**大村**のいろんな事が満載で
たくさんの子どもたちの笑顔に出会えるフリーマガジン！

無料 take free

2016 10 Vol.91

# Cable＋

ケーブル・プラス

放送案内ガイド

## 「いきいき大村マイタウン」放送スケジュール

まちのわだい・いんふぉめーしょんMAP～テイクアウトして行楽のお供に♪～
子育てママの奮闘記・イベントカレンダー・楽習ひろば・お誕生日おめでとう

**Cable＋の記事が動画で！**

パンダマークのある画像にスマホやタブレットをかざすと動画が再生されます！

➡ 詳しくは P5へ！

| | | | |
|---|---|---|---|
| 地デジ11（111ch） | おおむらch11 | 112 ch | お買い物・お天気チャンネル |
| 地デジ12（121ch） | おおむらch12 | 122 ch | ボートチャンネル |

# 11ch

## 大村の情報を毎日お届け！
# いきいき大村マイタウン

月曜～金曜 初回放送 19：00 再放送 20:00、22:00、24:00 翌7:00、10:00、12:00、16:00

写真が動き出す！

詳しくはP5へ！

## 10月のみどころ

### 陶器づくりにおじゃまタコ！

社会福祉法人三彩の里の「陶芸課」では訓練として障害を持った人たちが器作りを行っています。軽くて薄い新シリーズの器がどうやって作られているのか、その工程を追いかけます。

放送日 10月4日(火) 11

### コラボ企画 ～テイクアウトして行楽のお供に♪～

ケーブル+10月号とのコラボ企画！MAPページで紹介しているお店からいくつかピックアップして、いきいき大村マイタウン内でさらに詳しくお伝えします！お出かけの季節に役立つ、おいしい情報満載♪

放送日 10月5日(水)ほか毎週水曜日 11

### 大村市消防団全国へ

2年に1度、県消防学校で開催される消防ポンプ操法大会で今年初優勝を飾り、長野県で開催される全国大会に進んだ大村市消防団選抜チーム。全国大会でも活躍が期待されますが、果たして結果は!?全国大会におおむらケーブルテレビのカメラが潜入しました！

放送日 10月25日(火) 11

## 楽習ひろば

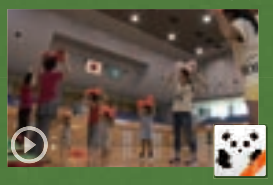
10月のラインナップ
- リフレッシュ３Ｂ体操
- アロハなひととき ～ハワイアンフラ～
- LET'S SPEAK ENGLISH（再放送）
- 大村弁講座（再放送）

| 放送時間 | |
|---|---|
| 月～土 11 | 6：30、10:30、12:30、19:30、20:30、22:30 |

### みんなトライ！リフレッシュ３Ｂ体操

月・水・金曜日 19:30～ ほか

下久原公民館と宮小寺2丁目公民館で講師を務める日本３Ｂ体操協会指導士の中村千春先生にしっかりとした健康効果を実感できる体操を教えて頂きます。テレビを見ながら動きを真似することで誰でも無理なく、楽しみながら行えます。さぁあなたもLet's リフレッシュ！



### アロハなひととき ～ハワイアンフラ～

火・木・土曜日 19:30～ ほか

ハワイアンフラ教室 フラルミマハロ長崎のAi先生を講師にフラダンスの楽しさを伝える番組です。フラ初心者でも大丈夫♪基礎の動きからしっかりレクチャー♪またフラの豆知識やハワイアン音楽の魅力にも触れますよ。疲れている現代人のみなさ～ん。ゆったりリラックスしてアロハなひとときはいかが?

## 企画番組

| 放送時間 | |
|---|---|
| 月～土 11 | 7：30、13:00、18:00、21:00 |

10月のみどころ

BUKATSU道

部活にかける若者達の青春を追う部活応援番組。今月は2つの部を紹介！

### 大村高校 放送部

2年生10人1年生1人で活動している大村高校放送部。9月は体育祭、そして文化祭の舞台業務と大忙し。
また現在は、10月に開催される九州高校放送コンテスト県央地区大会に向け日々練習に励んでいます。

放送日 10月17日(月)～22日(土)

### 大村工業高校 ラグビー部

中地区新人戦では優勝、県新人戦では3位入賞と好成績を残している大村工業高校ラグビー部。
10月からは予選が行われる全国高等学校ラグビーフットボール大会、通称『花園』を目指し頑張っている部員達を紹介します！

放送日 10月24日(月)～29日(土)

## なつかしのマイタウン

過去のお宝映像を大放出！

| 放送時間 | | |
|---|---|---|
| | 23:00(月～土) | 11 |
| | 14:30(月～日) | 12 |

10月の主な放送番組

平成 10 年放送
中央小学校創立 50 周年記念、大村まつり、市内小学校・中学校音楽会、大村市老人福祉大会、さくら荘 年忘れ演芸大会　ほか

# 地上デジタル 11ch 放送スケジュール

おおむらch11

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6:30 | 巣迎ひろば ＊内容は週替わりで４回シリーズ | | | | | | ウェザーチャンネル |
| 7:00 | コミチャンかわら版 | いきいき大村マイタウン（再放送） | | | | | |
| 7:30 | 企画番組 | | | | | | |
| 8:30 | 前の週に放送したイベント番組 | | | | | | ウェザー |
| 9:00 | | | | | | | まとめて楽習 |
| 10:00 | コミチャンかわら版 | いきいき大村マイタウン（再放送） | | | | | まとめていきいき |
| 10:30 | 巣迎ひろば | | | | | | |
| 11:00 | 全国ケーブルテレビ便り ＊全国のケーブルテレビ局が制作した番組を放送。 | | | | | | |
| 12:00 | コミチャンかわら版 | いきいき大村マイタウン（再放送） | | | | | |
| 12:30 | 巣迎ひろば | | | | | | ウェザー |
| 13:00 | 企画番組 | | | | | | |
| 14:00 | 前の週に放送したイベント番組 | | | | | | リクエストアワー |
| 15:30 | ウェザーチャンネル | | | | | | |
| 16:00 | コミチャンかわら版 | いきいき大村マイタウン（再放送） | | | | | まとめて楽習 |
| 16:30 | サイエンスチャンネル | | | | | | |
| 17:00 | ケーブルワイド なんでんカフェ ＊長崎ケーブルメディア制作 | | | | | ヒストリーチャンネル | まとめていきいき |
| 18:00 | 企画番組 | | | | | | |
| 19:00 | いきいき大村マイタウン 初回放送・日替わり | | | | | いきいき大村マイタウン 月曜日放送分 | |
| 19:30 | 巣迎ひろば | | | | | | ウェザー |
| 20:00 | いきいき大村マイタウン（再放送） | | | | | いきいき火曜日 | ヒストリーチャンネル |
| 20:30 | 巣迎ひろば | | | | | | |
| 21:00 | 企画番組 | | | | | | |
| 22:00 | いきいき大村マイタウン（再放送） | | | | | いきいき水曜日 | まとめていきいき |
| 22:30 | 巣迎ひろば | | | | | | |
| 23:00 | なつかしのマイタウン | | | | | | |
| 0:00 | いきいき大村マイタウン（再放送） | | | | | いきいき木曜日 | |
| 0:30 | かわら版 | ウェザーチャンネル | | | | いきいき金曜日 | ウェザー |
| 1:00 | shop チャンネル | | | | | | |
| 6:00 | ウェザーチャンネル | | | | | | |
| 6:30 | | | | | | | |

