

2023年  
1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!!

◇新年も、かもめチャンネル!◇



2023年もよろしくお祈いします

sbnアナウンサー  
久保 綾愛

sbnアナウンサー  
井上 幸子

年末年始の  
ラインナップ

◆大晦日12/31 23:45～  
年越しSP  
鵜住神社から生中継

◆元旦1/1 7:00～  
新春初日の出SP  
釜石大観音から生中継

◆1/8成人の日13:55～  
釜石市はたちのつどい  
生中継



かもめチャンネル LIVE ×NEWS!!

オラホノTV

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!～

今度の釣るテレは「釣った魚は即食べる!」をテーマに  
オカッパリ五目釣りに挑戦!  
鍋や調味料など準備万端でのぞむも・・・果たして?!

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!

三陸ブロードネット



# 今月のかもめチャンネル

11ch

日 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 ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九
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 かまいたし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り④ おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り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 週刊オラホノTIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九
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 ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九
1	30 あいラブせんりゆう	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 かまいたし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り① おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り② おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り③ おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り④ おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操	00 かまいたし健康便り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 きっこのアイアン クッキング	00 あいラブせんりゆう	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 ぶちゃん
	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン クッキング	30 あいラブせんりゆう	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 ゴルフ	00 あらぶんちよ散歩	00 きっこのアイアン クッキング	00 あいラブせんりゆう	00 I LoveワンコTV	00 覆面MANIATV	00 釣るテレ
	30 神保町歌謡POPS 倶楽部	30 みんなでエンジョイ ゴルフ	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン クッキング	30 あいラブせんりゆう	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 倶楽部	00 みんなでエンジョイ ゴルフ	00 あらぶんちよ散歩	00 きっこのアイアン クッキング	00 あいラブせんりゆう	00 I LoveワンコTV
	30 レッツゴー！まちっ ぶちゃん	30 釣りバカZ	30 神保町歌謡POPS 倶楽部	30 みんなでエンジョイ ゴルフ	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン クッキング	30 あいラブせんりゆう
7	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九
8	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第35回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第35回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第35回】				
	30 気仙沼めつけ	30 レッツゴー！まちっ 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 ぶちゃん	00 釣りバカZ	00 神保町歌謡POPS 倶楽部	00 みんなでエンジョイ 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 ぶちゃん	30 釣りバカZ	30 神保町歌謡POPS 倶楽部	30 みんなでエンジョイ 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 ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年末スペシャル かまいたしの第九	00 かまいたしの第九 ダイジェスト版
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 かもめチャンネル ライブ&ニュース オラホノTV 年越しSP

