

※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 島根県議会定例会 本議会 島根県議会定例会本議会を生中継します。

11月25日(月)10時～ 本会議

島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

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！

インターネット施工 キャンペーン実施中

ケーブル 光 インターネット

12月末まで

工事費 一部負担

- ①月額定額料金で使い放題
②ウイルス対策ソフトが標準で付いてくる
③もしもの時の、お客様電話サポートあり

ご利用環境に合わせて選べるサービスプラン

Table with 6 columns: Plan Name, Light, Basic, Best, Business, Extra. Rows include Speed and Monthly Fee.

1 金 18:00 情報NEXT+ Friday
18:30 スマイルキッズ
18:35 ふらっと街めぐり
19:00 釣り天国！石見
19:30 仙台発！地域密着・音楽情報番組

2 土・3 日 文化の日 10:50 生中継
秋季中国地区高等学校野球大会
準決勝 2 試合
3 位決定戦・決勝
18:00 情報NEXT+ ダイジェスト
19:00 月刊ビデオタイムス

4 日 振替休日 18:00 島根県広報番組
18:30 こんにちは市役所です
19:00 アウトドアビギナーズ
19:30 気仙沼めっけ

5 火 18:00 文字ニュース
18:30 スマイルキッズ
19:00 ひらたナビ
19:30 STU48 イ申テレビ

6 水 18:00 情報NEXT+ Wednesday
18:30 おがっちと智香ちゃんのさあ～あなた詐欺だわね!!
19:00 月刊ビデオタイムス

7 木 18:00 NHK 生きもの地球紀行
19:00 囲碁初級講座
19:10 室谷由紀の将棋初級講座
19:30 ゴーゴー！のりものタウン

8 金 18:00 情報NEXT+ Friday
18:30 スマイルキッズ
18:35 第50回日本ケーブルテレビ大賞
19:00 情報発信！！
19:30 玉ねぎの植え付けについて

9 土・10 日 18:00 情報NEXT+ ダイジェスト
19:00 雲南市小学校陸上大会
10月10日に行われた雲南市小学校陸上大会の様子をお送りします。



11 月	12 火	13 水	14 木	15 金	16 土・17 日
<p>18:00 情報NEXT+ Monday</p> <p>18:30 釣り天国! 石見 【再】</p> <p>19:00 おべたわ! 〇〇大先生</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】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 文字ニュース 情報NEXT+</p> <p>18:30 スマイルキッズ 【再】(桜ヶ台保育所)</p> <p>19:00 探偵社、ぶらり</p> <p>19:30 情報発信!! あぐりねっと【再】 ~玉ねぎの植え付けについて~ (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ Wednesday</p> <p>18:30 季節を先読み お天気リポート</p> <p>19:00 くわいだん - 怪談 -</p> <p>19:30 アウトドア ビギナース【再】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 NHK 生きもの地球紀行 「悠久の大地モンゴル大草原に 蒼きオオカミが吠える」</p> <p>19:00 囲碁初級講座 ~めざせ 5 級~【終】 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【終】 「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 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ Friday</p> <p>18:30 スマイルキッズ (大東保育園)</p> <p>18:35 島根県広報番組【再】 “未来への躍動” ~島根がみあり国スポ・全スポに向けて~</p> <p>19:00 藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話</p> <p>19:30 ひらたナビ 山ちゃんで行く【再】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ ダイジェスト</p> <p>19:00 いいなん高校情報箱</p> <p>21:00 生放送 17 雲南市議会議員 一般選挙開票速報 雲南夢ネットのスタジオと開票会場のアスパル をつないで、最新の開票速報をお伝えします。 (各番組 2 時間毎)</p>
18 月	19 火	20 水	21 木	22 金	23 土 勤労感謝の日・24 日
<p>18:00 情報NEXT+ Monday</p> <p>18:30 県立中央病院「えにし」 ~扉の向こうに~</p> <p>19:00 CATV 情報ネットしまね</p> <p>19:30 サヒメルうおっち (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 文字ニュース 情報NEXT+</p> <p>18:30 スマイルキッズ 【再】(大東保育園)</p> <p>19:00 荒磯館料理長の 手軽に一品</p> <p>19:30 おべたわ! 〇〇大先生【再】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ Wednesday</p> <p>18:30 ふらっと街めぐり (飯南町谷地区)</p> <p>19:00 いいなん高校 情報箱【再】</p> <p>19:30 おくいずも新探訪 ~さらに「奥」へ~ (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 NHK 生きもの地球紀行 「東洋のガラハゴス小笠原海に クジラ跳び 密林に珍鳥メグロ舞う」</p> <p>19:00 新番組 熊丰の囲碁上級講座 「置碁は戦わずして勝つ!」</p> <p>19:10 新番組 佐藤慎一の将棋講座 「極限 早操り銀」</p> <p>19:30 ゴーゴー! のりものタウン (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ Friday</p> <p>18:30 スマイルキッズ (掛合保育所)</p> <p>18:35 季節を先読み お天気リポート【再】</p> <p>19:00 くわいだん - 怪談 - 【再】</p> <p>19:30 探偵社、ぶらり 【再】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ ダイジェスト</p> <p>19:00 雲南市市制施行 20 周年 記念式典 11 月 1 日に市制施行 20 周年を迎えた 雲南市。これを記念して 10 月 12 日に 三刀屋文化体育館アスパルで記念式典 が行われました。オープニングセレモニー や市制施行 20 周年特別感謝状贈呈など 式典の様子をお届けします。 (各番組 3 時間毎)</p>
25 月	26 火	27 水	28 木	29 金	30 土
<p>18:00 情報NEXT+ Monday</p> <p>18:30 おがっちと智香ちゃんの さあ~あんた詐欺 だわね!!【再】 ~預貯金詐欺・対応策編~</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 第 50 回 日本ケーブルテレビ大賞 番組アワード 優秀賞 「おじの語るシス #1 平井伸治鳥取県知事」【再】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 文字ニュース 情報NEXT+</p> <p>18:30 スマイルキッズ 【再】(掛合保育所)</p> <p>19:00 CATV 情報ネットしまね 【再】</p> <p>19:30 サヒメルうおっち 【再】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ Wednesday</p> <p>18:30 こんにちは 市役所です</p> <p>19:00 雲わん☆飯にゃん  みなさんのペットを 紹介します!</p> <p>19:30 県立中央病院「えにし」 ~扉の向こうに~【再】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 NHK 生きもの地球紀行 「白夜の北極圏 森と湖の国スウェーデン 巨大フクロウが狩をする」</p> <p>19:00 熊丰の囲碁上級講座 「置碁は戦わずして勝つ!」</p> <p>19:10 佐藤慎一の将棋講座 「極限 早操り銀」</p> <p>19:30 ゴーゴー! のりものタウン (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ Friday</p> <p>18:30 スマイルキッズ (斐伊保育所)</p> <p>18:35 ふらっと街めぐり 【再】(飯南町谷地区)</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】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ ダイジェスト</p> <p>19:00 少年の主張 島根県大会 9 月 25 日雲南市木次経済文化会館 チェリヴァホールで開催された令和 6 年 度少年の主張島根県大会。県内各地区 から選出された 16 名の代表生徒が各々 の弁論を発表しました。木次中学校の 生徒が島根県知事賞を受賞しました。 (各番組 4 時間毎)</p>