事項を入力して送信 ② 山口しごとセンターから申込完了メールが送られます

ご注意 天災、またはやむを得ない事情により開催が困難であると主催者が判断した場合は、開催を中止することがございますのでご了承ください。

山口しごとセンター TEL 083-976-1145 (担当: 印藤)

第1部 はたらく準備

両立生活の課題について解決のヒントを学びます。

- ①働く準備としてできること
- ②わたしの両立生活に必要な対策
- ③両立生活のポイント

講師 印藤 由美子 (山口しごとセンター 就業促進コーディネーター)

第2部 不調を和らげるからだケア

ゆらぎ期の健康課題を乗り越えるためのケアを学びます。

- ①ゆらぎ期・プレゆらぎ期のセルフケア
- ②心とからだを整える椅子ヨガ

講師 永尾 賢子 (ヨガインストラクター)

安全な環境で、楽しく自信を身につけよう!
地域応援企画! 体験会無料キャンペーン!

対象	〈幼児〉3~6歳: 未就学児	〈小学生〉1~3年
定員	〈幼児〉15名(最大)	〈小学生〉15名(最大)
内容・開催日程	おかしつかみ取り・受付・施設設備環境説明・水慣れ・水遊び・体験メダルプレゼント・ジュースプレゼント (日程) 1/24、1/31、2/14 (時間) 9:00~9:45 参加料無料	おかしつかみ取り・受付・施設設備環境説明・水慣れ・水遊び・ジュースプレゼント (日程) 1/24、1/31、2/14 (時間) 16:15~17:00 参加料無料

POINT 浅めの幼児専用プールだから広々使えて安心!

体験会参加特典
入会金 無料

※別途登録手数料3,300円が必要です。特典有効期間体験後1週間以内

スマホで簡単30秒予約!

体験会のご予約はこちらから!

株式会社 周南スイミングクラブ ☎0834-31-8819

詳しくはwebで 周南スイミングクラブ

Book Ranking 本の売上週間

- 12/17※▶12/23※
- 1 ONEPIECE magazine (定価)¥1,650 (出版社)集英社
- 2 きらめきかわいいブック システムシール手帳特大号 (定価)¥1,430 (出版社)扶桑社
- 3 あっという間にかんたん年賀状 2026年版 (定価)¥429 (出版社)技術評論社
- 4 はやわざ年賀状 2026 (定価)¥429 (出版社)インプレス
- 5 人間標本 (著者)漢かなえ (定価)¥924 (出版社)KADOKAWA
- 6 超かんたん筆ぐるめ年賀状 2026 (定価)¥594 (出版社)晋遊舎
- 7 感情的にならない本 (著者)和田秀樹 (定価)¥770 (出版社)PHP研究所
- 8 ころりん・ぽい! (著者)ひらぎ みつえ (定価)¥1,045 (出版社)ほるぷ出版
- 9 クロワッサン家計簿 2026 (定価)¥620 (出版社)マガジンハウス
- 10 ことばづかいがかわる!くちぐせキャラ図鑑 (定価)¥1,650 (著者)齋藤孝 (出版社)日本図書センター

宮脇書店 徳山店 ☎0834-39-2009 周南市周南1-2-23 営/10:00~22:00

「近代画家の三人展」が、2月8日まで、光市文化センターにて開催されています。

開館時間は9時から17時15分(入館は17時まで)。

休館日は、月曜日、祝日、第1火曜日(月曜日)。

正から昭和画展では、大

日、第1火曜日(月曜日)が祝日の場合は翌日も。

入館無料。今回の企画展では、大



にかけて活躍した画家、香月泰男、松田正平、松岡俊彦の三人の絵画39点を紹介します。

〈問合せ〉
光市文化センター
☎0833-72-5800

近代画家の三人展

〈会場〉光市文化センター

2月8日まで開催中

「上野耕平サクソフォニリサイタル」が1月17日(13時15分開場、14時開演)、シンフォニア岩国コンサートホールにて開催されます。

チケット(全席指定)は、一般3,000円、25歳以下の学生1,500円。

「曲目(予定)」
△ジョン・ウィリアムズ/エ



上野耕平 サクソフォニリサイタル

〈会場〉シンフォニア岩国コンサートホール

1月17日 13時15分開場 14時開演

未就学児の入場不可。

スカベイド▽旭井翔一/EClogue▽カブスチン/フルート、チェロとピアノのたのめ三重奏曲他。

〈問合せ〉
シンフォニア岩国
☎0827-29-1600

2027 We have the one and only furisode that will suit you!

和装まつや 新作振袖発表会

世界でたった一枚の振袖に出逢う日

和装まつやの振袖は安心サポートパック
当店の振袖には着るのに必要なものがすべて揃っています!
お客様は補正用タオルをご用意いただくだけでOK。だから安心です!

