

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!



放送案内
ガイド

Cable+

ケーブル・プラス

2024. **5**
TAKE FREE Vol.182



⊕「いきいき大村マイタウン」放送スケジュール

⊕ まちのわだい

⊕ いんぷおめーしょんMAP

～喜ばれること間違いなし!お土産が買えるスポット6選～

⊕ 子育てママの奮闘記 ⊕ イベントカレンダー ⊕ お誕生日おめでとう

Cable+

ケーブル・プラス

バックナンバー

→ <https://omura-catv.com/cableplus/>



11ch 大村の情報もりだくさん! いきいき大村マイタウン

月・水・金曜日の
7:00更新!

再放送

10:00、12:00、16:00、19:00、
21:00、22:00、24:00



おおむら子育て★ケセラセラ

5月から始まる新番組です♪大村市こどもセンターと協力し、子育てに関する情報や、お困りごとに役立つアドバイスなど、知って得する話題をお届けします。さらに毎月末に発表される保育所、認定こども園などの空き状況に関する情報も紹介します!第一回は「こどもセンターについて」。ぜひご覧ください。



放送日 **11**
5月1日(水)・2日(木)

週刊!自衛TIME

4月から始まった新番組「週刊!自衛TIME」は、自衛隊員が約2分間で自己紹介するミニコーナーです。4月は海上自衛隊大村航空基地の隊員さんでしたが、5月は陸上自衛隊大村駐屯地からエントリー!毎週月曜日からの放送に一人ずつ登場します。毎月最後の放送には自衛隊にまつわるお店なども併せて紹介しますのでお楽しみに。



放送日 **11**
毎週月曜日・火曜日

歴史の散歩道「福重地区史跡説明板巡りX」

2012年度から福重地区まちづくり活性化委員会の事業として設置されている福重地区の史跡説明板。今回新しく設置されたのは今富町にある「防空壕内海軍指揮所跡」で、戦時中に福重地区に軍事施設が多く作られていたことを示す史跡の一つです。



番組ではこの史跡説明板をもとに、福重郷土史同好会の上野盛夫会長が防空壕の詳細や当時の福重地区の様子について紹介します。

放送日 **11**
5月10日(金)・11日(土)



サークルに
おじゃまタコ

U15バスケクラブチーム 「Asterisk(アスタリスク)」

今年3月に本格始動したU15バスケットボールのクラブチーム「Asterisk」



市内の中学校から集まったバスケットボールの少女たちが日々スキルを磨いています。部活動とはまた一味違うクラブチームがどんな練習や活動を行っているのかたっぷりをご紹介します。

放送日 **11**
5月15日(水)・16日(木)

泉ひろば

楽しく学べる15分間の
教養番組。週替わり4回
シリーズでお送りします。

5月はさーちゃん&つうじいのナチュラルフードクッキング

キッチンさららの料理講師樋口聡子先生に『かんたん・おいしい・体に良い』をテーマにとっておきのレシピを教えてくださいます!軽快なトークもスパイスとなって楽しい♪
おいしい♪15分♪



放送時間 7:45、12:45、16:45、19:45、22:45(月~土) **11**

なつかしのマイタウン

過去のお宝映像を大放し

5月の
主な
放送番組



平成26年(2014年)

- ・高校生介護技術コンテスト
- ・ふくしげ夏まつり
- ・大村市立史料館子どもバスツアー
- ・大村高校文化祭「五教祭」
- ・松原地区・上諏訪町敬老会 ほか

放送時間 18:00~(月~日)、23:00~(月~土) **11**
14:30~(月~日) **12**

毎週月曜日と木曜日に放送内容が切り替わります。

11ch 放送スケジュール



6:00	月	火	水	木	金	土	日	6:00	
	前週 いきいき総集編	楽習ひろば 総集編	前週 いきいき総集編	全国 CATV便り	前週 いきいき総集編	全国 CATV便り	楽習ひろば 総集編		
7:00	 <h2 style="text-align: center;">いきいき大村マイタウン</h2> <p style="text-align: center;">(45分番組) 月・水・金曜 切替</p>						月～土曜 いきいき まとめて 再放送	7:00	
7:45	 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: 10px;"> 楽しく学べる15分間の 教養番組。週替わり4回 シリーズでお送りします。 </div>								
8:00	広報おおむら								
8:30	全国CATV便り								
9:00	あさカラ! (月～水 9:00～9:50)							楽習ひろば	9:15
10:00								広報おおむら	9:30
10:45	いきいき(月・火)	いきいき(水・木)	いきいき(金・土)						10:00
11:00	広報おおむら								10:45
11:00	全国CATV便り *全国のケーブルテレビ局が制作した番組を放送。(月曜切替)								11:00
12:00	いきいき(月・火)	いきいき(水・木)	いきいき(金・土)						12:00
12:45	楽習ひろば						月～土曜 いきいき まとめて 再放送		
13:00	広報おおむら								
13:15									
14:00	前の週に放送したイベント番組							楽習ひろば	14:15
15:30	全国CATV便り							広報おおむら	14:30
16:00	いきいき(月・火)	いきいき(水・木)	いきいき(金・土)					リクエスト アワー	15:00
16:45	楽習ひろば								
17:00									17:00
17:50	広報おおむら							なつかしの マイタウン	
18:00	なつかしのマイタウン (月、木曜切替)								18:00
19:00	いきいき(月・火)	いきいき(水・木)	いきいき(金・土)						19:00
19:45	楽習ひろば						月～土曜 いきいき まとめて 再放送		
20:00	全国CATV便り								
21:00	いきいき(月・火)	いきいき(水・木)	いきいき(金・土)					楽習ひろば	21:15
21:45	広報おおむら								21:45
22:00	いきいき(月・火)	いきいき(水・木)	いきいき(金・土)						22:00
22:45	楽習ひろば							なつかしの マイタウン	
23:00	なつかしのマイタウン								23:00
0:00	いきいき(月・火)	いきいき(水・木)	いきいき(金・土)					楽習ひろば	0:00
0:45	広報おおむら								0:45
1:00									1:00

見逃した番組を
リクエストして下さい
制作部
0957-51-0753



市民が活躍するイベントもたっぷり放送!

