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 11 Vol.8

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

いっしょにパン食べよ

こだわりパン屋さんの
おいし～いパンを紹介します。

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ぉめーしょん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・おたんじょう日おめでとう・KIDS LAND

パン食べよ

おいし〜いパンを紹介します。

こんなパン見たことない！というような、
名前もおもしろいパンが並んでいます。
使われている野菜や果物はすべて地元で
とれた新鮮なものばかり！
季節ごとに通って、いろんな旬の味を
楽しみましょう

松尾さん

毎日愛情こめてお作りしています。
ぜひお立ち寄りください。

ねぎみそパン・・・・¥130

甘めの木場みそと、福重産のねぎを散らして焼き上げた和風パン。意外に合うんですよ。パンとみそ！

さつまいもデニッシュ・・・・¥200

さっくりとしたデニッシュ生地に、ほっくりさつまいもと手作りあんがベストマッチ！

なかなかまとまらない生地
「こら！まとわりつくんじゃない！」
唐津からの団体に混じって参加させていただきました
選手交代！
まとまってきたら生地をたたきつける！

編集部おすすめ

しょうがぱん・・・・¥80

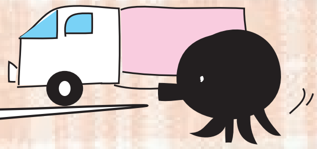
シュシュではしょうがもパンに入っちゃうんですよ。
しゃきしゃきショウガにグラニュー糖がまぶしてあって、冷え性が多い女性にも強い味方！

シュシュ収穫祭

11月7･8日（土･日）

限定商品が登場します！どんなパンかお楽しみ♪

おおむら夢ファーム　シュシュ
弥勒寺町486　TEL55−5288
㈱10:00〜18:00　㈭第3水曜



移動するパン屋さん プチモニ

プチモニ号に乗ってパンがやってくる！
このオレンジの車、見かけた方も多いでしょう。曜日ごとにコースが決まっていて、岩松にあるオクトパルスにも毎週金曜の11時前ごろに来てもらってます。
パンだけじゃなくてジュースやコーヒーがあるのもうれしい♪

ボストーク・・・・・・・・¥80

フランスパンを企業秘密のシロップにつけこんで、アーモンドバターを焼きこんだやわらかくて甘いフランスパン。

メロンパン・・・・・・・・¥120

定番中の定番。外はさくさく、中もさくさくでおいしー♪

プチモニ号の看板おばちゃん"すみちゃん"いつも陽気でこの日はパンエプロンまでつけてくれました！

編集部おすすめ

Wチーズフランス・・・・・・¥150

おいしいフランスパン生地の中にコロコロチーズ、うえからとろけるチーズがかかっていて、はみ出して焼けたぱりぱりの部分があるときには超ラッキー。速攻で食べます！

プチモニ号が待てない！という方は本町アーケードにあるお店へ！種類も豊富です。
毎週金曜日だけ作られるフランス食パンもかりっともちもちで必食です。
（17時以降は2割引！）

ポイントカード
400円ごとに1ポイント、
25ポイントで500円券に

焼きたてのパン　プチモニ
本町453-2　TEL54-8770
㈱ 7:00〜19:00（土曜のみ、売切れ次第終了）
㈭ 日曜

全種類　制覇したい!! ノンフライラスク専門店 オンリーワン Only One

すべて油を使わず、窯で焼き上げてあるラスクはカリカリでヘルシー。さくさくとした軽い口当たりでいくらでも食べられそうです。お店には25, 6種類のラスクがあってバラエティー豊か！たくさんの味の中からお気に入りの味を探すもの楽しいですね。冬にはチョコ系の新作も出る予定です。

ガーリック・・・・¥126

フランスパンと相性抜群のガーリック、お酒のおつまみとしてもGOOD！

しみこみチョコ・・・・¥210

パンをチョコにどっぷりつけてから焼いてます。チョコがしみこんでます！

ミックス・・¥210

ゴマやメロン、いちごなどいろんな味が楽しめます。迷ったときには迷わずコレ！

編集部おすすめ

バナナ・・・・¥210

バナナマニアこてつが絶賛！バナナの味がしっかり出てます。

ノンフライラスク専門店　Only One
久原2丁目1108　TEL53-5428
㈱ 5:00〜18:30　㈭ 日・祝日

くるみとライ麦パン・・¥680

無添加くるみに有機ライ麦粉、天然塩…原材料をみればそのシンプルさがわかります。

酵母を液種から培養をくりかえし、らパン種をおこして生地を作り…がるまでに30日はかかっているなきです。12,3種類の小麦粉をそれパンにあわせて配合し、パンのレ200種類以上！小麦粉や旬の素母の味を味わってもらいたいと、バ砂糖は一切使われていません。シだからこそ、ごまかしのない本来のさが味わえる、アレルギーの方や限のある方にも安心して召し上が

パン工房 TAKUMI

かぼちゃ食パン・・・・¥440

天然酵母で新しく始めました。かぼちゃをねりこんだ生地はふわふわでそのまま食べてもおいしい！

大人のかぼちゃプリン・・・・¥100

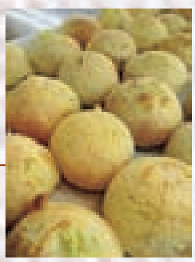
中にかぼちゃのペースト、上にはメープルシロップジャムがのっかって甘さはおさえめ。

買ったパンを店内、外にあるテーブル席で食べることができますよ。
ホットコーヒー60円
アイスコーヒー70円

編集部おすすめ

チーズ・ポン・・¥120（3個）

もちもちの生地をかむとふわっとチーズの香りが広がるチーズ・ポン。車にのって速攻で1つぱくり。ちょっとちゅうちょしながらも2つ目ぱくり。次を食べると後はない…だがしかし…の葛藤に負け、最後の1つをぱくり。私が買うと、家までたどり着きません。



パン工房　TAKUMI
大川田町42-1　TEL55-5976
㈱ 7:30〜19:00　㈭ 火・金

いっしょに こだわりパン屋さんの

えっ？こんなところに？ 森のパン屋 エピ

大納言
····大¥400　小¥200
あんこと牛乳で練った生地に大納言豆が入って、年配の方にも人気のパン。

ブラウンブレッド
····大¥400　小¥200
生地にはブランシュガーが練りこんであって、くるみも入っています。

編集部おすすめ

ダッチタイガー
····¥110
こんなチーズクリーム初めて！生地の甘さと絶妙なハーモニー！自家製米粉でできたクッキー生地がのっかってます。

重量感があり、腹持ちがするしっとりとした生地が特徴で、ひとくち食べて“おいしい！”と思わず口に出してしまうほど。材料の配分がその秘密のなのでしょうか。ローフブレッド（大きな塊のパン）の種類も多く、特別な日やプレゼントに買っていく方も多いとか。まとまった注文があれば配達もしてくれます。

本当は教えたくないほど大好きなお店なのですが ケーブルプラスの読者だけに教えちゃいます！

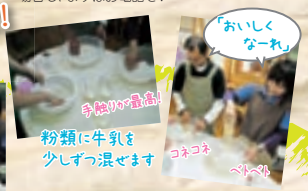
森のパン屋　エピ
小川内町722−1　TEL53−3617
㊗ 水曜・土曜のみ営業
11:30〜売切れ次第終了

