

香南ケーブルテレビ 11チャンネル

2023年11月 自主放送番組表

※番組内容が予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。

※11月10日更新分

	月(6.13.20.27)	火(7.14.21.28)	水(1.8.15.22.29)	木(2.9.16.23.30)	金(3.10.17.24)	土(4.11.18.25)	日(5.12.19.26)	
	マチの出来事							112ch(月～日)
6:00	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ	ゴーゴー！のいものタウン 文字放送	お家で簡単体操① 文字放送	香南っ子映像倶楽部	こうなんキッズ		それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ	6:00 文字放送 (市からのお知らせ)
7:00	ゴーゴー！のいものタウン まとめて！香南ニュース 文字放送	香南っ子映像倶楽部		まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	タイムカプセル2003	まとめて！香南ニュース 文字放送	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	7:00
8:00	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ 行ってみよう！香南市のお店 それってなんなが!?	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作) ※1	(16日～30日) 高齢者クラス芸能大会 (前編)	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ まとめて！香南ニュース	高齢者寺子屋 ～学習の振り返り～ 文字放送	(16日～30日) 高齢者クラス芸能大会 (後編)	8:00
9:00	(16日～30日) 高齢者クラス芸能大会 (前編)	香南市からのお知らせ	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	こうなんキッズ	行ってみよう！香南市のお店 ゴーゴー！のいものタウン	マチの出来事		9:00
10:00	香南っ子映像倶楽部	お家で簡単体操② 文字放送	すわんふいっしんぐ (SWANTV制作)	お試し有料放送 スペースシャワーTV	香南市からのお知らせ	行ってみよう！香南市のお店 わたしたちのスクールライフ	香南っ子映像倶楽部	10:00
11:00	こうなんキッズ	まとめて！香南ニュース	(16日～30日) 高齢者クラス芸能大会 (前編)	タイムカプセル2003	高齢者寺子屋 ～学習の振り返り～ 文字放送	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	高齢者寺子屋 ～学習の振り返り～ 文字放送	11:00
12:00	高齢者寺子屋 ～学習の振り返り～ 文字放送	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作) ※1	こうなんキッズ	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ それってなんなが!? 文字放送	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作)	(16日～30日) 高齢者クラス芸能大会 (前編)	タイムカプセル2003	12:00
13:00	マチの出来事							13:00
14:00	健康体操① 文字放送	香南市からのお知らせ	香南っ子映像倶楽部	行ってみよう！香南市のお店 文字放送	まとめて！香南ニュース	香南市からのお知らせ	こうなんキッズ	14:00
15:00	香南市からのお知らせ	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	タイムカプセル2003	香南市からのお知らせ	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	香南っ子映像倶楽部	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ 行ってみよう！香南市のお店 それってなんなが!?	15:00
16:00	お家で簡単体操① 文字放送	(16日～30日) 高齢者クラス芸能大会 (後編)	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ まとめて！香南ニュース	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作)	(16日～30日) 高齢者クラス芸能大会 (後編)	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ 行ってみよう！香南市のお店 それってなんなが!?	すわんふいっしんぐ (SWANTV制作) まとめて！香南ニュース	16:00
17:00	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作) ※1	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	ゴーゴー！のいものタウン 行ってみよう！香南市のお店 まとめて！香南ニュース	高南っ子映像倶楽部 ～学習の振り返り～ 文字放送	こうなんキッズ	まとめて！香南ニュース	お試し有料放送 スペースシャワーTV	17:00
18:00	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	タイムカプセル2003	高齢者寺子屋 ～学習の振り返り～ 文字放送	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ それってなんなが!?	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作) ※1	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	18:00
19:00	すわんふいっしんぐ (SWANTV制作) まとめて！香南ニュース	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ 健康体操② 文字放送	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作)	のいちdeどうぶつ体操	香南っ子映像倶楽部	マチの出来事		19:00
20:00	健康体操③ 文字放送	(16日～30日) 高齢者クラス芸能大会 (後編)	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	こうなんキッズ	香南っ子映像倶楽部	まとめて！香南ニュース	お試し有料放送 スペースシャワーTV	20:00
21:00	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ 行ってみよう！香南市のお店 それってなんなが!?	高齢者寺子屋 ～学習の振り返り～ 文字放送	すわんふいっしんぐ (SWANTV制作)	健康体操③	まるごとイベント (1日～15日) 第7回歌と踊りの交流会 (後編)	マチの出来事		21:00
22:00	健康体操④	香南市からのお知らせ	それ！教えて！ 行ってみよう！香南市のお店 それってなんなが!?	健康体操④	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作)	お試し有料放送 スペースシャワーTV	お試し有料放送 スペースシャワーTV	22:00
23:00	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作)	(16日～30日) 高齢者クラス芸能大会 (前編)	まとめて！香南ニュース	Kochi on TV! (高知ケーブルテレビ制作) ※1	香南っ子映像倶楽部	タイムカプセル2003	片さんのFish!おふ (高知ケーブルテレビ制作)	23:00
0:00	のいちdeどうぶつ体操	健康体操② 文字放送	香南市からのお知らせ	香南っ子映像倶楽部	行ってみよう！香南市のお店 文字放送	マチの出来事		0:00
1:00～	マチの出来事							1:00～
	まるごとイベント (16日～30日) 高齢者クラス芸能大会							
	(前編)	(後編)	(前編)	(後編)	(前編)	(後編)	(前編)	
	それ！教えて！ わたしたちのスクールライフ							
	こうなんキッズ							
	香南っ子映像倶楽部							
	文字放送							

