

3月

那賀町テレビ番組表

3/9 → 3/15



時	分	3月9日(月)	3月10日(火)	3月11日(水)	3月12日(木)	3月13日(金)	3月14日(土)	3月15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	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	
10	0								
11	0	ぶらたま	シネマクロス	レッツゴー! まちっぶちゃん	釣りバカZ	街ナカ情報発信! てけておじゃマップ	とくしまンボ♪	地サン地ショー クッキング	
	30	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		
	40	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							
	50	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							
13	0	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	
14	0								
15	0	減塩レシピコンテスト 料理紹介						【那賀町アーカイブ】 令和2年度 鷺敷小学校 入学式 (2020)	【那賀町アーカイブ】 第57回 那賀町防犯 剣道大会 中学生の部 (2019)
	15	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							
	25	文字放送							
	45	伊勢 美しい国から	コスミィの 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 いぐすべ			
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	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	
18	0								
よる 19	0	フォーカスなか ◇55分 那賀町の天気							
20	0	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	第3回A☆T スマイルカップ	令和7年度 木頭産業文化祭 芸能の部	
21	0								
22	0	フォーカスなか ◇55分 那賀町の天気							
23	0	文字放送							
	30	那賀町の天気							
24	0	ショップチャンネル							

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。