創業百有余年の信用をお届けします。

ご購入振袖 26点セット 165,000円(税込)
レンタル振袖 10点セット 50,000円(税込)

成人式当日着付け 無料
前撮り着付け 無料
前撮りヘアメイク 無料
記念写真アルバム 無料
前撮り記念撮影 無料
卒業式袴レンタル 特価
アフターサービス 充実
まつや着付け教室 初等科受講料 無料

ママの振袖を素敵に变身させます。

振袖無料点検いたします
小物・シミ抜き・寸法直しなど何でもご相談下さい。きもの専門店ならではのアドバイスをさせていただきます。

おかげさまで創業103周年
和装まつや

周南市銀座2丁目19番地
☎0834-21-0005
定休日/毎週火曜日、第2・3月曜日
詳しくは「和装のまつや」(徳山)へ

Movie Guide

おすすめ作品



シネマ歌舞伎

「歌舞伎NEXT 麗の森に棲む鬼」

幸四郎版 上映中
松也版 1月23日金公開

いつとも知れぬ戦乱の世。とある島国の深い(オボロの森)の中、野良犬のごとく屍の山を漁る男が一人。その名は(ライ)。落武者狩りで屍から金品を奪っていたところに(オボロの魔物)が現れ、(ライ)の奥底にある欲望を呼び覚ます。それは、この国の王座を我がものにすること——魔物が与えた「オボロの剣」は(ライ)の舌に合せて動き、人を斬っては赤い血の雨を降らす。この出会いこそが破滅の始まりだった。

※スケジュール時間、作品等、変更となる場合があります。ご了承ください。[PG12]12歳未満の方は、保護者の助言や指導が必要。

MOVIX 周南

下松市中央町21-3 ゆめタウン下松内
(24時間上映総合案内) ☎050-6865-3091

「映画無料鑑賞券」をご愛読者10名様にプレゼント!

応募締切 1/15 必着
ご希望の方は、官製ハガキに下記を記入の上ご応募ください。
●住所 ●氏名 ●年齢 ●電話番号 ●サンデー周南へのご意見・ご感想
[送り先]〒745-0861 周南市新地3丁目1-45 サンデー周南「映画招待係」

2日限定開催! 周南店 1/10土 12日 9:30 OPEN

3日間限定開催! 光店 1/10土・11日 12月 9:00 OPEN

お肉の激安市

※写真はイメージです M MIKO MEAT GALLERY

株式会社 ミコー食品

国産牛 切り落とし 対面 バック 298円 (税込価格322円) 100g当たり

宮崎県産 きなご豚 切り落とし 対面 バック 128円 (税込価格139円) 100g当たり

国産 豚ロースしゃぶしゃぶ 対面 188円 (税込価格204円) 100g当たり

国産 豚生姜焼き(味付) 対面 128円 (税込価格139円) 100g当たり

山口県産 長州どり もも肉(味付) バック 128円 (税込価格139円) 100g当たり

国産 牛小腸 対面 258円 (税込価格279円) 100g当たり

山口県産 長州どり むね肉 バック 68円 (税込価格74円) 100g当たり

株式会社 ミコー食品 MEAT GALLERY

ミートギャラリー周南店
山口県周南市河東町6-16(スーパーたから河東店内)
TEL.0834-31-2929
営業時間/9:30~18:00 定休日/日曜日
駐車場が込み合います旨、何卒御了承ください

ミートギャラリー光店
山口県光市光井4丁目33番1号(アルク光井店内)
TEL.0833-72-3529
営業時間/9:00~18:00

今ならLINEのお友達登録で「300円引きクーポン」プレゼント中!!!

あなたと、つながる。

サンデー求人

Life information
SUNDAY

サンデー周南

毎週発行

株式会社 毎日メディアサービス山口

※記事・広告に関するお問い合わせは
サンデー新聞周南支社 ☎0834-27-5506

調理スタッフ募集!

内容 周南市内企業内社員食堂での調理
時間 9:00~14:00(休憩30分)
 ※週3日程度 ※勤務日数相談可
時給 1,050円
 ※通勤手当有り(当社就業規則による)
休日 土・日・祝

調理補助・接客スタッフ募集!

