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

2013 7 Vol.52

Cable+

ケーブル・プラス

放送案内ガイド

特集

冷凍ミュージアム

ちちべたい…

シリーズ

ぼくらのまーち

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

いんふぉめーしょんMAP～大村のち ちべたい処～・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

冷凍ミュージアム ちちべたい…

暑い夏をひんやり乗り切ろう！‘冷凍・アイス’をキーワードに、
いろんな情報を盛り込みました。これであなたも冷凍ツウ！

二丁目赤水のシャーベット

300円（1個）

農林水産大臣賞を受賞した果物屋さんがつくる日本一のシャーベットは、そのまま食べても十分甘い果物の果汁をたっぷり使ってあるので、まさに果物をかじっているような感覚です！
そして開けてびっくり！大村湾特産の真珠が入っているシャーベットも中にはありますよ☆

二丁目赤水

住 本町325　☎ 53−3051
営 9:00〜17:30　休 日曜日

★1箱（12個入り）から地方発送もできます。

フローズン ドーナッツ FROZEN DOUGHNOT Qunetta クネッタ

150円（1本）　630円（4本入り箱）

ドーナツを凍らせたクネッタは、ひんやりサクサクの新食感！
スティックタイプで持ちやすく、イチゴチョコ・ミルクチョコ・レモンチョコ・ごまの4つの味。「町のお菓子屋さん」をイメージしたかわいいパッケージで、冷たいものが大好きなお子様たちがきっと喜ぶ新しいスイーツです。おみやげにもぴったり！

長崎空港ビルディング株式会社 2階売店

住 箕島町593番地　☎ 52−5551
営 6:45〜20:30　休 なし

ブルーベリーアイスクリーム

400円（シングル）

大村産のブルーベリーをたっぷり使ったぜいたくなアイスクリーム。
トッピングに生の実をコロコロっとのせて、手作りのブルーベリーソースをかけました。

ジンジャーはちみつフロート

シュシュ加工所で製造しているジンジャーはちみつシロップとバニラアイスクリームが味わえます。さわやかな味が夏にぴったり！

★ジンジャーはちみつシロップは第44回長崎県特産品新作展農　産加工・飲料品部門「最優秀賞」受賞しました。

おおむら夢ファームシュシュ

住 弥勒寺町486　☎ 55−5288
営 10:00〜18:00　休 第3水曜日（8月は無休）

恋愛成就パフェ

1,800円（容器つき）

恋愛成就の招き猫桃華ちゃんがプリントされたカップに入ったパフェ。100種類以上あるジェラート・アイス・シャーベットから3種類選べます。
好きな人のイメージで選んで、好きな人を思い浮かべながら食べてください！成就まちがいなし★カップは三彩の里が製作したもので、食べた後のカップはお持ち帰りできます♪

パフェ&レストラン　ハワイ

住 東本町374　☎ 54−4826
営 11:30〜19:00（L018:20）　休 木曜日

NEW★ みるきぃパフェ

650円

Bamboo風あいすフラッペ。
人気フレーバー「ティラミス」と「ミルクチーズケーキ」どちらかで仕上げられます。生乳とチーズ感をたっぷりと楽しめて絶品です♪
生乳の甘みが、やさしくジェラートを包んで so good♪

Bamboo cafe バンブーカフェ

住 小川内町875-2　☎ 54−5136
営 10:00〜日没　休 月曜日（8月は無休）

山下牧場（野岳）の牛乳を使用し、低温殺菌にこだわり作られたジェラートはコクと自然な甘さがあり、幅広い世代に愛されています。

300円（シングル）
350円（ダブル）

105円で買える♪ アイストレーいろいろ☆

アイスキャンディーメーカー

果汁100%ジュースなどを入れるだけ！簡単にアイスキャンディーが作れちゃいます☆「あつ～い夏に備えて、一家に1つは欲しいアイテムですね。
好みのフルーツやヨーグルト、コーヒーなど中身を変えれば、子ども向けに、大人向けにと、いろんな種類のアイスができますよ。

水割り用

お酒を飲まれる方必見！
大きなかち割り風の氷ができる、こんなトレーもあります。
カクテルやウイスキーなどオン・ザ・ロックスタイルで飲まれる際、重宝しますよ♪

取材協力
ダイソー 大村幸町店
住 幸町25-52　☎ 48−5003
営 10:00～20:00　休 なし

お店で飲んでる雰囲気になるね

ハート型

氷にもこんなアレンジがあると楽しい♪
いろんな大きさのハートが作れます。誕生日やパーティーで活用すれば、冷たい氷だけど、心はとっても温まる？笑

スティックタイプ

大きくて細長い氷が作れるトレー。氷が水筒にすっぽり入ります。氷は大きい方が解けにくいため、水筒に小さな氷を入れた場合よりも、冷たさが長持ち！

ビッグキューブ

スープやカレーソース、ホワイトソースを凍らせておけば、必要な分だけとりだせます。お茶碗一杯分のカレーなど、特に1人暮らしの方は、覚えていて損はないアイストレー活用術。

冷凍都市伝説

☆CDの音飛びは冷凍して直せる

「実際これで直してました」by おすぎ

☆フリクションボールの消した字は冷凍庫に入れると復活する

ペンの後ろについたゴムでこすれば摩擦熱でインクの色が無色になるフリクションボールですが、逆に冷やせば消したインクの色が戻ってくるんです。

☆乾電池は冷凍すれば長持ちする

乾電池は高温多湿で自己放電するため、冷蔵庫の中の環境が適していましたが、今は乾電池の性能があがったので、これは昔の常識みたい。

☆缶ビールを素早く冷やすコツを知っていれば人気者になれる

氷の入った容器に缶ビールを入れて
缶ビールを高速で回転させればすぐキンキンに！
「バーベキューでは重宝します」by 宮本

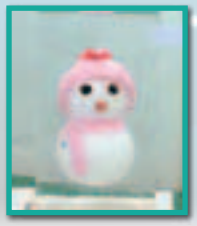
世界に誇れる技術！ 大村製氷の「花氷」

大村製氷では食用氷のほかに、透明な氷の中に花を閉じ込めた「花氷」を作っています。
造花の花氷はあっても、生花で花氷が作れるのは、世界でなんとココだけ！村山社長自ら、長年研究を重ねて成功させました。
花を傷つけず、普通の食用氷より更に透明度の高い氷を作る専用の機械を使っています。結婚式やパーティーなどのイベントに華を添えたり、誕生日のプレゼントとして利用されています。

花氷料金
30,000円 (58×90×17cm)
16,000円 (45×58×17cm)
4,000円 (12×12×25cm)

使われているのは本物のアユと水草！清流を泳ぐ姿そのもの！

本物の雪だるまを氷の中に閉じ込めちゃいました！



卓上花氷（雪だるま）
3,500円 (12×12×25)

大村製氷株式会社
住 東大村2-1806-28　☎ 52−2279

食品を上手に冷凍しておいしく調理★

向陽高校調理科の杢尾先生に教えていただきました。

冷凍でおいしくなる食材

きのこ類（エノキ、生シイタケ、エリンギ、しめじなど）は、冷凍すると細胞が壊れて「うま味」を強く感じられる効果があります。スープや煮物など汁にうま味が溶け出す調理法がオススメです。

