



テレビでまがもって楽しくなる
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8年3月16日～3月22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

	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(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"今日の運勢" 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	7:00 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 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組	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"今日の運勢" 東阿波	7
8	7:30 お天気アイ 国府町 8:00 とくしまーじゃん キュー	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 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 きんこほのぼののアート エーアイ 8:35 インフォメーション	7:45 すずのどくしまえもん掘ってきたじよ 国府町 7:55 歴史さんぼ かみいた	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	7:20 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ろう キュー	8
9	9:00 令和8年 鳴門市はたちの記念式典 鳴門	9:00 阿南市中学校音楽祭2025 県南	9:00 令和7年度 第42回 徳島県新体操選手権大会-3 東阿波	9:00 令和8年「阿南市二十歳の集」 県南 9:30 インフォメーション	9:00 第20回 THE LAST 2025 新野竹林コンサート【前編】 あなん	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 きゅーとモ☆ キュー	8:40～16:05 【生中継】 とくしまマラソン2026	9
10	11:00 インフォメーション		10:50 令和7年度 第42回 徳島県新体操選手権大会-4 東阿波					10
11	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"今日の運勢" 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	12:00 お茶の間ミュージック 県南 12:15 長岡活動写真館 東阿波	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		11
12	12:30 お天気アイ 国府町 13:00 とくしまーじゃん キュー	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 13:30 ワイワイEG 鳴門	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 きんこほのぼののアート エーアイ	12:45 すずのどくしまえもん掘ってきたじよ 国府町 12:55 歴史さんぼ 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	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	12:40 アロハおえ！まちの出来事 おえ 13:00 まるっと！とくしま 共同制作		12
13	14:00 令和8年「阿南市二十歳の集」 県南 14:30 令和7年度 第42回 徳島県新体操選手権大会-1 東阿波	14:00 上田正樹R&B BAND Special Live2026 石井 15:30 令和7年度 第42回 徳島県新体操選手権大会-2 東阿波	9:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー 15:00 インフォメーション		14:00 第20回 THE LAST 2025 新野竹林コンサート【後編】 あなん 16:30 インフォメーション	14:00 上田正樹R&B BAND Special Live2026 石井 15:30 インフォメーション	19:00～ 【再放送】 とくしまマラソン2026	13
14								14
15								15
16								16
17								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 18:15 ひまわり笑顔情報局 県南 18:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ	18:00 まるっと！とくしま 共同制作 17:30 へそっこニュース ※毎週更新 池田 18:30 こまつしまナウ ※毎週更新 東阿波 18:30 ゆきちゃんのほなエビ おえ	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 ですやん 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 すずのどくしまえもん掘ってきたじよ 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 きんこほのぼののアート エーアイ	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)オーバー・ザ・レインボウ(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	19:00 ぶらぶらミートくん あなん 19:30 インフォメーション	19:00 きゅーとモ☆ ※毎週更新 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 22:30 ですやん 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 長岡活動写真館 東阿波	19:00～ 【再放送】 とくしまマラソン2026	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・レインボウ(16～) 東阿波	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	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 ゆきちゃんのほなエビ おえ 21:30 とくしまおいしい散歩 キュー	21:00 ステップ トクシマ 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 22:30 ですやん 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 長岡活動写真館 東阿波	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♪ キュー	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	22:00 きゅーとモ☆ キュー	23:00 インフォメーション	22:45 ゆきちゃんのほなエビ 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	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	22:30 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
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	23:00 インフォメーション	23:00 インフォメーション	23
0	0:00 令和8年 鳴門市はたちの記念式典 鳴門	0:00 阿南市中学校音楽祭2025 県南	0:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー 1:00 令和7年度 第42回 徳島県新体操選手権大会-3 東阿波	0:00 令和8年「阿南市二十歳の集」 県南 0:30 インフォメーション	0:00 第20回 THE LAST 2025 新野竹林コンサート【前編】 あなん	0:00 上田正樹R&B BAND Special Live2026 石井 1:30 インフォメーション	2026/3/10 更新	0
1								1
2	14:00 令和8年「阿南市二十歳の集」 県南 14:30 令和7年度 第42回 徳島県新体操選手権大会-1 東阿波	3:00 上田正樹R&B BAND Special Live2026 石井	3:00 令和7年度 第42回 徳島県新体操選手権大会-4 東阿波 4:10 インフォメーション		2:15 第20回 THE LAST 2025 新野竹林コンサート【後編】 あなん			2
3								3
4	4:30 インフォメーション	4:30 令和7年度 第42回 徳島県新体操選手権大会-2 東阿波			4:45 インフォメーション			4
5							5	



「まるっと！とくしま」
徳島の情報をまるっとまるごとお届けします！
県内のケーブルテレビ局が協力制作！

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