

おちやのま しんばん

9
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
おちやのま倶楽部	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

番組の見どころを紹介

いいね!
UCV

UCV121で放送中!

エ・ン・タ・メ・日・和

文・イラスト 田中 渉

Netflixシリーズ「グラスハート」が、配信開始から2週間で日本のNetflix週間シリーズTOP10で1位を獲得し注目されている。佐藤健が主演とエグゼクティブプロデューサーを兼ねている。

原作は若木未生による青春音楽小説。理不尽な理由でバンドをクビになったドラマー・西条朱音(宮崎 優)が、孤高の天才ミュージシャン・藤谷直季(佐藤健)に出会われ、新たなバンド「TENBLANK」に加入するという、まさにシンデレラストーリー。しかし、単なるサクセスストーリーではない。心に傷を負った天才たちが集い、それぞれの葛藤や過去を抱えながら、音楽を通じて互いに共鳴し、成長していく姿が描かれる。

劇中バンド「TENBLANK」は現実世界でもデビューし、日本のApple Musicアルバムランキングで1位を獲得している。音楽への情熱、そして登場人物たちの繊細な感情表現も見どころだ。日本のみならず、アジア各国、さらには世界ランキングでも上位に食い込むなど、その勢いは止まらない。豪華キャストはもちろんのこと、RADWIMPSの野田 洋次郎など、豪華アーティストが楽曲を手がけるなど、音楽への徹底したこだわりが、この作品を唯一無二の存在にしている。

スリリングな展開と、心に響く音楽が織りなす、新しい形の青春音楽ドラマだ。



保存会発足のきっかけは、1984年のNHKドラマ「真田太平記」です。放送の翌年、地域を盛り上げようと地元

自治会や商工会議所、上田市が協力して会を立ち上げ、活動のための寄付を募りました。発足当初は太鼓が無

上田ゆかりの戦国武将 真田氏の知略と武勇を太鼓で表現する信州上田真田太鼓保存会は、今年発足40周年を迎えました。14日(日)に上田市サントミューゼで開く記念コンサートに向けて、小学生から大人まで27人の会員が熱のこもった練習を続けています。

UCV121

信州上田真田陣太鼓保存会
40周年記念コンサート20日(土)
27日(土)

くタイやや段ボールをたたいて練習しましたが、活動が軌道に乗ると市内の式典やイベントをはじめ、全国各地にも遠征して精力的に演奏活動を行いました。2003年には遠征の帰路でトラックが炎上し、積んでいた太鼓や衣装が燃えるという保存会存続の危機に見舞われました。落ち込む会員たちをこの時も上田市民が励まし支え、多くの寄付によって活動を再開することができました。保存会事務局の川上治さんは「40年続けられたのは市民の皆さんによる温かな支援のおかげ。感謝しかない」と話します。

会員たちが握るバチは刀や槍・鉄砲を、太鼓の響きは時を超えた「真

田魂の叫び」を表現します。UCVは、記念コンサートの様子を収録放送します。また練習の様子を「UCVレポーター」でお伝えします。

UCV121
みちしるべ
「防災・減災を
考える」

2日(火) 9日(火)



みちしるべ

～防災・減災を考える～

災害に対する日頃からの備えや発災時の行動について、上田防災研究所たんぽぽ代表の西藤直義さんに話を聞

今議会より、青木村議会もお送りします。
◎上田市議会(UCV111) 8日(月) 10日(水) 9時30分
◎東御市議会(UCV112) 5日(金) 8日(月) 9時
◎坂城町議会(UCV122) 9日(火) 11日(木) 9時 ※予定
◎青木村議会(あおチャン) 9日(火) 9時
◎長野県議会(CATV007) 開会 25日(木) 13時 / 一般質問 30日(火) 10時 ※予定

生中継
議会9月定例会
「一般質問」

◎上田市議会(UCV111) 8日(月) 10日(水) 9時30分
◎東御市議会(UCV112) 5日(金) 8日(月) 9時
◎坂城町議会(UCV122) 9日(火) 11日(木) 9時 ※予定
◎青木村議会(あおチャン) 9日(火) 9時
◎長野県議会(CATV007) 開会 25日(木) 13時 / 一般質問 30日(火) 10時 ※予定

きます。今回のテーマは「台風への備えについて」です。また防災週間に合わせた

UCV121 生中継
第153回 北信越地区
高等学校野球
長野県大会(令和7年度秋季)

○準決勝 27日(土)
○決勝、3位決定戦 28日(日)

会場:長野オリンピック
スタジアム

※雨天順延
※試合が中止された場合は番組内容を変更します

県内ケーブルテレビ局共同制作

9月は防災月間です
安全・安心の備えをUCVで

- 河川情報チャンネル(CATV005)
- 道路情報チャンネル(CATV006)
- お天気チャンネル(CATV008)
- 緊急告知(L字)放送(UCV121)

◎上田市の本会議の模様はパソコンやスマートフォンからご覧いただけます。



放送日	内 容
1日(月)	災害への日頃からの備え(4月放送)
2日(火)	地震の発災直後の行動(5月放送)
3日(水)	避難について(6月放送)
4日(木)	ハザードマップ(7月放送)
5日(金)	防災訓練について(8月放送)

※放送時間 15時

せて、今年4月からお届けしてきた番組を再放送します。

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。



道具など仕事に欠かせないもの(＝モン)を通して、地域のお仕事

はたらきモン 山や住宅地を守る技術とは!?の巻

放送日 7日(日) 8日(月)

道具など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。今回訪ねたのは、山や住宅地など「木」がある場所です。そこには大きな大きな機械が! 危険と隣り合わせの仕事は未来へ自然を残すための作業。木を倒すだけではない、林業への熱い思いが詰まっていました。知っているようで知らない、林業の現場へ出発だー!



