



テレビでまちがもっと楽しくなる
12ch

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8年**1月19日～1月25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**

	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)	25(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 インフォメーション 7:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波	7:00 インフォメーション 7:30 阿南美 あなん	7:00 ビデオスケッチ ※毎週更新 トクシマ	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 すずのとくしまええもん撮ってきたじよ 国府町 7:55 歴史さんぽ かみいた	7:00 お茶の間ミュージック 県南 7:15 長岡活動写真館 東阿波	7:00 徳島県知事記者会見 ※毎週更新 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ	7:00 インフォメーション 7:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波	7
8	7:30 お天気アイ 国府町 8:00 とくしまージャン キュー	7:45 素顔 中央 8:00 かんたんレシピで気軽に作る キュー 8:30 ワイワイEG 鳴門	7:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 7:30 きく・聞く・TV 鳴門 7:45 テレビミュージアム エーアイ 8:15 きんこ ぼのぼのアート エーアイ 8:35 インフォメーション	8:15 あなん歴史探訪 あなん	8:00 コスミのサイエンスTV あなん 8:15 インフォメーション	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	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 かんたんレシピで気軽に作る キュー	8
9	9:00 四国大学吹奏楽部 第40回定期演奏会 トクシマ	9:00 第26回みんなでピアノ物語 1日目 あなん	9:00 徳島商業高校吹奏楽部 定期演奏会 トクシマ	### Mt.高越ヒルクライム2025～修験道おこおっあん 超級山岳に挑む～ 中央 10:00 インフォメーション	### 第43回 県知事杯シニアサッカー決勝「吉野倶楽部 vs TCOSC」 鳴門 10:00 インフォメーション	9:15 へそっこニュース 池田 9:45 こまつしまナウ 東阿波 10:15 きゅートモ☆ キュー 11:15 ステップ トクシマ 11:45 たけ丸情報☆ナビ あなん 12:15 旬感ナビ あなん 12:30 ビデオスケッチ トクシマ	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 とくしまージャン キュー	9
10								10
11	11:00 インフォメーション	11:15 インフォメーション	11:00 インフォメーション					11
12	12:00 インフォメーション 12:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波	12:00 とくしまおいしい散歩 キュー 12:30 阿南美 あなん	12:00 ビデオスケッチ トクシマ	12:00 きらめきレッスン 中央 12:30 県立農林水産総合技術支援セン ターから最新情報 石井 12:45 すずのとくしまええもん撮ってきたじよ 国府町 12:55 歴史さんぽ かみいた 13:00 あなん歴史探訪 あなん 13:15 インフォメーション	12:00 お茶の間ミュージック 県南 12:15 長岡活動写真館 東阿波	12:40 アロハおえ！まちの出来事 おえ	12:00 うたっちゃんお ♪ キュー	12
13	13:00 とくしまージャン キュー	12:45 素顔 中央 13:00 かんたんレシピで気軽に作る キュー 13:30 ワイワイEG 鳴門 13:45 インフォメーション	12:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 12:30 きく・聞く・TV 鳴門 12:45 テレビミュージアム エーアイ 13:15 きんこ ぼのぼのアート エーアイ		13:00 コスミのサイエンスTV あなん 13:30 俺たちのみよし飯 池田	13:00 まるっと！とくしま 共同制作 13:30 テレビミュージアム エーアイ	13:00 ワイワイEG 鳴門 13:25 歴史さんぽ かみいた 13:30 ステップ トクシマ	13
14	14:00 Mt.高越ヒルクライム2025～修験道おこおっあん 超級山岳に挑む～ 中央 15:00 インフォメーション	14:00 第26回みんなでピアノ物語 2日目(前編) あなん	14:00 第43回 県知事杯シニアサッカー決勝「吉野倶楽部 vs TCOSC」 鳴門 15:00 インフォメーション		14:00 徳島商業高校吹奏楽部 定期演奏会 トクシマ	14:00 第26回みんなでピアノ物語 2日目(前編) あなん	16:05 第26回みんなでピアノ物語 2日目(後編) あなん	14
15								15
16		16:10 第26回みんなでピアノ物語 2日目(後編) あなん			16:00 インフォメーション		16:00 徳島商業高校吹奏楽部 定期演奏会 トクシマ	16
17				17:00 まるっと！とくしま 共同制 17:30 へそっこニュース ※毎週更新 池田				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	18:30 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央	18:00 出来事まとめてみるでるで 国府町 県南 18:15 ひまわり笑顔情報局 おえ 18:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 あなん	18:00 こまつしまナウ ※毎週更新 東阿波 18:30 ゆきちゃんのはなエビ おえ 19:00 きゅートモ☆ ※毎週更新 キュー	18:00 ステップ ※毎週更新 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 19:20 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 19:35 ですよん 中央	18:00 コスミのサイエンスTV あなん 18:15 お茶の間ミュージック 中央 18:30 ひまわり笑顔情報局 県南 18:50 すずのとくしまええもん撮ってきたじよ 国府町 19:00 きく・聞く・TV 鳴門 19:15 出来事まとめてみるでるで 国府町 19:30 きんこ ぼのぼのアート エーアイ	18:00 まるっと！とくしま 共同制 18:30 情報ひろば まちスマ 中央 19:00 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
