

あちかのあしんぼん

8
月号

目次

UCV121のみどころ	2面
UCV122のみどころ	3面
UCV112・あおチャンのみどころ	3面
UCV121番組表	4・5面
UCV122番組表	6面
おちゃのま倶楽部	7面
(プレゼント・取材ノート・おたより ほか)	
UCVからのお知らせ	8面

題字



エ・ン・タ・メ・日・和

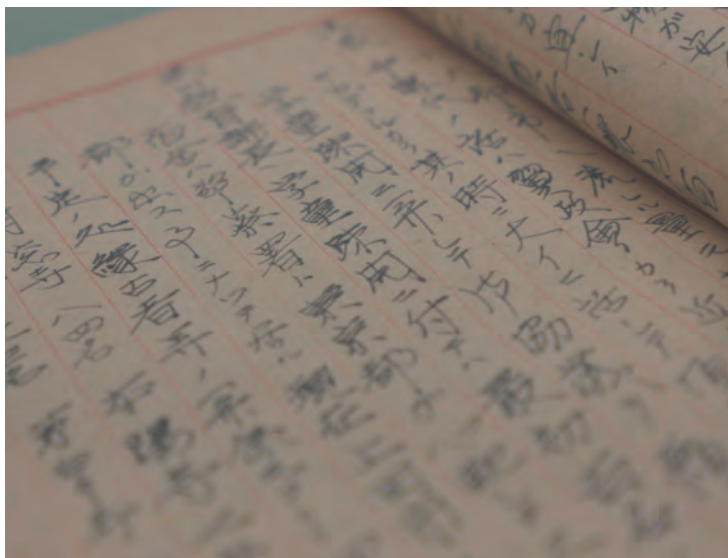
文・イラスト 田中 渉

週刊ジャンプ+で連載された漫画「正反対の君と僕」は、「次にくるマンガ大賞」Webマンガ部門で第2位を獲得し、「全国書店員が選んだおすすめコミック2024」にて2位選出されるなど数々の賞を獲得している。

物語の主人公女子高校生・鈴木みゆは、エネルギーで誰とでも仲良くできるが、実は真面目で周りの空気を読み、他人の目を気にしてしまう。それに対し、男子高校生・谷悠介は、寡黙だが、自分の意見をはっきり言え、しっかりとした「自分」を持っている。そんな正反対な性格の2人が付き合い始め、2人が織りなす青春ラブコメディが描かれる。

本作が従来のラブコメと異なるとは「恋のドキドキ」だけでなく、「付き合った後の関係性の継続」に焦点を当て、対話や言葉をきちんと描いている点だ。主人公たちがすれ違うたびに丁寧なコミュニケーションを重ねることで絆を深めていく様は、「他者とわかりあいたい」という現代社会の課題にも通じる。作中の会話のノリやテンポが今風で面白いと評される一方で、人間関係をめぐる深いセリフなど読んでいてハッとさせられる場面も多い。

2026年1月にはテレビアニメ化も決定しており、今後更に注目を集める一作となるだろう。



周囲を山々に囲まれ、防空上優れていた長野県には、戦時中、東京都や愛知県などから1500の軍需工場と21万5千人の従業員が戦

火を逃れて疎開しました。上田市に疎開した工場の多くは戦後も事業を継続し、「ものづくりの上田」の礎となりました。

終戦から80年。今年4月に総務省が公表した人口推計では、日本の総人口に占める戦後生まれの割合は約9割に達しました。戦争経験者が少なくなる今、「疎開」を切り口に上田地域の戦争について考える番組を放送します。

UCV121

疎開し失われる記憶を辿る

15日金
再 22日金

生中継 UCV121
花火大会
第38回信州上田大花火大会
5日(火) 18:50~
第77回 諏訪湖祭湖上花火大会
15日(金) 18:45~ (制作 エルシーブイ)

工場以外にも、1944年6月に学童の疎開が閣議決定されると上田小県に4197人の小学生が疎開しました。中でも別所温泉(当時の別所村)は、人口700人に対してその倍の約1400人の児童を受け入れました。別所温泉に疎開した人や戦争の記憶を後世に残そうと活動する団体取材しました。

UCV122
生中継
第100回 謙信公祭
23日土

上田市姉妹都市の新潟県上越市で行われる、戦国時代の名将上杉謙信の武勇と遺徳を称える祭りで、
◎第一部 16時
◎第二部 18時
(制作 上越ケーブルビジョン)



今年38連、2100人が参加を予定しています。

UCV112
2025 雷電まつり
東郷(とうこう)まつり
2日土 17時45分~

東御市と坂城町の夏祭りを、夜の踊りを中心に生中継します。日中に行われるイベントの様子は後日収録放送します。

生中継
地域の夏祭り

道路情報チャンネル
で渋滞情報を表示
道路情報チャンネル(CATV006)の「上田市御所」・「上田市上田原(赤坂上)」カメラで、道路の状況をリアルタイム解析しています。混雑発生時には画面上に「渋滞」と表示します。

UCVのライブカメラ
AI技術を活用した混雑管理システムを導入
AI解析機能付カメラを使って道路や駐車場の混雑状況を把握し、リアルタイムでお伝えするサービスの試験放送、実証実験を行っています。情報提供によって利用者様の利便性が向上することを目指しています。



道路情報チャンネル解析イメージ

上田市役所駐車場の混雑状況情報を提供
上田市役所と連携して、市役所駐車場の状況をHPでリアルタイムに提供し、混雑時にはアラートを表示して別の駐車場に誘導する実証実験を行っています(9月まで)。



第48回
町民まつり 坂城どんどん
2日土 18時30分~
町の繁栄と、子どもたちに祭りのあるふるさとを残したいという町民の思いを込めて始まった祭りです。

録放送
2日(土)に開催される2つの夏祭りを収録放送します。

います。

◎青木村夏祭り
あおチャン
UCV121 9日(土)
◎第41回真田まつり
2025夏の陣
UCV121 16日(土)

新卒採用 2026

番組制作・営業・設備管理

地域の未来を共につなごう。



株式会社 上田ケーブルビジョン

<https://ucv.co.jp/saiyou/>

問い合わせ・TEL0268-23-1600 (総務部 江口)



地上121

UCV121のみどころ

詳しい放送時間は4・5面の番組表をご覧ください

※背景色が白いタイトルはレギュラー番組です。

放送日	内 容
3日(日)	伝統+新しいに挑戦の巻 株式会社上野石材商会(上田市)
4日(月)	輝きを極めるの巻 メイクワン(東御市)
10日(日)	伝統を受け継ぐの巻 河内鍛刀道場(坂城町)
11日(月)	機械をコントロールする?の巻 有限会社長野エーシーエス(坂城町)
17日(日)	職人を支える技術とは?の巻 北沢農蚕機製作所(上田市)
18日(月)	和室に欠かせない技術とは?の巻 大塚たたみ工業有限会社(上田市)
24日(日)	瓦の意外?な使い道の巻 株式会社亀山(上田市)
25日(月)	和菓子の舞台裏の巻 御菓子処千野(上田市)
31日(日)	暮らしを支える技術とは?の巻 株式会社相和(東御市)

