

※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：1月7日(水) 再放送：1月16日(金)・20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

「雪の華」「Amazing Grace」「Let It Go ～ありのままで～」

謹賀新年

旧年中は格別の御引き立てを賜り

厚く御礼申し上げます。

本年も相変わらずご愛顧のほどお願い申し上げます。

一月五日より通常通り業務を行います。

雲南市・飯南町事務組合

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 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

1 木 元日 • 2 金 ※年末年始特別編成

6:00 新春 飯南町長 年頭のあいさつ

7:00 新春特番

ニュースで去年をふりかえり

新年企画で年始め SP

昨年放送した「情報 NEXT+」の中からスタッフが
選んだもう一度見たいニュース・話題をお届けして
2025 年を振り返るほか、「新春」をテーマにした
企画、昨年のニュースにちなんだ 3 択クイズの
コーナーなど盛り沢山でお送りします！

(各番組 4 時間毎)

3 土 • 4 日 ※年末年始特別編成

 6:00 sound feeling compilation
【再】※12月29日放送分

 7:00 雲わん☆飯にゃん癒し 100%
ワン・ニャン スペシャル
【再】※12月29日放送分

(各番組 2 時間毎)

 18:00 激辛 !! 地方創生委員会 NL
第 10 弾

 20:00 島根の魅力発見！
ふるさと うん・いい物語
絶景スペシャル
(各番組 3 時間毎)

5 月

 18:00 ひらたナビ
山ちゃんに行く

 19:00 スマイルキッズ
(みなみかも保育園)

 19:30 農業所得の申告
～収支内訳書の作成方法～
【再】※12月分

(各番組 2 時間毎)

6 火

 18:00 文字ニュース
情報 NEXT+

 18:30 情報発信！！
あぐりねっと【再】
～玉ねぎの管理について～
※12月分

19:00 釣り天国！石見

 19:30 つわの
ミュージアム・
パスポート

(各番組 2 時間毎)

7 水

 18:00 情報NEXT+
Wednesday

18:30 sound feeling

 19:00 おべたわ！
〇〇大先生

 19:30 スギちゃん
の
ごはんのキモチ
聞かせてください

(各番組 2 時間毎)

8 木

 18:00 NHK
歴史秘話ヒストリア
「高杉晋作
「愛され・やんちゃ」革命！
～時代を変えた男の魅力～」

 19:00 藤岡大拙と大西友子の
出雲弁よもやま話

 19:30 グラントワチャンネル
グラチャン！

(各番組 2 時間毎)

9 金

 18:00 情報NEXT+
Friday

 18:30 ひらたナビ
山ちゃんに行く
【再】

 19:00 スマイルキッズ
【再】(みなみかも保育園)

19:30 # ヒラタライフ

(各番組 2 時間毎)

10 土 • 11 日

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)

12 月 成人の日 18:00 くわいだん - 怪談 - 18:30 探偵社、ぶらり 19:00 スマイルキッズ (かもめ保育園) 19:30 釣り天国！石見 【再】 (各番組 2 時間毎)	13 火 18:00 文字ニュース プラス 情報 NEXT+ 18:30 いざ山城 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)	14 水 18:00 情報NEXT + プラス Wednesday 18:30 季節を先読み お天気レポート 19:00 月刊 ビデオタイムス 【再】 (各番組 2 時間毎)	15 木 18:00 NHK 歴史秘話ヒストリア 「魔王が棲む 魅惑の城 ～最新研究！織田信長 美しき城づくり～」 19:00 農業所得の申告 ～収支内訳書の作成方法～ 【再】※12 月分 19:30 おべたわ！ 〇〇大先生【再】 (各番組 2 時間毎)	16 金 18:00 情報NEXT + プラス Friday 18:30 sound feeling 【再】 19:00 スマイルキッズ 【再】(かもめ保育園) 19:30 CATV 情報ネットしまね (各番組 2 時間毎)	17 土・18 日 18:00 情報NEXT + プラス ダイジェスト 19:00 いいなん高校情報箱 (各番組 2 時間毎) <div data-bbox="1744 267 2227 552">  </div>
19 月 18:00 情報NEXT + プラス Monday 18:30 #ヒラタライフ 【再】 19:00 スマイルキッズ (三刀屋保育所) 19:30 地サン地ショー クッキング (各番組 2 時間毎)	20 火 18:00 文字ニュース プラス 情報 NEXT+ 18:30 sound feeling 【再】 19:00 おくいずも新探訪 ～さらに「奥」へ～ 19:30 県立中央病院「えにし」 ～扉の向こうに～ (各番組 2 時間毎)	21 水 18:00 情報NEXT + プラス Wednesday 18:30 地域とつながる チカラ ～加茂小学校 ふるさと教育～ 19:00 いいなん高校 情報箱【再】 19:30 くわいだん - 怪談 - 【再】 (各番組 2 時間毎)	22 木 18:00 NHK 歴史秘話ヒストリア 「出雲 縁結びの旅へ！ ～古事記編纂 1300 年 神話の里の物語～」 19:00 探偵社、ぶらり 【再】 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)	23 金 18:00 情報NEXT + プラス 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】(三刀屋保育所) 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)	24 土・25 日 18:00 情報NEXT + プラス ダイジェスト 19:00 新春対談 ～市長と語る 2026 ～ 昨年を振り返りながら、令和7年度から スタートした第3次雲南市総合計画を テーマにこれからのまちづくりについて 市長と雲南市のまちづくりに関わりの 深い方々に語っていただく。 (各番組 2 時間毎)
26 月 18:00 情報NEXT + プラス Monday 18:30 いざ山城【再】 19:00 スマイルキッズ (四ツ葉学園保育所) 19:30 荒磯館料理長の 手軽に一品【再】 (各番組 2 時間毎)	27 火 18:00 文字ニュース プラス 情報 NEXT+ 18:30 季節を先読み お天気レポート【再】 19:00 CATV 情報ネット しまね【再】 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)	28 水 18:00 情報NEXT + プラス Wednesday 19:00 雲わん☆飯にゃん ダイジェスト 19:30 おくいずも新探訪 ～さらに「奥」へ～ 【再】 (各番組 2 時間毎)	29 木 18:00 NHK 歴史秘話ヒストリア 「花魁の真実 ～江戸・ 吉原遊郭の光と影～」 19:00 地サン地ショー クッキング【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)	30 金 18:00 情報NEXT + プラス Friday 18:30 地域とつながる チカラ【再】 ～加茂小学校 ふるさと教育～ 19:00 スマイルキッズ 【再】(四ツ葉学園保育所) 19:30 情報発信！！ あぐりねっと ～地域の生産者訪問！3～ (各番組 2 時間毎)	31 土 18:00 情報NEXT + プラス ダイジェスト 19:00 第34回 しおかぜ駅伝 浜田 - 益田間駅伝競走大会 ～順位・結果速報～ 益田市陸上競技場をスタートし、はまだ お魚市場前でゴールする8区間、40.1 キロのコースを郷土の誇りをかけてタスキ をつなぐ市町村対抗駅伝大会の様子をご 覧ください。 (各番組 3 時間毎)