内容 ポートレース徳山(周南市大字栗屋1033)
 内の食堂での業務
時間 8:00~15:00の間で5時間程度
 ※勤務日はポートレース開催日程による
 ※勤務日数相談可
時給 1,050円 ※土日祝は時給100円増
 ※通勤手当有り(当社就業規則による)

未経験歓迎 シニア世代大歓迎

お問合わせ 株式会社 南陽 周南市大字夜市2939-1
 ☎0834-61-3731

生協商品を固定ルートで配送するお仕事
配送スタッフ募集

女性ドライバー活躍! 土日休みで安定した職場環境です!
 ご注文頂いた商品をお届けするお仕事です!
 年齢性別関係なく歓迎! 有給休暇もしっかり取れるので休みの調整も◎

給与 月給215,000円以上 雇用形態 契約社員
資格 未経験OK、要普通免許(AT限定可)
 ※運転経験が浅い方も大丈夫!
勤務地 山口県周南市栗屋332-8
勤務時間 8:30~17:30(休憩60分)
休日 土・日、年末年始などの長期休暇
待遇 賞与年2回、社会保険完備、車通勤可
 交通費規定支給、制服貸与
応募 「サンデーを見ました。」と、まずはお気軽にお電話ください。
 電話連絡後、こちらより面接日時をご連絡します。
 面接時に履歴書をご持参ください。

やまぐち生活協同組合 周南地域本部
 周南市大字栗屋字小路原332-8 ☎0834-36-1003

毎日新聞 グループ

正社員募集

事業内容 サンデー新聞事業部
 新聞折込事業部 ポスティング事業部

対象 44歳以下(長期勤務によるキャリア形成のため)で明るく、
 責任感があり、誠実な方。
勤務地 山口県内の本社・支社・営業所
給与 与/当社の規定により決定します。
 ※経験者は、前職の給与を勘案します。
勤務時間 9時~18時(実働8時間)
休日 年間110日程度(土曜、日曜、祝日、週休2日)
待遇 昇給あり、賞与あり、退職金あり
応募 履歴書(写真貼付)を弊社総務部宛にお送りください。
 履歴書の到着後、面接日をお知らせいたします。
 一次面接は、下関市、宇部市、周南市の最寄りの
 本社・支社でおこないます。

(総合広告) 株式会社 毎日メディアサービス山口
 〒751-0817 下関市一の宮卸本町2-3
 お問い合わせ Tel.083-229-5601 (担当:総務部 井手)

(東ソー)100%出資会社 私たちは化学品物流のプロフェッショナル企業です

正社員募集

賞与年2回 厚待遇
 (昨年度実績5.25ヵ月分)
 (年収例)580万円
 35歳、既婚子女2名の場合
 3交替勤務の奨励手当
 賞与(満額)を含む

構内作業 製品の調合や包装、充填作業や製品にかかる
補助業務、製造された製品の保管・出荷業務

経験者 資格保持者 優遇
 資格がない方もOK
入社後の 取得支援制度有
 会社が負担します

資格 高卒以上、44歳まで(長期キャリア形成の為)
 普通自動車免許(通勤用)
時間 8:30~16:45/16:30~翌0:45/0:30~8:45※三交替勤務
休日 年間100日(月に8~9日程度)月間シフト制
給与 月給186,000円~295,000円
 (別途家族手当、住宅手当、通勤手当、交替手当など有)
待遇 社会保険完備、毎年昇給実績あり、各種手当あり
 確定給付年金、退職金制度(勤続3年以上)、独身寮あり
 資格取得・語学学習・通信教育・スポーツジム補助金制度あり

応募方法 履歴書(スーツ写貼)、職務経歴書を郵送ください。
 応募前の相談もお気軽にお電話下さい。履歴書にメールアドレスを記載ください。

東ソー物流株式会社
 〒746-0022 山口県周南市野村1-23-15
 ☎0834-63-0077 (担当) 小林

清掃キャスト募集!

慣れるまで丁寧に指導します♪

周南市立徳山駅前図書館

時間 ▶7:30~11:30
時給 ▶1,050円
休日 ▶ローテーション
 ※週3~4日程度の勤務

広田皮膚科

時間 ▶6:00~8:00
時給 ▶1,050円
勤務日 ▶月・水・金

共通待遇/制服貸与・マイカー通勤可・交通費規定支給 Wワーク 未経験者OK

出勤日数(曜日)については、相談に応じますのでお気軽にご相談ください

B:CREW ESSE 周南市新地3丁目5番18号
 株式会社ピークルーエッセ ☎0120-354-541 [担当] 長尾・貞明 土日も受付中

徳山中央病院 スタッフ募集!

