

宝石・時計・メガネ  
**田村**  
 TEL 0595-63-0730  
 数量・期間限定発売



**Super Bowl Nabari**  
 スーパーボウル名張

第8回  
**3ゲームランキング大会開催!!**  
 ボウリング3ゲーム遊ぶだけで  
 超豪華賞品が当たる!!  
 賞品総額30万円以上

11月1日(土)~12月31日(水)開催  
 USJチケット・ニンテンドー3DSなど  
 豪華景品が盛りだくさん!

下記 ボウリング3ゲーム・靴代込**1,440円券** チケットで  
 お得に参加できます!

**長期スタッフ急募!!**  
 時給 **800円**~ ※随時昇給  
 ●うれしい従業員特典あります!  
 ボウリング・ビリヤード・パッチングセンター 無料!!

<お申込・お問合せ>  
 HOSスーパーボウル名張 / Tel.64-3333

**ボウリング 2ゲーム・靴代込 1,000円券**  
 ・本券1枚で4名様までご利用いただけます。  
 ・他券との併用、予約時の使用はできません。  
 HOSスーパーボウル名張/平成26年12月27日まで有効

**ボウリング 3ゲーム・靴代込 1,440円券**  
 ・本券1枚で4名様までご利用いただけます。  
 ・他券との併用、予約時の使用はできません。  
 HOSスーパーボウル名張/平成26年12月27日まで有効



小さい体から大人顔負けの歌声を響かせる名張市つつじが丘の夏原海来(みらい)ちゃん(4)は、あどけない笑顔が光る。ちびっこ民謡歌手。間近に迫った初舞台の前に、元気いっぱい稽古に励んでいる。

## ちびっこ民謡歌手 初舞台へ

三味線の伴奏に合わせて一生懸命歌う海来ちゃん=つつじが丘公民館で

名張市つつじが丘  
 夏原海来ちゃん

普段は、積み木で遊んだり、歌ったり踊ったりが大好きだという海来ちゃんが民謡を習い始めたのは昨年秋。約20年前から「民謡吉泉会(吉岡かな子会主)」で歌う祖母からの誘いがきっかけ。今では姉の彩歌さん(11)と祖母の3人で一緒に民謡を楽しんでる。

月2回の稽古では、自分が習う順番が来るまで、教室の隅にチョコンと座って絵を描いたり、折り紙をしたり、待つという海来ちゃん。しかし、自分の番になるとしっかり気持ちを切り替えて、お稽古モードに変身。

11月30日(日)に開かれる同会の発表会で、海来ちゃんも初めて舞台上の「チャグチャグ馬っ子」を独唱で披露するそう。吉岡さんは「いつものように元気いっぱいの歌声を聞かせてほしい。そして、たくさん経験を積んで、海来ちゃん、彩歌ちゃん2人そろって民謡を長く続けてほしいです」とエールを送った。

今号のトピックス topics

23ページ  
 ・二つの顔、で思いを歌に  
 伊賀市桐ヶ丘 加勢田 彩香さん

・ロボコンいざ全日本へ  
 つつじが丘小6年 福井 秀馬君・五十嵐 聖君

4ページ  
 ・老若男女がつながれる場に  
 伊賀オーガニックフェスタ 12月13日開催

かきくわんてん



【電話】67-1313  
 【営業時間】9:00~18:30 (火曜 定休)  
 HP <http://www.sawadaikkyuan.jp/> 桔梗が丘公民館前

日本茶にも  
 コーヒーにも  
 よく合います

**あんトリュフ**  
 6個入 500円(税込)

今なら  
 お試しパック(350円)  
 販売中ぞ。





# 命の尊さをシェアしたい

## 伊賀市桐ヶ丘 奥野潤子さん

「命の尊さと、その始まりである出産の大切さを伝えたい」と話すのは、伊賀市桐ヶ丘の奥野潤子さん(51)。

出産にまつわるセラピストとして活動する傍ら、伊賀地域で出産への思

いを分かち合うイベントを開催している。奥野さんがセラピストになろうと考えたのは、立て続けに自身にとって辛いことが起こったのがきっかけ。改めて自分の生き



「出産の大切さと感動を分かち合いたい」という奥野さん

「ヒプノセラピー」の認定を受けて、自宅でカウンセリングを行っている。

# 二つの顔で

# 思いを歌に

## 伊賀市桐ヶ丘 加勢田 彩香さん



ライブイベントでオリジナルソングを披露する加勢田さん(本人提供)

