



CATV エムネット
街のニュースと番組表
VOL.T017



東緒寺川河川公園 — 熊毛 —

YouTube CATV Mnet メディアリンク公式チャンネル



飲み歩きイベント 『とくやま夢横丁』 —中央街商店街—

コップ片手に
お店をハミダシ!

♪次回開催予定は
「徳山夏まつり」



イベントのLIVE中継や旬な情報を更新します! チャンネル登録 お願いします ▶▶▶



～薩摩絃楽と伴三味線と語りのコロシアム～

自由律久
山頭火を奏い奏で語る
邦楽にしき

北原 幸安子
高橋 浩希
山田 翠子

2026年 4月29日(水) 開演 11:30
会場: 周南市学び・交流プラザ
料 3500円 学生 1500円 (消費税別)

20名様限定 プレミアムチケット 5000円
(抽選) 抽選・抽選結果は本公演の抽選結果ページでご確認ください。

山田 翠子
ご予約フォーム

お問合せ tel 090-4699-0719
Vent Musica 奏心



株式会社 メディアリンク

エリア: 周南市中心部・西部 ケーブルテレビのお問合せはお気軽にー

TEL 0834-61-0055

人生いきいき

【128】

鉄板 DINING ABIRA
附田 淳一さん

周南市への感謝を込めて..
鉄板 DINING ABIRAが繋ぐ
「地域の輪」

私は北海道の安平町（あびらちよう）の出身ですが、縁あってこの周南の地に移り住み、20年余りの月日が流れました。外から来た私を温かく迎え入れてくださった地域の皆様を支えられ、日々の暮らしの中で周南市の素晴らしさに触れるうちに、いつしかこの街は、私にとってかけがえのない「深い愛情を抱く場所」となりました。

長年お世話になったこの街に、何か自分たちらしい形で恩返しをしたい。その思いを形にするべく、店名に故郷の名を冠した「鉄板 DINING ABIRA」をオープンする運びとなりました。

私たちが目指すのは、単に飲食を提供するだけの場ではありません。「美味しい食事を囲みながら、自然と会話が生まれる空間」を提供し、地域の人が心から安らげる、集いの場を創出することを目的としています。

お店のコンセプトは、「故郷・北海道の美味しい窓口」です。私たちが生まれ育った北海道の豊かな恵みや、食事を共にする温かさを、皆様と一緒に感じ、世代を超えた交流や新しい繋がりが生まれる



附田 淳一さん プロフィール

北海道勇払郡安平町出身 苫小牧工業高校卒業
名古屋市にてサラリーマン、その後周南市にて土木業。
周南市で街づくりボランティアに参加（こども食堂・萌えサミなど）

「コミュニティの拠点」となることを目指します。

現代社会において、人との繋がりは以前よりも希薄になりがちです。だからこそ、小さなお子様を連れたい子育て世代から、エネルギー溢れる若者、そして長年この街を支えてこられた高齢の方まで、誰もが気兼ねなくふらりと立ち寄れる「居場所」でありたい。そんな場所を提供することで、地域の活性化に寄与し、孤立の防止や地域コミュニティの輪を広げていきたいと切に願っています。

鉄板の上で弾ける音、漂う香り、そして北海道・安平町と周南市を繋ぐ味覚。それらがきっかけとなり、隣り合った人同士が自然と笑顔で言葉を交わす。そんな温かな光景が日常となるような店づくりを邁進してまいります。

周南市の未来がより豊かで、温かな繋がりで満たされる一助となるよう、誠心誠意取り組んでまいります。「鉄板 DINING ABIRA」で、皆様のご来店を心よりお待ちしております。申し上げております。

地元企業応援サイト

およりんじゅの

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。

2026.2.22 OPEN



鉄板 DINING ABIRA 安平

ABIRA名物 ジンギスカン



北海道ハイボール



Instagram

中央街商店街に5店舗目の「鉄板ダイニング ABIRA」が2月にオープン！本場北海道厚真町直送のマトンを使った「ジンギスカン」は臭みがなく柔らかで甘い味わいが人気。ホルモンミックスと地元こんにやく使用の名古屋名物「どて煮」や、北海道産ほっけは脂ののって身がホク

クホクで酒の肴におすすめです。ビール、ハイボールを北海道のこだわりと、地元産レモンで作ったチューハイなどドリンクの種類も豊富。ランチは鹿野産コシヒカリ、須々万の黒豆みそなど地元食材を使用した定食を2種用意。オリジナルメニューを紹介するインスタも要チェック！

