Life information
SUNDAY
2026
11.28
vol. 1593
https://sunday-ns.co.jp
サンデー周南
発行部数／ 96,000部
配布エリア▶周南市・下松市・光市・田布施町・平生町




うまいもの会席コース 9,000円〜

忘・新年会ご予約承り中
一年の締めくくりは旬の味覚を囲んで楽しいひとときを

今年一年のご褒美に、ちょっと贅沢な忘年会はいかがですか。

おすすめは料理長おまかせ「うまいもの会席コース」10品9,000円〜。柳井港魚市場直送の新鮮な魚介をはじめ、八丁櫓自慢の旬の料理を心ゆくまでご堪能いただけます。個室でゆったり気兼ねなく、ご友人や職場の仲間、ご家族との大切なひとときをお過ごしください。5名〜30名様までの個室完備、人数に応じてご用意させていただきます。他には季節の会席6,000円、7,000円、8,000円。ふぐ刺したっぷり1人前のふぐ会席9,000円も人気です。各コースには通常2時間飲み放題2,000円が1,500円でお得におつけできます。

サークルのお仲間やご友人とのお昼の忘年会も大歓迎。平日限定2,200円〜ご用意しております。ご予算に合わせたお料理もご用意いたします。お気軽にお問合せくださいませ。年末年始の従業員様の労いに、ご家族の集まりに、お持ち帰りふぐ刺し13,500円、国産うな重3,500円もいかがでしょうか。

▶海鮮屋 八丁櫓
住/周南市上遠石1-1　☎0834-31-0066　休/水曜日
営/11:00〜15:00(L.O.14:30) 16:30〜22:00(L.O.21:00)

【年末年始営業】
12月30日 通常営業
12月31日 おせち受け渡しのみ
1月1日 休業
1月2日 〜通常営業



米沢園芸
周南市桜木2-11-5
☎0834-28-3316

花と緑の贈物セール
11/27(金)〜12/6(日)



営業時間9:00〜18:00

お歳暮、クリスマスに… 米沢オリジナルギフトコーナー開設!

贈物にご家庭に人気の
洋蘭・花鉢・観葉植物
シンビジュウム・
シクラメン・
コチョウラン・
観葉植物…etc
続々入荷販売中!
地方発送も受付中!



3,000円以上(税込3,300円)お買上げで花のカレンダープレゼント!
(お一人様1本限り 数に限りがあります)
11/27(金)より


(イメージ)

初冬の花壇苗
パンジー・ビオラ・アリッサム・
ナデシコ・金魚草・ノースポール
1ポット 98円(税込107.8円)より
10ポット 880円(税込968円)より



連作障害を軽減する
菌の黒汁配合肥
野菜の堆肥
30ℓ 650円(税込715円)

特価品 米沢園芸オリジナル 花と野菜の土 15ℓ
1袋 398円(税込437.8円)
3袋 1,000円(税込1,100円)

12/6(日)14時〜15時
クリスマスリース作り体験会
長く楽しめてドライフラワーになる、ナチュラルな花材でクリスマスリースを作りましょう
※人数に制限あり お電話にてご予約ください
2,500円(税込2,750円)

お正月・早春の寄せ植えに
葉ぼたん 各種
1ポット 130円(税込143円)より

果樹苗の植付シーズンです
みかん・キンカン・
レモン・紅八朔…etc
梅・柿・栗・サクランボ・
スモモ…etc

冬にやる植木の肥料
寒肥・お礼肥
5kg
1,200円(税込1,320円)

かみにしギター教室 発表会2026

〈会場〉スターピアくだまつ展示ホール

11月28日 13時開演

「かみにしギター教室発表会2026」が、11月28日（13時開演）、スターピアくだまつ展示ホールにて開催されます。

入場無料。

主催は、かみにしギター教室。後援は、周南市、周南市教育委員会、山口県ギター音楽協会。

独奏・アンサンブル・合奏などを発表します。

入り口を半分開けており随時出入り自由となっています。ご興味あるところだけでも聞いてみてください。



〈問合せ〉
かみにしギター教室
☎0834-33-1717

山口県指定無形民俗文化財

切山歌舞伎公演

令和八年度定期奉納公演

〈会場〉スターピアくだまつ Kビジョンホール

11月29日 12時30分開場 13時開演

山口県指定無形民俗文化財「切山歌舞伎公演令和八年度定期奉納公演」が、11月29日（12時30分開場、13時開演）、スターピアくだまつKビジョンホールにて開催されます。