みんなに夢を持ってもらいたい。シンガー兼ラッパーという二つの顔で、自身の思いを歌い上げる、伊賀市桐ヶ丘の加勢田彩香さん(23)。「AA-STYLE」というアーティスト名で生み出す多彩な歌は、多くの人たちに前向きに生きる大切さを伝えている。「自分にも言い聞かせるように」。歌うのは、夢を持つことや前向きな気持ちやテーマに、歌詞も曲も手掛けたオリジナルソング。ヒットホップやR&Bをメインに、自身の思いに

# ロボコン いざ全日本へ

六本の足で直進 ターンにバック走行……。リモコンを巧みに操り、自作のロボットを思い通りに動かすのは、12月14日(日)に行われる「全日本小中学生ロボッ

ト選手権」の小学生部門に出場する福井秀馬君(12)と五十嵐(いからし)聖君(12)。共に名張市立つつじが丘小学校の6年生。全日本での優勝目指して、自作のメカやコントロールの腕に磨きをかけて日々だ。



自作のロボットを操作する福井君(右)と五十嵐君

### つつじが丘小6年 福井 秀馬君 五十嵐 聖君

「五十嵐君に誘われて参加しました。優勝すると思って

同選手権は、毎年和歌山県御坊市で行われる「きのくにロボットフェスティバル」の一環。フェスティバルでは青少年の科学技術への興味や理解を深めようと、小・中・高校生のロボット選手権と同時に企業が開発した最先端ロボット実演などが企画されている。

学校でも仲良しだという2人は、8月に近畿大学工業高等専門学校で行われたロボット講習会に参加し、基本のロボット制作。その後、動力以外のアーム部分などを各自工夫

なかつた」とはにかむ福井君。ロボットは「紙コップが倒れにくい高さにこだわって」作ったという。また、五十嵐君は「去年参加して楽しかったから」と今年も参加。「ロボットが作れるだけでも良かったけど、準備できて嬉しい」と白い歯を見せた。



競技に使うコートの様子

2児の母でもある奥野さんは「出産は痛い、怖いというイメージが強く、緊張してしまってお母さんも。心身共にリラクセス

して産む手助けをしたくて。リラクセスすると本当に安産になる事例が多いです」と力を込める。そんな奥野さんが今、注力しているのが「バースカフェ」というイベント。出産をテーマにした映像やトークの後、参加者同士が思いや体験を分かち合う。今年春に奈良県で同イベントに参加した奥野さんは、「ぜひ三重でも広めた」と熱く語った。

## まちの情報募集中！ あなたの身近なまちの情報を教えてください

名張・青山にお住まいで、●ものづくりをしている人 ●大会で賞を取った人 ●特技を持っている人 ●趣味のコレクターさん など、頑張っている人をぜひご紹介ください。年齢、自薦、他薦を問いません。

情報に対して問い合わせをさせていただく場合がありますので、氏名・連絡先を明記の上、郵送またはFAX・メールでお知らせください。  
※いただいた個人情報は、当社TV-FMの番組制作やnavaの制作に係る業務以外には使用いたしません。

あて先 (株)アドバンスコープ 「nava まちの情報」係 〒518-0444 名張市箕曲中村18-2 FAX:64-5202 E-mail:guide@asint.jp



おしえてね



# 想像膨らむ モノトーンの絵

名張市黒田 山岡 正明さん



の想像力をかき立てている。

ものを探していたところ、切り絵を目にして「これだ」と

真剣な表情で刃を進める山岡さん

カッターナイフ一本で、さまざま

「時間を使える趣味はないかな」。山岡さんが、切り絵に出会ったのは昨夏のこと。心筋梗塞を患い、体に負担のかかる仕事ができなくなっ

たところ、趣味となる

「もう歌えないかもしれない……」。焦りを感じている中、自分にとっての歌の大切さを再認識したという加勢田さん。いろいろな形の音楽で表現したいと、好きだったラップへの挑戦を決意。休養後には、これまでのオリジナルソングに、数少ない「女性ラッパー」という新しいスタイルを加え、復活を遂げた。

よって、アップテンポからバラードまで幅広い曲調で作るそう。小さいころから、歌手になるのが夢だったという加勢田さんが、初めて人前で歌声を披露したのは高校3年生の時。以来、「自分のスタイル」を歌で表現したいと、オリジナルソングを作っては、県内外のクラブイベントなどで披露している。

「歌うことが嫌になったことは一度もない」という加勢田さんが「歌を禁じられた」のは2年前。歌うことが楽しい毎日、のどを酷使したために声帯を痛めて

ドクターストップに。約半年間好きな歌が歌えなくなった。「もう歌えないかもしれない……」。焦りを感じている中、自分にとっての歌の大切さを再認識したという加勢田さん。いろいろな形の音楽で表現したいと、好きだったラップへの挑戦を決意。休養後には、これまでのオリジナルソングに、数少ない「女性ラッパー」という新しいスタイルを加え、復活を遂げた。



