

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

無 料  
take free

2014 7  
Vol.64

# Cable+

ケーブル・プラス



放送案内  
ガイド

特集



シリーズ



Orange Clover オレンジクローバー

## 「いきいき大村マイタウン」放送スケジュール

いんぷおめーしょんMAP~カフェ飯~  
こてつのおやつ&はなし・イベントカレンダー  
まちのわだい・子育てママの奮闘記・お誕生日おめでとう



## ICHARIBA セット

(スープ・ドリンク・デザート付) ¥800 (税込)

日替わりのメインプレートにスープ・ドリンク・デザートが付いたオトクなセット。

メインプレートは店内で販売されている沖縄の食材を使った料理が特徴で、この日はタコライスとポークビーンズパスタ。食後は沖縄デザートと海を眺めながらゆっくりと時間が過ぎせる店内で南国気分！

店内はギャラリーとしても使用され、壁には作家さんの可愛い作品が並んでいます。



販売コーナーには沖縄商品や雑貨がズラリ。食後はお買い物も楽しめます。

## 氷ぜんざい



これもオススメ

¥500 (税込)

沖縄ではぜんざいといえばこの「氷ぜんざい」。さっぱりとした甘さが◎。

イチャリバ

沖 café & zakka ICHARIBA

住 大村市西部町 1471-12

☎ 0957-47-9460

営 10:00~18:00 (ランチ11:00~)

休 不定休

## 木のコトランチ (月替) ¥1,000 (税別)

(スープ、サラダ、ヨーグルト、バゲット、デミコーヒー付)



大人気のランチは、お客さんにいつでも新しい味を楽しんでもらおうと月替わり。季節感を大切にしています。バゲットは6種類から選べて、デミコーヒーはおかわり自由！

ランチタイム 11:30~14:00 (LO13:30)

◀写真は6月のランチで手ごねハンバーグのワンプレートランチ。7月のランチはテレビで詳しく紹介します！

▼木のこともちゃ館

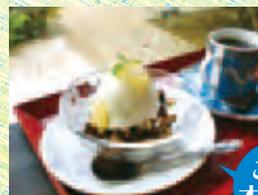


木に親しむ「木育」をテーマにぬくもりの木のおもちゃで遊べます！

木の香りと木のぬくもりに癒されながら、おいしい料理でゆっくりとした時間を過ごしてください！



## 不思議なスイーツ



これもオススメ

スイーツや自家製パンを使ったホットサンドなどレギュラーメニューも充実。

木のことかフェ

住 大村市富の原2丁目 855-1

木のことミュージアム内

☎ 0957-46-6363

営 10:00~17:00

休 水曜日

## トムヤムクン ランチタイム ¥1,080 (税込)

(サラダ、スープ、ライス or パン)

タイ風海鮮食べるスープ。辛くてすっぱい酸味が癖になり、一度食べると、また食べたくなるリピーター率No.1メニューです。暑い夏、汗をかきながら食べるのも最高です。男性にも人気があります。



「自家製スパイス」で辛さをプラスできます。辛いけど美味しい

ミニソフト 高校生まで¥200 (税込)



お客様が一人で来店しても、くつろげる空間作りを心がけた店内は、自然の光と風を感じることが出来ます。オープンテラスも楽しみ、こだわったエントランスには井戸の水が絶えず流れ、日常の忙しさを忘れさせてくれます。



## ブラックスープカレー

これもオススメ



ランチタイム ¥780 (税込)

手間隙かけて発酵・熟成・乾燥させた「発酵黒にんにく!」をペーストにしたブラックカレー。この黒さはにんにくの黒!匂いがないのでデートでもOKです。

ひな 甘辛 Café 鄙 (HiNa)

住 大村市古賀島町 111-14

☎ 0957-54-8814

営 10:00~20:00 (LO19:30)

休 日曜日

## 疲労回復セット ¥1,100 (税込)

(サムギョブサル、ライス、サラダ)



疲労回復を目的としたサムギョブサルのセット。

地元産の野菜とスライスした豚バラ肉をレタスに巻いて、味噌をつけて食べる、女性にも大人気の韓国メニュー。セットに付いている、前菜のざくろのお酢を飲み、ナムルへ。そして、主食を食べると内臓脂肪が付きにくいなど健康に配慮したセット内容。

「食べる美容」がテーマの料理で、美味しくキレイになっちゃいましょう!



セットとメイン料理に付いています。ざくろのお酢は飲みやすく、おススメです!

手作りの装飾や可愛い小物。誰かのお家にお邪魔したかのような落ち着いた雰囲気です。



ラパン 韓風 cafe Lapin

住 大村市原町34-1  
☎ 0957-56-2224  
営 11:00~16:00  
休 日・祝日 (\*電話予約は予約料を要する場合があります)

## ジャージャー麺



これもおススメ

¥780 (税込)

夏に大人気のジャージャー麺! こどもでも食べられ、男性のファンも多いです。

## コーヒー

これもおススメ



¥430 (税込)

食事とセットで ¥200引 (税込)

ムード抜群のサイフォンで淹れたコーヒーはとてまろやかで◎

ポニーズ カフェ PONY'S CAFE

住 大村市原町 11-1  
☎ 0957-47-5655  
営 11:00~22:00  
休 木曜日

## シシリアンライス ¥840 (税込)

(スープ、小鉢付)

佐賀名物でB-1グルメとしても有名なシシリアンライス。地元で収穫したお米とヘルシーな野菜、お肉は柔らかく脂身の少ない部分を使用した、女性に大人気のメニューです。

キッズルームも完備。お子様連れのママさんも安心。来店時には事前の予約をおススメします。



街をはずれ、ゆっくりとした非日常的な雰囲気店内。窓からは緑が広がる大自然を眺めることができます。



## 週替わりランチ ¥880 (税込)



写真は「鶏肉のおろしソースプレート」(ごはん、サラダ、季節野菜のポタージュ、洋風冷奴、鶏肉のおろしソース添え)

地元産の野菜をふんだんに使い、ヘルシーな素材を心がけて作られている週替わりランチ。サラダのドレッシングもお店の手作りで、使用するオイルや調味料にもこだわっています。

ランチタイム 11:30~14:00 (LO13:30)

市内の老舗菓子店のケーキも数種類おいてあり、ドリンクやランチとのお得なセットもあります。



白と木目が基調のゆっくりできるお店です。マッサージもうけられるので(要予約)身体の外から中から癒されます。

## シューサンドランチセット



これもおススメ

¥860 (税込)

好きなシューサンド2つに、スープとドリンクがついたセット。おからポテトサラダがはいっているのでおなかも満足です!

ほのほの cafe & relax honopono

住 大村市西大村本町324-2  
☎ 080-3941-5648  
営 11:30~16:30 (LO16:00)  
休 不定休



## ワンプレート lunch

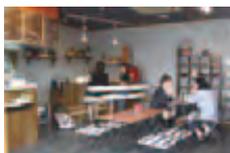
(デザート、ランチドリンク付) ¥780 (税別)

週替わりでいろいろな‘おいしい’をいただけます。この週は人気のココモコ。自家製ハンバーグに半熟目玉焼きがのり、オリジナルソースがかけてあります。ごはんや副菜、ドレッシングにもこだわりが。<ランチタイム 11:30~15:00>

パン、具、ソースを選べる  
サンドイッチも人気。  
スムージーと合わせていかが？



大村公園の入口にあるので、お散歩の途中に立ち寄り、サンドイッチなどテイクアウトして公園で食べるのもいいですね。



### からあげ

これも  
オススメ



手羽中...1ヶ ¥50 (税別)  
鶏モモ...1ヶ ¥60 (税別)

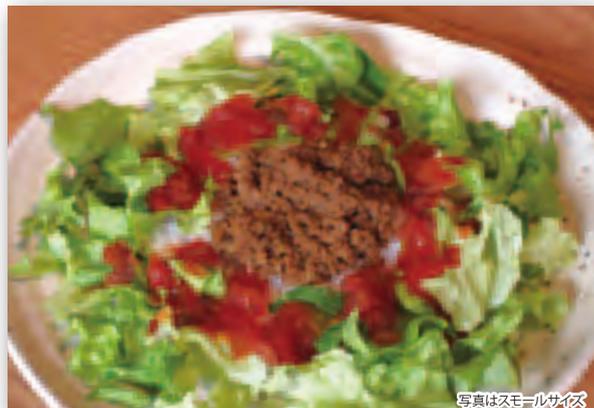
特性甘辛ニンニクだれに一日漬けたんだお肉を使用！サクッとして中はジューシー！1個から購入でき、持ち帰りもできます。