19	19:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) /オーバー・ザ・レインボー(16～) 東阿波 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 ♪ キュー	19:30 インフォメーション 19:45 釣りに行くぜアニキ！ 中央 20:00 出来事まとめてみるでるで 国府町 県南 20:15 ひまわり笑顔情報局	20:00 へそっこニュース 池田 20:30 こまつしまナウ 東阿波 21:00 ゆきちゃんのはなエビ おえ 21:30 とくしまおいしい散歩 キュー	19:50 ステップ トクシマ 20:20 アロハおえ！まちの出来事 おえ 20:40 たけ丸情報☆ナビライト あなん 21:10 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 21:30 俺たちのみよし飯 池田 22:00 まるっと！とくしま 共同制作 22:45 ゆきちゃんのはなエビ おえ 23:00 ですよん 中央	20:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 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 ひまわり笑顔情報局 石井 中央 21:15 ですよん 東阿波 21:30 ぶらぶらミートくん あなん 22:00 長岡活動写真館 東阿波	20:00 たまたま金曜日 トクシマ 20:45 へそっこニュース 池田 21:15 こまつしまナウ 東阿波 21:45 きゅートモ☆ キュー	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) /オーバー・ザ・レインボー(16～) 東阿波	20:00 インフォメーション 20:30 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央	20:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 21:00 ぶらぶらミートくん あなん 21:30 インフォメーション	21:00 へそっこニュース 池田 21:30 とくしまおいしい散歩 キュー	21:00 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 21:30 俺たちのみよし飯 池田 22:00 まるっと！とくしま 共同制作 22:45 ゆきちゃんのはなエビ おえ 23:00 ですよん 中央	20:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 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 ひまわり笑顔情報局 石井 中央 21:15 ですよん 東阿波 21:30 ぶらぶらミートくん あなん 22:00 長岡活動写真館 東阿波	20:00 たまたま金曜日 トクシマ 20:45 へそっこニュース 池田 21:15 こまつしまナウ 東阿波 21:45 きゅートモ☆ キュー	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 ♪	21:45 釣りに行くぜアニキ！ 中央 22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:00 きゅートモ☆ キュー	22:00 俺たちのみよし飯 池田 22:30 ですよん 中央	21:00 県立農林水産総合技術支援セン ひまわり笑顔情報局 石井 中央 21:15 ですよん 東阿波 21:30 ぶらぶらミートくん あなん 22:00 長岡活動写真館 東阿波	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
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	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:00 きゅートモ☆ キュー	22:00 俺たちのみよし飯 池田 22:30 ですよん 中央	22:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 22:45 ゆきちゃんのはなエビ 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	23:00 釣りに行くぜアニキ！ 中央 23:15 旬感ナビ あなん 23:40 アロハおえ！まちの出来事 おえ	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 インフォメーション	23:00 インフォメーション	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	23:00 釣りに行くぜアニキ！ 中央 23:15 旬感ナビ あなん 23:40 アロハおえ！まちの出来事 おえ	23
0	0:00 四国大学吹奏楽部 第40回定期演奏会 トクシマ	0:00 第26回みんなでピアノ物語 1日目 あなん	0:00 徳島商業高校吹奏楽部 定期演奏会 トクシマ	0:00 Mt.高越ヒルクライム2025～修験道おこおっあん 超級山岳に挑む～ 中央 1:00 インフォメーション	0:00 第43回 県知事杯シニアサッカー決勝「吉野倶楽部 vs TCOSC」 鳴門 1:00 徳島商業高校吹奏楽部 定期演奏会 トクシマ	0:00 第26回みんなでピアノ物語 2日目(前編) あなん	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
2	2:00 Mt.高越ヒルクライム2025～修験道おこおっあん 超級山岳に挑む～ 中央	2:00 第26回みんなでピアノ物語 2日目(前編) あなん	2:00 第43回 県知事杯シニアサッカー決勝「吉野倶楽部 vs TCOSC」 鳴門 3:00 インフォメーション		3:00 インフォメーション	2:05 第26回みんなでピアノ物語 2日目(後編) あなん		2
3								3
4		4:20 第26回みんなでピアノ物語 2日目(後編) あなん				4:05 徳島商業高校吹奏楽部 定期演奏会 トクシマ		4
5								5

2026/1/8 更新

「まるっと! とくしま」

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