

時分	月 1日・8日・15日・22日・29日	火 2日・9日・16日・23日・30日	水 3日・10日・17日・24日	木 4日・11日・18日・25日	金 5日・12日・19日・26日	土 6日・13日・20日・27日	日 7日・14日・21日・28日	分
00	00分～ マイタウンはまだ画	毎時00分～ 2日～ スタジオ103&ひろば 前日画	毎時00分～ 3日～ スタジオ103&ひろば 前日画	毎時00分～ 4日～ マイタウンはまだ&ひろば 前日画	毎時00分～ 5日～ スタジオ103&ひろば 前日画	毎時00分～ 6日～ スタジオ103&ひろば 前日画	毎時00分～ マイタウンはまだ画	00
30	30分～ おすすめ企画番組 (詳しくは、EPG電子番組表をご確認ください)	30日 丘の上の座談会	24日 やすぎ歩楽里	25日 CATV情報ネットしまね	26日 釣りしんちゃい	27日～ マイタウンはまだ		30
00	00分～ スタジオ103 いわみ スタジオ103 週間ダイジェスト	毎時25分～ 2日～ 展示・公演のご案内	毎時25分～ 3日～ 多チャンネルパック 6月みどころ 医・食・充 「たかが血圧、されど血圧」	4日～ 藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話	5日～ ケーブルさんが やってみた【仮】	6日～ 目の健康情報	毎時00分～ マイタウンはまだ画	00
30	00分～ マイタウンはまだ画	毎時30分～ 2日～ おおきくなったらなんになる? 5月 おおきくなったらなんになる? 「里山子ども園わたぼうし・ 周布保育園・ちどり第2保育所」 市長！出番です	17日	11日～ 釣り天国！石見	19日 多チャンネルパック 7月みどころ	27日～ 103情報ひろば	毎時30分～ おすすめ企画番組 (詳しくは、EPG電子番組表をご確認ください)	30
00	00分～ スタジオ103 いわみ スタジオ103 週間ダイジェスト	9日～	毎時30分～ 3日～ 探偵社、ぶらり。5月 10日～ 探偵社、ぶらり。	毎時30分～ 4日～ スマイルジャーニーvol.38 18日～ スマイルジャーニーvol.39	毎時30分～ 5日～ 市長！出番です5月 26日～ 市長！出番です	6日～ GO▶GOTSU! かわらばん調査隊 レンタルかねこvol.8		00
30	00分～ マイタウンはまだ画	毎時45分～ 2日～ しごんならん'S5月 23日～ しごんならん'S 「今福保育園」	毎時45分～ 3日～ くわいだん2 一ぱげばけを探る旅一 17日～ 浜っ子タイムズ	18日～	毎時45分～ 5日～ 神楽人5月 19日～ 神楽人	7日～ Moriっと5月 13日～ Moriっと		30
00	00分～ スタジオ103 いわみ スタジオ103 週間ダイジェスト	毎時00分～ 2日～ スタジオ103&ひろば 前日画	毎時00分～ 3日～ スタジオ103&ひろば 前日画	毎時00分～ 4日～ マイタウンはまだ&ひろば 前日画	毎時00分～ 5日～ スタジオ103&ひろば 前日画	毎時00分～ 6日～ スタジオ103&ひろば 前日画	7日 8:00～ 新しい防災気象 情報	00
30	30分～ おすすめ企画番組	30日 丘の上の座談会	24日 やすぎ歩楽里	25日 CATV情報ネットしまね	26日 釣りしんちゃい	27日～ マイタウンはまだ	毎時00分～ マイタウンはまだ画	30
00	00分～ スタジオ103 いわみ スタジオ103 週間ダイジェスト	毎時25分～ 2日～ 展示・公演のご案内	毎時25分～ 3日～ 多チャンネルパック 6月みどころ 医・食・充 「たかが血圧、されど血圧」	4日～ 島大病院 ちょっと気になる健康講座	5日～ ケーブルさんが やってみた【仮】	6日～ 目の健康情報	8:15～ 防災訓練放送 【生放送】	00
30	00分～ マイタウンはまだ画/ 30分～ おすすめ企画番組	毎時30分～ ★2日～ ぐるぐる中四国・関西 【ケーブルメディア四国】	17日	★4日～	19日 多チャンネルパック 7月みどころ	27日～ 103情報ひろば	毎時30分～ おすすめ企画番組	30
00	23日④・29日④・30日④ 各日10:00～は 江津市議会令和8年第2回定例会【生中継】の放送となります。 (詳しくは、EPG電子番組表をご確認ください)							00
30	00分～ スタジオ103 いわみ スタジオ103 週間ダイジェスト	毎時00分～ 2日～ スタジオ103&ひろば 前日画	毎時00分～ 3日～ スタジオ103&ひろば 前日画	毎時00分～ 4日～ マイタウンはまだ&ひろば 前日画	毎時00分～ 5日～ スタジオ103&ひろば 前日画	毎時00分～ 6日～ スタジオ103&ひろば 前日画		30
00	00分～ マイタウンはまだ画	30日 丘の上の座談会	24日 やすぎ歩楽里	25日 CATV情報ネットしまね	26日 釣りしんちゃい	27日～ マイタウンはまだ		00
30	00分～ スタジオ103 いわみ スタジオ103 週間ダイジェスト	毎時25分～ 2日～ 展示・公演のご案内	毎時25分～ 3日～ 多チャンネルパック 6月みどころ 医・食・充 「たかが血圧、されど血圧」	25日	5日～ ケーブルさんが やってみた【仮】	6日～ 目の健康情報	毎時00分～ マイタウンはまだ画	30
00	00分～ マイタウンはまだ画	毎時30分～ 2日～ おおきくなったらなんになる? 5月 おおきくなったらなんになる? 「里山子ども園わたぼうし・ 周布保育園・ちどり第2保育所」 市長！出番です	17日	11日～ 釣り天国！石見	19日 多チャンネルパック 7月みどころ	27日～ 103情報ひろば	毎時30分～ おすすめ企画番組	00
30	00分～ スタジオ103 いわみ スタジオ103 週間ダイジェスト	9日～	毎時30分～ 3日～ 探偵社、ぶらり。5月 10日～ 探偵社、ぶらり。	毎時30分～ 4日～ 藤岡大拙と大西友子の 出雲弁よもやま話	5日～ 市長！出番です5月 26日～ 市長！出番です	6日～ GO▶GOTSU! かわらばん調査隊 レンタルかねこvol.8		30
00	00分～ マイタウンはまだ画	毎時45分～ 2日～ しごんならん'S5月 23日～ しごんならん'S 「今福保育園」	毎時45分～ 3日～ くわいだん2 一ぱげばけを探る旅一 17日～ 浜っ子タイムズ	18日～	毎時45分～ 5日～ 神楽人5月 19日～ 神楽人	7日～ Moriっと5月 13日～ Moriっと	毎時30分～ おすすめ企画番組	00