住所：周南市銀座 1-19
TEL：080-6410-5505
営業時間：11:00～14:00
17:00～22:00
定休日：日曜・月曜・火曜

読者プレゼント

CATV エムネット より

スカパー 55ch 最大2ヶ月無料 ... 3世帯

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・年齢
- ②電話番号
- ③希望プレゼント名
- ④職業
- ⑤ごみちゃん・YouTube・You Tube・たうんぼっぽのご意見・ご感想など

《応募締切》

※当選は発送に2026年4月30日(必着) 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

預金保険制度の対象商品

満40歳以上の方限定

お取扱期間：令和7年12月1日～

大輪定期預金

5年もの金利 **年1.20%**

3年もの金利 **年1.00%** (税引き後0.95%)

1年もの金利 **年0.80%** (税引き後0.79%)

1年もの金利 **年0.63%** (税引き後0.63%)

ご利用いただける方 満40歳以上で個人組合員の方 ※出資金については、10,000円からのご加入をお願いしております。

お預入期間 1年・3年・5年 自動継続利用扱い・自動継続元金式

お預入金額 10万円以上～上限なし(1円単位)

●満期日には大輪定期預金の店頭表示利率が適用されます。ただし、満期日時点で預金残高がゼロであった場合は、スーパー定期又はスーパー定期300の店頭表示利率が適用されます。●この預金は預金保険制度の対象であり、預金残高の範囲内で保護されます。出資金が預金保険制度の対象ではありません。●満期日中の解約については、当組合の預金の取扱要領に基づき、預金ごとの返金処理となります。●満期特別利率が適用された後、20.315%の優遇分算額が適用されます。●元金優遇のお取扱いができません。●お預入れの利率に特別に適合することも可能です。

つながるココロ、つながるミライ。

0120-336-717

徳山支店 周南市毛利町3-15-1 TEL: (0834) 22-3336

島商銀

富田番茶川柳会

治すより預金対策認知症

義歯手入れサボって孫に嫌われる

ホルムズに資源ない国と知らされ

義理一つ果たして軽くなった肩

人種超え裸足で渡る錦帯橋

待ちながら川柳を詠む病院で

覚えたら使ってみたくなる新語

冷たさも裸木々には小さな芽

病床で川柳作り心癒え

番茶会十人十色いい仲間

幹夫 勝幸 英子 敏子 優笑 敬三 不二子 恵子 登志枝 進



句会の見学大歓迎 お気軽にお電話ください。

【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)

次の世代へ、ビデオメッセージ ... YouTube で配信!



乞うご期待!

懐かしい校舎



旧校舎 榊浜小学校(昭和40年)

ふるさと周南 我が町の風景

郷土の史跡



徳山百樹・「大ツツジ」 吉祥院



八千代座歌舞伎「白浪五人男」
結成28年 最終公演:令和5年9月

ふるさと周南の魅力を後世に残す!

周南市の中学校区を中心に、名所旧跡、守り続けている伝統を、視聴者に参加頂き、懐かしい風景、移りゆく街並みに想いを馳せ、新たなふるさとの魅力を後世に伝えたい。周南への郷土愛が深まり、故郷を大切に思う映像をお届けします。

第2回 榊浜編



地元のお店



市場の駅
「3+ SUNぷらす」
漁業、加工、販売 ... 大兵食品
<はもかつバーガー、周南サンド>



「420カスタムズ」
オンラインのデザイン
カスタムペイントショップ

お口のトレーニング パタカラ体操を知ってますか?

むせる事が多くなったら...

口の機能低下の前症状に
オーラルフレイルが注目されています

該当しないか確認してみましょう
5つの項目のうち、2つ以上該当すると
「オーラルフレイル」の可能性があり
パタカラ体操を始めましょう

◆オーラルフレイルのチェック項目◆

- ・自分の歯は何本ありますか ... 0~19本
- ・半年前と比べて固いものが食べにくくなった
- ・お茶や汁物等でむせることがある
- ・口の渇きが気になる
- ・普段の会話で言葉をはっきりと発音できないことがある

<2つ以上該当するとパタカラ体操を始めましょう>

今から、**誤嚥予防**に
パタカラ体操で、
楽しい食事生活を取り戻そう



パタカラ体操って何ですか?

口の周りの機能の低下を予防するたいそうです。

何の役に立ちますか?