コーヒーは無料で、テーブル席もあり、パンを食べながら、日々変化する田んぼの景色を眺めてゆっくりとした時間がすごせる空間です。

パン作り体験もできる おおむら夢ファーム シュシュ

ミルクパン教室　<3日前までに用予約>
料金（1名）1,000円　親子ペア1,700円
所要時間　90分程度
教室は10名以上からできますが、それ以下の場合も、まずはお電話を！

編集スタッフ4人でシュシュのミルクパン教室に参加しました！



自然の恵みを味わおう！ 天然酵母パン

イーストをつかったパン作りは焼き上がりまで4時間以内でできますが、天然酵母を使うと10時間はかかります。スローブレッドといわれるゆえんですが、単純に発酵時間が長いというだけではなく、温度や湿度などの影響を受けやすく、とても難しいパンなのです。それでもじっくりと作り出された自然の風味は一度食べたら忘れられません。

ジャスパー　ベーカリー・カフェ

自家栽培のオーガニック野菜、国内産小麦、きび糖、天然塩など、体に優しいもの天然素材だけをつかった味わい深いパンです。

日替わりランチメニュー··¥680
（パン・オーガニックスープ・小鉢・デザート・ドリンク）
取材した日は…
冬瓜スープ、ベーグルサンド、揚げ茄子、紅甘夏シャーベットとザボン漬け

ジャスパー　ベーカリーカフェ
久原1-465-1　TEL54-0773
㊗ 11:00〜15:00
木曜日のみ営業
http://www.jasper1.com

10数年前から趣味で焼いていたパンを本格的に始めて、今年の4月にはカフェまでオープンさせた、チャドさん夫妻。今は週に一度の営業ですが、将来的にはもっと増やしていけたらと話されています。オーガニックコーヒーやカナダのメープルティーなどドリンクもナチュラル志向。
県内でも少ない「健康づくりのお店」として県から認定されています。手間と時間をかけてつくった野菜とパン、採算度外視のカフェメニューです。

藻塩スティック····¥380
かぼちゃ、モロヘイヤ、玉ねぎベーコン、ニンニクバジルなど種類はたくさん！ゴマが一番人気?!

南瓜ベーグル····¥380（2個入り）
乾パンのように、噛んだ奥からおいしさがにじみ出てきます！
こんがりトーストしてバターをつけていただけばもう至福のひと時！
一目ぼれにも似た心境です。

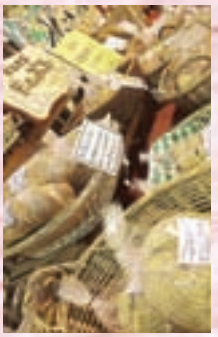
編集部おすすめ

ぱん工房まぁぶる

鈴田峠農園にあるよ

鈴田峠農園
中里町452-8　TEL48-5523
㊗ 平日　9:00〜18:30
土日祝日　9:00〜19:00

雑穀ソフト····¥450
きび、ひえ、はと麦など12種類の雑穀をブレンド。
もちもちっとした食感です。



自家製それか焼きあんて驚ぞれのシピは材、酵ターやンプルおいし食事制れます。

＊健康づくりのお店とは…メニューの栄養成分表示やヘルシーメニューの提供、ヘルシーオーダーやたばこ対策などを行なっているお店のこと。

ャスコ大村店内）

ジャスコ大村店内　TEL27−3484
営10:00〜22:00　無休

品）が入れ替わり、常時、約80種類のパンがそろっています。
よね」という人には惣菜パン!サンドイッチやドッグの種類も豊富ですよ!

デニッシュ ····¥198
練りこんだカングとクリームフォンデュソーチーズ!

¥120

安心・安全はもとより、お客様においしいパンを食べていただけるよう、従業員一丸となってパン作りに励んでおります。

300円以上でスタンプ1コ、20コ集めたら素敵なプレゼントが！

マリーク原店（エレナク原店内）

久原2-888-1　TEL50-0009　営8:30〜22:00　無休

明太・ベーコンフランス ····各¥150
さくさくのフランスパンに、バター仕込の明太子、ベーコンとマスタードが入った2つのバージョン。どちらもシャキシャキのキャベツがはいって軽い食感です。

万年山（チョコマーブル・ミックスフルール） ····各¥80
かわいい四角形のパンに、クルミやドライフルーツ・チーズソースなどがはいっていておいしいハーモニーが楽しめます。

ブルーベリーの田舎パン····¥250
編集部おすすめ
ハード系の生地に、普通ならレーズンでしょう！と言いたくなるところにブルーベリーが入っているんです！これがまたよく合うんですよね〜♪

毎週木曜日は食パンデー
ホテルブレッド、フランス食パン、セサミ、トスカーナブレッド、レーズンなど、普段は出ない食パンが!
そのほか、月曜日は 10%オフセール、火曜日は 99 円セールなどもやってます。

小さいお子さんからお年を召した方まで、幅広い方に召し上がっていただけるようなパンを焼きたてで提供しています。

200円に1点、20点で200円券に。
マイバッグ持参でも1点。一緒にエコを目指しましょう。

ー（トライアル大村店内）

松並2丁目92-1　TEL49-5553
営24時間（予約受付9:00〜19:00）
無休

70〜80種類揃っています。
直営店なので24時間いつも魅力。

季節の新商品も豊富な品揃え!!

ッド····¥249
て手作りというこだわり。ブレッドをもとめて行列どの人気です。なかには保からのお客様も多いと

商品は直接備え付けの袋に入れてレジで精算できるので、他のお買い物の手を煩わせることがありません。
またピザはご注文をいただいてから15分ほどで焼き上がるので熱々をお持ち帰りできます。

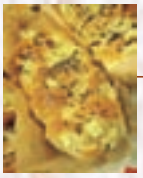
ッサン 1個¥25
安い!!パ感は何個きません。

まごころこめて、焼き上げています。只今、クリスマスピザのご予約を受け付けております

焼きたてパン ホルン（まるたか富の原店内）

富の原2-693　TEL55-6851　営 9:30〜22:00　無休

季節に応じて、50〜60種類のハード系から菓子パン、調理パンまで幅広い種類の商品をとりそろえてあります。



包み焼き鳴門金時芋あん ····¥260
甘くてほっこり、鳴門金時芋を使用したあんを巻き込み焼き上げてあります。

はちみつりんごパン ·····¥140
紅玉りんごのさわやかな酸味とほんのり甘いビスケット生地と香ばしいアーモンド♪

特売情報
火曜・金曜　100円均一セール
土曜日　ホテル食パン540円→460円

カルツォーネ·····¥160
編集部おすすめ
あったかいのをたべると、これでもか！という位、ナチュラルチーズがとろけて攻めてきます。ベーコンの塩気もあいまって最高！

当店自慢のホテル食パン！

高速船で行く軍艦島上陸と高島クルーズ

軍艦島を世界遺産にする会・坂本理事長の同行解説。
6,500円（高島と軍艦島）

近代化産業遺産群としての「端島（通称：軍艦島）」は、ただの廃墟ではありません。そこには、高度成長期の日本の歴史と人々の生活の物語があります。人々はここで命がけで労働し、生活し、家族と語らい、友達と遊んだ。恋人たちもこの狭い島の中でデートしました。そんな近代化産業遺産の軍艦島を世界遺産にする会理事長 坂本道徳氏がご案内します。

お申し込みは
http://www.nagasaki-tabi.jp
「浪漫ながさき旅情報」

NAGASAKI 浪漫ながさき 旅情報

大　人 1000円
小中高生 500円
通常料金で入場するより最大でこんなにお得です!
大　人 700円
高校生
中学生 350円
小学生 300円

入場可能施設は
グラバー園、大浦天主堂、出島、長崎歴史文化博物館、長崎県美術館、原爆資料館、長崎ペンギン水族館、遠藤周作文学館、亀山社中記念館
以上から３施設を選べます

購入場所は
総合観光案内所（JR長崎駅改札口横）
長崎市内宿泊施設など

話題の亀山社中記念館にもご利用できます!