気になるけど一人で入るにはちよつと勇気がいる...そんなお店を訪ねて、地域の魅力をつける番組です。

まぐれ!? パスタをはじめいろいろなメニューが楽しめます。また、坂城町のラジコンカー専用のサーキット場「SRCサーキット」も訪ねます。

コーナー ちゃれスポ Jでは、次世代のデジタルチャンバラともいわれる「SASSEN(サッセン)」に挑戦します。「人を傷つけず、怪我をさせない武術」として2016年に誕生したニュースポーツ。どんな道具を使って、どんなルールで競うのでしょうか? 東御市で行われた体験会にお邪魔して競技の魅力を伝えます。

総合スポーツ番組 fun! fan! スポーツ

4日(木) 11日(木)

上田地域のなんでも? と思うモノ・コト・ヒトを紹介する番組です。「道の駅 あおき」で売られている同人誌をご存じですか? その名も「信州変形アオキング」。村章をモチーフにした巨大ロボットの戦う漫画です。どうして青木村の同人誌があるの? 誰が作ったの? 青木村のキャラクターとの関係

は? 番組スタッフが調査します。



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



9月は「敬老の日」の前に、元氣なシニア世代のみなさんをシリーズで紹介! スポーツや文化活動、ボランティアに力を入れる方々が登場します。

コーナー紹介 推しのワイン (月に1回 最終水曜放送)

上田地域に続々と誕生しているワイナリー。ブドウ栽培やワイン醸造に情熱を注ぐ人たちの思いと、おいしいワインの魅力をお届けします。



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で配信。過去1年間のバックナンバーも手軽に見られます。



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」が開かれます。大会に向けて手話を学んでみませんか? 今月は、デフリンピック

デフリンピックを応援しよう!

9日(火) 9日(火)



パン売り場の棚の一番手前に並ぶあんぱんのワタシは、とてもゆううつな気分。なぜって、お客さんはパンを選ぶとき、奥に並んでいるパンの方が新しいと思って手を奥に入れて取るから。そのたびにくるくるされて目が回るので。そんなワタシに声をかけたのは... 作・朗読 中村良子 絵 金子七生

おはなしランド 『はいごころよ』

UCVの映像で振り返るマルチメディア情報センターのあゆみ 閉館セレモニー

4日(木)



地域の情報化や人材育成の拠点として活用されてきた上田市マルチメディア情報センターが、8月19日をもって閉館し、30年の歴史に幕を下ろしました。1995年の開館から現在までのさまざまな取組みを映像で振り返るとともに、8月11日に行われた「さよならセレモニー」の模様をお送りします。なお、上田市マルチメディア情報センターは

おおきくなあれ 認定こども園

放送日 3日(水) 10日(水)

上田市諏訪形にある認定こども園 三好町保育園で8月、夏祭りが開かれました。子どもたちはヨーヨー釣りをしたり、かき氷を食べたりしながら夏を満喫しました。年長さんへのインタビュー「大きくなったら何になりたい?」もお楽しみに。



三好町保育園

ぶちエク

月・土

おうちで簡単にできる5分間のエクササイズ番組です。今月は「認知症予防・改善体操」第4弾です。日頃から栄養・運動・睡眠を大切に、毎日元気に過ごしましょう。



知って納得! 暮らしの税 「納税証明書の請求方法について」

2日(火) 9日(火)

上田税務署の協力で、毎月テーマを設けて生活に役立つ税情報をお届けします。

塩田まちづくり協議会講演会「地域から愛され信頼される長野大学を目指して」

18日(木)

上田市塩田地域の住民自治組織「塩田まちづくり協議会」が6日(土)に開く、講演会の模様をお送りします。来年4月の長野大学学部再編を前に、新しい体制、地域との関係、大学と地域によるまちづくりなどについて考えます。

◎講師 小林淳さん (長野大学学長)

第9回上田地域がん市民公開講座 「大腸がんとは!」第一部

5日(金)

信州上田医療センターでは健康に関心を持つてもらうと、市民を対象にした講座を毎年開いています。今年のテーマは「大腸がん」です。8月17日に開催された講座の第一部をお送りします。

①大腸がんについて

◎講師 村中太さん (消化器外科部長・副部長)

②通院治療センターとは

◎講師 宮澤麻由子さん (がん化学療法看護認定看護師 通院治療センター)

③がん相談支援センターとは ◎講師 山浦唯香さん (メディカルソーシャルワーカー) がん相談支援センター

まちなか発元気づくりシンポジウム

9日(土)

うえだ原町一番街商店会が上田商工会議所で開いたシンポジウムをお送りします。

第一部 基調講演「今こそ、想像力と創造力を発揮するとき」人口減少下のまちづくり」 ◎講師 熊谷晃さん (茅野市地域創成政策監)

