

香南ケーブルテレビ 11チャンネル

2023年3月 自主放送番組表

※番組内容が予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。

※3月16日更新分

	月(6.13.20.27)	火(7.14.21.28)	水(1.8.15.22.29)	木(2.9.16.23.30)	金(3.10.17.24.31)	土(4.11.18.25)	日(5.12.19.26)		112ch(月～日)
6:00	マチの出来事 四万十川キャンプPR③ スゴ!旅							6:00	文字放送 (市からのお知らせ)
7:00	ゴゴゴ!のいのちのタウン まどめて!香南ニュース 文字放送	香南っ子映像倶楽部 こうなんキッズ 香南市からのお知らせ		まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	タイムカプセル2003 スゴ!旅 まどめて!香南ニュース	四万十川キャンプPR① スゴ!旅 まどめて!香南ニュース	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	7:00	
8:00	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	四万十川キャンプPR② スゴ!旅 行ってみよう!香南市のお店 文字放送	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作) ※1	(16日～31日) 香我美町芸能大会	四万十川キャンプPR② スゴ!旅 まどめて!香南ニュース	高齢者寺子屋 令和を生きる 文字放送	(16日～31日) 香我美町芸能大会	8:00	防災河川カメラ
9:00	(16日～31日) 香我美町芸能大会	香南市からのお知らせ お家で簡単体操② 文字放送	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	こうなんキッズ お試し有料放送 スペースシャワーTV	行ってみよう!香南市のお店 ゴゴゴ!のいのちのタウン 香南市からのお知らせ	マチの出来事 松下昇平のおへのみキャンプ (よさこいケーブルネット制作) 香南っ子映像倶楽部		9:00	文字放送 (市からのお知らせ)
10:00	香南っ子映像倶楽部 こうなんキッズ	すわんふいっしんぐ (SWANTV制作) まどめて!香南ニュース	(16日～31日) 香我美町芸能大会	タイムカプセル2003	高齢者寺子屋 令和を生きる 文字放送	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	高齢者寺子屋 令和を生きる 文字放送	10:00	
11:00	高齢者寺子屋 令和を生きる 文字放送	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作) ※1	こうなんキッズ 四万十川キャンプPR③ スゴ!旅 健康体操① 文字放送	四万十川キャンプPR③ スゴ!旅 健康体操① 文字放送	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作) のいちdeどうぶつ体操	(16日～31日) 香我美町芸能大会	タイムカプセル2003	11:00	防災河川カメラ
12:00	マチの出来事 松下昇平のおへのみキャンプ (よさこいケーブルネット制作)							12:00	文字放送 (市からのお知らせ)
13:00	震災特番2023 ※6日は 「香南市からのお知らせ」 「お家で簡単体操①」	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	タイムカプセル2003	香南市からのお知らせ ゴゴゴ!のいのちのタウン 文字放送	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	香南っ子映像倶楽部 こうなんキッズ	四万十川キャンプPR① スゴ!旅 行ってみよう!香南市のお店 文字放送	13:00	
14:00	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作) ※1	(16日～31日) 香我美町芸能大会	四万十川キャンプPR① スゴ!旅 まどめて!香南ニュース	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作) のいちdeどうぶつ体操	(16日～31日) 香我美町芸能大会	四万十川キャンプPR② スゴ!旅 行ってみよう!香南市のお店 文字放送	すわんふいっしんぐ (SWANTV制作) まどめて!香南ニュース	14:00	防災河川カメラ