「夢の一つ叶えました」とミニアルバムを手に

# 癒やしのメダカ 30種飼育

名張市桔梗が丘南 竹家重治さん



自慢のメダカが泳ぐ水槽の前に

楊貴妃、篤姫、マリンブルー、ピュアブラック……。まるで焼酎やカクテルの銘柄のようなこれらの名前は全て、メダカの品種名。名張市桔梗が丘南の竹家重治さん(68)は、自宅で

約30種類のメダカを飼育。水槽で泳ぐ色とりどりのメダカたちは、訪れる人たちに癒やしのひとときを届けている。

竹家さんはこれまで、鯉20年、熱帯魚10年、ランチユウ5年と、さまざま

さまざまな観賞魚の飼育歴を持つ。そんな中、5年前に知り合いから「白メダカ」をもらったことがきっかけで、メダカ好きに火が付き、いろいろな種類を飼うようになった。今では、自宅に並ぶ水槽の数は150を数え、飼

育するメダカの数は合わせて5千匹を超える。「どれだけ見ても飽きない。癒やされる」と話す竹家さんは、現在「いやしメダカ愛好会」の代表を務める他にも、三つの会に所属。近所をはじめ、市内外の多くのメダカ愛好者の方々にメダカの飼育の方法やコツなどを伝授している。

で気に入った図柄を見つけては、好みの大きさにプリントし、絵の縁取りとなる黒い線の部分のみをカッターナイフで丁寧に切り出すという。画用紙ではなくコピー用紙を切るため、「細い線を切ろうとすると、紙が繊維の方向に伸びてしまっ、きれいな線にならな



山岡さんが手掛けた作品

い」と難しさを口にする山岡さん。しかし、どんな作品を作るかイメージを膨らませるところからカッターナイフを手に入れた。工場の制作、完成品を眺めることまで、「切り絵の全工程が好き」と顔をほころばせる。出来上が

こじんまりとしたアットホームな住まいで、“笑顔”の介護を心がけています。

**入居者募集中!!**

● 専門看護師による機能回復訓練に注力  
● 納得の料金

毎月必要費用 **133,000円/月**  
(居住費・管理費・水道光熱費・食費)  
※別途介護保険自己負担金を徴収させていただきます。  
※入居一時金10万円(退所時に返還いたします)

介護付老人ホーム **えがみ**  
名張市松崎町1339-1  
☎ 0595-41-0250

advanscope **お友達紹介**

商品券をもれなくプレゼント!!

ご紹介特典

- ケーブルテレビ 商品券 5,000円分  
※ 超ひかり TV スタンダードプラン以上の新規加入に限ります。
- インターネット 商品券 5,000円分  
※ 超ひかり 50M 以上の新規加入に限ります。
- ひかりプラス電話 商品券 3,000円分

お申込み・お問い合わせは 株式会社 アドバンスコープ

〒518-0444 三重県名張市箕曲中村18番地の2  
TEL 0595-64-7821

お友達紹介の流れ

- アドバンスコープのサービスエリア(名張市、伊賀市青山地区)でケーブルテレビ・インターネット・ケーブルプラス電話に未加入の方をご紹介ください。  
※ご紹介主はアドバンスコープの加入者に限ります。
- ご紹介先の了解を得てアドバンスコープ窓口で申込み用紙に氏名・住所をご記入いただけます。
- アドバンスコープからご紹介先へ連絡し、サービス内容についてご説明させていただきます。
- サービスに加入され、初回のご利用料金が引き落とされた時点で「ご紹介主」「ご紹介先」の双方に商品券を送付いたします。



# 老若男女が つながれる場に



手塩にかけるダイコン畑でチラシを持つ近藤さん=伊賀市古山で

伊賀オーガニックフェスタ  
12月13日開催

「伊賀にはこんなうまいもんがある」。こだわりの農産物や加工品を中心に、生産者と消費者が出会えるイベント「伊賀オーガニックフェスタ」が、12月13日(土)に伊賀市の旧比自岐(ひじき)小学校で行われる。開催は今回で7回目。有機野菜や地元の特産物が並ぶ他、飲食店やステーションイベント、ワークショップなども充実し、盛りだくさんの催しを用意されている。

「休校中の小学校という、昔からコミュニティの中心だった場所で開催できるのはうれしい」と話すのは、実行委員会事務局を務める近藤久史さん(33)。伊賀市の「伊賀ベジタブルファーム」で有機農業に携わって9カ月だという。これまで名張市の



