



笑顔が  
いいちゃんねる/  
11ch

私たちは地域の皆さんのが笑顔になるチャンネルを目指します！

情報 NEXT+ のニュースは番組ホームページのアーカイブでもご覧いただけます。 ジムクミ 検索

木次放送センター (0854) 42-5800 / 飯南放送センター (0854) 76-3033

※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

おうちで体操

飯南町長生き体操・つんなん幸雲体操  
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

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。

## 島根の魅力発見！ ふるさとうん・いい物語 Vol.9

放送：12月3日（水）再放送：12月12日（金）・16日（火）

来年出土 30 周年を迎える「加茂岩倉遺跡」の紹介をはじめ、  
人里離れた場所にある天空の寺カフェ「峯寺遊山荘」のお食事  
や雲南市内のおすすめのスイーツ、そしてゆったり温泉など  
素晴らしいふるさとの魅力をお届けします。

MONTHLY  
PROGRAM  
GUIDE 11ch



※年末年始休暇のお知らせ  
12月27日（土）～1月4日（日）

インターネット加入 キャンペーン実施中

工事費一部負担

ケーブル光インターネットサービスの加入促進キャンペーンを  
実施しています。詳しくはお問い合わせください。

1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土・7 日
18:00 情報 NEXT+ Monday <sup>プラス</sup>	18:00 文字ニュース 情報 NEXT+ <sup>プラス</sup>	18:00 情報 NEXT+ Wednesday <sup>プラス</sup>	18:00 ネルソンズ岸の 出直し観光大使 #4～#6	18:00 情報 NEXT+ Friday <sup>プラス</sup>	18:00 情報 NEXT+ ダイジェスト
18:30 こんにちは 市役所です【再】 ※11月分	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～ ※11月分	18:30 島根の魅力発見！ ふるさとうん・ いい物語 Vol.9	19:00 スギちゃんの ごはんのキモチ 聞かせてください	18:30 雲わん☆飯にやん ダイジェスト【再】 ※11月分	19:00 月刊ビデオタイムス
19:00 ひらたナビ 山ちゃんと行く お天気スクエア	19:00 釣り天国！石見	19:00 #ヒラタライフ	19:00 やすぎ歩楽里⑩	19:00 おべたわ！ ○○大先生 おくいすも新探訪 ～さらに「奥」へ～ 【再】※11月分	(各番組 2 時間毎)
19:30 (各番組 2 時間毎)	19:30 雲南病院 まめなか生活【再】 ※11月分	19:30 情報発信！！ あぐりねっと【再】 ～地域の生産者訪問！2～ ※11月分	(各番組 2 時間毎)	(各番組 2 時間毎)	(各番組 2 時間毎)
8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土・14 日
18:00 情報 NEXT+ Monday <sup>プラス</sup>	18:00 文字ニュース 情報 NEXT+ <sup>プラス</sup>	18:00 情報 NEXT+ Wednesday <sup>プラス</sup>	18:00 NHK 歴史秘話ヒストリア 「やりたいこと」で強くなる ～宮本武蔵・ 人生必勝の教え～	18:00 情報 NEXT+ Friday <sup>プラス</sup>	18:00 情報 NEXT+ ダイジェスト
18:30 くわいだん - 怪談 -	18:30 藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話	18:30 季節を先読み お天気リポート	19:00 荒磯館料理長の 手軽に一品	18:30 島根の魅力発見！ ふるさとうん・ いい物語 Vol.9【再】	19:00 ローカルリーダーズ ミーティング 2025 in 島根県雲南市
19:00 スマイルキッズ (三刀屋こども園)	19:00 探偵社、ぶらり	19:00 月刊 ビデオタイムス 【再】	19:00 釣り天国！石見 【再】	19:00 スマイルキッズ 【再】(三刀屋こども園)	地域資源を活かした産業創出に取り組む自治体 や中間支援組織、起業家などが全国から集まり、 「雲南から考える—地方創生のこれまでとこれ から」をテーマにシンポジウムが行われました。 その様子をお届けします。
19:30 お天気スクエア 【再】	19:30 ひらたナビ 山ちゃんと行く 【再】	(各番組 2 時間毎)	(各番組 2 時間毎)	(各番組 2 時間毎)	(各番組 3 時間毎)

