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
2012 2
Vol.35

Cable+

ケーブル・プラス

放送案内ガイド

特集

わたし鍋すきよ♥

シリーズ
サラリーマンX氏の「大村さるく日記」

すたんど・ばい・みー

「いきいき大村マイタウン」放送スケジュール

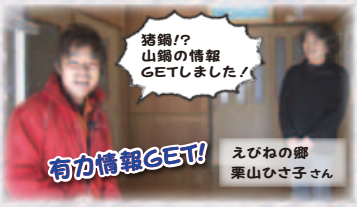
いんふぉめーしょんMAP～おいしい鍋はここにある!・こてつのおやつ
まちづくりニュース・イベントカレンダー・まちのわだい・子育てパパの奮闘記・お誕生日おめでとう

寒い季節は
やっぱり鍋！

わたし鍋すきよ♥

新年会にお邪魔しました！鍋

山鍋と聞くと　みなさんは何を想像するでしょうか？
編集部が悩んでいたところ、『えびねの郷』の栗山さんから黒木地区で、猪を狩って猪肉を猪鍋（シシ鍋）にして食べている方々がいらっしゃるという情報をキャッチ！
早速その情報を手がかりに報道制作部おすぎが黒木地区を訪ねてきました！



**今回は鍋特集ということで
まずは海の幸を使った鍋と
山の幸を使った鍋をご紹介！**

教えてもらった情報を頼りに、たどり着いたのが猪狩名人の北島さん。
そしてさらに北島さんの紹介で猪肉を使った料理が盛りだくさんの新年会にお邪魔させていただくことに。早速、会場の永吉さんのお宅に連れて行ってもらいました！

匂いをたどっていくと…外では肉を焼いている方がいらっしゃいました。

山鍋（猪鍋）材料

猪肉・長ねぎ・人参・大根・里芋
(分量は食べる分だけいれればよかと！)
にんにく(少々 ※香り付けのため)
なげ味噌
(麦のカスが残っている昔ながらの味噌)

ししなべ

永吉さん宅にお邪魔すると…鍋の準備が着々と進んでいました！すべての材料を入れて、よく煮た鍋の中になげ味噌をいれて最後の味付けをしています！
おや？鍋の中の大根をよく見ると変わった形をしています。
これは特殊な切り方をした『かぎ大根』といって、よく汁が染み込むんだそうです。人参などのほかの野菜も同じ切り方で入っています。

新年会が始まるとすぐにメインの猪鍋が登場！
味噌とアクセントに入れたにんにくの良い香りが食欲をそそります。
そしてお待ちかねの猪肉は…
えっ…!? ん…いや…あれ??
こんなトロットロなんですか!?
カタいお肉を想像してましたが、今まで食べた事のあるどんなお肉よりも軟らかい。煮ると食感がこんな風になるんですね！驚き！

**これで終わりかと思っていたら…
もうひとつ鍋がでてきました！**

たくさんの山の幸を使ったすき焼き鍋！これも美味しそう…つづきは番組で！

猪鍋にすきやき鍋と山の幸の鍋をたくさん堪能させていただきました！
あまりの美味しさにびっくり！
今回はひたすら食べさせてもらい終始満面の笑みのおすぎでした。

放送日：2月11・12日（土・日）オクトアワー

おすぎとサワーの 釣って食べよう！海鍋

目の前に広がる大村湾！海の恵みが詰まった鍋を作ろうと、報道制作部のおすぎ(杉尾)とサワー(大澤)が大村湾で船釣りに挑戦！今回協力していただく岩永さんに船を出していただきいざ出港！

西海橋近くのポイントで釣り開始。今回はサビキ釣りで白身魚を狙います。開始早々おすぎにアタリが！

そして、今度はサワーにあたりが！順調な滑り出しに大喜びの二人だが、狙いは鍋にふさわしい白身魚。するとおすぎの竿に反応が…

まだまだラッシュは続きます…。

その後もアジとイワシがおもしろいように釣れる釣れる。アジ・イワシのオンパレードに疲れが見えてきた二人…。場所を変えて釣るも、かかるのはアジとイワシばかり…。

半ばあきらめていたところで、岩永さんがキスをゲット!!

なんとか釣った白身魚2匹（タイ・キス）と大量のイワシをつみれにして海鍋を作ります。

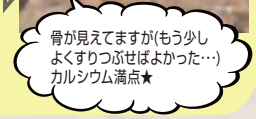
海鍋作り

海鍋材料

- イワシ…… 約30匹(多すぎ!?)
- タイ・キス …… 各1匹
- 卵 …… 2個
- 片栗粉…… 適量
- 塩 …… 少々
- 市販の塩ちゃんこスープ
- 白菜 …… 適量

イワシのつみれ作り

まずは、イワシの頭と内臓を取り出して、フードプロセッサーで砕いていきます。できあがったイワシのすり身に卵と片栗粉と塩を少々入れてよくかき混ぜます。



このまま食べても おもしろくないので、2人のオリジナルつみれを作ります！

おすぎのつみれは主張が強すぎるため、まずはサワーのつみれから作っていきます。

おすぎつみれ材料

① (とうがらし・にんにく・ねぎ)
② (カレー粉・チーズ)

サワーつみれ材料

(梅・大葉・レンコン)

それぞれ材料を細かく切ってつみれと混ぜ合わせます。鍋に市販の塩ちゃんこ鍋のスープを沸騰させ、まずはサワーつみれを入れて、タイとキスは内臓を取って丸ごと鍋の中へ。あとは白菜（お好きな野菜）をいれ、ふたをして出来上がるのを待ちます。

完成!!!!

タイとキスまるごと in イワシつみれ鍋

サワーつみれは梅と大葉が青魚の臭みを消して、レンコンのシャキシャキ感がおいしさを倍増させた逸品となりました！

ちなみにアジはフライにしました。だって食べたかったんだもん！

そして問題のおすぎつみれは番組で詳しく紹介します。

ぜひ、みなさんも大村湾で釣れた魚で海鍋楽しんでみてください！！

放送日：2月9・10日（木・金）オクトアワー

鍋といったらまず土鍋でしょう!

土の温かみのある土鍋は、使えば使うほどなじんできます。火のあたりが柔らかく、じっくり煮込んで食材のうまみを引き出します。食卓も映える色鮮やかなデザインの土鍋もたくさん出てきていますよ。

土

オススメの料理 水だき、うどんすき、キムチ鍋などたっぷりの汁をつかう料理

おばあちゃんの知恵袋

お鍋を初めて使うときは『おかゆを炊く』

米のとぎ汁を煮てもOK。ごはんの糊や粘性が粗い目の隙間につまり、ひび割れたり匂いが移るのを防ぎます。特に土鍋のときは必ずやりましょう!
ぐっと締まって長持ちしますよ。

こんなのも!
二重構造のふた'キーポ'

ふたの空洞部分が保温力を高めています。焼酎グラスなんかではあるけど土鍋では珍しい!

こんなのも!
IH対応土鍋

発熱するための金属板の上に食材がくっつかないように陶板を敷いて使います。もちろん金属板をはずせば直火でもOK!

鍋 いろいろア·ラ·カルト

リビングショップやすながさん

お店にあるいろんな鍋を紹介してもらいました!

寒い冬を乗り切るために みんなで鍋を楽しもう!

