

月	4・11・18・25	火	5・12・19・26	時間	水	6・13・20・27	木	7・14・21・28
00	気象情報	00	気象情報	5	00	気象情報	00	気象情報
05	気象情報	00	気象情報	6	00	気象情報	00	気象情報
25	阿波踊り体操	25	阿波踊り体操	7	00	Find Japan in 4K	00	ビデオスケッチ
45	気象情報	45	気象情報	8	30	気象情報	45	気象情報
00	ニッポン あの町この町	00	ビデオスケッチ	9	00	ビデオスケッチ	00	ビデオスケッチ
30	気象情報	15	インフォメーション	10	30	気象情報	15	インフォメーション
00	ビデオスケッチ	20	ステップ	11	00	ビデオスケッチ	00	ビデオスケッチ
15	The World Theaters	30	気象情報	12	00	ビデオスケッチ	00	ビデオスケッチ
30	キッズ	00	とくしまドローン紀行 そらたび	13	15	The World Theaters	15	The World Theaters
00	インフォメーション	30	キッズ	14	30	キッズ	30	キッズ
40	県広報番組「旬感!あわだより」	00	インフォメーション	15	00	インフォメーション	00	インフォメーション
43	阿波踊り体操	40	県広報番組「旬感!あわだより」	16	40	県広報番組「旬感!あわだより」	40	県広報番組「旬感!あわだより」
00	徳島市NOW/15 インフォメーション	43	阿波踊り体操	17	43	阿波踊り体操	43	阿波踊り体操
20	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ	00	徳島市NOW/15 インフォメーション	18	00	徳島市NOW/15 インフォメーション	00	徳島市NOW/15 インフォメーション
30	インフォメーション	20	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ	19	20	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ	20	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ
00	いきいき百歳体操 徳島版 筋力づくり編	30	インフォメーション	20	30	インフォメーション	30	インフォメーション
00	いきいき百歳体操 徳島版 筋力づくり編	00	いきいき百歳体操 徳島版 筋力づくり編	21	00	いきいき百歳体操 徳島版 筋力づくり編	00	いきいき百歳体操 徳島版 筋力づくり編
00	ステップ(生)	00	ステップ	22	00	ステップ(生)	00	ステップ
10	インフォメーション	10	インフォメーション	23	10	インフォメーション	10	インフォメーション
30	ニッポン あの町この町	30	Find Japan in 4K	0~5	30	ニッポン あの町この町	30	Find Japan in 4K
00	徳島県活き活きシニア 放送講座	00	徳島県活き活きシニア 放送講座		00	徳島県活き活きシニア 放送講座	00	徳島県活き活きシニア 放送講座
00	いきいき百歳体操 徳島版 筋力づくり編	健康・医療関連講演会のほか、 毎日をいきいきと元気に 暮らすためのコンテンツを放送			00	いきいき百歳体操 徳島版 筋力づくり編	健康・医療関連講演会のほか、 毎日をいきいきと元気に 暮らすためのコンテンツを放送	
00	インフォメーション	00	インフォメーション		00	インフォメーション	00	インフォメーション
30	TVいきいきらいふ	30	とくしま健康くらぶ		30	TVいきいきらいふ	30	とくしま健康くらぶ
45	インフォメーション	45	インフォメーション		45	インフォメーション	45	インフォメーション
