

※詳しい番組の内容はテレビの番組表(EPG)でご確認ください

月曜から金曜は18時台の番組を翌日の16時台まで、19時台の番組を翌日の15時台まで毎時繰り返し放送します。17時台は文字放送を放送します。

おうちで体操

飯南町長生き体操・うんなん幸雲体操 毎日 9:00/14:00 ※11chで放送

まめなかね体操 月～金曜 8:50～ ※放送番組により中止あり

安全キラキラ体操 月～金曜 12:55～ ※放送番組により中止あり

えすこに体操 月～金曜 20:50～ ※放送番組により中止あり

112ch 鳥根県議会定例会 本議会

鳥根県議会定例会本議会を生中継します。

10月9日(水)10時～ 本会議

鳥根県ケーブルテレビ協議会ネットワーク生中継

112chの見方 11chのデータ放送トップ画面

青 ラジオ 112ch を選択すると112chに移行します。

ケーブルテレビからのお知らせ

令和7年4月よりケーブルテレビ使用料が下記のように変更になります。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

現在：1,400円 → 変更後：1,650円

12月末まで インターネット施工キャンペーン実施中!

(工事費の一部を負担)

詳しくはケーブルテレビまでお問合せください。

Instagram



Follow Me!

番組のお知らせや収録のオフショットなど更新します! お気軽にフォローをお願いします!

Table with 6 columns (days of the week) and 2 rows (weeks). Each cell contains a schedule of programs with times and titles.

鳥根の魅力発見! ふるさと うん・いい物語

放送: 10月2日(水) 再放送: 10月11日(金)

飯南町の豊かな自然を満喫! をテーマに飯南町観光協会で活躍する伊藤さんを紹介します。そしておすすめのランチや観光りんご園、この地域の武将も傷を癒したと伝えられる名湯を紹介いたします。