☆まるごとイベント、まとめて！香南ニュース、タイムカプセル2003 は月の前半(1日～15日) 後半(16日～30日)で番組内容が違います

☆その他は 毎月1日更新

☆11月18日～24日の「Kochi on TV!」は放送をお休みし、「お試し有料放送 ティスカバリーチャンネル」を放送します。

★自主放送の番組内容は2ページ目です

※ 番組内容が予告なく変更する場合がございます。ご了承ください

※ ケーブルテレビ5ch 瀬戸内海放送 の番組表は タイムプログラム 最終ページに記載しています

11月の自主放送(放送内容は変更になることがあります。)

番組名	内 容
マチの出来事	香南市のイベントや子どもたちの行事などをニュースとしてお届けします。(毎週土曜日更新 30分)
香南っ子映像倶楽部	リポーターやナレーターをやってみたい小中高生が様々な企画に挑戦する番組。 今月は「ボイストレーニング講座に参加しよう」です。(1日更新 30分)
それ！教えて！	市民が疑問に思うことを掘り下げて取材する番組です。今月は「地震時の避難経路」について取り上げます。(1日更新 15分)
わたしたちのスクールライフ	生徒たちが自分たちの学校の取り組みや部活動などを紹介する番組です。今月は「夜須中学校」です。(1日更新 10分)
こうなんキッズ	香南市の元気な子供たちを紹介する番組です。 今月は「佐古保育所 らいおん・きりん組」の元気なみんなをご紹介します。(1日更新 30分)
まるごとイベント	香南市のイベントをまるごと紹介する番組。 前半は「第7回 歌と踊りの交流会(後編)」 後半は「高齢者クラブ芸能大会(前編)(後編)」をお送りします。(1日・16日更新 120分)
高齢者寺子屋 ～学習の振り返り～	横川先生を講師に高齢者のための楽しい遊びや体操、ためになるお話をお送りします。 以前放送した内容の再放送です。(45分)
まとめて！香南ニュース	先月放送したマチの出来事(香南ニュース)を再放送します。(1日・16日更新 30分)
行ってみよう！香南市のお店	香南市内のお店情報をお知らせしています。(再放送)
タイムカプセル2003	20年前の香南市の話題をお届けします。(1日・16日更新 60分)
お家で簡単体操 ① ②	高齢者のためのお家でできる簡単な体操。(再放送) ①筋肉を強くする運動 ②音楽に合わせて体操
健康体操①～④	お家で簡単にできるストレッチや筋肉トレーニングをご紹介します。(再放送 各 20分) ①貯筋運動 ②親子で楽しむ しなやかクレーチャー体操 ③お腹シェイプ 初級編 ④お腹シェイプ 中級編
文字放送	香南市内のイベントやお役立ち情報をお知らせしています。(文字デロップ)(毎日更新)
お試し有料放送	STB有料チャンネルをお試しで視聴できます。 ■スペースシャワーTV(30分)(20日更新) ■ディスカバリーチャンネル(60分)(11月18日～24日のKochi on TV!の時間帯で放送)
Kochi on TV!	高知ケーブルテレビ制作の人気情報番組。(毎週土曜日更新 60分) ※11月18日～11月24日は「お試し有料放送 ディスカバリーチャンネル」を放送します。
片さんのFish！おふ	高知ケーブルテレビ制作の釣り番組。名物リポーター片さんが県内各地で色々な魚を釣り上げる！？(1日更新 45分)
それってなんなが！？	高知ケーブルテレビ制作のSDGsを学ぶバラエティ番組。(1日更新 20分)
すわんふいっしんぐ	SWANTV制作の高知県西部を中心とした釣り番組。(1日更新 30分)
ゴーゴー！のいものタウン	キッズステーション制作の「のいもの」を楽しく紹介する番組。(再放送 毎週土曜日更新 15分)



「こうなんキッズ」



「わたしたちのスクールライフ」

11ちゃんを見てね！！



「香南っ子映像倶楽部」