真っ赤なトマト鍋

白いコラーゲン鍋

具材は9割同じですが(^^;
鍋のスープも種類が豊富なので手軽にいろんな鍋を味わえますね!
食べるのに夢中で完成写真はナシ…

教えてもらった料理をタジン鍋でやってみました!

白菜と豚肉を重ねる

切ってタジン鍋に入れる

中火にかけて…

火が通ったら完成!

チョット心配だったんで、ちょびっと水を入れたのですが、全然入れる必要なかった!ポン酢をかけていただきましたがめちゃくちゃおいしい!!
こんなに簡単なのに美味しいなんて!!
いくらでもはいりそう(><)

セラミック

陶磁器を製造過程で高温処理を施したのがセラミック鍋。熱伝導と蓄熱効果に優れていて遠赤外線効果が、セラミック最大の特徴です!
石焼きイモの原理で芯のほうから火が通り、煮崩れせずに素材の味を生かします。

オススメの料理 蒸し料理、カレーやシチューなど煮込み料理

こんなのも!
水がいらない?!'無水鍋'

蒸発した水分がふたの裏側の突起部分をつたって均等におちる仕組みで、素材そのものからでる水分で調理できます。

素材の本来の味を引き出せるのが、セラミックのいいところ♪料理上手になったみたい!

鉄

鋳(い)物の鍋は食材全体に熱が伝わり、一度温まれば熱が逃げにくいのが特徴です。
火からおろしてもグツグツあつあつの状態でテーブルに出せます。
鉄イオンが流れ出すので、不足しがちな鉄分補給に役立ちます!

オススメの料理 すき焼き、おでん、肉料理

こんなのも!
お一人様用?!'ミニなべ'

直径約10センチ!カワイイ!!
かわいいロールキャベツや、一人分リゾットにもぴったりですよ♪

鉄鍋のお手入れ法

初めて使うときは野菜くずなどを油で炒めて鉄臭さを取りのぞき、油を十分にじませてから使いましょう。
金たわしやクレンザーなどで鍋の表面を傷つけるとさびの原因となりますのでご注意を!
キッチンペーパーでふいたり、弱火にかけて乾燥させてから保管しましょう。

耐熱ガラス

下ごしらえから蒸す、焼く、煮るまで火を使わず、レンジで調理できる優れもの!
野菜の重ね煮、温野菜など、調理中の中の様子が見えるので便利です。

炭

お米を炭を入れて炊くとふっくら美味しいご飯が炊けますが、逆の発想で炭を鍋にしました!炭の遠赤外線効果でおいしく、有害物質、食品添加物などの不純物を吸収するので、鍋もおいしくできますよ♪

タジン

タジンといっても、'タジン'という素材でも'タジン'を入れる鍋でもありません。
モロッコで生まれの独特の形をした鍋で、とんがり帽子のような部分で水分を循環させる仕組みは水が貴重な砂漠地方の知恵です。
水が循環しているので、こげる心配がなく、油を引かなくてもいいので、ヘルシーな蒸し料理にぴったり。
弱火~中火で調理しましょう。

こんなのも!

ガラス製のタジン鍋 調理の具合も一目瞭然!

こんなのも発見!

内側に仕切りがついているので、2種類の味を一度に楽しめます!

わたし鍋すきよ♥

寒い季節はやっぱり鍋！

ねぇあなた、あったまる鍋が食べたいわね
あそこの鍋、おいしかったよな
いいわね！今日は外で鍋食べない？
よし！家族みんなで行くぞ！

大村にはおいしい鍋がたくさん
お気に入りのお店を見つけてネ‼

期間限定!4月頃まで食べられます。

キャベバラ

2〜3人前　1,200円

全室個室で落ち着いた雰囲気のある七夜月から紹介する鍋は「キャベバラ」です！！豚バラ（国産ポーク）とたっぷりキャベツを目の前のお鍋でぐつぐつ楽しむ野菜たっぷりのヘルシーな逸品！お好みで唐辛子を加えて更に楽しめます。見た目のシンプルさからは想像のつかない病みつきになる美味しさです。
別売りの中華麺トッピングがオススメ！
※最大20名様の部屋も用意できます

和 dining 七夜月
〒 諫早市貝津町1684　☎ 25-7742
11:00〜15:00（ランチ） 17:00〜24:00（ディナー）

※鍋は他に博多もつ鍋（¥1,000）湯豆腐（¥580）

カキと豆腐のチゲ

1〜2人前　1,000円

カキのうまみがスープにとけだし、豆腐とキムチの辛味との相性もバツグン！
辛さは普通のピリリ味から激辛までお好みにあわせて調整できます。体の中からあったまりますよ。
広島産の大粒のカキがどーんとのった、冬季限定の鍋です。写真は1〜2人前の小さい鍋ですが、人数に応じて、大きな鍋でも作ってもらえます。

居酒屋 和味（なごみ）
〒 富の原2丁目91-1　☎ 55-9011
17:00〜24:00　休 水曜日

※写真は2人前

もつ鍋

1人前　1,100円

厳選した「もつ」を使い「京風味噌」のオリジナルスープで仕上げたもつ鍋。
柚子胡椒がのった揚げ豆腐や、新鮮な野菜にスープの味がよくからんで絶品の味に！
食べるとプリプリ柔らかなもつですが、ほどよい食感が残ったやわらかさなんです。
どんどん追加したくなる美味しさ。シメはちゃんぽん麺を入れて召し上がれ！

お食事処 蓮（れん）
〒 池田2丁目331-11　☎ 56-8863
17:00〜24:00　休 日曜日

塩鶏鍋

1人前　800円

さっぱりとした塩ベースにブツ切りの鶏からたっぷりダシが出ている味わい深いスープにやみつき！
やわらかい鶏肉に、豆腐、きのこ類などが入ってボリュームも文句なし。
さらに、大葉とコリコリ軟骨が入った鶏のつくねは絶品です。
他にも、豆乳・もつ・キムチ・鴨鍋があります。どれも他にはない味わいです。

洋風居酒屋 GROW・UP
〒 松並1-109-1 2F　☎ 52-0603
18:00〜25:00　休 火曜日

※写真は2人前

四川キムチ鍋

1人前　900円

キムチ鍋といっても、ほどよい辛さのキムチ鍋。みなさんトッポキをご存知ですか？お餅のようなもので、お鍋でぐつぐつ煮てもドロっと溶けることなく、お餅の触感が残ります。
その「トッポキ」や豚肉、お野菜がたくさん入った鍋。
寒い季節に食べると体が温まる優しい辛さが人気です。
シメはご飯を入れて雑炊のような感じで召し上がれ！

居酒屋 海鮮山鮮
〒 水田町592-1　☎ 52-9522
18:00〜25:00（LO24:00）　休 月曜日

※予約なしで通年いただけます。写真は5人前

鍋は他にもモツ鍋（¥650） 海鮮チゲ鍋（¥800）

トマト鍋

1人前　700円

今でこそ増えてきましたが、大村で最初にトマト鍋を登場させた太鼓。女性に食べやすい鍋をと、鶏がらスープをブレンドし、オリーブオイルやバジルが隠し味に使われていて洋風な味になっています。甘いトマトに野菜もたっぷり、魚介類も入ってヘルシー！そして残ったスープにチーズを入れたリゾットをしめに必ず食べてください！超オススメです！
女性はもちろん、お子様も大好きな味で家族みんなで楽しめますよ。