レギュラーレポート

あせ時間

レギュラーレポート

レギュラーレポート

あせ時間

レギュラーレポート

ゆったり時間

毎時00分～
★1日～ ゴーゴー!のりものタウン

毎時30分～
1日～ コスミのサイエンスTV
5月

毎時45分～
★1日～ おべたわ! OO大先生

毎時00分～
★2日～ おくいずも新探訪
～さらに「奥」へ～

毎時15分～
★2日～ 伊勢美し国から

毎時30分～
★2日～ あらぶんちよ散歩

毎時00分～
★3日～ おまつりニッポン

毎時30分～
★3日～ 壮観劇場
24日 丘の上の座談会

毎時00分～
★4日～ THE決戦TV
～国富バックホーの陣～

毎時15分～
4日～ 伊勢美し国から

毎時30分～
★4日～ Sound feeling

毎時45分～
4日～ ぐるぐる中四国・関西
【ケーブルメディア四国】

15:00～
★5日～ 韓国ドラマ
「白雪姫には死を
-BLACK OUT(拡張版)」
第1話無料放送
[ホームドラマチャンネル番組]

15:00～26日
丘の上の座談会

15:30～26日
島大病院ちよっと
気になる健康講座

16:00～★5日～
ネズミになるまで地がも動かす

16:00～26日
丘の上の座談会

16:30～
5日～ 地サン地ショクッキング

15:00～
F JUNCTION
【釣りビジョン番組】
6日・13日 #26
★27日 #27

15:00～
★20日
ベルガロッソいわみ
ホームゲーム
【第9節】
福山シティFC戦
(6月7日島根県立
サッカー場にて収録)

16:00～★6日～
三浦桃香にチャレ

16:30～
6日～ 藤原八幡宮流鏝馬神事
27日 CATV情報ネットしまね

15:00～
★7日～ もう一度見たい!
懐かし番組リクエスト

16:00～
★7日～ スペシャミュージック

16:30～
★7日～ 鉄道ポスターの旅#3(リレー)
21日～ CATV情報ネットしまね

20日(土)・23日(火)～25日(木) 各日17:00～は
浜田市議会令和8年6月定例会議一般質問(中継録画)の放送となります。
(詳しくは、EPG電子番組表をご確認ください)

