

10月

那賀町テレビ番組表

10/12➡10/18

111ch

時	分	10月12日(月)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)	10月16日(金)	10月17日(土)	10月18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	令和8年度 鷺中祭 文化の部	文字放送	【録画】 令和8年10月 那賀町議会 定例会議	【アーカイブ】 平成18年度 那賀町防犯 少年剣道大会 (小学生の部)	令和8年度 鷺敷小学校運動会	【アーカイブ】 平成28年度 北川小学校運動会 前編	【録画】 令和8年10月 那賀町議会 定例会議
10	0							
11	0	釣るテレ	令和8年10月 那賀町議会 定例会議	レッツゴー！ まちつぶちゃん	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	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 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		那賀町の天気				
ひる 12	0	フォーカスなか		フォーカスなか ◇55分那賀町の天気				
13	0	【アーカイブ】 平成18年度 那賀町防犯 少年剣道大会 (小学生の部)	上那賀病院 健康教室	【アーカイブ】 平成28年度 北川小学校運動会 前編	【録画】 令和8年10月 那賀町議会 定例会議	【アーカイブ】 平成18年度 那賀町防犯 少年剣道大会 (小学生の部)	令和8年度 鷺敷小学校運動会	【アーカイブ】 平成28年度 北川小学校運動会 前編
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 美しの国から	コスミィの 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	第24回 少年野球相生大会	【アーカイブ】 平成18年度 那賀町防犯 少年剣道大会 (小学生の部)	令和8年度 鷺敷小学校運動会	【アーカイブ】 平成28年度 北川小学校運動会 前編	【録画】 令和8年10月 那賀町議会 定例会議	【アーカイブ】 平成18年度 那賀町防犯 少年剣道大会 (小学生の部)	令和8年度 鷺敷小学校運動会
18	0							
よる 19	0	フォーカスなか ◇55分那賀町の天気						
20	0	【アーカイブ】 平成28年度 北川小学校運動会 前編	第24回 少年野球相生大会	【アーカイブ】 平成18年度 那賀町防犯 少年剣道大会 (小学生の部)	令和8年度 鷺敷小学校運動会	【アーカイブ】 平成28年度 北川小学校運動会 前編	【録画】 令和8年10月 那賀町議会 定例会議	【アーカイブ】 平成18年度 那賀町防犯 少年剣道大会 (小学生の部)
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。