放送時間 8:00、13:00、17:00、20:00

※放送内容は電子番組表(EPG)をご覧ください。

令和5年度大村高校五教祭 ～文化部発表会～

3月26日(火) さくらホール

令和5年度は形を変えて秋と春の2回行われた大村高校の文化祭「五教祭(ごこうさい)」。3月には文化部による展示発表とステージ発表、そして吹奏楽部・コーラス部の定期演奏会が行われました。番組ではこの定期演奏会と演劇部のミニミュージカルを中心に、各部のステージ発表や展示の様様をお送りします。



放送日 5月6日(月)～12日(日) **12**

第97回三鈴運動会

4月21日(日) 惣原運動場

「三鈴運動会」は大正時代から続く歴史ある運動会で、毎年4月に入学したばかりの新1年生も含む三浦小・鈴田小学校の児童と、鈴田の里学園の利用者が様々な競技に取り組み交流を深めています。子どもたちの元気いっぱいな姿をぜひご覧ください!



放送日 5月13日(月)～19日(日) **12**

第4回おちゃくじらと 高校生による合同演奏会

4月21日(日) さくらホール

大人気で演奏する楽しさを体験してもらいたい!と、部員減少で規模が縮小し、演奏の機会も減っている高校吹奏楽部と一緒に、吹奏楽団おちゃくじらが合同の演奏会を開催しました。市内4つの高校と波佐見高校の吹奏楽部、総勢70人がホールいっぱいに音楽を奏でます。会場へ行けなかった方も、ぜひご覧ください。



放送日 5月20日(月)～26日(日) **12**

12ch 生中継のお知らせ

第7回NAGASAKIブラス& マーチングフェスティバル生中継



放送チャンネル **12ch**

5月19日(日)
14時30分～終了まで

長崎県内の吹奏楽やマーチングバンドがシーハットおおむらに集結!今回は国際的トロンボーン奏者の藤原功次郎さんをスペシャルゲストに迎え、それぞれのバンドが息の合った迫力あるステージを披露します。生中継でたっぷりとお楽しみください!

【主催: NAGASAKIブラス&マーチングフェスティバル実行委員会】

11ch 新番組のお知らせ

“ゴーゴー!のりものタウン”



放送チャンネル **11ch** 毎週土曜日9時～

のりものことなら何でもおまかせ!ダンスが得意なガシャキンGTが“のりものタウン”からお届けするキッズステーションオリジナルのりもの番組。様々な角度から人気ののりものを紹介します!

詳しい番組スケジュールはホームページまたは電子番組表(EPG)をご覧ください! ※放送内容を場合によって変更することがあります。

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

新規ご加入に関するお問い合わせ → **0120-54-3811** ☎ **0957-54-3811** 〆 **おおむらケーブルテレビ株式会社**

地上デジタル 12ch 放送スケジュール おおむらch12

時間	月	火	水	木	金	土	日
6:00	韓国ドラマ						韓国ドラマ (月・火 放送分)
7:00	イベント番組						
8:00	イベント番組						
9:30	全国CATV便り(月曜切替)						
10:00	イベント番組						
13:00	イベント番組						
15:00	なつかしのマイタウン						韓国ドラマ (水・木 放送分)
16:00	イベント番組						
17:00	イベント番組						
18:30	おすすめ番組						
19:00	イベント番組						
20:00	イベント番組						
21:30	全国CATV便り(月曜切替)						
22:00	韓国ドラマ						韓国ドラマ (金・土 放送分)
23:00	*空白の時間にはウェザーチャンネルや通販番組を放送します。						

毎週月・水・金曜日に切替

毎週月曜日と木曜日に切替

イベント番組は毎週月曜日に切替 (多いときは木曜日も)



【キャンペーン期間】
2024年5月31日まで

新生活応援 キャンペーン

キャンペーン期間 3/1~5/31

工事料

0

円

月額利用料
最大2ヶ月
割引
(取付月・翌月)

オプション料
2ヶ月
割引
(取付月・翌月)

※ケーブルテレビ・ケーブルインターネットの上記キャンペーンは、新規ご契約のお客様で期間中にご契約・取付が完了され、2年間継続してご利用をお約束できる方が対象となります。
※他のキャンペーンとの併用はできません。ご了承ください。
※表示価格は全て税込です。
※機種によって別途5,500円が必要です。

ご契約には事務手数料が別途かかります。
(新規契約:3,300円、追加契約:2,200円、同時契約:5,500円)

NHK衛星受信料が「団体一括支払」で **年間 2,160円お得!**

団体一括支払...NHKの衛星契約受信料をケーブルテレビの利用料と一緒に支払っていただき、ケーブルテレビ局からNHKへ一括して支払うことで、衛星契約受信料が割引される制度です。

