



テレビごまちがもっと楽しくなる

ケーブルテレビ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4年1月3日～1月9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

	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	9(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	5:55 インフォメーション	6
7	7:00～ 第53回全国ミニバスケットボール大会徳島県予選会 男女準決勝 (12月18日収録)	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 8:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 8:30 阿南美 あなん 8:45 かんたんレシビで気軽に作ろう キュー	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 8:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 キュー	7:00 きゅーとモ☆ 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 9:00 こまつしなナウ 東阿波 9:30 あゆさトレード おえ	7:00 ですよん 中央 7:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 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 8:50 car collection 県南 9:00 インフォメーション	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 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 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	7:00 まとめて出来事 国府町 7:15 きゅーとモ☆ キュー 8:15 へそっこニュース 池田 8:45 こまつしなナウ 東阿波 9:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 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	7
8								8
9								9
10								10
11	11:00～ 【再放送】 第53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	11:00 第40回県高校総合文化祭日本音楽部門ほか トクシマ 13:00 女性をとりまく人権課題 ～私たちが見た部落差別の今～ 令和3年度「みんなが主役の人権啓発推進事 国府町 13:40 阿南美 あなん 14:00 インフォメーション	10:00 第40回県高校総合文化祭音楽部門 (前編) トクシマ 12:00 第40回県高校総合文化祭音楽部門 (後編) トクシマ 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 14:45 ワイワイYEG 鳴門 15:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー	10:00 ダンススタジオひまわり発表会 トクシマ 12:00 令和3年度 犬飼農村舞台公演 トクシマ 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 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 きゅーとモ☆ キュー	10:00 インフォメーション 11:00 ですよん 中央 11:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 12:00 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 12:20 car collection 県南 12:30 インフォメーション 13:00 car collection 県南 13:10 ですよん 中央 13:25 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波 13:55 あゆさトレード おえ 14:25 ステップ(金曜拡大版) トクシマ 15:00 小松島西高校 第71回松西祭〔文化祭〕 東阿波	10:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 10:30 阿南美 あなん 10:45 かんたんレシビで気軽に作ろう！ キュー 11:15 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 12:15 きらり☆夢情報 県南 12:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 13:00 car collection 県南 13:10 ですよん 中央 13:25 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波 13:55 あゆさトレード おえ 14:25 ステップ(金曜拡大版) トクシマ 15:00 小松島西高校 第71回松西祭〔文化祭〕 東阿波	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 11:30 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 12:45 インフォメーション 15:00 小松島西高校 第71回松西祭〔体育祭〕前編 東阿波 16:15 小松島西高校 第71回松西祭〔体育祭〕後編 東阿波	11
12								12
13								13
14								14
15								15
16	16:00 実況eスポーツスタジアム「GUILTY GEAR -STRIVE-徳島大会」 トクシマ 17:30 わくわく育児「離乳食」「沐浴」「歯みがき」(再) エーアイ	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 17:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 17:30 阿南美 あなん 17:45 かんたんレシビで気軽に作ろう キュー	16:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 16:50 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 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 中央	16:00 きゅーとモ☆ キュー 17:00 【生】まるっと！とくしま 共同制作 17:30 へそっこニュース 池田 18:00 こまつしなナウ 東阿波 18:30 あゆさトレード おえ	16:00 ですよん 中央 16:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 17:00 まるっと！とくしま 共同制作 17:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 17:50 car collection 県南 18:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	16:00 まるっと！とくしま 共同制作 17:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 17:50 car collection 県南 18:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ 18:00 もぎたて情報局1月(企画編) キュー	16:15 小松島西高校 第71回松西祭〔体育祭〕後編 東阿波 18:00 もぎたて情報局1月(企画編) キュー	16