居酒屋 太鼓
〒 西大村本町390-4　☎ 54-9279
17:30〜25:00　休 月曜日

※鍋、カニコースは予約をお願いします。

カニ鍋

2〜3人前　6,500円

北海道出身のオーナーが北海道の料理を味わってもらいたいと20年前に大村にオープンした「炉ばたさくら」のカニ鍋は、北海道直送のタラバガニ。甘味があり食べやすく、シメの雑炊はカニのうまみがも〜たまりません。今の時期は、ホタテ鍋（¥1,500）もあります。また、カニを思う存分堪能したい方は、カニコース（一人前¥4,000）がおススメ。カニ焼き、天ぷら、鍋、雑炊、デザート以外はすべてカニ料理！　※部屋はすべて個室

炉ばた さくら
〒 水主町1-747　☎ 52-9353
17:00〜翌5:00　休 年末年始

いきいき大村マイタウン

地上デジタル111チャンネルで放送中！

february

オクトアワー
2日切り替え

火曜日～日曜日
7:00～ / 12:00～
16:00～ / 18:00～
21:00～ / 24:00～

情報と企画番組を二人のキャスターがお届けします！

イベントアワー
6日間リピート放送

火曜日～日曜日
10:00～ / 13:00～
19:00～ / 22:00～

市内で開催された様々なイベントをお届けします！

ロングアワー
毎週月曜日

12:00～/18:00～

6、13、20、27日（月）
国民保護共同実働訓練

タコ通信

第59号

オクトパルス報道制作部

まとめてアワー
毎週月曜日には先週分のオクトアワーをまとめて再放送！
毎週月曜日 7:00～

ロングアワー
特別企画番組や講演会などたっぷりとお届けします！
毎週月曜日 12:00～ 18:00～

リクエストアワー
皆様の「もう一度見たい！」という要望にお応えします！再放送して欲しい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！
毎週月曜日 15:00～ 21:00～

月	火・水	木・金	土・日
	1 げん!げん!げんキッズ ～ゆりかご保育園 伝承遊び～	2 3 サークルにおじゃまタコ（ヨガ教室）	4 5 おい丼対決
	イベントアワー Wリーグ2012大村大会　ふれあい給食会　諏訪保育園生活発表会　など		
6	7 8 コラボ企画 鍋ア・ラ・カルト	9 10 コラボ企画 海の鍋	11 12 コラボ企画 山の鍋
	イベントアワー じゃがいもを使った料理交流会　など		
13	14 15 すたんどばいみー（アトリエぽれぽれかるた）	16 17 走りぬけ! ～SUMCO陸上競技部～	18 19 水神様と庭園 ～河童をまつる渋江家～
	イベントアワー 富松神社節分祭　保育園の豆まき　知的チャレンジドとともに　など		
20	21 22 まちづくりニュース（大村市ボランティアセンター）	23 24 歴史の散歩道（竹松・松原の馬頭観音）	25 26 おすぎ畑
	イベントアワー 長崎街道大村藩宿場まつり　おおむら駅伝競走大会　郷土史クラブの挑戦2011　など		
27	28 29		

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://blog.octp-net.ne.jp

水神様と庭園 ～河童を祀る渋江家～

渋江家はその昔、貴族だった橘氏の出で、中世時代の佐賀・武雄にあった潮見の庄の領主から、戦国武将となり、戦国時代の戦乱で城と領土を失い、後に大村に来て荒瀬に住むようになりました。渋江家の祖先がある戦いの折に「水神様のご加護によって河童（カッパ）共が手を貸し、危機一髪のときを逃れる事ができた」というゆかりで、渋江家では水神様をまつり、河童を大切にしたと伝えられています。その後、郡川を中心に渋江家一族が水神様を祭り現在でもその信仰は続いています。
昔は、それぞれの家庭に水を貯める場所が多くあり、人と水は今以上に深いつながりがありました。
大村の武家屋敷街にその姿を留める渋江家にも、井戸やいたるところに手水があり、また風呂の水などを貯めておく場所があります。さらに旧円融寺庭園に似た庭園があり、その中に水神様の祠があります。年に一度の水神祭りをはじめ、昔（昭和初期頃）どのような生活をしていたのか、専門家による庭園の解説も入れて放送します。なかなか見ることのできない驚きの映像もありますよ。

放送日　2月18・19日（土・日）　オクトアワー

男の（俺）おい丼対決

まさかのおい丼対決第2弾！
報道制作部の宮本と技術部の渡部が
自慢のオリジナル丼で対決します！

・豆腐	150g か半丁
・かつおぶし	適量
・小ねぎ	少々
・めんつゆ	適量
・こいくち醤油	適量
・塩コショウ	適量

・ツナ缶	1/2 缶
・たまねぎ	1/2 個
・温泉卵	1 個
・めんつゆ	大さじ約4杯
・みりん	大さじ 1 杯
・ハーブ塩	少々

宮本作　ヘルシーそぼろ丼レシピ

① 水切りした豆腐を手でつぶしながら、油をひいた鍋で水分が飛ぶまで炒める。
② ①にめんつゆ・こいくち醤油と塩コショウで味付け。お好みでマヨネーズや砂糖を加えても OK
③ かつおぶしとねぎを混ぜて、あったかご飯にかければ完成！

渡部作　ツナ玉丼レシピ

① 沸騰させたお湯に卵を入れて、火を止め、１５分まち、その後冷水で卵を冷やす。これで温泉卵ができる！
② たまねぎを薄切りにし、ツナ缶の油をしぼり、これらとめんつゆ・みりんを軽く混ぜ合わせる。
③ 大きな皿に②を移し、ラップをかけて、レンジで５分間温める。
④ ③をあったかご飯にのせ、温泉卵を落とせば完成！

放送日　2月4・5日（土・日）　オクトアワー

第7回長崎街道大村藩宿場まつり

期日：2月11日(土・祝)　10～16時
場所：大村市民会館　大駐車場

毎年、建国記念日の2月11日に市民会館で開催されている長崎街道大村藩宿場まつり。大村の特産品や農水産物、伝統工芸品が並び、たくさんの人でにぎわいます。
今年で７回目を迎えますが、同時にこの日は、**大村市市制施行７０周年の記念日**。それに合わせて市制施行７０周年記念マスコットキャラクター「**おむらんちゃん**」のお披露目や長崎県産品ＰＲガールの**Harunaさん**によるステージ、他にもたくさんの催し物が予定されています。番組では宿場まつりの楽しい模様をお届けしますよ！

放送日　2月21～26日（火～日）イベントアワー

歴史の散歩道
馬頭観音 ～竹松・松原編～

馬頭観音は、馬のように大地を駆けめぐり、人々を苦しみから救う神といわれていますが、民間信仰では、農作業の際に馬や牛が活躍していたことから馬の供養や守護神としてまつられたり、昔は交通手段として馬などが使われていたことから現在は交通安全祈願として、各地にまつられています。

いろんな意味合いを持つ馬頭観音ですが、その姿もそれぞれ違っていて興味は尽きません。なかなか詳しいことはわからないものの地域の何気ない景色としても趣がある馬頭観音。1月には福重地区を探索しましたが、今月は竹松と松原地区の馬頭観音を福重郷土史同好会の上野さんと巡りました。

