



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2月9日~2月15日

地上デジタル12ch

※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

	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(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 7:30 阿南美 あなん 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 からめきレッスン 中央 7:30 県立農林水産総合技術支援セン 石井 7:45 とくしまドローン紀行 そらたび 喚門 7:45 きく・聞く・TV エーアイ 7:45 テレビミュージアム エーアイ 8:15 きんこ ほのほのアート エーアイ 8:35 インフォメーション	7:00 お茶の間ミュージック 須南 東阿波 7:15 長岡活動寫真館	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 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 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 7:23 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 たまたま金曜日 ※毎週更新 トクシマ 8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1~15日) /オーバー・ザ・ラインボ(16~)	7
8	8:00 とくしまージャン キュー 8:15 あなん歴史探訪 あなん	8:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 8:30 うだつ船場 music festival vol.2 テレビ阿波	8:00 うだつ船場 music festival vol.2 テレビ阿波 9:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【前編】 トクシマ	8:00 うだつ船場 music festival vol.2 テレビ阿波 9:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【前編】 トクシマ	9:00 インフォメーション 9:00 うだつ船場 music festival vol.2 テレビ阿波 9:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【前編】 トクシマ	9:00 10:00~ 【生中継】 徳島県議会2月定例会 開会 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	9:00 10:00~ 【生中継】 徳島県議会2月定例会 開会 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	8
9	9:00 阿南市スポーツ祭 【相撲競技】 県南	9:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【前編】 トクシマ	9:00 うだつ船場 music festival vol.2 テレビ阿波	9:00 うだつ船場 music festival vol.2 テレビ阿波	9:00 10:00~ 【生中継】 徳島県議会2月定例会 開会 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	9:00 10:00~ 【生中継】 徳島県議会2月定例会 開会 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	9:00 10:00~ 【生中継】 徳島県議会2月定例会 開会 (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	9
10	11:15 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	11:00 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	11:00 インフォメーション	10
11	12:00 インフォメーション 12:15 九星気学開運法 喜多洋子の「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 12:20 とくしまドローン紀行 そらたび 喚門 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 からめきレッスン 中央 12:20 県立農林水産総合技術支援セン 石井 12:45 きく・聞く・TV エーアイ 12:45 テレビミュージアム エーアイ 13:15 インフォメーション	12:00 へそっこニュース 池田 12:30 こまつしまナウ 東阿波 10:15 きゅーとモ☆ キュー	12:00 お茶の間ミュージック 須南 東阿波 12:15 旬感ナビ トクシマ 12:30 ビデオスケッチ トクシマ 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 13:30 テレビミュージアム エーアイ 14:00 インフォメーション	12:00 お茶の間ミュージック 須南 東阿波 12:15 旬感ナビ トクシマ 12:30 ビデオスケッチ トクシマ 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 13:30 テレビミュージアム エーアイ 14:00 阿南市スポーツ祭 【相撲競技】 県南	11
12	12:30 お天気アイ 国府町	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 喚門	12:30 とくしまドローン紀行 そらたび 喚門 12:45 きく・聞く・TV エーアイ 12:45 テレビミュージアム エーアイ 13:15 インフォメーション	12:30 からめきレッスン 中央 12:45 とくしまドローン紀行 そらたび 喚門 12:55 歴史さんぽ かみいた 13:00 あなん歴史探訪 あなん	12:30 へそっこニュース 池田 12:45 こまつしまナウ 東阿波 10:15 きゅーとモ☆ キュー	12:30 お茶の間ミュージック 須南 東阿波 12:45 旬感ナビ トクシマ 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 14:00 阿南市スポーツ祭 【相撲競技】 県南	12:30 お茶の間ミュージック 須南 東阿波 12:45 旬感ナビ トクシマ 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 14:00 阿南市スポーツ祭 【相撲競技】 県南	12
13	13:00 とくしまージャン キュー 13:30 ワイワイYEG 喚門	13:15 インフォメーション	13:15 インフォメーション	13:15 インフォメーション	13:15 インフォメーション	13:15 インフォメーション	13:15 インフォメーション	13
14	14:00 インフォメーション	14:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	14:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	14:00 第17回 蒼阿祭 ~共創~ 県南	14:00 第17回 蒼阿祭 ~共創~ 県南	14:00 14:40~ 【生中継】 B3リーグ 2025-2026 徳島ガンバロウズVS.山口パッソファイブ (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	14:00 14:40~ 【生中継】 B3リーグ 2025-2026 徳島ガンバロウズVS.山口パッソファイブ (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	14