### ZERO'S 喫茶

住 大村市玖島1丁目45-3  
☎ 090-7398-7900  
営 11:00~20:00  
休 不定休

## タコライス

スモール ¥450 (税別)  
レギュラー ¥750 (税別)



写真はスモールサイズ

無農薬野菜と大村産無農薬米、そして手作りのタコスミート（有機スパイス、有機ケチャップ）を使用した人気メニュー。シャキシャキのレタスの食感がたまりません。

自然で安心できる素材にこだわったオーガニックカフェ。無農薬のコーヒー生豆はもちろん、食材のお米や野菜、スパイスにいたるまで、オーガニック原料を優先し、心をこめて厳選されています。

アサイージュース ¥520 (税別)  
フードメニューのレギュラーサイズを注文するとドリンクが ¥100 引きになります。



オーガニックの食材やお菓子なども販売してあります。パンやドリンクのテイクアウトもできます。

### レンズ豆とココナッツミルクのカレー

これも  
オススメ



スモール ¥400 (税別)  
レギュラー ¥700 (税別)

オーガニック素材にこだわったカレーも人気。レギュラーサイズにはミニサラダが付きまします。

### カフェ オリビア CAFE OLIVEA

住 大村市東本町 409-1-2F  
☎ 0957-56-8175  
営 11:30~19:00  
休 水曜日 (不定休あり)

### パンケーキ

これも  
オススメ



¥420 (税込)

ソースは4種類（キャラメル・チョコ・ブルーベリー・ストロベリー）から選べます。添えられたたっぷりの生クリームがたまりません。食後のデザートとしても人気です。

### shop&cafe とっておき

住 大村市東野岳 1180  
☎ 080-1719-3747  
営 10:30~日没  
休 火曜日



気持ちのいいテラス席もあり、緑に囲まれてのんびりとリラックスできます。愛犬を連れた方も多く来店されています。

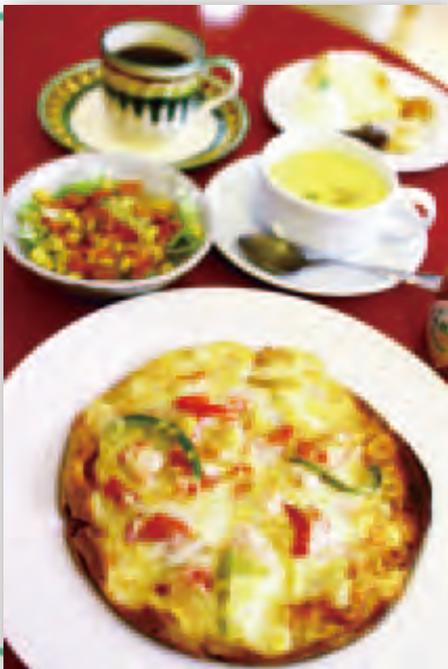
## ナポリタン ¥700 (税込)

トマトの甘みとコクがしっかり詰まった逸品です！ソースもパンと一緒に残らずいただきます。昔懐かしい味ですが、子どもにも大人気です。パスタは他にもカルボナーラやペペロンチーノがあります。



食事はもちろん、お買い物も楽しみの一つ。豊富な種類の革製品やハンドメイド雑貨が所狭しと並んでいます。





## Bセット ¥1,100 (税込)

(ピザ、スープ、サラダ、デザート、コーヒー)  
サクッとおいしいピザ生地はもちろん手作り。  
野菜は地元産をなるべく使い、夏場は三彩の里で育てているトマトも使用します。チーズたっぷり、具たくさんのピザは、**ミックスピザ**か**シーフードピザ**かどちらか選べます。デザートは週ごとに変わります。



使う器も  
三彩の里の  
自家製です

社会福祉法人 三彩の里の中に、就労移行支援事業の訓練の場として、ハンディを持った方たちが調理補助や接客の訓練をしています。



## 2種類のキッシュ

これもオススメ



¥680 (税込)

サーモンとベーコンの2種類のキッシュは卵とクリームを使い、チーズたっぷりです。とてもおいしいです。

カフェ ボンヌ  
**Cafe Bonne** (三彩の里)

住 大村市原町802-1  
☎ 0957-55-8830  
営 11:00~16:00  
休 日・祝日、第2・4土曜日

## 鶏むね揚げの甘酢タルタル ¥900 (税込)

(主菜副菜、ごはん、サラダ、スープ)



ホーミーのこだわりは、地元の野菜をふんだんに使った体にやさしいランチ。とってもヘルシー、でもお腹は満腹! がつつりいただけます。

絵画展や写真展も開催しています。アートの空間でランチタイム♪



おしゃれな雑貨や手作り味噌の販売も。



キッズスペースや授乳室も完備しており、お子様連れにも安心。子ども用のうんてんは30円で提供しています。

カフェ ホーミー  
**cafe HooMEE**

住 大村市荒瀬町1083-5  
☎ 0957-55-6855  
営 11:30~17:00  
休 不定休

## スープカレーセット ¥700 (税込)

(スープカレー、ごはん、サラダ、ドリンク)



スパイスをいちから配合して作るカレーは辛さが口に、胃袋に広がって夏の暑さを吹き飛ばしてくれそうです。揚げ野菜とチキンがごろっと入っています。

ランチタイム 11:00 ~ 14:30

ランチメニュー

- \*日替わりセット
- \*パスタセット
- \*スープカレーセット

※ランチメニューには200円でケーキがつけられます。



東彼杵産の毎日精米した胚芽米をガス釜で炊きあげています。

家族経営で、とってもアットホームなお店です。夜は居酒屋風にアルコール、おつまみはいかが?



## 自家製スイーツ

これもオススメ



ショーケースの中にはおいしいそうなケーキがずらり! ドリンクとのセットは¥500。イラストが上手なパティシエが作るパースデーケーキも必見です。

チュン カフェ  
**Chun Cafe**

住 大村市諏訪2丁目669  
☎ 0957-47-5454  
営 11:00~22:00  
(日曜日は18:00まで)  
休 木曜日  
(月に1度日曜日の不定休あり)

# いきいき大村マイタウン

市内の情報・話題を楽しくお届けします!

地上デジタル  
**111** ch  
好評放送中!!

放送時間 1日8回 2日間リピート放送)

**7時、10時、12時、16時、18時、20時、22時、24時**

\*日曜日に1週間分をまとめて放送→10時、18時

## 7月の放送内容

1日 (火)	●輝け★ぼくらの青春 (バレーボール、柔道、バドミントン)
2日 (水)	●輝け★ぼくらの青春 (バスケットボール、卓球、剣道)
3日 (木)	●ちょい旅～テレビ佐世保制作～
4日 (金)	●輝け★ぼくらの青春 (ソフトテニス、野球、ソフトボール、サッカー)
5日 (土)	●ながさき家づくりTV
6日 (日)	● <b>ロングアワー: 国指定重要無形民俗文化財「郡三踊」</b>
7日 (月)	●コラボ企画「カフェ飯特集」その①
8日 (火)	
9日 (水)	●コラボ企画「カフェ飯特集」その②
10日 (木)	●ちょい旅～波佐見ケーブルテレビ制作～
11日 (金)	
12日 (土)	
13日 (日)	
14日 (月)	
15日 (火)	
16日 (水)	
17日 (木)	
18日 (金)	
19日 (土)	
20日 (日)	
21日 (月)	
22日 (火)	
23日 (水)	●コラボ企画「カフェ飯特集」その③
24日 (木)	
25日 (金)	●竹松ゆかた祭り ●ながさき家づくりTV
26日 (土)	●旧円融寺庭園の発見 (再)
27日 (日)	● <b>ロングアワー: 社会を明るくする運動 中学・高校生弁論大会 (大村大会)</b>
28日 (月)	●松原小学校よみかかせボランティア「にじクラススペシャル」
29日 (火)	●(新) おおむら笑店街
30日 (水)	●ぼくらのまーち ~松並2丁目~
31日 (木)	

私たちが取材や編集してます♪



報道制作部

### ロングアワー

特別企画や講演会など  
たっぷり1時間お届けします。  
毎週日曜日 7時、16時、22時

### 大村市からのお知らせ 広報おおむら

(または市長定例記者会見)

毎日 8時、13時、19時、21時  
\*日曜日のみ 19時の放送がありません

★県政番組「MISSION NAGASAKI HYPER」  
もあわせて放送しています。  
★毎週月曜日に放送切り替え

### ncmなんでんカフェ

長崎ケーブルメディア制作の  
「なんでんカフェ」を生放送!  
月曜日～金曜日 17時 (55分間)  
(祝・祭日は放送ありません)

\*長崎では「いきいき大村マイタウン」が  
16時から放送されています。

### リクエストアワー

「見逃した!」「もう一度見たい」と、  
皆様からリクエストいただいた番組を再放送。  
金曜日・土曜日 8時、13時、21時

\*リクエストがあった場合のみ、  
広報おおむら・県政番組の後に放送します。

放送内容は変更になる場合がありますので  
最新の番組内容はブログでご確認ください。  
<http://blog.octp-net.ne.jp>

## 第96回全国高校野球選手権 長崎大会 生中継!!

12日(土)～21日(月) 予定

\*天候や試合内容により変更になる場合があります。



\*7時、20時、22時、24時は企画番組を再放送します。  
11日～22日の間「いきいき大村マイタウン」の放送はありません。  
\*広報おおむらは8時、19時、21時に放送します。



『もう一度みたい!』という番組を電話かホームページからリクエストしてください!

