

新千歳空港シアター

おすすめ映画情報



劇場情報

新千歳空港国内線ターミナルビル 4F 46-4150 9時～22時 一般1800円、大学生1400円、高校生以下1000円、幼児(3歳～)1000円、シニア(60歳以上)1100円 駐車場3時間無料(エンターテインメント施設利用で)

上映中

ゴジラ×コング 新たなる帝国 (字幕/吹替)



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/ゴジラテリトリーと地下空洞/コングテリトリー。ついに一線を越えるゴジラとコングの激突のその先には、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。世界は今、目撃する。

© 2024 Legendary and Warner Bros. Entertainment Inc. All Rights Reserved. 監督: アダム・ウィンガード キャスト: レベッカ・ホール、ブライアン・タイリー・ヘンリー、ダン・スティーンズ、カイリー・ホットル、アレックス・ファーンズ、レイチェル・ハウス、ハウス・チェン

配給: 東宝

5/10(金)公開 「猿の惑星/キングダム」(字幕)



300年後の地球。荒廃した世界で人類は退化し、高い知能と言語を得た猿たちが地球の新たな支配者として巨大な帝国「キングダム」を築こうとしていた。若き猿ノアは年老いたオランウータンから、猿と人間の共存についての昔話を聞かされる。ある日、ノアは人間の女性と出会う。その女性は野生動物のような人間たちの中で誰よりも賢いとされ、猿たちから狙われていた。

彼女と一緒に行動することになったノアは、本当の人間を知るうちに、キングダムに違和感を抱き始める。

© 2024 20th Century Studios. All Rights Reserved. 監督: ウェス・ポール キャスト: オーウェン・ティーズ、フレイヤ・アーラン、ケビン・デュラント、ピーター・メイコン、ウィリアム・H・メイシー 配給: ディズニー

「新千歳空港シアター」で使える、特別無料鑑賞券を合計2名様にプレゼント!

※特別鑑賞券の有効期限は2024年8月31日(土)までとなっております。

※1作品1回限り有効の招待券となります。※特別興行、試写会、催事などのイベントには使用できません。※有効期間中にいつでもお使いただけます。

応募方法 ①郵便番号・住所 ②氏名(フリガナ) ③性別 ④年齢 ⑤職業 ⑥電話番号

すべてをご記入の上、「新千歳空港シアター特別鑑賞券」と明記し、WEB応募フォームまたはハガキ・FAX・Eメールでお送りください。 ※①～⑥に未記入がある場合、抽選から外れることがあります。

応募締切 5月8日(水)必着 ※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

宛先 【住所】〒066-0073 千歳市北斗4丁目13番20号(株)メディアコム「ちやんと」編集部 【FAX】0123-27-4911 【Eメール】present@chanto.biz

提供/新千歳空港シアター

予告なく、上映作品が変更になる場合がございますのでご了承ください。

第5回 恵庭市介護福祉課フレイル予防レシピ 気分は三つ星レストラン



フレイル予防には、タンパク質をとることが大事です。この3品で1日に必要なタンパク質の半分量をとることが出来ます。



焼き鳥缶で! 親子うどん

材料(1人分)

- 茹でうどん 1玉
焼き鳥缶 1缶
玉ねぎ 1/4個(薄切り)
卵 1個
長ねぎ 1/4本(斜め切り)
めんつゆ(3倍濃縮) 50ml
水 250ml

ポイント

★焼き鳥缶を使うことで、鶏肉を切る手間が省けます!

作り方

- 1 小鍋(土鍋でも)にAを入れ中火にかけ、玉ねぎを加える。
2 ①にうどん、焼き鳥缶(汁ごと)を入れる。
3 溶き卵を回し入れて長ねぎをのせ、ふたをして蒸らす。

【1人分】●タンパク質 24.6g ●エネルギー 464kcal

レンジで簡単! 納豆しらす和え

材料(2人分)

- 冷凍ほうれん草 100g
ひきわり納豆 1個
しらす干し 大さじ1
砂糖 小さじ1/2
しょうゆ・ごま油 各小さじ1

作り方

- 1 凍ったままのほうれん草を耐熱容器に入れ、ラップをかけず電子レンジで1分加熱する。(600W)
2 いったん取り出し軽く混ぜ更に1分加熱する。
3 冷めたら納豆としらす干し、Aを混ぜる。

【1人分】●タンパク質 5.6g ●エネルギー 81kcal

簡単デザート 牛乳寒天

材料(27×17cmのバット1枚分)

- 牛乳 600ml
砂糖 大さじ3
粉寒天 4g
みかん缶 1/2缶

作り方

- 1 鍋に牛乳と砂糖、粉寒天を入れ中火にかけよく混ぜ、沸騰する直前で弱火にし3分程煮詰める。
2 ①を水でぬらしたバットに流し、人肌ぐらいになったら汁を切ったみかん缶を入れる。
3 冷蔵庫で冷やし固めて切り分ける。

【1人分 1/8切れ】●タンパク質 2.5g ●エネルギー 75kcal

「フレイル」とは、加齢により体や心が弱った状態のこと。フレイル予防には、筋肉の合成に必要なタンパク質が不可欠。また、野菜にはタンパク質の吸収を助ける働きがあります。このコーナーでは、タンパク質と野菜の2つを意識したフレイル予防レシピをご紹介します。 恵庭市役所介護福祉課 TEL 0123-33-3131(内線1209)

一般のご家庭から店舗、学校、病院、工場等大型施設まで、給排水設備工事 給湯設備工事 冷暖房工事 空調設備工事 のことなら設備工事のエキスパート高橋管機にお任せください。



TAKAHASHI KANKI 株式会社 高橋管機工業 TEL.0123-23-2419 千歳市本町2丁目6 受付時間 9:00~17:00 ※日曜定休 https://takahashi-kanki.com/

千歳地区即売会開催!! 刑務作業製品展示即売会 場所 ちとせモール 千歳市勇舞8丁目1-1 期間 5月10日(金)~12日(日) 10:00~18:00 9:00~17:00

ドラえもん わくわくスカイパークへ あそびに行こう! HAPPY BIRTHDAY しずかちゃん! 5月 毎週 土日祝 開催! 布ぬりえ トートバッグ&巾着の2種類!

新メニュー登場! ドラえもんピザ ¥1,200(税込) スカイパーク 青空ゼリー ¥880(税込)