冷凍に適さない食材 ほんの一例

・ナス、きゅうり、レタスなど水分の多い生野菜
・カスタードクリーム

解凍するとパサパサになります。シャーベットとしてはイイかもしれないけど、カスタードクリームには戻らない！

冷凍は時短につながる！

★ダシ、スープ

鶏ガラスープやかつおダシなど、一度に作っておけば便利！ジッパー付きの保存袋か製氷皿で凍らせます。おひたしや煮物、だし巻き玉子など、いろんな用途に使えます。

豆乳を使ったスープは冷凍に向きません！
豆乳は解凍すると分離してしまいますっ！（牛乳も同じ）

★あめ色たまねぎ

炒め玉ねぎは、料理にコクを出すことで知られていてカレーやスープ、煮込み料理によく使用しますが、そのつど作るのは面倒なので、まとめて作って冷凍します。薄切りやみじん切りにしたものをサラダ油でじっくりキツネ色になるまで炒め、冷ましてジッパー付き保存袋にいれて冷凍にします。

保存袋に入れたときに、箸で十字に溝を作っておくと、使う時にすぐ割れて便利！

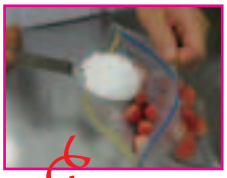
やってみて！冷凍アイディア

★プチトマト

保存袋に入れ、つぶして冷凍します。スープや煮込みに入れるとうま味とコクがでます。そのまま冷凍すると皮がぷるんとむけて◎

★いちご＋少量の砂糖

イチゴをジッパー付き保存袋に入れ、砂糖をまぶしてコーティングしてから冷凍します。イチゴだけで冷凍するより水気を抑えられます。
いちごミルクやシャーベット、ジャムなどに◎



★お弁当のおかずに

ひじきの煮物やかぼちゃの煮物、きんぴらごぼうといった煮物や炒め物を一度に作り、カップに小分けして冷凍します。
冷凍したままお弁当に入れて、食べる頃にはいい感じに溶けています。
夏場は保冷剤かわりにも！

ホウレンソウの炒め物やお浸しなどの水気が出そうなものは、かつお節やとろろ昆布をお弁当箱に入れる時にまぶすと、水気の心配がなくなり、さらにうまみが加わります。

冷凍のお悩み相談室

★解凍したカレーを食べてもおいしくないんだけど…？

ジャガイモやニンジンを除いて、ルーと肉だけで冷凍してください。
解凍後のルーにゆで野菜を入れたり、炒め野菜をトッピングすると◎

★食材は素早く凍らせた方がいいって言うけど…

アルミ製やステンレス製のバットの上に食材を置けば、熱伝導がいいので冷凍庫でより早く凍ります。ラップに包んだり保存袋に入れて、なるべく平らにして接地面を大きくするのがポイントです。

食べきれないなら即冷凍！まとめ買いして即冷凍！

★おまんじゅう

１個ずつラップして冷凍。蒸し器や電子レンジで解凍するとふっくら◎

★アサリ貝などの貝類

新鮮なものを殻をよく洗い、水気を拭いて袋に入れて冷凍。冷凍すると貝柱もするりと取れます。

★ニンニク・ショウガ

すりおろしたりみじん切りにしてラップで小分けして冷凍。料理のアクセントに大活躍！

★お茶の葉やコーヒー

なるべく空気が入らないように保存袋の口はしっかり閉めて！新鮮な風味が保てます。

向陽高等学校
大村市西三城町１６番地
電話　５３－１１１０
http://www.koyogakuen.ed.jp

調理科長 杢尾千寿子先生

向陽高校には専門分野に特化した７つの学科があります。調理科は国家試験免除で卒業後すぐに調理師免許を取得でき、和食、洋食、中華、すし、集団調理など、多様な料理をおもてなしの心で実習しています。

冷凍といえばニチレイ！ニチレイは日本で初めて冷凍食品を作った企業なんだって。ということでニチレイフーズ長崎工場のスタッフにお話をお聞きしました！

Q. 冷凍食品を買うときの注意点は？

A. 商品が常に－18℃以下に保たれているもの。（冷凍庫に温度計や温度管理表がはってあるお店も）カチカチ凍っていて袋が破れていないものを選びましょう。
冷凍食品を買うのはお買い物の一番最後！そしてなるべく早く、自宅の冷凍庫に直行してください！

日本冷凍食品協会認定証マーク。高度な品質・衛生管理体制で商品づくりを行っている信頼の証です。

Q. 冷凍した食品ってどのくらい保存できるの？

A. 日本冷凍食品協会で冷凍食品の保存期間は「１年」となっています。が、それは－18℃以下に温度が保たれた場合です。溶けたものを再凍結すると品質が劣化するので、再凍結を避けて早めに食べましょう。冷凍庫の開け閉めは素早くして庫内の温度が下がらないように気をつけましょう。冷凍庫に入れておけば安心！じゃないんですよ。

ちなみにニチレイでは…

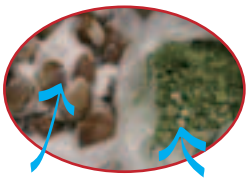
冷凍倉庫の入り口はすべて"エアーカーテン"で外の暖かい空気が入りにくくなっています。トラックに積み込むエリアまで、外気が入らないように温度管理がしっかりとされています。

Q. おうちで上手に冷凍するコツって？

A. 「時間をかけずに、乾燥を防いで小分けして冷凍する」
食材が新鮮なうちに急速冷凍する。ジッパー付きの袋などにできるだけ空気を抜いてから封をする。必要な分だけすぐ取り出せるよう、１回分、１食分に小分けしておく。といったひと手間でおいしさが変わります。

ちなみにニチレイの春巻きは…

長崎工場で完成後、急速冷凍されているので、レンジでチンしても、自然解凍しても、驚くほどパリパリです！
必要な分だけパキっと切り取ったら、残りの春巻きは、しっかり袋の口をしめて、すぐに冷凍庫へ！



「冷凍した食材に霜がつく（＞＜）」
霜の原因は温度の変化です。食品中の水分や空気中の水分が付着したもので、お互いにくっついて固まっているのも、解凍・再凍結したためです。
こうならないように温度管理をしっかりとしましょう。

冷凍食品は調理時間を大幅に短縮してくれるし、保存料を使わずに長期保存できて便利ですね（^^）

株式会社ニチレイフーズ 長崎工場
大村市富の原 1-1557-1
0957-55-8685

いろんな情報載ってるよ！→ ニチレイフーズ 検索

冷凍de科学実験！

冷凍庫を使わずに－２０℃の世界を作ろう！ジュースからおいしいシャーベットに☆

子ども科学館で科学教室を開かれている大村科学サークルに協力していただきました！

土屋先生

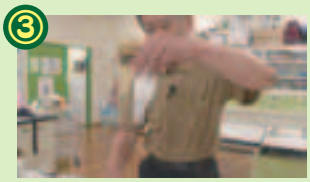
用意する材料
氷　…300g
食塩　…100g
アイスにしたい
ジュース　…適量

① ボウルに氷と食塩を入れて混ぜる。これで－２０℃の世界が出来上がるぞ！

★氷と食塩はこの３：１の割合がベスト。違うと温度が下がらないので注意して。

② そこにビニール袋に入れたジュースを浸してさらにかき混ぜます。

★塩には氷がとけるスピードを速くするという性質があるんです。氷がとけると周りの熱を奪うのでどんどん温度が下がるという訳。



③ ４～５分ほどかき混ぜると逆さまにしても落ちないほどの固さまで凍ったぞ！

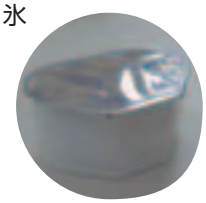
★今回はより早く凍らせるためにビニール袋を使っています。

④ 軟らかめのシャーベットが好きな人はそのまま皿へ移し、お好みでジャムをかけて召し上がれ♪

★もっと硬めがいいなら様子を見ながらもっと混ぜればOK！

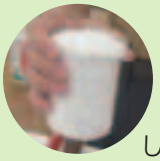
このほかに、もっと冷たい世界を作り出す方法が！

用意するもの
除湿剤
氷



① 除湿剤に入っている白い粒と氷を1.2：1の割合で混ぜる。すると約－４０℃まで温度が下がります！

② あとは上の実験と同じ要領でジュースを固めればOK！



除湿剤の中の白い粒は塩化カルシウムという物質で、食品添加物や道路の凍結防止剤として使用されている物質です。触れるのは問題ありませんが、この実験は大人の人と一緒にやりましょう。

フードプロセッサーがあればオリジナルシャーベットも簡単に作れるよ！やってみて！

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

地上デジタル 111ch 好評放送中!!

