



テレビごまちがもっと楽しくなる けーぶる12

徳島県内のケーブルテレビ局が協力してお届けするチャンネル。地元徳島が主役の番組がいっぱい！

令和3年3月1日～3月7日

※中継番組などの特番がある場合は、プログラムを変更してお届けします。

地上デジタル12ch

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)	
6	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	
7	7:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 7:30 セニヤde阿南 県南 7:45 まとめて出来事 国府町 8:00 Rock Fishing 8 トクシマフカセロード 県南	7:00 たまたま金曜日 トクシマ 7:30 おしえてドクター！ おえ	7:00 ※未定 トクシマ	7:00 きゅーとモ☆ キュー	7:00 みて！きいて！よしのがわ 中央 7:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	7:00 まるっと！とくしま 共同制作 7:30 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	7:00 出来事まとめてみるまで 国府町 7:15 きゅーとモ☆ キュー	
8	8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	8:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 8:30 阿南美 あなん 8:45 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー	7:50 ビデオスケッチ トクシマ 8:00 きらり☆夢情報 県南 8:15 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー	8:00 あわりボ！ おえ 8:15 インフォメーション 8:30 ヘそっこニュース 池田	8:00 あわりボ！ おえ 8:15 インフォメーション 8:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ 8:50 インフォメーション	8:00 セニヤde阿南 県南 8:15 阿波のかたりべ トクシマ 8:30 Rock Fishing 8 トクシマフカセロード 県南	8:15 ヘそっこニュース 池田 8:45 こまつしなウ 東阿波	
9	9:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島 制作・おえ	9:15 阿波のかたりべ トクシマ 9:30 情報ひろば まちスマ 中央	9:00 徳島県知事記者会見 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組	9:00 こまつしなウ 東阿波 9:30 あゆさトレード おえ		9:00 たまたま金曜日 トクシマ 9:30 おしえてドクター！ おえ	9:00 たまたま金曜日 トクシマ 9:30 おしえてドクター！ おえ	9:15 たけ丸情報☆ナビ あなん
10	10:00 県民総ぐるみ！「フレイル予防作戦」～低栄養予防編～ 徳島県	10:00 県民総ぐるみ！「フレイル予防作戦」～予防体操編～ 徳島県	10:00 県民総ぐるみ！「フレイル予防作戦」～予防体操編～ 徳島県	10:00 県民総ぐるみ！「フレイル予防作戦」～社会参加編～ 徳島県	10:00 インフォメーション	10:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 10:30 阿南美 あなん 10:45 かんたんレシピで気軽に作ろう！ キュー	10:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ 10:20 情報ひろば まちスマ 中央 10:50 ビデオスケッチ トクシマ 11:00 インフォメーション	
11	10:45 徳島発！食の安全安心・がんばる事業者 徳島県 11:00 小松島西高校「第70回松西祭」前半 東阿波	11:00 小松島西高校「第70回松西祭」前半 東阿波	11:00 ビデオスケッチ トクシマ 11:10 きらり☆夢情報 県南 11:25 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー	11:00 徳島発！食の安全安心・がんばる事業者 徳島県 まなびの丘フェスティバル 記念講演 エーアイ 「創作のすずめ」	11:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	11:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	11:30 まるっと！とくしま 共同制作 12:00 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー	
12	12:00 小松島西高校「第70回松西祭」後半 東阿波	12:15 小松島西高校「第70回松西祭」後半 東阿波	12:10 徳島県知事記者会見 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組	12:00 記念講演「持続可能な未来のために 鳴門 ～私たちの未来と食品ロス～」	12:00 Studio Camellia 第3回椿祭 阿波市	12:15 きらり☆夢情報 県南 12:30 らぶ！らぶ！徳島 トクシマ	12:00 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー 12:45 インフォメーション	
13	13:45 セニヤde阿南 県南		13:10 インフォメーション	13:30 峠を越えて猪ノ鼻 道のものがたり 池田	13:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ	13:10 みて！きいて！よしのがわ 中央 13:25 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波		