入場無料（要整理券）。

入場整理券配布場所は、スターピアくだまつ、周南市文化会館、市内各公民館など。

【オープニング】

▽松風太鼓

【演目】

▽恋女房染分手綱（道中双六の段・重の井子別れの段）



〈問合せ〉
下松市教育委員会
生涯学習振興課
☎0833-45-1870

Movie Guide 11/28(土)▶12/4(金)　映画情報案内

映画ちいかわ 人魚の島のひみつ	上映中
踊る大捜査線 N.E.W. メトロポリスを駆け抜けろ!	上映中
ママがもうこの世界にいなくても　私の命の日記	上映中
汝、星のごとく	[PG12]上映中
青春ブタ野郎はディアフレンドの夢を見ない	上映中
ゴジラ-0.0	上映中
GROTESQQQUE −グロテスクー	[PG12]上映中
楽園追放 心のレゾナンス	上映中
クリスマス・キャロル／3人のゴーストたち	上映中
呪いのスマホ	[PG12]上映中
負けへんで	上映中
魔法使いの夜	上映中
『装甲騎兵ボトムズ 灰色の魔女』第1作	上映中
劇場版 アイドルマスター SideM F@NTASTIC BATTLE FES～Who goes first～	上映中
『遊☆戯☆王 THE DARK SIDE OF DIMENSIONS』リバイバル上映	上映中
Creepy Nuts - NORTH AMERICA TOUR: LIVE in NY & DOCUMENTARY FILM	上映中
サッカー日本代表FIFAワールドカップ2026『最高の景色』への挑戦 ONE CREATURE 2nd Leg	上映中
NEW トランスフォーマー ザ・ムービー	11/27(金)～
NEW ハウスメイド	[R15+]11/27(金)～
NEW 君の話	11/27(金)～
NEW [HYBE CINE FEST IN ASIA 2026]SEVENTEEN WORLD TOUR 'NEW'	[2週間限定]11/27(金)～12/10(木)
NEW 三代目 J SOUL BROTHERS 15TH ANNIVERSARY STADIUM LIVE "JSB FOREVER ～ONE～" THE MOVIE	[3週間限定]11/27(金)～12/17(木)
NEW VIVANT	12/4(金)～
NEW ピリーと魔法のはじまり	12/4(金)～
NEW お姉ちゃんの翠くん	12/4(金)～
NEW 【月イチ歌舞伎】野田版 研辰の討たれ	12/4(金)～12/10(木)
NEW セブン 4K	[字幕]12/4(金)～12/17(木)

[PG12]12歳未満の方は、保護者の助言や指導が必要。[R15+]15歳以上がご覧になれます。

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

当選者発表

★今週のプレゼント1591号「日本センチュリー交響楽団 周南特別演奏会／周南市文化会館」（5組10名様）

▽石田理香
▽小川司
▽小倉美津枝
▽立野美代子
▽鶴田秩子

※当選者の方には既に招待券を発送しています。











Book Ranking 本の売上週間ベスト10
11/11㊌ ▸ 11/17㊋

1. 雨穴の家 〈定価〉¥1,870 〈著者〉雨穴 〈出版社〉双葉社
2. 岐山の女 〈定価〉¥2,420 〈著者〉窪田新之助 〈出版社〉講談社
3. サイレント・ウィッチ 〈定価〉¥1,815 〈著者〉依空まつり 〈出版社〉KADOKAWA
4. 科学的に証明された すごい習慣大百科 〈定価〉¥1,760 〈著者〉堀田秀吾 〈出版社〉SBクリエイティブ
5. ソードアート・オンラインプログレッシブ 〈定価〉¥946 〈著者〉川原礫 〈出版社〉KADOKAWA
6. ブラック・ブレット 新世界秩序 〈定価〉¥990 〈著者〉神崎紫電 〈出版社〉KADOKAWA
7. ブラック・ブレット 新世界秩序 〈定価〉¥946 〈著者〉神崎紫電 〈出版社〉KADOKAWA
8. 80代になるとたいていボケるか死ぬ。70代は神様から与えられた特別な時間 〈定価〉¥1,034 〈著者〉林真理子 〈出版社〉幻冬舎
9. クリスマスイブのサンタさん 〈定価〉¥3,300 〈出版社〉大日本絵画
10. 汝、星のごとく 〈定価〉¥990 〈著者〉凪良ゆう 〈出版社〉講談社

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

森永康夫ピアノリサイタル
～第10回 ふるさとコンサート～
〈会場〉スターピアくだまつ 展示ホール
12月12日 13時30分開場 14時開演

入場料は、自由席一般2800円、高校生以下1000円、シニア(65歳以上)2500円。

プレイガイドは、スターピアくだまつ、周南市文化会館、光市民ホールなど。

【奏者】
▽ピアノ／森永康夫(下松市出身)
▽チェロ／YURAN(ソウル生まれ)

【演奏曲】
▽ショパン／バラード第1番ト短調 作品23
▽ドビュッシー／月の光
▽ピアソラ／ル・グラン・タンゴ(チェロとデュオ)

※曲目は変更になる場合があります。



〈問合せ〉
森永康夫ピアノリサイタル実行委員会
☎090・7999・2575

ミニ門松作り
〈会場〉光ふるさと郷土館
12月20日

「ふるさと郷土館 ミニ門松作り」が、12月20日(①9時30分～10時30分 ②10時30分～11時30分 ③13時～14時 ④14時～15時)光ふるさと郷土館にて開催されます。