お申込み
お問合せ

おおむらケーブルテレビ
☎0957-54-3811

本社/岩松町336番地13
コレモおおむら店/東本町604
【受付】 9:00~17:30
<https://omura-catv.com>

おおむらケーブルテレビ 検索





まちのわだい



編集部へ届いたハガキをもとに、早速行ってきました

今津町の
のぶぶさんから

■番組や紙面で取材してほしい話題
取り上げてほしい話題を教えてください。

大村市の飲食店やスイーツ店などの
情報を教えてください

大村市初! 「お酒×プリン」の新感覚スイーツ♪

プリン専門店「mojito(モヒート)」は、今年3月のオープン早々、話題沸騰の人気店です。店名の「mojito」はカクテルの一種の名前で、カクテルにつけられた象徴的な言葉「カクテル言葉」によると、「心の渇きをいやして」という意味。「お客様の心をいやしたい」という店主の思いから、この名前がつけられました。プリンとお酒が大好きな店主のアイデアで生まれた、「お酒を使用したプリン」がお店の特徴。とろとろ食感のまろやかなプリンに、日本酒やラム酒の華やかな香りが加わる、何ともぜいたくで大人な味わいです。お酒を使用していないフレーバーもあるので、お子様も美味しく召し上がれます！インスタ映え間違いなしのおしゃれなパッケージ・内装も魅力の一つで、「プリンを持って撮影してください！」とのこと。見た目も味も大満足な「mojito」のプリンでいやし気分を味わってみては？



プリン専門店 mojito(モヒート)

- 📍 大村市富の原2丁目207-1 (ララコブ富の原店 敷地内)
- 🕒 11:00~18:00 (売完次第終了)
- 📅 月曜日

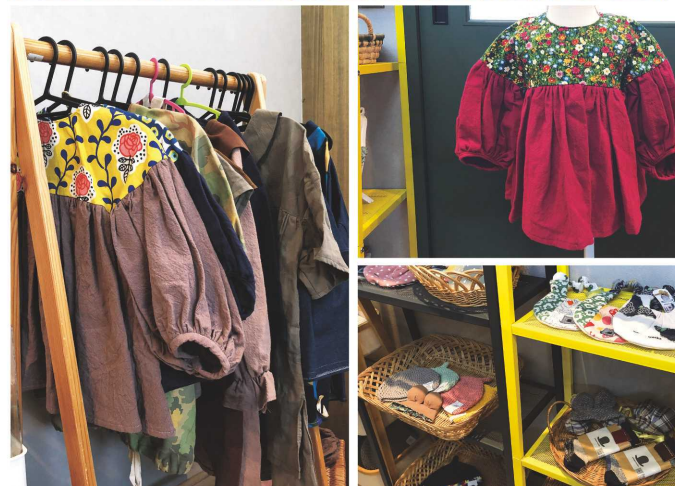
溝陸町の
ててさんから

■番組や紙面で取材してほしい話題
取り上げてほしい話題を教えてください。

イベントで見かける「unique works」
というお店が気になります。
赤ちゃん用の帽子がとと2も可愛いです！

イベントやSNSで人気の ハンドメイドショップ! オーダーメイドも可能です♪

unique worksはSNSやイベントでの出店がメインのハンドメイドショップ！お洋服が大好きなオーナーの林さんが、本職の縫製工場に勤めながら、自宅兼アトリエで赤ちゃん用のかわいい帽子やお洋服などを制作しています。中でも大人気なのが手編みのどんぐり帽子！ころんとした丸い形がとってもかわいい！S・M・Lサイズ展開なのでその子に合ったサイズが見つかります。ベビー服からキッズ・レディースまで展開している素敵なお洋服はもちろん、オーダーメイドでの制作や思い出のお洋服をリメイクすることも可能です☆また入園・入学グッズや制服の裾上げ、ゼッケン付けまで受け付けているので、子育て世帯の強い味方！好きな布の持ち込みオーダーもできます！裁縫教室も行っているため、オリジナルグッズを作りたい人にもぴったり！興味がある人はぜひインスタグラムのメッセージからお問い合わせください☆



unique works
(ユニークワークス)

- 📍 大村市玖島2丁目174-1
- ☎ 080-5254-9966

イベント出店情報などは
インスタグラムへ

instagram
@unique_works87

LINE

PRESSからのまちだより。

長崎タウン誌「ながさきプレス」から県内の耳より情報が届きました。

5月号
発売中!



今月の特集は
「春のまちあるき!」



1.〈アミュプラザ長崎本館〉1Fのグルメエリア〈フードマーケット〉に誕生 2.樋口自慢の唐揚げが絶品の「揚げたて唐揚げ弁当」1,000円 3.同店では創業当初から大切に守り続けてきた伝統の味をテイクアウトで楽しめる。食事や手みやげとして利用してほしい

3月

NEW!

大眾割烹 樋口 テイクアウトショップ

普段使いから特別なシーンにも。
心も華やぐ絶品テイクアウトグルメ!

長崎の伝統の味を受け継ぐ〈大眾割烹 樋口〉。アミュに誕生した同店では、名物の「伝統の唐揚げ」や浦上ひぐちの復刻商品「鶏もも一本揚げ」をはじめ、季節の食材を使ったお弁当などを取り揃えており、普段使いから、会議や会食などの特別なシーンで利用できる。注文後に仕上げる「揚げたて唐揚げ弁当」や「揚げたて南蛮弁当」は、アツアツを味わえるのが魅力。どれも老舗ならではの丁寧な仕事で仕上げられている。

INFORMATION

長崎市尾上町1-1 アミュプラザ長崎 1F
☎095-895-5636
🕒11:15~19:00(お昼18:45)
🅕なし

NEW!

