



# 11チャンネル、112チャンネル まげなねっと番組表

令和6年11月1日からの番組です。放送内容は変更することがあります。



|       | 1日～10日   | 11日～20日  | 21日～月末                                 |
|-------|--|--|--|
| 6:00  | 00分 まちの話題<br>30分 3分クッキング・くらしの情報                | 45分 教育委員会からのお知らせ                               |  |
| 9:00  | まげな体操＆ストレッチ・ヨガ 講師：健康運動指導士 宇山民代さん               |  |  |
| 9:30  | 島大病院ちょっと気になる健康講座                               |  |  |
| 10:00 | 藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話                            |  |  |
| 10:15 | おくいずも新探訪                                       |  |  |
| 10:30 | 荒磯館料理長の手軽に一品                                   |  |  |
| 11:00 | 00分 まちの話題<br>30分 3分クッキング・くらしの情報                | 45分 教育委員会からのお知らせ                               |  |
| 13:00 | まげな体操 講師：健康運動指導士 宇山民代さん                        |  |  |
| 13:20 | グラントワチャンネル<br>(ひとまろビジョン制作)                     | ネルソンズ岸の出直し観光大使<br>#5「レッツPR！」<br>(山陰ケーブルビジョン制作) | 島根の魅力発見！<br>ふるさと うん・いい物語<br>(雲南夢ネット制作) |
|       | 00分 まちの話題<br>30分 3分クッキング・くらしの情報                | 45分 教育委員会からのお知らせ                               |  |
| 17:00 | 情報ネットしまね                                       |  |  |
| 17:30 | 川本警察署からのお知らせ                                   |  |  |
| 18:00 | 釣り天国！石見  |  |  |
| 18:15 | いざ山城   |  |  |
| 18:30 | くわいだん 一怪談一                                     |  |  |
| 18:45 | 探偵社、ぶらり。                                       |  |  |
| 19:00 | いざまつち  |  |  |
| 19:30 | ひらたナビ 山ちゃんと行く                                  |  |  |
| 19:45 | おべたわ！〇〇大先生                                     |  |  |
| 20:00 | まげな健康講座<br><br>00分 まちの話題<br>30分 3分クッキング・くらしの情報 | 45分 教育委員会からのお知らせ                               |  |
| 24:00 | < 翌朝6時まで放送休止 >                                 |  |  |

## ★毎月1日更新番組

- ・川本警察署からのお知らせ
- ・おべたわ！〇〇大先生
- ・ひらたナビ 山ちゃんと行く
- ・いざ山城

## ★毎月11日更新番組

- ・探偵社、ぶらり。
- ・くわいだん 一怪談一
- ・荒磯館料理長の手軽に一品
- ・まげな健康講座
- ・出雲弁よもやま話
- ・釣り天国！石見

## ★毎月21日更新番組

- ・島大病院ちょっと気になる 健康講座
- ・情報ネットしまね
- ・いざまつち
- ・おくいずも新探訪

## ★不定期更新番組

- ・島根の魅力発見！  
ふるさと うん・いい物語
- ・グラントワチャンネル
- ・えにしへ~扉の向こうに~
- ・どこ行く？れきはく！
- ・はまだの美術館情報
- ・ぶらり益田旅

〈お問い合わせ〉

〒696-8501  
川本町大字川本271-3  
川本町役場  
まちづくり推進課  
電話0855-72-0634

## 2025秋季中国地区高等学校野球大会

令和7年度 島根県高等学校秋季野球大会において島根中央高校男子硬式野球部が見事優勝を果たし、10月24日より、山口県で開催される中国地区大会への出場が決定しました。

島根県ケーブルテレビ協議会では、中国地区大会を現地より生中継で放送予定です。

放送日時は、川本町公式LINE、告知放送でお知らせします。  
ぜひご覧ください。

