

ケーブルテレビで！ WEBで！ あなたのスタイルで
大村をもっと知りたい、もっと楽しみたいフリーマガジン

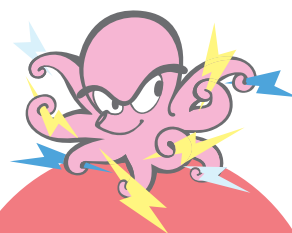
無 料
take free

2009 **5**
Vol.2

Cable+

ケーブル・プラス

ケーブルテレビ「いきいき大村マイタウン」



放送案内
ガイド

特
集

おさんぽに行こう！

ゴールデンウィーク直前！ 今年は市内でゆっくりのんびり
家族そろっておさんぽしませんか？

おでかけMAP
近隣イベント情報

ケーブルテレビ「いきいき大村マイタウン」放送スケジュール

わがまち大村いんふおめーしょんmap・シリーズ「子育てママの奮闘記」・まちづくりニュース・イベントカレンダー
まちの話題・プレゼントコーナー・KIDS LAND

ゴールデンウィーク直前!!

おさんぽに行こう!!

新緑の5月。さらに今年はゴールデンウィークも大型で、どこに行こうか?何をしようか?迷っている方も多いのではないだろうか?

遠出をして交通渋滞や人だかりに疲れ果てて帰宅するよりも、大村および近隣にも素晴らしい施設やイベントが満載です。普段の運動不足を解消するためにも、今年はゆっくりのんびりお子さんと手をつないで近場の公園に出かけてみませんか?



大村公園
花しょうぶ
5月中旬～6月中旬

6月上旬には「花菖蒲まつり」が開催され「おおむらくじら太鼓」の演舞や菖蒲のプレゼント、郷土芸能の踊りやフラワー大使をモデルにした撮影会などイベント満載。時期や詳細は大村市観光コンベンション協会に問い合わせください。

大村公園内の玖島城の東側の堀「長堀」と南側の堀「南堀」が菖蒲園となっています。これは昭和36年に熊本より肥後菖蒲、昭和38年に明治神宮御苑より江戸菖蒲を移植したのが始まりで、その後伊勢菖蒲も移植され現在はこれらの3系統の菖蒲があり、花の種類は171種10万株30万本が咲き誇り広さは9500平方メートルもある大菖蒲園となっております。模は西日本一です。



芝生広場、花と水の広場、親水施設、休憩舎などが整備されています。

森園公園

長崎空港にかかる空港大橋のたもとに広がる公園で、滑り台やブランコなどの遊具施設はありませんが、広い芝生の上では寝ころんだり、キャッチボールやバドミントンなどを楽しむ家族連れで賑わいます。

お弁当を持っていつて、時間を忘れてゆつくりと楽しむことができます。

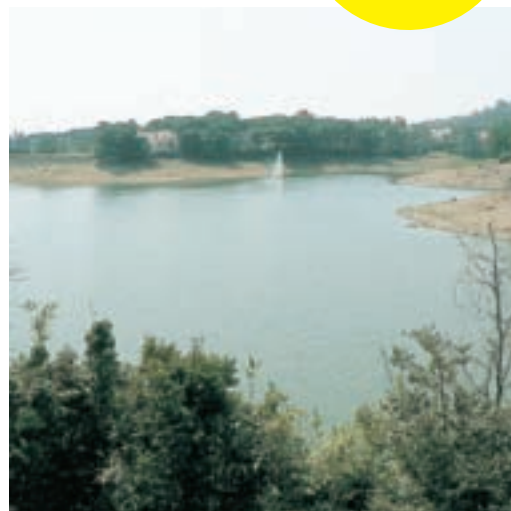
また、海岸のプロムナードからは空港が一望でき、潮風にあたりながら夕日を見て散歩するのに絶好の場所です。

野岳湖公園



野岳大橋を渡ると、ロザモタ広場や儀太夫記念館、水辺の広場へと続き、景色を楽しみながらのウォーキングにも最適です。

野岳湖公園は、多良岳県立公園に含まれた景勝地。江戸時代に捕鯨で財をなした深澤儀太夫が、私財を投じて築いた周囲4kmの人造湖です。この湖の周辺ではキャンプ、サイクリングをはじめ、ペタルボートやトリム広場、水辺の広場などで遊べる山間の憩いのスポットとなっています。



裏見の滝 自然花苑



日本原産の「ツクシシヤクナゲ」をはじめとして、世界各国45種類約5,600本のシヤクナゲが咲き乱れます。その他の原産地は台湾、アメリカ、メキシコ、イギリス、オランダなどと幅広く、品種によつて4月中旬から5月下旬まで美しい花々が目を楽しませてくれます。公園内の遊歩道は、裏見の滝へと続いており、落差30mの美しい滝が目の前に現れます。その名の通り、滝の裏側に回って裏から見る事が出来る珍しい滝として人気のスポットです。

黒木溪谷 郡川砂防公園



黒木溪谷は標高400mの緑豊かな自然に恵まれた清流で、一帯には郡川砂防公園、キャンプ場があり、夏には川遊びや森林浴、秋には紅葉の名所として知られ、珍しい高山植物や溪流釣りが楽しめます。シーズンには登山客やキャンパー達で賑わい、周辺には民宿やキャンプ場、バンガロー、郡川砂防公園が整備されています。

CATV
ケーブルテレビ

月々2,415円で地デジはもちろん「いきいき大村マイタウン」も放送中



あなたの街のケーブルテレビ

Internet
インターネット

月々1,890円で格安インターネット。定額制で安心・快適!!

IP-Phone
IPフォン

インターネットのオプションプラン。お宅の電話料金が無料&格安に!!