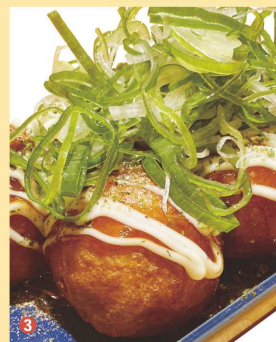
大阪とろたこ

本場・大阪のたこ焼きが
長崎の繁華街に上陸!

思案橋電停からすぐの場所に本場大阪の味を再現するたこ焼き屋がおオープンする。たこ焼きは店名に「とろたこ」とある通り、とろとした食感の大粒サイズが特徴で、ゴマ塩やねぎ盛、おろポンなどのバラエティ豊富なメニューから選んでテイクアウトかイトインで楽しむことができる。また配達も可能(エリア指定あり)だ。銅座にも店舗を構えているほか、イベント出店も積極的に行っているのでお店の動向をチェックしてほしい。

INFORMATION

長崎市本石灰町1-11
☎070-1970-4914 🕒15:00~翌4:00
🅕日 🅕なし
※営業時間は急遽変更となる場合あり



1.とろとした食べ応え抜群のとろたこ。店頭で焼き上げてくれる 2.テイクアウトや近所への配達も可能。詳しくは電話で要確認。ビールやハイボールなどドリンクメニューも充実 3.「ねぎ盛り」700円





まちなわだい

unique works (ユニークワークス)

〒 217-1 坂島2丁目174-1

☎ 080-5254-9966

お土産スポット

鈴田峠農園「こだわり市場」

大村市と諫早市の市境にあり、両市の新鮮な農産物が販売されている「こだわり市場」。三彩の里の陶器や、福祉施設で製作したハンドメイド商品も充実しています♪

〒 中里町452-22

☎ 0957-53-6699

🕒 9:00~18:00 🏠 不定休

お土産スポット

三浦線海沿いマルシェ

新鮮な農産物・スイーツが多数揃っています。大村産みかんを乾燥させた「おやつみかん」はヨーグルトのトッピングにぴったりです!

〒 陰平町270-4 ☎ 0957-53-5978

🕒 9:00~18:00

🏠 1月1日~3日・第3水曜日

お土産スポット

MiSoLa-海空-

どこでお土産を買おうと迷ったら空港へ! 長崎土産といえばのカステラはもちろん、豊富な品揃えでいろいろなお土産を探せます!

〒 3 筑島町593長崎空港旅客ターミナル2階

☎ 0957-52-5551

🕒 6:45~20:30 🏠 年中無休

Cable+ ケーブルプラス

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

ほとんどもっと各店、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、モリハナヤ、サカイ保健薬局、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、市内各保育所・幼稚園、鈴田峠農園、市民病院ほか

は、ケーブルテレビサービス提供エリアです。

FLOWER GIFT SHOP

モリハナヤ

水主町2-704-3 Tel.0957-54-1147

🕒 営 10:00~19:00 🏠 毎週火曜日

ミュージックバー

TORI-K (トリケー)

住 本町436-6田中ビル101

☎ 0957-40-0141

🕒 営 11:30~14:00
18:00~25:00 (金~土は26:00まで)

🏠 木曜日

陶器まつり

陶器・パン販売・陶芸教室コンクール
ゲームコーナー・カフェ・飲食など出店!

5/3 ▶ 5/5

9時~16時まで

大村市原町802-1

関西風ラーメン

一度ご賞味ください

神戸堂

神戸堂ラーメン

古賀島町219-9 Tel.53-2979

🕒 営業時間: 11:00~18:00 不定休

ケーブルテレビ・ケーブルインターネットご利用中の皆様へ

お友達ご紹介キャンペーン実施中!

ご紹介いただいた方がご加入されますと、紹介者様に**5,000円分**が入った**コレ目カード**をプレゼント!

コレ目で使える電子マネー

コレ目カード
0957-54-1147
0957-54-1147

わがまち大村しんみおめーしょん MAP

～喜ばれること間違いなし！お土産が買えるスポット6選～



お土産スポット

おおむら夢ファームシュシュ「新鮮組」

新鮮な野菜・果物や季節の花々を販売している「新鮮組」。地元産の野菜を使った「長崎の極みドレッシング」シリーズがお土産にぴったり♪

〒813-1486 0957-55-5288
10:00～18:00
年末年始、1・2・6・7・11月の第3水曜日

お土産スポット

大村駅前 観光案内所

観光案内のほか、大村市のお土産も販売しています。へこはずしおこし・おむらんちゃんクッキーがおススメ！おむらんちゃんグッズもあります★

〒811-1102 0957-54-1061
9:00～18:00
12月30日～1月3日
第3木曜日(3月・9月以外)

お土産スポット

スコアコーヒーパーク (カフェレストラン) スコアズ

日本初の観光コーヒー農園「スコアコーヒーパーク」では、お土産も買えるんです。おいしいコーヒーをうちでも楽しめるドリッパーパックは贈り物にも喜ばれます☆

〒813-1813 0957-55-4850
10:00～20:00(19:00LO)
木曜日

まちのわだい

プリン専門店 mojito(モヒート)

〒811-0207 11:00～18:00
(完売次第終了)
月曜日

LINEで相談

新築・リフォーム・資金計画・土地探しなど気軽に相談ください。些細な疑問点や、いまさら聞けないご質問など、どんな細かな内容でも結構ですのでご質問ください。ホームページでは伝えきれない情報もありますので細かくご質問ください。また、月に1・2回程度こちらからイベント情報などを送信させていただきます。

