



まる
とくしま
12

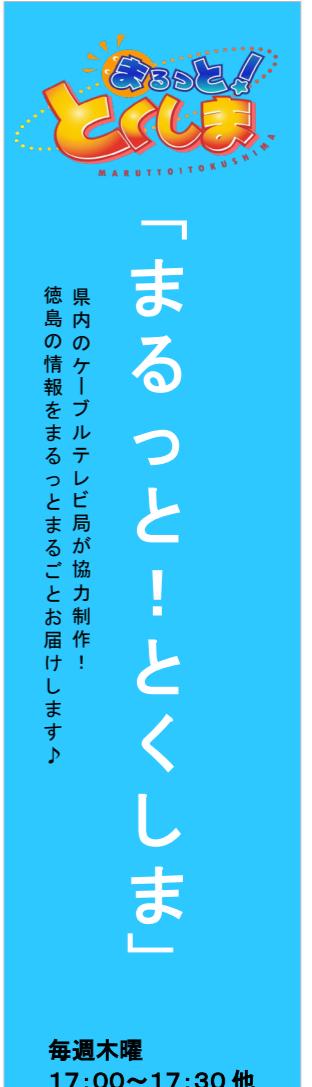
徳島県内のケーブルテレビ局が協力してお届けするチャンネル。地元徳島が主役の番組がいっぱい！

令和7年12月29日～1月4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

| | 29(月) | 30(火) | 31(水) | 1(木) | 2(金) | 3(土) | 4(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 喜多洋子の「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 7:30 お天気アイ 国府町 | 7:00 ビデオスケッチ ※毎週更新 トクシマ 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 岩門 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YEG 岩門 | 7:00 城ノ内高校 体育祭 8:50 城南高校 体育祭 | 7:00 富岡西高校 体育祭 10:00 徳島市立高校 体育祭 | 7:00 科学技術高校 体育祭 8:50 徳島商業高校 体育祭 | 7:00 第31回徳島県小学生陸上競技選手権大会 トクシマ | 7 |
| 8 | 8:00 とくしまージャン キュー | | | | | | | 8 |
| 9 | 9:00 corridor Vol.10 素敵な小屋の演劇祭in 徳島県立小松島高校 前編 東阿波 | 9:00 corridor Vol.10 素敵な小屋の演劇祭in 徳島県立小松島高校 後編 東阿波 | 9:00 阿南中学校箏曲部 第39回 定期演奏会 県南 | | | | | 9 |
| 10 | | | 10:30 阿南中学校吹奏楽部 第46回 定期演奏会 県南 | | | | | 10 |
| 11 | 11:10 未来に引き継げる徳島の実現～魅徳島県 力度UP・安心度UP・透明度UPの取組について～ | | | | | | | |
| 12 | 12:15 九星気学開運法 喜多洋子の「今月の運勢」 東阿波 | 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 13:30 ワイワイYEG 岩門 13:45 インフォメーション | 12:00 ビデオスケッチ トクシマ 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 岩門 12:45 テレビミュージアム エーアイ 13:15 きんこ ほのほのアート エーアイ | 12:05 城北高校 体育祭 | 12:45 川島中高校 体育祭 | 12:45 鳴門渦潮高校 体育祭 | 11:00 第44回徳島県高等学校総合文化祭【音楽】前編 トクシマ | 11 |
| 13 | 12:30 お天気アイ 国府町 | | | | | | | 12 |
| 14 | 13:00 とくしまージャン キュー | | | | | | 13:00 第44回徳島県高等学校総合文化祭【音楽】後編 トクシマ | 13 |
| 15 | | | | | | | | 14 |
| 16 | 16:00 第44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 | | | | | | | 15 |
| 17 | | | | | | | | 16 |
| 18 | 18:00 徳島県記者会見 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組 | | | | | | | 17 |
| 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・ラインボ(16～) Rock Fishing トクシマカセロード 県南 | 19:00 うたっちゃん♪ キュー | 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 | 19:00 うたっちゃん♪ キュー | 18:20 徳島北高校 体育祭 | 18:45 鳴門高校 体育祭 | 18:15 阿南光高校 体育祭 | 18 |
| 20 | 20:00 GO!GO!ウォルティス おえ 20:10 ウォルティス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・ラインボ(16～) Rock Fishing トクシマカセロード 県南 | 20:00 未来に引き継げる徳島の実現～魅徳島県 力度UP・安心度UP・透明度UPの取組について～ | 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 20:15 ひまわり笑顔情報局 県南 | 20:00 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央 | 20:00 富岡東中高校 体育祭 | 21:30 第44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 | 19:30 第2回オブスタクルススポーツ(OCR100m)日本選手権(前編) おえ | 19 |
| 21 | 21:00 未来に引き継げる徳島の実現～魅徳島県 力度UP・安心度UP・透明度UPの取組について～ | 21:00 うたっちゃん♪ | 21:00 釣りに行くぜアニキ！ 中央 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 | 21:45 釣りに行くぜアニキ！ 中央 22:00 たまたま金曜日 トクシマ | 22:15 第44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 | 23:00 インフォメーション | | 20 |
| 22 | 22:00 GO!GO!ウォルティス おえ 22:10 ウォルティスLOVE エーアイ 22:30 Rock Fishing トクシマカセロード 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 | 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ | | | | 22:30 第2回オブスタクルススポーツ(OCR100m)日本選手権(後編) おえ | 21 |
| 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 | | | | | 22 |
| 0 | 0:00 corridor Vol.10 素敵な小屋の演劇祭in 徳島県立小松島高校 前編 東阿波 | 0:00 corridor Vol.10 素敵な小屋の演劇祭in 徳島県立小松島高校 後編 東阿波 | 0:00 阿南中学校箏曲部 第39回 定期演奏会 県南 | 0:00 インフォメーション | 0:00 インフォメーション | 0:00 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 |
| 2 | 2:10 第44回徳島県高等学校総合文化祭【日本音楽】 トクシマ | | 1:15 阿南中学校吹奏楽部 第46回 定期演奏会 県南 | | | | | 2 |
| 3 | 3:10 第44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 | | 2:45 第31回徳島県小学生陸上競技選手権大会 トクシマ | | | | | 3 |
| 4 | | | | | | | | 4 |
| 5 | | | | | | | | 5 |