オクト・パルス株式会社
0120-54-3811
<http://www.octp-net.ne.jp>

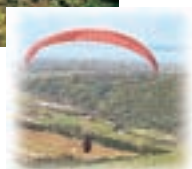
標高330mの琴平スカイパークは、大村市郊外にそびえる琴平岳山頂一帯約7ヘクタールの自然公園。

ここからは多良連山の雄大な山並みをバックに眼下には大村市内をもちろん世界初の海上空港「長崎空港」の浮かぶ大村湾、そして遠くには雲仙、西海橋方面まで一望できます。

また、晴れた夕暮れ時はオレンジ色に照らされた大村湾が絶景です。

新たに登場した999段の階段が続く「桜の並木道」、全長99.9mの「ローラースライダー」をはじめ「パターゴルフ」や「草そり」など楽しい遊具が充実。市内中心部から近く、気軽に楽しむことができます。

またパラグライダーの名所として有名で、週末は色とりどりのパラグライダーが空を舞っている姿が見られることがあります。



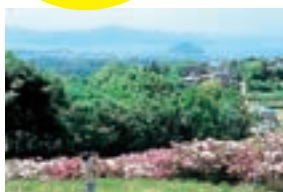
琴平スカイパーク

3万本のツツジが色鮮やかなじゅうたんのよう敷き詰められた山肌を縫うように遊歩道が整備されています。

また公園内の高台には展望台もあり、眼下には美しい大村湾が広がります。

すぐ近くには、生活環境保全林「すわの森」もあり、自然を満喫できる一帯となっています。

岳ノ木場公園



大村競艇場

ちびっこ広場・キッズルーム
オープンしました。

大村競艇場に、新しくキッズルームが誕生しました。それに伴いちびっこ広場もリニューアル！

ちびっこ広場には、芝生広場と遊具がありピクニック気分を楽しむことができます。

キッズルームは、絵本や遊具をはじめ、一日中アニメ放送が楽しめるスペースもあり、小さいお子さんも安心して楽しめます。

※キッズルームの利用は小学生以下のお子様となっています。また、盛りだくさんのイベントも予定されていて、大人からちびっこまで家族そろって楽しめます。

■大村競艇場
Tel 54-4111



颯爽と歩く！—ウォーキングライフで健康生活—

普段なかなか長時間歩く機会の少ない私たちの生活。急な運動はかえって危険な場合もあります。そこで、本町本陣通りアーケード街くつのみさ「百年館」の児島さんに、歩き方のポイントや上手な靴の選び方などを伺いました。

■靴選びについて

靴と一言に言っても、多種多様なものがあります。長時間歩くのに適した靴、ファッションを重視した靴などさまざまですが、一番大事なことは、目的にあわせて自分の足にジャストフィットする靴を選ぶことです。サイズの表記だけでなく、靴下をはいた状態できちんと試し履きをして選んでください。

また、せっかく自分にあつた靴を選んでも、履き方を誤ると効果半減。かえって靴ずれやマメを作ってしまう可能性もあります。

■正しい靴の履き方

- ①靴下のシワ・ヨレをのばし、靴の中に右ころなどの異物が入っていないか確かめながら履きます。
- ②地面に足裏全体をびたりつけた状態で靴ひもを軽く結びます。
- ③結び目がゆるまないように靴ひもを引っ張りながら、かかとを2、3回「トントン」とつき、さらにひもを引っ張り足首を固定させます。
- ④前かがみになった状態で爪先を曲げながら靴ひもをしっかり結びます。

■歩き方について

正しい姿勢で歩く。ピンと背筋を伸ばし目線は10〜15m先を見る。「耳・肩・腰・くるぶし」が一直線になるよう、前後左右のブレ、体のクセに注意して歩きましょう。

背中をまるめて歩くと、かえって足や腰に負担がかかり危険ですよ。

■ストレッチングは入念に

休止状態にあつた体を運動できる状態に整える、とても重要な動作です。筋肉・腰を柔軟にしケガや故障を防ぎます。

また、クールダウンも忘れずにおこなってください。疲れを残さないようにする効果があります。



児島 正興さん
靴のみさ「百年館」代表

ウォーキングを通した
“健康生活プロデューサー”

自身もウォーキングを10数年継続。
ノルディックウォーク公認指導員資格取得

日本ウォーキング協会公認指導員（3名）
がご相談や講習会のご依頼に応じます。
また、歩行改善士が個人に合わせて中敷を
加工いたします。

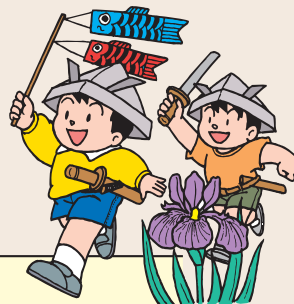
■本町本陣通りアーケード街
Tel. 54 - 5008

大村・東彼杵 イベント情報

イベント名	とき	ところ	主な内容・問い合わせ先
スカイパークまつり	5月2日	琴平スカイパーク	シシ鍋やパンの販売・農産物バザー・バターゴルフ大会ほか ●琴平岳展望所指定管理者岩藤清掃 Tel.55-8213
のだけ新茶まつり	5月3～5日	野岳湖公園ロザ・モタ広場	手もみ茶体験・くじら太鼓・即売会他 ●のだけ新茶まつり実行委員会 Tel.55-8617（太田）
三彩の里陶器まつり	2～6日	三彩の里	陶器即売会、他 ●三彩の里 Tel.55-8833
やすらぎの里新茶まつり	4～5日	東彼杵町やすらぎの里公園	新茶販売、露店、うなぎつかみどり大会など ●東彼杵町役場 Tel.46-1111
そのぎ茶市	8～10日	旧長崎街道・そのぎ宿	新茶販売、露店、他イベント ●東彼杵町商工会 Tel.46-1700
くじゃく祭り	5月5日	川棚町くじゃく園	大なわとび大会、もちつき大会・竹細工体験など ●川棚町観光協会 Tel.0956-82-2661
大村競艇場イベント情報 ●大村競艇場 Tel.54-4111 (入場料100円が必要です)	5月2日	①12:10頃～ ②14:45頃～	OLのクイズネタで大ブレイク「少年少女」がやってくる
	5月5日	13:00～	「StyleKing」キッズダンス
	5月6日	①12:10頃～ ②14:45頃～	仮面ライダーディケイドショー
	5月12日	笹川賞キャンペーン	①先着2000名様「味カレー」プレゼント ②さとう珠緒トークショー
	5月24日	歌の王座決定戦（大村市歌謡協会）	ゲスト：五島つばさ