（社）長崎国際観光コンベンション協会
ホームページ　http://www.at-nagasaki.jp/
TEL095(823)7423　FAX095(824)9128　〒850-0862 長崎市出島町1-1 出島ワーフ2階

みんなで楽しくパンを作ってま～す♪ 就労支援施設でのパン作りを紹介!!

社会就労センター 三彩の里 パン工房 Bonne（ボンヌ）

ボンヌはフランス語で「美味しい」という意味

作っているのは注文の黒糖パン！

現在　利用者4名、職員2名で製造

菓子パン、調理パン、ハード系からパウンドケーキやラスクまで、たくさんの種類を少人数で一生懸命作っています。ただ今パン工場で働くメンバー募集中！一緒においしいパンを作りませんか？

社会就労センター　三彩の里
パン工房　Bonne（ボンヌ）
原町802-1　TEL55-8830
http://www4.ocn.ne.jp/~sansai/

こちらはロールパン、焼き上がりのあつあつを頂きましたが、ほんとに美味しかった！食べるのに夢中で写真を撮るのを忘れました…

ボンヌの無添加食パン ・・・・¥420

美人でおいしい食パン！
うずまきがなんともキュート

バイツエンブロート・穀物クラフトカンパーニュ ・・・・各¥400

ライ麦を使った、大村では珍しいドイツパンは、食物繊維やミネラルが豊富。デトックス効果もあり女性におススメです。もっちり味わい深くて酸味があり、好きな人は大好きです。薄くスライスして野菜などをサンドしていただくと、気持ちはバイエルン！
ドイツパンはイベントなどの特別な時に登場しますが、注文にも応じてもらえます。

社会福祉法人　ことの海会

キッチンあい彩館 コットンベーカリー

陰平町57-1　TEL46-6585

現在　利用者4名、職員1名でパン製造

今年の1月に開設されたキッチンあい彩館では給食やお弁当を製造していますが、5月からはパン部門“コットンベーカリー”がスタート！食パンやフランスパンは毎日焼いており、市内のレストランへも卸しています。
長崎県HACCP（ハサップ：危険分析重要管理点方式）基準の設備で、衛生的で健康的なパンが作られています。

やたらと美味しいフランスパン！
お父さんは酒のつまみにちぎって丸ごと一本食べちゃいます！

自慢の食パン

ふわふわでリピーターが一番多い食パンです。ゴマが入ったのもイチオシ！

<各種イベントに是非どうぞ>
イベントにパン販売ブースがあればいいな。子ども会の集まりでパンを配りたいな。幼稚園遠足のおやつにパンもいいんじゃない？
そんなときご相談ください！

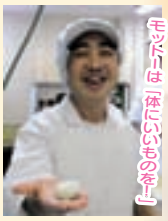
ワークショップみらい みらいベーカーズ

大里町1150　TEL53-0054

人気はミニパンシリーズ ・・・・¥150（4個入り）

白あん＆つぶあん、チョコ＆クリーム、メロンパンなど

皆さんパン作りが好きな方ばかり。就職を目指して本格的にがんばっている方も！自分の手でつくったパンが膨らんで焼きあがるのがうれしいと、みなさんいきいきと作業されています。

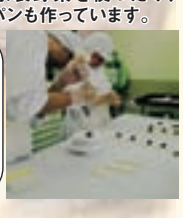


モットーは「体にいいものを」

現在、通所者約10名、職員3名でパン製造

熊本産の小麦をはじめ、材料にこだわった無添加パンを手作りしています。
季節の自家製野菜を使ったり、天然酵母パンも作っています。

みらいベーカーズのパンは、道野駅や市役所、旬の里などで購入できます。



パン工場大村店（ジ

毎月、季節ごとにフェアー商品（5,6
「パンではすぐおなか減っちゃうんだ

ダブルチーズ

エダムチーズをリカリのトッピチーズを使用たスの大満足W

ロイヤルハード・・・・¥120

サクッと焼き上げたソフトフランス生地にからじわっと染み出す甘い油脂。是非あつあつのうちに食べたい!!

編集部おすすめ

ワオンパン・・・・

電子マネーのキャラクターワオンがパンになっちゃった!食べるのがもったいないほどかわいいワオンパンは、お客さまわくわくデー（WAONポイント2倍）にあわせて5,15,25日限定発売!
（中はチョコクリーム）

トライアルベーカリ

季節に応じた商品をはじめ、常にお手軽お値段の商品が多く、またでもパンを購入することができるの

ホテルブレ

粉からすべ焼きたてのができるほ長崎や佐世か。

ピザ・・・・1ホール¥960 1カット¥120

常に8種類を用意してあり、季節に応じたメニューも楽しめます。

編集部おすすめ

ミニクロワ・・・・

大村で一番リッとした食食べても飽

SASEBO の あそび方!!
佐世保
©やなせたかし・SASEBO

「九十九島（くじゅうくしま）かき食うカキ祭り・秋の陣」

日時　11月1日(日)・3日（(火)・(祝)）・7日(土)・8日(日)・14日(土)・15日(日)・21日(土)～23日（(月)・(祝)）・28日(土)・29日(日)
午前10時～午後4時

場所　西海パールシーリゾート大芝生公園

「九十九島かき」とは……
九十九島の澄んだ美しい海で育ったカキです。
ミネラルたっぷりの海で育っているので
小ぶりだけど旨味が凝縮され格別の味です!!
水揚げされたばかりの新鮮なカキを
炭火で焼いて熱々でほおばれます！

■詳しい情報は
佐世保観光のホームページ　http://www.sasebo99.com
佐世保観光情報センター　☎0956－22－6630（9:00～18:00　年中無休）