熱中！ティーンズ
インターハイ2025出場選手

放送日 4日(月) 11日(月)

7月23日から8月20日にかけて、高校生のスポーツの祭典インターハイ(全国高等学校総合体育大会)が中国地方で開催されています(写真)。

上田染谷丘高校は、男子ソフトテニス班が



挑む選手たちを紹介します。

卒業式など懐かしい映像も放送します。

◎東御市
令和7年度東御市二十歳を祝う会(東御市文化会館)

◎坂城町
令和7年度坂城町二十歳のつどい(坂城町文化センター)

東御市と坂城町で8月15日(金)に、二十歳を祝う式典が行われます。式典の模様や参加者の成人としての抱負をお届けするほか、中学

はたらきモン 総集編の巻

放送日 3日(日)~

機械や道具などの仕事に欠かせないもの(「モン」)を通して、地域のお仕事を紹介する番組です。これまでの内

容を再放送します。知っているようで知らない仕事場に、いざ、潜入！

ひとこと手話
デフリンピックを応援しよう！

5日(火) 12日(火)

今年11月に東京で、耳が聞こえない・聞こえにくいアスリートたちによる国際スポーツ大会デフリンピックが

UCVレポート

毎日の街のできごとをお届け

▶月~土 初回放送17時、再放送18時、19時~22時(リピート放送)、翌日5時30分、6時、9時、12時
▶日(ダイジェスト) 初回放送17時



8月は、夏休みの催しや夏祭りの模様をお送りするほか、涼しいスポーツ、ひんやりスイーツなど暑さを乗り切る「秘策」をシリーズでお届けします。

コーナー紹介 見てみてっ! 私のサークル (月に1回 不定期で放送)

スポーツや文化活動、奉仕活動などさまざまな活動に取り組むサークルを紹介します。生き生きとした参加者の様子をお楽しみに。



東御市北御牧公民館 盆栽教室▶

UCVレポートを
スマホパソコンでも!

放送数日後から番組動画をネット配信。
過去1年間のバックナンバーも手軽に見られます。



博物館講座 第2回
「公文書・時報」から見る大戦前後の市民の様子

5日(火) 19日(火)

7月17日上田市立博物館で開かれた講座をお送りします。

◎講師 小平千文さん(上田小県近現代史研究会会長)

県立歴史館講座 第2回
「令和7年度夏季企画展 安曇野く知られざる里山の祈り」

18日(月) 25日(月)

県の歴史について最新の研究成果を紹介します。長野県ケープルテレビ協議会が、県立歴史館と協力して収録放送する講座です。

◎講師 小林寿英さん(県立歴史館総合情報課) ※7/5収録

知って納得! 暮らしの税
「財産を相続したとき」

3日(日) 5日(火)

家族が亡くなった後、相続などで財産を取得した場合に課される「相続税」について、上田税務署の職員に話を聞きます。

米熊・慎蔵・龍馬会
講演会「龍馬と春嶽と海援隊」

6日(水) 20日(火)

「米熊・慎蔵・龍馬会」は、幕末の志士、坂本龍馬とその盟友で長州出身の三吉慎蔵、息子で小県蚕業学校(現在のの上田東高校)の初代校長を務めた三吉米熊を顕彰しています。会による講演会を放送します。
◎講師 牧田活宜さん(二社) 全国龍馬社中副会長・越前龍馬会相談役

放送日 3日(日)~

総合スポーツ番組 fun! fan! スポー
7日(木) 14日(木)
地域のスポーツの話題をお届けします。
コーナー ちゃれスポJでは、フィナンランド発祥のニュースポーツ「モルック」に挑戦します。木製の棒を投げ、スキットルと呼ば



日本で初めて開かれます。大会に向けて手話を学んでみませんか?
8月もテーマは「競技名」です。デフリンピックに関するミニクイズもあります。
(協力 上田市聴覚障害者協会、上田保健福祉事務所)



信学会 上田北幼稚園
13日(水) 20日(水)
信学会上田北幼稚園では、7月に「おたのしみウィーク」が行われました。年長さんた



れる木製のピンを倒して得点を競います。

3年前に夫のトシオさんが亡くなり、一人ぼっちになってしまったマリコさんは、さびしさに気がわきません。
そんなお盆の夜、誘われるように見上げた満月から美しい一羽のうさががやってくる、マリコさんに語りかけてきたのです。

おはなしランド
『トシオさんのりんどう』

放送日 13日(水) 20日(水)

作・朗読・絵
長谷川 文子



上田社会教育大学公開講座・上田図書館との連携講座

上田社会教育大学では上田図書館を拠点に地域の歴史や文学、地理について学びを深めています。講師や受講生が研究成果について話す講座をお送りします。

上田社会教育大学公開講座

放送日	内 容	収録日
1日(金)	100年前の信越線の旅 講師 佐々木清司さん 明治初年 伊勢の旅 講師 尾崎行也さん	7/19

上田図書館との連携講座

放送日	内 容	収録日
6日(水)	第1回 江戸中期農業の一端 —上田領小牧村文書から— 講師 宮島かつ子さん	7/26
9月	第2回 松井須磨子を知る 講師 小林容子さん	8/23
10月	第3回 江戸中期小諸荒町の朝鮮種人参をめぐる 講師 坂口みのりさん	9/27
11月	第4回 ヤックラと千曲川 —岩下・小牧を中心として— 講師 手塚典子さん	10/25
12月	第5回 新藩主忠優(ただます)登場 一文政十三年の上田藩— 講師 工藤れい子さん	11/22

地上112

UCV112のみどころ

東御市の行事や発表会を放送



東御市の歴史を調査・研究するとうみ歴史研究会による歴史講座。7月8日の講座では会員の篠原博文さんが「歩き巫女ノノウ」について話しました。口寄せといわれる霊媒祈禱をしながら全国各地を巡業した歩き巫女の里「祢津」の歴史に迫ります。

20日(土) 再18日(月)

