



テレビでまち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6年10月28日～11月3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。
※テレビトクシマのエリアでは0:00～7:00はインフォメーションをお送りします

地上デジタル12ch


	28(月)	29(火)	30(水)	31(木)	1(金)	2(土)	3(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	
7	7:00 インフォメーション 7:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:30 お天気アイ 国府町	7:00 インフォメーション 7:30 阿南美 あなん 7:45 素顔 中央 8:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 8:30 ワイワイYEG 鳴門	7:00 ビデオスケッチ ※毎週更新 トクシマ 7:10 おはなしのじかん 国府町 7:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 7:30 さく・聞く・TV 鳴門 7:45 テレミュージアム エーアイ 8:15 きんこぼのぼのアート エーアイ 8:35 インフォメーション	7:00 きらめきレッスン 中央 7:30 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 7:45 紗弥子の産地コハン 国府町 7:55 歴史さんぽ かみいた	7:00 街の料理人 中央 7:15 長岡活動寫真館 東阿波	7:00 徳島県知事記者会見 ※毎週更新 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組 8:00 コスミのサイエンスTV あなん 8:15 インフォメーション	7:00 インフォメーション 7:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:23 ビデオスケッチ トクシマ 7:30 お天気アイ 国府町 8:00 インフォメーション	7:00 インフォメーション 7:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:23 ビデオスケッチ トクシマ 7:30 お天気アイ 国府町 8:00 インフォメーション	7
8	8:00 インフォメーション	8:00 インフォメーション	8:00 インフォメーション	8:00 インフォメーション	8:00 インフォメーション	8:00 インフォメーション	8:00 インフォメーション	8	
9	9:00 インフォメーション	9:00 徳島市立高等学校体育祭 トクシマ	9:00 徳島北高等学校体育祭 トクシマ	9:00 鳴門高校「Educationプログラム」プレ講座 鳴門	9:00 第39回交流芸能大会～三世代交流～ トクシマ	9:00 たまたま金曜日 ※毎週更新 トクシマ 9:00 ひまわり笑顔情報局 県南 9:15 へそっこニュース 池田 9:45 こまつしまナウ 東阿波 10:15 きゅートモ☆ キュー	9:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバー・ザ・レインボー(16～) 9:00 GO!GO!ヴォルテイス おえ 9:10 ヴォルテイスLOVE エーアイ 9:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 9:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー	9:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバー・ザ・レインボー(16～) 9:00 GO!GO!ヴォルテイス おえ 9:10 ヴォルテイスLOVE エーアイ 9:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 9:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー	9
10								10	
11								11	
12	12:00 インフォメーション 12:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 12:30 お天気アイ 国府町	12:00 とくしまおいしい散歩 キュー 12:30 阿南美 あなん 12:45 素顔 中央 13:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 13:30 ワイワイYEG 鳴門	12:00 ビデオスケッチ トクシマ 12:10 おはなしのじかん 国府町 12:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 12:30 さく・聞く・TV 鳴門 12:45 テレミュージアム エーアイ 13:15 きんこぼのぼのアート エーアイ	12:00 きらめきレッスン 中央 12:30 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 12:45 紗弥子の産地コハン 国府町 12:55 歴史さんぽ かみいた 13:00 あなん歴史探訪 あなん	12:00 街の料理人 中央 12:15 長岡活動寫真館 東阿波	12:00 街の料理人 中央 12:15 長岡活動寫真館 東阿波 13:00 コスミのサイエンスTV あなん	12:00 インフォメーション 12:00 うたっちゃんお♪ キュー 13:00 ワイワイYEG 鳴門 13:15 おはなしのじかん 国府町 13:25 歴史さんぽ かみいた 13:30 ステップ トクシマ	12:00 インフォメーション 12:00 うたっちゃんお♪ キュー 13:00 ワイワイYEG 鳴門 13:15 おはなしのじかん 国府町 13:25 歴史さんぽ かみいた 13:30 ステップ トクシマ	12
13	13:45 インフォメーション 14:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	14:00 インフォメーション	14:00 インフォメーション	14:00 インフォメーション	14:00 海部高等学校体育祭 トクシマ	14:00 あいぼーと徳島 人権教育啓発リーダー養成講座(前期)第2 徳島 15:30 鳴門高校「Educationプログラム」プレ講座 鳴門	14:00 城南高等学校体育祭 トクシマ	13	
