



番組ガイド



KCTウィークリー

毎週土曜日放送 ※日曜～火曜再放送

☆満1歳☆ 今週の話題(4本)後

- 1日 平藤 千紗ちゃん (西片屋)
- 8日 小鷹 祐貴くん (中田)
- 15日 上野 稀歩ちゃん (行沢)
- 22日 伊藤 芽生ちゃん (熊出下)
- 29日 守野 智稀くん (東北)
- 真矢くん (東北)

☆おいしくキッチン☆

22日 夏野菜と豚肉のしょうゆの実炒め
なすやトマトなどの夏野菜を、しょうゆの実を使ったソースで炒めた夏バテ知らずなスタミナたっぷりのお一品です!

☆がんばれスポ少☆

29日 櫛引卓球スポーツ少年団



わが家のペット、作品、ガーデニングなど各コーナーへの情報もお待ちしています!!

みんなの貯筋体操

放送時間 11:45・20:45

お家でテレビを見ながら手軽に筋力アップ! ココモ予防の運動を取り入れた簡単体操です。毎日同じ時間に体を動かしましょう。



リモコンの9を押した後、チャンネル(選局)上下ボタンを上を押すと視聴できます。

★★★★ 毎日放送 ★★★★★

- フューチャーレスキュー 8:30・17:30
- ザ・メイキング 11:30・20:30
- サイエンスフロンティア 14:30

今月の特別番組

5日 WED

浜の匠 夏イカの巻

～庄内浜のい～め魚食ってみれ～



庄内浜で水揚げされる旬の魚の捌き方を紹介! 今回は「夏イカ」。庄内浜文化伝道師マイスターがおいしい食べ方を教えてくださいませよ! (再放送…8日～11日)

26日 WED

ふるさと再発見!

櫛引・朝日寺社めぐり

人々の心の拠り所であり、貴重な歴史的建造物でもある神社やお寺。今回は東岩本の「本明寺」を訪ねながら地域の魅力を再発見します。(再放送…29日～8月1日)

JAタイム・アワー ※土曜～火曜再放送 金

7日 稲作情報「肥料の適期施用について」(再放送…8日～11日)

21日 稲作情報「水稲病害虫防除のポイントについて」

(再放送…22日～25日)

※14日・28日はJAアワー「私のとれたて日本一」をお送りします。

生涯学習ひろば・まなびいタイム ※土曜～火曜再放送 木

- 6日 サイエンスバトル「手作ろ敵決!」赤ちゃんがしばい「マレーバク」
- 13日 櫛引高校生ボランティアサークル「NO-SIDE」サルビア植栽
- 20日 偉人たちの夢「マルコ・ポーロ」
- 27日 櫛引地域子ども育成合同研修会 ～子どもを幸せにする3つの力～

ケーブルテレビ利用料のお支払いは便利な口座振替をおすすめします

引き落としは、年4回、3か月分まとめて(月額1,340円・計4,020円)お支払いいただけます。

詳しくは鶴岡市ケーブルテレビジョンまでお問い合わせください。

新築・増改築・外壁工事などによりケーブルを移設する場合は、手続きが必要となります。希望日の一週間前までご連絡をお願いします。(工事費は有料です。)

行政情報コーナー

12日～18日

☆健康ワンポイント☆

～転倒・骨折予防

骨を強くするトレーニング～

19日～25日

☆行政だより☆

～水焰の能の開催について～



情報をお寄せ下さい! 取材に伺います!!



鶴岡市ケーブルテレビジョン TEL 57-3014 FAX 57-5065

E-mail info@k-c-t.jp ホームページ http://www.k-c-t.jp/



KCT 7月の番組表

	土 ~ 火		水	木	金
	8日~11日 29日~8月1日	1日~4日・15日~18日 22日~25日			
5	30 文字情報 45 行政情報コーナー		30 文字情報 45 行政情報コーナー		
6	KCTウィークリー		特別番組 12日・19日はアスリート解体 新書、時代を超える技	生涯学習・まなびい 時代を超える技	JAタイム・アワー
7	00 生涯学習ひろば・まなびい 30 JAタイム・アワー		00 匠の息吹を伝える 30 夢をつむぐ人々		
8	特別番組	00 文字情報 15 行政情報コーナー 30 フューチャーレスキュー	00 文字情報 15 行政情報コーナー 30 フューチャーレスキュー		
9	KCTウィークリー		特別番組 12日・19日はアスリート解体 新書、時代を超える技	生涯学習・まなびい 時代を超える技	JAタイム・アワー
10	00 生涯学習ひろば・まなびい 30 JAタイム・アワー		00 匠の息吹を伝える 30 夢をつむぐ人々		
11	特別番組	00 文字情報 15 行政情報コーナー 30 ザ・メイキング 45 みんなの貯筋体操	00 文字情報 15 行政情報コーナー 30 ザ・メイキング 45 みんなの貯筋体操		
12	KCTウィークリー		特別番組 12日・19日はアスリート解体 新書、時代を超える技	生涯学習・まなびい 時代を超える技	JAタイム・アワー
13	00 生涯学習ひろば・まなびい 30 JAタイム・アワー		00 匠の息吹を伝える 30 夢をつむぐ人々		
14	特別番組	00 文字情報 15 行政情報コーナー 30 サイエンスフロンティア	00 文字情報 15 行政情報コーナー 30 サイエンスフロンティア		
15	KCTウィークリー		特別番組 12日・19日はアスリート解体 新書、時代を超える技	生涯学習・まなびい 時代を超える技	JAタイム・アワー
16	00 生涯学習ひろば・まなびい 30 JAタイム・アワー		00 匠の息吹を伝える 30 夢をつむぐ人々		
17	特別番組	00 文字情報 15 行政情報コーナー 30 フューチャーレスキュー	00 文字情報 15 行政情報コーナー 30 フューチャーレスキュー		
18	KCTウィークリー		特別番組 12日・19日はアスリート解体 新書、時代を超える技	生涯学習・まなびい 時代を超える技	JAタイム・アワー
19	00 生涯学習ひろば・まなびい 30 JAタイム・アワー		00 匠の息吹を伝える 30 夢をつむぐ人々		
20	特別番組	00 文字情報 15 行政情報コーナー 30 ザ・メイキング 45 みんなの貯筋体操	00 文字情報 15 行政情報コーナー 30 ザ・メイキング 45 みんなの貯筋体操		
21	KCTウィークリー		特別番組 12日・19日はアスリート解体 新書、時代を超える技	生涯学習・まなびい 時代を超える技	JAタイム・アワー
22	00 生涯学習ひろば・まなびい 30 JAタイム・アワー		00 匠の息吹を伝える 30 夢をつむぐ人々		
23	KCTウィークリー		特別番組 12日・19日はアスリート解体 新書、時代を超える技	生涯学習・まなびい 30 文字情報 45 行政情報コーナー	JAタイム・アワー