50	ステップ	50	ステップ		50	ステップ	50	ステップ
00	おいしいお店いただきま〜す (高松)	00	おいしいお店いただきま〜す (高松)		00	おいしいお店いただきま〜す (高松)	00	おいしいお店いただきま〜す (高松)
15	我ら海遊人 (高松)	15	我ら海遊人 (高松)		15	我ら海遊人 (高松)	15	我ら海遊人 (高松)
30	ふるさとふれあいTV	30	ふるさとふれあいTV		30	ふるさとふれあいTV	30	ふるさとふれあいTV
00	インフォメーション	00	インフォメーション		00	インフォメーション	00	インフォメーション
30	The World Theaters	30	The World Theaters		30	The World Theaters	30	The World Theaters
45	インフォメーション	45	インフォメーション		45	インフォメーション	45	インフォメーション
50	ステップ	50	ステップ		50	ステップ	50	ステップ
00	徳島市NOW	00	徳島市NOW		00	徳島市NOW	00	徳島市NOW
15	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ	15	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ		15	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ	15	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ
25	県広報番組「旬感!あわだより」	25	県広報番組「旬感!あわだより」		25	県広報番組「旬感!あわだより」	25	県広報番組「旬感!あわだより」
30	気象情報	30	気象情報		30	気象情報	30	気象情報
00	ふるさとふれあいTV	00	ニッポン あの町この町		00	とくしまハーツ(県広報・随時更新)	00	Find Japan in 4K
30	ビデオスケッチ	30	とくしまドローン紀行 そらたび		30	ビデオスケッチ	30	とくしまドローン紀行 そらたび
45	インフォメーション	45	インフォメーション		45	インフォメーション	45	インフォメーション
50	ステップ	50	ステップ		50	ステップ	50	ステップ
00	徳島県知事記者会見 (無い場合は別番組)	00	徳島の文化・歴史ドキュメンタリー		00	徳島の文化・歴史ドキュメンタリー	00	インフォメーション
00	ニッポン あの町この町	00	ふるさとふれあいTV		00	我ら海遊人(高松)	00	行ってみ四い国
30	ビデオスケッチ	30	とくしまドローン紀行 そらたび		15	TVいきいきらいふ	15	とくしま健康くらぶ
45	インフォメーション	45	インフォメーション		30	ビデオスケッチ	30	とくしまドローン紀行 そらたび
50	ステップ	50	ステップ		45	インフォメーション	45	インフォメーション
00	インフォメーション	00	とくしまハーツ(県広報・随時更新)		00	インフォメーション	00	ユニバーサル・スタジオ・ジャパン
50	ステップ	30	我ら海遊人		30	とくしまドローン紀行 そらたび	15	ビデオスケッチ
00	ニッポン あの町この町	45	インフォメーション		45	インフォメーション	30	TVいきいきらいふ
30	ビデオスケッチ	50	ステップ		50	ステップ	45	インフォメーション
45	The World Theaters	00	徳島県知事記者会見 (無い場合は別番組)		00	ニッポン あの町この町	00	特別番組枠(他局制作)
00	ショッピングチャンネルHD	00	ショッピングチャンネルHD		30	Find Japan in 4K	00	ショッピングチャンネルHD