14	15:00 インフォメーション							14	
15								15	
16								16	
17								17	
18	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 インフォメーション 18:30 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央	18:00 出来事まとめてみるでるで 国府町 18:15 ひまわり笑顔情報局 県南 18:50 FO徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 19:00 ぶらぶらミートくん あなん	18:00 こまつしまナウ ※毎週更新 東阿波 18:30 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」 おえ 19:00 きゅートモ☆ ※毎週更新 キュー	18:00 ステップ トクシマ 18:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ 18:50 たけ丸情報☆ナビライト あなん 19:20 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 19:35 ですよん 中央	18:00 ステップ トクシマ 18:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ 18:50 たけ丸情報☆ナビライト あなん 19:20 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 19:35 ですよん 中央 19:50 ステップ トクシマ	18:00 まるっと！とくしま 共同制作 17:30 へそっこニュース ※毎週更新 池田 17:40～【生中継】B3リーグ2024～2025 徳島ガンバロウズ VS. 山口パッツファイブ	18:00 まるっと！とくしま 共同制作 18:30 情報ひろば まちスマ 中央 19:00 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
19	19:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバー・ザ・レインボー(16～) 19:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南	19:00 うたっちゃんお♪ キュー	19:00 釣りに行くぜアニキ！ 中央 19:45 出来事まとめてみるでるで 国府町 20:15 ひまわり笑顔情報局 県南	19:00 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」のお返し！ 池田 21:30 とくしまおいしい散歩 キュー	19:00 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 19:35 ですよん 中央	19:00 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 19:35 ですよん 中央 19:50 ステップ トクシマ	19:00 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	19	
20	20:00 GO!GO!ヴォルテイス おえ 20:10 ヴォルテイスLOVE エーアイ 20:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバー・ザ・レインボー(16～)	20:00 インフォメーション 20:30 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央	20:00 釣りに行くぜアニキ！ 中央 20:00 出来事まとめてみるでるで 国府町 20:15 ひまわり笑顔情報局 県南	20:00 へそっこニュース 池田 20:30 こまつしまナウ 東阿波	20:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ 20:40 たけ丸情報☆ナビライト あなん	20:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 20:30 きらめきレッスン 中央	20:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 20:30 きらめきレッスン 中央	20:00 たまたま金曜日 トクシマ 20:45 へそっこニュース 池田	20
21	21:00 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	21:00 うたっちゃんお♪	21:00 FO徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 21:00 ぶらぶらミートくん あなん 21:30 インフォメーション	21:00 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」のお返し！ 池田 21:30 とくしまおいしい散歩 キュー	21:00 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 21:30 俺たちのみよし飯 池田	21:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 21:15 ですよん 中央 21:30 ぶらぶらミートくん あなん	21:00 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	21	
22	22:00 GO!GO!ヴォルテイス おえ 22:10 ヴォルテイスLOVE エーアイ 22:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:00 きゅートモ☆ キュー	22:00 まるっと！とくしま 共同制作 中央 22:30 ですよん 中央	22:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ 22:45 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」のお返し！ 池田 23:05 俺たちのみよし飯 池田	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:45 へそっこニュース 池田 21:15 こまつしまナウ 東阿波 21:45 きゅートモ☆ キュー	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:45 へそっこニュース 池田 21:15 こまつしまナウ 東阿波 21:45 きゅートモ☆ キュー	22