採用日
令和8年
4月1日

【非常勤】①事務助手/11名

内容 外来受付業務(案内業務・保険証確認など)
時間 ① 8:30~15:30(休憩60分)
 ② 7:30~14:30(休憩60分)
 ③ 10:00~17:00(休憩60分)
 ※①~③シフト制
時給 1,130円
休日 土・日・祝、12/29~1/3
待遇 交通費規定支給、賞与年2回

【非常勤】②事務助手/3名

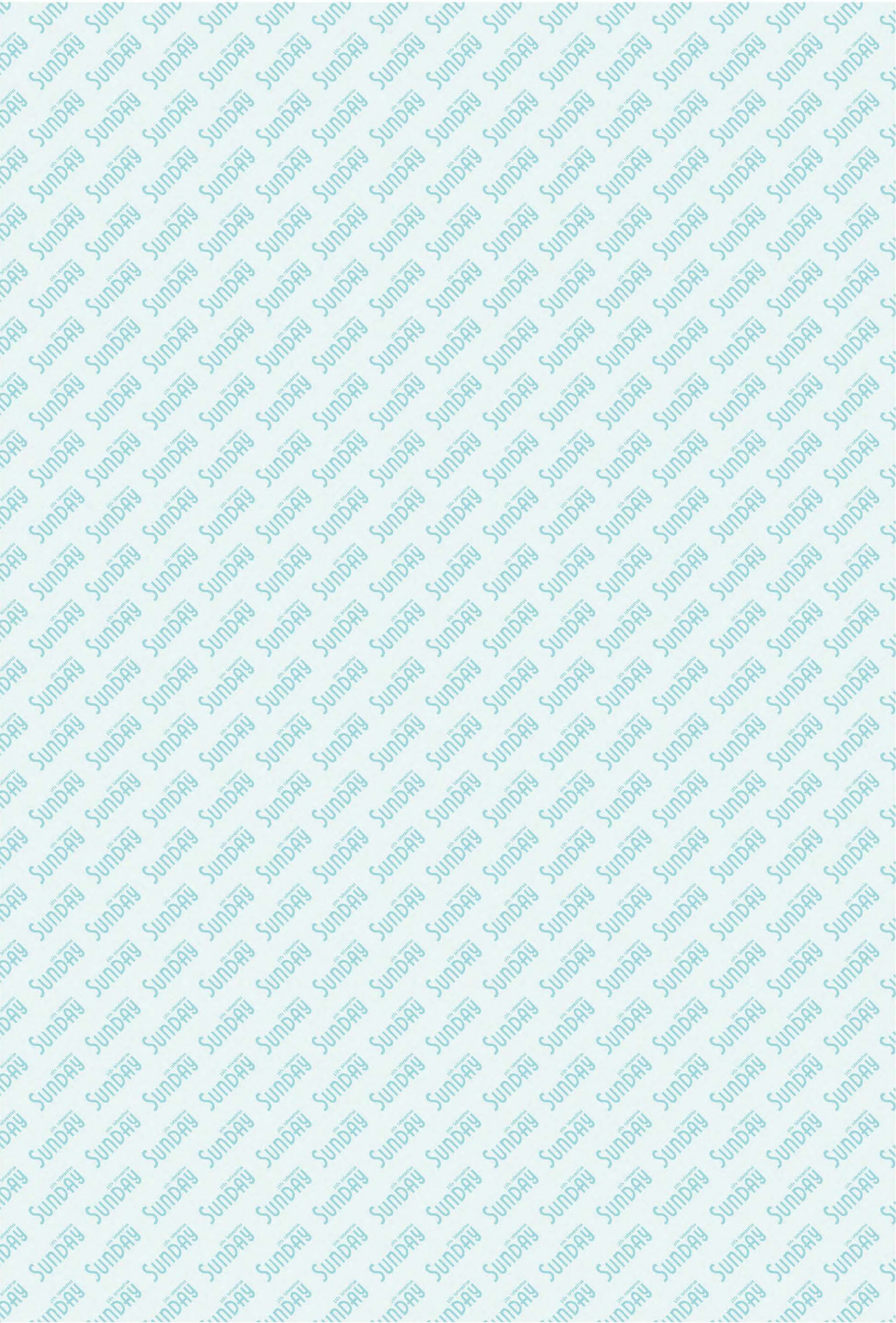
内容 外来受付業務
 (案内業務・保険証確認など)
時間 8:30~12:30(休憩なし)
時給 1,130円
休日 土・日・祝
 12/29~1/3
待遇 交通費規定支給

独立行政法人 地域医療機能推進機構
Tokuyama Central Hospital

徳山中央病院

周南市孝田町1-1

☎0834-28-4411 (採用担当/石光)



休日診療案内

★診療の際は、健康保険被保険者証・福祉医療資格者証をご持参ください。
★場合によってはやむを得ず変更になることもあります。ご利用の際は予めお電話でご確認ください。

周南市

内科・外科（※外科の診療日は休日のみ）

夜間診療有

○診療日/日曜日、祝日、(12月31日～翌年1月3日)、(8月15日)、毎夜間

1月11日(日)…周南市休日夜間急病診療所
12日(祝) (周南市瀬戸見町9-25)
☎0834-39-0099

診療時間

午前9時～12時 午後1時～5時、午後7時～10時
平日夜間は午後7時～10時
(受付はいずれも終了時間30分前まで)
※発熱の症状がある方は、受診前に電話をお願いします。

