

2022年  
12月号

# かもめチャンネル CHANNEL GUIDE

—チャンネル ガイダー—



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!!

◇3年ぶりに再始動 かまいしの第九をお送りします◇

かもめチャンネル  
LIVE X NEWS!!  
OraHoro TV  
年末スペシャル  
初回放送  
12月28日 昼12時  
第43回  
かまいしの  
第九  
3年ぶり開催! 師走恒例「かまいしの第九」

かもめチャンネル LIVE × NEWS!!  
OraHoro TV  
かもめチャンネル LIVE × NEWS!!  
放送時間は  
月・水の昼12時から!  
市内各所に神出鬼没! 月・水はOraHoro TV! 【生放送】どうぞお楽しみに!!

かもめチャンネル NEWS x INFO  
週刊 OraHoro TIMES  
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!

かもめチャンネル Anglers  
釣るテレ 気分爆釣中!  
まる釜かもチャン Anglers 釣るテレ~気分爆釣中!~  
釣るテレ 12月号は毎年恒例のブリジギング。ゲストに女性アング  
ラー塩津めぐみを迎え、獐猛なファイトをみせるブルーファイター  
を狙って三陸の海へいざ出陣! 果たして釣果は?!

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  
市民劇場などなど、季節ごとに様々な番組をお送りしています

sbn 三陸ブロードネット株式会社 〒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!



# 今月のかもめチャンネル

11ch

| 日<br>時間 | 11/27(日)   | 28(月)  | 29(火)                             | 30(水)  | 12/1(木)   | 2(金)   | 3(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<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES            | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES            | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                     | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                        | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES |
|         | 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   | 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<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り①<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り②<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り③<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り④<br>おうちDEいきいき体操                           | 00 かまいし健康便り⑤<br>おうちDEいきいき体操                              | 00 かまいし健康便り③<br>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<br><small>更</small>             |
| 9       | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES            | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES            | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                     | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                        | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES |
| 10      | 00 テレショップ  | 00 テレショップ  | 00 テレショップ                         | 00 テレショップ  | 00 テレショップ   | 00 テレショップ  | 00 テレショップ                               |
|         | 30 I LoveワンコTV                                     | 30 覆面MANIATV                                       | 30 I LoveワンコTV                    | 30 気仙沼めつけ  | 30 レッツゴー！まちっ<br><small>更</small> ぶちゃん                 | 30 釣りバカZ<br><small>更</small>                             | 30 神保町歌謡POPS<br><small>更</small> 倶楽部    |
| 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<br><small>更</small>                           | 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 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES            | 00 かもめチャンネル<br><small>生</small> ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br><small>生</small> ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                     | 00 かもめチャンネル<br><small>更</small> ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES |
|         | 30 あいらブせんりゆう                                       | 30 I LoveワンコTV                                     | 30 覆面MANIATV                      | 30 釣るテレ  | 30 気仙沼めつけ<br><small>更</small>                         | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                                     | 30 釣りバカZ                                |
| 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<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り①<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り②<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り③<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り④<br>おうちDEいきいき体操                           | 00 かまいし健康便り⑤<br>おうちDEいきいき体操                              | 00 かまいし健康便り③<br>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 きっこのアイアン<br>クッキング                               | 00 あいらブせんりゆう                                       | 00 釣るテレ                           | 00 覆面MANIATV                                       | 00 釣るテレ   | 00 気仙沼めつけ  | 00 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                    |
|         | 30 あらぶんちよ散歩  | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                               | 30 あいらブせんりゆう                      | 30 I LoveワンコTV                                     | 30 覆面MANIATV<br><small>更</small>                      | 30 釣るテレ  | 30 気仙沼めつけ                               |
| 5       | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                                | 00 あらぶんちよ散歩  | 00 きっこのアイアン<br>クッキング              | 00 あいらブせんりゆう                                       | 00 I LoveワンコTV<br><small>更</small>                    | 00 覆面MANIATV   | 00 釣るテレ                                 |
|         | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                                | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                                | 30 あらぶんちよ散歩                       | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                               | 30 あいらブせんりゆう<br><small>更</small>                      | 30 I LoveワンコTV   | 30 覆面MANIATV                            |
| 6       | 00 釣りバカZ   | 00 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                                | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ               | 00 あらぶんちよ散歩  | 00 きっこのアイアン<br>クッキング<br><small>更</small>              | 00 あいらブせんりゆう   | 00 I LoveワンコTV                          |
|         | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                               | 30 釣りバカZ   | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部               | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                                | 30 あらぶんちよ散歩<br><small>更</small>                       | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                                     | 30 あいらブせんりゆう                            |
| 7       | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES            | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                     | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES                  | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES |
| 8       | 00 又吉・せきしろの<br><small>更</small> なにもしない散歩<br>【第31回】 | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第31回】                  | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第31回】 | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第31回】                  | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第31回】                     | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第31回】                        | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第31回】       |
|         | 30 気仙沼めつけ  | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                               | 30 釣りバカZ                          | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                                | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ<br><small>更</small>               | 30 あらぶんちよ散歩  | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                    |
| 9       | 00 釣るテレ  | 00 気仙沼めつけ  | 00 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん              | 00 釣りバカZ   | 00 住田つながり<br>トレイルランニング<br>大会 2022<br><small>初</small> | 00 住田つながり<br>トレイルランニング<br>大会 2022                        | 00 住田つながり<br>トレイルランニング<br>大会 2022       |
|         | 30 覆面MANIATV                                       | 30 釣るテレ  | 30 気仙沼めつけ                         | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                               |   |  |   |
| 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<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES            | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                     | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES                  | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES |
| 12      | 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                            |