# ネットワーク中継のお知らせ

## ▶ 放送チャンネル 地上デジタル12ch

※放送時間は変更になる場合がございますのでご了承ください。

### ◆ 長崎くんち くんちの夕べ

《長崎市公会堂前広場からの最後の中継になります》

**10月7日(金)** 17:00～20:00(予定)

### ◆「若宮稲荷神社」 竹ン芸

《長崎市若宮稲荷神社の秋のお祭り》

**10月14日(金)** 20:00～20:30(予定)

### ◆ YOSAKOI させぼ祭り2016

《ファイナルに出場した上位20チームによるクライマックス》

**10月23日(日)** 16:30～20:00(予定)

### ◆ 第47回全国高等学校選抜優勝大会長崎県予選（ウインターカップ）

男子・女子決勝戦

**10月24日(月)** 13:00～(予定)

# 地上デジタル 12ch 放送スケジュール

おおむらch12

| | 月～土 | 日 | |
|---|---|---|---|
| 6:30 | ウェザーチャンネル | | 6:30 |
| 7:00 | イベント番組 | イベント 月～水 | 7:00 |
| 8:30 | shop チャンネル | | 8:30 |
| 10:00 | 多チャンネル紹介 | | 10:00 |
| 10:30 | サイエンスチャンネル | | 10:30 |
| 11:00 | shop チャンネル | | 11:00 |
| 13:00 | イベント番組 | イベント 木～土 | 13:00 |
| 14:30 | なつかしのマイタウン | | 14:30 |
| 15:30 | shop チャンネル | | 15:30 |
| 17:00 | 全国ケーブルテレビ便り | | 17:00 |
| 18:00 | 多チャンネル紹介 | | 18:00 |
| 18:30 | サイエンスチャンネル | | 18:30 |
| 19:00 | イベント番組 | イベント 月～水 | 19:00 |
| 20:30 | サイエンスチャンネル | | 20:30 |
| 21:00 | イベント番組 | イベント 木～土 | 21:00 |
| 22:30 | shop チャンネル | | 22:30 |
| 1:00 | ウェザーチャンネル | | 1:00 |
| 6:30 | | | 6:30 |

# 12ch 市民が活躍するイベントもたっぷり放送！

## 10月のおすすめ番組

放送時間 7:00、13:00、19:00、21:00

### 吹奏楽部定期演奏会

玖島中学校が2日(日)、大村中学校が9日(日)、郡中学校が10日(月・祝)と、3校の定期演奏会がさくらホールで行われます。集大成ともいえる定期演奏会をたっぷりとお送りします。

| 放送日 | 12 |
|---|---|
| 玖島中 | 10月10日(月)～12日(水) |
| 大村中 | 10月17日(月)～19日(水) |
| 郡中 | 10月20日(木)～22日(土) |

### ねんりんピック長崎2016

「ねんりんピック」の愛称で親しまれている「全国健康福祉祭」は60歳以上の高齢者を中心とした健康と福祉の祭典。大村市でも10月16日(日)と17日(月)に3種目が開催され、熱い戦いに注目です！

**大村市開催種目**

- ■卓球(シーハットおおむら)
- ■ラグビーフットボール（古賀島スポーツ広場・放虎原ラグビー場）
- ■ボウリング(大村Jボウル)

放送日 10月24日(月)～26日(水) 12

### 第9回 鈴田ふれあい祭り

10月23日(日)鈴田小学校グラウンドで開催される鈴田ふれあい祭り。今年も太鼓の演奏やヨサコイダンス、小川内町と岩松町による出し物など様々なステージで賑わいます。

放送日 10月27日(木)～29日(土) 12

放送内容を場合によって変更することがあります。
詳しい番組スケジュールはホームページまたは電子番組表（EPG）をご覧ください！

情報・番組に関するお問い合せは ➡ TEL:0957-51-0753 制作部直通

新規ご加入に関するお問い合せは ➡ TEL:0120-54-3811 オクトパルス
（携帯電話・PHSからは 0957-54-3811）

COCOAR2

アプリをおとして
かざすだけ。
感動、体験、AR。

## Step①

**アプリ（無料）をインストール**

GooglePlay、App Store から
COCOAR2 のアプリをインストール！

App Store
Google Play

こちらのQRコードからも
インストールできます。▶

## Step②

**パンダマークのついた写真をアプリでスキャン**

アプリを立ち上げてパンダマークのついた画像にスマホをかざすと、アプリが画像を認識し、動画が再生されます。

◀目印

写真が
動き出す！

有効期限▶2016月10月31日迄

# まとめておトク！キャンペーン

実施期間
8/1月
▼
10/31月

いま、おおむらケーブルテレビで、
テレビ　ネット　電話
2つ以上の同時ご加入をすると…

おおむら商品券
5000円分 プレゼント！

加入するなら
今がお得！

## テレビ／ネット／電話 2つ以上の同時加入について

さらに！

工事料　通常16,200円 or 10,800 円を…
**10,000円引！**

利用料　最大**2ヶ月無料**
●ケーブルテレビ ▶ デジタルプラン or ライトプランからお選びいただけます。
●ケーブルインターネット ▶ 5つのプランからお選びいただけます。
オプション※1もお得！！

2ヶ月間
TV見放題！
ネット使い放題！

## テレビ ／ ネットの新規・追加加入について

工事料
新規　通常16,200円 or 10,800 円を
**5,000円引！**
追加　通常8,100 円を
**5,000円引！**

ケーブルプラス
電話で
さらにお得！

利用料　最大**2ヶ月無料**
●ケーブルテレビ ▶ デジタルプラン or ライトプランからお選びいただけます。
●ケーブルインターネット ▶ 5つのプランからお選びいただけます。
オプション※1もお得！！

※1 オプションもお得！

Panasonic STB
オプション利用料（通常 648 円／月）

無線LAN内蔵モデム
オプション利用料（通常 216 円／月）

最大3ヶ月無料！
（3ヶ月目に通常機器への交換が無料です。）

※上記キャンペーンは、期間中にご契約・取付が完了され、2年間継続してご利用をお約束できる方が対象となります。
※他のキャンペーンとの併用はできません。ご了承ください。

# 10月のおすすめ番組！

いろんな専門チャンネルを楽しんでね!!

