

※詳しい番組の内容はテレビの番組表 (EPG) でご確認ください

月曜から金曜は 18 時台の番組を翌日の 16 時台まで、19 時台の番組を翌日の 15 時台まで毎時繰り返し放送します。17 時台は文字放送を放送します。

島根県ケーブルテレビ協議会生中継
第18回 竹島の日式典

放送：2月22日(水) 13時30分～

今月22日の「竹島の日」にあわせて島根県民会館(松江市)で開催される記念式典と講演会の模様を現地から生放送でお届け。 ※最長16時まで

おうちで体操

飯南町長生き体操・うんなん幸雲体操 毎日9:00～/14:00～

まめなかね体操 月～金曜 8:50～ ※放送番組により中止あり

安全キラキラ体操 月～金曜 12:50～ ※放送番組により中止あり

えすこに体操 月～金曜 20:50～ ※放送番組により中止あり

112ch 島根県議会定例会 本議会

島根県ケーブルテレビ協議会ネットワーク生中継

放送日程 ※いずれも午前10時～

13日(月)	本会議
16日(木)	本会議 代表質問
17日(金)	本会議 一般質問
20日(月)	本会議 一般質問
21日(火)	本会議 一般質問
24日(金)	本会議 一問一答質問
27日(月)	本会議 委員会付託

112chの見方

11chのデータ放送
 トップ画面

青 ラジオ
 112ch

を選択すると
 112chに移行します。

本議会の模様を生放送
 でご覧ください。

1 水	2 木	3 金	4 土・5 日
18:00 情報NEXT+ 19:00 健康づくり プラス1(ワン) ～糖尿病の悪化を防ごう～ 19:30 気仙沼めっけ 【気仙沼ケーブル ネットワーク制作】 (各番組 2 時間毎)	18:00 NHKためしてガッテン 「風邪インフルよサラバ! 体の中から改造! 計画」 19:00 神主と学ぶ 日本神話 # 25 19:30 地域で育む ふるさとの景観 ～しまね景観賞～ (各番組 2 時間毎)	18:00 情報NEXT+ Friday 19:00 山下時子の 石見行雲流水 19:30 わがと家の人々【再】 ※1 月分 (各番組 2 時間毎)	18:00 情報NEXT+ ダイジェスト 19:00 月刊ビデオタイムス 撮影したビデオ・写真をご投稿ください。 宛先: v-times@bs.kkm.ne.jp  (各番組 2 時間毎)
6 月	7 火	8 水	9 木
18:00 情報NEXT+ Monday 19:00 あいラブせんりゅう 【宮城県 大崎ケーブル テレビ制作】 19:30 つわのミュージアム パスポート (各番組 2 時間毎)	18:00 文字ニュース 情報NEXT+ 19:00 ふるさと木次線 お楽しみ寄席【再】 (各番組 3 時間毎)	18:00 情報NEXT+ Wednesday 19:00 とんと昔があっけな2 ～日本一のへこきじい～ 19:30 探偵社、ぶらり【再】 ※1 月分 (各番組 2 時間毎)	18:00 NHKためしてガッテン 「室内で凍死! ? 低体温が中高年を襲う」 19:00 神主と学ぶ 日本神話 # 26 19:30 まーすぽ【再】 ※1 月分 (各番組 2 時間毎)
10 金	11 土・12 日		
18:00 情報NEXT+ Friday 19:00 月刊ビデオタイムス 【再】 (各番組 2 時間毎)	18:00 情報NEXT+ ダイジェスト 19:00 古代出雲文化シンポジウム 壮大なる出雲の交流 ～国家形成期の出雲をめぐる古代交通～ 基調講演を通して、水・陸交通を駆使 して強大なヤマト王権など近隣諸国と 交流していたとされる古代出雲王国の 謎と痕跡を解き明かす。 (出演) 淑徳大学 森田喜久男教授 (各番組 3 時間毎)		