17								17
18								18
19	19:00 徳島大学オンライン講演会 第4回 監染 トクシマ 20:05 徳島大学オンライン講演会 第5回 人形浄瑠璃 トクシマ 21:10 徳島大学オンライン講演会 第6回 外国人の視点から見た四国廻路の魅力 トクシマ 22:15 徳島大学オンライン講演会 第7回 徳島県の文化の魅力 トクシマ 23:15 徳島大学オンライン講演会 第8回 第九 アジア・日本公演 トクシマ	19:00 インフォメーション 20:00 第40回県高校総合文化祭日本音楽部門ほか トクシマ 22:00 女性をとりまく人権課題 ～私たちが見た部落差別の今～ 令和3年度「みんなが主役の人権啓発推進事 国府町 22:40 阿南美 あなん 23:00 インフォメーション	19:00 第40回県高校総合文化祭音楽部門 (前編) トクシマ 21:00 第40回県高校総合文化祭音楽部門 (後編) トクシマ 23:00 インフォメーション	19:00 ダンススタジオひまわり発表会 トクシマ 21:00 令和3年度 犬飼農村舞台公演 トクシマ 23:00 インフォメーション	19:00～ 【再放送】 第30回JOCジュニアオリンピックカップハンドボール大会 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	19:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天気アイ(16日～月末) 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 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 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 21:30 Praylist 県南 21:45 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南 21:55 ワイワイYEG トクシマ 22:05 長岡活動写真館 東阿波 22:50 アニマル日和 県南	19:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー 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 21:15 ぶらぶらミートくん あなん 21:30 Praylist 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 22:10 インフォメーション 22:30 紗弥子の産地ゴハン 国府町 22:40 コスミのサイエンスTV あなん	19
20								20
21								21
22								22
23								23
0	0:30 城北高校体育祭 トクシマ	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	0:30 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	0:30 インフォメーション 0:15 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 0:25 紗弥子の産地ゴハン 国府町 0:30 歴史さんぽ かみいた 0:30 長岡活動写真館 東阿波 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	0:30 ぶらぶらミートくん あなん 0:15 Praylist 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	0:30 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 0:45 セニヤde阿南 県南 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 2:00 おしえてドクター！ おえ 2:30 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 3:00 阿南美 あなん 3:15 かんたんレシビで気軽に作ろう！ キュー 3:45 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 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	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	2:30 城南高校体育祭 トクシマ	2:30 おしえてドクター！ おえ 2:50 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 3:30 阿南美 あなん 3:45 かんたんレシビで気軽に作ろう キュー	2:30 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 4:00 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 5:00 インフォメーション	2:30 インフォメーション 3:00 へそっこニュース 池田 4:00 こまつしなナウ 東阿波 4:30 あゆさトレード おえ	3:00 まるっと！とくしま 共同制作 3:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 3:50 car collection 県南 4:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	3:00 阿南美 あなん 3:15 かんたんレシビで気軽に作ろう！ キュー 3:45 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 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		2
3								3
4	4:30 城ノ内高校体育祭 トクシマ	4:30 情報ひろば まちスマ 中央 5:00 インフォメーション	4:30 インフォメーション	4:30 インフォメーション	4:30 インフォメーション			4
5								5