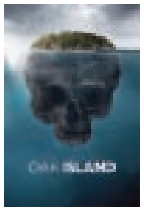
## ヒストリーチャンネル 日本・世界の歴史&エンタメ　255ch

HD HISTORY

日本初放送
**『呪われた島 オーク・アイランドと財宝の謎　シーズン3』**

**放送日:**10月10日（月）～14日（金）22:00～23:00（12～14は、～26:00）
**再放送:**10月15日（土）16日（日）8:00～14:00（16は、～15:00）他

島の地下に、何が埋まっているのか。この秘密の解明に執念を燃やすマーティが、発掘作業に挑む。
伝説によれば、財宝が見つかる前、7人目の犠牲者が出ると言われている。話題作の新シーズンが遂に登場！60分×全13話



©2016 A&E Television Networks. All rights reserved.

### エイリアン・ウィーク2016

日本初放送　先行プレミア放送!
**『古代の宇宙人 シーズン9』**　五夜連続放送!
**放送日:**10月17日（月）～21日（金）23:00～24:00
**再放送:**10月24日（月）～28日（金）19:00～20:00他

恐竜時代や古代エジプト時代、そして現代のアメリカ西部砂漠地帯の上空に至るまで、この7,500年間、地球上で目撃された最も信憑性ある宇宙人情報を検証してゆく。
洞窟壁画に見られる奇妙な生き物の絵、エジプトのピラミッドの中で発見された正体不明の生物の残骸から作られたアルファベットを象ったような物体、後を絶たないアメリカでの目撃情報など…。
これらは検証する膨大なストーリーのほんの一部である。ついに、シーズン9が登場

©2016 A&E Television Networks. All rights reserved.

日本初放送
**『地球外からの侵略に備えろ』**
**放送日:**10月22日（土）24:00～26:00
**再放送:**10月29日（土）16:00～18:00

この地球上には、私たちの生活を支える複雑なインフラが創り上げられているが、これらは様々な攻撃に対して非常に脆弱でもある。その危険は、人的なものもあるが地球外からもたらされる可能性もある。科学者や政府高官、軍関係者は、地球上の豊富な資源、通信網、食料や水資源、武器、そして人類の体内もが攻撃の標的になり得ることを指摘する。
我々は、簡単に外的から支配を受けられる状態にあるのではないだろうか？ もしもこの宇宙に我々以外の知的生命体が存在するのであれば、彼らによる侵略は有り得るのか？
その場合、我々人類は協力して戦えるのか、それとも…？

©2016 A&E Television Networks. All rights reserved.

韓流ドラマ・KPOP、オリジナル番組、
海外・国内の人気ドラマ、バラエティを厳選!

女性チャンネル♪

## 女性チャンネル♪ LaLa TV（HD） 235ch

**映画『ブリジット・ジョーンズの日記 ダメな私の最後のモテ期』公開記念!**
**10/1（土）13:30～2作品連続放送!**

### ♥映画『ブリジット・ジョーンズの日記』（2001年）

日本を含む世界各国でベストセラーとなったヘレン・フィールディングの同名小説を映画化した爽やかコメディ。ブリジット・ジョーンズは出版社勤務のOLで32歳、独身。彼女は新年にあたってひとつの決意をする。「日記をつけ、タバコとお酒を控えめにし、体重を減らして、恋人を見つける!」そして、「ハンサムな上司ダニエルには気をつける」――はたして彼女の誓いは無事達成されるのか?

© 2001 Universal Studios, Studio Canal and Miramax Film Corp. All Rights Reserved.

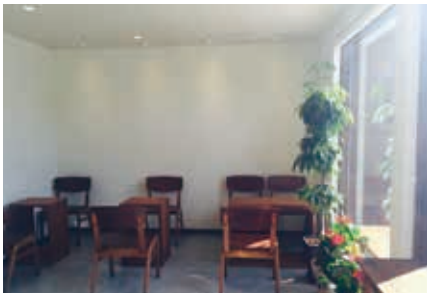
### ♥映画『ブリジット・ジョーンズの日記 きれそうなわたしの12か月』（2004年）

多くの女性の共感を得た『ブリジット・ジョーンズの日記』の第2弾。前作で素敵な恋人を得たブリジットが、七転八倒しながら恋のゴールを目指す姿がコミカルに描かれている。
主要キャストはレニー・ゼルウィガー、コリン・ファース、ヒュー・グラントらが続投で、監督は『輝きの海』のビーバン・キドロン監督。
前作以上にぽっちゃりしたレニーの変身ぶりにも注目。

© 2004 Universal Studios - All Rights Reserved

# まちのわだい

編集部に届いたハガキをもとに、
早速行ってきました!!



▲太陽の光が差し込む、落ち着いた店内

▲カプチーノ　¥450（税込）

▲店長の近藤さん

皆さまのご来店
お待ちしています♪

三城町の
しょうこママさんより

坂口町にオシャレっぽいとこあります!
カフェ？でしょうか？

## コーヒー豆は現地へ買い付けから行うという、こだわりのコーヒー店

8月8日にオープンした、見た目もおしゃれなお店です♪
このお店の一番の特徴は、何と言っても、コーヒー豆の買い付けをスタッフ自ら行うというもの!
今年の3月には、中米のニカラグアとエルサルバドルへ赴き、コーヒー農園でコーヒー豆の品質を確かめて、約15種類ほどのコーヒー豆を仕入れています!そのコーヒー豆は毎朝焙煎され、店内で飲むことも、もちろん購入することもできます。さらにコーヒー豆を買うと、ドリンクがどれでも1杯100円で飲めるという、うれしいサービスも♪
店長の近藤さんは、「気軽にコーヒーに親しんでもらえる、大村に根付いたお店にできたら」と笑顔で話します。

### INFORMATION

**KARIOMONS COFFEE OMURA**
（カリオモンズコーヒー オオムラ）

- 大村市坂口町520-2
- 0957-42-3140
- 10:30～18:00
- 火曜日

西大村の
とるさんより

サンスパの中にあるメロンパン屋？
ラスク屋さん？が気になっています。。

## サンスパおおむらのあま～いにおいの正体は、サクサク食感のメロンパン!

抹茶や焼きチーズなどめずらしい味のメロンパンが10種類近くあります。
なるべく焼き立てをお客様に味わってほしいと、売り切れたらすぐに焼くようにしているため、1種類3～5個しか置いていませんが、数がほしい方は電話で予約ができます。
1番人気の「セレブ達のメロンパン」（230円）はバターの香りがよく一度食べたらとりこになってしまいます。
メロンパン以外にも調理パンやラスクもあります。
甘いものが大好きな方はボリューム満点の「アイス・サンド・メロンパン」を食べてみてください。女性へのお土産に買っていく男性も多いそうです。