昨年同フェスタで開かれた料理教室の様子

武道交流館いきいきなまでで行われ、いずれも盛況を見せたという同フェスタ。今回は「もつと地元の人と一緒に」と、伊賀地域の農場農産物販売やJAによる餅つきと振る舞い、酒造元の協力で「利き酒」なども企画。開催地の人々と共に準備に取り組んできたそう。

「オーガニックなこだわりの品」を届け、循環型のライフスタイルを考える」という今までのコンセプトを引き継ぎながら、地域とのつながりを強めて開催される同フェスタ。地元の「しめ縄名人」に教わる正月飾りのワークショップも初めて登場する。近藤さんは「世代を超えてみんなが交流でき、自然体でいられる場所にしたい。ぜひ、つながりに来て

アドバンスコープの  
TV・FM・nava  
今月のテーマは  
「ふれあい」

## 体全体で 表現したい

おきつも名張劇場 伊集 あゆ美さん

「役を通して、違う自分を表現したい」と目を輝かせるのは、名張高校3年の伊集あゆ美さん(18)。所属する「おきつも名張劇場」が来月行う公演に向けて、熱の入った稽古を続けている。



真剣な表情で演技指導を受ける伊集さん=蔵持公民館で

同公演では、今は夏見廃寺跡として残る寺を建てたとされる、大来皇女(おおくみのひめみこ)とその弟・大津皇子(おおつのみこ)を描いたオリジナル劇「遙か遠きに君を想い」を披露。伊集さんは、主人公

### 今春から一員に

放送部の先輩や高校の友人が所属したことから同劇団を知り、伊集さんは今春入団。週2回の稽古を重ね、今では「体全体で表現することが楽しい」と、すっかり「演じることに魅せられている」。

同劇団の演出を担当する三枝孝之さんは「人前で声を出すことに慣れていて堂々としている」と、伊集さんの舞台度胸に「太鼓判」を押す。間近に迫った本番の前に、伊集さんは「当日は多くの人に覚えてもらって、友だちや知り合いに『別人のようだ』と言われるような演技をしたい」と笑顔で話した。

「2人の弟である草壁皇子(くさかべのみこ)を演じるという。高校では放送部に所属し、ラジオドラマの経験があったが、本格的な演技は初めてという伊集さん。初の男性役に、「どうすれば男に見えるかが難しい」と悪戦苦闘。声を低くするだけでなく、姿勢や立ち居振る舞いを意識して動くなど、「男らしさ」を表現するため努力を重ねる日々だ。



劇中の一場面を演じる伊集さん(右から2人目)

## 田口知恵子の 小さな気づき・大きなうなずき Vol.15

FMなびナビゲーターの田口知恵子が、日々の暮らしの中で出会った小さな発見や大きな感動をご紹介していくコーナーです。

### なんでも帳

子どものころから物忘れがひどく、クラスに「忘れ物表」があればダントツ。私の名前の上には群を抜いて棒グラフが一本目立っていました。大人になってもそれは直らず、「ヒヤッ」とすることがよくあります。これはなんとかしないとイケないと、これまでも試行錯誤を重ねてきました。

忘れてはいけないこととはとにかく書き留めておくのが基本です。ということで、これまで仕事のジャンルごとに分けて、〇〇用△△用と何冊もノートを持ち歩いていました。しかし、「あ、ノート忘れた!」「まあ、いいか、(違うノートだけど)ここに書いておけ!」「(その情報が見たい時) あれどこに書いたんやっただけ? あれ? あれ?」ということがよく起きるので、1冊だけで「なんでもメモ帳」を作りました。とにかくどんなジャンルのことも覚えておきたいことは全部書きます。取材のメモもイベントの情報も子どもの幼稚園のことも……。このやり方が今のところ、とっても気に入っています。

ところが、そんな私の全てが凝縮された大事な大事なノートが、一度どこかに行ってしまったことがあり、(忘れ物だけでなく、失くし物も得意)絶望的な気持ちになりました。「特に取材で聞き取ったことは記事にしないといけないのに〜どうしよう〜」。とっても困りましたが、ひよんな場所から無事に見つかりました。「ほっ」。それからはノートの裏表紙に名前と電話番号と会社の住所と「拾った方はこちらまでどうかお願いします」というひとことを書いています。

ここで一句「記憶力 無いなら無いで 書いていこう」まだまだこれからも工夫を重ねて、自分の弱点をカバーしていきたいと思っています。



「忘れ物女王」といわれた私の「三種の神器」。何でも帳、パソコン、スマホ。



地域の情報を知るには

アドバンスコープの  
ちゃんねる ADS!

