

1月

## 那賀町テレビ番組表

1/19 → 1/25



時	分	1月19日(月)	1月20日(火)	1月21日(水)	1月22日(木)	1月23日(金)	1月24日(土)	1月25日(日)					
あさ 6	0	文字放送 ◇27分 とくしまタイムズ											
	30	簡単!調理でフレイル予防											
	45	那賀町の天気											
7	0			フォーカスなか ◇55分 那賀町の天気									
8	0	文字放送 ◇7分 とくしまタイムズ											
	10	いきいき百歳体操											
	50	那賀町の天気											
9	0	14th Humanoise Project	文字放送	令和8年1月 那賀町議会 定例会議	第10回 延野地域 共楽運動会	令和8年1月 那賀町議会 定例会議	第10回 延野地域 共楽運動会	令和8年1月 那賀町議会 定例会議					
10	0			レッツゴー! まちっぶちゃん	釣りバカZ	街ナカ情報発信! てけてけおじやマップ	とくしまンボ♪	地サン地ショーキッキング					
11	0	ぶらたま	【生中継】 令和8年1月 那賀町議会 定例会議	やってみよう!お家でできるフレイル予防体操 上半身の運動	文字放送 ◇47分 とくしまタイムズ			【那賀町アーカイブ】 令和22年度 那賀町成人式 (2011)					
	30	フレイル 予防体操		やってみよう!お家でできるフレイル予防体操 下半身の運動									
	40	那賀町の天気		那賀町の天気									
ひる 12	0	フォーカスなか 55分那賀町の天気	フォーカスなか ◇55分 那賀町の天気										
13	0	第12回 県南吹筒煙火 競技大会	14th Humanoise Project	第10回 延野地域 共楽運動会	令和8年1月 那賀町議会 定例会議	第10回 延野地域 共楽運動会	令和8年1月 那賀町議会 定例会議	第10回 延野地域 共楽運動会					
14	0			テレビでフレイル予防「オーラルフレイル編」									
15	0	やってみよう!お家でできるフレイル予防体操 寝たままできる運動											
	15	文字放送											
	25	伊勢 美しの国から	コスマイの サイエンスTV	お花ダイスキ!	桐原冬夜の 生緑大自然の旅	宮城釣り紀行 いぐすペ							
16	0	いきいき百歳体操 ◇37分 とくしまタイムズ											
	45	簡単!調理でフレイル予防 ◇55分文字放送											
17	0	14th Humanoise Project	第12回 県南吹筒煙火 競技大会	令和8年1月 那賀町議会 定例会議	第10回 延野地域 共楽運動会	令和8年1月 那賀町議会 定例会議	第10回 延野地域 共楽運動会	令和8年1月 那賀町議会 定例会議					
18	0			フォーカスなか ◇55分 那賀町の天気									
よる 19	0	フォーカスなか ◇55分 那賀町の天気											
20	0	第12回 県南吹筒煙火 競技大会	14th Humanoise Project	第10回 延野地域 共楽運動会	令和8年1月 那賀町議会 定例会議	第10回 延野地域 共楽運動会	令和8年1月 那賀町議会 定例会議	第10回 延野地域 共楽運動会					
21	0			フォーカスなか ◇55分 那賀町の天気									
22	0	文字放送											
23	0	那賀町の天気											
	30	ショッピングチャンネル											
24	0												

放送内容は変更する場合がございます。最新の情報はリモコンの番組表をご覧ください。  
※自主制作番組終了後は、文字放送や他局制作番組等を放送します。