定員は各5人(応募者多数は抽選)。

対象は、18歳以上。

材料費は、1000円(入館料不要)。

持ち物は、軍手。

申込方法は、氏名・住所・電話番号・教室名・希望時間を往復はがきに記入の上、お申し込みください(1人につき1枚)。

締切は12月6日必着。はがき発送は12月9日。



〈問合せ〉
光ふるさと郷土館
☎0833-78-2323

お肉を食べて元気になろう！ MIKO MEAT GALLERY 株式会社ミコー食品

周南店 1日 11/28㊏ 9:30 OPEN
光店 2日間 11/28㊏・29㊐ 9:00OPEN

ミコーの肉の日 にく
いい肉の日オススメ
※写真は全てイメージです

周南店は28日㊏ 光店は29日㊐ 限定 にくのひ ステーキフェア！ 売り切れ次第終了！

国産牛(交雑種) ヒレステーキ 対面 パック 数量限定 100g当たり 通常1500円を(税込価格1620円) 980円(税込価格1059円)

国産牛(交雑種) ロースステーキ 対面 パック 数量限定 100g当たり 通常980円を(税込価格1059円) 798円(税込価格862円)

プラスワン！ 宮崎県産きなこ豚 切り落とし 対面 パック なんでも使える!! 100g当たり 148円(税込価格160円)

1129 いい肉の日に プレミアム高森和牛

山口県産 プレミアム高森和牛 前バラスライス 対面 焼きしゃぶにしても美味！ 100g当たり 798円(税込価格862円)

山口県産 プレミアム高森和牛 ミスジ焼肉 対面 希少部位 100g当たり 880円(税込価格951円)

山口県産 プレミアム高森和牛 切り落としカルビ 対面 いろんな部位が楽しめる♪ 100g当たり 798円(税込価格862円)

周南店のみのお買得！ スタッフオススメ！

山口県産 プレミアム高森和牛 味付けカルビ 対面 焼くだけ簡単☆彡 100g当たり 598円(税込価格646円)

山口県産 プレミアム高森和牛 ミックスホルモン 対面 数量限定 100g当たり 298円(税込価格322円)

国産牛 ももブロック パック 数量限定 100g当たり 480円(税込価格519円)

宮崎県産きなこ豚 ももしゃぶしゃぶ パック あっさりしゃぶしゃぶに！ 100g当たり 158円(税込価格171円)

光店のみのお買得！ 店長オススメ！

国産豚 肩ロースススライス 対面 しゃぶしゃぶに！ 100g当たり 188円(税込価格204円)

山口県産長州どり もも肉 パック ぷりぷりでジューシー！ 100g当たり 108円(税込価格117円)

山口県産 プレミアム高森和牛 ももスライス 対面 赤身でさっぱり！ 100g当たり 698円(税込価格754円)

国産牛(交雑種) 肩ロースススライス 対面 すき焼き人気No.1 100g当たり 680円(税込価格735円)

ミコーミートギャラリー 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) 駐車場が込み合います旨、何卒御了承ください TEL.0834-31-2929 営業時間/9:30～18:00 定休日/日曜日

ミコーミートギャラリー 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

HP LINE

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!!!

アップロード♡フロアLIVE-3 冬のフォーク・Jポップ祭り

〈会場〉スターピアくだまつ1階 ハート・フロアー

12月27日 14時開演

「アップロード♡フロアLIVE-3冬のフォーク・Jポップ祭り」が12月27日（14時開演）、スターピアくだまつ1階ハート・フロアーにて開催されます。入場無料。

バンドグループ〝アップロード〟の皆さまによるフォーク・Jポップコンサートです。一緒に歌ってお楽しみください。

【出演】
▽バンドグループ〝アップロード〟

【曲目】
▽サボテンの花
▽岬めぐり
▽案山子
▽きよしこの夜
ほか。

※曲目は変更になる場合があります。



〈問合せ〉
スターピアくだまつ
☎0833-41-6800

渡辺おさむ展 ORIGIN オリジン

〈会場〉周南市美術博物館

12月27日まで開催中

本物そっくりのクリーム、スイーツやフルーツで様々な物をデコレーションする現代美術作家・渡辺おさむ（1980―）。スイーツデコの技術をアートにまで昇華させた第一人者として国内外で注目されています。ふるさと周南で開催する初の大規模展覧会です。ファンタジーの世界に迷い込んだかのような、甘くて美しい夢のような空間をぜひご堪能ください。

開館時間は、9時30分から17時（入館は16時30分まで）。休館日は、毎週月曜日。

観覧料は、一般1300円、大学生1000円、18歳以下無料。



〈問合せ〉
周南市美術博物館
☎0834-22-8880

画材屋R教室作品展 R展

〈会場〉画材屋R

2027年2月14日まで開催中

「画材屋R教室作品展R展」が、2027年2月14日（10時～19時）まで、画材屋R（下松市南花岡4丁目7-1）にて開催されています。入場無料。

【前期／～12月13日】▽水彩画
▽ちぎり絵▽日本画▽模型制作愛好会ツクルゾ▽絵手紙

定休日は、毎週水曜日・第4日曜日。12月2日、9日、1月13日、20日、2月3日、10日。

【中期／1月10日～23日】▽トールペイント▽ドールハウス▽実用書道▽絵手紙▽鉛筆デッサン

【後期／1月30日～2月14日】▽大人のプチお絵描き▽彩メソッド▽



〈問合せ〉
画材屋R
☎0833-48-6134

青木一郎料理長の NO.44
美味しいレシピ



青木一郎　PROFILE
割烹いちはな・寿司いちろう 料理長
第33回全国技能グランプリ日本料理金賞、内閣総理大臣賞受賞。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。