情報・番組に関するお問い合わせは → **TEL:0957-51-0753** 制作部直通

新規ご加入に関するお問い合わせは → **TEL:0120-54-3811** オクトパルス

(携帯電話・PHSからは 0957-54-3811)

## 生中継のお知らせ

### 第96回全国高校野球選手権長崎大会

高校球児が夢の甲子園を目指して白球を追いかける夏の大会が幕を開けます。今年も県下のケーブルネットワークを活用して1・2回戦の試合を生中継!



おおむらケーブルテレビでは大村市内の高校を中心に放送します。放送スケジュール・組み合わせなど決まり次第、番組でお知らせします。

**放送日** 7月12日(土)～21日(月)

※7月11日(金)は高校野球特別番組を放送します。  
雨などで期間内に予定されていた試合が順延しても22日(火)以降の放送はありません。

## 国指定名勝 旧円融寺庭園



春の褒章で黄綬褒章を受章した為永一夫さんは、中学生のころ、京都・桂離宮の日本庭園に心奪われ、造園の道を志しました。大学生の頃、かつて庭園があったと聞いていた旧円融寺に行き、埋もれていた石庭を発見。その後、旧円融寺庭園は国指定名勝となりました。



これをきっかけに、造園への情熱はさらに強くなり、今も消えることなく、県の造園建設業協会や樹木医学会の会長を務めています。

ケーブルテレビでは、3年前の平成23年に制作した旧円融寺庭園の発見から国指定になるまでを収録した番組を改めて放送します。番組には、旧円融寺庭園に関わりのある多くの市民が登場します。もちろん為永さんの喜びの声と現在の活躍も合わせて放送します。



為永さん

**放送日** 7月25・26日(金・土)

## 輝け★ ぼくらの青春



5月23日から行われた大村市中学校総合体育大会では、大村市代表の座をかけた熱い戦いが繰り広げられました。今年も、大村大会の団体競技で優勝したチームを取材しました。選手たちに県大会に向けての意気込みなどをお聞きます。

### 放送日

6月30・7月1日(月・火)  
バレーボール 郡(男子) 桜が原(女子)  
柔道 桜が原(男子) 西大村(女子)  
バドミントン 郡(男子) 西大村(女子)

7月2・3日(水・木)  
バスケットボール 西大村(男子) 郡(女子)  
卓球 西大村(男子) 西大村(女子)  
剣道 玖島(男子) 玖島(女子)

7月4・5日(金・土)  
ソフトテニス 郡(男子) 桜が原(女子)  
野球 大村  
ソフトボール 郡  
サッカー 玖島



### コラボ企画

ケーブルプラス6月号の特集は「カフェ飯」誌面とコラボして、番組でもよりおいしさをご紹介します。番組をみて、是非食べに行ってください!



**放送日** 7月7・8日(月・火)

🍷 ZERO'S 喫茶 🍷 PONY'S CAFE (ポニーカフェ) 🍷 木のコトカフェ

**放送日** 7月9・10日(水・木)

🍷 とっておき 🍷 CAFE ORIVEA (オリビア) 🍷 HOOME (ホーム)

**放送日** 7月23・24日(水・木)

🍷 honopono (ほのほの) 🍷 ICHARIBA (イチャリバ)  
🍷 甘辛cafe 鄙 (ひな) 🍷 cafe BONNE (ボンヌ)

## 生でお届け!みんなの情報局

月曜から金曜の午前9時55分から毎日生放送で新鮮な情報をお届け!大村中央商店街のお買い得情報や市内で活動する団体からのお知らせなど大村市民のためになるいろんな情報が詰まっています!

7月22日から放送開始です!ぜひご覧ください!!

**放送** 月～金曜日 午前9時50分～10時

## おおむら笑店街

大村中央商店街のホームページでインターネット配信されている、商店街の各店舗へのインタビュー番組「おおむら笑店街」をケーブルテレビでも放送します!身近で頼れる地元のお店、あなたの笑顔をつくるお手伝い!おおむら笑店街をよろしくお祈りします!



**放送日** 7月28・29日(月・火)

**ロングアワー** 毎週日曜日に演奏会や講演会などをたっぷりお送りしています。  
**放送時間(1日3回) 7時～、16時～、22時～**

## 第64回社会を明るくする運動 中学・高校生(大村・東彼杵地区)弁論大会

**放送日** 7月20・27日、8月3・10日(日)



大村・東彼杵地区の各中学校・高校から選ばれた弁士たちが「社会を良くするために何ができるか」というテーマで発表します。生徒たちの熱い思いを聞いてください。

※20日は16時からの放送はありません。

# ケーブルテレビは、新作映画もどんどん放映中!!

チラシ有効期間  
8月31日迄



3CH まとめて  
2,160円/月(税込)

今ならスターチャンネルが  
最大3か月間**0円!**

視聴開始月 無料!	2か月目 無料!	3か月目 無料!	4か月目以降 2,160円(税込)
--------------	-------------	-------------	----------------------

対象:新規でスターチャンネルにご加入の方、サービスお申込みの方  
 注意事項:キャンペーン期間終了後は、解約のお申出がない限り通常の視聴料金[2,160円/月(税込)]で自動更新となります。  
 ※解約をご希望の場合には、キャンペーン期間終了月に、おむらケーブルテレビまでご連絡ください。またお申込時の解約事前受付はできません。

ケーブルテレビに加入して  
スターチャンネルをお得に見よう!!

※スターチャンネルのご視聴には、ケーブルテレビにご加入いただく必要があります。

**工事代金**  
(新規・既加入)  
**5,000円引**  
※HDMIケーブルプレゼント(972円税込)  
**取付月利用料 無料!**

**2か月目**  
デジタルプラン(通常3,456円税込)を  
**2,484円** 税込  
録画ができるSTB  
Panasonic HDW610P  
オプション利用料(通常648円)を **無料!**

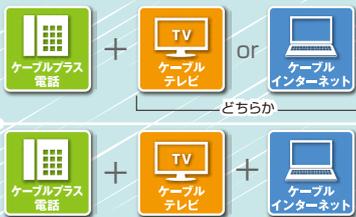
**3か月目**  
デジタルプラン(通常3,456円税込)を  
**2,484円** 税込  
録画ができるSTB  
Panasonic HDW610P  
オプション利用料(通常648円)を **無料!**

**4か月目以降**  
通常料金となります。

※Panasonic STBは新規取付料無料  
機器交換の場合は2,160円(税込)がかかります。

セットで加入するとさらにお得!

**ケーブルプラス 電話**  
月額基本料 **1,436円** (税込)



ダブル割 **309円/月** 税込  
月々のご利用料金から割引します

トリプル割 **926円/月** 税込  
月々のご利用料金から割引します

auスマホをお持ちなら  
**auスマートバリュー**

auスマートフォンのご利用料金から  
**最大 ¥1,523 OFF**  
最大2年間

ケーブルインターネットは、安いだけじゃない!