15	14:00 インフォメーション	14:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	14:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	14:00 第17回 蒼阿祭 ~共創~ 県南	14:00 第17回 蒼阿祭 ~共創~ 県南	14:00 16:15 インフォメーション	14:00 16:15 インフォメーション	15
16	14:00 インフォメーション	14:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	14:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	14:00 第17回 蒼阿祭 ~共創~ 県南	14:00 第17回 蒼阿祭 ~共創~ 県南	14:00 16:15 インフォメーション	14:00 16:15 インフォメーション	16
17	14:00 インフォメーション	14:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	14:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	14:00 第17回 蒼阿祭 ~共創~ 県南	14:00 第17回 蒼阿祭 ~共創~ 県南	14:00 16:15 インフォメーション	14:00 16:15 インフォメーション	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 出来事まとめて みるでる 国府町 18:15 ひまわり笑顔情報局 東南 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	18:00 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 東南 18:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ	18:00 まるっと！とくしま 共同制作 18:30 ひまわり笑顔情報局 東南 18:30 情報ひろば まちスマ 中央 18:50 すのとくしまええもん撮ってきたじょ 国府町	18:00 まるっと！とくしま 共同制作 18:30 ひまわり笑顔情報局 東南 18:30 情報ひろば まちスマ 中央 18:50 すのとくしまええもん撮ってきたじょ 国府町	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・ラインボ(16~) Rock Fishing トグシマカセロード 県南	19:00 うたっちゃんお♪ キュー	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 19:45 インフォメーション	19:00 きゅーとモ☆ ※毎週更新 キュー	19:00 19:00~ 【再放送】 B3リーグ 2025-2026 徳島ガンバロウズVS.山口パッソファイブ (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	19:00 19:00~ 【再放送】 B3リーグ 2025-2026 徳島ガンバロウズVS.山口パッソファイブ (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	19
20	20:00 GO!GO!ウォルティス おえ エーアイ 20:10 ウォルティスLOVE 東阿波	20:30 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央	20:00 出来事まとめて みるでる 国府町 20:15 ひまわり笑顔情報局 東南	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 18:00 ステップ ※毎週更新 トクシマ 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 東南 18:30 アロハおえ！ まちの出来事 おえ	20:00 まるっと！とくしま 共同制作 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 きゅーとモ☆ キュー	20:00 まるっと！とくしま 共同制作 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 きゅーとモ☆ キュー	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 うたっちゃんお♪	21:00 うたっちゃんお♪	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 きゅーとモ☆ キュー	21:00 19:00~ 【再放送】 B3リーグ 2025-2026 徳島ガンバロウズVS.山口パッソファイブ (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	21:00 19:00~ 【再放送】 B3リーグ 2025-2026 徳島ガンバロウズVS.山口パッソファイブ (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	21
22	22:00 GO!GO!ウォルティス おえ エーアイ 22:10 ウォルティスLOVE おえ エーアイ 22:20 Rock Fishing トグシマカセロード 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 22:00 きゅーとモ☆ キュー	22:00 22:00 インフォメーション	22:00 22:45 ゆきちゃんのはなエビ おえ	22:00 22:45 ゆきちゃんのはなエビ 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 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 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
0	0:00 阿南市スポーツ祭 【相撲競技】 県南	0:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【前編】 トクシマ	0:00 うだつ船場 music festival vol.2 テレビ阿波	0:00 0:00 第17回 蒼阿祭 ~共創~ 県南 1:00 インフォメーション	0:00 0:00 インフォメーション	0:00 14:00 阿南市スポーツ祭 【相撲競技】 県南	0:00 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	2:00 インフォメーション	2:00 インフォメーション	2:00 ダンススタジオひまわり 第19回発表会 トクシマ	2:00 2:00 うだつ船場 music festival vol.2 テレビ阿波	2:00 2:15 インフォメーション	2:00 2:15 インフォメーション	2:00 2:15 インフォメーション	1
2	3:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	3:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	3:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	3:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	3:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	3:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	3:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	2
3								3
4								4
5								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する  
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
- ・キーテレ
- ・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