レギュラー番組

毎時00分～
1日～ スタジオ103
&ひろば

毎時25分～
★1日～ 展示・公演のご案内

毎時30分～
1日～ おおきくなったらなんになる?
5月

★8日～ おおきくなったらなんになる?
「里山子ども園わたぼうし・
周布保育園・ちどり第2保育所」

★22日～ 市長! 出番です

毎時45分～
1日～ しごんならん'S5月
★22日～ しごんならん'S
「今福保育園」

毎時00分～
2日～ スタジオ103
&ひろば

毎時25分～
2日～ 多チャンネルバック
6月みどころ

★16日 医・食・充
「たかが血圧、されど血圧」

毎時30分～
2日～ 探偵社、ぶらり。5月
★9日～ 探偵社、ぶらり。

毎時45分～
★2日～ くわいだん2
一ぱけげを探る旅～
★16日～ 浜っ子タイムズ

毎時00分～
3日～ マイタウンはまだ
&ひろば

毎時30分～
★3日～ 藤岡大拙と大西友子の
出雲弁よもやま話
★10日～ 釣り天国! 石見

毎時45分～
3日～ スマイルジャーニーvol.38
★17日～ スマイルジャーニーvol.39

毎時00分～
4日～ スタジオ103
&ひろば

毎時25分～
★4日～ ケブルさんが
やってみた【仮】

★18日～ 多チャンネルバック
7月みどころ

毎時30分～
4日～ 市長! 出番です5月

毎時45分～
4日～ 神楽人5月
★18日～ 神楽人

毎時00分～
5日～ スタジオ103
&ひろば
26日 マイタウンはまだ

毎時25分～
★5日～ 目の健康情報
「眼内コンタクトレンズ」
26日 103情報ひろば

毎時30分～
★5日～ GO▶GOTSU!
がわらばん調査隊
レンタルかねこvol.8

毎時45分～
5日～ Moriと5月
★12日～ Moriと

6日
★17:00 ベルガロッソいわみ
ホームゲーム【第7節】
FCバレイソ下関戦
(5月24日サン・ビレッジ
浜田にて収録)

19:00
スプリングコンサート
inはまだ

13日
★17:00 ご縁の国しまねプロレス
～益田2026～
(3月21日益田市民体育館
にて収録)

19:00
津和野 鷲原八幡宮流鏝馬神事
FCバレイソ下関戦

20日
17:00 浜田市議会
令和8年6月定例会議
◆一般質問1日目
(中継録画)

27日
★17:00 第101回
玉江少年体育大会
(5月16日江津中央公園
多目的広場にて収録)

7日
★17:00 津和野
鷲原八幡宮流鏝馬神事
(4月5日鷲原八幡宮
にて収録)

★19:00 【サンネットにちはら制作】
山のぼり気分
【ひとまるビジョン制作】

14日
★17:00 ラメールミュージカル
スクール2026
『三つの恋～ホフマンが
愛した人～』
【雲夢ネット制作】

19:00 ベルガロッソいわみ
ホームゲーム【第7節】
FCバレイソ下関戦

21日
★17:00 はまだエコスクールvol.25
講演会～電気料金と
省エネの基本を学ぶ～
18:00 ご縁の国しまねプロレス
～益田2026～

28日
17:00 丘の上の座談会
ベルガロッソいわみ
ホームゲーム【第9節】
福山シティFC戦

20:00 ラメールミュージカル
スクール2026
『三つの恋～ホフマンが
愛した人～』

22:00 はまだエコスクールvol.25
講演会～電気料金と
省エネの基本を学ぶ～

ゆったり時間

毎時00分～
1日～ スタジオ103&ひろば
29日 おまつりニッポン

毎時25分～
1日～ 展示・公演のご案内

毎時30分～
★1日～ やすぎ歩楽里

毎時00分～
2日～ スタジオ103&ひろば
23日 あらぶんちよ散歩

毎時25分～
2日～ 多チャンネルバック
6月みどころ

16日 医・食・充「血圧について」

毎時30分～
2日～ ぐるぐる中四国・関西
【ケーブルメディア四国】

毎時45分～
★2日～ #ヒラタライブ

毎時00分～
3日～ マイタウンはまだ&ひろば
24日 丘の上の座談会

毎時30分～
★3日～ なおちゃんの千鳥足!!

毎時45分～
★3日～ 夜からあらぶんちよ散歩

毎時00分～
4日～ スタジオ103&ひろば
25日 壮観劇場

毎時25分～
4日～ ケブルさんがやってみた【仮】
18日～ 多チャンネルバック7月みどころ

毎時30分～
★4日～ 煮メばんざい

毎時45分～
4日 新しい防災気象情報
★11日～ SUPER GTアース#2
【J SPORTS番組】

毎時00分～
5日～ スタジオ103&ひろば
26日 マイタウンはまだ

毎時25分～
5日～ 目の健康情報
26日 103情報ひろば

毎時30分～
★5日～ 釣りしんちゃい

ゆったり時間

レギュラー番組

ゆったり時間