**iPad**  
オプション登場!!

オプション料

iPad mini (Wi-Fiモデル)  
月額 **1,512円** 税込  
7.9インチディスプレイ 2,048画素 16GB

iPad Air (Wi-Fiモデル)  
月額 **1,944円** 税込  
9.7インチディスプレイ 2,048画素 16GB

- ① バッテリー駆動時間は使用条件とシステム構成によって異なります。詳しくは [www.apple.com/jp/batteries](http://www.apple.com/jp/batteries) をご覧ください。
- ② Apple, iPadは米国および他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。

**注意事項**  
 ● iPad オプションには、2年間の最低利用期間がございます。  
 ● 2年未満での解約については、満たない期間のご利用料と違約金(10,000円)を頂戴いたします。  
 ● 本サービスは独立したオプションサービスであり、Apple Inc.が認定、登録、その他承認したものではありません。

※ケーブルインターネットご加入者様向けのオプションです。

**工事代金**  
(新規・既加入)  
**5,000円引**  
**取付月利用料 無料!**

**2か月目**  
スタンダードプラン(通常4,104円税込)を  
**1,944円** 税込  
無線ルータ内蔵モデム  
オプション利用料(2年間) **無料!**

**3か月目**  
スタンダードプラン(通常4,104円税込)を  
**1,944円** 税込  
無線ルータ内蔵モデム  
オプション利用料(2年間) **無料!**

■ケーブルインターネットとiPadオプションを  
新規で同時ご契約いただくと  
**iPadカバー プレゼント!!**  
SmartJacket(白・黒)いずれか

**4か月目以降**  
通常料金となります。  
※無線ルータ内蔵モデムオプション料金は2年間継続して無料です。

おむらケーブルテレビ株式会社 ☎ **0957-54-3811**

※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約束できる方が対象となります。  
※テレビ、ネット同時加入で工事代10,000円引

カフェ飯特集  
カフェ飯特集  
いきいき大村マイタウン  
お知らせ  
いんふおめーしょんマップ  
お知らせ  
ぼくらのまーち  
7月カレンダー  
まのわだい 調査依頼



女性で構成されたくつろげる  
雰囲気が自慢のお店です。

【池田】 Yuko Ikeda



お客様1人1人のお時間を大切に。ゆっくりくつろげる空間をご用意させて頂いております。

【雄鹿(前田)】 Nana Oga



お客様をシャンプーやマッサージで癒せるよう日々頑張っています。

【川上(白岩)】 Natsuki Kwakami



あなたらしいヘアスタイルと一緒に探してみませんか！  
お待ちしております。

SALON  
DATE

TEL 0957-53-6868 大村市玖島1丁目49-6 ルミネビル2F 大村公園横 たんぼぼ様2F  
http://www.pilank.com (駐)あり (休)毎週月曜日・第1, 3, 5火曜日  
【ピランクで検索!!】HPから予約できます。 mail:info@pilank.com



Pilank

ケーブルインターネットご契約者さま対象

イチから学べる

# iPad教室

あいぱっど

無料  
講習会の  
お知らせ



※本講習会は、現在ケーブルインターネットにご加入のお客様を対象としたサービスです。

1回目

iPad基本操作とインターネット体験

2回目

写真撮影とメール操作  
ケーブルテレビをiPadで見よう

場所 おおむらケーブルテレビ コレモおおむら店

期日 毎月第2,3木曜日 10:00~12:00  
【2回コース】

定員 6名(先着順)

※定員になり次第締め切ります。※iPadは弊社にて準備しております。

※事前のお申し込みが必要です

おおむらケーブルテレビ(株)

☎ 0957-54-3811

※コレモおおむら前の有料駐車場をご利用ください。  
1時間無料。その後30分ごとに50円。



特定非営利活動法人 大村市木場2丁目 573-3  
**桜山** TEL/FAX: 54-5586



**E** cafe Bonne  
 住所: 原町 802-1 (三彩の里)  
 TEL: 55-8830

**B** ZERO'S 喫茶  
 住所: 玖島 1丁目 45-3  
 TEL: 090-7398-7900

**F** 韓国 cafe Lapin  
 住所: 原町 34-1  
 TEL: 56-2224  
 お店は2階です。

**C** カフェ オリビア CAFE OLIVEA  
 住所: 東本町 409-1-2F  
 TEL: 0957-56-8175  
 お店は2階です。

**G** ポニースカフェ PONY'S CAFÉ  
 住所: 原町 11-1  
 TEL: 0957-47-5655

**D** チュンカフェ Chun Cafe  
 住所: 諏訪 2丁目 669  
 TEL: 0957-47-5454

当店で おおむらケーブルテレビに新規ご加入していただくと  
**リサイクル パソコンをプレゼントします**  
 Windows7 Home 搭載機  
 写真はイメージです  
 PCmega コラボ  
 14.1インチ以上のモニター・メモリ1GB・Celeron1.8GHz以上のCPU・HDD80GB以上  
 もちろんサポートも当店におまかせください  
**パソコンの P C mega** 販売 修理 買取  
 竹松本町セブンイレブン様隣  
 11:00~19:00 無休  
**TEL0957-47-9464**

写真や音楽で心のこもったプレゼントを贈りませんか?  
**いきいきパソコン講座開催中!**  
 人気講座のご紹介!  
 1. パソコンの基礎  
 2. フォトアルバム  
 3. デジタルフォトブック  
 ※楽しいコーヒー休憩もありますよ!  
 楽学広場(大村アーケード内)  
 毎月 水曜日(月2回程度) 14時~16時 1,500円/1回  
 (テキスト代など込)  
 ◆ノートパソコンをご持参ください。◆貸出機もあります(500円/回)  
**パソコン・デジタル ふなでん** ☎0957-25-2070  
 有限会社 ふなぎ電器 必ず事前のご予約が必要です

カフェ飯特集  
 カフェ飯特集  
 いきいき大村マイタウン  
 お知らせ  
 いんふおめーしょんマップ  
 お知らせ  
 ほくらのまーち  
 7月カレンダー  
 まるわだ、調査依頼

# わがまち大村 いんふおめーしょん MAP



**カフェ飯**

**H** カフェ ホーミー  
cafe HooMEE  
〒荒瀬町1083-5  
☎ 0957-55-6855

**I** Cafe & relax  
ほのぼの  
honopono  
〒西大村本町324-2  
☎ 080-3941-5648

**J** ひな  
びな Cafe 鄙 (HiNa)  
〒古賀島町111-14  
☎ 54-8814

**K** 木のコトカフェ  
〒富の原2丁目855-1  
木のこトミュージアム内  
☎ 46-6363

**L** shop&cafe  
とっこあき  
〒東野岳町1180  
☎ 080-1719-3747



は、オクトパスサービス提供エリアです。

**Cable+** は市内各所に設置しています。

主な場所は地図中の●で示しています。  
 設置店はこちらでも確認できます。  
[http://blog.octo-net.ne.jp/?page\\_id=3191](http://blog.octo-net.ne.jp/?page_id=3191)

設置店募集中!!

**CRANK**

☎協和町1726-1  
☎51-6930  
☎10:00~20:00  
☎不定休

## 活水女子大学 オープンキャンパス2014

7.26 土 8.10 日 9.15 月祝

事前申込は不要です。

開催場所 長崎東山手キャンパス 大村キャンパス 同時開催

詳しくは 活水女子大学 検索



カフェ飯特集  
カフェ飯特集  
いきいき大村マイタウン  
お知らせ  
いんふおめーしょんマップ  
お知らせ  
7月カレンダー  
子育て奮闘記  
おたんじょうプレゼント

# 「au ポイントプログラム」は 「au WALLET ポイントプログラム」にかわります。

もう切替えはお済みですか？



※クレジットカードではありません。

すごい貯まる すんごい使える 電子マネー

## au WALLET はじまる。

「WALLET ポイント」はauのご利用料金で貯まるポイントに加え、「au WALLETカード」でコンビニなど毎日のお買い物でもポイントが貯まります。貯まったポイントは、電子マネーに交換してお買い物に、ネットショッピングにau携帯電話の購入代金として、ご利用いただけます。



### 「au WALLETカード」にチャージして使おう！



### 「WALLET ポイント」を貯めよう！

- auの毎月のご利用料金で貯まる！  
※一部ポイント対象外のサービスがあります。 → **1,000円** (税抜)ごとに **10ポイント**
- auかんたん決済のご利用料金で貯まる！  
※一部ポイント対象外のサービスがあります。 → **100円** (税込)ごとに **1ポイント**
- ◎「au WALLETカード」を使って貯める！  
ポイントアップ店ならさらにおトク！ → **200円** (税込)ごとに **1ポイント**

