



街のニュースと番組表

VOL.T005

2023
春



— 周南市奥湯野 —

春号 Mトピックス

コミュニティチャンネル 好評放送中!

空からこんにちは



次回放送予定
鼓南地区

部活動だより



次回放送予定 徳山高専「メカトロシステム部」



わくわくアニマル

CATVスタッフ募集

電気工事・技術者、
映像制作に興味のある方

一緒に働きませんか？
未経験者の方も歓迎です。
作業見学OK！
まずはお気軽にお問合せください。

お問合せ先
株式会社 メディアリンク
担当：磯崎

人生いきいき

【116】

中村由加里 さん

今年のテーマ

わたしは、年初めに一年のテーマを決めることにしている。今年のテーマは昨年引き続き「自知」。書いて字のごとく自知とは自分を知ることだが、自分のことなんて分かっていないと軽く考えていた。ところが予想とは全く違い、そこには驚きが待っていた。

まずは思考の部分。自分の思考はなんと古臭く昔のまま更新されていないという発見に至ったのである。こうあるべきだとかこうするべきだということだが常識であり、当たり前という固定観念に縛られていた。恥ずかしながら、今や頑固の領域に達しているのではないだろうか。理想はフレキシブルであり、柔軟な思考で物事を図りたい。そして他人の言葉にも素直に耳を傾けられる人間でありたいと強く望んでいる。

一方、身体についてはとうとうと昔取った杵柄的なものばかりで、これも実情に即してはなかった。長年使ってきた身体は、頭で思うようには動いてくれないのである。例えば逆上がり…。これは願っても虚しく自分の重さを今や持ち上げることが不可能だった。縄跳びにしても然り…。列挙



中村由加里さん プロフィール

仕事をしながら愛犬と楽しく過ごしています。
趣味：野菜作り、旅行、少し…楽器も。
新たにカフェラテアートにも挑戦中です！

すればきりがいい。手を後ろに組んでの上げ下げもままならない。いったいこんな錆びた身体にいつなったのかしらと頭をひねる日々が続いた。しかし絶望していても仕方ない。気付いてからというもの、ストレッチや簡単な体操を毎日お風呂上りに取り入れている。その甲斐あって、今は自分の身体と向き合うチャンスを得た次第である。

年初めのテーマを決めていなければ、身体について何も気付かなかったかもしれないと思うとゾッとします。

自分を過信せず客観的に見つめることで今の自分を知れたことは大きな収穫だ。これからは変化していくであろう思考と身体に興味を持ちながら年齢を重ねていきたい。

折しも今年わたしは年女で、節分には近くの神社で豆まき神事に参加するというご縁をいただいた。気分も清々しく一年を過ごせそうな気がする。

地元企業応援サイト

およりんしゃい

MnetメディアリンクのTV・ホームページ・SNSに無料で掲載！ご応募お待ちしております。

中国料理 敦煌 山口周南店



桜鯛の蒸し物 春菊添えのコース (飲み放題付) 5,500円(税込)



単品メニューはテイクアウトOK

周南で店舗を構えて40年以上、多くの方に愛される中国料理店「敦煌」。認証基準が厳しいとされる「やまぐち食彩店」の認証を受け、県内の食材にこだわった安心安全な料理を提供しています。店内は円卓仕様の席や個室なども完備。旬の食材を使った期間限定のコースメニューではオリジナル品を楽しむことができるのでぜひご賞味ください。

住 所：周南市毛利町3-15
TEL：0834-31-1901
営業時間：昼 11:00～15:00 (LO 14:30)
夜 17:00～22:00 (LO 21:30)
定休日：定休日 なし (年末年始除)