生・・・生中継

初

・・・初放送

更・・・内容を更新したレギュラー番組の初回放送です

# 今月のかもめチャンネル

11ch

| 日<br>時間 | 12/4(日)                                     | 5(月)  | 6(火)                              | 7(水)                              | 8(木)                              | 9(金)  | 10(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<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV           | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S |
| 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                       | 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④<br>おうちDEいきいき体操                 | 00 かまいし健康便り①<br>おうちDEいきいき体操                 | 00 かまいし健康便り②<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り③<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り④<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り⑤<br>おうちDEいきいき体操                 | 00 かまいし健康便り⑤<br>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<br><small>更</small>                 |
| 9       | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV           | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S |
| 10      | 00 テレショップ                                   | 00 テレショップ                                   | 00 テレショップ                         | 00 テレショップ                         | 00 テレショップ                         | 00 テレショップ                                   | 00 テレショップ                                   |
|         | 30 I LoveワンコTV                              | 30 覆面MANIATV                                | 30 I LoveワンコTV                    | 30 気仙沼めっけ                         | 30 レッツゴー! まちっ<br>ぷちゃん             | 30 釣りバカZ                                    | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                         |
| 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 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV           | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S |
| 1       | 30 あいらブせんりゆう                                | 30 I LoveワンコTV                              | 30 覆面MANIATV                      | 30 釣るテレ                           | 30 気仙沼めっけ                         | 30 レッツゴー! まちっ<br>ぷちゃん                       | 30 釣りバカZ                                    |
| 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④<br>おうちDEいきいき体操                 | 00 かまいし健康便り①<br>おうちDEいきいき体操                 | 00 かまいし健康便り②<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り③<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り④<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り⑤<br>おうちDEいきいき体操                 | 00 かまいし健康便り⑤<br>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 きっこのアイアン<br>クッキング                        | 00 あいらブせんりゆう                                | 00 釣るテレ                           | 00 覆面MANIATV                      | 00 釣るテレ                           | 00 気仙沼めっけ                                   | 00 レッツゴー! まちっ<br>ぷちゃん                       |
|         | 30 あらぶんちよ散歩                                 | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                        | 30 あいらブせんりゆう                      | 30 I LoveワンコTV                    | 30 覆面MANIATV                      | 30 釣るテレ                                     | 30 気仙沼めっけ                                   |
| 5       | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                         | 00 あらぶんちよ散歩                                 | 00 きっこのアイアン<br>クッキング              | 00 あいらブせんりゆう                      | 00 I LoveワンコTV                    | 00 覆面MANIATV                                | 00 釣るテレ                                     |
|         | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                         | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                         | 30 あらぶんちよ散歩                       | 30 きっこのアイアン<br>クッキング              | 30 あいらブせんりゆう                      | 30 I LoveワンコTV                              | 30 覆面MANIATV                                |
| 6       | 00 釣りバカZ                                    | 00 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                         | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ               | 00 あらぶんちよ散歩                       | 00 きっこのアイアン<br>クッキング              | 00 あいらブせんりゆう                                | 00 I LoveワンコTV                              |
|         | 30 レッツゴー! まちっ<br>ぷちゃん                       | 30 釣りバカZ                                    | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ               | 30 あらぶんちよ散歩                       | 30 きっこのアイアン<br>クッキング              | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                        | 30 あいらブせんりゆう                                |
| 7       | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV           | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S |
| 8       | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第32回】           | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第32回】           | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第32回】 | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第32回】 | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第32回】 | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第32回】           | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第32回】           |
|         | 30 気仙沼めっけ                                   | 30 レッツゴー! まちっ<br>ぷちゃん                       | 30 釣りバカZ                          | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部               | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ               | 30 あらぶんちよ散歩                                 | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                        |
| 9       | 00 住田つながり<br>トレイルランニング<br>大会 2022           | 00 住田つながり<br>トレイルランニング<br>大会 2022           | 00 住田つながり<br>トレイルランニング<br>大会 2022 | 00 住田つながり<br>トレイルランニング<br>大会 2022 | 00 住田つながり<br>トレイルランニング<br>大会 2022 | 00 住田つながり<br>トレイルランニング<br>大会 2022           | 00 住田つながり<br>トレイルランニング<br>大会 2022           |
| 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<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV           | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S |
| 12      | 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                                |

