



テレビごまがもっと楽しくなる けーぶる12

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14日～3月20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

	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(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	5:55 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 7:30 セニヤde阿南 県南 7:45 出来事まとめてみるでるで 国府町 8:00 Rock Fishing 10 トクシマファカセロード 県南 8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	7:00 たまたま金曜日 トクシマ 7:30 おしえてドクター！ おえ 8:00 TV-AWA TwoWeeks News 県南 8:30 阿南美 あなん 8:45 かんたんレシビで気軽に作ろう キュー	7:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 7:50 ビデオスケッチ トクシマ 8:00 きらり☆夢情報 県南 8:15 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー	7:00 きゅーとモ☆ キュー 8:00 あわりボ！ 鳴門 8:15 インフォメーション 池田 8:30 ヘそっこニュース 県南	7:00 ですよん 中央 7:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	7:00 ですよん 中央 7:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	7:00 まるっと！とくしま 共同制作 7:30 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 8:00 セニヤde阿南 県南 8:15 ヘそっこニュース 池田 8:45 こまつしなウ 東阿波 9:00 おしえてドクター！ おえ	7:00 出来事まとめてみるでるで 国府町 7:15 きゅーとモ☆ キュー 8:15 ヘそっこニュース 池田 8:45 こまつしなウ 東阿波 9:00 おしえてドクター！ おえ 9:15 たけ丸情報☆ナビ あなん
8	9:00 インフォメーション	9:30 情報ひろば まちスマ 中央	9:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ	9:00 こまつしなウ 東阿波 9:30 あゆさトレード おえ	9:00 こまつしなウ 東阿波 9:30 あゆさトレード おえ	9:00 TV-AWA TwoWeeks News 県南 10:30 阿南美 あなん 10:45 かんたんレシビで気軽に作ろう！ キュー	10:00 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 10:20 情報ひろば まちスマ 中央 10:50 ビデオスケッチ トクシマ 11:00 インフォメーション	
9	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 県南 10:30 阿南美 あなん 10:45 かんたんレシビで気軽に作ろう！ キュー	10:00 アロハおえ！ まちの出来事 おえ 10:20 情報ひろば まちスマ 中央 10:50 ビデオスケッチ トクシマ 11:00 インフォメーション	
10	11:00 若者たち2021 トクシマ	11:00 親でみて気づいて、子どものお口「口腔機能発達不全症」とは トクシマ	11:00 てんかんを学ぼう！市民公開講座「～みんなで支えよう～」(前編) トクシマ	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 12:00 ロコモティブシンドローム市民公開講座 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 トクシマ 12:15 きらり☆夢情報 県南 12:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	11:30 まるっと！とくしま 共同制作 12:00 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー 12:45 インフォメーション	
11	13:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	13:00 徳島県立総合高等学校奨励賞交付式 記念講演「スローラン～豊かな人生を～」 エーアイ	13:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 13:30 ビデオスケッチ トクシマ 13:40 きらり☆夢情報 県南	13:00 きゅーとモ☆ キュー	13:00 きゅーとモ☆ キュー	13:00 car collection 県南 13:10 ですよん 中央 13:25 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	13:00 car collection 県南 13:10 ですよん 中央 13:25 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	