オクトアワー

放送日　竹松・松原編　2月23・24日（木・金）
福重編再放送　2月14・15日（火・水）

長崎県民参加の森林づくり事業
～元気な森林を次の世代へ～

県内の森林づくりで活躍している壱岐の森林ボランティア団体の活動をとおして森林づくりの大切さをお伝えします。（長崎県森林ボランティア支援センター制作）

放送日　毎週土曜日　20時30分～（15分間）

情報・番組に関するお問い合せは ➡ 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

和 dining 七夜月
〒 諫早市貝津町1604 ☎ 25-7742
11:00～15:00(ランチタイム)
17:00～24:00(ディナータイム)

居酒屋　海鮮山鮮
〒 水田町592-1 ☎ 52-9522
18:00～25:00 休 月曜日

調査依頼

pomme(ポンム)
☎ 54-3939 休 火曜日

1

ママの味バイキング
やさい亭
好評！お惣菜・お弁当
11:30～18:00
電話 55－1350
原口町1198-3

洋風居酒屋　GROW・UP
〒 松並1-109-1 2F ☎ 52-0603
18:00～25:00 休 火曜日

炉ばた　さくら
〒 水主町1-747
☎ 52-9353
17:00～翌5:00
休 年末年始

SORA studio -そらスタジオ-
大村市東大村 2-1112-144 Tel / Fax 0957-54-3960

メール便の宅配スタッフ募集中！

18860006(03)

【配付するもの】宛名がある小冊子、封書、はがき　等
●出社不要、経験は問いません。年齢要相談
●物品のセールス等は一切ありません。
【募集地区】 大村市・諫早市・長崎市・島原市・佐世保市・西彼杵郡時津町・長与町
※詳細は弊社までお問合せ下さい
お問合せは 095-820-5401まで
受付時間：9：00～18：00（日祝日除く）

株式会社ダイレクトマーケティングシステム
〒850-0056　長崎市恵美須町６－９
顧客情報処理・ダイレクトメール発送処理代行
郵送代行・ダイレクトメール宅配・ポスティング
弊社では顧客向けダイレクトメールの発送をご検討中の企業さまへ
発送コスト削減のご提案を行なっております。是非一度ご相談下さい！

わがまち大村 いんふぉめーしょんMAP

おいしい鍋はここにある！

居酒屋 太 鼓
〒西大村本町390-4 ☎ 54-9279
17:30～25:00 休 月曜日

お食事処 蓮
〒池田2丁目331-11 ☎ 56-8863
17:00～24:00 休 日曜日

居酒屋 和 味（なごみ）
〒富の原2丁目91-1 ☎ 55-9011
17:00～24:00 休 水曜日

は、オクトパルス サービス提供エリアです。

Cable+（ケーブル プラス）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。

設置店募集中!!

ほっともっと各店、イオン大村店、大村市観光コンベンション協会、シーハットおおむら、コミセン、大村市役所広報課・商工観光課・各出張所、こどもセンター、大村市アーケード、シュシュ、ラーメン山小屋、ピソリーノ モリハナヤ、市民会館、ウォーターメイツスイムクラブ、RICストアなみのうお、三浦かんさく市、不動産センター ひまわり不動産、てんよし、ダブルキッチン、市内各保育所・幼稚園、鈴田峠農園、市民病院ほか

HottoMotto ほっともっと

今月のおすすめメニュー

ロースかつ丼 390円
小麦 卵 乳

AKB48 × HottoMotto

1月6日～新発売
ダブルロースかつ丼 550円
小麦 卵 乳

こてつのおやつ

”中からとろ〜っとちょこれいと”
「フォンダンショコラ」

今月はバレンタインデーの月ですね(ー_ー)!!
もらうの期待するより作っちゃえ！！
というわけでチョコレートケーキを作ってみましたよ♪
焼き立てはもちろん、冷えても美味しい、温めても美味しい！
とってもオススメ手作りお菓子です(^0^)

材料（中くらいのカップ4個分）

- ビターチョコレート ‥‥145g
- 無塩バター ‥‥‥‥‥100g
- 砂糖 ‥‥‥‥‥‥‥‥ 50g
- 卵 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥2個
- 薄力粉‥‥‥‥‥‥‥‥ 30g

お菓子作り用紙カップを準備。
※紙コップでもできます

作り方

① チョコを小さくきざむ

② バターと一緒にレンジであたためる。今回は3分くらい温めて、ちょっとまぜて更に1分くらい

③ 卵と砂糖をまぜるガシガシまぜます。30秒ぐらいおもいきり

④ ②をボウルにうつして、チョコのカタマリがなくなるまでよくまぜる

⑤ ③の卵を数回に分けながら入れ、やさしくまぜる。やさしくまぜるけど、しっかり混ぜること

⑥ 薄力粉を加え、切るようにまぜる

⑦ 紙カップに七分目くらいの量の生地を入れる
200℃に予熱したオーブンで約10分焼く

中とろっと

生地のできあがり

焼きすぎると中までしっかり焼けてしまうので、ほどよく焼くのが特徴。ビターチョコを使うと甘さが調整できてよいですが、ミルクチョコレートでもできます。

ほんとに簡単♪

ホワイトチョコを入れると美味しいと聞いたので、用意したのに入れるのを忘れていました(;ー_ー)
さらに薄力粉にココアを少し混ぜてあげるのもいいらしいけどこれまた家になかったので入れてませんが、じゅうぶん美味しかったです。

まちづくりニュース

初回放送日：2月21・22日（火・水）
オクトアワー

大村市ボランティアセンター『あいわーく』

昨年は東日本大震災など、日本にとって大きな衝撃を受けた年となりました。
全国各地では被災地の方々に、なにか自分にもできることがないものかと考えることで、助け合いの心やボランティアについて考える機会が増えたと思います。
しかし、いざボランティアといっても、実際どうしたらいいのか分からないという方も多数いらっしゃることも事実です。

総合福祉センター1階の大村市ボランティアセンター『あいわーく』をご存知でしょうか？
センターではボランティア活動希望者とボランティアを紹介して欲しい人をつないだりとボランティア活動を支援するとともに、市民の皆様が主体となって活動を広げていくための拠点施設としての役目をしていて、現在７３団体・約４００名の個人が登録がをし、様々なボランティア活動をされています。

そのほかにも、定期的にボランティアに関心がある方や障害について学びたい方を対象にしたボランティア養成講座などを行っており、受講後には実際にボランティア活動をしていくための支援をしています。

だれかのために何か少しでも役に立てることがないだろうか・・・

ボランティア活動は『だれもが人間らしく豊かに暮らしていける社会をめざして、それぞれが自分の身近なところで、日々の生活の中でできることを考え、自発的に行動に移していくこと』です。
まずは家庭でできるボランティアなど自分にできる身近なことからはじめてみましょう。
歌やスポーツ、パソコンや料理などあなたの特技を活かしてできることがたくさんあります。
さあ、あなたも明日から・・・
やってみゅーで！すみただボランティア！！