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とまるごとお届けします♪

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



テレビでまちがもっと楽しくなる

けーぶ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4年1月10日～1月16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

	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(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	5:55 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	7:00 たまたま金曜日 トクシマ	7:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	7:00 きゅートモ☆ キュー	7:00 ですやん たけ丸情報☆ナビ 中央 あなん	7:00 まるっと！とくしま 共同制作	7:00 まとめて出来事 きゅートモ☆ 国府町 キュー	7
7:30 セニヤde阿南 県南	7:30 おしえてドクター！ おえ	7:50 ビデオスケッチ トクシマ		7:15 インフォメーション	7:15 インフォメーション	7:30 松本由里子の1CUTウォーキング 県南		
7:45 まとめて出来事 国府町		8:00 セニヤde阿南(※きらり☆夢情報お休みの為) 県南	8:00 あわりボ！ おえ	8:00 あわりボ！ おえ	8:00 セニヤde阿南 県南			
8:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南	8:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波	8:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 キュー	8:15 インフォメーション	8:15 インフォメーション	8:30 Rock Fishing 10 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
8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	8:30 阿南美 あなん		8:30 へそっこニュース 池田	8:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ	9:00 たまたま金曜日 トクシマ	8:45 こまつしまナウ 東阿波		
9:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	8:45 かんたんレシビで気軽に作ろう キュー	9:00 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	9:00 こまつしまナウ 東阿波	9:00 こまつしまナウ 東阿波	9:00 おしえてドクター！ おえ	9:15 たけ丸情報☆ナビ あなん		9
9	9:30 情報ひろば まちスマ 中央		9:30 あゆさトレード おえ	9:30 あゆさトレード おえ				
10	10:00 インフォメーション	10:00 インフォメーション	10:00 第40回県高校総合文化祭音楽部門(前編) トクシマ	10:00 ダンススタジオひまわり発表会 トクシマ	10:00 インフォメーション	10:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波	10:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ	10
11	12:00 小松島西高校 第71回松西祭(文化祭) 東阿波	11:00 第40回県高校総合文化祭日本音楽部門ほか トクシマ			11:00 小松島西高校 第71回松西祭(体育祭)前編 東阿波	10:30 阿南美 あなん	10:20 情報ひろば まちスマ 中央	11
12			12:00 第40回県高校総合文化祭音楽部門(後編) トクシマ	12:00 令和3年度 犬飼農村舞台公演 トクシマ	12:10 小松島西高校 第71回松西祭(体育祭)後編 東阿波	10:45 ビデオスケッチ トクシマ	10:50 ビデオスケッチ トクシマ	12
13	13:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	13:00 女性をとりまく人権課題 ～私たちが見た部落差別の今～ 令和3年度「みんなが主役の人権啓発推進事業」 国府町				12:15 セニヤde阿南(※きらり☆夢情報お休みの為) 県南	11:30 まるっと！とくしま 共同制作	
13:30 セニヤde阿南 県南	13:40 阿南美 あなん				12:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	12:00 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 キュー		
13:45 まとめて出来事 国府町					13:00 car collection 県南	12:45 インフォメーション		13
14:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天 国府町	14:00 インフォメーション	14:00 テレビミュージアム エーアイ	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	14:00 ぶらぶらミートくん あなん	13:10 ですやん 中央			
14:30 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波		14:30 エンジョイあすたむ！ エーアイ	14:15 紗弥子の産地ゴハン 国府町	14:15 Praylist 県南	13:25 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波			
14:35 GO!GO!ヴォルティス おえ	14:30 素顔 エーアイ	14:50 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南	14:25 歴史さんぼ かみいた	14:15 街の料理人 中央		13:55 あゆさトレード おえ		14
14:45 ゴールティスLOVE エーアイ	14:45 ワイワイYEG 鳴門	15:00 きんこほのぼのアート トクシマ	14:30 長岡活動寫真館 東阿波	14:45 コスミのサイエンスTV あなん	14:25 ステップ(金曜拡大版) トクシマ			
14:55 一枚の写真から 国府町	15:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー	15:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ	15:15 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南	15:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ		15:00 小松島西高校 第71回松西祭(文化祭) 東阿波	15:00 小松島西高校 第71回松西祭(体育祭)前編 東阿波	15
15:00 とくしま防災生涯学習講座 企画・徳島県制作・おえ		15:35 きく・聞く・TV 鳴門	15:25 アニマル日和 県南					
15		15:50 おはなしのじかん 国府町	15:30 きらめきレッスン 中央					
16	16:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	16:00 たまたま金曜日 トクシマ	16:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	16:00 きゅートモ☆ キュー	16:00 ですやん 中央			16
16:30 セニヤde阿南 県南	16:30 おしえてドクター！ おえ			16:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	16:15 たけ丸情報☆ナビ あなん			
16:45 まとめて出来事 国府町		16:50 ビデオスケッチ トクシマ	17:00 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
17:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南	17:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波	17:00 セニヤde阿南(※きらり☆夢情報お休みの為) 県南	17:30 へそっこニュース 池田	17:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ				
17:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	17:30 阿南美 あなん	17:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 キュー	17:30 こまつしまナウ 東阿波	17:50 car collection 県南	18:00 もぎたて情報局1月(企画編) キュー			18
18:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	17:45 かんたんレシビで気軽に作ろう キュー	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 こまつしまナウ 東阿波	18:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ				
18	18:30 情報ひろば まちスマ 中央		18:30 あゆさトレード おえ					
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 第40回県高校総合文化祭音楽部門(前編) トクシマ	19:00 ダンススタジオひまわり発表会 トクシマ	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	19:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー	19
20	12:00 小松島西高校 第71回松西祭(文化祭) 東阿波	20:00 第40回県高校総合文化祭日本音楽部門ほか トクシマ				19:30 お天気アイ(16日～月末) 東阿波		
21			21:00 第40回県高校総合文化祭音楽部門(後編) トクシマ	21:00 令和3年度 犬飼農村舞台公演 トクシマ	20:00 小松島西高校 第71回松西祭(体育祭)前編 東阿波	19:35 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波		20
22	22:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	22:00 女性をとりまく人権課題 ～私たちが見た部落差別の今～ 令和3年度「みんなが主役の人権啓発推進事業」 国府町			21:10 小松島西高校 第71回松西祭(体育祭)後編 東阿波	19:40 GO!GO!ヴォルティス おえ	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	
22:30 セニヤde阿南 県南					21:30 テレビミュージアム エーアイ	19:45 おはなしのじかん 国府町	20:15 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南	
22:45 まとめて出来事 国府町	22:40 阿南美 あなん				21:05 エンジョイあすたむ！ エーアイ	20:00 一枚の写真から 国府町	20:25 歴史さんぼ かみいた	
23:00 インフォメーション					21:15 きんこほのぼのアート エーアイ	20:15 きく・聞く・TV 鳴門	20:30 きらめきレッスン 中央	21
23					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	21:15 ぶらぶらミートくん あなん	
0	0:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天 国府町	0:00 インフォメーション	0:00 テレビミュージアム エーアイ	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	0:00 ぶらぶらミートくん あなん	21:45 ワイワイYEG トクシマ	21:30 Praylist 県南	
0:30 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波		0:30 エンジョイあすたむ！ エーアイ	0:15 紗弥子の産地ゴハン 国府町	0:15 ぶらぶらミートくん あなん		21:50 街の料理人 トクシマ	21:45 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南	
0:35 GO!GO!ヴォルティス おえ	0:30 素顔 中央	0:50 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南	0:25 歴史さんぼ かみいた	0:30 まるっと！とくしま 共同制作	0:15 Praylist 県南	22:05 長岡活動寫真館 東阿波	22:10 インフォメーション 中央	
0:45 ゴールティスLOVE エーアイ	0:45 ワイワイYEG 鳴門	1:00 きんこほのぼのアート エーアイ	0:30 長岡活動寫真館 東阿波	0:45 へそっこニュース 池田	0:30 セニヤde阿南 インフォメーション 県南			0
0:55 一枚の写真から 国府町	1:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー	1:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ	1:15 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南	0:50 アロハおえ！まちの出来事 おえ	0:45 コスミのサイエンスTV あなん	1:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南		1
1:00 とくしま防災生涯学習講座 企画・徳島県制作・おえ		1:35 きく・聞く・TV 鳴門	1:25 アニマル日和 県南	0:50 car collection 県南	1:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	1:30 たまたま金曜日 トクシマ		
1		1:50 おはなしのじかん 国府町	1:30 きらめきレッスン 中央	1:00 インフォメーション				
2	2:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	2:00 たまたま金曜日 トクシマ	2:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	2:00 きゅートモ☆ キュー	2:00 ですやん 中央	2:30 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波		2
2:30 セニヤde阿南 県南	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			2:15 たけ丸情報☆ナビ あなん			
2:45 まとめて出来事 国府町		3:00 セニヤde阿南(※きらり☆夢情報お休みの為) 県南	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
3:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南	3:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波	3:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 キュー	3:30 へそっこニュース 池田	3:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ	3:30 car collection 県南	3:00 阿南美 あなん		
3:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	3:30 阿南美 あなん		3:30 こまつしまナウ 東阿波	4:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	4:00 car collection 県南	3:15 かんたんレシビで気軽に作ろう！ キュー		
4:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	3:45 かんたんレシビで気軽に作ろう キュー	4:00 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	4:30 あゆさトレード おえ	4:30 インフォメーション	4:45 セニヤde阿南(※きらり☆夢情報お休みの為) 県南	3:45 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		4
4	4:30 情報ひろば まちスマ 中央				5:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE 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	5:30 car collection 県南			5
5					5:40 ですやん 中央			

