



テレビごまがもっと楽しくなる
けーぶ312


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4年3月7日～3月13日

※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。

地上デジタル12ch

7(月)		8(火)		9(水)		10(木)		11(金)		12(土)		13(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	6:00 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	5:55 インフォメーション	6	6:00 インフォメーション
7	7:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	7:00 たまたま金曜日 トクシマ	7:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	7:00 きゅーとモ☆ キュー	7:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	7:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	7:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	7:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	7:00 まるっと！とくしま 共同制作	7:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	7:00 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	7	7:30 セニヤde阿南 県南
	7:30 出来事まとめてみるでるで 国府町	7:30 おしえてドクター！ おえ	7:30 ビデオスケッチ トクシマ	8:00 あわりボ！ 鳴門	8:00 あわりボ！ 鳴門	8:00 あわりボ！ 鳴門	8:00 あわりボ！ 鳴門	7:30 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	7:30 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	7:45 出来事まとめてみるでるで 国府町	8:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波		8:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南
8	8:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南	8:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波	8:00 ビデオスケッチ トクシマ	8:00 あわりボ！ 鳴門	8:15 インフォメーション 池田	8:15 インフォメーション 池田	8:15 インフォメーション 池田	8:15 インフォメーション 池田	8:00 セニヤde阿南 県南	8:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南	8:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	8	8:15 へそっこニュース 池田
	8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	8:30 阿南美 あなん	8:15 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー	8:30 へそっこニュース 池田	8:30 へそっこニュース 池田	8:30 へそっこニュース 池田	8:30 へそっこニュース 池田	8:30 へそっこニュース 池田	8:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	8:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波	8:00 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー		8:15 へそっこニュース 池田
9	9:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	9:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組	9:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組	9:00 こまつしまなウ 東阿波	9:00 こまつしまなウ 東阿波	9:00 こまつしまなウ 東阿波	9:00 こまつしまなウ 東阿波	9:00 こまつしまなウ 東阿波	9:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組	9:00 たまたま金曜日 トクシマ	9:00 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	9	9:30 情報ひろば まちスマ 中央
10	10:00 インフォメーション	10:00 インフォメーション	10:00 インフォメーション	10:00 インフォメーション	10:00 インフォメーション	10:00 インフォメーション	10:00 インフォメーション	10:00 インフォメーション	10:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波	10:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波	10:00 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	10	10:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ
11	11:00 若者たち2021 トクシマ	11:00 親みてみて気づいて、子どものお口「口腔機能発達不全症」とは トクシマ	10:00~ 【生中継】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	11:00 第30回西高校定期演奏会 トクシマ	11:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	11:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	11:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	11:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	11:15 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組	11:15 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組	11:15 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	11	11:00 ビデオスケッチ トクシマ
	12	12:00 若者たち2021 トクシマ		12:00 親みてみて気づいて、子どものお口「口腔機能発達不全症」とは トクシマ	12:00 第30回西高校定期演奏会 トクシマ	12:00 ロコモティブシンドローム市民公開講座 トクシマ	12:00 ロコモティブシンドローム市民公開講座 トクシマ	12:00 ロコモティブシンドローム市民公開講座 トクシマ	12:00 ロコモティブシンドローム市民公開講座 トクシマ	12:15 きらり☆夢情報 県南	12:15 きらり☆夢情報 県南		12:15 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー
13	13:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	13:00 令和3年・4年石井町成人式 石井	13:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	13:00 令和4年 小松島市成人式 東阿波	13:00 令和4年 小松島市成人式 東阿波	13:00 令和4年 小松島市成人式 東阿波	13:00 令和4年 小松島市成人式 東阿波	13:00 令和4年 小松島市成人式 東阿波	13:00 car collection 県南	13:00 car collection 県南	13:00 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	13	13:00 情報ひろば まちスマ 中央
14	14:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日~15日)お天 国府町	14:00 インフォメーション		19:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	14:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井	14:00 ぶらぶらミートくん あなん	14:00 ぶらぶらミートくん あなん	14:00 ぶらぶらミートくん あなん	14:00 ぶらぶらミートくん あなん	13:35 あゆさトレード おえ	13:35 あゆさトレード おえ	13:35 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	14