いきいき大村 マイタウン

アナログ 60 ch
デジタル 111 ch



タコ通信

第26号

オクト・パルス報道制作部

5月の放送内容

1日(金)	●癒しの時間
2日(土)	●大村中央ライオンズクラブ「チャリティーフリーマーケット」
3日(日)	●再放送番組（視聴者のリクエスト番組を再放送！）
4日(月)	●パールハイムまつり
5日(火)	●まちづくりニュース「地域のかなめ 消防団」
6日(水)	●ソフトバレーボール長崎県予選会
7日(木)	●琴平スカイパークふれあいまつり
8日(金)	●ウォーキング（木場公民館集合）
9日(土)	●そよ風フェスタ
10日(日)	●日曜特番「ヤッホー！滝が呼んでる！」
11日(月)	●新番組「おもしろきこと」～バイク～
12日(火)	●三彩の里陶器まつり
13日(水)	●のだけ新茶まつり
14日(木)	●ふれあい健康講座
15日(金)	●大村つれづれ紀行
16日(土)	●歴史の散歩道
17日(日)	●日曜特番「ヤッホー！滝が呼んでる！」
18日(月)	●タイムスリップ今～昔
19日(火)	●市老連スポーツ大会
20日(水)	●土に生きる
21日(木)	●サークルにおじゃまタコ！ —いろんなサークルをタコのおっくんが紹介します—
22日(金)	●野球教室（ソフトバンクホークス OB）
23日(土)	●日曜特番「ヤッホー！滝が呼んでる！」
24日(日)	●Dream Pocket（フリートーク番組）
25日(月)	●大村公園「花菖蒲情報」
26日(火)	●バースデーキッズ～長崎星美幼稚園のおともだち～
27日(水)	●ア・ラ・カルト「そばの美味しい食べ方」
28日(木)	●新企画「イッチーの釣り日和」
29日(金)	●スナメリCUP 2009
30日(土)	●日曜特番「ヤッホー！滝が呼んでる！」
31日(日)	●日曜特番「ヤッホー！滝が呼んでる！」



放送時間帯

1日8回放送

7:00	いきいき大村 マイタウン
8:00	ウエザーチャンネル
9:00	ウエザーチャンネル
10:00	いきいき大村 マイタウン
11:00	ウエザーチャンネル
12:00	いきいき大村 マイタウン
13:00	ウエザーチャンネル
14:00	ウエザーチャンネル
15:00	ウエザーチャンネル
16:00	いきいき大村 マイタウン
17:00	ウエザーチャンネル
18:00	いきいき大村 マイタウン
19:00	サイエンスチャンネル
20:00	いきいき大村 マイタウン
21:00	ウエザーチャンネル
22:00	いきいき大村 マイタウン
23:00	ウエザーチャンネル
0:00	いきいき大村 マイタウン
1:00	ジャパネット たかた
5:00	ウエザーチャンネル

スタッフの取材日記 vol.2

ども！こんにちはオクト・パルス報道制作部の宮本です。新緑の気持ちいい季節がやってきましたね。3月4月は、4月の日曜特番「花の街おおむら」のため桜の撮影に追われていました。今年は開花が早く、また早咲きの桜なども撮影しなければならなかったため、大村公園にはよく撮影に行っていました。ここ何年かは「癒しの時間」など、桜の撮影はほとんど自分がしていたので、ちょっと桜を見るのも嫌になる時もありましたが、いい画が撮れたときはそんな気持ちも吹き飛んで、「もっといいものを！」となんとか頑張りました。これからも綺麗なものを綺麗と思える心を忘れずに頑張っていきたいと思います。



ゴールデン
ウィーク

2大イベント

一番人気の窯出オークションや陶芸教室、掘り出し物続出の「三彩の里陶器まつり」。ぜひリュックサックでお出かけを！

野岳湖公園ロザ・モタ広場に場所を移すと、新緑のさわやかな季節に楽しみな「のだけ新茶まつり」も。地元の新茶販売はもちろん、手もみ実演や物産展もひらかれ、ご家族連れで楽しめる内容となっています。

会場でオクト・パルスの取材カメラを見かけたら…インタビューにご協力を♪

■三彩の里陶器まつり (5月2～6日、三彩の里)



■のだけ新茶まつり (5月3～5日、野岳湖公園ロザ・モタ広場)



視聴者
プレゼント
あり！

放送日 5月11日～13日 (月～水)

新番組

おもしろきこと ☆女性ライダー☆

三度の飯を忘れるほど夢中になるものがあなにはありますか？

「おもしろきこと」では、大人になった今も夢中になっている、追いかけているそんな情熱を持った人々の「熱い世界」をご紹介します。

こだわりは時に、人の想像をはるかに超えたものになります。

第一話は「女性ライダー」の皆さんを直撃

今や男女問わず愛されているバイク。バイクにのめり込んだ瞬間のお話やバイクのたまらない魅力などなど、普段興味がない方でものぞきたくするような女性ライダーのおもしろき世界をお見せします。



ここが聞きたい

- 1、メカへのこだわり
- 2、ツーリングのルール
- 3、女性ならではの悩み解決方法



新緑の五月、風を感じながら風とともに緑を駆けぬけるのは、バイク以外にないでしょう。

放送日 5月11日～13日 (月～水)

日曜特番

わッホー！ 滝が呼んでる！

新緑の季節といえば「ヤッホー企画」。今年は滝をテーマにお届けします。

市内にあるあんな滝、こんな滝を福重郷土史同好会の上野さんと一緒にいろいろなお話を聞きながらめぐります。たくさんの発見があること間違いなし！



☆知名度 No.1 御手水の滝 (重井田町)

