



テレビごまらちももっと楽しくなる けーぶる12

徳島県内のケーブルテレビ局が協力してお届けするチャンネル。地元徳島が主役の番組がいっぱい！

令和7年3月3日～3月9日

※中継番組などの特番がある場合は、プログラムを変更してお届けします。
※テレビトクシマのエリアでは0:00～7:00はインフォメーションをお送りします

地上デジタル12ch

	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	9(日)		
6	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	6:00 インフォメーション	6	
7	7:00 インフォメーション 7:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:30 お天気アイ 国府町	7:30 阿南美 あなん 7:45 素顔 中央 8:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 8:30 ワイワイYEG 鳴門	7:00 ビデオスケッチ ※毎週更新 トクシマ 7:10 おはなしのじかん 国府町 7:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 7:30 きく・聞く・TV 鳴門 7:45 テレミュージアム エーアイ 8:15 きんこほのぼののアート エーアイ 8:35 インフォメーション	7:00 きらめきレッスン 中央 7:30 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 7:45 紗弥子の産地ゴハン 国府町 7:55 歴史さんぽ かみいた 8:15 あなん歴史探訪 あなん	7:00 街の料理人 中央 7:15 長岡活動寫真館 東阿波	7:00 徳島県知事記者会見 ※毎週更新 トクシマ ※会見が休止の場合は別番組 8:00 情報ひろば まちスマ 中央 8:30 たまたま金曜日 ※毎週更新 トクシマ 9:00 ひまわり笑顔情報局 県南 9:15 へそっこニュース 池田 9:45 こまつしまナウ 東阿波 10:15 きゅートモ☆ キュー 11:15 ステップ トクシマ 11:45 たけ丸情報☆ナビ あなん 12:15 旬感ナビ あなん 12:30 ビデオスケッチ トクシマ	7:00 インフォメーション 7:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 7:23 ビデオスケッチ トクシマ 7:30 お天気アイ 国府町 8:00 インフォメーション 8:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) /オーバーザ・レインボー(16～) 東阿波 9:00 GO!GO!ウォルテイス おえ 9:10 ウォルテイスLOVE エーアイ 9:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 9:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南 10:00 とくしまおいしい散歩 キュー 10:30 阿南美 あなん 10:45 素顔 中央 11:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 11:30 インフォメーション 12:00 うたっちゃんお♪ キュー 13:00 ワイワイYEG 鳴門 13:15 おはなしのじかん 国府町 13:25 歴史さんぽ かみいた 13:30 ステップ トクシマ	8	
9	8:00 第70回徳島市・名東郡小学校音楽交歓演奏会 トクシマ	9:00 令和7年 鳴門市はたちの記念式典 鳴門	9:00 2024新体操クリスマスフェスティバル おえ	9:00 スマート回廊 もみじまつり 一手をとりあおう那賀ー あなん	9:00 新野竹林コンサート 2024秋(前編) あなん	9:00 新野竹林コンサート 2024秋(後編) あなん	14:00 第70回徳島市・名東郡小学校音楽交歓演奏会 トクシマ	14:00 スマート回廊 もみじまつり 一手をとりあおう那賀ー あなん	
10								10	
11								11	
12	12:00 インフォメーション 12:15 九星気学開運法 喜多祥女の“今月の運勢” 東阿波 12:30 お天気アイ 国府町	12:00 とくまおいしい散歩 キュー 12:30 阿南美 あなん 12:45 素顔 中央 13:00 かんたんレシピで気軽に作ろう キュー 13:30 ワイワイYEG 鳴門	12:00 ビデオスケッチ トクシマ 12:10 おはなしのじかん 国府町 12:20 とくしまドローン紀行 そらたび トクシマ 12:30 きく・聞く・TV 鳴門 12:45 テレミュージアム エーアイ 13:15 きんこほのぼののアート エーアイ	12:00 きらめきレッスン 中央 12:30 県立農林水産総合技術支援センターから最新情報 石井 12:45 紗弥子の産地ゴハン 国府町 12:55 歴史さんぽ かみいた 13:00 あなん歴史探訪 あなん	12:00 街の料理人 中央 12:15 長岡活動寫真館 東阿波	13:00 コスミのサイエンスTV あなん	13:00 まるっと！とくしま 共同制作 13:30 テレミュージアム エーアイ	13:00 ワイワイYEG 鳴門 13:15 おはなしのじかん 国府町 13:25 歴史さんぽ かみいた 13:30 ステップ トクシマ	12
