

香南ケーブルテレビ 11チャンネル

2023年9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。

※8月31日更新分

	月(4.11.18.25)	火(5.12.19.26)	水(6.13.20.27)	木(7.14.21.28)	金(1.8.15.22.29)	土(2.9.16.23.30)	日(3.10.17.24)	
6:00	マチの出来事							112ch(月～日)
	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ	ゴゴゴ！のいのちのタウン 文字放送	お家で簡単体操① 文字放送	香南っ子映像倶楽部	こうなんキッズ		それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ	6:00
7:00	ゴゴゴ！のいのちのタウン まとめて！香南ニュース 文字放送	香南っ子映像倶楽部		まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	タイムカプセル2003	それ！教えて！ まとめて！香南ニュース 文字放送	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	7:00
8:00	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ 行ってみよう！香南市のお店 それってなんなの？	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作)	香南っ子映像倶楽部	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ	香南市のご長寿さん！ 後編	楽しく笑って脳イキキ体操 文字放送	8:00
9:00	香南っ子映像倶楽部	香南市からのお知らせ	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	こうなんキッズ	行ってみよう！香南市のお店 ゴゴゴ！のいのちのタウン	マチの出来事		9:00
10:00	香南っ子映像倶楽部	すわんぷいっしんぐ (SWANTV制作)	お家で簡単体操② 文字放送	お話し有料放送 スペースシャワーTV	香南市のご長寿さん！ 前編	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	香南市のご長寿さん！ 前編	10:00
11:00	香南市のご長寿さん！ 前編 楽しく笑って脳イキキ体操 文字放送	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作)	こうなんキッズ	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ それってなんなの？	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作)	よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	タイムカプセル2003	11:00
12:00	マチの出来事							12:00
	健康体操① 文字放送	香南市からのお知らせ	香南っ子映像倶楽部	行ってみよう！香南市のお店 文字放送	まとめて！香南ニュース	香南市からのお知らせ	こうなんキッズ	
13:00	香南市からのお知らせ	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	タイムカプセル2003	香南市からのお知らせ	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	香南っ子映像倶楽部	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ 行ってみよう！香南市のお店 それってなんなの？	13:00
14:00	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作)	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ	まとめて！香南ニュース	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作)	手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ 行ってみよう！香南市のお店 それってなんなの？	すわんぷいっしんぐ (SWANTV制作)	14:00
15:00	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	ゴゴゴ！のいのちのタウン 行ってみよう！香南市のお店 まとめて！香南ニュース	香南っ子映像倶楽部	香南市のご長寿さん！ 後編	香南っ子映像倶楽部	マチの出来事		15:00
16:00	すわんぷいっしんぐ (SWANTV制作)	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ	タイムカプセル2003	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ 行ってみよう！香南市のお店 それってなんなの？	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作)	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	16:00
17:00	まとめて！香南ニュース	健康体操② 文字放送	のいちdeどうぶつ体操	のいちdeどうぶつ体操	お話し有料放送 スペースシャワーTV 文字放送	すわんぷいっしんぐ (SWANTV制作)	香南市からのお知らせ	17:00
18:00	マチの出来事							18:00
	行ってみよう！香南市のお店 文字放送	香南っ子映像倶楽部	お話し有料放送 スペースシャワーTV	まとめて！香南ニュース	ゴゴゴ！のいのちのタウン 文字放送		香南市のご長寿さん！ 後編	
19:00	こうなんキッズ	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作)	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	香南っ子映像倶楽部	こうなんキッズ	すわんぷいっしんぐ (SWANTV制作)	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	19:00
20:00	タイムカプセル2003	こうなんキッズ	健康体操③ 文字放送	すわんぷいっしんぐ (SWANTV制作)	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作)	香南っ子映像倶楽部	香南市からのお知らせ	20:00
21:00	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ 行ってみよう！香南市のお店 それってなんなの？	香南市のご長寿さん！ 後編	こうなんキッズ	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	マチの出来事		21:00
22:00	健康体操④	香南市からのお知らせ	まるごとイベント (1日～15日)※1 よさこい祭り 手結盆踊り (16日～30日) 香南市音楽祭	それ！教えて！ 行ってみよう！香南市のお店 それってなんなの？	健康体操③	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作)	お話し有料放送 スペースシャワーTV	22:00
23:00	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作)	健康体操④	まとめて！香南ニュース	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作)	香南っ子映像倶楽部	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)	23:00
0:00	マチの出来事							0:00
	香南っ子映像倶楽部	お話し有料放送 スペースシャワーTV	健康体操② 文字放送	まとめて！香南ニュース	香南っ子映像倶楽部	行ってみよう！香南市のお店 文字放送		
1:00～	まるごとイベント 香南市のご長寿さん！ 後編 前編 後編 前編 後編 前編 前編 それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ こうなんキッズ 香南っ子映像倶楽部 文字放送							1:00～

☆まるごとイベントまとめて！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～30日)で番組内容が違います

☆その他は 毎月1日更新

★自主放送の番組内容は2ページ目です

※1まるごとイベント(1日～15日)のよさこい祭り・手結盆踊りの後に「お話し有料放送 ティスカバーチャンネル(54分)」を放送します

※ 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

9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「ナレーターを教えよう」です。(1日更新 30分)
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。今月は「活躍する女性達」について取り上げます。(1日更新 15分)
わたしたちのスクールライフ	生徒たちが自分たちの学校の取り組みや部活動などを紹介する番組です。今月は「野市中学校」です。(1日更新 10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「のいち幼稚園 宙組」の元気なみんなをご紹介します。(1日更新 20分)
香南市のご長寿さ〜ん！ 前編・後編	香南市の元気なお年寄りにインタビュー、長寿の秘訣を探ります。市の介護予防事業&教室の紹介、市長や子どもたちからのメッセージもお届けします。(1日更新 30分×2本) [企画]香南市高齢者介護課
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。前半は「よさこい祭り」「手結盆踊り」 後半は「香南市音楽祭」をお送りします。(1日・16日更新 120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貯筋運動 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。(文字テロップ)(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) ■ティスカバリーチャンネル(54分)(1日更新 まるごとイベントの後に放送)
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)
それってなんなが!?	高知ケーブルテレビ制作のSDGsを学ぶバラエティ番組。(1日更新 20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)
楽しく笑って脳イキキ体操	よさこいケーブルネット制作のテレビを通して行う認知症予防番組。(1日更新 15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。(再放送 毎週土曜日更新 15分)



「こうなんキッズ」



11ちゃんを見てね!!



「香南市のご長寿さ〜ん」



「わたしたちのスクールライフ」



「香南っ子映像倶楽部」