市内の情報・話題を楽しくお届けします！

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

報道制作部

私たちが取材や編集してます♪

7 月の放送内容

1日 (月)	●おおむら べにさんポッ♥
2日 (火)	●輝け☆ぼくらの青春（バレーボール・バスケットボール・サッカー）
3日 (水)	●輝け☆ぼくらの青春（剣道・バドミントン・ソフトボール）
4日 (木)	●めざせ！甲子園！　●グルメ de ぐるっと～福江ケーブルテレビ編～
5日 (金)	●輝け☆ぼくらの青春（ソフトテニス・野球・卓球・柔道）
6日 (土)	●花菖蒲まつり少年剣道大会
7日 (日)	第 95 回全国高校野球選手権 長崎大会 生中継 6 日（土）～ 14 日（日）予定 ★7日(日)20時～「参院選マニフェスト討論会」を放送 ＊7 時、20 時、22 時、24 時は企画番組を再放送します。 ＊広報おおむらは 8 時、19 時、21 時に放送します。
8日 (月)	
9日 (火)	
10日 (水)	
11日 (木)	
12日 (金)	
13日 (土)	
14日 (日)	
15日 (月)	●ノルディックウォーキング体験会
16日 (火)	●ハートパルまつり
17日 (水)	●第一回長崎医療センターがんフォーラム
18日 (木)	●グルメ de ぐるっと～西海テレビ編～
19日 (金)	●昊天宮 祇園祭
20日 (土)	●片町八坂神社ぎおん祭り
21日 (日)	●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
22日 (月)	●げん！げん！げんキッズ　～中央保育所なつまつり～
23日 (火)	
24日 (水)	●あつまれ！虹色笑顔
25日 (木)	松原小学校図書ボランティア「にじ色クラ部」
26日 (金)	●ぼくらのまーち～草場町～　●竹松ゆかたまつり
27日 (土)	●新企画「はばたけ！がんばくん!!」
28日 (日)	●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
29日 (月)	●おまつり直前！いこうで！夏越！
30日 (火)	
31日 (水)	

アナウンサー 桜が原中学校

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

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。

県政番組

「ミッションNAGASAKI」
「平成ながさき太鼓判」を放送
毎週日曜日　8 時、13 時、21 時
＊広報おおむらの後に放送します。

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、
広報おおむらの後に放送します。

『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

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

中学校総合体育大会　大村大会では、大村市の代表の座を争い、今年も熱い戦いが繰り広げられました。毎年恒例企画「輝け☆ぼくらの青春」では、大村大会の団体競技で優勝し、県大会へ出場するチームにスポットをあて、大村大会での戦いや県大会に向けての目標などを選手たちにお聞きしました。
ご覧の日程で放送しますので、ぜひお見逃しなく！！

放送日

●7月1・2日（月・火）

バレーボール	郡（男女）	
バスケットボール	桜が原（男子）	玖島（女子）
サッカー	郡（男子）	

●7月3・4日（水・木）

剣道	桜が原（男女）	
バドミントン	玖島（男女）	
ソフトボール	郡（女子）	

●7月5・6日（金・土）

ソフトテニス	桜が原（男女）	
野　球	大村（男子）	
卓　球	西大村（男子）	玖島（女子）
柔　道	玖島（男子）	西大村（女子）

あつまれ！虹色笑顔
松原小学校図書ボランティア「にじ色クラ部」

平成17年4月に誕生した松原小学校の図書ボランティア「**にじ色クラ部**」
松原小学校に子どもたちを通わせているお母さんたちのクラブで、毎週1回、松原小学校での本の読み聞かせや、本の修理、図書館の壁面装飾などを行っています。
そして、今回、子どもたちにサプライズとしてお母さんたちが手作りで**影絵**を制作。子どもたちの前で発表し、みんなに感動を与えました。
子どもたちのまぶしい笑顔がにじ色クラ部の原動力です。

放送日　7月24・25日（水・木）

～今年のスローガン～

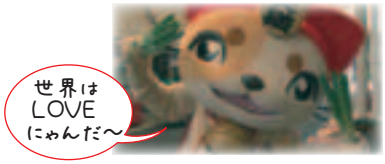
心揺さぶる いこうで！ 夏越

今年もやってきます！**8月1日(花火大会)、2日・3日**は大村、夏の一大イベント**おおむら夏越まつり！**
今年で３４年目を迎えます。番組では、伝統ある夏越まつりの精神と見所をご紹介します！

おまつり直前！
いこうで！夏越！

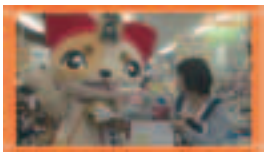
放送日　7月29・30日（月・火）

さらに！8月3日 本まつりを生中継！



～オレンジクローバー事業所紹介編～

みんなの人気者 **"べにまるくん"** がいろんなところにおでかけして、市民と交流しながら大村のいいところを紹介する番組です。
7月は、**オレンジクローバー販売会に出店する3つの事業所**を紹介します。どんな人たちが、どんなことをやっているのか、市役所での販売会にもおじゃましますよ。



☆オレクロ商品紹介コーナー
大村市障がい者施設商品オレンジクローバー（略してオレクロ）を紹介します。

☆世界はLOVEにゃんだ～
視聴者の方から寄せられたネコの写真をねこじいが紹介します。

☆視聴者プレゼント
番組の最後に出題するクイズに答えて、べにまるくんからのプレゼントをゲットしよう！

＊毎月第１月・火曜日放送

放送日　7月1・2日（月・火）

生中継のお知らせ

第95回全国高校野球選手権 長崎大会

夏の代名詞でもある高校野球の時期がやってきました！
今年も県下のケーブルネットワークを活用して開会式から14日までの試合を生中継！
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6日（土）～14日（日）

長崎がんばらんば国体応援番組

はばたけ！がんばくん!!

長崎がんばらんば国体開幕まであと1年。世紀のイベントを成功させるため、マスコットキャラクター**がんばくん**が市内各地を駆け回ります！みんなもがんばくんと一緒に長崎国体へ向け、盛り上がっていきましょう!!

☆今月のがんばくん
長崎国体を盛り上げるべく、市内各地で広報活動を行うがんばくんの日常をご紹介！これからがんばくんが参加するイベント情報も合わせてお届けします！

☆国体へ向けて!!
大村市出身の国体強化選手にスポットを当て、日頃の練習風景や国体への意気込みを語ってもらいます！

☆「がんばらんば体操」＆「はばたけ がんばくん」
子どもたちが楽しく元気にがんばらんば体操とがんばくん応援歌「はばたけ がんばくん」を踊ります！さぁ、みなさんもご一緒に！

放送日　7月26・27日（金・土）

プロのカメラマンによる
一眼レフカメラ講座開催!!

