


101 さやまケーブル10

101chのチャンネル番号にて地域の話満載のコミュニティ番組をお楽しみください。

基本番組表		月	火	水	木	金	土	日
6	00	すこやか体操						
	20	番組紹介						
	25	とくもじ情報!!						
7	30	まるごと狭山 (タウンNEWS・いどばた生活情報館・お茶ペリーナ・とくもじ情報!!)						
	00	脳いきいき体操&番組紹介						
	45	自治会の時間						
8	00	S-CAT案内						
	15	週間NEWS	番組紹介				週間NEWS	
	30	彩の国ケーブルテレビ情報局						ディズニー
9	00	健康テレビショッピング						
	30	石心会健康塾						
	00	S-CAT案内						
10	30	S-CAT案内						
	45	週間NEWS	番組紹介				週間NEWS	
	00	街コロンブス(飯能)						
11	45	S-CAT案内						
	00	まるごと狭山 (タウンNEWS・いどばた生活情報館・お茶ペリーナ・とくもじ情報!!)						
	15	脳いきいき体操&番組紹介 自治会の時間						
12	30	S-CAT案内						
	45	週間NEWS	番組紹介				週間NEWS	
	00	さやまのお店めぐり						
13	15	S-CAT案内						
	30	彩の国ケーブルテレビ情報局						ディズニー
	00	まるごと狭山 (タウンNEWS・いどばた生活情報館・お茶ペリーナ・とくもじ情報!!)						
14	00	週刊いるま(入間)						
	00	彩の国ケーブルテレビ情報局						番組紹介
	10	脳いきいき体操&番組紹介 自治会の時間						市民課 テレビ
15	30	石心会健康塾						
	00	まるごと狭山 (タウンNEWS・いどばた生活情報館・お茶ペリーナ・とくもじ情報!!)						
	00	ちゃっぴい撮影隊参上!						
16	00	さやまのお店めぐり						
	15	S-CAT案内						
	30	番組案内						自治会の時間
17	45	自治会の時間						
	00	まるごと狭山 (タウンNEWS・いどばた生活情報館・お茶ペリーナ・とくもじ情報!!)						
	00	ショッピングチャンネル						

※今月の日曜日はディズニー・チャンネル「アパロンのプリンセス エレナ」

◆お問合わせ/狭山ケーブルテレビ(株) おすすめ動画も
配信中!
TEL04-2954-2200(総合受付)
〒350-1334 埼玉県狭山市狭山20-1
http://www.s-cat.ne.jp/
狭山ケーブルテレビホームページから
コミちゃんに関するお問い合わせや情報をご提供いただけます。



まるごと狭山 6:30~12:00~/15:00~/19:00~/23:00~

<タウンNEWS> 行政情報から市民情報まで市内の出来事をご紹介します(火・木・土)の週3回内容がかわります。
(再放送:土日月 8:15~/10:45~/13:45~)

<いどばた生活情報館> 6:40~/12:10~/15:10~/19:10~/23:10~

8/25~8/31	9/1~9/7	9/8~9/14	9/15~9/21	9/22~9/28
ヘルシーキッチン 減塩調理法 「あさりご飯」	イーム 石仏・神社・仏閣の紹介	WAVE 「商工会議所情報番組」	アニマル日和	ヘルシーキッチン 身近な野菜を使った簡単レシピ 「小松菜とリンゴのサラダ」
ウォッチレポート <イベント> 今が旬!! 季節を堪能しよう!!	ウォッチレポート <防災> 水害ボランティア体験	ウォッチレポート <季節> 旬のあれこれ ピックアップ!!	ウォッチレポート <食> 秋の味覚をご紹介	ウォッチレポート <インフォメーション> 旬の話題 イベント情報!!
奈良 美沙季のスポーツコーナー			Go!エルフェン!!&さやスポ	
踊っちゃお!	ちゃっぴいフォト川柳	踊っちゃお!	ちゃっぴいフォト川柳	踊っちゃお!
今週のお花・情報コーナー				
今週のお花・情報コーナー			ふれあいインフォメーション	

<お茶ペリーナ> 7:10~/12:40~/15:40~/19:40~/23:40~

<お茶ペリーナ> 狭山発祥の童句 第2回コンクールを前に 狭山童句研究会会長 渡川 誠さん	市政NOW 狭山市議会定例会を前に 小谷野 剛 狭山市長	<お茶ペリーナ> 食文化を次世代へ 合同会社いどり代表 野島 康子さん	<お茶ペリーナ> 日本ゴルフ協会メジャー競技 三冠王・並びに最高齢新記録保持者 元:県立高校校長 現:ムサシノ株式会社社長 小谷野 利三さん	龍じいの昔話
---	------------------------------------	--	---	--------