第二部 パネルディスカッション「市民主体の元気づくりって?」あな

たと私の幸せ共有に向けて」 ※8/17収録

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)	8(月)
今日の番組	●はたらきモン 暮らしを支える技術とは？の巻 ●長野県立歴史館講座 第2回 令和7年度夏季企画展 安曇野 知られざる里山の祈り 講師:小林寿英さん ●ガスdeクッキング イタリアン素麺 ●みちしるべ 災害への日頃からの備え 15:00～	●みちしるべ 台風への備えについて ●ひとこと手話 デリンピックを応援しよう! ●知って納得!暮らしの税 納税証明書の請求方法について ●公文書と「おらが村の新聞」・ 「時報」および各地域史(誌) などにもみる敗戦前後の市民の 受け止め方 ●ガスdeクッキング	●おおきくなあれ 認定こども園三好町保育園 ●おはなしランド トシオさんのりんどう ●上田社会教育大学 上田図書館との連携講座 第2回 松井須磨子を知る 講師:小林容子さん (8月23日収録)	●fun!fan!スポーツ ●上田常磐城遊郭の盛衰 明治から戦後にかけて 講師:矢嶋千代子さん (7月12日収録) ●みちしるべ ハザードマップ 15:00～ ●UCVの映像で振り返る マルチメディア情報センターの あゆみ・さよならセレモニー 15:30～	●ななみのなんて? 青木村舞台の同人誌って なんて? ●第9回 上田地域がん市民公開講座 太陽がんとは! 第1部 (8月17日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min ●みちしるべ 防災訓練について 15:00～	●MIKKE×MIKKE 気まぐれ洋食&ラジコン勝負 ●まちなか発元気づくり シンポジウム あなたの生き方が報われる集い (8月17日収録) ●休日当番医 ●UCVの映像で振り返る マルチメディア情報センターの あゆみ・さよならセレモニー 15:00～	●MIKKE×MIKKE ●はたらきモン ●みちしるべ ●fun!fan!スポーツ ●おおきくなあれ ●知って納得!暮らしの税 ●ななみのなんて? ●Takekoの フラワーアレンジメントⅣ ●ひとこと手話 ●おはなしランド	●はたらきモン 山や住宅地を 守る技術とは! ?の巻 ●上田地域を掘る 講師:堀田雄二さん (7月26日収録) ●ガスdeクッキング 自家製バジルソースで イタリアン素麺 ●みちしるべ 災害への日頃からの備え 15:00～
あさ	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 はたらきモン 40 安曇野 知られざる里山の祈り 8:30 お天気チャンネル 40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング 9:00 まとめてダイジェスト 30 はたらきモン 40 安曇野 知られざる里山の祈り 11:40 健康リポ 55 ガス	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 ひとこと手話 55 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 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 45 ひとこと手話 55 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 fun!fan!スポーツ 7:00 上田常磐城遊郭の盛衰 8:30 お天気チャンネル 55 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:00 上田常磐城遊郭の盛衰 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 fun!fan!スポーツ 7:00 上田常磐城遊郭の盛衰 8:30 お天気チャンネル 55 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:00 上田常磐城遊郭の盛衰 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 ななみのなんて? 40 がん市民公開講座 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 30 ななみ 40 がん市民公開講座 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 MIKKE×MIKKE 50 まちなか発元気づくり シンポジウム 8:50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 まちなか発元気づくり シンポジウム 11:50 休日当番医	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 7:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 8:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話 9:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 10:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 11:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話	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 はたらきモン 40 上田地域を掘る 8:30 お天気チャンネル 40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング 9:00 まとめてダイジェスト 30 はたらきモン 40 上田地域を掘る 11:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング
ひる	12:00 まとめてダイジェスト 30 はたらきモン 40 安曇野 知られざる里山の祈り 14:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング 15:00 みちしるべ 災害への日頃からの備え 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 55 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 みちしるべ 地震の発災直後の行動 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 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 松井須磨子を知る 14:55 ぶちエク 15:00 みちしるべ 避難について 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 みちしるべ ハザードマップ 30 マルチメディア 情報センターのあゆみ 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	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんて? 40 がん市民公開講座 14:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク 15:00 みちしるべ 防災訓練について 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	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 まちなか発元気づくり シンポジウム 14:50 休日当番医 15:00 マルチメディア 情報センターのあゆみ 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	12:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 13:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 14:00 ななみ 10 フラワ 40 手話 15:00 MIKKE 20 はたらきモン 30 みちしるべ 45 fun!スポ 16:15 おおきく 25 暮らしの税 30 ななみ 40 ひとこと手話 17:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報 45 おはなし	12:00 まとめてダイジェスト 30 はたらきモン 40 上田地域を掘る 14:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング 15:00 みちしるべ 災害への日頃からの備え 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
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 55 ガスdeクッキング	18:00 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 上田ケーブルビジョン 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	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	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 上田ケーブルビジョン	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	18:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報チャンネル 45 おはなしランド 19:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 20:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 21:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話 22:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 23:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 24:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話	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 はたらきモン 40 安曇野 知られざる里山の祈り 24:40 信州健康レポート 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 55 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	22:20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 23:00 松井須磨子を知る 24:55 ぶちエク	22:20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 23:00 上田常磐城遊郭の盛衰 24:55 ぶちエク	22:20 お天気チャンネル 30 ななみのなんて? 40 がん市民公開講座 24:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク	22:20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 まちなか発元気づくり シンポジウム 24:50 休日当番医	22:20 お天気チャンネル 30 MIKKE 50 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す シンポジウム 24:50 休日当番医	22:20 お天気チャンネル 30 はたらきモン 40 上田地域を掘る 24:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング

