

坂本センター 週間番組表

(R4・12月12日～12月18日)

提出日：12月12日(月)

	月～日	日
6	0 ★ 市民カレンダー情報 20 ★ あいあラブせんりゅう12月号 50 文字放送	
7	0 ★ ひこいち情報局プラス vol.168 20 ★ 体操Time～HAND CLAP&パブリカ～ 30 ★ 八代WORKinfomation「松木グループ」 40 ★ MOVIEプラス(5分) 45 ★ さかもと復興商店街「秋の収穫祭」 55 文字放送	
8	0 ★ 深水健康ウォーク2022 (30分) 30 ★ 坂本町鮎婦 日光地区棚田そばの収穫 (20分) 50 文字放送	
9	0 ★ 八代農業高校泉分校グリーンフェスタ (55分) 55 文字放送	
10	0 ★ 自宅で元気！いきいき介護予防！（肩こり編）坂本地域用 (35分) 35 ★ 八代市立図書館だより13 40 ★ ナチュラルフードクッキング#136「のっぺい汁」 55 文字放送	
11	0 ★ 月 12日：あなたはひどいです 第20話 ★ 火 13日：あなたはひどいです 第21話 ★ 水 14日：あなたはひどいです 第22話 ★ 木 15日：あなたはひどいです 第23話 ★ 金 16日：あなたはひどいです 第24話 ★ 土 17日：あなたはひどいです 第25話 ★ 日 18日：あなたはひどいです 第26話	
12	0 ひこいち情報局プラス vol.168 20 体操Time～HAND CLAP&パブリカ～ 30 八代WORKinfomation「松木グループ」 40 MOVIEプラス(5分) 45 さかもと復興商店街「秋の収穫祭」 55 文字放送	
13	0 深水健康ウォーク2022 (30分) 30 坂本町鮎婦 日光地区棚田そばの収穫 (20分) 50 文字放送	
14	0 ★ 令和4年度 八代市文化祭 八代市民合唱祭 (55分) 55 文字放送	

	月～日	
15	0 市民カレンダー情報 20 あいあラブせんりゅう12月号 50 文字放送	
16	0 八代農業高校泉分校グリーンフェスタ (55分) 55 文字放送	
17	0 ひこいち情報局プラス vol.168 20 体操Time～HAND CLAP&パブリカ～ 30 八代WORKinfomation「松木グループ」 40 MOVIEプラス(5分) 45 さかもと復興商店街「秋の収穫祭」 55 文字放送	
18	0 自宅で元気！いきいき介護予防！（肩こり編）坂本地域用 (35分) 35 八代市立図書館だより13 40 ナチュラルフードクッキング#136「のっぺい汁」 55 文字放送	
19	0 令和4年度 八代市文化祭 八代市民合唱祭 (55分) 55 文字放送	
20	0 深水健康ウォーク2022 (30分) 30 坂本町鮎婦 日光地区棚田そばの収穫 (20分) 50 文字放送	
21	0 月 12日：あなたはひどいです 第20話 火 13日：あなたはひどいです 第21話 水 14日：あなたはひどいです 第22話 木 15日：あなたはひどいです 第23話 金 16日：あなたはひどいです 第24話 土 17日：あなたはひどいです 第25話 日 18日：あなたはひどいです 第26話	
22	0 ひこいち情報局プラス vol.168 20 体操Time～HAND CLAP&パブリカ～ 30 八代WORKinfomation「松木グループ」 40 MOVIEプラス(5分) 45 さかもと復興商店街「秋の収穫祭」 55 文字放送	
23	0	
5	0	QVCジャパン(23:00～6:00)

※ ★ 切替わり初回放送
※ ■ 色は週替わり初回放送