生...生中継

初

...初放送

更...内容を更新したレギュラー番組の初回放送です

# 今月のかもめチャンネル

11ch

| 日<br>時間 | 12/11(日)   | 12(月)  | 13(火)                             | 14(水)  | 15(木)                             | 16(金)  | 17(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<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S        | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S        | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                            | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S |
|         | 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                       | 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<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り①<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り②<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り③<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り④<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り⑤<br>おうちDEいきいき体操                                  | 00 かまいし健康便り②<br>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<br><small>更</small>                 |
| 9       | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S        | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S        | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                            | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S |
| 10      | 00 テレショップ  | 00 テレショップ  | 00 テレショップ                         | 00 テレショップ  | 00 テレショップ                         | 00 テレショップ  | 00 テレショップ                                   |
|         | 30 I LoveワンコTV                                     | 30 覆面MANIATV                                       | 30 I LoveワンコTV                    | 30 気仙沼めっけ  | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん              | 30 釣りバカZ   | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                         |
| 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 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S        | 00 かもめチャンネル<br><small>生</small> ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br><small>生</small> ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br><small>更</small> ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S |
|         | 30 あいらブせんりゆう                                       | 30 I LoveワンコTV                                     | 30 覆面MANIATV                      | 30 釣るテレ  | 30 気仙沼めっけ                         | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん   | 30 釣りバカZ                                    |
| 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                                |
|         | 00 かまいし健康便り①<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り①<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り②<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り③<br>おうちDEいきいき体操                        | 00 かまいし健康便り④<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り⑤<br>おうちDEいきいき体操                                  | 00 かまいし健康便り②<br>おうちDEいきいき体操                 |
| 3       | 00 きっこのアイアン<br>クッキング                               | 00 あいらブせんりゆう                                       | 00 釣るテレ                           | 00 覆面MANIATV                                       | 00 釣るテレ                           | 00 気仙沼めっけ  | 00 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                        |
|         | 30 あらぶんちよ散歩  | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                               | 30 あいらブせんりゆう                      | 30 I LoveワンコTV                                     | 30 覆面MANIATV                      | 30 釣るテレ  | 30 気仙沼めっけ                                   |
| 5       | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                                | 00 あらぶんちよ散歩  | 00 きっこのアイアン<br>クッキング              | 00 あいらブせんりゆう                                       | 00 I LoveワンコTV                    | 00 覆面MANIATV   | 00 釣るテレ                                     |
|         | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                                | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                                | 30 あらぶんちよ散歩                       | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                               | 30 あいらブせんりゆう                      | 30 I LoveワンコTV   | 30 覆面MANIATV                                |
| 6       | 00 釣りバカZ   | 00 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                                | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ               | 00 あらぶんちよ散歩  | 00 きっこのアイアン<br>クッキング              | 00 あいらブせんりゆう   | 00 I LoveワンコTV                              |
|         | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                               | 30 釣りバカZ   | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部               | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                                | 30 あらぶんちよ散歩                       | 30 きっこのアイアン<br>クッキング   | 30 あいらブせんりゆう                                |
| 7       | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S        | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S                  | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S |
|         | 00 又吉・せきしろの<br><small>更</small> なにもしない散歩<br>【第33回】 | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第33回】                  | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第33回】 | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第33回】                  | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第33回】 | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第33回】                            | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第33回】           |
| 8       | 30 気仙沼めっけ  | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                               | 30 釣りバカZ                          | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                                | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ               | 30 あらぶんちよ散歩  | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                        |
|         | 00 釣るテレ  | 00 気仙沼めっけ  | 00 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん              | 00 釣りバカZ   | 00 神保町歌謡POPS<br>倶楽部               | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ  | 00 あらぶんちよ散歩                                 |
| 9       | 30 覆面MANIATV                                       | 30 釣るテレ  | 30 気仙沼めっけ                         | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                               | 30 釣りバカZ                          | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部  | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                         |
|         | 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                                |
| 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                                |
|         | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S        | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                  | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S                  | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S |
| 11      | 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                                |
|         | 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                                |