『簡単ローストビーフ』



〈材料（5人分）〉
- ●牛肉もも（ブロック）…… たこ糸で縛る
- ●塩 …… 少々
- ●黒胡椒 …… 少々
- ●サラダ油 …… 少々
- ●赤ワイン …… 100cc
- ●玉ねぎ …… 1/4個
- ●醤油 ……50cc
- ●みりん ……50cc
- ●にんにく …… 1片

〈作り方〉
① 肉の表面に塩、黒胡椒をこすりつけて、しばらく置く。
② フライパンにサラダ油を熱し、肉を入れて、牛肉の表面に焼き色が付くまで、回しながら焼く。
③ 玉ねぎとにんにくを切り刻んで、鍋に入れて炒める。
④ きつね色になるまで炒めたら、ワイン、醤油、みりんを入れて沸騰させる。
⑤ 沸騰したら、焼き色が付いた肉を入れて5分程度煮る。
⑥ 肉は煮汁から取り上げて、たこ糸をとく。
⑦ 煮汁は、煮詰めてソースにし、薄切りにしたロースとビーフにかければ、出来上がり!

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

PUZZLE No 236

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。●全ての空き（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.235）の答え
A=5
B=5
C=9

多数のご応募ありがとうございました。

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

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!
サンデー新聞オリジナルQUOカード（500円分）抽選で2名様

応募方法
〈応募締切〉
12/2 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.236」
※当選者は、紙面に氏名を掲載いたします。

経営者のみなさま
その悩み、商工会に話してみませんか？
賃上げ・最低賃金引上げ
エネルギー価格・物価高騰
省力化促進・人手不足
デジタル化
米国関税
インボイス制度 電子帳簿保存法
経営相談から専門化派遣まで商工会がサポートします！
お近くの商工会にご相談ください！！
山口県商工会連合会
山口市中央4丁目5-16　TEL083-925-8888（受付時間/平日9:00～17:00）
令和7年度補正 事業環境変化対応型支援事業

スタッフ募集！
一緒に働く仲間を募集しています！
未経験でも安心！
人間関係の良さ
頑張りを給与に反映！
頑張りで40万以上可！
営業社員　内容 新規営業、配送、衛生管理等
業務社員　内容 ルート配送、清掃、衛生管理等
時間 8時30分～17時30分
休日 土日祝、GW、お盆、年末年始 ※休日出勤の場合は、休日出勤手当あり
待遇 社会保険、厚生年金、雇用保険、労災、退職金
健康診断、昇給、賞与あり（会社業績、個人業績による）
営業手当、作業手当、社内報奨、時間外手当等
家族手当、交通費支給
給与 20万～30万円
パートさん同時募集中！
内容 ルート配送、清掃等　時間 8時30分～17時30分
時給 1,150円～ ※試用期間1,101円（3ヶ月）●交通費支給
●勤務日数、時間等柔軟に対応致します（週2、5時間～応相談）
DUSKIN 喜びのタネをまこう
光井支店 光市光井1-14-17
☎0833-71-0360

あなたと、つながる。

サンデー求人 さんきゅ〜

Thank You

マスコットキャラクター さんまるちゃん

Life information SUNDAY
サンデー周南
毎週発行
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せは
サンデー新聞周南支社 ☎0834-27-5506



誘導スタッフ急募！ 5〜10名

土曜日勤務できる方 / 定年年齢者未経験者歓迎 / 直行・直帰OK!!

給与 時給1,250円〜
※能力次第でこれ以上も可能です
※研修期間は時給1,150円です。

勤務地 周南地区
勤務日時 8時〜17時（変動あり）
10日〜15日位（土曜日はシフト制）
待遇 制服貸与・交通費支給・各種手当あり

ATES SECURITY 有限会社アテスセキュリティ
☎082-228-1717 本社：広島市中区橋本町7-11 ☎090-8605-7052（担当/サネモリ）

看護助手募集！

パート 午前のみの勤務

内容 リハビリテーション室で理学療法士・看護師の補助
資格 不問
時間 8:15〜12:00
勤務日 月〜土
給与 時給1,101円
待遇 交通費支給 マイカー通勤可



医療法人 松野整形外科医院
お問合せご応募 下松市藤光町2丁目13-24
☎0833-41-3123

正社員若干名 広告制作スタッフ募集

対象 Macでイラストレーター、フォトショップを使用しての広告作成経験が1年以上ある方
勤務地 周南支社（周南市新地3-1-45）
勤務時間 9:00〜18:00 ※実働8時間
休日 土日祝
給料 当社の規定による ※経験者は前職の給与を勘案します
待遇 交通費規定支給、各種保険完備 昇給、賞与（年2回）