通称「裏見の滝」の名前で知られる滝。

シャクナゲの季節にはたくさんの観光客でにぎわいます。昔から人々に利用されていました。約30メートルもの落差は見ごたえ十分！



☆渓谷度 No.1 山田の滝 (上諏訪町)

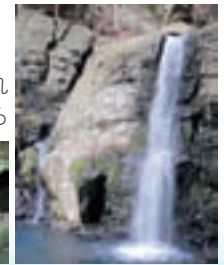


大村郷村記には「迹驚(とどろぎ)の滝」という名前で記述されています。両側から迫りくる岩壁、ゴツゴツとした岩場、1人では近寄りたがたい雰囲気です。謎の面人石にも迫ります！



☆美滝度 No.1 鳴滝 (武留路町)

おそらく限られた地元の方にしか知られていないのではないのでしょうか。岩場から噴き出しているミネラルウォーター、清流、まさにミニミニ龍頭泉といった感じです。



放送日 5月10日・17日・24日・31日 (日)

新番組！

イッチーの釣り日和

釣り好きイッチーが大村で出来るいろんな釣りにチャレンジしていきます。今回の釣りは、子どもや女の子でも簡単にできてしかも楽しめちゃう「波止釣り」に挑戦！ターゲットとなる魚はキスやメバルにアラカブ、そして大村名物のイイダコと釣っても食べてもおいしいやつら。季節的にもたくさんの魚種がつかれ始める絶好の釣り日和。さーみんなも釣りに行こう！！



放送日 5月28日～30日 (木～土)

情報・メッセージはこちらまで
オクト・パルス(株) 報道制作部

TEL.050-3432-3813
FAX.52-1921 [氏名・電話番号を忘れずに記入してください]

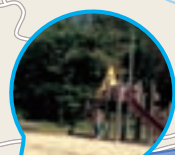
番組では市役所のお知らせ「広報おおむら」や市内で開催されるイベント、ニュースなど市内の情報を発信しております。放送内容は変更になる場合がありますのでご了承ください。詳しい番組内容については <http://www.octp-net.ne.jp>

公園利用のマナー

■公園はみんなの施設です。ルールを守って楽しく過ごしましょう。

- ・みんなでなかよく遊びましょう。
- ・他人に迷惑をかけないようにしましょう。特にボール遊びをする際には気をつけましょう。
- ・犬などのペットは、きちんとつないで散歩し、糞は持ち帰りましょう。
- ・ゴミは持ち帰りましょう。“来た時よりも美しく”
- ・花や木、遊具などは大切にしましょう。

ノ木場公園



赤佐古公園



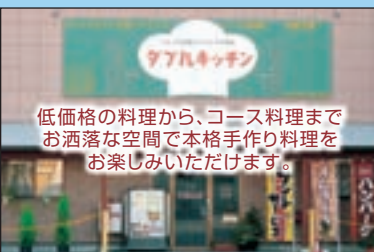
久原公園



名物
スベシホ海老天丼
秘伝のタレで仕上げた天丼
「食べてよくなる」
天丼の美味いお店
大村市水主町1丁目747-1
TEL 50-1223
営:11:00~15:00(昼)
営:17:00~22:00(夜)



水主町2 PHONE.54-1147



低価格の料理から、コース料理まで
お洒落な空間で本格手作り料理を
お楽しみいただけます。
洋食レストラン
ダブルキッチン ☎54-8882
営/11:30~15:00 (lunch) 休/毎週水曜 P 完備
17:00~22:00 (dinner) ※個室完備(コース料理のみ)

一店逸品運動

詳しくはホームページをご覧ください。

<http://www.omuracci.com/>

知ってる...
行ってみんな
良か店よ



このQRコードからも
各店の情報が閲覧
できます。



自分仕様の
スーツ&シャツ
貴方だけの一着を
オーダーで

E TEL.54-5062

当店でお買い上げの方
**オーダーシャツ
オプションサービス**
(ウレリック、Wカフス、ネームシシュウ、紐付け手)
B-MEN



さくら
釜飯

D TEL.27-3015

当店でお食事された方
**ミニサラダ+コーヒー
サービス**
(2名様まで
ご利用いただけます)
ペーパームーン



うれしの茶
厳選された味
ギフトにも最適

C TEL.53-5852

当店でお買い上げの方
**ウイंक
ポイント 2倍進**
利休園



風流さくら
懐中汁粉

B TEL.53-3115

当店でお買い上げの方
**ウイंक
ポイント 2倍進**
ただや



タコチャンポン
タコカレー

A TEL.53-5590

当店でお食事の方
**ウイंक
ポイント 3倍進**
ただや

クーポンでもらにお得に
お買い物しよう。

わがまち大村 いんふおめーしょん MAP —滑り台のある公園・つつじ—



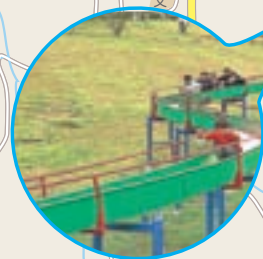
ほっともっと 大村松並店

24時間営業だから、あなたのライフスタイルあわせて、いつでもご利用いただけます。
松並1-109-5 Tel.54-0166



7

3



この街には素敵な出逢いが待っています おおむら



おにぎりセット
20種類のおにぎりと
8種類のおかずを
チョイス!!