大村のコミュニティチャンネル

いきいき大村マイタウン

デジタル 111ch
アナログ 60ch

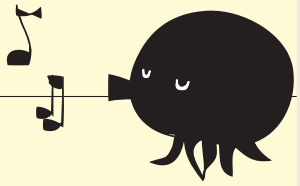
タコ通信

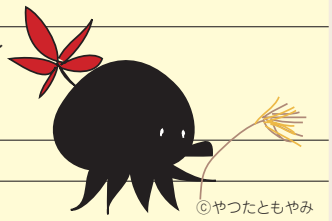
第32号

オクト・パルス報道制作部

11月の放送内容

1日（日）	●リクエスト番組（皆様からリクエストいただいた番組を再放送）
2日（月）〜4日（水）	●西大村中学校吹奏楽部定期演奏会 ●三浦かんさく祭り ●第２回大村市ピンクリボンフェスタ
5日（木）〜7日（金）	●大村高校定時制もみじ祭 ●オーロラ博士赤祖父俊一先生「オーロラの下で」講演会 ●癒しの時間
8日（日）	●日曜特番「市内小学校音楽会」歌と演奏で楽しいステージ
9日（月）〜11日（水）	●大村ライオンズクラブ結成 45 周年式典 ●自衛消防隊初期消火操法競技大会 ●大村つれづれ紀行
12日（木）〜14日（土）	●のぞき見！ツバキ油づくり〜冨永製油〜 ●牧場まつり ●土に生きる
15日（日）	●日曜特番「市内小学校音楽会」歌と演奏で楽しいステージ
16日（月）〜18日（水）	●まちづくりニュース「西小っ子を守りたい！」 ●果樹試験場一般公開 ●サークルにおじゃまタコ！
19日（木）〜21日（土）	●大村再発見〜大村さるく　身近な町並み〜 ●富の原まつり ●第 21 回舞台芸術祭
22日（日）	●日曜特番「市内中学校音楽会」
23日（月）〜25日（水）	●イッチーの釣り日和 ●環境保健研究センター一般公開 ●チビ鉄がゆく　鈍行列車の旅〜旧長崎本線　第３章〜
26日（木）〜28日（土）	●2009 ため池フォーラム in ながさき ●第９回おおむら秋まつり ●ア・ラ・カルト【総集編　前編】
29日（日）	●日曜特番「市内中学校音楽会」
30日（月）	●バースデーキッズ〜萱瀬保育園のおともだち〜





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

スタッフの取材日記 vol.8

秋は実りの季節。市内のイベントもテンコ盛りです。週末は100%取材しています。
しかし、テレビに映らない部分でも密かに活動をしている報道制作部の重松です。
今、大村市観光コンベンション協会では、スイーツガイドブックを作成しています。スイーツのことならば女子に聞けということで、元大村フラワー大使の皆さんで結成されている「フラワーメイツ」の方を中心に、市内のスイーツを調査しています。食べるだけじゃなく事細かな情報を収集するのって甘くないんですよ。私もフラワーメイツスイーツ組の一員なのです。
（注）無理やり入ったわけではありませんよ！お願いされて…
会議は2週間に一度のペースで行われていますが、それはそれは華やかです。市内外に大村の美味しいスイーツをご紹介するため、仕事が終わってから会議をしています。和菓子と洋菓子が掲載されたガイドブックは12月中旬完成予定です。
※この日は取材も兼ねて会議に出席したもので…写真に私が写っていません。

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

※いきいき大村マイタウンの内容充実により、放送時間が変動になる場合があります。ご了承ください。

小学校・中学校音楽会　生放送！

市内の小学校・中学校の子どもたちが集まり、毎年音楽会を行っています。昨年は中学校の音楽会を生中継しましたが、さらに今年は小学校音楽会も生中継！仲間と心を一つにして歌う合唱や演奏は、聞く人の心に感動を与えます。
リアルタイムで子どもたちの歌声をお聞きください！

大村市民会館から生中継！

♪小学校音楽会♬
11月5日㈭
午前10時30分～

♪中学校音楽会♬
11月6日㈮
午前10時30分～

日曜特番

今月の日曜特番は、生中継を行う小学校と中学校の音楽会を２週ずつお届けします。

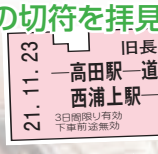
放送日　11月８・16日（日）‥小学校音楽会
11月22・29日（日）‥中学校音楽会

チビ鉄がゆく！鈍行列車の旅
～旧長崎本線～第３章

諫早駅から出発したチビ鉄･列車紳士･おばちゃん3人の旧長崎本線の旅も今回で3話目。昔の姿を留める道ノ尾駅、意外な事実を持つ浦上駅。駅の歴史とあわせて町の歴史にも触れていきます。

昭和57年の水害時
道ノ尾駅付近

今回の切符を拝見



吉村さんが好きなブルトレが
大村線を走る！

第３章　「駅と街の歴史」
◎高田駅（平成6年開業と新しい駅）
◎道ノ尾駅（駅舎の反対側にあるもう一つのホーム）
◎西浦上駅（駅と商店街）
◎浦上駅（明治38年までここは○○駅だった）

放送日　11月23日～ 25日（月～水）

サークルにおじゃまタコ

サークルやクラブにタコのおっくんがおじゃまして皆さんの活動の様子をご紹介します。取材依頼も大歓迎ですよ！
今月はこちら2つのサークルにおじゃまタコ！

★ソフトボールをこよなく愛する男たち！「大村互寿会（おおむらごじゅかい）」

練習：毎週水曜・土曜日13:00 ～ 15:30　鈴田運動広場

大村で唯一のシニアチームでありながら、県 No.1の実力を誇るチームです！「お互いの健康維持と高齢者のスポーツ振興に貢献したい」との想いで33年前に発足。部員数は50名、年齢層は…62 ～ 82歳！練習の様子からは年齢を全く感じさせない「元気100%」の皆さんの活動風景をご紹介します。

★音感・リズム感を体で育もう！「大村リトミックサークル」

活動：毎週月曜日　10:30 ～ 11:30コミセン音楽室

音楽室からはちびっ子たちがゲームのような遊びをしながら、タンバリンをたたいたり歌ったりと、にぎやかな音が聞こえてきます。
ここではリトミックという音楽教育法で、音感、リズム感、そして社会性をも身につけています。
番組では子どもたちの楽しそうな表情をご覧ください！
♪メンバー大募集！２～４歳児集まれ!!

放送日　11月16日～ 18日（月～水）

のぞき見！
ツバキ油づくり　～冨永製油～

ツバキ油といえば五島のイメージがありますが、ここ大村でもツバキ油は作られているんですよ。三浦・溝陸の冨永製油さんでは、3代にわたってツバキ油をはじめ菜種油やごま油などを製油されています。

9月の下旬から2月ごろまではツバキ油の季節。ヤブツバキの実を干して絞ってろ過して…って簡単に説明はできますが、実際は奥が深いんです!! そのあたりを詳しく冨永さんにお聞きしながら、なかなか見ることができないツバキ油づくりを追いかけます。

ココのぞき→

＊五島とは違う天日干しの効果とは ?!
＊さくさく絶品！ツバキ油でぜいたく天ぷら
＊ツバキ油、食用以外の利用法とは ?!

放送日　11月12日～ 14日（木～土）

イッチーの釣り日和
「馬場先波止でメバル釣りに挑戦！」

メバルは11月～ 3月ぐらいが釣りごろ。そして釣り方にはいろいろあるのですが、私はルアーでの釣りをお勧めします。なぜなら仕掛けが簡単！ラインはフロロカーボンもしくは PE（当たりがわかりやすい糸）で、0.8号か１号といった細いものを使ってください。眼張（メバル）というだけあって目がいい魚なのでラインが見えているかも ?!