▲アイス・サンド・メロンパン（500円）（税込）

▲右「抹茶メロンパン」左「セレブ達のメロンパン」
奥「チョコスティッククロワッサン」

### INFORMATION

**Fleur～フルール**
（サンスパおおむら施設内）

- 大村市森園町663-3
- 080-7077-5882
- 12:00～23:00頃まで
- 不定休

▲移動販売もしています。

かわいい
番犬が
お出迎え

## 〝やっぱりお願いしたい〟と言われるために

「初めて任されたお客様のことが今でも忘れられない」そう話すのは、馬場住宅営業の馬場さん。経験の浅い中で任されたのは、家を建てるのは2回目というお客様だった。お客様の気持ちに応えたい―そんな想いで必死に取り組んだ家づくり。完成したときに頂いたお客様の満足の言葉は本当に嬉しかったという。できる限り現場で打ち合わせを行い、施主と自社大工が直接コミュニケーションをとるようにするのが〝現場主義〟を掲げる馬場住宅流。施主の願いと現場の意見を細かいところまですり合わせているからこそ満足度が高いのだ。検討しているときからいろんな建物を見てほしいと伝えている。そして比較検討したうえで「『やっぱり』馬場住宅にお願いしたい」と言われたい。そう思いながら今日も馬場住宅は努力を惜しまない。

馬場住宅　企画・営業
馬場　昭一さん

住む人の立場で考える
馬場住宅株式会社
ご相談・お問い合わせは
☎0957-54-3324
長崎県大村市中里町 418-14（鈴田峠国道横）
建築施工例物件など
ホームページ更新中！
馬場住宅　検索
（公社）長崎県宅地建物取引業協会会員長崎県知事免許⑥2654号　長崎県知事許可（般24号）第5791号　（一社）九州不動産公正取引協議会加盟

## きのからあげ　490円(税抜)
ミックス もも肉・むね肉) 6個

第7回からあげグランプリで見事金賞を受賞したちきちきのからあげは絶品♪
味はにんにく風味としょうが風味、お肉は肉汁たっぷりのもも肉とジューシーなむね肉から選ぶことができます。悩んだらもも肉もむね肉も味わえる金の肉汁ミックスがオススメ!

げ ちきちき
03
0513
:00
祝祭日の場合は火曜日)

## B マンゴーチーズのクレープ　500円(税込)
[ハーフサイズ　280円]

もっちもちのクレープ生地に「マスカルポーネチーズ」を配合した濃厚な味わいのチーズクリームと熱帯果実の王女と称される「マンゴー」をトッピング!
女性はもちろん、男性や子どもにも人気があるクレープで、食べ応えがあるおススメの一品です♪

ちょいcafe Reco
住 本町328−1 大市通り市場内
電 080−5403−4752
営 10:00〜18:30
休 日曜日

## A いなほ焼き　100円(税込)
(チーズ入りは10円UP)

たこ焼きみたいなお好み焼きみたいな大村生まれのファストフード♪
生地は外はフンワリ、内はトロリとした不思議な食感です。
こだわり生地とオリジナルのソース&マヨネーズが味の決め手☆

いなほ焼き 大村公園店
住 玖島1−45−3
電 0957−53−5555
営 9:00〜18:00
休 無休

スマホをかざして
チェック！
(詳しくはP5へ)

## C サンドイッチ　450円(税込)

牛肉のパストラミ、ハニーマスタードチキンや鴨のローストといったおしゃれでおいしいサンドイッチを召し上がれ!7種類の具材と5種類の手作りソースから好きな組み合わせが選べます。トルティーヤに巻いたラップサンド(300円)なら更にお手軽です!

TRICO CAFE(トリコ カフェ)
住 東本町104−4
電 0957−56−8413
営 10:00〜20:00
日曜日は19:30まで
休 第2・4火曜日

まちのわだい



Fleur〜フルール
(サンスパおおむら施設内)
住 森園町663−3
☎ 080−7077−5882
営 12:00〜23:00頃
休 不定休

1

2

障害福祉サービス事業所 大村さくらの家
大村市木場 1-1106-12　TEL/FAX54-8422
http://oomurashi-sakuranoie.jp/

5

たかはま化粧品店
住 大村市古町1丁目534-8　☎ 0957-52-3283
営 10:00〜18:00　休 毎週水曜日

3

ワイモバイル大村
大村市松並 2-894　TEL 070-6459-2116


注意！

スマフォ非対応のホームページをお持ちの方
検索順位が下がっています。

詳しくは弊社ホームページを御覧ください。
逆に言えばチャンスかもしれません。
ロキデータ

LOKI DATA.
Tel:0957-51-6806
大村市本町 439-5 203

Windows10ノートが19800円〜!!

合言葉「ケーブルTV」で修理見積もり500円!!

パソコンのicon URL　PCmega　販売 修理 買取
http://www.pcmega.com
[Pcmega]で検索　Pcmega　検索
10:00〜19:00　火曜定休日
竹松本町セブンイレブン様隣
☎47-9464
クレジットカードでもお支払いできます。

# わがまち大村 いんふぉめーしょんMAP

## ～テイクアウトして行楽のお供に♪～

KARIOMONS COFFEE OMURA
(カリオモンズ コーヒー オオムラ)
住 坂口町520-2
電 0957-42-3140
営 10:30～18:00
休 火曜日

### E ミックスサンドセットB 310円(税込)



コールスローサンド、ブラックペッパーハムサンド、ハムレタストマトサンドが一度に楽しめるセット!
材料にはオーガニックマヨネーズを使うなど、こだわり満載のサンドウィッチです♪
他にも、フルーツサンドなどのスイーツサンドもあり、女性に大人気です!

サンドウィッチ専門店 FLAFF(フラッフ)
住 東三城町62
電 0957-56-8262
営 7:00～売り切れ次第
休 火曜日



### D ちきち(金の肉汁ミ



金の肉汁からあ
住 水主町2-70
電 0957-51-
営 11:00～19:
休 月曜日
(※月曜日が祝

### G 野岳バーガー 350円(税込)

レタスにたっぷりのオニオンとトマト、そして手作りのパティはとってもジューシー!
秋の行楽シーズン、野岳の自然を満喫しながら自慢の手作りバーガーをご賞味あれ!
また敷地内にある『古布ギャラリー春菜』には、貴重な古布も飾られているので、こちらにもお立寄りを!