12	14:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天 国府町 14:30 九星気学開運法 善多祥女の“今月の運勢” 東阿波 14:35 GO!GO!ヴォルティス おえ 14:45 ヴォルティスLOVE エーアイ 14:55 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	14:00 インフォメーション 14:30 素顔 中央 14:45 ワイワイYEG 鳴門 15:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー	14:00 テレビミュージアム エーアイ 14:30 エンジョイあすたむ！ エーアイ 14:50 ようちえんだより～神崎幼稚園～ 県南 15:20 きんこほのぼののアート トクシマ 15:35 きく・聞く・TV 鳴門 15:50 おはなしのじかん 国府町	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 14:15 紗弥子の産地ゴハン 国府町 14:25 歴史さんぽ かみいた 14:30 長岡活動写真館 東阿波	14:00 ぶらぶらミートくん あなん 14:15 Pray!ist 県南 14:30 街の料理人 中央 14:45 コスミのサイエンスTV あなん 15:00 インフォメーション	14:00 ぶらぶらミートくん あなん 14:15 Pray!ist 県南 14:30 街の料理人 中央 14:45 コスミのサイエンスTV あなん 15:00 インフォメーション	15:00 わくわく育児「離乳食」沐浴「歯みがき」(再) エーアイ	14:00～ 【再放送】 第31回春の小学生全国小学生ドッジボール大会 徳島県予選
13	16:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 16:30 セニヤde阿南 県南 16:45 出来事まとめてみるでるで 国府町 17:00 Rock Fishing 10 トクシマファカセロード 県南 17:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	16:00 たまたま金曜日 トクシマ 16:30 おしえてドクター！ おえ 17:00 TV-AWA TwoWeeks News 県南 17:30 阿南美 あなん 17:45 かんたんレシビで気軽に作ろう キュー	16:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 16:50 ビデオスケッチ トクシマ 17:00 きらり☆夢情報 県南 17:15 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー	16:00 きゅーとモ☆ キュー 17:00 まるっと！とくしま 共同制作 17:30 ヘそっこニュース 池田 18:00 こまつしなウ 東阿波	16:00 ですよん 中央 16:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	16:00 ですよん 中央 16:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	17:00 四国大学吹奏楽部第36回定期演奏会 トクシマ	18:00 インフォメーション
14	18:00 インフォメーション	18:30 情報ひろば まちスマ 中央	18:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ	18:00 こまつしなウ 東阿波 18:30 あゆさトレード おえ	18:00 こまつしなウ 東阿波 18:30 あゆさトレード おえ	18:05 まるっと！とくしま 共同制作 18:35 きらり☆夢情報 県南 18:50 car collection 県南	18:00 インフォメーション	
15	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	19:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天 国府町 19:30 九星気学開運法 善多祥女の“今月の運勢” 東阿波 19:35 GO!GO!ヴォルティス おえ 19:45 ヴォルティスLOVE エーアイ 19:55 一枚の写真から 国府町 20:00 きく・聞く・TV 鳴門 20:15 テレビミュージアム エーアイ	19:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー	
16	20:00 若者たち2021 トクシマ	20:00 親でみて気づいて、子どものお口「口腔機能発達不全症」とは トクシマ	20:00 てんかんを学ぼう！市民公開講座「～みんなで支えよう～」(後編) 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 21:00 ロコモティブシンドローム市民公開講座 トクシマ	20:05 エンジョイあすたむ！ エーアイ 21:05 ヴォルティスLOVE エーアイ 21:15 きんこほのぼののアート エーアイ	20:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 20:15 ようちえんだより～神崎幼稚園～ 県南 20:25 歴史さんぽ かみいた 20:30 きらめきレッスン 中央 21:00 素顔 あなん 21:15 ぶらぶらミートくん 県南 21:30 Pray!ist 県南 21:45 ようちえんだより～はのうら幼稚園～ 県南 21:55 街の料理人 中央 22:10 インフォメーション 22:30 紗弥子の産地ゴハン 国府町 22:40 コスミのサイエンスTV あなん	