近場ぐるっと FOODハンター

大切な人と☆  
特別な時間を過ごすなら?

ちゃんねる ADS のグルメ情報番組「近場ぐるっと FOODハンター」。何かとイベントが多い冬の到来を前に、今月は「大切な人と☆特別な時間を過ごすなら?」をテーマに、2件のお店をご紹介します。

1件目は、名張市ずらん台にある、韓国風ランチのお店「Cheyone」

(「チェヨン」)。完全予約制で、店主自慢の韓国料理をゆったりおいしくいただけます。番組では、ナムルやオリジナルスープの他、肉料理「サムギョプサル」、韓国の焼き菓子「ホットク」が並ぶランチをお届けします。

2件目は、希中央の「dining bar square (ダイニングバースクエア)」。おしゃれで落ち着いた同店は、さまざまなカクテルやビールはもちろん、お酒が飲めない人にもうれしいノンアルコールカクテルなどのドリンクも豊富。番組では、一品料理「豚バラのブラックペッパー焼き」と「花のサラダ」、カクテル「ミステリアサワー」をご紹介します。

「近場ぐるっと FOODハンター」は、アドバンスコープのテレビサービスご加入後、自主放送チャンネル「ちゃんねる ADS」で視聴できます。放送日は、番組ガイドまたはアドバンスコープ HP (<http://www.advanscope.jp>) へ。



## 感謝忘れずおいしいパンを

ル・マルシエ



おいしそうに焼けた食パンと笑顔の宮浦さん

【TEL】61-1168

【所在地】名張市鴻之台2-54

【営業時間】9:00~18:30

【定休】日曜



集合店舗「ハックベリーコート」内にある同店

名張市役所前のパン工房「ル・マルシエ」のドアを開けると、焼きたてのパンのいい香りが漂う。粉のブレンドにこだわりの、長時間発酵するというパンは、小麦の風味を感じられる味が自慢。

高校を卒業して飛び込んだパン職人の仕事は「面白い。性に合ってるんですね」と話す店主の宮浦照尚(てるひさ)さん(40)は、各地の店でパン修行を重ねた後、30歳で独立開業して10年。「手間を掛ける分、たくさんは作れませんが、妻

と二人三脚でやってきました」

妻の名前にちなんで「苗」と名付けた玄米入り食パンは、もっちりとした食感が人気。また、ドイツ人のパン職人直伝の伝統焼き菓子「シュトレン」など、冬季限定の商品も恒例となり、毎年多くの予約が入るといふ。

宮浦さんは、「周りへの感謝を忘れずにいたい。『おいしい』と言ってもらえるのが一番のやりがい」と飾らない笑顔を見せた。

行ってみよう

このお店

地域のお店紹介 Vol.15

nava 会社ウォッチング

品質の高い  
『駆動系部品』を国内外へ

名張市や伊賀市のような地方都市では生活の足となり、今や世界中で利用される、現代社会には欠かせない自動車。「株式会社エクセディ」は、自動車のエンジンの出力をタイヤまで伝える「駆動系部品」を開発から生産まで一貫して行う自動車部品メーカーだ。

同社の製品と技術は世界の自動車メーカーから高く評価され、国内外で広く採用されている。また、世界23カ国に拠点をもち、グローバルで事業展開を行っている。

1975年に開設した上野事業所は、主にオートマチック車の発進・変速の際に機能する「トルクコンバータ」を製造し、17の製造ラインを持つ「主力工場」になっている。自動車は排気量や車のデザインによってエンジンの振動や必要なパワーが変わってくるため、同社では数多くの種類のトルクコンバータを製

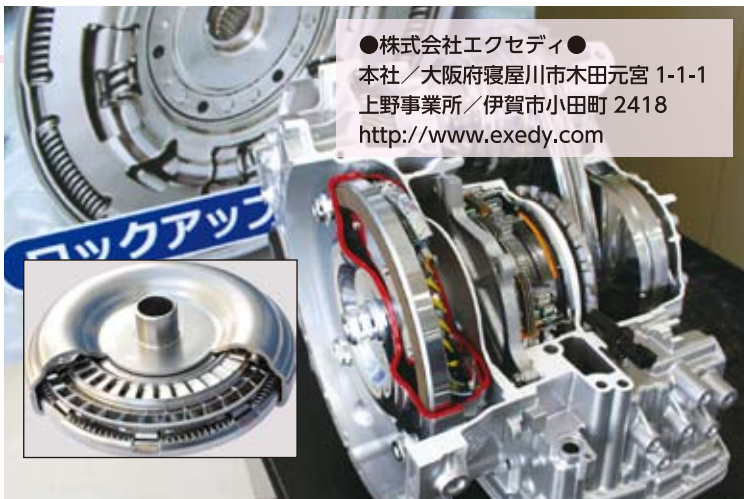
造している。今年5月には、約40年前からのグループ累計生産台数が1億台を達成した。

