

111 かぬまチャンネル第1

月	火	水	木	金	土	日
19/26	13/20/27	14/21/28	15/22/29	16/23/30	17/24/31	18/25
前5.00						
45	インフォメーションかぬま 自宅で楽しく元気アップ！					
月曜	月曜: KANUMA7筋力アップ運動 火曜: KANUMA7筋力アップ運動 水曜: KANUMA7筋力アップ運動 木曜: 健康活跳日 2 1 本操 金曜: 健康活跳日 2 1 本操 土曜: タオル体操 日曜: 脳トレ体操	膝痛予防体操				
6.00	Fresh!デイリーワン (毎日夕方5時更新)	インフォメーションかぬま				
03	かぬまトピックス (毎週火曜日更新)					
45	VIVA ! KANUMA (毎週火曜日更新)					
7.00	1/20~1/26「警察署からのお知らせ」					
15	ともだちいっぽい (毎週火曜日更新)					
30	インフォメーションかぬま	Fresh!デイリーワン (月曜~金曜分) 画				
45	かぬま まちカメ					
57	おくやみ情報					
8.00	インフォメーションかぬま					
9.00	乗って発見♪ みや巡り(1/13~/) おまつりニッポン(1/13~・1/27~※9:15~) あなたの推し店教えてください！(1/20~/) 行ってみっ！ もおか(1/27~)					
50	健康課からのおしらせ					
10.00	Fresh!デイリーワン (毎日夕方5時更新)	インフォメーションかぬま				
03	かぬまトピックス (毎週火曜日更新)					
45	VIVA ! KANUMA (毎週火曜日更新)					
11.00	1/20~1/26「警察署からのお知らせ」					
15	ともだちいっぽい (毎週火曜日更新)					
30	インフォメーションかぬま	Fresh!デイリーワン (月曜~金曜分) 画				
45	かぬま まちカメ					
57	おくやみ情報					
後12.00	Fresh!デイリーワン (毎日夕方5時更新)	インフォメーションかぬま				
03	かぬまトピックス (毎週火曜日更新)					
45	VIVA ! KANUMA (毎週火曜日更新)					
1.00	1/20~1/26「警察署からのお知らせ」					
15	ともだちいっぽい (毎週火曜日更新)					
30	かぬま まちカメ	Fresh!デイリーワン (月曜~金曜分) 画				
45	自宅で楽しく元気アップ！					
月曜	月曜: 脳トレ体操 火曜: KANUMA7筋力アップ運動 水曜: KANUMA7筋力アップ運動 木曜: KANUMA7筋力アップ運動 金曜: 健康活跳日 2 1 本操 土曜: 健康活跳日 2 1 本操 日曜: タオル体操	膝痛予防体操				
2.00	魅せます！ とちぎブランド・ぶらりー 「まるわかり！ とちぎ 離乳食をはじめよう！ (第3火曜日~/) ～1歳に向けて～元気な体を作ろう！ (第2-4火曜日~/)					
30	健康課からのおしらせ					
3.00	Fresh!デイリーワン (毎日夕方5時更新)	インフォメーションかぬま				
03	かぬまトピックス (毎週火曜日更新)					
45	VIVA ! KANUMA (毎週火曜日更新)					
4.00	1/20~1/26「警察署からのお知らせ」					
15	ともだちいっぽい (毎週火曜日更新)					
30	う・ら・ら (栃木市) (毎週火曜日更新)	Fresh!デイリーワン (月曜~金曜分) 画				
45	かぬま まちカメ					
5.00	Fresh!デイリーワン (毎日夕方5時更新)	インフォメーションかぬま				
03	かぬまトピックス (毎週火曜日更新)					
45	VIVA ! KANUMA (毎週火曜日更新)					
6.00	1/20~1/26「警察署からのお知らせ」					
15	ともだちいっぽい (毎週火曜日更新)					
30	乗って発見♪ みや巡り(1/13~/) おまつりニッポン(1/13~・1/27~※18:45~) あなたの推し店教えてください！(1/20~/) 行ってみっ！ もおか(1/27~)	Fresh!デイリーワン (月曜~金曜分) 画				
7.00	Fresh!デイリーワン (毎日夕方5時更新)	インフォメーションかぬま				
03	かぬまトピックス (毎週火曜日更新)					
45	VIVA ! KANUMA (毎週火曜日更新)					
8.00	1/20~1/26「警察署からのお知らせ」					
15	ともだちいっぽい (毎週火曜日更新)					
30	インフォメーションかぬま	Fresh!デイリーワン (月曜~金曜分) 画				
57	おくやみ情報					
9.00	登山で頂きメシ！ (毎週火曜日更新)					
30	離乳食をはじめよう！ (第3火曜日~/) ～1歳に向けて～元気な体を作ろう！ (第2-4火曜日~/)					
45	健康課からのおしらせ					
10.00	Fresh!デイリーワン (毎日夕方5時更新)	インフォメーションかぬま				
03	かぬまトピックス (毎週火曜日更新)					
45	VIVA ! KANUMA (毎週火曜日更新)					
11.00	1/20~1/26「警察署からのお知らせ」					
15	ともだちいっぽい (毎週火曜日更新)					
30	インフォメーションかぬま	Fresh!デイリーワン (月曜~金曜分) 画				
57	おくやみ情報					
深0.00	テレビショッピング QVC					

