2022年 **5 月号**

かもめチャンネル

CHANNEL GUIDE

ーチャンネル ガイドー



三陸ブロードネットの自主放送 "かもめチャンネル (11ch)" からは**釜石の話題を中心とした番組**をお送りします!!

◇ かもめチャンネルが新体制!! ◇





かもめチャンネル LIVE × NEWS!!

放送時間は

オラホノTV

月・水の昼 12 時から!

市内各所に神出鬼没!月·水はオラホノ TV!【生放送】どうぞお楽しみに!!



毎週金曜日お昼の12時放送!かもめチャンネルスタジオから市内のニュースやイベントのお知らせなど暮らしに役立つ情報をお届け!



まる釜かもチャンAnglers 釣るテレ~気分爆釣中!~

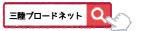
今回の釣るテレは・・・番組 MC アブさんはじめ釜石の釣り少年たちが一度は経験する「沢イワナの提灯釣り」を紹介!仕掛けから釣り方まで昭和の子供たちをとりこにした懐かしの提灯釣り。 果たして大人になった今でも通用するのか?! DVD·ブルーレイ 販売のご案内

かもめチャンネルでは 制作・放送した番組を 販売しています!! 詳しくはお電話にて お問い合わせください

その他、釜石ならではの番組、釜石よいさ、釜石まつり、連合音楽会、成人式 市民劇場、OH!マチミュージックフェスタなど、季節ごとに様々な番組をお送りしています

<u>■ 三陸ブロードネット株式会社</u> 〒026-0024 岩手県釜石市大町 1-2-1NTT ビル 2F TEL 0193-24-2600 FAX 0193-22-4601

詳しい情報は三陸ブロードネットホームページまで!



時間	5/1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
5	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル
6	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」
7			30 お天気チャンネル	30 お天気チャンネル	30 お天気チャンネル	30 お天気チャンネル	
8	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り④ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報
9	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホ/TV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホ/TV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホ/TV	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」
10			30 釣りバカZ 更	30 釣りバカZ	30 釣りバカZ	30 釣りバカZ	
11	00 釣るテレ 更	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報
0	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース 更 オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」
1		30 いいね! みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン		
2	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
3	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り④ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報
4	00 I LoveワンコTV 更	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 ILoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV
	30 あいラブせんりゅう 更	00 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう
5	00 ^{50才からのエンジョイゴルフ} 更	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ
	30 神保町昭和歌謡倶楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部
6	00 レッツゴー!まちっぷちゃん 信越地域の情報番組です	00 レッツゴー!まちっぷちゃん 信越地域の情報番組です	00 レッツゴー!まちっぷちゃん 信越地域の情報番組です	00 レッツゴー!まちっぷちゃん 信越地域の情報番組です	00 レッツゴー!まちっぷちゃん信越地域の情報番組です	00 レッツゴー!まちっぷちゃん 信越地域の情報番組です	00 レッツゴー!まちっぷちゃん信越地域の情報番組です
	30 きっこのアイアン 更 クッキング	30 きっこのアイアン クッキング	30 きっこのアイアン クッキング	30 きっこのアイアン クッキング	30 きっこのアイアン クッキング	30 きっこのアイアン クッキング	30 きっこのアイアン クッキング
7	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 かもめチャンネル ライフ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」
8		30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めっけ		
9	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ
	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン
10	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
11	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライプ&ニュース オラホノTV	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」
12							
		30 又吉・せきしろの 東 なにもしない散歩【第1回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第1回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第1回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第1回】		

時間	5/8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
5	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル
6	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
7			30 お天気チャンネル				
8	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り④ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り④ おうちDEいきいき体操
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報
9	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 かもめチャンネル ライフ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライフ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライフ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライフ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
10			30 釣りバカZ				
11	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報
0	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 かもめチャンネル ライフ&ニュース 更 オラホノTV	00 かもめチャンネル ライフ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライフ&ニュース 更 オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
1		30 いいね!みちのくマガジン					
2	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
3	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り④ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り④ おうちDEいきいき体操
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報
4	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 ILoveワンコTV	00 ILoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV
	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう
5	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ
	30 神保町昭和歌謡倶楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部	30 神保町昭和歌謡倶楽部				
6	00 レッツゴー!まちっぷちゃん 信越地域の情報番組です 30 きっこのアイアン	00 レッツゴー! まちっぷちゃん 信越地域の情報番組です 30 きっこのアイアン					
_	30 さっこのアイアン クッキング 00 釜石市民劇場	クッキング 00 かもめチャンネル	クッキング 00 かもめチャンネル	クッキング 00 かもめチャンネル	クッキング 00 かもめチャンネル	クッキング 00 かもめチャンネル	クッキング 00 かもめチャンネル
7	第35回記念公演 「満天の星は知っている」	ライブ&ニュース オラホノTV	ライブ&ニュース オラホノTV	ライブ&ニュース オラホノTV	ライブ&ニュース オラホノTV	ニュース&インフォ 週刊オラホ/TIMES	ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
8		30 気仙沼めつけ	30 気仙沼めっけ				
9	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ
	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン
10	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
11	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
12		30 又吉・せきしろの					
		変にもしない散歩【第2回】	30 又音・せぎしろの なにもしない散歩【第2回】	30 又音・せきしろの なにもしない散歩【第2回】	30 又音・せきしろの なにもしない散歩【第2回】	30 又音・せきしろの なにもしない散歩【第2回】	30 又音・せぎしろの なにもしない散歩【第2回】