金	1・8・15・22・29	時間	土	2・9・16・23・30	日	3・10・17・24・31
00	気象情報	5	00	気象情報	00	気象情報
05	気象情報	6	00	気象情報	00	気象情報
25	阿波踊り体操	7	00	徳島県知事記者会見 (無い場合は別番組)	00	ニッポン あの町この町
45	気象情報	8	30	気象情報	30	インフォメーション
00	たまたま金曜日	9	00	ビデオスケッチ	00	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ
30	気象情報	10	15	The World Theaters	15	ビデオスケッチ
00	インフォメーション	11	30	たまたま金曜日	30	たまたま金曜日
40	県広報番組「旬感!あわだより」	12	00	インフォメーション	00	ステップ
43	阿波踊り体操	13	30	インフォメーション	30	インフォメーション
00	徳島市NOW/15 インフォメーション	14	00	徳島市NOW/15 旬感!あわだより	00	徳島市NOW/15 旬感!あわだより
20	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ	15	20	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ	20	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ
30	インフォメーション	16	30	たまたま金曜日	30	たまたま金曜日
00	いきいき百歳体操 徳島版 筋力づくり編	17	00	ステップ(生)	00	ステップ
00	いきいき百歳体操 徳島版 筋力づくり編	18	30	たまたま金曜日	30	キッズ
00	ステップ(生)	19	00	とくしま防災生涯学習講座	00	2日 徳島少年少女合唱団 創立60周年記念 定期演奏会
10	インフォメーション	20	00	インフォメーション	00	3日 徳島少年少女合唱団 創立60周年記念 定期演奏会
30	ニッポン あの町この町	21	00	たまたま金曜日	00	ステップ
00	徳島県活き活きシニア 放送講座	22	00	とくしま防災生涯学習講座	00	ステップ
00	いきいき百歳体操 徳島版 筋力づくり編	23	00	インフォメーション	00	ステップ
00	インフォメーション	24	00	たまたま金曜日	30	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ
30	TVいきいきらいふ	25	00	ステップ	45	行ってみ四い国
45	インフォメーション	26	00	インフォメーション	00	インフォメーション
50	ステップ	27	00	たまたま金曜日	30	ニッポン あの町この町
00	おいしいお店いただきま〜す (高松)	28	00	とくしまマンボ	00	インフォメーション
15	我ら海遊人 (高松)	29	00	インフォメーション	00	インフォメーション
30	ふるさとふれあいTV	30	00	インフォメーション	00	インフォメーション
00	インフォメーション	31	00	ステップ	00	徳島市NOW
30	The World Theaters		00	徳島市NOW	00	徳島市NOW
45	インフォメーション		15	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ	15	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ
50	ステップ		25	県広報番組「旬感!あわだより」	25	県広報番組「旬感!あわだより」
00	徳島市NOW		30	気象情報	30	気象情報
15	みんなで踊ろう!阿波の輪サンバ		00	ふるさとふれあいTV	00	ニッポン あの町この町
25	県広報番組「旬感!あわだより」		30	ビデオスケッチ	30	とくしまドローン紀行 そらたび
30	気象情報		45	インフォメーション	45	インフォメーション
00	ふるさとふれあいTV		50	ステップ	50	ステップ
30	ビデオスケッチ		00	徳島県知事記者会見 (無い場合は別番組)	00	徳島の文化・歴史ドキュメンタリー
45	インフォメーション		00	ニッポン あの町この町	00	ふるさとふれあいTV
50	ステップ		30	ビデオスケッチ	30	とくしまドローン紀行 そらたび
00	徳島県知事記者会見 (無い場合は別番組)		45	インフォメーション	45	インフォメーション
00	ニッポン あの町この町		50	ステップ	50	ステップ
30	ビデオスケッチ		00	とくしまハーツ(県広報・随時更新)	00	とくしまハーツ(県広報・随時更新)
45	The World Theaters		30	我ら海遊人	30	我ら海遊人
00	ショッピングチャンネルHD		45	インフォメーション	45	インフォメーション
			50	ステップ	50	ステップ
			00	徳島県知事記者会見 (無い場合は別番組)	00	徳島県知事記者会見 (無い場合は別番組)
			30	Find Japan in 4K	30	Find Japan in 4K
			00	ショッピングチャンネルHD	00	ショッピングチャンネルHD