番組では大村ボランティアセンターの活動や登録団体の活動を紹介します。

カナダ輸入住宅
セルコホーム2012年新春Wフェア
円高の今、カナダ輸入住宅購入のチャンス!!
円高メリット＋135,000POINTプレゼントでお得感満載!!
キャンペーン期間
1月14日(土)
〜3月25日(日)

期間中ご成約いただいたお客様に輸入アイテム85,000POINT、
国内アイテム50,000POINT、合計135,000POINT分をプレゼント!!
アイテムを多数ご用意して、皆様のお越しをお待ちしております。

東日本大震災で耐震性の高さが実証された2×4工法。
セルコホームはさらにその上を行く、2×6工法のカナダ輸入住宅。

東日本大震災でも強さを証明
強震変形による全・半壊はゼロ

↑目の前の住宅地は海と川の両方から押し寄せてきた津波に襲われ、壊滅的な状況だった中に残ったSさん邸。

新設住宅着工が落ち込む中、
伸び続ける2×4住宅の着工数

↑家の前は道路、その先が海。津波の直撃を受けたとは思えない外見を留めるFさん邸。（撮影場所：宮城県亘理町）

Good Quality Good Price
セルコホーム長崎県央
高瀬建設株式会社
TEL.0957-53-5310
http://www.takase-net.jp
高瀬建設 検索

サラリーマンX氏の「大村さるく日記」

第8回「大村のジャズピアニスト」

私の大先輩で、日頃から親しくさせて頂いていた大村のジャズピアニスト得田諭志さんが今月で長崎を出るということになった。
新たな活躍の場を求められての門出だ。
その節目に、先日「旅立ちライブ」が催され、私も足を運び、その音を楽しんだ。（今回のライブの場所は長崎市内）

得田さんは大村出身ということで大村でもよくライブをされていた。得田さんの奏でる生の音色をこれまでのようには聴けないかと思うと寂しさを感じる。
けれども、きっと新天地でも活躍されることだろう。
得田さんをはじめ、大村から全国で活躍する人が多く出てほしいものだ。

すたんど・ばい・みー

題字 佐藤鳳水

今月号では市内の福祉サービス事業所の卒業生をご紹介します。

私、就労出来ました。

セルプ大村の卒業生である嘉村奈津子さんは、農作業が主な仕事の大村市内の会社に12月末採用されました。
上司の優しい指導の下、明るく元気に笑顔で仕事に取り組まれています。
早く仕事を覚えることと、農業検定3級合格を目標にがんばっています。

セルプ大村 住所:大村市西部町1016-1 TEL（0957）53-7511

お問い合わせ 大村市自立支援協議会 地域ネットワーク支援部会
http://www.omura-shakyo.net/

お便り ありがとうございます

■松並１丁目のMさん　空港通り（松原寄り）にオープンした「けやき」？というお店について調べて下さい。

2月 如月

1	水	はじめての離乳食教室（受付9：45～10:00　こどもセンター） 出前子育てつどい（要申込）（10:00～　松原住民センター・にこにこ子育てサロン）
2	木	1歳6か月児健康診査（受付13：00～12:20　こどもセンター）
3	金	3歳児健康診査（受付13:00～13:20　こどもセンター） 出前子育てつどい（要申込）（10:00～　竹松住民センター・にこにこ子育てサロン） 富松神社節分祭　（16:30～神事、17:00～すわん子太鼓奉納　18:20～第1回豆まき）　取材予定
4	土	知的チャレンジドとともにatおおむら　（13:00～16:00　さくらホール　入場無料） 第24回大村市子ども美術展（9:00～20:00　市コミセン）～12日迄 おはなしの会（11:00～11:30　図書館）
5	日	KTN杯春の第21回全国小学生ドッジボール選手権大会県予選（シーハットおおむら） 大村市PTA　研修会（13:00～　シーハットおおむら） パパと日曜日（10:00～15:00　こどもセンター）
6	月	おはなしの会（11:00～11:30　図書館）
7	火	親子愛あい広場（9:30～11:30　こどもセンター）
8	水	「栄養教諭を中核とした食育推進事業」地区別教員研修会（13:00～　シーハットおおむら） 乳幼児すくすく健康相談（受付9：30～10:30／13:30～15:00　こどもセンター） おはなしの会（11:00～　市立図書館）
9	木	3歳児健康診査（受付13：00～13:20　こどもセンター） 離乳食試食会（要申込）（11:00～12:30　中央保育所（なつみかん）） 出前子育てつどい（要申込）（10:00～　さつき台公民館・わいわいランド）
10	金	出前子育てつどい（要申込）（10:00～　郡地区公民館・にこにこ子育てサロン）・（10:00～　古賀島西公民館・ライオンキッズ）
11	土	第7回長崎街道大村宿宿場まつり　（10:00～16:00　大村市民会館） 第35回おおむら駅伝競走大会　（大村公園周辺） 親子映画会（10:00～11:00 市コミセン／13:30～14:30 西大村コミセン）　取材予定
12	日	大村城南高校演奏会　（13:00～　さくらホール　入場無料） 郷土史クラブの挑戦２０１２発表会　（13:00～16:30　市民会館　入場無料）　取材予定
13	月	3歳以上児のお部屋（10:00～12:00　こどもセンター）
14	火	親子愛あい広場（9:30～11:30　こどもセンター）
15	水	マタニティー＆ベビーのお部屋（10:00～12:00　こどもセンター）

〈休日当番医〉

ともなが内科クリニック ☎54-5000
おび産婦人科医院 ☎54-1103
保野まさとし歯科診療所 ☎27-4433

むたクリニック ☎52-4501
うみの星眼科 ☎27-4040
岡歯科医院 ☎49-5277

みね内科クリニック ☎55-5070
計屋泌尿器科 ☎56-9496
まつかわ歯科医院 ☎54-3988

知的チャレンジドとともに at おおむら

2月4日（土）13時～さくらホール

難病で左手のピアニストとなった智内威雄さんの澄み切った音の世界と、知的チャレンジドをとりまく人たちによる座談会です。
知的障がい者の身近な理解者や応援者をふやしましょう!!

（問）大村市福祉保健部障害福祉課
☎20－7306

招き猫神社　開所記念イベント第一弾!

《バレンタインに告っちゃえ大作戦!》

ハワイの山口さんに合言葉「にゃーにゃーにゃー」と伝えればオリジナル告白チロルチョコがもらえます。（お一人様1個、限定100個）

期間　2月10日（金）～22日（水）
場所　恋愛成就・招き猫神社（パフェ＆レストラン　ハワイ）
＊16日（木）はハワイ定休日のため参拝できません

ウォーターサーバー型逆浸透膜浄水機 IGUASSU イグアス
安心と信頼の「純水（ピュアウォーター）」。
RO-逆浸透膜浄水システムで
あなたの『水生活（ウォーターライフ）』が変わります。
熱湯／冷水で安全で美味しいピュアウォーターが
いつでも使いたい放題！
ピュアウォーター オアシス
イグアス逆浸透膜浄水機
食『素材本来の味と風味を引き出します』
健『身体をつくるのに最適なピュアウォーター』
安『赤ちゃんのミルクや離乳食にも安心』
声『使いたい放題なのは非常にいいですね』
お問い合せ・ご用命は
CHP-3690D
CHP-3680S
芦塚酒店
日本の銘酒をお手軽にお買い求め
http://www.ashizuka.net/
配達もいたします。
大村市古町1丁目316-3　Tel.0957-54-3155　Fax.0957-54-7619

期間限定 2012年3/31 入校まで
高校生の方はもちろん、大学生・専門学生の方でもOKです！
学割キャンペーン
高校生限定特典
補修教習4時限迄※ 21,420円 無料!
くわしくはホームページで!! かんこう 検索
補修教習とは、技能検定に不合格の場合に受ける1時限以上の追加教習です。
※4時限を超過する場合、1時限につき5,355円が別途必要となります。
KDS セーフティー＆エコドライブ
かんこう自動車学校
0957(23)1667
〒854-0055 長崎県諫早市栗面町280（国道57号沿い）
入校時に「ケーブルプラスを見た！」で本屋さんに売っていない問題集プレゼント 2/29(水)まで有効
無料 オープンスクール開催!!
2/4(土), 3/3(土)
14:00-16:00
普通車・二輪車・中型車
お気軽にお問い合せください!