放送日　11月23日～ 25日（月～水）

情報・メッセージはこちらまで ➡ TEL.050-3432-3813 報道制作部
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㈱

¥225

お米のもっちり感を生かした食卓パン。低カロリーで腹持ちもGOOD！

パン工場
（ジャスコ大村店内）

スイートポテトのモンブラン¥100

サツマイモを練ってモンブラン風にトッピング。幅広く人気です。

マリー
（エレナ久原店内）

ショコラフレーズ ¥69

チョコと生クリームのバランスが絶妙。甘くなく大人気。毎日100個完売するのもうなずけます。

トライアルベーカリー

アーモンドプレスト ¥220

アーモンドクリームをかけて焼き上げ、中は何も入ってないけど飽きの来ないおいしい味です。

森のパン屋 **エピ**

う ¥220

レーズンたっぷりでずっしりしっとり♪

焼きたてのパン プチモニ

ノンフライラスク・くるみ¥210

食パン生地のラスクです。くるみがはがれ落ちないのは技あり！

Only One

マロンショート・カフェオレショート¥99

マロン風味の生地、カフェオレ生地にホイップクリームをサンドしました。

パンスタジオ
（マックスバリュー諏訪店内）

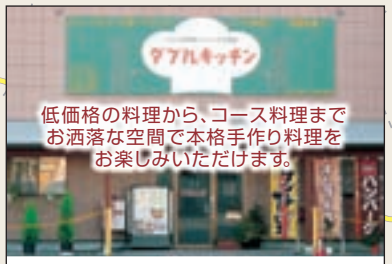
天然酵母の雑穀ソフト¥450

12雑穀が入ったシンプルなパン。オリーブオイルをつけたりしてお食事にどうぞ。

天然酵母 **まぁぶる**

わがまち大村 いんふぉめーしょん MAP
ー大村市内のパン屋さんー

地図に載ってないパン屋さんもあります。
あとは皆さんの足と口で探してみてね♪



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)

シュシュ
大村市弥勒寺町486
TEL0957-55-5288

ホルン富の原店(まるたか富の原店)
富の原 2-693　TEL55-6851

Bonne(三彩の里内)

かやぜ産直

おおむら夢ファーム シュシュ

旬の里

パンスタジオ(マックスバリュー店内)

パン工房 TAKUMI

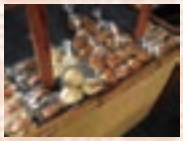
ホルン(まるたか富の原店内)

トライアル

産地直売所でも手づくりパンありますよ～

旬の里

かやぜ産直



道野駅

お！いもちゃん　￥170

むらさきイモを練りこみ、中には丸ごとおいもとあんこが入ってます。見た目もおいもそっくりでしょ。

おおむら夢ファームシュシュ

パン・ド・カンパーニュ（田舎パン）￥190

玄米、タマネギ、グリーンピースなど、季節によっていろんな種類が登場します。

ジャスパーベーカリー

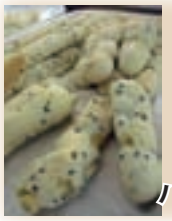
お米パン　￥

メープルめろん　￥168

中には独特の甘く香ばしいメープルシロップを包み込んだサックリメロンパン。

ホルン（まるたか富の原店内）

さつまもちもち　￥120



さつまいもがゴロゴロで生地はもちもち！
たくみ一番人気です。

パン工房　TAKUMI

デニッシュぶどう

まちづくりニュース

放送日：11月16日(月)～18日(水)

西小っ子を守りたい！

西大村小学校の子どもたちの登校時間。黄色い旗をもって横断歩道や車が多い交差点前で毎朝あいさつ運動を行い、登校する子どもたちの安全を守っている人たちがいます。

その中には、交通安全協会の方や交通安全母の会連合会のみなさん、西大村小学校区青少年健全育成協議会のみなさん、各町内会のみなさんなど、多くの方がいらっしゃいます。

みなさんにお話を聞いてみると、あいさつ運動を始めた頃は子どもたちもなかなかはずかしがって、あまり挨拶もしなかったそうですが、最近では、だいぶ声もでてきてよく挨拶してくれるようになったと笑顔で話してくれました。

子どもたちが元気のない声で挨拶をすると、「どげんしたとね？なんかあったと？元気ださんば！」などの声もかけられていました。

あいさつ運動

西大村小学校の校門前では、校長先生や6年生が立ち、あいさつを毎朝行っています。6年生のあいさつ運動は伝統になっているようです。

西小っ子を守る活動は登校時だけではありません。下校時間になると、西大村地区町内会長会のみなさんによって、毎週青色回転灯装備車を使ってのパトロールも行われています。子どもたちがあぶないことをしていないか目を配るため、また不審者から子どもたちを守るために、会長会で手分けして行っています。

このように、子どもたちのために多くの方が活動されていますが、活動に参加されていない地域のみなさんにも、もっと普段から気軽に子どもたちに挨拶をしてほしいと、みなさん願っています。

同じ町内に住むものとして、子どもたちのよい見本として、大人たちがもっと当たり前のことを当たり前にできるようになれば、もっと住みよい「まち」ができるはずです。

みなさんは、子どもたちの安全と笑顔を守るために、今日も元気にあいさつをしています。

「おはようございます！」

郷土料理復活伝承クラブ ―製作冊子より―

じゃがいものだんご汁

by こてつ

寒いときには身体が温まる汁物が一番！以前は誰もが食べていただんご汁は、エネルギー補給にもってこいの一品です。このレシピはシンプルですが、他の具材をいれてもいいですね。

分量（4人分）

ジャガイモ…100g	
だし汁……350cc	片栗粉……少々
三つ葉……少々	塩……ひとつまみ
小ねぎ……少々	薄口しょうゆ…小さじ1

□は調味料

① ジャガイモの皮をむき、おろし金でおろす。
② フキンで包んで水分を絞る。（絞り汁はとっておく。）
③ 絞り汁の上澄み液をそっと捨て、下にたまったデンプン質を片栗粉と一緒に②のフキンで絞ったものと混ぜる。（この時、食塩を少々入れても良い）
④ ③を丸めてだんごを作る。
⑤ だし汁に薄口しょうゆと塩で味を調え、④のジャガイモだんご、小ねぎ、三つ葉などを散らす。

食改さんの一言：
だんごは食べる直前に入れないと、崩れてしまいますよ。

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。

大村競艇

11月のイベントニュース！ & 施設紹介！！

競艇発祥の地記念館 11/16 オープン

昭和27年4月6日、全国で初めてモーターボート競走を開催した大村競艇は、「競艇発祥の地」です。以来、半世紀以上にのぼる大村競艇の歴史を顕彰するために、「競艇発祥の地記念館」を開設しました。

11/1(日)

①12:10頃～
②14:45頃～

博多華丸・大吉 お笑いライブ

ターンマーク坊やの巨大ふわふわ

11/1(日)・7(土)・8(日)・21(土)～23(祝)・28(土)・29(日)

開門～12R締切時間

無料!!

Racing Pia Omura kyotei
レーシングピア大村競艇
長崎県大村市玖島1-15-1 Tel.0957-54-4111
http://www.omurakyotei.jp/