テレビトクシマ
リポーター



山西悦美



福井幸正

Merry Christmas



今月のオススメ!!



みんなで踊ろう! 阿波の輪サンバ 毎週 月 10:20~10:30 他

幼稚園や保育園の子どもたちの様子を紹介。番組後半はみんなで阿波の輪サンバを踊るよ。みんなも一緒に踊ってみてね♪

出演希望の幼稚園や保育園募集中!

12/4・12/10	生光学園幼稚園 1週目
12/11・12/17	生光学園幼稚園 2週目
12/18・12/24	徳島大学あゆみの森保育園 1週目
12/25・12/31	徳島大学あゆみの森保育園 2週目

ニッポン あの町この町 毎週 月 7:00~7:30 他



今こそ応援したい! ニッポンの祭りをテーマに、全国のケーブルテレビ局が地元のお祭りを全国に紹介するシリーズ「おまつりニッポン」を放送中!

12/4・12/10	三重県鳥羽市 海女の祭典 しろんご祭り (ZTV) 富山県礪波市 ヨイサヤー! となみ夜高祭(となみ衛星通信テレビ)
12/11・12/24	埼玉県久喜市 久喜提燈祭り「天王様」(ケーブルテレビ 久喜) 愛知県知多郡 大足 蛇車まつり(知多半島ケーブルネットワーク)

たまたま金曜日 毎週 金 7:00~7:30 他



徳島のおもしろいを求めて、駆けずり回る「たまたま金曜日」。疑問・難問・調査依頼にもお応えします。徳島の知らないことを発見しよう!!

12/1・12/3	徳島御城印集めの旅! in勝瑞(前編)
12/8・12/10	徳島御城印集めの旅! in勝瑞(後編)
12/15・12/17	日本御城印集めの旅! in松山城!
12/22・12/24	旅は続くよ! どこまでも♪
12/29・12/31	思えば速くに来ましたね♪

今月のオススメ!!



とくしまドローン紀行 そらたび 毎週 火 8:00~8:15 他

ふるさと「徳島」を空から眺めると、これまで気づけなかった新しい魅力が見えてきます。4K撮影によるドローン映像で県内各地を旅し、ふるさとの魅力を再発見します。

ステップ 毎週 水金 12:00~ 他



新鮮な徳島の話題をお届けする徳島情報「ステップ」! 初回放送はお昼12時から生放送。月曜・水曜は町の出来事を、金曜は楽しい拡大版! 生活に役立つ情報満載でお届けします。見れば元気になれる「ステップ」をお見逃しなく!

取材依頼・情報提供などはコチラ →
お気軽にメッセージをお寄せください!
step@tcn.jp

地域の発表会やコンサート
スポーツ大会など幅広くお届け!

毎週 土 12:00~14:00 他

12/2・12/3 徳島少年少女合唱団
創立60周年記念 定期演奏会
(2023年10月22日(日)あわぎんホール)

ビデオスケッチ 毎週 月 8:00~8:15 他



ビデオ
スケッチ

徳島や周辺地域の四季折々の美しい風景や風物を、BGMとともにお届けします。

TVいきいきらいふ 毎週 月 15:30~15:45 他



徳島大学病院・病院情報センターの制作番組。健康医療に関する最新の情報や大学・病院が取り組んでいる活動などをお届けします。

いきいき百歳体操 徳島版 筋力づくり編 毎週 月~金 11:00~ 他



年をとるにしたがって誰もが体が弱って介護が必要になると思いませんか? 「いきいき百歳体操」で体力をつけ、いくつになっても元気でいきいきとした生活を送りましょう。

行ってみ四い国 毎週 水 16:30~16:45 他



四国のケーブルテレビが月替りで制作している「行ってみ四い国」。グルメ、レジャー、文化、歴史、観光スポットなどを紹介。さあ今月は何が飛び出すか、お楽しみに。

徳島市NOW 毎週 月 10:00~10:15 他



徳島市広報番組。市内で開催されたイベントを紹介するウィークリーフラッシュ、徳島市からのお知らせなど。

The World Theaters 毎週 月 8:15~8:30 他



世界5大陸、150ヵ所以上の名所・秘境を、4Kカメラで撮影した映像で紹介。世界各地の選りすぐりの絶景をご覧ください。

12/1・12/15 マチュピチュ・マチュピチュ村(ペルー)

12/18・12/29 ワカチナ・ナスカの地上絵(ペルー)

ふるさとふれあいTV 毎週 月 16:30~17:00 他



各自治体制作のビデオや、徳島の身近な話題をお送りしている「ふるさとふれあいTV」。月替わりで、神山町・勝浦町・上勝町の各自治体が制作したビデオをお送りしています。

とくしまンボ♪ 毎週 木 16:00~16:30 他



10月に徳島市内で行われた四国の右下PRイベントの様子をダイジェストでご紹介します。

12/7・12/29 四国の右下
かめたろうと愉快的仲間たち!