レストハウス春菜
住 東野岳町1163-2
電 0957-28-8662
営 10:00～17:00
休 水曜日

### F Dバーガー 500円(税抜)

トマトベースの根菜、きのこ、ひじきなどが入ったソースをはじめ、体にやさしい材料から作られた美味しいバーガーは、授乳中のお母さんも安心して食べられます。店内は、テラス、イス席、フローリングとシーンに合わせて選べるくつろげる空間が広がっています。

Dcafe (出口小児科横)
住 諏訪3丁目73-2
電 090-4355-2252
営 11:00～18:00
(木・土 15:00まで)
休 日曜日・祝日

肩痛・腰痛・膝痛など
痛みのご相談は当院へ!
各種保険を使用できます。 交通事故治療

桜整骨院
大村市玖島2丁目355-13
☎53-2140
受付時間 月～土 8:00～19:00 日・祝日／休院

“馬場住宅の家づくり”のこだわり
●手仕事にこだわる ●現場にこだわる
●木にこだわる ●素材にこだわる

(公社)長崎県宅地建物取引業協会会員
長崎県知事免許⑥2654号
長崎県知事許可(般24号)第5791号
(一社)九州不動産公正取引協議会加盟

住む人の立場で考える
馬場住宅株式会社
☎0957-54-3324
長崎県大村市中里町 418-14 (鈴田峠国道横)
ホームページ更新中 馬場住宅 検索

シリーズ連載 VOL.90

# 子育てママの奮闘記 － 子どもとわたし －

投稿 ／ HISAKODA さん

## お便りお寄せください。

このコーナーは、「子育て」に奮闘するお母さん・お父さんのためのフリースペースです。育児にまつわる体験談、先輩ママから後輩ママへ応援メッセージ、これからママになる方からの質問など、編集部までＦＡＸかメールでお寄せ下さい。

## ドクターリコに聞いてみよう！

第43回

### これって脂肪のかたまり？

顔や背中などにできる、ころっとした丸いかたまり。真ん中に毛穴が凹んだおへそが見えて、指でぎゅっと押すと、おへそからにゅるっと臭いモノが出てくる…。そんな「できもの」できていませんか？「これって脂肪のかたまりですか？」と言われる方が多いですが、実はこれ、「アカのかたまり」なんです。きちんと洗って清潔にしていても、小さな毛穴が詰まってしまうことがあります。皮膚表面からでるアカや皮脂が、詰まった毛穴に毎日毎日少しずつたまっていくと…「粉瘤（ふんりゅう）」というかたまりになります。粉瘤自体は悪いモノではありませんが、ばい菌が入ってしまうと腫れて膿がでて痛くて、と、大変苦労しますので、そうなる前に早めの切除をお勧めします。

北村理子
クリニック
皮ふ形成外科

大村市久原2丁目902-1（エレナ久原店様お隣）
TEL0957-47-5515　　http://kitamurariko.com/

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | 土 | 市民文化祭 市民いけばな展（10：00～17：00　市コミセン）10/2迄<br>証明書コンビニ交付サービス開始式（10：30～　セブンイレブン大村東三城町店）<br>空の日フェスタ in NAGASAKI・長崎空港花文字山誕生祭（10：00～15：00　長崎空港）取材予定 | |
| 2 | 日 | 市民文化祭 市民茶会（10：00～15：00　市コミセン）取材予定<br>第26回大村市立玖島中学校吹奏楽部定期演奏会（14：00～　さくらホール）取材予定<br>おおむらスマホサミット（13：00～17：00　郡コミセン）取材予定 | 当番医日 くすもと内科クリニック ☎20-8585<br>レディースクリニックしげまつ ☎54-9200<br>本川歯科医院 ☎54-1682 |
| 3 | 月 | | |
| 4 | 火 | | |
| 5 | 水 | 海フェスタ大村湾「さかなクン」トークショー（18：00～19：00　さくらホール） | |
| 6 | 木 | 大村城下町灯籠まつり～秋の夜長の武家屋敷～（17：30～20：30　旧楠本正隆屋敷）10/8迄<br>第29回ちびっ子防火大会（9：30～11：30　大村消防署）取材予定 | |
| 7 | 金 | 金曜日だよ♪としょかんミニミニ★コンサート（17：55～　図書館）毎週金曜開催 | |
| 8 | 土 | おはなしの会（絵本とかみしばい）（10：30～　図書館）<br>夕暮れさるく（17：00～18：30　武家屋敷通り、旧楠本正隆屋敷ほか）取材予定<br>こころのふれあいフェスティバル2016（10：30～14：00　シーハットおおむら）取材予定 | |
| 9 | 日 | 大村市民スポーツ大会（開会式9：00～ ※ゲートボールは8：30～　開会式：シーハットメインアリーナ ※ゲートボールは浄水管理センター）<br>第24回大村中学校吹奏楽部定期演奏会（14：00～　さくらホール）取材予定<br>第10回富っ子まつり（9：00～15：30　富の原小学校） | 当番医日 高島脳神経内科 ☎48-7777<br>伊崎脳神経外科・内科 ☎54-4230<br>もりもと歯科医院 ☎50-1091 |
| 10 | 月 | 第7回全国ねんりんピックバドミントン交流大会（シーハットおおむら）10/11迄<br>第26回大村市立郡中学校吹奏楽部定期演奏会（14：00～　さくらホール）取材予定 | 当番医日 ちくばクリニック ☎56-9887<br>神田クリニック ☎48-5648<br>裕田歯科診療所 ☎54-3138 |
| 11 | 火 | | |
| 12 | 水 | 親子で遊ぼう！おはなしの会（10：30～　図書館） | |
| 13 | 木 | | |
| 14 | 金 | | |
| 15 | 土 | おはなしの会（絵本とかみしばい）（10：30～　図書館）<br>ねんりんピック長崎2016大村市合同開始式（17：00～　シーハットおおむら）取材予定<br>コレモでストリートライブvol.4（13：00～　コレモおおむら） | |