TEL.52-6016

当店でお食事の方
食後の飲み物 **200円引き**
(このクーポン1枚で4名様まで利用可能)



あなたの時計を元気にする
匠の店
公認一級時計技師の店

TEL.52-3245

このクーポンをお持ちの方に限り
電池交換 1,000円
環境に優しいエコ電池 新発売! 通常1,500円
中村時計店



爽快!!
ウォーキング

TEL.54-5008

ウォーキングシューズお買い上げの方
帽子止めプレゼント
靴のみさ「百年館」



抗菌に優れた
竹布
お肌の弱い方に
大人気

TEL.53-2175

当店でお買い上げの方
お買い上げ1,000円毎に
やすなが印
通常の2倍プレゼント
ウイックポイント + やすなが



天正
ビーフカレー
コラーゲンたっぷり
美容健康食仕立

TEL.52-2202

当店でお買い上げの方
お買い上げ金額の
10% キャッシュバック
肉の島田



真珠
アクセサリ

TEL.54-1611

当店でお買い上げの方
**真珠の根付けを
プレゼント。**
井沢真珠

おむら夢の会

地域防災のかなめ！

消防団



颯爽と勢揃いした消防団のみなさん

「自分たちの住むまちには、自分たちで守る」

その精神はまさに「地域愛」！森園町に本部を置き、全部で15の分団で構成されている大村市消防団。現在の団員数646人、平均年齢は37.8歳。団員の方々は、普段それぞれの職業を持ちながら、災害が起きたときに消防団員として出動します。

災害時の消火活動、自然災害の場合の救助・救出活動、避難誘導など……大村市民の安心・安全を守る重要な役割を担っている消防団の方々ととって、日ごろの訓練は欠かせません。

自然災害は、残念ながら未然に防ぐことはできません。しかし、火災

はどうでしょう

か？「1人ひとりの心がけで、火災は1件でもなくすことができます」と団員の方々は、

消防法の改正により各家庭に義務づけられる「住宅用火災警報器」。設置はもうお済みですか？

今月31日の期限が迫っています。

消防団の活動について、詳しくは番組でもご紹介します！

番組タイトル…

「地域防災のかなめ！消防団」

放送日…5月7～9日（木～土）



郷土料理復活伝承クラブ



にごみ

大村郷土料理

大村に古くから伝わる郷土料理「にごみ」はピーナツを入れて煮るのが最大の特徴。地場で取れた材料をたくさん使うことで相乗効果も出て薄味でとてもおいしい一品です！

鶏もも肉 240g	: 2cm角切り、料理酒をわけておく。
ごぼう1本、レンコン 120g	: 皮をむいて2cm角切り、酢に漬けて、あく抜きしておく。
干しいたけ 6枚	: 水に戻して2cmの角切り、戻し汁は残しておき、だし汁の一部にする
煮しめ昆布 24g	: 戻して結んでおく
大根・里芋240g、人参 120g	: 皮をむいて2cm角切り
こんにゃく 120g	: 湯通し、小さめにちぎる
あつめず 2丁	: 2cm位の角切り
サヤいんげん 60g	: さっとゆで、3cm位の斜め切り
ゆでピーナツ 120g	

サラダ油	大さじ3
砂糖	大さじ3
料理酒	大さじ3
薄口醤油	大さじ4・1/2
だし汁	1カップ



●作り方

鍋にサラダ油を熱し、鶏肉を炒め、落し蓋をしてアクをとりながら10分くらい煮て醤油を加えて煮含め、最後にサヤいんげんを加えて火を止める。

食改さんの一言：サトイモは別に煮て、味付けのあとに加えると煮崩れないですよ。

■詳しく聞きたい、講習会を開いて欲しいなどあれば、あなたの地区の食改さんが教えてくれます。国保けんこう課（53-4111）までお問い合わせください。6月は「大村寿司」のレシピをご紹介します。

きれいな街を美しく

おむら夢の花

エコウォーキングの会

大村市は「花と歴史の街」です。街中いたるところに花が植えられ、四季折々の情景を楽しませてくれます。

しかし、道ばたをよく見るとタバコの吸い殻空き缶などが捨てられていて、せっかく色とりどりの花で彩られた街並みが残念なことに色あせています。

「おむら夢の花 エコウォークの会」代表山根さんは、市内協賛団体の協力により、ごみ袋を3000枚製作し、配布されています。

「私たち市民一人ひとりが、身近にできる活動として、散歩がてらにでも、家の周りのごみ拾いから始めて、ごみを捨てない意識をもつて欲しい」と語られます。

「ごみ袋と同梱の手袋もリサイクル（精密工場から出た廃棄品をクリーニング）、ここにもごみを減らす精神がうかがえます。」

山根さんから最後に一言、「まずは皆さんのボランティア精神でごみを無くして、それから花をいっぱい育て、歴史の街を歩いてみませんか。」

楽しいですよ（笑）とコメントをいただきました。

※ごみ袋は無料にて配布されています。

ご希望の方は、

エコウォーキングの会

山根さんへ連絡して下さい。



■おむら夢の花 エコウォーキングの会

代表 山根 連絡先 56-2033

5月
MAY

1 FRI			
2 SAT	三彩の里陶器まつり ☎三彩の里 ☎ 0957-55-8833 スカイパークまつり ☎琴平スカイパーク ☎琴平岳展望所指定管理者岩藤清掃 ☎ 0957-55-8213	取材予定	
3 SUN	のだけ新茶まつり ☎野岳湖公園ロザ・モタ広場 ☎太田 ☎ 0957-55-8617	取材予定	出口小児科医院 ☎ 52-2252 計屋眼科医院 ☎ 52-6888 またの歯科医院 ☎ 55-8261
4 MON			小児科内科しげの ☎ 52-8525 黒木医院 ☎ 54-0211 またの歯科医院 ☎ 55-8261
5 TUE			ありやま小児科 ☎ 49-6410 いわさき眼科医院 ☎ 52-3435 井上歯科医院 ☎ 55-7462
6 WED			須田小児科医院 ☎ 54-7200 後藤産婦人科 ☎ 20-8123 吉原歯科医院 ☎ 52-9911
7 THU			
8 FRI			
9 SAT			
10 SUN			みね内科クリニック ☎ 55-5070 篠原皮ふ科クリニック ☎ 50-1677 南原歯科医院 ☎ 55-1120
11 MON			
12 TUE			
13 WED			
14 THU			
15 FRI			

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。

※記載のイベントや休日当番医は変更になる場合があります。確認をとってからお出かけください。

体の疲労を癒す
ハンズリラクゼーション
『手もみ屋』

ちょっと
息抜き
しませんか？

60分のお客様に限り
酸素吸入15分間無料
サービス!!