また、同社では、従業員に「この会社で働いて良かった」と思ってもらえるよう「I LOVE EXEDY活動」を独自に行っている。夏祭りや、社員家族の職場参観もしている。さらには、女性アスリートの支援も行っていて、伊賀地域では、女子サッカークラブ「伊賀FCくノ一」のメインスポンサーを務め、同クラブの選手28人中25人が上野事業所に勤務している。「同じ職場の仲間が頑張っている姿を見ることで、社員のモチベーションアップにもなっています」と社員たちは笑顔で話した。(PR)



同社上野事業所=伊賀市小田町

●株式会社エクセディ●  
本社/大阪府寝屋川市木田元宮 1-1-1  
上野事業所/伊賀市小田町 2418  
<http://www.exedy.com>



上野事業所で製造しているトルクコンバータ(枠内)とトルクコンバータを搭載したATミッション

## 「全ての人に心配りを」

管理本部 U人事総務部 U総務チーム

真瀬 夕佳里さん



入社4年目の真瀬夕佳里さん(25)は、事業所を訪れる人々への接客や社内の事務処理が日々の業務だ。

「お客様にお茶を出して『ありがとう』と言っていたら、顔を覚えてもらえたりすると、大変うれしい」と話す。接客対応と同じように、社員と接する時も、常に心配りを意識しているそうだ。「お客様に対しても社員に対しても、どんな質問にもすぐ答えられるようになりたい」と、意気込みを語った。

「今よりさらにいい接客をしたい」と話す真瀬さん

今回の会社は……株式会社エクセディ



寒～い夜には……

# おうちでほっこり ラテ・アート



風の冷たさが増してくるこの季節。こたつでミカンもいけれど、オシャレな「ラテ・アート」で身も心もあたたまってみませんか。訪ねてくれたお客様への、ちょっとしたおもてなしにも。

今回は、名張市希央台の「スイーツリングカフェ」で、ラテ・アートの描き方を教えてもらいました。

## 用意するもの (1人分)

お好みで  
抹茶やココアでも！

- \*エスプレッソ…25～30cc  
(インスタントコーヒーなら1人分の粉に30ccの湯で作る)
- \*牛乳(成分無調整のもの)または豆乳…120cc
- \*ミルク用泡立て器(ミルクフローサー)  
または家庭用エスプレッソマシン
- \*ミルクピッチャー  
(注ぎ口のある容器)
- \*コーヒーカップ  
(底が丸いもの)

紙コップのフチを  
とがらせてOK



## クマと子どもの絵柄を描いてみよう

### A 牛乳を泡立てる

①牛乳を温める。65℃までが牛乳の甘みを引き出せる温度なので、温め過ぎないのがコツ。電動のミルク用泡立て器で、牛乳の体積が全体の1～2割増える程度まで泡立てる。

※モコモコに泡立て過ぎると絵が描けないので、数秒ごとにスイッチを切って様子を見る。

※家庭用エスプレッソマシンがあれば、蒸気で温め&泡立て完了♪



②ピッチャーをくるくる回し、大きな泡はピッチャーの底をトントンたたいてつぶす。泡のキメが整い、ふっくらつやつやになればOK。

### B ミルクを浮かべる

①あらかじめカップに入れておいたコーヒーに泡立てたミルクを注ぐ。動かさず一点だけに注ぐと、ミルクが底から表面に浮かんでくる。



②大きな円(クマ)ができたら一度注ぐのを止めて、位置をずらして再度注ぎ、小さな円(子ども)を割り込ませる。



上から泡を足して修正しても大丈夫！

### C 細部を描く!

①つまようじなどでミルクをすくって落とし、耳の部分やハートになる大中小の円を作る。



②円の真ん中をつまようじなどを刺して滑らせると、ハート形に。



③表情はコーヒーの部分につまようじを浸し、ミルクの上に色を乗せていく。



できあがり!

描く道具は一回ずつ拭くのが◎!

