

※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 16 時台まで、19 時台の番組を
翌日 15 時台まで 2 時間毎に繰り返し
放送します。
17 時台は文字放送を放送します。

 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 ※112ch で放送

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 12:55～
※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

sound feeling

放送：11月5日(水) 再放送：14日(金)・18日(火)

誰もが一度は聞いたことがある曲をお届けする番組。
様々なジャンルの曲をピアニストの板東沙耶香さんによる演奏でお楽しみください。

今月の曲

ショパン作曲 「ノクターン第20番」「小犬のワルツ」「別れの曲」

112ch 島根県議会定例会 本議会

島根県議会定例会本議会を生中継します。

11月25日(火) 10時～ 本会議

島根県ケーブルテレビ協議会ネットワーク生中継

112ch の見方 11ch のデータ放送トップ画面

 ラジオ
112ch
を選択すると 112ch に移行します。

インターネット施工 キャンペーン実施中

ケーブル 光 インターネット

工事費 一部負担

- ①月額定額料金で使い放題
- ②ウイルス対策ソフトが標準で付いてくる
- ③もしもの時の、お客様電話サポートあり

ご利用環境に合わせて選べるサービスプラン

プラン名	ライト	ベーシック	ベスト	ビジネス	エクストラ
回線速度	3Mbps	10Mbps	50Mbps	100Mbps	1Gbps
月額料金(税込)	3,140円	3,660円	5,230円	6,600円	8,800円

これまでの

NEXT+ がご覧いただけます！



視聴方法①

雲南市・飯南町事務組合のホームページをご覧ください。

視聴方法②

下の QR コードを読み取ってください。



1 土・2 日

10:55 生中継

秋季中国地区高等学校野球大会

1B 準決勝 2 試合

2B 3 位決定戦・決勝

【島根県ケーブルテレビ協議会ネットワーク】

18:00 情報NEXT+ プラス ダイジェスト

19:00 月刊ビデオタイムス

(各番組 2 時間毎)

3 月 文化の日

18:00 ひらたナビ
山ちゃんに行く

18:30 こんにちは
市役所です【再】
※10月分
スマイルキッズ
(斐伊保育所)

19:00

19:30 釣り天国！石見

(各番組 2 時間毎)

4 火

18:00 文字ニュース
情報 NEXT+ プラス

18:30 地域とつながる
チカラ【再】
～木次小学校 ふるさと教育～

19:00 # ヒラタライフ

19:30 情報発信！！
あぐりねっと【再】
～玉ねぎの定植について～

(各番組 2 時間毎)

5 水

18:00 情報NEXT+ プラス
Wednesday

18:30 sound feeling

19:00 月刊
ビデオタイムス
【再】

(各番組 2 時間毎)

6 木

18:00 新番組
NHK 歴史ヒストリア
「あなたの先祖も手伝った!?
伊能忠敬 究極の日本地図」

19:00 スギちゃんの
ごはんのキモチ
聞かせてください

19:30 気仙沼めっけ
【宮城県気仙沼ケーブル
ネットワーク制作】

(各番組 2 時間毎)

7 金

18:00 情報NEXT+ プラス
Friday

18:30 くわいだん
- 怪談 -

19:00 スマイルキッズ
【再】(斐伊保育所)

19:30 ひらたナビ
山ちゃんに行く【再】

(各番組 2 時間毎)

8 土・9 日

18:00 情報NEXT+ プラス
ダイジェスト

19:00 雲南市小学校陸上競技大会
10月9日に行われた雲南市小学校
陸上大会の様子をお送りします。
100メートル、400メートルリレー
などのトラック競技、走り幅跳びと
ジャベリックボール投げのフィールド
競技をダイジェストでお届けします。

(各番組 3 時間毎)