15:00	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	ゴゴゴ!のいのちのタウン 行ってみよう!香南市のお店 まどめて!香南ニュース	行ってみよう!香南市のお店 香南市からのお知らせ ゴゴゴ!のいのちのタウン	高齢者寺子屋 令和を生きる 文字放送	香南っ子映像倶楽部 こうなんキッズ	マチの出来事 まどめて!香南ニュース お試し有料放送 スペースシャワーTV		15:00	文字放送 (市からのお知らせ)
16:00	(16日～31日) 香我美町芸能大会	タイムカプセル2003	高齢者寺子屋 令和を生きる 文字放送	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	四万十川キャンプPR③ スゴ!旅 行ってみよう!香南市のお店 文字放送	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作) ※1	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	16:00	
17:00	すわんふいっしんぐ (SWANTV制作) まどめて!香南ニュース	四万十川キャンプPR③ スゴ!旅 健康体操② 文字放送	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作) のいちdeどうぶつ体操	(16日～31日) 香我美町芸能大会	お試し有料放送 スペースシャワーTV 文字放送	すわんふいっしんぐ (SWANTV制作) 香南市からのお知らせ	(16日～31日) 香我美町芸能大会	17:00	防災河川カメラ
18:00	マチの出来事 行ってみよう!香南市のお店 文字放送							18:00	文字放送 (市からのお知らせ)
19:00	こうなんキッズ お試し有料放送 スペースシャワーTV	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作) のいちdeどうぶつ体操	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	香南っ子映像倶楽部 こうなんキッズ	すわんふいっしんぐ (SWANTV制作) 松下昇平のおへのみキャンプ (よさこいケーブルネット制作)	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	四万十川キャンプPR② スゴ!旅 ゴゴゴ!のいのちのタウン 文字放送	19:00	
20:00	タイムカプセル2003	こうなんキッズ 松下昇平のおへのみキャンプ (よさこいケーブルネット制作)	(16日～31日) 香我美町芸能大会	すわんふいっしんぐ (SWANTV制作) 香南市からのお知らせ	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作) ※1	(16日～31日) 香我美町芸能大会	香南っ子映像倶楽部 こうなんキッズ	20:00	防災河川カメラ
21:00	四万十川キャンプPR① スゴ!旅 行ってみよう!香南市のお店 文字放送	高齢者寺子屋 令和を生きる 文字放送	こうなんキッズ すわんふいっしんぐ (SWANTV制作)	四万十川キャンプPR① スゴ!旅 行ってみよう!香南市のお店 文字放送	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	マチの出来事 行ってみよう!香南市のお店 文字放送 香南市からのお知らせ		21:00	文字放送 (市からのお知らせ)
22:00	健康体操④ 香南市からのお知らせ 文字放送	まるごとイベント (1日～15日) 夜須町芸能大会	四万十川キャンプPR② スゴ!旅 行ってみよう!香南市のお店 文字放送	健康体操③ まどめて!香南ニュース 文字放送	(16日～31日) 香我美町芸能大会	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作) のいちdeどうぶつ体操	震災特番2023 ※5日は 「行ってみよう!香南市のお店」 「まどめて!香南ニュース」	22:00	
23:00	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作) のいちdeどうぶつ体操	市民参加型演劇公演 「花咲く港」	松下昇平のおへのみキャンプ (よさこいケーブルネット制作) まどめて!香南ニュース	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作) ※1	香南っ子映像倶楽部 香南市からのお知らせ	タイムカプセル2003	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作) のいちdeどうぶつ体操	23:00	防災河川カメラ
0:00	マチの出来事 香南っ子映像倶楽部 お試し有料放送 スペースシャワーTV							0:00	文字放送 (市からのお知らせ)
1:00～	まるごとイベント こうなんキッズ スゴ!旅 香南っ子映像倶楽部 文字放送							1:00～	