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	23	
0	0:00 インフォメーション	0:00 徳島市立高等学校体育祭 トクシマ	0:00 徳島北高等学校体育祭 トクシマ	0:00 鳴門高校「Educationプログラム」プレ講座 トクシマ	0:00 第39回交流芸能大会～三世代交流～ トクシマ	0:00 鳴門高校「Educationプログラム」プレ講座 トクシマ	0:00 徳島市立高等学校体育祭 トクシマ	0	
1								1	
2								2	
3								3	
4								4	
5								5	

「まるっと！とくしま」
徳島の情報をまるっととまることお届けします♪
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

※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。
※テレビトクシマのエリアでは0:00～7:00はインフォメーションをお送りします


	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(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	
7	7:00 インフォメーション 7:15 九重気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:30 お天気アイ 国府町	7:00 インフォメーション 7:30 阿南美 あなん 7:45 素顔 中央 8:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー	7:00 ビデオスケッチ ※毎週更新 トクシマ 7:10 おはなしのじかん 国府町 7:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 7:30 きく・聞く・TV 鳴門 7:45 テレビミュージアム エーアイ 8:15 きんこほのぼのアート エーアイ 8:35 インフォメーション	7:00 きらめきレッスン 中央 7:30 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 7:45 紗弥子の産地ゴハン 国府町 7:55 歴史さんぽ かみいた	7:00 街の料理人 中央 7:15 長岡活動寫真館 東阿波	7:00 徳島県知事記者会見 ※毎週更新 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組 8:00 コスミのサイエンスTV あなん 8:15 インフォメーション	7:00 インフォメーション 7:15 九重気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:23 ビデオスケッチ トクシマ 7:30 お天気アイ 国府町 8:00 インフォメーション	7:00 インフォメーション 7:15 九重気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:23 ビデオスケッチ トクシマ 7:30 お天気アイ 国府町 8:00 インフォメーション	7
8	8:00 インフォメーション	8:30 ワイワイYEG 鳴門	8:35 インフォメーション	8:15 あなん歴史探訪 あなん	8:15 インフォメーション	8:00 情報ひろば まちスマ 中央 8:30 たまたま金曜日 ※毎週更新 トクシマ 9:00 ひまわり笑顔情報局 県南 9:15 へそっこニュース 池田 9:45 こまつしまナウ 東阿波 10:15 きゅーとモ☆ キュー	8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オマケ・ザ・レインボー(16～) 9:00 GO!GO!ヴォルテイス おえ 9:10 ヴォルテイスLOVE エーアイ 9:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 9:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー 10:30 阿南美 あなん	8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オマケ・ザ・レインボー(16～) 9:00 GO!GO!ヴォルテイス おえ 9:10 ヴォルテイスLOVE エーアイ 9:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 9:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー 10:30 阿南美 あなん	8
9	8:50～ 【生中継】 中学バスケJr.ウィンター カップ/高校バスケウィンター カップ(男女決勝)	9:00 海部高等学校体育祭 トクシマ	9:00 鳴門高校文化祭 鳴門	9:00 城ノ内中等教育学校体育祭 トクシマ	9:00 鳴門高校文化祭 鳴門	9:00 鳴門高校文化祭 鳴門	10:50～ 【生中継】 第104回全国高等学校ラグビーフットボール大会 徳島 県大会 男子準決勝戦	10:50～ 【生中継】 第104回全国高等学校ラグビーフットボール大会 徳島 県大会 男子準決勝戦	9
10								10	
11								11	
12		12:00 とくまおいしい散歩 キュー 12:30 阿南美 あなん 12:45 素顔 中央 13:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー	12:00 ビデオスケッチ トクシマ 12:10 おはなしのじかん 国府町 12:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 12:30 きく・聞く・TV 鳴門 12:45 テレビミュージアム エーアイ 13:15 きんこほのぼのアート エーアイ	12:00 きらめきレッスン 中央 12:30 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 12:45 紗弥子の産地ゴハン 国府町 12:55 歴史さんぽ かみいた 13:00 あなん歴史探訪 あなん	12:00 街の料理人 中央 12:15 長岡活動寫真館 東阿波	12:00 街の料理人 中央 12:15 長岡活動寫真館 東阿波	11:15 ステップ トクシマ 11:45 たけ丸情報☆ナビ あなん 12:15 旬感ナビ あなん 12:30 ビデオスケッチ トクシマ	11:15 ステップ トクシマ 11:45 たけ丸情報☆ナビ あなん 12:15 旬感ナビ あなん 12:30 ビデオスケッチ トクシマ	12
