



## 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(4本)後

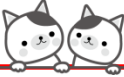
- 6日 森 木 俊 穂 くん (三千刈)
- 13日 菅 原 穂 夏 ちゃん (板井川)
- 20日 佐 藤 旬 くん (上山添)
- 27日 黒 井 琉 乃 介 くん (東 南)

☆おいしくキッチン☆

20日 小松菜のツナ和え  
カルシウム満点の小松菜を使い、ツナの風味を生かして作るお手軽メニューです!

☆がんばれスポ少☆

27日 朝日ジュニアランナーススポ少  
わが家のペット、作品、ガーテニングなど各コーナーへの情報もお待ちしています!!



## 今日の特別番組

※土曜～火曜再放送

24  
日  
(水)

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。今回は松根地区の松根庵を訪ねながら地域の魅力を再発見します。  
(再放送…27日～30日)

## 水 行政情報コーナー

※土曜～火曜再放送

10日～16日 ☆健康ワンポイント☆  
～足指の握力を強くする運動～

17日～23日 ☆行政だより☆  
～庄内あさひ新そばまつりの開催について～

24日～30日 ☆行政だより☆  
～あさひ産業文化まつりの開催について～



100%HITS!  
SPACE SHOWER TV  
**Plus** 21:00～27:00  
9chマルチ放送

リモコン「9」 番組後にチャンネル送りボタンで選局

### ★★★ 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

### 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!  
ロ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。

市  
民  
CH

みなさんが撮影した映像をKCTで放送しませんか?お祭り、学校や子ども会活動、景色など…  
テーマは自由です。編集は29分以内でお願いします。ぜひご応募下さい!!

## 木 市民チャンネル・サイエンスチャンネル

※土曜～火曜再放送

- 4日 大鳥ぜんまい小屋ができるまで 投稿:田口比呂貴さん(大鳥)
- 11日 鶴岡田川地区 児童生徒考案創作展・科学展・社会科展
- 18日 遊ぼう!米ちゃんどわんぱく実験 ～初めての電池 ポルタの電池～
- 25日 幼児共育ふれあい広場 くしびき東部保育園子育て講演会

## 金 JAタイム・アワー

※土曜～火曜再放送

- 5日 福祉情報「JA 健康寿命100歳プロジェクトについて」  
～乳和食編～ (再放送…6日～9日)
- 19日 資材情報「農業用廃プラスチックの適正処理について」  
(再放送…20日～23日)

※12日・26日はJAアワー「私のとれたて日本一」をお送りします。



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KCTにご連絡をお願いします。  
(工事費は有料となります。)



☆☆☆☆☆ 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 10月の番組表

曜日 時間	土 6日～9日/13日～16日 20日～23日	日 27日～30日	水	木	金
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 3日・10日・17日はアスリート 解体新書、時代を超える技	市民CH・サイエンスCH	JAタイム・アワー
7	00 市民チャンネル・サイエンスチャンネル 30 JAタイム・JAアワー		00 匠の息吹を伝える 30 夢をつむぐ人々		
8	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	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		
9	KCTウィークリー		特別番組 3日・10日・17日はアスリート 解体新書、時代を超える技	市民CH・サイエンスCH	JAタイム・アワー
10	00 市民チャンネル・サイエンスチャンネル 30 JAタイム・JAアワー		00 匠の息吹を伝える 30 夢をつむぐ人々		
11	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	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		
12	KCTウィークリー		特別番組 3日・10日・17日はアスリート 解体新書、時代を超える技	市民CH・サイエンスCH	JAタイム・アワー
13	00 市民チャンネル・サイエンスチャンネル 30 JAタイム・JAアワー		00 匠の息吹を伝える 30 夢をつむぐ人々		
14	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	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		
15	KCTウィークリー		特別番組 3日・10日・17日はアスリート 解体新書、時代を超える技	市民CH・サイエンスCH	JAタイム・アワー
16	00 市民チャンネル・サイエンスチャンネル 30 JAタイム・JAアワー		00 匠の息吹を伝える 30 夢をつむぐ人々		
17	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	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		
18	KCTウィークリー		特別番組 3日・10日・17日はアスリート 解体新書、時代を超える技	市民CH・サイエンスCH	JAタイム・アワー
19	00 市民チャンネル・サイエンスチャンネル 30 JAタイム・JAアワー		00 匠の息吹を伝える 30 夢をつむぐ人々		
20	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	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		
21	KCTウィークリー		特別番組 3日・10日・17日はアスリート 解体新書、時代を超える技	市民CH・サイエンスCH	JAタイム・アワー
22	00 市民チャンネル・サイエンスチャンネル 30 JAタイム・JA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 3日・10日・17日はアスリート 解体新書、時代を超える技	市民CH・サイエンスCH	JAタイム・アワー 30 文字情報 45 行政情報コーナー