初

日	5/15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
5	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル
6	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
	週刊4 プルン HIVIES	地口オンハン IIIVIES	7 740 IV	3 242 14	3 24214	4 242 IA	MU DAY TIMES
7							
	30 お天気チャンネル	30 いいね!みちのくマガジン	30 お天気チャンネル	30 お天気チャンネル	30 お天気チャンネル	30 お天気チャンネル	30 お天気チャンネル
8	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り④ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報
9	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホ/TIMES	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホ/TV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホ/TV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホ/TV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホ/TV	00 かもめチャンネル ニュース &インフォ 週刊オラホ/TIMES
10							
	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント
11	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報
0	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース 更 オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホ/TV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース 更 オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 更 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
1							
	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン
2	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
3	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り④ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報
4	00 ILoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV
	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう
5	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ
	30 神保町昭和歌謡倶楽部	30 神保町昭和歌謡倶楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部	30 神保町昭和歌謡倶楽部	30 神保町昭和歌謡倶楽部	30 神保町昭和歌謡倶楽部	30 神保町昭和歌謡倶楽部
6	00 あらぶんちょ散歩	00 あらぶんちょ散歩	00 あらぶんちょ散歩	00 あらぶんちょ散歩	00 あらぶんちょ散歩	00 あらぶんちょ散歩	00 あらぶんちょ散歩
	30 きっこのアイアン クッキング	30 きっこのアイアン クッキング	30 きっこのアイアン クッキング	30 きっこのアイアン クッキング	30 きっこのアイアン クッキング	30 きっこのアイアン クッキング	30 きっこのアイアン クッキング
7	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホ/TIMES
8	30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めっけ
9	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ
	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン
10	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
11	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
12	00 R± +++1 7 0	00 Tt //t/ 70	00 Tt //t/ 7 f	ao 71± 11±1.7 c	oo 71 / 12 7 7	ao 71± 11±1.7¢	00 Tt 1141 7.0
	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第3回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第3回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第3回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第3回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第3回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第3回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第3回】

初

日時間	5/22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
5	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル	00 お天気チャンネル
6	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
7							
	30 お天気チャンネル	30 いいね!みちのくマガジン	30 お天気チャンネル	30 お天気チャンネル	30 お天気チャンネル	30 お天気チャンネル	30 お天気チャンネル
8	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り④ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報 更
9	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
10							
	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント	30 覆面MANIATV 新感覚プロレスエンターテイ メント
11	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報
0	00 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っている」	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース 更 オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホ/TV	00 かもめチャンネル ライプ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
1							
	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン
2	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
3	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り④ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいし健康便り① おうちDEいきいき体操
	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報	30 文字情報
4	00 ILoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 ILoveワンコTV	00 I LoveワンコTV	00 I LoveワンコTV
	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう	30 あいラブせんりゅう
5	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ	00 50才からのエンジョイゴルフ
	30 神保町昭和歌謡倶楽部	30 神保町昭和歌謡倶楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部	30 神保町昭和歌謡俱楽部	30 神保町昭和歌謡倶楽部
6	00 あらぶんちょ散歩 30 きっこのアイアン	00 あらぶんちょ散歩 30 きっこのアイアン	00 あらぶんちょ散歩 30 きっこのアイアン	00 あらぶんちょ散歩 30 きっこのアイアン	00 あらぶんちょ散歩 30 きっこのアイアン	00 あらぶんちょ散歩 30 きっこのアイアン	00 あらぶんちょ散歩 30 きっこのアイアン
7	クッキング 00 かもめチャンネル	クッキング 00 かもめチャンネル	クッキング 00 かもめチャンネル	クッキング 00 かもめチャンネル	クッキング 00 かもめチャンネル	クッキング 00 かもめチャンネル	クッキング 00 かもめチャンネル
7	ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	ライブ&ニュース オラホノTV	ライブ&ニュース オラホ/TV	ライブ&ニュース オラホノTV	ライブ&ニュース オラホノTV	ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
8	30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めつけ	30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めっけ	30 気仙沼めつけ	30 気仙沼めつけ	30 気仙沼めっけ
9	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ	00 釣るテレ
	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン	30 いいね!みちのくマガジン
10	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
11	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIMES
12							
	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第4回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第4回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第4回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第4回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第4回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第4回】	30 又吉・せきしろの なにもしない散歩【第4回】