

地デジ

11<111>

地域情報が中心のコミュニティチャンネル

地域情報・行政情報

給湯器を

詳しくは同封のチラシ

おトクに買い替え

ヤブキューガスへお取次ぎいたします

☎(072)436-3636 <https://www.tvk.co.jp/>

	月	火	水	木	金	土	日	
前 9.00	ミルつく							前 9.00
10.00	00 Day Tripper 15 歴史街道 30 きしわだネイチャー探訪「#152 冬の水辺の鳥 2025」							10.00
11.00	QVC							11.00
後 0.00	ミルつく							後 0.00
1.00	00 かもん!おおさかもん!! 30 今月のミニだんじりへの道 (6/7 更新) 45 TEAM EXPO 2025 (土・日 45 ホトケ女史)							1.00
2.00	00 YOO!CHECK 15 ビデオめい作座 (毎週水曜 更新) 45 市民健康教室 (第1月曜 更新)					桐原冬夜の 生録大自然の旅	ミルつく	2.00
3.00	00 ホトケ女史 15 関ガール 30 多chラインナップ 45 歴史街道					00 ホトケ 15 運勢 30 ネイチャー探訪	00 いてまえ 30 まちの風景	3.00
4.00	ほてから【hotekara】							4.00
5.00	ミルつく (毎週金曜 生放送)							5.00
6.00	00 いてまえ!花園近鉄ライナーズ 30 かもん!おおさかもん!!							6.00
7.00	00 Day Tripper 15 今月のミニだんじり 30 きしわだネイチャー探訪 (土・日 00 今月の運勢)							7.00
8.00	ミルつく							8.00
9.00	00 ビデオめい作座 30 市民健康教室 45 YOO!CHECK							9.00
10.00	ほてから【hotekara】					00 ホトケ女史 15 歴史街道 30 きしわだネイチャー探訪		10.00
11.00 ~9.00	QVC TV ショッピングチャンネル https://qvc.jp/							11.00 ~9.00

地デジ

12<121>

行政・議会・防災などの公共情報や英語ニュースを放送

地域情報・行政情報



コミチャン 12 を見るには

チャンネルスキャンが必要です

←チャンネルスキャンの方法をご覧ください

☎(072) 436-3636 <https://www.tvk.co.jp/>

	月	火	水	木	金	土	日	
前 7.00	ショップチャンネル							前 7.00
11.00	いきいき 百歳体操	かみかみ 百歳体操	いきいき 百歳体操	かみかみ 百歳体操	いきいき 百歳体操	かみかみ 百歳体操	いきいき 百歳体操	11.00
後 0.00	河川情報・防災・暮らし・街の情報							後 0.00
1.00	NHK WORLD JAPAN							1.00
2.00	いきいき 百歳体操	かみかみ 百歳体操	いきいき 百歳体操	かみかみ 百歳体操	いきいき 百歳体操	かみかみ 百歳体操	いきいき 百歳体操	2.00
3.00	河川情報・防災・暮らし・街の情報							3.00
4.00	河川情報・防災・暮らし・街の情報							4.00
5.00	いきいき 百歳体操	かみかみ 百歳体操	いきいき 百歳体操	かみかみ 百歳体操	いきいき 百歳体操	かみかみ 百歳体操	いきいき 百歳体操	5.00
6.00	河川情報・防災・暮らし・街の情報							6.00
7.00	NHK WORLD JAPAN							7.00
8.00	NHK が全世界に向けてニュース・情報番組を英語で放送 (NHKワールドJAPANはすべて英語で放送しています)							8.00
9.00	河川情報・防災・暮らし・街の情報							9.00
10.00	NHK WORLD JAPAN 金曜 30 まちの風景							10.00
11.00	防災・暮らし・街の情報							11.00
深 0.00 ~7.00	ショップチャンネル TV ショッピングチャンネル https://www.shopch.jp/							深 0.00 ~7.00

3~
火

かみかみ百歳体操

火・木・土 / 前 11.00 ~ 11.25 ほか

日々の健康づくりにご活用ください

いきいき百歳体操と同様に高知市で作られた口腔に特化した介護予防の体操です。1回30分程度の運動で、いきいき百歳体操と併せて実施することで、より一層の効果を期待することができます。

制作：岸和田市



準備体操

鉄道情報 (L 字放送)

コミチャン 12 では、下記の時間帯に L 字放送で鉄道情報をお送りしています。

毎日 午前7時から9時、午後5時から7時 (内容：南海電鉄とJR西日本の鉄道情報)