高性能なカメラを買ったけど、使い方がいまいちよくわからない‥‥。
もっと上手に撮影したい‥‥。
そんなあなたにピッタリの講座です。

場　所　おおむらケーブルテレビ コレモおおむら店（大村駅前）

期　日　毎月第3・4水曜日の14:00～15:30【全2回コース】
（各回休憩を含む個人の習得に合わせたスケジュールで進行します）

定　員　各回 6 名（先着順）
※弊社でカメラは3台用意していますが、できるだけ普段お使いのカメラをご持参ください。

受講料　6,000円（税込）（1回につき3,000円×全2回）

内　容
・1回目：カメラについて、撮影方法などの説明
・2回目：前回の復習と野外での撮影予定

講師：SORA studio　中山さん

※コレモおおむら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。

0120-54-3811

「超！初心者パソコン講習会」または「一眼レフカメラ講座」について、お気軽にお問合せください。

■毎日がもっと楽しくなる■

パソコンのパから始めよう！

超！初心者パソコン講習会

無料講習会開催のお知らせ

●電源の入れ方からマウス＆キーボード入力の練習。
●文書作成
●楽しいゲーム＆脳トレ（タイピング・マウス練習・オセロなど）

これから始める人向けの講習会です。

さぁ、思い切って受講しませんか？

場　所　おおむらケーブルテレビ コレモおおむら店

期　日　第３木曜日の 10:00 ～ 12:00【１回コース】
（各回休憩を含む個人の習得に合わせたスケジュールで進行します）

定　員　各回６名（先着順）
※定員に達した場合は、次回の講習会へ
※パソコンは弊社にて準備しております

※コレモおおむら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。

超！初心者パソコン講習会、一眼レフカメラ講座ともに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式会社

大村製氷株式会社
住 東大村2-1806-28
☎ 52－2279

バンブーカフェ
住 小川内町875-2 ☎ 54－5136
営 10:00～日没 休 月曜日（8月は無休）

向陽高等学校
住 西三城町16
☎ 53－1110

長崎空港ビルディング株式会社
住 箕島町593番地 ☎ 52－5551
営 6:45～20:30 休 なし

子ども科学館
住 東本町493番地 ☎ 50－1590
開館日 毎週土曜日・日曜日
（春休み、夏休みなど学校が長期休み期間中は月曜日が休館日となります）
開館時間 10:00～18:00（4月～9月）
10:00～17:00（10月～3月）

二丁目赤水
住 本町325 ☎ 53－3051
営 9:00～17:30 休 日曜日

パフェ&レストラン ハワイ
住 東本町374 ☎ 54－4826
営 11:30～19:00（L018:20） 休 木曜日

ダイソー 大村幸町店
住 幸町25-52 ☎ 48－5003
営 10:00～20:00 休 なし

1 あたたかい「こころ」をお届けします。
もりハナヤ
水主町2 PHONE.54-1147

2 お誕生祝いに！
餅踏み用布ぞうり
★大人用も好評販売中！
きらく福祉事業会 きらく大村
西大村本町 336-2 TEL 47－9336

3 ナチュラルキッチン きらら
竹松本町952-6
TEL 55－6063
ランチ 11:30～14:30
商品販売 10:00～17:30
喫茶 11:30～16:00

4 釜揚げうどん 寅吉
松山町634－1
居食屋くろまる（昼の部）
営業：11時～15時

5 関西風ラーメン
一度ご賞味ください
神戸堂ラーメン
古賀島町219-9 TEL 53－2979
営業時間：11:00～21:00 火曜日が定休日

新編 大村市史 第一巻 自然・原始・古代編
5,000円(税込)
販 市史編さん室、史料館
問 市史編さん室 ☎53－4111
史料館 ☎53－1979

わがまち大村 いんふぉめーしょん MAP

大村のち ちべたい処

お客様にあったヘアスタイルをご提案。

ウエディング・成人式・七五三・発表会等でのヘアメイク、着付けも致します。

ヘアメイクM²
大村市東三城町 47
(0957)52-6881

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

まちのわだい

韓風cafe Lapin（ラパン）
住 原町34-1
☎ 56−2224
営 11:00〜16:00
休 不定休

まちのわだい

LONG TABLE（ロングテーブル）
住 古賀島町525-2
☎ 50−3700
営 10:00〜20:30
休 不定休

おおむら夢ファーム シュシュ
住 弥勒寺町486　☎ 55−5288
営 10:00〜18:00　休 不定休

ニチレイフーズ 長崎工場
住 富の原1-1557-1
☎ 55−8685

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。　設置店募集中!!

広報課・商工観光課・各出張所、こどもセンター、アーケード、シュシュ、ラーメン山小屋、ビバリーノモリハナヤ、市民会館、ウォーターメイツスイムクラブ、RICストア、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、市内各保育所・幼稚園、鈴田峠農園、市民病院ほか

設置店はここでも確認できます。
http://blog.octp-net.ne.jp/?page_id=3191

は、オクトパルスサービス提供エリアです。

アーチェリー初心者 親子 教室開催中！

走るのが遅くったって、ボールが苦手でも大丈夫！
お父さん・お母さんも一緒にチャレンジしませんか？
親子だから頑張れる！頑張ればもっと楽しくなりますよ。

長崎県春季大会 入賞おめでとう!!

大村市アーチェリー協会

体験・見学希望の方はお気軽にご連絡ください
担当／前田　090-4489-8058
メール　archeryomura@gmail.com

長崎がんばらんば国体 2014
長崎がんばらんば大会 2014
第69回国民体育大会／第14回全国障害者スポーツ大会

au

OCT-PULSE おおむらケーブルテレビ特別企画

豪華景品が当たる!!

ガラポン大抽選会

ハズレなし

■商品はイメージです

au＋1collection
au 公式アクセサリー
5,000 円商品券
※桜馬場店でのみ使用できます。

au＋1collection
au 公式アクセサリー
5,000 円商品券
※大村中央店でのみ使用できます。

7/21(日)
11:00~16:00
大村桜馬場店
特設ブース

7/14(日)
11:00~16:00
大村中央店
特設ブース

ネットを楽しむなら？
ケーブルインターネットでしょ！

スマホ買うなら？
auでしょ！

auショップ大村桜馬場

7/19 移転オープン

大村市西大村本町 279-1
TEL 0957-48-6100

auショップ大村中央

大村市西本町493−10
TEL 0957-54-7715

225ch 東映チャンネル ハイビジョン化記念キャンペーン

劇場版「ウィザード・キョウリュウジャー」製作委員会
© 石森プロ・テレビ朝日・ADK・東映 ©2013 テレビ朝日・東映AG・東映

平成25年6月1日より東映チャンネルをハイビジョン化いたしました！
ということで、「東映チャンネルハイビジョン化記念キャンペーン」を実施いたします！！

特典① 7月利用料無料！

期間　2013年7月1日～31日
キャンペーン期間中に新規加入で東映チャンネルHDにご加入の方
7月無料視聴（8月有料視聴縛り）

特典② 劇場鑑賞券が当たるかも！

8月3日公開の劇場版「仮面ライダーウィザード／獣電戦隊キョウリュウジャー」
劇場鑑賞券を2組4名様にプレゼント！！

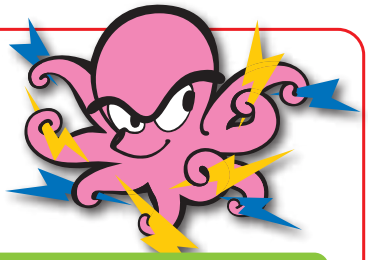
応募資格　東映チャンネルHDに新規ご加入及び
すでにご加入のお客様でプレゼントにご応募いただいたお客様

応 募 先　〒856-0044　大村市岩松町 336-13
おおむらケーブルテレビ　東映チャンネルプレゼント係

応募締切　2013 年 7 月 20 日必着

※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
ご応募いただいた個人情報は本件以外に使用いたしません。

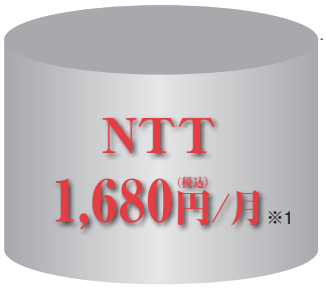
見直せばもっと安くなる! 賢く節約電話をしませんか?



