ケーブルテレビ

下北山村の出来事を紹介する

自治体放送のご案内

10月の番組表

10月は下記の番組を放送します！



保育所 魚のつかみ取り

子どもたちの元気いっぱいの様子をお届けします！

放送時間
9：00～ 11:00～
13:00～ 15:00～
17:00～ 19:00～
20:30～ 21:30～



顔ヨガ

顔のむくみやほうれい線を薄くする効果のある顔ヨガをご紹介します。

放送時間
7:00～
7:30～
8:00～



アクティブヨガ

心も体もリフレッシュできるヨガの時間をお届けします。

放送時間
10:00～
20:00～
21:00～

ケーブルテレビ11チャンネルで毎日放送しています
ぜひご覧ください！

放送内容等に関するお問い合わせ

下北山村役場　総務課　広報係
☎ 07468-6-0001

テレビの番組表からも放送内容や放送時間が確認できます。