14	14:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天 国府町 14:30 九星気学開運法 喜多祥女の「今月の運勢」 東阿波 14:35 GO!GO!ヴォルティス おえ 14:45 ヴォルティスLOVE エーアイ 14:55 一枚の写真から 国府町	14:00 インフォメーション 14:30 素顔 中央 14:45 ワイワイYEG 鳴門 15:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー	14:00 テレビミュージアム エーアイ 14:30 エンジョイあすたむ！ エーアイ 14:50 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南 15:00 きんこほのほのほのアート エーアイ 15:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 15:35 きく・聞く・TV 鳴門 15:50 おはなしのじかん 国府町	14:00 県立農林水産総合技術支援セン 石井 ターから最新情報 14:15 とくしまIPPIN店 国府町 14:25 歴史さんぽ かみいた 14:30 長岡活動写真館 東阿波	14:00 ぶらぶらミートくん あなん 14:30 街の料理人 中央 14:45 コスミのサイエンスTV あなん 15:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島 制作・おえ	13:55 あゆさトレード おえ	15:00 県民総ぐるみ！「フレイル予防作戦」 徳島県 ～低栄養予防編～ ～オールフレイル編～ ～予防体操編～ ～社会参加編～	
15	15:00 令和2年度 おうちで学ぶ「防災講 座」第2回「令和南海トラフ地震を 考える」		16:00 [生]らぶ！らぶ！徳島 トクシマ	15:15 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南 15:25 アニマル日和 県南 15:30 きらめきレッスン 中央	16:00 みて！きいて！よしのがわ 中央 16:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	15:00 まるっと！とくしま 共同制作 15:30 セニヤde阿南 県南 15:45 阿波のかたりべ トクシマ 16:00 Rock Fishing 8 トクシマフカセロード 県南	15:00 出来事まとめてみるまで 国府町 15:15 きゅーとモ☆ キュー	
16	16:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 16:30 セニヤde阿南 県南 16:45 まとめて出来事 国府町 17:00 Rock Fishing 8 トクシマフカセロード 県南	16:00 たまたま金曜日 トクシマ 16:30 おしえてドクター！ おえ	16:00 ビデオスケッチ トクシマ 17:00 きらり☆夢情報 県南 17:15 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー	17:00 【生】まるっと！とくしま 共同制作	17:00 まるっと！とくしま 共同制作	16:30 たまたま金曜日 トクシマ	16:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	
17	17:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	17:30 阿南美 あなん 17:45 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー	18:00 四星球"もつ"メディカルミラクルワ ンマンツアー 徳島公演 トクシマ	17:30 ヘそっこニュース 池田	17:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ 17:50 インフォメーション	17:30 かんたんレシピで気軽に作ろう！ キュー 17:40 まるっと！とくしま 共同制作	17:30 ビデオスケッチ トクシマ 17:40 まるっと！とくしま 共同制作	
18	18:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島 制作・おえ	18:15 阿波のかたりべ トクシマ 18:30 情報ひろば まちスマ 中央		18:30 あゆさトレード おえ		18:00 らぶ！らぶ！徳島 トクシマ	18:10 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー	
19	19:00 インフォメーション	19:00 インフォメーション	19:00 インフォメーション	19:00 インフォメーション	19:00 インフォメーション	19:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15 日)お天アイ(16日～月末) 東阿波 19:30 九星気学開運法 喜多祥女の「今月の運勢」 東阿波 19:35 GO!GO!ヴォルティス おえ 19:45 おはなしのじかん 国府町 19:55 一枚の写真から 鳴門 20:00 きく・聞く・TV 鳴門 20:15 テレビミュージアム エーアイ	19:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー	
20	20:00 小松島西高校「第70回松西祭」前半 東阿波	20:00 小松島西高校「第70回松西祭」前半 東阿波	20:00 らぶ！らぶ！徳島 トクシマ 20:50 ビデオスケッチ トクシマ 21:00 きらり☆夢情報 県南 21:15 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー	20:00 まなびの丘フェスティバル 記念講演 エーアイ 「創作のすずめ」	20:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	20:00 県立農林水産総合技術支援セン 石井 ターから最新情報 20:15 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南 20:25 歴史さんぽ かみいた 20:30 きらめきレッスン 中央 20:45 エンジョイあすたむ！ エーアイ 21:05 ヴォルティスLOVE トクシマ 21:15 きんこほのほのほのアート エーアイ	20:00 出来事まとめてみるまで 国府町 20:15 きゅーとモ☆ キュー	
21	21:00 小松島西高校「第70回松西祭」後半 東阿波	21:15 小松島西高校「第70回松西祭」後半 東阿波	22:00 徳島県知事記者会見 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組	21:00 記念講演「持続可能な未来のために 鳴門 ～私たちの未来と食品ロス～」	21:00 Studio Camellia 第3回椿祭 阿波市	20:45 エンジョイあすたむ！ エーアイ 21:05 ヴォルティスLOVE トクシマ 21:15 きんこほのほのほのアート エーアイ	21:00 出来事まとめてみるまで 国府町 21:15 きゅーとモ☆ キュー	