家づくりの相談はコチラ

オーナーさまの住まいの不具合や故障などの住まいのお困りごとについては、こちらの赤いボタンからお話いただけます。

住む人の立場で考える 馬場住宅株式会社

ご相談お問い合わせは 長崎県大村市中里町418-14 (鈴峠国道横)
0957-54-3324

(公社)長崎県宅地建物取引業協会会員
長崎県知事免許②654号
長崎県知事許可(般-4号)第5791号
(一社)九州不動産公正取引協議会加盟

※当社は、個人情報の保護に関する法令およびその他の規範を遵守し、個人情報を適正に取り扱います。

誕生☆甘えんぼの怪獣ガール

とても活発な子で朝も夜もお腹の中で毎日運動会!「早く出たいよー!」と言わんばかりに大暴れだったので産休に入り大急ぎで入院準備をしましたが、予定日過ぎてても全く出てくる気配はなく…。ママのお腹は居心地が良かったようで41w1dの時点で子宮口は0cm…とスタートラインにも立っていないマイペースビー。

結局その日入院となり翌朝から誘発を行うことに。数日かけて子宮口を開く予定でしたが、1日目の誘発終了直後からいきなり5分おきに陣痛が…。育児書では短い間隔も強い痛みまだ先のはずなのに約2時間後には2～3分間隔で動けなくなる程の激痛がやってきました。「聞いてたのと全然違う～!」と思いつつ中々進まないお産に挫けそうになりながらも元気よく動くベビちゃんに励まされ、静かに痛みを耐えること約16時間後…8月2日の朝に2953gの元気な女の子が生まれました♪♪怪獣のような大きな声はこの頃からです☆

産後は胎盤がスムーズに出ず出血多量になり周囲にはとても心配されましたが、意識確認される中「それより腰が…。腰が…。」と腰痛を訴える余裕があるほど元気でした☆

名前も、強い志を持って様々なことに挑戦してほしい。自由に自分の世界を広げながら幸せな未来を切り開いてほしい。そう願って「琥羽来(こはく)」と名付けました。私が真面目な性格なので、娘には色々な景色を見ながら伸び伸びと生きてほしいなと思っています!

お腹の中ではマイペースでしたが、好奇心旺盛な性



格もありどんどん出来るが増えていきました。4か月で寝返り、6か月でははいが出来るようになり行動範囲が一気に広がりました。人見知りと後追いに夜泣きも始まりママが離れると大絶叫!可愛いけど大変さが増しました。

7か月に入りすぐにつかまり立ちとひとり座りを習得。イタズラが見つかった時は笑って誤魔化す技を覚え、中々食べてくれず苦労した離乳食もやっと少しずつ食べられるように!はいはいレースにも初出場!大泣きでゴール出来なかったけどまた挑戦しようね☆

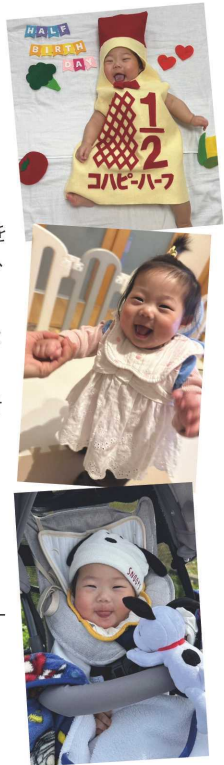
生まれたのはついこの前のように思えますが、気付けば後数ヶ月で1歳。いつの間にか赤ちゃんっぽさがなくなってきて、嬉しい反面なんだか少し寂しく感じます。

よく笑いよく泣く感受性が豊かなやんちゃ娘!賑やかな毎日をありがとう。大変なことも沢山でこれからも悩みは尽きないと思いますが、娘の気持ちやペースを大切に一緒に成長していければと思っています。プタのまかるんお姉ちゃんとも仲良くね♡



*プタのお姉ちゃんとは「あー!きやー!(私のママよ!)」「ブォッブォッ!(今はまかの時間ぶ!こはくには渡さないぶ!)」と日々ママの取り合い…

投稿 / こはろんさん



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。

ドクターリコに聞いてみよう!

第133回 「スマホのブルーライトは体に悪い?」



ブルーライトとは、可視光線(人間の目に見える光)の中でもっとも波長が短く、紫外線に近い光のことです。太陽光以外に、パソコンやスマホなどの液晶画面からも出ています。波長が短い光は目や肌の奥まで届くことが知られており、近年このブルーライトが肌や目、人体に悪影響を与えるのではないかとされています。実際に、太陽光レベルのブルーライトは紫外線に近い性質を持っており、日焼けや肌のしわ、たるみといった老化を引き起こすというデータが出ています。一方、スマホから出ているブルーライトは太陽光に比べるとごく少量であり、肌の光老化を引き起こすことまでは言えません。しかし、スマホからのブルーライトでも網膜や角膜上皮細胞といった目の細胞への影響や、体内時計のリズムに影響を与えることは明らかになっており、長時間スマホを使用することで目が疲れやすくなったり、寝る前にスマホを見ると寝付きが悪くなったりします。現代の生活にスマホは欠かせないものになっていますが、上手に付き合っていきたいですね。



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

今月のおすすめメニュー

やっぱり、お弁当屋さんのおんじょうはおいしい。 HottoMotto

Asian Fair

甘旨ダレの牛焼肉

1/2日分の野菜が摂れる!

焼肉
ビビンバ
590円

温玉付き
焼肉ビビンバ
670円

肉増し焼肉
ビビンバ(肉3倍)
890円

温玉付き肉増し
焼肉ビビンバ(肉3倍)
970円

大村各店で従業員さん募集中!