小児科

夜間診療有

○診療日/日曜日、祝日、(12月31日～翌年1月3日)、毎夜間

1月11日(日)…周南地域休日・夜間こども急病センター
12日(祝) (周南市徳山中央病院内)
☎0834-28-9650(直通)

診療時間

午前9時～12時 午後1時～5時、午後7時～10時
平日夜間は午後7時～10時
(受付はいずれも終了時間30分前まで)

歯科

1月11日(日)…みと歯科クリニック(周南市楠木2-14-8)

☎0834-29-4182

1月12日(祝)…こやま歯科医院(周南市御弓町4181)

☎0834-22-6622

診療時間

午前9時～午後1時(受付は午後0時30分まで)

熊毛地区

1月11日(日)…松村医院(周南市大字呼坂1-3)

☎0833-91-0303

1月12日(祝)…ふじわら医院(周南市大字大河内256-14)

☎0833-91-7100

診療時間

午前9時～午後5時

下松市

内科

○診療日/日曜日、祝日、(12月31日～翌年1月3日)、(8月14日～16日)

1月11日(日)…下松市休日診療所
12日(祝) (下松市中央21-1)
☎0833-41-7799

診療時間

午前9時～午後5時
(受付は午前9時～11時30分、午後1時～午後4時30分)

外科

1月11日(日)…かのう歯科・耳鼻咽喉科クリニック

(下松市北斗町6-2)
☎0833-44-7075

1月12日(祝)…やまね眼科クリニック

(下松市楠木2丁目6-34)
☎0833-48-5703

診療時間

午前9時～午後5時
(受付は午前9時～11時30分、午後1時～午後4時30分)

光市

内科・外科

○診療日/日曜日、祝日、(12月31日～翌年1月3日)、(8月14日、15日)

光市休日診療所
(光市光井2-2-1総合福祉センター内)
☎0833-74-1399

診療時間

午前9時～午後5時
(受付は午前9時～11時30分、午後1時～午後4時30分)

1月11日(日)…内科系/内科

1月12日(祝)…内科系/内科(小児科) 外科系/外科

診療時間

午前9時～午後5時
(受付は午前9時～11時30分、午後1時～午後4時30分)

石田実和 イタリアの風コンサート2026

〈日時〉1月31日 13時30分開場14時開演

〈会場〉スターピアくだまつ 大ホール

●お問合せ 石田実和後援会(代表)
☎090-8899420091

下松市出身のソプラノ歌手、石田実和のふるさと、下松でのコンサートです。友情出演に下松出身の米田春恵さんをお招きします。

入場料(自由席)は、一般3000円、高校生以下1000円。3歳未満入場不可。

プレイガイドは、スターピアくだまつ、周南市文化会館、光市民ホール。

▽アダマン／きらきら星変奏曲▽カッチーニ／アヴェ・マリア ほか

※曲目は変更になる場合があります。

Present 今週のプレゼント

愛読者様
一般3名様・高校生以下2名様
ご招待



応募方法

〈応募締切〉

1/13 必着

ご希望の方は郵便ハガキに①一般②高校生以下どちらか希望を明記
●住所 ●氏名 ●年齢 ●電話番号 ●サンデー周南へのご意見・ご感想
をご記入の上、下記までご応募ください。
〒745-0861 周南市新地3丁目1-45
サンデー周南「今週のプレゼント1550号」

当選者は紙面にて
氏名を発表します。

青木一郎料理長の



美味しいレシピ

『海老のふわふわフリッター オーロラ和え』



〈材料(2人分)〉

●海老……………6尾
●生野菜(レタス、サラダ菜)……………適量
●きゅうり……………1/2本
●トマト……………1個
●レモン……………2枚
●パセリ……………適量
●卵白……………2個分

〔調味料〕

○トマトケチャップ……………大さじ1
○マヨネーズ……………大さじ1
○レモン汁……………少々
○塩コショウ……………少々
○小麦粉……………10g
○水……………少々

〈作り方〉

- ① 海老の頭を切って、身の部分は殻をむく。殻をむいたら、背わたを取る。
- ② 次に卵白を、つのが立つくらい十分に泡立てる。
- ③ 泡立てた卵白に、小麦粉と水を加えて軽く混ぜる。
- ④ 170℃の油で、海老にうち粉(小麦粉)をうって、泡立てた卵白と小麦粉の天麩羅粉をつけて揚げていく。
- ⑤ その間に、オーロラソース作りをする。まず、ケチャップとマヨネーズ、レモン汁、塩コショウを混ぜる。
- ⑥ 海老が揚がったら、オーロラソースと和える。
- ⑦ 最後に生野菜を盛って、⑤を盛ったら、出来上がり!