ケーブルプラス電話

月額基本料
1,396(税込)円

年間 3,408(税込)円も お得!!



月々 284(税込)円 お得!!

電話番号・電話機は そのままでOK!
※一部の電話番号では継続利用できないことがあります。
この場合は KDDI より新しい電話番号を提供いたします。
また、ISDN 専用電話機など一部ご利用いただけない電話機もあります。

ご請求が一本化され スッキリ!

ケーブルプラス電話 どうしなら、日本全国どこでも 24時間通話無料！

※1　住宅用、1、2級取扱局のプッシュ回線用料金。NTT東日本・NTT西日本の@リビング、Myリビングの場合、115.5円（税込）/月が減額されます。
（お客様のご利用の回線種別・取扱局によっては対象外となります。）
※2　電話は基本料金となり、別途通話料とユニバーサルサービス料が発生いたします。

ケーブルテレビ、ケーブルインターネット とセットでさらにお得!!

こてつのおやつ

だれでもしってる？

かんざらし

材料（4人分くらい）

- だんご粉　100g
- ぬるま湯　100cc
- 黒砂糖　60g
- 熱湯　1／4カップ

1 まぜる

だんご粉にぬるま湯を少しずつたしながらまぜる

2 まるめる

適当なやわらかさになったら小さくまるめる

3 ゆがく

沸騰したお湯にほうりこむ。
浮かんできたら、すくいあげて冷水でサッと洗う

4 熱湯でとかす

黒砂糖を熱湯でとかし、火にかける

5 沸騰させる

沸騰したら焦げないようにまぜながらぐつぐつ3分くらい

6 粗熱とる

粗熱をとり冷蔵庫で冷やし、❸でできただんごにかけてできあがり

ぼくらのまーち

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…

知ればきっと住みたくなる町　くさばまち 草場町

東彼杵から大村湾に浮かぶ長崎空港、臼島、西彼杵半島が見渡せる景色が広がる町。「果実が熟した様な真っ赤な夕日が何とも言えない」「毎日違う大村湾の輝きを見ている」草場町のほとんどの家から見える風景は、まさに絶景。眼下に広がる風景すべてが各家庭の庭になっている。この美しい風景のお陰なのか、30数戸だった世帯数も今や80近くなり、町民の数も300人を超えています。東彼杵・ハウステンボス・時津の花火もバッチリ見えるそうです。

松尾神社（まつのおじんじゃ）

草場町の中心は、昔も今も「松尾神社」。天文17年（1548）大村家17代純前（すみあき）が「松尾権現」と名付け、現在の場所より北側の、高い丘に建てられたと伝えられています。（おじいちゃんおばあちゃんは、今でも権現様と呼んでいます。）明治元年に出された神仏分離令により、「松尾神社」と改めました。10月のおくんちは奉納相撲をはじめ、町民の交流の場として大切にされています。
また、御手水滝の水を汲み、松尾神社で酒を造ったと言われ、御酒の神様としても有名です。

古代の道ここにあり

今は野岳、昔は草場郷。まっすぐに伸びた古代の道跡には、しっかりとその歴史が刻まれています。馬込の水神周辺は、新分駅で、役人用に馬5頭が常時置かれていたと言われています。馬には大量の水が必要で馬込水源が適した場所でした。

番組では、草場町が持ついろんな魅力を町の人を通してご紹介します。

放送日
7月26・27日（金・土）

毎月オススメ番組をご紹介♪

こてつのはなし

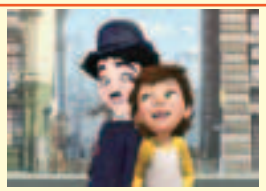
夏い暑っていってる余裕もないほどお外は暑いよ（ー＿ー）!! のこてつです。家でアニメざんまいじゃい！

CATV 240ch　CN カートゥーンネットワーク

『チャップリン&CO　Newエピソード』

★7/14（日）スタート！
土曜・日曜 15:00～15:30/23:30～24:00

映画史上最高のエンターテイナーで究極のコメディアン、チャールズ・チャップリンを主人公に、彼が現代にいたら・・・？という設定のもと制作されたCGアニメーションシリーズのNewエピソードを放送開始。



Charlie ChaplinTM© Bubbles Incorporated S.A. 2013 © 2013 - MK2 TV - Method Animation - LP Animation - DQ Entertainment Limited - Fabrique d Images

『ピングー シリーズ6』

★7/1（月）スタート！
月曜～金曜　12:40～13:00

南極に住む世界一元気なペンギンの男の子「ピングー」とその家族や友達を描いた大人気のクレイ・アニメーションシリーズ。
やんちゃで元気で、好奇心いっぱいのピングーは、新シリーズでも、次々と新しいいたずらを思いつきます。
ほのぼのとかわいらしいハプニングの数々をお楽しみください。

PINGU© 2013　The　Pygos　Group

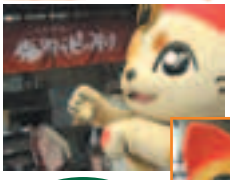
『ケシカスくん』

★7/29（月）スタート！
月曜～木曜　17:30～17:45

小学館「コロコロコミック」で大人気連載中のギャグ漫画をアニメ化し放送♪
村瀬範行のギャグまんがが原作。擬人化した消しゴム、ケシカスくんと小学4年生の少年、ボウズの奮闘が小学校を舞台に描かれています。夏休みは、爆笑120%保障の少々下品(!?) なギャグにはまってください。

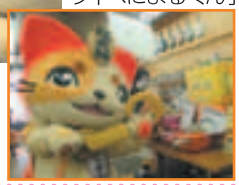
© 村瀬範行 / 小学館・ShoPro.

Orange Clover オレンジクローバー



「べにまるくん★フェイスブックページ」

オレンジクローバー★マスコットキャラ「べにまるくん」の情報を毎日発信しています♪フェイスブック「べにまるくん」で検索できますのでページに「いいね」を押してね♪べにまるくんが楽しく大村の情報を発信する番組「おおむらべにさんポッ♥」も毎月第一月・火曜日に放送されていますのでこちらも要チェックですよー♪



次はあなたのところに行くかもにゃ～

お問い合わせ　大村市障害者施設ネットワーク協議会
http://www.omura-standbyme.com/

大村市健康づくり推進員　ウォーキングスケジュール

大村市の委嘱を受けた「健康づくり推進員」が行っているウォーキングです。日程などは変更される場合もありますので、参加ご希望の方は国保けんこう課の川嶋または城代までご連絡ください。

7月

日付	集合場所	開始時間	日付	集合場所	開始時間
1	池田湖公園	8:00	17	木場公民館	9:00
7	アルカディア大村ますらがはら展望公園	9:00	18	水計公民館	9:00
9	木場公民館	8:30	23	木場公民館	8:30
10	下杭出津公民館	9:00	27	桜が原中学校校門前	10:00
11	大村公園観光センター前	9:00	29	多良岳登山口（多良岳登山）	8:30
			毎週日曜日	鈴田運動公園	6:00

