

## ニュースMCTV

**放送日時** 月曜～金曜 午後6:00 更新

松阪・志摩・明和・多気・大台・大紀のホットな話題をお届けする「ニュースMCTV」。身近な出来事や話題をより楽しく、より分かりやすくお伝えします。

**いろんなのりもの** 木曜日号をみてね!

木曜日号のコーナー「はたらくくるま」がパワーアップ!  
くるまだけじゃない、いろんな乗り物が登場するよ! お楽しみに!



## 第10回松阪ケーブルテレビ杯小学生ソフトボール大会 ダイジェスト

**放送日時** ■コミュニティチャンネル第1 (地デジ12ch)  
12月3日(土)～25日(日)間の土日のみ  
土曜日 午後4:00～7:00 日曜日 午後7:00～10:00

松阪・明和から出場した12チームが戦った予選・決勝の様態をダイジェストでお送りします。地域の小学生たちの熱い戦いを是非ご覧ください!



## FC.ISE-SHIMA応援番組 「VAMOS!FC.ISE-SHIMA」

**放送日時** ■コミュニティチャンネル第1 (地デジ12ch)  
月曜日 午前8:45ほか

三重県中南部地域からJリーグ入りを目指す社会人サッカークラブFC.ISE-SHIMA。目標である『JFL昇格』に向けて頑張る選手たちの様子を、たっぷりとお届けします! お楽しみに!



## けーぶるにつぼん 彩・JAPAN

**放送日時** 土曜日 午後1:00～/日曜日 正午～  
【日本ネットワークサービス】里山の宝石 オオムラサキとともに  
10(土)、11(日)、17(土)、18(日)

### 壮観劇場

**放送日時** 土曜日 午後1:00～/日曜日 正午～  
【豊橋ケーブルネットワーク】その心意気 手筒花火 3(土)、4(日)  
【JWAY】日の立ち昇るところ、領内— 24(土)、25(日)

## とんと昔があったげな ～ふるさとおもしろ話～

**放送日時** 月曜日 午前10:00～ほか

出雲地方に残る昔懐かしい民話を、語り部さんご紹介。毎回いろんなおはなしをお楽しみいただけます。

第24話「西川津のカワコ」

制作/山陰ケーブルビジョン(株)

ぐるぐるグルメ  
制作/ZTV

伊勢・志摩のグルメ情報をお届けします。

ナナちゃんのお店紹介  
制作/ICT

伊賀・上野地域のお店をご紹介します。

Z-NAVIGATION  
制作/ZTV

津市近隣のグルメ情報をご紹介します。

お店タウンマップいいね!  
制作/CTY、CNS

北勢地域のお店をご紹介します。

ケーブルネットワークみえ  
制作/三重県ケーブルテレビ協議会

県内のケーブルテレビ局が制作した番組が手がける地域密着番組です。組をお届けします。

皇學館大学 大学生TV局  
制作/ZTV

もっと!水の惑星紀行  
制作/ZTV

12月は毎年恒例の鳥羽水族館ニュース。スナドリネコやコツメカワウソなどの今年生まれた可愛い赤ちゃん。そして、企画展「キラ☆メイト!トバスイ春のラッコ祭り」や「～帰ってきた危ない奴ら～ 超危険生物水族館2」などなど、2022年の鳥羽水族館の出来事を振り返ります。



特別  
番組

# 三重県高校駅伝大会ダイジェスト

**放送日時** ■コミュニティチャンネル第1 (地デジ12ch)  
 12月3日(土)~25日(日)間の土日のみ  
 土曜日 午前10:00~11:00  
 日曜日 午後4:00~5:00

11月13日に松阪市内で行われた三重県高校駅伝大会の様子をダイジェストでお届けします。  
 全国を目指して駆け抜ける高校生ランナーの熱い走りをご覧ください。



前川先生の  
**あたたか  
ごはん**

12月

## 今月の料理 豚ヒレ肉のクリーム煮

【材料：4人前】

豚ヒレ肉	30g×12枚	にんにく	1かけ
塩	小さじ½杯	玉ねぎ	½個
こしょう	少々	ぶなしめじ	100g
ガーリックパウダー	少々	サラダ油	大さじ1杯
小麦粉	少々	生クリーム(乳脂肪45%)	1カップ
サラダ油	大さじ1杯	牛乳	½カップ
白ワイン	大さじ2杯	塩	小さじ½杯
		白こしょう	少々
		パセリ	少々