22	22:45 セニヤde阿南 県南			22:30 峠を越えて猪ノ鼻 道のものがたり 池田	22:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ	21:35 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 21:50 ワイワイYEG トクシマ 22:05 長岡活動写真館 東阿波	21:45 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南 21:55 街の料理人 中央 22:10 インフォメーション 中央 22:20 とくしまIPPIN店 国府町 22:40 コスミのサイエンスTV あなん	
23	23:00 インフォメーション	23:00 インフォメーション	23:00 インフォメーション	23:00 インフォメーション	23:00 まるっと！とくしま 共同制作 23:30 インフォメーション	22:55 アニマル日和 県南 23:00 インフォメーション		
0	0:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天 国府町 0:30 九星気学開運法 喜多祥女の「今月の運勢」 東阿波 0:35 GO!GO!ヴォルティス おえ 0:45 ヴォルティスLOVE エーアイ 0:55 一枚の写真から 国府町	0:00 インフォメーション 0:30 素顔 中央 0:45 ワイワイYEG 鳴門 1:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー	0:00 テレビミュージアム エーアイ 0:30 エンジョイあすたむ！ エーアイ 0:50 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南 1:00 きんこほのほのほのアート エーアイ 1:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 1:35 きく・聞く・TV 鳴門 1:50 おはなしのじかん 国府町	0:00 県立農林水産総合技術支援セン 石井 ターから最新情報 0:15 とくしまIPPIN店 国府町 0:25 歴史さんぽ かみいた 0:30 長岡活動写真館 東阿波	0:00 ぶらぶらミートくん あなん 0:30 街の料理人 中央 0:45 コスミのサイエンスTV あなん 1:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島 制作・おえ	0:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 0:30 セニヤde阿南 県南 0:45 阿波のかたりべ トクシマ	0:00 放送休止(徳島県内のインフォメーションをお届けします)	
1	1:00 令和2年度 おうちで学ぶ「防災講 座」第2回「令和南海トラフ地震を 考える」		2:00 らぶ！らぶ！徳島 トクシマ	1:15 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南 1:25 アニマル日和 県南 1:30 きらめきレッスン 中央	2:00 みて！きいて！よしのがわ 中央 2:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	1:30 たまたま金曜日 トクシマ		
2	2:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 2:30 セニヤde阿南 県南 2:45 まとめて出来事 国府町 3:00 Rock Fishing 8 トクシマフカセロード 県南	2:00 たまたま金曜日 トクシマ 2:30 おしえてドクター！ おえ	2:50 ビデオスケッチ トクシマ 3:00 きらり☆夢情報 県南 3:15 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー	3:00 インフォメーション	3:00 まるっと！とくしま 共同制作	2:30 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波	2:00 おしえてドクター！ おえ	
3	3:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	3:30 阿南美 あなん 3:45 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー	4:00 徳島県知事記者会見 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組	3:30 ヘそっこニュース 池田	3:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ 3:50 インフォメーション	3:00 阿南美 あなん 3:15 かんたんレシピで気軽に作ろう！ キュー	3:45 徳島県知事記者会見 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組	
4	4:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島 制作・おえ	4:15 阿波のかたりべ トクシマ 4:30 情報ひろば まちスマ 中央		4:30 あゆさトレード おえ		4:45 きらり☆夢情報 県南 5:00 らぶ！らぶ！徳島 トクシマ		
5	5:00 インフォメーション	5:00 インフォメーション	5:00 インフォメーション	5:00 インフォメーション		5:40 みて！きいて！よしのがわ 中央		

徳島 県内のケーブルテレビ局が協力制作！
の情報をまるっととまることお届けします♪

まるっと！とくしま

毎週木曜
17:00～17:30 他

- 参加CATV局
- ・阿波市ケーブルネットワーク
 - ・池田ケーブルネットワーク
 - ・石井CATV
 - ・エーアイテレビ
 - ・かみいたテレビ
 - ・キューテレビ
 - ・ケーブルテレビあなん
 - ・ケーブルネットおえ
 - ・県南てれび
 - ・国府町CATV
 - ・テレビ阿波
 - ・テレビトクシマ
 - ・テレビ鳴門
 - ・那賀町ケーブルテレビ
 - ・日本中央テレビ
 - ・東阿波ケーブルテレビ