

4
金

新

ミルつく

生 金曜 後 5.00 ～ 6.00 ※再放送あり

新番組『ミルつく』スタート!!

地域の“みる”から
「学び・育み・発見」し明日へと向かう
あなたの明日を「ミルつく」から始めてみよう

やってみる、育ててみる、試みる、食べてみる、行っ
てみる・・・農業や企業、歴史、学校、育み、自然、
食、体験など地域のあらゆる題材を「〇〇みる」と
いう観点でテレビで旬な情報をお届けします!



7
月

市民健康教室

前 9.00 ～ 9.15 ほか

様々な病気、ご自身の健康状態について関心を高め、健康
づくりに役立てていただくことと、岸和田市医師会の協力で
放送している番組です。病気・健康・地域医療について毎月
それぞれのテーマで岸和田市医師会の医師や専門員がわかり
やすく紹介します。

「もしかして 認知症? 早期の対応と新治療
～予備状態の軽度認知障害 (MCI)～」

岸和田市医師会 出田 淳 先生

6
日

岸和田市長選挙 開票速報

後 9.00 ～ 開票状況により放送時間変更の場合あり

岸和田市長選挙の開票状況を開票所からの中継を交えながら
生放送でお伝えします。

※開票状況により放送時間を変更する場合があります

6
日

地車かわら版

後 0.30 ～ 1.00 ほか

だんじりファン必見の番組!!
入魂式や昇魂式、だんじりにかわる
イベントや懐かしの映像など様々な話題を
池田政二と田中美和がお送りします。



26
土

きしわだネイチャー探訪

前 11.30 ～ 0.00 ほか

私たちが日々生活を送る街。そこには日頃忘れがちな自然があります。
岸和田市や忠岡町の川や海、森や山、原っぱなど様々な場所にスポット
をあて、鳥や虫、植物などの地域の自然を専門家の解説を交えながら
紹介します。

1
火

タイガースV特急

後 10.30 ～ 11.00 ほか

新生! 2025 シーズンの阪神タイガース!!
藤川球児新監督率いるタイガースの見どころは!?
「タイガースV特急」は今シーズンも様々な視点でタイガースの魅力をお伝え
します!!

5
土

第50回
日本ケーブルテレビ大賞 番組アワード

後 7.00 ～ 7.15 ほか

【コンペティション部門 奨励賞】
『相模原 おばあさんが残した山津波の記憶』 制作: ジェイコム・湘南
『ちょっと見てみ隊
～大野城市はたちのつどい～』 制作: ケーブルステーション福岡

【コンペティション部門 奨励賞 / NHK WORLD-JAPAN 賞】
『住職レベル1. 1 ～林昌寺 野田芳樹の成長～』 制作: CCNet

4
金

きょうの料理

前 9.05 ～ 9.30 ほか

4/ 4 笠原将弘の和食はもっとおおらかでいい。春の煮魚
4/11 塩分カット&野菜プラスの満足ごはん 定番料理で減塩レッスン
4/18 塩分カット&野菜プラスの満足ごはん 緑黄色野菜ペロリ!のひとわざ
4/25 とりあえず焼く!素焼き豚

地デジチャンネルの おすすめ番組

1
火

ほてから【hotekara】

コミチャン11

後 4.00 ～ 5.00 ほか

幅広い女性の皆さまに身近に感じていただきたい! 「子育ての悩み」
「ダイエット」「掃除 / 断捨離について」「身近なお得情報」など様々な
テーマでトークを繰り広げます!

出 森田 恵、黒川 侑子ほか

2
水

ビデオめい作座

コミチャン11

後 2.15 ～ 2.45 ほか

平成元年にテレビ岸和田ビデオクラブを結成。
メンバーが企画・構成する視聴者参加型番組です。
視聴者が紹介したい映像作品を持ち寄りクラブメンバーと共に視聴します。

出 バーバラ高野、椎木 洋子ほか

1
火

GO! GO! 関ガール2025

コミチャン11

後 3.15 ～ 3.30 ほか

関西のケーブルテレビ・PRユニット、関ガール!
2025年開催の大阪・関西万博に向かって、学び、遊び、ふれあい
関西の魅力をアピールしていくバラエティ番組です!

1
火

かみかみ百歳体操

コミチャン12

前 11.00 ～ 11.35 ほか

高知市で考案された口腔に特化した介護予防の体操です。
1日30分程度の運動で、食べる力や飲み込む力をつける体操です。

制作: 岸和田市