



# 11チャンネル、112チャンネル まげなねつと番組表



令和8年2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 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 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	映画「遥かな町へ」 錦織良成監督 独占インタビュー (山陰ケーブルビジョン制作)	小泉セツをもっとよく知るための レクチャーシリーズ セツの語りと八雲の創作 越境文学としてのKWAIDAN (山陰ケーブルビジョン制作)	小泉セツをもっとよく知るための レクチャーシリーズ 声に出して読みたい『怪談』 (山陰ケーブルビジョン制作)
	00分 まちの話題 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	いずまっち		
19:30	ひらたナビ 山ちゃんに行く		
19:45	おべたわ！〇〇大先生		
20:00	まげな健康講座 00分 まちの話題 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 山ちゃんに行く
- ・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
- ・いずまっち
- ・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 つん・いりい物語
- ・グラント7チャンネル
- ・えにし～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

## 112チャンネル 番組情報

### 《中継》第498回島根県議会

2月12日、19日、20日、24日～27日、  
3月2日～4日、12日

※各日10時より放送予定

※放送予定は変更することがあります

### 《中継》第21回「竹島の日」記念式典

竹島・北方領土返還要求運動県民大会  
2月22日(日) 13:30～16:00

島根県民会館より生中継で放送予定

(島根県ケーブルテレビ協議会ネットワーク生中継)