	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)	15(月)	16(火)
今日の番組	●みちしるべ 台風への備え ●ひとこと手話 デリンピックを応援しよう! ●知って納得!暮らしの税 納税証明書の請求方法について ●古文書にみる地域の歴史講座 第1回 弘化から嘉永へ 上田の実態(1) 講師:尾崎行也さん ●ガスdeクッキング イタリアン素麺	●おおきくなあれ 認定こども園三好町保育園 ●おはなしランド ここにいるよ ●上田社会教育大学 上田図書館との連携講座 第2回 松井須磨子を知る 講師:小林容子さん (8月23日収録)	●fun!fan!スポーツ ●令和7年 二十歳を祝う式典 (8月15日収録) ●おはなしランド 東御市 7:00～、13:00～ 坂城町 10:00～、23:00～ ●みちしるべ ハザードマップ 15:00～ ●UCVの映像で振り返る マルチメディア情報センターの あゆみ・さよならセレモニー 15:30～	●ななみのなんて? 青木村舞台の同人誌って なんて? ●第9回 上田地域がん市民公開講座 太陽がんとは! 第1部 (8月17日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min ●みちしるべ 防災訓練について 15:00～	●MIKKE×MIKKE 気まぐれ洋食&ラジコン勝負 ●まちなか発元気づくり シンポジウム あなたの生き方が報われる集い (8月17日収録) ●休日当番医 ●UCVの映像で振り返る マルチメディア情報センターの あゆみ・さよならセレモニー 15:00～	●MIKKE×MIKKE ●はたらきモン ●みちしるべ ●fun!fan!スポーツ ●おおきくなあれ ●知って納得!暮らしの税 ●ななみのなんて? ●Takekoの フラワーアレンジメントⅣ ●ひとこと手話 ●おはなしランド	●はたらきモン 山や住宅地を 守る技術とは! ?の巻 ●高野山よりの真田昌幸書状を 見直す 講師:寺島隆史さん (8月23日収録) ●ガスdeクッキング イタリアン素麺 ●みちしるべ 災害への日頃からの備え 15:00～	●みちしるべ 台風への備え ●ひとこと手話 デリンピックを応援しよう! ●知って納得!暮らしの税 納税証明書の請求方法について ●古文書にみる地域の歴史講座 第1回 弘化から嘉永へ 上田の実態(1) 講師:尾崎行也さん ●ガスdeクッキング イタリアン素麺
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 みちしるべ 45 ひとこと手話 55 暮らしの税 7:00 古文書に見る地域の歴史講座 8:55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 45 ひとこと手話 55 暮らしの税 10:00 古文書に見る地域の歴史講座 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 松井須磨子を知る 8:30 お天気 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 松井須磨子を知る 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 fun!fan!スポーツ 7:00 二十歳を祝う 東御市 8:30 お天気チャンネル 55 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 fun!fan!スポーツ 10:00 二十歳を祝う 坂城町 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 ななみのなんて? 40 がん市民公開講座 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 30 ななみ 40 がん市民公開講座 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 MIKKE×MIKKE 50 まちなか発元気づくり シンポジウム 8:50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 MIKKE 50 まちなか発元気づくり シンポジウム 11:50 休日当番医	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 7:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 8:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話 9:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 10:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 11:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話	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 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す 8:30 お天気チャンネル 40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング 9:00 まとめてダイジェスト 30 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す 11:40 信州健康レポート 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 ひとこと手話 55 暮らしの税 7:00 古文書に見る地域の歴史講座 8:55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 45 ひとこと手話 55 暮らしの税 10:00 古文書に見る地域の歴史講座 11:55 ガスdeクッキング
ひる	12:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 45 ひとこと手話 55 暮らしの税 13:00 古文書に見る地域の歴史講座 14:55 ガスdeクッキング 15:00 みちしるべ 地震の発災直後の行動 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 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 松井須磨子を知る 14:55 ぶちエク 15:00 みちしるべ 避難について 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 二十歳を祝う 東御市 14:55 ぶちエク 15:00 みちしるべ ハザードマップ 30 マルチメディア 情報センターのあゆみ 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	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんて? 40 がん市民公開講座 14:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク 15:00 みちしるべ 防災訓練について 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	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 まちなか発元気づくり シンポジウム 14:50 休日当番医 15:00 マルチメディア 情報センターのあゆみ 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	12:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 13:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 14:00 ななみ 10 フラワ 40 手話 15:00 MIKKE 20 はたらきモン 30 みちしるべ 45 fun!スポ 16:15 おおきく 25 暮らしの税 30 ななみ 40 ひとこと手話 17:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報 45 おはなし	12:00 まとめてダイジェスト 30 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す 14:40 信州健康レポート 55 ガスdeクッキング 15:00 みちしるべ 災害への日頃からの備え 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 55 暮らしの税 13:00 古文書に見る地域の歴史講座 14:55 ガスdeクッキング 15:00 みちしるべ 地震の発災直後の行動 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 55 ガス
よる	18:00 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 チャンネル・ユー 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	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	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 チャンネル・ユー	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	18:00 まとめてダイジェスト 30 お天気チャンネル 45 おはなしランド 19:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 20:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 21:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話 22:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 23:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 24:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話	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。	18:00 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 55 知って納得!暮らしの税 23:00 古文書に見る地域の歴史講座 24:55 ガスdeクッキング