<とくもじ情報> 市民の皆様からの文字情報 6:25~/7:25~/12:55~/15:55~/19:55~/23:55~

自治会の時間 (木曜日更新) 7:45~/13:15~/17:45~/22:45~

自治会提供の情報と9/21~27(木曜日更新)狭山市自治会連合会 各地区による「自治会連合NOW」

ケーブルテレビで健康塾 石心会健康塾 (月曜日更新)

①9:30~10:30 ②18:00~19:00 主催 埼玉石心会病院

8月21日~27日/
再放送2013年10月収録
【リハビリ祭り】
①腰が痛い!! ~誰でもできる腰痛体操~
②肩 痛みなくバンザイできますか?
簡単にできるストレッチ
③ひざ痛予防体操
~これから、今以上に痛くしないために~


9月4日~10日/
8月24日(木)収録
こどもとメディア~ゲームの弊害~
小児科副部長 岩村 透 先生

9月11日~17日/
9月4日(月)収録
検証コンビニめし&スイーツ
管理栄養士 大川 清 氏

8月28日~9月3日/
8月2日(水)収録
学童期における食事(朝食)の重要性
管理栄養士 秋山 好美 氏


市政NOW

9月1日~7日
7:10・12:40・15:40・19:40・23:40
第3回狭山市議会定例会開会にあわせ、市長提出議案、市の取組みなどについてお話をうかがいます。



いどばた生活情報館

6:40・12:10・15:10・19:10・23:10
台風シーズン。昨年は狭山市でも水害被害を受けボランティアセンターも設置されました。7月、水害ボランティア体験が行われました。床下泥だし土嚢づくりなどをレポートしました。



その他にも 情報満載!

さやまのお店めぐり 14:00~/22:00~

狭山市周辺にある美味しいお店・お祭り・隠れた名店をめぐります。番組ではオーナー(店長)に、ポリシーやオススメのメニューを紹介していただくほか、女性の視点から見たお店の印象や、常連さんにインタビューし、あらゆる角度からお店の魅力を伝えていきます。



S-CAT案内 8:00~/10:30~/11:45~/13:30~/14:15~/22:15~

狭山ケーブルテレビから、様々なお得な情報をお届けします。



ちゃっぴい撮影隊参上! (金曜日更新) 20:00~ ※内容は変更になる場合がありますのでご了承ください。

- 9月1日~7日 LIVE STATION さやまライブをお届け
- 9月8日~14日 第33回府内戦紙「百輝夜煌~夜空を照らす豊後府内の絆~」大分ケーブルテレコム株式会社
- 9月15日~21日 第37回全日本トリアスロン皆生大会 総集編 (株)中海テレビ放送
- 9月22日~28日 日本三奇祭「吉田の火祭り」~富士の麓に燃えさかる大松明~ (株)CATV富士五湖
- 9月29日~10月5日 AJC日本ケーブルテレビ連盟加盟局制作番組

とくもじ情報!! 常時更新 6:25~/7:25~/12:55~/15:55~/19:55~/23:55~ イベント情報や求人情報などの地域の皆さんの文字告知放送

彩の国ケーブルテレビ情報局 月~土曜 8:30~/14:30~/17:00~
9月1日~30日 テーマ「県内各地域のトピックス」。埼玉ケーブルテレビ連盟共同制作。県内ケーブルテレビで放送中。現在:飯能・日高、入間、J:COMグループ、東松山、行田、狭山、蕨、ゆずの里、本庄、各ケーブル局を2ブロックに分けて県内情報を発信。

デジタル 狭山市・県内・全国のケーブルテレビ制作番組をお届け!

111 さやまケーブル11

9月の見どころ

- 狭山市アーカイブ
【放送時間】10:00~/12:00~/15:00~/22:30~
1996年放送:キッズネットワーク「狭山台みつばさ愛育園・保育園合同運動会」
- 第3回狭山市議会定例会放送
本会議の様態を下記の内容で放送しています。
本会議翌日の午後8時からの放送
※金曜日の本会議については翌週の月曜日午後8時の放送です。
※一般質問については、1回目の質疑応答のみ放送いたします。

ショッピングチャンネル 放送時間

チャンネル	放送時間
101ch	0:00~ 6:00
102ch	6:00~26:00
QVC	
111ch	0:00~ 6:00 8:00~10:00 17:00~18:00
112ch	6:00~ 8:00 10:00~17:00 18:00~24:00
ジャパネットチャンネルDX	
112ch	8:00~9:00 0:00~6:00