



※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

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よろしくお願い申し上げます。

現在：1,400 円 → 変更後：1,650 円

※年末年始休暇のお知らせ
12月28日(土)～1月5日(日)

2 月	3 火	4 水	5 木	6 金	7 土・8 日
<p>18:00 情報NEXT+ Monday</p> <p>18:30 こんにちは市役所です【再】 ※11月分</p> <p>19:00 釣り天国！石見</p> <p>19:30 仙台発！地域密着・音楽情報番組「BONBON-TV」 【宮城県仙台 CATV 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】 【(斐伊保育所) ※11月分】</p> <p>19:00 アウトドアビギナーズ</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】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ Wednesday</p> <p>18:30 島根の魅力発見！ ふるさとうん・いい物語 Vol.3 木次線に関わる人や沿線のグルメなどをご紹介します。</p> <p>19:00 緊急検証！ 憑き物探訪 ～日本列島憑き物 MAP～ (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 アラスカの短い夏 氷海にセイウチが牙をむく」</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 (あおぞら保育園)</p> <p>18:35 雲わん☆飯にゃん【再】 ※11月分</p> <p>19:00 おべたわ！ 〇〇大先生</p> <p>19:30 ひらたナビ 山ちゃんに行く (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ Digest</p> <p>19:00 月刊ビデオタイムス</p> <p>撮影したビデオ・写真をご投稿ください。 宛先：v-times@bs.kkm.ne.jp</p>  <p>(各番組 2 時間毎)</p>
9 月	10 火	11 水	12 木	13 金	14 土・15 日
<p>18:00 情報NEXT+ Monday</p> <p>18:30 魅力解明！ 津和野城</p> <p>19:00 探偵社、ぶらり</p> <p>19:30 くわいだん - 怪談 - (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】 (あおぞら保育園)</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 釣り天国！石見【再】 (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 お天気レポート</p> <p>19:00 月刊ビデオタイムス【再】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 NHK 生きもの地球紀行 「マンガロープ林に 奇妙なカニたちが踊る南海の秘境・西表島」</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 島根の魅力発見！ ふるさとうん・いい物語 Vol.3【再】</p> <p>19:00 情報発信！！ あぐりねっと ～タマネギの植付後の管理～</p> <p>19:30 アウトドアビギナーズ【再】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>18:00 情報NEXT+ Digest</p> <p>19:00 浮世絵から ワロチ退治伝説の謎を解く</p> <p>ヤマトオロチ退治伝説がどのように変遷し伝わってきたのかを、浮世絵をはじめとする日本画から読み解きます。 講師：島根県立古代出雲歴史博物館 岡 宏三 専門学芸員 (各番組 2 時間毎)</p>

16 月 18:00 情報NEXT+ Monday 18:30 おべたわ! 〇〇大先生【再】 19:00 CATV 情報ネットしまね 19:30 荒磯館料理長の 手軽に一品 (各番組 2 時間毎)	17 火 18:00 文字ニュース 情報NEXT+ 18:30 情報発信!! あぐりねっと【再】 ～タマネギの種付け後の管理～ 19:00 地サン地ショー クッキング 19:30 ひらたナビ 山ちゃんに行く【再】 (各番組 2 時間毎)	18 水 18:00 情報NEXT+ Wednesday 18:30 ふらっと街めぐり (木次町斐伊地区) 19:00 おくいずも新探訪 ～さらに「奥」へ～ 19:30 魅力解明! 津和野城【再】 (各番組 2 時間毎)	19 木 18:00 NHK 生きもの地球紀行 「カナダ北極海水の海に 幻のクジラを追う」 19:00 熊丰の囲碁上級講座 「置碁は戦わずして勝つ!」 19:10 佐藤慎一の将棋講座 「極限 早操り銀」 19:30 ゴーゴー! のりものタウン (各番組 2 時間毎)	20 金 18:00 情報NEXT+ Friday 18:30 スマイルキッズ (赤名保育所) 18:35 季節を先読み お天気レポート【再】 19:00 くわいだん - 怪談 - 【再】 19:30 探偵社、ぶらり 【再】 (各番組 2 時間毎)	21 土・22 日 18:00 情報NEXT+ ダイジェスト 19:00 第50回番組アワード コンペティション部門優秀賞 「故郷とともに生き 故郷とともに逝く 孤軍奮闘する若き医師の挑戦」 唐津市七山地区で唯一の診療所「七山診療所」 の阿部智介さんの地域医療に奮闘する姿を追った。 44年前当時、無医村だった七山に診療所を開設し、 地域医療を支えてきた父親の背中をみて医師を志した阿部さん。 父が急逝した12年前からたったひとり七山の住民の命を守り続けている。 過疎化が進む中山間地域で孤軍奮闘しながら患者に寄り添う姿を描いた。制作：株式会社び〜ぶる(唐津市) (各番組 2 時間毎)
--	---	--	--	--	---