※ポイント付与タイミングは後日となり、ご利用店舗サービスにより異なります。



### 「WALLET ポイント」を使おう！

- ポイントのまま使う！※WALLET ポイントは付与されません。
  - ・au携帯電話の本体代金、アクセサリ代金、修理代金 (iPhone、iPadは対象外)にご利用いただけます。
  - ・auかんたん決済でのコンテンツ購入やauショッピングモールなどにご利用いただけます。  
※auかんたん決済のポイント利用は、通信料金合算支払いご利用の場合に限ります。  
※ポイントの利用条件はサービスにより異なり、一部ご利用になれないサービスがあります。
  - ・毎月のau通信料にもご利用いただけます。(2014年8月以降開始予定)
- ポイントを電子マネーに交換して買い物で使う！
  - ・お手持ちの「WALLET ポイント」を1ポイント=1円 (従来のauポイントの場合1.2ポイント=1円) として、電子マネーに交換してMaster Card®加盟店でご利用いただけます。  
※チャージには上限金額があります。※一部カードをご利用いただけない店舗やサービスがあります。

### 5月21日(水)から店頭での受付スタート！

- ①au新規ご契約・機種変更と同時にお申し込みの場合 → auショップ・PiPit・au取扱店で受付
- ②「au WALLETカード」のみお申し込みの場合 → auショップ・PiPitで受付

※カードの発送は5月下旬より順次開始いたします。※ご利用者登録をご利用中の場合は、お申し込みいただけません。※法人契約、ぶりペイド契約、マイライン・メタルプラス・ADSLのみのご契約の場合は、お申し込みいただけません。

ご利用にはauIDの設定が必要です。 サービスの詳細はau取扱店・auホームページをご確認ください。

au WALLET  
お申し込みスタート！

# UNITED CINEMAS GUIDE

## ユナイテッド・シネマ長崎のご案内

7/4公開  
オール・ユー・ニード・イズ・キル



©2014 VILLAGE ROADSHOW FILMS(BMI)LIMITED

監督:ダグ・リーマン、原作:桜坂洋  
出演:トム・クルーズ/エミリー・ブラント/ビル・バクストン/キック・ガーリー ほか

舞台は侵略者から熾烈な襲撃を受けている近未来の地球。対侵略者の決死の任務に就くことになったウィリアム・ケイジ少佐は戦闘の端緒で一矢を報いることもなく戦死してしまう。しかし、永遠に続くかのように思われた閉ざされた世界に、やがて一筋の光が差す。特殊部隊の軍人であるリタ・ヴラタスキと共に敵との戦いを繰り返す間にケイジの戦闘技術は次第に磨き上げられていく。

7/5公開  
マレフィセント



©2014 Disney Enterprises, Inc.

監督:ロバート・ストロンバーグ  
出演:アンジェリーナ・ジョリー/エル・ファニング/シャールト・コプリ

ある王国で、念願のプリンセス、オーロラ姫の誕生を祝うパーティーが開かれている。招待客たちが次々に祝福に訪れ、城は幸福感で満ちていた。“招かれざる客”である邪悪な妖精マレフィセントが現れ、オーロラ姫に“永遠の眠り”の呪いをかけるまでは……。

7/12公開  
好きっていいなよ。



©2014「好きっていいなよ。」製作委員会

監督・脚本:日向朝子、原作:葉月かなえ  
出演:川口春奈/福士蒼汰/市川知宏/永瀬匡/山本涼介/足立梨花/西崎莉麻 ほか

これまで友達も彼氏もなく、一人で生きてきた16歳の橘めい、学校一のモテ男黒沢大和に誤ってケガをさせてしまうが、大和はめいを気に入って一方的に友達宣言。さらに、ピンチから救うため、キスをする。優しく一途な想いを秘めた大和とたくさんの“はじめて”を経験して、色つき始めるめいの世界。はじめての友達、はじめての恋のライバル……。喜び、悩み、ふつかり、傷つきながら、人を知って、恋を知る。

7/25公開  
GODZILLA



©2014 WARNER BROS. ENTERTAINMENT INC. & LEGENDARY PICTURES PRODUCTIONS LLC

監督:ギャレス・エドワーズ  
出演:アーロン・テイラー＝ジョンソン/渡辺謙/エリザベス・オルセン ほか

日本が誇る世界で最も有名なキャラクター「ゴジラ」をハリウッドで超一流スタッフ&キャストによって映画化。1954年の「ゴジラ」誕生から60年。ゴジラ自体の造形、動きもリアルにこだわり、ゴジラ本来の存在感を持ちつつ、これまでの映像技術では表現できなかった微妙な動きが加味され、全く新しいこれまでに最大のゴジラ像をCGで作りました。

### 7月上映予定スケジュール

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31																					
(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)	(月)	(火)	(水)	(木)																					
			●オールユーニードイズキル									●好きっていいなよ。																																							
			●マレフィセント																																																
			●ハミングバード(PG12)																																																
																			●ポケモンザムビーXY「破壊の覇とティアンシー」																																
																			●思い出のマーニー																																
																			●劇場版 仮面ライダー鎧武サッカー大決戦! 黄金の果実争奪戦!																																
																			●列車戦隊トッキュウジャー THE MOVIE キャラクションラインSOS																																
																			●フランス2 ファイアー&レスキュー																																
																									●GODZILLA ゴジラ																										

\*上映作品、公開日時は変更になる場合がございますので、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



au



おおむらケーブルテレビ  
特別企画

**豪華賞品**  
が当たる!!

\*各店で商品は異なる場合があります。

何が  
当たるか  
来店しての  
お楽しみ!!

# ガラポン 大抽選会



**7/20日**

11:00~16:00  
大村桜馬場店  
特設ブース

19日・20日、新規MNPの方5,000円割引!

auショップ  
大村桜馬場

大村市西大村本町 279-1  
Tel 0957-48-6100



**7/13日**

11:00~16:00  
大村中央店  
特設ブース

7月は「ケーブルテレビ広告しました!」  
で全員に来店感謝品進呈!!

auショップ  
大村中央

大村市西本町493-10  
Tel 0957-54-7715





市内の町にスポットをあて、その町の魅力や特色を紹介します!今月は…

# 松並2丁目

国道 松並交差点の南西に位置する松並2丁目の人口は約 1,200 人、約500世帯。(大村市町丁別推定人口 平成26年5月現在) 大型スーパーや薬局、病院、小学校などが近くにあり、とても生活の便が良い地域です。

## ★いつまでもハッスル!「松並福寿会」



「福寿会」には元気な82人の高齢者(最高齢は100歳)が所属していて、活動も盛ん!中でもグラウンドゴルフは週に3回、おやつを持ち寄りたりして和気あいあいと楽しんでいます。市道の里親にもなっていて、定期的に道路の清掃活動も行われています。

## ★元気あふれる「子ども会」

自衛隊官舎があるためか、子どもたちの人数も多く、福寿会同様、子ども会の活動もとても盛んです。水口ケツ大会にも毎年出場し、今年もそのチームワークの良さを見せつけ、見事入賞しました。



## ★町民全員参加の「町内夏祭り」



毎年7月の末に、町民総参加の夏祭りが行われます。出店が並び、ユニークな企画で赤ちゃんからお年寄りまで親睦を深めています。

番組では福寿会や子ども会の活動の様子、盛り上がる夏祭りの模様をお送りします。

放送日 7月30・31日(水・木)



とてつのはなし

# おやつ

## ヨーグルト入りだよ! しっとりチーズケーキ

- 材料**
- ・クリームチーズ 200g
  - ・たまご 2個
  - ・ヨーグルト 190g
  - ※今回はブルーベリー入りを使用
  - ・ホットケーキミックス 120g
  - ・バター 70g

- ①練る ②卵加える ③ヨーグルト加える



冷たいとまぜにくいクリームチーズ。ピニールに入れてもむとすぐやわらかくなります

- ④粉まぜる ⑤バターまぜる ⑥型に流し込む



- ③にホットケーキミックスを入れ、まぜる ④に溶かしたバターを加えてまぜる ⑤を型に流し入れ170℃に熱したオーブンで45分ほど焼く



# とてつのはなし

CATV262ch SPACE SHOWER TV HD

## 毎月オススメ番組をご紹介します!

今月は音楽専門チャンネルのご紹介です!