キリトリ線

キリトリ線で切り取って、冷蔵庫などに貼ってスケジュールを書き込んだりしてご自由にお使い下さい。

| | | | |
|---|---|---|---|
| 16 | 日 | イクメンパパのおはなし会（10：30～　図書館）<br>ねんりんピック長崎2016（卓球 シーハットおおむら）（ボウリング 大村Jボール）（ラグビーフットボール 放虎原ラグビー場 古賀島スポーツ広場）<br>氷川神社おくんち（氷川神社） | 取材予定 10/17迄 取材予定<br>当番医日 田崎医院 ☎53-1234<br>わたなべ耳鼻咽喉科医院 ☎52-2003<br>祐田ひとし歯科 ☎52-7177 |
| 17 | 月 | 富松神社おくんち（富松神社）<br>市民文化祭 謡曲秋季大会（10：30～15：00　郡地区公民館） | 取材予定 |
| 18 | 火 | | |
| 19 | 水 | 親子で"英語のえほん"をたのしもう！（10：30～　プラザおおむら） | |
| 20 | 木 | 大村工業高校プロデュース講演会（19：00～　さくらホール） | |
| 21 | 金 | | |
| 22 | 土 | もりぞの花フェス（10：00～16：00　森園公園）<br>仙波杯スポーツフェスタ（10：00～　シーハットおおむら） | 10/23迄 取材予定 |
| 23 | 日 | 第9回みうら勘作まつり（9：00～17：00　三浦かんさく会館）<br>第9回鈴田ふれあい祭り（9：00～15：00　鈴田小学校）<br>竹松おくんち祭（昊天宮） | 当番医日 ありやま小児科 ☎49-6410<br>野田耳鼻咽喉科 ☎28-8733<br>吉田歯科医院 ☎54-5070<br>取材予定 |
| 24 | 月 | | |
| 25 | 火 | おひざにだっこ＊おはなし会（10：30～　図書館） | |
| 26 | 水 | | |
| 27 | 木 | 大村商工会議所創立70周年記念講演会（16：15～　さくらホール） | 取材予定 |
| 28 | 金 | 平成28年度長崎県戦没者追悼式（10：30～　シーハットおおむら） | |
| 29 | 土 | ハロウィン・パーティー コンサート&仮装パレード（13：00～　コレモおおむら） | 取材予定 |
| 30 | 日 | 孫育て講演会（10：30～12：00　プラザおおむら）<br>市民文化祭 舞台芸術祭（12：30～16：30　さくらホール）<br>第34回三城小学校健全協 町内家族大運動会（9：00～　三城小学校） | 当番医日 小松内科 ☎48-6000<br>山田整形外科スポーツクリニック ☎56-8000<br>赤司歯科医院 ☎53-6728<br>取材予定 |
| 31 | 月 | | |

**入場無料**

## 第17回 薬と健康県民セミナー

日時 10月30日（日） 10:30～13:00　場所 長崎医療センター 地域医療研修センター

**肥満を解消し健康寿命を10年延ばそう！**
～今日からはじめるロカボと筋トレのすすめ～
講師 みやしたリウマチ・内科クリニック 宮下 賜一郎院長

**私の街のMY薬剤師**
～かかりつけ薬剤師がお渡しするのは薬と"安心"です～
講師 大村東彼薬剤師会 理事 河村 綾子先生

タコチューエイトの！

## コレモ通信！

title 「コレモおおむら」紹介いたします。

みなさんこんにちは！この頃涼しくなり秋に近づいているのを感じています。季節の変わり目なので十分体調管理には気を付けてくださいね。今回ケーブルテレビのアンテナショップもある「コレモおおむら」を紹介するよ！！どんな所か簡単に説明します。ぜひ近くに来た方々は寄ってくださいね

### Q.コレモおおむらとは？

家電、ケーブルテレビ、パン、食料品、御菓子、文具、お食事処、カフェなど様々なお買いものを楽しめるショッピングセンターです。

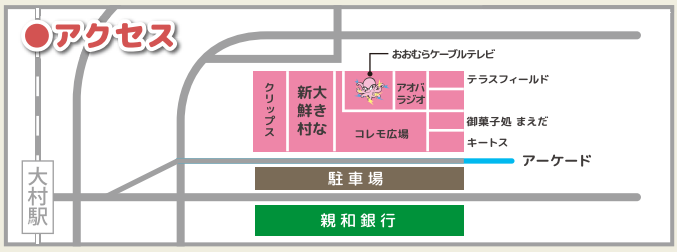
お知らせ・イベント・各店舗紹介はこちら。
➡http://www.coremo-omura.com

こちらのQRコードからもアクセスできます。

## ＝コレモ広場の案内＝

その他にも…●フリーマーケット ●おむらんちゃんカー ●朝市　など

### ●アクセス



# UNITED CINEMAS GUIDE

特別招待券が当たるよ！ 詳しくは15ページを見てね！

## ユナイテッド・シネマ長崎のご案内

### 10/1公開 SCOOP!

(C)2016 映画「SCOOP!」製作委員会

**監 督・脚 本：アレックス・プロヤス**
**主 演：福山雅治／二階堂ふみ／吉田羊／滝藤賢一／リリー・フランキー**

フリーカメラマンの都城静は、かつて数々の伝説的スクープをモノにしてきたが、現在は芸能スキャンダルを中心に追うパパラッチ。そんな彼が、写真週刊誌「SCOOP!」の新人記者とタッグを組む中で、スクープを獲得していき、次第に大きな事件を追うことに……。

### 10/7公開 ジェイソン・ボーン

(C) Universal Pictures

**監 督：ポール・グリーングラス**
**主 演：マット・デイモン/トミー・リー・ジョーンズ／ヴァンサン・カッセル／ジュリア・スタイルズ／アリシア・ヴィキャンデル**

彼は、すべての記憶を取り戻した。だが、すべてを知っている訳ではなかった。＜記憶＞を巡る本当の戦いは、これから始まる。ジェイソン・ボーン（マット・デイモン）が消息を絶ってから何年もの歳月が経過したある日、世間から姿を消して生活していたボーンの元に、CIAの元同僚であるニッキー（ジュリア・スタイルズ）が現れる。彼女は、「CIAが世界中の情報を監視・操作する事を目的とした、恐ろしい極秘プログラムが始動したという」という情報を告げ、さらにボーンの過去にまつわる「衝撃的な真実」を明かす。

### 10/8公開 HiGH&LOW THE RED RAIN

（c）2016「HiGH&LOW」製作委員会

**監 督：山口雄大**
**主 演：TAKAHIRO／登坂広臣／斎藤工**

かつて「SWORD地区」一帯を圧倒的な力で支配していたチーム「ムゲン」と並び最強と称された兄弟がいた。雨宮雅貴と雨宮広斗、雨宮兄弟である。彼らは、一年前に突如姿を消した兄・雨宮尊龍を探し続けている。幼い頃に両親を亡くした三兄弟の絆は固く、尊龍は弟たちに「拳は、大事なもんを守るために使え」と言い聞かせていた。両親を亡くしてからずっと、支え合って生きてきた。両親の命日、参拝に訪れる雅貴と広斗。消えた尊龍が現れることを期待していたが、そこに現れたのは尊龍の行方の手掛かりを知る人物だった。

### 10/28公開 インフェルノ

(C)2016 CTMG. All Rights Reserved.

