

※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

	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(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	
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EG 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 きゅーとモ☆ 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 12:40 アロハおえ！ まちの出来事 おえ	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	8:00 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	9:00 夢ホール おんがくの日[ストリートピアノ] 県南	9:00 令和7年阿南市二十歳の集い【1部・2部】 県南	9:00 吉野川市制20周年記念 NHKのど自慢予選会 前半1～100 中央	9:00 令和7年阿南市二十歳の集い【1部・2部】 県南	10:00 NARUTO BOOT CAMP2024 創業計画ピッチコンテスト 鳴門	8:40～16:05 【生中継】とくしまマラソン2025	
9	10:00 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	10:00 NARUTO BOOT CAMP2024 創業計画ピッチコンテスト 鳴門	10:00 NARUTO BOOT CAMP2024 創業計画ピッチコンテスト 鳴門	10:00 NARUTO BOOT CAMP2024 創業計画ピッチコンテスト 鳴門	10:00 NARUTO BOOT CAMP2024 創業計画ピッチコンテスト 鳴門	10:00 NARUTO BOOT CAMP2024 創業計画ピッチコンテスト 鳴門		
10	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EG 鳴門 13:45 インフォメーション	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
11	14:00 2024新体操クリスマスフェスティバル おえ	14:00 THE FINAL RUNS 第35回那賀川流域センチュリーランへの道 完全版 池田 15:00 令和6年度徳島県立三好病院 県民公開講座	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	14:00 吉野川市制20周年記念 NHKのど自慢予選会 後半101～200 中央	14:00 夢ホール おんがくの日[ストリートピアノ] 県南	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		
12	16:30 もぎたて情報局3月(企画編) キュー	17:00 インフォメーション	17:00 インフォメーション	17:40 とくしま防災学習講座(中級編) 企画・徳島県 17:00 まるっと！とくしま 共同制作	15:30 令和6年度徳島県立三好病院 県民公開講座 池田	18:00 THE FINAL RUNS 第35回那賀川流域センチュリーランへの道 完全版 もぎたて情報局3月(企画編) キュー		
13	17:40 とくしま防災学習講座(中級編) 企画・徳島県 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	17:40 とくしま防災学習講座(中級編) 企画・徳島県 18:00 出来事まとめてみるでるで 県南 18:15 ひまわり笑顔情報局 県南	17:40 とくしま防災学習講座(中級編) 企画・徳島県 18:00 出来事まとめてみるでるで 県南 18:15 ひまわり笑顔情報局 県南	17:30 へそっこニュース ※毎週更新 池田	17:40 とくしま防災学習講座(中級編) 企画・徳島県 18:00 ステップ トクシマ	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		
14	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	19:00 ぶらぶらミートくん あなん 19:30 インフォメーション	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「あすかちゃんのお返し」 おえ 19:00 きゅーとモ☆ ※毎週更新 キュー	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「あすかちゃんのお返し」 おえ 19:00 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 19:20 旬感ナビ ※毎週更新 あなん 19:35 ですよん 中央	18:30 情報ひろば まちスマ 中央		
15	20:00 GO!GO!ウォルテイス おえ 20:10 ヴォルテイス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 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	20:00 インフォメーション	20:00 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		
16	22:00 GO!GO!ウォルテイス おえ 22:10 ヴォルテイス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	21:00 うたっちゃんお♪ 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「あすかちゃんのお返し」 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 まるっと！とくしま 共同制作 22:30 ですよん 中央	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 石井 21:15 ですよん 中央 21:30 ぶらぶらミートくん あなん		
17	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	23:05 俺たちのみよし飯 池田 23:35 FC徳島応援番組「KAWASEMI BLUE！」 おえ 23:45 あなん歴史探訪 あなん		
18	0:00 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	0:00 夢ホール おんがくの日[ストリートピアノ] 県南	0:00 令和7年阿南市二十歳の集い【1部・2部】 県南	0:00 吉野川市制20周年記念 NHKのど自慢予選会 前半1～100 中央	0:00 令和7年阿南市二十歳の集い【1部・2部】 県南	0:00 第7回とくしま職場対抗バンドコンテスト トクシマ		
19	2:00 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	1:15 THE FINAL RUNS 第35回那賀川流域センチュリーランへの道 完全版 池田 2:15 令和6年度徳島県立三好病院 県民公開講座	1:00 NARUTO BOOT CAMP2024 創業計画ピッチコンテスト 鳴門	2:00 吉野川市制20周年記念 NHKのど自慢予選会 後半101～200 中央	2:40 夢ホール おんがくの日[ストリートピアノ] 県南	2:00 THE FINAL RUNS 第35回那賀川流域センチュリーランへの道 完全版 あなん 3:00 もぎたて情報局3月(企画編) キュー		
20	4:00 2024新体操クリスマスフェスティバル おえ	4:15 インフォメーション	4:00 インフォメーション	4:00 インフォメーション	3:55 令和6年度徳島県立三好病院 県民公開講座 池田	4:00 インフォメーション		

「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！

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