## ■NANO-MUGEN FES.2014 開催直前!

### ASIAN KUNG-FU GENERATION MUSIC VIDEO SPECIAL

★7/2(木)20:00~20:30 ほか

ASIAN KUNG-FU GENERATIONのミュージックビデオを30分特集します。



## ■歌って楽しくカロリー燃焼! カラオケ消費カロリーランキング

カラオケ消費カロリーが高いヒットソングはこれだ!歌って目指せスーパーボディ!カラオケ消費カロリーランキング!



放送予定アーティスト 西野カナ、平井堅、湘南乃風、三代目 J Soul Brothers from EXILE TRIBE、コブクロ、いきものがかり、EXILE、GReeeeN、MISIA、FUNKY MONKEY BABYS 他



## ■V.I.P. =きゃりーぱみゅぱみゅ-

★7/12(土) 12:00~17:00 ほか



# Orange Clover オレンジクローバー

## チャレンジデーを盛り上げたにゃ〜



今年のチャレンジデーをべにまるくんとオレンジクローバーで盛り上げたにゃ〜販売会にご来場いただいた皆さん、ありがとうございました〜来年も大村市の勝利に貢献するにゃ〜



Face book「Teamべにまる」 いいね

5月23日 大村市役所前

5月28日 古賀島スポーツ広場

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)

## 大村市健康づくり推進員 市民参加ウォーキング予定

大村市から委嘱された運動ボランティア「健康づくり推進員」が企画、運営しています。日程などは変更される場合もありますので、参加ご希望の方は事前にご確認ください。

# 7月

参加費無料 事前申込み不要



日	開始時間	集合場所	備考	日	開始時間	集合場所	備考
5	9:00	アルカディア大村まがらみ5展望公園		16	9:00	木場公民館	
6	6:00	鈴田運動公園		17	9:00	水計公民館	
7	8:00	池田湖公園		20	6:00	鈴田運動公園	
8	8:30	木場公民館		22	8:30	木場公民館	
10	8:50	大村公園観光センター前		26	10:00	桜が原中学校校門前	
10	9:00	下杭出津公民館		27	6:00	鈴田運動公園	
13	6:00	鈴田運動公園		28	8:00	多良岳登山口(多良岳登山) 雨天時は8月4日に変更	弁当持参

お問合せ 大村市役所 国保けんこう課 Tel.53-4111 (内線140,141) 担当:川嶋

## お便り

まちのわだいで取り上げてほしいお店やおもしろネタを教えてください。 ■富の原のTさん ガンバくん、ランバちゃんグッズを購入できるお店を教えてください。

1	火		
2	水		出前子育てつどい (10:00~ 松原出張所・にこにこ子育てサロン) 【要申込: 昊天宮保育園】 3歳児健康診査 (受付13:00~13:20 こどもセンター)
3	木		1歳6か月児健康診査 (受付13:00~13:20 こどもセンター)
4	金		出前子育てつどい (10:00~ 古賀島西公民館・ライオンキッズ) 【要申込: 植松保育園】 出前子育てつどい (10:00~ 昊天宮保育園・にこにこ子育てサロン) 【要申込: 昊天宮保育園】 はじめての離乳食教室 (受付9:50~10:00 こどもセンター)
5	土	おはなしの会 (11:00~11:30 図書館) おはなしのつどい (14:00~15:00 中地区公民館) ハートバルまつり (10:00~16:00 男女共同参画推進センター ハートバル) 大村スポーツ社杯卓球大会 (シーハットおおむら)	〈休日当番医〉
6	日	第24回全日本ドッジボール選手権長崎県大会 (シーハットおおむら) 	おおつか内科医院 ☎53-8080 レディースクリニックげま ☎54-9200 赤司歯科医院 ☎53-6728
7	月		2歳児のお部屋 (10:00~11:00 こどもセンター)
8	火		ことばと心の相談室 (13:30~16:00 こどもセンター)
9	水	手作り雑貨ひろば (10:00~15:30 パークベルズ大村)	おはなしの会 (11:00~ 市立図書館) 給食試食会 (離乳食) (なつみかん/放虎原こども園) 乳幼児すくすく健康相談 (受付13:30~15:00 郡地区公民館)
10	木		出前子育てつどい (10:00~ 三浦出張所・わいわいらんど) 【要申込: 鈴田保育園】
11	金		出前子育てつどい (10:00~ 郡コミセン・にこにこ子育てサロン) 【要申込: 昊天宮保育園】
12	土	おはなしの会 (11:00~11:30 図書館) 第64回“社会を明るくする運動”中学・高校生弁論大会 (13:00~ シーハットおおむら) 	〈休日当番医〉
13	日	高校生のおはなしびっくり箱 (①10:30~ ②11:20 図書館) 少林寺拳法長崎県大会 (シーハットおおむら)	おおむらケーブルテレビ特別企画   イベント 大村中央店 取付予定
14	月		ことばと心の相談室 (13:30~16:00 こどもセンター)
15	火		
16	水		ベビー&マタニティーのお部屋 (5か月まで) (10:00~12:00 こどもセンター) 3歳児健康診査 (受付13:00~13:20 こどもセンター)

**夏だ!!** ビールが美味しい季節になりました。



**生ビールサーバーレンタル** 大好評!!

水冷式ビールサーバー  
ガスボンベ **1,080円** (税込)

- ◎ビールジョッキは無料でレンタルします。
- ◎配達は540円 (税込) で承ります。(大村市内)
- ◎生樽 (5~25%) をご購入ください。

**新規業務店様大歓迎!!**  
これから、新規開店を予定されている方!  
なんなりとお気軽にご相談ください。

Tel.0957-54-3155  
Fax.0957-54-7619 古町1丁目316-3

酒類の配達も  
お気軽にご用命ください

HM 今月のおすすめメニュー




~にんにく香る~  
豚肉と野菜の  
スタミナ炒め  
弁当 **590円**



※写真はイメージです。

**Hotto Motto ほっともっと**

17	木		出前子育てつどい (10:00~ 池田公民館 (くすの木文庫)・ライオンキッズ) 【要申込: 榎松保育園】 1歳6か月児健康診査 (受付13:00~13:20 こどもセンター)
18	金		出前子育てつどい (10:00~ 木場公民館・ひまわりキッズ) 【要申込: ひまわり認定こども園】 出前子育てつどい (10:00~ 昊天宮保育園・にこにこ子育てサロン) 【要申込: 昊天宮保育園】
19	土	おはなしの会 (11:00~11:30 図書館) 耳とことばの相談 (13:00~15:00 総合福祉センター) 竹松ゆかたまつり (16:00~ 竹松駅前通り特設会場)	松原海水浴場開設 8/12迄 市民プールオープン 8/31迄 (休日当番医)
20	日	パパといっしょ!おはなしタイム (10:30~ 図書館) 第11回大村テクノヒルズ・新月会杯ミニサッカー大会 (9:00~ ますらがはら展望公園) 希望舞台プロジェクト「焼け跡から」 (14:00~ さくらホール 一般前売/3,000円)	おむらケープルテレビ特別企画 au イベント 大村駅馬場店 さくらクリニック ☎53-8819 わたなべ耳鼻咽喉科医院 ☎52-2003 村上歯科医院 ☎52-3460
21	月	全九州ミニバスケットボール県央地区予選大会 (シーハットおおむら)	須田小児科医院 ☎54-7200 本田皮膚科アレルギー科 ☎55-6830 いのうえデンタルクリニック ☎54-6684
22	火		3歳以上児のお部屋 (10:00~11:00 こどもセンター)
23	水	大村市立史料館 夏の企画展 「歴史の缶づめ Re」 (10:00~18:00 史料館)	ベビー&マタニティーのお部屋【6か月~11か月まで】 (10:00~12:00 こどもセンター) 1歳6か月児健康診査 (受付13:00~13:20 こどもセンター)
24	木		3歳児健康診査 (受付13:00~13:20 こどもセンター) 親子クッキング 7月24日(木)10:00~ こどもセンター調理室 対象:3歳以上 参加費:1人200円 申込先:大村市こどもセンター 54-9100
25	金	第32回いのちの講演会【講師 鎌田 寛先生】 (18:30~ 市民会館 前売/1,200円)	出前子育てつどい (10:00~ 古賀島西公民館・ライオンキッズ) 【要申込: 榎松保育園】 出前子育てつどい (10:00~ 昊天宮保育園・にこにこ子育てサロン) 【要申込: 昊天宮保育園】
26	土	おはなしの会 (11:00~11:30 図書館) 夏休み突入記念!! 夜のえほんまつり (19:30~ 図書館) 体験講座 勾玉づくり・巻物づくり (10:00~12:00 史料館) 子どもスポーツチャレンジ (シーハットおおむら) 岩波ホール発 第三十二夜九十九話ファイナル公演 白石加代子「百物語」 (18:30~ シーハットおおむら)	(休日当番医)
27	日		寺井医院 ☎52-3574 神田クリニック ☎48-5648 えんどう歯科医院 ☎27-3800
28	月	リバーウォッチング (鈴田川) (9:30~11:30 鈴田川)	ことばと心の相談室 (13:30~16:45 こどもセンター)
29	火	リバーウォッチング (大上戸川) (9:30~11:30 大上戸川)	
30	水	リバーウォッチング (郡川) (9:30~11:30 郡川) “社会を明るくする運動”長崎県弁論大会 (12:00~ 市コミセン)	出前子育てつどい (10:00~ 昊天宮保育園・にこにこ子育てサロン) 【要申込: 昊天宮保育園】
31	木		