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 時間	2023年1/1(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 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年
7	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 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	30 お天気チャンネル
8	新春初日の出SP 釜石大観音から生 中継!	新春初日の出SP 釜石大観音から生 中継!	新春初日の出SP 釜石大観音から生 中継!	新春初日の出SP 釜石大観音から生 中継!	新春初日の出SP 釜石大観音から生 中継!	新春初日の出SP 釜石大観音から生 中継!	00 かまいし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操 30 文字情報
9	00 こどもよいき2022	00 こどもよいき2022	00 こどもよいき2022	00 こどもよいき2022	00 こどもよいき2022	00 こどもよいき2022	00 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年
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 イネ!みちのくマ ガジン	30 イネ!みちのくマ ガジン	30 イネ!みちのくマ ガジン	30 イネ!みちのくマ ガジン	30 イネ!みちのくマ ガジン	30 イネ!みちのくマ ガジン	30 神保町歌謡POPS 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 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 ライブ&ニュース オラホノTV	00 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年	00 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年
1	新春初日の出SP 釜石大観音から生 中継!	新春初日の出SP 釜石大観音から生 中継!	新春初日の出SP 釜石大観音から生 中継!	新春初日の出SP 釜石大観音から生 中継!	新春初日の出SP 釜石大観音から生 中継!	30 レッツゴー!まちっ 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 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 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 釜石市民劇場 第35回記念公演 「満天の星は知っ ている」	00 かまいし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操 30 文字情報	00 かまいし健康便り⑤ おうちDEいきいき体操 30 文字情報
4						00 気仙沼めつけ 30 釣るテレ	00 レッツゴー!まちっ ぶちゃん 30 気仙沼めつけ
5	00 令和4年 釜石まつり 総集編	00 令和4年 釜石まつり 総集編	00 令和4年 釜石まつり 総集編	00 令和4年 釜石まつり 総集編	00 令和4年 釜石まつり 総集編	00 覆面MANIATV 30 I LoveワンコTV	00 釣るテレ 30 覆面MANIATV
6						00 あいらブせんりゆう 30 きっこのアイアン クッキング	00 I LoveワンコTV 30 あいらブせんりゆう
7	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 かもめチャンネルラ イブ&ニュース オラホノTV	00 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年	00 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年
8	年越し・初日の出S P 【再放送】	年越し・初日の出S P 【再放送】	年越し・初日の出S P 【再放送】	年越し・初日の出S P 【再放送】	年越し・初日の出S P 【再放送】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第35回】 30 イネ!みちのくマ ガジン	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第35回】 30 イネ!みちのくマ ガジン
9						00 みんなでエンジョイ ゴルフ 30 神保町歌謡POPS 倶楽部	00 あらぶんちよ散歩 30 みんなでエンジョイ ゴルフ
10						00 ショップチャンネル	00 ショップチャンネル
11	00 よりぬき釣るテレ	00 よりぬき釣るテレ	00 よりぬき釣るテレ	00 よりぬき釣るテレ	00 よりぬき釣るテレ	00 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年	00 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年
	30 よりぬき釣るテレ	30 よりぬき釣るテレ	30 よりぬき釣るテレ	30 よりぬき釣るテレ	30 よりぬき釣るテレ		
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 時間	1/8(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 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年	00 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	00 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	00 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	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TIME 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 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 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年	00 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年	00 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年	00 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年	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TIME S
	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 ぶちゃん	30 釣りバカZ	30 神保町歌謡POPS 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 オラホノTV 新春 スペシャル ! 野田市長に 訊く 釜石の2023 年	00 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	00 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	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TIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S
	30 イネ! みちのくマ ガジン	30 I LoveワンコTV	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 ぶちゃん	30 釣りバカZ
2	55 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	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
	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 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 ぶちゃん
	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン 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 ゴルフ	00 あらぶんちよ散歩	00 きっこのアイアン 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 倶楽部	30 みんなでエンジョイ ゴルフ	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン 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 倶楽部	00 みんなでエンジョイ ゴルフ	00 あらぶんちよ散歩	00 きっこのアイアン 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 ぶちゃん	30 釣りバカZ	30 神保町歌謡POPS 倶楽部	30 みんなでエンジョイ ゴルフ	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン クッキング	30 あいらブせんりゆう
7	00 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	00 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	00 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	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TIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S
	30 イネ! みちのくマ ガジン	30 イネ! みちのくマ ガジン	30 イネ! みちのくマ ガジン	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第35回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第35回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第35回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第35回】
9	00 釣るテレ	00 気仙沼めつけ	00 レッツゴー! まちっ ぶちゃん	00 釣りバカZ	00 神保町歌謡POPS 倶楽部	00 みんなでエンジョイ 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 ぶちゃん	30 釣りバカZ	30 神保町歌謡POPS 倶楽部	30 みんなでエンジョイ 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
	00 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	00 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	00 かもめチャンネルラ イブ&ニュースオラ ホノTV 令和5年釜石市 はたちのつどい スペシャル	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TIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME 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
	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				