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 ありがとうございます
■杭出津２丁目のＳさん　雑貨店の特集をお願いします（妻の希望）
■富の原２丁目のＭさん　最近、ケーブルＴＶの職員さんの会話が面白いです。

16	木	1歳6か月児健康診査（受付13:00～13:20　こどもセンター） 人形劇の会（要申込）（11:00～　こどもセンターリハビリ2室） 出前子育てつどい（要申込）（10:00～　池田くすの木文庫・ライオンキッズ）
17	金	出前子育てつどい（要申込）（10:00～　郡地区公民館・にこにこ子育てサロン）（10:00～　久原団地集会所・ひまわりキッズ）
18	土	市冬季バスケットボール選手権大会（13:30～　シーハットおおむら） 日本医療マネジメント学会第12回長崎支部学術集会（さくらホール） おはなしの会（11:00～11:30　図書館） 取材予定
19	日	第21回旭が丘合唱クラブ定期演奏会　ももの花コンサート　（13:30～　さくらホール　入場無料） ニュースポーツフェスティバル（シーハットおおむら） 仲良し保育園音楽祭（市民会館）　パパと日曜日（10:00～15:00　こどもセンター） 〈休日当番医〉 中田外科胃腸科 ☎54-0083 黒木医院 ☎54-0211 峰歯科医院 ☎55-8602
20	月	おはなしの会（11:00～11:30　中地区公民館）
21	火	出張おはなし会 in 福重（16:00～16:45　福重住民センター） 親子愛あい広場（9:30～11:30　こどもセンター）
22	水	出前子育てつどい（要申込）（10:00～　福重住民センター・にこにこ子育てサロン）
23	木	出張おはなし会 in 鈴田（16:00～16:45　鈴田住民センター） 3歳児健康診査（受付13:00～13:20　こどもセンター）
24	金	1歳6か月児健康診査（受付13:00～13:20　こどもセンター） 出前子育てつどい（要申込）（10:00～　小路口光公民館・にこにこ子育てサロン・にこにこ子育てサロン）（10:00～　古賀島西公民館・ライオンキッズ）
25	土	「名作映画」上映会　（市民会館）～26日 おはなしの会（11:00～11:30　図書館） 〈休日当番医〉
26	日	大村湾沿岸一斉清掃（7:30～1時間程度　①大村公園～玖島崎沿岸　②寿古海岸） 大村市市制施行70周年記念「NHKのど自慢」（シーハットおおむら） パパと日曜日（10:00～15:00　こどもセンター） おおつか内科医院 ☎53-8080 長津眼科医院 ☎55-9300 なかむら歯科 ☎50-1718
27	月	1歳児のお部屋（10:00～12:00　こどもセンター）
28	火	親子愛あい広場（9:30～11:30　こどもセンター）
29	水	

※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。

☆出前子育てつどい…10:00～　散歩に行こう　申し込みが必要です。集合場所など各支援センターへお申し込みください。
☆2歳児のお部屋・3歳以上児のお部屋…ふれあい遊び
☆給食試食会…申し込みが必要です。先着10名（親子合わせて。1人150円。3月1日（木）10:00～、直接、またはお電話でお申し込みください。（中央保育所　TEL52-2421）
☆マタニティー&ベビーのお部屋…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、お気軽においでください。
☆パパと日曜日…ふれあい交流室で自由遊び。パパと就学前の子どもさん対象。（小学校低学年の兄姉同伴可）（それ以外の年齢児のご利用の場合は事前にご連絡ください）
☆はじめての離乳食教室…離乳食の相談　（予約不要・母子健康手帳持参）
☆乳幼児すくすく健康相談…計測、育児・栄養・歯科・心理相談（歯科・心理相談は午後のみ）

ブックスタート事業として絵本配布（対象：1歳未満児）＊予約不要、母子健康手帳持参
予防接種実施中！…三種混合、麻しん・風しん、日本脳炎、BCG予防接種は、年間を通じて実施しています。

長崎名物「桃カステラ」を作ろう！

長崎名物の桃カステラをプロの菓子職人と一緒に作りましょう！

要予約

<日　時>2月5日(日)　①10:00～12:20　②13:10～15:30
<集合場所>メルカつきまち4階西部ガス「クッキングメルカプラザ」
<参加料>小学生以上2,000円
<その他>エプロン、三角巾をご持参ください。

長崎の伝統風習と旬を味わう～桃菓子手づくり体験編～

老舗「岩永梅寿軒」ご主人より本格的な桃菓子を学びましょう。

要予約

<日　時>2月25日(土)　13:00～15:00
<集合場所>長崎まちなか龍馬館
<参加料>中学生以上2,500円
<その他>エプロン、三角巾をご持参ください。

ご予約・お問い合わせ
（社）長崎国際観光コンベンション協会 さるく受付
TEL.095-811-0369　受付9：00～17：30　さるく　検索　長崎さるく

我が家の一員 自慢のペット

さくらちゃん

年齢：2ヶ月　女の子
犬種：A・コッカー

とっても甘えん坊で、とっても可愛いです。

自慢のペットの写真とコメントを編集部までお寄せください。
おたよりまってまーす。

●ペットフード販売
●ペットホテル受付中!!
●トリミング（初回）500円引き!!
●ホテル宿泊中、トリミングを利用されると500円引き!!