☆2歳児のお部屋・3歳以上児のお部屋・・・「親子ヨガ」対象年齢のみ参加できます。先着10組。お茶・タオル・着替えを持参してください。申し込みが必要です。7月1日(火)10:00~電話、または直接お申し込みください。  
 ☆給食試食会・・・申し込みが必要です。5組。1人200円。7月1日(火)10:00~電話、または直接お申し込みください。  
 ☆ベビー&マタニティーのお部屋・・・0歳児の親子。現在妊娠中で赤ちゃんとふれあってみたい方。お気軽にお問い合わせください。  
 ☆ことばと心の相談室 (初回は電話で申し込みください) 就学前のことばの発達等が気になるお子さんや、育児でお悩みのお母さんが対象  
 ☆1歳6か月児健康診査...平成24年11月生まれのお子さんに通知しています。(2歳未満まで受診可能)  
 ☆3歳児健康診査...平成22年12月生まれのお子さんに通知しています。(4歳未満まで受診可能)

予防接種実施中!... 三種混合、四種混合、麻しん・風しん、日本脳炎、BCG、ポリオ、ヒブ、小児用肺炎球菌、子宮頸がん予防接種は、年間を通じて無料で接種できます。お子さんの体調のよい時に医院を予約してから受けて下さい。(対象年齢あり)  
 ☆大村市こうのとりのダイヤル...妊娠・不妊相談実施中。専用ダイヤル 54-9119  
 詳しくはこども家庭課 (こどもセンター) へお問合せください。54-9100

ゆーみん & あっきー  
コレも通信!!

7/1 (火) ~ 7/7 (月) 9:00~18:00まで

毎日先着7名様に粗品プレゼント!!

「エビ次郎様...」  
くーちゃん

7月末まで  
コレモに展示します!

短冊に願いを書いてください!

### 車で行ける海上の楽園、伊王島

長崎港大波止より高速船で約19分、車で30分。  
長崎駅北側より無料シャトルバス運行中! (要予約)

きれいな海と四季旬味 長崎温泉  
やすらぎ伊王島

長崎県長崎市伊王島町1丁目 3277-7  
TEL/095-898-2202

7/14 日帰り温泉館  
「島風の湯」OPEN!

ロキデータはチャンネルガイド・ケーブル+の広告制作代理店です。格安で効果的な広告を掲載致します。

大村市内各所に設置中!

- チャンネルガイド 発行部数/6,000部
- ケーブル+ 発行部数/12,500部

まずはメールでお問合せください  
info@lokidata.jp

〒856-0832 大村市本町439-5 シャトルローザ202  
おむらケーブルテレビ(株) 広告制作代理店

LOKI DATA.

主要業務 (お気軽にご相談ください)  
 ①ホームページ制作・運用  
 ②iphone/ipadアプリ開発・運用  
 ③広告・デザイン制作  
 ④システム開発  
 ⑤パソコン保守  
 詳しくはホームページで

シリーズ  
連載  
VOL.63

# 子育て ママの奮闘記

子どもとわたし

## ‘幼稚園ママ’ デビュー!

### Q. 幼稚園に通うことに不安はありましたか?

人の輪にガンガン入っていくタイプじゃないので不安でした。でも月に数日、幼稚園の**子育て支援クラス**に通ったので、そこで少しは集団生活の雰囲気を経験できたし、他のお母さんと知り合えて私も心強かったです。

### Q. 入園前の準備は?

持ち物の**名前書き**や**作りもの**(ランチョンマットやお弁当袋etc.)が多くて大変だったけど楽しかったです。苦勞の末にやっと完成させたスモックですが長袖の時期は終わっていました…。全てが初めてのことで、細かいところまで聞きまくっていました。  
「歯ブラシ持参」とあったらケースに入れるの?とか(笑)



3歳の長男をこの春から幼稚園に通わせているKママにお話を聞きました。

### Q. 園に通うようになって変わったことは?

**ジャングルジム**で高いところまで登れるようになったり、**おしっこ**が1人で上手にできるようになったり、**知らない人**の中にも入っていけるようになって「幼稚園効果かな」と夫婦で話しています。



体験入園のとき、音楽が流れても、全く動かず、ぼーっと立っただけだったのですが、入園して二ヶ月の参観で見たら、ちゃんとみんなと同じように身体を動かして、お友だちとむぎゅっつていうこともしてたので、ほんとに**安心**。それなりになんとかやっってるみたいです。

### Q. 実際、通い始めた時はどうでしたか?

不安を見事に覆し、「行きたくない」って泣くこともなく、笑顔で通ってくれました。

**帽子や制服**が気に入るようで、満足げな表情で、よく鏡の前に立っています。それに**バス通園**というのも楽しく通う理由かも。同じバス停から乗るYくんとも仲良くなって、幼稚園でも一緒に楽しく遊んでみたい。



### Q. うれしいこと、楽しみなことは?

やっぱり「**楽しかったよー**」という笑顔で帰ってくるのが一番うれしいですね。他にもお昼ごはんを完食した証のカードをもらってきたり、お散歩でつんだクローバーや、砂場の貝殻を「おみやげ〜」って持って帰ってきてくれたり、ポケットに草とか砂とか入っているのを見ても、「今日も楽しかったんだな」と嬉しくなります。でも名札に砂が入るのはなぜ?? これから運動会とか、絵画展とかもあるようなので、成長を確認できるのが楽しみです。



こうさくだいすき! いっぱい作るよ!

### ドクターリコに聞いてみよう!

第16回

### 日焼け止めの数字ってな〜に?

前編

日焼け止めにはSPFとPAという表示があり、SPFは紫外線B波、PAは紫外線A波を防御する効果を表します。SPFは紫外線を浴びたときに肌に赤みが出るまでの時間を何倍延ばせるか?という意味で、例えばSPF30なら、日焼け止め無しなら1分で肌が赤くなる量の紫外線を浴びたときに、日焼け止めを塗っていたら30分まで延ばせる、つまり逆に言えば30分で肌が赤くなりますよ、という意味です。「日焼け止めを塗っていたのに日焼けした」と言われることがありますが、日焼け止めは日焼けまでの時間を延ばすだけです。たとえ塗っていても浴びる紫外線の量や時間によっては日焼けしてしまうのです。そしてこの数字には落とし穴があるのです…、それはまた次回にお話しますね。



北村 理子  
クリニック  
皮膚形成外科



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/>

### 大村市こどもセンターだより TEL54-9100

こどもセンターでは、食育推進の基礎づくりのため、乳幼児親子(祖父母との参加可)を対象とした「**食育親子クッキング**」を開催しています。  
5月に開催した親子クッキングの様子を掲載します。



#### 5月22日のメニュー

- ・ハムパン
- ・春野菜のスープ
- ・りんごとはなの包み焼き

### 次回の 親子クッキングのご案内

今回は、**7月24日(木)**に開催します。  
対象は3歳以上で、参加費は1人200円です。  
(新規優先で先着8組)  
エプロン、三角巾、飲み物は持参してください。  
申込み開始は7月1日(火) 10:00~です。

弟妹も同伴可能ですが、託児はありません。ベビーカーやおんぶ紐を持参してください。2歳以上は参加費が必要です。

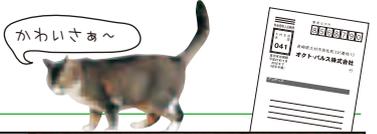
詳細は、広報紙や大村市HP等でご確認ください。

申込電話 **54-9100**

※新規優先の先着順です。

お便り  
ありがとうございます

まちのわだいで取り上げてほしいお店やおもしろネタを教えてください。  
■長崎市千歳町のHさん 道の駅特集、地元の特産品を売っている所

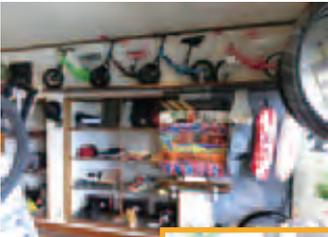


●松並2丁目のhisaさん

大上戸川に白鳥の親子が、水色の外壁がかわいなお店ができています。自転車屋さん? かな。喜同バトはいいです。



はいっ。行ってきましたよ!  
自転車はもちろん、車(新車・中古車)の販売、中古バイク、スケートボードまで幅広く取り扱われています。



展示されている自転車(バイク)はカッコイイ系のデザインのもの。ピストバイクやBMXが主です。



カスタムパーツも充実! あなただけの1台を作ってみませんか?