23 月 18:00 情報NEXT+ Monday 18:30 農業所得の申告 ～収支内訳書の 作成方法～ 19:00 お天気スクエア 19:30 サヒメルうおっち (各番組 2 時間毎)	24 火 18:00 文字ニュース 情報NEXT+ 18:30 スマイルキッズ 【再】(赤名保育所) 19:00 CATV 情報ネットしまね【再】 19:30 荒磯館料理長の 手軽に一品【再】 (各番組 2 時間毎)	25 水 18:00 情報NEXT+ Wednesday 18:30 こんにちは 市役所です 19:00 藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話【再】 19:30 地サン地ショー クッキング【再】 (各番組 2 時間毎)	26 木 18:00 NHK 生きもの地球紀行 「アフリカ・タンガニーカ湖 太古の湖に不思議な魚が満ちる」 19:00 熊丰の囲碁上級講座 「置碁は戦わずして勝つ!」 19:10 佐藤慎一の将棋講座 「極限 早操り銀」 19:30 ゴーゴー! のりものタウン (各番組 2 時間毎)	27 金 18:00 情報NEXT+ Friday 18:30 ふらっと街めぐり (木次町斐伊地区)【再】 19:00 おくいずも新探訪 ～さらに「奥」へ～ 【再】 19:30 サヒメル うおっち【再】 (各番組 2 時間毎)	28 土・29 日 18:00 情報NEXT+ ダイジェスト 19:00 ふらっと街めぐり総集編 28日 Vol.1 (田井地区・日登地区・ 一宮地区・久野地区) 29日 Vol.2 (掛合地区・新市地区・ 鍋山地区・大東地区) (各番組 3 時間毎)
---	--	--	--	--	--

30 月・31 火 ※年末年始特別編成

6:00 雲南市民歳末余芸大会ダイジェスト
第1部

7:30 雲南市民歳末余芸大会ダイジェスト
第2部

12月1日に開催された雲南市民歳末余芸大会の様子をお伝えします。
第1部は前半の9組、第2部は後半の10組の歌や踊りなど皆様のおき余芸をお楽しみください。

(各番組 3 時間毎)

112ch 雲南市議会 12月定例会
雲南市議会を生中継します。(再放送は同日の18時30分～)

12月9日(月)9時30分～	市長施政方針
12月10日(火)9時30分～	一般質問
12月11日(水)9時30分～	一般質問
12月12日(木)9時30分～	一般質問
12月13日(金)9時30分～	一般質問

※雲南市議会の放送中、通常番組は112chで放送します。雲南市議会と島根県議会の日程が重なった場合は通常番組の放送を中止します。

112chの見方
11chのデータ放送トップ画面
ラジオを選択すると112chに移行します。

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。

12月2日(月)10時～	一般質問
12月3日(火)10時～	一般質問
12月4日(水)10時～	一般質問
12月5日(木)10時～	一般質問
12月6日(金)10時～	一問一答質問
12月9日(月)10時～	一問一答質問
12月10日(火)10時～	委員会付託
12月19日(木)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

**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 0 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