HottoMotto ほっともっと

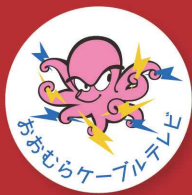
FAX 0957-52-1921
MAIL cablep@octd-net.ne.jp

1	水		17	金	
2	木		18	土	子ども科学館◇竹細工教室(10:00~ プラットおおむら) 長崎OMURA室内合奏団第37回大村定期演奏会 ~モーツァルトに恋して~(14:00~ さくらホール)
3	金	第2回だけグリーンフェスタ (10:00~15:00 野岳湖公園ロザ・モタ広場) 三彩の里 陶器まつり(9:00~16:00 三彩の里)	19	日	子ども科学館◇バルーンアート教室(10:00~ プラットおおむら) 第7回NAGASAKIプラス&マーチングフェスティバル (14:30~ シーハット大村)
4	土	子ども科学館◇折り紙教室(10:00~ プラットおおむら)	20	月	
5	日	子ども科学館◇木工教室※4年生以上(10:00~ プラットおおむら)	21	火	手作り展:比呂魅オリジナル(まちかど市民ギャラリー) ~25日
6	月		22	水	
7	火		23	木	
8	水		24	金	大村市戦没者追悼式(10:30~ さくらホール) 取材予定
9	木		25	土	子ども科学館◇科学工作教室(14:00~ プラットおおむら)
10	金		26	日	語り×絵本 パパママ向け絵本の読み方講座 (①10:30~11:00 ②11:00~11:30 ミライon図書館) 子ども科学館◇子ども映画会(10:00~ プラットおおむら)
11	土	子ども科学館◇星空教室(10:00~ プラットおおむら)	27	月	
12	日	子ども科学館◇科学講座(10:00~ プラットおおむら)	28	火	
13	月		29	水	大村市スポーツチャレンジデー2024(市内各所) 取材予定
14	火	水墨画展:大村親墨会(まちかど市民ギャラリー) ~20日	30	木	
15	水		31	金	
16	木				※休日当番医は市報をご覧になるか、大村市公式HPをご覧ください。



※この情報は4月12日(金)に作成した時点の情報です。イベント内容や情報が変更になる場合があります。

あなたのお気に入り番組がきっと見つかる!ケーブルテレビを存分に楽しめるパックです!



デジタルプレミアムプラン

全63チャンネルが
視聴できる!

4,510円/月
(税抜4,100円)

デジタル
プラン + 追加
全50ch 13ch

追加チャンネルラインナップ





ケーブルプラスSTB-2



4K
対応チューナー

ケーブルプラスSTB-2
外形寸法: 幅240×高さ33×
奥行172(mm) ※突起物含まず

オプション利用料金

1,430円/月(税抜1,300円)



- 音声検索
- トリプルチューナー搭載
- 動画コンテンツ
- レコメンド機能
- タイムシフト機能

※おむらケーブルテレビのインターネット契約(エコノミープラン以上)が必須条件です。



\\ 新規・追加ご加入の方に //
ケーブルプラスSTB-2

とってもお得な キャンペーン

※取り付け工事料金等につきましては現在行なっているキャンペーンを適用いたします。
※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お約束できる方が対象となります。

STB-2登録
手数料
0円

ケーブルプラスSTB-2
オプション利用料金
最大2ヵ月割引



BS/110度
ハイビジョン放送
約180時間
録画可能
外付けハードディスク
MAL32000EX3-BK

**大容量のハードディスクを
2TB プレゼント!**

おむらケーブルテレビ株式会社

0957-54-3811

本社 〒856-0044 大村市岩松町336番地13 コレモおむら店 〒856-0831 大村市東本町604

受付 9:00~18:00

特別招待券が
当たるよ！
詳しくは
ページを
見てね！

UNITED CINEMAS GUIDE

ユナイテッド・シネマ 長崎のご案内

5/10公開
猿の惑星/キングダム



©2024 20th Century Studios. All Rights Reserved.
監督:ウェス・ポール
出演:オーウェン・ティーク/フレイヤ・アールン/
ケビン・チュランド/ピーター・メイコン/
ウィリアム・H・メイシー

映画史に刻まれる傑作「猿の惑星」の完全新作！
人類は野生化し、猿が進化した300年後の地球。
巨大な王国を築く独裁者プロキシマス・シー
ザーによって村と家族を奪われた若きヌア
は、人間の女性ノヴァと共にプロキシマスの支配
に立ち向かうことを決意する。だがノヴァは、
猿たちの知らない「秘密」を握っていた…。種を
超えたその団結は、狂気の支配を止めるのか。そ
れとも、世界のすべてを覆すのか。この惑星の、
衝撃のラストに備えよー。

5/17公開
ミッシング



©2024 Missing Film Partners
監督:吉田恵輔
出演:石原さとみ/青木崇高/森優作/有田龍未/
小野花梨/小松和重/細川岳/カトウ
シンスケ/山本直寛/柳憂怜/美保純/
中村倫也

とある街で起きた幼女の失踪事件。娘・美羽の帰
りを待ち続けるも少しずつ世間の関心が薄れて
いくことに焦る母・沙織里は、天・雲との温度差か
ら、夫・健吾が地味な唯一取材を続けてくれる
地元テレビ局の記者・砂田を頼る日々だった。そん
な中、娘の失踪時に沙織里が推しのアイドルのラ
イブに足を運んでいたことが知られると、ネット
上で「育児放棄の母」と誹謗中傷の的となってい
く。沙織里の言葉は次期に選挙になり、いつしか
メディアが求める「悲劇の母」を演じてしまうほ
ど、心を失くしていく。沙織里は「ただただ、娘に会
いたい」という一心で、世の中にすがり続ける。そ
の先にある、光にー