とうみ歴史研究会
歴史講座「歩き巫女ってなあに？」
女ってなあに？」

放送日	月間番組表(放送時間 9:00・15:00・21:00)
1日(金)	東御清翔高校 第61回舞台が丘祭校内祭 おおきくなあれ〜くるみ幼稚園〜(10:00・16:00・22:00)
2日(土)	とうみ歴史研究会 歴史講座「歩き巫女ってなあに？」 講師 篠原博文さん 17:45〜 【生中継】2025雷電まつり(予定)
3日(日)	介護予防住民指導者養成講座 第2回「効果あるフレイル予防とリスク管理」 講師 中村崇さん 22:30〜 【中継録画】2025雷電まつり
4日(月)	月刊とうみチャンネル7月号 前半
5日(火)	月刊とうみチャンネル7月号 後半
6日(水)	グリーンファームカレッジ2025「バッテリー農機のメリット、デメリット」
7日(木)	グリーンファームカレッジ2025「秋冬野菜の栽培のコツ」
8日(金)	令和7年祢津祇園祭 東御清翔高校 第61回舞台が丘祭校内祭 (10:00・16:00・22:00)
9日(土)	第21回とうみ混声合唱団定期演奏会
10日(日)	長野県高等学校軽音楽系クラブ合同演奏会 東北信大会Power Live2025TH No1〜18
11日(月)	Power Live2025TH No19〜37
12日(火)	Power Live2025TH No38〜50・審査結果
13日(水)	2025雷電まつり 中継録画
14日(木)	2025雷電まつり ステージイベント
15日(金)	2025雷電まつり 雷電子ども相撲大会
16日(土)	第21回とうみ混声合唱団定期演奏会
17日(日)	学校だより8月号
18日(月)	とうみ歴史研究会 歴史講座「歩き巫女ってなあに？」 講師 篠原博文さん
19日(火)	令和7年祢津祇園祭
20日(水)	2025雷電まつり 中継録画
21日(木)	2025雷電まつり ステージイベント
22日(金)	2025雷電まつり 雷電子ども相撲大会
23日(土)	北御牧地区夏祭り みまきニユードカンコ
24日(日)	令和7年 東御市二十歳を祝う会
25日(月)	学校だより8月号
26日(火)	令和7年度県立歴史館講座 第1回「今、信州の旧石器がおもしろい」 講師 大竹憲昭さん
27日(水)	令和7年度県立歴史館講座 第2回「安曇野 知られざる里山の祈り」 講師 小林寿英さん
28日(木)	グリーンファームカレッジ2025「タマネギ、ニンニクを作ろう」
29日(金)	介護予防住民指導者養成講座 第2回「効果あるフレイル予防とリスク管理」 講師 中村崇さん
30日(土)	令和7年 東御市二十歳を祝う会
31日(日)	学校だより8月号

Weekly!とうみ

【放送時間】6時・12時・18時

※毎週金曜日更新
※8月15日号はお休み



東御市内の話題や、保育園・幼稚園、学校の活動をお伝えします。 ※スマートフォンからも視聴できます。

※UCV111・112は上田市、東御市、坂城町、及び青木村の一部のご契約世帯でご覧いただけます。
※おおきチャンネルは青木村の放送サービス加入者様にご覧いただけます。

地上111

UCV111・おおきチャンネル

上田市のお知らせや行事を放送。
◆「災害に強いまち」は、二人ひとりの備えから
18日(月)〜24日(日) 予定
広報うえだ8月号と連携して、「災害への備え」についてお知らせします。

◆「市政企画番組」
「テレビ版広報うえだ」「ひとまちげんき・健康プラザうえだ注目情報」ほか
毎日5時・7時・9時・11時・13時・15時・17時・19時・21時・23時

◆「あおきチャンネル」
青木村のお知らせや行事を放送
◆あおトビ 毎日6時・12時・18時・21時
7月の出来事をまとめて放送。
◆青木村夏まつり
9日(土) 再10日(日)
9時30分・15時30分
【前半】ウェルカムミュージック、神輿ほか
12時30分・18時30分
【後半】アトラクション、花火大会ほか
※21時30分からは前半・後半を続けて放送
その他の番組はHPで



地上122

UCV122のみどころ

詳しい放送時間は6面の番組表をご覧ください



坂城町の南条小学校音楽堂で7月5日に開催された音楽会の模様をお送りします。
町内で活動する音楽団体のほか、今年は久しぶりに町内すべての小中学校から児童、生徒が参加し、日ごろの成果を発表しました。

3日(日) 再15日(金)

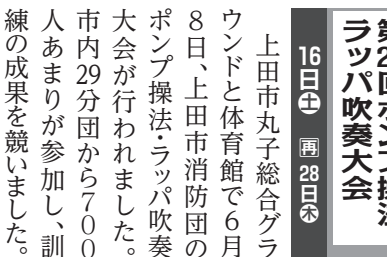
坂城町 第47回
納涼音楽会



坂城町の隣保館で7月12日に開催されたフェスティバルの模様をお送りします。施設を利用する団体による発表をご覧ください。

10日(日) 再18日(月)

隣保館ふれあい交流
フェスティバル



上田市丸子総合グラウンドと体育館で6月8日、上田市消防団のポンプ操法・ラッパ吹奏大会が行われました。市内29分団から700人あまりが参加し、訓練の成果を競いました。

16日(土) 再28日(金)

上田市消防団
第20回ポンプ操法・
ラッパ吹奏大会

13日(水) 再25日(月)

生中継とは別のカメラで撮影した映像をお届けします。より多くの踊り連の様子と、街中の熱気をお楽しみください。

第54回上田わっしょい踊り連

放送日	学校名・内容
9日(土)	上田染谷丘高校 合唱コンクール、ダンスコンテスト(2・3年生)、染谷生の声
10日(日)	上田高校 合唱コンクール／東御清翔高校 校内祭
11日(月)	上田東高校 あずま劇場(ダンス)／坂城高校 校内祭ステージ発表
12日(火)	上田千曲高校 校内祭ダンス発表／上田西高校 ステージ発表
30日(土)	丸子修学館高校 (制作 丸子テレビ放送)

放送日	発表会・イベント名	収録日
2日(土)	交通安全子供自転車 上小大会2025	6/21
3日(日)	3つの女声コーラス ジョイントコンサート	6/29
5日(火)	東小学校2年生 セタパーティー 流しそうめん	7/11
6日(水)	琴伝流大正琴 第23回輪紅の演奏会	6/29
11日(月)	上田染谷丘高校舞踊班 第25回定期公演会	7/12
13日(水)	塩野神社 祇園祭	7/6
14日(木)	坂城神社 祇園祭 保野祇園祭	7/13 7/20
15日(金)	令和7年度 信州上田祇園祭 上常田自治会	7/12
17日(日)	令和7年度 第67回長野県消防ポンプ操法大会 第34回長野県消防ラッパ吹奏大会 (制作 蓼科ケーブルビジョン)	7/13
23日(土) 24日(日)	信州ルネッサンス2025 (制作 丸子テレビ放送)	6/14

近隣CATV

CATV003
丸子テレビ

◆いきいきフェスティバル2025
4日(月)・5日(火)
両日共に9時・13時・19時・22時
◆ワールドキャンパス インターナショナルがやってきた 国際交流フェスティバル in 丸子
28日(木)・29日(金)
両日共に9時・13時・19時・22時

◆【生中継】第94回 信州千曲市千曲川納涼煙火大会
7日(木) 19時20分予

◆令和7年 稲荷山祇園祭
16日(土) 宵宮祭り
17日(日) 本祭り
両日共に10時・19時
◆日本遺産 月の都千曲・姨捨の棚田にオオルリシジミを復活させよう 市民フォーラム
22日(金) 10時・19時
◆歌川広重作「更科田毎月鏡台山」の謎を解く!
23日(土) 10時・19時
【講師】山岸哲さん (元山階鳥類研究所所長)
◆千曲ニュース
月・金曜日 17時・18時・21時ほか

