



# ケーブル312

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5年12月4日～12月10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。  
※テレビトクシマのエリアでは0:00～7:00はインフォメーションをお送りします

## 地上デジタル12ch

	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(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	6:30 井上味噌醤油醸造蔵の復興～伝統技術を結集し風土を醸す～ 鳴門	6	
7	7:00 セニヤde阿南 県南 7:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:20 一枚の写真から 国府町 7:30 お天気アイ 国府町	9:00 インフォメーション	7:00 ビデオスケッチ ※毎週更新 トクシマ 7:07 旬の野菜紹介 国府町 7:10 おはなしのじかん 国府町 7:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 7:30 さく・聞く・TV 鳴門	7:00 きらめきレッスン 中央 7:30 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 7:45 紗弥子の産地コハン 国府町 7:55 歴史さんぽ かみいた 徳島県 8:00 あわりぼ！ あなん 徳島県	7:00 街の料理人 中央 7:15 長岡活動寫真館 東阿波	7:00 徳島県知事記者会見 ※毎週更新 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組	7:00 セニヤde阿南 県南 7:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:20 一枚の写真から 国府町 7:23 ビデオスケッチ トクシマ 7:30 お天気アイ 国府町 8:00 松本由里子の1GUTウォーキング 県南	7:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバーザ・レインボー(16～) 7:20 情報ひろば まちスマ 中央 7:30 松本由里子の1GUTウォーキング 県南	7
8	8:00 松本由里子の1GUTウォーキング 県南 8:30 新車！人気車！WHAT'S NEW 県南	7:45 素顔 中央 8:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー	7:45 テレミュージアム エーアイ 8:15 きんこほのほのアート エーアイ 8:35 発見！阿南の情熱家 県南 8:45 つながりリレー動画 徳島県	7:45 歴史さんぽ かみいた 徳島県 8:00 あわりぼ！ あなん 徳島県 8:15 あなん歴史探訪 あなん 徳島県 8:30 つながりリレー動画 徳島県	8:00 コスミのサイエンスTV あなん 8:15 Prayilist 県南 8:50 第32回 鳴門市第一中学校吹奏楽部 定期演奏会 鳴門	8:00 情報ひろば まちスマ 中央 8:30 たまたま金曜日 ※毎週更新 トクシマ	8:00 情報ひろば まちスマ 中央 8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバーザ・レインボー(16～) 9:00 GO!GO!ヴォルティス おえ 9:10 ヴォルティスLOVE エーアイ 9:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 9:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー	8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバーザ・レインボー(16～) 9:00 GO!GO!ヴォルティス おえ 9:10 ヴォルティスLOVE エーアイ 9:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 9:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー 10:30 阿南美 あなん 10:45 素顔 中央 11:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー	8
9	9:00 令和5年 徳島県立吉野川高等学校 体育祭 中央	9:00 第30回マーチングフェスタin 徳島 トクシマ	9:00 あわりぼ！ 徳島県	9:00 もぎたて情報局12月(企画編) キュー	9:00 もぎたて情報局12月(企画編) キュー	9:00 情報ひろば まちスマ 中央 9:15 へそっこニュース 池田	9:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバーザ・レインボー(16～) 9:10 ヴォルティスLOVE エーアイ 9:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 9:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー 10:30 阿南美 あなん 10:45 素顔 中央 11:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 11:30 TV-AWA TwoWeeks News 阿波	9	
10								10	
11								11	
12	12:00 セニヤde阿南 県南 12:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 12:20 一枚の写真から 国府町 12:30 お天気アイ 国府町	12:00 とくしまおいしい散歩 キュー 12:30 阿南美 あなん 12:45 素顔 中央 13:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー	10:00～ 【生中継】 徳島県議会11月定例会 代表質問 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	10:00～ 【生中継】 徳島県議会11月定例会 一般質問 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	10:00～ 【生中継】 徳島県議会11月定例会 一般質問 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	10:00～ 【生中継】 徳島県議会11月定例会 一般質問 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	12:00 情報ひろば まちスマ 中央 13:00 まるっと！とくしま 共同制作 13:30 テレミュージアム エーアイ	12:00 うたっちゃんおひる 12:10～ 【生中継】 第55回全国ミニバスケットボール大会 徳島県予選会(男女決勝) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	12
13	13:00 松本由里子の1GUTウォーキング 県南 13:30 新車！人気車！WHAT'S NEW 県南 13:45 インフォメーション	13:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 13:30 ワイワイYEG 鳴門 13:45 インフォメーション				13:00 まるっと！とくしま 共同制作 13:30 テレミュージアム エーアイ	13:00 まるっと！とくしま 共同制作 13:30 テレミュージアム エーアイ	13	
14	14:00 徳島県生き生きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	14:00 阿南中学校吹奏楽部 第44回 定期演奏会 県南				14:00 第42回徳島県高等学校総合文化祭【日本音楽】 トクシマ	14:00 第42回徳島県高等学校総合文化祭【日本音楽】 トクシマ	14	
15	15:00 第42回徳島県ポピュラー選手権大会・2023年徳島県メンズフィジークオープン大会 東阿波	15:00 井上味噌醤油醸造蔵の復興～伝統技術を結集し風土を醸す～ 鳴門 16:00 徳島少年少女合唱団 創立60周年記念定期演奏会 トクシマ				16:00 第42回徳島県高等学校総合文化祭【郷土芸能・吟詠剣詩舞】 トクシマ	16:00 第42回徳島県高等学校総合文化祭【郷土芸能・吟詠剣詩舞】 トクシマ (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	15	