5/24公開
帰ってきた あぶない刑事



©2024 帰ってきたあぶない刑事製作委員会
監督:原廣利
出演:窪ひるし/浅野温子/仲村トオル/柴田
恭兵/ベンガル/長谷部香苗/土屋太鳳

シリーズ最新作！！ドラマ放映開始から38年、
劇場版最新作から8年。昭和・平成・令和、3つ
の時代を超える「最強のバディムービー」大復活。
タカとユージがココハマに堂々凱旋！そして、
土屋太鳳がヒロインに決定！前作の「さらば
あぶない刑事」では刑事を卒業し、ニューヨーク
で探偵事務所を開業して活躍してやっていたのは、
まさかの…タカとユージどちらか！？

5/24公開
劇場版
「ウマ娘 プリティーダービー 新時代の扉」



©2024 劇場版「ウマ娘 プリティーダービー 新時代の扉」製作委員会

監督:山本 健
声の出演:藤本侑里/上坂すみれ/小倉唯
走り最強を目指す豪華結成のジャングルポケット
は、トウインクル・シリーズ>でのフジキセキ
の走りに衝撃を受け、レースの世界に飛び込む。
トレーナーと共にデビューを果たし、やジャング
ルポケットは、一生に一度しか走れない栄誉ある
クラシック三冠レースに挑む。しかしそこに立ち
ふさがったのはアグネスタキオンやマンハッ
タンカフェといった同世代のライバルたちだった。
新時代の扉を開く熱き戦いが、いま始まるー。

オススメ作品

4/26公開
ゴジラxキング 新たなる帝国



©2024 Legendary and Warner Bros. Entertainment Inc. All Rights Reserved.

監督:アダム・ウィンガード
出演:レベッカ・ホール/ブライアン・タイリー・
ヘンリー/ダン・スティーブンス/
ケイリー・ホルト/アレックス・ファーンズ/
レイチェル・ウース/フアラ・チェン

怪獣と人類が共生する世界で、未確認生物特務
機関「モナーク」が察知した異常なシグナル。交錯
する地上世界/ゴジラリトリ>と地下空
洞/キングリトリ>、ついに一線を超える
＜ゴジラ>と＜キング>の衝突のその先は、
我々人類が知る由もなかった未知なる脅威
が待ち構えていた。[vs]ではなく「X」。そして
「新たなる帝国」が意味するものは？世界は
今、目撃するー。

★5月上映予定スケジュール

1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)	12 (日)	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)	19 (日)	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)	26 (日)	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)
		●バジノイズ							●先手犯科帳 曲調 ●影の懸幕 キングダム ●トラベジウム							●家出スラー ●警察のり ●ボブ・マリー/ONE LOVE ●ミッシング							●デッドデッド・デーンズ デジデデストラクション 後編 ●帰ってきたあぶない刑事 ●劇場版 ウマ娘 プリティーダービー 新時代の扉							

※上映作品、公開日時に変更になる場合がございますので、ご了承下さいませ。



アミュプラザ長崎本館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
ファーストデー
1,300円
(12月1日のみ¥1,000)

毎週水曜日
水曜
サービスデー
1,300円



無料 おおむらケーブルテレビ

スマホアプリ 始めました!

いつでも!
誰でも!
簡単に!

防災情報

防災放送

河川水位情報

ハザードマップ

生活情報

防災・防犯

生活情報

ゴミカレンダー

ケーブルテレビ情報

CATV情報

コミチャン放送予定

便利な機能がたっぷり詰まっている
おおむらケーブルテレビのアプリ!
ぜひ皆様の生活のお供にしてください!

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

おおむらケーブルテレビ



頼りになる「先輩達」が親切丁寧に指導してくれるから安心です。



ホール・キッチン
アルバイト・パート

清香園でのアルバイトを通じて社会人として通用する人に育つ環境がここにはあります。



未経験でも不安を取りのぞき、キモチを理解してくれる上司がいて、安心して働けます。



大募集



シフト制なので、自分の生活を守りつつ、働く時間を自由に組み、働くことができます。



従業員同士のコミュニケーションが活発で、なによりもチームワークが最高です！

お昼の空いている3~4時間
(簡単な調理補助)もOK!!

学んだ知識と経験を生かしながら、仕事も任せてもらえるので、とても楽しいです。



私たちと『想いをひとつに』働いてみませんか？

職種 ホール・キッチン

給与 アルバイト/パート

時給950円~

※店舗により異なります。詳細は面接にて

22時以降は深夜割増有

研修期間2ヶ月(時給900円)

時間 週3日~・1日4h~
時間曜日応談

資格 未経験者歓迎！
もちろん経験者も歓迎！
飲食に興味がある方
人と話をするのが好きな方
やる気のある方大歓迎！

待遇 ■制服貸与
■昇給有
■各種保険有
■まかない付
■車通勤可(店舗による)
■正社員登用有
(アルバイト・パート)

事業内容 焼肉店(創業昭和34年)

お問い合わせ先

清香園(株)プラスマインドオフィス
(受付) 諫早市久山町1369-1
※12時以降にご連絡下さい



0120-412-931

(担当/採用係)