青木一郎 PROFILE

割烹いちばな・青木いちろう 料理長
全国技能グランプリ3大会連続
賞受賞、第32回銀賞受賞、日本料理専門調理師、すし料理専門調理師、専門調理食育推進員、ジュニア野菜ソムリエ。



5		A		7		B
4	1		6	9	5	7
			5			4
	9			1	8	3
	2			4		9
7		5	2	6		C
	5			2	6	3
	8		9		5	4
2		6	8	1		5

PUZZLE No.226

どうするの?

●すでに記入してある数字を手がかりに、小さなワク(3×3)に1～9の数字、タテに1～9の数字、さらにヨコに1～9の数字を埋めるパズルです。●全ての空(A～C含む)を数字で埋めれば完成です。●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▶

前回(No.225)の答え

A=2

B=6

C=4

多数のご応募
ありがとうございました。

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

プレゼントクイズ A～Cに入る数字は? A=□ B=□ C=□



正解者の中からプレゼント!

サンデーロゴ入り
ボールペン
抽選で3名様

応募方法

〈応募締切〉

1/14 必着

ご希望の方は、官製ハガキに下記を記入の上ご応募ください。
①クイズの答え ②今週号で一番興味を持ったコーナーまたは広告
③郵便番号・住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥電話番号
【送り先】〒745-0861 周南市新地3丁目1-45 サンデー周南「パズルNo.226」
※当選者は、紙面に氏名を掲載いたします。

創業43年の誇り

久月のテレビCMでおなじみ。

今年も心を込めて...

和の雛コレクション

HINA collection

ひな人形

ご予約会開催中

早期ご予約特典あり

数量限定

10周年企画商品もあります

社長就任10周年

〒753-0871 山口市朝田2102

TEL083-921-0630

<https://ningyounodaigo.jp>

営業時間/ 10:00～19:00 駐車場/ 20台

小郡インター降りてすぐ!!

★ Fortune telling ★ ★ 今週の誕生月占い ★

1/10.sat ▶ 1/16.fri (占/マリオ)

- 結果が出せる時。それには、やる気が重要ポイント。
- そろそろお部屋の掃除を。ダラダラ生活は、お正月までですよ。
- 小さな嘘が独り歩きして大変な事に。正直が一番。
- 紹介で出会いが。億劫がらずに、会ってみたら？
- くじ運良し、人間関係良し、仕事も上々。今週は楽しんで。
- 信頼関係が築けます。助け合うことで、大きい力が動きそう。
- 気持ちに余裕をもって。何事もスムーズに運びますよ。
- 早とちりで二度手間に。常日頃からの確認の習慣を。
- チャンスはひとつです。目移りすることなく、確実に進んでくださいね。
- 食べすぎ、飲みすぎにご注意！
- 腐れ縁はスッパリ切って。さあ、新しいご縁を見つけましょう。
- 上昇気流に乗れそう。笑顔と誠意をベースにね。

Event イベント情報案内

画材屋R (☎0833-48-6134)

●「R展 画材屋教室作品展」
～1月24日(土)10時～19時30分/定休日は毎週水曜日、第4日曜日/入場無料/【後期】1/11(日)～24(土)日本画、実用書道、彩メソッドほか。



下松市駅南市民交流センター きらぼし館 (☎0833-48-6080)

●「第10回 きらぼし館手芸サークル作品展」
1月15日(木)～2月24日(火)9時～21時/2階交流サロン/月曜日休館/入場無料/当館専用駐車場なし/木目込み・押絵・和紙工芸などの作品展示。



※料金は当日です。各イベントは予定または開催中ですが、主催者側の意向、その他理由により、変更・中止される場合があります。

周南市郷土美術資料館・尾崎正章記念館 (☎0834-62-3119)

●「松井黎光 書作展一書のみ」
1月17日(土)～3月8日(日)9時30分～17時(入館は16時30分まで)/月曜日休館※2月23日(月・祝)は開館、24日(火)休館/観覧料一般200円、学生100円、18歳以下および70歳以上無料。



光市民ホール (☎0833-72-1441)

●「名画劇場」
2月14日(土)・15日(日)9時40分開場/小ホール/【作品】14日(土)Wの悲劇・ニンゲン合格・つぐみ、15日(日)どいつたるねん・Wの悲劇・ニンゲン合格/鑑賞料(全席自由)1日500円※入場券1枚で3作品ご覧いただけます。



スターピアくだまつ (☎0833-41-6800)