履歴書（顔写真貼付）を下記まで送付ください。
書類選考の上、面接日時をお知らせいたします。

株式会社 毎日メディアサービス山口
お問合せ／応募書類の送付先はこちら ☎083-229-5601
〒751-0817 下関市一の宮卸本町2-3（担当：総務部 井手）

IFC IHARA FURNACE CO.,LTD. 正社員急募！

入社祝金20万 入社時10万 入社半年後定着祝金として10万

構内作業員

勤務地 日本製鉄（株）山口製鉄所内（周南市野村南町4976）
資格 44歳以下 ※長期キャリア形成のため
クレーン運転免許、玉掛、フォークリフト、危険物取扱者乙種
※入社後に取得可 ※会社支援制度あり
時間 [3交替]
7:00〜15:00 / 15:00〜23:00 / 23:00〜翌7:00
給与 214,500円〜284,000円（交通費別途支給）
＋夏季手当（6月〜9月）29,900円〜
賞与 年2回（7月・12月）／昨年度実績5.5ヶ月/年 ※3回目より100%支給
休日 会社カレンダーによる
待遇 各種保険完備、昇給（年1回）、賞与（年2回）、各種手当あり、有給休暇あり
退職金制度あり、交通費支給（上限100,000円）、マイカー通勤可、制服貸与

築炉作業員・フォークリフト運転手同時募集中！ ※詳細はお問い合わせください

電話連絡後、履歴書（写真貼付）をご持参ください！入社後は親切丁寧に指導いたします。

IHARA FURNACE株式会社 徳山出張所 周南市野村3-21-7
お気軽にお電話・お問合せ下さい tel.0834-63-0426（担当/安達）

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

HPから詳細な事業内容が確認できます！

対象／44歳以下（長期勤続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／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（顔写真貼付）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。

〈総合広告業〉
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 TEL083-229-5601（担当：総務部 井手）

サンデー配布員さん（ポスメイト）募集!!

あなたのライフスタイルに合わせて空いた時間で楽しく働きませんか？



仕事内容 毎週1回「サンデー周南」及びチラシ等の配達
資格 健康な方（学歴・経験は問いません）※学生不可
時間 水曜・木曜・金曜の都合の良い明るい時間帯
収入 約5千円〜2万円／月（枚数、地域によって変わります）



配布が初めての方も安心。30〜40代の主婦、ご年配の方も多く配布しています。
まずは、お気軽にお電話してみて下さい！

20代後半〜30代 只今子育て奮闘中!! 子育てが落ち着いたら時間融通の利く仕事がしたい!!
働き盛りの男性も 昼間は会社に勤めているけど朝夕の運動がてら頑張りたい！
40代〜60代 アクティブお母さん！ スーパーで週3回働いているけど空いた時間も働きたい！
70代〜マイペース おばあちゃん・おじいちゃん 健康のために歩きたい！社会や人と関わり合いたい

シニア・シルバーの方も活躍中！

周南	蓮ヶ浴1・2	中金剛山	西金剛山	遠石2	横浜町
	慶万町	城ケ丘1	城ケ丘2	城ケ丘4	城ケ丘5
	孝田	青山町	北山・住吉	秋月4	瀬戸見
	久米（老郷地）	久米（西坂本）	久米（東坂本）	久米（椿ヶ丘）	久米（旭ヶ丘）
	栗南1	栗屋（大踏・小踏）	栗屋（峠・荒神・浴）	東北山1・2	
	今宿1・2、緑町1、新宿通1	今宿3・4、緑町3	東一ノ井出・二ノ井出		
旧新南陽	向土井	大神1	大神3	大神4・5	椎木
	川手1・2	野村2	野村3・道源	古市1・古泉1	古泉2・3
	温田1・2	平野2	富田（中溝・新町）	宮の前1、2・中央	福川1・2・3
	新地町	羽島2・3	下上（上土井・横矢）	下上（見明）	下上（東武井・城山）
下松	南花岡6	旗岡4・5	桜町2	若宮町	
	美里3	生野屋西2	生野屋3・4・5	生野屋西4	
	河内（つつじヶ丘）	河内（出合・岡野原）	末武中（山手）	末武中（下広石）・清瀬4	
光	中村町	島田2	浅江7	光井5・6	千坊台1・3
	中央6	三井1・2	三井7・8	三井5、岩狩1	岩狩1・3
旧熊毛	御所尾原				

（株）毎日メディアサービス山口周南ポスティング事業部
周南市新地3丁目1-45 TEL.0834-34-5656

フリーダイヤル 0120-324-355
【受付時間】平日 午前9:00〜午後5:00
携帯電話からもOK

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下さい。

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

11月29日(日)…周南市休日夜間急病診療所
（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

11月29日(日)…周南地域休日・夜間こども急病センター
（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

11月29日(日)…せいき歯科医院
（周南市辻町5-14）
☎0834-21-2555

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

11月29日(日)…休診

診療時間
午前9時～午後5時（受付時間は医療機関にお問合わせください）

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)