13		13:30 ワイワイYEG 鳴門 13:45 インフォメーション				13:00 コスミのサイエンスTV あなん	13:00 まるっと！とくしま 共同制作	13:00 まるっと！とくしま 共同制作	13
14		14:00 もぎたて情報局 キュー	14:00 城南高等学校体育祭 トクシマ	14:00 鳴門高校体育祭 鳴門	14:00 第39回交流芸能大会～三世代交流～ トクシマ	14:00 海部高等学校体育祭 トクシマ	14:00 海部高等学校体育祭 トクシマ	14:00 海部高等学校体育祭 トクシマ	14
15		15:00 富岡西高校富西祭【前日祭】 県南							15
16									16
17				17:00 【生放送】まるっと！とくしま 共同制作 17:30 へそっこニュース ※毎週更新 池田	17:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	14:00 もぎたて情報局 キュー	17:00 インフォメーション	17:00 インフォメーション	17
18	18:00 徳島県知事記者会見 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組	18:00 インフォメーション 18:30 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央	18:00 出来事まとめてみるでるで 国府町 18:15 ひまわり笑顔情報局 県南 18:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 19:00 ぶらぶらミートくん あなん	18:00 こまつしまナウ ※毎週更新 東阿波 18:30 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」 おえ 19:00 きゅーとモ☆ ※毎週更新 キュー	18:00 ステップ トクシマ 18:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ 18:50 たけ丸情報☆ナビライト あなん 19:00 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 19:35 ですよん 中央	18:00 コスミのサイエンスTV あなん 18:15 街の料理人 中央 18:30 ひまわり笑顔情報局 県南 18:50 紗弥子の産地ゴハン 国府町 19:00 きく・聞く・TV 鳴門 19:15 出来事まとめてみるでるで 国府町 19:30 きんこほのぼのアート エーアイ	18:00 まるっと！とくしま 共同制作 18:30 情報ひろば まちスマ 中央	18:00 まるっと！とくしま 共同制作 18:30 情報ひろば まちスマ 中央	18
19	19:00～ 【再放送】 中学バスケJr.ウィンター カップ/高校バスケウィンター カップ(男女決勝)	19:00 うたっちゃんお♪ キュー	19:00 ぶらぶらミートくん あなん 19:30 インフォメーション 19:45 釣りに行くぜアニキ！ 中央 20:00 出来事まとめてみるでるで 国府町 20:15 ひまわり笑顔情報局 県南	20:00 へそっこニュース 池田 20:30 こまつしまナウ 東阿波 21:00 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」 おえ 21:30 とくまおいしい散歩 キュー	19:50 ステップ トクシマ 20:20 アロハおえ！まちの出来事 おえ 20:40 たけ丸情報☆ナビライト あなん 21:10 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 21:30 俺たちのみよし飯 池田	20:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 20:30 きらめきレッスン 中央 21:00 県立農林水産総合技術支援センターですよん 石井 21:15 ですよん 中央 21:30 ぶらぶらミートくん あなん	19:00～ 【再放送】 第104回全国高等学校ラグビーフットボール大会 徳島 県大会 男子準決勝戦	19:00～ 【再放送】 第104回全国高等学校ラグビーフットボール大会 徳島 県大会 男子準決勝戦	19
20		20:00 インフォメーション	20:00 出来事まとめてみるでるで 国府町 20:15 ひまわり笑顔情報局 県南	20:00 へそっこニュース 池田	20:20 アロハおえ！まちの出来事 おえ 20:40 たけ丸情報☆ナビライト あなん	20:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ			20
21		20:30 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央 21:00 うたっちゃんお♪	20:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 21:00 ぶらぶらミートくん あなん 21:30 インフォメーション	21:00 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」 おえ 21:30 とくまおいしい散歩 キュー	21:10 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 21:30 俺たちのみよし飯 池田	20:30 きらめきレッスン 中央 21:00 県立農林水産総合技術支援センターですよん 石井 21:15 ですよん 中央 21:30 ぶらぶらミートくん あなん			21