●「ハート・フロアコンサート」男声合唱団
メルソレイネ&メンズコール光～男声合唱を歌う～
2月11日(水・祝)14時開演(公演時間約1時間)/ハート・フロア/入場無料/演奏曲目:大地讃頌、箱根八里、糸、どんなときも、川の流れるようにほか。



スターピアくだまつ (問合せは上土井☎090-4898-4069)

●「Viva!! Classic」～ヴァイオリン弾きと仲間たちからの贈り物
3月15日(日)13時30分開場、14時開演/展示ホール/入場料(自由席)2,500円/プレイガイド:スターピアくだまつ、周南市文化会館、光市民ホール、ローソンチケット(Lコード:63048)。



新年会にピッタリの深い旨みを楽しめる鍋料理

6,600円～ +500円でワインやカクテルも飲み放題に!

◆鍋料理 (3種からお選びください) ◆鉄板焼き
特製 寄せ鍋 博多 水炊き鍋 干支 鶏 和風ソース
◆デザート

期間限定 2026年1/12[月・祝]～3/15[日]
少人数宴会キャンペーン
期間中の金、土、日、祝日[17:00～21:00]は少人数(4名様以上)でのご予約も承ります。
なお、当該日は30名様以上の団体様でのご予約で貸切とさせていただきますのでご了承ください。

特典1 早期予約特典
1月12日(月・祝)までのご予約で飲み放題ドリンクグレードアップサービス

特典2 団体割引
20名様以上のご予約でお一人様600円引き 6,600円→6,000円

特典3 チラシ特典
このチラシ持参でお一人様600円引き 6,600円→6,000円

※写真はイメージです。※特典2[団体割引]と特典3[チラシ特典]の併用はできません。

歳祝い

感謝をこめて、人生の美しき節目を寿ぐ。

KASANEで思い出のひとつを
お料理内容や進行内容の(オリジナル演出など)ご相談お受け致します。ぜひスタッフまでお問い合わせください。

乾杯用スパークリングワインプレゼント

思い出の動画上映

献杯用ドリンクプレゼント

6,600円コース 8,800円コース

お料理・会場費・音響照明料・サービス料込み

KASANE HIKARI

カサネヒカリ
光市室積松原19-5

受付時間
10:00～17:00(火曜定休)

ご予約・お問い合わせ
☎0833-78-2800

HPIはこちら

KASANE HIKARI
室積中 マツダビル 松原 松原 交通 下松市 室積池水浴場

薬剤師募集

下松エリア 業務拡張につき

正社員 パート

エリア外への 転勤なし

給与 正社員 月額280,000円～625,000円
年俸契約有 4,500,000円～8,000,000円
パート 時給 2,300円～

時間 8:30～18:00(実働8時間)
※残業あり(月平均9時間程度)

休日 日・祝日、4週8休制、ゴールデンウィーク
夏季・年末年始休暇

諸手当 職 hands、薬剤師手当
通勤手当(当社規定により支給)

待遇 賞与(年2回)、昇給(年1回)

美里交差点 ● 西京銀行
● シュクルヴァン
はるやま
スズキ自販山口
かとう整形外科 クリニック
しゅうなん皮膚科クリニック
山下ウィメンズクリニック
HondaCars 光東
● 公衆小学校
● トライアル

いちのみや薬局 下松店

詳細は面談にて。まずはお気軽にお電話下さい。

HPはこちら

TEL083-257-1831 (採用担当/矢田)

設 立 平成3年
年 商 32億円
本 社 下関本社 ☎751-0806 下関市一の宮町 4-1-5
防府本社 ☎747-0802 防府市中央町 9-40

事業内容 保険調剤薬局経営、一般医薬品卸売・販売
化粧品・医療用具・医薬部外品・健康食品販売

福利厚生 スポーツジム、ゴルフクラブ、テニスクラブ
乗馬クラブ、みずほPayPayドーム福岡法人指定席
社員旅行(自由参加)

よく学び、よく遊び、大きく成長する

アクスキッズ

2026年度 会員募集!

**習い事一体型
民間学童保育**

スマホで
**簡単30秒
予約!**

説明会のご予約は
こちらから!

新規会員募集 説明会開催!

来年度、小学校に入学されるお子様の保護者の方ぜひお子様と一緒にご参加ください
【学校までのお迎え対象校】徳山小、今宿小、富田東小、富田西小

オンライン説明会同時開催決定!

1/17(土) 午前 10:30~12:00
午後 13:30~15:00

対象:新小学1~6年生/定員30名

アクスキッズでは、
安心安全にお子様をお預け
いただけるだけでなく
教育・健康・成長をテーマに
子供たちの可能性を広げる
時間の使い方を提案します!

