



けーぶる12

テレビごまがもっと楽しくなる

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11月1日～11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	6	
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 9 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 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 7:50 ビデオスケッチ トクシマ 8:00 きらり☆夢情報 県南	7:00 きゅーとモ☆ キュー	7:00 ですよん 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 まとめて出来事 国府町 7:15 きゅーとモ☆ キュー	7	
8	8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	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	8:00 あわりボ！ 池田 8:15 インフォメーション 8:30 へそっこニュース 池田	8:00 あわりボ！ 池田 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	8:00 あわりボ！ 池田 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	8:00 セニヤde阿南 県南 8:30 Rock Fishing 9 トクシマフカセロード 県南	8:15 へそっこニュース 池田 8:45 こまつしなウ 東阿波	8	
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	9:30 情報ひろば まちスマ 中央	8:50～	9:00 こまつしなウ 東阿波 9:30 あゆさトレード おえ	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	9:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	9	
10	10:00 インフォメーション	10:00 県民総ぐるみ！「フレイル予防作戦」～社会参加編～ 徳島県	【生中継】 Jr.ウィンターカップ&ウィンターカップ2021 徳島予選会 (男女決勝) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	10:00 県民総ぐるみ！「フレイル予防作戦」 徳島県 ～体操筋力づくり編～	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	10	
11	11:00 徳島邦楽集団第20回記念演奏会 トクシマ	11:00 名西高校 体育祭 石井		11:00 阿波ぞめき「渦の會」設立20周年記念公演 トクシマ	11:00 COPD市民公開講座 トクシマ	11:15 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組	11:30 まるっと！とくしま 共同制作	11	
12	12:45 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	12:45 たまたま金曜日 トクシマ		12:00 ですよん 中央 12:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	12:00 ですよん 中央 12:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	12:15 きらり☆夢情報 県南 12:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	12:00 徳島めぐみくふれあいの旅 キュー	12	
13	13:15 まとめて出来事 国府町 13:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	13:15 おしえてドクター！ おえ 13:45 阿南美 あなん		13:00 第55回アエルワロビーコンサート 阿波市	13:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ 13:20 インフォメーション	13:10 ですよん 中央 13:25 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波		13	
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		14:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 14:15 紗弥子の産地ゴハン 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 14:15 Pravlist 県南 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	14:25 ステップ(金曜拡大版) トクシマ		14	
15	15:00 とくしま防災生涯学習講座 企画・徳島制作・県南	15:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー		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	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	15:00 まるっと！とくしま 共同制作 15:30 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	15:00～	15	
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 9 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 きゅーとモ☆ キュー	16:00 ですよん 中央 16:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	16:00 セニヤde阿南 県南 16:15 Rock Fishing 9 トクシマフカセロード 県南	16:45 たまたま金曜日 トクシマ	第101回全国高校ラグビーフットボール大会 徳島県大会 男子1回戦 (10月31日収録)	16
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		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	17:15 おしえてドクター！ おえ			17
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	18:30 情報ひろば まちスマ 中央		17:30 へそっこニュース 池田 18:00 こまつしなウ 東阿波 18:30 あゆさトレード おえ	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	17:45 ですよん 中央 18:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波		18	
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～	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 国府町 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 国府町 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	19	
20	20:00 徳島邦楽集団第20回記念演奏会 トクシマ	20:00 名西高校 体育祭 石井	【再放送】 Jr.ウィンターカップ&ウィンターカップ2021 徳島予選会 (男女決勝) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	20:00 阿波ぞめき「渦の會」設立20周年記念公演 トクシマ	20:00 COPD市民公開講座 トクシマ	20:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 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 エーアイ 21:15 きんこほのほのアート エーアイ	20:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 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 エーアイ 21:15 きんこほのほのアート エーアイ	20	
21	21:45 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	21:45 たまたま金曜日 トクシマ		21:00 ですよん 中央 21:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	21:00 ですよん 中央 21:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	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	21:15 ぶらぶらミートくん あなん 21:30 Pravlist 県南 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	21	
22	22:15 まとめて出来事 国府町 22:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	22:15 おしえてドクター！ おえ		21:00 第55回アエルワロビーコンサート 阿波市	22:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ 22:20 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	22:10 インフォメーション	22:10 インフォメーション	22	
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 まるっと！とくしま 共同制作 23:30 インフォメーション	22:50 アニマル日和 県南		23	
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		0:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 0:15 紗弥子の産地ゴハン 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 0:15 Pravlist 県南 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 インフォメーション	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)	0	
1	1:00 とくしま防災生涯学習講座 企画・徳島制作・県南	1:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー		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	1:00 ですよん 中央 1:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	1:00 Rock Fishing 9 トクシマフカセロード 県南 1:30 たまたま金曜日 トクシマ		1	
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 9 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		2:00 きゅーとモ☆ キュー	2:00 ですよん 中央 2:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	2:00 ですよん 中央 2:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	2:30 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波		2
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		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	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	
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	4:30 情報ひろば まちスマ 中央		3:30 へそっこニュース 池田 4:00 こまつしなウ 東阿波 4:30 あゆさトレード おえ	3:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ 4:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	3:45 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組		4	
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	4:45 きらり☆夢情報 県南 5:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 5:40 ですよん 中央		5	

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

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