犬の美容室 DAI★KITI（ダイキチ）
大村市東三城町22-5　TEL52-0770
営業時間／10:00～18:00　定休日／水曜
21県央振保衛(保)第9009号

お便り ありがとうございます

■久原２丁目のＩさん　地デジ開始後、ＴＶＱが映るようにしてくれて本当に嬉しかったです。

シリーズ連載 VOL.34

子育てパパの奮闘記

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。

結聖誕生

投稿／you−say−hello さん

「ボクゆ〜ちぇい♪じゅえろさいだぁ〜」冒頭より失礼しました。
コレは結聖のテーマソングです。現在、作曲中のものを含めて9曲あります。
H23・8月3日「3498g」でオギャーッと生誕！
おっぱいもろくに吸えなかった息子が

今では余裕の遊び飲みをするようになるとは。
歯も2本生えちゃったから、そろそろ離乳食を「C'mon！」と催促するんだろな。
お風呂ではスイマーバを首に付けての浮遊タイム♪どんなに機嫌が悪くともこの瞬間だけは水を得たベイベーに。本当に気持ちよさそう。
お風呂あがりは「アギャーッ」っと、パパとのシャウト合戦！
自我が芽生えて小っちゃな主張ができるようになったんだなぁ〜
年末年始は多くの人に支えられ、新しい家族として無事に過ごすことができました。
「世界が変わったあの日をずっと忘れないで」
B'z 「命名」より歌詞一部抜粋。
結聖が生まれた日、仕事でどうしても夕方から抜けることになり
車中でひとり、嬉しすぎて声を上げ号泣した・・・今でも泣いてしまう大切な曲。
結聖これからも笑いと感動をありがとう！

利麻斗日記

息子が生まれて約半年、親になり約半年この半年息子にケガや病気がなく順調に成長しそれを近くにいて感じられる事が今一番の幸せと思う今日この頃。息子のオムツ換え、お風呂入れ、などなど夫婦の息子に対する役割も自然と決まっていき最初のぎこちない対応から少しは慣れた手つきに変わっていく！
成長は息子だけではなく僕たち夫婦も成長していくと感じています！
今更ながら今年から毎日、日記をつけるようにしました。
息子の記録を残すと同時に自分達が幸せという記録を残すために！！
仕事から帰ってきては
「利麻斗（りおと）〜帰ってきたよ〜ただいま〜！！利麻斗返事は？」
「お〜しゃべったね〜えらい！えらい！〜」とか
僕が仕事から帰ってきた時に息子に見つからないように家の中に入って行き嫁は食事の支度中息子はぐずって泣いていた為息子の前に行き「何泣いているんですか〜！？いじけているんですか？」と聞くと泣いていた顔が急に笑顔に変わったりしてまたそれが可愛くて抱いてしまいます。
こんな親ばかぶりを残すのもいい思い出かなと思います。
利麻斗今年もよろしくね！！

投稿／Aジロー さん

大村市こどもセンターだより

こどもセンターでは、子どもたちの自らの食について考える力を育むため、乳幼児親子を対象とした『食育親子クッキング』を開催しています。

今回は、10月のクッキングで好評だった『手作りパン』の作り方を紹介したいと思います。

手作りパン　16個分

強力粉	300g
ドライイースト	6g
砂糖	40g
食塩	5g
卵	30g
牛乳	175cc
バター(マーガリン可)	45g

①材料を計量します。バターはレンジで溶かし、塩と砂糖は粉に合わせておきます。(イーストも加える)
②牛乳と卵は混ぜ合わせておきます。
③ボールに①と②を入れてよく混ぜ合わせてよくこねます。

④生地がまとまったらボールにラップをして、冷蔵庫へ入れ発酵させます。
⑤12時間経ったら、生地を取り出しガス抜きをし成型します。

⑦200℃に予熱したオーブンで8分ほど焼いたら出来上がり！

夜に生地を仕込んでおけば朝に焼きたてパンが出来上がり！

※トッピングにソーセージやくるみなど、お好みの食材を使うと色々な種類のパンができます！

<お問い合わせ>
大村市こどもセンター
TEL54-9100

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

みなさまのおかげで、
オープンして半年を無事に迎える事ができました。

オープン 6ヶ月 記念
すごくお得なプレゼントが当たります
(CUT 一年分 など)

詳しくはウェブで ピランク 。
(開催期間：2/1 〜 2/29)

ご予約・お問合せはこちらです。
お気軽にお電話ください。
☎ 0957-53-6868
Pilank
promises excitement and smile
Stylist: 優子（旧姓 田中）

お便り ありがとうございます　木場2丁目のMさん　「坦々麺屋」行って来ました。赤の・・・すごく辛かったけどクセになりそう！

まちのわだい

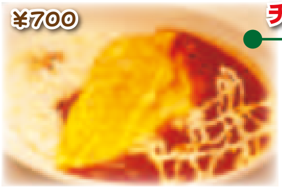
編集部に届いたハガキをもとに、早速行ってきました。

●桜馬場2丁目Tさん

岩松駅近く，国道沿いに open した
pomme さん？かな？ カレー＆スイーツ！の
お店がすごく気になってます！
カレーとスイーツ… 組合せも 不思議～。

ケーブルテレビの近くですもん、前を通るたびに気になっていました！12月2日にオープンした『ポンム』はカレーとケーキ？！驚くような組み合わせですが、お父さんと娘さん、親子共演のお店なんです。

店内は広く明るく気持ちのいい空間が広がってます。メニューをみると、色んな種類のカレー、前菜もついたカレーのコースもあって、まさにカレーづくし♥
たくさんあって悩んだんですが、私が注文したのは‥


¥700

チーズオムレツカレー

ソースはリンゴとたまねぎをたっぷり使ってあるのが特徴で、滑らかな味にかなりびっくり！小麦粉の代わりに米粉が使われていて、これもまた他のカレーとは一線を画すところです。ふわふわの卵からトロッとでてきたチーズも最高♪かなり満腹♪♪

南蛮焼きカレー

¥800

代表の友重喜勝さんはアーケード近くで居酒屋をされていましたが、その頃から裏メニューの手作りカレーには多くのファンがついていました。

「お客さんに飽きられないように、これからもメニューを増やしていきたい」と話してくれました。

『ポンム』はフランス語で『リンゴ』のこと。
あちこちにあるリンゴを見つけてみて☆

インテリアもおしゃれ！
お手洗いもくつろげる（^～^）

入り口を入って右側にはショーケースがあって、おいしそうなケーキがたくさん並んでいます♪
娘さんたちが福岡でパティシエとして働いた経験を活かして、女性らしい、かわいいケーキを作り出しています。

¥330

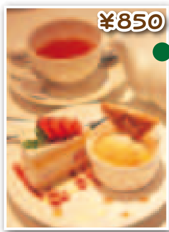
ポンム ヴェール

カシスの酸味と青リンゴのさわやかなケーキ

もちもちりんごクレープ

リンゴをキャラメルソテーしてカスタードと一緒に包んであります。数量限定！

¥250


¥850

日替わりケーキセット

ケーキとプチデザート、ドリンクが付いています。もちろんショーケースのケーキも店内でいただけますよ。

父のカレー、娘のスイーツ
是非食べにきて下さい！

pomme（ポンム）
岩松町938-3
☎54-3939　火曜定休
■カフェ　11:30～21:00
■ランチ　11:30～（LO14:30）
■ディナー17:00～（LO20:30）
■ケーキショップ 10:00～20:00

NEW SPOT

恋愛成就 招き猫神社

パフェで有名なハワイの入り口に、恋愛成就の神社ができました!
にゃんだーふぁいぶは10ページでも紹介しているのでご存知ですよね。障がい者施設の商品をPRする招き猫のキャラクターですが、その中のピンク『**桃天猫 桃華**』は**恋愛成就**の招き猫なんです。神社には桃華様をご神体としてまつってあります。

桃天猫（とうてんびょう） 桃華（ももか） 様

桃華ちゃん絵馬 ¥400
（ワーキングヒルズ製作）

絵馬に願い事をかいて
神社に奉納しよう！

おさいせん箱におさいせんをいれると、**びっくりする仕掛け**がありますよ。

そしてめでたく成就したあかつきには**にゃんだーふぁいぶ人形**（三彩の里・アトリエぽれぽれ製作）を神社に返納してください♪
ハワイのメニューには桃華ちゃんのカップで出てくる**恋愛成就パフェ**もあります。あの人とカップルになりたい!と思っている人も、長くカップルでいたいと思う人も恋愛神社へGO!!
ハワイの営業時間に行ってね。