●上半身コース

20分(肩・首・中心) ¥1,500
40分(肩・首・腕・腰・中心) ¥3,000

●下半身コース

20分(肩・足・中心) ¥1,500
40分(肩・足・中心) ¥3,000

●全身コース

30分(肩・首・腰・足) ¥2,300
45分(肩・首・腕・腰・足) ¥3,500
60分(肩・首・腕・腰・足) ¥4,500

●お試しコース

10分(肩・腰・足 各部) ¥800

疲労回復・リフレッシュ・成人病の予防などにも、酸素吸入しながらのマッサージをぜひお試しください。

各コースに、プラス200円で15分酸素吸入 ※お試しコースは除きます

※ご予約のお客様を優先させていただいております。お早めのご予約をおすすめします。

TEMOMIYA

クイックマッサージ専門店
手もみ屋

営業時間 / 平日10:00~20:00(受付19:30)
日曜10:00~17:00(受付16:30)
休 日 / 木曜日・祝日・お盆

大村市東三城8番5号共栄ビル1F
TEL 0957-53-6852

●バスターミナル
●BAN BAN様
●ドラッグストアモリ様
至
JR大村駅

大村市女性防火クラブからのお知らせ

住宅用火災警報器は

平成21年5月31日までに 取り付けてください

就寝中も
まかせて
ください

住宅用火災警報器を取り付けたことにより、火事を未然に防いだという事例が大村市内でも5件確認されています。

あなたと大切な家族の生命を守るためにも、住宅用火災報知器の設置が義務づけられています。

■就寝中の出火は発見の遅れもとれない甚大な被害となりやすいことがわかっています。

■就寝中の出火は発見の遅れもとれない甚大な被害となりやすいことがわかっています。

悪質な訪問販売にご注意ください。

■消防署職員が、各ご家庭に火災警報器の販売に伺うことはありません。

日本消防検定協会が性能を確認した「認定マーク(NSマーク)」
購入時の目安としてください。

住宅用火災警報器等の設置場所など、詳しくは大村消防署にご相談ください。

大村消防署予防設備課 ☎ (0957) 52-4138

16 _{SAT}		
17 _{SUN}	大村航空基地開隊52周年記念行事  取材予定	山下外科医院☎ 54-7122 佐伯皮ふ科泌尿器科医院☎ 52-4330 大坂齒科医院☎ 54-4744
18 _{MON}		
19 _{TUE}		
20 _{WED}		
21 _{THU}		
22 _{FRI}		
23 _{SAT}		
24 _{SUN}	大村市春季バドミントン大会 スナメリ CUP2009  取材予定	おおつか内科医院☎ 53-8080 貞松病院☎ 54-1161 峰齒科医院☎ 55-8602
25 _{MON}		
26 _{TUE}		
27 _{WED}	■チャレンジデー 2009  取材予定	
28 _{THU}		
29 _{FRI}		
30 _{SAT}		
31 _{SUN}	第 29 回大村市合唱祭  取材予定	むたクリニック☎ 52-4501 橋口整形外科医院☎ 55-8739 岡齒科医院☎ 49-5277

※記載のイベントや休日当番医は変更になる場合があります。受診される前にご確認ください。



今月のおすすめメニュー

好評
発売中!!



旨味の染みたと
ふんわり玉子

親子そぼろ弁当

360円

好評
発売中!!



ピリ辛の
牛焼き肉で
ごはんがすすむ!

牛焼き弁当

430円

特牛焼き弁当

530円

**天気がいい日は
お弁当もって出かけよう**

お子様ランチ

390円

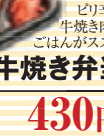
◎ふりがけ
小袋



おにぎりセット

380円

◎ソース
小袋





**ほっともっと
携帯サイト**

お弁当メニュー
や店舗検索など
携帯でカンタ
ン検索。

モバイル会員募集中

新商品やお得なキャンペーン
情報など、メールでお届け。

Hotto Motto

古い貴重な 写真が危ない!!

手遅れになる前に復元を。

色あせ、変色した写真がよみがえります。
複製したい写真をお持ち下さい。

昭和44年頃撮影



色鮮やかに

明治30年頃撮影



白黒が
クッキリ

複製・復元料
210円より

遺影

おつくりします




修正・加工
できます

スタジオ完備 | 記念撮影 | 証明写真 | 出張撮影 |



デジタルも

ナガノカメラ

営業時間／朝9時～夜7時

大村市本町4丁目 TEL 52-3275

お買い得情報URL <http://www.naganocamera.co.jp>

十八銀行 大村支店 ●

宝バチン ●

宝大村駅

ナガノカメラ

当店駐車場

● 国道347号線

● 平安橋

● 至津島

● 至津島

駐車場完備。お車でどうぞ

子育てわたし

子育て ママの

奮闘記

しんいちねんせい



Phイメージ

今年我が家には二人の新生一年生が誕生しました。
一人は中学校、もう一人は小学校で、入学式の為二日間も会社を休むことに。
(会社の皆さん！本当にすみません。そしてありがとう！)
学用品でお金は飛んでいきましたが、どうにか満足できる入学式を迎えることができました。
そんな中で、今私の注目を浴びているのは、次女。頭もよく、機転がきいて、創造性豊か！少々豪傑で、男の子っぽいところがあります。が、かゆい所に手が届く...そんな存在の子です。
ところが、それは小学生になるまでの話。一年生になった途端、張りつめていた糸がぶつりと切れたように、失敗の連続、おまけ

にやる気なし。学校は嫌い！行きたくない。どうしてだろう...と、保育所時代の担任に相談したところ、「○○ちゃんは、結構、友達や周りの大人に気を使っているところがありましたね。ちよつと疲れが出ちゃったのかな？」とのこと。
初耳でした。次女は彼女の人生を何の問題もなく過ごしていると思っていました。それくらいしつかりした子だったのです。でも、考えてみれば...