■白熱のレースのもようを大村競艇チャンネルで完全生放送しています。 デジタル024ch アナログ27ch）

11月 November

1	SUN	♥パパと日曜日　ふれあい交流室で自由遊び（10:00～15:00　こどもセンター） ■おおむら野岳湖ウォーク 2009　10時スタート	出口小児科医院 ☎ 52-2252 レディースクリニックしげまつ ☎ 54-9200 まつかわ歯科医院 ☎ 54-3988
2	MON		
3	TUE		寺井医院 ☎ 52-3574 神田クリニック ☎ 48-5648 すみ歯科医院 ☎ 49-5808
4	WED	♥ベビーのお部屋　0歳児のお子様と保護者の方の交流（10:00～12:00　こどもセンタープレイルーム） ♥出前子育てつどい　楽しく遊ぼう（10:00～　松原住民センター（認定こども園昊天宮保育園：TEL55-0922）） 大村競艇 JLC 杯	
5	THU		
6	FRI	♥出前子育てつどい　楽しく遊ぼう（10:00～　竹松住民センター（認定こども園昊天宮保育園：TEL55-0922）） 大村競艇 オール女子戦	
7	SAT	■長崎県果樹試験場一般公開 ■大村市民病院・ふれあい健康講座　取材予定	
8	SUN	♥パパと日曜日　ふれあい交流室で自由遊び（10:00～15:00　こどもセンター） ■牧場まつり	田川小児科 ☎ 52-4000 黒木医院 ☎ 54-0211 歯科大道寺クリニック ☎ 54-2834
9	MON	♥ふたごちゃん・みつごちゃんのお部屋　エアーマット遊び（10:00～12:00　こどもセンター（和室）） オール女子戦	
10	TUE		
11	WED		
12	THU	♥出前子育てつどい　楽しく遊ぼう（10:00～　三浦住民センター（鈴田保育園　TEL49-5388）） ♥子育てとなり組　みんなでおしゃべり（10:00～12:00　松並2丁目公民館）	
13	FRI	♥出前子育てつどい　楽しく遊ぼう（10:00～　郡地区公民館（認定こども園昊天宮保育園：TEL55-0922））	
14	SAT	■大村親善少年野球大会 ■長崎県環境保健研究センター・工業技術センター一般公開　取材予定 ■長崎県おかあさんコーラス大会	
15	SUN	♥パパと日曜日　ふれあい交流室で自由遊び（10:00～15:00　こどもセンター）	南野クリニック ☎ 53-2233 貞松病院 ☎ 54-1161 蔵田歯科医院 ☎ 55-3565

※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。

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。

お便り：ケーブルプラスをご覧になっての感想や、テレビや紙面にて紹介して欲しいことなどなんでも大募集 !!

16	MON		
17	TUE		
18	WED	♥おはなしの会　絵本の読み語り・わらべうた（11:00～　市立図書館）　■ため池フォーラムinながさき　取材予定 ♥マタニティー＆ベビーのお部屋　妊婦さんと0歳児親子さんの交流（10:00～12:00　こどもセンター） ♥子育てとなり組　みんなでおしゃべり（10:00～12:00　富の原2丁目公民館（昊））	
19	THU	■大村市立市民病院ロビーコンサート　取材予定	
20	FRI	♥出前子育てつどい　楽しく遊ぼう（10:00～　古賀島西公民館（植松保育園　TEL54-5056）） ♥出前子育てつどい　子育ておしゃべりのつどい（郡地区公民館（昊））	
21	SAT	大村競艇 MBP長崎時津 開設2周年記念	
22	SUN	■おおむら秋まつり　取材予定　ブースを出店します。みんなで来てね！　■第２回リーグ・オースリー杯争奪フットサル大会　（9:30 ～ フットサル場）	小松内科 ☎ 48-6000 原外科内科肛門科 ☎ 55-8427 坂口歯科医院 ☎ 52-0477
23	MON	■大村中央ライオンズクラブ　小学生バレーボール大会　取材予定 ■市民文化祭～文芸大会～	フジイ胃腸科クリニック ☎ 54-8686 うえき心療内科クリニック ☎ 54-6000 なかむら歯科医院 ☎ 50-1718
24	TUE		
25	WED	♥出前子育てつどい　楽しく遊ぼう（10:00～　福重住民センター（認定こども園昊天宮保育園　TEL55-0922））	
26	THU	♥子育てとなり組　みんなでおしゃべり（10:00～12:00　岩松公民館（鈴田保育園　TEL49-5388））	
27	FRI	♥出前子育てつどい　楽しく遊ぼう（10:00～　小路口公民館（認定こども園昊天宮保育園　TEL55-0922））	
28	SAT	■市民文化祭～盆栽展・寒蘭展～ 大村競艇 BP金峰 開設5周年記念	
29	SUN	取材予定 ■ OMURA 室内合奏団　第９回定期演奏会	岡循環器内科 ☎ 52-3000 橋口整形外科医院 ☎ 55-8739 大道寺歯科医院 ☎ 52-2667
30	MON		

※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。

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）

マンボウも
ケーブルプラスを
応援しています

お問い合せ先　㈱つじ印刷 マンボウ
〒856-0814　大村市松並1丁目180-3
TEL0957(52)7485　manbow@tsuji-p.co.jp　FAX(52)7148

お友達ご紹介キャンペーン

オクト・パルスなら
地デジに関する
お悩み解決します！
さぁお友達に教えて
どちらもお得に快適に!!

ケーブルテレビ
（月々2,415円～）
アナログテレビが
そのまま使えるから
地デジ対策に最適!!
しかもBS・CS放送も観られます。
（全69チャンネル）

ケーブル
インターネット
（月々1,890円～）
選べる4つのプランで
快適なインターネットを
楽しめます。
同時加入で工事代金
さらにお得!!

紹介した友達も
喜んでくれて
しかも商品券まで
もらっちゃった♪
商品券 5,000円
お友達を紹介した
あなたには
5,000円分
の商品券をプレゼント!!

これって
とてもお得だと
思いませんか？
この機会を
おみのがしなく!!

紹介してもらったのに
特典までついてて
とってもハッピー♪
紹介されて
加入した
あなたには
5,000円キャッシュバック!!
※工事代金と相殺となります。
さらに
利用料1か月無料

お友達ご紹介の手順
1. お電話かホームページ（送信フォーム）からご連絡ください。
2. ご紹介いただいたお宅へ、連絡ののちご説明・申込み手続きに伺います。
3. ご成約・工事が完了したのち、商品券の手配をさせていただきます。

■ご注意
・ご紹介されるお友達へは、事前にご連絡の上、必ず承諾をおとり下さい。
・ご紹介されるお友達へは、ご連絡時にご紹介者様のお名前を開示させていただきます。
・商品券のお渡しまでに、多少時間を頂く場合があります。ご了承ください。

ブース出店のお知らせ　11月22日(日)「おおむら秋まつり」会場
地デジ相談会開催!! 他各種イベントも盛りだくさん！

OCT・PULSE　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　TEL0957-54-3811
0120-54-3811　http://www.octp-net.ne.jp
オクトパルス　検索

シリーズ連載 VOL.8

子育てママの奮闘記

まさか！の6人目!?

今年も主人の実家で恒例の稲刈り。私は田植えより稲刈りの方が好き。何故かというと、田植えでは決まってあのぬかるみにはまったまま、脱出不可能になってしまい、周りに迷惑をかけてしまう…だからこの数年は、私はなかなか田植えには登場していない。

もっぱら田んぼの周りで見ているだけとなっている。だから稲刈り、脱穀だけは張り切って参加している。刈り取られた稲の束を、竹の棒にかけていく至ってシンプルな作業だが、結構体を使うので、次の日は全身筋肉痛！　嫁いだ頃は、そこまで感じていなかったのに、ここ数年は本当に年を感じてしまう。

年と言えば、長男と四女が通う保育所でも一緒。私よりも一回りも違うような若いお母さんたちがほとんどとなってきた。自分もまだまだ若いつもりでいたのに、今じゃベテランお母さんの部類に足を突っ込んでいるような気がする。私の知る限りではあるが、保育所にも子沢山が二家族いる。四人の子供のお母さんともうすぐ五人目を出産するお母さん。彼女たちは私よりもずっとずっと若い。だけど、落ち着いており本当にしっかり子育てをしている。若いのに本当にえらいなぁといつも感心している。私も彼女たちくらい若かったら、もっと活動的に子育てしていたかな？だって最近じゃ、子供たちの体力についていけず、ついついお散歩や遊び相手は長女に頼んでしまう。こんなんでは駄目だと思うのだが、本当に体力の限界を感じている。