実施中サービス

週報共有サービス
学童での様子や、先週何があったかを写真付き週報で保護者と共有します。

安心安全な体制と環境
手厚いスタッフ体制
防犯カメラによる安全管理

2026年度プログラム(習い事)

保護者の方がお迎えに来るまでの間、さまざまなプログラムから選択しレッスンを受けることができます。

【アクスキッズだから出来るプログラム】

- ◆スイミング週2回 ◆宿題サポート ◆わんぱく ◆書き方 ◆外国籍スタッフとの交流 ◆タブレット学習教材【デキタス】
- 【オプション】**
- ◆ヒップホップダンス ◆K-POPダンス ◆英会話 ◆プログラミング ◆ジュニアアスレチック(体育教室) ◆空手教室

保護者からの嬉しいお声

アクスキッズから帰ってくると宿題が済んでいてとても助かります。

先生と子供の距離が近く子供の様子を詳しく教えてくださいます。

スイミング教室が週2回ついているので、上手くなるのが早くて、今では私より上手に泳げるようになりました。

両親共働きのため送迎が大変で習い事をあきらめていたけどアクスキッズが全て解決してくれました!

夏休みにはいろいろなイベントを企画してくれて子供もすごく喜んでいました!

1日の過ごし方

※長期休暇中は一日保育(朝7:30)より対応いたします。

学校までお迎え

出欠管理システム

お子様が施設に到着すると保護者の方にメールを配信いたします

手洗いうがい

おやつ

宿題

プログラム(習い事)

保護者の迎えで帰宅

or

スイミングバスで近くのバス停まで帰宅

よく学び、よく遊び、大きく成長する

アクスキッズ

<お気軽にお問い合わせ下さい>

山口県周南市江口1-1-26

☎0834-31-8819

無料駐車場完備

受付時間 月～金曜日 11:00～19:00
土曜日 9:30～17:00
休館日 日曜日

施設運営/株式会社周南スイミングクラブ

毎月1回開催
星プラザの工作あそび

ほしの ワークショップ

1/10・11 11時～15時 材料が無くなり次第終了
(土) (日) 【場所 / 3階 ムネスエ前】

【参加条件】星プラザインスタ登録→

【今回のテーマ】干支(ウマ)を作ろう!

※年齢制限はありません。 ※Instagramは1アカウントでご家族OK

営業時間 あさ10時～よる8時
(一部7時から営業しております)
TEL 0833-45-1100
(下松商業開発株式会社 内)
744-0025 山口県下松市中央町21番3号

※内容は予告なく変更になる場合がございます。

5名さまに **山口和牛** プレゼント!

ありがとうございます★サンデー周南読者さまへ
感謝応募キャンペーン

【賞品】 **山口和牛** 山口和牛ロース肉(ステーキ用)

【応募方法】下記の用紙に記入後、星プラザの応募箱に入れてください
(1階と3階エスカレーター付近に赤い応募箱があります)

【応募締切】2026年1月12日(月祝)

【当選発表】2026年1月18日(日) 11時よりインスタライブ抽選
当たった方に引換券を郵送いたしますので、お店へご来店ください。

【引換期限】2026年1月31日(土)まで

キリトリ

お名前

ペンネーム

※インスタライブでの読み上げに利用します

ご住所

お電話番号

いただいた個人情報は抽選・当選者への郵送作業にのみ利用いたします。業務委託・情報保管などは、いたしません。

Kiraru

第1回 百年動けるカラダづくり 講演&体験会

わき ひろやす

講師 **和木宏泰氏**

開催日

第1部 2026年1/19 13:30~

第2部 2026年1/23 13:30~

会場

スターピアくだまつ
3F 会議室1・2

イベント構成(2部制)

■第1部:健康講演会

1月19日(月)13:30~

・テーマ:「百年動けるカラダをつくるには」(仮)

・講師:和木宏泰 先生

■第2部:体験会(約45分)

1月23日(金)13:30~

【定員】

各回 **80** 名様

参加費無料
(事前申込制)

60才以上の方必見の講演会です。

健康づくりの最優先課題は、100年使える身体を作り上げることです。

現在、私たちは病気を予防し、治療でき「生き続けられる」時代を過ごしています。

しかし、生き続けることができたとしても、身の回りのことは自分でできるよう動き続けられるかどうかは疾病予防だけでは無理なのです。100年動く身体づくりを目指しましょう。

歳をとったら「要介護が当たり前」という世間の常識を跳ねつけ、要介護期間0年を目標に今から何をしていくべきなのかを一緒に考えてみましょう。

(有)ヒロ・コーポレーション 代表 和木宏泰

主催 / 下松タウンセンター街づくり委員会 お問い合わせ / 下松商業開発株式会社 ☎0833-45-1100 10:00~17:00