ラテ・アートは慣れも必要ですが、何を描きたいかイメージできればカンタン! 絵を描く感覚で気軽に楽しんでください。



スイーツリングカフェ  
オーナー 福森康夫さん



いろんな絵が描けるよ★



スイーツリングカフェでは、「ラテ1グランプリ」チャンピオンに学ぶラテ・アート教室も開催中。

12月11日(木)

\*初心者クラス\*10:00～12:00

参加費 2500円(ケーキ付)

\*中級者クラス\*16:00～20:00

参加費 5000円(ケーキ付)

詳細・予約は同店へ。

【電話】42-8880

【HP】<http://sweetsringcafe.com/>

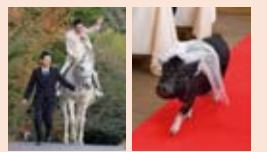
## オリジナルウエディング

モクモクでは1日1組限定で心のこもった結婚式を開催しています。ガーデンでのカジュアルな式と、レストランを貸し切ったパーティーで世界に一つだけのウエディングを。



## 人気のオリジナル企画

- ① 地ビール工房で2か月前に二人で仕込んだ手づくり地ビールで乾杯!
- ② ハム工房で二人で手づくりした生ハムをテーブルにサーブして回れます!
- ③ 誓いの言葉の誓約書にポニーのポニカ君がひづめの押印をします。
- ④ ミニブタが結婚指輪を届けます。
- ⑤ イチゴ畑の中、イチゴで乾杯する結婚式もできます。



伊賀の里 **モクモク手づくりファーム**

伊賀の里モクモク手づくりファーム 〒518-1392 三重県伊賀市西湯舟3609  
総合案内 0595-43-0909 (9:00～17:00) (ご見学・ご相談は担当 岡田まで)





コミュニティFM「FMなばり(通称:なばステ)」に出演したゲストや、ラジオで紹介したお店などの情報をお届けします。

メッセージ・リクエスト  
お待ちしております!!



Eメール: nabari@fm835.jp  
FAX:62-0835

細い目、離れた下がり眉、赤らめた頬……。何とも言えない「ぎもかわいさ」で、一度見たら忘れられないインパクトが話題の「あれっこわい犬 名張のひやわん」。



「名張のひやわん」デザイナー 宮原 佑貴子さん

# 「みなさんの手で育てて」

宮原さんは、名張市東町に生まれ、名張幼稚園から名張小学校、名張中学校に進んだ生粋の名張っ子。現在は京都に暮らすが、故郷名張への思いは熱く、「なか名張のためにはなんでもできることではないか」という思いを持ち続けているという。

張小学校、名張中学校に進んだ生粋の名張っ子。現在は京都に暮らすが、故郷名張への思いは熱く、「なか名張のためにはなんでもできることではないか」という思いを持ち続けているという。

10月の隠街道市で初披露された着ぐるみ。「名張を愛する人だけが見える」という触れ込みで、市民の人気をさらった



「なまこ壁」の柄と、名張色が満載。さらに、怪人二十面相のマントを羽織り、市花の桔梗を思わせる紫がイメージカラーになっていたり、見れば見るほど楽しいデザインの仕事がされている。

## 少年少女スポーツチームを紹介

### かがやけ! スポっ子

◆FMなばりで放送中の「全力! 少年少女」に登場したチームを紹介します。



「楽しくないとサッカーじゃない」をモットーに、練習に励む「つつじが丘サッカースポーツ少年団」。前号に続いて、今号では小学4年生～6年生までの子どもたちを紹介します。「道具や仲間、応援してくれる人など全てに感謝できる人間になってほしい」という監督。子どもたちからは「いつも熱心に教えてくれてありがとう」という声があり、子どもたちとも「相思相愛」。

4年生からは学年ごとにキャプテンがおり、チームをまとめているという同少年団。新人戦での優勝や、県大会出場を目指して日々ボールを追い掛けています。

## つつじが丘サッカースポーツ少年団②



練習日時/土曜 13:00~16:00、日曜 9:00~12:00  
火曜(3~6年) 18:30~20:30  
金曜(3~6年) 16:30~18:00  
練習場所/つつじが丘小学校グラウンド  
連絡先/監督 川口 正和さん Tel 090-2134-7044

## 『伊賀風土記』 伊賀の地名・歴史をひも解く 〜かつての名張郡・御杖村〜

冬は霧氷で覆われ、多くの人が登山に訪れる名所。そんな三峰山がそびえる宇陀郡御杖村は、平安時代から戦国時代までは伊賀国名張郡に属していたことをご存知でしょうか?