<p>13 月</p> <p>18:00 情報NEXT+ Monday</p> <p>19:00 藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話</p> <p>19:30 健康づくり プラス1【再】 ～糖尿病の悪化を防ごう～ (各番組 2 時間毎)</p>	<p>14 火</p> <p>18:00 文字ニュース 情報NEXT+</p> <p>19:00 出雲のほそ道</p> <p>19:30 釣り天国！石見</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>15 水</p> <p>18:00 情報NEXT+ Wednesday</p> <p>19:00 聞いて納得！ 営農情報コーナー ～水稻種子の芽出しと 春作業の準備～</p> <p>19:30 あいらぶせんりゅう 【再】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>16 木</p> <p>18:00 NHKためしてガッテン 「アンチエイジングだ！ 肌骨血管一挙に若く保つ方法」</p> <p>19:00 神主と学ぶ 日本神話 #27</p> <p>19:30 いい伊豆見つけた 【静岡県伊豆急 ケーブルネットワーク制作】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>17 金</p> <p>18:00 情報NEXT+ Friday</p> <p>19:00 CATV 情報ネットしまね</p> <p>19:30 サウナ道ノススメ #2 (全6回シリーズ)</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>18 土・19 日</p> <p>18:00 情報NEXT+ ダイジェスト</p> <p>19:00 おくいずも新探訪 ～さらに「奥」へ～</p> <p>19:30 快刀乱麻！どこでも短歌 「明屋海岸吟行ツアー編」 隠岐島内を巡る短歌をテーマにした 地域案内番組。高校生チームから 女子2名を迎え明屋海岸を巡ります。 (各番組 2 時間毎)</p>
<p>20 月</p> <p>18:00 情報NEXT+ Monday</p> <p>19:00 松江の面影 ～セツと八雲の探訪記～</p> <p>19:30 はじめての 菜園生活 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>21 火</p> <p>18:00 文字ニュース 情報NEXT+</p> <p>19:00 荒磯館料理長の 手軽に一品</p> <p>19:30 ふるさと歴史発見！ 【静岡県 浜松ケーブル テレビ制作】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>22 水</p> <p>13:30 生放送 第18回竹島の日式典 【島根県CATV協議会 現地から生中継】</p> <p>18:00 情報NEXT+ Wednesday</p> <p>19:00 まーすぼ</p> <p>19:30 釣り天国！石見 【再】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>23 木 天皇誕生日</p> <p>18:00 NHKためしてガッテン 「さらば！オナラ肩こり 原因は たった1つの癖」</p> <p>19:00 神主と学ぶ 日本神話 #28</p> <p>19:30 とんと昔が あったげな2【再】 ～日本一のへこきじい～</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>24 金</p> <p>18:00 情報NEXT+ Friday</p> <p>19:00 島大病院ちょっと 気になる健康講座</p> <p>19:30 おくいずも新探訪 ～さらに「奥」へ～【再】</p> <p>(各番組 2 時間毎)</p>	<p>25 土・26 日</p> <p>18:00 情報NEXT+ ダイジェスト</p> <p>19:00 文化庁 地域の伝統行事等のための伝承事業 「おかえり日本の祭り」第一弾 文化庁開設のYouTubeチャンネル 「おかえり日本の祭り」の中から、 雲南市内3つの神楽団体をお届け。 (出演) 佐世神楽社中・西日登神楽社中 海潮山王寺神楽和野社中 (各番組 3 時間毎)</p>
<p>27 月</p> <p>18:00 情報NEXT+ Monday</p> <p>19:00 わがと家の人々</p> <p>19:30 CATV 情報ネットしまね 【再】 (各番組 2 時間毎)</p>	<p>28 火 ※議会放送により番組を 変更する場合があります</p> <p>9:30 【生放送】雲南市 議会 3月定例会 市長所信表明 (再放送 18:30/20:00)</p> <p>18:00 文字ニュース 情報NEXT+</p> <p>21:00 仙台発！地域密着・ 音楽情報番組 「BONBON-TV」 【宮城県仙台CATV制作】</p> <p>21:30 探偵社、ぶらり (各番組 2 時間毎)</p>	<p>「投稿BOX うんなん・いいなん」 ～みんなで投稿しよう！～</p> <p>皆さんが撮影した地域行事や風景などの写真を ケーブルテレビのニュース番組で紹介！！ 皆さんからの ご投稿をお待ちしています。</p> <p>(写真投稿の流れ)</p> <p>スマートフォン等で撮影 → 投稿サーバーにアップロード → 投稿者へメール連絡</p> <p>対応形式：JPEG、GIF、PNG 枚数：5枚以内 投稿方法：右記QRコードよりご投稿を お願いします</p> <p>※月刊ビデオタイムスの投稿とは異なります</p>			