	1(金)	2(土)	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)
今日の番組	●上田社会教育大学公開講座 100年前の信越線の旅 講師:佐々木清司さん 明治初年 伊勢の旅 講師:尾崎行也さん (7月19日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min ●岳の幟 15:00～ ●みんなて踊ろう!夏祭り 18:30～	●中継録画 第54回 上田わっしょい (7月26日収録) ●休日当番医 ●信州上田医療センター 市民講座 いきいき健康フェア 2025から 生中継 第48回 町民まつり 坂城どんどん 18:30～	●はたらきモン 総集編 伝統+新しに!挑戦の巻 ●おおきくなあれ ●おはなしランド ●みちしるべ ●知って納得!暮らしの税 ●ひとこと手話 ●Takekoの フラワーアレンジメントⅣ ●中継録画 坂城どんどん 22:30～	●熱中!ティーンズ インターハイ特集 ●はたらきモン総集編 輝きを極めた巻 ●令和7年度 長野県立歴史館講座 第1回 今、信州の旧石器がおもしろい 講師:大竹憲昭さん ●信州健康リポート ●ガスdeクッキング イタリア料理 ピンサ	●みちしるべ 防災訓練を前に ●ひとこと手話 ●知って納得!暮らしの税 財産を相続したとき ●公文書とあがらの新聞・「時報」 および各地域史(誌)などにある 敗戦前後の市民の受け止め方 講師:小平千文さん ●ガスdeクッキング ●生中継 信州上田大花火大会 18:50～	●おおきくなあれ くるみ幼稚園(東御市) ●おはなしランド 金のムカデ ●上田社会教育大学 上田図書館との連携講座 第1回 江戸中期の農業の一端 上田鎮小牧村文書から 講師:宮島かつ子さん (7月26日収録) ●中継録画 第38回 信州上田大花火大会 22:30～	●fun!fun!スポーツ ●上小郷土研究会 上田市立博物館共催公開講座 上田常磐城遊郭の盛衰 ー明治から戦後にかけてー 講師:矢嶋千代子さん (7月12日収録) ●信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 講師:横山隆秀さん 8:30～、15:00～、24:30～	●上田社会教育大学公開講座 100年前の信越線の旅 講師:佐々木清司さん 明治初年 伊勢の旅 講師:尾崎行也さん (7月19日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min ●岳の幟 15:00～
あさ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 上田社会教育大学公開講座 8:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 上田社会教育大学公開講座 11:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 中継録画 上田わっしょい 8:50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 中継録画 上田わっしょい 11:50 休日当番医	6:00 はたらきモン 10 おおきくなあれ 20 おはなしランド 35 みちしるべ 50 暮らしの税 55 手話 7:00 Takekoの フラワーアレンジメント 9:00 はたらきモン 10 おおきく 20 おはなし 35 みちしるべ 50 暮らしの税 55 手話 10:00 Takekoの フラワーアレンジメント	5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 7:00 はたらきモン 10 今、信州の旧石器がおもしろい 8:40 信州健康リポート 55 ガスdeクッキング 9:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 10:00 はたらきモン 10 今、信州の旧石器がおもしろい 11:40 信州健康リポート 55 ガスdeクッキング	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 みちしるべ 45 手話 50 知って納得!暮らしの税 7:00 敗戦前後の市民の受け止め方 8:55 ガスdeクッキング 9:00 レポ 20 お天気 30 みちしるべ 45 手話 50 知って納得!暮らしの税 10:00 敗戦前後の市民の受け止め方 11:55 ガスdeクッキング	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 江戸中期の農業の一端 8:55 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきく 40 おはなし 10:00 江戸中期の農業の一端 11:55 ぶちエク	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 上田社会教育大学公開講座 7:00 上田常磐城遊郭の盛衰 8:30 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 55 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 fun!スポ 30 上田社会教育大学公開講座 11:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 上田社会教育大学公開講座 8:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 上田社会教育大学公開講座 11:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク
ひる	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 上田社会教育大学公開講座 14:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク 15:00 岳の幟 16:30 テロップ 55 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 45 ぐるっとふるさと信越 ケーブルテレビ白馬	12:00 UCVレポート 20 中継録画 上田わっしょい 14:50 休日当番医 15:00 中継録画 上田わっしょい 17:30 道路情報チャンネル 50 休日当番医	12:00 はたらきモン 10 おおきく 20 おはなし 35 みちしるべ 50 暮らしの税 55 手話 13:00 フラワーアレンジメント 15:00 はたらきモン 10 おおきく 20 おはなし 35 みちしるべ 50 暮らしの税 55 手話 16:00 フラワーアレンジメント 17:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報チャンネル	12:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 13:00 はたらきモン 10 今、信州の旧石器がおもしろい 14:40 健康リポ 55 ガス 15:00 ミュージアム探訪 信州昆虫資料館企画展 16:30 テロップ 55 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 55 ガスdeクッキング	12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 45 ひとこと手話 50 暮らしの税 13:00 敗戦前後の市民の受け止め方 14:55 ガスdeクッキング 15:00 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 16:30 テロップ 55 ぶちエク 55 ガスdeクッキング 17:00 レポ 20 お天気 30 道路情報 55 ガス	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 13:00 江戸中期の農業の一端 14:55 ぶちエク 15:00 米熊・慎蔵・龍馬会 講演会 16:30 テロップ回覧板 55 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報	12:00 UCVレポート 20 お天気 30 fun!スポ 13:00 上田常磐城遊郭の盛衰 14:55 ぶちエク 15:00 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 16:30 テロップ回覧板 55 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 上田社会教育大学公開講座 14:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク 15:00 岳の幟 16:30 テロップ 55 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル
よる	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 みんなて踊ろう!夏祭り 19:00～ UCVレポート リピート放送 22:20 お天気チャンネル 30 上田社会教育大学公開講座 24:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク	18:00 テロップ回覧板 30 生中継 第48回 町民まつり 坂城どんどん ↓ 22:00 中継録画 上田わっしょい 24:30 信州上田医療センター 市民講座 健康フェア 50 休日当番医	18:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報チャンネル 19:00 まとめてダイジェスト 30 はたらきモン 40 おおきくなあれ 50 おはなしランド 20:05 みちしるべ 20 知って納得!暮らしの税 25 ひとこと手話 30 Takekoの フラワーアレンジメント 22:00 まとめてダイジェスト 30 中継録画 坂城どんどん	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング 19:00～ UCVレポート リピート放送 22:20 お天気チャンネル 30 熱中!ティーンズ 23:00 はたらきモン 10 今、信州の旧石器がおもしろい 24:40 信州健康リポート 55 ガスdeクッキング	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 50 生中継 信州上田大花火大会 22:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 みちしるべ 45 ひとこと手話 50 知って納得!暮らしの税 23:00 敗戦前後の市民の受け止め方 24:55 ガスdeクッキング	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 19:00～ UCVレポート リピート放送 いつから見ても20分間で地域の動きがわかります。 22:20 お天気チャンネル 30 中継録画 信州上田大花火大会	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 19:00～ UCVレポート リピート放送 いつから見ても20分間で地域の動きがわかります。 22:20 お天気チャンネル 30 fun!fun!スポーツ 23:00 上田常磐城遊郭の盛衰 24:30 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 45 ぐるっとふるさと信越 テレビ北信ケーブルビジョン 22:20 お天気チャンネル 30 上田社会教育大学公開講座 24:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク

	9(土)	10(日)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
今日の番組	●第48回 町民まつり 坂城どんどん ステージイベント その1 6:30～ 他 その2 9:30～ 他 ●中継録画 第48回 町民まつり 坂城どんどん 12:30～ ●中継録画 2025雷電まつり 15:00～ ●休日当番医	●熱中!ティーンズ ●はたらきモン 総集編 伝統を受け継ぐの巻 ●みちしるべ ●知って納得!暮らしの税 ●ひとこと手話 ●おおきくなあれ ●おはなしランド ●fun!fun!スポーツ ●Takekoの フラワーアレンジメントⅣ	●熱中!ティーンズ インターハイ特集 ●はたらきモン総集編 機械をコントロールする?の巻 ●令和7年度 長野県立歴史館講座 第1回 今、信州の旧石器がおもしろい 講師:大竹憲昭さん ●ガスdeクッキング イタリア料理 ピンサ (協力:上田ガス)	●みちしるべ 防災訓練を前に ●ひとこと手話 テラピンピックを応援しよう! ●知って納得!暮らしの税 財産を相続したとき ●中継録画 第38回 信州上田大花火大会 (8月5日収録) ●ガスdeクッキング イタリア料理 ピンサ (協力:上田ガス)	●おおきくなあれ 信学会上田北幼稚園 ●おはなしランド ●令和7年 上田の祇園祭 お舟の天王山車曳舁 松尾町・末広町子ども神輿 横町交差点の神輿 ●中継録画 令和7年度信州上田祇園祭 ●中継録画 第54回 上田わっしょい	●fun!fun!スポーツ ●第48回 町民まつり 坂城どんどん ステージイベント その1 6:30～ 他 その2 8:30～ 他 (8月2日収録) ●中継録画 第48回 町民まつり 坂城どんどん (8月2日収録) ●中継録画 2025雷電まつり (8月2日収録)	●疎開 ～失われる記憶を辿る～ ●青木村夏まつり (8月2日収録) 前半 ウェルカムミュージック 他 6:40～、12:40～ 後半 アトラクション 他 9:40～、15:40～ 生中継 諏訪湖祭湖上火火大会 18:45～	●真田まつり 2025夏の陣 (8月2日収録) その1 6:00～、12:00～ 他 その2 9:00～、15:00～ 他 ●信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 講師:横山隆秀さん ●休日当番医
あさ	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 坂城どんどん ステージ1 8:30 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 坂城どんどん ステージ2 11:50 休日当番医	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 熱中!ティーンズ 7:00 はたらきモン 10 みちしるべ 25 税 30 手話 35 おおきく 45 おはなし 8:00 fun!スポ 30 フラワー 9:00 レポ 20 お天気 30 熱中!ティーンズ 10:00 はたらきモン 10 みちしるべ 25 税 30 手話 35 おおきく 45 おはなし 11:00 fun!スポ 30 フラワー	5:30 まとめてダイジェスト 6:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 7:00 はたらきモン 10 今、信州の旧石器が おもしろい 8:55 ガスdeクッキング 9:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 10:00 はたらきモン 10 今、信州の旧石器が おもしろい 11:55 ガスdeクッキング	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 45 ひとこと手話 50 暮らしの税 7:00 中継録画 信州上田大花火大会 8:55 ガスdeクッキング 9:00 レポ 20 お天気 30 みちしるべ 45 ひとこと手話 50 暮らしの税 10:00 中継録画 信州上田大花火大会 11:55 ガスdeクッキング	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 45 おはなしランド トシオさんのりんどう 7:00 令和7年 上田の祇園祭 8:30 お天気 55 ぶちエク 9:00 レポ 20 お天気 30 おおきく 45 おはなし 10:00 令和7年 上田の祇園祭 11:55 ぶちエク	6:00 fun!fun!スポーツ 30 坂城どんどん ステージイベント1 8:30 坂城どんどん ステージイベント2 10:30 中継録画 坂城どんどん	6:00 疎開 失われる記憶を辿る 40 青木村夏まつり 前半 9:00 疎開 失われる記憶を辿る 40 青木村夏まつり 後半 10:50 上田常磐城遊郭の盛衰 ー明治から戦後にかけてー	6:00 真田まつり その1 開会宣言～真田中学校 吹奏楽部オンステージ 8:30 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 50 休日当番医 9:00 真田まつり その2 チャレンジ筒けんバトル ～真田三代花火 11:30 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 50 休日当番医
ひる	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 中継録画 坂城どんどん 14:50 休日当番医 15:00 中継録画 雷電まつり 17:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 50 休日当番医	12:00 レポ 20 お天気 30 熱中!ティーンズ 13:00 はたらきモン 10 みちしるべ 25 税 30 手話 35 おおきく 45 おはなし 14:00 fun!スポ 30 フラワー 15:00 熱中! 30 はたらきモン 40 みちしるべ 55 暮らしの税 16:00 手話 05 おおきく 15 おはなし 30 fun!スポ 17:00 タイジェ 30 道路情報	12:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 13:00 はたらきモン 10 今、信州の旧石器がおもしろい 14:55 ガスdeクッキング 15:00 ミュージアム探訪 信州昆虫資料館企画展 16:30 テロップ 55 ぶちエク 17:00 UCVレポート 20 お天気 30 道路情報 55 ガスdeクッキング	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 45 ひとこと手話 50 暮らしの税 13:00 中継録画 信州上田大花火大会 14:55 ガスdeクッキング 15:00 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 16:30 テロップ 55 ぶちエク 17:00 レポ 20 お天気 30 道路情報 55 ガス	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 45 おはなしランド 13:00 令和7年 上田の祇園祭 14:55 ぶちエク 15:00 令和7年 上田の祇園祭 16:30 テロップ回覧板 55 ぶちエク 17:00 中継録画 上田わっしょい	12:30 fun!fun!スポーツ 13:00 中継録画 雷電まつり 15:00 坂城どんどん ステージイベント1 17:00 坂城どんどん ステージイベント2	12:00 疎開 失われる記憶を辿る 40 青木村夏まつり 前半 15:00 疎開 失われる記憶を辿る 40 青木村夏まつり 後半 16:50 上田常磐城遊郭の盛衰 ー明治から戦後にかけてー	12:00 真田まつり その1 開会宣言～真田中学校 吹奏楽部オンステージ 14:30 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 50 休日当番医 15:00 真田まつり その2 チャレンジ筒けんバトル ～真田三代花火 17:30 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 50 休日当番医
よる	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 50 休日当番医 19:00～ UCVレポート リピート放送 22:20 お天気チャンネル 30 坂城どんどん ステージ1 坂城どんどん ステージ2 中継録画 坂城どんどん	18:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報チャンネル 19:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 20:00 はたらきモン 10 みちしるべ 25 暮らしの税 30 手話 35 おおきく 45 おはなしランド 21:00 fun!スポ 30 フラワー 22:00 まとめてダイジェスト 30 熱中!ティーンズ 23:00 はたらきモン 10 みちしるべ 25 税 30 手話 35 おおきく 45 おはなし 24:00 fun!スポ 30 フラワー	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング 19:00～ UCVレポート リピート放送 いつから見ても20分間で地域の動きがわかります。 22:20 お天気チャンネル 30 熱中!ティーンズ 23:00 はたらきモン 10 今、信州の旧石器が おもしろい 24:55 ガスdeクッキング	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 55 ガスdeクッキング 22:20 お天気チャンネル 30 みちしるべ 45 ひとこと手話 50 知って納得!暮らしの税 23:00 中継録画 信州上田大花火大会 24:55 ガスdeクッキング	19:30 おおきくなあれ 45 おはなしランド 20:00 中継録画 信州上田祇園祭 22:30 おおきくなあれ 45 おはなしランド 23:00 中継録画 上田わっしょい	19:00 fun!fun!スポーツ 30 中継録画 坂城どんどん 21:30 中継録画 雷電まつり 23:30 中継録画 坂城どんどん	18:00 疎開 失われる記憶を辿る 45 生中継 諏訪湖祭湖上火火大会 ↓ 22:00 疎開 失われる記憶を辿る 40 青木村夏まつり 前半・後半	18:00 真田まつり その1 開会宣言～真田中学校 吹奏楽部オンステージ 20:30 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 50 休日当番医 21:00 真田まつり その2 チャレンジ筒けんバトル ～真田三代花火 23:30 信州上田医療センター 市民講座 鼠径ヘルニア 50 休日当番医 24:00 真田まつり その1・その2