地名由来のヒントが残る御杖神社=奈良県宇陀郡御杖村

当時の御杖村は、伊勢神宮の神領「六箇山(むごやま)」の中でも、三峰山の

「個人が作ったものを地域の団体がピックアップして町づくりに生かすことで、地域の人が知られていく」とがうれしいです。これからは、名張市民のみならず、張市に親しまれるキャラクターになる

放送日  
初回放送  
12月1日(月)  
14:30~  
(15分番組)

**はんこ屋 名張店**

誠実を貫く印鑑・印刷の専門店です  
これからも地域の皆様とともに  
歩んで参ります

実印・銀行印・認印・印鑑資材  
ゴム印・風雅印・落款印・浸透印

名刺・挨拶状・伝票・封筒・各種カード印刷・チケット・シール  
カッティング・のぼり・ライター・タオル・うちわ・ポケットティッシュ  
チラシ・ポスター制作・データ作成・変換

TEL 0595-67-2016  
FAX 0595-67-2017  
OPEN 9:00~18:00(月~金)  
10:00~17:00(土)  
定休日 日曜・祝日

至結梗が丘駅  
至赤目  
至青山  
R165  
ろっせん  
ろっせん  
ろっせん

名張市桔梗が丘2-7-17  
はんこ屋名張店



家族が離れていても

いつも誰かといえるような  
**安心と安全**をお届けします

安心だね



福祉医療型緊急通報サービス

# つながりコール with ケーブルプラス電話

高齢者の世帯やひとり暮らしの方でも  
家族みんなが安心の緊急通報サービス

月額利用料 **3,300円**  
(税込 3,564円)

ひとり暮らしや、昼間・夜間に家族が出掛けてひとりになるご高齢者の安全に。離れて暮らすご家族の安心に。ぜひ「つながりコール with ケーブルプラス電話」をお役立てください。

※この金額にはつながりコールとケーブルプラス電話の基本料金が含まれます。※通話料は別途かかります。

ケーブルテレビと  
セットで

さらに  
**お得!!**

ケーブルプラス電話とつながりコールに  
セットで入ればこんなにお得!!

CATV スタンダード 3,500円 (税込 3,780円)	+	ケーブルプラス電話 1,330円 (税込 1,436円)	+	つながりコール 2,500円 (税込 2,700円)
---	---	------------------------------------	---	----------------------------------

割引  
1,860円  
(税込 2,008円)

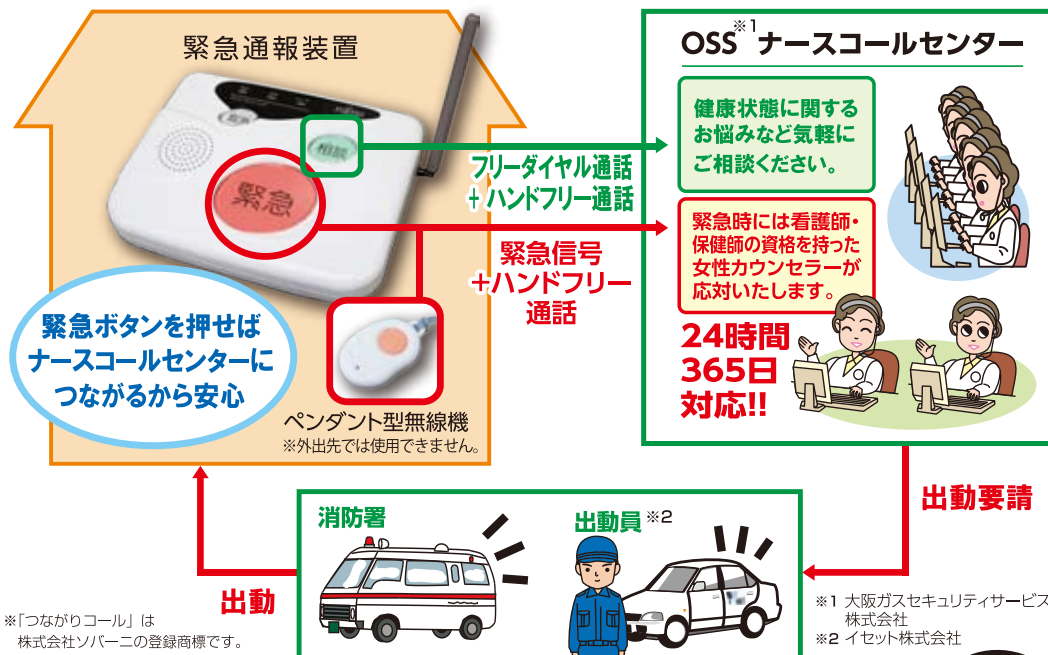
3つ合わせて  
**5,470円**  
(税込 5,907円)

料金についてお気軽にお問い合わせください

福祉医療型緊急通報サービス

## つながりコールって何?

緊急通報装置から、看護師・保健師による健康に関するお悩み相談と緊急時の対応（ご自宅への駆けつけ、救急車の手配など）を24時間365日行います。



24時間365日 **安心対応!**



株式会社 アドバンスコープ

TEL 64-7821