「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



テレビでまちがもっと楽しくなる

けいふ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4年1月17日～1月23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

	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(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	5:55 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 10 トクシマフカセロード 県南 8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	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 8:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 8:30 阿南美 県南 8:45 かんたんレシピで気軽に作ろう 県南	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 8:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南	7:00 きゅーとモ☆ キュー 8:15 インフォメーション 8:30 へそっこニュース 池田 9:00 こまつしすなウ 東阿波 9:30 あゆさトレード おえ	7:00 ですよん 中央 7:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 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 car collection 県南 9:00 インフォメーション	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 8:00 セニヤde阿南 県南 8:30 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南 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	7:00 まとめて出来事 国府町 7:15 きゅーとモ☆ キュー 8:15 へそっこニュース 池田 8:45 こまつしすなウ 東阿波 9:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 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	7	
8	9:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	9:30 情報ひろば まちスマ 中央	9:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組	9:00 こまつしすなウ 東阿波 9:30 あゆさトレード おえ	9:00 インフォメーション	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	8:15 へそっこニュース 池田 8:45 こまつしすなウ 東阿波 9:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 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	8	
9	10:00 インフォメーション	10:00 インフォメーション	10:00 インフォメーション	10:00 インフォメーション	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 県南 10:45 かんたんレシピで気軽に作ろう！ 県南 11:15 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 12:15 きらり☆夢情報 県南 12:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 13:00 car collection 県南 13:10 ですよん 中央 13:25 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	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	9	
10	11:00 阿南中学校華曲部 第35回 定期演奏会 県南 11:45 阿南中学校吹奏楽部 第42回 定期演奏会 県南	11:00 羽ノ浦中学校マンドリン部 第30回 定期演奏会 県南	11:00 第4回 チャレンジ！ ザ！ミュージカル 鳴門 2021	11:00 きゅーとモ☆ キュー 12:00 へそっこニュース 池田 12:30 こまつしすなウ 東阿波 13:00 あゆさトレード おえ	11:00 徳島大学ってどんなところ？(第7回) トクシマ 12:00 大陽がん市民公開講座 トクシマ 13:35 ですよん 中央	11:15 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 12:15 きらり☆夢情報 県南 12:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 13:00 car collection 県南 13:10 ですよん 中央 13:25 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	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 県南 12:45 インフォメーション	10	
11	12:45 たまたま金曜日 トクシマ	12:45 たまたま金曜日 トクシマ	12:40 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	12:40 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	12:40 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	12:15 きらり☆夢情報 県南 12:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 13:00 car collection 県南 13:10 ですよん 中央 13:25 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	12:00 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南 12:45 インフォメーション	11	
12	13:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南 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	13:10 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南	13:00 あゆさトレード おえ	13:35 ですよん 中央	13:55 あゆさトレード おえ 14:25 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	13:55 あゆさトレード おえ 14:25 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	12	
13	14:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天気 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 ゴールティスLOVE エーアイ 14:55 一枚の写真から 国府町 15:00 とくしま防災生涯学習講座 企画・徳島県制作・県南	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 県南	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 きんこほのぼのアート トクシマ 15:20 とくしまドローン紀行 そらたび 鳴門 15:35 きく・聞く・TV 県南 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 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	14:00 ぶらぶらミートくん あなん 14:15 Praylist 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・徳島県制作・おえ	15:00 徳島大学公開シンポジウム「エシカル消費の普及に向けて」 トクシマ	15:00 徳島大学公開シンポジウム「エシカル消費の普及に向けて」 トクシマ	13	