お問合せ　大村市役所　国保けんこう課　健康支援グループ
担当：川嶋、城代（じょうだい）　TEL53－4111（内線140, 141）

お便り（ありがとうございます）

冷凍するとおいしいものを教えてください。
■植松3丁目のTさん　「柿」現代農業で紹介されていてやってみたら、おいしかったです。

1	月	おはなしの会（11:00～11:30　中地区公民館）
2	火	
3	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）【要予約：昊天宮保育園】 はじめての離乳食教室（受付9:50～10:00　郡地区公民館）
4	木	1歳6か月児健康診査（受付13:00～13:20　こどもセンター）
5	金	第22回大村市医師会市民公開講座「医師・看護師が現場で活動する目的」　講師 高山隼人先生（19:00～　長崎インターナショナルホテル　入場無料） 出前子育てつどい（10:00～　古賀島西公民館・ライオンキッズ）【要予約：植松保育園】 出前子育てつどい（10:00～　竹松出張所・にこにこ子育てサロン）【要予約：昊天宮保育園】 ハートパルまつり（男女共同参画推進センター）
6	土	第一回長崎医療センターがんフォーラム（14:00～16:00　さくらホール　入場無料）取材予定 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） 〈休日当番医〉
7	日	大村市男女共同参画推進事業講演会「この世に生まれ、生きて、生かされて…」　講師 家田荘子氏（13:30～15:30　コミセン） むたクリニック　☎52-4501 後藤産婦人科　☎20-8123 坂口歯科医院　☎52-0477
8	月	ことばと心の相談室（13:00～16:00　こどもセンター）
9	火	2歳児のお部屋（10:00～12:00　こどもセンター）
10	水	おはなしの会（11:00～　市立図書館） 乳幼児すくすく健康相談（受付13:30～15:00　郡地区公民館）
11	木	出前子育てつどい（10:00～　三浦出張所・わいわいらんど）【要予約：鈴田保育園】 3歳児健康診査（受付13:00～13:20　こどもセンター）
12	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）【要予約：昊天宮保育園】
13	土	社会を明るくする運動　中学・高校生弁論大会（13:00～　さくらホール）取材予定 おはなしの会（11:00～11:30　図書館）　おはなしたいむ（13:00～　郡コミセン） 〈休日当番医〉
14	日	片町ぎおん祭り（八坂神社）　～15日まで　取材予定 みね内科クリニック　☎55-6070 本田皮ふ科・アレルギー科　☎55-6830 すみ歯科医院　☎49-5808
15	月	ぎおん祭（昊天宮）　取材予定 おおつか内科医院　☎53-8080 神田クリニック　☎48-5648 大道寺歯科医院　☎52-2667
16	火	

ノルディックウォーキング体験会 開催!!

7月6日㈯10:00～12:00　野岳湖口ザモタ広場

- ポールの使い方説明
- 歩き方の練習
- ノルディックウォーキング体験

※参加費は無料ですがポールをご持参ください。
※ポールレンタル（￥300）あります
　数に限りがあるので事前にご連絡ください

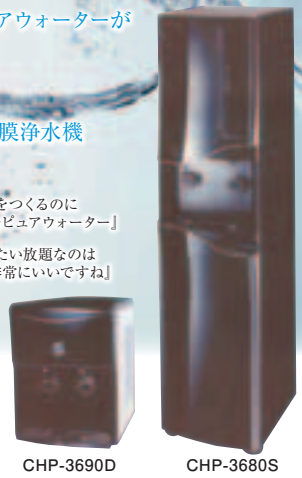
連絡先 ノルネスおおむら　日本ノルディックフィットネス協会認定のベーシックインストラクター
mail:nornessomura@mail.goo.ne.jp
電話:080-8370-2226　※連絡は、出来るだけメールでお願いします。※昼間は留守番電話なので、氏名・電話番号をお願いします。

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。

IGUASSU
安心と信頼の「純水」。
RO-逆浸透膜浄水システムで
あなたの『水生活』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』


CHP-3690D　CHP-3680S

お問い合せ・ご用命は
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

メール便の
宅配スタッフ
募集中！

【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！
18860006（03）

お便り ありがとうございます
冷凍するとおいしいものを教えてください。
■池田新町のMさん　パイン缶、冷凍したらおいしいですヨ！！　■協和町のWさん　チーズケーキ。

17	水	ベビー&マタニティーのお部屋（10:00～12:00　こどもセンター）（～5か月まで） 3歳児健康診査（受付13:00～13:20　こどもセンター）
18	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）【要予約：植松保育園】 1歳6か月児健康診査（受付13:00～13:20　こどもセンター）
19	金	出前子育てつどい（10:00～　木場公民館・ひまわりキッズ）【要予約：ひまわり認定こども園】 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）【要予約：昊天宮保育園】 給食試食会（幼児食）【なつみかん（中央保育所）】
20	土	竹松ゆかた祭り（竹松駅前周辺特設会場）取材予定 〈休日当番医〉
21	日	中田外科胃腸科 ☎54-0083 山道医院 ☎53-2305 歯科大道寺クリニック ☎54-2834
22	月	ことばと心の相談室（13:00～16:45　こどもセンター）
23	火	3歳児以上児のお部屋（10:00～12:00　こどもセンター）
24	水	ベビー&マタニティーのお部屋（10:00～12:00　こどもセンター）（6か月～11か月まで） 1歳6か月児健康診査（受付13:00～13:20　こどもセンター）
25	木	3歳児健康診査（受付13:00～13:20　こどもセンター）
26	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）【要予約：植松保育園】 出前子育てつどい（10:00～　小路口光公民館・にこにこ子育てサロン）【要予約：昊天宮保育園】
27	土	〈休日当番医〉
28	日	出口小児科医院 ☎52-2252 長津眼科医院 ☎55-9300 たかぎ矯正小児歯科医院 ☎53-0035
29	月	
30	火	
31	水	出前子育てつどい（10:00～　福重出張所・にこにこ子育てサロン）【要予約：昊天宮保育園】

市役所販売会
18日・19日（木・金）
10:00～13:30
大村市役所玄関ロビー

出店舗
＊三彩の里…陶器、パン、焼き菓子など
＊セルプ大村…マンゴー、竹酢液、竹炭製品
＊パールハイム…パール美珠、貝殻キーホルダー

こどもセンターだより
親子クッキング
7月25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150円
❤募集定員：8組（先着順・新規の方を優先）
❤持ってくるもの：エプロン・三角巾・飲み物
申込先 大村市こどもセンター 54-9100
7月1日㈪ 10:00～申し込みを受け付けます

☆2歳児のお部屋・3歳以上児のお部屋・・・「親子ヨガ」対象年齢児のみ参加できます。先着10組。お茶・タオル・着替えを持参してください。
☆給食試食会・・・申し込みが必要です。5組。1人200円。7月1日（月）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、お気軽においでください。
☆ことばと心の相談室（初回は電話で申し込みしてください）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23年12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1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）
☆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

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

今月のおすすめメニュー

HottoMotto ほっともっと

我が家の一員

つばめの親子
今年もやってきてくれました。
たくさん食べて大きくな～れ！

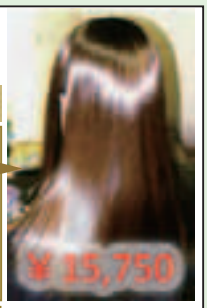
●ペットフード販売
●ペットホテル受付中!!
●トリミング
（初回）500円引き!!
●ホテル宿泊中、トリミングを利用されると500円引き!!