<p>14 日 スポーツの日</p> <p>18:00 魅力解明！ 津和野城</p> <p>18:30 つわのミュージアム・パスポート【再】</p> <p>19:00 体育祭 ダイジェスト2024 大東高校</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>15 火</p> <p>18:00 文字ニュース 情報 NEXT+ プラス</p> <p>18:30 スマイルキッズ【再】 (加茂こども園 Part2)</p> <p>18:35 グラントワ チャンネル【再】</p> <p>19:00 くわいだん-怪談-</p> <p>19:30 情報発信！！ あぐりねっと【再】 ～秋まき野菜の栽培管理と 収穫適期について～</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>16 水</p> <p>18:00 情報NEXT + Wednesday プラス</p> <p>18:30 雲南病院 目指そう まめなかね生活</p> <p>19:00 CATV 情報ネットしまね</p> <p>19:30 ひらたナビ 山ちゃんに行く【再】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>17 木</p> <p>18:00 NHK 生きもの地球紀行 「未知の自然王国イスラエル社戦 10 万羽！オアシスにペリカンが乱舞する」</p> <p>19:00 囲碁初級講座 ～めざせ 5 級～ 長島梢恵の「悩まず打てる！囲碁格言」</p> <p>19:10 室谷由紀の 将棋初級講座</p> <p>「銀河戦 投了図から勝ちきろう！」</p> <p>19:30 ゴーゴー！ のりものタウン</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>18 金</p> <p>18:00 情報NEXT + Friday プラス</p> <p>18:30 スマイルキッズ (西こども園・寺領幼稚園)</p> <p>18:35 季節を先読み お天気レポート【再】</p> <p>19:00 雲南州市制施行 20 周年記念特別番組 20 年のあゆみ・ 輝く未来へ ～えすこな雲南市～</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>19 土・20 日</p> <p>18:00 情報NEXT + ダイジェスト プラス</p> <p>19:00 永井隆平和賞発表式典 雲南市では 21 世紀を担う世代に三刀屋町出身の医師 永井隆博士の精神を伝えようと今年も 9 月 8 日に永井隆平和賞発表式典が開催されました。全国から寄せられた入賞作品の発表や記念行事をお届けします。</p> <p>(各番組 3 時間毎)</p>
<p>21 月</p> <p>18:00 情報NEXT + Monday プラス</p> <p>18:30 藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話</p> <p>19:00 荒磯館料理長の 手軽に一品</p> <p>19:30 気仙沼めっけ 【宮城県気仙沼ケーブル ネットワーク制作】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>22 火</p> <p>18:00 文字ニュース 情報 NEXT+ プラス</p> <p>18:30 スマイルキッズ【再】 (西こども園・寺領幼稚園)</p> <p>18:35 サヒメルうおっち</p> <p>19:00 おくいずも新探訪 ～さらに「奥」へ～</p> <p>19:30 探偵社、ぶらり 【再】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>23 水</p> <p>18:00 情報NEXT + Wednesday プラス</p> <p>18:30 ふらっと街めぐり (吉田町民谷地区)</p> <p>19:00 魅力解明！ 津和野城【再】</p> <p>19:30 おべたわ！ 〇〇大先生【再】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>24 木</p> <p>18:00 NHK 生きもの地球紀行 「未知の自然王国イスラエル死海のほとり・聖書の珍獣がよみがえる」</p> <p>19:00 囲碁初級講座 ～めざせ 5 級～ 長島梢恵の「悩まず打てる！囲碁格言」</p> <p>19:10 室谷由紀の 将棋初級講座</p> <p>「銀河戦 投了図から勝ちきろう！」</p> <p>19:30 ゴーゴー！ のりものタウン</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>25 金</p> <p>10:55 生中継 秋季中国地区 高等学校野球大会</p> <p>18:00 情報NEXT + Friday プラス</p> <p>18:30 スマイルキッズ (大東こども園)</p> <p>18:35 雲南病院 目指そう まめなかね生活【再】</p> <p>19:00 くわいだん-怪談-【再】</p> <p>19:30 仙台発！地域密着・音楽情報番組 「BONBON-TV」 【再】【宮城県仙台 CATV 制作】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>26 土・27 日</p> <p>10:55 生中継 秋季中国地区高等学校野球大会 県立浜山公園野球場と松江市営野球場で行われる秋季中国地区高等学校野球大会の様相を 10 月 25 日(金)～27 日(日)にかけて生中継でお届けします。 【島根県ケーブルテレビ協議会ネットワーク】</p> <p>18:00 情報NEXT + ダイジェスト プラス</p> <p>19:00 第 42 回 全日本トライアスロン 皆生大会 総集編</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>
<p>28 月</p> <p>18:00 情報NEXT + Monday プラス</p> <p>18:30 CATV 情報ネットしまね【再】</p> <p>19:00 雲南州市制施行 20 周年記念特別番組 20 年のあゆみ・ 輝く未来へ ～えすこな雲南市～【再】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>29 火</p> <p>18:00 文字ニュース 情報 NEXT+ プラス</p> <p>18:30 スマイルキッズ【再】 (大東こども園)</p> <p>18:35 サヒメルうおっち 【再】</p> <p>19:00 藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話【再】</p> <p>19:30 気仙沼めっけ【再】 【宮城県気仙沼ケーブル ネットワーク制作】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>30 水</p> <p>18:00 情報NEXT + Wednesday プラス</p> <p>18:30 こんにちは 市役所です</p> <p>19:00 荒磯館料理長の 手軽に一品【再】</p> <p>19:30 おくいずも新探訪 ～さらに「奥」へ～ 【再】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>31 木</p> <p>18:00 NHK 生きもの地球紀行 「あなたの知らないスペイン オオヤマネコが原野に跳ねる」</p> <p>19:00 囲碁初級講座 ～めざせ 5 級～ 長島梢恵の「悩まず打てる！囲碁格言」</p> <p>19:10 室谷由紀の 将棋初級講座</p> <p>「銀河戦 投了図から勝ちきろう！」</p> <p>19:30 ゴーゴー！ のりものタウン</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p style="text-align: center;">雲南州市制施行 20 周年記念特別番組</p> <p style="text-align: center;">20 年のあゆみ・輝く未来へ～えすこな雲南市～</p> <p style="text-align: center;">放送：10 月 18 日(金) 再放送：10 月 28 日(月)</p> <p>雲南州市制施行 20 周年の節目として、これまでの歩みについて振り返りました。 平成 16 年 11 月に平成の大合併により「雲南市」が誕生し、間もなく財政非常事態宣言を抱えつつも新市の基盤づくりが始まりました。 20 年間の取り組みや関わられた方の想いについて、インタビューを交え紹介します。ぜひご覧ください。</p>	