そんなある日、突然天使が我が家に舞い降りてきた。

私も来年40歳を迎えるのだが、30代最後に、神様はまたまた大仕事を私に任せようとしている。

出産予定日は来年4月末。「6人目が出来たので、来年3ヶ月ほど産休ください…」と、会社の社長、同僚に話をすると、みんなびっくり!!でも、みんな喜んでくれて、しかも産休後も戻ってきてほしいということで、本当に感謝しています。4月まではしっかり働きますね。

我が家の5人の子供たちも、すごい喜びようで、次女と三女は早速どっちが面倒を見るかで議論し、長男は自分のおもちゃを貸してやるとすっかりお兄ちゃん気取り。「男の子がいいなあ！」と本音もチラリ。長男のためにも是非男の子を産んでやりたいが、こればっかりはわからないしね。

今回の6人目妊娠を伝えるのが一番怖かったのは、中学生の長女であった。思春期真っ盛りの彼女はどう反応するだろう。小学校高学年の頃に長女に言われたのが、「もう絶対赤ちゃんは作らないでね！」だった。彼女としては妹弟が増えるたびに、自分の役割負担が多くなってきて、本当に大変だったらしい。でも今回は意外な返答が…「へえ、それでいつ生まれるの？ママが入院しているときは、部活休んでご飯作りしなきゃね。」「あー、ママ！そんなにおなか押さえたら駄目だよ。赤ちゃんがつぶれるじゃん！」知らぬ間に少しずつ成長していたのね。ちょっとだけホロリときた。

全く訳のわかっていない四女。実はこの子が一番の気がかりです。べったりのママっ子なので、突然やってきた赤ちゃんにどういう反応を示すのか。

周りのみなさんに支えられながら、今回も出産まで仕事に育児に頑張るつもりです。

少々家事はおろそかになるかと思いますが、どうか旦那様よろしくお願いします！

投稿：ぽうこ さん

「マタニティマーク」
このマークは妊娠中であることを伝えるメッセージです。バスや電車などの交通機関でこのキーホルダーを身に付けている人を見たら席を譲ってあげてくださいね。

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、編集部まで下の宛先にFAXかメールでお寄せ下さい。

大村市こどもセンターだより

「おはなしの会」

本屋さんに出かけると、子どもむけのかわいい絵本がいっぱい!!
絵本の読み聞かせは大切です・・・て良く聞くけど、どんな感じで読んであげたらいいのかな？　うちの子は、どんな絵本を喜んでくれるのかな？
　わからないことが多いですよね。
こどもセンターでは、毎月第3水曜日に図書館で「おはなしの会」を開催しています。

絵本ボランティアの方々が、絵本の読み聞かせをして下さっています。楽しい絵本との出会いがありますよ。おはなしの会の後は、図書館でたくさんの絵本と触れ合ってください。

開催日：毎月　第3水曜日　11時～11時30分
場　所：市立図書館
対　象：乳幼児（0歳～就学前）親子
内　容：手遊び・わらべうたあそび・絵本の読み聞かせ
※予約は要りません。直接図書館へお越しください。

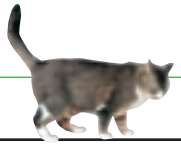
〈問い合わせは〉
大村市こどもセンター　☎54－9100

田川小児科

予約はコチラで

カメラ付き携帯電話やパソコンから順番の予約ができ、待合室で長く待つこともありません。

診察時間　午前 8:30～12:30（月～土）
　　午後14:00～18:30（平　日）
　　午後14:00～16:00（土　曜）
休 診 日　日曜・祝日　予防接種　要予約
〒856-0831　長崎県大村市東本町542
http://www.tagawa-kids.jp
TEL 0957－52－4000



まちのわだい

編集部に届いた調査依頼をもとに、早速行ってきました。

＜竹松町　Ｓさんからの調査依頼＞

長崎へ引っ越してきて初めて「うなぎの蒲焼き」に頭がついているのを見ました。大阪、東京、札幌では見なかったんですが、この違い、何かあるのでしょうか？調査をお願いします。

↑と編集部に届いた調査依頼。県外（関東圏）での生活経験がないスタッフは、**頭がない「うなぎの蒲焼き」**の存在を知りませんでした。

そこで、早速現地調査へと飛び立ちました。

東京上野のアメ横で頭なしうなぎの蒲焼きを探すも残念ながら出会えず。

ふと立ち寄ったスーパーの鮮魚コーナーで探し求めていた「蒲焼き」に出会えました。

たしかに頭がついていませんでした。しかもよくみると背中の方から開かれている。

地元の方に聞いて見ると、「えっ長崎では、頭も食べるんですか？」「食べないんだったら最初からない方がいいじゃないですか」の返答。

うぅーん。たしかに。

大村のスーパーで売られている蒲焼きには頭がついています。確かに食べはしないけれど‥

よく「うなぎの調理方法は地域ごとに違う」と聞きますが、ひょっとすると地域性ということでしょうか。なかなかこれだ！という情報を得られず、消化不良のまま途中経過を報告させていただきます。

■うなぎの蒲焼 東vs西

関東は「背開き」、関西は「腹開き」！

うなぎの開き方ですが、関西では、頭をつけたまま腹開きにし、丸ごと金串を打ちます。これには、合理性を重んじる関西では手早く割ける腹開きが好まれたからだとか、商人の町では「腹を割って話す」のを良しとするから、などの理由があるようです。

一方関東では、背開きにして頭を落とし、半分に切って竹串を打ちます。これには、武家社会の江戸で、「切腹」に通じる腹開きが嫌われたほか、身の薄い腹側が内側になるので蒸したときに形を保ちやすい、などの理由があるようです。

九州は、関東と同じ背開きですが、頭をつけたまま焼かれることが多いようです。

焼き方やタレにも違いが！

次に焼き方ですが、関西では、身の方から白焼き→タレ焼きと、蒸さないことが多いのに対し、関東では、皮の方から白焼き→蒸し→タレ焼きと、蒸しの工程が入ります。

タレも、関西は甘めで、関東はあっさりした辛めと分かれます。関西では、脂がパリッと焼けた、こんがりと香ばしい蒲焼が、関東では、しっかりと蒸しの入った、とろけるような柔らかい蒲焼が好まれているようです。

（インターネットで検索し参考としました）

※うなぎの調査は今後も引き続き継続していきます。
有力情報など編集部までお寄せください。よろしくお願いします。

トキめき新潟国体

数々の熱戦とドラマを生んだ新潟国体が閉会しました。本市からも多数の選手が出場し、長崎県は天皇杯で20位、皇后杯でも23位と好成績を残しました。

ケーブルプラス先月号でご紹介したアーチェリー競技においては、少年女子が堂々の準優勝。少年男子は7位入賞を果たしました。

そのほかボート競技では、成年女子晦日尚子さんが優勝と、大村市から優秀な選手が排出されています。

アーチェリー競技選手団のみなさん

2016年には地元長崎県で国体が開催されます。

各競技ともに、今後益々の活躍とさらなる飛躍を期待します。

表紙のはなし

今回の表紙をかざってくれたのはりゅうせい君（2歳）。

森のパン屋　エピで取材のとき、初めて会った私に「はい」とトングを渡してくれてズキューン！彼に一目ぼれです。即モデル交渉してしまいました。

エピのすぐ近くに住んでいるりゅうせい君は、エピのパンが大好きでよく開店と同時に、おばあちゃんと三輪車に乗って買いものに来ているそうです。

大きなトングでパンをつかもうとする健気な姿、大きなパンにかぶりつく姿、もう「かわいい～」以外の言葉は見つかりません。撮影のときも、大きなカメラにたじろぐことなく、粉だらけになってパンにがっついていました。