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

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。

『さらさら』『しっとり』『ツヤツヤ』
エンジェルストレート♪
梅雨、ボリュームが出てひろがりやすくなる髪へ…

Q. エンジェルストレートって何？？
A. はい、おススメのストレートで『さらさら』『しっとり』『ツヤツヤ』で手触り抜群のストレート。ストレートなのにカールも可能でトリートメント効果もあり、絶対に後悔しません。毎回お客様からは『感動した』とのお言葉をいただいており　当店自慢のストレートです



ヘアデザイン ピランク
☎0957-53-6868
大村公園横　ケーキ店
たんぽぽさん2階です
ピランク で検索！！

hair design pile of thanks
Pilank
promises excitement and smile

お便り ありがとうございます
冷凍するとおいしいものを教えてください。
■今富町のIさん　バナナ（牛乳と一緒にミキサーへ）。　■富の原2丁目のYさん　東京バナナは、だいたい凍らせます。

シリーズ連載 VOL.52

子育て ママの 奮闘記

子どもとわたし

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。

魔の2歳児 龍樹の歩み

我が家の息子、龍樹（たつき）はイヤイヤ期真っ只中の2歳。名前は、龍のように強く、樹のようにまっすぐ歩んでほしいという願いを込めてつけました。将来、画数が多すぎると文句を言われることを既に覚悟していますが(笑)、名前負けせずに逞しく育ってほしいものです。

さて、そんな龍樹は、去年から一時保育を利用して、保育園にお世話になっています。保育園に通い始めてから、特に驚いたことが2つ。まず、言葉の数が増えて、コミュニケーションもとれるようになりました。言葉の発達が遅いと言われ、私の話しかけが足りてないんじゃないかと悩んだのがウソみたいです(^^;

お友達のサキちゃんと♪

最近では、してほしいことや困ったことがあると「せんせぇ～」と呼びます(笑)

初めは「ナゼ!?」と思いましたが、保育園でお友達が言ってるのを真似してるんだ！と気づいた時は微笑ましかったです。他にも、保育園で教えてもらった動物の鳴き声と動きを自宅でしてくれることもあり、楽しませてくれます。

そしてもう1つは、自分でご飯を食べるようになり、食欲が増したこと。離乳食の時から、「食に興味を示さない＆あまり食べない」で何度も私を泣かせた龍樹ですが、今では全くそんな面影はありません(笑)龍樹は、食物アレルギーがあるので食べられる物が限られるのですが、保育園がサポートして下さり、大変有り難いです。

保育園ではお友達と仲良くして、色々なことを経験してほしいなと思います。

龍樹に出会えてから2年半。子育ては、喜怒哀楽の連続だなぁとつくづく思います。それと同時に、私を育ててくれた両親に対して、感謝と尊敬の気持ちが更に強くなりました。私も母として、龍樹と一緒に成長しながら、肩肘はらずに子育てを頑張ろうと思います。どんな子どもに成長するか楽しみだなぁ♪

投稿／ パシパシ

ドクターリコに聞いてみよう！

第4回

「大人になっても残っているあざ、治療できる？」

赤ちゃんだけでなく、小中学生や大人になってからもあざの治療は可能です。赤ちゃんに比べると、皮膚がぶ厚くなっている、日焼けの色素がじゃまをする、体が大きくなったぶんあざの範囲が広がっている･･･などの理由で、レーザーの効果が下がったり、治療回数が増えることはありますが、大人になってからでも、赤あざ、青あざ、茶色あざは保険適応でのレーザー治療ができます。以前はレーザー治療ができなかったので、「そのうち消えますよ」とか、「治療方法はありません」と言われて、そのまま大人になってもあざが残っている方も多くいらっしゃいます。

気になるあざがある方は、一度ご相談下さい。

北村理子クリニック
皮ふ形成外科

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

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

大村市こどもセンターだより

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。

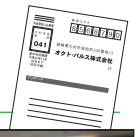
5月23日のメニュー
・手作りパン　・ちぎってサラダ
・もみもみぱななドリンク

<お問い合わせ>
大村市こどもセンター　TEL54-9100

お便り ありがとうございます
冷凍するとおいしいものを教えてください。
■富の原1丁目のKさん　筍の子です（はちく）。湯がいた筍の子を食べる大きさに切って砂糖（シロップ）をまぶして冷凍へ。

まちのわだい

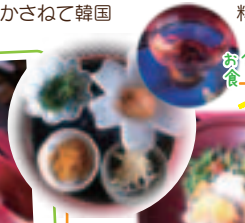
編集部に届いたハガキをもとに、早速行ってきました。



●今富町のＹさん

韓風Cafeと書いてあった看板もいい雰囲気
ふと見かけて気になってます。
調査して下さい!!

たしかに！ございましたよ看板♪
一瀬畳屋さんの２Ｆにあるカフェですね。
大村唯一の韓国料理店です。お店の名前は三世代でうさぎ年がそろう家族なので
もとからあるお店「うさぎ屋」の名を残し、フランス語でラパン（Ｌａｐｉｎ）。
敷居の高かったうさぎ屋のイメージを一新して５月７日にＯＰＥＮしました。
お母さんとお姉さんが韓国ドラマ好き、妹さんが料理好き・・・と、それぞれ違う
目的で韓国に旅行に行き、研究をかさねて韓国料理屋さんを始める
ことになったそうです。



豚肉は、ビタミンB1を含んでいて
疲労回復にいいといわれています。
ご飯やパンに含まれる糖質の分離を
助け、エネルギーにかえてくれますが
汗や尿で排出されやすいので
毎日とるとよいそうですよ

ご飯の量を控えいろいろな野菜で
ビタミンCやカロテンがたくさんとれます。
ピリ辛だれで満腹中枢も大満足！

韓国でいまワッフルが人気！
ワッフルがハートでかわいいの～
ボリュームあります（*^_^*）

本場韓国の味に近い、日本
人向けの味にしています。
辛すぎる韓国料理が苦手…と
いう方は辛さをおさえた韓風
ｃａｆｅの韓国料理をぜひ食
べにきてみてください♪

韓風Cafe
Lapin
ラパン

住 原町 34-1
☎ 56-2224
営 am11:00 ～ pm4:00
休 不定休
P あり

●古賀島町のＯさん

古賀島のマックスバリュー様の
雑貨屋を開店して下さい！

PAPA’S & MAMA’S が手がけた
ロングテーブルは「ていねいな暮らし」をコンセプトに、心がときめく
衣食住アイテムのつまったお店です。

こだわり抜いた食品、使うたびに楽しくなる雑貨、
心安らぐ植物などなど、自分用はもちろん、ギフト
にもぴったりの、きらりとセンスが光るものばかり。

宮崎タオル 今治（いまばり）マフラー

高品質タオルで知られる今治の肌触りが良い
タオルマフラー。汗をさっと吸収して乾きも
早い！ウォーキングやガーデニングにくるっ
と巻けば、おしゃれにＵＶカット効果も期待
できます。カラーバリエーションも魅力です。

無添加ハーブソルト

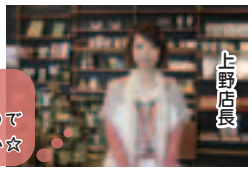
数種類のドライハーブ・
スパイスとグランドの塩
が使われていて、家庭で
簡単に一流の味が作れま
す。もも肉を焼いて振り
かけるのがお勧め！