1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)	4日 (日)	5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)
5.00 45		インフォメーションかぬま 自宅で楽しく元気アップ!				
1日: 健康活跳日 21 体操 肩こり予防体操 2日: 健康活跳日 21 体操 腰痛予防体操 3日: タオル体操 手指の運動 4日: 脳トレ体操 膝痛予防体操 5日: KANUMA7筋力アップ運動 栄養バランスの良い食事をとる工夫 6日: KANUMA7筋力アップ運動 たんぱく質を上手にとる工夫 7日: KANUMA7筋力アップ運動 食事を食べやすくなる方法						
6.00		かぬま de 神社巡り				
30	初日の出を見よう!	インフォメーションかぬま				
7.00 15		かぬま まちカメ				
30	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.1
40	松井市長が語る 今年の鹿沼市～2026～					
57	お悔やみ					
8.00		年頭所感				
30	インフォメーションかぬま かぬま de 神社巡り	かぬま まちカメ				
9.00	第51回日本ケーブルテレビ大賞 番組アワード受賞作品 地域未来デザイン賞					
58	海津小学校開校記念特別番組～若き力がつなぐ伝統～	インフォメーションかぬま				
10.00	新春お年玉クイズ2026					
15	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.2
25	松井市長が語る 今年の鹿沼市～2026～	かぬま まちカメ				
11.00	新春知事挨拶					
30	インフォメーションかぬま 第51回日本ケーブルテレビ大賞 番組アワード受賞作品 準グランプリ	新春知事対談				
45	真備町写真洗浄 5年半の活動に節目					
57	インフォメーションかぬま お悔やみ					
12.00		新春お年玉クイズ2026				
15	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.1
30	松井市長が語る 今年の鹿沼市～2026～	かぬま まちカメ				
1.00	第51回日本ケーブルテレビ大賞 番組アワード受賞作品 ソリューションジャーナリズム賞 NEXTEP～地域から…未来への提言～					
	砂浜が消える…九十九里浜で進む海岸侵食					
2.00		かぬま de 神社巡り				
20	第51回日本ケーブルテレビ大賞 番組アワード受賞作品 グランプリ 総務大臣賞					
50	かわるもの、かわらないもの～神戸今昔～					
3.00		かぬま まちカメ				
4.00	第34回鹿沼市スポーツ少年団駅伝交流会					
30	インフォメーションかぬま 新春お年玉クイズ2026					
5.00						
15	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.2
30	年頭所感	インフォメーションかぬま				
6.00	新春知事挨拶					
30	インフォメーションかぬま かぬま de 神社巡り	新春知事対談				
50	インフォメーションかぬま 新春お年玉クイズ2026					
7.00						
15	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.1
30	松井市長が語る 今年の鹿沼市～2026～	インフォメーションかぬま				
8.00	第51回日本ケーブルテレビ大賞 番組アワード受賞作品 ドキュメンタリー部門 優秀賞/NHK WORLD-JAPAN賞					
45	小田切の野菜はおいしいんです～過疎と高齢化 農業の明日～					
57	インフォメーションかぬま お悔やみ					
9.00		新春お年玉クイズ2026				
15	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.2
30	年頭所感	インフォメーションかぬま				
10.00		かぬま de 神社巡り				
20	インフォメーションかぬま 新春お年玉クイズ2026					
11.00						
15	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.2	てれび 年賀状 Part.1	てれび 年賀状 Part.1
30	松井市長が語る 今年の鹿沼市～2026～	お悔やみ				
57	QVC					
00.00						