ホームページでも
ご覧になれます



番組表

UCV121

	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)	22(月)	23(火)	24(水)
今日の番組	●おおきくなあれ 認定こども園「好町保育園」 ●おはなしランド ここにいるよ ●上田社会教育大学 上田図書館との連携講座 第2回 松井須磨子を知る 講師:小林容子さん (8月23日収録) ●みちしるべ 避難について 15:00~	●fun!fan!スポーツ ●地域から愛され信頼される 長野大学を目指して 講師:小林淳一さん (9月6日収録) ●みちしるべ ハザードマップ 15:00~ ●UCVの映像で振り返る マルチメディア情報センターの あゆみ・さよならセレモニー 15:30~	●ななみのなんて? 青木村舞台の同人誌って なんで? ●上田常盤城遊郭の盛衰 明治から戦後にかけて 講師:矢嶋千代子さん (7月12日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min ●みちしるべ 防災訓練について 15:00~	●MIKKE×MIKKE 気まぐれ洋食&ラジコン勝負 ●信州上田真田陣太鼓保存会 40周年記念コンサート (9月14日収録) ●休日当番医 ●UCVの映像で振り返る マルチメディア情報センターの あゆみ・さよならセレモニー 15:00~	●MIKKE×MIKKE ●はたらきモン ●みちしるべ ●fun!fan!スポーツ ●おおきくなあれ ●知って納得!暮らしの税 ●ななみのなんて? ●Takekoの フラワーアレンジメントⅣ ●ひとこと手話 ●おはなしランド	●はたらきモン 山や住宅地を 守る技術とは!の巻 ●高野山よりの真田昌幸書状を 見直す 講師:寺島隆史さん (8月23日収録) ●ガスdeクッキング イタリアン素麺 ●みちしるべ 災害への日頃からの備え 15:00~	●みちしるべ 台風への備え ●ひとこと手話 デフリンピックを応援しよう! ●知って納得!暮らしの税 納税証明書の請求方法について ●古文書にみる地域の歴史講座 第1回 弘化から嘉永へ 上田の実態(1) 講師:尾崎行也さん ●ガスdeクッキング イタリアン素麺	●おおきくなあれ 認定こども園「好町保育園」 ●おはなしランド ここにいるよ ●上田社会教育大学 上田図書館との連携講座 第2回 松井須磨子を知る 講師:小林容子さん (8月23日収録) ●みちしるべ 避難について 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 おおきくなあれ 40 おはなしランド 7:00 松井須磨子を知る 8:30 お天気 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 松井須磨子を知る 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 fun!fan!スポーツ 50 地域から愛され信頼される 長野大学を目指して 8:55 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 fun!fan!スポーツ 50 地域から愛され信頼される 長野大学を目指して 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 ななみのなんて? 40 上田常盤城遊郭の盛衰 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 30 ななみ 40 上田常盤城遊郭の盛衰 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 MIKKE×MIKKE 50 信州上田真田陣太鼓保存会 8:50 休日当番医 9:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 信州上田真田陣太鼓保存会 11:50 休日当番医	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 7:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 8:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話 9:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 10:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 11:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話	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 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す 8:30 お天気チャンネル 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 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す 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 ひとこと手話 55 暮らしの税 7:00 古文書にみる地域の歴史講座 8:55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 お天気 30 みちしるべ 45 ひとこと手話 55 暮らしの税 10:00 古文書にみる地域の歴史講座 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 松井須磨子を知る 8:30 お天気 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 11:55 ぶちエク
ひる	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 松井須磨子を知る 14:55 ぶちエク 15:00 みちしるべ 避難について 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 fun!fan!スポーツ 50 地域から愛され信頼される 長野大学を目指して 14:55 ぶちエク 15:00 みちしるべ ハザードマップ 30 マルチメディア 情報センターのあゆみ 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	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんて? 40 上田常盤城遊郭の盛衰 14:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク 15:00 みちしるべ 防災訓練について 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	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 信州上田真田陣太鼓保存会 14:50 休日当番医 15:00 マルチメディア 情報センターのあゆみ 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	12:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 13:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 14:00 ななみ 10 フラワー 40 手話 15:00 MIKKE 20 はたらきモン 30 みちしるべ 45 fun!スポ 16:15 おおきく 25 暮らしの税 30 ななみ 40 ひとこと手話 17:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報 45 おはなし	12:00 まとめてダイジェスト 30 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す 14:40 信州健康リポート 55 ガスdeクッキング 15:00 みちしるべ 災害への日頃からの備え 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 55 暮らしの税 13:00 古文書にみる地域の歴史講座 14:55 ガスdeクッキング 15:00 みちしるべ 地震の発生直後の行動 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 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 松井須磨子を知る 14:55 ぶちエク 15:00 みちしるべ 避難について 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
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 22:20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 23:00 松井須磨子を知る 24:55 ぶちエク	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 22:20 fun!fan!スポーツ 50 地域から愛され信頼される 長野大学を目指して 24:55 ぶちエク	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 テレビ松本ケーブルビジョン 22:20 お天気チャンネル 30 ななみのなんて? 40 上田常盤城遊郭の盛衰 24:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク	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 22:20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 信州上田真田陣太鼓保存会 24:50 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 45 おはなしランド 19:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 20:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 21:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話 22:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 23:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 24:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話	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 リピー特放送 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 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す 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 30 道路情報 45 ぐるっとふるさと信越 i ネット飯山 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 55 知って納得!暮らしの税 23:00 古文書にみる地域の歴史講座 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 22:20 お天気チャンネル 30 おおきくなあれ 40 おはなしランド 23:00 松井須磨子を知る 24:55 ぶちエク