14	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 10 トクシマフカセロード 県南 17:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波 18:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	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 17:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 17:30 阿南美 県南 17:45 かんたんレシピで気軽に作ろう 県南	16:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 16:50 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 県南	16:00 きゅーとモ☆ キュー 17:00 まるっと！とくしま 共同制作 17:30 へそっこニュース 池田 17:50 こまつしすなウ 東阿波 18:00 あゆさトレード おえ	16:00 ですよん 中央 16:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 17:00 まるっと！とくしま 共同制作 17:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 17:50 car collection 県南 18:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	16:00 ですよん 中央 16:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 17:00 まるっと！とくしま 共同制作 17:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 17:50 car collection 県南 18:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	16:00 ですよん 中央 16:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 17:00 まるっと！とくしま 共同制作 17:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 17:50 car collection 県南 18:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	14	
15	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)お天気アイ(16日～月末) 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 ゴールティスLOVE エーアイ 20:00 一枚の写真から 国府町 20:15 きく・聞く・TV 県南 20:30 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 県南	19:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 県南	15
16	20:00 阿南中学校華曲部 第35回 定期演奏会 県南 20:45 阿南中学校吹奏楽部 第42回 定期演奏会 県南	20:00 羽ノ浦中学校マンドリン部 第30回 定期演奏会 県南	20:00 第4回 チャレンジ！ ザ！ミュージカル 鳴門 2021	20:00 きゅーとモ☆ キュー 21:00 へそっこニュース 池田 21:30 こまつしすなウ 東阿波 22:00 あゆさトレード おえ	20:00 徳島大学ってどんなところ？(第7回) トクシマ 21:00 大陽がん市民公開講座 トクシマ 22:35 ですよん 中央	20:00 徳島大学ってどんなところ？(第7回) トクシマ 21:00 大陽がん市民公開講座 トクシマ 22:35 ですよん 中央	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 21:00 素顔 県南 21:15 ぶらぶらミートくん あなん 21:30 Praylist 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 22:10 インフォメーション	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 21:00 素顔 県南 21:15 ぶらぶらミートくん あなん 21:30 Praylist 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 22:10 インフォメーション	16
17	22:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南 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 22:45 阿南美 あなん	22:10 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南	22:00 あゆさトレード おえ	22:35 ですよん 中央	22:35 ですよん 中央	22:30 紗弥子の産地ゴハン 国府町 22:40 コスミのサイエンスTV あなん	17	
18	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	23:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天気アイ(16日～月末) 国府町 23:30 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 23:35 GO!GO!ヴォルティス おえ 23:45 ゴールティスLOVE エーアイ 24:00 一枚の写真から 国府町 24:15 きく・聞く・TV 県南 24:30 テレビミュージアム エーアイ	23:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 県南	23:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 県南	18
19	0:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天気 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 ゴールティスLOVE エーアイ 0:55 一枚の写真から 国府町 1:00 とくしま防災生涯学習講座 企画・徳島県制作・県南	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 県南	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 きんこほのぼのアート トクシマ 1:20 とくしまドローン紀行 そらたび 鳴門 1:35 きく・聞く・TV 県南 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 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	0:00 ぶらぶらミートくん あなん 0:15 Praylist 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・徳島県制作・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)	19	
20	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 10 トクシマフカセロード 県南 3:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波 4:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	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 3:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 3:30 阿南美 県南 3:45 かんたんレシピで気軽に作ろう 県南	2:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 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 県南	2:00 きゅーとモ☆ キュー 3:00 インフォメーション 3:30 へそっこニュース 池田 4:00 こまつしすなウ 東阿波 4:30 あゆさトレード おえ	2:00 ですよん 中央 2:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 3:00 まるっと！とくしま 共同制作 3:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 3:50 car collection 県南 4:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	2:00 おしえてドクター！ おえ 2:30 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 3:00 阿南美 県南 3:15 かんたんレシピで気軽に作ろう！ 県南 3:45 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 4:45 きらり☆夢情報 県南 5:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 5:30 car collection 県南 5:40 ですよん 中央	2:00 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)	20	
21	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	5:00 インフォメーション	5:00 きらり☆夢情報 県南 5:30 car collection 県南 5:40 ですよん 中央	5:00 きらり☆夢情報 県南 5:30 car collection 県南 5:40 ですよん 中央	21	