☆まるごとイベント、まどめて!香南ニュース、タイムカプセル2003 は月の前半(1日～15日) 後半(16日～31日)で番組内容が違います

☆その他は 毎月1日更新

※1 3月25日～31日のKochi on TV!は 18日～24日の放送分を再放送します。

★自主放送の番組内容は2ページ目です

★3月25日～27日の3日間は「香南市議会定例会(市長の諸般の報告・一般質問)」を放送します。7:00～、18:00～(再放送)

※ 番組内容が予告なく変更する場合がございます。ご了承ください

※ ケーブルテレビ5ch 瀬戸内海放送の番組表は タイムプログラム 最終ページに記載しています

3月の自主放送(放送内容は変更になることがあります。)

番組名	内 容
マチの出来事	香南市のイベントや子どもたちの行事などをニュースとしてお届けします。(毎週土曜日更新 30分)
香南っ子映像倶楽部	リポーターやナレーターをやりたい小中学生が様々な企画に挑戦する番組。 今月は「四国コンテンツ映像フェスタで受賞を目指そう」です。(1日更新 30分)
こうなんキッズ	香南市の元気な子供たちを紹介する番組です。 今月は「佐古保育所 きりん・らいおん組」の元気なみんなをお送りします。(1日更新 30分)
スゴい人を巡る旅 スゴ!旅	香南市のすごい人を紹介する番組です。今月は「田村僚也さん」をご紹介します。(1日更新 15分)
高齢者寺子屋令和を生きる	横川先生を講師に高齢者のための楽しい遊びや体操、ためになるお話をお送りします。 今月は第9期「フレイルについて」の3回目です。(1日更新 45分)
まるごとイベント	香南市のイベントをまるごと紹介する番組。 月の前半は「夜須町芸能大会」 月の後半は「香我美町芸能大会」をお送りします。(1日・16日更新 120分)
香南市議会放送定例会 市長の諸般の報告・一般質問	香南市議会 3月定例会を3日に分けて放送します。 3月25日(土) 市長の諸般の報告 一般質問 宮城正樹議員・百田年真議員・宮崎晃行議員・土居いえ議員 3月26日(日) 小泉潤議員・川久保可不可議員・中屋和彦議員・西内治水議員・北岡栄二議員 3月27日(月) 梅本富佐子議員・林道夫議員・片山透議員・駒田文雄議員 7:00～、18:00～(再放送)
それ！教えて！	市民が疑問に思うことを掘り下げて取材する番組です。今月の放送はお休みします。
まとめて！香南ニュース	先月放送したマチの出来事(香南ニュース)を再放送します。(1日・16日更新 30分)
行ってみよう！香南市のお店	香南市内のお店情報をお知らせしています。(再放送)
タイムカプセル2003	20年前の香南市の話題をお届けします。(1日・16日更新 60分)
お家で簡単体操 ① ②	高齢者のためのお家でできる簡単な体操。(再放送) ①筋肉を強くする運動 ②音楽に合わせて体操
健康体操①～④	お家で簡単にできるストレッチや筋肉トレーニングをご紹介します。(再放送 各 20分) ①肘筋運動 ②親子で楽しむ しなやかクリーチャー体操 ③お腹シェイプ 初級編 ④お腹シェイプ 中級編
文字放送	香南市内のイベントやお役立ち情報をお知らせしています。(文字デロップ)(毎日更新)
お試し有料放送	STB有料チャンネルをお試しで視聴できます。スペースシャワーTV(30分)(20日更新)
Kochi on TV!	高知ケーブルテレビ制作の人気情報番組。(毎週土曜日更新 60分)
片さんのFish！おふ	高知ケーブルテレビ制作の釣り番組。名物リポーター片さんが県内各地で色々な魚を釣り上げる！？(1日更新 45分)
すわんふいっしんぐ	SWANTV制作の高知県西部を中心とした釣り番組。(1日更新 30分)
松下昇平のお～のみキャンプ	よさこいケーブルネット制作のすてきなゲストをお招きして焚き火を囲みながらのんびり話すトーク番組。(1日更新 30分)
四万十川キャンプPR①②③	四万十ケーブルテレビ制作のキャンプ番組。(1日更新 15分) ①②「オレキャン」四万十町のキャンパーが地元キャンプ場で思い思いにオレ流キャンプを展開。 ③「AYU READY」様々なキャンプシーンで四万十川の鮎を使った料理が登場します。
震災特番2023	日本ケーブルテレビ東北支部と宮城ケーブルテレビ協議会による東日本大震災の特別番組。 タイトルは「南三陸町の復興とこれからの歩み」。(12日更新 58分)
ゴーゴー！のいものタウン	キッズステーション制作の「のいもの」を楽しく紹介する番組。(毎週土曜日更新 15分)



「こうなんキッズ」



「香南っ子映像倶楽部」

11ちゃんを見てね！！



「高齢者寺子屋 令和を生きる」