

時 分	1㊟～4㊟	5㊟～11㊟	12㊟～18㊟	19㊟～25㊟	26㊟～31㊟	分 時
4:00	ヒーリングタイム 癒しのアクアリウム					4:00
4:30						4:30
5:00	もう一度見たい！懐かし番組リクエスト					5:00
5:30						5:30
6:00	【えんてれヘルシータイム】 ご当地健康体操／気軽にフィットネス／StellaYoga(土日) (えんてれとは…全国のケーブルテレビ局制作の番組を配信しています)					6:00
6:30						6:30
7:00	マイタウンはまだ再放送 (いわみる1 前週分の再放送)					7:00
7:30	市長！出番です9月	地サン地ショークッキング	荒磯料理長手軽に一品	釣りしんちやい	CATV情報ネットしまね	7:30
8:00	スタジオ103週間ダイジェスト (いわみる1 前週分の再放送)					8:00
8:30						8:30
9:00	島根県議会 令和8年9月定例会 本会議 【生中継】10月9日㊟ 10：00～	スタジオ103プレイバック		第147回秋季中国地区高等学校野球大会【生中継】		9:00
9:30		週間タウン情報プレイバック		23日㊟・24日㊟・25日㊟ 10:55～ (※112chはヤマタスポーツパーク野球場での開催試合を放送)		9:30
10:00	第5回モルック津和野大会	ベルガロッシいわみ ホームゲーム 【第17節】宮島ユナイテッドFC戦	令和8年度 少年の主張 浜田市大会	大人のがん教育 ～寿命の延びる身体の話～ 今福から目指せ百寿者！！	第8回フォークソング フェスティバル	10:00
10:30			令和8年度 少年の主張 江津市大会			10:30
11:00						11:00
11:30						11:30
12:00	第8回フォークソング フェスティバル	令和8年度 少年の主張 浜田市大会	懐かし番組リクエスト	ご縁の国しまねプロレス ～浜田2026～	山陰浜田港お魚料理教室 ～三國清三シェフ～	12:00
12:30						12:30
13:00		令和8年度 少年の主張 江津市大会	岩国基地でインクルーシブデー ～障がいのある人に航空ショーを～		懐かし番組リクエスト	13:00
13:30						13:30
14:00		大人のがん教育 ～寿命の延びる身体の話～ 今福から目指せ百寿者！！	ベルガロッシいわみ ホームゲーム 【第17節】宮島ユナイテッドFC戦	秋田竿燈まつり ダイジェスト 【秋田ケーブルテレビ】	ご縁の国しまねプロレス ～浜田2026～	14:00
14:30						14:30
15:00	市長！出番です9月					15:00
15:30						15:30
16:00	令和8年度島根県高等学校 秋季野球大会【再放送】 ▪ 準決勝2試合 3日㊟18:00～ ▪ 三位決定戦・決勝 4日㊟18:00～					16:00
16:30						16:30
17:00	ライブカメラからリアルタイム映像					17:00
17:30						17:30
18:00	市長！出番です9月	はまだエコスクールvol.26/ #ヒラタライフ	GO▶GOTSU！かわらばん調査隊/ 煮メばんざい	おおきくなったらなんになる？/ 探偵社、ぶらり。	しごんならん's/ Moriっと	18:00
18:30	おまつりニッポン9月	やすぎ歩楽里	グラントワチャンネル/ つわの・ミュージアムバスポート	なおちゃんの千鳥足!!/ Sound feeling	あらぶんちょ散歩	18:30
19:00	夜から 神楽 ざんまい アワー 演目については、EPG(電子番組表) でご確認ください。					19:00
19:30						19:30
20:00						20:00
20:30						20:30
21:00						21:00
21:30						21:30
22:00						22:00
22:30						22:30
23:00						23:00
23:30						23:30
24:00						24:00
24:30						24:30
25:00						25:00
25:30						25:30