	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)	29(月)	30(火)	古文書にみる地域の歴史講座 第1回	
今日の番組	●fun!fan!スポーツ ●地域から愛され信頼される 長野大学を目指して 講師:小林淳一さん (9月6日収録) ●みちしるべ ハザードマップ 15:00~ ●UCVの映像で振り返る マルチメディア情報センターの あゆみ・さよならセレモニー 15:30~	●ななみのなんて? 青木村舞台の同人誌って なんで? ●第9回 上田地域が市民公開講座 大腸がんとは! 第1部 (8月17日収録) ●ウィークリーとうみ ●坂城10min ●みちしるべ 防災訓練について 15:00~	●MIKKE×MIKKE 気まぐれ洋食&ラジコン勝負 ●信州上田真田陣太鼓保存会 40周年記念コンサート (9月14日収録) ●休日当番医 生中継 北信越地区高校野球長野大会 準決勝 8:50~(予定)	●MIKKE×MIKKE ●はたらきモン ●みちしるべ ●fun!fan!スポーツ ●知って納得!暮らしの税 ●おおきくなあれ ●ななみのなんて? ●TakekoのフラワーアレンジメントⅣ 生中継 北信越地区高校野球長野大会 三決・決勝 8:50~(予定)	●はたらきモン 山や住宅地を 守る技術とは!の巻 ●高野山よりの真田昌幸書状を 見直す 講師:寺島隆史さん ●ガスdeクッキング (協力:上田ガス) ●みちしるべ 災害への日頃からの備え 15:00~	●みちしるべ 台風への備え ●ひとこと手話 デフリンピックを応援しよう! ●知って納得!暮らしの税 納税証明書の請求方法について ●まちなか発元気づくり シンポジウム あなたの生き方が報われる集い (8月17日収録) ●ガスdeクッキング イタリアン素麺	9日 上田市城南公民館が開く、地域に残された史料から先人の暮らしや文化を 学ぶ連続講座です。初回は「弘化から嘉永へー上田の実態1ー」と題し、 城南資料研究会講師の尾崎行也さんが江戸時代の庶民の様子を紹介します。 今後の放送予定 ※放送月は変更になる場合があります 10月放送 第2回 嘉永期前半ー上田の実態(2)ー 11月放送 第4回 江戸時代の村の暮らしー土佐・辰年 五人組御仕置帳「よりー 講師:矢島節子さん(城南資料研究会会員) 手塚家文書に見る玉置騒動前夜 講師:西澤文登さん(城南資料研究会会員) 上田城下の祇園祭ー原町問屋日記からー 宮島かつ子さん(城南資料研究会会員)	垣田の歴史・文化を学ぶ集い 上田市垣田地域の有志が 月に一度勉強会を開き、地 元の歴史や文化について学 んでいます。7月と8月に 開かれた講座をお送りし ます。 8日 上田地域を掘る 講師:堀田雄二さん 15日 高野山より真田昌 幸書状を見直すー附、昌幸 の配所での死と妻寒松院ー 講師:寺島隆史さん
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 fun!fan!スポーツ 50 地域から愛され信頼される 長野大学を目指して 8:55 ぶちエク 9:00 UCVレポート 20 fun!fan!スポーツ 50 地域から愛され信頼される 長野大学を目指して 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 ななみのなんて? 40 がん市民公開講座 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 30 ななみ 40 がん市民公開講座 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 MIKKE×MIKKE 50 信州上田真田陣太鼓保存会 8:50 生中継 北信越地区高校野球 長野大会 準決勝 ↓ 北信越地区高校野球 長野大会 三決・決勝	5:30 レポ 50 お天気 6:00 レポ 20 お天気 30 MIKKE 50 はたらきモン 7:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 8:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話 50 生中継 北信越地区高校野球 長野大会 ↓ 北信越地区高校野球 長野大会 三決・決勝	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 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す 8:30 お天気 40 健康リポ ※前日までに雨天順延があつた場合、高校野球中継が入ります。 55 ガスdeクッキング 9:00 まとめてダイジェスト 30 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す 11:40 健康リポ 55 ガス	5:30 UCVレポート 50 お天気チャンネル 6:00 UCVレポート 20 みちしるべ 35 ひとこと手話 45 暮らしの税 50 元気づくりシンポジウム 8:55 ガスdeクッキング 9:00 UCVレポート 20 みちしるべ 35 ひとこと手話 45 知って納得!暮らしの税 50 元気づくりシンポジウム 11:55 ガスdeクッキング		
ひる	12:00 UCVレポート 20 fun!fan!スポーツ 50 地域から愛され信頼される 長野大学を目指して 14:55 ぶちエク 15:00 みちしるべ ハザードマップ 30 マルチメディア 情報センターのあゆみ 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	12:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 ななみのなんて? 40 がん市民公開講座 14:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク 15:00 みちしるべ 防災訓練について 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	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 ↓ 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	17:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報チャンネル 45 おはなしランド ↓ 17:00 まとめてダイジェスト 30 道路情報チャンネル 45 おはなしランド	12:00 まとめてダイジェスト 30 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す 14:40 信州健康リポート 55 ガスdeクッキング 15:00 みちしるべ 災害への日頃からの備え 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 みちしるべ 35 ひとこと手話 45 暮らしの税 50 元気づくりシンポジウム 14:55 ガスdeクッキング 15:00 みちしるべ 地震の発生直後の行動 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 55 ガス		
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 22:20 fun!fan!スポーツ 50 地域から愛され信頼される 長野大学を目指して 24:55 ぶちエク	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 i ネット飯山 22:20 お天気チャンネル 30 ななみのなんて? 40 がん市民公開講座 24:15 ウィークリーとうみ 45 坂城10min 55 ぶちエク	18:00 UCVレポート 20 お天気チャンネル 30 道路情報チャンネル 22:20 お天気チャンネル 30 MIKKE×MIKKE 50 信州上田真田陣太鼓保存会 24:50 休日当番医	18:00 まとめてダイジェスト 30 お天気チャンネル 45 おはなしランド 19:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 20:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 21:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話 22:00 まとめてダイジェスト 30 MIKKE 50 はたらきモン 23:00 みちしるべ 15 fun!スポ 45 おおきく 55 暮らしの税 24:00 ななみ 10 フラワー 40 ひとこと手話	19:00~ UCVレポート リピー特放送 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 はたらきモン 40 真田昌幸書状を見直す 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 30 道路情報 45 ぐるっとふるさと信越 コミュニティテレビこもろ 55 ガスdeクッキング 22:20 みちしるべ 35 ひとこと手話 45 知って納得!暮らしの税 50 元気づくりシンポジウム 24:55 ガスdeクッキング	上田社会教育大学 令和7年度上田図書館 との連携講座 上田市で文学や歴史を 学ぶ上田社会教育大学 の受講生による連続講 座です。8月に開かれた 第2回をお送りします。 3日 松井須磨子を知る 講師:小林容子さん	