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
- ・キーユーテレビ
- ・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

2025/12/25 更新



まるっと!
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1月5日~1月11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

| | 5(月) | 6(火) | 7(水) | 8(木) | 9(金) | 10(土) | 11(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 喜多洋女の「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 7:30 お天気アイ 国府町 | 7:00 ビデオスケッチ ※毎週更新 トクシマ 7:30 県立農林水産総合技術支援セン 石井 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YEG 喚門 | 7:00 きらめきレッスン 中央 7:30 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 7:45 きく・聞く・TV 喚門 7:45 テレビミュージアム エーアイ 8:15 きんこ ほのぼのアート エーアイ 8:35 インフォメーション | 7:00 沖茶の間ミュージック 長岡活動寫真館 岡南 東阿波 7:15 徳島県知事記者会見 ※毎週更新 トクシマ 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 | 7:00 徳島県知事記者会見 ※毎週更新 トクシマ 7:15 九星気学開運法 喜多洋女の「今月の運勢」 東阿波 7:23 ビデオスケッチ トクシマ 7:30 お天気アイ 国府町 | 7:00 インフォメーション 7:15 九星気学開運法 喜多洋女の「今月の運勢」 東阿波 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ろう キュー 8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1~15日) /オーバーカー・レイパー(16~) | 7 | |
| 8 | 8:00 とくしまージャン キュー | 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YEG 喚門 | 8:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 8:30 とくしま歴史探訪 あなん | 8:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 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 たまたま金曜日 ※毎週更新 トクシマ | 8:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 8:30 とくしまおいしい散歩 キュー | 8:00 GO!GO!ウォルティス 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 トクシマカセロード キュー 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー | 8 | |
| 9 | 9:00 羽ノ浦中学校マンド リン部 第34回 定期 演奏会 県南 | 9:00 第44回徳島県高等 学校総合文化祭 【音楽】前編 トクシマ | 9:00 令和7年度小松島西 高等学校松西祭 体 育祭 東阿波 | 9:00 令和7年度小松島西 高等学校松西祭 文 化祭 東阿波 | 9:00 羽ノ浦中学校マンド リン部 第34回 定期 演奏会 県南 | 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 キュートモ☆ キュー | 9:00 GO!GO!ウォルティス 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 トクシマカセロード キュー 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー | 9 | |
| 10 | 11:00 インフォメーション | 11:00 インフォメーション | | | 11:00 インフォメーション | 11:15 ステップ トクシマ 11:45 たけ丸情報☆ナビ あなん 12:15 旬感ナウ あなん 12:30 ビデオスケッチ トクシマ | 11:00 とくしまおいしい散歩 キュー 11:45 たけ丸情報☆ナビ あなん 12:15 うたっちゃん♪ キュー 12:40 アロハおえ! まちの出来事 オえ 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 13:30 テレビミュージアム エーアイ | 10 | |
| 11 | 12:00 インフォメーション 12:15 九星気学開運法 喜多洋女の「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 12:30 お天気アイ 国府町 | 12:00 ビデオスケッチ トクシマ 12:30 県立農林水産総合技術支援セン 石井 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YEG 喚門 13:45 インフォメーション | 12:00 きらめきレッスン 中央 12:15 長岡活動寫真館 岡南 東阿波 12:45 すずのとくしまええもん撮ってきたじょ 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 | 12:00 お茶の間ミュージック 長岡活動寫真館 岡南 東阿波 12:15 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 喚門 12:45 テレビミュージアム エーアイ 13:00 あなん歴史探訪 あなん | 12:00 うたっちゃん♪ キュー 12:40 アロハおえ! まちの出来事 オえ 13:00 まるっと! とくしま 共同制作 13:30 おはなしのじかん 国府町 13:35 歴史さんぽ かみいた 13:30 ステップ トクシマ | 12:00 うたっちゃん♪ キュー 12:40 アロハおえ! まちの出来事 オえ 13:00 まるっと! とくしま 共同制作 13:30 おはなしのじかん 国府町 13:35 歴史さんぽ かみいた 13:30 ステップ トクシマ | 11 | |