22	6:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 6:30 セニヤde阿南 県南 6:45 まとめて出来事 国府町 7:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南 7:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波 8:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	6:00 たまたま金曜日 トクシマ 6:30 おしえてドクター！ おえ 7:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 7:30 阿南美 県南 7:45 かんたんレシピで気軽に作ろう 県南	6:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 6:50 ビデオスケッチ トクシマ 7:00 きらり☆夢情報 県南 7:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南	6:00 きゅーとモ☆ キュー 7:00 インフォメーション 7:30 へそっこニュース 池田 8:00 こまつしすなウ 東阿波 8:30 あゆさトレード おえ	6:00 ですよん 中央 6:15 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 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 7:50 car collection 県南 8:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	6:00 まるっと！とくしま 共同制作 6:30 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 7:00 セニヤde阿南 県南 7:30 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 8:00 セニヤde阿南 県南 8:30 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南 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	6:00 まとめて出来事 国府町 6:15 きゅーとモ☆ キュー 7:15 へそっこニュース 池田 7:45 こまつしすなウ 東阿波 8:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 9:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南 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	22	
23	9:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	9:30 情報ひろば まちスマ 中央	9:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組	9:00 こまつしすなウ 東阿波 9:30 あゆさトレード おえ	9:00 インフォメーション	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	8:15 へそっこニュース 池田 8:45 こまつしすなウ 東阿波 9:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 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	23	
0	10:00 阿南中学校華曲部 第35回 定期演奏会 県南 10:45 阿南中学校吹奏楽部 第42回 定期演奏会 県南	10:00 羽ノ浦中学校マンドリン部 第30回 定期演奏会 県南	10:00 第4回 チャレンジ！ ザ！ミュージカル 鳴門 2021	10:00 きゅーとモ☆ キュー 11:00 へそっこニュース 池田 11:30 こまつしすなウ 東阿波 12:00 あゆさトレード おえ	10:00 徳島大学ってどんなところ？(第7回) トクシマ 11:00 大陽がん市民公開講座 トクシマ 12:35 ですよん 中央	10:00 徳島大学ってどんなところ？(第7回) トクシマ 11:00 大陽がん市民公開講座 トクシマ 12:35 ですよん 中央	10:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 10:15 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南 10:25 歴史さんぽ かみいた 10:30 きらめきレッスン 中央 11:00 素顔 県南 11:15 ぶらぶらミートくん あなん 11:30 Praylist 県南 11:45 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南 11:55 街の料理人 中央 12:10 インフォメーション	10:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 10:15 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南 10:25 歴史さんぽ かみいた 10:30 きらめきレッスン 中央 11:00 素顔 県南 11:15 ぶらぶらミートくん あなん 11:30 Praylist 県南 11:45 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南 11:55 街の料理人 中央 12:10 インフォメーション	0
1	12:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 12:30 セニヤde阿南 県南 12:45 まとめて出来事 国府町 13:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南 13:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波 14:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	12:00 たまたま金曜日 トクシマ 12:30 おしえてドクター！ おえ 13:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 13:30 阿南美 県南 13:45 かんたんレシピで気軽に作ろう 県南	12:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 12:50 ビデオスケッチ トクシマ 13:00 きらり☆夢情報 県南 13:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南	12:00 きゅーとモ☆ キュー 13:00 インフォメーション 13:30 へそっこニュース 池田 14:00 こまつしすなウ 東阿波 14:30 あゆさトレード おえ	12:00 ですよん 中央 12:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 13:00 まるっと！とくしま 共同制作 13:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 13:50 car collection 県南 14:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	12:00 おしえてドクター！ おえ 12:30 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 13:00 阿南美 県南 13:15 かんたんレシピで気軽に作ろう！ 県南 13:45 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 4:45 きらり☆夢情報 県南 5:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 5:30 car collection 県南 5:40 ですよん 中央	12:00 まとめて出来事 国府町 12:15 きゅーとモ☆ キュー 7:15 へそっこニュース 池田 7:45 こまつしすなウ 東阿波 8:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 9:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南 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	1	