**監 督：ロン・ハワード**
**原 作：ダン・ブラウン**
**主 演：トム・ハンクス／フェリシティ・ジョーンズ／オマール・シー／イルファン・カーン**

フィレンツェの病院で目覚めたハーバード大学宗教象徴学者ロバート・ラングドン教授。ここ数日の記憶がないことに動揺したラングドンは、何者かに命を狙われる。ダンテの「神曲」＜地獄篇＞に事件の手掛かりがあると気付いたラングドンは、イタリア・フィレンツェ、ヴェネツィア、トルコ・イスタンブールなど世界中を駆け巡り、その知性を駆使し、数々の有名美術品や建築別から暗号を読み解きながら、全世界を揺るがす大きな陰謀に挑む。

### 10月上映予定スケジュール

| 1（土） | 2（日） | 3（月） | 4（火） | 5（水） | 6（木） | 7（金） | 8（土） | 9（日） | 10（月） | 11（火） | 12（水） | 13（木） | 14（金） | 15（土） | 16（日） | 17（月） | 18（火） | 19（水） | 20（木） | 21（金） | 22（土） | 23（日） | 24（月） | 25（火） | 26（水） | 27（木） | 28（金） | 29（土） | 30（日） | 31（月） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ●アングリーバード<br>●KINGSGLAIVE FINAL FANTASY XV<br>●SCOOP!（PG12） | | | | | | ●ジェイソン・ボーン | ●グッドモーニングショー<br>●HiGH&LOW THE RED RAIN | | | | | | ●GANTZ：O（ガンツ：オー） | ●何者 | | | | | | ●スター・トレック BEYOND | | | | | | | ●インフェルノ | ●デスノート Light up the NEW world<br>●映画 魔法つかいプリキュア！奇跡の変身！キュアモフルン！ | | |

※上映作品、公開日時は変更になることがございますので、ご了承下さいませ。

アミュプラザ長崎4F

## ユナイテッド・シネマ長崎

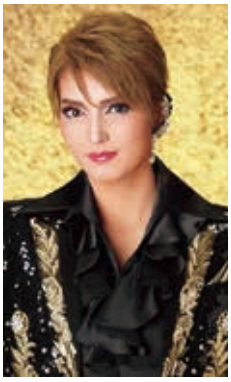
24時間上映案内／☎0570-783-282（テープ案内）

- ●毎月1日/ …… 1,100円
- ●毎週水曜日/女性 …… 1,100円
- ●毎週金曜日/会員デー …… 1,000円
- ●毎日20:00以降の回（土曜日・先行）…… 1,300円

# 選べる日帰りツアーのご案内

＊写真・イラストはすべてイメージです　最少催行人員15名

### ① 西鉄グランドホテル ランチブッフェ＆宝塚歌劇宙組公演ツアー



●主演:朝夏まなと（佐賀県多久出身）を応援しよう!

12月3日（土）残り4席 バス往復/添乗員/昼食つき/お土産つき ¥15,500

諫早・大村・彼杵各地（8時頃）⇒博多はねや総本家⇒西鉄グランドホテル（昼食・ﾌﾟﾁﾌﾘｰﾀｲﾑ）⇒福岡市民会館（14:00 開演）⇒各地（17時頃）

### ② お土産てんこ盛り付き・豪華昼食御膳！ 平戸 森酒造場・雄香寺ツアー

この商品は国の九州支援交付金により、2500円助成を受けています

限定40席

12月18日（日）¥6,480

バス往復/添乗員/昼食つき

諫早・大村・彼杵各地（7時頃）⇒【車窓：平戸大橋】⇒松浦藩主が眠る雄香寺⇒森酒造場（見学・試飲）⇒ホテル彩陽WAKIGAWA（昼食・入浴）⇒平戸瀬戸市場⇒各地（18時頃）

### ③ クリスマス直前！西海橋＆いちご狩り ホテルオークラ ランチバイキングツアー

この商品は国の九州支援交付金により、5000円助成を受けています

限定40席

12月23日（祝）¥4,500

バス往復/添乗員/昼食つき

諫早・大村・彼杵各地（8時頃）⇒梅ケ枝酒造⇒ホテルオークラJRハウステンボス⇒いちごの森⇒西海橋・魚魚市場⇒各地（17時頃）

## あい・ドリーム観光

長崎県知事登録旅行業第2-136号

〒856-0815
長崎県大村市森園町1585-2㈱村里運輸
【受付：月～土曜 9：00～18：00 祝日は除く】
TEL：0957-53-9988/FAX：0957-54-2104
http://www.murasato.co.jp

子ども会・送迎などのご相談も承っております！ご連絡をいただければチラシをお送り致します

# 楽習ひろば

地上デジタル11ch（おおむらch11）

毎月4つのテーマで楽しく学べる番組です!
週替わりの各4回シリーズでお届けします。

## みんなトライ! リフレッシュ3B体操

3B体操は「3つのキーワード」と「4大効果」を兼ね備えた体操です。

### 3つのキーワード

遊びの要素　気楽に　体に無理なく

1、生活週間病にならないための有酸素運動
2、ロコモ※予防のためのバランス機能改善運動と筋力づくり運動
3、けがの予防やすべての運動に柔軟性を高めるためのストレッチング
4、心身のリラックスと認知機能改善のためのあそびの運動
（※ロコモとは「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態のこと）

### 3B体操で使われる用具—3つのBをご紹介！

・ボール
ボールの丸みや弾み、転がり、持ちやすさといった特性を利用して、有酸素運動、バランス運動、筋力トレーニング、ストレッチングに使用します。また、子どもの運動遊びとして、ボールつきやキャッチボール、リフティングなどにも活用することで運動機能を高めるのに有効です。

・ベル
ベルの特長である軽さ・クッション性・持ちやすさを利用し、あらゆる対象者にも対応するため、身体機能を高めるのに有効です。

・ベルター
ベルターの伸び縮みを利用して、関節の稼働域を拡げ筋肉の柔軟性を高めるため、美しい姿勢づくりにも効果的です。
また、けがの予防と回復にも役立ちます。

誰でも簡単にでき、健康効果を実感できるこの3B体操を大村市内で教室を開いている日本3B体操協会指導士の中村先生に教えて頂きます。テレビを見ながら、真似をしてLet's リフレッシュ!

放送時間など詳しくは2ページに！！

## 表紙のはなし

撮影：野島京介（そらスタジオ）

みおなちゃん

めぐなちゃん

しょうごくん

今月号の表紙をかざってくれたのは、**みおなちゃん(6)**、**しょうごくん(4)**、**めぐなちゃん(1)**の三姉弟!
みんな笑顔がとってもチャーミング!みおなちゃんとしょうごくんはニッコリ笑うとどっちがどっちか分からなくなるほど、更にそっくりになります。その笑顔からは想像できませんが、聞くところによるといつもケンカしてるとか?!

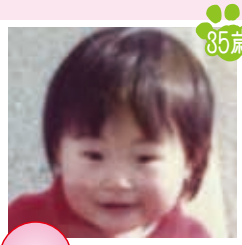
料理人のお父さんは家でもその腕前を披露していて、お父さんが作るメニューで好きなのは?と聞くとしょうごくんは「めんたいパスタ!」みおなちゃんは「ラーメン!」と答えてくれました。
妹のめぐなちゃんは寝起きためご機嫌が麗しくなく、奇跡の瞬間が採用されました。めぐちゃんは来年にリベンジだねと、ほぼあきらめていたのですが(笑)
これからも三人、いつも愛くるしい笑顔をみせてね!