| 12 | 12:30 お天気アイ 国府町 | 12:30 阿南美 あなん 12:30 とくしまージャン キュー | 12:30 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 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YEG 喚門 | 12:30 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 12:45 すずのとくしまええもん撮ってきたじょ 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 | 12:40 お茶の間ミュージック 長岡活動寫真館 岡南 東阿波 12:50 ビデオスケッチ トクシマ 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 13:30 テレビミュージアム エーアイ | 12:40 お茶の間ミュージック 長岡活動寫真館 岡南 東阿波 12:50 すずのとくしまええもん撮ってきたじょ 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 | 12:40 お茶の間ミュージック 長岡活動寫真館 岡南 東阿波 12:50 すずのとくしまええもん撮ってきたじょ 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 | 12 | |
| 13 | 13:00 とくしまージャン キュー | 13:30 ワイワイYEG 喚門 | 13:30 とくしま歴史探訪 あなん | 13:30 俺たちのみよし飯 池田 | 13:30 テレビミュージアム エーアイ | | 13:00 ワイワイYEG 喚門 13:15 おはなしのじかん 国府町 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 第44回徳島県高等学校総 合文化祭【日本音楽】 トクシマ | 14:00 第44回徳島県高等 学校総合文化祭 【音楽】後編 トクシマ | 14:00 令和7年度 阿南光 高校 体育祭 あなん | 14:00 令和7年度 小松島西 高等学校松西祭 体 育祭 東阿波 | 14:00 令和7年度 阿南光 高校 体育祭 あなん | 14:00 令和7年度 小松島西 高等学校松西祭 文 化祭 東阿波 | | 14 | |
| 15 | | | | | | | | 15 | |
| 16 | 16:00 第44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 | 16:45 第10回美馬ロータリー テレビ阿波 クラブ杯 TAG DREAM.23 | 16:40 インフォメーション | 16:40 令和7年度 小松島西 高等学校松西祭 体 育祭 東阿波 | 16:45 第10回美馬ロータリークラ テレビ阿波 ブ杯 TAG DREAM.23 | 16:15 インフォメーション | | 16 | |
| 17 | 16:30 インフォメーション | 17:00 【主】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 | 17:00 お茶の間ミュージック 中央 18:30 ひまわり笑顔情報局 東阿波 18:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ | 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 18:50 たけ丸情報☆ナビライ あなん 19:20 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 中央 19:35 ですやん あなん | 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 19:00 きく・聞く・TV 喚門 19:15 出来事まとめ みるでるで 国府町 19:30 きんこ ほのぼのアート エーアイ | 18:00 まるっと！とくしま 共同制作 | 17 |
| 18 | 18:00 徳島県知事記者会見 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組 | 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 みるでるで 国府町 18:15 ひまわり笑顔情報局 東阿波 18:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ | 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 18:50 たけ丸情報☆ナビライ あなん 19:20 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 中央 19:35 ですやん あなん | 18:00 お茶の間ミュージック 中央 18:30 ひまわり笑顔情報局 国府町 18:50 すずのとくしまええもん撮ってきたじょ 国府町 19:00 きく・聞く・TV 喚門 19:15 出来事まとめ みるでるで 国府町 19:30 きんこ ほのぼのアート 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 19:00 きく・聞く・TV 喚門 19:15 出来事まとめ みるでるで 国府町 19:30 きんこ ほのぼのアート エーアイ | 18:00 まるっと！とくしま 共同制作 | 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~) Rock Fishing トクシマカセロード 県南 | 19:00 うたっちゃん♪ 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 19:45 釣りに行くぜアニキ！ 