22		22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:00 きゅーとモ☆ キュー	22:00 まるっと！とくしま 共同制作 22:30 ですよん 中央	22:00 長岡活動寫真館 東阿波 22:45 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」 おえ 23:05 俺たちのみよし飯 池田			22
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	23:05 俺たちのみよし飯 池田 23:35 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 23:45 あなん歴史探訪 あなん			23
0		0:00 海部高等学校体育祭 トクシマ	0:00 鳴門高校文化祭 鳴門	0:00 城ノ内中等教育学校体育祭 トクシマ	0:00 鳴門高校文化祭 鳴門	0:00 海部高等学校体育祭 トクシマ			0
1									1
2		2:10 もぎたて情報局 キュー	2:30 城南高等学校体育祭 トクシマ	9:00 鳴門高校体育祭 鳴門	14:00 第39回交流芸能大会～三世代交流～ トクシマ	2:10 もぎたて情報局 キュー			2
3		3:10 富岡西高校富西祭【前日祭】 県南							3
4									4
5									5



「まるっと！とくしま」
徳島の情報をまるっととまるることお届けします♪
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

	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	17(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	
7	7:00 インフォメーション 7:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:30 お天気アイ 国府町	7:30 阿南美 あなん 7:45 素顔 中央 8:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 8:30 ワイワイYEG 鳴門	7:00 ビデオスケッチ ※毎週更新 トクシマ 7:10 おはなしのじかん 国府町 7:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 7:30 きく・聞く・TV 鳴門 7:45 テレミュージアム エーアイ 8:15 きんこぼのぼのアート エーアイ 8:30 インフォメーション	7:00 きらめきレッスン 中央 7:30 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 7:45 紗弥子の産地ゴハン 国府町 7:55 歴史さんぽ かみいた 8:15 あなん歴史探訪 あなん	7:00 街の料理人 中央 7:15 長岡活動寫真館 東阿波 8:00 コスミのサイエンスTV あなん 8:15 インフォメーション	7:00 徳島県知事記者会見 ※毎週更新 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組 8:00 情報ひろば まちスマ 中央 8:30 たまたま金曜日 ※毎週更新 トクシマ 9:00 ひまわり笑顔情報局 県南 9:15 へそっこニュース 池田 9:45 こまつしまナウ 東阿波 10:15 きゅーとモ☆ キュー 11:15 ステップ トクシマ 11:45 たけ丸情報☆ナビ あなん 12:15 旬感ナビ あなん 12:30 ビデオスケッチ トクシマ 12:40 アロハおえ！まちの出来事 おえ	7:00 インフォメーション 7:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:23 ビデオスケッチ トクシマ 7:30 お天気アイ 国府町 8:00 インフォメーション 8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバー・ザ・レインボー(16～) おえ 9:00 GO!GO!ヴォルテイス エーアイ 9:10 ヴォルテイスLOVE エーアイ 9:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 9:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー 10:30 阿南美 あなん 10:45 素顔 中央 11:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 11:30 インフォメーション 12:00 うたっチャお♪ キュー 13:00 ワイワイYEG 鳴門 13:15 おはなしのじかん 国府町 13:25 歴史さんぽ かみいた 13:30 ステップ トクシマ	8	
9	9:00 第39回交流芸能大会～三世代交流～ トクシマ	9:00 海部高等学校体育祭 トクシマ	9:00 徳島科学技術高校体育祭 トクシマ	9:00 城ノ内中等教育学校体育祭 トクシマ	9:00 城ノ内中等教育学校体育祭 トクシマ	9:00 城ノ内中等教育学校体育祭 トクシマ	9:00 城ノ内中等教育学校体育祭 トクシマ	9	
10								10	
11								11	
12	12:00 インフォメーション 12:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 12:30 お天気アイ 国府町	12:00 とくしまおいしい散歩 キュー 12:30 阿南美 あなん 12:45 素顔 中央 13:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 13:30 ワイワイYEG 鳴門 13:45 インフォメーション	12:00 ビデオスケッチ トクシマ 12:10 おはなしのじかん 国府町 12:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 12:30 きく・聞く・TV 鳴門 12:45 テレミュージアム エーアイ 13:15 きんこぼのぼのアート エーアイ	12:00 きらめきレッスン 中央 12:30 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 12:45 紗弥子の産地ゴハン 国府町 12:55 歴史さんぽ かみいた 13:00 あなん歴史探訪 あなん	12:00 街の料理人 中央 12:15 長岡活動寫真館 東阿波 13:00 コスミのサイエンスTV あなん 13:30 俺たちのみよし飯 池田	12:00 街の料理人 中央 12:15 長岡活動寫真館 東阿波 13:00 コスミのサイエンスTV あなん 13:30 俺たちのみよし飯 池田	13:00 まるっと！とくしま 共同制作 13:00 テレビミュージアム エーアイ	13:00 ワイワイYEG 鳴門 13:15 おはなしのじかん 国府町 13:25 歴史さんぽ かみいた 13:30 ステップ トクシマ	12