10 月 18:00 情報NEXT+ Monday 18:30 藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話 19:00 スマイルキッズ (大東保育園) 19:30 #ヒラタライフ 【再】 (各番組 2 時間毎)	11 火 18:00 文字ニュース 情報 NEXT+ 18:30 探偵社、ぶらり 19:00 おべたわ！ 〇〇大先生 19:30 釣り天国！石見 【再】 (各番組 2 時間毎)	12 水 18:00 情報NEXT+ Wednesday 18:30 季節を先読み お天気レポート 19:00 荒磯館料理長の 手軽に一品 19:30 スギちゃんの ごはんのキモチ 聞かせてください【再】 (各番組 2 時間毎)	13 木 18:00 NHK 歴史ヒストリア 「薬師寺 千三百年の祈り 国宝東塔 全面解体」 19:00 くわいだん - 怪談 - 【再】 19:30 守る。支える。 しまねの獣医師 ～動物と人と暮らしのために～ (各番組 2 時間毎)	14 金 18:00 情報NEXT+ Friday 18:30 sound feeling 【再】 19:00 スマイルキッズ 【再】(大東保育園①) 19:30 気仙沼めっけ【再】 【宮城県気仙沼ケーブル ネットワーク制作】 (各番組 2 時間毎)	15 土・16 日 18:00 情報NEXT+ ダイジェスト 19:00 いいなん高校情報箱 (各番組 2 時間毎) 地域とつながるチカラ ～三刀屋中学校 ふるさと教育～ 放送：11 月 19 日（水） 再放送：28 日（金） 雲南市の小・中学校に配置されている地域 コーディネーターの存在と役割を紹介し、 地域ぐるみの教育支援についてお伝えて いきます。第 2 回目は三刀屋中学校の取り 組みをご紹介します。
17 月 18:00 情報NEXT+ Monday 18:30 いざ山城 19:00 スマイルキッズ (掛合保育所) 19:30 おべたわ！ 〇〇大先生【再】 (各番組 2 時間毎)	18 火 18:00 文字ニュース 情報 NEXT+ 18:30 sound feeling 【再】 19:00 CATV 情報ネットしまね 19:30 県立中央病院「えにし」 ～扉の向こうに～ (各番組 2 時間毎)	19 水 18:00 情報NEXT+ Wednesday 18:30 地域とつながる チカラ ～三刀屋中学校 ふるさと教育～ 19:00 雲南病院 まめなか生活 19:30 いいなん高校 情報箱【再】 (各番組 2 時間毎)	20 木 18:00 NHK 歴史ヒストリア 「危機は海からやってきた 蒙古襲来とベリー来航」 19:00 地サン地ショー クッキング 19:30 藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話 【再】 (各番組 2 時間毎)	21 金 18:00 情報NEXT+ Friday 18:30 季節を先読み お天気レポート 【再】 19:00 スマイルキッズ 【再】(掛合保育所) 19:30 探偵社、ぶらり 【再】 (各番組 2 時間毎)	22 土・23 日 勤労感謝の日 18:00 情報NEXT+ ダイジェスト 19:00 「生命地域」を未来につなぐ ～しまね・中山間地域セミナー～ 飯南町がまちづくりの将来像に掲げる 「生命地域」をテーマに、食と地域の 関係について考えるセミナーが開催 されました。 講師：京都大学 藤原 辰史 教授 (各番組 3 時間毎)
24 日 振替休日 18:00 おくいずも新探訪 ～さらに「奥」へ～ 18:30 CATV 情報ネット しまね【再】 19:00 スマイルキッズ (来島保育所) 19:30 守る。支える。 しまねの獣医師【再】 ～動物と人と暮らしのために～ (各番組 2 時間毎)	25 火 18:00 文字ニュース 情報 NEXT+ 18:30 季節を先読み お天気レポート【再】 19:00 荒磯館料理長の 手軽に一品【再】 19:30 いざ山城【再】 (各番組 2 時間毎)	26 水 18:00 情報NEXT+ Wednesday 18:30 こんにちは 市役所です 19:00 雲わん☆飯にゃん ダイジェスト 19:30 地サン地ショー クッキング【再】 (各番組 2 時間毎)	27 木 18:00 NHK 歴史ヒストリア 「先生、そりゃムチャです！ ～吉田松陰 人生体当たり～」 19:00 雲南病院 まめなか生活【再】 19:30 県立中央病院「えにし」 ～扉の向こうに～ 【再】 (各番組 2 時間毎)	28 金 18:00 情報NEXT+ Friday 18:30 地域とつながる チカラ【再】 ～三刀屋中学校 ふるさと教育～ 19:00 スマイルキッズ 【再】(来島保育所) 19:30 情報発信！！ あぐりねっと ～地域の生産者訪問！ 2 ～ (各番組 2 時間毎)	29 土・30 日 18:00 情報NEXT+ ダイジェスト 19:00 少年の主張 島根県大会 島根県芸術文化センター グラントワで 9 月 30 日に開催された令和 7 年度 少年の主張 島根県大会。県内各地区大会 から選出された 16 名の中学生が家庭、 学校、地域でのかかわりの中で日頃考 えていることや体験を発表しました。 (各番組 3 時間毎)