11月29日(日)…下松市休日診療所
（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

11月29日(日)…梶原眼科医院
（下松市大手町2丁目）
☎0833-41-0644

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）

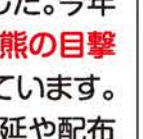
光市

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)

11月29日(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
内科系…内科　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）



NIGO®と半泥子

〈会期〉12月20日(日)まで開催中
〈会場〉山口県立萩美術館・浦上記念館

本展では、半泥子を敬慕するNIGO®が蒐集した半泥子作品のコレクションの中から茶碗を中心とした茶陶や書画など55点と、NIGO®自身が制作した茶碗25点を一堂に展示いたします。時空を超えて出会った天性のクリエイター二人の陶の競演をお楽しみください。

【開館時間】9時～17時（入場は16時30分まで）。
【休館日】11月30日(月)、12月14日(月)。
【観覧料】一般1500円、学生・70歳以上1300円、18歳以下および高等学校、中等教育学校、特別支援学校は無料。

●お問合せ　山口県立萩美術館・浦上記念館
☎0838-24-2400

Present 今週のプレゼント

愛読者様
5組10名様ご招待



応募方法
〈応募締切〉12/1必着

ご希望の方は、郵便ハガキに
●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1593号」

当選者は紙面にて氏名を発表します。

緊急事態発生時のお届けについて

近年たび重なる**自然災害や感染症の猛威**、**重大な事故による交通障害によりサンデーの配布網への障害**も数多くなってきました。今年に入ってからも熊による被害が全国的に増加、山口県でも**熊の目撃情報だけでなく、猪や鹿、猿による事故や被害も報告**されています。万全な体制を整え対応してまいりますが、万が一輸送の遅延や配布スタッフの安全が確保できないと判断した場合、配布期間の延長や中止せざるを得ない可能性がございます。クライアント様、地域の皆様には大変ご迷惑をおかけすることとなりますが、何卒ご理解とご協力のほど、お願い申し上げます。　(株)毎日メディアサービス山口

暮らしのアドバイス♪
～洗面台のお手入れ～

おそうじのポイント

【洗面ボールとその周辺のお手入れ】
こまめにおそうじし、中性洗剤を使う程度に留めるのが理想的です。しかし、どうしても取れない汚れには、浴室用洗剤(中性)を用います。(注)素材によっては、酸性に弱い材質もあるので、酸性洗剤を使用する場合は細心の注意が必要です。また、ホーローなど塩素系漂白剤で変色してしまう素材もありますのでご注意ください。

【カラン(蛇口)のお手入れ】
水道の蛇口は、いつも光らせておきましょう。そうすれば、まわりがとてもキレイに見えます。常にスポンジを置いておき、手を洗う時に蛇口も一緒に洗い、水分を取り除いておくことがポイントです。

アドバイス ～洗面台のおそうじについて～

洗面台には、FRP、ホーロー、人造大理石、タイル、大理石、テラゾーなどの材質があります。特に、大理石、テラゾーには、洗剤の成分が影響することがあるので、浴室用洗剤は使用できません。洗剤を使うときは、材質に注意して使用してください。

情報元：ダスキン上島田（光市上島田6-9-8 ☎0833-76-1777）





Fortune telling 今週の誕生月占い

11/28.sat ▶ 12/4.fri 〈占／マリオ〉

1. 今一歩を諦めないでね。あなたの未来のために。
2. 笑顔を忘れないで。幸運は笑顔が大好きです。
3. 嬉しくないハプニングが。感情のコントロールを。
4. 携帯電話のアドレス整理を。更に良い人間関係が生まれますよ。
5. 順調な時。こんな時こそ、周りに気配りと優しさを。
6. 相手を認めてあげて。長い目で見てあげて。
7. 面倒な事でも逃げないで。それが大きな力になるはずです。
8. 今週は縁の下の力持ちに。上質のパワーを周囲と共有できます。
9. あなたご自身の心をオープンにすることで、相手の心も開かれそう。
10. 新しい出会いが。グループで賑やかにね。
11. 心を見透かされない。ポーカーフェイスでいましょうね。
12. 午前中に幸運が。ちゃんと朝食を摂り、さわやかな笑顔でご活躍を。

Event イベント情報案内

※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。

周南市学び・交流プラザ

（問合せは、周南市役所障害者支援課障害者支援担当☎0834-22-8463）

●**令和8年度「障害者の福祉を考える集い〈演奏会・講演会〉」**
12月6日（日）13時～15時15分／多目的ホール／入場無料（申込不要、先着300名）。



スターピアくだまつ

（問合せは、森永康夫ピアノリサイタル実行委員会☎090-7999-2575、スターピアくだまつ☎0833-41-6800）

●**「森永康夫ふるさとワークショップ」**
12月11日（金）19時～20時／2階展示ホール／参加料「ふるさとコンサート」チケット持参の方無料。ワークショップのみの方500円（※要事前申込、当日受付で現金のみの支払い）。