次女が四歳の時に、五番目となる四女が誕生。まだ生後三か月の四女を左腕に抱き、一歳になり歩き始めたばかりの長男を右腕に抱き、イヤイヤ期まっ盛りだった三女をなだめながら保育所へ通う日々。その毎朝に、次女は文句ひとつ言わず、自分のリュックの他に四女と長男のバックを抱え、私を助けてくれました。時には荷物でいっぱいのはたの、座り込む三女の手を引きながら...

家の中でも、常にアンテナを張り、私や主人の手助けを言われる前にサツとできる次女。小学校に入学した去年、今までの環境とすっかり変わってしまった、もうどうにもできなくなっちゃったのかもしれない。何でも出来る子と思いこんでしまっていた私の思いが、知らず知らずのうちに、次女をそんな風にさせていたのかもしれない。本当にごめんね...
二年生になり、だいたい学校生活にも慣れてきた現在、相変わらず、宿題はなかなか進まないようですが、前のように学校に行きたくない！とは言わなくなりました。(ホッ)
一年間の心の休養は、少しはできたかな？でも、一年生の時にさんざんさぼっちゃった

から、今年はもう少し頑張つて宿題しようね。もちろん、ママもごめん付き合いますよ！

投稿：ぽっこさん

表紙を飾ってくれた1男4女のお母さん。フルタイムのワーキングマザー。毎日七人分の洗濯物と格闘中！

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、編集部まで下のFAXかメールでお寄せ下さい。

作品募集：六月のお題 (あめ)

大村市こどもセンターだより ふれあい交流室



「ママパパ学級」と「マタニティ&ベビーのお部屋」
～妊娠中からみんなで一緒に子育てを考えてみよう！～

●「マタニティ&ベビーのお部屋」

毎月第3水曜日 10時～12時(ふれあい交流室)
妊婦さんと0歳の赤ちゃん子育て中の先輩パパ・ママとの交流(予約はいりません)
※赤ちゃんと一緒に参加の際はバスタオルを持参してください。

●「パパ・ママ学級」

5月17日(日) 10:00～12:30
チャレンジ！パパ① 1人100円 担当：歯科医師・保健師・助産師
5月27日(木) 13:30～16:00
マタニティ♣カフェ 1人300円 担当：栄養士・助産師

〈申し込み・問い合わせは〉

大村市こどもセンター ☎ 54-9100

漢方・外科・内科

前川クリニック

大村市植松1丁目497-4(陸上自衛隊裏の通りから池田第1踏切渡る)

電話 0957-53-6866

E-mail: mscoomra@octp-net.ne.jp



※「ママ」に沿った内容の作品を募集します。×切月10日まで作品は川柳に限らず、ポエム・笑い話・写真など歓迎

作品紹介

「ちっちゃい目 輝く未来を 見つめてる」アップ
「ケーブルテレビ 楽しんで おもしろく さくらみた」 政治



「チョーコー醤油は、醤油、味噌作りを通して豊かな食生活を提供することを使命とし、皆様のご家庭に『健康と美味しさをお届けする』をモットーに、味と品質を追求し努力しています。

長崎で生まれたチョーコー醤油のおいしさをぜひご賞味ください！」



チョーコー醤油大村工場
生産管理課 購買
川島ひとみ さん

ちなみに工場
見学申し込み
は5名以上から。
「チョーコー醤油」
ホームページ
をチェック！

毎日の食卓に欠かせない、身近な調味料「しょう油」でも「しょう油はどのようにして作られる?」「しょう油の種類は?」
このような疑問に答えられる人は、意外に少ないのかもしれない・・・(ちなみに私もその一人。)
「大村うまかもんまつり」の一環で行われた「チョーコー醤油 大村工場見学」に、報道制作部 久保が同行！
溝陸町にあるチョーコー醤油大村工場では、厳選した原料と伝統の技と心を生かし、しょう油と味噌が製造されている。
工場見学でまずアツと驚くのは、最新の機械システムにより管理された生産ライン。瓶詰めされた商品が次々とできあがっていく。しょう油は、半年～1年間も発酵させてやっと出来上がるのだそう。さらに「もろみ」を発酵させている間、なんとクラシック音楽を聴かせているというお話にも驚きである(胎教と同じイメージらしい)。
「チョーコー醤油は少し高い」と主婦の方々。だけど、いいものを使い徹底した管理で作られている「安心・安全」なしょう油。毎日使うものだからこそ、こだわるべきなのかもしれない。



チョーコー醤油 大村工場
毎日欠かせない醤油の疑問をお聴きしました。

作品紹介

お題 「気がつけば とうに背丈も追い越され 嬉し寂しや (こども)」「(定額) 給付金 子ども五人に 頭上がらず 父の威厳は

我老いゆかん」詠み人しらす
どこへやら」一歩のとーちゃん

作品募集：六月のお題 (あめ)

大村の新名物 「天正夢カレー」

中央商店街が中心となって、「長崎街道大村宿まちおこしカレー・天正夢カレー」の発売を始めました。大村特産の黒田五寸人参を使用し、パッケージも「天正遣欧少年使節」をあしらったデザイン。大村の新名物となることまちがいなし。一度ご賞味あれ。



525円でカレーマップの会のお店などで販売中

歴史の散歩道

かつての大村を偲んで

大上戸川

大村市中心部、水田町と西三城町の間を流れる大上戸川(だいじょうごがわ)。

古い資料では大村川と記され(伊能忠敬測量日記より)、かつて筆者が小さい頃は本堂川と呼んでいた記憶があります。(前は金丸橋辺りを本堂川、その上の方を長久寺川、下を大上戸川と呼んでいたという話も聞きます。)が、地図を見ると「大上戸川」とあります。

今では水田郵便局・山崎薬局の間にかかる橋のみ本堂川橋とそのなごりをのこしています。



本堂川橋より望む大上戸川

お詫びと訂正

先月号で紹介した歴史の散歩道において、「本教寺」と明記しておりましたが、「本経寺」の誤りです。

マンボウ 広告募集中!!