UCV122

9月番組表



ホームページでも
ご覧になれます

1日(月)		2日(火)		3日(水)		4日(木)		5日(金)		6日(土)	
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 14:00 8:00 16:00	信州ルネッサンス2025 ①オープニング 野外ステージ ②各種イベント 野外ステージ	6:00 13:00 8:00 15:00	信州ルネッサンス2025 ④ホールこだま 前編 ⑤ホールこだま 後編	6:00 12:00 19:00 8:00 14:00 21:00	令和7年度 坂城神社祇園祭 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 8:00 14:00 21:00	第48回 町民まつり坂城とんとん ステージイベント① 開会セレモニー～ kajiiの日用品楽器コンサート	6:00 12:00 19:00	第46回 塩尻とんとんご祭
8:00 14:00 21:00	小型ポンプ操法の部	10:00 19:00 12:00 21:00	③野外ステージ (制作 丸子テレビ放送)	10:00 17:00 11:00 19:00 22:00	⑥スペシャルコンサート プラスシンドレラ花火の打ち上げ (制作 丸子テレビ放送)	10:00 16:00 11:00 17:00 23:00	令和7年 塩野神社 祇園祭 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)	9:30 15:30 22:30 11:00 17:00 24:00	ステージイベント② Na Aloha studio～ 坂城神輿会 第54回上田わっしょい ～踊り連～	9:00 15:00 22:00	第11回 長野県男声合唱 フェスティバル (制作 飯田ケーブルテレビ)
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)	23:00	<リクエスト放送> 令和7年度運動会 中塩田小学校	23:30	<リクエスト放送> 令和6年度中学校文化祭 塩田中学校 ステージ発表	23:30	<リクエスト放送> 令和6年度中学校文化祭 塩田中学校 合唱発表会		令和7年度 保野祇園祭	11:30 17:30 24:15	令和7年 踏入セタまつり 「天の川」
7日(日)		8日(月)		9日(火)		10日(水)		11日(木)		12日(金)	
6:00 12:00 19:00	上田染谷丘高校 軽音・フォーク班 定期演奏会 No.1～12	6:00 12:00 19:00 8:30 14:30 21:30	2025雷電まつり ステージイベント 雷電子ども相撲大会	8:00 9:00	坂城町議会9月定例会 町長招集あいさつ 《生中継》 坂城町議会 9月定例会 一般質問 1日目	9:00	《生中継》 坂城町議会 9月定例会 一般質問 2日目	9:00	《生中継》 坂城町議会 9月定例会 一般質問 3日目	6:00 12:00 19:00	《高校文化祭 2025》 上田染谷丘高校 染谷生の声
7:30 13:30 20:30	No.13～19	10:00 16:00 23:00	隣保館 ふれあい交流 フェスティバル	6:00 16:00 20:00 7:30 19:00 22:00	上田染谷丘高校 舞踊班 第25回 定期公演会 昔ばなし語りの会 山姥と西の長者	6:00 19:00 23:00	琴伝流大正琴 第23回輪紅の演奏会	6:00 15:00 21:00 13:00 19:00	坂城町 第47回納涼音楽会 第12回 お寺でジャズ	7:30 13:30 20:30	合唱コンクール
11:00 17:00 23:30	令和7年度 信州上田祇園祭 常入自治会 (撮影 園田純也さん)	11:30 17:30	東小学校2年生 七夕パーティー 流しそうめん	23:00	<リクエスト放送> 令和7年度 信州上田祇園祭 中継録画	16:00 21:00	第54回上田わっしょい ～踊り連～	23:30	<リクエスト放送> 令和7年度 運動会 川西小学校	10:00 16:00 23:30	2年生・3年生 ダンスコンテスト
13日(土)		14日(日)		15日(月)		16日(火)		17日(水)		18日(木)	
6:00 12:00 19:00	第27回 夢ひろば ハートふる街川辺町 とんとこい祭	6:00 12:00 19:00	メンネルコール我謝 第10回サマーコンサート	6:00 12:00 19:00	第20回 長野県高等学校 軽音楽系クラブ合同演奏会 県大会 Power Live2025 K No.1～14	6:00 12:00 21:00	《高校文化祭 2025》 上田高校 合唱コンクール	6:00 12:00 21:00	《高校文化祭 2025》 上田東高校 あずま劇場	6:00 12:00 21:00	《高校文化祭 2025》 上田千曲高校 校内祭 ダンス発表
9:00 15:00 22:00	第53回 丸子少年野球リーグ戦 閉幕式 (制作 丸子テレビ放送)	8:00 14:00 21:00	第46回 塩尻とんとんご祭	8:00 14:00 21:00	No.15～29	9:00 15:00 24:00	東御清翔高校 校内祭	8:30 14:30 23:30	坂城高校 校内祭 ステージ発表	9:00 15:00 24:00	上田西高校 ステージ発表
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	邦楽箏子ども教室 発表会	10:00 16:00 23:00	No.30～40 審査結果 (制作 テレビ松本ケーブルビジョン)	9:45 15:45 19:00	第11回 長野県男声合唱 フェスティバル <収録放送> 坂城町議会9月定例会 一般質問	10:00 16:00 19:00	上田アンサンブル ・オーケストラ 第17回定期演奏会 <収録放送> 坂城町議会9月定例会 一般質問	10:00 16:00 19:00	第22回 石神文化祭 <収録放送> 坂城町議会9月定例会 一般質問
19日(金)		20日(土)		21日(日)		22日(月)		23日(火)		24日(水)	
6:00 12:00 21:00 8:00 14:00 23:00	《高校文化祭 2025》 丸子修学館高校 前編 後編 (制作 丸子テレビ放送)	6:00 12:00 19:00 8:30 14:30 21:30	第31回 JAフェスティバル 踊り大会 No.1～16	6:00 12:00 19:00 9:00 15:00 22:00	第27回 夢ひろば ハートふる街川辺町 とんとこい祭 第53回 丸子少年野球リーグ戦 閉幕式	6:00 12:00 21:00 8:00 14:00 23:00 9:00 15:00 24:00	メンネルコール我謝 第10回サマーコンサート 令和7年度 信州上田祇園祭 常入自治会 邦楽箏子ども教室 発表会 第80回 東信高等学校合同音楽祭 午後 No.10～18 <収録放送> 坂城町議会9月定例会 一般質問	6:00 12:00 19:00 9:00 15:00 22:00	東御市文化協会部会発表会 総合文化フェスティバル ステージ発表 民謡・三味線 フラダンス 箏 太鼓・鼓 合唱 Kidsダンス リコーダー フラダンス マンドリン	6:00 12:00 21:00 8:00 14:00 23:00 10:00 16:00 19:00	第20回 上田市消防団 ポンプ操法大会 ポンプ車の部 小型ポンプの部 ラッパ吹奏大会 (撮影 上田市消防団) <収録放送> 坂城町議会9月定例会 一般質問
10:00 16:00 23:00	昔ばなし語りの会 山姥と西の長者 <収録放送> 坂城町議会9月定例会 一般質問	11:00 17:00 24:00	Takekoの フラワーアレンジメントⅣ 「紅葉狩り」	10:00 16:00 23:00	第80回 東信高等学校合同音楽祭 午前 No.1～9						
25日(木)		26日(金)		27日(土)		28日(日)		29日(月)		30日(火)	
6:00 12:00 19:00	メンネルコール我謝 第10回サマーコンサート	6:00 12:00 19:00	第20回 長野県高等学校 軽音楽系クラブ合同演奏会 県大会 Power Live2025 K No.1～14	6:00 12:00 19:00	第27回 夢ひろば ハートふる街川辺町 とんとこい祭	6:00 12:00 19:00	第31回 JAフェスティバル 踊り大会 No.1～16	6:00 12:00 19:00	上田染谷丘高校 軽音・フォーク班 定期演奏会 No.1～12	6:00 12:00 19:00	第46回 塩尻とんとんご祭
8:00 14:00 21:00	第11回 長野県男声合唱 フェスティバル	8:00 14:00 21:00	No.15～29	9:00 15:00 22:00	令和7年度 信州上田祇園祭 常入自治会	8:30 14:30 21:30	No.17～33	7:30 13:30 20:30 10:30 16:30 23:30	No.13～19 昔ばなし語りの会 山姥と西の長者	9:00 15:00 22:00	とうみ混声合唱団 第21回定期演奏会
11:00 17:00 23:30	Takekoの フラワーアレンジメントⅣ 「紅葉狩り」	10:00 16:00 23:00	No.30～40 審査結果	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	第53回 丸子少年野球リーグ戦 閉幕式	11:00 17:00 24:00	邦楽箏子ども教室 発表会	11:00 17:00 24:00	Takekoの フラワーアレンジメントⅣ 「紅葉狩り」

第11回
長野県男声合唱
フェスティバル

6日(土) 再16日(火) ほか

7月20日
飯田市の飯田文化会館では
県内各地の8つの男声合唱団が集う
イベントが開かれました。
上小地域からは、東御市の
男声合唱団「コール・ライディーン」が
参加し、歌声を響かせました。



(制作 飯田ケーブルテレビ)

邦楽箏子ども教室
発表会

14日(日) 再22日(月) ほか

子どもたちに箏の魅力を
知ってもらい伝統文化を
つなげていくと
今年6月から開かれた
教室の発表会をお届けします。
文化庁の補助を受け
うえだ邦楽子ども教室が企画した
教室には15人の小学生が参加しました。
披露したのは「チュウリップ」や「海」など
4曲です。5回の教室のほかに自宅に
箏を持ち帰り練習を重ねた
子どもたちの本番の様子をお送りします。



東御市文化協会
部会発表会
総合文化フェスティバル

23日(火) 再10月

9月に東御市文化会館サンテラスホールでは
東御市文化協会部会発表会
総合文化フェスティバルが開かれました。
様々な文化団体が集い、
日頃の成果を発表しました。
6日と7日のホールでの
発表内容をお送りします。



【出演団体】
<6日> 千祥会、ブルメリア祢津、春の虹
和華鼓会、アンサンブルDiva
<7日> Love yourself、ピチカートアンサンブル
フラ・ウォールナッツ、マンドリーノ青いくるみ

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
お待ちしています。



放送予定

第52回東信美術展

●1日～15日 「高校生、中学生1(第二、東部、青木)」
●16日～30日 「中学生2(上田養護、第三、第四、第五、真田、丸子)」

上田ガス キッチンスタジオ

イタリアン素麺 アンチョビ&トマト

講師 吉池梨恵さん



<材料・2〜3人分>

- ニンニク 1片
- タマネギ 1/2個
- オリーブオイル 大さじ3
- アンチョビ 2切れ
- トマト 1個
- バジルソース 適量
- 白だし 適量
- 素麺