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 時間	1/15(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TIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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TIME 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 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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TIME 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 気仙沼めつけ	30 レッツゴー！まちっ ぶちゃん	30 釣りバカZ	30 神保町歌謡POPS 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 ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	00 かもめチャンネル 生 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 生 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TIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S
1	30 あいラブせんりゆう	30 I LoveワンコTV	30 覆面MANIATV	30 釣るテレ	30 気仙沼めつけ	30 レッツゴー！まちっ 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 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 きっこのアイアン クッキング	00 あいラブせんりゆう	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 ぶちゃん
	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン クッキング	30 あいラブせんりゆう	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 ゴルフ	00 あらぶんちよ散歩	00 きっこのアイアン クッキング	00 あいラブせんりゆう	00 I LoveワンコTV	00 覆面MANIATV	00 釣るテレ
	30 神保町歌謡POPS 倶楽部	30 みんなでエンジョイ ゴルフ	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン クッキング	30 あいラブせんりゆう	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 倶楽部	00 みんなでエンジョイ ゴルフ	00 あらぶんちよ散歩	00 きっこのアイアン クッキング	00 あいラブせんりゆう	00 I LoveワンコTV
	30 レッツゴー！まちっ ぶちゃん	30 釣りバカZ	30 神保町歌謡POPS 倶楽部	30 みんなでエンジョイ ゴルフ	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン クッキング	30 あいラブせんりゆう
7	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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TIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S
8	00 更 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第36回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第36回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第36回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第36回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第36回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第36回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第36回】
	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン
9	00 釣るテレ	00 気仙沼めつけ	00 レッツゴー！まちっ ぶちゃん	00 釣りバカZ	00 神保町歌謡POPS 倶楽部	00 みんなでエンジョイ 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 ぶちゃん	30 釣りバカZ	30 神保町歌謡POPS 倶楽部	30 みんなでエンジョイ 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 ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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TIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME 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 時間	1/22(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TIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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TIME 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	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 週刊オラホノTIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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TIME 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 気仙沼めつけ	30 レッツゴー！まちっ ぶちゃん	30 釣りバカZ	30 神保町歌謡POPS 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 ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	00 かもめチャンネル <b>生</b> 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 <b>生</b> 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TIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S
1	30 あいラブせんりゆう	30 I LoveワンコTV	30 覆面MANIATV	30 釣るテレ	30 気仙沼めつけ	30 レッツゴー！まちっ 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	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 きっこのアイアン クッキング	00 あいラブせんりゆう	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 ぶちゃん
	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン クッキング	30 あいラブせんりゆう	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 ゴルフ	00 あらぶんちよ散歩	00 きっこのアイアン クッキング	00 あいラブせんりゆう	00 I LoveワンコTV	00 覆面MANIATV	00 釣るテレ
	30 神保町歌謡POPS 倶楽部	30 みんなでエンジョイ ゴルフ	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン クッキング	30 あいラブせんりゆう	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 倶楽部	00 みんなでエンジョイ ゴルフ	00 あらぶんちよ散歩	00 きっこのアイアン クッキング	00 あいラブせんりゆう	00 I LoveワンコTV
	30 レッツゴー！まちっ ぶちゃん	30 釣りバカZ	30 神保町歌謡POPS 倶楽部	30 みんなでエンジョイ ゴルフ	30 あらぶんちよ散歩	30 きっこのアイアン クッキング	30 あいラブせんりゆう
7	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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TIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S
8	00 <b>更</b> 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第37回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第37回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第37回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第37回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第37回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第37回】	00 又吉・せきしろの なにもしない散歩 【第37回】
	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン	30 イネ！みちのくマ ガジン
9	00 釣るテレ	00 気仙沼めつけ	00 レッツゴー！まちっ ぶちゃん	00 釣りバカZ	00 神保町歌謡POPS 倶楽部	00 みんなでエンジョイ 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 ぶちゃん	30 釣りバカZ	30 神保町歌謡POPS 倶楽部	30 みんなでエンジョイ 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 ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME S	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TIME S	00 かもめチャンネル ニュース&インフォ 週刊オラホノTIME 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