15	14:30 GO!GO!ヴォルティス 中央	14:30 素顔 中央	14:15 紗弥子の産地ゴハン 国府町		14:15 Pray!ist 県南	14:15 Pray!ist 県南	14:15 Pray!ist 県南	14:15 Pray!ist 県南	14:25 ステップ(金曜拡版) トクシマ	14:25 ステップ(金曜拡版) トクシマ	14:25 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	14:30 GO!GO!ヴォルティス エーアイ	
16	14:45 ゴールデンLOVE 一枚の写真から 国府町	14:45 ワイワイYEG 鳴門	15:00~ 【生中継】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	14:25 歴史さんぽ 中央	14:25 街の料理人 中央	14:25 街の料理人 中央	14:25 街の料理人 中央	14:45 コスミのサイエンスTV あなん	14:45 コスミのサイエンスTV あなん	14:45 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	15	14:45 一枚の写真から 国府町	
	15:00 とくしま防災生涯学習講座 企画・徳島県制作・県南	15:00 うたつちやお♪ ※月2更新 キュー		15:15 ようちえんだより ~はのうら幼稚園~ 県南	15:15 ようちえんだより ~はのうら幼稚園~ 県南	15:15 ようちえんだより ~はのうら幼稚園~ 県南	15:15 ようちえんだより ~はのうら幼稚園~ 県南	15:15 ようちえんだより ~はのうら幼稚園~ 県南	15:00 インフォメーション	15:00 インフォメーション		15:00 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	15:00 とくしま防災生涯学習講座 企画・徳島県制作・県南
17	16:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	16:00 たまたま金曜日 トクシマ	19:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	16:00 きゅーとモ☆ キュー	16:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	16:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	16:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	16:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	15:00 わくわく育児「離乳食」「沐浴」「歯みがき」(再) エーアイ	15:00 わくわく育児「離乳食」「沐浴」「歯みがき」(再) エーアイ	15:00 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	17	16:30 セニヤde阿南 県南
	17:00 出来事まとめてみるでるで 国府町	17:00 おしえてドクター！ おえ		17:00 へそっこニュース 池田	17:00 へそっこニュース 池田	17:00 へそっこニュース 池田	17:00 へそっこニュース 池田	17:00 へそっこニュース 池田	17:00 四国大学吹奏楽部第36回定期演奏会 トクシマ	17:00 四国大学吹奏楽部第36回定期演奏会 トクシマ	17:00 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー		16:30 出来事まとめてみるでるで 国府町
18	17:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南	17:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波	19:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	17:30 阿南美 あなん	17:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ	17:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ	17:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ	17:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ	18:05 まるっと！とくしま 共同制作	18:05 まるっと！とくしま 共同制作	18:05 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	18	17:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波
	18:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	18:00 情報ひろば まちスマ 中央		18:00 こまつしまなウ 東阿波	18:00 こまつしまなウ 東阿波	18:00 こまつしまなウ 東阿波	18:00 こまつしまなウ 東阿波	18:00 こまつしまなウ 東阿波	18:05 まるっと！とくしま 共同制作	18:05 まるっと！とくしま 共同制作	18:05 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー		17:45 出来事まとめてみるでるで 国府町
19	19:00 インフォメーション	19:00 インフォメーション	19:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	19:00 インフォメーション	19:00 インフォメーション	19:00 インフォメーション	19:00 インフォメーション	19:00 インフォメーション	18:35 きらり☆夢情報 県南	18:35 きらり☆夢情報 県南	18:35 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	19	19:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日~15日)お天 国府町
	20:00 若者たち2021 トクシマ	20:00 親みてみて気づいて、子どものお口「口腔機能発達不全症」とは トクシマ		20:00 第30回西高校定期演奏会 トクシマ	20:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	20:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	20:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	20:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	19:30 九星気学開運法 善多祥女の"今月の運勢" 東阿波	19:30 九星気学開運法 善多祥女の"今月の運勢" 東阿波	19:30 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー		19:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日~15日)お天 国府町
20	20:00 若者たち2021 トクシマ	20:00 親みてみて気づいて、子どものお口「口腔機能発達不全症」とは トクシマ	19:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	20:00 第30回西高校定期演奏会 トクシマ	20:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	20:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	20:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	20:00 徳島大学ってどんなところ? (第9回) トクシマ	18:50 car collection 県南	18:50 car collection 県南	18:50 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	20	20:00 とくしま防災生涯学習講座 企画・徳島県制作・県南
	21	21:00 若者たち2021 トクシマ		21:00 親みてみて気づいて、子どものお口「口腔機能発達不全症」とは トクシマ	21:00 第30回西高校定期演奏会 トクシマ	21:00 ロコモティブシンドローム市民公開講座 トクシマ	21:00 ロコモティブシンドローム市民公開講座 トクシマ	21:00 ロコモティブシンドローム市民公開講座 トクシマ	21:00 ロコモティブシンドローム市民公開講座 トクシマ	20:45 エンジョイあすたむ！ エーアイ	20:45 エンジョイあすたむ！ エーアイ		20:45 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー
22	22:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	22:00 令和3年・4年石井町成人式 石井	19:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	22:00 令和4年 小松島市成人式 東阿波	22:00 令和4年 小松島市成人式 東阿波	22:00 令和4年 小松島市成人式 東阿波	22:00 令和4年 小松島市成人式 東阿波	22:00 令和4年 小松島市成人式 東阿波	21:15 きんこほのほのアート エーアイ	21:15 きんこほのほのほのアート エーアイ	21:15 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	22	22:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー
	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 インフォメーション	23:00 インフォメーション	21:35 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ	21:35 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ		21:35 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー
0	0:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日~15日)お天 国府町	0:00 インフォメーション	19:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	0:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井	0:00 ぶらぶらミートくん あなん	0:00 ぶらぶらミートくん あなん	0:00 ぶらぶらミートくん あなん	0:00 ぶらぶらミートくん あなん	21:50 ヴォルティスLOVE エーアイ	21:50 ヴォルティスLOVE エーアイ	21:50 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	0	0:30 九星気学開運法 善多祥女の"今月の運勢" 東阿波
1	0:30 GO!GO!ヴォルティス 中央	0:30 素顔 中央		0:15 紗弥子の産地ゴハン 国府町	0:15 Pray!ist 県南	0:15 Pray!ist 県南	0:15 Pray!ist 県南	0:15 Pray!ist 県南	22:05 長岡活動写真館 東阿波	22:05 長岡活動写真館 東阿波	22:05 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー		0:30 GO!GO!ヴォルティス エーアイ
2	0:45 ゴールデンLOVE 一枚の写真から 国府町	0:45 ワイワイYEG 鳴門	19:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	0:25 歴史さんぽ 中央	0:25 街の料理人 中央	0:25 街の料理人 中央	0:25 街の料理人 中央	0:25 街の料理人 中央	22:15 エンジョイあすたむ！ エーアイ	22:15 エンジョイあすたむ！ エーアイ	22:15 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	2	0:45 一枚の写真から 国府町
	1:00 とくしま防災生涯学習講座 企画・徳島県制作・県南	1:00 うたつちやお♪ ※月2更新 キュー		1:15 ようちえんだより ~はのうら幼稚園~ 県南	1:15 ようちえんだより ~はのうら幼稚園~ 県南	1:15 ようちえんだより ~はのうら幼稚園~ 県南	1:15 ようちえんだより ~はのうら幼稚園~ 県南	1:15 ようちえんだより ~はのうら幼稚園~ 県南	22:30 長岡活動写真館 東阿波	22:30 長岡活動写真館 東阿波	22:30 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー		1:00 とくしま防災生涯学習講座 企画・徳島県制作・県南
3	2:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	2:00 たまたま金曜日 トクシマ	19:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	2:00 きゅーとモ☆ キュー	2:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	2:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	2:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	2:00 ですよん 中央 たけ丸情報☆ナビ あなん	22:50 アニマル日和 県南	22:50 アニマル日和 県南	22:50 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	3	2:30 セニヤde阿南 県南
	2:30 出来事まとめてみるでるで 国府町	2:30 おしえてドクター！ おえ		2:30 ビデオスケッチ トクシマ	2:30 インフォメーション 池田	2:30 インフォメーション 池田	2:30 インフォメーション 池田	2:30 インフォメーション 池田	2:30 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	2:30 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	2:30 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー		2:30 出来事まとめてみるでるで 国府町
4	3:00 Rock Fishing 10 トクシマフカセロード 県南	3:00 TV-AWA TwoWeeks News テレビ阿波	19:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	3:00 きらり☆夢情報 県南	3:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ	3:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ	3:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ	3:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ	3:00 まるっと！とくしま 共同制作	3:00 まるっと！とくしま 共同制作	3:00 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	4	3:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波
	3:30 出来事まとめてみるでるで 国府町	3:30 阿南美 あなん		3:00 へそっこニュース 池田	3:00 へそっこニュース 池田	3:00 へそっこニュース 池田	3:00 へそっこニュース 池田	3:00 へそっこニュース 池田	3:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南	3:00 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	3:30 出来事まとめてみるでるで 国府町		3:30 阿南美 あなん
5	4:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	4:00 情報ひろば まちスマ 中央	19:00~ 【再放送】 徳島県議会2月定例会 本会議(閉会) (終了次第、通常編成の番組をお送りします)	4:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組	4:00 こまつしまなウ 東阿波	4:00 こまつしまなウ 東阿波	4:00 こまつしまなウ 東阿波	4:00 こまつしまなウ 東阿波	3:35 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組	3:35 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組	3:35 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	5	4:30 出来事まとめてみるでるで 国府町
	5:00 インフォメーション	5:00 インフォメーション		5:00 インフォメーション	5:00 インフォメーション	5:00 インフォメーション	5:00 インフォメーション	5:00 インフォメーション	3:45 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	3:45 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー	3:45 出来事まとめてみるでるで きゅーとモ☆ 国府町 キュー		4:30 出来事まとめてみるでるで 国府町



「まるっと!とくしま」

徳島の情報をまるっとまるっとすることお届けします♪

県内のケーブルテレビ局が協力制作！

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