周南市学び・交流プラザ

（☎0834-63-1188）

●**「クリスマスまなびマルシェ」**
12月12日（土）10時～14時30分／入場無料／ステージショー、園児の絵の展示、体験コーナー、キッチンカー、スイーツ販売など。



周南市回天記念館

（問合せは、周南市文化スポーツ観光部文化振興課☎0834-22-8622）

●**「周南市回天記念館 特別展」**
～12月28日（月）8時30分～16時30分／休館日は水曜日※祝日の場合はその翌日／入館料大人310円、18歳以下の学生・幼児無料。



浜田市世界こども美術館

（☎0855-23-8451）

●**「たんけん!生きもの展」**
～2027年1月11日（月）9時30分～17時（入館は16時30分まで）／休館日は月曜日、12月29日（火）～1月2日（土）※ただし、1月11日（月・祝）は開館／観覧料一般600円、高校・大学生400円、小学・中学生200円。



ときわ湖水ホール

（問合せは、宇部市文化振興課彫刻係☎0836-34-8562）

●**「彫刻とことば」**
～2027年2月23日（火・祝）10時～16時／アートギャラリー／休館日は毎週火曜日、12月28日（月）～1月8日（金）※ただし2月23日（火・祝）開館／入場無料。



今年の体の歪みは今年のうちに!!

骨盤調整施術体験会

美姿勢になってスッキリ！



こんな方におすすめ！
☑姿勢の歪みが気になる方
☑健康的な体づくりを始めたい方
☑肩こりや腰痛でお悩みの方

会場 周南市民センター2F（周南市周陽2-8-2）
12/4(金)
12/5(土)
予約優先
両日共に10:00～17:00
骨盤調整(20分) 1,000円

施術体験会や無料説明会ご参加の方に 優待券プレゼント！

カイロプラクティックしっぽ
周南市大字上村237-1 ガルテン菊川101
☎090-5701-0172（中村加奈代）
32才で資格取得しました！
友達登録はこちら▶ LINE

室積商店会 ロゲイニング大会 参加者募集！
令和8年12月20日（日）



参加店舗に設置されたチェックポイントを探そう！



地図とコンパスを使って地域を散策するスポーツです。

集合場所 室積コミュニティセンター（光市室積1-6-1）
受付 9:00～10:00
競技説明 10:00
スタート 10:30
競技終了 13:30
参加料 1人500円（当日集金）
チーム 2～5名（ソロも可）
申込 当日参加も可／事前申込推奨
問合せ TEL：090-8999-0946（笹井）
FAX：0833-71-0065（小林）
大会要項は二次元コードから▶▶▶

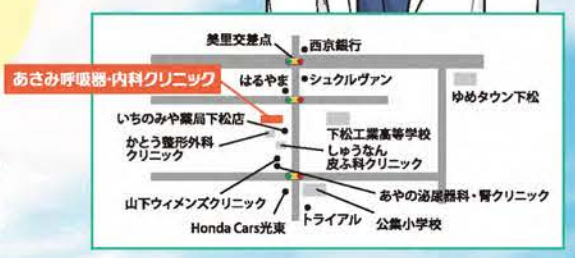
ASAMI RESPIROLOGY CLINIC
あさみ呼吸器・内科クリニック



2027年 5月 開院

院長 浅見 麻紀 Maki Asami





オープニングスタッフ募集!!

事務スタッフ 正社員

仕事内容／受付および事務全般
- クリニックの外来受付、会計事務、電子カルテ操作
- 診療報酬請求業務
- 電話対応、患者誘導、入金業務
- データ入力、提出など
- 各種書類作成、整理整頓、ファイリング
- 医療情報入力等など
- 院内外清掃等雑務

年齢 40歳以下 ※長期キャリア形成を図るため
給与 180,000円～240,000円 通勤手当：距離に応じて10,000円まで（月額）
時間 ［月火木金］9:00～18:00（9:00～13:00、14:30～18:00）［水土］9:00～13:00
休日 水土の午後、日、祝、お盆休み、年末年始
待遇 昇給あり、賞与あり、各種保険完備、車通勤可、駐車場完備

看護師（正・準） 正社員 パート

仕事内容／外来業務全般
- 問診、誘導、医師の診察補助、電子カルテ入力
- 検査説明、生活指導など
- 採血、注射、点滴、処置や検査の介助など
- バイタル測定
- 電話対応
- 必要書類作成
- 院内外清掃など雑務

資格 看護師免許または準看護師免許
年齢 40歳以下 ※長期キャリア形成を図るため
給与 正 200,000円～320,000円 通勤手当：距離に応じて15,000円まで（月額）
パ 時給1,300円～1,800円 通勤手当：距離に応じて15,000円まで（月額）
時間 ［月火木金］9:00～18:00（9:00～13:00、14:30～18:00）［水土］9:00～13:00
休日 水土の午後、日、祝、お盆休み、年末年始
待遇 正 昇給あり、賞与あり、各種保険完備、車通勤可、駐車場完備
パ 昇給あり、車通期可、駐車場完備