ＥＸバージンオリーブオイル

契約農園で収穫した実をすぐに
絞ってできた上級オイル。薫り高
く上品な味が特徴です。サラダに、
パスタに、また豆腐、納豆、刺身
といった和食との相性も抜群！

多肉植物 ¥210～

何でもすぐ枯らしちゃう
という人でも大丈夫！
一つあるだけでも潤
いのある空間に♪



メルマガ会員募集！

アットホームな雰囲気でゆっくり
お買い物を♪キッズもありますので
ファミリーで遊びに来てください☆

登録→mail@papamama.co.jp
住 古賀島町 525-2 ☎ 50−3700
営 10:00 ～ 20:30 休 不定休

ロングテーブル
LONG TABLE

表紙のはなし

今回、表紙を飾ってくれたのはななみちゃん(7)とたけるくん(5)の姉弟です！
「シュシュのアイスは大好き！」と最高の笑顔で撮影に臨んでくれました。
「お店のオススメ甘夏にしたら？色もきれいだし♪」という編集者の願いに応えてくれたたけるくんでしたが、ちょっと大人の味だったみたい（^ ^;

撮影：中山紀一（そらスタジオ）

優しいシュシュのお姉さんにもう
一つ大好きなフレッシュミルクを
もらって、再度、撮影！やっぱり大
好きな味だと心の底からの笑顔
がでていました！「氷の国に住め
たらいいのに」というコメントもか
わいい。「今はまだ仲がいけど、
もう少ししたら…ねぇ。だから今のうちに記念にと思っ
て」とお母さん。大きくなってもずっと仲良くアイスク
リーム食べる姉弟でいてくださいね！

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

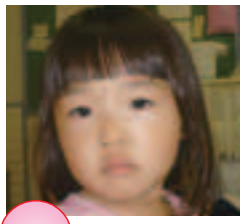
↑

SORA studio
TEL/FAX 0957-54-3960

お便り ありがとうございます

冷凍するとおいしいものを教えてください。
■木場2丁目のMさん　うちでは、「冷凍いちご」が年中入ってます。ミルクとハチミツ（時々バニラアイス）を入れミキサーにかけ、母が出してくれます。

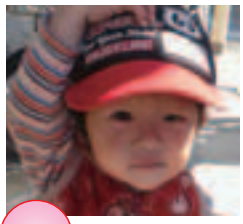
おたんじょう日おめでとう！



4日生　すず ちゃん

5日生　りょうすけくん

26日生　さねのりくん



29日生　かおるくん

31日生　けんさくん

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♥

おじいちゃん おばあちゃん も 可

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

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

PRESENT

■ キーワード（番組内で放送しています）

冷凍に適さない食材は次のうちどれ?

①イチゴ　②アサリ　③春巻　④柿　⑤ナス

□ ①～⑤までのうち正解と思う数字をひとつ記入してください。

ヒント：特集を見てね。

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

■ 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。

■ あなたの街の自慢を教えてください。

★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。

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

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 きらく福祉事業会 きらく大村さんから「アイビーの苔玉（こけだま）」を2名様

癒し系インテリアとしても人気の「苔玉」。これからの季節に、リビングや玄関に飾って涼しげな夏の空間を演出してみませんか？きらく大村スタッフがお届けにあがります♪

3 ナチュラルキッチンきららさんから「手作り合わせ酢」を2名様

300年続いている老舗のお酢屋さんと共同で作った、てん葉糖を使用したお酢です。かけるだけで、お寿司やマリネ、南蛮漬けが美味しく出来ますよ。店頭での引き渡しとなります。

4 釜揚げうどん 寅吉さんから濃厚でおいしぃ「アイスクリーム」を3名様

お食事をしていただいた方がご利用できる商品券のプレゼントです。食後につめたぁ～いアイスでシメましょ(^O^)　バニラ・チョコレート・ストロベリー…どれにしようかな♪

5 神戸堂ラーメンさんから「もやしラーメン」を1名様

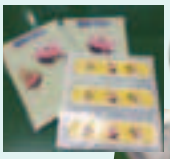
醤油でも、味噌でも楽しめる！太くて短い、太もやしを使用している神戸堂の「もやしラーメン」是非一度、ご堪能ください。もやしのシャキシャキ感と甘さがとてもいい感じです！！

6 二丁目赤水さんから「いちごとブルーベリーのシャーベット」を3名様

食べればわかる本物の味。県外でも人気のシャーベットは新鮮な果物から作られています。店頭での引き渡しとなります。

写真はイメージです

7 こてつからプレゼント カートゥーンネットワークより「まめうしくん」絆創膏



ひっかき傷にもバッチリ♪

＋そして個人的にファンなので
キム・ヒョンジュン（リダ）最新CDをセットにして3名様

くまの飼い主さんがファンで、こてつにくれました。いただきものですが読者の方にもおすそわけ♪
「TONIGHT」※ジャケットは選べません

※プレゼントへの応募締切は7月20日必着です。

Cable+ ケーブルプラス
2013.7月号 Vol.52
平成25年7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 cablep@octp-net.ne.jp FAX 0957-52-1921

DIY女子部 長崎支部

楽しく★ かわいく★ 美しく 活動中！

サンダーだって！

クランプも！

だぼ打ちも！

電気ドリルも！

初心者も大歓迎！一緒に楽しくDIYしませんか？
活動に興味がある方、一度ホームページを覗いてみて☆

DIY女子部 検索

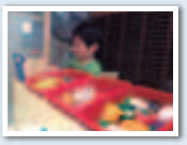
編集後記

●バックラインの要。
今月号で僕がオススメする情報は!!
ガラポン大抽選会！ 7月14日(日)にauショップ大村中央店、7月21日(日)にauショップ大村桜馬場店で開催します。(^^♪
auショップで使える5,000円の商品券とか当たりますよ!ハズレなしで～す。(*^^)v
詳しくは、今月号の12ページをご覧ください。

おおむらケーブルテレビのブログ、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

●8438♪



次の休みはどこに行こうかなの8438♪です。子どもの城が大好きなこうちゃん、行くととっても楽しく遊んで帰らないと駄々こねます。行くたびに出来ること、遊びの内容、ほかの子との交わり方も変わっているのでその成長ぶりにびっくり！
やん坊も一度行って気に入ったみたい。次はけんちゃんお城デビューだ！3人で一緒に遊びに行きたいなぁ～

ふとした表情が兄ちゃんに似ているけんちゃん

●こてつ
どこか遠くに行きたいな(^O^)のこてつです。
最近鹿児島の有名なかき氷「白くま」と「チロル」のコラボ品「チロくま」にはまってます。「白くま」をチョコにするとはね～。しかし最近あの袋入りのかき氷がみあたらない。地味なんだけど好きなのよ～。そして給料日の前の日は贅沢にハーゲンダッツだよね～。給料日に贅沢なんてのはこてつ的にはナンセンス！給料日に節約スタートせんば！

●ｋａｒｉ
夏が来てウキウキ気分のＫａｒｉです。昨年は海に行き息子も初のビーチで海を怖がり・・・結局入れず・・・今年こそは楽しく息子と海を満喫したいと思います（笑）そんな息子もイヤイヤ期に入っているので少し不安ですが・・・（汗）

●サワー
7月も近づき、いよいよ夏本番！
高校野球の季節がやってきました！今年も長崎県大会の1・2回戦を生中継しますよ！大村高校と大村工業の試合もチェックしてね。
報道の男性3人は佐世保球場へ。
炎天下のもと、高校球児と一緒に真っ黒になってきます！

●tami こと「たみすけ」
我が家の娘（高2）がインターハイ出場＆国体選手に選ばれました。
＼(^O^)／ 強化練習の日々のようですが、若い時の努力・経験は大人になった時にきっと役にたつと信じています。がんばれ～。

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 ペンネーム
性別 （ 男 ・ 女 ） 年齢 歳
ご住所 □□□-□□□□
アパート・マンション名
ご自宅の電話番号 （ ）
Eメールアドレス @
ご連絡先（勤務先・携帯電話等） （ ）

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

ケーブル・プラス 7月