中央 | 19:00 きゅートモ☆ ※毎週更新 キュー 20:00 へそっこニュース 池田 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 あなん 21:10 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 中央 21:35 ですやん あなん | 20:00 へそっこニュース 池田 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 あなん 21:10 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 中央 21:35 ですやん あなん | 20:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 20:20 きらめきレッスン 中央 20:40 たけ丸情報☆ナビライ あなん 21:00 県立農林水産総合技術支援セン 石井 21:25 ぶらぶらミートくん あなん | 20:00 たまたま金曜日 トクシマ 20:20 きらめきレッスン 中央 20:40 たけ丸情報☆ナビライ あなん 21:00 ぶらぶらミートくん あなん 21:45 きゅートモ☆ キュー | 20:00 たまたま金曜日 トクシマ 20:20 きらめきレッスン 中央 20:40 たけ丸情報☆ナビライ あなん 21:00 ぶらぶらミートくん あなん 21:45 きゅートモ☆ キュー | 19 |
| 20 | 20:00 GO!GO!ウォルティス オえ エーアイ 20:10 ウォルティスLOVE エーアイ 20:30 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央 | 20:00 インフォメーション 20:00 出来事まとめ みるでるで 国府町 20:15 ひまわり笑顔情報局 東阿波 | 20:00 へそっこニュース 池田 20:30 こまつしまナウ 東阿波 | 20:00 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 あなん 21:10 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 中央 21:35 ですやん あなん | 20:00 へそっこニュース 池田 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 あなん 21:10 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 中央 21:35 ですやん あなん | 20:00 まるっと！とくしま 共同制作 | 20:30 情報ひろば まちスマ 中央 21:00 きく・聞く・TV 喚門 21:15 こまつしまナウ 東阿波 | 20:00 まるっと！とくしま 共同制作 | 20 |
| 21 | 21:00 徳島県知事記者会見 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組 | 21:00 うたっちゃん♪ キュー | 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 21:45 釣りに行くぜアニキ！ 中央 | 21:00 きゅートモ☆ ※毎週更新 キュー 22:00 へそっこニュース 池田 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ | 21:00 きゅートモ☆ ※毎週更新 キュー 22:00 まるっと！とくしま 共同制作 22:30 へそっこニュース 池田 22:45 ゆきちゃんのはなエビ おえ 23:05 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ | 21:00 お茶の間ミュージック 中央 21:30 ひまわり笑顔情報局 国府町 21:45 ぶらぶらミートくん あなん 22:00 まるっと！とくしま 共同制作 22:30 へそっこニュース 池田 22:45 ゆきちゃんのはなエビ おえ 23:05 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ | 21:00 お茶の間ミュージック 中央 21:30 ひまわり笑顔情報局 国府町 21:45 ぶらぶらミートくん あなん 22:00 まるっと！とくしま 共同制作 22:30 へそっこニュース 池田 22:45 ゆきちゃんのはなエビ おえ 23:05 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ | 21:00 お茶の間ミュージック 中央 21:30 ひまわり笑顔情報局 国府町 21:45 ぶらぶらミートくん あなん 22:00 まるっと！とくしま 共同制作 22:30 へそっこニュース 池田 22:45 ゆきちゃんのはなエビ おえ 23:05 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ | 21 |
| 22 | 22:00 GO!GO!ウォルティス オえ エーアイ 22:10 ウォルティスLOVE エーアイ 22:30 Rock Fishing トクシマカセロード 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 22:30 インフォメーション | 22:00 まるっと！とくしま 共同制作 22:30 へそっこニュース 池田 22:45 ゆきちゃんのはなエビ おえ 23:05 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ | 22:00 まるっと！とくしま 共同制作 22:30 へそっこニュース 池田 22:45 ゆきちゃんのはなエビ おえ 23:05 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ | 22:00 釣りに行くぜアニキ！ 中央 22:15 旬感ナビ あなん 23:00 お茶の間ミュージック 中央 23:15 ひまわり笑顔情報局 国府町 23:45 アロハおえ! まちの出来事 おえ | 22:00 釣りに行くぜアニキ！ 中央 22:15 旬感ナビ あなん 23:00 お茶の間ミュージック 中央 23:15 ひまわり笑顔情報局 国府町 23:45 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 | 23:00 インフォメーション | 23:00 釣りに行くぜアニキ！ 中央 23:15 旬感ナビ あなん 23:45 アロハおえ! まちの出来事 おえ | 23:00 釣りに行くぜアニキ！ 中央 23:15 旬感ナビ あなん 23:45 アロハおえ! まちの出来事 おえ | |