【作り方】

- ニンニクとタマネギをみじん切りにし、オリーブオイルで炒め、アンチョビを加えてさらに炒める。
- 火を止め、みじん切りにしたトマトと一緒にボウルに入れ、冷蔵庫で冷やしておく。
- 茹でた素麺を水で冷やし、お皿に入れ、水(分量外)でうすめた白だしを入れる。
- 冷やしておいた②を載せ、バジルソースをのせて完成。

★バジルソースの作り方は番組でご紹介します。

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)

台風の影響で停電すると、毎日の生活に欠かせないテレビやWi-Fiが使えなくなります。どのような対応・備えが必要なのでしょう。

停電の復旧時は一気に大量の電気が流れます。このため、テレビや録画機、パソコンなどの精密機器は、機器の損傷や保存データ破損の危険があります。機器

停電したら

知って解決!UCVの使い方

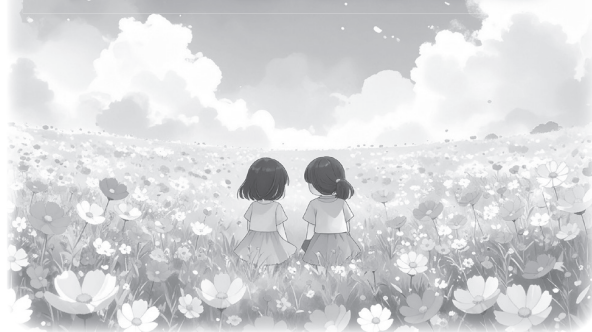
の電源プラグをコンセントから抜いて、復旧を待ちましょう。

停電でモデムやルーターなどネット接続に必要な機器が使えないと、Wi-Fiもつながりません。有力な情報手段となるのは、携帯電話会社のモバイル回線につながるスマホやタブレットなどの機器です。このため、機器に充電ができるモバイルバッテリーや充電器(乾電池・ソーラー等)を備えておくことが大切です。また情報収集のために、防災アプリやラジオアプリなどを使えるようにしておく和良好的いよう。

UCVでは、災害に対する備えや行動についてお伝えする番組「みちしるべ」を放送しています。9月は半年分の番組をまとめてお届けします。ぜひご覧ください。 ※詳細は4・5面

リーや充電器(乾電池・ソーラー等)を備えておくことが大切です。また情報収集のために、防災アプリやラジオアプリなどを使えるようにしておく和良好的いよう。

おちやのま 倶楽部



UCV 取材ノート

あおきチャンネル

4月から青木村全域でUCVの放送をご覧いただけるようになります。「あおきチャンネル」がスタートしました。日々のできごとや村からのお知らせ、生活情報など青木村の話題に特化したチャンネルです。

新チャンネル立ち上げを機に、これまで以上に青木村での情報収集や取材に力を入れています。村のみなさんの中には、あおきチャンネルとあわせて、UCV121のニュース「UCVレポート」などをよく見てくださっている方もいます。「身近な人の顔がテレビに出てきてうれしい」「地域で元気に活動している人を見て、自分も何かしたいと思った」など、

どの言葉をいただくと、ケーブルテレビとしてお役に立てていると感じます。

青木村に限らず、これからも地域の魅力に目を向けて掘り起こし、「見たい・知りたい」に応えられる放送を目指します。UCVの番組が、新しい一歩を踏み出したり、誰かや何かとつながったりするきっかけになれば嬉しいです。

(清水望和)

読者発! 視聴者発!

引越したその日から快適に使用できました。

(坂城町 Nさん)

子供の行事も気軽にスマホで撮れる時代ですが、撮影していると記憶に残らない気がします。

最近では目に焼き付けるようにしています。それでもやっぱり記録に残したい。UCVの放送があり本当に助かっています。再放送もありがたい。

(上田市 Yさん)



おちやのましんぶんが好きで楽しみにしています。新聞に挟まれ、毎月我が家にやってきますが、アリオで見つけるとつい手に取ってしまいます。本当は何冊も欲しい!

(上田市 Mさん)

UCV 加入者様 プレゼント コネクト

シャインマスカット

2房を5名様に。(提供 J A 信州うえだ)

※詳細は8面

【応募方法】

▼住所▼氏名▼年齢▼



TOHOシネマズ上田
050-6868-5055

作品名	公開日	前売
ピックとドラゴン	5日	★
遠い山なみの光	5日	★
アオショー!	5日	★
カラダ探し THE LAST NIGHT (PG12)	5日	
映画 キミとアイドルプリキュア♪	12日	★
ブラック・ショーマン	12日	
ベートーヴェン捏造	12日	
劇場版「チェンソーマン レゼ篇」	19日	★
宝島 (PG12)	19日	
ひやくえむ。	19日	★
劇場版スマーフ/おどるキノコ村の時空大冒険	19日	
映画『沈黙の艦隊 北極海大海戦』	26日	★
俺ではない炎上	26日	
THE オリバーな犬、(Gosh!!) このヤロウ MOVIE	26日	★

いまだきシネマガイド 9月の公開予定

※公開日は変更になる場合があります

上田映劇



パトリックとクジラ
6000日の絆

19日(金)

上田映劇
0268-22-0269



作品名	上映日
あなたが眠る間	5日~
銃弾と正義	5日~
愛されなくても別に	5日~
タンデム・ロード	5日~
ベドロ・コスタ はじまりの刻 特集上映	5日~
いきもののきろく	5日~
天使の集まる島	12日~
マルティネス	12日~
亀は意外と速く泳ぐ	12日~
私たちが光と想うすべて	12日~
ユリシーズ	12日~
ジョン・バージャーと4つの季節	12日~
九月と七月の姉妹	19日~
パトリックとクジラ 6000日の絆	19日~
海辺へ行く道	19日~

クジラに魅せられたカメラマンと2組のクジラの親密な交流をとらえ、クジラの知られざる生体に向ったドキュメンタリー映画。野生動物映像の世界の魅力を映し出す。

プレゼント名▼UCVの番組・本紙へのご意見・ご感想を明記

【応募先】
はがき(〒386-0012 上田市中央6-12-6)、FAX(25-3243)またはUCVホームページにて

【締切】

9月30日(火)

※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、賞品発送以外の目的には使用いたしません。