CATVエムネットより
視聴者・読者プレゼント

木製プランターカバー

ご応募は下記まで



読者プレゼント

中国料理 敦煌 さん

お食事券 1,000 円分 …… 5 名様

CATV エムネット より

プランターカバー …… 5 名様

ご希望の方は、官製ハガキ、FAXまたはメールに必要事項をご記入の上ご応募下さい。

《必要事項》

①住所・氏名 ②年齢・電話番号 ③ご意見、ご感想

《応募締切》

2023年4月末日(必着) ※当選は発送に代えさせていただきます。

〒746-0082 周南市大字下上 1043-1
(株)メディアリンク 読者プレゼント 係

FAX：0834-64-3620

メール：medialink@m-netbb.com

川柳 旬 一句

会員随時募集中

旬会の見学大歓迎
お気軽にお電話ください。

春来ればきつといいことあると信じ
春めきて赤白梅花咲き競う
花粉の中ゴッグルかけてウォーキング
雑草のおしゃれ可憐な花をつけ
読み終えて返した棚に同じ本
仲直り今日はぐっすり眠れそう
物価高赤字退治に知恵しぼる
薬より笑いが僕の処方箋
迷いから抜け出せそうな法話聞く
山の香の木曾路で食べる五平もち
この人生たった十七文字で咲き



唐男 敬三 不二子 優笑 茂子 敏子 進 幹夫 勝幸 聖子 登志枝

富田番茶川柳会

【富田番茶川柳会】 毎月第1木曜 午前9時30分から 学び・交流プラザで句会を開いています。

問合せ：0834-62-5283(原田)



桜トンネルロード

ちょっと寄り道

周南
ででで
散歩道

緑と文化のpromenade



周南バイパス

周南市
美術博物館

福間歯科

と文化のpromenade

ふるさと市 ころ

ふるさと市 ころ

ホテル青山

喫茶 花の木

もみじや

中国料理 敦煌

食事処 新不二屋

クレドギャルソン

珈琲専科 桔梗

Goutte d'eau



シュヴェーネ

この時期にだけお目見えする「桜のモンブラン」。見た目も味も春を感じるおすすめのカフェです！

周南市岐南町4-1
0834-32-5668



完全予約制の老舗フレンチ。市内の自家農園で80種類以上の野菜を育て、シェフが全ての料理を一つずつ作りあげています。

クレド・ギャルソン 周南市毛利町2丁目20
0834-32-2377



お洒落な店内には初夏の花も登場。お祝い用等の注文も可能です！センス溢れるお花を大切な方へ送ってみませんか。

周南市児玉町1丁目9
0834-31-7512

Goutte d'eau



人気の唐揚げ定食や焼きそば、かつ丼など種類豊富なメニューが揃っています。どれも美味しいと評判の定食ぜひご賞味あれ。

食事処 新不二屋 周南市毛利町2-36



ふるさと市 ころ「夜市」

周南市岐南町7-10
毎週火曜日 9時～12時頃まで

四季折々の旬野菜を無農薬で大切に栽培しています。自然の恵みで育てた野菜は美味しいと大評判！



ふるさと市 ころ「長穂・ふくろう堂」

周南市岐南町7-10
毎週木曜日 9時～11時頃まで

新鮮で珍しい野菜やつきたてのお餅、巻きずしなど販売。天然酵母と国産小麦を使用した香り豊かなパン約15種類が並びます。



もみじや

周南市毛利町3丁目5
0834-21-0375

期間限定品の「マドレーヌの桃花」や「冷やし大福の桜ミルク」が人気。3月末からはコーヒーソフトも販売開始！



(有)むつみ

周南市児玉町2丁目29
0834-21-3223

歴史好きな店主がお出迎え！掘り出し物の器などが楽しめます。包装紙は尾崎正章氏の貴重なデザインを使用。



珈琲専科 桔梗

周南市児玉町2丁目6

桔梗オリジナルブレンドは濃いめの味なのに後味スッキリ！女性一人でも入りやすいのでぜひ訪れてみては。



新 BS 無料チャンネル 番組の見どころ

BS 松竹東急 BS260



松本幸四郎が招る!!
毎週(金)よる10:30~

松本幸四郎が大人の趣味を学び、自分なりの楽しみ方を見つけて招っていく番組。

毎日おうちで劇場気分!

名作や話題の映画を毎月20本以上放送!