理学療法士 正社員

仕事内容／理学療法士業務全般
- 呼吸器疾患（COPD、喘息、間質性肺炎など）の患者さんに対する呼吸器リハビリテーション
- 呼吸機能や運動耐容性の評価
- 呼吸法・排痰法の指導
- 呼吸筋トレーニングや運動療法の実施
- 筋力トレーニング、歩行訓練、日常生活動作の指導
- 患者さん一人ひとりの状態に応じたリハビリテーションの計画の立案実施
- リハビリテーションに関する記録・書類作成
- 医師・看護師など多職種との連携

資格 理学療法士免許
年齢 40歳以下 ※長期キャリア形成を図るため
給与 220,000円～320,000円 通勤手当：距離に応じて15,000円まで（月額）
時間 ［月火木金］9:00～18:00（9:00～13:00、14:30～18:00）［水土］9:00～13:00
休日 水土の午後、日、祝、お盆休み、年末年始
待遇 昇給あり、賞与あり、各種保険完備、車通勤可、駐車場完備



応募／電話連絡の上、履歴書を右記まで郵送下さい
TEL080-7836-0779
書類送付先 有限会社HEAL2M（あさみ呼吸器・内科クリニック開設準備室）
〒751-0806 山口県下関市一の宮町4-1-5

平日も、「木」のショールーム 見学いただけます。

ご予約不要

無垢の木が持つ優しい風合いと、今後の暮らしを快適にする住まいのヒント。
「暮らしのアップデート」を実際の空間でご体感いただけます。
住まいのお困りごとやリフォームのご相談も無料で承っております。

見学可能時間　10：00 ～ 17：00　｜　定休日水曜日

SMART MODERN
シンプルスタイルシリーズ

1F



木目も、扉のデザインも、設備の組み合わせも。既製品に空間を合わせるのではなく、思い描いた暮らしに合わせてつくる、空間に自然と溶け込むみうらの家具調オーダーキッチン。



木の質感とすっきりとしたラインが印象的な、空間に広がりを演出する木製ガラスパーテーション。



木目を引き立てるシンプルな造作洗面台。収納等のバランスにこだわった、清潔感のある空間。



木のカウンターがアクセントとなる、落ち着いた手洗いスペース。コンパクトな空間にも個性を添えます。



見せる楽しみのある、洗練された収納を実現。使いやすさとインテリアの美しさを両立します。

rustic modern
カフェスタイルシリーズ

2F



明るい木目で統一された家具と、天井の木のアクセントが印象的な空間。オープンな間取りに木の温もりと軽やかな開放感が広がるダイニングキッチン。



深いブルーの壁面収納が、木を引き立てるリビング。アクセントカラーを効かせた、個性豊かな空間。



カウンターと洗面ボウルを組み合わせた、洗面台。オープン棚周りの木が空間を引き立てます。



木目の美しさを活かしたキャビネットに、ガラスをプラス。収納とインテリアとしてを兼ね備えた空間です。



木製のブラインドや小物のディスプレイも調和する落ち着いたワークスペース。

今がチャンス！ 暮らしのアップデート！ご提案メニュー

『今の住まいを見直し、10年、20年先も快適に。』

ライフスタイルに合わせて、住まいも少しずつアップデートしませんか？
小さな改善から、間取りやデザインを一新するリノベーションまで、お客様の暮らしに寄り添ったご提案をいたします。ぜひお気軽にご相談ください！

— 自然素材 —
無垢床・木製建具・家具



木の温もりを暮らしに

— 間取り —
LDK 拡張・和室活用・収納



家族が集まる心地よい空間

— 動 線 —
キッチン・洗濯・収納・物干し



毎日の家事をもっとラクに

— 断 熱 —
内窓・断熱玄関・浴室



冬暖かく、夏涼しい住まい

— 省エネ —
高効率給湯・節水・LED 等



光熱費を抑え、環境に優しく

— 家 具 —
ソファ・テーブル・カーテン



暮らしの完成度を上げる

株式会社 みうら 住宅事業部 リファインしゅうなん

〒746-0022 周南市野村３丁目 24-1　URL https://miura-shunan.reform-c.jp/　店休日 水曜日　営業時間 10：00 ~ 17：00

暮らし体感型２階建ショールームをご見学いただけます！　0120-00-3356

ご予約先　0120-00-3356

ご不明点等ございましたら、上記の電話番号よりお問い合わせをお願いいたします。ショールーム・工場見学をご希望の方は、事前予約のご協力をお願いいたします。



記事・広告など掲載に関するお問い合せは
発行 ㊐ 訳日本ABC協会正会員
株式会社 毎日メディアサービス山口
サンデー事業部周南支社　〒745-0861 周南市新地3-1-45
☎ 0834-27-5506
FAX 0834-27-5507
https://sunday-ns.co.jp/
shunan@sunday-ns.co.jp

配布に関するお問い合せは
株式会社 毎日メディアサービス山口
ポスティング事業部
0120-324-355

サンデー周南における個人情報について

サンデー周南では、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にのみに使用し、第三者へ提供することはありません。

山口・北九州・福岡のSUNDAYネットワーク
毎週 830,000部発行
水・木・金曜日配布