13	13:00 インフォメーション	13:30 ワイワイYEG 鳴門	13:30 ワイワイYEG 鳴門				13:00 まるっと！とくしま 共同制作 13:30 テレミュージアム エーアイ	13	
14	14:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	14:00 第7回とくしま職場対抗バンドコンテスト トクシマ	14:00 第30回徳島県合唱アンサンブルコンテスト(前編) トクシマ	14:00 ヴォーカルグループ Sole 第40回記念コンサート 鳴門	14:00 新野竹林コンサート 2024秋(後編) あなん	14:00 新野竹林コンサート 2024秋(後編) あなん	14:00 第70回徳島市・名東郡小学校音楽交歓演奏会 トクシマ	14:00 スマート回廊 もみじまつり 一手をとりあおう那賀ー あなん	
15	15:00 2024新体操クリスマスフェスティバル おえ							15	
16		16:00 ヴォーカルグループ Sole 第40回記念コンサート 鳴門	16:00 第30回徳島県合唱アンサンブルコンテスト(後編) トクシマ	16:00 はせちゃん人狼ゲームをやってみよう！ あなん	16:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	16:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	16:00 令和7年 鳴門市はたちの記念式典 鳴門	16	
17				17:00 【生放送】まるっと！とくしま 共同制作 17:30 へそっこニュース ※毎週更新 池田	17:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	17:00 徳島県活き活きシニア放送講座 企画・徳島県制作・おえ	17:00 早稲俳句会 15年の句心と歩む遍路道 池田	17	
18	18:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ		18:00 出来事まとめてみるでるで 国府町 18:15 ひまわり笑顔情報局 県南 18:50 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 19:00 ぶらぶらミートくん あなん	18:00 こまつしまナウ ※毎週更新 東阿波 18:30 物々交換バラエティー「あすかちゃん之恩返し」 おえ 19:00 きゅートモ☆ ※毎週更新 キュー	18:00 ステップ トクシマ 18:30 アロハおえ！まちの出来事 おえ 18:50 たけ丸情報☆ナビライト あなん 19:20 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 19:35 ですよん 中央	18:00 コスミのサイエンスTV あなん 18:15 街の料理人 中央 18:30 ひまわり笑顔情報局 県南 18:50 紗弥子の産地ゴハン 国府町 19:00 きく・聞く・TV 鳴門 19:15 出来事まとめてみるでるで 国府町 19:30 きんこほのぼののアート エーアイ	18:00 まるっと！とくしま 共同制作 18:30 情報ひろば まちスマ 中央 19:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ	18	
19	19:00 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) /オーバーザ・レインボー(16～) 東阿波 19:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南	19:00 うたっちゃんお♪ キュー	19:30 インフォメーション 19:45 釣りに行くぜアニキ！ 中央 20:00 出来事まとめてみるでるで 国府町 20:15 ひまわり笑顔情報局 県南	20:00 へそっこニュース 池田 20:30 こまつしまナウ 東阿波	19:50 ステップ トクシマ 20:20 アロハおえ！まちの出来事 おえ 20:40 たけ丸情報☆ナビライト あなん	20:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ 20:30 きらめきレッスン 中央 21:00 県立農林水産総合技術支援センターですよん 石井 21:15 ですよん 中央 21:30 ぶらぶらミートくん あなん	19:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ	19	