13	13:45 インフォメーション 14:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	14:00 城南高等学校体育祭 トクシマ	14:00～ 【再放送】 第104回全国高等学校ラグビーフットボール大会 徳島県大会 男子準決勝戦(男女決勝)	13:30～ 【再放送】 第104回全国高等学校ラグビーフットボール大会 徳島県大会 男子準決勝戦(男女決勝)	14:00 第39回交流芸能大会～三世代交流～ トクシマ	14:00 城ノ内中等教育学校体育祭 トクシマ	14:00 鳴門高校文化祭 鳴門	13	
14	15:00 鳴門高校体育祭 鳴門						16:30 富岡西高校富西祭【前日祭】 県南	14	
15								15	
16								16	
17								17	
18	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 19:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバー・ザ・レインボー(16～) 県南 19:30 Rock Fishing トクシマフカセロード	18:00 インフォメーション 18:30 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央 19:00 うたっチャお♪ キュー			17:00 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 ステップ トクシマ 18:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ 18:50 たけ丸情報☆ナビライト あなん 19:20 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 19:35 ですよん 中央 19:50 ステップ トクシマ	18:00 コスミのサイエンスTV あなん 18:15 街の料理人 中央 18:30 ひまわり笑顔情報局 県南 18:50 紗弥子の産地ゴハン 国府町 19:00 きく・聞く・TV 鳴門 19:15 出来事まとめてみるでるで 国府町 19:30 きんこぼのぼのアート エーアイ	18:00 まるっと！とくしま 共同制作 18:30 情報ひろば まちスマ 中央 19:00 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 20:00 たまたま金曜日 トクシマ	18	
19								19	
20	20:00 GO!GO!ヴォルテイス おえ 20:10 ヴォルテイスLOVE エーアイ 20:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) 東阿波 /オーバー・ザ・レインボー(16～) 県南 21:00 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	20:00 インフォメーション 20:30 情報ひろば まちスマ※毎週更新 中央 21:00 うたっチャお♪		20:00 へそっこニュース 池田 20:30 こまつしまナウ 東阿波 21:00 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」 おえ 21:30 とくしまおいしい散歩 キュー 22:00 きゅーとモ☆ キュー	20:20 アロハおえ！まちの出来事 おえ 20:40 たけ丸情報☆ナビライト あなん 21:10 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 21:15 ですよん 石井 21:30 ぶらぶらミートくん あなん	20:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 20:30 きらめきレッスン 中央 21:00 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 21:15 ですよん 中央 21:30 ぶらぶらミートくん あなん	20:00 たまたま金曜日 トクシマ 20:45 へそっこニュース 池田 21:15 こまつしまナウ 東阿波 21:45 きゅーとモ☆ キュー	20	
21								21	
22	22:00 GO!GO!ヴォルテイス おえ 22:10 ヴォルテイスLOVE エーアイ 22:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ			22:45 物々交換バラエティー「あすかちゃんのお返し」 おえ 23:05 俺たちのみよし飯 池田 23:35 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 23:45 あなん歴史探訪 あなん	22:00 長岡活動寫真館 東阿波 22:30 ですよん 中央	23:00 釣りに行くゼアニキ！ 中央 23:15 旬感ナビ あなん 23:40 アロハおえ！まちの出来事 おえ	22	
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	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)	23	
0	0:00 第39回交流芸能大会～三世代交流～ トクシマ	0:00 海部高等学校体育祭 トクシマ	0:00 徳島科学技術高校体育祭 トクシマ	0:00 城ノ内中等教育学校体育祭 トクシマ	0:00 城南高等学校体育祭 トクシマ	0:00 城ノ内中等教育学校体育祭 トクシマ	0:00 城ノ内中等教育学校体育祭 トクシマ	0	
1								1	
2		2:10 城南高等学校体育祭 トクシマ					2:30 鳴門高校文化祭 鳴門	2	
3	3:00 鳴門高校体育祭 鳴門				3:30 第39回交流芸能大会～三世代交流～			3	
4								4	
5						5:00 富岡西高校富西祭【前日祭】 県南		5	



「まるっと！とくしま」
徳島の情報をまるっとまるごとお届けします♪
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