15 月		16 火		17 水		18 木		19 金		20 土・21 日	
18:00	情報NEXT+ Monday <small>プラス</small>	18:00	文字ニュース 情報NEXT+ <small>プラス</small>	18:00	情報NEXT+ Wednesday <small>プラス</small>	18:00	NHK 歴史秘話ヒストリア 「私たち、幸せになります 戦国を生きた女 『江』姉妹の結婚」	18:00	情報NEXT+ Friday <small>プラス</small>	18:00	情報NEXT+ ダイジェスト
18:30	いざ山城	18:30	島根の魅力発見！ ふるさとうん・いい 物語 Vol.9【再】	18:30	藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話 【再】	19:00	地サン地ショーキッキング	19:00	おくいずも新探訪 ～さらに「奥」へ～	19:00	季節を先読み お天気リポート【再】
19:00	スマイルキッズ (田井保育所・ 海潮こども園)	19:00	CATV 情報ネットしまね	19:00	おべたわ！ ○○大先生【再】	19:30	気仙沼めつけ 【宮城県気仙沼ケーブル ネットワーク制作】	19:30	スマイルキッズ 【再】 (田井保育所・海潮こども園)	19:30	探偵社、ぶらり 【再】
19:30	#ヒラタライフ 【再】  (各番組 2 時間毎)	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)	19:30	（各番組 2 時間毎）	19:30	（各番組 2 時間毎）	19:30	（各番組 2 時間毎）	19:00	対談 ひ孫から見たセツ ドラマ制作者から見たセツ  朝ドラ「ばけばけ」制作統括の橋爪國臣さんと、 八雲とセツのひ孫 小泉凡さんの対談です。 ドラマの裏話もたっぷり交えながらのトークを ぜひお楽しみください。
(各番組 3 時間毎)											

22 月		23 火		24 水		25 木		26 金		27 土・28 日	
18:00	情報NEXT+ Monday <small>プラス</small>	18:00	文字ニュース 情報NEXT+ <small>プラス</small>	18:00	情報NEXT+ Wednesday <small>プラス</small>	18:00	NHK 歴史秘話ヒストリア 「真田一族 戦国最強の絆 ～真田昌幸・信之・幸村 父と子の物語～」	18:00	情報NEXT+ Friday <small>プラス</small>	18:00	情報NEXT+ ダイジェスト
18:30	農業所得の申告 ～収支内訳書の 作成方法～	18:30	季節を先読み お天気リポート 【再】	18:30	こんにちは 市役所です	19:00	いざ山城【再】	19:00	おくいずも新探訪 ～さらに「奥」へ～ 【再】	18:30	ふらっと街めぐり 総集編  Vol.1 <small>放送時間</small> 27日 19:00～ 28日 7:00～  ▼飯南町頓原地区 ▼大東町佐世地区 ▼掛合町多根地区
19:00	スマイルキッズ (桜ヶ台保育所)	19:00	くわいだん -怪談-【再】	19:00	ネルソンズ岸の 出直し観光大使 #4～#6【再】	19:30	地サン地ショーキッキング【再】	19:00	スマイルキッズ 【再】(桜ヶ台保育所)	19:30	Vol.2 <small>放送時間</small> 27日 22:00～ 28日 10:00～  ▼三刀屋町中野地区 ▼大東町幡屋地区 ▼木次町西日登地区
19:30	CATV 情報ネット しまね【再】  (各番組 2 時間毎)	19:30	荒磯館料理長の 手軽に一品【再】  (各番組 2 時間毎)	19:30	（各番組 2 時間毎）	19:30	（各番組 2 時間毎）	19:30	情報発信！！ あぐりねっと ～玉ねぎの管理について～  (各番組 2 時間毎)	19:30	Vol.3 <small>放送時間</small> 27日 25:00～ 28日 13:00～  ▼掛合町入間地区 ▼木次町下熊谷地区 ▼大東町阿用地区  (各番組 3 時間毎)

29 月		30 火・31 水		※年末年始特別編成							
18:00	sound feeling compilation	6:00	雲南市民歳末余芸大会ダイジェスト 第1部								
		7:30	雲南市民歳末余芸大会ダイジェスト 第2部								
19:00	雲わん☆飯にやん 癒し 100% ワン・ニヤン スペシャル  (各番組 2 時間毎)			12月 7日に開催された雲南市民歳末余芸大会の様子を お伝えします。  第1部は前半の8組、第2部は後半の9組の歌や踊 りなど皆様のとっておきの余芸をお楽しみください。							
				（各番組 3 時間毎）							



Instagram



@UNNANYUMENET\_INANNET

Follow Me!

番組のお知らせや収録の  
オフショットなど更新します！  
お気軽にフォローをお願いします！

11ch 雲南市議会 12月定例会

雲南市議会を生中継します。（再放送は同日の18時30分～）

12月 4日（木）9時30分～	市長施政方針
12月 5日（金）9時30分～	一般質問
12月 8日（月）9時30分～	一般質問
12月 9日（火）9時30分～	一般質問
12月10日（水）9時30分～	一般質問

※雲南市議会の放送中、通常番組は112chで放送します。  
雲南市議会と島根県議会の日程が重なった場合は通常  
番組の放送を中止します。

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。

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。

12月 2日（火）10時～	一般質問
12月 3日（水）10時～	一般質問
12月 4日（木）10時～	一般質問
12月 5日（金）10時～	一般質問
12月 8日（月）10時～	一問一答質問
12月 9日（火）10時～	一問一答質問
12月 10日（水）10時～	委員会付託
12月 19日（金）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