20	20:00 GO!GO!ウォルテイス おえ 20:10 ウォルテイスLOVE エーアイ 20:30 ザ・クリフの路地裏放浪旅(1～15日) /オーバーザ・レインボー(16～) 東阿波	20:00 インフォメーション 20:30 情報ひろば まちスマ ※毎週更新 中央	21:00 ぶらぶらミートくん あなん 21:30 インフォメーション	21:00 物々交換バラエティー「あすかちゃん之恩返し」 おえ 21:30 とくまおいしい散歩 キュー	21:00 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 21:30 俺たちのみよし飯 池田	22:00 アロハおえ！まちの出来事 おえ 22:40 たけ丸情報☆ナビライト あなん	20:00 たまたま金曜日 トクシマ 20:45 へそっこニュース 池田 21:15 こまつしまナウ 東阿波 21:45 きゅートモ☆ キュー	20:00 情報ひろば まちスマ 中央 19:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ	20
21	21:00 徳島県知事記者会見 ※会見が休止の場合は別番組 トクシマ	21:00 うたっちゃんお♪	21:45 釣りに行くぜアニキ！ 中央 22:00 たまたま金曜日 トクシマ	22:00 きゅートモ☆ キュー	22:00 まるっと！とくしま 共同制作 22:30 ですよん 中央	22:00 長岡活動寫真館 東阿波	21:45 きゅートモ☆ キュー	21	
22	22:00 GO!GO!ウォルテイス おえ 22:10 ウォルテイスLOVE エーアイ 22:30 Rock Fishing トクシマフカセロード 県南	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:00 たまたま金曜日 トクシマ 22:30 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:00 きゅートモ☆ キュー	23:00 インフォメーション	23:00 インフォメーション	23:00 RIDE音MUSIC 2ndRIDE トクシマ	22:00 たまたま金曜日 トクシマ	22
23	23:00 インフォメーション	23:00 インフォメーション	23:00 インフォメーション	23:00 インフォメーション	23:00 インフォメーション	23:00 インフォメーション	23:00 釣りに行くぜアニキ！ 中央 23:15 旬感ナビ あなん 23:40 アロハおえ！まちの出来事 おえ 0:00 放送休止(徳島県内のインフォメーションをお届けします)	23	
0	0:00 第70回徳島市・名東郡小学校音楽交歓演奏会 トクシマ	0:00 令和7年 鳴門市はたちの記念式典 鳴門	0:00 2024新体操クリスマスフェスティバル おえ	0:00 スマート回廊 もみじまつり 一手をとりあおう那賀ー あなん	0:00 新野竹林コンサート 2024秋(前編) あなん	0:00 新野竹林コンサート 2024秋(後編) あなん	0:00 第70回徳島市・名東郡小学校音楽交歓演奏会 トクシマ	0:00 スマート回廊 もみじまつり 一手をとりあおう那賀ー あなん	
1								1	
2	2:00 2024新体操クリスマスフェスティバル おえ	2:00 第7回とくしま職場対抗バンドコンテスト トクシマ	2:30 第30回徳島県合唱アンサンブルコンテスト(前編) トクシマ	3:00 ヴォーカルグループ Sole 第40回記念コンサート 鳴門	2:30 新野竹林コンサート 2024秋(後編) あなん	2:30 新野竹林コンサート 2024秋(後編) あなん	2:00 令和7年 鳴門市はたちの記念式典 鳴門	2	
3								3	
4		3:00 ヴォーカルグループ Sole 第40回記念コンサート 鳴門	4:30 第30回徳島県合唱アンサンブルコンテスト(後編) トクシマ	5:00 はせちゃん人狼ゲームをやってみよう！ あなん	4:30 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	4:30 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	4:00 スマート回廊 もみじまつり 一手をとりあおう那賀ー あなん	4	
5								5	

2025/2/20 更新

「まるっと！とくしま」
徳島の情報をまるっとまるごとお届けします♪
県内のケーブルテレビ局が協力制作！

毎週木曜
17:00～17:30 他

- 参加CATV局
- ・阿波市ケーブルネットワーク
 - ・池田ケーブルネットワーク
 - ・石井CATV
 - ・エーアイテレビ
 - ・かみいたテレビ
 - ・キューテレビ
 - ・ケーブルテレビあなん
 - ・ケーブルネットおえ
 - ・県南てれび
 - ・国府町CATV
 - ・テレビ阿波
 - ・テレビトクシマ
 - ・テレビ鳴門
 - ・那賀町ケーブルテレビ
 - ・日本中央テレビ
 - ・東阿波ケーブルテレビ