

地デジ
123ch
お住まいの地域の
行政chが放送

あなたの街の行政情報専門チャンネル 自治体行政チャンネル

行政チャンネル視聴方法



- ① リモコンの「地上デジタル」を選択
- ② チャンネル番号「12」を選択
(コミュニティチャンネルが映ります)
- ③ チャンネル上下ボタンの「上」を1回押す
※12chが映らない場合は再スキャンを行ってください
※リモコンによっては表記が異なる場合があります

お住まいの地域以外の行政chをご覧いただくには、デジタルホームターミナルの契約が必要です。デジタルホームターミナルでご覧いただく場合は、**阪南市001ch、多気町002ch、大台町003ch、明和町005ch、志摩市006ch**です。*大紀町行政chは地デジのみでの放送となります。



更新日 毎週 火曜・金曜日

6:00	
7:00	
8:00	
9:00	
10:00	(24時間繰り返し放送)
11:00	
0:00	00分~ アイウエーブまつさか
1:00	市政ニュース/お知らせなど
2:00	
3:00	20分~ HAPPY BIRTHDAY
4:00	はるるクッキング
5:00	30分~ 特集(安全・国際・歴史・健康など)
6:00	50分~ 松阪「力」
7:00	(松阪市内の企業を紹介する番組)
8:00	
9:00	55分~ いきいき健康情報(健康情報番組)
10:00	
11:00	
0:00	
1:00	

番組紹介

アイウエーブまつさか

市内の出来事や行政からの情報をお伝えします

土性沙羅のスポーツのチカラ応援ch

土性沙羅さんがスポーツの持つチカラを伝えます

松阪「力」

松阪市内の企業を紹介しします



更新日 毎月1日・16日

6:00	にこにご体操・運動のススメ・ゆうゆう体操・毎日サックッと!フレイル予防
7:00	ほっと-いたき
8:00	にこにご体操・運動のススメ・ゆうゆう体操・毎日サックッと!フレイル予防
9:00	ほっと-いたき
10:00	ほっと-いたき
11:00	にこにご体操・運動のススメ・ゆうゆう体操・毎日サックッと!フレイル予防
0:00	ほっと-いたき
1:00	にこにご体操・運動のススメ・ゆうゆう体操・毎日サックッと!フレイル予防
2:00	ほっと-いたき
3:00	ほっと-いたき
4:00	ほっと-いたき
5:00	にこにご体操・運動のススメ・ゆうゆう体操・毎日サックッと!フレイル予防
6:00	ほっと-いたき
7:00	ほっと-いたき
8:00	ほっと-いたき
9:00	ほっと-いたき
10:00	ほっと-いたき
11:00	ほっと-いたき
0:00	※深夜0時以降
1:00	00分~ ほっと-いたき

番組紹介

ほっと-いたき(毎月1日・16日)

ニュース、特集、特別番組、文字放送などにより、町内の出来事や役場からの情報をお伝えします

にこにご体操・運動のススメ・
ゆうゆう体操・毎日サックッと!フレイル予防
健康づくりのための体操を紹介しします。



定期番組更新日 毎月15日

6:00	にこにご体操
7:00	特別番組
8:00	にこにご体操
9:00	お~ちゃん
10:00	にこにご体操
11:00	特別番組
0:00	お~ちゃん
1:00	文字放送
2:00	特別番組
3:00	お~ちゃん
4:00	にこにご体操
5:00	特別番組
6:00	お~ちゃん
7:00	特別番組
8:00	文字放送
9:00	お~ちゃん
10:00	特別番組
11:00	文字放送
0:00	
1:00	

番組紹介

お~ちゃん(定期番組)

町内の出来事や役場からのお知らせ

特別番組

対談、交通安全啓発など

にこにご体操・ゆうゆう体操

健康づくりのため、一緒に体操しましょう



更新日 2週間毎(月曜日)更新

6:00	文字放送
7:00	
8:00	文字放送・季節の風景
9:00	すぼっと大紀
10:00	特別番組 ※不定期
11:00	文字放送・季節の風景
0:00	すぼっと大紀
1:00	文字放送
2:00	特別番組 ※不定期
3:00	すぼっと大紀
4:00	文字放送
5:00	文字放送・季節の風景
6:00	すぼっと大紀
7:00	文字放送
8:00	文字放送・季節の風景
9:00	すぼっと大紀
10:00	特別番組 ※不定期
11:00	文字放送・季節の風景
0:00	
1:00	

番組紹介

すぼっと大紀

町内の様々な出来事を紹介

文字放送

イベント情報、行政からのお知らせ

大紀町議会

定例会・臨時会を生放送&録画放送



更新日 毎週 木曜日の正午更新

6:00	
7:00	
8:00	
9:00	
10:00	
11:00	
0:00	明和町情報番組「め~ナビ」
1:00	00分~ ニュース
2:00	トピックス
3:00	
4:00	文字放送
5:00	
6:00	
7:00	上記がリピート放送
8:00	
9:00	
10:00	
11:00	
0:00	
1:00	

番組紹介

ニュース

町内の主な出来事を紹介

トピックス

町内の祭やイベント等じっくりお伝えします

ゴーゴーはつらつ体操

毎日の健康づくりのための体操



更新日 毎月 1日・16日

6:00	00分~ 志摩の国チャンネル
7:00	20分~ 商工会インフォメーション
8:00	25分~ 志摩の国かわら版
9:00	30分~ ニュースMCTV志摩ダイジェスト
10:00	50分~ 商工会インフォメーション
11:00	55分~ 志摩の国かわら版
0:00	
1:00	★午前6:00~8:00と午後2:00~4:00は
2:00	00分~ 志摩市オリジナル健康体操
3:00	
4:00	05分~ 志摩の国チャンネル
5:00	25分~ 商工会インフォメーション
6:00	
7:00	志摩市オリジナル健康体操
8:00	「志摩からはじまる物語」午前6:00/午後2:00/午後4:00
9:00	「志摩しまウォーキング」午前7:00/午前8:00/午後3:00
10:00	
11:00	30分以降の放送内容は
0:00	他の時間帯と同様となります
1:00	※深夜2:00~2:30は文字放送

番組紹介

志摩の国チャンネル

市からのお知らせやまちの話題をご紹介します

志摩の国かわら版

行政情報を文字とナレーションでお知らせ

商工会インフォメーション

商工会のお知らせや市内のお店を紹介

行政チャンネル 日記

明和町 明和町の大淀海岸で「初日の出を迎える会」開催!

白砂青松の海岸で知られる大淀海岸でどんど火を焚き、太鼓の演奏とともに伊勢湾からのぼる初日の出を迎えましょう!

【スケジュール】6:00~どんと火点火、6:30~式典、6:45~業平夢太鼓演奏、7:00頃 初日の出

【お問い合わせ】明和町観光協会 電話0596-52-0055

2024年の初日の出