★折込部数:29,000部 ★発行日:毎週土曜日発行

★折込地域:大村市・東彼杵郡(東彼杵町・川棚町)

★仕様: B3サイズの2つ折り又はB4サイズ

1・4面/フルカラー(4色刷)・2・3面/青・赤(2色刷)



元気がとりの3人組私たちがお待ちします！

【お問い合わせ先】(株)つじ印刷 マンボウ 〒856-0814 大村市松屋1丁目180-3

TEL0957 (52) 7485

manbow@tsuji-p.co.jp FAX (52) 7148

※テーマに沿った内容の作品を募集します。×切5月10日まで
作品は川柳に限らず、ポエム・笑話・写真など

おたんじょう日おめでとう!



5月6日生
芽衣里 ちゃん



5月2日生
ももね ちゃん



5月17日生
雄貴 くん



5月24日生
田川ともが ちゃん



5月4日生
岩永ちひろ ちゃん



5月1日生
岩永たくま くん



5月17日生
たくま くん



5月28日生
わかね ちゃん

■おたんじょう日を迎えられるお子様の写真を募集しています。
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、折り返し掲載の了承の連絡を
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。



投稿方法：ナガノカメラさん（本誌掲載）でも受け付けています。
また、E-メール Cablep@octp-net.ne.jp
携帯電話からは右のQRコードを読み取って送信できます。



我が家の一員

●ネコちゃん（うさ）
ひなたぼっこが大好き。
大好物はあたたためたミル
クです。（冷たいとおなか
をこわすニャ〜）



街ネタ 大募集

ケーブルプラスでは、あなたの街の身近
な話題を大募集！
メール（必ず連絡先・投稿者のお名前
を記入のうえ、送信してください。）か
FAX、または左下のハガキに記入してポ
ストに投函してください。まってまっす。



PRESENT

■キーワード（番組内で放送しています）

大村市消防団は何分団で構成されているでしょうか？

全 分団

ヒント：本誌10ページのまちづくりニュースをよ〜く読んでね。

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
商品が当選となることがあります。

※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させていただきます。

アンケート

■今月号のケーブル・プラスいかがでしたか？

ご感想をおきかせください。

■その他（川柳・質問・調査依頼 etc）なんでもかまいません。編集部にてネタをください。

★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。
あらかじめご了承ください。

読者・視聴者プレゼント

ご希望の方は、番組内で放送したキーワードを明記のうえ、左記
のハガキにて応募してください。
（番組をご覧になっていない方はヒントを見てね）

1 モリハナヤさんから、
「季節のお花」を2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 チョーコー醤油さんから
「バラエティー4本セット」を6名様

かけ醤油、白だし、あごつゆ、ゆず醤油をセットに
したお料理にはかせない品です。

3 ORC オリエンタル エアブリッジ
株式会社さんより、「長崎空港発
往復チケット」をペア1組。



行き先を鹿児島か宮崎かを選ぶ、長崎空港発
往復航空チケットです。

4 'こてつ' からプレゼント
「SPACE SHOWER TV
オリジナルシャープ・ボールペン」
を5名様。



プレゼント提供店の情報は8〜9ページをご覧ください。
※プレゼントへの応募必切は5月15日必着です。

KIDS
LAND

Cable+

ケーブルプラス

2009.5月号
平成21年5月1日発行

Vol.2



中央保育所のお友達

KIDS大募集!!

ケーブルテレビ「いきいき大村マイタウン」で新しく登場した企画番組「バースデーキッズ」では毎月開かれているお誕生会におじゃまして、その月に誕生日を迎える園児たちをご紹介します。〇月に〇〇保育園に来てほしいという方はオクト・パルス報道制作部（050 - 3432 - 3813）までご連絡ください!この裏表紙に写真を載せたい方もお気軽にどうぞ。

ご愛読ありがとうございます。より一層内容充実に励んでまいりたいと思います。情報提供のご協力をお願いします

編集後記

●バックラインの要。

創刊号の反響が思っていた以上に大きく、いろんな方々からいろんな声やメッセージをいただき、今後のCable+の制作にとっても参考になりました。

市民の方々に楽しみにして頂ける様な「大村の情報誌」を目指して、来月号も頑張りますよ!（＾＾）

●tami

特集の取材をふくめ、我が家の子どもたちと1時間かけて松並から大村公園まで歩きました。ひょっとして一番バテていたのは私かも。（・・、）

●8438♪

「ツーリングの季節がやってきたぁ〜!!愛車バリオスも張り切っております（＾＾）夏は北海道ツーリング行きたいなぁ・・・」

●こてつ

TRに夢中のこてつです（＾＾）ツーリングも釣〜りんぐも楽しめる季節がやってまいりました!「楽しみた ああ楽しみた 楽しみた」こてつ心の俳句!



さてさて、ケーブルプラスを片手に市内ブラブラするぞー

地デジを見るなら

アンテナいらずで高画質のケーブルテレビで!



ケーブルインターネットも月々わずか1,890円〜ご利用いただけます。

資料請求はお気軽に

※右ハガキに必要事項を明記の上、投函してください。

あなたの街のケーブルテレビ

オクト・パルス株式会社

大村市岩松町336番地13 TEL.0957-54-3811

料金受取人払郵便

大村支店
承認

041

差出有効期限
平成21年11月
30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

オクト・パルス株式会社

行



該当するものに☑をつけてください。

- ☐ ケーブルテレビに既に参加している
☐ ケーブルテレビに参加していない

お名前 フリガナ

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) ()

オクト・パルス株式会社は、お客様情報の適正な取り扱いに努めています。下記URLをご覧ください。お問い合わせ先：0957-54-3811

ケーブル・プラス 5月

キリトリ

発行 行 オクト・パルス株式会社 〒856-0044 長崎県大村市岩松町336番地13 TEL.0957-54-3811
企画・制作 プラス・クリック 〒856-0814 長崎県大村市松並1丁目15-2 TEL.0957-56-9980
「ケーブルプラス編集部」 オクト・パルス内 mail cablep@octp-net.ne.jp FAX 0957-52-1921