口の機能が衰えると要介護状態や、寝たきりの状態になることを早めてしまう事が報告されています。パタカラ体操をして、毎日の健康な生活に大きな役割を持つお口の機能を保ちましょう。

どの様にやればよいのでしょうか

- ① 椅子に座って背すじを伸ばします
- ② 「パタカラ」の各発音を大きな声ではっきりと **8回** 言います
【1セット】→ 「**パ**パ...パ(8回), **タ**(8回), **カ**(8回), **ラ**(8回)」
これを **2セット** 行います
- ③ 2セットを **1日**に **3回**食前に行います

パ	タ	カ	ラ
「パパパパ」	「タタタタ」	「カカカカ」	「ララララ」
唇をしっかり閉めて破裂させるように発音します	舌先を上の前歯の裏につけ歯切れよく発音します	舌の奥をのどの奥につけるように発音します	舌の先をまるめるように発音します
吸う、飲む力、食べ物を口からこぼさないようにする力をつける	舌の先の力を鍛え食べ物を押しつぶす力をつける	舌の奥の力を鍛え食べ物を飲み込む力をつける	舌の力を鍛え口の中で食べ物を集め、飲み込みやすいようにする

話す。
食べる。
飲み込む力を
アップ

CATV **Mnet** (戸建) **B**タス契約 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D BS/BS4K CS

地上波 (9ch)	BS/BS4K (無料) (14ch)	CS (無料)
1 NHK 総合	101 NHK BS / NHK BS7/8/4K	055 ショップチャンネル
2 NHK 教育	102 NHK BS サブチャンネル	161 QVC
3 TYS テレビ山口	141 BS日テレ / 日テレ4K	
4 KRY 山口放送	151 BS朝日 / 朝日4K	
5 YAB 山口朝日	161 BS-TBS / TBS4K	
7 TVQ 九州放送	171 BSテレ東 / テレ東4K	
8 TNC テレビ西日本	181 BSフジ / フジ4K	
121 コミュニティー1	200 BS10 [BS Japanext]	
122 みんなのチャンネル	211 BSイレブン	
123 (準備中)	222 TWELLV	
	231 BSキャンパスex	
	232 BSキャンパスon	
	260 J:COM BS	
	265 BSよしもと	

毎月第1日曜日は、スカパー! BS/CS無料放送!

切替ボタン
番号ボタン
矢印ボタン

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! 連携サービス **メデアリンク**
お問合せは、メデアリンクまで
= STB不要だから、お好きな期間で楽しめます。 =

有料 **55** ch 野球・スポーツ・映画・ドラマ ALLプラン

Mプラン TV5台でも **4,950** 円/月(税込)
Oneプラン TV1台 **3,960** 円/月(税込)

テレ5
48chから5chを選択
1,980円+429円/月(税込)

人気スポーツをまとめて!
スポーツスカイA GAORA
セレクション J SPORTS 1・2・3・4
2,970円+429円/月(税込)

欧州&国内サッカーを放送!
サッカーセント
ブンデスリーガ
ルヴァンカップ
天皇杯
2,480円+429円/月(税込)

テレ10
48chから10chを選択
2,860円+429円/月(税込)

CATV **Mnet** 光

STBレスの新システムで実現
革新的なBS/Cスパスルー配信だから

4K 8K 放送も、スカパー! も
テレビのみで楽しめます

光 CATV 切替工事

大感謝キャンペーン 開催中!

♪ご紹介いただいた方がご成約で紹介料プレゼント!
※予告なく終了する場合があります

LAN工事・電気通信工事

新設/増設/修理、どんなご依頼も承ります。

TVにWi-Fi機能がない・・・
オンライン会議、無線だと回線が不安定・・・
ルーターから遠い部屋の電波が弱い・・・
今のLANケーブルを10Gbps対応にしたい!

工事の調査 無料

個人・法人問わずご相談ください

お問い合わせ・お申し込みはコチラ **CATV Mnet** 株式会社 **メデアリンク**

専門チャンネル **無料お試し** キャンペーン

申し込み期限 2026年 **4月末**

Mプラン 55ch 4,950 円/月が
最大 **2** か月間 **無料** でご視聴いただけます
(視聴開始日の翌月末日まで)

CSの視聴確認方法

- 「CS」ボタンを押す
- 「番組表」ボタンを押す
- 十字キーで「CS161」を選択
- 「CS161」QVCが映ればすぐに楽しめる!

リモコンのCSボタンを押して視聴できるか **CHECK!**

—お問い合わせはお気軽に—

CATV **Mnet**

株式会社 **メデアリンク**

TEL **0834-61-0055**

E-mail: medialink@m-netbb.com

〒746-0082 周南市大字上 1043 番地の 1