UCV122

8月番組表



ホームページでも
ご覧になれます

1日(金)		2日(土)		3日(日)		4日(月)		5日(火)		6日(水)	
6:00 12:00 19:00	第33回 長野県少年少女合唱祭	6:00 12:00 19:00	グリーンファームカレッジ2025 バッテリー農機の メリット、デメリット	6:00 12:00 19:00	坂城町 第47回納涼音楽会	6:00 12:00 19:00	グリーンファームカレッジ2025 バッテリー農機の メリット、デメリット	6:00 12:00 19:00	第37回上田文芸祭 舞台部門 第1部	6:00 12:00 19:00	上田高校吹奏楽団 第50回定期演奏会
8:00 14:00 21:00	第22回東御市消防 ポンプ操法大会	8:00 14:00 21:00	秋冬野菜の栽培のコツ	9:00 15:00 22:00	3つの女声コーラス ジョイントコンサート (撮影 中村良彦さん)	7:30 13:30 20:30	琴伝流大正琴こだま会 第36回 お楽しみ発表会	8:00 14:00 21:00	舞台部門 第2部 展示部門	9:00 15:00 22:00	琴伝流大正琴 第23回輪紅の演奏会
11:00 17:00 24:00	昔ばなし語りの会 大黒様と四十八豆 たからげた	10:00 16:00 23:00	交通安全子供自転車 上小大会2025	10:45 16:45 23:45	令和7年度 音楽会 南小学校	10:00 16:00 23:00	上田染谷丘高校吹奏楽班 第36回定期演奏会	11:00 17:00 24:00	昔ばなし語りの会 大黒様と四十八豆 たからげた	11:00 17:00 24:00	昔ばなし語りの会 石の正兵衛さん 戸板かつぎ
7日(木)		8日(金)		9日(土)		10日(日)		11日(月)		12日(火)	
6:00 12:00 19:00	長野県高等学校軽音楽系クラブ 合同演奏会 東北信大会 Power Live2025 TH No.1~18	6:00 12:00 19:00	令和7年度 音楽会 南小学校	6:00 12:00 19:00	《高校文化祭 2025》 上田染谷丘高校 合唱コンクール	6:00 12:00 19:00	《高校文化祭 2025》 上田高校 合唱コンクール	6:00 12:00 19:00	《高校文化祭 2025》 上田東高校 あずま劇場	6:00 12:00 19:00	《高校文化祭 2025》 上田千曲高校 校内祭 ダンス発表
8:00 14:00 21:00	No.19~37	8:00 14:00 21:00	上田市民吹奏楽団 第48回定期演奏会	9:00 15:00 22:00	ダンスコンテスト 2・3年生	9:00 15:00 22:00	東御清翔高校 校内祭	8:30 14:30 21:30	坂城高校 校内祭 ステージ発表	9:00 15:00 22:00	上田西高校 ステージ発表
10:00 16:00 23:00	No.38~50 審査結果	10:00 16:00 23:00	上田東高校吹奏楽班 第40回定期演奏会	10:30 16:30 23:30	染谷生の声	10:00 16:00 23:00	隣保館 ふれあい交流 フェスティバル	10:00 16:00 23:00	上田染谷丘高校舞踊班 第25回 定期公演会	11:00 17:00 24:00	昔ばなし語りの会 石の正兵衛さん 戸板かつぎ
13日(水)		14日(木)		15日(金)		16日(土)		17日(日)		18日(月)	
6:00 12:00 19:00	第54回 上田わっしょい 〜踊り連〜	6:00 12:00 19:00	令和7年度 坂城神社 祇園祭	6:00 12:00 19:00	交通安全子供自転車 上小大会2025	6:00 12:00 19:00	第20回 上田市消防ポンプ操法大会 ポンプ車の部	6:00 12:00 19:00	第67回 長野県消防ポンプ 操法大会 ポンプ車操法の部	6:00 12:00 19:00	3つの女声コーラス ジョイントコンサート
8:00 14:00 21:00	ハワイアンフェスタ inびんぐし	8:00 14:00 21:00	琴伝流大正琴 第23回輪紅の演奏会	8:00 14:00 21:00	坂城町 第47回納涼音楽会	7:45 13:45 20:45	小型ポンプの部	8:00 14:00 21:00	小型ポンプ操法の部	8:00 14:00 21:00	隣保館 ふれあい交流 フェスティバル
11:00 17:00 24:00	令和7年 塩野神社 祇園祭	10:00 16:00 23:00	令和7年度 保野祇園祭	11:00 17:00	令和7年度 信州上田祇園祭 上常田自治会 (撮影 箱山繁徳さん)	9:45 15:45 22:45	ラッパ吹奏大会 (撮影 上田市消防団)	10:00 16:00 23:00	第34回長野県消防ラッパ 吹奏大会 (制作 夢科ケーブルビジョン)	11:00 17:00 23:00	Takekoの フラワーアレンジメントⅣ 「敬老の日」
19日(火)		20日(水)		21日(木)		22日(金)		23日(土)		24日(日)	
6:00 12:00 19:00	《高校文化祭 2025》 上田染谷丘高校 合唱コンクール	6:00 12:00 19:00	《高校文化祭 2025》 上田高校 合唱コンクール	6:00 12:00 19:00	《高校文化祭 2025》 上田東高校 あずま劇場	6:00 12:00 19:00	《高校文化祭 2025》 上田千曲高校 校内祭 ダンス発表	6:00 13:00 8:00 21:00	信州ルネッサンス2025 ① オープニング 野外ステージ	6:00 14:00 8:00 16:00	信州ルネッサンス2025 ④ ホールこだま
9:00 15:00 22:00	ダンスコンテスト 2・3年生	9:00 15:00 22:00	東御清翔高校 校内祭	8:30 14:30 21:30	坂城高校 校内祭 ステージ発表	9:00 15:00 22:00	上田西高校 ステージ発表	10:00 23:00	③ 野外ステージ (制作 丸子テレビ放送)	10:00 19:00	⑥ スペシャルコンサート プラスシンデレラ 花火の打ち上げ (制作 丸子テレビ放送)
10:30 16:30 23:30	染谷生の声	11:00 17:00 24:00	令和7年度 音楽会 南小学校	10:00 16:00 23:00	上田染谷丘高校舞踊班 第25回 定期公演会	11:00 17:00 24:00	令和7年度 保野祇園祭	12:00 15:00 20:30	Takekoの フラワーアレンジメントⅣ 「敬老の日」	12:00 21:00	令和7年度 信州上田祇園祭 上常田自治会
								16:00	《生中継》 第100回 讃信公祭 (制作 上越ケーブルビジョン)	13:00 22:00	東小学校2年生 七夕パーティー 流しそうめん
25日(月)		26日(火)		27日(水)		28日(木)		29日(金)		30日(土)	
6:00 12:00 19:00	第54回 上田わっしょい 〜踊り連〜	6:00 12:00 19:00	グリーンファームカレッジ2025 タマネギ、ニンニクを 作ろう	6:00 12:00 19:00	上田染谷丘高校舞踊班 第25回 定期公演会	6:00 12:00 19:00	第20回 上田市消防ポンプ操法大会 ポンプ車の部	6:00 12:00 19:00	第67回 長野県消防ポンプ 操法大会 ポンプ車操法の部	6:00 12:00 19:00	《高校文化祭 2025》 丸子修学館高校 前編
8:00 14:00 21:00	坂城町 第47回納涼音楽会	8:00 14:00 21:00	3つの女声コーラス ジョイントコンサート	8:00 14:00 21:00	グリーンファームカレッジ2025 タマネギ、ニンニクを 作ろう	8:00 14:00 21:00	小型ポンプの部	8:00 14:00 21:00	小型ポンプ操法の部	8:00 14:00 21:00	後編 (制作 丸子テレビ放送)
10:45 16:45 23:45	令和7年度 保野祇園祭	10:00 16:00 23:00	第22回東御市消防 ラッパ吹奏大会	10:00 16:00 23:00	信州国際音楽村 弦楽アンサンブル 第19回 定期演奏会	10:00 16:00 23:00	ラッパ吹奏大会	10:00 16:00 23:00	第34回長野県消防ラッパ 吹奏大会 (制作 夢科ケーブルビジョン)	10:00 16:00 23:00	昔ばなし語りの会 石の正兵衛さん 戸板かつぎ
										11:00 17:00 24:00	東御市の夏祭り2025 桝津祇園祭

