

## 7月 那賀町テレビ番組表

7/13 → 7/19



時	分	7月13日(月)	7月14日(火)	7月15日(水)	7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)	7月19日(日)	
あさ 6	0	文字放送							
	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							
	10	いきいき百歳体操							
	50	那賀町の天気							
9	0	【録画】令和8年6月 那賀町議会定例会議				【再放送】 第14回 八面神社農村 舞台公演	【アーカイブ】 やまびこカップ 2016	【再放送】 令和8年度 相生中学校 入学式	
10	0	※議会録画放送は収録時間により番組スケジュールを変更します。 最新の情報はリモコンの番組表をご覧ください。							
11	0	釣るテレ	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! てけてけおじゃマップ	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		
	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	【録画】令和8年6月 那賀町議会定例会議				【アーカイブ】 平成19年度 桜谷小・保 共楽運動会	【再放送】 第14回 八面神社農村 舞台公演	【アーカイブ】 やまびこカップ 2016	
14	0								
15	0	減塩レシピコンテスト 料理紹介						文字放送	
	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	コスミイの サイエンスTV	おうちガーデニング	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							
	40	簡単!調理でフレイル予防 ◇55分文字放送							
17	0	【録画】令和8年6月 那賀町議会定例会議				【再放送】 令和8年度 相生中学校 入学式	【アーカイブ】 平成19年度 桜谷小・保 共楽運動会	【再放送】 第14回 八面神社農村 舞台公演	
18	0								
よる 19	0	フォーカスなか ◇55分那賀町の天気							
20	0	【録画】令和8年6月 那賀町議会定例会議				【アーカイブ】 やまびこカップ 2016	【再放送】 令和8年度 相生中学校 入学式	【アーカイブ】 平成19年度 桜谷小・保 共楽運動会	
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	議会録画放送◇終了後ショップチャンネル					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。