2	15:00 阿南中学校華曲部 第35回 定期演奏会 県南 15:45 阿南中学校吹奏楽部 第42回 定期演奏会 県南	15:00 羽ノ浦中学校マンドリン部 第30回 定期演奏会 県南	15:00 第4回 チャレンジ！ ザ！ミュージカル 鳴門 2021	15:00 きゅーとモ☆ キュー 16:00 へそっこニュース 池田 16:30 こまつしすなウ 東阿波 17:00 あゆさトレード おえ	15:00 徳島大学ってどんなところ？(第7回) トクシマ 16:00 大陽がん市民公開講座 トクシマ 17:35 ですよん 中央	15:00 徳島大学ってどんなところ？(第7回) トクシマ 16:00 大陽がん市民公開講座 トクシマ 17:35 ですよん 中央	15:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 15:15 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南 15:25 歴史さんぽ かみいた 15:30 きらめきレッスン 中央 16:00 素顔 県南 16:15 ぶらぶらミートくん あなん 16:30 Praylist 県南 16:45 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南 16:55 街の料理人 中央 17:10 インフォメーション	15:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 15:15 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南 15:25 歴史さんぽ かみいた 15:30 きらめきレッスン 中央 16:00 素顔 県南 16:15 ぶらぶらミートくん あなん 16:30 Praylist 県南 16:45 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南 16:55 街の料理人 中央 17:10 インフォメーション	2
3	18:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 18:30 セニヤde阿南 県南 18:45 まとめて出来事 国府町 19:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南 19:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波 20:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	18:00 たまたま金曜日 トクシマ 18:30 おしえてドクター！ おえ 19:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 19:30 阿南美 県南 19:45 かんたんレシピで気軽に作ろう 県南	18:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 18:50 ビデオスケッチ トクシマ 19:00 きらり☆夢情報 県南 19:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南	18:00 きゅーとモ☆ キュー 19:00 インフォメーション 19:30 へそっこニュース 池田 20:00 こまつしすなウ 東阿波 20:30 あゆさトレード おえ	18:00 ですよん 中央 18:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 19:00 まるっと！とくしま 共同制作 19:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 19:50 car collection 県南 20:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	18:00 おしえてドクター！ おえ 18:30 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 19:00 阿南美 県南 19:15 かんたんレシピで気軽に作ろう！ 県南 19:45 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 4:45 きらり☆夢情報 県南 5:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 5:30 car collection 県南 5:40 ですよん 中央	18:00 まとめて出来事 国府町 18:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南 7:15 へそっこニュース 池田 7:45 こまつしすなウ 東阿波 8:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 9:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南 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	3	
4	21:00 阿南中学校華曲部 第35回 定期演奏会 県南 21:45 阿南中学校吹奏楽部 第42回 定期演奏会 県南	21:00 羽ノ浦中学校マンドリン部 第30回 定期演奏会 県南	21:00 第4回 チャレンジ！ ザ！ミュージカル 鳴門 2021	21:00 きゅーとモ☆ キュー 22:00 へそっこニュース 池田 22:30 こまつしすなウ 東阿波 23:00 あゆさトレード おえ	21:00 徳島大学ってどんなところ？(第7回) トクシマ 22:00 大陽がん市民公開講座 トクシマ 23:35 ですよん 中央	21:00 徳島大学ってどんなところ？(第7回) トクシマ 22:00 大陽がん市民公開講座 トクシマ 23:35 ですよん 中央	21:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 21:15 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南 21:25 歴史さんぽ かみいた 21:30 きらめきレッスン 中央 22:00 素顔 県南 22:15 ぶらぶらミートくん あなん 22:30 Praylist 県南 22:45 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南 22:55 街の料理人 中央 23:10 インフォメーション	21:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 21:15 ようちえんだより ～神崎幼稚園～ 県南 21:25 歴史さんぽ かみいた 21:30 きらめきレッスン 中央 22:00 素顔 県南 22:15 ぶらぶらミートくん あなん 22:30 Praylist 県南 22:45 ようちえんだより ～はのうら幼稚園～ 県南 22:55 街の料理人 中央 23:10 インフォメーション	4
5	22:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 22:30 セニヤde阿南 県南 22:45 まとめて出来事 国府町 23:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南 23:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波 24:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 おしえてドクター！ おえ 23:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 23:30 阿南美 県南 23:45 かんたんレシピで気軽に作ろう 県南	22:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 22:50 ビデオスケッチ トクシマ 23:00 きらり☆夢情報 県南 23:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南	22:00 きゅーとモ☆ キュー 23:00 インフォメーション 23:30 へそっこニュース 池田 24:00 こまつしすなウ 東阿波 24:30 あゆさトレード おえ	22:00 ですよん 中央 22:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 23:00 まるっと！とくしま 共同制作 23:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 23:50 car collection 県南 24:00 ステップ(金曜拡大版) トクシマ	22:00 おしえてドクター！ おえ 22:30 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波 23:00 阿南美 県南 23:15 かんたんレシピで気軽に作ろう！ 県南 23:45 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 4:45 きらり☆夢情報 県南 5:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 5:30 car collection 県南 5:40 ですよん 中央	22:00 まとめて出来事 国府町 22:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南 7:15 へそっこニュース 池田 7:45 こまつしすなウ 東阿波 8:15 たけ丸情報☆ナビ あなん 9:15 徳島ぬくぬく ふれあいの旅 県南 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	5	

「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ごとお届けします♪

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



令和4年1月24日～1月30日

地上デジタル12ch



「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ごとお届けします♪

毎週木曜
17:00～17:30 他

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ごとお届けします♪

「まるっと！とくしま」

每週木曜
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