ブライダルのロケ撮影は

SORA studio
～そらすたじお～

www.sorastudio.net　0957-54-3960

# おたんじょう日おめでとう！



35歳 5日生 さちえ ちゃん

1歳 13日生 ゆあ ちゃん

2歳 16日生 めぐな ちゃん

35歳 16日生 こうじ くん

あなたも誕生月にカワイイ写真を掲載しませんか♥

投稿方法：✉cablep@octp-net.ne.jp 携帯電話からは下のQRコードを読み取り送信してください。

■必ずご家族様あるいはご本人様の了承の上に投稿をお願いします。
※メールでの投稿の場合は、折返し掲載了承の連絡をさせていただきますので、必ず送信者名とご連絡先の明記をお願いします。

## PRESENT

■ キーワード（番組内で放送しています）

60歳以上の高齢者による健康と福祉の祭典。今年、長崎県で行われる全国大会の名称は?

□□□□ ピック

ヒント：P4ページをみてね

ご希望の商品番号 □

※応募者多数の場合、ご希望の商品とは異なる場合があります。
※当選された方には、編集部より連絡し、これをもって当選者の発表とかえさせていただきます。

## アンケート

■ 番組や誌面で取材してほしい話題、取り上げてほしい情報などを教えてください。

■ この秋の楽しみなことや決意など、あなたの「○○の秋」を教えてください。
（番組内で紹介させていただく場合があります。）

★ご協力ありがとうございます。今後の参考にさせていただきます。
★ご応募の方には、ケーブルテレビの資料を送付させていただきます。

## Orange Clover オレンジクローバー

ボートレース大村でHAND MADEマルシェにべにまるくんが応援に行きました

8月18日（木）・19日（金）イベントホールにて ご来場ありがとうございました。

お問い合わせ 大村市障害者施設ネットワーク協議会
事務局0957-53-6709（パールハイム内）

## 読者・視聴者プレゼント

Present

### 1 モリハナヤから

「季節のお花」を1名様

さまざまなシーンを表現し、感謝やいたわり、思いやりといった人が人を大切に想う気持ちが込められています。

※写真はイメージです

### 2 障害福祉サービス事業所 大村さくらの家から

「やわらかガーゼタオル」を2名様

やわらかな肌触りで吸水性と速乾性に優れたガーゼタオルをプレゼント!
どの柄が当たるか…お楽しみに!

### 3 ワイモバイル大村から

「iTunesカード1,500円分」を3名様

音楽やLINEスタンプ、ゲームのアイテムを購入することができます。
★ワイモバイル大村はポケモンGOのポケストップになりました★
※iTunesカードはiPhoneのみでの使用です

### 4 ユナイテッド・シネマ長崎から

「特別招待券」をペア5組様

全国のユナイテッド・シネマ、シネプレックスにてご利用できます。10月の映画情報は、本紙の13ページをご覧ください。

### 5 たかはま化粧品から

「超音波エステお試しクーポン券（1,000円）」を1名様

ソニックエステとは?超音波エステマッサージ機「ソニックミスティ」による1秒間に100万回の微振動によって、ハンドマッサージを何百回も行ったのと同じ効果が得られるエステです。

※お一人様1回限り（初めての方に限ります）

※プレゼントへの応募締切は10月20日必着です。

Cable+ ケーブルプラス
2016.10月号
平成28年10月1日発行
Vol.91

# おおむらすずたにバレーボールクラブ

## 新入部員募集中

火曜日　・・・大村小学校体育館

水曜日
木曜日　・・・鈴田小学校体育館

じかん　・・・16：30～19：00

今現在、14名の部員で活動中。土日は遠征ばかりですが、部員たちはわいわい仲良く楽しんでいます。息抜きのプールや海水浴、お楽しみ会など…イベント盛りだくさん!!
ぜひ、体育館へ見学・体験に来てみてください。

新チームも始動!!
第１回ドリームカップ
優勝（9月11日）

## 編集後記

**●おすぎ**

現在、右足のふくらはぎ肉離れで、2年振りの松葉杖。体は覚えているもので自転車のように松葉杖もすぐに使いこなせました...笑。どうやって肉離れしたかって？驚きの歩いてたら...です^^

**●kari**

先日嫁と子供がポケモンGOにハマっており2日連続大村から長崎市内までドライブをし長崎市内では2時間ぐらい無駄に車でグルグル回ってきました。僕はコーヒー飲みながら楽しいドライブでした（笑）

**●J.E.T**

入社して、早半年。
学生と社会人、どっちがいい?っていう討論はよくありますが、どっちでもいいから一日中寝ていたいっていうのが私の答えと理想です。じゃがりこがあればなお良し。なんてね。HAHAHA。
ところで、今回10月号からARを導入しました。ARとは拡張現実。コンピューターを利用して、現実の風景に情報を重ね合わせて表示する技術のこと。ポケモンGOで広く認知されるようになりました。
これからたくさんARを使って情報をお届けしたり、イベントで活用していきますのでお楽しみに。

**●8438♪**

ファインディング・ドリー見てきたよ!の8438♪です。長崎には心惹かれるものがたくさん!旅行に行ったテンションでついついお土産やプレゼントやらと財布のひもも緩んでしまう（笑）大きくなっても覚えててくれるかなぁ。
けんちゃんのお誕生日には海キララで買った'チンアナゴバームクーヘン'を上手に飾り付けしてくれてみんなでお祝いしました。4歳おめでとう♪

**●サワー**

最近のマイブームは『フリースタイルダンジョン』。1対1で音楽に合わせて即興でHIPHOPバトルをする番組なんですが、出演者たちの頭の回転には毎回驚かされます。AbemaTVで放送中なのでみなさんも1度見てみて!

twitter
twitterのフォロワー募集中です。
➡ @ikiikioomura

facebook
facebookページあります～。
➡ いきいき大村で検索！

ケーブルプラスのバックナンバーが見られます。
➡ http://blog.octp-net.ne.jp

発行　おおむらケーブルテレビ株式会社　〒856-0044　長崎県大村市岩松町336番地13　TEL0957-54-3811
「ケーブルプラス編集部」おおむらケーブルテレビ㈱内　mail　cablep@octp-net.ne.jp　FAX 0957-52-1921

料金受取人払郵便
大村局承認
101
差出有効期限
平成29年3月
31日まで
（切手不要）

郵便はがき
8 5 6 8 7 9 0

長崎県大村市岩松町336番地13

おおむらケーブルテレビ株式会社 行

おおむらケーブルテレビのサービスで既にご利用中のものに☑をつけてください。

□ケーブルテレビ　□ケーブルインターネット
□ケーブルプラス電話　□生活あんしん

お名前　フリガナ　ペンネーム

性別　（男・女）　年齢　歳

ご住所 □□□-□□□□

アパート・マンション名

ご自宅の電話番号　（　　）

Eメールアドレス　@

ご連絡先（勤務先・携帯電話等）　（　　）

おおむらケーブルテレビ株式会社は、お客様情報の適正な取り扱いに努めています。

ケーブル・プラス10月