生・・・生中継

初

・・・初放送

更・・・内容を更新したレギュラー番組の初回放送です

# 今月のかもめチャンネル

11ch

| 日<br>時間 | 12/18(日)                                | 19(月)                                   | 20(火)                             | 21(水)                             | 22(木)                             | 23(金)                                   | 24(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<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV       | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES |
| 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                       | 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<br>おうちDEいきいき体操             | 00 かまいし健康便り①<br>おうちDEいきいき体操             | 00 かまいし健康便り②<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り③<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り④<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り⑤<br>おうちDEいきいき体操             | 00 かまいし健康便り④<br>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<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV       | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES |
| 10      | 00 テレショップ                               | 00 テレショップ                               | 00 テレショップ                         | 00 テレショップ                         | 00 テレショップ                         | 00 テレショップ                               | 00 テレショップ                               |
|         | 30 I LoveワンコTV                          | 30 覆面MANIATV                            | 30 I LoveワンコTV                    | 30 気仙沼めっけ                         | 30 レッツゴー! まちっ<br>ぶちゃん             | 30 釣りバカZ                                | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                     |
| 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 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV       | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES |
| 1       | 30 あいらブせんりゆう                            | 30 I LoveワンコTV                          | 30 覆面MANIATV                      | 30 釣るテレ                           | 30 気仙沼めっけ                         | 30 レッツゴー! まちっ<br>ぶちゃん                   | 30 釣りバカZ                                |
| 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<br>おうちDEいきいき体操             | 00 かまいし健康便り①<br>おうちDEいきいき体操             | 00 かまいし健康便り②<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り③<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り④<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り⑤<br>おうちDEいきいき体操             | 00 かまいし健康便り④<br>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 きっこのアイアン<br>クッキング                    | 00 あいらブせんりゆう                            | 00 釣るテレ                           | 00 覆面MANIATV                      | 00 釣るテレ                           | 00 気仙沼めっけ                               | 00 レッツゴー! まちっ<br>ぶちゃん                   |
|         | 30 あらぶんちよ散歩                             | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                    | 30 あいらブせんりゆう                      | 30 I LoveワンコTV                    | 30 覆面MANIATV                      | 30 釣るテレ                                 | 30 気仙沼めっけ                               |
| 5       | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                     | 00 あらぶんちよ散歩                             | 00 きっこのアイアン<br>クッキング              | 00 あいらブせんりゆう                      | 00 I LoveワンコTV                    | 00 覆面MANIATV                            | 00 釣るテレ                                 |
|         | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                     | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                     | 30 あらぶんちよ散歩                       | 30 きっこのアイアン<br>クッキング              | 30 あいらブせんりゆう                      | 30 I LoveワンコTV                          | 30 覆面MANIATV                            |
| 6       | 00 釣りバカZ                                | 00 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                     | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ               | 00 あらぶんちよ散歩                       | 00 きっこのアイアン<br>クッキング              | 00 あいらブせんりゆう                            | 00 I LoveワンコTV                          |
|         | 30 レッツゴー! まちっ<br>ぶちゃん                   | 30 釣りバカZ                                | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ               | 30 あらぶんちよ散歩                       | 30 きっこのアイアン<br>クッキング              | 30 あいらブせんりゆう                            | 30 あいらブせんりゆう                            |
| 7       | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV       | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES |
| 8       | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第34回】       | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第34回】       | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第34回】 | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第34回】 | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第34回】 | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第34回】       | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第34回】       |
|         | 30 気仙沼めっけ                               | 30 レッツゴー! まちっ<br>ぶちゃん                   | 30 釣りバカZ                          | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部               | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ               | 30 あらぶんちよ散歩                             | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                    |
| 9       | 00 釣るテレ                                 | 00 気仙沼めっけ                               | 00 レッツゴー! まちっ<br>ぶちゃん             | 00 釣りバカZ                          | 00 神保町歌謡POPS<br>倶楽部               | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                     | 00 あらぶんちよ散歩                             |
|         | 30 覆面MANIATV                            | 30 釣るテレ                                 | 30 気仙沼めっけ                         | 30 レッツゴー! まちっ<br>ぶちゃん             | 30 釣りバカZ                          | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                     | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                     |
| 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<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV       | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIMES |
| 12      | 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                            |