AR広告を楽しもう！詳しいダウンロード方法、使い方はCOCOAR2で検索！

表紙のはなし



5月号の表紙を飾ってくれたのは、4歳のさらちゃんと、6ヶ月のえみはちゃん姉妹。

さらちゃんは「外で撮りたい！」とやる気満々だったのですが残念ながらこの日は雨…。

でも曇り上でえみはちゃんも嬉しそう…(?!)いや、突然現れた見知らぬ大人に「何だ何が始まるんだ？」と、きょとんとした表情。

お構いなしにさらちゃんに抱っこして

とか。こっち向いて~とかガンガンリクエスト。

お姉ちゃんのさらちゃんは笑顔で答えてくれましたが、だんだん雲行きが怪しくなってくるえみはちゃん。

最終的には泣いてしまいましたが、ママパワーを注入しつつ、なんとかツーショット写真が撮れました★

もう少ししたら一緒に公園行きたいって話してくれました。夏は海もいいよね！姉妹仲良く遊んでね~

撮影：野島京介(そらスタジオ)



さらちゃん



えみはちゃん

思い出をカタチに残しませんか？

マタニティ・お宮参り・七五三から
入園入学・成人祝い・プライダル撮影まで

まずはお気軽にお問い合わせください！

0957 54-3960

笑顔の数だけシャッターチャンス

SORA
STUDIO

http://www.sorastudio.net

ソラスタジオ (フィーランド株式会社メティア部門) 〒856-0032 長崎県大村市東大村2丁目 1112-144



読者・視聴者プレゼント

1 モリハナヤから 季節のお花



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 ミュージックバーTORI-Kから かもめカクテルサービス券



音楽に気軽にふれながら、お食事やドリンクが楽しめるレストランバーです。店内でお食事された方に、「新幹線かもめ」をイチゴシロップ・牛乳・クッキーで表現した甘いカクテルをサービスします！ ※お食事をご注文のお客様に限り、ご利用いただけます。

3 三彩の里から 軽食ターマークの商品券(1,000円)



ポートルースチケットショップ場外おおむら(杭出津1-818-1)内にある軽食ターマークでお使いいただける商品券をプレゼント♪人気のカツカレーやうどん、ちゃんぽん、その他定食などメニューも豊富です。

4 神戸堂ラーメンから もやしラーメン



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。もよしのシャキシャキ感と甘さがとてもいい感じです！

5 ユナイテッド・シネマ長崎から 特別招待券



全国のユナイテッド・シネマ、シネプレックスにてご利用できます。5月の映画情報は、本誌の13ページをご覧ください。

応募方法

下記のハガキに、住所・氏名・年齢・電話番号・キーワードと欲しいプレゼント番号を記入してお送りください。(切手は不要です) 抽選で素敵なプレゼントが当たります！

※プレゼントへの応募締切は5月20日 必着です。

PRESENT

■ P15 読者・視聴者プレゼント

市内の自衛隊員を紹介するミニ番組の名前は？

週刊!自衛

ヒント:2ページをみてね!

ご希望の商品番号

アンケート

■ 番組や誌面で取材してほしい話題、取り上げてほしい情報などを教えてください。

■ テーマ「今年のゴールデンウィーク何する?何した?」

投稿方法

✉ cablep@octp-net.ne.jp
携帯スマホからは下のQRコードを読み取り送信してください。



掲載したい方の ①お名前 ②誕生日 ③性別 ④誕生日を迎えた時の年齢 ⑤送信者名 ⑥連絡先(携帯番号等)を明記の上、必ずご家族様、あるいはご本人様の了承を得た上で投稿をお願いいたします。掲載したい月の前月5日までに応募ください。

おたんじょう日 おめでとう!



7日 ゆのちゃん



13日 ひすいくん



15日 ふうかちゃん



23日 こはるちゃん



24日 りほちゃん



30日 そうすけくん

あなたも誕生月にカワイイ写真を掲載しませんか♡





長崎県テコンドー協会大村支部

テコンドーに興味がある方、一緒に楽しく活動しませんか

練習見学大歓迎です♪

練習日時
毎週土曜日
10時～11時30分
練習場所
大村市児童体育館

お問い合わせは 090-3410-3888(木下)まで

編集後記

●あじこ

最近、結婚式に呼ばれる機会が多いあじこです！
少し前のことになりますが、3月は大学時代の友人の結婚式に参列しました。久しぶりの東京、久しぶりの友人との再会に心躍り、新郎新婦の幸せそうな姿にたくさんの幸せをもらいました！集合写真ではいつも「某すしさんまいポーズ」ばかりしてしまう私です…



●てしまな

これを書いているのは4月上旬なのですが、今年には桜の開花が遅かったうえに天気に恵まれず、曇ったですね…でも曇りからこそより美しいんだなあと思いました。それでも桜が満開になった日は、地元の佐世保から友人たちが来て一緒に夜桜を見られたので良かったです！友人が撮ってくれた写真がすごくいい感じなのでここに載せちゃいます！花しょうぶの開花も楽しみです(*^^*)



●8438♪

みんな忙しいなあ～の8438♪です。部活に習い事にと毎日忙しくてなかなか集まるチャンスがありません。春休み唯一の食事会(お疲れさん&新年度がんばろう会)で撮ろう!としたんですが、5人がみんなカメラ向いていい表情なんて無理!!おちゃらけキャラに成長した一番下がじっとしてない!ということで、最終手段・小中学生組のみでの撮影です。毎年「大きく育て」の撮影の時は甥っ子たちの初節句の時を思い出します。中学生組も2人に増えたり…成長したなあ★



料金受取人払郵便

大村局
承認
255

差出有効期限
2025年3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



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
- 生活あんしん

(フリガナ) お名前 ペンネーム

年齢 () 歳

ご住所 □□□□□□

自宅電話番号 ()

メールアドレス @

ご連絡先(勤務先・携帯番号等) ()

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。