31日(日)	
6:00 12:00 19:00	グリーンファームカレッジ2025 タマネギ、ニンニクを 作ろう
8:00 14:00 21:00	令和7年度 坂城神社 祇園祭
10:00 16:00	東小学校2年生 七夕パーティー 流しそうめん
11:00 17:00 23:00	令和7年度 信州上田祇園祭 上常田自治会

都合により
番組の内容を変更する
場合があります。
あらかじめご了承ください。

Takekoの
フラワーアレンジメントⅣ
「敬老の日」

16日(土) 18日(月)

シリーズⅣでは季節や行事に合わせて
テーマを決め、器を活かしたアレンジを
紹介します。講師は塩尻地区で教室を
開く南澤健子さんです。
今回はレトロな柄のマグカップに
ピンクとオレンジの造花で長寿を祝う
やさしい色合いの
アレンジを
作ります。



グリーンファームカレッジ
2025

寄せ植えや家庭菜園に役立つ
豊富な基礎知識を学ぶ
JA信州うえだ主催の教室を
お送りしています。

●「タマネギ、ニンニクを作ろう」
26日(火) 27日(水)

【19日開催】

常備野菜のタマネギとニンニク。
品種選びと苗作りから収穫までを
学びます。



3つの女声コーラス
ジョイントコンサート♪

3日(日) 18日(月)ほか

6月29日
上田市のサントミューゼで
行われた3つの女声コーラス
団体によるステージをお届けします。
ホールに響きわたる
ハーモニーをお楽しみください。
(撮影 中村良彦さん)



<出演>
借宿コーラス
コール・ひんがし・フリューゲル
コール・ドゥ・クラーージュ

おちゃのま展覧会

18時~19時放送

お茶の間が展覧会の会場に大変身!
地域の皆さんの美術作品や活動などを
写真で紹介する番組です。
「この展示がみたい」「私たちの作品も紹介して」
などリクエストお待ちしております。



第52回東信美術展

●1日~15日 「特別出品、日本画、洋画」
●16日~31日 「洋画2」

上田ガス キッチンスタジオ

ピンサ(あんちー)

講師 横山じゅん子さん

ピンサ(写真手前)はローマ発祥のピザのような料理です
あんことチーズをのせておやつ風に



<材料・2枚分>

- 生地
- 強力粉.....180g
 - 米粉.....40g
 - 大豆粉(きなこ).....30g
 - ドライイースト.....3g
 - 塩.....小さじ1弱
 - 砂糖.....小さじ1
 - オリーブオイル.....小さじ2
 - ぬるま湯(人肌の温度にする).....180ml
- トッピング
- あんこ、チーズ、黒ゴマ.....お好みの量

【作り方】

- ① ボウルに④を入れて菜箸で混ぜ、続けてドライイースト、塩、砂糖を入れて混ぜてから、オリーブオイル、ぬるま湯を加える。(ぬるま湯は様子を見て少しずつ入れる)
さらに菜箸で混ぜ、次に手で50回ほどこねていく。(最初は粘り気が出るが、こねているうちにまとまってくる)
- ② ①にラップをかぶせて40分間一次発酵させる。
- ③ ②が膨らんだら生地を2つに分け、叩いてガスを抜き、丸めたら再度ラップをして10分間二次発酵させる。
- ④ 米粉で打ち粉をし、生地をのばして広げたら、あんこ、チーズ、黒ごまをのせる。
- ⑤ 250℃に予熱したオーブンで8分焼いて出来上がり。

上田ガスの料理教室におじゃまする

◎ガス de クッキング◎

毎週月曜日・火曜日放送(詳細は4・5面)

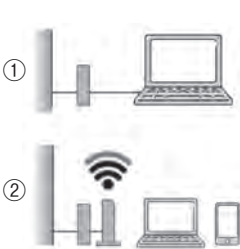
料理教室についてのお問合せ 上田ガス(Tel.22-0454)

よく耳にする「ワイファイ(WiFi)」という言葉。実はよく分からない...という方も多いのではないのでしょうか。

WiFiはインターネットに無線で接続する技術です。有線接続(図①)と異なり、無線用の機器(WiFiルータ)が飛ばした電波をスマホやパソコンが受信することでネット

に繋がります(図②)。家じゅうどこでも使えて便利なのはもちろん、自宅の光回線を使うので、いくら使っても速度も料金も変わりません。テレビをはじめ身近な家電のネット対応が進み、便利で楽しい使い方も増えています。

スマホをWiFiに繋がない時は、携帯電話会社の基地局の電波(モバイル回線)を使いま



ます。この場合、スマホのプランで契約しているデータ通信量を越えると速度が遅くなるなどの制限が生じます。外ではモバイル回線、自宅ではWiFi接続と使い分けて、賢くネットを楽しみましょう。

子どもたちが大きくなり、学校行事の放送を見なくなりました。でも「熱中!ティーンズ」を見てみると、どの子供さんもがんばっているんだなあ、と涙腺がゆるんでしまいます。(上田市 Tさん)

テレビ好きな我が家にとつてUCVは欠かせない存在です。母は、

読者発!
視聴者発!