小さなお子様向けのバランスバイクはカラーも豊富!  
▲ペダルがないこのバイクは、乗ることでバランス感覚やハンドル操作などを身につけ、将来ペダル付自転車へチャレンジする際の自信にもつながります。



自転車にのってボロ? バイクボロ

店主の富本さんは、大村ハードコートバイクボロというチームで活動されています。その名の通り、バイク(自転車)に乗ってボロ競技をするのですが、なんとと地面に足をついてはいけないという厳しいルールがあるそうです。興味のある方はお店へGO!!



自転車のパンク修理などいたします。お気軽にお立ち寄りください



クランク

住 協和町1726-1  
電 51-6930  
営 10:00~20:00 休 不定休



●水主町のチャチャさん

大上戸川に白鳥の親子がいます。子供は今年4月7日に、ヒナが孵りました。



3/16

数年前から大上戸川の河口にコブハクチョウの夫婦が巣を作っていましたね。昨年からは巣の場所を内田川に移して子育てに励んでいます。そして今年4月7日に、4羽のヒナがかえりました!



親子水入らず...  
いや、親子水の中



4/9

毛玉が浮いてるみたい

仲良く親子で泳ぐ姿が見られます。親のまねして水に顔を突っ込むけど、ころんとひっくり返ってしまうのもまた愛らしい♡



4/17

たくさんの方が足を止めて白鳥を見ています。わんちゃんも。



5/30

泳ぎも上達したよ!

日を追うごとに、首も長くなってきました。すぐに大人と同じ大きさに成長しますが、羽根は茶色のまま。みんなで子どもたちの成長を温かく見守っていきましょう!  
今、巣があったあたりは草が伸びて、白鳥の姿も見えませぬ。大上戸川に引越したのかな?

撮影・写真提供: 井口一也

表紙のはなし



ゆなちゃん りのちゃん

今回表紙を飾ってくれたのは小学1年生のりのちゃんと、4歳のゆなちゃん! いつもは結んでいることが多い髪をおろして、スイーツデコのカチューシャをつけて、ピンクのポーチにサンダル、それにおそろいのノースリーブと、夏らしくさわやかに女子度UPで来てくれました。スタイリストのお母さんもがんばりました! がしかし! 衣装はほとんど写ってない... (^\_^;



野菜大好き  
甘いのも好き♪

撮影: 中山紀一(そらスタジオ)  
撮影場所は、特集でもお世話になった大村公園のZERO'S喫茶。2人は店内のインテリアにも興味津々の様子で、はっちゃけ元気娘っぷりを発揮してくれました。小学校や幼稚園も楽しく通っているそうですよ。7月で5歳になるゆなちゃんに目標は?と聞くと、「ごはんをいっぱい食べて大きくなる!」と宣言してくれました(^\_^)



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!



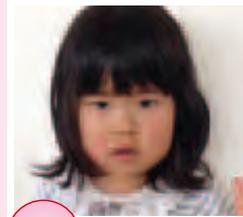
8日生 ゆうひん くん



10日生 いつき くん



10日生 らいか ちゃん



15日生 ひなこ ちゃん



17日生 ゆな ちゃん



18日生 かほ ちゃん



18日生 かな ちゃん



30日生 しくら ちゃん



大人だって、かわいかった  
子ども時代があるんです♪  
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@octb-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。  
※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)

カフェでランチなどとして提供される  
食事のことを何ていう?

カフェ

ひらがなで  
書いてね

ご希望の商品番号

ヒント: 今月の表紙タイトル

※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させていただきます。

## アンケート

- まちのわだい (P18) で取り上げてほしい  
お店やおもしろネタを教えてください。

---



---



---



---

- 夏の一番の楽しみは?

---



---



---



---

★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。

iPhone・iPadで  
ケーブルプラスが  
見られるんです!

Cable+ iPhone アプリ



Cable+やスタッフブログ、  
もっと! Cable+だって  
みれちゃうアプリを  
ぜひ活用ください!

## 読者・視聴者プレゼント

- 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 特定非営利活動法人 桜山さんから

「カブトムシ オス・メス  
ペアセット」を2名様

木場2丁目にある「桜山」での引き渡しと  
なります。当選された方はお電話ください。  
元気なカブトムシたちが待っていますよ!



- 3 芦塚酒店さんから

「おすすめのお酒」

を2名様

おいしいお酒が何でも揃う芦塚酒店さんから  
おすすめのお酒!?をプレゼント。ワインかな?  
日本酒かな?もらってみてのお楽しみ!



- 4 こてつからプレゼント  
ファミリー劇場より

「神テレビ Tシャツ」を1名様

目玉のようなデザインはバックプリントでっ(ΛOΛ)  
ピンク色がかわいい大きめTシャツです。細い子がゆるく来てカワイイし  
大きいひとがピチピチで着てもかぁいい〜のお〜(\*^\_^\*)



※プレゼントへの応募締切は7月20日必着です。

# 大村鈴田女子バレーボールクラブ

第34回ファミリマートカップ  
全日本小学生大会大村市予選会  
**優勝!**



**練習日時  
練習場所**

**火曜日**  
16:30~19:30  
大村小学校 体育館

**水曜日**  
16:30~19:30  
鈴田小学校 体育館

**木曜日**  
16:30~19:30  
鈴田小学校 体育館

**部員募集!**

毎日楽しく練習しています。気軽に練習を見学に来て下さい!



Cable + ケーブルプラス  
2014.7月号  
平成26年7月1日発行  
Vol.64

## 編集後記

### ●バックラインの要。

今月号で僕がオススメする情報は!!  
裏表紙の大村鈴田女子バレーボールクラブです。部員は、現在13名だそうです。新入部員を募集中で1年生からでも入部できまーす。(\*^\*)  
気になる方は、体育館に、ヒアウィーゴー!!



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>



### ●kari

もう夏が来ますね~!!早くも夏風邪をひいたKariです。上司からは「〇〇は風邪ひかないけど...夏風邪を引く人は〇〇ってよくいうよねって...」いや~!!

そんな事言わないで~!!  
そんなこんなで楽しい夏を迎える為に早寝早起き健康第一で頑張りしたいと思います!皆さんも健康に気をつけて下さいね~!!



### ●こてつ

食欲の夏(^u^)  
休日カレンダーをみてて思ったのですが...もうすぐ夏休みじゃん!暑いのに世間はテーマパークめざして計画をたてるわけですね。私はそんな方々の邪魔はいたしません!家でごろごろ。ケーブルテレビを堪能いたします。かしこいでしょ?!

### ●8438

三歳児健診も無事にクリアしたよ~の8438です。3歳ともなれば歯科健診で口の中を見られても、小児健診で裸んぼにされても泣かんとね~。すごい。名前や年齢の自己紹介はもちろん、「これ何?どっちが長い?」とかの質問もちゃんと理解して答えている姿に感動!



ちゃんと理解してます!

### ●tami こと「たみすけ」

我が家もスマートTVにしました。人数が多いので、チャンネル争いの毎日でしたが、ドラマを録画しながら、アニメを見て、iPadでニュースを見る。とっても便利です!!インターネットの速度も早くなって大満足してます。

郵便はがき

8 5 6 8 7 9 0

料金受取人払郵便

大村局  
承 認  
**85**

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

差出有効期限  
平成27年6月  
30日まで  
(切手不要)



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

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。

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  
「ケーブルプラス編集部」 おおむらケーブルテレビ社内 mail cablepp@octp-net.ne.jp FAX 0957-52-1921