8日 (木)	9日 (金)	10日 (土)	11日 (日)	12日 (月)
5.00	インフォメーションかぬま			
45	自宅で楽しく元気アップ！			
	8日：健康活跳日 21体操 肩こり予防体操			
	9日：健康活跳日 21体操 腰痛予防体操			
	10日：タオル体操 手指の運動			
	11日：脳トレ体操 膝痛予防体操			
	12日：KANUMA7筋力アップ運動			
	栄養バランスの良い食事をとる工夫			
6.00	壮観劇場#35 炎と鬼と国東半島			
30	壮観劇場#36 苔の森、満天の星			
7.00	壮観劇場#37 冬の魔法 青と白の世界			
30	壮観劇場#38 神々の地 戸隠			
57	お悔やみ			
8.00	壮観劇場#39 山から海へ！セメント列車			
30	壮観劇場#40 心、奮わす。千人太鼓			
55	かぬま まちカメ			
9.00	壮観劇場 #41 東西南北ぐるりと大山	市長新春記者会見	壮観劇場 #41 東西南北ぐるりと大山	
30	壮観劇場 #42 清水と大噴湯		壮観劇場 #42 清水と大噴湯	
10.00	鹿沼・栗野合併20周年記念特別番組 「つなぐ—過去と未来と私と—」			
11.00				
30	壮観劇場#43 地獄・極楽 大地の恵み			
57	お悔やみ			
後12.00	壮観劇場#44 ばん馬 北の大地を駆ける			
30	壮観劇場#45 阿蘇山が生んだ絶景			
55	かぬま まちカメ			
1.00	壮観劇場#46 東京湾アクアライン			
30	壮観劇場#47 富士山の恵み 水と信仰			
2.00	壮観劇場 #48 芬館 痒しの響き		壮観劇場 #48 芬館 痒しの響き	
30	壮観劇場 #49 虫の眼で見る昆虫の世界	市長新春記者会見	壮観劇場 #49 虫の眼で見る昆虫の世界	
55	かぬま まちカメ		かぬま まちカメ	
3.00	鹿沼・栗野合併20周年記念特別番組 「つなぐ—過去と未来と私と—」			
4.00				
30	壮観劇場#50 空港への47kmパイプライン			
5.00	壮観劇場#51 熟く輝く鉄の軌跡			
30	弟子斬(柳家さん喬／五街道雲助／柳家権太楼)			
7.00	壮観劇場 #52 コットンウェイ! S Lの詩	鹿沼・栗野合併20周年記念特別番組 「つなぐ—過去と未来と私と—」		
30	インフォメーションかぬま			
8.00	市長新春記者会見	壮観劇場#52 コットンウェイ! S Lの詩		
30				
57	お悔やみ			
9.00	壮観劇場 #53 玄海灘と神秘の洞窟		壮観劇場 #53 玄海灘と神秘の洞窟	
30	壮観劇場 #54 雪の怪物と火山の宝石	市長新春記者会見	壮観劇場 #54 雪の怪物と火山の宝石	
10.00	第17回板木県高等学校体育連盟ダンス新人大会			
11.00				
30	壮観劇場#55 七色の華！水中スター MAIN			
57	お悔やみ			
深夜0~	QVC			

※1/1(木)～1/12(月)は、「新春特別番組編成」となります。詳しい内容は、「インフォメーションかぬま」でお知らせいたします。