16								16	
17	17:00 もぎたて情報局12月(企画編) キュー		17:00 インフォメーション	17:00 【生】まるっと！とくしま ※県議会中継により時間変更の可能性有 17:30 へそっこニュース ※毎週更新 池田	17:00 徳島県生き生きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	17:00 情報ひろば まちスマ 中央 18:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバーザ・レインボー(16～) 18:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南	17:00 情報ひろば まちスマ 中央 18:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバーザ・レインボー(16～) 18:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南	17	
18	18:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ	18:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 18:30 情報ひろば まちスマ 中央	18:00 出来事まとめてみるでるで 国府町 18:15 きらり☆夢情報 ※毎週更新 県南 18:30 エンジョイあすたむ！ エーアイ 18:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ	18:00 こまつしなナウ ※毎週更新 東阿波 18:30 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」 おえ	18:00 ステップ トクシマ 18:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ 18:50 たけ丸情報☆ナビライト あなん	18:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバーザ・レインボー(16～) 18:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南	18:00 まるっと！とくしま 共同制作 18:30 情報ひろば まちスマ 中央	18	
19	19:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバーザ・レインボー(16～) 19:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南	19:00 うたっちゃんおひる キュー				19:00 情報ひろば まちスマ 中央 19:15 出来事まとめてみるでるで 国府町 19:30 きんこほのほのアート エーアイ	19:00 情報ひろば まちスマ 中央 19:15 出来事まとめてみるでるで 国府町 19:30 きんこほのほのアート エーアイ	19	
20	20:00 GO!GO!ヴォルティス おえ 20:10 ヴォルティスLOVE エーアイ 20:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバーザ・レインボー(16～)	20:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 20:30 情報ひろば まちスマ 中央	19:00～ 【再放送】 徳島県議会11月定例会 代表質問 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	19:00～ 【再放送】 徳島県議会11月定例会 一般質問 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	19:00～ 【再放送】 徳島県議会11月定例会 一般質問 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	20:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE 県南 20:30 きらめきレッスン 中央 21:00 県立農林水産総合技術支援センターですやん 石井 21:15 ぶらぶらミートくん あなん	20:00 GO!GO!ヴォルティス おえ 20:10 ヴォルティスLOVE エーアイ 20:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバーザ・レインボー(16～) 21:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ	20:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE 県南 20:30 きらめきレッスン 中央 21:00 県立農林水産総合技術支援センターですやん 石井 21:15 ぶらぶらミートくん あなん	20
21	21:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ	21:00 うたっちゃんおひる トクシマ				21:00 県立農林水産総合技術支援センターですやん 石井 21:15 ぶらぶらミートくん あなん 21:30 長岡活動寫真館 東阿波	21:00 県立農林水産総合技術支援センターですやん 石井 21:15 ぶらぶらミートくん あなん 21:30 長岡活動寫真館 東阿波	21	
22	22:00 GO!GO!ヴォルティス おえ 22:10 ヴォルティスLOVE エーアイ 22:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ				22:45 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」 おえ 23:05 俺たちのみよし飯 池田 23:35 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 23:45 あなん歴史探訪 あなん	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:45 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」 おえ 23:05 俺たちのみよし飯 池田 23:35 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 23:45 あなん歴史探訪 あなん	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 情報ひろば まちスマ 中央 23:30 阿南中学校吹奏楽部 第44回 定期演奏会 県南	23:00 情報ひろば まちスマ 中央 23:30 阿南中学校吹奏楽部 第44回 定期演奏会 県南	23	
0	0:00 令和5年 徳島県立吉野川高等学校 体育祭 中央	0:00 第30回マーチングフェスタin 徳島 トクシマ				0:00 第42回徳島県高等学校総合文化祭【日本音楽】 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送りします)	0	
1		1:30 阿南中学校吹奏楽部 第44回 定期演奏会 県南	1:00 インフォメーション	1:00 インフォメーション	1:00 インフォメーション			1	
2	2:30 第42回徳島県ポピュラー選手権大会・2023年徳島県メンズフィジークオープン大会 東阿波	3:00 井上味噌醤油醸造蔵の復興～伝統技術を結集し風土を醸す～ 鳴門 3:30 徳島少年少女合唱団 創立60周年記念定期演奏会 トクシマ				2:00 第42回徳島県高等学校総合文化祭【郷土芸能・吟詠剣詩舞】 トクシマ		2	
3								3	
4	4:30 もぎたて情報局12月(企画編) キュー					4:00 インフォメーション		4	
5								5	

2023/11/27 更新



「まるっと！とくしま」  
徳島の情報をまるっととまるることお届けします♪  
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