2026/2/8 更新



テレビごまちがもっと楽しくなる  
**12 ふる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2月16日～2月22日

地上デジタル12ch

※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

	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 7:30 阿南美 あなん 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 からめきレッスン 中央 7:30 県立農林水産総合技術支援セン 石井 7:45 とくしまドローン紀行 そらたび 喚門 7:45 きく・聞く・TV エーアイ 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 8:15 インフォメーション	7:00 お茶の間ミュージック 須南 東阿波 7:15 長岡活動寫真館	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 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 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 7:23 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 たまたま金曜日 ※毎週更新 トクシマ 8:30 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～)	7	
8	8:00 とくしまージャン 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 ワイワイYEG 喚門	8:15 あなん歴史探訪 あなん	8:15 あなん歴史探訪 あなん	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	9:00 GO!GO!ウォルティス 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 トクシマカセロード 須南 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー	9:00 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	9	
9	9:00 秋の新舞踊発表会 テレビ阿波	9:00 ダンススタジオひまわり 第19回発表会 トクシマ	9:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【前編】 トクシマ	9:00 インフォメーション	9:00 インフォメーション	9:00 GO!GO!ウォルティス 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 トクシマカセロード 須南 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー	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	10	
10	11:10 インフォメーション			10:00～ 【生中継】 徳島県議会2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2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)	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	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 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 13:30 テレビミュージアム エーアイ	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 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 13:30 テレビミュージアム エーアイ	11
11						12:00 うたっちゃお♪ キュー	12:00 うたっちゃお♪ キュー	12	
12	12:00 インフォメーション 12:15 九星気学開運法 喜多洋子の「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 12:45 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 ビデオスケッチ トクシマ 12:30 阿南美 あなん 12:45 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 12:45 きく・聞く・TV 喚門 12:45 テレビミュージアム エーアイ 13:15 きんこ ほのぼのアート エーアイ			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 13:30 テレビミュージアム エーアイ	13:25 歴史さんぽ かみいた 13:30 ステップ トクシマ	13	
13	13:00 とくしまージャン キュー 13:30 ワイワイYEG 喚門					14:00 第31回徳島県合唱 アンサンブルコンテスト【前編／後編】 トクシマ	14:00 秋の新舞踊発表会 テレビ阿波	14	
14	14:00 うだつ船場 music festival vol.2 テレビ阿波	14:00 第31回徳島県合唱 アンサンブルコンテスト【前編／後編】 トクシマ	14:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ					15	
15								16	
16								17	
17								18	
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		18:00 こまつしまナウ ※毎週更新 東阿波 18:30 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央 18:30 ひまわり笑顔情報局 須南 18:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ	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 須南 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 うたっちゃお♪ キュー 19:00 ふらぶらミートくん あなん 19:30 インフォメーション	18:00 こまつしまナウ ※毎週更新 東阿波 18:30 情報ひろば まちスマ 中央 18:30 ひまわり笑顔情報局 須南 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 うたっちゃお♪ キュー 19:00 ふらぶらミートくん あなん 19:30 インフォメーション	18:00 まるっと！とくしま 共同制作 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 須南 18:50 情報ひろば まちスマ 中央 19:00 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 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 18:15 お茶の間ミュージック 中央 18:30 ひまわり笑顔情報局 須南 18:50 情報ひろば まちスマ 中央 19:00 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 19:30 きんこ ほのぼのアート エーアイ	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 須南	19:00 うたっちゃお♪ キュー 19:00 ふらぶらミートくん あなん 19:30 インフォメーション	19:00 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 須南	19:00 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 須南 20:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 21:00 うたっちゃお♪ キュー 21:00 ふらぶらミートくん あなん 21:30 インフォメーション	19:00 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 須南 20:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 21:00 うたっちゃお♪ キュー 21:00 ふらぶらミートくん あなん 21:30 インフォメーション	19:00 釣りに行くぜアニキ！ 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 石井 21:15 ですやん 東阿波 21:30 ふらぶらミートくん あなん 22:00 長岡活動寫真館 東阿波 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 おえ	19:00 釣りに行くぜアニキ！ 中央 20:00 たまたま金曜日 トクシマ 20:30 きらめきレッスン 中央 21:00 長岡活動寫真館 東阿波 21:45 こまつしまナウ 東阿波 21:45 きゅーとモ☆ キュー 22:00 長岡活動寫真館 東阿波 22:45 ゆきちゃんのはなエビ おえ 23:05 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	19	
20	20:00 GO!GO!ウォルティス おえ エーアイ 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) 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 須南		20:00 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央 20:30 ひまわり笑顔情報局 須南 20:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 21:00 うたっちゃお♪ キュー 21:00 ふらぶらミートくん あなん 21:30 インフォメーション	20:00 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央 20:30 ひまわり笑顔情報局 須南 20:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 21:00 うたっちゃお♪ キュー 21:00 ふらぶらミートくん あなん 21:30 インフォメーション	20:00 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央 20:30 ひまわり笑顔情報局 須南 20:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 21:00 うたっちゃお♪ キュー 21:00 ふらぶらミートくん あなん 21:30 インフォメーション	20:00 たまたま金曜日 トクシマ 20:30 きらめきレッスン 中央 21:00 ふらぶらミートくん あなん 21:45 こまつしまナウ 東阿波 21:45 きゅーとモ☆ キュー 22:00 長岡活動寫真館 東阿波 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 おえ	20:00 たまたま金曜日 トクシマ 20:30 きらめきレッスン 中央 21:00 ふらぶらミートくん あなん 21:45 こまつしまナウ 東阿波 21:45 きゅーとモ☆ キュー 22:00 長岡活動寫真館 東阿波 22:45 ゆきちゃんのはなエビ おえ 23:05 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	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	
22	22:00 GO!GO!ウォルティス おえ 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 須南	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 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:45 ひまわり笑顔情報局 須南 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 おえ	22:45 ひまわり笑顔情報局 須南 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 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	
0	0:00 秋の新舞踊発表会 テレビ阿波	0:00 ダンススタジオひまわり 第19回発表会 トクシマ	0:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【前編】 トクシマ	2:00 インフォメーション	2:00 インフォメーション	0:00 第31回徳島県合唱 アンサンブルコンテスト【前編／後編】 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届けします)	0	
1								1	
2	2:00 うだつ船場 music festival vol.2 テレビ阿波	3:00 第31回徳島県合唱 アンサンブルコンテスト【前編／後編】 トクシマ	2:00 第58回徳島県小学校管楽発表会【後編】 トクシマ	2:00 インフォメーション	2:00 インフォメーション	4:00 秋の新舞踊発表会 テレビ阿波		2	
3								3	
4								4	
5								5	



県内のケーブルテレビ局が協力してお届けする「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

2026/2/13 更新