おちやのま 倶楽部



UCV
取材ノート

疎開し失われる記憶を辿る

私にとつて戦争で記憶に残っているのは、祖父から聞いた話です。

戦後60年の年に中学生だった私は、学校の課題で祖父に戦争について話を聞きました。祖父は戦地には行っていないが、東京で空襲

を体験しています。普段はニコニコしていた祖父が、戦争の話の時は険しい表情を見せ、遠くを見ながら自身の経験を話してくれました。

その祖父も今年の4月に亡くなり、私の親族で戦争についての体験を話せる人は誰もいません。社会人になり報道関係の仕事に携わって10年以上。祖父が生きているうちに、当時の話を改めて聞い

ておけば良かったと後悔をしています。

教科書には掲載されない一人一人の戦争体験。過去に起きたことを学び、どのように考えるのが大事だと思ひ、戦争に関連した取材を重ねてきました。

この番組を通して、80年前に何が起きて、戦地から離れた上田地域でどんなことがあったのかを知っていただければ幸いです。(柳沢博康)

UCV加入者様
プレゼント
SWEET LOVE S
HOWER2025ペ
アチケットを各日1組
(計3組6名様)に。
※詳細は8面

信濃国分寺の蓮のライプ映像を毎日見て、少しずつ花が増えていくのを楽しんでいます。(上田市 Uさん)

青木村でもUCVで孫の学校行事が見られるようになり嬉しいですよ。(青木村 Mさん)

BSやCSの2時間ドラマ、来年少学生になる娘は、学校行事の放送を楽しみに見えています。つい先日参加した来年度入学児の行事(運動会)も見られて、ありがたかったです。(東御市 Aさん)



【応募方法】
▼住所▼氏名▼年齢▼プレゼント名▼希望する開催日▼UCVの番組・本紙へのご意見・ご感想を明記
【応募先】
はがき(T386・O012 上田市中央6・12・6)・FA

X(2533243)またはUCVホームページにて
【締切】
8月7日(木)
※応募は1加入につき1回限り。※当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。※提供された個人情報をご契約情報確認、賞品発送以外の目的には使用いたしません。

上田映劇 0268-22-0269

作品名	公開日
わたのはらそこ(上田市オールロケ作品)	8/1
タイムズ・スクエア	8/1
カーテンコールの灯	8/1
かたつむりのメモワール	8/1
それでも私は Though I'm His Daughter	8/1
ラブ・イン・ザ・ビッグシティ	8/1
MELT メルト(PG12)	8/8
ルノワール	8/8
パフィンの小さな島	8/8
蟻の兵隊	8/8
トレンケ・ラウケン	8/15
敵	8/15
東京裁判	8/15
美しい夏	8/22
木の上の軍隊	8/22

南海の島々を巡る「南海MER」の試験運用が開始された。TOKYO MERチーフドクターの喜多見、看護師の夏梅は指導スタッフとして赴任し、

医療が行き届かない離島医療に従事していた。そんなある日、鹿児島県諏訪之瀬島で突如として大規模な噴火が発生する。

TOHOシネマズ

TOHOシネマズ上田

TOHOシネマズ上田
050-6868-5055

作品名	公開日	前売
長崎ー閃光の影でー	8/1	★
星つなぎのエリオ	8/1	★
劇場版「TOKYO MER 走る緊急救命室ー南海ミッション」	8/1	
アンティル・ドーン(R18+)	8/1	
映画クレヨンしんちゃん 超華麗!灼熱のカスカベダンス	8/8	★
ジュラシック・ワールド/復活の大地	8/8	★
近畿地方のある場所について	8/8	★
雪風 YUKIKAZE	8/15	★
ChaO	8/15	
映画 おでかけ子ザメ とかいのおともだち	8/22	★
隣のステラ	8/22	
バリリーナ: The World of John Wick(R15+)	8/22	★
不思議の国でアリスと Dive in Wonderland	8/29	★
8番出口	8/29	★
ベスト・キッド:レジェンズ	8/29	★
九龍ジェネリックロマンス	8/29	★

いまだぎにシネマガイド
8月の公開予定
※公開日は変更になる場合があります

ロボット製作講習会参加者募集

第29回 上田ロボコン大会

スカベンジャー



募集

- ①ビギナークラス（小中学生を含むペア）
 - ②一般クラス（年齢制限なしのペア）
- 定員30組60名（先着順）



参加費

1人1,000円
ロボットキット代 1人4,000円
(ビギナークラスは必ず購入、一般クラスは任意)

申し込みは専用ページから
(定員になり次第締め切ります)

講習会

9月6日(土)・20日(土)・10月4日(土)・18日(土)
13:00～16:00
信州大学繊維学部キャンパス内

大会

11月1日(土)13:00～17:00
上田市サントミューゼ 小ホール

- ◆主催 (株)上田ケーブルビジョン・(公財)長野県産業振興機構上田センター
- ◆運営 平成ロボコン実行委員会
- ◆協賛 信州大学繊維学部
- ◆協力 長野工業高等専門学校・長野県工科短期大学校・長野県上田千曲高等学校

遅くて
イライラ

よく切れる

今のネットに こんなお悩み ありませんか？



※Wi-Fiルータ例

原因が
わからない

ネットの不具合は
ルータが古いからかも

壊れてなくても？

えっ?!



UCVのネットはWiFiも安心

WiFiの状態を

無料診断

ルータ不具合時は

無償交換

※Wi-Fi付コース利用時

家中で使える

メッシュWiFi

※オプション

お申込み
お問合せ

上田ケーブルビジョン

TEL.0120-160-074

窓口9時～15時/電話9時～17時(日・祝休)



ホームページ

<https://ucv.co.jp/>

UCV 加入者様プレゼント

応募方法は7面をご覧ください

SPACE SHOWER®
SWEET
LOVE
SHOWER 2025
30th ANNIVERSARY

富士山を望む
人気の大型野外フェス。
30周年YEARを迎え、
今年も豪華アーティストが
一堂に会します!

ペアチケットを
各日1組 計3組6名様に

チケットの転売は禁止です。



開催日 8/29(金)・30(土)・31(日)

会場 山梨県山中湖交流プラザ きらら

<https://2025.sweetloveshower.com/>



提供：音楽・ライブ! スペースシャワーTV

個性あふれるチャンネルがいっぱい!

テレビがもっと楽しくなる

UCVの多チャンネルパック

人気の
チャンネルが
いっぱい

全チャンネル
ハイビジョン

ジャンルが
選べる
4コース

詳しくはこちら>