ブルーベリーパン、フランスパンがお気に入りのようですね（^^）

かわいいなぁ～大きくなったらパン星人になるんだよ。

表紙のカメラマンは、中山映像製作所の中山紀一さんです。つなぎ服とジムニーがよくお似合いの方ですよ♪

コルチカム

（別名イヌサフラン）

水も土もつかわず、ごろんと転がしとくだけで秋に花が咲く変わった植物です。大きなニンニクのような球根から、にょきっとピンクの花が顔を出したかとおもったら次から次にジャンジャン出て来ました！部屋の中で開花が楽しめるなんてインテリアにもいいですね。（花が終わったら土に戻します。）

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

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!!

あなたの身近な話題を教えて下さい。いきいき大村マイタウンやケーブルプラスを通じて広くお伝えしていきます。

OCT・PULSE

あなたの街のケーブルテレビ
オクト・パルス株式会社
0120-54-3811
http://www.octp-net.ne.jp

作品

「落葉掃く翁の背中落葉落つ」
「甘柿を仰ぐ大工の口に釘」
梶山正男

おたんじょう日おめでとう！

おじいちゃん おばあちゃん も 可

8日生
もとき くん

7日生
まほろ くん

26日生
こころ ちゃん

8日生
みく ちゃん

11日生 はいじ くん
1日生 てっしょう くん

5日生
かれん ちゃん

16日生
まこと くん

投稿方法：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。

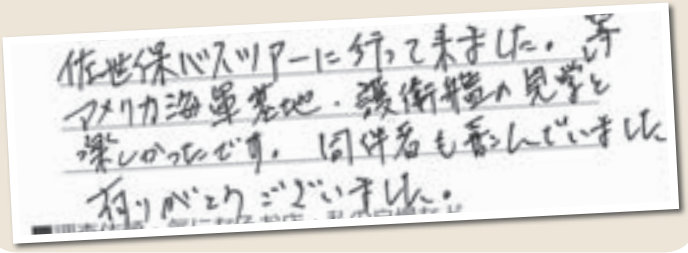
我が家の一員 自慢のペット

にし ぷりんちゃん（メス）

私はやんちゃな３か月の女の子です。
よろしくね

お手紙いただきました。

本誌７月号プレゼント「佐世保バスツアー」に見事ご当選の方から、編集部へお礼のお手紙をいただきました。
楽しんでいただけて、本当に嬉しいです。ありがとうございます。
■編集部ではこれからも、プレゼントコーナーをはじめ、皆さんに喜んでもらえるような誌面作りに励んでいきます。
よろしくお願いします。


佐世保バスツアーに行って来ました。
アメリカ海軍基地・護衛艦の見学と
楽しかったです。同伴者も喜んでいました
有りがとうございました。

PRESENT

■キーワード（番組内で放送しています）
西小っ子の安全を守る旗の色は

□色の旗

ヒント：本誌10ページ「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かえ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。

■調査依頼・気になるお店・私の自慢など
編集部までお寄せください。

★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

Present

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、下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）

※写真はイメージです。

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。

2 焼きたてのパン プチモニさんから、
「ホテル食パン1斤」を5名様。
※当選者の方には、編集部より引換券をお届けしますので、電話予約のうえお店で引き替えをお願いします。

3 イオン大村ショッピングセンターさんから、
「イオングループオリジナルタンブラー」
を10名様。色はピンク、グリーン、オレンジ、ブルーから希望の色を指定してください。
（ご希望に添えない場合があります）

4 森のパン屋 エピさんから、
「パン引換券500円分」を1名様。

5 おおむら夢ファーム シュシュさんから、
「シュシュブレッド」を5名様。
※当選者の方には、編集部より引換券をお届けしますので、電話予約のうえお店で引き替えをお願いします。

6 ホルン富の原店さんから、
「ホルン富の原店で使える20%割引券」
を10名様。

7 こてつからプレゼント、
「コンパクト hairblow」
を1名様。

プレゼント提供店の情報は8～9ページをご覧下さい。
※プレゼントへの応募締切は11月20日必着です。

Cable+ ケーブルプラス
2009.11月号
平成21年11月1日発行
Vol.8

発　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157-2　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

編集後記

●バックラインの要。
今回は、おおむら夢ファームシュシュのパン作り体験にやって来ました！イェーイ！(*^^)v
早速、4人でクジ引きをして体験者3名を決定したところ・・・・。
なんと、大当り？！を引いてしまい（P3:参照）カメラマンとなりました。(>_<)　しかし、見ているだけでも、とても楽しめる体験となりました。
近いうちに、ピザ作りの体験を企画したいと思いま～す！！
その時は、大当りは引きませんよ！^_^;
さあ！「シュシュ」に行こう！！(^_^)/~~~

●tami
ケーブルプラスを創るようになって、新たな発見ばかりです。今回も初めてのパン作り体験をはじめ、「へぇ～」「すげ～」と感心することばかり。
8438♪のワールドに徐々に引きずり込まれていってます。
それにしてもほとんどパンを食べることがなかった私。
目からウロコ状態で、ケーブルプラス発行前に「パンしご」してま～す。

●8438♪
三度のメシよりパンが好き♪な8438です。パン特集では夢のような日々…ほんとに3食パン!!
いや、5食6食はたべとったな…
編集部おススメでチーズのやつは100%私だと思ってください。
お土産いただいたパン屋さん、ありがとうございました。シュシュではピザ作り体験なんかもやってて、毎月、体験コーナーやりたいなと密かにおもっているのですが…記事見たくない?
8438♪秋のパン太り♪

●こてつ
どうも。一番年下になったこてつです(^^ゞ
今月は、疲れとぉ8438♪のお誕生日(*^^)vおめでとぉ～
お誕生日の月に大好きなパン特集...こりゃ運命!!Oh!ぱんだふる！
市内のパン屋さんにご協力をいただき、おいしい特集が実現しました。
こねこねパンパン！した、パン作り体験で親切に指導してくれたおねぇさん (*^_^*)
楽しかったでーす☆☆☆星みっつーー！
紙面には載っていないパンがまだまだ沢山あるのでケーブルプラスを持って「パンしご」してください！
これ美味しかったよ！のメッセージ待ってまーす(^^ゞ
※「パンしご」…パン屋さんのハシゴ。声に出すと言いにくいので気に入った、こてつ用語です。

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

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ます。情報提供のご協力をお願いします

料金受取人払郵便
大村支店承認
35
差出有効期限
平成23年8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
オクト・パルス株式会社
行

キリトリ

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加入している
□ケーブルテレビに加入していない

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をご覧くださるか、お電話にて窓口までお問い合わせください。　ホームページ　www.octp-net.ne.jp　お問い合せ先：0957-54-3811