17	22:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	22:00 徳島県立総合高等学校奨励賞交付式 記念講演「スローラン～豊かな人生を～」 エーアイ	22:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 22:30 ビデオスケッチ トクシマ 22:40 きらり☆夢情報 県南	22:00 ヘそっこニュース 池田 22:30 こまつしなウ 東阿波	22:00 ヘそっこニュース 池田 22:30 こまつしなウ 東阿波	22:05 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 22:30 ワイワイYEG トクシマ 22:05 長岡活動写真館 東阿波 22:50 アニマル日和 県南	22:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 22:15 ようちえんだより～はのうら幼稚園～ 県南 22:25 アニマル日和 県南 22:30 きらめきレッスン 中央	
18	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 まるっと！とくしま 共同制作 23:30 インフォメーション	23:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天 国府町 23:30 九星気学開運法 善多祥女の“今月の運勢” 東阿波 23:35 GO!GO!ヴォルティス おえ 23:45 ヴォルティスLOVE エーアイ 23:55 一枚の写真から 国府町 0:00 きく・聞く・TV 鳴門 0:15 テレビミュージアム エーアイ	23:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー	
19	0:00 とれたて新鮮アグリプロ(1日～15日)お天 国府町 0:30 九星気学開運法 善多祥女の“今月の運勢” 東阿波 0:35 GO!GO!ヴォルティス おえ 0:45 ヴォルティスLOVE エーアイ 0:55 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	0:00 インフォメーション 0:30 素顔 中央 0:45 ワイワイYEG 鳴門 1:00 うたっちゃお♪ ※月2更新 キュー	0:00 テレビミュージアム エーアイ 0:30 エンジョイあすたむ！ エーアイ 0:50 ようちえんだより～神崎幼稚園～ 県南 1:20 きんこほのぼののアート トクシマ 1:35 きく・聞く・TV 鳴門 1:50 おはなしのじかん 国府町	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 0:15 紗弥子の産地ゴハン 国府町 0:25 歴史さんぽ かみいた 0:30 長岡活動写真館 東阿波	0:00 ぶらぶらミートくん あなん 0:15 Pray!ist 県南 0:30 街の料理人 中央 0:45 コスミのサイエンスTV あなん 1:00 インフォメーション	0:00 ぶらぶらミートくん あなん 0:15 Pray!ist 県南 0:30 街の料理人 中央 0:45 コスミのサイエンスTV あなん 1:00 インフォメーション	0:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 0:30 セニヤde阿南 県南 0:45 インフォメーション	0:00 放送休止(徳島県内のインフォメーションをお届けします)
20	2:00 松本由里子の1CUTウォーキング 県南 2:30 セニヤde阿南 県南 2:45 出来事まとめてみるでるで 国府町 3:00 Rock Fishing 10 トクシマファカセロード 県南 3:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅 東阿波	2:00 たまたま金曜日 トクシマ 2:30 おしえてドクター！ おえ 3:00 TV-AWA TwoWeeks News 県南 3:30 阿南美 あなん 3:45 かんたんレシビで気軽に作ろう キュー	2:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 2:50 ビデオスケッチ トクシマ 3:00 きらり☆夢情報 県南 3:15 徳島ぬくぬくふれあいの旅 キュー	2:00 きゅーとモ☆ キュー 3:00 インフォメーション 3:30 ヘそっこニュース 池田 4:00 こまつしなウ 東阿波	2:00 ですよん 中央 2:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	2:00 ですよん 中央 2:15 たけ丸情報☆ナビ あなん	2:00 おしえてドクター！ おえ 2:30 TV-AWA TwoWeeks News 県南 3:00 阿南美 あなん 3:15 かんたんレシビで気軽に作ろう！ キュー	2:00 おしえてドクター！ おえ 2:30 TV-AWA TwoWeeks News 県南 3:00 阿南美 あなん 3:15 かんたんレシビで気軽に作ろう！ キュー
21	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	4:30 情報ひろば まちスマ 中央	4:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ	4:00 こまつしなウ 東阿波 4:30 あゆさトレード おえ	4:00 こまつしなウ 東阿波 4:30 あゆさトレード おえ	4:45 きらり☆夢情報 県南 5:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	4:45 きらり☆夢情報 県南 5:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	
22	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	5:30 car collection 県南 5:40 ですよん 中央	5:30 car collection 県南 5:40 ですよん 中央	

徳島県内のケーブルテレビ局が協力制作！
「まるっと！とくしま」
徳島の情報をまるっとまるっとお届けします♪

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