バレンタインイベントも
企画！詳しくは11Pを！

パフェ＆レストラン　ハワイ　☎:54−4826
営:11:30～20:00　(LO19:20)　定休:木曜日

表紙のはなし

撮影：中山紀一
（そらスタジオ）

こっちゃん（4）
なっちゃん（3）

今回のモデルは仲良し姉妹。全然人見知りしなくて、おにぎりのポーズや変顔をみせてくれたりと、最初っからかなりハイテンション！二人とも鍋が大好きと言うことで、今回の撮影もうまくいきそうだ！鍋もグツグツいい感じになってきていざ撮影スタートです！だがしかし…

この歯が…

得意のおにぎり！

なっちゃんは大声大賞！

こっちゃんはキノコが大好き♪
でもこの日にぐらつき始めた前歯が気になって思うように食べられない（><）なっちゃんはトマトが大好きだからトマト鍋もどんどん！と思いきやコップに入ってる氷のほうがもっと好きみたい（><）
そんなこんなで、二人同時に鍋に集中している写真がなかなか撮れなくて焦りました！でも楽しかったね！

初節句、もち踏み、おうちでお写真とりませんか？

写真館　SORA studio　検索

SORA studio
TEL/FAX 0957-54-3960

お便り ありがとうございます

■松並２丁目のHさん
おやつのレシピも役立たせていますが、惣菜も簡単なもので結構ですのでレシピを載せて頂ければと。

大好評! ケーブルプラス iPhoneアプリ

報道制作部ブログ始めました

取材日記をはじめ、番組では語れなかった秘話、人気のもっと!ケーブルプラスのダイジェスト版など　ここでしか得られない情報が満載!
裏話も必見です!

毎週 金･土･日　午後11時～

もっと! Cable+（ケーブルプラス）

ケータイサイト

バーコード読み取り機能付きの携帯電話をお持ちの場合は、右のバーコードをご利用ください。

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。

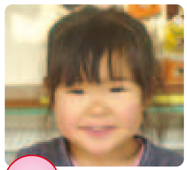
■必ずご家族様あるいはご本人様の了承の上に投稿をお願いします。
※メールでの投稿の場合は、折返し掲載了承の連絡をさせていただきますので、必ず送信者名とご連絡先の明記をお願いします。

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

7日生　ことり ちゃん

21日生　りんの ちゃん



27日生　きえ ちゃん

28日生　ゆうか ちゃん

28日生　きょうか ちゃん

PRESENT

■キーワード（番組内で放送しています）

大村市ボランティアセンターのマスコットキャラクターの名前は？

へ□□ん

ヒント：P10のまちづくりニュースをみてね！

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

毎週金・土・日 夜11：00～ もっとCable+で ハガキ紹介しています

■　ケーブルプラスの感想・調査依頼・市内のおもしろネタなどお聞かせください。

■　おおむらケーブルテレビにご意見・ご要望などお聞かせください。

★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。

キリトリ

読者・視聴者プレゼント

Present

1 モリハナヤさんから

「季節のお花」を2名様

※写真はイメージです。

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 居酒屋 和味（なごみ）さんから

「カキと豆腐のチゲ」を1名様

‘チゲ’ は韓国でいう ‘鍋’ のこと。
キムチと冬の味覚のカキ、豆腐もうまく絡み合っておいしいですよ。

3 GROW UPさんから

「塩鶏鍋」を1名様

塩のスープにやわらかい鶏肉、そして軟骨入りの鶏つくねが、他にはない味を出しています！

4 和dining 七夜月さんから

「キャベバラ」を2名様

キャベツと豚バラで ‘キャベバラ’
見た目のシンプルさからは想像のつかないおいしさです。

5 pomme（ポンム）さんから

「カレー商品券1,000円分」を5名様

リンゴとたまねぎの優しさのとりこになりますよ！ぜひお友達と一緒に！
※対象はカレーのみ、おつりは出ませんのでご了承ください。

6 おおむらケーブルテレビから

「ウイルスバスター月額版サービス開始プレゼント!」を1名様

電卓・携帯クリーナー・ボールペン・卓上時計・USBモバイルチャージコードの5点セットです。

7 こてつからプレゼント

Shopチャンネルより

「多機能バッグ」を1名様

開口部が大きく開いて使いやすい！
ボトルなども出し入れしやすい優れもの。
中の赤色がカワイイんですよ♪

※プレゼントへの応募締切は2月20日必着です。

Cable+ ケーブルプラス
2012.2月号 Vol.35
平成24年2月1日発行
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(株)内 mail cableplus@octp-net.ne.jp FAX 0957-52-1921

テコンドー教室 参加者募集!!

見学自由

テコンドーの本場
韓国から来た師範が教えています

毎週木曜日　19:00～21:00
シーハットおおむらで開催しています。

小学生から大人まで
気軽に参加ください。
（ジャージでも参加できます）

問い合せ先　長崎テコンドー協会 幸町支部
090-9189-6161（ユン）

編集後記

●バックラインの要。

鍋！大好き～～～！！
七夜月で「キャベバラ」を食べて来ました(*^^)v
見た目のシンプルさからは想像のつかない
美味しさでした。
さらに全室個室が「いいね！」
詳しくは今月号の特集ページを
ご覧くださ～い。

※※※ お知らせ ※※※
コミチャン&Cable+のブログページを開設しましたよ！！(*^^)v
⇒ http://blog.octp-net.ne.jp
大好評のiPhoneアプリもダウンロードしてね！(^^ゞ
⇒ App Storeで「ケーブルプラス」で検索して下さい。

●8438♪

やん坊になかなか会えない 8438♪です。話によると、やん坊は「よく寝て、よく飲んで、よく出して」のサイクルをぐるぐる回しているそうです。お風呂に入るとき、背中を洗おうとひっくり返したらバタバタしてカワイイ♪とか、おむつ替え早くなった！とか、目が合うようになったと自慢するパパ。すべて順調みたいです。やん坊の兄貴分のこうちゃんも特集ページに小さく載ってます！笑顔のこうちゃんを探せ！

ちっちゃいやん坊

●こてつ

苺食べ足りてないよ。のこてつです。
寒い冬も今月を乗り越えると終わり…。
ウィンタースポーツする間もなく終わっちゃう感じでしょうか。
いまのうちに、アツアツの鍋を楽しみましょう！
特集でご紹介した山・海・お店の鍋、制覇してみてくださーい！

●tami こと「たみすけ」

早いもので今年になってもう、ひと月が過ぎました。
年頭に掲げた目標はすでにどこへいったやら・・・・(^^ゞ
そういえば先日、編集部メンバーでカキ焼きに行って来ました。
嫁がカキ食べられないので、普段口にする事ができず、それこそ10年以上ぶり？になります。うまかった～。
こんどは両親つれていって親孝行でもしようかな～。

料金受取人払郵便

大村支店
承認
41

差出有効期限
平成25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

おおむらケーブルテレビ株式会社 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）　（　　）

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 2月