よる8銀座シネマ
毎週月~金 夜8:00

日曜ゴールデンシアター
毎週日 夜6:30



BS JapaneXt BS263

アプリで"つながる"テレビ局

地域ならではの名所・グルメ・人々の生活をあらゆる番組を通して「つながるジャパネット」

旅行 《月~金 19時58分~21時》
《月》宮川一朗太のおっ!さんぽ
《火》てくてくひとり旅
《水》ますおか岡田のえもんWOW!
《木》小田井涼平のあい旅
《金》魅力発見! キャンピングカーでチルリ旅

クイズ 《日 13時25分~14時25分》
パネルクイズ アタック25 Next
視聴者参加型クイズの決定版! 出場者募集中!

ゴルフ 《各大会決勝ラウンド(2日間)を生中継》
大正製薬 Presents
PGA TOUR TV Program
PGA ツアー 2022-2023 シーズン

BSよしもと BS265



いしだとなでしこがゆる〜く釣り旅 やっちゃってる
水曜 21:30~22:00

ニッポン全国をナダルといしだが釣りあんぎゃ!
芸人屈指の釣り好きな2人が釣りを通して自然の楽しみ方やアウトドアの魅力をお届けします!



よしもとプレミアムアワード
【よしもと新喜劇(1989~)】

日々劇場で新たな笑いを作り続ける「よしもと新喜劇」その長い歴史の中には、まや全国区で活躍する数々のお笑い芸人の若かりし姿も!

光CATV切替工事

16,500円(税込)

♪ご紹介いただいた方には紹介料プレゼント!
※ご契約手続き完了後

大感謝
キャンペーン
開催中!

STBレスの新システムで実現

4K 8K 放送も
テレビのみで楽しめます

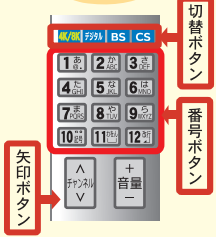
Btas契約 利用料 1,650円/月(税込)



BS4K・8K/CS
全ての放送がテレビのみでお楽しみ頂けます。

地上波 (9ch)	BS/BS4K (無料) (15ch)	CS (無料)
1 NHK 総合	001 101 BS1 / NHK4K	055 ショップチャンネル
2 NHK 教育	002 102 BS1 サブチャンネル	161 QVC
3 TYS テレビ山口	003 103 BSプレミアム	101 スカパー!インフォ
4 KRY 山口放送	004 141 BS日テレ / 日テレ4K	
5 YAB 山口朝日	005 151 BS朝日 / 朝日4K	
7 TVQ 九州放送	006 161 BS-TBS / TBS4K	
8 TNC テレビ西日本	007 171 BSテレ東 / テレ東4K	
121 コミュニティー1	008 181 BSフジ / フジ4K	
122 みんなのチャンネル	009 211 BSイレブン	
123 (準備中)	010 222 TWELLV	
	011 231 BSキャンパスex	
	012 232 BSキャンパスon	
	013 260 BS松竹東急	
	014 263 BS JapaneXt	
	015 265 BSよしもと	

毎月第1日曜日は、
スカパー!
BS/CS無料放送!



利用料にはNHKの受信料は含まれておりません。別にNHK放送受信契約の必要があります。

スカパー! プラットホーム配信だから お好みをいつからでも!

★スカパー! 受信には Btas契約が必要です。

スカパー! 家で楽しめるプラン
TV3台まで
11ジャンル50ch見放題!
3,960円/月(税込)

＝お得なパックをお好きな期間で楽しめます。＝

テレビ5 48chから5chを選択 1,980円/月(税込)	人気スポーツをまとめて スカイA GAORA J SPORTS 1・2・3・4 2,970円/月(税込)	テレビ10
プロ野球の試合中継を楽しもう! スカイA スポーツライブ+2 J SPORTS 1・2・3 他 4,054円/月(税込)	欧州&国内サッカーを放送! スカイA ブンデスリーガ ルヴァンカップ 天皇杯 2,480円/月(税込)	映画&スポーツ プレミア7 KTV 801

—お問い合わせはお気軽に—



株式会社 **メディアリンク**

TEL 0834-61-0055

E-mail:medialink@m-netbb.com

〒746-0082 周南市大字下上 1043 番地の 1