生...生中継

初

...初放送

更...内容を更新したレギュラー番組の初回放送です

# 今月のかもめチャンネル

11ch

| 日<br>時間 | 12/25(日)  | 26(月)                                       | 27(火)                             | 28(水)  | 29(木)  | 30(金)  | 31(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<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S           | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                                | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル |
| 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⑤<br>おうちDEいきいき体操                           | 00 かまいし健康便り①<br>おうちDEいきいき体操                 | 00 かまいし健康便り②<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り③<br>おうちDEいきいき体操                                      | 00 かまいし健康便り④<br>おうちDEいきいき体操                  | 00 かまいし健康便り⑤<br>おうちDEいきいき体操                  | 00 かまいし健康便り①<br>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<br><small>更</small>                  |
| 9       | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S           | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV                                | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル |
| 10      | 00 テレショップ   | 00 テレショップ                                   | 00 テレショップ                         | 00 テレショップ  |  |  |  |
|         | 30 I LoveワンコTV  | 30 覆面MANIATV                                | 30 I LoveワンコTV                    | 30 気仙沼めつけ  |  |  |  |
| 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 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S           | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV           | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル<br><small>更</small> | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル |
| 1       | 30 あいらブせんりゆう  | 30 I LoveワンコTV                              | 30 覆面MANIATV                      |  |  |  |  |
| 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⑤<br>おうちDEいきいき体操                           | 00 かまいし健康便り①<br>おうちDEいきいき体操                 | 00 かまいし健康便り②<br>おうちDEいきいき体操       | 00 かまいし健康便り③<br>おうちDEいきいき体操                                      | 00 かまいし健康便り④<br>おうちDEいきいき体操                  | 00 かまいし健康便り⑤<br>おうちDEいきいき体操                  | 00 かまいし健康便り①<br>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 きっこのアイアン<br>クッキング                                  | 00 あいらブせんりゆう                                | 00 釣るテレ                           | 00 覆面MANIATV   | 00 釣るテレ                                      | 00 気仙沼めつけ                                    | 00 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                         |
|         | 30 あらぶんちよ散歩   | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                        | 30 あいらブせんりゆう                      | 30 I LoveワンコTV   | 30 覆面MANIATV                                 | 30 釣るテレ                                      | 30 気仙沼めつけ                                    |
| 5       | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                                   | 00 あらぶんちよ散歩                                 | 00 きっこのアイアン<br>クッキング              | 00 あいらブせんりゆう   | 00 I LoveワンコTV                               | 00 覆面MANIATV                                 | 00 釣るテレ                                      |
|         | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                                   | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                         | 30 あらぶんちよ散歩                       | 30 きっこのアイアン<br>クッキング   | 30 あいらブせんりゆう                                 | 30 I LoveワンコTV                               | 30 覆面MANIATV                                 |
| 6       | 00 釣りバカZ  | 00 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                         | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ               | 00 あらぶんちよ散歩  | 00 きっこのアイアン<br>クッキング                         | 00 あいらブせんりゆう                                 | 00 I LoveワンコTV                               |
|         | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                                  | 30 釣りバカZ                                    | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部               | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ  | 30 あらぶんちよ散歩                                  | 30 きっこのアイアン<br>クッキング                         | 30 あいらブせんりゆう                                 |
| 7       | 00 かもめチャンネル<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S           | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV           | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル                     | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル |
| 8       | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第35回】<br><small>更</small> | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第35回】           | 00 又吉・せきしろの<br>なにもしない散歩<br>【第35回】 |  |  |  |  |
|         | 30 気仙沼めつけ   | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん                        | 30 釣りバカZ                          |  |  |  |  |
| 9       | 00 釣るテレ   | 00 気仙沼めつけ                                   | 00 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん              | 00 釣りバカZ   | 00 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                          | 00 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                          | 00 あらぶんちよ散歩                                  |
|         | 30 覆面MANIATV  | 30 釣るテレ                                     | 30 気仙沼めつけ                         | 30 レッツゴー！まちっ<br>ぶちゃん   | 30 釣りバカZ                                     | 30 神保町歌謡POPS<br>倶楽部                          | 30 みんなでエンジョイ<br>ゴルフ                          |
| 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<br>ニュース&インフォ<br>週刊オラホノTIME<br>S           | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV           | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル                     | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル | 00 かもめチャンネル<br>ライブ&ニュース<br>オラホノTV<br>年末スペシャル |
| 12      | 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                      |  |  |  | 45 オラホノTV<br>年越しSP<br><small>生</small>       |

生・・・生中継

初

・・・初放送

更・・・内容を更新したレギュラー番組の初回放送です